

مبانی و مفاهیم تغذیه

جلد اول

تالیف

الی ویتنی Ellie Whitney

شارون ردی رولفس Sharon Rady Rolfes

مترجمین

آزاده دهقانی کری بزرگ

(دانشجوی دکتری تخصصی سیاست‌های غذا و تغذیه)

رعناسادات عابدی

(کارشناسی ارشد علوم تغذیه)

دکتر سپیده سلطانی

(دکتری تخصصی علوم تغذیه)

نسیم کیانی

(کارشناس تغذیه - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی)

سپیده علیجانی

(کارشناس ارشد علوم تغذیه)

ویراستار علمی و مدیریت تدوین

آزاده دهقانی کری بزرگ

(دانشجوی دکتری تخصصی سیاست‌های غذا و تغذیه)

سرشناسه	: ویتنی، الی ویتنی، شارون رادی رولفس، ۱۹۳۸ - م. Whitney, Eleanor Noss
عنوان و نام پدیدآور	: مبانی و مفاهیم تغذیه/تالیف الی ویتنی، شارون رادی رولفس؛ مترجمین آزاده دهقانی کروی بزرگ ... [و دیگران]؛ ویراستار علمی و مدیریت تدوین آزاده دهقانی کروی بزرگ؛
مشخصات نشر	: تهران: نشر حیدری، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	: ۳۴۶ ص: مصور (رنگی)، جدول، نمودار (رنگی)؛ ۲۹×۲۲ س.م.
شابک	: ۹۷۸-600-489-616-0 ج ۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Understanding nutrition, 16th ed, 2022.
یادداشت	: مترجمین آزاده دهقانی کروی بزرگ، رعنا سادات عابدی، سپیده سلطانی، نسیم کیانی، سپیده علیجانی.
یادداشت	: کتابنامه.
عنوان دیگر	: درک تغذیه.
موضوع	: تغذیه Nutrition
شناسه افزوده	: رولفس، شارون رادی Rolfes, Sharon Rady / دهقانی کروی بزرگ، آزاده، ۱۳۶۸ - مترجم
رده بندی کنگره	: QP۱۴۱
رده بندی دیویی	: ۶۱۳/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۸۱۴۰۳۰

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۳۸ است. هرکس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر)، منتشر یا پخش کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

09124220885
www.heydaripub.com



عنوان
مبانی و مفاهیم تغذیه (جلد اول)
مؤلف
الی ویتنی Ellie Whitney - شارون رادی رولفس Sharon Rady Rolfes
مترجمین
آزاده دهقانی کروی بزرگ - رعنا سادات عابدی - دکتر سپیده سلطانی - نسیم کیانی - سپیده علیجانی
ویراستار علمی و مدیریت تدوین
آزاده دهقانی کروی بزرگ
مدیر اجرایی
سپیده مریم حیدری
نوبت و سال چاپ
اول / ۱۴۰۱
شمارگان
۱۰۰ نسخه
چاپ و صحافی
غزال
بهاء
۲۵۰۰۰ تومان
شابک
۹۷۸-۶۰۰-۴۸۹-۶۱۶-۰



ناشر کتب علوم پزشکی

مراکز پخش

نشانی دفتر مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهدای ژاندارمری غربی، روبروی اداره پست، پلاک ۱۲۴، طبقه اول، واحد ۲ تلفن: ۶۶۹۷۶۷۸-۶۶۹۷۶۹۹

فروشگاه ۱: خیابان انقلاب، روبروی دانشگاه، پاساژ فروزنده، طبقه همکف، پلاک ۳۲۳ تلفن: ۶۶۴۷۸۹۴۷-۶۶۴۹۲۷۸۶
فروشگاه ۲: خیابان انقلاب، بین خیابان منیری جاوید و ۱۲ فروردین، پاساژ اندیشه، پلاک ۵۵ تلفن: ۶۶۴۹۹۲۱۴
فروشگاه ۳: اراک، میدان سرداران، جنب بیمارستان ولی عصر مجتمع پارس، فروشگاه کتاب ونوس - تلفن: ۸۶۳-۲۲۴۶۳۰۷
فروشگاه ۴: بجنورد، خیابان ۱۷ شهریور جنوبی، ابتدای خیابان میرزا کوچک خان، فروشگاه نشر حیدری، تلفن: ۵۸-۳۲۲۵۱۸۴۳

کتابفروشی‌های معتبر پزشکی

اهواز: رشد / اردبیل: حکیم / ارومیه: شهرکتاب / اصفهان: کیا - پارسا - مانی / ایلام: رشد / تبریز: شیرنگ - بانک کتاب - بابک
بابل: اندیشه رشت: طاعتی - مژده / ساری: امیرکبیر / سنندج: دانشمند / شیراز: جمالی - مرکز کتاب دانشگاه / کرمان: بانک
کتاب آزادی - صبا کرمانشاه: دانشمند / مشهد: مجد دانش - ملک - جهاد - نمایشگاه علوم پزشکی / همدان: دانشجو / یزد: شهرکتاب

فصل ۱: مروری بر تغذیه	۵
فصل ۲: برنامه‌ریزی یک رژیم غذایی سالم	۳۷
فصل ۳: هضم، جذب و انتقال	۷۳
فصل ۴: کربوهیدرات‌ها: قندها، نشاسته‌ها و فیبرها	۱۰۵
فصل ۵: چربی‌ها: تری‌گلیسیریدها، فسفولیپیدها، و استرول‌ها	۱۳۳
فصل ۶: پروتئین‌ها: اسیدهای آمینه	۱۸۵
فصل ۷: متابولیسم انرژی	۲۱۷
فصل ۸: تعادل انرژی و ترکیب بدن	۲۴۳
فصل ۹: مدیریت وزن: اضافه وزن، چاقی، کم‌وزنی	۲۷۳
فصل ۱۰: ویتامین‌های محلول در آب: ویتامین‌های گروه B و ویتامین C	۳۰۵