

**ОРГАНИЧЕСКИЕ И
НЕОРГАНИЧЕСКИЕ
ВЕЩЕСТВА.
НУКЛЕИНОВЫЕ КИСЛОТЫ**

Выполнил студент:кс-108
Тимофеев Андрей

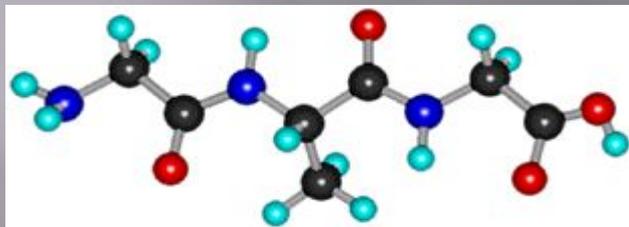
Органические вещества.

Органические вещества – химические соединения, в состав которых входит углерод. Исключения карбидов, угольной кислоты, карбонатов, оксидов углерода. Органические соединения, кроме углерода, чаще всего содержат элементы водород, кислород, азот, значительно реже – серу, фосфор, галогены и некоторые металлы.



Белки

Белки – высокомолекулярные органические вещества , состоящие из альфа - аминокислот, соединённых в цепочку пептидной связи. В живых организмах аминокислотный состав белков определяется генетическим кодом, при синтезе в большинстве случаев используется 20 стандартным аминокислотом .



Жиры

Жиры – природные органические соединения, полные сложные эфиры глицерина и одноосновных жирных кислот, входят в класс липидов. В живых организмах выполняют, прежде всего, структурную и энергетическую функции: они являются основным компонентом клеточной мембраны, а в жировых клетках сохраняется энергетический запас организма



ХОРОШИЕ

ЖИРЫ

ПЛОХИЕ



Углевод

Углевод - органические вещества, содержащие карбонильную группу и несколько гидроксильных групп. Все углеводы состоят из отдельных «единиц», которыми являются сахараиды. Углеводы, содержащие одну единицу, называются моносахаридами, две единицы — дисахаридами, от двух до десяти единиц — олигосахаридами, а более десяти — полисахаридами.



СОДЕРЖАНИЕ УГЛЕВОДОВ в продуктах питания

для читателей  ya-sport.com

обычный хлеб	хлеб с добавками	сухари и хлебцы	мука	отварной рис
				
40 грамм	52 грамм	65 грамм	70 грамм	26 грамм
выпечка	отварной картофель	отварные макароны	манная каша	отварная фасоль
				
22 грамм	18 грамм	12 грамм	24 грамм	18 грамм
				отварная кукуруза
				
				19 грамм

ВЕС УКАЗАН ОТНОСИТЕЛЬНО 100 ГРАММ ПРОДУКТА!

Органические кислоты

В начало

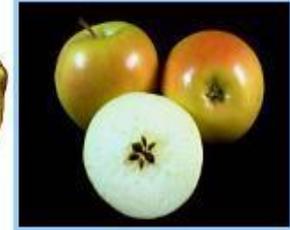
Органические кислоты, встречаемые вами в повседневной жизни



Щавелевая



Лимонная



Уксусная



Молочная



Аскорбиновая

Органические кислоты – органические вещества, проявляющие кислотные свойства. К ним относятся карбонатные кислоты, содержащие карбоксильную группу $-COOH$, сульфоновые кислоты, содержащие сульфогруппу $-SO_3H$ и некоторые другие.

Самыми известными органическими кислотами являются уксусная, лимонная, молочная, щавельная и яблочная кислоты.

Витамины

Витамины - группа низкомолекулярных органических соединений относительно простого строения и разнообразной химической природы. Это сборная по химической природе группа органических веществ, объединённая по признаку абсолютной необходимости их для гетеротрофного организма в качестве составной части пищи.

■ Где искать витамины?			
Витамин А:		говяжья печень, яйца, творог, рыба, молоко, шпинат, морковь, петрушка	
Витамин В1:		яйца, молоко, говяжья печень, горох, фасоль, дрожжи, ростки пшеницы	
Витамин В2:		творог, яйца, овсяные хлопья, свинина, рыба, молоко, соевое масло	
Витамин С:		цитрусовые, красные фрукты, цветная капуста, зеленый горошек, фасоль, редька.	
Витамин Д:		растительное масло, говяжья печень, рыба, яичный желток, говядина	
Витамин Е:		молоко, салат, ростки пшеницы, растительное масло	
Витамин F:		рыбий жир, оливковое масло, сухофрукты	
Витамин Н:		говяжья печень, грибы, овсяные хлопья, шоколад, яичный желток, орехи, молоко	
Витамин К:		морская капуста, зеленый чай, шпинат, репчатый лук, чечевица	

Неорганические вещества

Неорганические вещества - химические соединения, не являющиеся органическими, то есть, не содержащие углерода, а также некоторые углеродсодержащие соединения (карбиды, оксиды углерода и некоторые другие вещества, которые традиционно относят к неорганическим). Неорганические вещества не имеют характерного для органических веществ углеродного скелета.

Неорганические вещества

