

اثرات مفید نان کامل بر سلامتی

کامل
کامل
کامل



نان
نان
نان

پیشگیری از
چاقی و اضافه وزن

بهبود سلامت
دستگاه گوارش

کاهش
ابتلا به پرفشاری خون

کاهش
چربی خون

کاهش خطر ابتلا به
سرطان

کاهش خطر ابتلا به
بیماری قلبی و عروقی

پیشگیری از دیابت
و تنظیم قند خون

پیشگیری از
کم خونی فقر آهن

واحد بهبود تغذیه

مرکز بهداشت شهرستان نیریز