

# Substancje dodatkowe E-

Dodano: 2000-08-20 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 14857 razy.

Substancje dodatkowe są dodawane do wyrobów, aby poprawić ich wygląd, kolor, zwiększyć objętość lub przedłużyć trwałość. Są wśród nich m.in. zakwaszacze i regulatory kwasowości, barwniki, konserwanty, środki żelujące, emulgatory, (wiążą niepołączalne substancje), polepszacze smaku, przeciwutleniające, rozdzielacze, słodziki i gazy do pakowania. Substancje dodatkowe są oznaczane dużą literą E i odpowiednim numerem. Wiele osób stara się unikać tych produktów, których opakowania informują o zawartych dodatkach. Zdaniem Centrali Konsumenckiej w Hamburgu, dopuszczone w Europie substancje dodatkowe nie muszą być szkodliwe dla zdrowia. Nie można jednak wykluczyć zupełnie istnienia potencjalnego zagrożenia. Do tej pory nie jest znane wzajemne oddziaływanie różnych substancji na siebie ani oddziaływanie na nie toksyn ze środowiska, środków ochrony roślin i lekarstw.

Ogółem w Europie dopuszczonych zostało 296 substancji dodatkowych. Centrala Konsumencka w Hamburgu podzieliła je na kilka grup: uchodzące za nieszkodliwe (nie ma sygnałów mówiących, że substancja jest szkodliwa dla zdrowia) i takie, których nie powinniśmy często lub w ogóle spożywać.

Centrali Konsumencka uznała za nieszkodliwe 142 substancje. Są to:

- E 100 - kurkuma (kurkumina), naturalny, żółty roślinny barwnik z kłącza *curcuma longa*.
- E 101 - ryboflawina (laktoflawina), naturalny, żółty roślinny barwnik, znany również jako witamina B1.
- E 101a - fosforan 5-ryboflawiny.
- E 102 - fosforan ryboflawiny (związek ryboflawiny z kwasem fosforowym), syntetyczny.
- E 104 - żółcień chinolinowa.
- E 110 - żółcień pomarańczowa.
- E 120 - karmin, naturalny zwierzęcy barwnik czerwony, wyodrębniany z *coccus cacti*.
- E 122 - azorubina.
- E 123 - amarant.
- E 124 - czerwień koszulinowa.
- E 127 - erytrozyna.
- E 131 - błękit patentowy V.
- E 132 - błękit brylantowy (FCF), syntetyczny niebieski barwnik.
- E 140 - chlorofil i chlorofilyna, roślinne barwniki zielone.
- E 150A - karmel, naturalny roślinny barwnik koloru brązowego.
- E 150 B - karmel siarczynowy, syntetyczny brązowy barwnik na bazie roślinnej.
- E 153 - węgiel drzewny, dodawany do barwienia skórki niektórych serów.
- E 160A - karoten, mieszany karoten, beta karoten, syntetyczny pomarańczowy barwnik, występuje w wielu roślinach (m.in. w marchwi karotce).
- E 160 C - kapsantyna, naturalny, roślinny barwnik pomarańczowo-czerwony, występuje w strąkach papryki.
- E-160 D - likopen, naturalny, czerwony roślinny barwnik z pomidorów.
- E 162 - betanina (czerwień buraczana), naturalny, roślinny barwnik z czerwonych buraków.
- E 163 - antocyjany, naturalne, roślinne barwniki z owoców i warzyw.
- E 170 - węgiel wapnia (kreda).

- 
- E 171 - dwutlenek tytanu, syntetyczny, mineralny biały barwnik.
- E 172 - dwutlenek żelaza, wodorotlenek żelaza, syntetyczne żółte, czerwone lub czarne barwniki.
- E 200 - kwas sorbowy, syntetycznie otrzymywany konserwant, występuje również jako naturalny kwas tłuszczowy w produktach spożywczych.
- E 202 - sorbinian sodu, sól sodowa kwasu sorbowego, syntetycznie otrzymywany konserwant.
- E 203 - sól wapniowa kwasu sorbowego, syntetycznie otrzymywany konserwant.
- E 260 - kwas octowy, syntetycznie otrzymywany zakwaszacz.
- E 261 - octan potasu, naturalnie lub syntetycznie otrzymywany zakwaszacz.
- E 262 - octan sodu.
- E 270 - kwas mlekowy, syntetycznie otrzymywany zakwaszacz.
- E 290 - dwutlenek węgla.
- E 296 - kwas jabłkowy, syntetycznie produkowany zakwaszacz.
- E 297 - kwas fumarowy, syntetycznie otrzymywany konserwant.
- E 300 - kwas l-askorbinowy, syntetyczna witamina C, stosowany jako przeciwutleniacz, stabilizator barwy i środek dodawany do mąki.
- E 301 - askorbinian sodu, syntetycznie produkowany przeciwutleniacz.
- E 302 - askorbinian wapnia.
- E 304 - palmitynian askorbylu, syntetycznie otrzymywany przeciwutleniacz.
- E 306 - mieszanina tokoferoli, naturalna witamina E z olejów roślinnych, przeciwutleniacz i stabilizator barw.
- E 307 - alfa-tokoferol, syntetycznie produkowana witamina E, przeciwutleniacz i stabilizator barw.
- E 308 - gamma tokoferol, syntetyczna witamina E, przeciwutleniacz i stabilizator barw.
- E 309 - delta-tokoferol, syntetyczna witamina E.
- E 311 - galusan oktylu, syntetyczny przeciwutleniacz.
- E 312 - galusan dodecyłu, syntetycznie wyprodukowany przeciwutleniacz.
- E 322 - lecytyna, naturalny roślinny emulgator.
- E 325 - mleczan sodu, syntetyczny regulator kwasowości.
- E 326 - mleczan potasu i wapnia.
- E 330 - kwas cytrynowy.
- E 331 - cytrynian sodu, syntetyczny zakwaszacz, stabilizator i przeciwutleniacz.
- E 332 - cytrynian potasu.
- E 333 - cytrynian wapnia.
- E 334 - kwas winowy, naturalny roślinny zakwaszacz.
- E 335 - sole sodowe kwasu winowego, naturalne roślinne zakwaszacze i przeciwutleniacze.
- E 336 - sole potasowe kwasu winowego, naturalne, roślinne zakwaszacze i przeciwutleniacze.
- E 337 - winian sodowo-potasowy, naturalny roślinny zakwaszacz i przeciwutleniacz.

- 
- E 350 - jabłczan sodu, syntetyczny zakwaszacz.
- E 351 - jabłczan potasu.
- E 352 - jabłczan wapnia.
- E 353 - kwas meta-winowy, syntetyczny zakwaszacz i stabilizator.
- E 354 - sole kwasu meta-winowego, syntetyczny zakwaszacz i stabilizator.
- E 356 - adypinian sodu (nowy), syntetyczny zakwaszacz i substancja zastępująca sól kuchenną.
- E 357 - adypinian potasu.
- E 363 - kwas bursztynowy, syntetyczny zakwaszacz.
- E 415 - guma ksantanowa, syntetyczny środek zagęszczający i żelujący na bazie roślinnej.
- E 422 - glicerol, gliceryna, syntetyczny wypełniacz i podtrzymywacz wilgoci.
- E 440 - pektyna, naturalny lub syntetyczny środek zagęszczający i żelujący na bazie roślinnej.
- E 470B - sole magnezowe kwasów tłuszczowych, naturalne emulgatory, nośniki i środki spieniające.
- E 471 - mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych, naturalne emulgatory, środki do powlekania i dodatki do mąki.
- E 472A - mono i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem octowym - syntetyczne emulgatory, środki do powlekania i dodawania do mąki.
- E 472B - mono i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem mlekowym.
- E 472 C - mono i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem cytrynowym.
- E 472E - mono i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem acetylo- lub dwuacetylowinowym, syntetyczne emulgatory, dodawane do mąki.
- E 472F - mono i dwuglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem octowym i winowym.
- E 473 - estry cukrów kwasów tłuszczowych (nowe), syntetyczne emulgatory i dodatki do mąki.
- E 474 - glicerydy sacharozy, syntetyczne emulgatory i dodatki do mąki.
- E 475 - estry poliglicerynowe tłuszczów spożywczych, syntetyczne emulgatory i stabilizatory.
- E 481 - mleczan sodowy stearoilu (nowy), syntetyczny emulgator i dodatek do mąki.
- E 482 - mleczan wapniowy stearoilu (nowy), syntetyczny emulgator i dodatek do mąki.
- E 500 - węglan i wodorowęglan sodu, znany jako soda lub natron.
- E 501 - węglan i wodorowęglan potasu, syntetyczny środek spulchniający, rozdzielacz i regulator kwasowości.
- E 503 - węglan i wodorowęglan amonu.
- E 504 - węglan i wodorowęglan magnezu.
- E 507 - kwas solny, syntetyczny zakwaszacz.
- E 508 - chlorek potasu, syntetyczny polepszacz smaku i utrwalacz.
- E 509 - chlorek wapnia.
- E 510 - chlorek magnezu.
- E 513 - kwas siarkowy, syntetyczny zakwaszacz. W żywności nie występuje w dawkach szkodliwych dla zdrowia.

- 
- E 514 - siarczan sodu, syntetyczny regulator kwasowości, nośnik i utrwalacz.
- E 516 - siarczan wapnia.
- E 517 - siarczan amonu.
- E 524 - wodorotlenek sodu (ług sodowy), syntetyczny regulator kwasowości.
- E 525 - wodorotlenek potasu.
- E 526 - wodorotlenek wapnia.
- E 527 - wodorotlenek amonu.
- E 528 - wodorotlenek magnezu.
- E 529 - tlenek wapnia.
- E 530 - tlenek magnezu.
- E 535 - żelazocyjanek sodu, zapobiega zbrylaniu się soli i środków zastępujących sól kuchenną.
- E 536 - żelazocyjanek potasu.
- E 538 - żelazocyjanek wapnia.
- E 551 - dwutlenek krzemu, syntetyczny, służy rozdzielaniu składników.
- E 552 - krzemian wapnia, naturalny środek do rozdzielania składników.
- E 553B - talk, naturalny rozdzielnik.
- E 558 - bentonit, naturalny rozdzielnik.
- E 570 - kwasy tłuszczowe, naturalne emulgatory i rozdzielniki.
- E 585 - lakton żelaza II, syntetyczny stabilizator barw.
- E 640 - glicyna i jej sole sodowe, syntetyczny polepszacz smaku.
- E 901 - wosk pszczeli biały i żółty, naturalny rozdzielnik i środek do powlekania.
- E 902 - wosk kandelila.
- E 903 - wosk karnauba.
- E 904 - szelak.
- E 914 - tlenki wosków polietylenu, syntetyczne środki do powlekania.
- E 927 - karbamid (nowy), naturalny stabilizator. Tylko do gumy do żucia bez cukru.
- E 938 - argon (gaz), do wypychania i ochrony produktów.
- E 939 - hel (gaz).
- E 941 - azot, naturalny gaz do wypychania produktów z opakowań, gaz ochronny i środek mrozący.
- E 942 - tlenek azotu (gaz), służy do wypychania produktów z opakowań, środek stosowany przy ekstrakcjach.
- E 948 - tlen.
- E 950 - acesulfam K, syntetyczny słodzik i polepszacz smaku.
- E 1404 - skrobia utleniona, skrobia modyfikowana, naturalny zagęszczacz, środek do powlekania i wypełniacz.
- E 1410 - fosforan jednoskrobiowy.

E 1412 - fosforan dwuskrobiowy, naturalny zagęszczacz, środek do powlekania i wypełniacz.  
E 1413 - fosforowany fosforan dwuskrobiowy, naturalny zagęszczacz, środek do powlekania i wypełniacz.  
E 1414 - acetylowany fosforan dwuskrobiowy, naturalny zagęszczacz, stabilizator i wypełniacz.  
E 1420 - acetylowana skrobia.  
E 1422 - acetylowany adypinian dwuskrobiowy.  
E 1440 - skrobia hydroksypropylova, naturalny zagęszczacz i środek żelujący.  
E 1442 - fosforan hydroksypropylu dwuskrobiowy (nowy), naturalny zagęszczacz i środek żelujący.  
E 1450 - skrobia modyfikowana, naturalny zagęszczacz i stabilizator.

(na podstawie informacji Federacji Konsumentów oraz "Rzeczpospolitej")

E110,E122,E123,W123,E127,E131,E132,E142,E151,E210  
,E211,E212,E213,E214,E215,E215,E217,E218,E219,E310, E311,E312,E320,E321 mogą spowodować  
alergie

E220,E221,E222,E223,E224 niszczy wit.B1, powoduje bóle głowy,niebezpieczna dla tkanek organizmu

E250,E251,E252 w organizmie może przemienić się w tkanki rakotwórcze

E338,E339,E340,E341,E442,E450,E1411,E1412,E1413,E1414,E1442 należy unikać w diecie ubogiej w  
fosfory

E621,E622,E623,E624,E625 duża ilość może spowodować bóle głowy i podrażnienie nerwów

E952,E954 szkodliwe jeżeli przekroczy się dawkę dzienną.

Terry

From: "Hacker" <102715nospam@ticino.com>

---

spoko ze dodałeś(aś) tę stronkę bardzo się przyda innym żeby wiedzieli co jedzą :D:D:))

Nadesłał(a):misia\_455 2006-02-13 15:02:23

super że mogę sobie sprawdzić co "dobrego" dodają nam do większości jedzenia teraz jest to dla mnie podwójnie ważne bo  
karmię piersią i mój mały też dostaje te świństwa dzięki

Nadesłał(a):rudzikn 2006-04-03 08:04:02

bardzo dziękuję za te inf. Bardzo długo szukałam czegoś takiego,ale jakoś niechętnie się o tym mówi i ciężko to znaleźć

Nadesłał(a):ciekawaska 2008-05-27 12:05:01

Dzięki, cenne informacje z racji iż karmię piersią.

Ciekawią mnie także te wszystkie Exxx na samym dole, np: E954, E952. Mam nadzieję, że ich opis również się pojawi.

Nadesłał(a):mad 2009-08-08 21:08:52

Hej "mad" oto opisy E9xx, czyli różnych dodatków:<BR>  
E900 polisiloksan (środek przeciwspieniający) (substancja przeciwzbrylająca)<BR>  
E901 Wosk pszczeli biały i żółty (nabłyszczacz)<BR>  
E902 Wosk candelilla (nabłyszczacz)<BR>  
E903 Wosk carnauba (z liści palmy brazylijskiej) (nabłyszczacz)<BR>  
E904 Szelak (nabłyszczacz)<BR>  
E905 Wosk mikrokrystaliczny (nabłyszczacz)<BR>  
E907 Wosk krystaliczny (nabłyszczacz)<BR>  
E910 L-cysteina<BR>  
E912 Estry kwasu montanowego<BR>  
E913 Lanolina (nabłyszczacz)<BR>  
E914 Utleniony wosk polietylenowy (nabłyszczacz)<BR>  
E915 Estry Kolofanu (nabłyszczacz)<BR>  
E920 Chlorowodorek L-cysteiny (substancja ulepszająca)<BR>  
E921 Monowodzian chlorowodoru L-cysteiny (substancja ulepszająca)<BR>  
E924 Bromek potasu (substancja ulepszająca)<BR>

---

E925 Chlorine (konserwant) (wybielacz)<BR>  
E926 ditlenek chloru (konserwant) (wybielacz)<BR>  
E927b Karbamid (substancja ulepszająca)<BR>  
E928 Nadtlenek benzoylu (substancja ulepszająca)<BR>  
E938 Argon (gaz do pakowania)<BR>  
E939 Hel (gaz do pakowania)<BR>  
E941 Azot (gaz do pakowania)<BR>  
E942 Podtlenek azotu (gaz nośny)<BR>  
E943a Butan (gaz nośny)<BR>  
E943b Izobutan (gaz nośny)<BR>  
E944 Propan (gaz nośny)<BR>  
E948 Tlen (gaz do pakowania)<BR>  
E949 Wodór<BR>  
E950 Acesulfam K (substancja słodząca)<BR>  
E951 Aspartam (substancja słodząca)<BR>  
E952 Kwas cyklaminy oraz jego sole: sodowa i wapniowa (substancja słodząca)<BR>  
E953 Izomaltoza (substancja słodząca)<BR>  
E954 Sacharyna i jej sole: sodowa, potasowa i wapniowa (substancja słodząca)<BR>  
E955 Sukraloza<BR>  
E957 Taumatyna (substancja słodząca) (wzmacniacz smaku)<BR>  
E959 Neohesperydyna DC (substancja słodząca)<BR>  
E965 Maltitol (i) Maltitol (ii) Syrop maltitolowy (substancja słodząca) (stabilizator) (substancja utrzymująca wilgotność )<BR>  
E966 Laktitol (substancja słodząca)<BR>  
E967 Ksylitol (substancja słodząca)<BR>  
E999 Ekstrakty Quillaia (substancja pianotwórcza)<BR>

Nadestaf(a):Kucharek 2009-08-17 23:08:26