

## БЕЗПЕЧНІСТЬ ГАЗОВАНИХ БЕЗАЛКОГОЛЬНИХ НАПОЇВ НА ПРИКЛАДІ КОКА-КОЛИ

Олійник Н.О., гр. ТЕ-49

Науковий керівник – канд. техн. наук, ст. викл. **Карбівнича Т.В.**  
Харківський державний університет харчування та торгівлі

Через велику кількість цукру і харчових добавок газовані напої шкідливі для здоров'я. Варто знати, що сильногазовані напої лікарі не рекомендують пити хворим на гастрит, виразку шлунку чи дванадцятипалої кишки, інші захворювання шлунково-кишкового тракту. Втім, це стосується не лише кока-коли, але й усіх газованих напоїв.

Наприклад, до складу класичної кока-коли входять: вода, цукор, вуглекислий газ (E290), барвники, цукровий колер (E150), азорубін (E122), ортофосфорна кислота (E338), бензоат натрію (E211), кофеїн, натуральні ароматизатори. Напій не містить білків та жирів, вміст вуглеводів складає 10,6 г на 100г продукту. Вуглекислий газ виконує роль консерванту, утворює піну при відкриванні банки та значною мірою відповідає за освіжаючий ефект кока-коли. Напій містить барвники. Якби не вони, кока-кола була б зеленою. Цукровий колер виготовляють з паленого цукру, тому він може викликати шлунково-кишкові розлади. Азорубін – це синтетичний барвник, що є шкідливим для кори наднирників. Ортофосфорна кислота забезпечує кислотність рН 2,8. Таке кисле середовище кока-коли може подразнювати стінки шлунку. Крім того, надлишкове надходження в організм ортофосфорної кислоти може викликати сечокам'яну хворобу та дефіцит кальцію, необхідного для росту кісток, здоров'я зубів та нормального функціонування організму. Бензоат натрію – консервант, що пригнічує в мікробних клітинах активність ферментів, відповідальних за окислювально-відновні реакції, а також ферментів, що розщеплюють жири і крохмаль. Кофеїн стимулює нервову систему.

Багато газованих напоїв містять аспартам (E951), синтетичний цукрозамінник. Він нестабільний, після тривалого зберігання у теплі розпадається на фенілаланін, формальдегід та метанол. Фенілаланін використовується в харчовій промисловості, частіше у виробництві жувальної гумки і газованих напоях. Він змінює поріг чутливості, виснажує запаси серотоніну, що при вживанні його у великих дозах сприяє розвитку маніакальної депресії, припадків паніки, злості і насильства. Фенілаланін токсичний у поєднанні з деякими білками, формальдегід – сильний канцероген, а метанол – отруйний спирт, негативний вплив якого на організм є загальновідомим фактом.