

مناسب گروه سنی ۱۰ تا ۱۴

آموزش مهارت های زندگی

چاپ اول

هیولای درونی

تصویرگر و نویسنده : سعیده فلاحی

انتشارات پرتغال 



هیولای درون



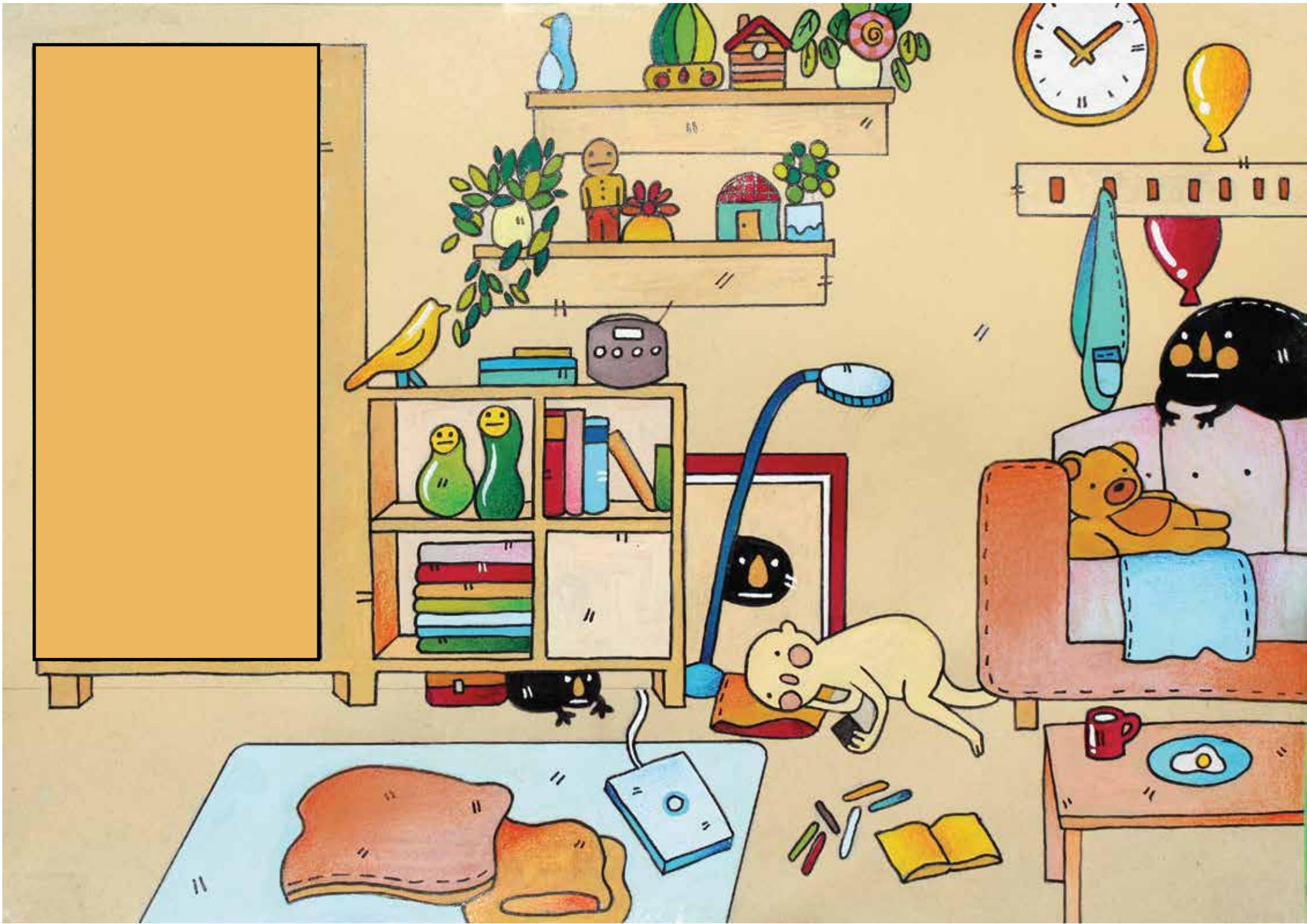
نویسنده : سعیده فلاحی
تصویر گر : سعیده فلاحی
داستانی با محتوای آموزش مهارت های زندگی
مناسب گروه سنی ۱۰ تا ۱۴

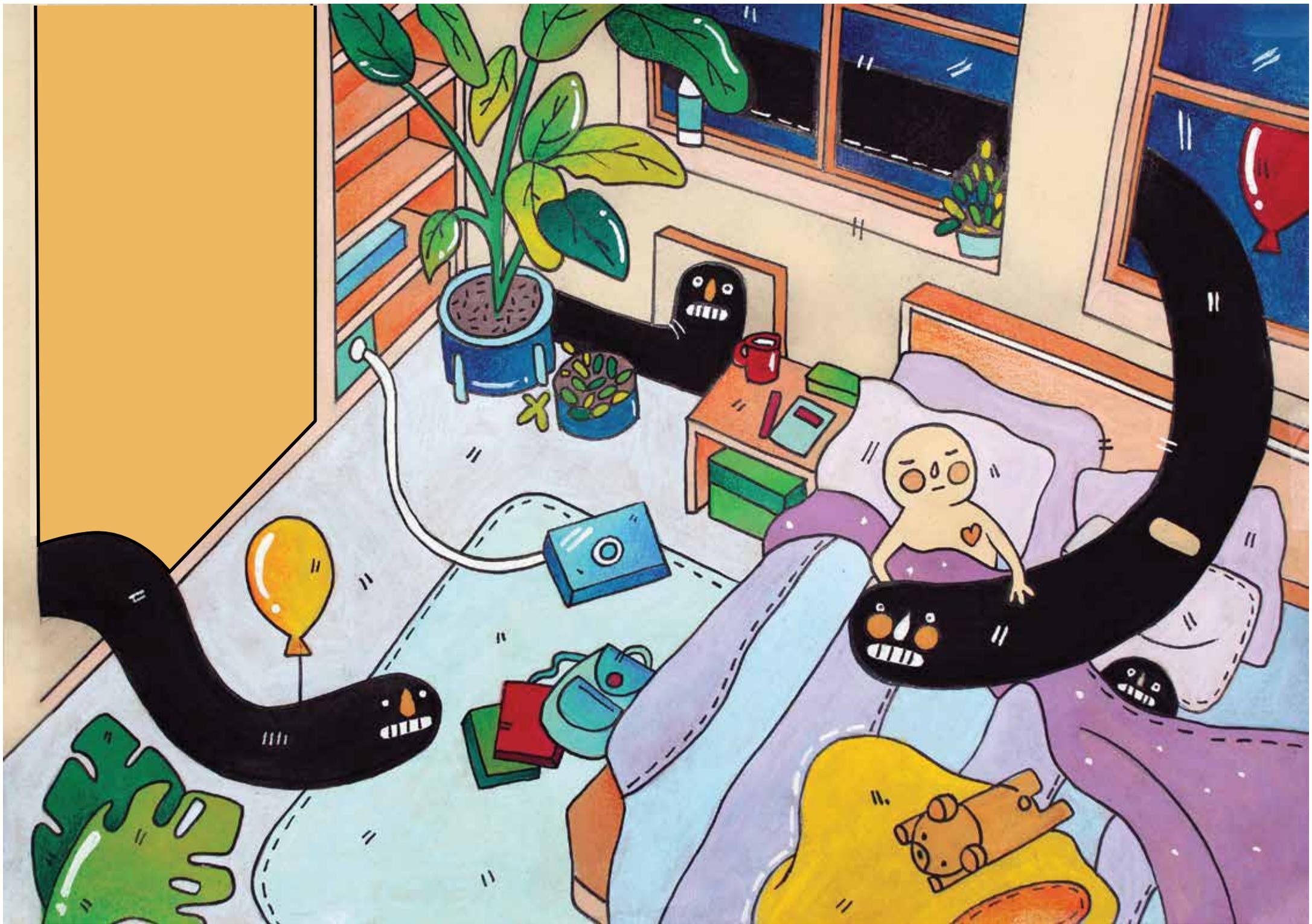
انتشارات پرتغال
اگر دنبال کتاب برای هر گروه سنی و
با هر موضوعی هستید، قطعاً انتشارات
پرتغال کتاب مناسبی برای شما خواهد داشت

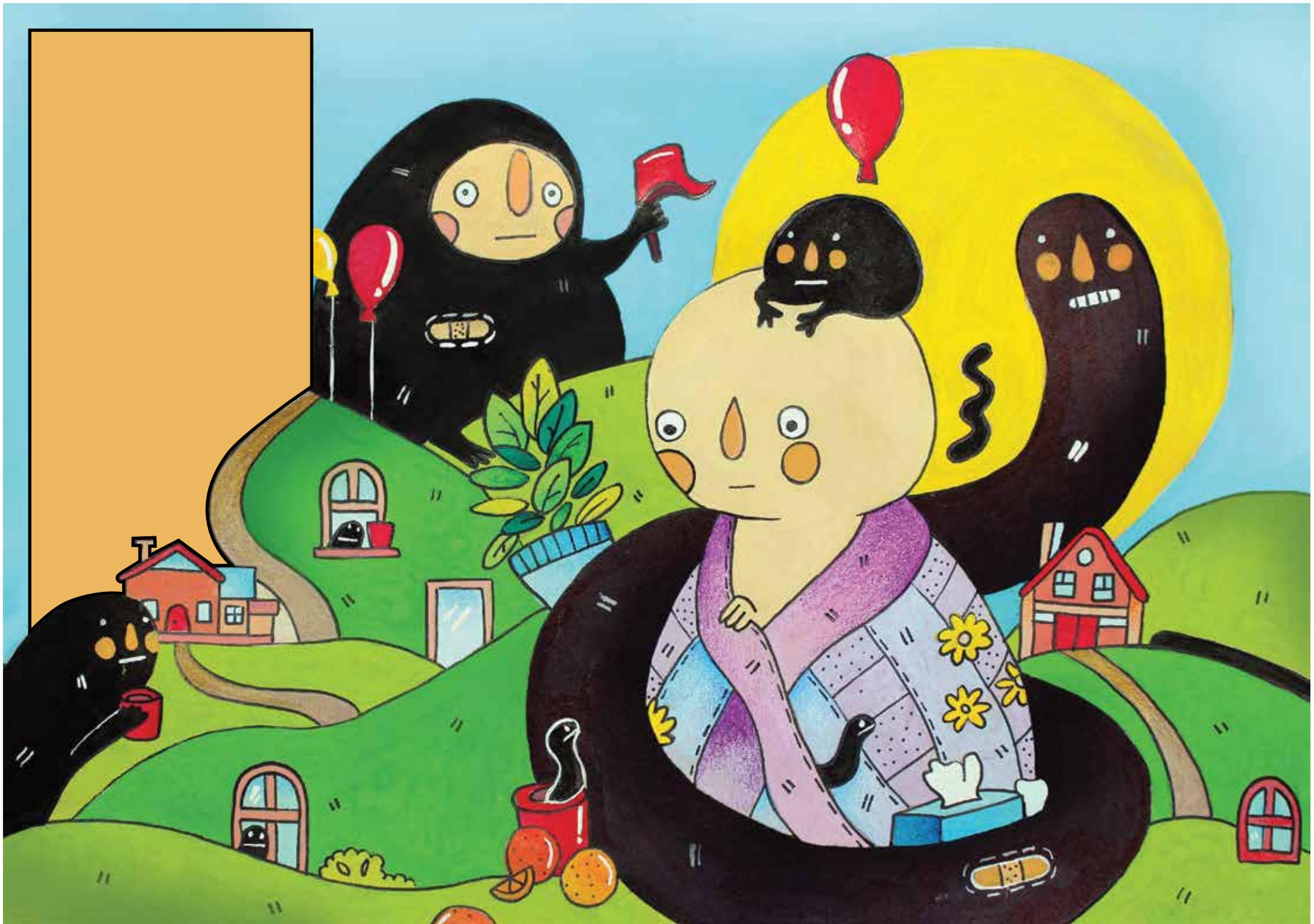


داستان



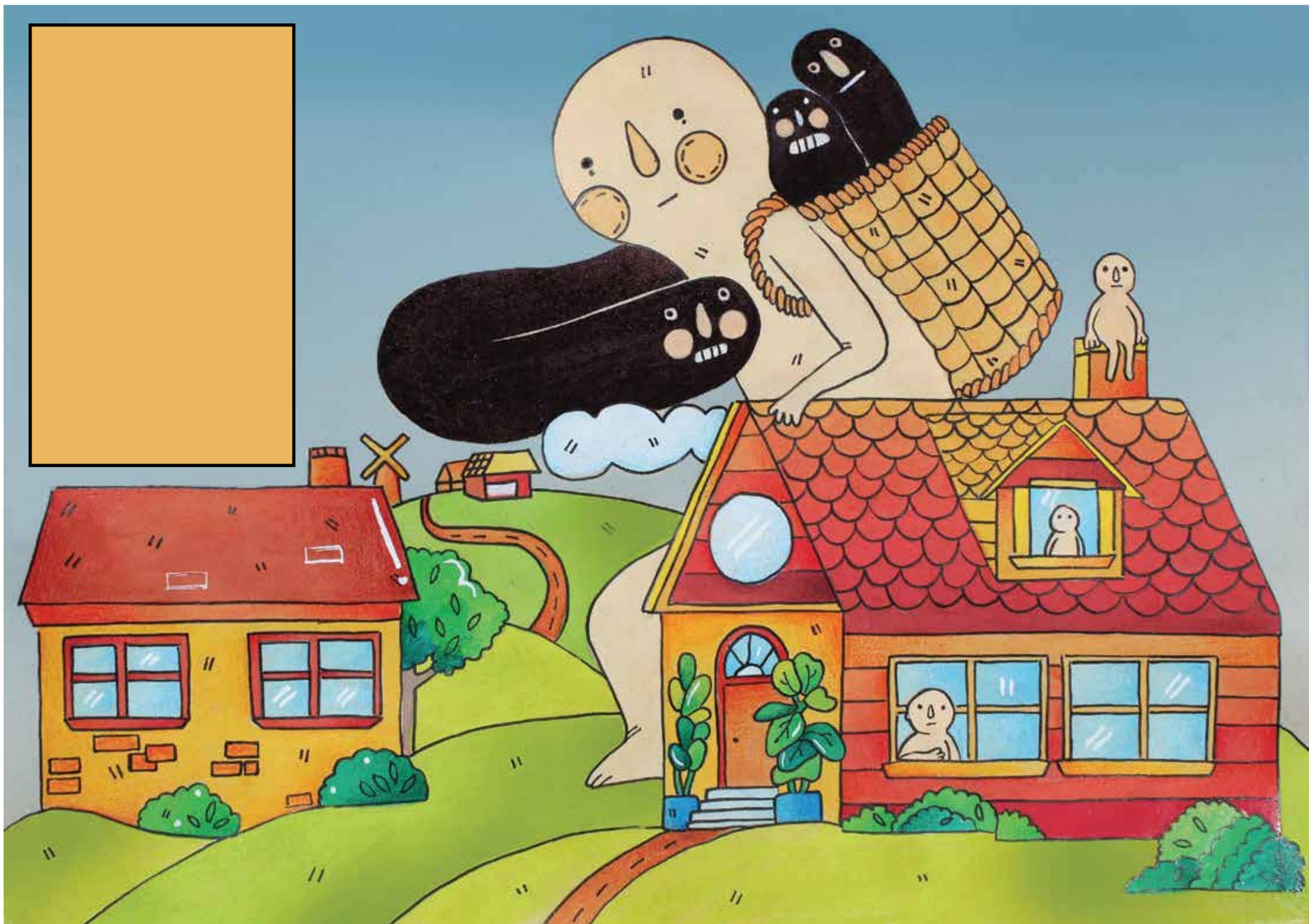


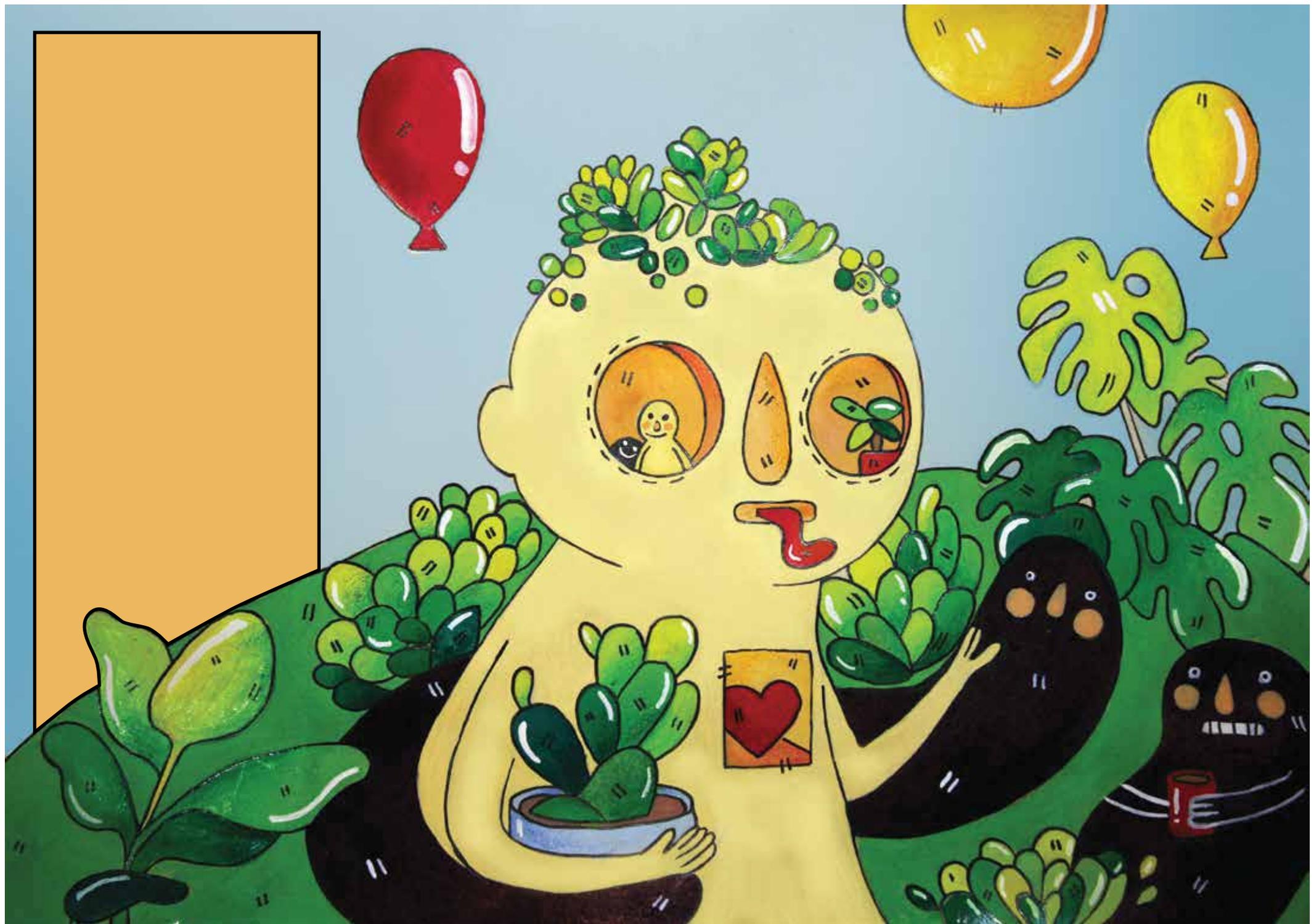


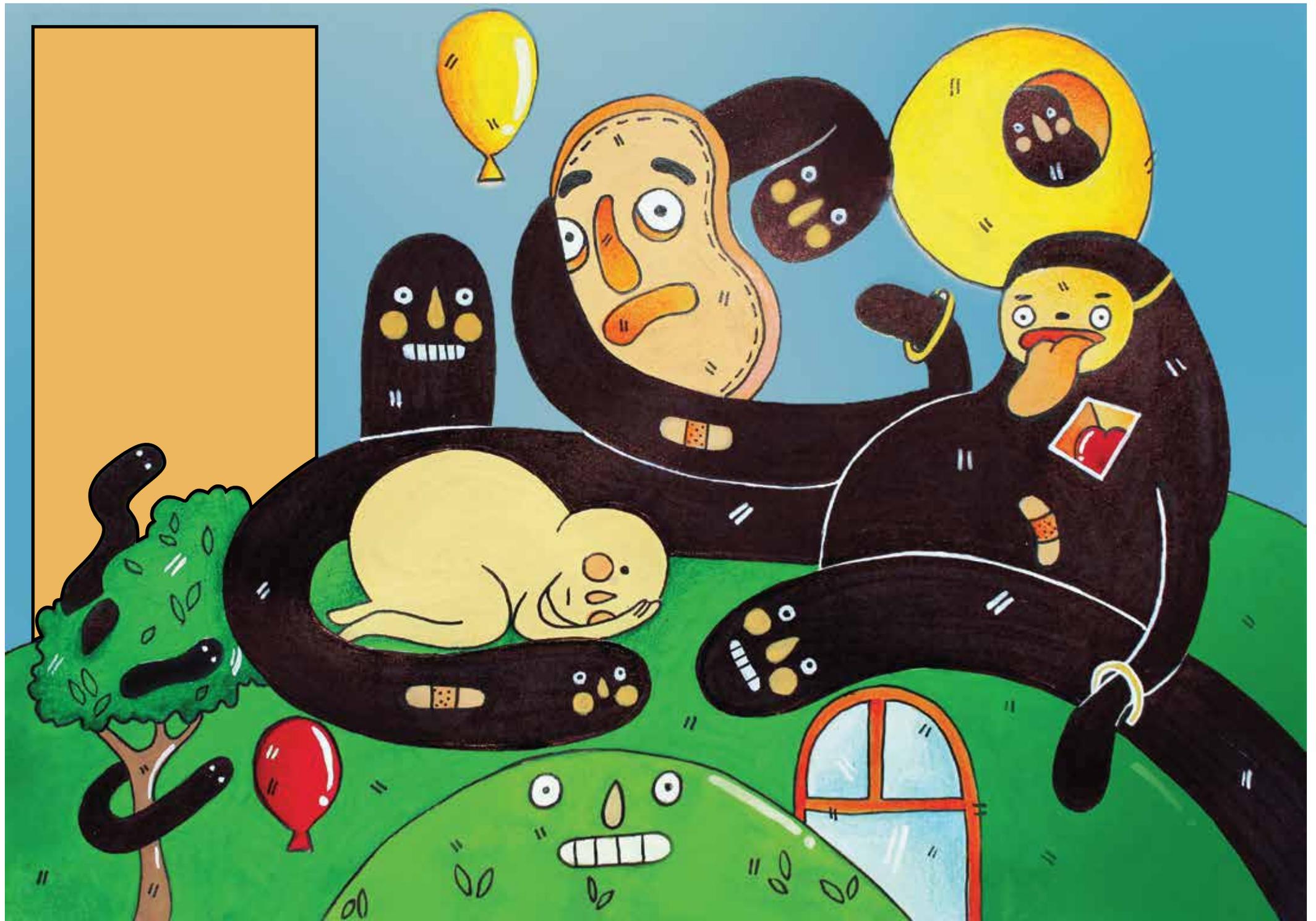














چاپ اول
تابستان ۱۴۰۰

انتشارات پر تغال
قیمت : ۳۳۰۰۰

ماهک

ماهنامه فرهنگی
و هنری کودکان

بنیاد خدا



سال انتشار : هشتم

سردبیر مجله : افشین اعلاء

نویسنده : فاطمه حسینی
صفحه آرایی : سعیده فلاحی

مرداد ۹۹

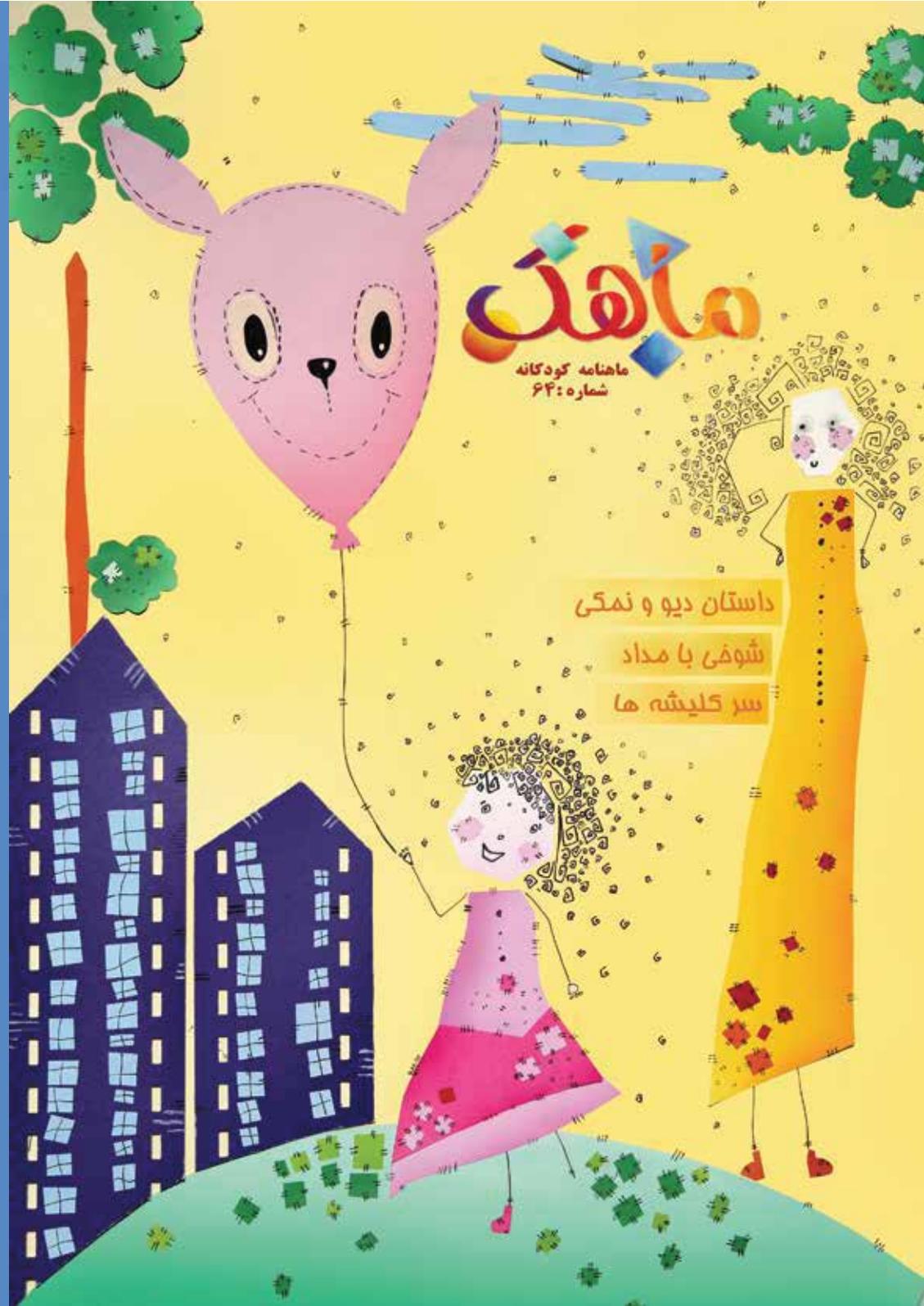
ماهک

ماهنامه کودکان
شماره: ۶۴

داستان دیو و نمکی

شوخ‌با ممداد

سرکلیشه‌ها



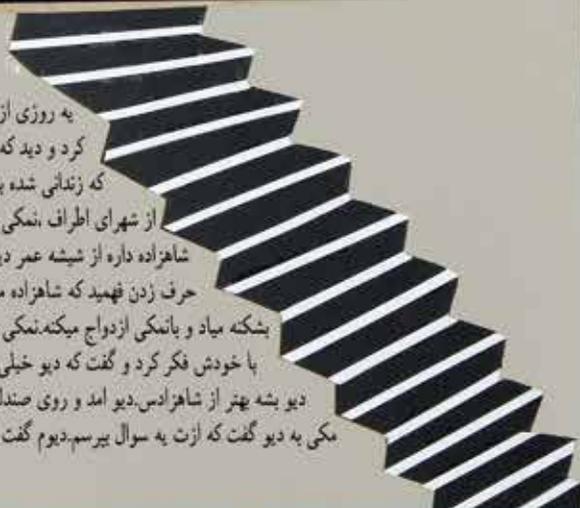


یکی بود، یکی نبود زیر گنبد کبود غیر از خدا هیچکس نبود. به نمکی بود شیطون و بلا که با مادرش و خواهرش زندگی میکرد. خونه نمکی اینا هفتا در داشت، هر شب یکی از دخترا هفتا در میبستن. به از این روزا که نوبت نمکی شد، نمکی شیطون پادش رفت که یکی از دروا رو ببندد. شب که دراز شد دیدن داره به صدایی میاد. ها بر شما، هو بر شما مهمون امده برای شما کجاس قلبون شما، کجاس چای شما. مادر و نمکی ترسیده بودن که مادرش گفت: جاننت بسوزد نمکی، عمرت بسوزد نمکی شیش درستی نمکی به در نیستی نمکی. نمکی دید که دیو امده، دار سر وصدا میکنه، رفتش برانش قلبون چاق کرد و جای دم کرد. دیو دید که نمکی دختر خوب و مهربونیه بهش گفت که نمکی بیا روی پای من دراز بکش و برای من قصه بگو.



نمکی رفت و روی پای دیو دراز کشید و برایش قصه گفت، موقع قصه گفتن نمکی خوابش برد، دیو که از نمکی خوشش آمده برداشت و بردش با خودش توی قلعهش نمکی از خواب بیدار شد دید که توی خونشون نیست و به جای دیگس . که وقتی برگشت دید توی خونه دیو. نمکی که عادت کرده بود به اونج ، هر روز برایش غذا درست میکرد. نمکی بزرگ شد ، اونکه هر روز به طبقه از خونه دیو تمیز میکرد، هر طبقه قصر خوشگلو باکلی وسیله گرون قیمت بود.





به روزی از همین روزا دید که صدای ناله میاد، صدا رو دنبال کرد و دید که از زیر زمین برفت و رفت و رفت رسید به پسری که زندانی شده بود وقتی باهم حرف زدن نمکی فهمید شاهزاده یک از شهرای اطراف نمکی خوشحال شد و شروع کرد با اون حرف زدن. دید شاهزاده داره از شیشه عمر دیو میگه در حالی که نمکی اونو ندیده بود. اما وسط حرف زدن فهمید که شاهزاده میخواهد دیو بکشد. شاهزاده گفت آگه شیشه عمر دیو بشکند میاد و با نمکی ازدواج میکنه. نمکی رفتش بالا چون نزدیکای آمدن دیو بودش. نشست با خودش فکر کرد و گفت که دیو خیلی مهربونه با این قصر هفت طبقه و این همه طلا زن دیو بشه بهتر از شاهزادس. دیو آمد و روی صندلیش نشست و دانست از روزش با نمکی میگفتن. نمکی به دیو گفت که ازت به سوال بیرسم. دیوم گفت اره بیرس، نمکی گفت دیو شیشه عمر تو کجاست؟





دیو نمکی زد نمکی زد زیر گریه و تمام موضوع به را دیو گفتش ، دیو خندید و گفت : اون شاهزاده لوس و تبلیه برای همین منم زندانش کردم . دیو به نمکی گفت تو الان میخوایی زن من بشی یا شاهزاده. نمکی فکر کرد و گفتش که تو دیو و نمکی توی یکی از شبای قشنگ توی هفت آسمون ازدواج کردن و خوشبخت شدن.

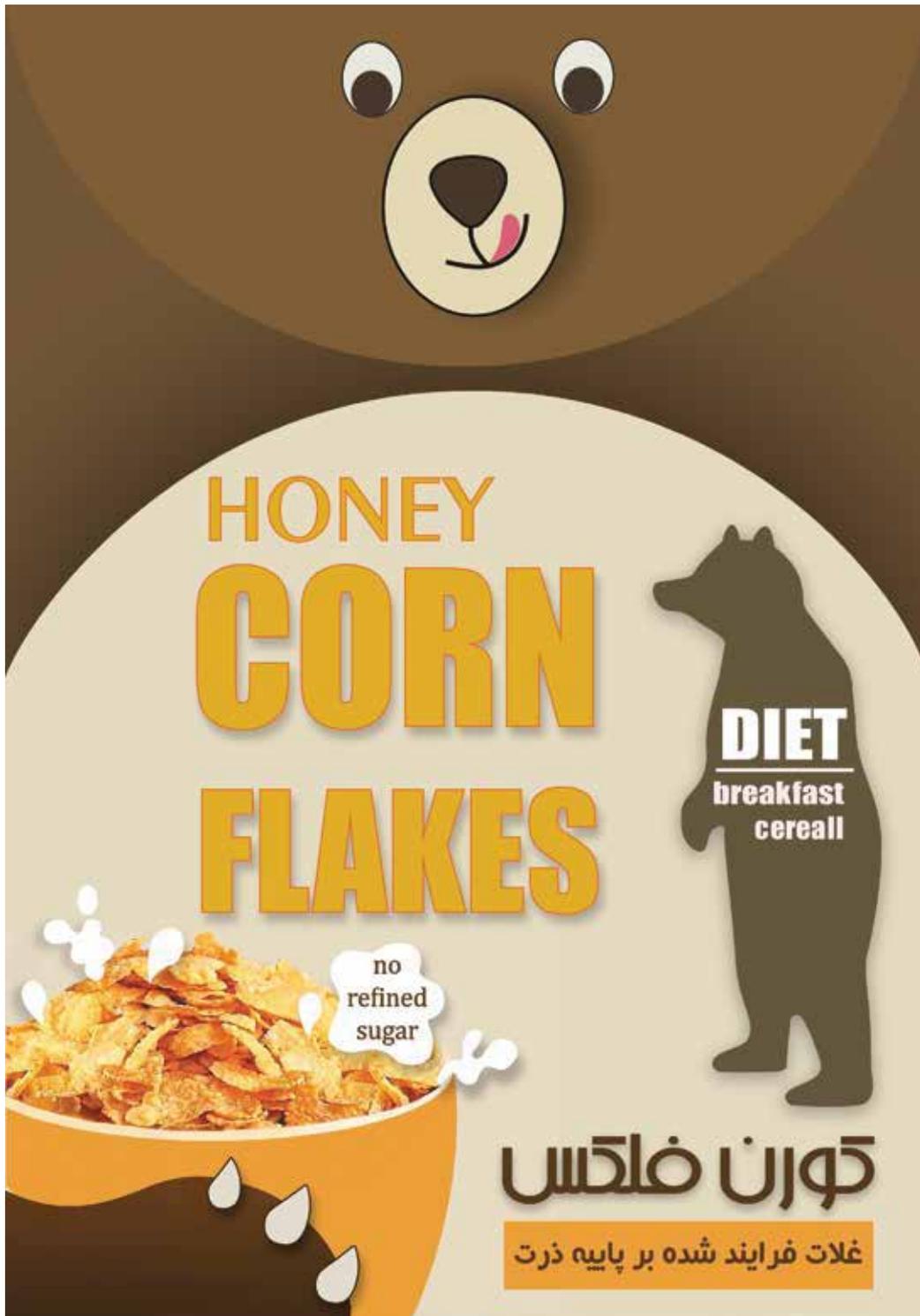












غلات صبحانه بر پایه ذرت

ترکیبات: ذرت ۸۸٪، شکر، نمک، عصاره مالت جو ویتامین E، ویتامین B6، نیاسین، ریوفلاوین، فولات مواد معدنی: آهن، اکسید، روی، طعم دهنده مجاز

غلات سبوس دار دارای سه لایه است:

- ۱- لایه خارجی دارای بیش از ۸۰٪ درصد ارزش غذایی از جمله فیبر و ویتامین های (B) است و نیاز روزانه یک انسان را تامین میکند
- ۲- لایه میانی حاوی پروتئین، کربوهیدرات، و مواد معدنی می باشد
- ۳- هسته درونی کوچک، حاوی ویتامین های گروه B بسیار متمرکز آنتی اکسیدان، ویتامین، پروتئین، مواد معدنی و چربی اشباع نشده

۱ فنجان غلات صبحانه معادل ۳۰ گرم انرژی	۳۰ کیلوکالری
قند	۳ گرم
چربی	۰/۳۰ گرم
نمک	۰/۱۶۲ گرم
اسیدهای چرب ترانس	۰ گرم
اندک	زیاد

سازمان غذا و دارو
پروانه تفریح خالی
۲۲/۵/۱۳۶۱

B VITAMINS: help utilize nutrients efficiently to release energy for on
VITAMIN C: help support the body
FOLICE ACID : importante for blod
IRON : essenteial minerall for kids

مصرف برای کودکان زیر ۳ سال ممنوع است

12 +30G SERVINGS

توصیه شده برای ۱۲ بار مصرف محصول ۳۰ گرمی

اسپری خوراکی لیموترش

ترکیبات : آب لیمو ترش ، متایی سولفیت
سدیم حداکثر ۲۵۰ ppm اسید اسکوربیک
تولید شده در شرکت فرآورده های
غذایی ارگانیک لیمون ساخت ایران
حجم خالص : +۳٪ ۴۸۵

دور از نور آفتاب و در جای خشک نگهداری شود
پس از باز شدن در یخچال نگهداری شود

ارزش غذایی یک قاشق غذا خوری آب لیمو ترش



سازمان غذا و دارو
شماره پروانه بهداشتی ساخت
۱۶/۱۶۱۶۳

انرژی ۱ کیلوکالری

قند ۰٫۰۹ گرم

چربی ۰٫۰۱ گرم

نمک ۰٫۰۱ گرم

اسیدهای چرب ترانس ۰٫۰۲ گرم

اندک متوسط زیاد

LEMON SPRAY

ORGANIC

LEMON

بے بے گندم

آرد سفید بی بی گندم

WHITE
FLOURE

www.bibigandom.com

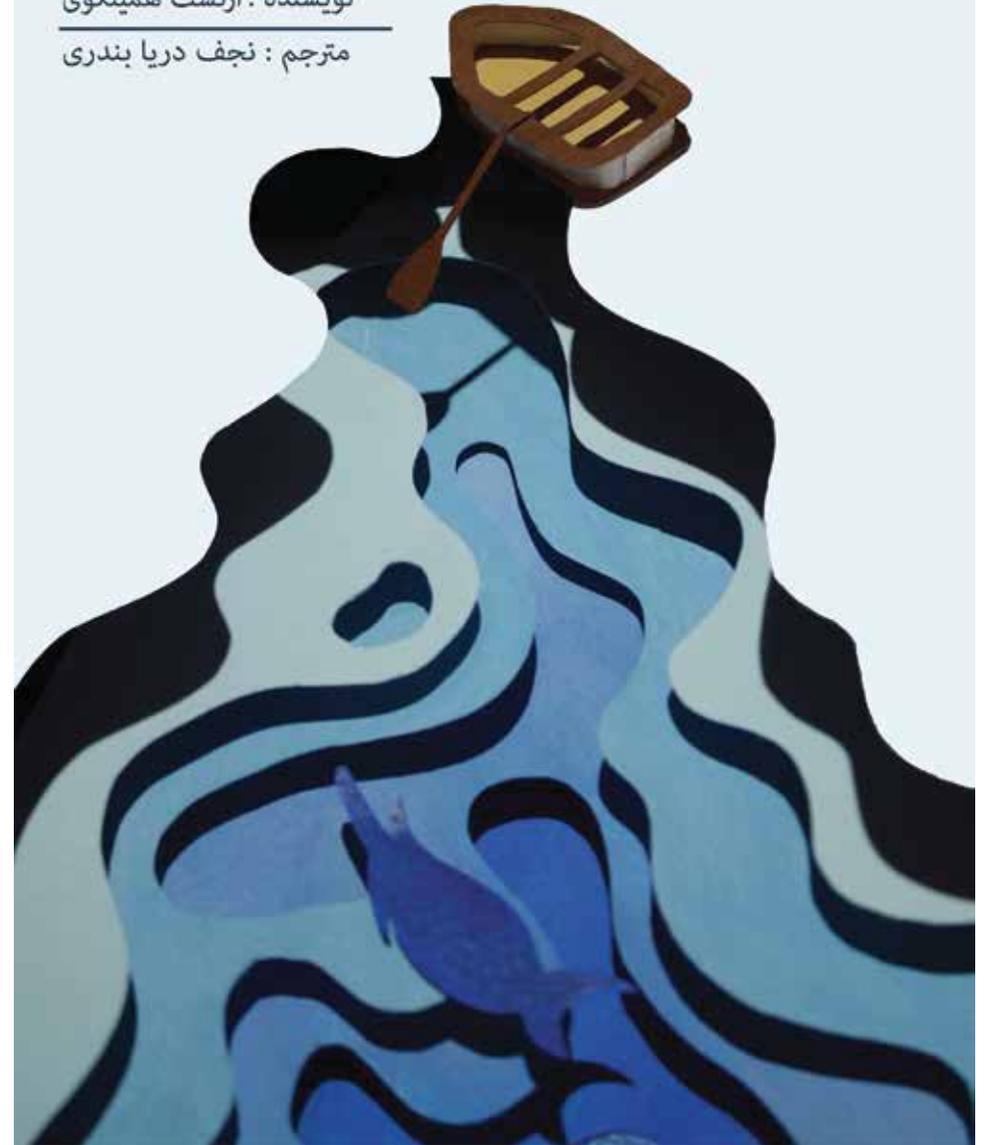
۵۰۰ گرم



پیرمرد و دریا

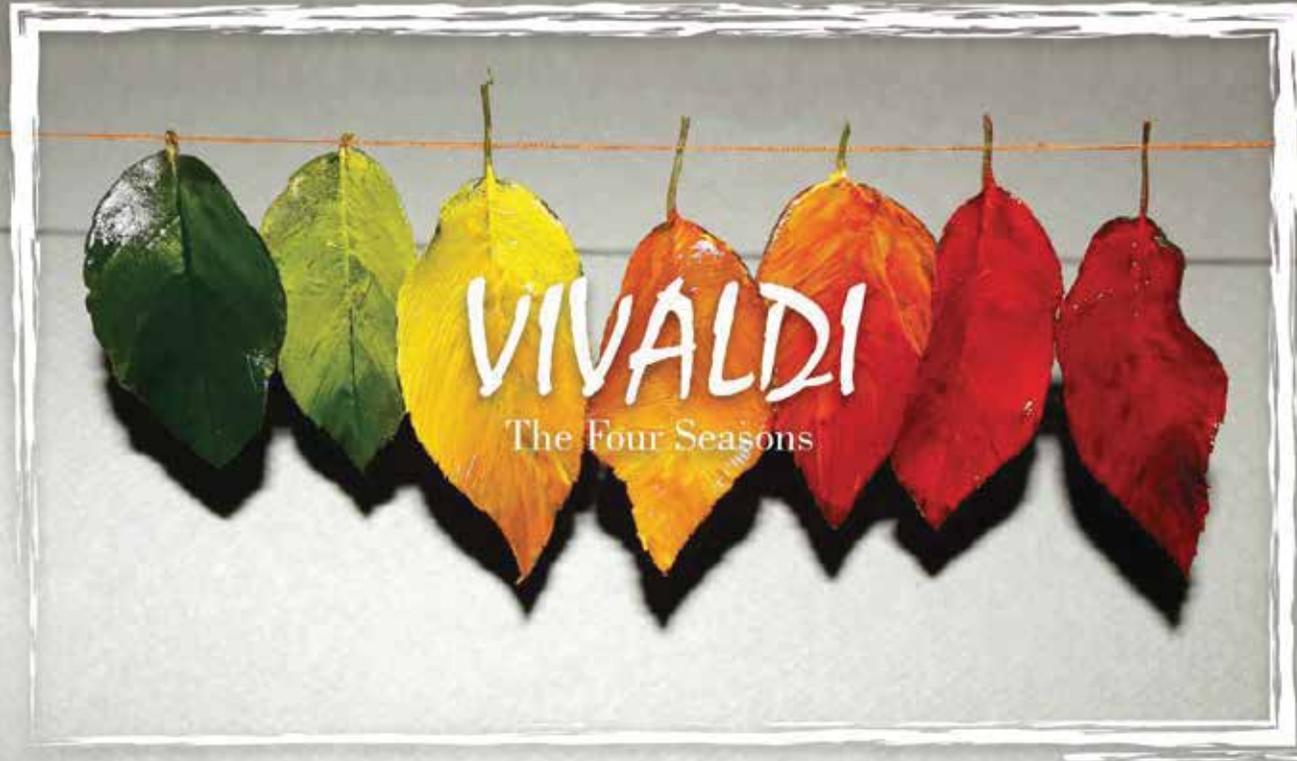
نویسنده: ارنست همینگوی

مترجم: نجف دریا بندری



چهار فصل

آنتونیو ویوالدی



• آلبوم : چهار فصل

• ژانر : کلاسیک

• سال تولید : ۱۹۸۷

