

## **Анализ запрещенных и не разрешенных к применению пищевых добавок в продуктах питания для детей**

**Автор:** Кручинин Влад, 6 класс, об. «Занимательная зоология» «ДЭБЦ» Демского р-на

**Руководитель:** Егорова В.А., педагог ДО; Фаизова Т.Л., учитель биологии лицея №123

Чем отличаются качественные продукты от некачественных? Как определить, содержит ли купленный продукт пищевые добавки, вредные для здоровья? Все эти вопросы очень актуальны, так как от здорового питания зависит наше здоровье, здоровье будущего поколения, нации в целом.

**Цель нашей работы:** Выявить в каких продуктах наиболее часто употребляемых школьниками содержатся запрещенные или неразрешенные пищевые добавки.

### **Задачи:**

- Изучить номенклатуру отдельных групп пищевых добавок.
- Методом анкетирования выявить, какие пищевые продукты являются наиболее часто употребляемыми у детей в нашей школе.
- Провести анализ содержания пищевых добавок в любимых пищевых продуктах - Разработать рекомендации по ознакомлению учащихся с пищевыми добавками.

**Результаты собственных исследований.** Нами были проанкетированы учащиеся 5-8-х и 10-х кл. лицея № 123, всего по 30 человек в каждой возрастной группе. В результате анкетирования выяснилось: ученики младших классов меньше употребляют не полезных для здоровья продуктов, чем ученики старших классов. В результате исследования 25-х продуктов, обнаружено, что: все они, кроме йогуртов содержат пищевые добавки, вредные для здоровья. К особо вредным относятся: жевательная резинка, сухарики, чипсы.

### **Выводы:**

1. В наиболее часто употребляемых школьниками продуктах обнаружены запрещенные (E 631, E 621, E 627) или неразрешенные пищевые добавки. Многие продукты содержат добавки, категорически запрещенные в странах ЕС, США (E104, E110, E 122, E124)

2. Запрещенные добавки: это фенилаланин, опасный для людей с болезнями почек. В чипсах- усилитель вкуса E 621, категорически запрещенный в детском питании. В сухариках-усилители вкуса E- 627, E-631, вызывающие расстройство кишечника и категорически запрещенные в детском питании, экстракт паприки, запрещен в ряде стран и E-951 аспартам- вызывает огромное количество побочных эффектов, красители E171-не рекомендуемые для детского питания и E 951-вредные для кожи .

