

Aditiva nevhodná pro těhotné a kojící ženy a děti do tří let

(Zdroj: www.zdravapotravina.cz)

Kód	Název	Skóre škodlivosti	Kde ho hlavně můžeme najít?
E 102	Tartrazin (CI potravinářská žlut' 4)	4	Ovocných džusech, čokoládách, konzervovaném ovoci, hrášku, plechovkových omáčkách, v koření, polévkách, hořčici, cukrovinkách, zmrzlíně
E 104	Chinolinová žlut'	3	Omáčkách, nealkoholických nápojích, cukrovinkách, hořčicích, sušenkách, žvýkačkách, mléčných výrobcích, koláčích, pudincích
E 107	Žlut' 2G	6	Zakázané
E 110	Žlut' SY (CI potravinářská žlut' 3)	5	Jasně oranžová barva - v nealkoholických nápojích, v mnoha druzích sladkostí, v pekařských výrobcích, v meruňkovém džemu, marcipánu, zmrzlíně, hořčici, žvýkačkách, instantních polévkách
E120	Košenila, kyselina karmínová, karmíny	6	Barvivo do cukrovinek, mléčných výrobků, džemů, instantních polévek, nápojů, žvýkaček, kompotovaných třešní, oplatek, dortových směsí
E 121	Citronová červen' 2	6	Zakázané
E 122	Azorubin	3	V instantních polévkách, jogurtech, marmeládách, marcipánu, cukrovinkách, limonádách, pudincích, krupici, zmrzlínách
E 123	Amarant (CI potravinářská červen' 9)	6	K barvení krupičných kaší, cukrovinek, pudinků, cereálií, koláčů, nealkoholických i alkoholických nápojů (především aperitivů, vín či likérů)
E 124	Ponceau 4R (CI potravinářská červen' 7, Košenilová červen' A)	5	Kečupy, cukrovinky, marmelády, pudinky, žvýkačky, mléčné výrobky, limonády, zmrzliny, kompotované ovoce, rybí výrobky.
E 127	Erythrosin (CI potravinářská červen' 14)	4	Přísada do koktejlových třešní a ovocných salátů s obsahem třešní. Mimo EU - marmelády, želé, oplatky, limonády, cukrovinky.
E 128	Červen' 2G (CI potravinářská červen' 10, Azogermanin)	5	Zakázané
E 129	Červen' Allura AC (CI potravinářská červen' 17)	4	Barvení salámů, moučníků, dezertů, limonád.
E131	Patentní modř V (CI Potravinářská modř V)	4	Ve sladkostech, žvýkačkách, polevách, alkoholických i nealkoholických nápojích
E132	Indigotin (CI potravinářská modř 1, Indigocarmine)	5	Při výrobě nealkoholických nápojů, pekařských výrobků, cereálií, sladkostí, želé, mražených dezertů
E133	Brilantní modř FCF (CI potravinářská modř 2)	5	K barvení limonád, sladkostí, zmrzliny, cukrovinek, pekařských výrobků, cereálií, pudinků

E151	Čeř BN (Lesklá čeř BN, Brilantní čeř BN)	4	Barvení mléčných výrobků, většinou slazených a fermentovaných, např. čokoládové mléko, kakao, vaječný koňak, syrovátkové nápoje, apod. Dále např. v cukrovinkách, dezertech, zmrzlině, hořčici, marmeládách, omáčkách, nealkoholických nápojích, instantních polévkách, kaviáru.
E1520	Propylenglykol	3	Stabilizátor, zahušťovadlo, odpěňovač, zvlhčující látka, nosič či rozpouštědlo. Chrání potraviny před zamrznutím a má konzervační účinky. V masných výrobcích jako přísada zabráňující ztrátě barvy, při zpracování řepného cukru a droždí jako odpěňovač, v dresincích, popcornu, netučných zmrzlinách, sušenkách, slazeném sekaném kokosu, čokoládových produktech.
E153	Uhlík z rostlinné suroviny	1	V cukrovinkách, sladkostech z lékořice, zavařeninách, ovocných koncentrátech.
E154	Hněď FK (CI potravinářská hněď 1)	4	Uzené ryby jako jsou uzenáče, slanečci, makrely, apod. Zřídka můžeme nalézt toto barvivo také ve vařené šunce, bramborových lupíncích. Jeho konzumace je velmi nevhodná pro děti.
E155	Hněď HT (CI potravinářská hněď 3)	5	Barvení čokolád, cukrovinek, pečiva, koření, omáček, polévek nebo rybích výrobků.
E160b	Annato, Bixin	4	Barvení potravin jako jsou např. mléčné výrobky, pekařské výrobky, margaríny, snídaňové cereálie, lékořice. Používá se také jako aromatické koření nebo inkoust ke značení potravin.
E162	Betanin	0	Barvení nápojů, marmelády, mléčných výrobků, zmrzlin, masných výrobků, naložené zeleniny, bonbónů.
E171	Oxid titaničitý	3	Bílý pigment do žvýkaček, bonbónů, cukrovinek, želé, džemů.
E172	Oxidy a hydroxidy železa	2	Barvení vaječných skořápek, paštik, rybích výrobků jako jsou krevetové a lososové pasty
E173	Hliník (CI kovový pigment)	4	K povrchové úpravě cukrovinek (např. stříbrné kuličky ke zdobení dortů)
E180	Litholrubin BK	4	Barvení kůry tvrdého sýra (Leerdamer)
E210	Kyselina Benzoová	5	V čokoládě, citronech, pomerančích, třešních, ovoci, oříšcích, tabákových výrobcích k aromatizaci nápojů, v ovocných nápojích, v margarínech, v sýrech, v zázvorovém pivu, ve víně, v lékořici, v jablečném moštu, v olivách ve slaném nálevu, v kečupu, v nízkotučných džemech, ve zmrzlinách, v bonbónech, pečivu, v polevách, ovocných výrobcích, v koření a ve žvýkačkách, při výrobě margarínů a do nakládané zeleniny
E211	Benzoan sodný	4	Konzervant - často v nealkoholických nápojích, okurkách ve sklenici, omáčkách a ovocných džusech, džemech, sýrech, ovocných salátech, margarínech
E212	Benzoan draselný	4	V margarínech, vínu, nealkoholických nápojích, ovocných džusech, moštech, sýru, zázvorovém pivu, olivách v nálevu, hořčicích, omáčkách, kečupech, zálivkách.

E213	Benzoan vápenatý	4	V koncentrovaném ananasovém džusu. Dále např. ve žvýkačkách, margarínech, zmrzlině
E220	Oxid siřičitý	5	Konzervant, antioxidant a prostředek proti hnědnutí do vína, kukuřičného sirupu, želé, sušeného ovoce, džusů, nealkoholických ovocných nápojů, pečiva, octa, výrobků z brambor, koření a polévek. Přidává se také při výrobě džemů a marmelád. Dále se používá jako bělicí přísada do želatiny a k bělení chmele, lecitinu, hub, ořechů, lepidla a řepného cukru.
E221	Siřičitan sodný	5	Při výrobě piva, vína, nealkoholických nápojů, ve výrobcích z brambor, sušeném ovoci, marmeládách, džemech, mražených jablkách. Bělicí prostředek při sušení ovoce.
E222	Hydrogensířičitan sodný	5	Při výrobě piva, vína, konzervovaných krevet, sušeného ovoce, octa, produktů z brambor, nealkoholických ovocných nápojů. Použití není dovoleno v mase a v potravinách, které jsou zdrojem vitamínu B1.
E223	Disířičitan sodný	5	Při výrobě vína, piva, v sušeném ovoci, nealkoholických nápojích, marmeládách, džemech, džusech, omáčkách, v bramborových výrobcích, pečivu, mouce, želé, mražených jablkách nebo také při bělení ořechů.
E224	Disířičitan draselný	5	Při bělení cukrů, chmele, dále v marmeládách, džemech, ovocných nápojích, vínu, sýrech, sušeném ovoci, sušených fazolích, výrobcích z brambor, želatině.
E225	Siřičitan draselný	5	Při bělení cukrů, chmele, dále v marmeládách, džemech, ovocných nápojích, vínu, sýrech, sušeném ovoci, sušených fazolích, výrobcích z brambor, želatině.
E226	Siřičitan vápenatý	5	Při bělení cukrů, chmele, dále v marmeládách, džemech, ovocných nápojích, vínu, sýrech, sušeném ovoci, sušených fazolích, výrobcích z brambor, želatině.
E227	Hydrogensířičitan vápenatý	5	Při bělení cukrů, chmele, dále v marmeládách, džemech, ovocných nápojích, vínu, sýrech, sušeném ovoci, sušených fazolích, výrobcích z brambor, želatině.
E228	Hydrogensířičitan draselný	5	Při bělení cukrů, chmele, dále v marmeládách, džemech, ovocných nápojích, vínu, sýrech, sušeném ovoci, sušených fazolích, výrobcích z brambor, želatině.
E230	Bifenyl	5	Pesticid citrusů
E231	Orthofenylfenol	4	Při pěstování různých druhů ovoce a zeleniny (např. rajčat, brambor, citrusových plodů, hrušek, švestek, broskví, apod.).
E233	Thiabendazol	4	K ošetření jablek, banánů, citrusového ovoce, hrušek, mléka
E249	Dusitan draselný	5	V solících směsích (tzv. NPS). Slouží jako stabilizátor barvy v naloženém mase, slanině, párcích, šunkách, konzervovaném mase, klobásách, uzeném tuňákovém mase, uzeném lososu.

E250	Dusitan sodný	5	V solicích směsích (tzv. NPS). Slouží jako stabilizátor barvy v naloženém mase, slanině, párcích, šunkách, špekáčcích, konzervovaném mase, klobásách, uzeném tuňákovém mase, uzeném lososu.
E251	Dusičnan sodný	4	Použití dusičnanů je omezeno. Ale používají se do uzenin, sušených a fermentovaných salámů, rybích výrobků a sýrů. Přirozeně v zelenině - špenátu, řepě, ředkvičkách, lilku, celeru, salátu, kapustě, listech tuřínu. Velký výskyt dusičnanů v zelenině je způsoben hnojením.
E252	Dusičnan draselný	4	Použití dusičnanů je omezeno. Ale používají se do uzenin, sušených a fermentovaných salámů, rybích výrobků a sýrů. Přirozeně v zelenině - špenátu, řepě, ředkvičkách, lilku, celeru, salátu, kapustě, listech tuřínu. Velký výskyt dusičnanů v zelenině je způsoben hnojením.
E280	Kyselina propionová	3	Brání růstu plísní v sýrech a v pomazánkách + ochucovadlo - do chlebové a cukrářské mouky. Konzervační přísada do másla, nápojů s ovocnými příchutěmi, zmrzlin, cukrovinek nebo některých pekařských výrobků.
E281	Propionan sodný	3	Konzervant - proti plísním (zejména na povrchu potravin) a nitkovitosti v chlebu a v pečivu - v nekynutých těstech - ochucovadlo, v želatinách.
E282	Propionan vápenatý	3	Konzervant - proti plísním a nitkovitosti v chlebu a v pečivu. V některých státech je využíván při výrobě sýrů, sladkých náplní, džemů a želatin.
E283	Propionan draselný	3	Konzervant - proti plísním a nitkovitosti v chlebu a v pečivu. V některých státech je využíván při výrobě sýrů, cukrovinek a moštů.
E284	Kyselina boritá	5	Konzervování mléčných výrobků, vaječných směsí nebo ryb. V ČR je povoleno přidávat ji pouze ke kaviáru.
E285	Tetraboritan sodný (Borax)	5	Konzervování mléčných výrobků, vaječných směsí nebo ryb. V ČR je povoleno přidávat ji pouze ke kaviáru.
E311	Oktylgallát	4	Antioxidant v margarínu a dalších tucích. Dále je obsažen v obalových materiálech bramborových lupínků a snídaňových cereálií, aby z nich pronikl do jídla a zabránil tak oxidaci. Přísada polévek, kořeních přípravků, omáček v sáčku, pečiva, kávy s mlékem z automatů, dětských žvýkaček, marcipánu, nugátu.
E312	Dodecylgallát	5	V obalových materiálech bramborových lupínků a snídaňových cereálií aby z nich mohl proniknout do jídla a zabránil tak oxidaci. Přísada polévek, kořeních přípravků, omáček v sáčku, pečiva, kávy s mlékem z automatů, dětských žvýkaček, marcipánu, nugátu.
E319	Terciální butylhydrochinon (TBHQ)	5	Použití pro tuky, margaríny, klobásy, rostlinné oleje, hamburgery, cereální výrobky, brambůrky

E320	Butylhydroxyanisol (BHA)	3	Konzervant, antioxidant a stabilizátor - v nápojích, margarínech, majonéze, zmrzlině, sladkostech, pečivu, žvýkačkách, želatinových dezertech, polévkových základech, produktech z brambor, kandovaném ovoci, snídaňových cereáliích, droždí, sádle, tuku do pečiva. Jeho použití je zakázáno ve výrobcích pro děti.
E321	Butylhydroxytoluen (BHT)	3	Konzervant, antioxidant, stabilizátor nebo dochucovadlo - žvýkačkový základ, přísada do olejů, výrobků z brambor, živočišných tuků i tuků do pečiva, rýže.
E325	Mléčnan sodný	1	Jogurty, masné výrobky, salámy, cukrovinky, omáčky, těsto na chléb, pečivo, zavařeniny, zmrzliny, sušenky. Zvýrazňuje chuť masa a potlačuje nechtěnou pachut' hotových výrobků. Zadržuje vlhkost výrobků - potahová látka masa.
E326	Mléčnan draselný	1	Jogurty, salám, cukrovinky, omáčky, těsto na chléb. Zvýrazňuje chuť masa a potlačuje nechtěnou pachut' hotových výrobků. Zadržuje vlhkost výrobků - potahová látka masa.
E327	Mléčnan vápenatý	1	Vylepšuje vlastnosti sušených a kondenzovaných mlék. Kypřicí látka, zpevňující látka v ovocných a zeleninových výrobcích a sýrech. Dále v jogurtech, salámech, cukrovinkách, omáčkách, těstech na chléb.
E420	Sorbitol	3	Náhradní sladidlo - do žvýkaček Zahušťovadlo - do sladkostí, Stabilizátor a sladidlo - v mražených dezertech Výroba rostlinných olejů - sekvestrant. Upravuje texturu a zvlhčuje mletý kokos a nealkoholické nápoje. Do cukrovinek s peprmintovou a mátovou příchutí, do nízkokalorických jídel (maskuje pachut' sacharinu), v bonbónech bez cukru, sirupech, džemech, sušeném ovoci, zmrzlinách a moučnicích.
E421	Mannitol	3	Náhradní sladidlo - do výrobků bez cukru, sladkostí, cukrových polev, džemů, želé, nízkenergetických jídel Na povrch cukrovinek. Do žvýkaček bez cukru.
E430	Polyoxyethylen stearát	3	Do chleba - trvanlivost. Emulgátor a stabilizátor - do pekařských výrobků.
E487	Laurylsulfát sodný	4	Zvlhčovací přísada a emulgátor. Usnadňuje šlehání a používá se jako pěnотvorná látka ve vaječných bílcích nebo jako látka snižující povrchové napětí v některých nápojích v prášku a ovocných džusech.
E585	Mléčnan železnatý	2	Stabilizátor barvy u černých oliv.
E620	Kyselina L-glutamová	5	Dochucovadlo, antioxidant, levná náhražka dražších surovin. Dodává masovou chuť. Kořenící směsi,

			instantní pokrmy(polévky, omáčky), konzervovaná jídla, zejména zelenině, v želatinových desertech a želé, ve zmrzlínách. Dále v masných výrobcích, výrobcích z ryb a uzeninách. Je součástí mnoha aromat (smažené brambůrky) a slouží jako náhrada soli.
E621	L-glutaman sodný	5	Nejvíce používané dochucovadlo – látkou zvýrazňující chuť a vůni. Dodává potravinám masovou chuť. Kořenící směsi, sójové omáčky, instantní pokrmy(polévky a omáčky), v konzervovaných jídlech, zejména zelenině, hotových balených jídlech. Dále v masných výrobcích, výrobcích z ryb, uzeninách a některých sýrech. Je součástí mnoha aromat (smažené brambůrky, slané pochutiny)
E622	Glutaman draselný	5	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Náhrada soli a glutamanu sodného v nízkosodíkových dietách a potravinách. Dodává potravinám masovou chuť.
E623	Glutaman vápenatý	5	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Náhrada soli a glutamanu sodného v nízkosodíkových dietách a potravinách. Dodává potravinám masovou chuť. Ke zvýraznění chuti v „krabích“ tyčinkách Surimi.
E624	Glutaman amonný	5	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Náhrada soli a glutamanu sodného v nízkosodíkových dietách a potravinách. Dodává potravinám masovou chuť.
E625	Glutaman hořečnatý	5	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Náhrada soli a glutamanu sodného v nízkosodíkových dietách a potravinách. Dodává potravinám masovou chuť.
E627	Guanylan sodný	3	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Kořenící směsi, instantní polévky, omáčky, masné výrobky, konzervované potraviny. Je součástí aromat (snacky, smažené brambůrky).
E628	Guanylan draselný	3	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Kořenící směsi, instantní polévky, omáčky, masné výrobky, konzervované potraviny. Je součástí aromat (snacky, smažené brambůrky).
E629	Guanylan vápenatý	3	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Kořenící směsi, instantní polévky, omáčky, masné výrobky, konzervované potraviny. Je součástí aromat (snacky, smažené brambůrky).
E630	Kyselina inosinová	3	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Kořenící směsi, instantní polévky, omáčky, masné výrobky, konzervované potraviny. Je součástí aromat (snacky, smažené brambůrky). Velmi často se přidává tam, kde jsou glutamany již přirozeně obsaženy (masový extrakt).
E631	Inosinan sodný	3	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Kořenící směsi, instantní polévky, omáčky, masné výrobky, konzervované potraviny. Je součástí

			aromat (snacky, smažené brambůrky). Velmi často se přidává tam, kde jsou glutamany již přirozeně obsaženy (masový extrakt).
E632	Inosinan draselný	3	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Kořenící směsi, instantní polévky, omáčky, masné výrobky, konzervované potraviny. Je součástí aromatu (snacky, smažené brambůrky). Velmi často se přidává tam, kde jsou glutamany již přirozeně obsaženy (masový extrakt).
E633	Inosinan vápenatý	3	dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni. Používá se mnohem méně než inosinan sodný. Protože je poměrně drahá, dává se do směsi zejména s levným glutamanem sodným nebo kyselinou glutamovou. Dokáže upravit jak slané, tak sladké chuti a jejich kombinace. Navíc potlačuje nežádoucí chuti. Bývá složkou kořenících směsí, instantních polévek, omáček, masných výrobků a uzenin, konzervovaných potravin. Je součástí aromatu (snacky, smažené brambůrky).
E634	Vápenaté ribonukleotidy	4	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni - v křupkách a smažených brambůrkách, instantních potravinách s nudlemi, zeleninou nebo ovocem.
E635	Disodné ribonukleotidy	4	Dochucovadlo – látka zvýrazňující chuť a vůni - v křupkách a smažených brambůrkách, instantních potravinách s nudlemi, zeleninou nebo ovocem, výrobcích rychlého občerstvení. Znasobuje chuťový účinek glutamanu sodného (masový extrakt).
E951	Aspartam	5	Náhražka cukru - k výrobě sypkých nápojů, čajů, žvýkaček, některých jogurtů, některých dezertů, pudinků, snídaňových cereálií, mražených krémů, majonézy, hořčice, nakládané zeleniny a ovoce, vitamínových doplňků.
E954	Sacharin a jeho soli	5	Náhražka cukru - do nealkoholických nápojů, potravin pro diabetiky, nízkenergetických potravin, žvýkaček, zavařenin, majonéz, hořčic, stolních sladidel, vitamínových přípravků a některých druhů pív včetně nealkoholického a do cukrovinek.