

Не надо бояться индекса «Е»

Потребители жалуются на то, что без специальных знаний порой сложно разобраться в составе продуктов по той информации, которая содержится на упаковке. В частности, люди не понимают, что означают всевозможные «Е», где химические добавки и заменители натурального сырья, а где незаменимые пищевые вещества. Специалисты уверяют: то, что продается в белорусских магазинах, не хуже товаров в странах ЕС

— Если говорить об индексах «Е», то это европейская система, — напоминает заведующая лабораторией изучения статуса питания населения РУП «Научно-практический центр гигиены» **Екатерина ФЕДОРЕНКО**. — Данный индекс обозначает, что пищевая добавка разрешена к применению в Европейском союзе, ей дан номер, который состоит из буквы «Е» и какого-то цифрового значения. Если мы говорим о маркировке пищевых добавок, то требование таково, что они указываются следующим образом — сначала функциональный класс (например, подкислители, красители, консерванты и пр.), затем двоеточие либо индекс «Е» или химическое на-

звание этой пищевой добавки.

Специалист отметила, что пищевые добавки — это вещества, которые используются для придания определенных технологических свойств пищевого продукта. Например, сохранения цвета, газирования продукта, еще какие-то свойства, которых невозможно достичь другими технологически обоснованными способами.

— Есть закрытый список — исчерпывающий перечень пищевых добавок, которые можно использовать в пищевой промышленности, — говорит Екатерина Федоренко. — Наш перечень, который установлен законодательством Таможенного союза и национальным законодательством,

гармонизирован с европейским перечнем. То есть все, что разрешено в Европе, разрешено и у нас. И обязательным требованием для нашего изготовителя и любого изготовителя на территории ТС или того, кто импортирует продукцию на территорию страны, является полное указание состава, в том числе всех использованных пищевых добавок, независимо от количества, в котором он их применял. Если мы говорим о незаменимых пищевых веществах (это другая группа веществ, которые используются для обогащения рациона, чтобы повысить содержание витаминов, которые, например, были утрачены в результате технологической переработки — ПРИМ. РЕД.), то они могут быть обозначены как витамин С, бета-каротин и так далее. То, что данные о составе в обязательном порядке выносятся на упаковку, — это гарантия государства потребителю, что он будет иметь возможность сделать мотивированный выбор пищевого продукта, использовать пищевой продукт, в составе которо-

го есть пищевые добавки, или отказаться от его применения. Это международная практика, она реализована и в Беларуси.

Представитель РУП «Научно-практический центр гигиены» констатирует: все пищевые добавки, которые на сегодня разрешены, на уровне современных знаний безопасны для потребления в том случае, если они используются согласно регламенту, который установлен законодательством, и если этот продукт не используется в каких-то очень значительных количествах в пищевом рационе.

В качестве примера Екатерина Федоренко приводит колбасные изделия. На сегодняшний день их сложно произвести без пищевых добавок, которые выполняют определенные технологические функции. Они применяются, разрешены для использования в этом пищевом продукте.

— Но как врач хочу заметить, что колбасы не являются рационаобразующими пищевыми продуктами, — предостерегает специалист. — Ни один врач никогда не будет рекомен-

Кстати

По словам генерального директора Научно-практического центра Национальной академии наук Беларуси по продовольствию **Зенона ЛОВКИСА**, в нашей стране сохранился ГОСТ на ту хорошую колбасу, которая называлась докторской, где должно быть 70% говядины, 25% отборной свинины, плюс яйца, сметана и прочее.

— Конечно, цена на такую колбасу будет выше раза в два, но она есть, — говорит специалист. — А то, что сейчас производят, по техническим условиям — это уже на совести производителя. Некоторые ухищряются снизить до предельных значений содержание мяса в этих колбасных изделиях, больше использовать добавки. Этот вопрос нам еще предстоит решать.

довать ежедневно употреблять колбасу для питания детей, ослабленных людей, пожилых людей, страдающих какими-то заболеваниями. Мы всегда, когда формируем здоровый образ жизни, говорим — покупайте свежее мясо и готовьте сами.