

ADDITIVI ALIMENTARI

codici degli additivi secondo l'Unione Europea da: Castelfranchi Y. - "La paura vien mangiando" in "Terzo Millennio", a cura di Cristiana Pulcinelli, Avverbi Edizioni, Roma, 2000, pagg.73,78; e da Stefano Carnazzi - "La chimica nel piatto" - "Quark" n.11 (gennaio 2002)

<http://web.tiscali.it/addaveni/additivi.html>

codice	nome	dove si trovano	adi	cosa possono provocare
coloranti (1)		iniziano per: 10.giallo 11.arancio 12.rosso 13.blu 14.verde 15.bruno nero 16.19 misti		
E100	Curcumina	mostarda, dadi da brodo, minestre preconfezionate, curry	0-1	Dati insufficienti su riproduzione, tossicità, embriotossicità e teratogenicità.
E101(I)	Riboflavina	biscotti, dolci, prodotti del latte	0-0,5	è la vitamina B2
E101(I)	Riboflavina-5'-fosfato (Lattoflavina?)			
E102	Tartrazina	Dolci, sciroppi, bibite, cordiali, sottaceti, pasticceria, conserve vegetali (tranne quelle di pomodoro), gelato allo zabaione.	0-7,5	tossico e causa di violente reazioni allergiche (?). Controindicato per allergici all'acido acetilsalicilico (aspirina) e per gli asmatici. Vietato in Svizzera
E103	Crisoina S (Crisoina resorcinolo)			(vietato dal 1977)
E104	Giallo di chinolina	caramelle, bibite, liquori, gelati	0-10	Leggermente tossico. Proibito in Australia
E105	Giallo solido (Fast yellow AB)			(vietato dal 1977)
E106	Riboflavin-5'-(sodio fosfato)			
E107	Giallo 2G (come E 110 (?))	bibite, cordiali, zuppe pronte		problemi agli asmatici e allergici
E110	Giallo arancio S (G. tramonto FCF)	bibite, sciroppi, cordiali, zuppe pronte, dolci in generale, gelati, ghiaccioli	0-2,5	Controindicato per chi è allergico all'acido acetilsalicilico (aspirina) e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee. Tossico in alte dosi
E111	Arancio GGN			(vietato dal 1977)
E120	Cocciniglia (acido carminico, vari tipi di carminio)	aperitivi, liquori, marzapane e gelatine	nd	Ottenuti per essiccazione di un insetto, la cocciniglia, sconsigliati a bambini, asmatici e allergici
E121	Oricello, orchile, orceina	marzapane e gelatine		vietati dal 1977, ottenuti per essiccazione di un insetto
E122	Azorubina (Carmoisina)	Sciroppi, bevande, bibite, gelati, marzapane e gelatine		Controindicato per chi e' allergico all'aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee. Ottenuti per essiccazione di un insetto.
E123	Rosso amaranto	Ammesso solo per i succedanei del caviale (una volta per ripieni alla frutta, torte, gelatine,	0-0,5	accusato di essere mutageno, vietato da molti anni, potenzialmente cancerogeno. Controindicato per chi e' allergico all'aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee.
E124	Rosso cocciniglia A (Ponceau 4 R)	Caramelle, paste, biscotti, sciroppi, bibite, dolci, gelati, ghiaccioli, marzapane e gelatine		Controindicato per chi e' allergico all'aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee. Derivati da insetti, sconsigliati a bambini, asmatici e allergici
E125	Scarlatto GN (Scarlet GN "specially pure")			(vietato dal 1977)
E126	Ponceau 6R			(vietato dal 1977)
E127	Eritrosina	caramelle, frutta sciroppata, gelati, ghiaccioli, biscotti, ciliegie candite, fragole	0-0,1	Ad alte dosi provocherebbe un aumento di tumori della tiroide (nei topi). Vietato negli Usa per gli alimenti; può indurre ipertiroidismo e sensibilità alla luce
E128	Rosso 2G			(vietato in Australia)
E129	Rosso allura AC			
E130	blu antrachinone, blu d'indantrene RS			(vietato dal 1977)

E131	Blu patent V	caramelle, sciroppi, liquori, gelati, ghiaccioli	nd	Pochi dati di studi metabolici. Nelle persone allergiche può causare sensibilità della pelle, prurito e orticaria. Sono stati riportati casi di abbassamento della pressione sanguigna e tremore. Non permesso in Australia.
E132	Indigotina, Carminio d'indaco	Gelati, ghiaccioli, paste, frutta candita, biscotti e dolciumi		Leggermente tossico. Agli allergici: nausea, vomito, orticaria, ipertensione, problemi respiratori.
E133	Blu brillante FCF			secondo alcuni studi, dannosi per i bambini
E140(I)	Clorofille	gelati, ghiaccioli e dolci	ill.	Leggermente tossico. Sono componenti naturali della dieta umana
E140(II)	Clorofillina			
E141(I)	Complessi rameici delle clorofille	gelati e dolci	ill.	
E141(II)	Complessi rameici della clorofillina			
E142	Verde brillante (Verde S)	Frutta candita, sciroppi, caramelle, bibite, liquori.		Leggermente tossico
E150a	Caramello grezzo	bibite tipo cola, gelati, ghiaccioli, liquori, acqueviti, birra, pasticceria in genere, biscotti, frutti di mare, soia, frutta e verdura in scatola, conserve,	nd	si ottiene trattando gli zuccheri con sostanze chimiche come acido solforico o ammoniacca
E150b	Caramello da Solfito caustico			
E150c	Caramello da Ammoniaca			
E150d	Caramello da Solfito di Ammonio			
E151	Nero brillante BN, Nero BN	Caramelle, creme, gelati, ghiaccioli.		Controindicato per chi e' allergico all'aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee. Secondo alcuni studi, dannoso per i bambini
E152	Nero 7984			(vietato dal 1977)
E153	Carbone (medicinale) vegetale			(proibito in alcuni paesi)
E154	Marrone FK			(proibito in alcuni paesi)
E155	Bruno HT, marrone cioccolato HT			secondo alcuni studi, dannosi per i bambini
E160a (I)	Caroten misti	margarina, salse, condimenti, pasticceria in genere, gelati, ghiaccioli, formaggi	nd	Sono ottenuti da vegetali, frutta, verdura. Si convertono in vitamina A nel corpo
E160a (II)	Beta-carotene			
E160b	Annatto, Bissina, Norbissina			secondo alcuni studi, dannosi per i bambini
E160c	Capsantina, Capsorubina, estratto di paprika			(proibito in alcuni paesi)
E160d	Licopene			(proibito in alcuni paesi)
E160e	Beta-apo-8'-carotenale (C30)			
E160f	Estere etilico dell'acido Beta-apo-8'-carotenico (C30)			
E161a	Xantofilla	Pasticceria, salse, condimenti, gelati, ghiaccioli.		Non tossici
E161b	Luteina			
E161c	Criptoxantina			
E161d	Rubixantina			
E161e	Violaxantina			
E161f	Rodoxantina			
E161g	Cantaxantina			

E162	Betanina (rosso di barbabietola)	Pasticceria, salse, condimenti, gelati, ghiaccioli.		Estratto acquoso della radice di barbabietola. Non tossico.
E163	Antociani - Antocianine	Pasticceria, salse, condimenti, gelati, ghiaccioli.		Non tossico
E170 (I)	Carbonato di Calcio			
E170 (II)	Calcium hydrogen carbonate (?)			
E171	Biossido di titanio (bianco)	chewing-gum, dolci	ill.	nessun effetto avverso conosciuto
E172	Ossidi e idrossidi di Ferro			
E173	Color alluminio		n.d.	uso limitatissimo (proibito in Australia)
E174	Color argento		n.d.	uso limitatissimo (proibito in Australia). E' ancora sotto indagine
E175	Color oro		n.d.	uso limitatissimo (proibito in Australia)
E180	Color rubino (Litolubina BK)	Solo per la crosta dei formaggi.		Controindicato per chi e' allergico all'aspirina e per gli asmatici. Può provocare eruzioni cutanee. (Proibito in Australia)
E 181	Terra d'ombra bruciata (acido tannico?)			(vietato dal 1977)
E197	oro			

conservanti antimicrobici (2)

E200	Acido sorbico	Formaggi, dolci industriali, margarina, burro, semiconserve, pan carré, frutta secca, aceto, crema per pasticceria, pasta fresca	0-25	conservanti antimuffa non tossici
E201	Sorbato di sodio	Formaggi, grassi e oli (escluso d'oliva), margarina, burro, ravioli, tortellini e simili (nel ripieno), maionese, prodotti da forno.	0-25	
E202	Sorbato di potassio		0-25	
E203	Sorbato di calcio		0-25	
E210	Acido benzoico	bibite a base di frutta, succhi, cordiali, dolci, gelati, pesce conservato compresi caviale e succedanei	0-5	Conservanti antimuffa che hanno presentato qualche rischio per l'eventuale indigestione di forti dosi. Tossici. Nelle persone predisposte (asmatici, ipersensibili all'aspirina, sofferenti di orticaria e bambini piccoli) possono scatenare reazioni allergiche. In grandi quantità può provocare irritazione gastrica. Possono indurre disturbi neurologici
E211	Benzoato di sodio		0-5	
E212	Benzoato di potassio		0-5	
E213	Benzoato di calcio		0-5	
E214	P-idrossibenzoato di etile	Conservenze ittiche compresi caviale e succedanei, maionese.	0-5	come sopra. Vietati in certi paesi: eventuali allergie da contatto o ingestione
E215	Etil p-idrossibenzoato di sodio		0-5	
E216	P-idrossibenzoato di propile		0-5	
E217	Propil p-idrossibenzoato di sodio		0-5	
E218	P-idrossibenzoato di metile		0-5	
E219	Metil p-idrossibenzoato di sodio		0-5	
E220	Anidride solforosa	Baccalà, gamberi e conserve, pesce e crostacei freschi o congelati, frutta secca, sottaceti e sottoli, marmellate e confetture, aceto, bibite, birra, vini, bevande a base di succo di frutta, funghi secchi, uve trattamento post raccolta, farine e fiocchi di patate.	0-0,7	Irritante del tubo digerente, interferisce col metabolismo di alcuni aminoacidi, provoca perdita di calcio ed inattiva la vitamina B1. Può indurre allergie ed asma, mal di testa e reazione di sensibilità, debolezza, respirazione faticosa, tosse e ansimazione. La FDA americana ne ha proibito l'uso sui cibi da consumare freschi. Alcuni solfiti sono vietati in Svizzera e in Australia.
E221	Sodio solfito		0-0,7	
E222	Bisolfito di sodio		0-0,7	
E223	Metabisolfito di sodio		0-0,7	
E224	Metabisolfito di potassio		0-0,7	

E225	Solfito di potassio			
E226	Solfito di calcio		0-0,7	
E227	Bisolfito di calcio		0-0,7	
E228	Solfito acido di potassio		0-0,7	
E230	Difenile		0-0,05	Di origine petrolchimica, molto tossico, può penetrare nella polpa della frutta attraverso la buccia. Lavoratori esposti per lunghi periodi a queste sostanze hanno manifestato nausea, vomito, irritazione degli occhi e del naso. Vietato in Australia
E231	Ortofenilfenolo	frutta (per impregnare le cartine che contengono gli agrumi e nel trattamento della superficie degli agrumi e delle banane), funghi, latte, carne idem	0-0,05	
E232	Ortofenilfenato di sodio		0-0,05	
E233	Tiabendazolo			vietato in Australia
E234	Nisina			
E235	Natamicina	formaggio e carni		nausea, vomito, anoressia, diarrea, irritazioni della pelle
E236	Acido formico			
E237	Formiato di Sodio			
E238	Formiato di Sodio			
E239	Esametilen tetramina	Aggiunto al provolone durante la filatura della pasta.	0-0,15	Inutile, la sua azione mutagena e' stata dimostrata su un insetto. Può provocare disturbi gastrointestinali, urinari e cutanei. Vietata in Australia come sopra
E240	Aldeide formica	(Era?) ammesso solo nel trattamento del latte destinato alla produzione del grana padano.	0-0,15	
E242	Dimetil bicarbonato			
E249	Nitrito di potassio	Carne in scatola, insaccati crudi stagionati, insaccati cotti, carni preparate o conservate, wurstel, carni confezionate (pollo e tacchino)	0-0,06	Potenzialmente pericolosi perché possono combinarsi con altre sostanze (ammine, generando nitrosammine, sostanze a effetto cancerogeno per molti animali), se portati ad alta temperatura. Vietati in cibi per bambini. Possono indurre nausea e vomito, emicrania, difficoltà respiratorie, deossigenazione del sangue, abbassamento della pressione sanguigna, mal di testa, vertigini.
E250	Nitrito di sodio		0-0,06	
E251	Nitrato di sodio		0-0,06	Basta consumare ogni giorno 200-300 grammi di prodotti che lo contengono per superare la Dga. Nei lattanti e nei bambini piccoli può indurre metaemoglobinemia. Si trova anche in ortaggi e acqua.
E252	Nitrato di potassio		0-0,06	
E260	Acido acetico	Impasti per panificazione, budini, caramelle, confetti, chewing-gum, frutta candita	ill.	L'uomo ne assorbe in media un grammo al giorno con gli alimenti e le bevande.
E261	Acetato di Potassio	Sottaceti, salse, impasti per panificazione, budini, caramelle, confetti, chewing-gum, frutta candita		L'uomo ne assorbe in media un grammo al giorno con gli alimenti e le bevande. Uso sconsigliato per chi ha malattie renali
E262 (I)	Acetato di Sodio			
E262 (II)	Diacetato di Sodio			
E263	Acetato di Calcio	Negli impasti per panificazione, budini, caramelle, confetti, chewing-gum, frutta candita.		L'uomo ne assorbe in media un grammo al giorno con gli alimenti e le bevande.
E264	Acetato di Ammonio			(vietato nell'Unione Europea?)
E270	Acido lattico	cibi per bambini, bibite, dolci		può essere mal tollerato da neonati e bambini
E280	Acido propionico			

E281	Propionato di Sodio			
E282	Propionato di Calcio			
E283	Propionato di Potassio			
E284	Acido borico			
E285	Tetraborato di Sodio (Borace)			
E290	Anidride carbonica			
E296	Acido DL malico			sconsigliato ai bambini
E297	Acido fumarico			

antiossidanti acidi (E296-E321) regolatori di acidità (E325-E385) (3)

E300	Acido L-ascorbico	carne in scatola, insaccati, birra, conserve di pesce, confetture, budini, caramelle e confetti, chewing-gum, sciroppi, bevande a base di succo di frutta o di te', birra, succhi di frutta e nettari.	n.d.	Vitamina C e derivati, ma come additivo non esplica azione vitaminica. Ha un lieve effetto diuretico. E' un antiossidante che impedisce l'imbrunimento. Ha effetto diuretico e ad alte dosi puo' provocare glicosuria.
E301	Sodio ascorbato		n.d.	
E302	Calcio ascorbato		n.d.	Come sopra. Può favorire calcoli renali di ossalato
E303	Acido diacetil L-ascorbico		n.d.	Vitamina C e derivati, ma come additivo non esplica azione vitaminica. Ha un lieve effetto diuretico
E304 (I)	Palmitato di ascorbico		n.d.	
E304 (II)	Stearato di ascorbico	Margarina, maionese, burro.		Formazione di calcoli alla vescica.
E306	Estratti naturali contenenti tocoferolo	margarina, maionese, burro, insaccati freschi, farina e fiocchi di patate	0-2	E' la vitamina E. E' una miscela di tocoferolo ottenuta da oli commestibili.
E307	Alfa-Tocoferolo (di sintesi)		0-2	Non tossico.
E308	Gamma-Tocoferolo (di sintesi)			
E309	Delta-Tocoferolo (di sintesi)			
E310	Gallato di propile	Carne secca e derivati per sughi, ragù e minestre industriali, oli e grassi vegetali (escluso quello di oliva), chewing-gum, burro, margarine,	0-1,4	Si aggiungono anche gli aromatizzanti. Può provocare eritemi specialmente sulla mucosa della bocca. Gli alchil gallati possono creare irritazione gastrica e sono controindicati nelle persone che soffrono d'asma o allergia all'aspirina. Vietati in molti paesi (Australia) in cibi per bambini.
E311	Gallato di ottile		0-1,4	
E312	Gallato di dodecile		0-1,4	
E317	Acido eritorbico			
E318	Eritorbato di Sodio			
E319	Tert-Butilidrossinone			
E320	BHA (Butilidrossianisolo)	grassi, margarina e grassi idrogenati, noci, prodotti a base di patate, chewing-gum, patate fritte (come residuo)	0-0,5	Usato per mantenere la freschezza degli aromi, aumenta il tasso di liquidi e colesterolo. Vietato in molti paesi in cibi per bambini. Tossico e cancerogeno ad alte dosi, si sospettano danni al fegato.
E321	BHT (Butilidrossitoluene)	Margarina, budini, cioccolato, crema per pasticceria, dolci, preparati a base di cereali per la prima colazione, gelati,	0-0,3	In associazione con E320 nelle formulazioni di gomme da masticare. E' sospetto. Come sopra, può interagire con altre sostanze: in alcuni casi protegge contro la tossicità, in altri la potenzia
E322	Lecitina di soia	Emulsionante: margarina, budini, crema per pasticceria, gelati, prodotti dolciari, cioccolato, preparati a base di cereali per la prima colazione. Antiossidante: frutta candita, confetti, caramelle, prodotti dolciari da forno,	ill.	Non tossica. Per il loro contenuto in colina le lecitine favoriscono la metabolizzazione e il trasporto degli acidi grassi dal fegato alla periferia. Sono innocue, ma in forti concentrazioni possono influire sull'assorbimento intestinale.
E325	Lattato di sodio	pane, prodotti dolciari da forno, crosta del formaggio	ill.	Non tossici, ma possono dare problemi ai bambini intolleranti al lattosio

E326	Lattato di potassio		ill.	Non tossici, ma possono dare problemi ai bambini intolleranti al lattosio
E327	Lattato di calcio		ill.	Non tossici, ma possono dare problemi ai bambini intolleranti al lattosio
E328	Lattato di ammonio		ill.	Non tossici, ma possono dare problemi ai bambini intolleranti al lattosio
E329	Lattato di Magnesio			
E330	Acido citrico	Bevande dissetanti, succhi e nettari di ortaggi, sciroppi di frutta, bevande, frutta candita, crema per pasticceria, prodotti dolciari da forno, chewing-gum	ill.	Presente in natura negli agrumi, può prevenire la formazione di muffe
E331	Citrato di Sodio			
E332	Citrato di Potassio			
E333	Citrato di Calcio			
E334	Acido tartarico	Bevande, gelati, sciroppi di frutta, succhi e nettari di ortaggi, salse, budini, prodotti dolciari da forno, frutta candita.		Non tossico.
E335	Tartrato di Sodio			
E336	Tartrato di Potassio			
E337	Tartrato di Sodio e Potassio			
E338	Acido ortofosforico	bevande gassate (specie tipo cola), gelatine	70	Presente già nell'organismo. Alte quantità possono alterare l'equilibrio calcio/fosforo, sottraendo calcio all'organismo e facilitando il rachitismo.
E339a	ortofosfato di sodio			ad alte dosi possono alterare l'equilibrio calcio-fosforo nell'organismo, facilitando il rachitismo.
E339b	Disodium hydrogen orthophosphate			
E339c	Ortofosfato trisodico			
E340a	ortofosfato di potassio			ad alte dosi possono alterare l'equilibrio calcio-fosforo nell'organismo, facilitando il rachitismo.
E340b	Dipotassium hydrogen orthophosph			
E340c	Ortofosfato tripotassico			
E341a	Calcium tetrahydrogen diorthosphosp.		Nelle bevande analcoliche gassate, specie in quelle tipo cola, anche nelle gelatine.	
E341b	Calcium hydrogen orthophosphate			
E341c	Tricalcium diorthophosphate			
E343 (I)	Monomagnesium phosphate			
E343 (II)	Dimagnesium phosphate			
E350 (I)	Malato di Sodio			
E350 (II)	Sodium hydrogen malate			
E351	Malato di Potassio			
E352 (I)	Malato di Calcio			
E352 (II)	Calcium hydrogen malate			
E353	Acido metatartarico			
E354	Tartrato di Calcio			
E355	Acido adipico			
E356	Adipato di Sodio			

E357	Adipato di Potassio			
E363	Acido succinico			vietato in Australia
E364	Acido Fumarico			
E365	Fumarato di Sodio			
E366	Fumarato di Potassio			
E367	Fumarato di Calcio			
E370	1,4-Eptonolattone			può interferire con le funzioni del fegato e del pancreas
E375	Niacina			Vitamina B3
E380	Citrato triammonico			
E381	Citrato ferrico di ammonio			
E385	Etilendiamminotetracetato di calcio disodico (EDTA)			vietato in Australia

addensanti, gelificanti e stabilizzanti (4)

E400	Acido alginico	budini, gelati, maionese, birra, frappé, milkshakes	nd	Nella birra aumenta la consistenza delle bollicine, che durano di più..
E401	Alginato di Potassio			
E402	Alginato di Ammonio			
E403	Alginato di Calcio			
E404	Alginato di Sodio			
E405	Alginato di Glicole propilenico			
E406	Agar-agar	Gelati, semiconservate di pesce, baccalà in scatola, carni in scatola, confetti, formaggi, chewing-gum, maionese, caramelle, prodotti dolciari da forno, frutta candita, budini, in pasticceria come addensante,	ill.	Sotto osservazione per le reazioni allergiche. Alle dosi utilizzate non presenta rischi. Opinioni controverse sull'azione cancerogena. In dosi superiori ai cinque grammi ha effetto lassativo (specie nei bambini).
E407	Carragenine, carragenani			
E408	Furcellaran			
E409				
E410	Farina di semi di carrube	gelati, caramelle, confetti, prodotti da forno e dolci, carni in scatola	n.d.	Non tossiche. Possibili interferenze con i livelli di colesterolo
E411				
E412	Farina di semi di guar	Carne in scatola, caramelle, confetti, gelati, chewing-gum, pastigliaggi, salse, dolci confezionati.	n.d.	
E413	Gomma adragante (tragacanth)	Salse, creme per pasticceria, prodotti dolciari da forno, chewing-gum, budini, confetti, caramelle, frutta secca, salatini, semi tostati	n.d.	Non si conosce il metabolismo negli animali e nell'uomo. Possibili allergenici. Dopo lunghe esposizioni in individui sensibili sono state notate riniti e asma
E414	gomma arabica (gomma di acacia)			
E415	gomma xanthano			
E416	gomma Karaya			
E417	gomma Tara			
E418	gomma Gellan			
E420	Sorbitolo	frutta secca, dolci, pasticceria, cibi dietetici	n.d.	Possibile allergenico. In Australia è proibito nei cibi per bambini: può causare disturbi gastrici. In quantità eccessive possono

E421	Mannitolo		n.d.	generare flatulenza e diarrea
E422	Glicerolo (Glicerina)	liquori,dolci,frutta secca, prodotti dietetici		l'eccesso può dare emicrania, nausea,alto livello di zuccheri nel sangue
E430	Poliossietilene 8			
E431	Poliossietilene 40			
E432	Polisorbato 20			vietato in Australia
E433	Polisorbato 80			
E434	Polisorbato 40			
E435	Polisorbato 60			
E436	Polisorbato 65			
E440(a)	Pectina	Gelati, marmellate, budini, confetti, caramelle, crema per pasticceria, prodotti dolciari in genere.		Largamente diffusa nel regno vegetale (agrumi e mele) fornisce consistenza, morbidezza e spalmabilità. L'eccesso può dare flatulenza e dolori intestinali
E440(b)	Pectina amilata			
E441	Gelatina			
E442	Fosfatidi di Ammonio			
E445	Estere glicerico della Colofonia			
E450a,b,c	Pirofosfati (E450ai=p.acido di sodio)			
E450(I)	Disodium diphosphate			
E450(II)	Trisodium diphosphate			
E450(III)	Tetrasodium diphosphate			
E450(IV)	Dipotassium diphosphate			
E450(V)	Tetrapotassium diphosphate			
E450(VI)	Dicalcium diphosphate			
E450(VII)	Calcium dihydrogen diphosphate			
E450a,b,c		formaggi fusi, carne in scatola, insaccati cotti, prosciutto cotto, spalla cotta, carni preparate di tacchino, prodotti impanati e dolciari, latte concentrato, latte in polvere, farina di patate, preparati per budini	70	Potrebbero causare disturbi digestivi per l'inattivazione di alcuni enzimi. Osservati fenomeni di ipocalcemia e lesioni renali per assunzioni continue e massicce, accumulo di fosfati di calcio nei reni. L'eccesso può alterare l'equilibrio calcio-potassio e favorire l'osteoporosi. Sottraggono calcio all'organismo. Da evitare per i bambini.
E451(I)	Trifosfato pentasodico			
E451(II)	Trifosfato pentapotassico			
E452 (I)	Polifosfato di Sodio			
E452 (II)	Polifosfato di Potassio			
E452 (III)	Polifosfato di Sodio e Calcio			
E452 (IV)	Polifosfato di Calcio			
E459	Beta-ciclodestrina			
E460a	Cellulosa			
E460b	Cellulosa microcristallina			
E460c	Cellulosa in polvere			

E461	Metilcellulosa			l'eccesso può dare flatulenza e ostruzioni intestinali
E462				
E463	Idrossipropilcellulosa			
E464	Idrossipropilmetilcellulosa			
E465	Etilmetilcellulosa			
E466	Carbossimetilcellulosa (Carbossimetilcellulosa sodica)			
E468	Carbossimetilcellulosa sodica Crosslinked			
E469	Carbossimetilcellulosa idrolizzata enzimaticamente (o caseinato di Sodio?)			
E470a	Sali sodici, potassici e calcici degli acidi grassi			
E470b	Sali magnesici degli acidi grassi			
E471	Mono e digliceridi degli acidi grassi			
E472a	Esteri acetici dei mono e digliceridi degli acidi grassi			
E472b	Esteri lattici dei mono e digliceridi degli acidi grassi			
E472c	Esteri citrici dei mono e digliceridi degli acidi grassi			
E472d	Esteri tartarici dei mono e digliceridi degli acidi grassi			
E472e	Esteri mono e diacetiltartarici dei mono e digliceridi degli acidi grassi			
E472f	Esteri misti tartarici e acetici dei mono e digliceridi degli acidi grassi			
E473	Esteri saccarosici degli acidi grassi			
E474	Saccarogliceridi			
E475	Esteri poliglicerolici degli acidi grassi			
E476	Poliricinoleato di poliglicerolo			
E477	Esteri Propan- 1.2-diolici degli acidi grassi			
E478	Esteri degli acidi grassi lattilati			
E479b	Olio di soia ossidato termicamente interagito con mono e digliceridi degli acidi grassi			
E480	Solfosuccinato di ottil Sodio			
E481	Stearoil-2-lattilato sodico			
E482	Stearoil-2-lattilato calcico			
E483	Stearil tartrato			
E491	Sorbitano monostearato			
E492	Sorbitano tristearato			
E493	Sorbitano monolaureato			

E494	Sorbitano monooleato			
E495	Sorbitano monopalmitato			
sali e agenti lievitanti (5)				
E500(I)	Carbonato di sodio			
E500(II)	Bicarbonato di sodio			
E500(III)	Sesquicarbonato di sodio (?)			
E501(I)	Carbonato di Potassio			
E501(II)	Bicarbonato di Potassio			
E503(I)	Carbonato di Ammonio			irritanti per le mucose
E503(II)	Bicarbonato di Ammonio			
E504(I)	Carbonato di Magnesio			
E504(II)	Bicarbonato di Magnesio			
E507	Acido cloridrico			
E508	Cloruro di Potassio			l'eccesso può dare ulcerazione gastrica
E509	Cloruro di Calcio			
E509	Cloruro di ammonio			
E511	Cloruro di Magnesio			
E512	Cloruro stannoso			
E513	Acido solforico			
E514(I)	Solfato di Sodio			può alterare l'equilibrio idrico del corpo
E514(II)	Bisolfato di Sodio			
E515(I)	Solfato di Potassio			
E515(II)	Bisolfato di Potassio			
E516	Solfato di Calcio			
E517	Solfato di Ammonio			
E518	Solfato di Magnesio			
E519	Solfato di Rame			
E520	Solfato di Alluminio			
E521	Solfato di Alluminio e Sodio			
E522	Solfato di Alluminio e Potassio			
E523	Solfato di Alluminio e Ammonio			
E524	Idrossido di Sodio			vietati in Australia
E525	Idrossido di Potassio			
E526	Idrossido di Calcio			
E527	Idrossido di Ammonio			vietati in Australia

E528	Idrossido di Magnesio			
E529	Ossido di Calcio			
E530	Ossido di Magnesio			vietati in Australia
E535	Ferrocianuro di Sodio			
E536	Ferrocianuro di potassio			
E538	Ferrocianuro di Calcio			
E540	Difosfato dicalcico			
E541	Allumin Fosfato di Sodio			
E542	Perfosfato d'ossa			
E544	Polifosfato di Calcio			
E542	Polifosfato di Ammonio			
E551	Biossido di Silicio			
E552	Silicati di Calcio			
E553(a)(I)	Silicato di Magnesio			vietati in Australia
E553(a)(II)	Trisilicato di Magnesio			
E553(b)	Talco	riso brillato, dolci, cioccolato, confetture		forse connesso al cancro dello stomaco
E554	Silicato di sodio e alluminio			l'alluminio è ritenuto neurotossico e forse favorisce il morbo di Alzheimer
E555	Silicato di potassio e alluminio			
E556	Silicato di calcio e alluminio			idem
E558	Bentonite			
E559	Silicato d'alluminio (caolino)			
E570	Acido stearico			
E572	Stearato di Magnesio			
E574	Acido gluconico			
E575	Glucono-delta-lattone			
E576	Gluconato di sodio			
E577	Gluconato di potassio			
E578	Gluconato di calcio			
E579	Gluconato ferroso			
E585	Lattato ferroso			
esaltatori del gusto (6)				
E620	Acido glutammico	dadi per brodo, minestre pronte, tortellini (nel ripieno), riso e mais soffiati preparati già cucinati, arrostiti, snack, frutta a guscio tostata e fritta, salse e preparati per salse, conserve di pesce, di carne e di verdura	nd	Abbassa la soglia di eccitabilità dei neuroni, provoca reazioni nel sistema nervoso parasimpatico; responsabile del tipico mal di testa da ristorante cinese. Da evitare nelle diete a basso contenuto di sodio. Può indurre allergie, forti emicranie e altri disturbi: vietati nei cibi per bimbi in molti paesi
E621	Glutammato monosodico (Sodium hydrogen L-glutamate - MSG)		nd	
E622	Glutammato monopotassico			nausea, vomito, diarrea, crampi addominali

E623	Diglutammato di calcio			
E624	Glutammato monoammonico			
E625	Di-L-glutammato di Magnesio			
E626	Acido guanilico			
E627	Guanilato disodico			vietato in molti paesi nei cibi per bambini
E628	Guanilato dipotassico			
E629	Guanilato calcico			
E630	Acido inosinico			
E631	Inosinato disodico			
E632	Inosinato dipotassico			
E633	Inosinato calcico			
E634	5'-ribonucleotidi di calcio			
E635	5'-ribonucleotidi di disodio			vietato in Australia
E636	Maltolo	Sono sostanze rinforzanti dell'aroma. Si trovano in natura in alimenti cotti o tostati (pane, malto, orzo tostato, caffè, cioccolato).		Sono prodotti della degradazione della cellulosa e dell'amido. Non si hanno sufficienti prove sulla loro tossicità.
E637	Etilmaltolo			
E640	Glicina e suo sale sodico			

sostanze varie (9)

E900	Dimetil polisiloxano			può dare allergie o irritazioni della pelle
E901	cera d'api, bianca e gialla	frutta (buccia)		
E902	cera di candelilla			
E903	cera carnauba	frutta (buccia)		
E904	gommalacca	frutta (buccia)		
E905	cera microcristallina (paraffine)			
E907	cere microcristalline raffinate			
E912	Esteri dell'acido montanico			
E914	Cera di polietilene ossidizzata			
E920	L-cisteina e suoi cloruri			
E924	Bromato di Potassio			
E925	Cloro			
E926	Biossido di Cloro			
E927	Azodicarbammide			
E927b	Carbammide			
E928	Perossido di Benzolo			
E938	Argo			
E939	Elio			

E941	Azoto			
E942	Ossido nitroso			
E948	Ossigeno			
E950	Acesulfame K		0-15	
E951	Aspartame	bevande, budini, yogurth, chewing-gum, dolcificante in pastiglie	0-40	Segnalate reazioni allergiche o pseudo-allergiche all'aspartame (emicranie e mal di testa)
E952	Acido ciclammino e ciclammati di Sodio e di Calcio		0-11	vietati in Usa e Gran Bretagna
E953	Isomalt			
E954	Saccarina e suoi sali di Sodio, Calcio e Potassio		0-5	
E957	Taumatina			
E959	Neoesperidina DC			
E965i	Maltitolo (Glucosio?)		n.d.	blando lassativo
E965ii	sciroppo idrogenato di Maltitolo (di Glucosio?)			
E966	Lattitolo			
E967	Xylitolo		n.d.	
E999	Estratto di Quillaia			
E1103	Invertasi			
E1105	Lisozima			
E1200	Polidestrosio			
E1201	Polivinilpirrolidone			
E1202	Polivinilpolipirrolidone			
E1400	Destrina, bianca e gialla			
E1401	Amidi trattati			
E1402	Amidi trattati con alcali			
E1403	Amidi sbiancati			
E1404	Amido ossidato			
E1410	Monoamido fosfato			
E1412	Diamido fosfato			
E1413	Diamido fosfato fosfatato			
E1414	Diamido fosfato acetilato			
E1420	Amido acetilato			
E1421	Amido acetilato			

E1422	Diamido adipato acetilato			
E1423	Diamido glicerol acetilato			
E1430	Diamido glicerolo			
E1440	Idrossipropil amido			
E1441	Idrossiglicerol amido			
E1442	Idrossipropil diamido fosfato			
E1450	Amido ottenil succinato di Sodio			
E1451	Amido acetilato ossidato			
E1505	Trietilcitrato (Trietilacetato?)			
E1510	Etanolo			
E1517	Glicerolacetato			
E1518	Gliceril triacetato (triacetina)			
E1520	Glicole propilenico			
	CODICI MATERIALI IMBALLAGGI			CODICI A BARRE
	AL - alluminio	CA - cartone	30-31 Francia	57 - Danimarca
	PE - polietilene	PT - poliestrusi	40 - Germania	80 - Italia
	PVC - polivinilcloruro	PS - polistirene	50 Gran Bretagna e Irlanda	84 - Spagna
	PET - polietilentereftalato	PI - poliaccoppiati	54 - Belgio e Lussemburgo	87- Olanda
	PP - polipropilene		56 - Portogallo	