

# ЭКОЛОГИЯ ПИТАНИЯ

Сделал

•Панин Леонид

# Особо опасные добавки E

Номер	Номер
E103, E105, E121, E123, E125, E126, E130, E131, E143, E152, E210, E211, E213, E214, E215, E216, E217, E240, E330, E447	Рост злокачественных опухолей
E221, E222, E223, E224, E225, E226, E320, E321, E322, E338, E339, E340, E341, E407, E450, E461, E462, E463, E464, E465, E466	Заболевания желудочно-кишечного тракта
E230, E231, E232, E239, E311, E312, E313	Аллергены
E171, E173, E320, E321, E322	Болезни печени и почек

**ЖЕВАТЕЛЬНАЯ РЕЗИНКА С АРОМАТОМ МЯТЫ И ЛАЙМА.** СДЕЛАНО В РОССИИ: ООО "РИГЛИ", РОССИЯ, 196140, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, ПУЛКОВСКОЕ ШОССЕ, 48. ЮРИДИЧЕСКИЙ АДРЕС: ООО "РИГЛИ", РОССИЯ, 123060, МОСКВА, УЛ. М.МЕРЕЦКОВА. СОСТАВ: ПОДСЛАСТИТЕЛИ СОРБИТ E420, МАЛЬТИТ E965; РЕЗИНОВАЯ ОСНОВА, НАТУРАЛЬНЫЕ, ИДЕНТИЧНЫЕ НАТУРАЛЬНЫМ И ИСКУССТВЕННЫЕ АРОМАТИЗАТОРЫ, ЗАГУСТИТЕЛЬ E414, ПОДСЛАСТИТЕЛЬ МАННИТ E421, СТАБИЛИЗАТОР E422, ЭМУЛЬГАТОР СОЕВЫЙ ЛЕЦИТИН, ПОДСЛАСТИТЕЛИ: АСПАРТАМ E951, АЦЕСУЛЬФАМ К E950; КРАСИТЕЛЬ E171, КИСЛОТЫ: ЯБЛОЧНАЯ, ЛИМОННАЯ, ФУМАРОВАЯ; ГЛАЗУРЬ E903, УСИЛИТЕЛИ ВКУСА E627, E631; АНТИОКСИДАНТ E320, КРАСИТЕЛИ E102, E133. ПРОТИВПОКАЗАНО ДЛЯ БОЛЬНЫХ ФЕНИЛКЕТОНУРИЕЙ: СОДЕРЖИТ ФЕНИЛАЛАНИН. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ 100 г: 726 кДж / 174 ккал. УГЛЕВОДЫ НА 100 г: 72 г (ИЗ НИХ САХАРА 0 г). ДАТА ПРОИЗВОДСТВА И УПАКОВЫВАНИЯ УКАЗАНА НА ТОРЦЕ ПАЧКИ. СРОК ГОДНОСТИ 9 МЕСЯЦЕВ. ХРАНИТЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 18±3°C В СУХОМ МЕСТЕ. ТУ 9129-008-40012409-2009. ИМПОРТЕР В РБ: ООО "ТИБЕТРЭЙ", РЕСПУБЛИКА БЕЛАРУСЬ, 220125, г. МИНСК, ул. УРУЧСКАЯ, д.11А, к.43. **МАССА НЕТТО 14 г**

- E420 (Сорбит, сорбитол, сорбитовый сироп) — подсластитель, используется как замена сахара в жвачке. В США считается опасной добавкой. Может вызывать расстройство желудка (в случае употребления более одной пачки жвачки в сутки).
  - E965 (Мальтит, мальтийный сироп) — обеспечивает продукции сладкий вкус. В больших дозах приводит к проблемам с желудком. В США, Австралии и ряде др. западных стран на упаковках содержится предупреждение о возможном слабительном эффекте на продуктах с Мальтитом.
- E414 (Гуммиарабик) — эмульгатор (вещество для создания эмульсий). Провоцирует заболевания желудочно-кишечного тракта.
- E421 (Маннит) — стабилизатор, препятствует комкованию. Использование большого количества Маннита может вызвать признаки обезвоживания организма.
  - E422 (Глицерин) — стабилизатор вкуса. Может нанести вред печени.
  - E951 (Аспартам) — синтетический подсластитель. При употреблении более 40 мг в день вызывает кожные заболевания. При передозировках может вызывать множественные заболевания!
  - E950 (Ацесульфам-К, Ацесульфам калия) — новый подсластитель. Изучен слабо, предположительно может обладать канцерогенными свойствами.
  - E171 (Диоксид титана) — пищевой краситель. Подозрителен, может вызывать аллергические реакции. Вызывает болезни печени и почек.
  - E903 (Карнаубский воск) — глазурь. Наряду с пищевой промышленностью замечен в использовании для производства косметики. Потенциально вреден.

Помимо большого количества пищевых добавок жвачки опасны тем, что развивают слабоумие. Например, жвачки запрещены для больных фенилкетонурией (нарушение умственного развития на генном уровне).

# ПРОДУКТ ТВОРОЖНЫЙ С ПЕРСИКОМ «ДАНИССИМО».

Масляная доля жира 5,4%. Состав: творог обезжиренный, сливки, обезжиренное молоко, сахар; фруктовая добавка (сахарный сироп, персики, пюре и сок персиковые концентрированные, загустители – E1442, гуаровая камедь, камедь рожкового дерева, пектин, регуляторы кислотности – лимонная кислота, цитрат натрия, ароматизатор идентичный натуральному – персик, краситель – каротин). Пищевая ценность (содержание в 100 г продукта): жиры – 5,4 г, белки – 4,9 г, углеводов – 15,7 г (в том числе сахара – 11,3 г). Энергетическая ценность (калорийность) в расчете на 100 г продукта – 131 ккал/550 кДж. Хранить при температуре (4±2)°С. Повышение температуры хранения не допускается. Продукт после вскрытия упаковки не хранить. Произведен/Упаковано до: см. на упаковке сверху (число, месяц, год). **Изготовитель:** ООО «Данон Индустри», Россия, 142380, Московская область, Чеховский район, поселок Любучаны, ул. Полевая, д. 4. ТУ 9222-014-48779702. **ПРЕДПРИЯТИЕ ДАНОН. Информация для потребителей по тел.: 8-800-200-55-56 (звонок по России бесплатный), www.danone.ru. Импортер в Республику Беларусь:** ООО «Данон Бел», 220035, г. Минск, пр-т Машерова, д. 76а, пом. 4. Тел. (звонок по Беларуси бесплатный) 8-801-100-70-80.

# ПРОДУКТ СИРКОВИЙ З ПЕРСИКОМ «ДАНИССИМО». БЕЗ ГМО.



5,4% жиру. Состав: сирок кисло-молочный нежирный, верхшки, молоко нежирное, сахар; наполнитель фруктовый 18% (сахарный сироп, персики, пюре и сок персиковые концентрированные, стабилизаторы: крохмал кукурузный, камедь гуарова, камедь рожкового дерева, пектин, регуляторы кислотности: кислота лимонная, цитрат натрия; ароматизатор идентичный натуральному – персик, краситель β-каротин). Энергетическая ценность (калорийность) в расчете на 100 г продукта: жиры 5,4 г, белки 4,9 г, углеводов 15,7 г. Энергетическая ценность (калорийность) в расчете на 100 г продукта – 131 ккал/550 кДж. Хранить при температуре (4±2)°С. Повышение температуры хранения не допускается. Продукт после вскрытия упаковки не хранить. Произведен/Упаковано до: см. на упаковке сверху (число, месяц, год). **Изготовитель:** ООО «Данон Индустри», Россия, 142380, Московская область, Чеховский район, поселок Любучаны, ул. Полевая, д. 4. ТУ 9222-014-48779702. **ПРЕДПРИЯТИЕ ДАНОН. Информация для потребителей по тел.: 8-800-200-55-56 (звонок по России бесплатный), www.danone.ru. Импортер в Республику Беларусь:** ООО «Данон Бел», 220035, г. Минск, пр-т Машерова, д. 76а, пом. 4. Тел. (звонок по Беларуси бесплатный) 8-801-100-70-80.

**Импортер:** ТОВ «Данон», вул. Батюватівська 17-21, м. Київ, 04107, Україна.  
тел. (044) 594 80 00. www.danone.ua

МАССА НЕТТО: 130 г



- ▣ Их плюсы - сладкая, приятная на вкус продукция, которая нормализует пищеварение при помощи содержащихся в них кисломолочных бактерий.
- ▣ Минусы – содержат множество Е-добавок и большое количество сахара.
- ▣ • Е1442 (Гидроксипропилдикрохмалфосфат, модифицированный крахмал) — загуститель, стабилизатор вязкости в молочных продуктах. Входит во все продукты компании Данон. Запрещено добавление этого вещества в детские продукты (до 3-х лет). Очень опасен для поджелудочной железы.
- ▣ • Е330 (Лимонная кислота) — антиоксидант. В больших дозах имеет канцерогенный эффект. У некоторых людей может вызывать аллергию.
- ▣ • Ароматизаторы, идентичные натуральным — обычно не указывается какие именно. Есть подозрение, что добавки могут быть опасными.

Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие	Пищевая добавка	Вредное действие
E 102	O!	E 180	O!	E 280	P	E 463	PX
E 103	(3)	E 201	O!	E 281	P	E 465	PX
E 104	П	E 210	P	E 282	P	E 466	PX
E 105	(3)	E 211	P	E 283	P	E 477	П
E 110	O!	E 212	P	E 310	С	E 501	O!
E 111	(3)	E 213	P	E 311	С	E 502	O!
E 120	O!	E 214	P	E 312	С	E 503	O!
E 121	(3)	E 215	P	E 320	X	E 510	OO!!
E 122	П	E 216	P (3)	E 321	X	E 513E	OO!!
E 123	OO!! (3)	E 219	P	E 330	P	E 527	OO!!
E 124	O!	E 220	O!	E 338	PX	E 620	O!
E 125	(3)	E 222	O!	E 339	PX	E 626	PK
E 126	(3)	E 223	O!	E 340	PX	E 627	PK
E 127	O!	E 224	O!	E 341	PX	E 628	PK
E 129	O!	E 228	O!	E 343	PK	E 629	PK
E 130	(3)	E 230	P	E 400	O!	E 630	PK
E 131	P	E 231	BK	E 401	O!	E 631	PK
E 141	П	E 232	BK	E 402	O!	E 632	PK
E 142	P	E 233	O!	E 403	O!	E 633	PK
E 150	П	E 239	BK	E 404	O!	E 634	PK
E 151	BK	E 240	P	E 405	O!	E 635	PK
E 152	(3)	E 241	П	E 450	PX	E 636	O!
E 153	P	E 242	O!	E 451	PX	E 637	O!
E 154	PK, PД	E 249	P	E 452	PX	E 907	С
E 155	O!	E 250	PД	E 453	PX	E 951	BK
E 160	BK	E 251	PД	E 454	PX	E 952	(3)
E 171	П	E 252	P	E 461	PX	E 954	P
E 173	П	E 270	O!	E 462	PX	E 1105	BK

д/детей

O! — опасный  
OO!! — очень опасный  
(3) — запрещенный  
PK — вызывает кишечные расстройства  
PД — нарушает артериальное давление  
С — сыпь  
P — ракообразующий  
PЖ — вызывает расстройство желудка  
X — холестерин  
П — подозрительный  
BK — вреден для кожи