

用途	添加物名	使用例	体への影響・注意点
乳化剤	乳化剤 (乳・小麦・大豆由来)	ドレッシング パン チョコ	アレルギー反応の可能性
香料	香料（乳由来）	菓子 アイス 飲料	乳アレルギーの人は注意
安定剤	加工デンプン	プリン 乳製品 ソース	腸内環境への影響あり
着色料	ビートレッド フラボノイド 紅花黄 クチナシ アナトー色素	お菓子 漬物 飲料など	アレルギー 発がん性懸念報告あり
ゲル化剤	ペクチン	ゼリー ジャム グミ	大量摂取で下痢の恐れ
甘味料	キシリトール アスパルテーム・L-フェニル アラニン化合物	ガム 飲料 ダイエット食品	下痢や膨満感 PKU患者は要注意
増粘剤	アラビアガム（増粘多糖類）	飴 グミ 飲料	アレルギーの報告あり
膨張剤	リン酸一水素カルシウム	ホットケーキミックス等	リン過剰で腎臓に負担
抽出物	フクロノリ抽出物	和菓子 ゼリー	安全性は使用量による
機能性素材	ヘスペリジン	サプリ 飲料	多量摂取は控えるべき