

# Пищевые добавки в продуктах питания детей



Авторы работы: Данилова Анна  
Иванова Дарья

Научный руководитель: Бровкина  
Н.А.



# Цель исследования:

установить какие пищевые добавки содержатся в наиболее часто употребляемых школьниками

продуктах, к какому виду они относятся:

запрещенным или неразрешенным;

какое влияние оказывают на здоровье школьника.



## Классификация пищевых добавок

Тип добавок	Значение												
<b>Е 1** - красители</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Для восстановления природного цвета, утраченного в процессе обработки и хранения.</li> <li>2. Для окрашивания бесцветных продуктов.</li> <li>3. Для повышения интенсивности цвета.</li> <li>4. Применяется при подделке продуктов</li> </ol>												
<b>Е 2** - консерванты</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Для увеличения срока годности, предотвращения порчи продуктов, происходящей под действием микроорганизмов</li> </ol>												
<b>Е 3** - антиокислители</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Защищают жиросодержащие продукты от прогоркания.</li> <li>2. Останавливают самоокисление продуктов</li> </ol>												
<b>Е 4** - загустители</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Позволяют получить продукты с нужной консистенцией, улучшают и сохраняют их структуру.</li> <li>2. Используется в производстве мороженого, желе, консервов и майонеза</li> </ol>												
<b>Е 5** - эмульгаторы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отвечают за консистенцию пищевого продукта, его вязкость.</li> <li>2. Используется в производстве маргарина, кулинарного жира, колбасного фарша, кондитерских и хлебобулочных изделиях</li> </ol>												
<b>Е 6** - усилители вкуса.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Для усиления выраженного вкуса и аромата.</li> <li>2. Придают ощущение жирности низкокалорийным йогуртам и мороженому.</li> <li>3. Смягчают резкий вкус уксусной кислоты и остроту в майонезе.</li> <li>4. Подсластители</li> </ol>												
<b>Е900 — Е999</b> <b>Прочие</b>	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 100px;">900—909</td> <td>воски</td> </tr> <tr> <td>910—919</td> <td>глазирователи</td> </tr> <tr> <td>920—929</td> <td>вещества, улучшающие мучные изделия</td> </tr> <tr> <td>930—949</td> <td>газы для упаковки</td> </tr> <tr> <td>950—969</td> <td>подсластители</td> </tr> <tr> <td>990—999</td> <td>пенообразователи</td> </tr> </table>	900—909	воски	910—919	глазирователи	920—929	вещества, улучшающие мучные изделия	930—949	газы для упаковки	950—969	подсластители	990—999	пенообразователи
900—909	воски												
910—919	глазирователи												
920—929	вещества, улучшающие мучные изделия												
930—949	газы для упаковки												
950—969	подсластители												
990—999	пенообразователи												
<b>Е1100 — Е1999</b> <b>Дополнительные вещества</b>	<p>Новые вещества, не попадающие в стандартную классификацию</p>												

# Жевательные конфеты



**E-129** – канцероген;

**E-110, 132, 322** – вызывают  
аллергические реакции;



**E-171** – вызывает заболевания  
печени;

**E-124** – провоцирует приступы  
астмы

# Кириешки

Е-627, Е-631 - вызывают кишечные расстройства



# Шоколад и шоколадные батончики

**E-322 - вызывает заболевания желудочно-кишечного тракта и печени**





# Газированная вода

Е-211, 330, 952, 954- **канцерогены**;

Е-150 – вызывает заболевания печени и почек;

Е-296 – запрещен в детском питании.



# Чипсы

**E-330** – канцероген («PRO-чипсы»)

**E-621** - запрещен к использованию в детском питании; вызывает постепенное привыкание к продукту;

**E-621, 627** - нарушает нормальное артериальное давление; вызывает кишечные расстройства





«Ты лучше голодай,  
чем что попало есть»

Омар Хаям

