



식품의약품안전처

Ministry of Food and Drug Safety

Pag-unawa sa mga Pagkaing Pandagdag para sa mga Pamilyang Multikultural



1 Halina't Alamin Natin ang Tungkol sa mga Pagkaing Pandagdag

Ang mga pagkaing pandagdag ay mga sangkap na dinadagdag sa pagkain upang mapreserba ang linamnam o mapaigting ang lasa, itsura, at iba pang mga katangiang pandama.

Ano ang mga pagkaing pandagdag?

Ang “mga pagkaing pandagdag” ay mga sangkap na dinadagdag sa pagkain, patungo sa pagluluto o pagproseso, bilang pampaigting ng linamnam, pangkulay, ahenteng pampaputi, o antioxidant. Naglalaman din ang mga pagkaing pandagdag ng mga sangkap na maaaring ihalo sa pagkain nang hindi direkta sa proseso ng pagmamanupaktura, o sa pamamagitan ng pag-iisterilisa o pagbabalot.



Mga sangkap na ginagamit sa pagkain



Pamatay-dapulak



Pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto

2 Kinakailangan ba ang mga Pagkaing Pandagdag?

Mga dahilan ng paggamit ng mga pagkaing pandagdag

Lahok para sa pagluluto at pagproseso ng pagkain

Pabutihin ang mga katangiang pandamdad

Ipreserba ang linamnam

Pigilan ang pagkalason sa pagkain

Paigtingin ang lasa at itsura ng pagkain

Dagdagan ang halagang pangnutrisyon



Paano kung walang mga pagkaing pandagdag?

Ginagamit ang mga pagkaing pandagdag upang ipreserba ang pagkain, paigtingin ang lasa, itsura pati na rin iba't ibang mga katangiang pandamdad.

Kung walang mga pagkaing pandagdag, magkakaroon tayo ng pagkaing mas madaling masira, malalantad tayo sa panganib ng pagkalason sa pagkain dahil sa dapulak, ishay at iba pang mga miktataghay, o magkakaroon tayo ng mas mahinang kalusugan dahil sa mas bumabang kabuuang kalidad ng pagkain.

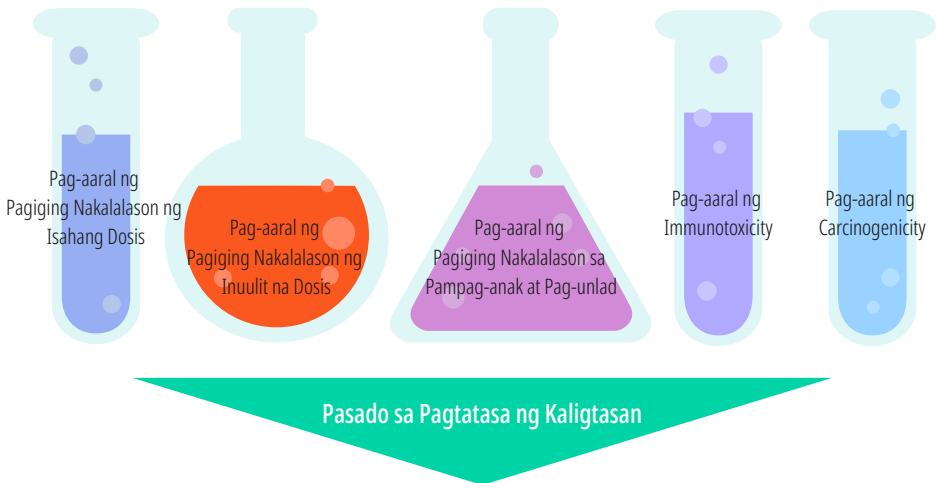
Maaaring maging mahirap kainin ang gum, tokwa, at iba pang malalambot na pagkain.



3 Paano nagiging pagkaing pandagdag ang isang sangkap?

Dapat beripikahin nang siyentipiko ang paggamit ng mga pagkaing pandagdag sa pamamagitan ng pagpapatunay na mayroong teknolohikal na pangangailangan para sa kanilang paggamit at ligtas silang gamitin. Ang teknolohikal na pangangailangan ay nangangahulugang mga tiyak na layuning teknolohikal na isinasagawa ng mga pagkaing pandagdag, tulad ng pagpapanatili o pagpapabuti ng kaligtasan, lasa, itsura o iba pang mga katangiang pandamdang, o halagang pangnutrisyon, patungo sa pagmamanupaktura, pagproseso o pag-iimbak ng pagkain.

Pamamaraan ng Pagsusuri



Iyong mga nasuri at napatunayang ligtas gamitin lamang ang pinapahintulutan bilang mga pagkaing pandagdagat pamamahalaan at pangangasiwaan sila sa ilalim ng mahihigpit na alituntunin.

4 Ligtas bang kainin ang mga pagkaing pandagdag?

Ligtas ang mga pagkaing pandagdag na pinahintulutang gamitin sa pagkain ng Kagawarang-bansa ng Kaligtasan ng Pagkain at Gamot (Ministry of Food and Drug Safety o MFDS). Pinapayagan ng MFDS ang mga pagkaing pandagdag na napatunayang ligtas gamitin batay sa mahihigpit na pamantayang ginagamit ng mga pandaigdigang organisasyon. (600 aytem) Pinamamahalaan nang siyentipiko ang mga ligtas na dami ng bawat pandagdag, na nangangahulugang ligtas kainin ang mga pagkaing pandagdag na ginamit nang tama ayon sa katanggap-tanggap na paggamit (acceptable daily intake o ADI).

Paano determinahin ang ADI

Una, determinahin ang ligtas na dami ng isang pandagdag para sa pagkain ng mga hayop at itakda ang 1/100 ng nasabing dami para sa ligtas na pagkain ng mga tao. Sa totoo lang, higit na mas mababang dami kaysa sa iminumungkahi ng ADI ang ginagamit sa mga pinrosesong pagkain.

1

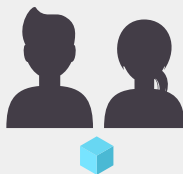
Ligtas na dami para sa mga hayop
ADI para sa mga hayop



100 bloke

2

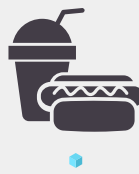
Ligtas na dami para sa mga tao
ADI para sa tao



1 bloke

3

Aktuwal na daming dinadagdag sa pagkain
Mga patnubay sa paggamitng pagkaing pandagdag



Higit na mas mababa kaysa sa 1 bloke

ADI(Acceptable Daily Intake)

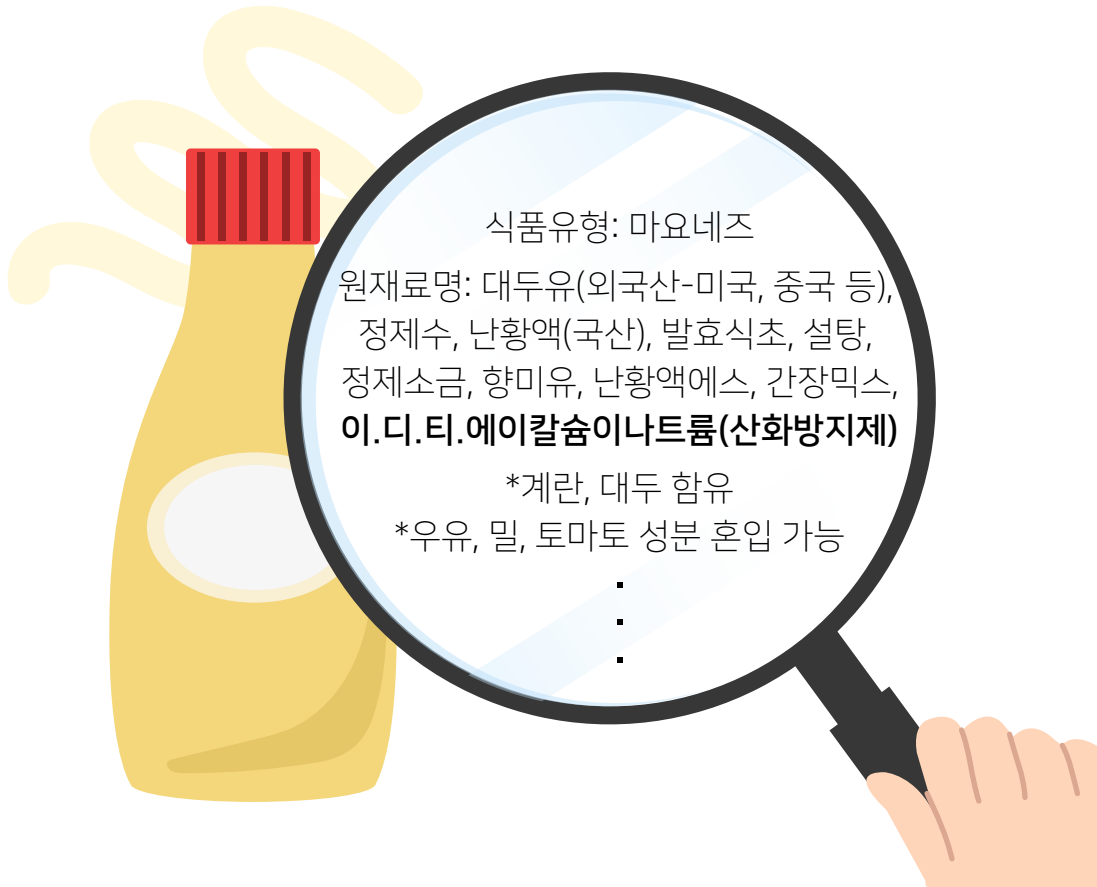
Ang dami ng isang pagkaing pandagdag na ligtas na makakain sa buong buhay nang walang masasamang epekto sa kalusugan

5

Mayroong bang paraan upang matignan kung ano ang mga pandagdag na ginamit sa isang produktong pagkain?

Sa mga pinrosesong pagkain, tingnan ang 'Mga Lahok at Kanilang mga Nilalaman' sa ilalim ng 'Katotohanan sa Nutrisyon' upang tingnan ang mga pandagdag na ginamit.

Matatagpuan ang 'Katotohanan sa Nutrisyon' sa balot ng mga pinrosesong pagkain. Nakalista ang mga pagkaing pandagdag kasama ang kanilang mga layunin, tulad ng pampatamis, pampakulay, o pampaigting ng linamnam.



식품유형: 마요네즈

원재료명: 대두유(외국산-미국, 중국 등), 정제수, 난황액(국산), 발효식초, 설탕, 정제소금, 향미유, 난황액에스, 간장믹스, 이.디.티.에이칼슘이나트륨(산화방지제)

*계란, 대두 함유

*우유, 밀, 토마토 성분 혼입 가능

·
·
·

6

Mayroong bang anumang mga pag-iingat kapag kumakain ng mga pagkaing pandagdag?

Maaaring magdulot ang ilang mga pagkaing pandagdag ng mga reaksyong hindi hiyang sa ilang indibiduwal.

Obligadong isaad ang mga Pag-iingat para sa mga Pagkaing Pandagdag sa balot ng mga pagkaing produkto, alinsunod sa Batas sa Pagtatatak at Pag-aanunsyo ng mga Pagkain'. Siguraduhing basahin ang mga nilalaman bago bumili o kumain ng mga pagkain.

Dapat basahin ng mga may PKU o hika o mga reaksyong hindi hiyang ang Tatak ng Pagkaing Pandagdag bago bumili o kumain ng mga pagkain.



Aspartame

Ang aspartame ay mayroong phenylalanine, na isang panganib sa kalusugan sa mga ipinanganak nang may phenylketonuria (PKU).

Dapat basahin ng mga pasyenteng may PKU ang mga tatak bago kumain.

Tatak ng aspartame sa wikang Koreano 감미료, 페닐알라닌 함유

Sulphurous acid

Ang sulphurous acid ay isang antioxidant na ginagamit sa alak, suka, mga pinatuyong prutas at mga sarsa. Kapag kinain, maaari itong magdulot ng mga sintomas na parang hika. Dapat mag-ingat iyong mga hindi hiyang sa sulfurous acid o may hika.

Tatak ng sulphurous acid sa wikang Koreano

산성아황산나트륨, 아황산나트륨, 차아황산나트륨, 무수아황산, 메타중아황산칼륨, 메타중아황산나트륨

7

May paraan ba para tingnan ang impormasyong pangkaligtasan sa mga pagkaing pandagdag?

Mababasa mo ang tungkol sa mga pagkaing pandagdag mula sa pook-sapot ng MFDS at mga opisyal na alunang SNS ng MFDS (YouTube, Naver Blog, FaceBook, Instagram, Twitter, at KakaoTalk) o pook-sapot ng Kaligtasan ng Pagkain ng Korea.

Ipasok ang '식품의약품안전처 (Kagawarang-bansa ng Kaligtasan ng Pagkain at Gamot)' sa iyong makinang panghanap.



mfds.go.kr



blog.naver.com/kfdazzang



foodsafetykorea.go.kr



[instagram.com/mfdskorea](https://www.instagram.com/mfdskorea)



[youtube.com/MFDS](https://www.youtube.com/MFDS)



twitter.com/TheMFDS



[facebook.com/mfds](https://www.facebook.com/mfds)



pf.kakao.com/_xcrxgxdu

식품의약품안전처



8

Mayroon bang mga anumang mga-iingat kapag gumagamit ng mga pamatay-dapulak o pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto?

Dahil sa talamak na coronavirus, maraming mga produktong panlinis ng kamay at mga produktong pangdisimpekta na may tatak ng 'Pagkaing Pandagdag'. Sinasabi nilang dahil ang mga produkto ay 'mga pagkaing pandagdag', maaari silang gamitin nang direkta sa katawan ng tao. Ito ay maling paggamit ng mga pamatay-dapulak at pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto.

Pamatay-dapulak

Pinapatay ng mga pamatay-dapulak ang lahat ng miktataghay sa ibabaw ng pagkain sa loob ng maikling panahon, kaya pinipigilan nito ang sanhi ng pagkalason sa pagkain. Sa ngayon, mayroong 7 itinalagang pamatay-dapulak: hydrogen peroxide, calcium hypochlorite, hypochlorous acid water, chlorine dioxide water, ozone water, at peracetic acid. Hindi ginagamit ang mga pamatay-dapulak para sa mga layuning paglilinis. Hindi sila makakain o magagamit nang direkta sa katawan ng tao. Dapat gamitin ang mga pamatay-dapulak para sa paglilinis ng mga prutas at gulay at dapat tanggalin nang lubos bago ihain.

Pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto

Dapat gamitin ang mga pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto sa mga gamit sa pagluluto, mga sisidlan at balot at tanggalin pagkatapos para sa kaligtasan ng mamimili. Ang mga gamit sa pagluluto ay kinabibilangan ng mga ginagamit sa pagmamanupaktura, pagproseso o pagbabahagi ng mga pagkain. Hindi sila maaaring gamitin para idisimpekta ang katawan ng tao o mga ibabaw ng pagluluto o ihalo sa iba pang mga pangdisimpekta o panlinis para gamitin. Kapag nagpapalabnaw ng pangdisimpekta, mangyaring magsuot ng mga tamang gamit pananggalang.

Epekto laban sa COVID-19 virus?



Naberipikang epektibo ang mga pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto laban sa mga mikrobyo at ishay na nagdudulot ng pagkalason sa pagkain, nguni't hindi pa sila sinuri laban sa COVID-19 virus. Pinamamahalaan ang mga pangdisimpekta para sa mga gamit sa pagluluto sa ilalim ng Batas sa Kalinisan ng Pagkain at tinutugunan ang iba't ibang mga layunin.

국민의 더 건강한
내일을 위한 정부혁신

보다나은 식약처



식품의약품안전처
Ministry of Food and Drug Safety

국민 안전이 기준입니다
YOUR SAFETY IS OUR STANDARD

Inilathala ng: Kagawarang-bansa ng Kaligtasan ng Pagkain at Gamot Ginawa ng: PR Krietiv Co., Ltd.

187, Osongsaengmyeong 2-ro, Osong-eup,
Heungdeok-gu, Cheongju-si, Chungcheongbuk-do, Republic of Korea
Osong Biovalley MFDS

www.mfds.go.kr Telepono: 1577-1255