

خواص میوه‌جات و سبزیجات

رویا سماواتی



برگا

انتشارات برگا
چاپ اول - ۱۳۹۰

سماتانی. رویا. ۱۳۵۰ -	سرشناسه
خواص میوه‌جات و سبزیجات/ رویا سمارانی.	عنوان و نام پدیدآور
تهران: برگز ۱۳۹۰.	مختصات نشر
۴۸ ص.	مختصات ظاهری
فیفا	وضعیت فهرست نویسی
میره‌ها -- مصارف درمانی	موضوع
سبزی‌ها -- مصارف درمانی	موضوع
گیاه‌درمانی	موضوع
۹۱۳۹۰ع/۸۶/۲۲۷RM	رده بندی کنگره
۶۱۵/۳۲۱	رده بندی دیویی
۹۶۲۵۲۰۱	شماره کتابشناسی ملی



انتشارات برگ

چاپ اول: ۱۳۹۰

☐ خواص میوه‌جات و سبزیجات

☐ رویا سمارانی

☐ چاپ اول: ۱۳۹۰

☐ چاپ و صحافی: دهکده

☐ قطع و تعداد صفحات: ۴۸ صفحه رالی

☐ شمارگان: ۱۱۰۰ نسخه

☐ بها: ۵۰۰۰ تومان

☐ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۵۱-۱۳-۵

☐ مرکز پخش: تهران، ضلع شمال‌غربی پل سیدخندان، خیابان پیشداد، کوچه‌ی سناری، شمارهی ۱۲، طبقه‌ی اول، تلفن: ۲۸۸۳۵۰۵

☐ توجه: به موجب قانون حمایت حقوق مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۲۸(۱۰/۱۱) و همچنین قانون ترجمه و تکثیر کتاب و نشریات و آثار صوتی مصوب ۱۳۵۰ کلیه‌ی حقوق این اثر به هر نحو برای ناشر برگز محفوظ می‌باشد. هر کس تمام یا قسمتی از این کتاب را بدون اجازه، نشر یا پخش یا عرضه کند، مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

فهرست

۵	سیر
۷	کنجد
۹	جعفری
۱۱	ریحان
۱۲	جو
۱۳	سیاهدانه
۱۵	تره
۱۷	اسفناج
۱۹	نعناع
۲۱	گل ختمی

۲۲	 مغز تخم کدو
۲۳	 انار
۲۵	 انگور
۲۷	 به
۲۸	 پرتغال
۳۰	 خربزه
۳۲	 خرما
۳۴	 سیب
۳۶	 گلابی
۳۸	 نارنج
۴۰	 هویج
۴۲	 انجیر
۴۴	 کشمش
۴۶	 ریواس
۴۸	 عنب