


# **Химический состав свежих плодов и овощей.**

Кирина Анастасия  
Погора Анастасия  
Головин Егор



# Пищевая ценность овощей и фруктов

ВИТАМИНЫ



белки



углеводы



клетчатка



минеральные  
вещества



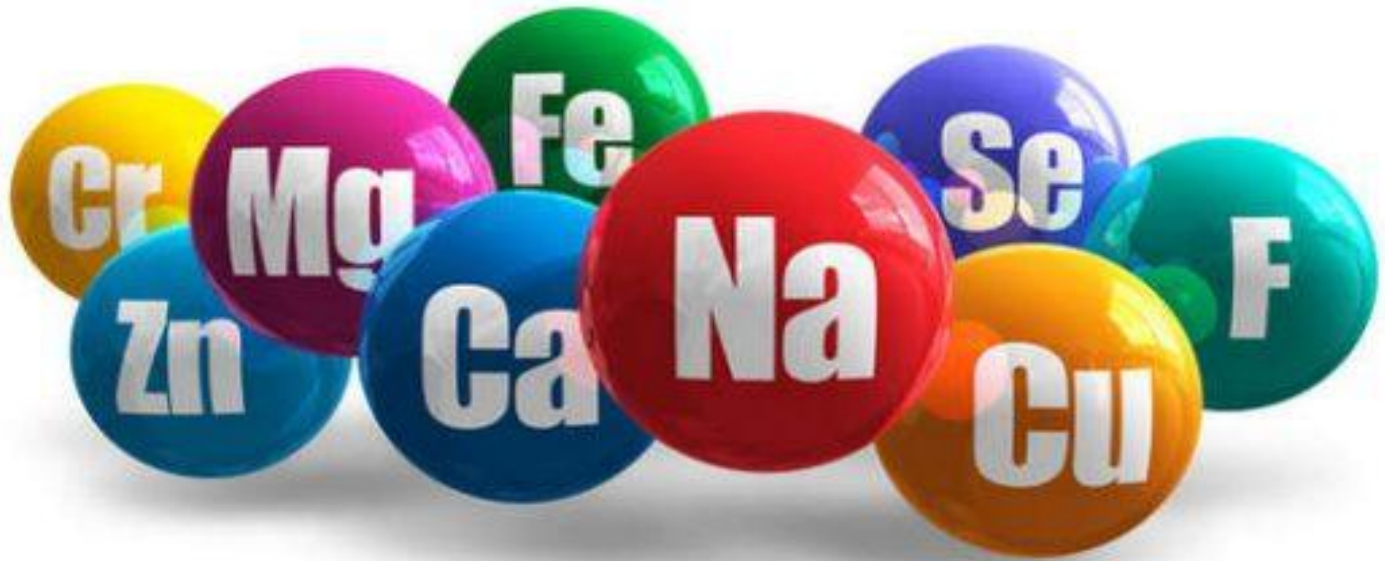
# Вода

- В свежих плодах находится 72—90% воды;
- В орехоплодных — 6—15% воды;
- В свежих овощах — 65—95% воды.



# Минеральные вещества

- Содержание минеральных веществ в плодах и овощах колеблется от 0,2 до 2%.





# Углеводы



# Органические кислоты



# Дубильные вещества

Подразделяются на гидролизуемые (**танины**)  
конденсированные (**катехины**)

Способны окисляться → тёмно окрашенные соединения





**Красящие вещества, или пигменты, придают различную окраску плодам, ягодам, овощам и другим продуктам**



- **Каротин** (окрашивает тыкву, апельсин, абрикосы, морковь)

- **Ксантофилл** (окрашивает перец, томаты)



- **Ликопин** (окрашивает шиповник, арбузы)



- **Хлорофилл** (придаёт зелёный цвет овощам, листьям растений, плодам)



- **Антоцианы** (придают плодам Синюю, фиолетовую, красную окраску)





# Эфирные масла

- Они придают плодам и овощам характерный аромат.



# Гликозиды

- Гликозиды (глюкозиды) придают овощам и плодам острый, горький вкус и специфический аромат, некоторые из них ядовиты.



# Витамины

- Плоды и овощи являются основными источниками витамина С (аскорбиновая кислота) для организма человека.





# АЗОТИСТЫЕ ВЕЩЕСТВА

Включают: **белки** – большая часть и **соединения небелкового азота** (амиды, аминокислоты и другие соединения) – меньшая часть

Общее количество в плодах и ягодах от 0,2 до 1,5%.



# Жиры

- В большинстве плодов и овощей находится очень мало жиров (0,1—0,5%).





## ФИТОНЦИДЫ

- Фитонциды обладают бактерицидными свойствами, губительно действуют на микрофлору, выделяя токсичные летучие вещества.



# СВЕЖИЕ ОВОЩИ

- **Вегетативные**
  - клубнеплоды
  - корнеплоды
  - капустные
  - луковые
  - салатно-шпинатные
  - пряные
  - десертные
- **Плодовые**
  - тыквенные
  - томатные
  - бобовые
  - зерновые

**Спасибо за внимание!**

