

Nutrition
पोषण

Carbohydrates
कार्बोहाइड्रेट्स

Monosaccharid
रेड्डा
मोनासैकराइड

①

ये शर्करा के एक अणु पाये जाते हैं
Single molecules of sugar

→ Taste ⇒ मीठा sweet
स्वाद

water ⇒ घुलनशील
जल soluble

(Ex)
उदाहरण [Monosaccharide]
मोनोसैकेराइड

- ① Glucose ग्लूकोज → ① रक्त शर्करा Blood sugar.
② कोशिका प ईंधन cellular fuel

- (Imp)
② Galactose गैलेक्टोज → [Brain sugar मस्तिष्क की शर्करा कहते हैं]

- ③ Fructose फ्रक्टोज → ① Fructose sugar फलों की शर्करा
② Honey sugar शहदे में पायी जाती है
③ प्राकृतिक रूप में सबसे मीठी शर्करा है Naturally sweetest sugar.

कृत्रिम मीठी शर्करा $\Rightarrow$
Artificially sweetest sugar ①

Aspartame
अस्पार्टेम

①
चम्मच

चीनी $\Rightarrow$ 100-200
Table Sugar

② Saccharine
सकरीन

④ DNA, RNA
↳ राइबोज शर्करा
Ribose sugar.

Disaccharide

डाइसैकेराइड

(2)

1) ये शर्करा के दो अणु होते हैं
these are 2 molecules of sugar.

2) यह मोनोसैकेराइड के जुड़ने से बनते हैं
these are formed by joining of 2 monosaccharide

(3) Taste ⇒ मीठा sweet | Water पानी ⇒ घुलनशील
स्वाद Soluble

Disaccharide

डाई सेकेंडराईड

उदाहरण
Ex ⇒

①

Sucrose
शुक्रोज

Glucose ग्लूकोज

Fructose फ्रक्टोज

Imp

→ चीनी
table sugar

→ गन्ने की शर्करा कहते हैं
Sugar (cane sugar)

→ Cane sugar कैन शर्करा



$\rightarrow$ अनाजों की शर्करा कहते हैं
Sugar of cereals

$\rightarrow$ बीजों की शर्करा कहते हैं
Seed sugar.

③

Imp

Lactose
लेक्टोज

Glucose ग्लूकोज

Galactose गैलेक्टोज

↳ दूध में मीठापन

Sweetness of milk.

Oligosaccharide

आणि गैसो कंसाइड

(3)

1) ये शर्करा के 2-10 अणु होते हैं

These are 2-10 molecules of sugar

2) ये भी मोनोसैकुराइड से बने होते हैं

These are also formed by monosaccharide

Taste-मीठा		पानी $\Rightarrow$ soluble
Sweet		

Oligosaccharide

આલિસ કેરાઇડ

→ ૩૧/૬૧૦/ Ex
① Raffinose
રેફિનોઝ

② Stachyose
સ્ટેકીયોઝ

→ Glucose ગ્લુકોઝ
→ Galactose ગેલેક્ટોઝ
→ Fructose ફ્રુક્ટોઝ

Polysaccharide

પાલીસેકેરાઇડ

1) ये शर्करा के 10 से अधिक अणु होते हैं

these are more than 10 molecules of sugar.

2) Taste स्वाद $\Rightarrow$ स्वादहीन Tasteless

3) पानी water $\Rightarrow$ अघुलनशील Insoluble

Polysaccharide
पॉलीसैकराइड

Example
उदाहरण

P72

① Cellulose
सेल्युलोज

⇒ पादप कोशिका भित्ति बनाता है
Cell wall of plant made up by cellulose

→ सर्वाधिक मात्रा में पाया जाने वाला कार्बोहाइड्रेट है

Most Abundant Carbohydrate

② Chitin कार्बोलीन

⇒ कवको की कोशिका भित्ति तथा कीटों का बाह्य कंकाल बनाता है

P72

अव अधिक

पाया जाता है

It is used to make cell wall fungus & exoskeleton of Insects
and most Abundant

③

Glycogen
ग्लाइकोजन

⇒ जंतु तथा कवक में संग्रहीत होती है
Stored energy in Animal & fungus

→ यकृत Liver
→ पेशी muscles.

~~Imp~~

④

Pectin पेक्टीन

⇒ फल पका हुआ भाग

Ripen part of fruit

(मुरब्बा बनाते हैं)
Jam

⑤

Starch मसूर

⇒ पौधों में संग्रहीत ऊर्जा है
Stored energy in plant

33 sources સ્ત્રોત

- (1) મશરૂમ mushroom
- (2) હરી સલિજપા Green vege
- (3) ઑઁડ્ડ egg
- (4) Cheese પીઝ