



**QURITILGAN MEVALARNING EKSPORT SALOHIYATI
VA SOG'LIQ UCHUN FOYDASI**

*Termiz Davlat muhandislik va
agrotexnologiyalar universitet
O'rmonchilik va aholi yashash joylarini
ko'kalamzorlashtirish yo'nalishi 3- bosqich
talabalari **Shaydullayeva Sabrina Baxodir qizi***

shaydullayevasabrina57@gmail.com

Fayzullayev Utkir Aminqulovich

*O'rmonchilik, dorivor o'simliklar va manzarali bog'dorchilik kafedrası
assistenti.*

Fayzullayevotkir07@gmail.com

Annotatsiya: *Quritilgan mevalar qadimdan insonlar hayotida muhim o'rin tutib kelmoqda. Hozirgi kunda ular nafaqat oziq-ovqat sifatida iste'mol qilinadi, balki eksport salohiyati yuqori bo'lgan mahsulotlar sirasiga ham kiradi. Dunyo bozorida quritilgan mevalarga doimiy talab mavjud bo'lib, ayniqsa AQSh, Yevropa mamlakatlari, Rossiya, Xitoy va Turkiyada katta miqdorda import qilinadi. O'zbekistonning iqlim sharoitlari va boy agrolesurslari tufayli uzum, o'rik, anjir, olxo'ri, olma kabi mevalarni quritib, sifatli mahsulotlar tayyorlash imkoniyati mavjud. Jumladan, o'zbek kishmishi dunyo bozorida yuqori sifatli mahsulot sifatida qadrlanadi. Quritilgan mevalarning eksporti mamlakatimiz iqtisodiyoti uchun muhim ahamiyatga ega bo'lib, ular orqali barqaror valyuta tushumi ta'minlanadi. Shu bilan birga, yangi mevalarga nisbatan quritilgan mevalar uzoq muddat saqlanishi, tashishga qulayligi va qo'shimcha qiymatining yuqoriligi bilan ajralib turadi. Tabiiy usullarda yetishtirish va qadimiy tajribalarning mavjudligi, quritilgan mevalarini xalqaro bozorda raqobatbardosh qiladi. Quritilgan mevalar sog'liq uchun foydalari. Ularning tarkibida kaliy, magniy, temir, kaltsiy, fosfor kabi muhim minerallar va A, B, C, E, K vitaminlar mavjud. Ular energiya manbai*



hisoblanib, tez quvvat beradi, sportchilar va jismoniy faoliyat bilan shug'ullanuvchi insonlar uchun ayniqsa foydalidir.

Аннотация: Сухофрукты издавна играют важную роль в жизни человека. Сегодня они потребляются не только как продукт питания, но и как продукт с высоким экспортным потенциалом. На мировом рынке существует постоянный спрос на сухофрукты, которые импортируются в больших объемах, в частности, в такие страны, как США, Европа, Россия, Китай и Турция. Благодаря климату Узбекистана и богатым сельскохозяйственным ресурсам, здесь можно производить высококачественную продукцию, высушивая такие фрукты, как виноград, абрикосы, инжир, сливы и яблоки. В частности, узбекский изюм ценится на мировом рынке как высококачественный продукт. Экспорт сухофруктов обеспечивает стабильные валютные поступления и имеет большое значение для экономики нашей страны. Кроме того, сухофрукты отличаются длительным сроком хранения, удобством транспортировки и высокой добавленной стоимостью по сравнению со свежими фруктами. Естественные методы выращивания и многовековой опыт делают узбекские сухофрукты конкурентоспособными на международном рынке. Польза сухофруктов для здоровья также не имеет себе равных. Они содержат важные минералы, такие как калий, магний, железо, кальций, фосфор, а также витамины А, В, С, Е и К. Они являются источником энергии, обеспечивая быстрый прилив сил и особенно полезны для спортсменов и людей, занимающихся физической активностью.

Annotatsiya: Dried fruits have long played an important role in human life. Today, they are consumed not only as food products, but also as products with high export potential. There is a constant demand for dried fruits in the world market, especially in countries such as the USA, Europe, Russia, China, Turkey, which are imported in large quantities. Due to the climate and rich agricultural resources of Uzbekistan, it is possible to obtain high-quality products from dried fruits, vineyards, apricots, figs, plums, apples. In particular, Uzbek raisins are valued as a



high-quality product in the world market. Export of dried fruits is of crucial importance for our economy, providing stable foreign exchange earnings. Dried fruits are also distinguished by a long shelf life, easy transportation, and high additional stability compared to fresh fruits. Natural cultivation methods and ancient experience make Uzbek dried fruits competitive in the international market. The health benefits of dried fruits are also unparalleled. It contains essential minerals such as potassium, magnesium, iron, calcium, phosphorus, as well as vitamins A, B, C, E and K. It is a rich source of energy, providing a quick burst of energy and is especially beneficial for athletes and people involved in physical activity.

KALIT SO'ZI: *Quritilgan, eksport, meva, quriqmeva, oziq-ovqat, salomatlik, o'zbek kismishi, tabiiy, tarkibi, iqtisodiy.*

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: *Сушеные, экспорт, фрукты, сухофрукты, продукты питания, здоровье, узбекский кисмиш, натуральный, состав, экономический.*

KEYWORDS: *Dried, export, fruit, dried fruit, food, health, Uzbek kismishi, natural, composition, economic.*

KIRISH: Jahon miqyosida oziq-ovqat xavfsizligi va sog'lom turmush tarzi masalalari dolzarblashib borayotgan bir paytda, qishloq xo'jaligi mahsulotlarining eksport salohiyati ham kundan-kunga oshib bormoqda. Ayniqsa, meva-sabzavotchilik mahsulotlari, jumladan quritilgan mevalar dunyo bozorida alohida o'rin tutadi. Quritilgan mevalar qadimdan inson hayotida muhim oziq-ovqat manbai bo'lib kelgan, bugungi kunda ularning iqtisodiy ahamiyati katta, global savdo tizimining barqaror segmentiga aylangan deb hisoblasak bo'ladi. Ularning uzoq muddat saqlanishi, tashishga qulayligi, foydali moddalarini saqlab qolishi va yuqori qo'shimcha qiymatga ega bo'lishi quritilgan mevalarni xalqaro bozorda raqobatbardosh mahsulot sifatida ko'rsatmoqda.

Quritilgan mevalarning eksport salohiyati, avvalo, ularni yetishtirish imkoniyatlari keng bo'lgan davlatlarda yuqori bo'ladi. O'zbekiston ham bu borada alohida o'rin egallaydi. Respublikamiz hududida uzum, o'rik, olxo'ri, olma, nok,



anjir kabi mevalarning turlari keng tarqalgan bo'lib, ularning ko'pchiligini xalqimiz oldigi davirlardan biyon tabiiy quritish orqali mevalarni saqlab kelganlar. Bugungi kunda esa bu mahsulotlar xalqaro bozorlarning muhim eksport maxsulotlariga aylangan.

Qurilgan mevalar eksportining o'sishida global iste'mol tendensiyalarining ham o'ziga xos o'rnini bor. So'nggi yillarda rivojlangan mamlakatlarning sog'lom ovqatlanishga bo'lgan ehtiyoji kuchayib bormoqda. Xususan, Yevropa Ittifoqi davlatlari, AQSh, Kanada, Yaponiya va Janubiy Koreya kabi mamlakatlarda tabiiy va organik mahsulotlarga talab ancha ortgan. Qurilgan mevalar esa bu talabni to'liq qondiradi. Chunki ular tabiiy usullarda tayyorlanadi va qo'shimcha kimyoviy moddalar miqdori juda kam yoki umuman bo'lmaydi. Shu sababli xalqaro bozorlar quritilgan mevalarni katta hajmda import qilmoqda.

Eksportida kishmish mayizi alohida o'rin tutadi va dunyo bozorida eng ko'p xarid qilinadigan quritilgan mahsulotlardan biri hisoblanib u asosan Rossiya, Qozog'iston, Xitoy, Turkiya, BAA, Hindiston kabi mamlakatlarga eksport qilinmoqda. Bundan tashqari, quritilgan o'rik, anjir, olxo'ri va olma kabi mahsulotlarni ham chet davlatlarga yetkazib bermoqda. Statistik ma'lumotlarga qaraganimizda bu jarayon yil sayin oshib borishini ko'rishimiz mumkin. Bu jarayon qishloq xo'jaligi ishlab chiqaruvchilari uchun katta iqtisodiy foyda olib kelmoqda.

Masalan, bir kilogramm yangi uzilgan kishmish uzumning bozordagi narxi bilan undan tayyorlangan quritilgan kishmishning eksportdagi narxi o'rtasida katta tafovut mavjud. Shu orqali ishlab chiqaruvchilar ko'proq daromad topadi, davlat esa yuqori valyuta tushumiga ega bo'ladi. Shu sababli Respublikamizda ham so'nggi yillarda quritilgan mevalarni qayta ishlash va eksport qilishga katta e'tibor qaratilmoqda.

Eksport salohiyatining yana bir muhim jihati – bu xalqaro bozorda raqobatbardoshlikni ta'minlashdir. Bugungi globallashuv davrida mahsulotlar nafaqat sifat, balki narx va logistika imkoniyatlari bo'yicha ham raqobatlashadi. Qurilgan mevalar yuqori sifatga ega bo'lishi, xalqaro standartlarga javob berishi va ekologik jihatdan toza bo'lishi talab etiladi. Shu nuqtayi nazardan, O'zbekiston

oldida bir qator vazifalar turibdi: mahsulotlarni sertifikatlash, qadoqlashni zamonaviylashtirish, logistika tizimini yaxshilash va yangi bozorlarni ochish. Bu jarayonlar amalga oshirilganda, mamlakatning quritilgan mevalar eksporti yanada kengayadi.

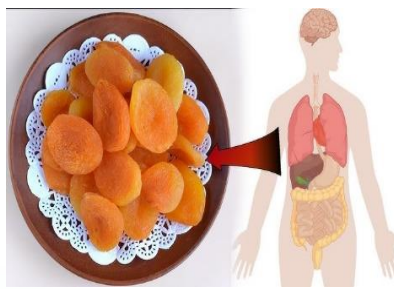


kishmish uzumi mayizi va qayta ishlash korxonasi.

Xalqimiz bir paytlar hovlisida yetishtiriladigan ho‘l mevalarni quritib qishga olib qo‘yardi. Yeganicha yeb, qolganini arzimagan pulga sotardi yoki chorva mollariga berardi. Bugun tomorqa xizmati faoliyati bilan shug‘ullanuvchi korxonalar ish boshlagach, oddiy dehqonlarning ham mehnati qadrlanyapti. Aholi tomorqada yetishtirgan mahsulotlarini shartnoma asosida ularga sotib, bundan yaxshigina foyda ham ko‘ryapti. Ular orqali uzum, o‘rik, olma va boshqa mevalar xorijga sotilyapti. Masalan, Payariq tumanidagi “Chelak tomorqa xizmati” mas’uliyati cheklangan jamiyati bugungi kunda 10 turdagi ho‘l mevalarni quritib, qadoqlab, 10 ga yaqin xorijiy davlatlarga eksport qilyapti. Bir paytlar bir necha o‘n kishi bajargan ishni bugungi kunda birgina qurilma amalga oshiryapti. Masalan, mayiz AQSHdan keltirilgan maxsus uskuna yordamida cho‘p va boshqa chiqindilardan tozalanadi, yuviladi va qog‘oz qutilarga salfetkalar qo‘yib joylanadi. Quritilgan mevalar eksportini rivojlantirishda marketing va reklamaning ham ahamiyati katta. Chunki bugungi bozorda nafaqat sifat, balki mahsulotning brendi va imidji ham muhim rol o‘ynaydi. O‘zbekistonning “Made in Uzbekistan”

brendi ostida eksport qilinayotgan mahsulotlari jahon miqyosida tanilgan sari, quritilgan mevalarimizning ham qadri va narxi oshadi. Shu bois, eksport salohiyatini kengaytirish uchun xalqaro ko'rgazmalarda ishtirok etish, savdo hamkorliklarini yo'lga qo'yish, onlayn savdo platformalarida faoliyatni kuchaytirish zarurdir.

Mevalarni quritish jarayonida tarkibidagi suv miqdori kamayadi, ammo vitaminlar, minerallar, tabiiy shakarlar va tolalar konsentratsiyalashadi. Natijada, quritilgan mevalar energiya jihatidan ancha boy bo'lib, ozgina miqdori ham organizmga katta quvvat bag'ishlaydi. Masalan, 100 gramm quritilgan kishmishning kaloriyasi 100 gramm yangi uzilgan uzumniki 3 barobar yuqori bo'ladi. Shu sababli, ular sportchilar, jismoniy mehnat bilan shug'ullanuvchilar yoki tez energiya talab qiladigan odamlar uchun qulay oziq-ovqat sifatida tavsiya etilgan.



Quritilga va qadoqlangan quriqmevalar

Quritilgan mevalar tarkibidagi kaliy yurak mushaklari faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi, qon bosimini me'yorlashtiradi va yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olishda muhim rol o'ynaydi. Magniy asab tizimining faoliyatini yaxshilaydi, stress va charchoqni kamaytiradi. Temir esa gemoglobin ishlab chiqarilishini rag'batlantirib, kamqonlikka qarshi kurashishda samara beradi. Kaltsiy va fosfor suyaklar mustahkamligi, tishlar salomatligi va bolalar rivojlanishi uchun zarurdir. Vitaminlar esa immunitetni mustahkamlash, metabolizmni yaxshilash va organizmning infeksiyalarga qarshi kurashish qobiliyatini oshirishda yordam beradi. Sog'liq uchun yana bir foydali jihati – ular ovqat hazm qilish jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Mevalarni quritish jarayonida tolalar saqlanib qoladi, ular esa ichak faoliyatini yaxshilash, qabziyatning oldini olish va ichak mikroflorasini muvozanatda ushlab turishda muhim rol o'ynaydi. Masalan, quritilgan olxo'ri tarkibida mavjud bo'lgan tabiiy moddalarning yumshatuvchi



ta'siri ichak faoliyatini yaxshilaydi va ovqat hazmini osonlashtiradi. Shu sababli tibbiyotda ich qotishi muammosiga duch kelgan bemorlarga ko'pincha quritilgan olxo'ri tavsiya qilinadi.

Ilmit tadqiqot: Oziq-ovqat xavfsizligi va sog'liqni saqlash nuqtai nazaridan quritilgan o'rikning foydali jihatlari keng o'rganilgan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, muntazam ravishda quritilgan o'rik iste'mol qilish yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olishda samarali hisoblanadi. Uning tarkibidagi kaliy moddasining yuqoriligi qon bosimini me'yorda ushlab turadi, yurak mushaklari faoliyatini yaxshilaydi va qon aylanish tizimida muvozanatni ta'minlaydi. Shu sababdan ham shifokorlar gipertoniya yoki yurak kasalliklariga moyil bemorlarning ratsioniga quritilgan o'rikni kiritishni tavsiya etadilar.

Quritilgan o'rikning yana bir muhim xususiyati – uning tarkibida temir moddasi mavjudligi. Ilmiy manbalarga ko'ra, 100 gramm quritilgan o'rik inson organizmining temirga bo'lgan kunlik ehtiyojining 15 foizini ta'minlaydi. Bu esa kamqonlik (anemiya)ning oldini olishda va davolashda muhim omil hisoblanadi. Ayniqsa, bolalar, homilador ayollar va qariyalarning ovqatlanishida quritilgan o'rikning ahamiyati juda katta. Shu sababli dunyoning ko'plab mamlakatlarida quritilgan o'rik tabiiy bioqo'shimcha sifatida e'tirof etilmoqda.

Xulosa: Xulosa qilib aytganda, quritilgan mevalar oziq-ovqat sanoatining muhim bo'g'ini bo'lib, ularning foydasi ikki asosiy yo'nalishda namoyon bo'ladi: iqtisodiy va sog'liqni saqlashda. Birinchidan, quritilgan mevalar eksport salohiyati yuqori bo'lgan mahsulotlar qatoriga kiradi. Ularni xalqaro bozorda sotish mamlakat uchun valyuta tushumini oshiradi, qishloq xo'jaligi mahsulotlarining qo'shimcha qiymatini ko'paytiradi va mahalliy ishlab chiqaruvchilar uchun yangi imkoniyatlar yaratadi. Ikkinchidan, ularning sog'liq uchun foydasi ilmiy jihatdan isbotlangan. Masalan, quritilgan o'rik tarkibida mavjud bo'lgan kaliy yurak faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi, beta-karotin ko'rishni yaxshilaydi, temir moddasi esa kamqonlikning oldini olishda katta rol o'ynaydi. Shuningdek, ular organizmni tabiiy vitamin va minerallar bilan boyitadi, hazm jarayonini yengillashtiradi va immunitetni mustahkamlaydi. Demak, quritilgan mevalarni nafaqat kundalik ovqatlanishda,



balki xalqaro savdoda ham keng qo'llash dolzarb masala hisoblanadi. Ularning foydasini keng targ'ib etish, eksportni rivojlantirish va sog'lom turmush tarzida ulardan samarali foydalanish kelajakda iqtisodiy barqarorlik va jamiyat salomatligiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasi Davlat statistika qo'mitasi. "Qishloq xo'jaligi va oziq-ovqat mahsulotlari ishlab chiqarish statistik to'plami". – Toshkent, 2024.
2. Karimov A., Abdurahmonova D. "Oziq-ovqat xavfsizligi va qishloq xo'jaligi mahsulotlarini qayta ishlash". – Toshkent: Universitet nashriyoti, 2022.
3. FAO (Food and Agriculture Organization). "Dried fruits and their role in international trade". – Rome, 2021.
4. Rasulov O. "Meva-sabzavotchilik va ularni qayta ishlash texnologiyasi". – Toshkent: Mehnat, 2019.
5. O'zbekiston Respublikasi Investitsiyalar, sanoat va savdo vazirligi. "Eksport salohiyatini rivojlantirish konsepsiyasi". – Toshkent, 2023.
6. Hasanov R. "Sog'lom ovqatlanish asoslari va biokimyo". – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
7. Jalilova M., Qodirova S. "Qishloq xo'jalik mahsulotlarini saqlash va quritish texnologiyasi". – Samarqand: Zarafshon, 2021.
8. O'zbekiston Respublikasi Savdo-sanoat palatasi. "Oziq-ovqat mahsulotlarining jahon bozoridagi raqobatbardoshligi". – Toshkent, 2022.
9. Xudoyberdiyev I. "Sog'liq uchun foydali tabiiy oziq-ovqatlar". – Toshkent: O'qituvchi, 2019.