

EVA test za intoleranciju hrane pomoću aparata AMI



IME :

PREZIME:

DATUM:

ADITIVI I DRUGI PREPARATI U HRANI

Prehrambenim aditivima se smatraju tvari točno poznatog kemijskog sastava, koje se ne konzumiraju kao hrana, i nisu tipičan sastojak hrane, bez obzira na prehrambenu vrijednost, a dodaju se hrani u svrhu poboljšanja tehnoloških i senzorskih svojstava.

Aditivi su dodatne tvari hrani i pićima u prehrambenoj industriji, a neki aditivi koriste se i u farmaceutskoj industriji. Te tvari služe najviše za poboljšanje boja, okusa i mirisa i konzerviranje. Aditivi se dodaju hrani u tehnološkom postupku proizvodnje, tijekom pripreme, obrade, prerade, oblikovanja, pakiranja, transporta i čuvanja.

Dodaci (aditivi) prehrambenim proizvodima obično se označuju E - brojevima i ti su brojevi jedinstveni i točno utvrđeni za svaki spoj. Na naljepnici sa deklaracijom nalaze se i podaci o dodanim aditivima u obliku oznaka sa E - brojevima. Ti brojevi odnose se na umjetne i prirodne aditive čija je upotreba odobrena u zemljama Europske zajednice, a odobrena je i u Hrvatskoj "Pravilnikom o aditivima koji se mogu nalaziti u namirnicama".

Često se i pojavljuju članci kojima je navodno svrha upozoriti potrošače na razne dodatke prehrambenim proizvodima. No, većina članaka je senzacionalističkog tipa sa poluinformacijama. Svi dodaci hrani koji su označeni sa E - brojevima su pomno ispitani. Ukoliko je neki dodatak stvarno štetan tada je njegova uporaba propisom ograničena ili potpuno zabranjena. Sigurno će još neki biti zabranjeni ako se pokaže da su štetni ili im se nađe bolja zamjena.

Bitan je i podatak koliko se određenog dodatka dodaje hrani, odnosno, konzumira. Svi su dozvoljeni aditivi sigurni u granicama prosječnog konzumiranja.

Zakoni strogo kontroliraju ovakve stvari pa tako i kod nas postoji Pravilnik o aditivima koji se mogu nalaziti u namirnicama koji je objavljen u Narodnim novinama, broj 130/98, 122/00 i 129/03.

Neki od dodataka su dokazano štetni, na primjer nitrati. Ali opasnost od nitrata u mesnim prerađevinama je mnogo manja od trovanja pokvarenim mesom (botulizam). Slično je sa svim drugim konzervansima.

Sve su namirnice lako pokvarljiva roba, vrlo ograničenog trajanja, a osobito onda kada se radi o namirnicama životinjskog podrijetla.

Svrha dodavanja konzervansa je stabiliziranje proizvoda, produženje njihove održljivosti i prevencija kvarenja odnosno mikrobiološke kontaminacije.

Najpoznatiji konzervans, koji je ujedno i najmanje opasan jeste kuhinjska sol, koja se obično ne proziva kao kemijski dodatak, ali ona to ustvari je (NaCl), isto kao i ocat, šećer, sorbati i slično. Najveći problem predstavlja skupina konzervansa za očuvanje boje proizvoda i svježine mesa (nitrati, nitriti) radi mogućnosti njihove konverzije (pomoću crijevne mikroflore) u toksične i karcinogene spojeve (nitrozamin, methemoglobin).

Oni koji se hrane salamurenim pa potom odimljenim mesom ili salamurenom ribom, moraju biti svjesni da će dobiti stanovitu količinu tih aditiva u obroku, koja doza, u normalnim okolnostima i normalnim količinama konzumiranja, ne bi trebala imati štetnih učinaka na zdravlje.

Postoje i slučajevi kada se radi ostvarenja veće zarade u proizvode dodaju nedopuštene tvari preko svake mjere. Bez obzira radi li se o potpuno neotrovnom škrobu u suhomesnatim proizvodima ili o opasnom glikolu u vinu. Takvi postupci su zabranjeni i naravno nikada neće pisati na etiketi. No tu nije riječ o normalnoj uporabi aditiva, već o njihovoj zlouporabi. I na selu, gdje je navodno hrana zdrava, mogu se naći antifriz u vinu, minij u mljevenoj paprici, modra galica u krastavcima i šećer u rakiji, a naročito tragovi pesticida.

Hrana prerađena u industriji podliježe strogom nadzoru, no kakav nadzor i ispitivanja su provedena

nad hranom koju kumice prodaju na placu, i za koju nas spremno uvjeravaju da je zdrava?

Sa aditivima (konzervansima) se štitimo od najgoreg tj. od pokvarenih ili kontaminiranih namirnica.

Citiramo sa:

http://www.hzjz.hr/zdr_ekologija/priopcenja/aditivi/

PREHRAMBENI ADITIVI - JE LI ZDRAVLJE UGROŽENO?

mr. sc. Marijan Katalenić

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Oduvjek se kod ljudi u susretu s nepoznatim javlja strah, nelagoda, što nerjetko vodi prema potpunom negiranju bez obzira o čemu se radi. Tijekom nekoliko proteklih godina kruži uradak koji poziva na oprez ili izbjegavanje konzumiranja namirnica koje sadrže pojedine aditive. Nažalost, autor nije potpisan ali se i pored toga preslike istog objavljuju i komentiraju u nekim novinama. U uratku se navode i izvori informacija (jedna je i klinika za pedijatriju i onkologiju iz Dusseldorfa) iako tako nestručan i površan pamflet ne bi uradili oni koji se brinu o zdravlju.

No, i pored svega to je dobar povod da se o prehrambenim aditivima kaže nešto više ne komentirajući citirani pamflet. To će biti jasnije ako se komentira samo podatak da se E330, limunska kiselina, prisutna u većini voća i povrća, navodi kao uzročnik upale usne šupljine, kao najopasniji dodatak koji, strašne li optužbe, izaziva rak (čega?).

LISTA ADITIVA

E-broj naziv aditiva osnovno funkcionalno svojstvo, tehnološki učinak i ostala svojstva

E100 Curcumin (C.I. 75300) bojilo bojenje

E101 Riboflavin (I) - Riboflavin-5'-fosfat (II)

E102 Tartrazine (C.I. 19140)

E104 Quinoline Yellow (C.I. 47005)

E110 Sunset Yellow FCF, Gelborange S (C.I. 15985)

E120 Carmines, Cochenille, Carmine acid (C.I.75470)

E122 Azorubine, Carmoisine (C.I. 14720)

E123 Amaranth (C.I: 16185)

E124 Ponceau 4R, Cochenille red A (C.I. 16255)

E127 Erythrosine (C.I. 45430)

E128 Red 2G (C.I. 18050)

E129 Allurared AC (C.I. 16035)

E131 Patentblue V (C.I. 42051)

E132 Indigotine (C.I. 73015)

E133 Brillantblue FCF (C.I. 42090)

E140 Chlorophylle (a) (C.I. 75810) - Chlorophylline (b) (C.I. 75815)

E141 Bakreni kompleks (C.I. 75810)

E141a Chlorophylle

E141b Chlorophylline

E142 Green S (C.I. 44090)

E150a Obični, jednostavni Caramel

E150b Caramel - sulfitno kiseli

E150c Caramel - amonijačni

E150d Caramel - sulfitno/amonijačni

E151 Brillantblack BN (C.I. 28440)

E153 Biljni ugljen bojenje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za bistrenje, filtraciju i adsorpciju)

E154 Brown FK bojenje

E155 Brown HT (C.I. 20285)

E160 a Carotenes (C.I. 75130) / Smjesa Carotenes (I) , b Caroten (II) /

E160b Anatto, Bixin, Norbixin (75120)

E160c Paprica extract, Capsanthin, Capsorubin

E160d Lycopin

E160e b-apo-8'-carotenal (C30) (40820)

E160f b-apo-8'-carotenal (C30) ethylester(40825)

E161b Lutein

E161g Canthaxanthin (C.I. 40850)

E162 Beet red, Betain

E163 Anthocyanins

E170 Kalcijev karbonat (I) (C.I. 77220) bojenje, tvari za sprečavanje zgrudnjavanja i tvari za postizavanje klizavosti, stabilizator pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E171 Titanov dioksid (C.I. 77891) bojilo bojenje

E172 Željezni oksidi i hidroksidi za bojenje

E173 Aluminijski oksid (C.I. 77000) bojenje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (katalizator)

E174 Srebro bojilo, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (katalizator s ostatakom < 1 mg/kg u namirnici)

E175 Zlato za bojenje

E180 Litholrubin BK

E200 Sorbinska kiselina konzervans, konzerviranje

E202 Kalijev sorbat

E203 Kalcijev sorbat

E210 Benzojeva kiselina

E211 Natrijev benzoat

E212 Kalijev benzoat

E213 Kalcijev benzoat

E214 Etil p-hidroksibenzoat konzerviranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E215 Natrijev etil p-hidroksibenzoat konzerviranje

E216 Propil p-hidroksibenzoat konzerviranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E217 Natrijev propil-p-hidroksibenzoat konzerviranje

E218 Metil p-hidroksibenzoat konzerviranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E219 Natrijev metil-p-hidroksibenzoat konzerviranje

E220 Sumporni dioksid konzerviranje, antioksidans, katalizator, tvari za taloženje, tvari za kontrolu rasta mikroorganizama

E221 Natrijev sulfit konzerviranje, antioksidans, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E222 Natrijev hidrogensulfit

E223 Natrijev metabisulfit konzerviranje, antioksidans, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (katalizator, ostale tvari)

E224 Kalijev metabisulfit konzerviranje, antioksidans

E226 Kalcijev sulfit

E227 Kalcijev hidrogensulfit

E228 Kalijev hidrogensulfit

E234 Nizin

E235 Natamicin konzervans, konzerviranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za kontrolu rasta mikroorganizama)

E242 Dimetildikarbonat konzervans konzerviranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za kontrolu rasta mikroorganizama)

E249 Kalijev nitrit konzerviranje, tvari za zadržavanje boje

E250 Natrijev nitrit

E251 Natrijev nitrat

E252 Kalijev nitrat konzerviranje, tvari za zadržavanje boje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E260 Octena kiselina konzerviranje, regulatori kiselosti, kiselina, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E252 Kalijev nitrat konzervans konzerviranje, tvari za zadržavanje boje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E260 Octena kiselina konzerviranje, regulatori kiselosti, kiselina, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E261 Kalijev acetat (I) regulatori kiselosti reguliranje kiselosti - Kalijev hidrogenacetat (II)

E262 Natrijev acetat (I) - Natrijev hidrogenacetat

E263 Kalcijev acetat konzervans, stabilizator, regulatori kiselosti

E270 Mliječna kiselina regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E280 Propionska kiselina konzervans konzerviranje

E281 Natrijev propionat

E282 Kalcijev propionat

E283 Kalijev propionat

E284 Borna kiselina

E285 Natrijev tetraborat (Borax)

E290 Ugljični dioksid potisni plin, za potisak, tvari za otapanje i ekstrakciju, tvari za podhlađivanje i hlađenje

E296 Jabučna kiselina regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, kiselina

E297 Fumarna kiselina, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E300 Askorbinska kiselina antioksidans antioksidativno djelovanje, kiselina, za tretiranje brašna, tvari za zadržavanje boje

E301 Natrijev askorbat antioksidativno djelovanje, tvari za zadržavanje boje

E302 Kalcijev askorbat

E304 Masni esteri askorbinske kiseline antioksidativno djelovanje - Askorbil palmitat - Askorbil stearat

E306 Mješavina tokoferola - koncentrirana

E307 a-tokoferol antioksidans antioksidativno djelovanje

E308 g-tokoferol

E309 d-tokoferol

E310 Propil galat antioksidativno djelovanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E311 Oktil galat antioksidativno djelovanje

E312 Dodecil galat

E315 Izoaskorbinska kiselina antioksidativno djelovanje, tvari za zadržavanje boje

E316 Natrij izoaskorbat

E320 Butilhidroksianisol (BHA) antioksidativno djelovanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E321 Butilhidroksitoluen (BHT) antioksidans antioksidativno djelovanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E322 Lecitini antioksidativno djelovanje, emulgator, modifikator kristalizacije masnoća, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

- E325** Natrijev laktat antioksidans antioksidativno djelovanje, regulator kiselosti, tvari za zadržavanje vlage, povećivač volumena
- E326** Kalijev laktat antioksidativno djelovanje, regulatori kiselosti
- E327** Kalcijev laktat regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, tvari za tretiranje brašna
- E330** Limunska kiselina - reguliranje kiselosti, antioksidans, kiselina, sekvestrant, pomoćna tvar za taloženje-filtraciju
- E331** Natrijev citrat (I) reguliranje kiselosti, sekvestrant, emulgator, stabilizator, antioksidans
- E332** Kalijev citrat (I) reguliranje kiselosti, sekvestrant, stabilizator, antioksidans, pomoćne stvari u procesu proizvodnje
- E333** Kalcijev citrat (I) reguliranje kiselosti, sekvestrant, učvršćivač, pomoćne stvari u procesu proizvodnje (I) (ostale stvari)
- E334** Vinska kiselina reguliranje kiselosti, sekvestrant, synergist, antioksidans, kiselina, pomoćne stvari u procesu proizvodnje
- E335** Natrijev tartarat (I) stabilizator stabiliziranje, sekvestrant, pomoćne stvari u procesu proizvodnje (ostale stvari)
- E336** Kalijev tartarat (I) stabiliziranje, sekvestrant, pomoćne stvari u procesu proizvodnje (ostale stvari)
- E337** Natrijkalijev tartarat stabiliziranje, sekvestrant
- E338** Fosforna kiselina regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, antioksidans, synergist, za taloženje, filtraciju
- E339** Natrijev fosfat (I) reguliranje kiselosti, emulgator, stabilizator, sekvestrant, pomoćne stvari za taloženje
- E340** Kalijev fosfat (I) reguliranje kiselosti, emulgator, stabilizator, sekvestrant, pomoćne stvari u procesu proizvodnje
- E341** Kalcijev fosfat (I) regulator kiselosti reguliranje kiselosti, tvari za tretiranje brašna, učvršćivač, tvari za sprečavanje zgrudnjavanja, pomoćne stvari u procesu proizvodnje tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje...
- E343** Magnezijev fosfat (I) reguliranje kiselosti, tvari protiv zgrudnjavanja i za povećanje klizavosti
- E350** Natrijev malat (I) reguliranje kiselosti, tvari za poliranje i zadržavanje vlage
- E351** Kalijev malat (I) regulator kiselosti reguliranje kiselosti
- E352** Kalcijev malat (I)

- E353** Metavinska kiselina reguliranje kiselosti, kiselina
- E354** Kalcijev tartarat reguliranje kiselosti, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)
- E355** Adipinska kiselina reguliranje kiselosti
- E356** Natrijev adipat
- E357** Kalijev adipat
- E363** Jantarna kiselina
- E380** Triamonijev citrat
- E385** Kalcijevdinatrijevmetilen-diamintetraacetat reguliranje kiselosti, antioksidans, konzervans, sekvestrant
- E400** Alginska kiselina zgušnjivač mjenjanje konzistencije, stabilizator
- E401** Natrijev alginat mjenjanje konzistencije, stabilizator, tvari za želiranje, tvari za taloženje, filtraciju
- E402** Kalijev alginat mjenjanje konzistencije, stabilizator
- E403** Amonijev alginat
- E404** Kalcijev alginat zgušnjivač mjenjanje konzistencije, stabilizator, tvari za želiranje, tvari protiv pjena
- E405** Propilenglikolalginat mjenjanje konzistencije, emulgator
- E406** Agar mjenjanje konzistencije, tvari za želiranje, stabilizator, pomoćne tvari u procesu proizvodnje npr. taloženje i filtraciju
- E407** Karagenan
- E407a** PES (Pročišćena morska alga Eucheuma)
- E410** Karuba guma, za mjenjanje konzistencije, stabilizator
- E412** Guar guma
- E413** Tragakant guma mjenjanje konzistencije, stabilizator, emulgator
- E414** Guma arabika mjenjanje konzistencije, stabilizator, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za taloženje-filtraciju)
- E415** Ksantan guma mjenjanje konzistencije, stabilizator
- E416** Karaja guma

E417 Tara guma

E418 Gellan guma zgušnjivač mjenjanje konzistencije, stabilizator, tvari za želiranje

E420 Sorbitol (I) tvari za zaslađivanje zamjena za šećer, preparati za zadržavanje vlage, sekvestrant, emulgator - Sorbitolni sirup

E421 Manitol zamjena za šećer, tvari protiv zgrudnjavanja

E422 Glicerol tvari za zadržavanje vlage zadržavanje vlage, stabilizator, tvari za podhlađivanje i hlađenje, tvari za otapanje

E431 Polioksietilen (40) stearat emulgator povećivač volumena , homogenizacija masti i vode

E432 Polioksietilen (20) sorbitan monolaurat; Polisorbat 20

E433 Polioksietilen (20) sorbitan monooleat; Polisorbat 80

E434 Polioksietilen (20) sorbitan monopalmitat; Polisorbat 40 homogenizacija masti i vode, modifikatori kristalizacije masnoća

E435 Polioksietilen (20) sorbitan monostearat; Polisorbat 60 emulgator homogenizacija masti i vode, modifikatori kristal. masnoća

E436 Polioksietilen (20) sorbitan tristearat ; Polisorbat 65

E440 Pektin (I) zgušnjivač mjenjanje konzistencije, stabilizator, tvari za želiranje - Amidirani pektin (II)

E442 Amonijeva sol fosfatidne kiseline emulgator homogenizacija masti i vode

E444 Saharoza acetat izobutirat homogenizacija masti i vode, stabilizat.

E445 Esteri smola drveta

E450 Dinatrijev difosfat (I) emulgatorska sol, stabilizator, regulatori kiselosti, tvari za tretiranje brašna, sekvestrant, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za taloženje (II) , tvari za podmazivanje, otpuštanje, za oblikovanje, tvari protiv sljepljivanja

E451 Pentanatrijev trifosfat (I) sekvestrant čini kompleksne spojeve s ionima, regulatori kiselosti

E452 Natrijev polifosfat (I) emulgator emulgatorska sol, stabilizator, tvari za rahljenje, sekvestrant, skidanje ljuske, kore, kože

E459 Beta-ciklodekstrin zgušnjivač, mjenjanje konzistencije

E460 Mikrokristalinična celuloza (I) emulgator emulgiranje smjese, tvari protiv zgrudnjavanja, tvari za taloženje i filtraciju

E461 Metil celuloza zgušnjivač mjenjanje konzistencije, emulgator, stabilizator

E463 Hidroksipropil celuloza

E464 Hidroksipropilmetil celuloza

E465 Metiletil celuloza

E466 Natrijev karboksimetil celuloza mjenjanje konzistencije, emulgator, stabilizator

E467 Enzimatski hidrolizirana karboksi metil celuloza tvari za tretiranje brašna mjenjanje konzistencije

E468 Umrežena Na-karboksimetil celuloza zgušnjivač mjenjanje konzistencije

E469 Enzimatski hidrolizirana karboksimetil celuloza zgušnjivač mjenjanje konzistencije

E470a Natrijeve, kalijeve i kalcijeve soli masnih kiselina emulgator homogenizacija masti i vode, stabilizator, protiv zgrudnjavanja

E470b Magnezijeve soli masnih kiselina - tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje...

E471 Mono i digliceridi masnih kiselina emulgator homogenizacija masti i vode, stabilizator, tvari protiv pjenjenja

E472a Ester octene kiseline mono i diglicerida masnih kiselina homogenizacija masti i vode, stabilizator, protiv pjenjenja

E472b Ester limunske kiseline mono i diglicerida masnih kiselina

E472c Mono i diacetil ester vinske kiseline mono i diglicerida masnih kiselina

E473 Saharozni ester masnih kiselina emulgator homogenizacija masti i vode

E474 Saharogliceridi

E475 Poliglicerolni esteri masnih kiselina za homogenizaciju masti i vode, modifikatori kristalizacije masnoća

E476 Poliglicerolni ester interesterificirane ricenoleinske kiseline ; poliglicerolpoliricinolat

E477 Propilen glikolni ester masnih kiselina

E479 b Termooksidirano sojino ulje sa mono i digliceridima masnih kiselina, homogenizacija masti i vode

E481 Natrijevsteroil-2-laktilat homogenizacija masti i vode, stabilizator

E482 Kalcijevsteroil-2-laktilat

E483 Stearil tartarat tvari za tretiranje brašna podešava tehnološka svojstva

E491 Sorbitanmonostearat emulgator homogenizacija masti i vode, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E492 Sorbitantristearat

E493 Sorbitanmonolaureat homogenizacija masti i vode

E494 Sorbitanmonooleat

E495 Sorbitanmonopalmitat

E500 Natrijev karbonat (I) regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, tvari za tretiranje brašna, tvari protiv zgrudnjavanja, stabilizator, tvari za rahljenje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ljuštenje i skidanje ljuske, kore, kože, ostale tvari)

E501 Kalijev karbonat (I) reguliranje kiselosti, stabilizator, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E503 Amonijev karbonat (I) regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, tvari za rahljenje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E504 Magnezijev karbonat (I) reguliranje kiselosti, tvari protiv zgrudnjavanja, tvari za zadržavanje boje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E507 Kloridna kiselina reguliranje kiselosti, kiseline, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E508 Kalijev klorid tvari za želiranje dodatkom u određeni medij stvara želatinoznu konzistenciju

E509 Kalcijev klorid tvari za učvršćivanje tkiva voća, povrća i tvari koja se pri tome koriste za želiranje održava konzistenciju voća, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za pranje, ljuštenje i skidanje ljuske, kore, kože, katalizator ,ostale tvari)

E511 Magnezijev klorid održava konzistenciju voća, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E512 Kositar - (II)- klorid antioksidans, sprečava oksidaciju, tvari za zadržavanje boje voća (protiv posmeđivanja)

E513 Sufatna kiselina regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, kiselina

E514 Natrijev sulfat (I) regulator kiselosti reguliranje kiselosti, tvari za stabiliziranje, zadržavanje i intenziviranje boje

E515 Kalijev sulfat (I) reguliranje kiselosti, tvari za stabiliziranje, zadržavanje i intenziviranje boje, pomoćne tvari

E516 Kalcijev sulfat tvari za tretiranje brašna podešava tehnološka svojstva brašna, sekvestrant, tvari za učvršćivanje tkiva voća, povrća i tvari koja se pri tome koriste za želiranje

E517 Amonijev sulfat podešava tehnološka svojstva brašnu, stabilizator, pomoćne tvari za taloženje i sl.

E520 Aluminijev sulfat

E521 Aluminijatrijev sulfat

E522 Aluminijkalijev sulfat regulatori kiselosti regulira kiselost, stabilizator, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E523 Aluminijamonijev sulfat stabilizator stabilizira sustav, tvari za učvršćivanje tkiva voća, povrća i tvari koja se pri tome koriste za želiranje, stabilizator, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E524 Natrijev hidroksid regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, lužina, tvari za pranje, ljuštenje i skidanje ljuske, kore, kože...

E525 Kalijev hidroksid

E526 Kalcijev hidroksid regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, tvari za učvršćivanje tkiva voća, povrća i tvari koje se pri tome koriste za želiranje, lužina, tvari za pranje, ljuštenje i skidanje ljuske, kore, kože...

E527 Amonijev hidroksid reguliranje kiselosti, lužina

E528 Magnezijev hidroksid reguliranje kiselosti, tvari za zadržavanje, stabiliziranje boje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje

E529 Kalcijev oksid reguliranje kiselosti, tvari za tretiranje brašna, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za bistrenje, filtraciju i adsorpciju, tvari za pranje, ljuštenje i skidanje ljuske, kore, kože, ostale tvari)

E530 Magnezijev oksid tvari za sprečavanje zgrudjavanja sprečava zgrudnjavanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (katalizator, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje, ostale tvari)

E535 Natrijev ferocijanid sprečava zgrudnjavanje

E536 Kalijev ferocijanid sprečava zgrudnjavanje, pomoćno sredstvo u procesu proizvodnje (sredstvo za taloženje-filtraciju)

E538 Kalcijev ferocijanid tvari za sprečavanje zgrudjavanja sprečava zgrudnjavanje

E541 Natrijaluminijev fosfat - kiseli regulatori kiselosti reguliranje kiselosti, emulgator, tvari za otpuštanje

E551 Silicijev dioksid - amorfni sprečava zgrudnjavanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za taloženje-filtraciju, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E552 Kalcijev silikat sprečava zgrudnjavanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za taloženje-filtraciju, sredstvo za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E553 a Magnezijev silikat (I) sprečava zgrudnjavanje

b Talk

E554 Natrijaluminijev silikat tvari za spečavanje zgrudnjavanja sprečava zgrudnjavanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (molekularno sito, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E555 Kalijaluminijev silikat sprečava zgrudnjavanje

E556 Kalcijaluminijev silikat sprečava zgrudnjavanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (molekularno sito, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E558 Bentonit sprečava zgrudnjavanje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za bistrenje, filtraciju i adsorpciju, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E559 Aluminijski silikat (kaolin) sprečava zgrudnjavanje

E570 Stearinska kiselina tvari o za održavanje pjene stabilizira pjenu, tvari protiv zgrudnjavanja i postizanje klizavosti, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje)

E574 Glukonska kiselina regulatori kiselosti regulira kiselost, tvari za rahljenje, kiselina

E575 Glukono-d-lakton

E576 Natrijev glukonat sekvestrant stvara kemijske komplekse sa ionima metala

E577 Kalijev glukonat

E578 Kalcijev glukonat regulatori kiselosti regulira kiselost, tvari za učvršćivanje tkiva voća, povrća i tvari koja se pri tome koriste za želiranje

E579 Željezni (II) glukonat zadržavanje i intenziviranje boje voća, namirnice očuvanje boje voća, stabilizator

E585 Željezni (II) laktat očuvanje boje voća, stabilizator

E620 Glutaminska kiselina pojačivač okusa ističe ili poboljšava okus

E621 Mononatrijev glutaminat

E622 Monokalijev glutaminat

E623 Kalcijev diglutaminat

E624 Monoamonijev glutaminat

E625 Magnezijev diglutaminat

E626 Guanilna kiselina

E627 Dinatrijev 5'-guanilat

E628 Dikalijev 5'-guanilat

- E629** Kalcijev 5'-guanilat pojačivač okusa
- E630** Inozinska kiselina
- E631** Dinatrijev 5'-inozinat
- E632** Kalijev 5'-inozinat
- E633** Kalcijev 5'-inozinat
- E634** Kalcijev 5'-ribonukleotid
- E635** Dinatrijev 5'-ribonukleotid
- E640** Glicin i njegove natrijeve soli ističe ili poboljšava okus
- E650** Cinkov acetat regulator kiselosti regulira kiselost
- E900** Polidimetilsiloksan tvari protiv pjenjenja tvari za spečavanje zgrudnjavanja i za postizavanje klizavosti
- E901** Pčelinji vosak tvari za poliranje za dobivanje sjajne i glatke površine, tvari za podmazivanje, otpuštanje, oblikovanje
- E902** Kandeila vosak dobivanje sjajne i glatke površine
- E903** Karnauba vosak dobivanje sjajne i glatke površine, tvari za podmazivanje, otpuštanje, protiv sljepljivanja, za oblikovanje
- E904** Šelak
- E905** Mikrokristalični vosak
- E907** za dobivanje sjajne i glatke površine, za zadržavanje vlage, Hidrogenirani poli-1-decen
- E912** Ester montanske kiseline za dobivanje sjajne i glatke površine, za zadržavanje vlage,
- E914** Oksidirani polietilenski vosak
- E920** Cistein (I), L-cistein tvari za tretiranje brašna poboljšava tehnološka svojstva, Natrijev ili Kalijev cisteinhidroklorid (II)
- E927 b** Karbamid poboljšava tehnološka svojstva, tvari za kontrolu rasta mikroorganizama, tvari za pranje i ljuštenje, kore
- E938** Argon potisni plin, plin za pakiranje za postisak i stvaranje potrebne atmosfere u pakovini
- E939** Helij
- E941** Dušik plin za pakiranje stvaranje potrebne atmosfere u pakovini, pomoćne tvari u procesu proizvodnje, za podhlađivanje

E942 Dušikov oksid potisni plin za potisak, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (tvari za otapanje i ekstrakciju)

E943 a Butan

E943 b Izo-Butan

E944 Propan

E949 Vodik potisni plin za potisak, plin za pakiranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje (ostale tvari)

E948 Kisik

E950 Acesulfam-K tvari za zaslađivanje umjetno sladilo, pojačivač okusa

E951 Aspartam umjetno sladilo, pojačivač okusa

E952 Ciklaminska kiselina (I) umjetno sladilo - Natrijeva, kalijeva i kalcijeva - sol ciklaminske kiseline (II)

E953 Izomalt umjetno sladilo, tvari protiv zgrudnjavanja, pojačivač okusa, tvari za poliranje

E954 Saharin (I) umjetno sladilo - Natrijeva, kalijeva i kalcijeva - sol saharina

E955 Sucralose tvari za zaslađivanje umjetno sladilo

E957 Taumatín umjetno sladilo, pojačivač okusa

E959 Neohesperidin DC umjetno sladilo, pojačivač okusa

E962 Aspartam-acesulfamova sol umjetno sladilo

E965 Maltitol (I) zamjena za šećer, stabilizator, emulgator - Maltitol sirup (II)

E966 Laktitol zamjena za šećer

E967 Ksilitol zamjena za šećer, tvari za zadržavanje vlage, stabilizator, emulgator

E999 Quillaia ekstrakt tvari za zadržavanje pjene stabilizira pjenu

E1103 Invertaza enzim djelovanje na saharozu

E1105 Lizozim konzervans za konzerviranje

E1200 Polidekstroza A i N povećivač volumena povećanje i oblikovanje strukture, stabilizator, zgušnjivač, za zadržavanje vlažnosti

E1201 Polivinilpirolidon stabilizator za zadržavanje postojanog oblika proizvoda, tvari za dispergiranje, tvari za taloženje-filtraciju

E1202 Polivinilpolipirolidon koloidni stabilizator i stabilizator za bojila

E1404 Škrob oksidirani modificirani škrob povećivač volumena, emulgator, stabilizator, zgušnjivač

E1410 Monoškrobni fosfat

E1412 Diškrobni fosfat esterificirani

E1413 Diškrobni fosfat fosfatizirani

E1414 Diškrobni fosfat acetilirani

E1420 Acetilirani škrob

E1422 Acetilirani diškrob adipat

E1440 Hidroksipropil škrob

E1442 Hidroksipropil diškrobni fosfat

E1450 Natrijev oktenil jantarat - škrob

E1451 Acetilirani oksidirani škrob

E1505 Trietil citrat tvari za održavanje pjene drži postojanost pjene, sekvestrant

E1510 Etilni alkohol pomoćne tvari u procesu proizvodnje tvari za otapanje i ekstrakciju

E1518 Glicerintriacetat (Triacetin) tvari za zadržavanje vlage priječi isušivanje, tvari za poliranje

E1520 Propan-1,2-diol priječi isušivanje, tvari za poliranje, pomoćne tvari u procesu proizvodnje, tvari za otapanje i ekstrakciju

IME I PREZIME :

datum:

NA UČINJENOM TESTU INTOLERANCIJE, NA UREĐAJU AMI 4, PO PRINCIPIMA ELEKTROAKUPUNKTURE, NAĐENI SU SLIJEDEĆI INTOLERANTI .

ADETIVI I KONZERVANSI

Acetil-salicilna kiselina	
ad- amonijev karbonat	
ad- E102 Tartrazin	
ad- E202 Kalijum sorbat	
ad- E401Natrijum alginat	
ad- E412 Guar guma	
ad- E440 Pektin	
ad- Etilvanilin	
ad- Glutamat	
ad- L-askorbinska kiselina	
ad- Nikel sulfat	
amonijev karbonat	
Brasno od sjemenki rogaca	
E127 Eritrozin	
E202 Kalijum sorbat	
E211 Natrijev benzoat	
E322 Sojin lecitin	
E331Natrijum citrati	
E401Natrijum alginat	
E412 Guar guma	
Etilvanilin	
Psenicni gluten	

AROME, ZAČINI I ULJA

cesnjak	
cili	
Cimet	
Curry	
Fina morska sol	

Kapula	
Ljuta papricica	
Origano	
Pivski kvasac	
Ruzmarin	
Senf	
Suncokretovo ulje	
Ulje kikirikija	
Umjetni kvasac	
zivotinjska mast	

GRAHOVICE

Grah	
Leca	
Slanutak	
Soja	

MESO

Govedina	
Janjetina	
konzervirano meso	
Konjetina	
Kozetina	
Kozlic	
Ovcetina	
Patka	
Svinjetina	
Teletina	

MLJEČNI PROIZVODI

Jogurt	
Kazein	

Kefir	
Kiselomlijeko	
Margarin	
Mozarella	
Parmezan	
Sir Grana	
Svjeze punomasno mlijeko	

PIĆA

Bijelo vino	
Coca Cola	
Crno vino	
Kava	
Svijetlo pivo	
Tamno pivo	

POVRĆE

Articoke	
Blitva	
Krastavci	
Krumpir	
Mrkva	
Paradajz	
Patlidjan	
Peperone	
Rotkvica	
spinat	
Zelena salata	

RIBA i ŠKOLJKE

Dagnje	
Grgec	
Hobotnica	
Krnja	
Obicni list	
Orada	
Oslic	
Ostrige	
Pastrva	
Sabljarka	
Sipa	
skoljkasi	
Skusa	
Srdele	
Trilja	
Tuna	
Vongole	
Zubatac	

VOĆE I ORAŠASTI PLODOVI

Bademi	
Dinja	
Kivi	
Kruska	
sljiva	
Smokva	
Tresnja	
Breskva	
Jabuka	
Jagoda	
Limun	
Kikiriki	
Mandarina	
Orasi	

ZASLAĐIVAČI

Aspartam	
Bijeli secer	
Glukoza	
Laktoza	
Saharoza	

ŽITARICE

Bijela riza	
Bijelo brasno	
Kukuruz	
Mekinje	
Psenica	
Raz	

Namirnice kod kojih je pokazana izražajna intolerancija (3) bilo bi poželjno ne konzumirati, namirnice sa srednjom intolerancijom (2) izbjegavati, a namirnice sa slabom intolerancijom (1) smanjiti unos .
U periodu 1- do 3 mj.