

Mindesthaltbarkeitsdatum

Lebensmittel	In der Regel (ungeöffnet) noch so lange nach MHD gut	Hinweise
Wurst & Schinken	Einige Tage	Salami und geräucherte Schinken am Stück sind im Kühlschrank mehrere Wochen haltbar
Frischmilch	Einige Tage	
Brot	Mehrere Tage	
Eier	Ca. 2 Wochen	Nach MHD nicht für Speisen mit rohen Eiern verwenden und gut durcherhitzen. Der Wassertest hilft: Ei in ein Glas mit Wasser legen. Bleibt es unten, ist es frisch; richtet es sich auf, ist es älter, aber noch genießbar; schwimmt es hoch, entsorgen.
Joghurt und Quark	Mehrere Tage bis Monate	Sauermilchprodukte (Joghurt, Quark, Schmand, Saure Sahne) haben durch die Milchsäure einen natürlichen Schutz. Das gilt nicht für Milchreis, Pudding und ähnliche Speisen.
Käse	Weichkäse: mehrere Tage bis Wochen Hartkäse: mehrere Monate	
H-Milch	Mehrere Wochen	
Butter	Mehrere Wochen bis Monate	
Mehl	Mehrere Wochen bis Monate	
Marmelade & Konfitüre	Mehrere Monate bis Jahre	
Nudeln & Reis	Einige Jahre	
Konserven	Mehrere Jahre	Wenn unbeschädigt. Stark verbeulte, undichte oder rostige Dosen ungeöffnet entsorgen. Eingeckenkte Dosen mit zerstörter Innenlackierung ebenfalls entsorgen, da Metalle ins Innere übergehen können.

Hinweis:

Die Studie der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) von 2017 zeigt, dass rund 6 % der Lebensmittel aufgrund abgelaufenen Mindesthaltbarkeitsdatums weggeworfen werden. Das erscheint eigentlich nicht viel. Zu bedenken ist aber, dass frisches Obst mit 17 %, frisches Gemüse mit ebenfalls 17 % und Brot/Backwaren mit 16 % die größten Anteile an den vermeidbaren Lebensmittelabfällen haben und zusammen die Hälfte dieser Abfälle ausmachen. Frisches Obst und Gemüse und Brot/Backwaren tragen aber oft gar kein Mindesthaltbarkeitsdatum. Daraus folgt, dass bei der Hälfte der vermeidbaren Lebensmittelabfälle das MHD gar nicht ausschlaggebend dafür sein kann, dass diese Lebensmittel entsorgt werden.

Erstaunlich ist, dass beinahe die Hälfte (46%) der aufgrund von abgelaufenem MHD weggeworfenen Lebensmittel in der ungeöffneten Verpackung weggeworfen wurden. Verbraucher*innen haben also nicht einmal probiert, ob die Produkte noch gut waren, sondern sie unbesehen weggeworfen.

Hier zeigt sich, dass das MHD tatsächlich von vielen Verbrauchern als ein „Verfallsdatum“ betrachtet wird, nachdem die Lebensmittel grundsätzlich ungenießbar oder gesundheitsschädlich wären.