

消費期限と賞味期限は、 どっちがう？



お店で買った食品の袋や容器などに書かれている「消費期限」、
「賞味期限」という日付。どちらも食品をつくった人などが期限を示した
ものですが、意味はちょっとちがいます。そのちがいをきちんと知って、
健康を守り、また、食べ物をムダにしないように心がけましょう。

消費期限とは？

「安全に食べられます」という
期限を示しています。

おもに、お弁当やおかずなど、
いたみやすい食品につけられます。

たとえば、こんな食品に表示されます



お弁当やおそうざい

調理パンや
サンドイッチ

パック入りの食肉

生めん

賞味期限とは？

「品質が保たれ、おいしく、安全に食べられます」という期限を
示しています。

消費期限に比べ、いたみにくい
食品につけられます。つくられた
日から3ヵ月以内のものは年月日
で表示します。3ヵ月をこえるも

たとえば、こんな食品に表示されます



カップめん

レトルト食品

バター、
ヨーグルト、チーズ

スナック
菓子

缶詰、缶ジュース、
ペットボトル飲料

のについては、年月で表示することも認められています。日付を過ぎると、すぐに食べられなくなる、というわけではありませんが、早いうちに食べましょう。

食べ物を安全に、おいしく食べるためには、
保存方法を守って、期限のうちに食べよう！

期限表示も大事だけれど、見た目やにおい、
味などでチェックすることも大事ね！



消費期限も賞味期限も「袋や容器を開けないで」「書かれた保存方法を守って
保存している」場合の、安全やおいしさを約束したものです。一度開けたものは、
早く食べましょう！