



1-4-613-1

1-4-613-1

دكتور على محمود عويضة

الموسوعة الغذائية



الناشر
عالم الكتب
٣٨ عبد الخالق شروت - القاهرة

موضوعات الموسوعة

صفحة	صفحة
الفصل الخامس : نموذج لوجبات الطفل من عمره	٣ مقدمة
٥ سنوات إلى ١٠ سنوات ... ١١٢	٥ تمهيد
الفصل السادس : جدول يبين نسب الطول والوزن	الكتاب الأول
والعمر للصبيان والبنات من يوم	الجزء الأول
الولادة حتى سن ١٥ سنة ... ١١٣	٨ الباب الأول : ١ - وظائف الأغذية ؛ ٢ - تقسيم
الفصل السابع : أوزان الأعضاء المختلفة للرضع	٨ المواد الغذائية
والأطفال ... ١١٤	٩ الباب الثاني : أغذية الطاقة والحرارة
الفصل الثامن : المقررات اليومية للأطفال في	٩ الفصل الأول : الكربوهيدرات
مراحل العمر المختلفة إلى فترة	١٤ الفصل الثاني : المواد الدهنية
البلوغ ... ١١٥	١٨ الباب الثالث : أغذية البناء
الجزء الثالث ... ١١٦	١٨ الفصل الأول : البروتينات
الباب السابع : الأمراض الغذائية	الفصل الثاني : العناصر التي يتركب منها جسم
١١٦ الفصل الأول : النحافة	٢٤ الإنسان
١١٦ الفصل الثاني : البدانة	٥٢ الفصل الثالث : الماء
١١٧ الفصل الثالث : مرض السكر	٥٦ الباب الرابع : أغذية الوقاية
١٢٢ الفصل الرابع : مرض النقرس	٥٦ الفصل الأول : الفيتامينات
١٣٧ الباب الثامن : أنواع أغذية المرضى وقوامها	٥٨ الفصل الثاني : الفيتامينات التي تذوب في الماء
١٣٩ الباب التاسع : أمراض الجهاز العصبي	٧٩ الفصل الثالث : الفيتامينات التي تذوب في الدهون
١٤٣ الفصل الأول : أمراض المعدة	٨٩ الجزء الثاني
١٤٣ الفصل الثاني : أمراض الأمعاء	٨٩ الباب الخامس : تغذية الأصحاء
١٥١ الفصل الثالث : أمراض الكبد والحجاري الصفراوية	٨٩ الفصل الأول : أسس التغذية الصحية
١٥٥ الباب العاشر : أمراض الكلى والمسالك البولية	٩٤ الفصل الثاني : الوزن المثالي للرجال
١٥٥ الفصل الأول : التهاب الكلى الحاد	٩٥ الفصل الثالث : الوزن المثالي للنساء
١٥٦ الفصل الثاني : التهاب الكلى المزمن	٩٧ الفصل الرابع : التغذية في الشيخوخة
١٥٩ الفصل الثالث : الحصوات البولية	الفصل الخامس : طعام الحامل والقواعد الصحية
١٦٠ الباب الحادي عشر : تغذية مرضى القلب والدورة الدموية	الواجب اتباعها
١٦٠ الفصل الأول : قصور القلب	٩٨ الفصل السادس : الحاجة الغذائية للمرضع
١٦١ الفصل الثاني : ارتفاع ضغط الدم	١٠١ الباب السادس : الطفولة ومراحلها
١٦٢ الفصل الثالث : فقر الدم « الأنيميا »	١٠٢ الفصل الأول : تغذية الرضع
١٦٣ الباب الثاني عشر : الأمراض الناشئة عن البكتيريا المعوية	١٠٢ الفصل الثاني : تغذية الطفل خلال العام الأول
١٦٣ الفصل الأول : مرضى الحمى التيفودية	وإلى اتمام السنتين
١٦٤ الفصل الثاني : مرضى التدرن الرئوي « السل »	١٠٦ الفصل الثالث : الرضاعة الصناعية
	١٠٨ الفصل الرابع : نموذج لوجبات الطفل من عمر
	سنتين إلى ٥ سنوات ... ١١١

صفحة	الكتاب الثاني	صفحة
٢٠٦ كشك المايط	١٦٩ مقدمة	
٢٠٦ الفلفل الأخضر	١٧١ الجزء الأول : الفاكهة	
٢٠٧ البطاطم	١٧١ الموز	
٢٠٨ الجزر	١٧٢ البرتقال	
٢١٠ القرع	١٧٥ الجوافة	
٢١٠ البطاطس	١٧٥ الليمون	
٢١٢ الخبيزة	١٧٧ العنب	
٢١٢ الرجلة	١٧٩ الخوخ	
٢١٣ السلق	١٨٠ المشمش	
٢١٣ القلقاس	١٨١ التفاح	
٢١٤ الفول الأخضر	١٨٣ الرمان	
٢١٥ البطاطا	١٨٤ التوت	
٢١٥ البنجر	١٨٥ الكمثرى	
٢١٦ الجرجير	١٨٦ المانجو	
٢١٧ الكرات	١٨٧ قصب السكر	
٢١٨ الكرفس	١٨٩ البطيخ	
٢١٨ البقدونس	١٩٠ الشام	
٢١٩ الخس	١٩٠ التين	
٢٢٠ الخيار	١٩٢ التين الشوكى	
٢٢١ الفجل	١٩٢ الفراولة	
٢٢١ البصل	١٩٣ السفرجل	
٢٢٣ الثوم	١٩٤ البلح	
٢٢٥ الجزء الثالث : اللحوم والدواجن والأسماك	١٩٥ الجريب فروت	
٢٢٥ المقدمة	١٩٧ الجزء الثاني : الخضروات	
٢٢٦ اللحوم	١٩٧ المقدمة	
٢٣٦ الطيور	١٩٩ السبانخ	
٢٤٢ الأرناب	١٩٩ الكرنب	
٢٤٢ الأسماك	٢٠١ القرنبيط	
٢٤٩ الجزء الرابع : الحبوب والألبان ومنتجاتها	٢٠١ الباذنجان	
٢٥١ القمح	٢٠٢ الماوخية	
٢٥٥ الفريك	٢٠٣ البامية	
٢٥٥ البرغل	٢٠٣ الخرشوف	
٢٥٥ الكشك	٢٠٤ الفاصوليا	
٢٥٦ الذرة	٢٠٥ اللوبيا	
٢٥٦ الشعير	٢٠٥ البازلاء	
٢٥٧ الشوفان		

صفحة	صفحة
٢٧٣ ابن ثدى المرأة	٢٥٨ الأرز
٢٧٦ اللبن الزبادى	٢٦٠ المكرونة
٢٧٨ القشدة	٢٦١ البسكويت
٢٧٩ الجبن	٢٦٢ البقول الجافة
الجزء الخامس : عسل النحل - النقل « المكسرات	٢٦٢ الحمص
والياميش » - المواد الدهنية والزيتون	٢٦٣ الترمس
٢٨٥ النباتية - المشروبات الروحية	٢٦٤ الحلبة
٢٨٥ عسل النحل	٢٦٥ الفول
٢٩٦ النقل والياميش	٢٦٥ فول الصويا
٢٩٧ البندق	٢٦٦ العدس
٢٩٨ الجوز	٢٦٧ البسلة الجافة
٢٩٩ الفستق	٢٦٨ اللوبيا الجافة
٣٠٠ الكستناء (أبوفروة)	٢٦٨ كلمة ختامية عن البقول
٣٠١ المواد الدهنية والزيتون النباتية	٢٦٩ الألبان ومنتجاتها
٣٠٣ الزبدة	٢٧٠ اللبن البقرى
٣٠٤ السمن البلدى والنباتى	٢٧٢ اللبن الجاموسى الكامل
٣٠٤ المشروبات المنبهة	٢٧٢ لبن الماعز
٣٠٥ الشاي	٢٧٢ لبن النعاج
٣٠٦ اللبن	٢٧٣ لبن الناقة