

A collage of various breads, including rolls, a loaf, and wheat stalks, with a central orange text box. The background features a variety of baked goods: soft rolls, a large loaf, and wheat stalks. In the foreground, there are two brown eggs and a wooden bowl. The central text box is orange with a white border and contains the text "OGLJIKOVI HIDRATI" in white, uppercase letters.

OGLJIKOVI HIDRATI

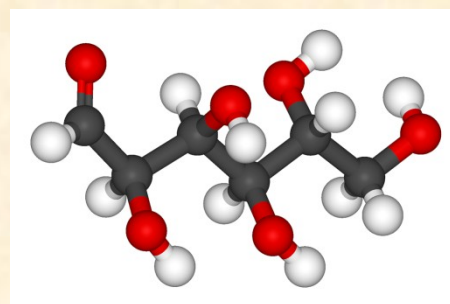
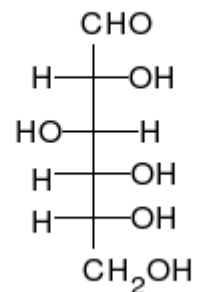
TEORETIČNE OSNOVE

- So organske spojine sestavljene iz **OGLJIKA, VODIKA** in **KISIKA**
- Splošna formula: $C_n(H_2O)_m$
- Po sestavi so ketoni
- Delimo jih na: **monosaharide**, **disaharide** in **polisaharide**



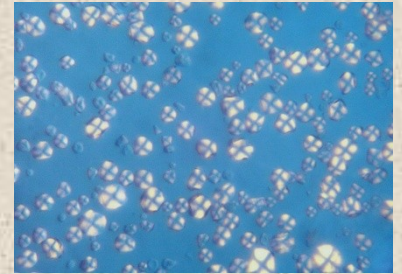
MONOSAHARIDI

- Delimo na **aldehino skupino** in **ketonsko skupina** ter **po številu** ogljikovih atomov tioze, pentoze...
- So sladkega okusa
- So reducenti
- Najbolj razširjen je **glukoza**
- Pomembni gradniki **DNK**



POLISHARIDI

- Celuloza, hitin, škrob, glikogen
- Vir energije za življenske procese



DISHARIDI

- Laktoza in jedilni sladkor (saharoza)
- Vir energije za življenske procese



ZAKAJ SO POMEMBNI?

- Osnovno hranilo za **živčni sistem**
- Nujno potrebni za **mišice**
- Če jih ne uživamo lahko postanemo **podharnjeni**
- So **primarno** hranilo večine prebivalcev



POSKUSI ZA DOKAZ

- Dokazovanje z jodovico
- V moki se obarva **modro** ali **sivomodro**
- V krompirju pa črno.



ZANIMIVOSTI

- Energijska vrednost je 4kJ na g
- http://www.youtube.com/watch?v=ziB-nFEEmUw&feature=player_embedded
- Jodovica je raztopina **joda** in kalijevega **jodida**.

