

# 卵と牛乳の保管について

卵や牛乳は、ご家庭でいつもどのように保管されていますか？どちらも温度管理が大切な食材です。今回は卵と牛乳を美味しく安全にいただくために、保管方法についてお伝えします。

## ●卵の保管

卵の賞味期限は、「生食」しても問題がない期限です。  
この賞味期限は「冷蔵保存」が前提です。

卵には、呼吸するための小さな穴が多くあります。温度差により卵の表面が結露してしまうと、雑菌等が穴を通じて卵の中に入ってしまう可能性があり、卵が傷みやすくなってしまいます。スーパーなどでは、気温や湿度の差を少なくするために常温で販売されていることが多いですが、家庭では冷蔵庫での保管が望ましいです。また、周りの匂いを吸収しにくく、湿度も一定に保ちやすいので、卵はパックのまま保存しましょう。卵の殻には、微量の食中毒菌が付着している可能性もありますので、他の食材に移さないようにする意味でもパックのままでの保管がベストです。



東海コープ  
ホームページに  
「おいしくって、  
安全なおはなし」の  
バックナンバーが  
あります。



## ●牛乳の保管

牛乳は殺菌されていますが、無菌ではありません。そのため、冷蔵保存が大切です。(LL(ロングライフ)牛乳は常温保存が可能です。)  
購入したらなるべく早く冷蔵庫に入れましょう。



## ●冷蔵庫のドアポケットは要注意

ドアポケットは冷気の吹き出し口から遠く、開閉による温度の影響を受けやすいので、ほかの場所と比べると温度が上がりやすい場所です。(一度温度が上がると下がるのにも時間がかかります。)

卵は、温度変化以外にも開け閉めするたびに振動が伝わりやすく、品質の劣化につながったり、殻にヒビが入ったりする可能性もあるので、冷蔵庫の中の方で保管しましょう。ただ、吹き出し口のすぐ前は凍ってしまう可能性があるため避けましょう。

牛乳は、開封後は立てて保管する必要がありドアポケットに収納することになりますが、開封まではなるべくドアポケットではなく中の方に注ぎ口を上にして置きましょう。卵と同じく、吹き出し口の前は避けましょう。また、開封後は、なるべく早く飲み切ってください。2～3日が目安です。



2024年  
2月1週  
(5号)

東海コープからの

おいしくって、  
安全なおはなし

