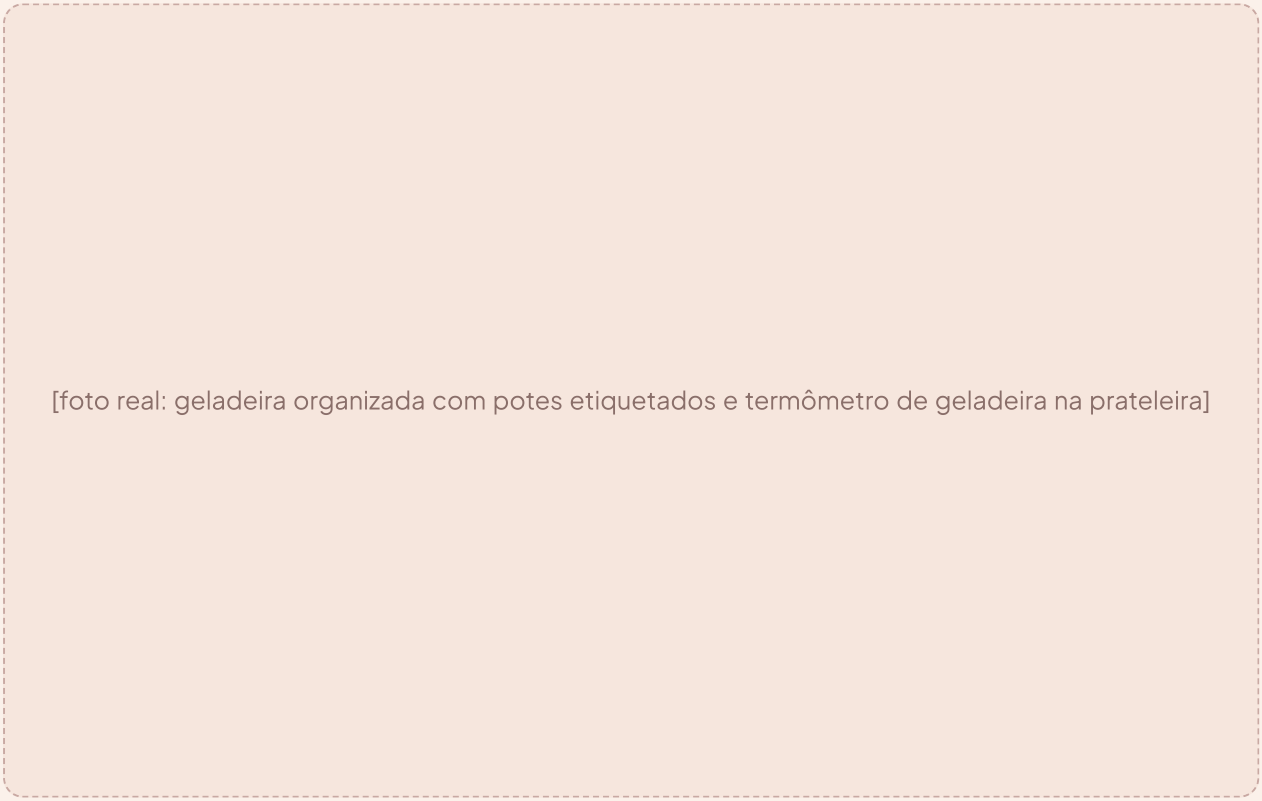
BÔNUS 8 · COZINHA QUE VENDE

Tabela de validade e conservação

Quanto tempo cada tipo de produto dura, em que temperatura guardar e o que escrever na etiqueta.



Material em PDF para ler no celular ou imprimir. Preços e regras de referência conferidos em 03/11/2026. Produto educativo: não promete renda nem resultado de vendas.

Prazos de referência

Os prazos abaixo seguem a tabela de validade da **Portaria CVS nº 5/2013**, art. 34, do Centro de Vigilância Sanitária do Estado de São Paulo, para alimentos preparados. São prazos máximos, contados a partir do preparo, com a temperatura indicada o tempo todo.

Produto	Como guardar	Prazo máximo	Categoria na CVS 5/2013
Brigadeiros, docinhos, bombons, bolos e doces de confeitaria com recheio ou cobertura	Geladeira, até 5 °C	5 dias	Produtos de confeitaria com recheio/cobertura
Bolo de pote, pavê, mousse, pudim, cheesecake, sobremesas com creme de leite ou leite	Geladeira, até 4 °C	3 dias	Sobremesas e laticínios manipulados
Salgados prontos, tortas salgadas, quiche, esfiha (depois de assados ou fritos)	Geladeira, até 4 °C	3 dias	Alimentos pós-cocção
Recheio ou prato com carne moída	Geladeira, até 4 °C	2 dias	Carne moída
Sanduíche natural e preparações com maionese	Geladeira, até 4 °C	2 dias	Maionese e misturas com maionese
Marmitas e pratos prontos refrigerados	Geladeira, até 4 °C	3 dias	Alimentos pós-cocção
Salada no pote, kit de legumes picados e frutas higienizadas	Geladeira, até 5 °C	3 dias	Hortifrúti higienizado
Marmitas, salgados, massas e caldos congelados; geladinho, picolé e sorvete	Freezer a -18 °C ou menos	90 dias	Alimentos congelados
O mesmo, em freezer entre -11 °C e -18 °C (freezer fraco ou compartimento da geladeira)	-11 °C a -18 °C	30 dias	Alimentos congelados

> **Se o guia ou uma ficha indicar um prazo maior**, use o menor. Algumas receitas do guia citam prazos de prática comum na confeitaria; na etiqueta, prefira o prazo desta tabela, a não ser que a vigilância da sua cidade oriente outro.

Produtos que ficam fora da geladeira

Pães, biscoitos, bolos secos sem recheio, granola, pipoca e snacks não aparecem na tabela de refrigerados da CVS 5/2013. O prazo deles depende da receita, da umidade e da embalagem. Faça um **teste de prateleira**: guarde 2 ou 3 unidades embaladas como vão para o cliente e observe dia a dia (cheiro, textura, mofo, umidade). Na etiqueta, use um prazo menor do que o observado.

> **Conservas em óleo, pastas de alho, vegetais em conserva e molhos caseiros** de baixa acidez podem ter risco de botulismo quando ficam fora da geladeira. Venda só refrigerados, com prazo curto, ou consulte a vigilância sanitária antes de vender em temperatura ambiente.

Regras de temperatura que fazem diferença

Momento	Regra	Referência
Cozinhar	O centro do alimento deve chegar a 74 °C (ou 65 °C por 15 min, ou 70 °C por 2 min).	CVS 5/2013, art. 41
Esfriar	De 60 °C a 10 °C em até 2 horas, antes de ir para a geladeira. Divida em porções rasas para esfriar mais rápido.	CVS 5/2013, art. 45
Descongelar	Na geladeira (até 5 °C) ou no micro-ondas se for preparar logo em seguida. Nunca na pia, em temperatura ambiente.	CVS 5/2013, art. 37
Depois de descongelado	Não congele de novo. Use dentro do prazo de refrigerado.	CVS 5/2013, art. 37
Reaquecer	Chegar de novo a 74 °C no centro.	CVS 5/2013, art. 41
Guardar refrigerado	Geladeira abaixo de 5 °C. Confira com termômetro: a porta é a parte mais quente.	RDC Anvisa 216/2004

Como escrever na etiqueta

Brigadeiro gourmet · 4 unidades
Fabricado em: 03/11/2026 · Validade: 08/11/2026
Conservar em geladeira até 5 °C. Depois de aberto, consumir no mesmo dia.

- Escreva a data de validade (dia/mês/ano), não “válido por 5 dias”.
- Conte o dia da fabricação como dia 0.
- Para congelados: “Conservar congelado a -18 °C. Depois de descongelado, não congelar novamente.”

Etiqueta interna (para o que fica na sua geladeira)

Ingrediente aberto e recheio pronto também levam etiqueta: **nome, data de abertura ou preparo e validade**. Fita crepe e caneta resolvem.

Fontes: Portaria CVS nº 5/2013 (Centro de Vigilância Sanitária, Secretaria da Saúde de SP), arts. 34, 37, 41 e 45; Resolução Anvisa RDC nº 216/2004. Consultadas em 03/11/2026. Produto educativo. Não garantimos renda nem resultado de vendas: o que você vende depende do seu preço, da sua região, do seu tempo e de quantas pessoas você alcança. Consulte as regras da vigilância sanitária do seu município.