

**Устный журнал  
«Мы в мире химии»  
№ 1- 2006**

**Тема: «Пища, которую мы едим».**

**Девиз: «Химики это те, кто  
действительно понимает мир!».**

**Л.Полинг**



# **Страница № 1.**

- **Что нужно знать, когда готовишь пищу и покупаешь продукты.**



# ***E - Значение***

- **100-182. Красители.**
- **200-299. Консерванты.**
- **300-399. Антиокислители.**
- **400-499. Стабилизаторы.**
- **500-599. Эмульгаторы.**
- **600-699. Усилители вкуса и аромата.**
- **900-999. Пеногасители.**

**Колбаса бутербродная.**

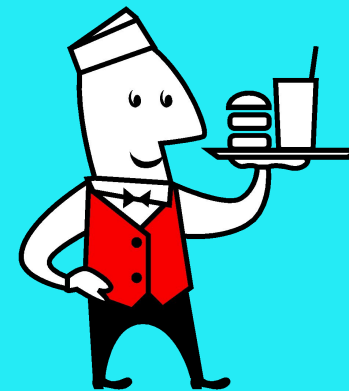
**Производитель ОАО**

**«Мясокомбинат**

**Омский»**

**E 250- консервант,  
вызывает нарушение  
давления;**

**E 450 – стабилизатор,  
вызывает  
расстройство  
желудка, поражает  
желудочно-кишечный  
тракт.**



- Напиток «Пепси»
- Производитель-(А) ООО «Пепси Интернешенел Боттлерс», г. Екатеринбург
- **E 150 a** – подозрительные пищевые добавки;
- **E 338** – вызывает расстройство желудка.



- **Сыр плавленый «Президент»**
- **E 450** – стабилизатор, вызывает расстройство желудка, поражает желудочно-кишечный тракт;
- **E 339** – антиокислитель, вызывает расстройство желудка, аллерген;
- **E 331** – антиокислитель, вреден для кожи, аллерген.



- **Жевательная резинка «Orbit»,**
- **ООО «Ригли», Санкт – Петербург**
- **Е 171, Е 322, Е 320 – вызывают болезни печени и почек.**



- **Куриный бульон «Maggi»**
- **Глутамат, иносинат гуанилат натрия – вызывают болезни желудочно-кишечного тракта;**
- **E 330 – особенно опасен, вызывает злокачественные опухоли.**





# Страница № 2.

## Практическое занятие.

- **Тема:** «**Пищевые добавки**».
- **Цель:** научиться расшифровывать коды пищевых добавок (с индексом E).
- **Задачи:** провести расшифровку кодов предложенных вам этикеток пищевых продуктов и сделать вывод о целесообразности применения данного продукта, учитывая их влияние на организм.





**Страница третья.**  
**«Вы нам писали...»**  
**Отвечаем на письма наших**  
**читателей.**





## Воспользуйтесь следующими советами:

- Нитраты хорошо растворимы в воде, поэтому: свёклу, кабачки, картофель, капусту, тыкву и др. перед приготовлением необходимо **нарезать кубиками и 2-3 раза залить водой**, выдерживая по 5-10 минут.
- Варка овощей, квашение, соление уменьшает содержание нитратов, а сушка, наоборот, повышает.





- Очищенный картофель лучше залить на сутки 1%-ной поваренной соли или аскорбиновой кислоты.



- ***У капусты необходимо снимать верхние кроющие листья и выбрасывать кочерыжку.***



**У свёклы и моркови нужно  
отрезать верхнюю и  
нижнюю часть  
корнеплода.**





*Нужно очищать  
огурец  
от кожицы и  
отрезать хвостик.*



## **Имейте в виду, что...**

**а) самое высокое содержание нитратов**

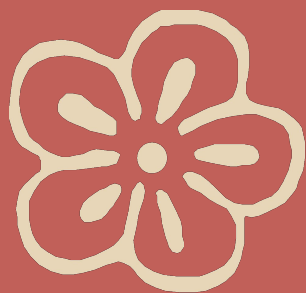
**(в мг/кг) отмечается в:**

- **свёкле (200-4500),**
- **капусте (600-3000),**
- **салате (400-2900),**
- **петрушке (1700-2500).**





# Страница четвёртая



**«Здоровье дороже золота».**

**Шекспир**



**Адрес редакции устного журнала:**

**г.Ноябрьск,**

**ул.Витаминная, №**

**6,02· 10<sup>23</sup>**

**наш телефон - С<sub>6</sub>Н<sub>12</sub>О<sub>6</sub>**

**Редакционная коллегия:**  
**главный редактор – Присич Н.**  
**журналист – Вовк Я.,**  
**редактор отдела писем – Куликова Н.,**  
**редактор отдела ЗОЖ – Токарь Е.,**  
**зав. компьютерным отделом – Павлова В.**  
**консультант – Русецкая О.П.,**  
**ведущие устного журнала:**  
**Савоськина А. и Ходырева**

**До свидания, до новых  
встреч!**

