





## O konserwantach i ulepszaczach żywności

SYMBOL ŚRODEK BARWNIKI

E 100 nieszkodliwy (kurkumina)  
E 101 nieszkodliwy (rybaflawina)  
E 102 niebezpieczny (tartaksyna)  
E 103 zabroniony  
E 104 podejrzany (żółć benzopirydrynowa)  
E 105 zabroniony  
E 110 niebezpieczny (żółć pomarańczowa S)  
E 111 zabroniony  
E 120 niebezpieczny (koszenilina)  
E 121 zabroniony  
E 122 podejrzany (azorubina)  
E 123 bardzo niebezpieczny (barwnik amoniakalny)  
E 124 niebezpieczny (róż koszenilinowa)  
E 125 zabroniony  
E 126 zabroniony  
E 127 niebezpieczny (erytryzyna)  
E 130 zabroniony  
E 131 rakotwórczy (błękit patentowy)  
E 132 nieszkodliwy (indygotyna)  
E 140 nieszkodliwy (chlorofil)  
E 141 podejrzany (związek chlorofilowy)  
E 142 rakotwórczy (zieleń lisaminowa)  
E 150 podejrzany (karmel)  
E 151 podejrzany (czerń brylantowa B.N.)  
E 152 zabroniony  
E 153 nieszkodliwy (węgiel drzewny)  
E 160 nieszkodliwy (karotenoidy)  
E 161 nieszkodliwy (ksantofil)  
E 162 nieszkodliwy (betanina)  
E 163 nieszkodliwy (antocyjan)  
E 170 nieszkodliwy (węgiel wapnia)  
E 171 podejrzany (dwutlenek tytanu; zabroniony w Polsce)  
E 172 podejrzany (tlenki i wodorotlenki żelaza)  
E 173 podejrzany (aluminium)  
E 174 nieszkodliwy (srebro)  
E 175 nieszkodliwy (złoto)  
E 180 podejrzany (pigment rubinowy)  
KONSERWANTY

E 200 nieszkodliwy (kwas sorbowy)  
E 201 nieszkodliwy (sól sodowa kwasu sorbowego)  
E 202 nieszkodliwy (sól potasowa kwasu sorbowego)  
E 203 nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu sorbowego)  
E 210 rakotwórczy (benzoesan)  
E 211 rakotwórczy (benzoesan sodu)  
E 212 rakotwórczy (benzoesan potasu)  
E 213 rakotwórczy (benzoesan wapnia)  
E 214 rakotwórczy (benzoesan etylu)  
E 215 rakotwórczy (benzoesan estru etylowego)  
E 216 rakotwórczy (benzoesan propylu)  
E 217 rakotwórczy (benzoesan estru propylu)  
E 218 rakotwórczy (benzoesan metylu)  
E 219 rakotwórczy (benzoesan estru metylu)  
E 220 niszczy witaminę B12 (bezwodnik siarki)  
E 221 zakłóca czynności jelit (siarczyn sodu)  
E 222 zakłóca czynności jelit (dwusiarczyn sodu)  
E 223 zakłóca czynności jelit (metadwusiarczyn sodu)  
E 224 zakłóca czynności jelit (metadwusiarczyn potasu)  
E 226 zakłóca czynności jelit (siarczyn wapnia)  
E 227 zakłóca czynności jelit (dwusiarczyn wapnia)  
E 230 zakłóca czynności skóry (dwufenyl)  
E 231 zakłóca czynności skóry (ortofenylofenol)  
E 232 zakłóca czynności skóry (ortofenyli sodu)  
E 233 zakłóca czynności skóry (2, 4 - thiaxoli)  
E 236 nieszkodliwy (kwas mrówkowy)  
E 237 nieszkodliwy (mrówczan sodu)  
E 238 nieszkodliwy (mrówczan wapnia)  
E 239 rakotwórczy (heksamina)  
E 249 szkodzi przy nadciśnieniu (azotyn potasu)  
E 250 szkodzi przy nadciśnieniu (azotyn sodu)  
E 251 szkodzi przy nadciśnieniu (azotan sodu)  
E 252 szkodzi przy nadciśnieniu (azotan potasu)  
E 260 nieszkodliwy (kwas octowy)  
E 261 nieszkodliwy (octan potasu)  
E 262 nieszkodliwy (dwuocian sodu)  
E 263 nieszkodliwy (octan wapnia)  
E 270 nieszkodliwy (kwas mlekowy)  
E 280 nieszkodliwy (kwas propionowy)  
E 281 nieszkodliwy (sól sodowa kwasu propionowego)  
E 282 nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu propionowego)  
E 283 nieszkodliwy (sól potasowa kwasu propionowego)  
ANTYTULENIACZE

E 300 nieszkodliwy (witamina C)  
E 301 nieszkodliwy (sól sodowa kwasu askorbinowego)  
E 302 nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu askorbinowego)  
E 304 nieszkodliwy (kwas palmitynowy)  
E 306 nieszkodliwy (witamina E)  
E 307 nieszkodliwy (witamina E jako produkt syntezy)  
E 308 nieszkodliwy (witamina E jako produkt syntezy)  
E 309 nieszkodliwy (witamina E jako produkt syntezy)  
E 310 powoduje wysypki (galusan propylowy)  
E 311 powoduje wysypki (galusan octylowy)  
E 312 powoduje wysypki (galusan dodecylowy)  
E 320 zwiększa poziom cholesterolu, zabroniony (BHA)  
E 321 zwiększa poziom cholesterolu, zabroniony (BHT)  
E 322 nieszkodliwy (lecytyna)  
E 325 nieszkodliwy (sól sodowa kwasu mlekowego)  
E 326 nieszkodliwy (sól potasowa kwasu mlekowego)  
E 327 nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu mlekowego)  
E 330 rakotwórczy (kwas cytrynowy)  
E 331 nieszkodliwy (sól sodowa kwasu cytrynowego)  
E 332 nieszkodliwy (sól potasowa kwasu cytrynowego)  
E 333 nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu cytrynowego)  
E 334 nieszkodliwy (kwas winowy)  
E 335 nieszkodliwy (sól sodowa kwasu winowego)  
E 336 nieszkodliwy (sól potasowa kwasu winowego)  
E 337 nieszkodliwy (sól wapniowa kwasu winowego)  
E 338 zakłóca trawienie (kwas ortofosforowy)  
E 339 zakłóca trawienie (sól sodowa kwasu ortofosforowego)  
E 340 zakłóca trawienie (sól potasowa kwasu ortofosforowego)  
E 341 zakłóca trawienie (sól wapniowa kwasu ortofosforowego)  
EMULGATORY (zmiękczacze)

E 400 nieszkodliwy (kwas alginowy)  
E 401 nieszkodliwy (alginian sodowy)  
E 402 nieszkodliwy (alginian potasowy)  
E 403 nieszkodliwy (alginian amonowy)  
E 404 nieszkodliwy (alginian wapniowy)  
E 405 nieszkodliwy (alginian propylenowo - glikolowy)  
E 407 zakłóca trawienie (karagenan)  
E 450 zakłóca trawienie (fosforany)  
E 461 zakłóca trawienie (metyloceluloza)  
E 462 zakłóca trawienie (związki celulozy)  
E 463 zakłóca trawienie (związki celulozy)  
E 465 zakłóca trawienie (związki celulozy)  
E 466 zakłóca trawienie (związki celulozy)  
E 477 zakłóca trawienie (ester propylenowo - glikolowy)



