

ВЕБИНАР



«Безопасность пищевых продуктов. Всё о вреде пищевых добавок»



17 апреля 2015

муниципальное общеобразовательное учреждение
гимназия № 8 им. Л.М. Марасиновой

Аннотация



Вебинар посвящён теме Всемирного Дня здоровья 2015 года —

**«БЕЗОПАСНОСТЬ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ.
ВСЁ О ВРЕДЕ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК»**

Девиз Дня здоровья:

**«ОТ ФЕРМЫ ДО ТАРЕЛКИ – СДЕЛАТЬ
ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ БЕЗОПАСНЫМИ!»**

Вебинар проводится в рамках
сетевого образовательного события – телеконференции

«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»



Вопросы для обсуждения



- 1. Обращали ли Вы внимание на наличие пищевых добавок в продуктах питания?**
- 2. Насколько от Вас зависит безопасность Вашего питания?**
- 3. Какие меры помогут сделать продукты питания безопасными?**

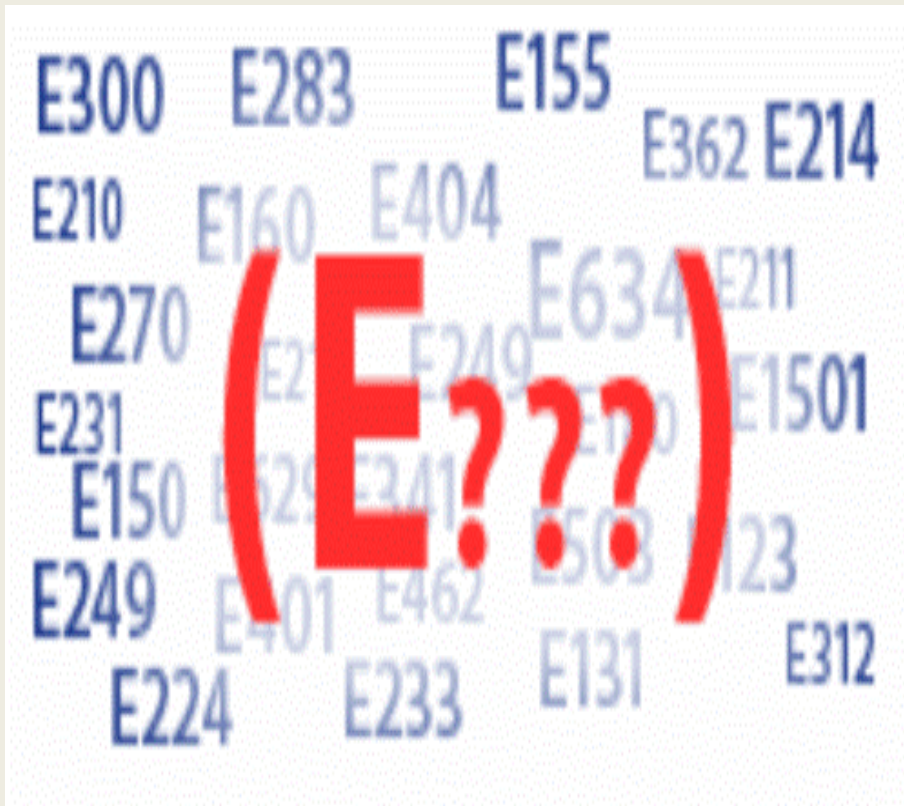
*«Помните - далеко не всё, что продается,
следует употреблять в пищу»*



Натуральные пищевые добавки



Запомните, Е на продуктах - это...



Буква «Е» - это сокращение от слова «Европа», согласно кодировке, разработанной в европейских странах.

Цифровой код - характеристика пищевой добавки к продукту.

Классификация Е

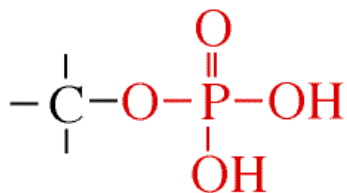
E100-E182	Красители
E200-E299	Консерванты
E300-E399	Антиокислители (предохраняют продукты от порчи)
E400-E499	Стабилизаторы (сохраняют консистенцию продукта)
E500-E599	Эмульгаторы (действие схоже со стабилизаторами)
E600-E699	Усилители вкуса и аромата
E700-E899	Этих добавок не существует (номера зарезервированы)
E900-E999	Глазирующие агенты и другие вещества

Безопасные пищевые добавки



E163 (краситель)- антоциан из виноградной кожуры

Phosphate



E-338 (антиокислитель) и **E-450** (стабилизатор) – безобидные фосфаты



E-120 (кармин) – натуральный краситель

Опасные Е -

фенол



E-230



E-231



E-232

Запрещённые Е -



Е-121 - краситель
(цитрусовый красный)

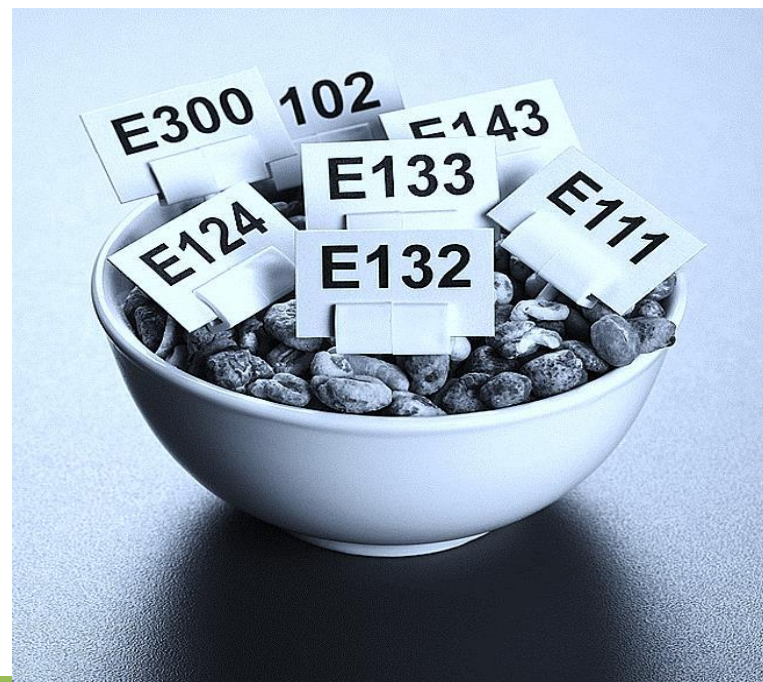
Е-240 - опасный
формальдегид

Е-173 - порошковый
алюминий

Что содержит жевательная резинка?



E414 загуститель
E330 антиоксидант
E171 краситель
E222, E321 эмульгатор



Усиливаем вкус!

**Искусственный глутамат:
где он есть**

E621

Это обозначение ставится на упаковках продуктов, в которые добавили глутамат

ЧИПСЫ



КОРЕЙСКИЕ САЛАТЫ



СУХАРИКИ



БУЛЬОННЫЕ КУБИКИ
и рассыпчатые
бульонные приправы

КОЛБАСА, СОСИСКИ
особенно дешевые



ЛАПША быстро-
го приготовления
(приправа)



ПЕЛЬМЕНИ

ВОСТОЧНАЯ КУХНЯ Еда в японских и китайских ресторанах

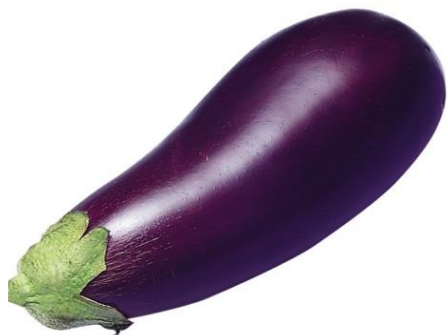
**КАРТОФЕЛЬНОЕ
ПЮРЕ** быстрого
приготовления



Вкусно, но не полезно!



Полезно и вкусно!



Важно знать, что именно в газированных напитках может реально принести вред



- 1. Углеводы**
- 2. Кислота**
- 3. Углекислый газ**
- 4. Кофеин**
- 5. Тара**

Советуем почитать



*Самая знаменитая
книга о воде
от Академии Здоровья
«Пить или не пить?...»*

Информационные ресурсы



УВАЖАЕМЫЕ УЧАЩИЕСЯ!

*Информационные ресурсы, не вошедшие
в вебинар, размещены на сайте*

«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»

И помните:

«ЗДОРОВ БУДЕШЬ – ВСЕ ДОБУДЕШЬ!»

***Примечание:** Кнопка доступа находится на главной странице сайта гимназии № 8 им. Л.М. Марасиновой в разделе «Сетевая библиотека» по адресу: Образовательное событие-телеконференция «Мы за здоровый образ жизни!» <https://sites.google.com/site/sog8gim/telekonferencia/>*

Вебинар подготовили и провели:



Ведущий вебинара:

Чебохина Наталья Юрьевна, заведующая библиотекой

Помощники ведущего:

Монахова Анна, ученица 8 «А» класса

Розов Егор, ученик 8 «А» класса

Морозова Полина, ученица 8 «Б» класса

Обратная связь в чате:

Смирнова Валентина Александровна, учитель биологии

Техническая поддержка:

Хрущева Ирина Евгеньевна, учитель информатики и ИКТ

Модератор сайта «Мы за здоровый образ жизни!»

Хантова Анна Александровна, учитель информатики и ИКТ