

السكريات الأحادية الأكثر شيوعا هي هيكتوز: الجلوكوز والفركتوز والغالكتوز. الجلوكوز هو الألدوهكتوز المعروف باسم سكر العنب. وهو أهم سكر في جسمنا موجود في الدم أو مخزن في الأنسجة. الفركتوز هو كيتوهكتوز يعرف باسم الفاكهة