

Е, название	Опасность	Роль в продуктах	Применение	Влияние на организм
Е-621, Глутамат натрия	Высокая	Усиливает вкус	Бульонные кубики, приправы, соусы, консервированные полуфабрикаты, чипсы, сухарики	Систематическое употребление вызывает головные боли, тахикардию, боль в груди, слабость, покраснение кожи, губительно влияет на зрение и нервную систему
Е-626, Гуаниловая кислота	Высокая	Улучшает вкус	Соусы, консервы, готовые закуски, супы быстрого приготовления	Вызывает расстройство пищеварения, повышение артериального давления, запрещена детям
Е-627, Двунатриевый гуанилат	Высокая	Консервант	Колбасные изделия, мясо, супы быстрого приготовления, консервированные овощи, чипсы и другая закуска	Не рекомендуется детям, астматикам, людям с подагрой
Е-631, Инозинат натрия	Низкая	Усиливает вкус, применяется только с глутаматом натрия	Приправы, продукты быстрого приготовления, чипсы	Негативное влияние на организм изучено не до конца, канцерогенность не доказана, детям не рекомендуется
Е-634, 5'-Рибонуклеотиды кальция	Низкая	Усиливает вкус после термической обработки	Чипсы, сухарики, консервы (рыбные, мясные, овощные)	Вызывает расстройства пищеварения, приступы удушья при астме, нельзя людям с подагрой и ревматизмом
Е-635, 5'-Рибонуклеотиды натрия 2-замещенные	Опасен	Усиливает ароматические и вкусовые качества	Чипсы, сухарики, крекеры	Может вызвать болезни суставов, не рекомендуется людям с подагрой
Е-636, Мальтол	Опасен	Вкусо-ароматическая добавка, ароматизатор, стабилизирует или изменяет вкус и запах продукта	Шоколад, эссенции, напитки без спирта, консервы овощные и фруктовые, хлебобулочные изделия, кофе, чай, какао, табак	Большинство стран отказались от его использования
Е-637, Этилмальтол	Опасен	Усиливает некоторые ароматы, стабилизатор запаха	Сладкие продукты, майонез, йогурт, мороженое, растворимые супы	Влияние на человеческий организм еще изучается
Е-640, Глицин и его натриевая соль	Низкая	Оптимизирует вкус и аромат напитков	Напитки (чаще алкогольные)	Может вызвать аллергию, имеет ряд полезных для организма свойств