

# مجموعه سوالات تغذیه

کریم خلاق، سید علیا

فوق لیسانس تربیت بدنی

افسانه دلیریان سرابی

فوق لیسانس تربیت بدنی

ابراهیم محمدی جنیدآباد

فوق لیسانس تربیت بدنی

زهرا محمد زاده فاروجی

فوق لیسانس بیوشیمی

|                     |                                                                                            |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| نوان و نام پدیدآور  | مجموعه سوالات تغذیه / کریم خلایق بیرک علیا... (و دیگران).                                  |
| مشخصات نشر          | گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۳۹۴.                                                              |
| مشخصات ظاهری        | ۱۰۰ص: مصور (رنگی)، جدول (رنگی).                                                            |
| شابک                | ۸۰۰۰ریال: 3-635-600-978                                                                    |
| وضعیت فهرست نویسی   | فیا                                                                                        |
| بادداشت             | کریم خلایق بیرک علیا، افسانه دلیریان سرابی، ابراهیم محمدی جنید آباد، زهرا محمدزاده فاروجی. |
| موضوع               | تغذیه — آزمون ها و تمرین ها                                                                |
| شناسه افزوده        | خلایق، کریم، ۱۳۵۴ -                                                                        |
| رده بندی کتبی       | ۱۳۹۴ ر/۳۸۷۸۴                                                                               |
| رده بندی دیو        | ۶۱۳/۱۶                                                                                     |
| شماره کتابشناسی ملی | ۴۱۷۱۸۵                                                                                     |

### مجموعه سوالات تغذیه

تالیف: کریم خلایق - افسانه دلیریان سرابی

ابراهیم محمدی جنید آباد - زهرا محمدزاده فاروجی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۴

مشخصات ظاهری: ۱۰۰ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰

شماره شابک: 3-635-600-978

چاپ و نشر: نوروزی ۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۸۰۰۰ تومان



نشانی: گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، بازار رضا (ع). ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸  
 دورنگار: ۰۱۷-۳۲۲۲۰۰۴۷ آدرس الکترونیکی: Entesharate.noruzi@gmail  
 سایت انتشارات: www.Entesharate-noruzi.com

- فصل اول: تاریخچه ..... ۱
- فصل دوم: کربوهیدراتها ..... ۵
- فصل سوم: پروتئین ها ..... ۱۵
- فصل چهارم: چربی ها ..... ۲۳
- فصل پنجم: ویتامین ها ..... ۲۹
- فصل ششم: آب و مواد معدنی ..... ۴۹
- فصل هفتم: گروه های غذایی ..... ۶۹
- فصل هشتم: تنظیم رژیم های غذایی ..... ۷۵
- فصل نهم: تعادل انرژی و برنامه غذایی ..... ۷۹
- فصل دهم: اعتدال در تعادل انرژی ..... ۸۳
- فصل یازدهم: تغذیه دوران های مختلف زندگی ..... ۸۷
- فصل دوازدهم: بهداشت مواد غذایی ..... ۹۳