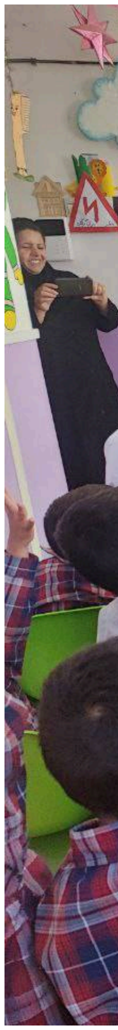

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

معاون بهداشتی شبکه بهداشت و درمان فیروزه گفت: به مناسبت روز جهانی تخم مرغ و هفته جهانی کودک، مسابقه نقاشی و آموزش صبحانه ای سالم به همت کارشناسان بهبود تغذیه این شبکه در مهد کودک های شهرستان فیروزه برگزار شد.

به گزارش روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان فیروزه، دکتر آرزو عشقی بیان کرد: این مسابقه با هدف ایجاد نشاط در بین کودکان، پرورش خلاقیت نوآموزان و آشنایی آنان با ارزش غذایی تخم مرغ ، تغذیه سالم با تخم مرغ و ترویج فرهنگ مصرف تخم‌مرغ برگزار شد.

کارشناس مسئول بهبود تغذیه اظهار کرد: تخم مرغ یکی از معدود غذاهای شناخته شده در طبیعت است که می تواند نیازهای بدن را به طور متعادل تامین نماید. عمده ترین ویژگی تخم مرغ و وجه تمایز آن نسبت به سایر مواد غذایی، ترکیب پروتئینی موجود در آن (سفیده ۶۰ درصد و زرده ۴۰ درصد) و ترکیبات مهم دیگر آن نظیر کولین، لوتئین و گزانتین و تولید بسیار کم انرژی در حدود ۷۶ کیلوکالری است.

سیما اخروی در ادامه افزود: نقاشی با موضوع اهمیت تخم مرغ در تغذیه روزانه در بین دانش آموزان برگزار شد که به برترین نقاشی ها هدایایی اهدا شد.

1 / 1

Phoca PDF