

ترکیب آمینواسیدهای دانه‌ی کینوا، جو، سویا و گندم (منبع: USDA ، ۲۰۰۵)

میلی گرم در گرم پروتئین				
آمینواسیدها	کینوا	سویاخام	گندم دروم	جو پوستگیری شده
آرژنین	۷۷/۳	۶۹/۵	۸۳/۴	۵۰/۱
آسپارتیک اسید	۸۰/۳	۱۳۶/۳	۹۴	۶۲/۵
سیستئین	۱۴/۴	۱۲/۱	۲۰/۵	۲۲/۱
گلايسين	۴۹/۲	۳۸/۶	۴۵/۵	۳۶/۲
گلوتامیک اسید	۱۳۲/۱	۱۵۱	۱۹۵/۱	۲۶۱/۲
هیستیدین	۲۸/۸	۲۶/۷	۲۳/۵	۲۲/۵
ایزولوسین	۳۵/۷	۴۴/۵	۴۳/۲	۳۶/۵
لوسین	۵۹/۵	۷۲	۸۲/۸	۹۸/۲
لیزین	۵۴/۲	۵۷/۸	۳۶/۲	۳۷/۲
متیونین	۲۱/۸	۱۰/۶	۲۳/۵	۱۹/۲
فنیل آلانین	۴۲	۴۹/۲	۵۳/۵	۵۶/۱
سرین	۴۰/۲	۵۰	۵۲/۶	۴۲/۲
ترئونین	۲۹/۸	۳۸/۶	۳۵/۸	۳۴
تریپتوفان	۱۱/۸	۱۲/۲	۱۱/۵	۱۶/۶
تروزین	۱۸/۹	۳۶/۲	۳۳/۴	۲۸/۷
والین	۴۲/۱	۴۷/۶	۶۱/۱	۴۹
آلانین	۴۱/۶	۴۲/۲	۵۸	۳۹

مقدار ترکیبات اسیدهای آمینه‌های ضروری جو، ذرت و گندم مورد نیاز پیشنهاد شده از طرف FAO/WHO (منبع: کوزیول، ۱۹۹۳)

نیاز پیشنهاد شده از طرف FAO/WHO			گندم دروم	سویا خام	جو پوستگیری شده	دانه‌ی کینوا	آمینواسیدها
بزرگسالان	۱۰-۱۲ ساله	۲-۵ ساله	میلی گرم در گرم پروتئین				
۱۶	۱۹	۱۹	۲۳/۵	۲۷/۶	۲۲/۵	۲۸/۸	هیستیدین
۱۳	۲۸	۲۸	۳۸/۹	۴۴/۵	۳۶/۵	۳۵/۷	ایزولوسین
۱۹	۴۴	۶۶	۶۸/۱	۷۲	۹۸/۲	۵۹/۵	لوسین
۱۶	۴۴	۵۸	۲۲/۱	۵۷/۸	۳۷/۲	۵۴/۲	لیزین
۱۷	۲۲	۲۵	۲۲/۷	۲۸/۹	۴۱/۳	۳۶/۲	متیونین و سیستئین
۱۹	۲۲	۶۳	۸۵/۹	۸۴/۸	۸۴/۷	۶۰/۹	فنیل آلانین و تیروزین
۹	۲۸	۳۴	۲۶/۷	۳۸/۶	۳۴	۲۹/۸	تروئونین
۵	۹	۱۱	۱۲/۸	۱۲	۱۶/۶	۱۱/۴	تریپتوفان
۱۳	۲۵	۳۵	۴۱/۶	۵۷/۱	۴۹	۴۲/۱	والین

ترکیب کربوهیدرات دانه‌ی کینوا، برنج و جو (براساس ماده خشک) (منبع: آبوگوج، ۲۰۰۸)

جو	برنج	کینوا	
۷۷/۷	۷۹/۲	۷۳/۶ - ۷۴	کربوهیدرات با اختلاف
-	-	۵۲/۲ - ۶۹/۲	نشاسته
۱۵/۶	۲/۸	۷ - ۹/۷	کل فیبر غذایی
-	-	۶/۸ - ۸/۴	فیبر نامحلول
-	-	۱/۳ - ۶/۱	فیبر محلول
۰/۸	-	۲/۹	قند

ترکیب اسیدهای چرب چربی خام روغن کینوا، ذرت و سویا
(منبع: آبوگوچ، ۲۰۰۹)

ذرت ^c	سویا ^b	کینوا ^a	اسیدهای چرب
			اشباع شده
ناچیز	ناچیز	۰/۱-۲/۴	میریستیک (C۱۴:۰)
۱۰/۷	۱۰/۷	۹/۲-۱۱/۱	پالمیتیک (C۱۶:۰)
۲/۸	۳/۶	۰/۶-۱/۱	استئاریک (C۱۸:۰)
			تک غیر اشباعی
-	-	۱	میریستولنیک (C۱۴:۱)
ناچیز	۰/۲	۰/۲-۱/۲	پالمیتوئیک (C۱۶:۱)
۲۶/۱	۲۲	۲۲/۸-۲۹/۵	اولئیک (C۱۸:۱)
			چند غیر اشباعی (PUFA)
۵۷/۷	۵۶	۴۸/۱-۵۲/۳	لینولئیک (n - ۶) C۱۸:۲
۲/۲	۷	۴/۶-۸	لینولنیک (n - ۳) C۱۸:۳

ویتامین‌های آرد کینوا، جودوسر و جو (میلی گرم در ۱۰۰ گرم)
(منبع: USDA، ۲۰۰۵)

جو معمولی	جو دوسر	آرد کینوا	ویتامین
۰/۱۹۱	۰/۳۶۷	۰/۲۹-۰/۳۶	تیامین
۰/۱۱۴	۰/۱۳۹	۰/۳۰-۰/۳۲	ریبوفلاوین
۴/۶۰۴	۰/۹۶۱	۱/۲۴-۱/۵۲	نیاسین
۰/۲۶۰	۰/۱۱۹	۰/۴۸۷	ویتامین B۶
۰/۰۲۳	۰/۰۵۶	۰/۱۸۴	فولات کل

در بخش صنایع غذایی

خواص عملگرا کینوا (منبع: آبوگوج ، ۲۰۰۹)

<ul style="list-style-type: none"> - انحلال پذیری - توانایی نگهداری آب - توانایی نگهداری روغن 	<ul style="list-style-type: none"> - امولسیون کننده - توانایی تولید کف - توانایی تولید ژل 	آرد
<ul style="list-style-type: none"> - انحلال پذیری - توانایی نگهداری آب - توانایی جذب آب 	<ul style="list-style-type: none"> - امولسیون کننده - توانایی تولید کف 	کنسانتره پروتئین و پروتئین ایزوله شده (جداشده)
<ul style="list-style-type: none"> - قدرت جذب آب - انحلال پذیری - ویسکوز کننده (قوام دهنده) 	<ul style="list-style-type: none"> - پایدار کننده انجماد- ذوب - توانایی اتصال آب - ویسکومتر برابرند 	نشاسته

منبع: کتاب کینوا، تولید و فرآوری