



## Sladidlá

- E951 Aspartam (USLA = hydrochlorid aspartamu)
- E950 Acesulfam K
- E954 Sacharín a jeho soli

## Konzervačné látky

- E211 Benzoát sodný

Uvedené aditíva a konzervačné látky sa NESMÚ nachádzať v žiadnom z kupovaných ani hotových výrobkov, použitých na prípravu jedál pre školskú jedáleň.

## Transmastné kyseliny

Transmastné kyseliny (tuky) sa takisto NESMÚ nachádzať v žiadnych výrobkoch a ich zložkách, použitých na prípravu jedál pre školskú jedáleň.

Transmastné kyseliny sú priemyselne vyrábané tuky, upravené hydrogenizáciou (stužovaním), ktorá spôsobuje, že výrobky sú ľahko roztierateľné. Na ich výrobu sa používajú najčastejšie lacné rastlinné oleje, napr. slnečnicový, sójový alebo repkový. Takto vyrobené tuky sú škodlivé a podľa štúdie\* je dokázané, že „prispievajú“ k rozvoju srdcovo-cievnych ochorení a pravdepodobne aj onkologických ochorení.

Najčastejšie sa vyskytujú v lacných margarínoch, polotovarochoch, cereálnych tyčinkách, šalátových dressingoch, zemiakových lupienkách, slaných a sladkých keksíkoch a majonézach.

## GMO

Pri príprave jedál pre školskú jedáleň sa NESMÚ používať žiadne výrobky, ktoré boli geneticky upravované, alebo obsahujú nejaké geneticky upravované zložky.

Vysvetlenie:

Geneticky modifikovaný organizmus (GM organism, GMO) je organizmus, ktorého genetický materiál (DNA, príp. RNA pri NRA vírusoch) bol úmyselne zmenený tak, ako sa to nedeje nikde v prírode. Mutácie vznikajú vnesením, resp. deaktivovaním konkrétnych génov do organizmu. Téma geneticky modifikovaných plodín a organizmov vzbudzuje kontroverzné diskusie a ich vplyv na zdravie človeka nie je dostatočne preskúmaný. Práve pre túto nejednoznačnosť sa pri príprave jedál pre školskú jedáleň NESMÚ používať suroviny ani ich zložky, ktoré obsahujú GMO. Je celkom jednoduché sa vyhnúť týmto surovinám, či výrobkom, pretože na európskom trhu sa na všetkých povinne uvádza presný obsah a musí byť na nich uvedený prípadný obsah GMO.

\*zdroje

- Trans Fatty Acids and Cardiovascular Disease  
<http://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMr054035>
- WHO Scientific Update on health consequences of trans fatty acids  
<http://www.nature.com/ejcn/journal/v63/n2s/full/ejcn200913a.html>
- The Joint WHO/FAO Expert Consultation on diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: process, product and policy implications  
<http://journals.cambridge.org/action/displayAbstract?fromPage=online&aid=569940&fileId=S1368980004000230>