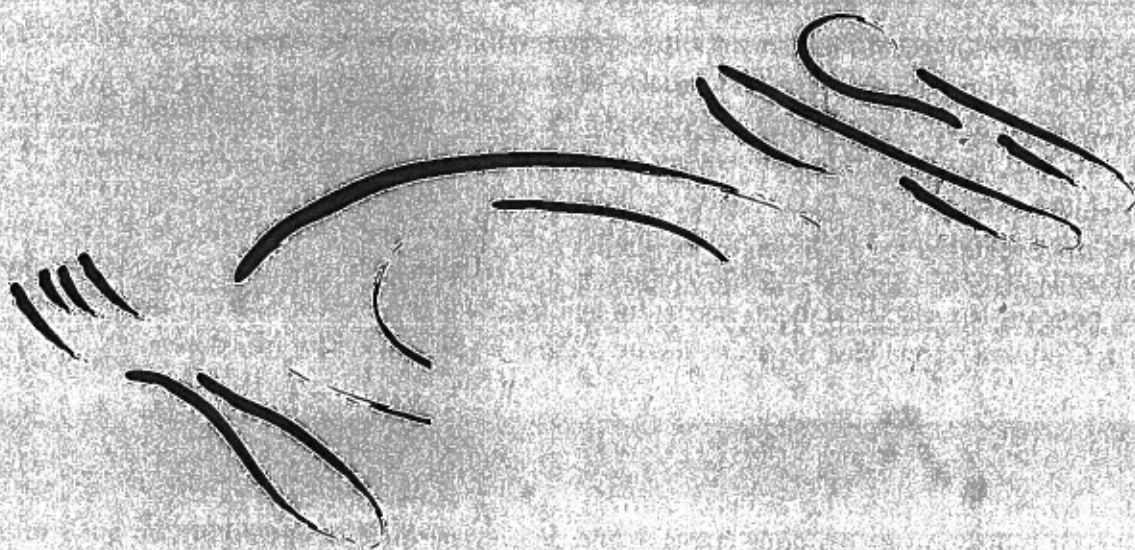




Food Safety Information Society
Centre de Salubrité des Aliments

Guide: conserver les aliments en toute sécurité





Food Safety Information Society
Centre de Salubrité des Aliments

De la ferme au supermarché, l'industrie agroalimentaire canadienne travaille pour fournir un approvisionnement alimentaire sécuritaire aux consommateurs. Cependant, une fois l'aliment acheté, il revient au consommateur de manipuler et d'entreposer l'aliment de façon sécuritaire afin d'en prévenir l'altération, la contamination et le développement de bactéries nocives pouvant causer des maladies.

Lorsque vous faites vos emplettes, vérifiez la date "meilleur avant" sur les emballages. Achetez seulement la quantité de nourriture que vous pouvez consommer pendant la période recommandée. Choisissez en premier des items de longue conservation tels les conserves. Choisissez les denrées réfrigérées, les charcuteries ainsi que les items surgelés juste avant de passer au comptoir-caisse. Achetez toujours des aliments qui sont à la bonne température. Par exemple, les aliments du comptoir laitier doivent être froids et les aliments cuits comme les poulets rôtis doivent être chauds. Une fois que vous avez acheté les aliments, rendez-vous directement à la maison et rangez les aliments froids périssables au réfrigérateur ou au congélateur. Si cela n'est pas possible, entreposez-les dans une glacière remplie de la glace jusqu'à ce que vous arriviez à la maison.

Les bactéries se multiplient rapidement lorsqu'ils sont dans la zone de danger entre 4°C (40°F) et 60°C (140°F). Alors, afin de préserver la qualité et la salubrité des aliments réfrigérés, il est important de les conserver à une température maximale de 4°C (40°F). Les aliments cuits ne devraient jamais rester plus de 2 heures hors du réfrigérateur ou du four. Les basses températures conservent les aliments frais et préviennent la croissance de la plupart des bactéries. Cependant, même lorsque les aliments sont entreposés à la température adéquate, les organismes responsables de la détérioration des aliments peuvent continuer à se développer et à se multiplier lentement. Il y a donc une durée limitée pendant laquelle les aliments garderont leur fraîcheur et pourront être consommés sans danger. C'est une bonne idée d'inscrire la date d'achat ou de cuisson sur les contenants.

Assurez-vous que votre garde-manger, votre réfrigérateur ainsi que votre congélateur soient propres.

Une fois ouverts, entreposez les aliments dans du papier d'aluminium, de la pellicule plastique, des sacs ou des contenants de plastique étanches afin de prévenir qu'ils se dessèchent ou qu'ils soient contaminés.

Malheureusement, on ne peut ni sentir, ni voir ni même goûter les bactéries nocives et les autres contaminants qui causent les infections et les intoxications alimentaires.

Souvenez-vous, en cas de doute, jetez!

Les durées de conservation dans les tableaux suivants sont calculées à partir de la date d'achat et ne s'appliquent seulement qu'aux aliments manipulés correctement.



PRODUITS DE BOULANGERIE

Les produits de boulangerie contenant des cossetardes, de la viande ou des légumes ou recouverts de glaçage confectionné avec du fromage à la crème, de la crème fouettée ou des oeufs doivent être réfrigérés.

ALIMENT	AMBIANT	AU RÉFRIGÉRATEUR	AU CONGÉLATEUR
Beignes fourrés à la crème	non	3-4 jours	non
Beignes glacés & gâteaux	1-2 jours	5-7 jours	1 mois
Biscuits, boulangerie & maison	2-3 semaines	2 mois	8-12 mois
Gâteau au fromage	non	7 jours	2-3 mois
Gâteaux éponge, des anges	1-2 jours	5-7 jours	2 mois
Gâteaux fourrés et glacés	non	1-2 jours	2 mois
Gâteaux quatre-quarts	3-4 jours	5-7 jours	2 mois
Muffins, danoises	1-2 jours	7 jours	2 mois
Pain du commerce	2-4 jours	7-14 jours	1-3 mois
Pain pita	2-4 jours	4-7 jours	1-2 mois
Petit pains	3-4 jours	7 jours	2 mois
Tartes à la citrouille	non	3-4 jours	1-2 mois
Tartes à la crème	non	3-4 jours	non
Tartes aux fruits	1-2 jours	7 jours	6 mois

ALIMENTS ACHETÉS SURGELÉS

Lorsque vous faites vos emplettes, choisissez les aliments surgelés juste avant de passer au comptoir-caisse. Apportez ces aliments directement à la maison et rangez au congélateur aussitôt que possible. Placez un thermomètre dans votre congélateur et vérifiez souvent que la température soit à -18°C (0°F). Pour une sécurité maximale, faites décongeler ces aliments au réfrigérateur. Mais si le temps presse, faites décongeler dans un évier rempli d'eau froide, en s'assurant de changer l'eau à toutes les demi-heures. Ou encore au micro-ondes selon les instructions du fabricant et faire cuire immédiatement.

ALIMENT	AU CONGÉLATEUR	AU RÉFRIGÉRATEUR UNE FOIS DÉCONGELÉ
Agneau, côtelettes	8-10 mois	2-3 jours
Agneau, rôti	8-10 mois	3-4 jours
Boeuf, galettes	2-3 mois	cuire surgelés
Crème glacée (dans le congélateur du frigo)	1 mois	non
Crème glacée (dans le congélateur coffre)	2-4 mois	non
Crêpes, gaufres	2 mois	3-4 jours
Crevettes, fruits de mer, frais	2-3 mois	1-2 jours
Fruits (petits fruits, melon)	4-6 mois	4-5 jours
Garniture fouettée	6 mois	2 semaines
Hors-d'oeuvres		
Bâtonnets au fromage panés	8 mois	cuire surgelés
Boulettes de viande	6 mois	cuire surgelés
Courgettes panées	18 mois	cuire surgelés

Aliments achetés surgelés

ALIMENT	AU CONGÉLATEUR	AU RÉFRIGÉRATEUR UNE FOIS DÉCONGELÉ
Friands	4 mois	cuire surgelés
Hors-d'oeuvres en pâte Phillo	12 mois	cuire surgelés
Légumes panés	12 mois	cuire surgelés
Mini rouleaux impériaux	18 mois	cuire surgelés
Quiche	12 mois	cuire surgelée
Jus de fruits concentré	6-12 mois	7-10 jours
Légumes	8-12 mois	2 semaines
Pâte à biscuits	2-4 mois	vérifier l'étiquette
Pâte à pain	voir date meilleur avant	après cuisson, 4-7 jours
Pâte à tarte	2-3 mois	1 jour
Perogies	3 mois	vérifier l'étiquette
Pizza	1-2 mois	1 jour
Poisson		
Cru, gras (saumon, truite)	2-3 mois	1-2 jours
Cru, maigre (sole, morue, brochet)	3-6 mois	1-2 jours
Pané, en sauce	3 mois	cuire surgelé
Poisson fumé	2 mois	1-2 jours
Pommes de terre frites	4-8 mois	non
Repas préparés		
Entrées surgelées	3 mois	cuire surgelées
Déjeûners	3 mois	cuire surgelés
Repas surgelés	3 mois	cuire surgelés
Saucisses		
Fraîches	1-2 mois	1-2 jours
Précuites	1-2 mois	7 jours
Sorbet, yogourt surgelé	2-4 mois	non
Substituts d'oeufs	voir date meilleur avant	6-7 jours
Volaille		
Panée, non-cuite	6 mois	cuire surgelée
Panée, cuite	6 mois	cuire surgelée
Panée, morceaux farcis/en sauce	6 mois	cuire surgelés
Poulet & dinde entiers	12 mois	2 jours
Poulet & dinde, hachés	2-3 mois	1 jour
Poulet & dinde, morceaux	6 mois	2 jours

ALIMENTS ACHETÉS RÉFRIGÉRÉS

Gardez un thermomètre dans votre réfrigérateur et vérifiez souvent que la température soit inférieure à 4°C (40°F). Quelques bactéries peuvent se développer et se multiplier, quoique très lentement à cette température. Alors, les aliments resteront frais et salubres pour une durée limitée. Si vous ne planifiez pas les utiliser rapidement, il est préférable de placer ces aliments au congélateur aussitôt achetés. Les jus de viandes, de volailles et de poisson crus peuvent contenir des bactéries. Placez les emballages de ces aliments sur des plateaux afin d'éviter que les jus ne dégouttent sur d'autres aliments.

ALIMENT	AU RÉFRIGÉRATEUR	AU CONGÉLATEUR
Boissons fortifiées à base de soya, scellées	voir date meilleur avant ou 5-7 jours	
Brevages, fruits, cartons, bouteilles		
Ouverts	7-10 jours	
Scellés	3 semaines	
Non-pasteurisés	1 jour	
Charcuteries		
Friands	2-3 jours	
Poulet, dinde tranchés	1-2 jours	
Poulet rôti	3-4 jours	3 mois
Roulades au chou	2-3 jours	
Tourtières	2-3 jours	
Salades	1-2 jours	
Viandes et saucisses	2-3 jours	
Margarine, scellée	8 mois	6-12 mois
Margarine, ouverte	1-3 mois	
Oeufs entiers	voir date meilleur avant	
Oeufs, blancs	voir date meilleur avant	
Pain		
Croûtes à pizza	voir date meilleur avant	3 mois
En tube, petits pains, biscotins	voir date meilleur avant	ne pas congeler
Pâte à biscuits, scellée, ouverte	voir date meilleur avant	2-4 mois
Tortillas	voir date meilleur avant	1-2 mois
Pâtes fraîches	voir date meilleur avant	
Pizza	voir date meilleur avant	
Poisson / crustacés		
Anchois, ouverts	3-4 jours	3 mois
Poisson, gras, frais (saumon, truite)	2-3 jours	2-3 mois
Poisson, maigre, frais (sole, morue, brochet)	2-3 jours	3-6 mois
Poisson cuit	1-2 jours	4-6 mois
Crustacés, frais (crabe et homard)	12-24 heures	2-3 mois
Crustacés, frais, crevettes non-décortiquées	1-2 jours	2 mois
Crustacés, frais, crevettes & pétoncles		
décortiqués	1-2 jours	3 mois
Crustacés, cuits, crevettes non-décortiquées	1-2 jours	2 mois
Crustacés, cuits et frais, non-décortiqués	3 jours	2 mois

Aliments achetés réfrigérés

ALIMENT	AU RÉFRIGÉRATEUR	AU CONGÉLATEUR
palourdes, moules		
Crustacés, cuits et frais, décortiqués	3 jours	3 mois
palourdes, moules		
Crustacés, huîtres vivantes	1 jour	4 mois
Saumon fumé (lox frais)	1-2 jours	2 mois
Produits laitiers		
Beurre		
Non-salé, scellé	8 semaines	6 mois
Non-salé, ouvert	3 semaines	6 mois
Salé, scellé	12 semaines	6 mois
Salé, ouvert	3 semaines	6 mois
Crème		
À fouetter	voir date meilleur avant	non
En aérosol	3-4 semaines	non
Crème sure	voir date meilleur avant	
Fromage		
Fromage ferme, scellé	3-6 moi	
Fromage ferme, ouvert	3-4 semaines	
Fromage ferme, tranché	2 semaines	
Fromage, râpé, scellé	voir date meilleur avant	
Fromage râpé, ouvert	5 jours	
Fromage, semi-ferme, scellé	voir date meilleur avant	
Fromage semi-ferme, ouvert	2-3 semaines	
Fromage à pâte molle, scellé	voir date meilleur avant	
Fromage à pâte molle, ouvert	1 semaine	
Fromage fondu, scellé	3 mois	3 mois
Fromage fondu, ouvert	3-4 semaines	
Fromage fondu à tartiner, scellé	3-4 ans	
Fromage fondu à tartiner, ouvert	2 mois	
Fromage à la crème	voir date meilleur avant	non
Fromage cottage, Ricotta, Quark	voir date meilleur avant	non
Lait, babeurre	voir date meilleur avant	
Lait, homogénéisé	voir date meilleur avant	3 mois
Lait de poule, du commerce	voir date meilleur avant	6 mois
Trempettes et tartinades de fromage à la crème		
(Scellées)	voir date meilleur avant	
Ouvertes	10 jours	
Yogourt		
Scellé	voir date meilleur avant	
Ouvert	7-10 jours	1-2 mois



ALIMENT	AU RÉFRIGÉRATEUR	AU CONGÉLATEUR
Repas cuits en magasin		
Bouilli au boeuf	Ces produits sont en constante évolution.	
Dinde cuite	Plusieurs sont préparés et emballés de différentes	
Farce	façons. Recherchez une date meilleur avant et le	
	mode de conservation sur l'étiquette.	
Rôti de porc cuit		
Sauce à la dinde		
Repas végétariens individuels	voir date de péremption	non
Soupes	voir date de péremption	2-3 mois
Substituts de viande végétariens, scellés	voir date de péremption	4 mois après date de péremption
Substituts de viande végétariens, ouverts	4 jours	4 mois après date de péremption
Tofu, frais, ouvert (changer l'eau tous les jours)	5-7 jours	
Tofu, galettes, scellées	voir date de péremption	3 mois
Viande, fraîche		
Abats (foie, reins)	1-2 jours	3-4 mois
Agneau, côtelettes	2-3 jours	8-10 mois
Agneau, rôti	3-4 jours	8-10 mois
Boeuf haché	1-2 jours	2-3 mois
Boeuf, rôti de	3-4 jours	10-12 mois
Biftecks de boeuf	2-3 jours	10-12 mois
Porc, côtelettes, côtes levées	2-3 jours	8-10 mois
Porc, rôti de	3-4 jours	8-10 mois
Saucisses	1-2 jours	1-2 mois
Veau, côtelettes	2-3 jours	4-5 mois
Veau, rôti de	3-4 jours	4-5 mois
Viande, cuite		
Bacon	6-7 jours	1-2 mois
Charcuteries, emballées	voir date meilleur avant	1-2 mois
Jambon, entièrement cuit	6-7 jours	non
Jambon, entièrement cuit, tranché	3-4 jours	non
Jambon, à cuire avant de consommer	6-7 jours	non
Saucisses	7 jours	2-3 mois
Saucisses fumées, scellées	2 semaines	2-3 mois
Saucisses fumées, ouvertes	7 jours	2-3 mois
Volaille, fraîche		
Canard, oie, entiers	1-2 jours	3 mois
Poulet, abats	2 jours	3-4 mois
Poulet & dinde entiers	2 jours	1 an
Poulet et dinde hachés	24 heures	2-3 mois
Poulet & dinde, morceaux	2 jours	6 mois

FRUITS FRAIS

Les fruits peuvent être entreposés sans risque à température ambiante, mais une fois mûrs, ils moisiront et se gâteront rapidement. Alors, entreposez les fruits mûrs au réfrigérateur. La plupart des fruits peuvent être congelés, en suivant les instructions dans un guide de congélation reconnu. La durée de conservation des fruits congelés à la maison est de 6-12 mois, selon le fruit.

FRUITS	AMBIANTE	RÉFRIGÉRATEUR
Abricots, à découvert	jusqu'à maturité	1 semaine
Ananas, à découvert		2-3 jours
Avocats	jusqu'à maturité	2-5 jours (mûrs)
Bananes	jusqu'à maturité	2 jours (mûres)
Bleuets, couverts (non hermétiquement)	non	10 jours
Canneberges, à découvert	non	1-2 semaines
Cerises	non	3 jours
Citrons, Limes, couverts	1 semaine	1 mois
Fraises, couvertes non hermétiquement		2 jours
Framboises, couvertes non hermétiquement		2 jours
Fruits coupés, salade de fruits	non	1-2 jours
Kiwis, couverts	jusqu'à maturité	1-2 semaines (mûrs)
Mangues	jusqu'à maturité	3 jours (mûres)
Melons		
Plupart des variétés, entiers, mûrs, couverts	jusqu'à maturité	3 jours (mûrs)
Plupart des variétés, coupés, scellés hermétiquement	non	2-3 jours
Melon d'eau, entier	quelques jours	1 semaine (mûr)
Melon d'eau, coupé, scellé hermétiquement	non	jusqu'à 1 semaine
Nectarines, à découvert	jusqu'à maturité	1 semaine (mûres)
Oranges, couvertes, non hermétiquement	1 semaine	1 mois
Pamplemousses, couverts	non	1 mois
Papayes	jusqu'à maturité	1 semaine (mûres)
Pêches, à découvert	jusqu'à maturité	1 semaine (mûres)
Poires, à découvert	jusqu'à maturité	3-7 jours (mûres)
Pommes, en saison, dans un sac de plastique perforé	non	2 mois
Pommes, hors-saison	non	2 semaines
Prunes	jusqu'à maturité	5 jours (mûrs)
Raisins	non	5 jours
Rhubarbe		3 jours
Tangerines, couvertes non hermétiquement		1 semaine

LÉGUMES FRAIS

Les légumes à forte densité tels les pommes de terre et les oignons peuvent être entreposés dans une chambre froide. Les autres légumes devraient être réfrigérés afin de conserver leur qualité et leur salubrité. La plupart des légumes peuvent être congelés, en suivant les instructions dans un guide de congélation reconnu. La durée de conservation des légumes congelés à la maison est de 10-12 mois.

LÉGUMES	AMBIANTE	AU RÉFRIGÉRATEUR
Ail		
À découvert	quelques semaines – 4 mois	
émincé, dans l'huile, scellé	1 an après la date de fabrication	
émincé, dans l'huile, ouvert		1 an après la date de fabrication
Artichauts, arrosés d'un peu d'eau		1 semaine
Asperges, enveloppées dans un linge humecté ou debout dans l'eau		4-5 jours
Augergines		5 jours
Betteraves, têtes coupées à 1 po. (2.5 cm), couvertes		3-4 semaines
Brocoli, couvert		5-7 jours
Carottes, matures, couvertes		3-4 semaines
Carottes, jeunes, couvertes		2 semaines
Céleri, couvert		2 semaines
Champignons, dans un sac de papier		5 jours
Chou, vert & rouge, couvert		2 semaines
Chou-fleur, couvert		7-10 jours
Choux de Bruxelles		5-7 jours
Citrouilles, à découvert	1 semaine	
Concombres		1 semaine
Courges		
d'été (pelure mince) courgettes		1 semaine
d'hiver (pelure épaisse)	1 semaine	
Épinards		3-4 jours
Gingembre, racine		2 semaines
Haricots germés		3-4 jours
Haricots verts et jaunes, couverts		5 jours
Herbes fraîches		4-7 jours
Maïs, en épis, si épluché, envelopper dans un linge humide dans un sac de plastique		2-7 jours
Navets, couverts		1 semaine
Oignons		
Échalotes, poireaux		1 semaine
Séchés, pelure jaune	3 semaines	
Sucrés, à découvert	1 semaine	1 mois
Panais, couvert		4 semaines
Pois		1-4 jours

Légumes frais

LÉGUMES	AMBIANTE	AU RÉFRIGÉRATEUR
Poivrons		
Doux		1 semaine
Piments forts, dans un sac de papier		1-2 semaines
Pommes de terre		
Nouvelles, dans un sac de papier		1 semaine
Mature, dans un sac de papier	1 mois	
Sucrées, à découvert	2-3 semaines	
Radis		1 semaine
Rutabagas, à découvert	1 semaine	3 semaines
Tomates	jusqu'à maturité	2-3 jours (mûres)
Verdures		
Laitues variées		1 semaine
Autres		2-4 jours
Verdures, pré-coupées, en sac		voir date meilleur avant

ALIMENTS DE LONGUE CONSERVATION

Si nécessaire, après ouverture, transférez ces aliments dans un sac ou un contenant hermétique. Pour les congeler, placez dans un sac ou un emballage pour congélation. Quelques aliments doivent être réfrigérés après ouverture; vérifiez bien l'étiquette. N'achetez pas de contenants d'aliments ouverts ni de conserves bombées ou sévèrement bosselées, ou qui coulent. Entrez les aliments de longue conservation dans un endroit propre, sec et frais.

ALIMENT	SCELLÉ DANS LE LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS RÉFRIGÉRATEUR
Aliments pour bébé	voir date meilleur avant	non	2-3 jours
Beurre d'arachides	6-9 mois	2-3 mois	
Biscuits, emballés	2 mois		1 mois
Boisson de soya	voir date meilleur avant		5-10 jours
Cacao	10-12 mois		
Café			
En grains, dans un sac	1-3 semaines		3 mois (congélateur)
Instantané	12 mois		
Moulu	2-4 semaines	2 semaines	
Céréales			
Prêtes à servir	8 mois	3 mois	
Germe de blé			1 an après la date de fabrication
Granola	6 mois		
Gruau	6-10 mois	6-10 mois	
Champignons déshydratés	6 mois		3-6 mois
Chapelure, sec	3 mois		

ALIMENT	SCELLÉ DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS RÉFRIGÉRATEUR
Chocolat, en carrés, noir	2 ans	2 ans	
Chocolat, en carrés, blanc	13 mois	13 mois	
Chocolat, capuchons	2 ans	2 ans	
Chocolat, sirop	2 ans		6 mois
Colorant à café	6 mois		
Condiments			
Cornichons	12 mois		1-2 mois
Ketchup	12 mois	1 mois	6 mois
Mayonnaise, du commerce	voir date meilleur avant		6-8 semaines
Moutarde	12 mois		12 mois
Olives, noires & vertes	12-18 mois		2 semaines
Raifort en pot	12 mois	non	3-4 mois
Salsas	12 mois		2 semaines
Sauces chinoises	12 mois		4-6 mois
Sauce Bar-B-Q	12 mois	1 mois	4-6 mois
Sauce Worcestershire		1 an	
Confitures et gelées	12 mois		6 mois
Conserves, peu acides	2-5 ans		3-4 jours
Conserves, très acides	12-18 mois		5-7 jours
Craquelins	6 mois		
Épices, entières	3 ans		
Épices, moulues	1-2 ans		
Ingrédients à pâtisserie			
Extraits, vanille, citron	2-3 ans	12 mois	
Farine			
Blanche	6-12 mois	6-8 mois	
Blé entier	3 mois		6-8 mois
Farine de maïs	6-12 mois		12 mois
Fécule de maïs	18 mois	18 mois	
Glaçage, en conserve	10 mois		1 semaine
Glaçage, préparation pour	12 mois	3 mois	
Levure déshydratée	voir date meilleur avant		
Mélanges			
à gâteaux, à biscotins	12 mois		
à crêpes	6-9 mois		
Poudre à pâte	12 mois		
Soda à pâte	12 mois		
Fromage, fondu à tartiner	8 mois		
Fruits séchés	6 mois	6 mois	
Garniture à tartes,	18 mois		
mélange à pouding			
Gélatine, toutes les variétés	12 mois		

Aliments de longue conservation

ALIMENT	SCELLÉ DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS RÉFRIGÉRATEUR
Guimauves, crème de guimauve	2-4 mois		1 mois
Herbes séchées	6-12 mois		
Huiles			
d'arachides	12 mois	6-7 mois	12 mois
de beurre – aromatisée hydrogénée	12 mois	9 mois	non
canola	12-18 mois	6-9 mois	12 mois
pressées à froid	non	non	6 mois
carthame	12 mois	9 mois	18 mois
de citrouille	7 mois	2-3 mois	4-6 mois
de lin, scellée	non	non	3 mois
de lin, ouverte	non	non	3 semaines
de maïs	12-18 mois	6-9 mois	10-12 mois
de noix	7 mois	3-4 mois	6-8 mois
d'olive, extra vierge	9-12 mois	6-7 mois	12 mois
de pépins de raisin, raffinée	18-20 mois	6-8 mois	12 mois
sauces à salade, du commerce	voir date meilleur avant		voir date de péremption ou 3 mois
de sésame	12 mois	8-9 mois	16 mois
de soya	12-18 mois	6-9 mois	12 mois
shortening d'huile végétale	6 mois	10-12 mois	12 mois
de tournesol	9 mois	3-6 mois	6-8 mois
végétale, en atomiseur	12-24 mois	12 mois	non
Jus de fruits en boîte	4-6 mois		8-12 jours
Lait, écrémé en poudre	6-12 mois		1 mois
Lait, évaporé	9-12 mois		4-5 jours
Lait, condensé	9-12 mois		4-5 jours
Lait maternisé			
Concentré liquide	voir date meilleur avant	non	1 jour
En poudre	voir date meilleur avant	1 mois	
Préparé ou prêt à boire	voir date meilleur avant	non	48 heures
Lait, poudre de babeurre	6 mois		1 mois
Lait, UHT	voir date meilleur avant		7 jours
Légumineuses, haricots, pois, lentilles	12 mois	12 mois	
Levure déshydratée	voir date meilleur avant		
Maïs soufflé	2 ans		
Mélasse	1-2 ans	6 mois	
Miel pasteurisé	2 ans		
Noix			
Dans l'écaille	4 mois		
Décortiquées		2 semaines	

ALIMENT	SCELLÉ DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS LE GARDE-MANGER	OUVERT DANS RÉFRIGÉRATEUR
Graines, scellées sous vide	12 mois		
Graines, un autre emballage	3 mois	2 semaines	
Noix, sans sel			9-12 mois congélateur
Noix, salées			6-8 mois congélateur
Pâtes alimentaires	plusieurs années		
Pâtisseries pour grille-pain	2-3 mois		
Pectine, en poudre	voir date meilleur avant		
Pectine, liquide	voir date meilleur avant		1 mois (couvert)
Poissons et crustacés	12 mois		2 jours
Pommes de terre en flocons	6-12 mois		
Riz, aromatisé	6 mois		
Riz, blanc	plusieurs années		
Riz, brun	6 mois		
Sauces, mélanges	6-12 mois		
Sauce aux canneberges			3 semaines
Sauce tomates et pour pâtes, conserve, pot	12 mois	non	5 jours
Sirops, de maïs, de table	12 mois	12 mois	
Sirop d'érable			12 mois
Soupes, mélanges	12 mois		
Sucre			
Cassonade	4 mois		
À glacer	18 mois		
Granulé	2 ans		
Édulcorant artificiel	2 ans		
Tahini (beurre de sésame)	12-18 mois	90-120 jours	plus longtemps
Thé, en sachets	12-18 mois		
Thé, en feuilles	2 ans		
Tomates, séchées au soleil			12 mois
Tomates, séchées au soleil, dans l'huile, ouvertes			4 mois
Vinaigre	2 ans	1 an	



ALIMENTS CUISINÉS À LA MAISON

Réfrigérez les aliments cuits aussitôt que possible après le repas. Une fois que les aliments sont refroidis, couvrir avec un couvercle de plastique ou de la pellicule plastique. Ensuite, utilisez-les rapidement ou congelez-les car leur durée de conservation est courte. Si vous avez quelque doute que ce soit en ce qui a trait à la salubrité d'un restant de nourriture, jetez-le.

ALIMENT	DANS LE RÉFRIGÉRATEUR	DANS LE CONGÉLATEUR
Antipasto	10 jours	12 mois
Boules au fromage	1 semaine	
Farce pour la dinde	3-4 jours	3 mois
Gâteau au fromage cuit		6 mois
Huiles aromatisées à l'ail, aux herbes	2-3 jours	non
Huiles aromatisées à l'ail, aux herbes, adéquatement chauffées	1 mois	non
Lait de poule	1 jour	non
Lait maternisé, préparé correctement	48 heures	non
Oeufs à la coque	1 semaine	non
Oeufs, blancs	1-2 jours	1 an
Oeufs, blancs et jaunes	2-3 jours, couverts	4 mois
Poisson cuit	1-2 jours	4-6 mois
Pommes de terre cuites, en purée	3 jours	
Sauce au poulet & à la dinde	1-2 jours	2-3 mois
Ragoûts à la viande, tourtières	2-3 jours	3 mois
Riz cuit & nouilles cuites	3 jours	3 mois
Sandwiches	toute la nuit	6 semaines
Sauce aux canneberges	3 semaines	1 an
Soupes, à la viande, aux légumes	3-4 jours	2-3 mois
Tartes aux fruits, non cuites	non	6 mois
Viande cuite	3-4 jours	2-3 mois
Volaille & dinde cuite	3-4 jours	3 mois

RÉFÉRENCES

Agriculture & Agroalimentaire Canada. 1984, publication no. 1695/B. Conservation des aliments à la maison, Ottawa, Ontario

Alberta Health. Feeding Your Baby For The First Year, Alberta.

Alberta Milk Producers. 1998. Edmonton, Alberta.

Calgary Health Services. 1997. Consumer Food Safety, Calgary, Alberta

Bureau laitier du Canada. Le guide de référence d'aujourd'hui des produits laitiers. Ottawa, Ontario.

Harrison Lewis, 1990. The Complete Fats and Oils Book, Avery Publishing Group, Garden City Park, New York.

Guide de conservation des aliments pour les fruits et légumes frais, Fresh for Flavor Foundation,

Kraft Canada, 2001, Montréal, Québec

Les Aliments M&M Ltée. 1998. Manuel des produits canadiens.

Nielson, Sheri. 1996. Everybody's Food Safe Kitchen, Everybody's Kitchen Ventures Ltd., Salt Spring Island, British Columbia.

The Food Keeper. 1998. Food Marketing Institute. Washington, D.C.

Vaisey-Genser, M. Malcolmson, L.J., et al. 1998, L'acceptation des huiles entreposées par les consommateurs, 12e rapport de recherche: graine, huile et huile de canola brute. Université du Manitoba, Manitoba.



