

Tabela kalorii; Kalkulatory kalorii; Spalanie kalorii; Dodatki 'E'

E200-E299 - konserwanty, regulatory kwasowo

<p>E200</p> <p>Kwas sorbowy; syntetyczny, stosowany jako konserwant, gnie w margarynie i serach. Uważa się, że jest nieszkodliwy dla zdrowia, choć powoduje reakcje alergiczne. W badaniach na szczurach stwierdzono, że kwas ten, podawany z dietą, powodował powiększenie masy wątroby bez zmian histopatologicznych.</p>		<p>E201</p> <p>Sorbinian sodu, sodowa kwasu sorbowego; syntetyczny, dodawany do serów, margaryn; nieszkodliwy.</p>		<p>E202</p> <p>Sorbinian potasu, potasowa kwasu sorbowego; syntetyczny, dodawany do serów, margaryn, jogurtów i innych fermentowanych produktów mlecznych; nieszkodliwy.</p>		<p>E203</p> <p>Sorbinian wapnia, wapniowa kwasu sorbowego; syntetyczny, dodawany do serów, margaryn; nieszkodliwy.</p>		<p>E210</p> <p>Kwas benzoowy; syntetyczny, dodatek do napoi gazowanych, majonezów, marynat, konserw owocowych i warzywnych, sałatek. Po jego spożyciu osoby wrażliwe, chorujące na astmę, katar sienny lub alergię skórne mogą odczuwać zaostrzenie stanów chorobowych. Odradza się jego spożywanie.</p>		<p>E211</p> <p>Benzoosan sodu, sodowa kwasu benzoowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; występuje naturalnie w znacznych ilościach (które mogą przekraczać 0,1%) w porzeczkach, borówkach i liwkach suszonych, a także w renklodach, cynamonie, goździkach i jabłkach. Dodawany do przetworów owocowych, przetworów warzywnych, rybnych sałatek, koncentratu pomidorowego, napojów gazowanych. Benzoosan sodu działa drażniąco na błonę śluzową i odkażająco, dlatego spożycie zawierających go produktów może u osób nadwrażliwych (np. chorych na chorobę wrzodową) powodować dolegliwości bólowe. Odradza się jego spożywanie.</p>		<p>E212</p> <p>Sód potasowa kwasu benzoowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; odradza się jego spożywanie (patrz E 210). Może wywoływać alergię.</p>		<p>E213</p> <p>Benzoosan wapnia, wapniowa kwasu benzoowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; odradza się jego spożywanie (patrz E 210). Może wywoływać alergię.</p>		<p>E214</p> <p>p-hydroksybenzoosan etylu; pochodna kwasu benzoowego; syntetyczny, stosowany przeważnie w produktach rybnych, sałatach i innych wyrobach owocowo-warzywnych. Może powodować zmiany smaku potraw. Odnotowano jego działanie jako rodnika odurzającego, rozszerzającego naczynia i wywołującego skurcze mięśni. Odradza się jego spożywanie. Może wywoływać alergię.</p>		<p>E215</p> <p>p-hydroksybenzoosan etylu; pochodna kwasu benzoowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; odradza się jego spożywanie (patrz E 214). Może wywoływać alergię.</p>
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	--	---	--	---	--	---	---

Tabela kalorii; Kalkulatory kalorii; Spalanie kalorii; Dodatki 'E'

E200-E299 - konserwanty, regulatory kwasowo

E216; pochodna kwasu benzooesowego; syntetycznie otrzymany konserwant; **odradza si** spożywanie (patrz E 214). **Mo** **wywo** **alergie**.

E217; pochodna kwasu benzooesowego; syntetycznie otrzymany konserwant; **odradza si** spożywanie (patrz E 214). **Mo** **wywo** **alergie**.

E219; pochodna kwasu benzooesowego; syntetycznie otrzymany konserwant; **odradza si** spożywanie (patrz E 214). **Mo** **wywo** **alergie**.

E220; syntetyczny; dodawany do soków owocowych i koncentratów, win, suszonych owoców; **odradza si** spożywanie; uwaga osoby wrażliwe i astmatycy; **niszczy witaminę B 12**.

E222; syntetycznie otrzymany konserwant i przeciwutleniacz; **odradza si** spożywanie (patrz E 220). Uwaga osoby wrażliwe i astmatycy. **Zak** **czynności jelit**.

E223; syntetycznie otrzymany konserwant i przeciwutleniacz; **odradza si** spożywanie (patrz E 220). Uwaga osoby wrażliwe i astmatycy. **Zak** **czynności jelit**.

E224; syntetycznie otrzymany konserwant i przeciwutleniacz; **odradza si** spożywanie (patrz E 220). Uwaga osoby wrażliwe i astmatycy. **Zak** **czynności jelit**.

E226; syntetycznie otrzymany konserwant i przeciwutleniacz; **odradza si** spożywanie (patrz E 220). Uwaga osoby wrażliwe i astmatycy. **Zak** **czynności jelit**.

E227; syntetycznie otrzymany konserwant i przeciwutleniacz; **odradza si** spożywanie (patrz E 220). Uwaga osoby wrażliwe i astmatycy. **Zak** **czynności jelit**.

E230; syntetyczny; dozwolony tylko do zabezpieczenia przed rozwojem pleśni i grzybów, skórek owoców cytrusowych; stosowany także jako pestycyd; **zak** **czynności skóry**. Uwaga alergicy, **mo** **wywo** **alergii kontaktowej**.

E231; syntetycznie otrzymany konserwant; dozwolony tylko do zabezpieczenia przed rozwojem pleśni i grzybów, skórek owoców cytrusowych; stosowany także jako pestycyd; **zak** **czynności skóry**. Uwaga alergicy, **mo** **wywo** **alergii kontaktowej**.

E232; syntetycznie otrzymany konserwant; dozwolony tylko do zabezpieczenia przed rozwojem pleśni i

Tabela kalorii; Kalkulatory kalorii; Spalanie kalorii; Dodatki 'E'

E200-E299 - konserwanty, regulatory kwasowo

grzyb, sk owoc cytrusowych; stosowany tak e jako pestycyd; zak a czynno ci sk y. Uwaga alergicy, mo e wywo a alergi kontaktow. Patrz E230.

E233 Syntetyczny; u ywany do spryskiwania sk owoc cytrusowych i banan; stosowany tak e jako pestycyd oraz jako lek (np. przeciwko paso ytom jelitowy). Brak pe nych danych; niemo liwe jest obecnie wydanie jednoznacznej opinii; zak a czynno ci sk y.

E236 Kwas mr kowy; syntetyczny; dodatek do ryb w zonych, surowych sok owocowych; nieszkodliwy.

E237 Mr czan sodu; syntetyczny; nieszkodliwy.

E238 Mr czan wapnia; syntetyczny; nieszkodliwy.

E239 Urotropina, heksamina; syntetyczny; mo e wywo ywa alergie.

E249 Azotyn potasu; syntetycznie otrzymywany konserwant; dodatek do w lin; szkodzi przy nadci nieniu; wchodzi w reakcje z cz steczkami bia ka w wyniku czego mog wytwarza si rakotw cze nitrozoaminy; odradza si cz te spo ywanie.

E250 Azotyn sodu; syntetycznie otrzymywany konserwant; dodatek do w lin; szkodzi przy nadci nieniu; wchodzi w reakcje z cz steczkami bia ka w wyniku czego mog wytwarza si rakotw cze nitrozoaminy; odradza si cz te spo ywanie.

E251 Azotan sodu; syntetycznie otrzymywany konserwant; dodatek do w lin, ser podpuszczkowych i topionych; szkodzi przy nadci nieniu; wchodzi w reakcje z cz steczkami bia ka w wyniku czego mog wytwarza si rakotw cze nitrozoaminy; odradza si cz te spo ywanie.

E252 Azotan potasu; syntetyczny; dodatek do w lin, ser podpuszczkowych i topionych; zapobiega tworzeniu si jadu kie basianego; szkodzi przy nadci nieniu; wchodzi w reakcje z cz steczkami bia ka w wyniku czego mog wytwarza si rakotw cze nitrozoaminy; odradza si cz te spo ywanie.

E260 Kwas octowy; syntetyczny lub fermentacyjny; dodatek do marynat: ledzi, grzyb, sa atek; nieszkodliwy.

E261 Octan potasu; syntetyczny, dodatek do marynat: ledzi, grzyb, sa atek; nieszkodliwy.

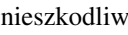
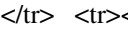

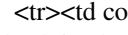

E262 Dwuoctan sodu; syntetyczny, dodatek do marynat: ledzi, grzyb, sa atek; nieszkodliwy.

E263 Octan wapnia; syntetyczny, dodatek do marynat: ledzi, grzyb, sa atek;

Tabela kalorii; Kalkulatory kalorii; Spalanie kalorii; Dodatki 'E'

E200-E299 - konserwanty, regulatory kwasowości

nieszkodliwy.

		
E270		
<p>Kwas mlekowy; u noworodków może prowadzić do zaburzeń w przemianie materii, jeżeli układ trawienny nie jest wystarczająco rozwinięty. Dotyczy to jednak tylko formy D(-) oraz DL kwasu mlekowego. W żywności dla niemowląt stosuje się tylko formę L(+). Nieszkodliwy.</p>		
		
E280		
<p>Kwas propionowy; syntetycznie produkowany konserwant; może zmieniać zapach i smak potraw; dopuszczony do stosowania w paczkowanym, krojonym chlebie i opakowanych drobnych wyrobach cukierniczych – ciasta i herbatniki. Występuje naturalnie w niektórych gatunkach sera. Odradza się to spożywanie.</p>		
		
E281		
<p>Propinian sodu, sód sodowa kwasu propionowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; może zmieniać zapach i smak potraw; odradza się to spożywanie.</p>		
		
E282		
<p>Propinian wapnia, sód wapniowa kwasu propionowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; może zmieniać zapach i smak potraw; odradza się to spożywanie.</p>		
		
E283		
<p>Propinian potasu, sód potasowa kwasu propionowego; syntetycznie otrzymywany konserwant; może zmieniać zapach i smak potraw; odradza się to spożywanie.</p>		