???? ?????? ? ????? ??? ??? ?? ????? ???? ???? ??????(??)

طرح امام رضا (ع)
پیام بهداشت و سلامت
۱
در این شماره می خوانید :
هرم مواد غذایی
نقش آنتی اکسیدان ها در سلامت
عوارض چاقی و اضافه وزن
فواید و مضرات ظروف پخت و پز
جدول تعادل وزن
شماره اول
اردیبهشت ماه ۱۳۹٤
معاونت بهداشت و درمان سپاه حضرت ولیعصر (عج)
هرکس در خوردن به کم بسنده کند ، سلامتش بیشتر و اندیشه اش به سامان می رسد . امام علی (ع)
۳ هرم غذایی - پنج گروه اصلی مواد غذایی
۵ آنتی اکسیدان ها و سلامتی - عوارض چاقی و اضافه وزن
۷ فواید و مضرات ظروف پخت و پز

???? ?????? ? ????? ??? ??? ?? ????? ???? ???? ??????(??) ?? ????? 1200 ??? ????? ????? 8

???? ????: ???? ???? ???? ????
????:
???? ????:

???? ???? ???? ??????:

?????:

?? ???? ?????? ??? ????? ?????

printart????? ?????:

??????? ??

??? ????? ???? ??????? ????.