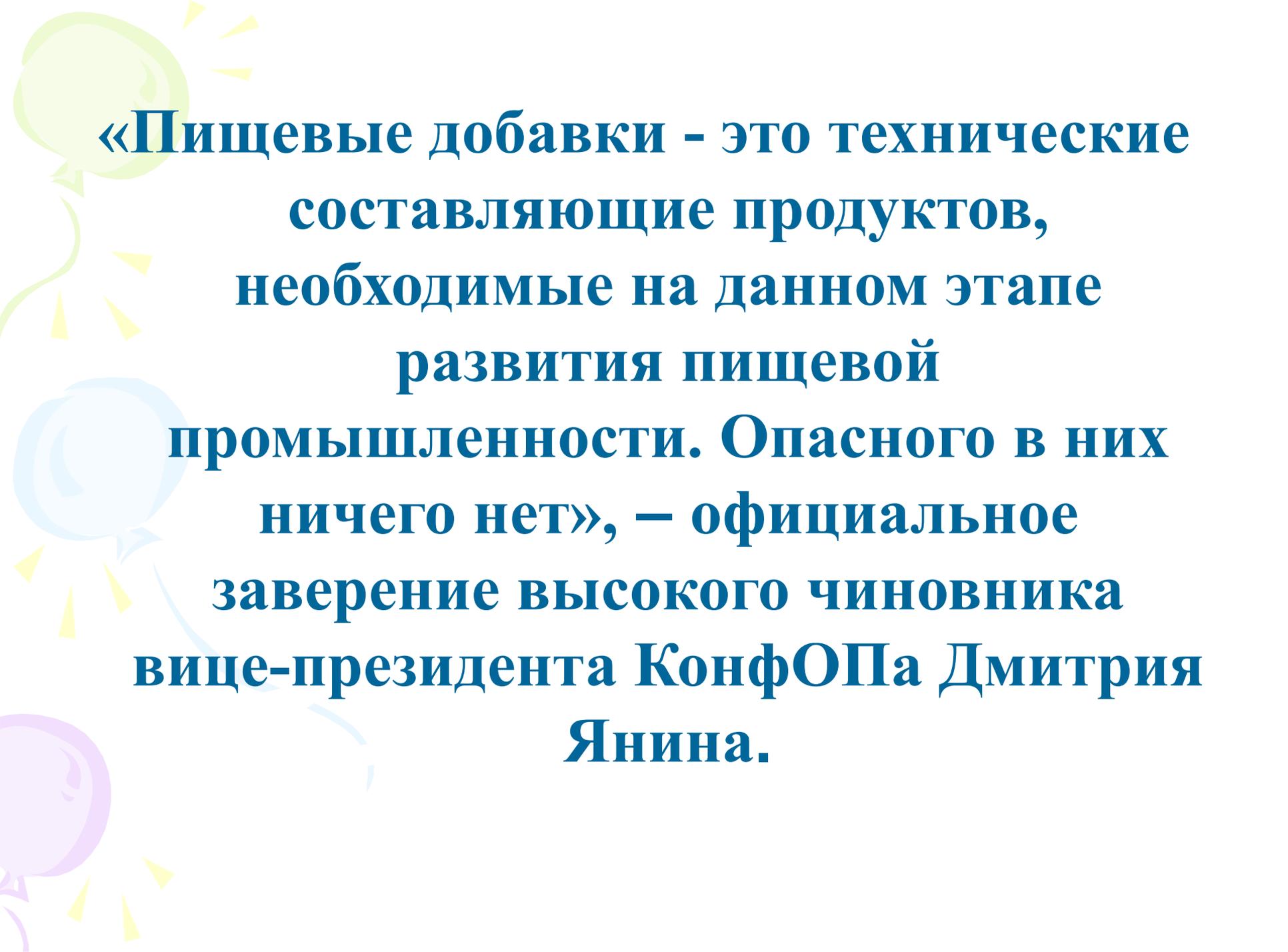


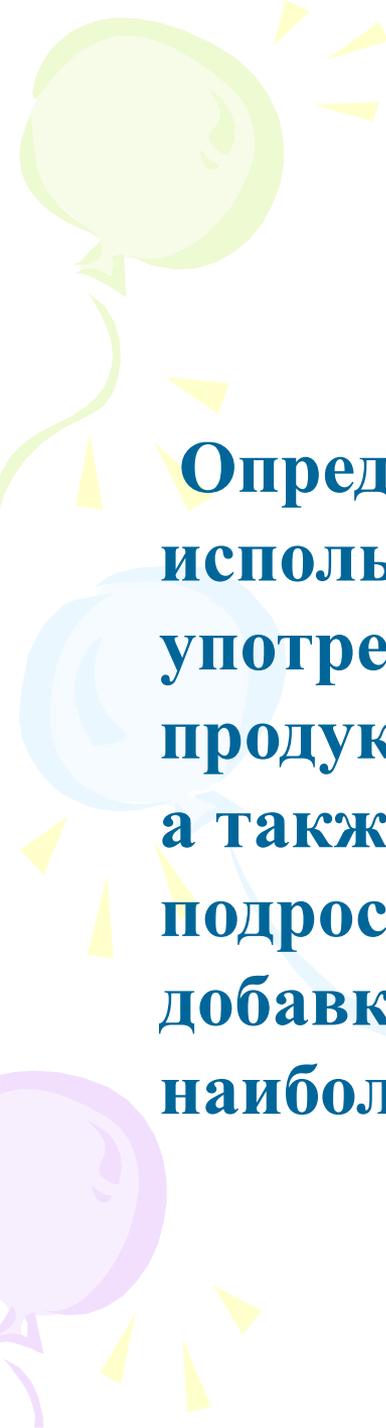
Исследовательская работа

...E121...E123..E216...E217...E240...

**«Пищевые добавки –
полезные, вкусные и
запрещённые»**

The background features three balloons in shades of green, blue, and purple on the left side, with yellow triangular rays emanating from behind them, suggesting a sun or a festive atmosphere.

«Пищевые добавки - это технические составляющие продуктов, необходимые на данном этапе развития пищевой промышленности. Опасного в них ничего нет», – официальное заверение высокого чиновника вице-президента КонфОПа Дмитрия Янина.



Цель работы:

Определить, являются ли пищевые добавки, используемые в производстве наиболее употребляемых подростками видов пищевых продуктов, вредными или опасными для здоровья, а также узнать уровень информированности самих подростков и их родителей о тех пищевых добавках, которые используются в производстве наиболее часто.

Что такое пищевые добавки?

Это природные соединения и химические вещества, которые сами по себе обычно не употребляются как пищевой продукт или обычный компонент пищи, но которые добавляют в продукты питания для того, чтобы они дольше хранились, для приобретения стойкости вкуса, улучшения внешнего вида. Обозначаются они буквой Е и имеют специальные номера.





E1..- краситель

E2..- консервант

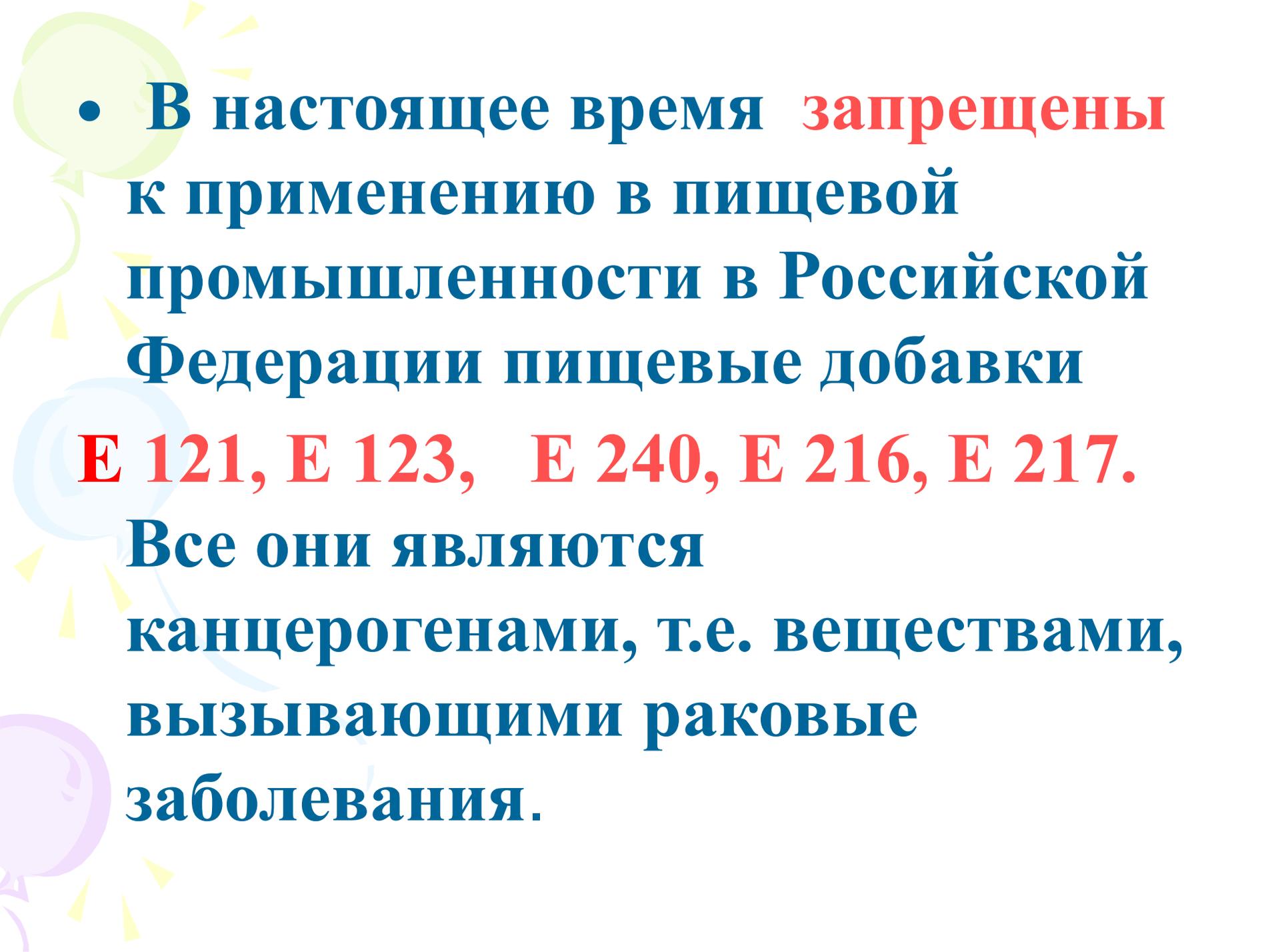
E3..- антиокислитель

E4..- загуститель

E5..- эмульгатор

E6..- усилитель вкуса

E7..- пеногаситель

- 
- В настоящее время **запрещены** к применению в пищевой промышленности в Российской Федерации пищевые добавки **Е 121, Е 123, Е 240, Е 216, Е 217.**

Все они являются канцерогенами, т.е. веществами, вызывающими раковые заболевания.

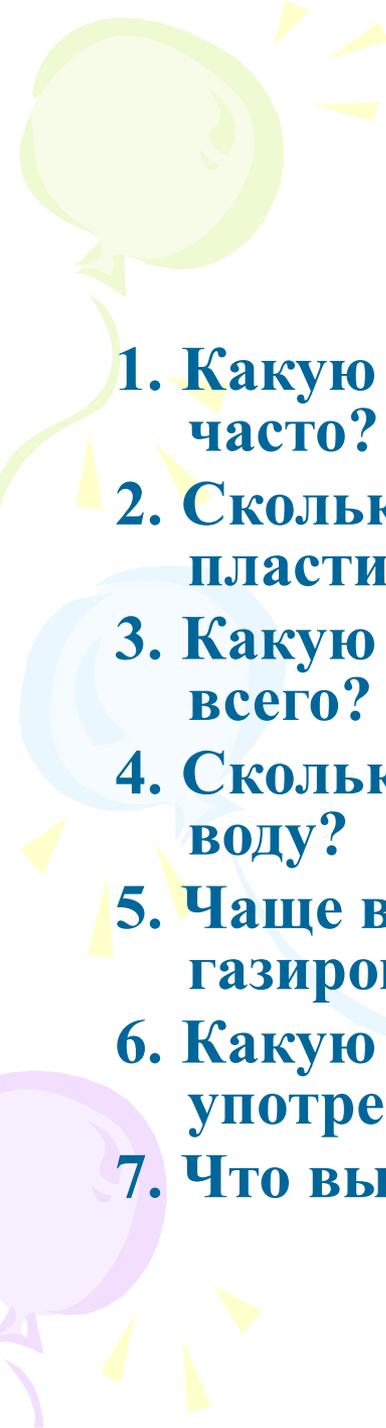


**Около двухсот различных
пищевых добавок**

не разрешены

**к применению в пищевой
промышленности России.**

E105 E106 E111 E125 E126 E130
E152 E181 E191 E216 E217
E389 E476



Анкета

- 1. Какую жевательную резинку вы употребляете наиболее часто?**
- 2. Сколько в день вы употребляете жевательных пластинок?**
- 3. Какую газированную воду вы употребляете чаще всего?**
- 4. Сколько раз в неделю вы употребляете газированную воду?**
- 5. Чаще всего вы употребляете: «кириешки», чипсы, газированную воду, шоколад, йогурт?**
- 6. Какую лапшу быстрого приготовления вы употребляете чаще всего?**
- 7. Что вы знаете о пищевых добавках?**

75% подростков употребляют более 5 жевательных пластинок в день



- пищевая добавка Е 171, придающая Orbit белый цвет, не что иное, как титановые белила – диоксид титана

Пепси-колу каждый пятый пьёт ежедневно



- Кофеин – мягкий психоактивный стимулятор, способный вызывать зависимость. Кофеин увеличивает выделение кальция с мочой, может вызывать раздражительность, бессонницу, нервозность, головные боли. У детей может нарушаться способность концентрировать внимание.

60% опрошенных едят лапшу быстрого приготовления «Роллтон»

- В состав лапши «Роллтон» входит не разрешённая в России добавка

Е 389 –

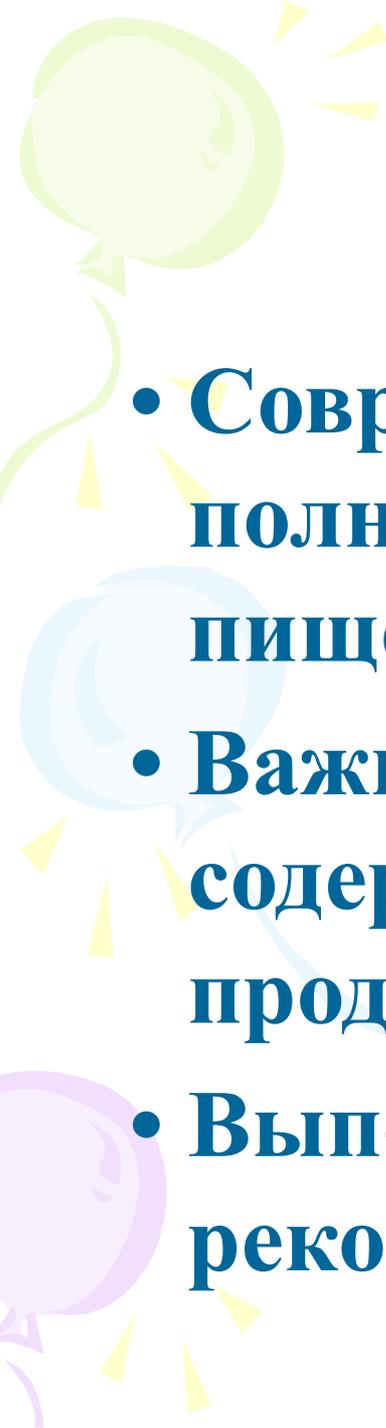
***Дилаурилтиодипропионат
(антиокислитель)***





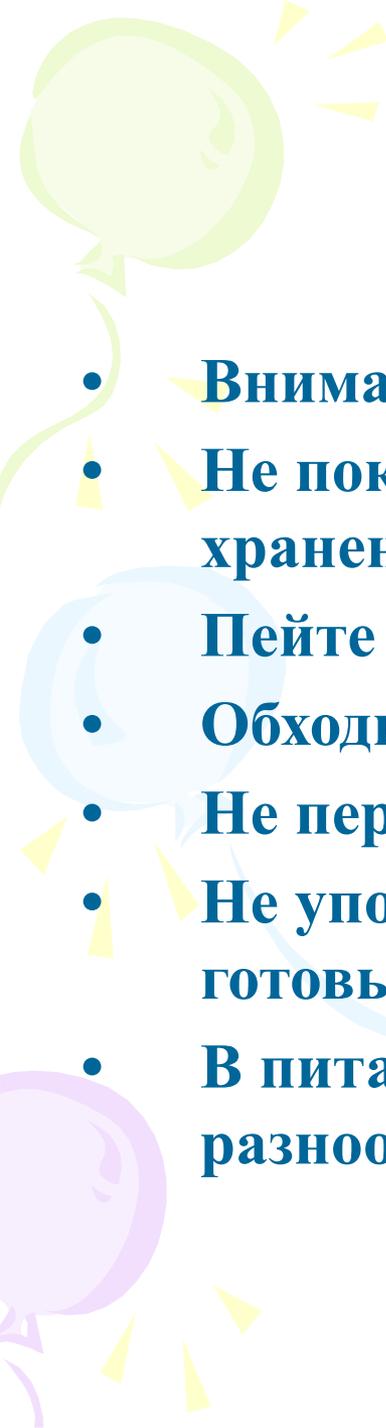
- В составе шоколада «Alpen Gold» – неразрешённая добавка

*Е 476 - полиглицерин
полирицинолеаты
(загуститель).*



Выводы

- **Современный человек не может полностью избежать употребления пищевых добавок.**
- **Важно знать, какие добавки содержатся в конкретных пищевых продуктах.**
- **Выполняйте следующие рекомендации.**



Рекомендации

- **Внимательно читайте надписи на этикетке продукта.**
- **Не покупайте продукты с чрезмерно длительным сроком хранения.**
- **Пейте свежеприготовленные соки.**
- **Обходитесь без газированной воды.**
- **Не перекусывайте чипсами, лучше замените их орехами.**
- **Не употребляйте супы и лапшу быстрого приготовления, готовьте сами.**
- **В питании все должно быть в меру и по возможности разнообразно.**

The background features a white surface with decorative elements on the left side. There are three balloons: a light green one at the top, a light blue one in the middle, and a light purple one at the bottom. Each balloon is attached to a thin, wavy streamer. Small, yellow, triangular shapes are scattered around the balloons, resembling confetti or streamer pieces.

**Я хочу рекомендовать мою работу
учителям и родителям. Ведь
здоровая жизнь будущего
поколения зависит от ВАС, дорогие
взрослые!**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

