

Научное общество по химии МОУ Высоковской СОШ

Х И З

ХИМИЯ

И

ЗДОРОВЬЕ



**Индекс «Е» - это
консерванты,
стабилизаторы,
антиокислители,
эмульгаторы,
усилители вкуса.**

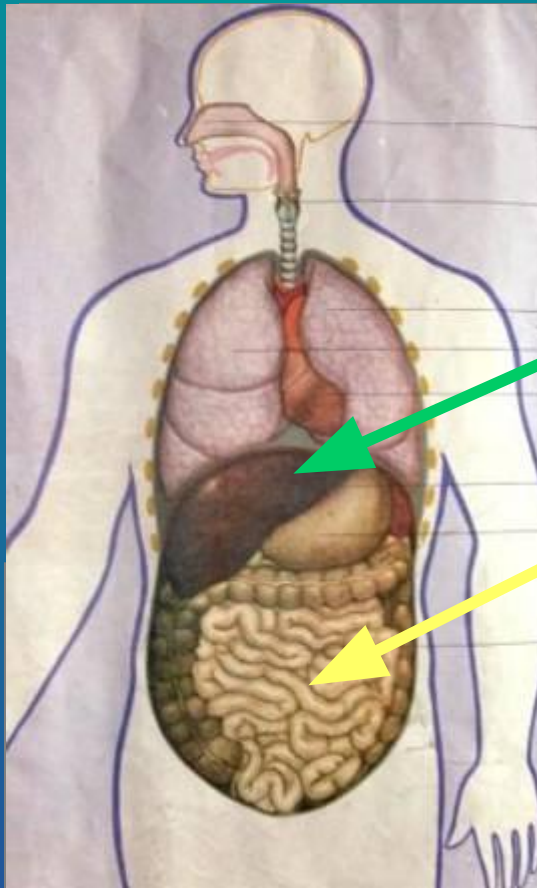
Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Усилители вкуса и аромата
E 102	O!	E 180	O!	E 280	P	E 463	PX	E-620 E-621 E-622 E-625** E-627 E-629** E-630 E-631
E 103	(3)	E 201	O!	E 281	P	E 465	PX	Не рекомендуется использовать в детском питании Запрещён к использованию в детском питании Может вызывать тошноту, понос, головку
E 104	П	E 210	P	E 282	P	E 466	PX	Запрещён к использованию в детском питании
E 105	(3)	E 211	P	E 283	P	E 467	П	Запрещён к использованию в детском питании
E 110	O!	E 212	P	E 310	С	E 477	O!	Запрещён к использованию в детском питании
E 111	(3)	E 213	P	E 311	С	E 501	O!	Красители (E-100 – E-199) E-100 E-102 E-103** E-104 E-107** E-110
E 120	O!	E 214	P	E 312	С	E 502	O!	Вызывает приступы астмы. Запрещён в ряде стран
E 121	(3)	E 215	P	E 320	X	E 503	OO!!	Вызывает дерматиты. Запрещён в ряде стран При острых приступах с осторожностью Может вызвать аллергическую реакцию, тошноту Запрещён в ряде стран
E 122	П	E 216	P (3)	E 321	X	E 510	OO!!	Некоторые здравоохранительные организации Советуют избегать его Запрещён в России! Запрещён в ряде стран
E 123	OO!! (3)	E 219	P	E 330	X	E 513E	OO!!	Запрещён в ряде стран Запрещён в России! Запрещён в ряде стран. В т. ч. Вызывает перебои ритма сердца у людей Запрещён в ряде стран. Канцероген. Проканцероген
E 124	O!	E 220	O!	E 338	PX	E 527	O!	Консерванты E-200 E-209** E-210
E 125	(3)	E 222	O!	E 339	PX	E 626	P	Может вызвать кожные реакции
E 126	(3)	E 223	O!	E 340	PX	E 626	P	Может провоцировать приступы астмы
E 127	O!	E 224	O!	E 341	PX	E 627	P	E-213** E-214** E-215**
E 129	O!	E 228	O!	E 342	PK	E 628	P	Запрещён в ряде стран Запрещён в ряде стран
E 130	(3)	E 230	P	E 400	O!	E 629	P	E-216* E-217*
E 131	P	E 231	BK	E 401	O!	E 630	P	Запрещён в России Запрещён в ряде стран
E 141	П	E 232	BK	E 402	O!	E 631	P	Возможны кожные аллергические реакции Запрещён в ряде стран
E 142	P	E 233	O!	E 403	O!	E 632	P	Люди с почечной недостаточностью применять с осторожностью
E 150	П	E 239	BK	E 404	O!	E 633	P	E-221 E-225** E-226** E-227** E-228*
E 151	BK	E 240	P	E 405	O!	E 634	P	Запрещён в ряде стран Запрещён в ряде стран
E 152	(3)	E 241	П	E 450	PX	E 635	P	E-230** E-231** E-232** E-233** E-234 E-235 E-236 E-237** E-238** E-239 E-240*
E 153	P	E 242	O!	E 451	PX	E 636	P	Запрещён в ряде стран Может вызвать аллергические реакции, тошноту, понос
E 154	PK, PД	E 249	P	E 452	PX	E 637	P	Запрещён в ряде стран Запрещён в ряде стран Запрещён в ряде стран
E 155	O!	E 250	PД	E 453	PX	E 907	O!	Запрещён в ряде стран Запрещён в России Запрещён в ряде стран
E 160	BK	E 251	PД	E 454	PX	<u>E 951</u>	P	
E 171	П	E 252	P	E 461	PX	E 952	P	E-241** E-249
E 173	П	E 270	O! д/детей	E 462	PX	E 954	P	E-252** E-261 E-262 E-263 E-264** E-281** E-282** E-283** E-284 E-285 E-296 E-297
						E 1105	P	Возможно канцероген. Запрещено использовать в детском питании Во многих странах на его использование наложены ограничения Его следует избегать людям с заболеваниями почек



E-171 ДИОКСИД ТИТАНА

E-320 ВОСК КАРНАУБСКИЙ

E-422 ГЛИЦЕРИН



**E-129 и E-131
ЗАПРЕЩЕНЫ**

НАТУРАЛЬНЫЙ АРОМАТИЗАТОР...
ОСЛАДИТЕЛЬ...
ДАТА ПРОИЗВОДСТВА И УПАКОВКИ...
ХРАНИТЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ...
ИМПОРТЕР В РБ: ООО "ТИБЕТ"
МИНСК, пр. НЕЗАВИСИМОСТИ...

ИСКУССТВЕННЫЕ АРОМАТИЗАТОРЫ...
СТАРТАН Е951-АЦЕСУЛЬФАМ К Е950...
НО ДЛЯ БОЛЬНЫХ ФЕНИЛКЕТОНУРИЕЙ СОДЕРЖИТ...
УГЛЕВОДЫ НА 100г: 62г (в т.ч. НИЖ САХАРА 0г)...
СРОК ГОТОВНОСТИ 9 МЕСЯЦЕВ...
14г...
МАССА ЧИСТАЯ...
PG



МАЛЕНЬКИЕ ИССЛЕДОВАТЕЛИ



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УПОТРЕБЛЕНИЮ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1. Внимательно читайте надписи на этикетке продукта.
2. Не покупайте продукты с неестественно яркой окраской.
3. Не покупайте продукты с чрезмерно длительным сроком хранения.
4. Пейте свежеприготовленные соки.
5. Избегайте подкрашенных газированных напитков.
6. Не перекусывайте чипсами, лучше замените их орехами.
7. Не употребляйте лапшу и супы из пакетиков, готовьте сами.
8. Откажитесь от переработанных и законсервированных мясных продуктов (колбаса, сосиски, тушёнка).
9. В питании всё должно быть в меру и по возможности разнообразно.