



ZEHN

ZENTRUM FÜR
ERNÄHRUNG UND
HAUSWIRTSCHAFT
NIEDERSACHSEN

ZEHN FAKTEN



Das Mindesthaltbarkeitsdatum, kurz MHD, ist auf den meisten verpackten Lebensmitteln zu finden. Es informiert darüber, bis wann ein Produkt bestimmte Qualitätseigenschaften wie Geruch, Geschmack und Nährwert beibehält. Doch auch danach sind viele Lebensmittel weiterhin essbar und viel zu schade für die Tonne!

Mindesthaltbarkeitsdatum

1. Einführung

Seit 1981 sind Hersteller verpflichtet, das MHD auf vielen verpackten Lebensmitteln anzugeben. Es dient dem Lebensmitteleinzelhandel und Verbraucher*innen als Orientierung.

2. Festlegung des MHD

Es gibt keine Vorgabe, wie das MHD festgelegt wird. Lebensmittelhersteller führen Tests und Untersuchungen durch, um für jedes Produkt das MHD zu bestimmen.

3. Garantie

Bis zu dem gedruckten MHD garantieren Hersteller, dass das Lebensmittel einwandfrei ist und spezifische Eigenschaften wie Aussehen, Geschmack oder Textur des ungeöffneten Produktes bei korrekter Lagerung gewährleistet sind.

4. Länger gut

Wie lange ein Lebensmittel nach Ablauf des MHD noch essbar ist, unterscheidet sich je nach Produkt: Konserven und trockene Produkte wie Nudeln oder Reis sind oft noch jahrelang nach dem MHD verzehrfähig.

5. Sehen, riechen, schmecken

Zuverlässigere Auskunft über den Zustand eines Lebensmittels als das MHD liefern unsere Sinne. Über 84 % der Verbraucher*innen prüfen die Lebensmittel nach Ablauf des MHD.

6. Wichtige Auskunft

Für 81 % der Verbraucher*innen ist das MHD eine der wichtigsten Angaben auf Verpackungen.

7. Noch gut & günstiger

Produkte mit überschrittenem MHD dürfen weiterhin verkauft werden, oftmals sind diese im Preis reduziert.

8. Produkte ohne MHD

Von der Pflicht der MHD-Kennzeichnung sind einige Lebensmittel befreit, wie z. B. frisches Obst und Gemüse, Zucker, Kaugummi, Essig und Wein.

9. Verbrauchsdatum

Lebensmittel, die aus mikrobiologischer Sicht sehr leicht verderblich sind, tragen statt des MHD ein Verbrauchsdatum (z. B. Räucherfisch, Hackfleisch, Geflügelfleisch). Sie dürfen nach diesem Datum aufgrund von möglicher Keimbelastung nicht mehr verzehrt werden.

10. Verschwendung

Zu viele Produkte landen nach Ablauf des MHD ungeöffnet in der Tonne, obwohl sie vielleicht noch essbar gewesen wären. Wer Lebensmittel verschwendet, verschwendet auch wertvolle Ressourcen, die für die Herstellung eingesetzt wurden.

Schon gewusst?

Wie lange sind ungeöffnete Produkte nach Ablauf des MHD oft noch gut?

> 1 Jahr



Kaffee, Konserven,
Linsen, Nudeln, Reis

mehrere
Monate

Haferflocken,
Getränke, Süßwaren

mehrere
Wochen

Eier, Hartkäse,
Joghurt, Nüsse

mehrere
Tage

Milch, Fleischsalat,
Schinken, Wurst

Tipps für den richtigen Umgang mit dem MHD.

Wie lange sind ungeöffnete Produkte nach Ablauf des MHD noch gut?

Das kommt auf das Produkt an. Aufschnitt beispielsweise ist allgemein nicht so lange haltbar. Schon beim Kauf fällt auf: Bis zum Ablauf des MHD sind es nur wenige Tage oder Wochen. Dann gilt: Sobald das MHD abgelaufen ist, sollte das Produkt möglichst schnell gegessen werden. Lebensmittel wie Nudeln oder Kekse dagegen, bei denen das MHD beim Kauf mehrere Monate entfernt liegt, lassen sich auch nach Ablauf des MHD deutlich länger verzehren.

Eier tragen immer ein MHD:

Eier sollten nach dem Kauf kühl gelagert werden. Sie sind bei ausreichender Kühlung nach Ablauf des MHD noch circa 2-3 Wochen essbar, sollten dann aber durchgerührt werden.

Verbrauchsdatum ist nicht gleich MHD:

Bewusst darauf achten, welche Produkte ein „zu verbrauchen bis“-Datum tragen – es sind nicht viele. Nur diese dürfen nach Ablauf des Verbrauchsdatums nicht mehr verzehrt werden (z. B. Räucherfisch, Sushi, Hackfleisch, Geflügelfleisch, Vorzugsmilch, geschnittene Salate).

Vorsicht bei verdorbenen Lebensmitteln:

Verdorbene, z. B. faulige oder verschimmelte Lebensmittel, müssen grundsätzlich entsorgt werden. Der Schimmel verbreitet sich auch unsichtbar und kann chronisch giftig sein. Das gilt auch bei Konfitüre (nicht aber bei Produkten wie Schimmelkäse oder Salami mit pudrigem Belag).

Eigenen Sinnen trauen:

Es gibt keine pauschalen Angaben zu genauen Zeitpunkten für den Qualitätsverlust und späteren Verderb. Daher einfach mutig sein und den eigenen Sinnen vertrauen.

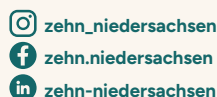
Clever verwerten.



Sind die Kekse nicht mehr knusprig? Die Marmelade hat die Farbe verloren, die Schokolade ist weißlich? Kekse können zu einem Krümel-Teigboden verarbeitet werden, die Marmelade eignet sich als Schicht im Kuchen oder Gebäck, und im Kuchenteig lässt sich auch ältere Schokolade noch wunderbar verwenden. Mit ein paar kreativen Ideen werden aus Resten köstliche Gerichte.

www.zugutfuerdietonne.de/tipps-fuer-zu-hause

Wir bringen Wissen zum Leben.



zehn-niedersachsen.de

Quellen und weiterführende Informationen:

- BMLEH: Deutschland, wie es isst. Der BMLEH-Ernährungsreport 2025
- BVL: Mindesthaltbarkeitsdatum / Verbrauchsdatum / Haltbarkeitsdatum
- EU: Verordnung (EU) Nr. 1169/2011. Information der Verbraucher über Lebensmittel
- EU: Verordnung (EG) Nr. 589/2008. Vermarktungsnormen für Eier
- Verbraucherzentrale Hamburg: So erkennen Sie, ob Lebensmittel noch gut sind

Die konkreten Verlinkungen der Quellen finden Sie im digitalen Faktenblatt:
www.zehn-niedersachsen.de/downloadcenter

Stand: Mai 2026

Direkt
zum
ZEHN:

