

"بسم الله الرحمن الرحيم"

نگاهی تازه به مباحث تغذیه ای در قرآن، احادیث و روایات

نویسنده: گرده‌آوری:

لیلا روشی

دکتر غلامرضا مسگری

دکتر رضا غیاث‌نوا

انتشارات حروفچین

سرشناسه	درویشی، لیلا، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پدیدآور	نگاهی تازه به مباحث تغذیه‌ای در قرآن، احادیث و روایات/ تالیف و گردآوری لیلا درویشی، غلامرضا عسگری، رضا غیاثوند
مشخصات نشر	اصفهان: حروفچین، ۱۳۹۲
مشخصات ظاهری	۷۵ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۳۹۳۸-۷-۹
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
موضوع	تغذیه — جنبه‌های مذهبی — اسلام
موضوع	تغذیه — جنبه‌های قرآنی
موضوع	تغذیه — احادیث
موضوع	سلامتی — جنبه‌های مذهبی — اسلام
شناسه افزوده	ری، غلامرضا، ۱۳۴۸ -
شناسه افزوده	غیاثوند، رضا، ۱۳۵۳ -
رده بندی کنگره	BP۲۵۲/۸ ۹۲
رده بندی دیویی	۲۹۱
شماره کتابشناسی ملی	۱۳۴

نگاهی تازه به مباحث تغذیه‌ای در قرآن، احادیث و روایات

تالیف و گردآوری: لیلا درویشی، غلامرضا عسگری، رضا غیاثوند

ناشر: حروفچین

صفحه آرایي: نفیسه زنجانی زاده

طرح جلد: بهاره تقی پور

چاپ اول: ۱۳۹۲

تیراژ: ۵۰۰ جلد

چاپ: پیشگام

قطع: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۹۳۸-۷-۹

((حق چاپ محفوظ است))

اصفهان: خیابان هشت بهشت، خیابان ملک شمالی

تلفن: ۰۳۱۳۳۳۳۳۳۳

http://www.harfchayn.com

فهرست فصل اول

خوردن	۵
ضرورت دقت همه جانبه در تغذیه و انتخاب آگاهانه غذا	۵
اجتناب از غذاهای پلید، آلوده و تحریم شده	۱۱
بهره گیری از غذاهای پاکیزه، سازگار و حلال و پرهیز از غذاهای حرام (مشروبات الکلی و گوشت خوک)	۱۱
رعایت اعتدال و میانه روی در تغذیه و پرهیز از افراط و تفریط	۱۲
لزوم تم جدی و مسئولانه به تغذیه کودکان به ویژه در ۲ سال اول زندگی	۱۳
اطمینان از امانت غذایی و فریدگان به غذای کافی	۱۴
گروه های هرم غذایی	۱۴
دو وعده غذا خوردن	۱۵
سبزیجات	۱۵
میوه ها	۱۵
آشامیدن (آب)	۲۶
شیر	۳۶
موضوع روزه گرفتن	۳۹