

گونده بير ليوان يوغورت يئيين

بیر تغذیه مخصصی دئدی: یوغورت اوشاقلاردا ایسهالین درمانیندا مفید اولماقدان علاوه بؤیوکلرین کلسیوم احتیاجینی تأمین ائلر و بوغارساق سرطانینن قاباغین آلا.

بیر تغذیه مخصصی دئدی: یوغورت اوشاقلاردا ایسهالین درمانیندا مفید اولماقدان علاوه بؤیوکلرین کلسیوم احتیاجینی تأمین ائلر و بوغارساق سرطانینن قاباغین آلا.

سعید حسینی فارسیان دانشیقدا آرتیردی: یوغورت رژیمی پروتئین اوچون یاخجی منبع ساییلیر. هر لیواندا تقریباً 10 تا 14 گیرم پروتئین وار کی اوشاقلارین رشدونه فایدادیر.



او دئدی: یوغورت اوشاقلارین ایسهالینا یاخجی درماندی، یوغورتدا اولان اسید لاکتیک ده غذانین هضمین راحتلادار و غذاا اولان موغدی ترکیبیلرین جذیبینی آسانلادار، مخصوصاً سوءجذب و رشدون آزلیقینا موبتلا اولان اوشاقلاردا چوخ فایدا لیدیر.

بو تغذیه مخصصی آرتیردی: یوغورتدا اولان کلسیوم بؤیوک باغیرساغین پوشیشی سلوللارین حدسیز رشدونون قاباغین آلا و کلسیوم مصرفلری چوخ اولانلاردا بوغارساق سرطانین آز اولار.

حسینی دئدی: یوغورت کلسیومدان دولو بیر منبعدی، 250 میلی لیتر (بیر لیوان) یوغورتدا 450 گیرم کلسیوم اولور. بو میقدار بؤیوک اینسانین 40 درصد کلسیومون یتتیر.

بو تغذیه مخصصی آرتیردی: یوغورتدا کی دیری باکتیریلرین اولماسی، کلسیومون راحت جذب اولماسینا کؤمک ائدر.

تحقیق نیشان وئریب یوغورت قانین کولسترولون آزالدار کی ایمکانی وار دیری باکتیریلرین فعالیتلرینن ائربنده و کولسترولون متابولیسمینن راحتلیقینا گؤره اولار.

لینک مطلب در سایت : <http://torki.tebyan-tabriz.ir/?MID=21&Type=News&id=136>