

artykuły spożywcze (temp. ~ +20C)	średnia trwałość produktów (niezapakowana próżniowo)	średnia trwałość produktów (zapakowanych próżniowo)
chleb/bułki	2-3 dni	7-9 dni
kawa/herbata	2-4 miesiące	12 miesięcy
żywność liofilizowana	1-2 miesiące	12 miesięcy
wino	2-3 dni	20-25 dni
<b>artykuły spożywcze w lodówce (temp. 0C / +6C)</b>		
surowe warzywa	5-6 dni	18-21 dni
surowe owoce	3-7 dni	7-25 dni
świeże zioła	2-4 dni	7-14 dni
pieczone mięso	2-4 dni	7-12 dni
dziczyzna	2-5 dni	30-40 dni
wołowina	3-5 dni	30-40 dni
drób	2-3 dni	6-10 dni
ryba	1-3 dni	4-5 dni
twardy ser	15-20 dni	40-60 dni
twaróg	5-7 dni	13-15 dni
<b>artykuły spożywcze w zamrażarce (temp. -18C / -15C)</b>		
mięso	6-8 miesięcy	24 miesiące
mięso mielone	4-6 miesięcy	12 miesięcy
drób/ryby	5 miesięcy	24 miesiące
owoce	8-9 miesięcy	24 miesiące
warzywa	6-10 miesięcy	24 miesiące