

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №15 ПОС. АХТАРСКОГО
ПРИМОРСКО-АХТАРСКОГО РАЙОНА

ИТОГОВЫЙ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
ЗА КУРС ОСНОВНОЙ ШКОЛЫ

ТЕМА: « Пищевые добавки »

Выполнила
Аверина Юлия
ученица 10 класса
МБОУ СОШ №15

Педагог-консультант
Алейников Ю. А.

2020



Введение: Современные потребители, особенно жители мегаполисов, так привыкли к тому, что продукты питания попадают на наш стол из супермаркетов и магазинов, что иногда напоминают героев известной сказки Салтыкова-Щедрина о том, как два генерала попали на необитаемый остров и спаслись только благодаря мужику, который умел добывать натуральную пищу.

Однако в те времена в продуктовых лавках и магазинах вряд ли продавались такие продукты, к каким мы привыкли сегодня. Ведь тогда не было красителей, эмульгаторов, усилителей вкуса, стабилизаторов и консервантов.

Цель работы - исследовать продукты питания на наличие в них опасных пищевых добавок.

Задачами: является провести сбор материала о пищевых добавках, провести опрос и анкетирование для выявления опасных добавок в продуктах.



E330 рак

Исследование: Среди учащихся школы, моих знакомых и родственников было проведено анкетирование и опрос, направленные на определение продуктов питания, наиболее часто употребляемых ими. В исследовании приняли участие 20 человек.

Результаты показали, что большинство предпочитают следующие продукты:

1. Школьники отдают предпочтение жевательной резинке и столько же чипсам
2. Часто употребляют шоколадные батончики и конфеты.
3. Газированные напитки, соки и печенье
4. Сухарики и леденцовую карамель
5. Также часто употребляют йогурты



E102, E330

заболевания
печени

Таблица 1
Наличие пищевых добавок в продуктах питания

Пищевые добавки, обнаруженные в продуктах питания	Продукты
<u>E100-182</u> : 100, 120, 141, 160, 102, 129, 133, 171, 104, 122, 124, 110	Конфеты «M&M`s», жевательная резинка «Ассорти», «Фруша», «Orbit».
<u>E200-E299</u> : 202, 211, 290, 296	«Воронцовские сухарики» «Кириешки», «Милкис», печенье «Chocópie», «Буратино»
<u>E300-E399</u> : 330, 320, 322, 338, 341	«Воронцовские сухарики» «Кириешки», «Милкис», жевательная резинка «Ассорти», «Кока кола»
<u>E400-E499</u> : 420, 422, 421, 414, 465, 476	Жевательная резинка «Ассорти», батончик «Nesquik», «M&M`s», «KitKat», жевательная резинка «Orbit», печенье «Весёлые грибочки», быстрый завтрак «Звёздочки»
<u>E500-E599</u> : 503, 551, 555	«Кириешки», «Orbit», «Chocópie»
<u>E600-E699</u> : 621, 627, 631	«Воронцовские сухарики», чипсы «Читос»
<u>E900 - E999</u> : 903, 950, 951, 965	«Orbit»,
<u>E1000 и далее</u> : 1422, 1442	Йогурт «Fruttis»

Таблица 2
Классификация пищевых добавок по степени
вредности

Опасные	E102, E110, E120, E129, E503, E330
Канцерогены	E124, E211
Расстройство желудка	E320, E 338, E341, E465, E129
Кожные заболевания	E320, E951
Расстройство кишечника	E627, E631
Подозрительные	E100, E104, E122, E141, E171

E129 астма ,острая аллергия



Вывод: Нет, конечно, никто не говорит, что от всего этого нужно отказываться. Но подумайте, зачем вам красивая мебель и одежда, карьера и престиж, если вы и ваши дети будете серьёзно больны?

Прежде всего, решите, так ли необходимо употреблять продукты, в состав которых входит много пищевых добавок, каждый день и тем более использовать их в домашнем питании? Ведь дома мы готовим сами: в рабочие дни – хотя бы один-два раза в день, а в выходные и вовсе можем позволить себе отказаться от полуфабрикатов.

Попробуйте вспомнить, чем должны питаться люди по законам природы: ведь можно купить кусок настоящего мяса, рыбы, овощи, фрукты, крупы и пряности, да практически любые продукты, которые гораздо вкуснее и полезнее, чем почти мёртвая еда в ярких упаковках, и приготовить из них всё, что вашей душе угодно.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ