Пищевые добавки: классификация и безопасность

На жизнь современного человека значительно влияют техногенные и антропогенные факторы, из-за которых непищевые чужеродные вещества попадают в воздух и воду, а также загрязняют пищу. Как следствие, в некоторых количествах они оказываются в наших организмах - в моменты, когда мы едим, дышим и пьем. С едой мы поглощаем и другие вещества – пищевые добавки.

В 19-20 веках эти природные и идентичные природным вещества попали под пристальное внимание производителей продуктов. Интерес был вызван развитием торговых сетей и необходимостью транспортировать быстро портящиеся товары на значительные расстояния. Добавки стали использоваться для увеличения сроков хранения. Кроме того, ароматизаторы и красители, помогли улучшить органолептические свойства пищевой продукции (цвет, запах, вкус). Как следствие, увеличился и спрос на эти товары. Ввиду широкого распространения сахарного диабета и ожирения, производители стали выпускать продукты с заменителями сахара и подсластителями.

В настоящее время при производстве продуктов используется порядка 500 пищевых добавок и 1000 их комбинаций. Чтобы гармонизировать использование этих веществ Европейский союз разработал специальную систему классификации. Она была одобрена и ФАО-ВОЗ. Система построена на кодификации: каждая добавка имеет свой трёх- или четырёхзначный номер, которому предшествует буква «Е». Буква «Е» и номер идентификации имеют чёткое толкование; подразумевают тот факт, что это пищевое/синтетическое вещество безопасно для здоровья, имеет рекомендации по технологической необходимости, критерии чистоты.

Ниже приводится классификация добавок, начинающихся с буквы Е, после которой следует численное обозначение:

- 100 – 182 красители;
- 200 – 299 консерванты;
- 300 – 399 добавки, защищающие продукты от окисления;
- 400 – 499 стабилизаторы, сохраняющие нужную консистенцию;
- 500 – 599 эмульгаторы, создающие однородную массу;
- 600 – 699 усилители вкуса и запаха;
- 700 – 800 самые опасные добавки;
- 900 – 999 снижают образование пены.

Если продукт содержит пищевые добавки, это должно быть отражено на этикетке в обязательном порядке. При этом допускается обозначение добавки и как индивидуальное вещество, и как представитель функционального класса, т.е. в сочетании с Е-номером (например, «бензоат натрия» или «консервант Е211»).

Согласно системе цифровой кодификации номера Е100-182 относятся к красителям, Е200 и далее – к консервантам, Е300 и далее – к антиокислителям, Е400 и далее – к стабилизаторам консистенции, Е1000, Е500 и далее – к эмульгаторам, Е600 и далее – к усилителям вкуса и аромата, Е900 и далее – к глазирующим агентам и улучшителям хлеба. Индексы Е700 и далее, Е800 и далее являются запасными. Таким образом, по кодам можно судить о назначении той или иной пищевой добавки.

и. о. заведующего отдела экспертиз,
связанных с питанием населения
Серовского Филиала ФБУЗ «ЦГиЭ»
Белова Н.В.