



"В этом году Минздрав впервые составил список рекомендуемой пищевой продукции для школьных буфетов и столовых. И одновременно запретил продавать в них продукты, содержащие консерванты, красители, загустители и ароматизаторы.

Теперь наши дети должны быть ограждены в стенах школы от чипсов, соленых орешков, сомнительных сухариков, кока-колы и тому подобных лакомств. Впрочем, в нашей стране с ее уровнем правового сознания «должны» — не значит «будут». Следовательно, родительские комитеты обязаны взять на себя роль общественных инспекторов школьных буфетов. О том, с чем им в первую очередь следует бороться, рассказывает **замначальника научно-технического центра исследований пищевой продукции ДП "Укрметртестстандарт" Виктор ВОЛОШИНЕЦ**

— В первую очередь — с пресловутыми «Е». Перечислю те синтетические ингредиенты из «запретного списка» Минздрава, на которые должна обращать внимание администрация школы при закупке пищевой продукции. Это **красители-канцерогены E103, E105, E121, E123, E125, E126, E130, E131, E142, E153** и **красители — возбудители заболеваний печени и почек E171—173**

. Обе группы, как правило, содержатся в сладкой газированной воде, леденцах, подкрашенном мороженом.

Консерванты-канцерогены E210, E211, E213—217, E240 (формальдегид) встречаются в консервах любого вида, включая соки и джемы.

Консерванты E221—226

могут привести к заболеваниям желудочно-кишечного тракта, а консерванты E230—232 и E239 — вызывать аллергические реакции.

Присутствие в йогуртах, кисломолочных продуктах, колбасных изделиях, сливочном масле, шоколаде **антиоксидантов (антиокислителей) E311—313** грозит заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Вообще консерванты и стабилизаторы действуют сродни антибиотикам, которые, как мы знаем, часто вызывают побочные реакции

Стабилизаторы и загустители E407, E447, E450, нередко содержащиеся в джемах, сгущенном молоке, шоколадном сыре, могут провоцировать заболевания печени и почек.
Стабилизаторы и загустители E461—466

в тех же продуктах могут стать причиной заболевания желудочно-кишечного тракта.

Пеногасители E924a, E924b содержатся в газированных напитках. Это **канцерогены**.

Бензоат натрия (E211) играет роль консерванта, препятствуя брожению соков. Его же добавляют в газировку и чипсы, в мясо и кетчуп. Длительное употребление соли бензойной кислоты может привести к нарушениям обмена веществ и вызвать рак.

Аспартам (E951) разработан как заменитель сахара в продуктах для диабетиков. Сегодня его добавляют в жвачки, напитки, консервы, приправы и т.д. Уже несколько лет в США идет кампания по запрещению E951, ведь продукты с добавлением аспартама могут вызвать мигрень, сыпь на коже и ухудшение мозговой деятельности.

Немало «Е» принято считать безопасными. Они разрешены к применению во всем мире. Хотя я не спешил бы называть безвредными такие добавки, как **E250 (нитрит натрия), E251 (нитрат натрия), E252 (нитрат калия)**

, без которых уже невозможно представить себе колбасные изделия. Мы знаем, что в процессе обработки колбасный фарш теряет свой нежно-розовый цвет, превращаясь в серо-бурую массу. Тогда в ход идут нитраты и нитриты, и вот на витрине глаз радуется вареная колбаса цвета парной телятины. Впрочем, нитродобавки содержатся не только

в колбасных изделиях, но и в копченой рыбе, шпротах, консервированной сельди.

«Высший свет» обитателей микромира

— До большой перемены, во время которой можно подкрепиться, ребенку нужно продержаться 3—4 урока. Что, на ваш взгляд, лучше использовать для домашних бутербродов?

— Требованиям ГОСТа соответствует разве что вареная колбаса высшего сорта «Дитяча вершкова» от торговой марки «Ятрань». Все нижеуказанные изделия я не стал бы рекомендовать. Скажем, в колбасах вареных высшего сорта (так указывается на этикетках) «Дитяча» от ТМ «Тульчин», «Детская» от ООО «Алан» (Днепропетровск), «Детская экстра» от торговой марки «Фарро» («Кременчукм'ясо») содержание белка ниже требуемого. В последнем случае ниже требуемого даже не ГОСТом, а пресловутыми техническими условиями (ТУ).

— Ничего себе «экстра»!

— И главное — во всех трех последних образцах выявлена соя, недопустимая в колбасных изделиях.

Ниже требуемого ТУ содержание белка и в «Ковбасі вареній вищого сорту «Дитяча з вершками» производства ООО «М'ясна фабрика «Фаворит» (Днепропетровская обл.). Кроме того, она, как и «Дитяча» от ООО «Алан» (Днепропетровск), не соответствует бактериологическим нормам. В первом случае обнаружены опасные бактерии клостридии, во втором — повышенное содержание мезофильных аэробных и факультативно анаэробных микроорганизмов (МАФАМ)*.

**Анаэробные микроорганизмы живут без доступа кислорода, поэтому могут присутствовать в герметически упакованных продуктах. Строгие анаэробы погибают в кислородной среде, факультативные же выживают в присутствии кислорода, хотя он им также не нужен. Яркие представители анаэробов — сальмонелла и возбудитель*

ботулизма *Clostridium botulinum*. Аэробы же (например, золотистый стафилококк) без кислорода жить не могут.

Мезофиллы — организмы, развивающиеся при средних температурах (20—400) °С.

Впрочем, это частично может быть и на совести торговой сети, если не соблюдаются требования к условиям хранения. Массовые отравления в детских лагерях, санаториях в последние годы — большей частью по этой причине.

Поэтому мой совет родителям, которые привыкли наскоро разогревать утром ребенку сосиски, — варить их, даже если на этикетке указано, что они уже вареные и готовы к употреблению. Лучше перестраховаться и хоть как-то обезопасить детей.

Бактерии группы кишечных палочек (колиформы), а также превышение по МАФАМ выявлены в «Сосисках вареных высшего сорта «Детских со сливками» от ТМ «Добров» (ООО «М'ясна фабрика «Фаворит», Днепропетровская обл.) и «Малютко» (ООО «М'ясокомбінат «Ювілейний», Днепропетровская обл.), а также в сосисках первого сорта «Венских» от ТМ «М'ясна лавка» (ООО «М'ясна фабрика «Фаворит Плюс», Днепропетровск), «Телячих» ТМ от «Скворцово» (АР Крым), «Франкфуртських» от ТМ «Колос» (Черновцы).

Кроме того, превышение по МАФАМ наряду с низким содержанием белка фиксируется в сосисках «высшего сорта «Дитячих» от ТМ «Премія» (ООО «Глобинський м'ясокомбінат», Полтавская обл.). Недостатком белка характеризуются и уже упомянутые «Телячі». Во «Франкфуртських» выявлена соя.

— А какой сыр годится для бутербродов?

— Поскольку из всех кисломолочных продуктов школьный буфет имеет право торговать только плавлеными сырками, мы решили накануне учебного года проверить именно эту категорию. И результаты исследований нас порадовали — никаких несоответствий обнаружено не было. Особенно успешно «прошли испытания» сырки Hochland (ООО

«Хохланд Руссланд», Московская обл.) «Звени Гора» (ООО «Звенигородський сироробний комбінат», Черкасская обл.), «Президент «Ассорти» (ООО «Лакталис Истра», Московская обл.), «Весела корівка» 60% жиру» (ПАТ «Бель Шостка Україна» Сумская обл.), Viola (Valio Ltd., Хельсинки).

Синтетическая радость

— Приходя из школы домой, ребенок первым делом, пока родители на работе, набрасывается на сладости.

— Здесь вне конкуренции пока остается обычное сгущенное молоко. Впрочем, не всегда оно обычное. И даже не всегда молоко. Так, например, «Молоко незбиране згущене з цукром» производства ООО «Техмолпром» (Полтавская обл.) содержит 95% растительного жира. И это в то время, как ГОСТ (а на этикетке указано, что продукт изготовлен по ГОСТу) допускает исключительно молочный жир! Также в гадящем продукте обнаружена никоим образом недопустимая бензойная кислота (E210).

В еще одной традиционной сладости — халве — нас интересовало наличие бензпирена. Этот довольно мощный токсикант жестко контролируется в Европе и в России. Но, увы, не у нас. Отсюда следующие показатели содержания бензпирена: халва подсолнечная ванильная «Повна чаша», халва подсолнечная сахарная «Дружковская» и халва тахинная с семенами кунжута «Дружковская» производства ООО «Дружківська харчосмакова фабрика» (Донецкая обл.) соответственно — 2,63, 3,14 и 2,47 мкг/кг; халва подсолнечника с арахисом от ТМ «Золотой век» (ООО «Три Стар», Кировоградская обл.) — 1,07 мкг/кг. А вот в халве арахисовой «РотФронт» (Москва) содержание бензпирена на порядок ниже.

— Сознательные родители пытаются погасить сладостные страсти своих чад еще более традиционным и самым, пожалуй, натуральным продуктом — медом. Неужели и здесь нас могут подстерегать опасности?

— Наиболее распространенная опасность в меде — превышение показателя по гидроксиметилфурфуролу**. Им грешат производители «Меда бджолиного «Бартнік» вищого ґатунку» (Хмельницкая обл.) и «Меду натурального квіткового акацієвого

«Пасіка» (ООО «Українська медова компанія», Киев), «Різнотрав'я» от ТМ «Нектар» (Днепропетровск) и липового развесного, предлагаемого сетью супермаркетов «Сільпо» (Киев). В меде «Від Миколи Івановича» (ЧП «Стьопін М.І.» к тому же «зашкаливает» и опасный показатель диастазного числа. При этом все вышеперечисленные производители заверяют на этикетках, что их мед соответствует ГОСТам.

***Гидроксиметилфурфурол — загрязняющее вещество, образующиеся при длительном хранении или в результате высокотемпературной обработки пищевых продуктов. С химической точки зрения — продукт химического разрушения сахаров. Фурановые производные являются ядами, даже в малых дозах угнетающими нервную систему. Эти простые и комплексные соединения организм человека не может расщепить, что приводит к их накоплению в печени. Гидроксиметилфурфурол и диастазное число указывают на нагревание и длительное хранение меда.*

Радиоактивная сладость

— *Сентябрь — месяц арбузов и дынь...*

— Бахчевые мы закупили на рынках. И если арбузы успешно прошли испытания, то в дынях, приобретенных на рынке «Столичный», массовая часть нитратов чуть ли не в два раза превышает предельно допустимую норму. Это может привести к серьезным кишечным отравлениям.

Ягоды Укрметртестстандарт закупил на рынках и стихийных базарах. Это своего рода проверка радиационной обстановки в лесах. Несоответствие черники критериям радиационной безопасности наблюдалось в основном на рынке у ст. метро «Героев Днепра». Это свидетельствует о сборе ягод в радиационно неблагоприятных местах к северу от столицы, хотя, конечно, продавцы в этом не признаются.

— *Давайте вернемся к школьному буфету и перечню запрещенных добавок. Позволю себе крамольный вопрос. Если, допустим, опыт поедания моим чадом чипсов не показывает никаких побочных реакций, значит ли это, что я могу ему позволить их купить после школы?*

— Некоторые добавки вредны только в больших количествах, но канцерогены имеют свойство накапливаться в организме. Так что это мина замедленного действия. Любая модификация продуктов делает их потенциально опасными для здоровья. Употребление синтетических усилителей вкуса и цвета — обман организма.

— Но разве не может быть такого — в буфете продаются продукты, на этикетках которых не указано наличие красителей и консервантов, а реально они есть?

— Главное правило — не покупать продукты с большим сроком хранения, указанным на этикетке. Это явный признак присутствия консервантов.

В конце концов родительский комитет может направить образцы продуктов из школьной столовой к нам в лабораторию. Мы всегда рады помочь. Обращайтесь по телефонам 526-2003 или 522-6709, где подскажут, как оформить заявку***.

***Государственное предприятие «Всеукраинский государственный научно-производственный центр стандартизации, метрологии, сертификации и защиты прав потребителей» (ГП «Укрметртестстандарт»), 03680, Киев, ул. Метрологическая, 4.
E-mail: roksolana@ukrcsm.kiev.ua. <http://www.ukrcsm.kiev.ua>. Виктор Волошинец приглашает родительские комитеты к со трудничеству."

Джерело: <http://2000.net.ua>