

Aliment	Durata de refrigerare (0-4 °C)	Durata de congelare (pana la -18 °C)
CARNE		
Carne de vita proaspata	2-4 zile	10-12 luni
Carne de porc proaspata	2-4 zile	8-12 luni
Carne de miel proaspata	2-4 zile	8-12 luni
Carne tocata	1-2 zile	2-3 luni
Pui sau curcan intreg proaspat	2-3 zile	1 an
Bucati proaspete de pui sau curcan	2-3 zile	6 luni
Peste slab proaspat	3-4 zile	6 luni
Peste gras proaspat	3-4 zile	2 luni
Crustacee (homar, crab, etc.) proaspete	12-24 ore	2-4 luni
Crustacee gatite	1-2 zile	2-4 luni
Jambon/sunca in conserva	6-9 luni	Nu se congeleaza!
Jambon gatit (felii sau bucati mai mari)	3-4 zile	2-3 luni
Bacon	1 saptamana	1 luna
Carnat crud (porc, vita sau curcan)	1-2 zile	1-2 luni
OUA		
Oua proaspete in coaja	3-4 saptamani	Nu se congeleaza!
Oua proaspete fara coaja	2-4 zile	4 luni
Oua fierte tari	1 saptamana	Nu se recomanda congelarea!
LACTATE		
Lapte	Se verifica data expirarii de pe ambalaj!	6 saptamani
Lapte - sticla/cutie deschisa	3 zile de la deschidere	Nu se congeleaza!

Branza cottage	Se verifica data expirarii de pe ambalaj!	Nu se recomanda congelarea!
Branza cottage - pachet deschis	3 zile de la deschidere	Nu se congeleaza!
laurt	Se verifica data expirarii de pe ambalaj!	1-2 luni
laurt - pachet deschis	3 zile de la deschidere	Nu se congeleaza!
Branzeturi moi (mascarpone, ricotta, urda, etc.)	1 saptamana	Nu se recomanda congelarea!
Branzeturi semi-tari (cas, telemea, emmental, etc.)	2-3 saptamani	8 saptamani
Branzeturi tari (parmezan, pecorino, etc.)	pana la 10 luni	pana la 1 an
Unt sarat	8 saptamani	1 an
Unt nesarat	8 saptamani	3 luni
Unt - pachet deschis	3 saptamani de la Deschidere	Nu se congeleaza!

LEGUME

Fasole verde/galbena	5 zile	8 luni
Morcovi	2 saptamani	10-12 luni
Telina	2 saptamani	10-12 luni
Spanac	2-4 zile	10-12 luni
Dovleac	1-2 saptamani	6 luni
Andive	3 zile	10-12 luni
Broccoli	5 zile	10-12 luni
Ardei gras	1 saptamana	10-12 luni
Varza	2 saptamani	9-10 luni
Sfecla	3 saptamani	10-12 luni
Ceapa	3-4 saptamani	1 an

Conopida	6 zile	6 luni
Varza de Bruxelles	6 zile	10-12 luni
Mazare	4 zile (in pastai)	10-12 luni
FRUCTE		
Caise	5 zile	8 luni
Cirese	3 zile	10 luni
Capsuni	3 zile	10-12 luni
Zmeura	3 zile	10-12 luni
Piersici	5 zile	8 luni
Pruna	5 zile	8 luni
Rubarba	1 saptamana	10 luni
MANCARE		
Mancaruri gatite pe baza de carne (rosie, in general), oua si/sau legume	3-4 zile	2-3 luni
Sosuri pe baza de carne	1-2 zile	2-3 luni
Mancaruri gatite pe baza de pui	3-4 zile	4-6 luni
Mancaruri gatite pe baza de peste	3-4 zile	4-6 luni
Supe/ciorbe	2-3 zile	4 luni
Aluaturi (pt. paine, patiserii, etc.)	./.	2-3 luni