

Гигиена питания

«Мы суть то, что едим»

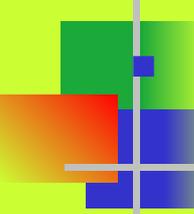


Простейший анализ - органолептический

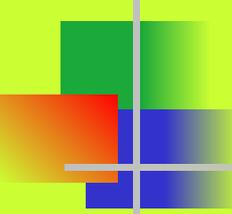
признаки	характеристики			
состояние	крошливость	мягкость	Избыточная мягкость	Повышенная липкость
цвет	белый	Светло желтый	желтый	Ярко желтый
Распреде ление окраски	равномерный		неравномерный	

Читаем на упаковке



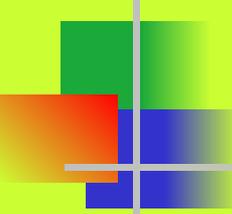


Пищевые добавки — это природные или синтетические вещества, разрешенные законодательно для добавления в пищевые продукты или сырье с целью улучшения технологии приготовления, придания им требуемых органолептических свойств (вкуса, аромата), внешнего вида (окраски, консистенции), для увеличения длительности хранения и быстроты приготовления блюда, предназначенного для питания людей.



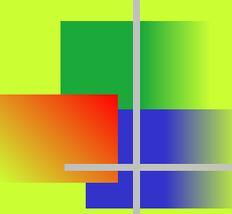
Классификация добавок

- Красители (E-100 - E-199)
- Консерванты (E-200 - E-299)
- Антиоксиданты (E-300 - E-399)
- Стабилизаторы, эмульгаторы (E-400 - E-599)
- Усилители вкуса и аромата (E-600 - E-699)
- Антифламинги (E-900 - E-999) и другие вещества
- E-1000–E-1200 –запасные индексы



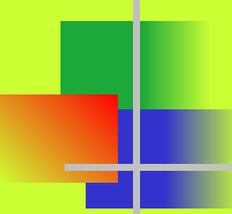
Запрещенные добавки

Код	Пищевая добавка	Технологические функции
E121	Цитрусовый красный	Краситель
E123	Амарант	Краситель
E246	Формальдегид	Консервант
E940a	Бромат калия	Улучшитель муки и хлеба
E940б	Бромат кальция	Улучшитель муки и хлеба



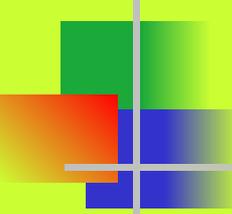
Памятка покупателя

1. Внимательно читайте надписи на этикетке.
2. Не покупайте продукты с неестественной окраской
3. Не покупайте продукты с чрезмерно длительным сроком хранения.
4. Обходитесь без подкрашенной газировки.
5. Откажитесь от переработанных или законсервированных мясных продуктов : колбаса, сосиски, тушенка.
6. Не употребляйте супы и лапшу из пакетов, готовьте сами.
7. Пейте свежеприготовленные соки.
8. В питании все должно быть в меру и по возможности разнообразно.



Упаковка продуктов питания

Материал не должен влиять на органолептический состав продукта; изменять цвет, придавать посторонний запах или привкус, отдавать составные части упаковочных материалов в количествах, опасных для здоровья.



Все есть яд, все есть
лекарство, важна лишь доза.

Широко распространяет химия руки
свои в дела человеческие- всюду
куда не посмотрим, куда не
оглянемся, видны успехи её
прилежания.

М.В. Ломоносов.