

# Презентация на тему «Пищевые добавки.»

Авторы:

Топильская Вероника  
ученица 9 класса

Учитель: Сидельникова И.М.



# **Цель исследования:**

**Изучение пищевых добавок в продуктах питания, их предназначение, и влияние на здоровье человека.**

# Задачи

## исследования:

- Раскрыть значение пищевых добавок, применяемых для производства пищевых продуктов.
- Определить, как влияют пищевые добавки на человеческий организм.

# ВЫБОР ОБЪЕКТА И ПРЕДМЕТА

- Объектом моего исследования является человек, так как он употребляет пищевые добавки, а предмет - продукты с добавлением пищевых добавок.

# МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

- Я избрала для себя научно-поисковый метод работы, через изучение литературы и продуктов питания.

# Пищевые добавки-

— природные или искусственные вещества и их соединения, специально вводимые в пищевые продукты в процессе их изготовления в целях придания пищевым продуктам определенных свойств и сохранения качества пищевых продуктов.

**Пищевые добавки** — вещества, в нормальных условиях не используемые как пища или как типичные пищевые ингредиенты, которые в технологических целях добавляются в продукты питания в процессе производства, упаковки, транспортировки или хранения для придания им желаемых свойств.

# Зачем нужны пищевые добавки?

- История применения консервантов и красителей насчитывает тысячелетия. Первоначально это были всем известные специи – **соль, сахар, уксус**. В качестве красителей выступали овощи и куркума.

С развитием химической и пищевой промышленности в наш обиход вошло великое множество синтетических заменителей, которые на этикетках продуктов обозначаются буквенным кодом Е.

**Современные пищевые добавки выполняют две главные задачи:**

- увеличивают срок хранения продуктов питания, что необходимо для их транспортировки в разные уголки земного шара;
- придают продуктам питания необходимые и приятные свойства – красивый цвет, привлекательный вкус и аромат, густую консистенцию.

# Классификация по номерам

- Для классификации пищевых добавок в странах Евросоюза разработана система нумерации (действует с 1953 года). Каждая добавка имеет уникальный номер, начинающийся с буквы «Е». Система нумерации была доработана и принята для международной классификации **Кодекс Алиментариус**.

**E100 - E182 - красители;**

**E200 - и далее - консерванты;**

**E300 - и далее - антиокислители (антиоксиданты);**

**E400 - и далее - стабилизаторы консистенции;**

**E450 - и далее - эмульгаторы;**

**E300 - и далее - регуляторы кислотности, разрыхлители;**

**E600 - и далее - усилители вкуса и аромата;**

**E700 - E800 - запасные индексы для другой возможной информации;**





# Пищевые добавки E и безопасность

- Как искусственные ингредиенты влияют на наше здоровье – вот главный вопрос, который волнует современных потребителей.

Существует целый список солидных международных и российских организаций, которые занимаются исследованием влияния пищевых добавок на организм человека.

В России государственный контроль за качеством пищевых добавок осуществляется органами Госсанэпиднадзора РФ. Безопасность их использования регламентируется документами Госсанэпиднадзора Минздрава России.

# Запрещённые добавки:

— это добавки, достоверно приносящие вред организму.

**E121** — Цитрусовый красный 2 (**краситель**)

**E123** — Красный амарант (краситель)

**E128** — 03.09.2007. Красный 2G (краситель)

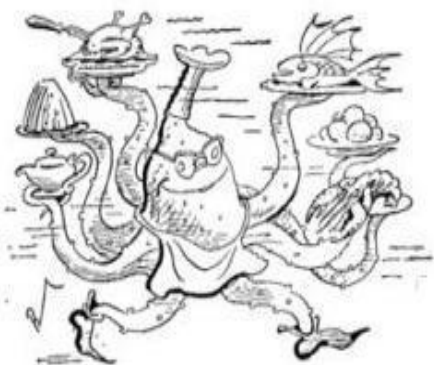
**E216** — Пара-гидроксибензойной кислоты пропиловый эфир, группа **парабенов** (**консервант**)

**E217** — Пара-гидроксибензойной кислоты пропилового эфира натриевая соль (**консервант**)

**E240** — Формальдегид (**консервант**)

ОПАСНЫЕ ПИЩЕВЫЕ  
**E-ДОБАВКИ**

*информационно-справочное пособие*



# Таблица вредных пищевых добавок

ТАБЛИЦА <b>ВРЕДНЫХ</b> ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК								
<b>ОЧЕНЬ ОПАСНЫЕ</b>	E123	E510	E513E	E527				
<b>ОПАСНЫЕ</b>	E102	E110	E120	E124	E127	E129	E155	E180
	E201	E220	E222	E223	E224	E228	E233	E242
	E400	E401	E402	E403	E404	E405	E501	E502
	E503	E620	E636	E637				
<b>КАНЦЕРОГЕННЫЕ</b>	E131	E142	E153	E210	E212	E213	E214	E215
	E216	E219	E230	E240	E249	E280	E281	E282
	E283	E310	E954					
<b>РАССТРОЙСТВО ЖЕЛУДКА</b>	E338	E339	E340	E341	E343	E450	E461	E462
	E463	E465	E466					
<b>КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ</b>	E151	E160	E231	E232	E239	E311	E312	E320
	E907	E951	E1105					
<b>РАССТРОЙСТВО КИШЕЧНИКА</b>	E154	E626	E627	E628	E629	E630	E631	E632
	E633	E634	E635					
<b>ДАВЛЕНИЕ</b>	E154	E250	E252					
<b>ОПАСНЫЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ</b>	E270							
<b>ЗАПРЕЩЕННЫЕ</b>	E103	E105	E111	E121	E123	E125	E126	E130
	E152	E211	E952					
<b>ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЕ</b>	E104	E122	E141	E171	E173	E241	E477	

Мною были рассмотрены разные продукты питания и отслежены пищевые добавки, которые были добавлены производителем.



**Практически во всех продуктах питания присутствуют пищевые добавки, которые по-разному влияют на организм человека.**



**В майонез E-320 и E-330,**  
содержащиеся в Провансале  
оливковом и Mr.Risso имеют  
тенденцию к появлению и  
развитию онкологических  
заболеваний



**В чипсах, как и в кетчупах** много добавок. Чаще всего встречается глутамат натрия **E-621** о котором мы рассказали при описании добавок в продуктах быстрого приготовления. Здесь, производители так же пишут полное название, надеюсь, на неграмотность населения.

Самые обычные продукты питания представленные на этой фотографии, в сумме имеют следующие добавки: E-234, E-407, E-331, E-339, E-452, E-420, E-967, E-421, E-965, E-950, E-951, E-330, E-296, E-322, E-903, E-321, E-415, E-260, E-200, E-385, E-416, E-418\*, E-162, E-160a, E-473, E-322, E-953, E-296...

Порой надо узнать не только расшифровку кода, а наоборот код из названия добавки. **Наша памятка справится и с этим!**

**Берегите свое здоровье, обращайте внимание на состав,** ведь, например, мало кто знает, что на одном из этих продуктов написано:  
**НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ БЕРЕМЕННЫМ И КОРМЯЩИМ ЖЕНЩИНАМ.**



В состав *газированных напитков* входят различные консерванты, ароматизаторы и красители, которые неблагоприятно влияют на желудочно-кишечный тракт.

**Колбаса докторская «Экстра»**  
включают в себя пищевую *добавку E 627*, пищевая добавка вредная для здоровья



# Вывод:

**Все изученные пищевые продукты содержат пищевые добавки: консерванты, ароматизаторы, усилители вкуса, антиокислители, загустители, эмульгаторы. Среди них встречаются и такие пищевые добавки, которые являются опасными, подозрительными и запрещёнными.**

**Необходимо использовать в пищу натуральные продукты, овощи, фрукты, а не принимать полуфабрикаты и продукты быстрого приготовления, сразу готовые к употреблению. Все изученные продукты имеют большой срок хранения. Тогда как натуральные продукты так долго невозможно хранить без добавления пищевых добавок.**



# Что необходимо знать потребителям о пищевых добавках.

- Пищевые добавки **E** присутствуют практически во всех продуктах питания на прилавках наших магазинов. Информация о них обязательно должна отражаться на этикетке товара.

Благодаря исследованиям специалистов, в списки вредных для здоровья пищевых добавок постоянно вносятся изменения. За информацией об их безвредности необходимо следить постоянно, так как ряд недобросовестных производителей в целях уменьшения себестоимости продукции нарушают рекомендованную технологию производства.

Следует также обратить внимание на синтетические добавки, формально не запрещенные, но, по мнению многих специалистов, небезопасные для нашего здоровья.



# Информационные ресурсы:

- [http://naturalika.ru/perechen\\_pischevyh\\_dobavok](http://naturalika.ru/perechen_pischevyh_dobavok),  
[http://prodobavki.com/modules.php?name=articles&article\\_id=65](http://prodobavki.com/modules.php?name=articles&article_id=65),  
<http://appetissimo.ru/index.php/akademiya/2161-eeeeeee.html>.



**Спасибо за  
внимание!**

**Будьте здоровы!**