

۸۵۲ ۲۰۱۱

اصول تغذیه و بهداشت مواد غذایی

بالتجدید نظر کلی (اضافات و اصلاحات)

تألیف:

مهندس پرورش حلم سرشت

مهندس اسماعیل دل پیشه

اعضای هیأت علمی دانشگاه پیام نور



- سرشناسه : عنوان و نام پدیدآور
وضعیت ویراست : وضعیت ویراست
مشخصات نشر : تهران : چهر، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری : 344 ص.
شابک : 978-964-409-004-2
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : چاپ اول
موضوع : تغذیه
موضوع : Nutrition
شناسه افزوده : دلپیشه، اسماعیل، ۱۳۲۷ -
رده بندی کنگره : ۱۳۹۷ الف۸۴/ح۸
رده بندی دیویی : ۶۱۲/۳
شماره کتابشناسی ملی : ۵۱۹۲۶۴۲



اصول تغذیه و بهداشت مواد غذایی

تألیف:	مهندس پروش حلم سرشت مهندس اسماعیل دلپیشه
ناشر:	انتشارات چهر
چاپ:	سرمدی
صحافی:	صالحانی
تیراژ:	۱۰۰ نسخه
نوبت چاپ:	چاپ اول (ویرایش سوم)
تعداد صفحات:	صفحه - وزیری
تاریخ انتشار:	۱۳۹۷
بها با جلد شومیز:	۴۵۰۰۰ تومان
شابک:	۹۷۸-۹۶۴-۴۰۹-۰۰۴-۲

• فروشگاه: خیابان انقلاب روبروی درب اصلی دانشگاه تهران، پلاک ۱۲۵۶ تلفن ۶۶۴۶۹۵۵۲ و ۶۶۴۶۹۸۸۹

• دفتر مرکزی و پخش: خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، خیابان ژاندارمری، پلاک ۶۷، واحد ۳، تلفن: ۶۶۴۱۷۱۰۱، فکس ۶۶۴۱۵۸۹۳

پیشگفتار

سیاس بی کران خداوند سبحان را که توفیق چاپ چهارم این مجموعه را به مؤلفین عنایت فرمود. در این چاپ سعی شده است تا در حد توان، با بهره گیری از آخرین اطلاعات علمی در زمینه تغذیه و بهداشت مواد غذایی، تجدیدنظر لازم در محتوای قبلی به عمل آمده و فصل جدیدی تحت عنوان: نقش آداب و سنن در تغذیه، نقش تغذیه در برخی از بیماری‌های شایع، منابع آلودگی مواد غذایی و بررسی شیوع بیماری‌های با منشأ غذایی بر آن افزوده شود.

از صمیم قلب آرزوی تجدیدنظر و تقدیم چاپ جدید و تجدیدنظر شده این کتاب بتواند اطلاعات بیشتری را در اختیار علاقمندان و دانشجویان رشته‌های پزشکی و پیراپزشکی بویژه دانشجویان رشته علوم تغذیه و منابع غذایی قرار داده و موجبات یادگیری گسترده تر در این زمینه را فراهم سازد.

در خاتمه لازم می دانیم ضمن آرزوی رسمیت و مغفرت واسعه برای پایه گذار انتشارات چهر از درگاه ایزدمنان، از فرزند برومند ایشان جناب آقای دکتر رامین فریور دندانپزشک گرانقدر که علیرغم مشغله فراوان، راه آن عزیز از دست رفته را در ادامه خدمات ارزنده فرهنگی و اعتلای دانش جامعه کماکان ادامه می دهند، صمیمانه تشکر و قدردانی نموده و امتنان قلبی خود را ابراز داریم.

مهندس یوشحان حسینی

مهندس اسماعیل دل پیشه

بهار ۱۳۹۷

فهرست

۵	فصل ۱ - کلیات
۲۳	فصل ۲ - هضم و جذب مواد غذایی در بدن
۳۳	فصل ۳ - انرژی و تغذیه
۴۷	فصل ۴ - مواد قندی (کربوهیدرات‌ها)
۵۷	فصل ۵ - مواد چربی (لیپیدها)
۶۹	فصل ۶ - پروتئین‌ها
۷۹	فصل ۷ - مواد معدنی
۱۰۵	فصل ۸ - ویتامین‌ها
۱۳۳	فصل ۹ - آب و الکترولیت‌ها
۱۴۱	فصل ۱۰ - تغذیه گروه‌های آسیب پذیر
۱۵۷	فصل ۱۱ - نقش آب و سایر مواد در تغذیه
۱۶۳	فصل ۱۲ - نقش آمزش بهداشتی در تغذیه
۱۷۱	فصل ۱۳ - نقش تغذیه در رینی بیماری‌های شایع
۱۸۱	فصل ۱۴ - میکروبیولوژی مواد غذایی
۱۹۷	فصل ۱۵ - اثر پارامترهای درونی و برونی غذاها بر روی میکروارگانیسم‌ها
۲۰۵	فصل ۱۶ - منابع آلودگی مواد غذایی
۲۱۱	فصل ۱۷ - بررسی شیوع بیماری‌های با منشأ غذایی
۲۱۷	فصل ۱۸ - فساد مواد غذایی
۲۲۵	فصل ۱۹ - مسمومیت های غذایی
۲۳۵	فصل ۲۰ - کنترل بهداشتی مواد غذایی
۲۵۳	فصل ۲۱ - تقلبات در مواد غذایی و نحوه کنترل غذاهای مشکوک
۲۶۱	فصل ۲۲ - سنجش کیفیت مواد غذایی
۲۶۷	فصل ۲۳ - روش‌های نگهداری مواد غذایی
۲۸۱	فصل ۲۴ - بهداشت مراکز تهیه، نگهداری، توزیع و فروش مواد غذایی
۳۰۱	فصل ۲۵ - بهداشت مواد غذایی در منازل
۳۱۰	خودآزمایی با پاسخ‌های مربوطه
۳۳۰	واژه نامه
۳۳۷	منابع مورد استفاده
۳۳۷	الف - منابع فارسی
۳۴۱	ب- منابع خارجی