

چهارشنبه

۲۶ شهریور ۱۳۹۹



پگاه در رسانه

news

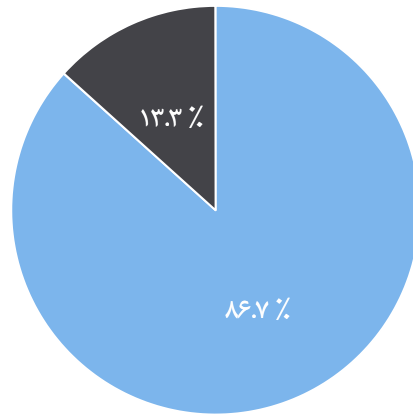
# گزیده اخبار و رویدادها

بولتن صنایع شیر ایران (پگاه) و شرکت های تابعه  
بولتن شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) و شرکتهای تابعه



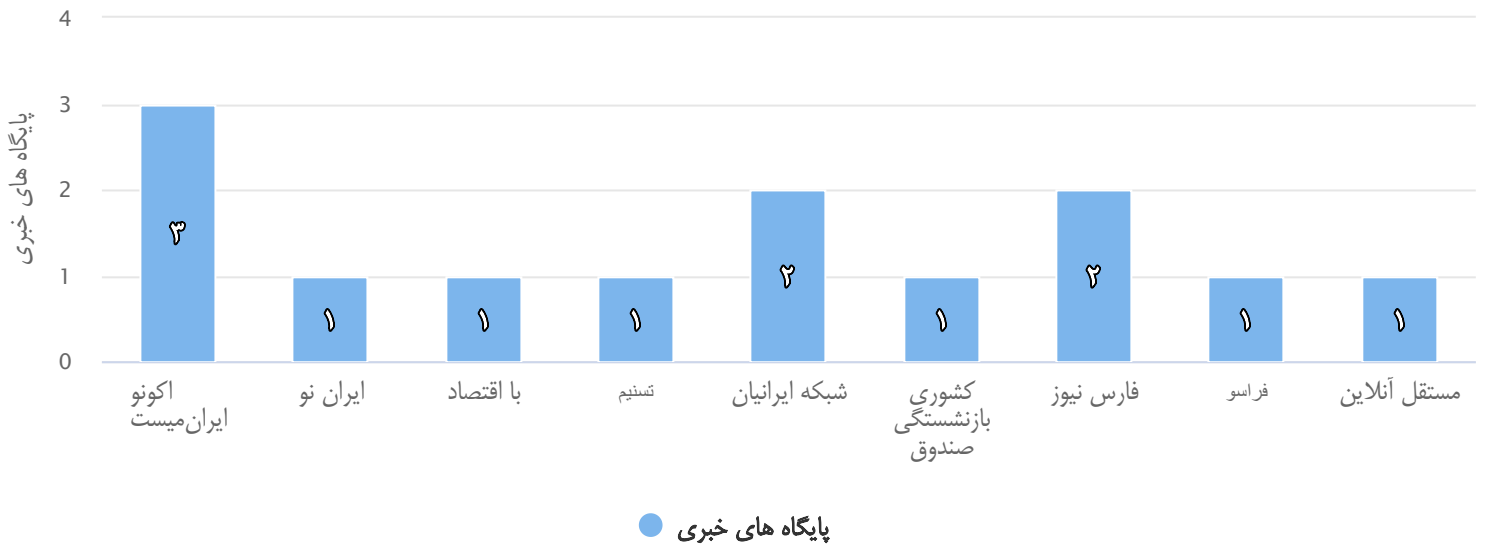
۱۳۹۹/۰۶/۲۵ - ۱۳۹۹/۰۶/۲۶

## درصد فراوانی اخبار بولتن به تفکیک نوع رسانه



● خبرگزاری  
● روزنامه

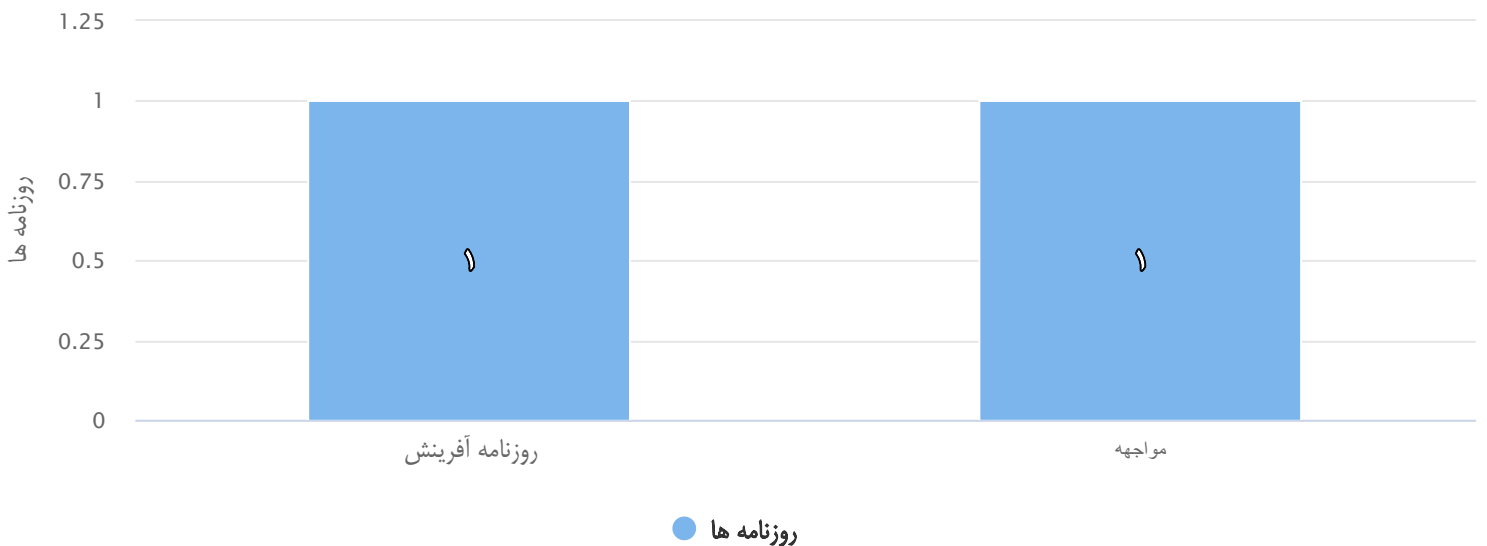
## نمودار توزیع فراوانی مطالب منتشره در پایگاه های خبری



● پایگاه های خبری

Highcharts.com

## نمودار توزیع فراوانی مطالب منتشره در روزنامه ها



● روزنامه ها

Highcharts.com

## پگاه

۵	۱۱:۲۶	ایران اکونومیست	فرمول جادویی ساختن ماهیچه و سیستم عصبی قدرتمند/با این برنامه غذایی به افزایش قد ...	
۷	۱۱:۲۵	ایران اکونومیست	آش جودوغ غذای محلی استان مرکزی	
۸	۱۰:۰۱	فارس نیوز	احیاء واحدهای تولیدی و صنعتی راکد؛ دمیدن روح تازه در کالبد اقتصاد فارس	
۱۰		مواجهه	مشکل درست می کنند تا رانت بگیرند	
۱۱	۱۰:۰۱	صندوق بازنشستگی کشوری روزنامه آفرینش	۷ شرکت صنایع شیر ایران در صف پذیرش فرابورس / افزایش قیمت محصولات پگاه؛ در صورت ت... سرمقاله	
۱۳	۱۷:۵۱	شبکه ایرانیان	رشد ۴ برابری سود هدف پگاه آذربایجان غربی	
۱۴	۱۷:۱۴	شبکه ایرانیان	پگاه خوزستان واحد صنعتی نمونه شد	
۱۵	۱۷:۰۹	تسنیم	دستاوردهای یک ساله صنایع شیر ایران ، منتهی به مرداد ۹۹ نشان داد : تحقق بیشتری...	
۱۶	۱۷:۰۷	با اقتصاد	۷ شرکت زیرمجموعه پگاه همچنان در صف بررسی هیات پذیرش فرابورس / از سهام شرکت های بو...	
۱۷	۱۵:۱۵	مستقل آنلاین	فرمول جادویی ساختن ماهیچه و سیستم عصبی قدرتمند	
۱۹	۱۵:۰۰	فراسو	پگاه خوزستان واحد صنعتی نمونه شد	
۲۰	۱۰:۲۸	ایران اکونومیست	دسرهای شیری میان وعده هایی مطبوع و مقوی /مگنولیا دسر شیری جذاب و متفاوت	
۲۲	۱۰:۰۰	ایران نو	پگاه خوزستان واحد صنعتی نمونه شد	

پگاہ



## فرمول جادویی ساختن ماهیچه و سیستم عصبی قدرتمند/با این برنامه غذایی به افزایش قد کودکان کمک کنید

برای افزایش قد کودکان ، یک فرمول جادویی وجود دارد کافی است تا لبنیات که سرشار از کلسیم است را به رژیم غذایی روزانه کودک وارد کنید تا نگرانی تان در مورد کوتاهی قد او برطرف شود

به گزارش ایران اکونومیست به نقل از روابط عمومی شرکت **صنایع شیر** ایران (پگاه) ، تغذیه مناسب و رژیم غذایی درست نقش اساسی و بسیار مهمی در افزایش قد کودکان دارد رژیم غذایی متعادل غنی از کلسیم ، فسفر ، ید و منیزیم برای رشد کافی کودکان ، ضروری است در واقع کودکی و نوجوانی بهترین زمان برای ساختن استخوان های قدرتمند است کودک اگر به اندازه کافی کلسیم مصرف کند ، ماهیچه هایش هم قدرت می گیرند ، سیستم عصبی اش تقویت می شود و قلبش هم بهتر کار می کند علاوه بر این ، باید او را به نوشیدن روزانه هشت تا ۱۰ لیوان آب هم تشویق کنید تا سموم بدنش دفع شوند وعده اول : صبحانه ای برای قد بلندهاکودکانی که یک صبحانه سالم می خورند ، قادرند نیازهای تغذیه ای روزانه خود را تأمین و وزن خود را کنترل کنند این کودکان سطح کلسترول پایین تری داشته و احتمال این که کودکانی که صبحانه می خورند ، غذاهایی با سطح مناسب از املاحی چون کلسیم ، فسفر ، منیزیم و ویتامین ها مانند ریبو فلاوین ، ویتامین آ ، ث ، ب ۱۲ و فولات دریافت کنند بیشتر از کودکانی است که وعده صبحانه را حذف می کنند در نتیجه در مقایسه با بقیه کودکان دیگر افزایش قد طبیعی خواهند داشت در کودکانی که کاهش وزن دارند با صبحانه نخوردن نمی توانند میزان کالری از دست رفته را در وعده های دیگر جبران کنند و برعکس ، در مورد کودکانی که افزایش وزن دارند عدم مصرف صبحانه باعث پرخوری بیش از حد آنها در ساعات بعدی روز می شود که همگی در روند افزایش قد موثر است مصرف یک واحد لبنیات (یک لیوان شیر ، یک لیوان سرخالی ماست ، دو لیوان دوغ یا نصف قوطی کبریت پنیر) در وعده صبحانه هم توصیه می شود اگر می خواهید یک سهم شیری که به صبحانه فرزندتان وارد می کنید ، مواد مغذی بیشتری را به بدن او برساند ، بهتر است سراغ شیرهای غنی شده بروید وعده دوم : میان وعده را فراموش نکنیدمصرف میان وعده ها برای تمامی افراد لازم است؛ اما کودکان ، نوجوانان و افرادی که به دنبال افزایش رشد هستند بیشتر از سایرین باید به آن توجه کنند و میان وعده های مناسب را باید در برنامه غذایی خود بگنجانند اما نکته مهم این است که انتخاب میان وعده ها به شرایط جسمی و نوع زندگی و میزان فعالیت فرد بستگی دارد و با توجه به این موارد باید بهترین انتخاب را داشت برای میان وعده می توانید از انواع کیک و پای و دسر استفاده کنید یادتان نرود که یک و نیم لیوان بستنی هم به اندازه یک لیوان شیر کلسیم دارد وعده سوم : نهار با کلسیم اضافهمحبوبات به دلیل پروتئین گیاهی و املاح فراوانی که دارند ، همیشه مورد توجه متخصصان تغذیه هستند و توصیه می شود در رژیم غذایی هفتگی تمام گروه های سنی گنجانده شود البته این موادغذایی چندان مورد علاقه بچه ها نیستند؛ بنابراین به والدین توصیه می شود آنها را همراه موادغذایی که بچه ها به خوردنشان علاقه دارند وارد برنامه غذایی کنند پیشنهاد یک کاسه آش خوشمزه با سبزی معطر همراه با کشک می تواند گزینه مناسبی باشد یک چهارم لیوان کشک به اندازه یک لیوان شیر کلسیم دارد وعده چهارم : میان وعده دوم را جا نیندازیدماست می تواند یک پیشنهاد عالی برای میان وعده باشد و در تهیه میان وعده های مغذی برای کودکان از آن استفاده شود شما می توانید دانه هایی مانند گردو ، کشمش ، بادام زمینی ، پسته و فندق را درون ماست بریزید و به صورت عصرانه یا چاشت به عنوان میان وعده میل کنید اگر فرزندتان زیر دو سال است بهتر است به او ماست پرچرب بدهید؛



اما بعد از دوسالگی می توانید کلسیم مورد نیازش را با ماست های کم چرب تامین کنید وعده پنجم : شام هم باید حاوی کلسیم باشدشام بچه ها و نوجوان هایی که در سن رشد هستند باید حتما یک وعده غذایی کامل و شامل تمام گروه های غذایی باشد در کنار وعده شام استفاده از دوغ می تواند گزینه مناسبی باشد چرا که به بهبود وضعیت گلوکز خون ، نشانگرهای زیستی درون رگی و همچنین وضعیت لیپیدها کمک کرده و دیابت نوع دو را کنترل می کند دو لیوان دوغ به اندازه یک لیوان شیر به کودکان کلسیم می رساند وعده ششم : دوز کلسیم قبل از خواب را از یاد نبریدخواب کافی یک نیاز مبرم و بسیار بسیار مهم است چرا که هورمون رشد برای افزایش قد کار خود را زمانی انجام می دهد که شما به خواب عمیق فرو رفته باشید توجه داشته باشید که بسیاری از هورمون های بدن در زمان های خاصی ترشح می شوند و اینطور نیست که در هر زمان از شبانه روز تاثیر یکسانی داشته باشند از این رو خواب کافی شب هنگام ، بسیار برای رشد بدن ضروری است مدت زمان جذب و هضم شیر حدود سه تا چهار ساعت است به همین دلیل گفته می شود یکی از بهترین زمان ها برای مصرف شیر قبل از خواب است تا در طول خواب ، بدن با جذب آن نیاز پروتئینی خود را تامین کند شیر تأمین کننده تریپتوفان است و گزینه مناسبی برای یک خواب با کیفیت و ترشح بیشتر هورمون رشد جهت افزایش قد است؛ چرا که خواب شبانه یکی از فاکتورهای مهم در افزایش قد است بعضی از متخصصان می گویند رمز موفقیت برای افزایش قد کودک این است که روز را با شیر شروع کنید و با شیر به پایان برسانید !



## آش جودوغ غذای محلی استان مرکزی

مصرف دوغ به دلیل دارا باش جودوغ غذای محلی استان مرکزیودن کلسیم و ویتامین ، پوسیدگی دندان ها را کاهش داده و سلامت دهان و دندان را ارتقاء می دهد

به گزارش ایران اکونومیست به نقل از روابط عمومی شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) ، دوغ به دلیل دارا بودن باکتری های مفید بر حفظ سلامت گوارش موثر است و سبب عدم رشد میکروارگانیسم های مضر می شود همچنین دوغ برخلاف آبمیوه های صنعتی و نوشابه های گازدار برای کودکان بالای یک سال مناسب است و می تواند پروتئین ، چربی ، ویتامین های B و D ، کلسیم و همچنین آب مورد نیاز بدن را تا حدودی تأمین کند این نوشیدنی بعنوان یک نوشابه لبنی ، یک چهارم نیاز روزانه بدن به کلسیم را تأمین می کند با طرز تهیه یک غذای سنتی ایرانی برپایه دوغ ما همراه باشید آش جودوغ از جمله غذاهای سنتی ایرانی است که در استان مرکزی تهیه می شود مواد اولیه آش شامل جو پوست کنده ، نخود ، لوبیا ، سبزی آش و دوغ است مواد به کار رفته در غذاهای سنتی استان مرکزی همچون آش ها و سایر غذاها نشانگر آن است که مردم این دیار از دیرباز به سلامت غذایی خود اهمیت داده اند و سعی بر تهیه غذاهای سالم و مقوی داشته اند بهره گیری از روش های بی ضرر طبخ همچون آب پز و حضور کمتر غذاهای نمک سود ، دودی و کبابی در غذاهای سنتی استان مرکزی از شاخصه های این غذاها است مواد اولیه : بلغور جو : دو پیمانهمخلوط نخود و لوبیا قرمز : یک پیمانهدوغ : دو لیترسبزی آش و اسفناج : دو پیمانهیپياز داغ خلالی عسلی : یک پیماننه طرز تهیه ۱ حبوبات و جو را خیس کرده و با زردچوبه و پیاز می پزید ۲ پیازداغ و سیر له شده پخته و بعد بلغور را اضافه کرده و خوب می پزید ۳ سبزی را اضافه کرده و اجازه دهید آش جا بیافتد ۴ دوغ غلیظ را داخل آن ریخته ، هم زده و بجوشانید نمک و فلفل را اضافه کنید و در آخر با نعنا داغ و سیرداغ و دوغ غلیظ تزئین کنید



فارس نیوز

۱۳۹۹/۰۶/۲۶

۱۰:۰۱



## احیاء واحدهای تولیدی و صنعتی راکد؛ دمیدن روح تازه در کالبد اقتصاد فارس

رس به عنوان یکی از مهم ترین استان های مولد در زمینه های مختلف ، کشاورزی ، صنعت و تولیدات باارزش غیرنفتی است که به عنوان یک قطب اقتصادی موثر نسبت به برخی از استان ها ، کمتر در کانون توجه وزارتخانه ها و مراجع حمایتی و نظارتی بوده و نیازمند احیاء واحدهای تولیدی است .

به گزارش خبرگزاری فارس از شیراز ، توجه به ظرفیت ها و قابلیت های موجود در استان فارس و کمک به توسعه اقتصادی از طریق گسترش صنعت و کشاورزی در این استان یکی از مهم ترین راهبردهای اقتصادی کشور است

انتظار می رود با استفاده از روش های علمی و انجام فعالیت های پژوهشی ، راه های تحقق توسعه صنعتی ، معدنی و تجاری استان هر چه سریع تر شناسایی و پیموده شود چرا که این استان با توسعه تولید و تعمیق ساخت داخل ، توسعه صادرات غیرنفتی ، توسعه معادن و صنایع معدنی ، توسعه فناوری و شرکت های دانش بنیان با تغییر رویکرد از مونتاژکاری به نوآوری ، مدیریت بازار و ساماندهی لجستیک تجاری ، بهبود فضای کسب و کار مرتبط با بخش صنعت ، معدن و تجارت و تأمین منابع مالی و توسعه سرمایه گذاری و گسترش بخش کشاورزی و حمایت از تولید و فرآوری و صادرات محصولات کشاورزی و باغی و صنایع دستی ، آینده بسیار درخشانی را پیش رو دارد که اگر سریع تر در این مسیر قرار نگیرد اقتصاد و صنعت کشور بار سنگینی را متحمل می شود .

با نگاهی به فهرست شهرک های صنعتی استان فارس ، می بینیم که این استان با داشتن حدود ۴۰ شهرک صنعتی در شهرستان های مختلف که شامل : شهرک صنعتی بزرگ شیراز ، جهرم ، شهرک صنعتی آب باریک ، آباد ، ارسنجان ، استهبان ، سه شهرک صنعتی اقلید ، اوز ، خرمبید ، برمشور ، خنج ، داراب ، خرامه ، سپیدان ، سروستان ۱، سروستان ۲ ، پاسارگاد ، فسا ، فیروزآباد میمند ، فیروزآباد روزبدان ، گراش ، لار ، لامرد ، صنایع انرژی بر لامرد ، فتح آباد مرودشت ، ملوسجان ، مهر ، نورآباد ممسنی ، نیریز غدیر گه ، نیریز تنگ حنا ، نیریز آباد طشک ، سنگ نیریز ، ایزدخواست، زرین دشت و کازرون می شود؛ که در صورت مداومت فعالیت واحد های تولیدی خرد و کلان بخش اعظمی از نبض اقتصادی ایران اسلامی را راهبری می نماید .

مدیر سازمان صنعت ، معدن و تجارت فارس پیش از این در گفتگویی به کارکرد بالای کارخانجات و مراکز و واحدهای بزرگ و مهم فارس اشاره کرد و گفت : از جمله این مراکز و واحدها می توان به مجتمع کارخانه های صدفی سرام و پاسارگاد سرام آباد تولیدکننده کاشی و سرامیک ، شرکت سهامی پتروشیمی شیراز تولید کننده کودها و محصولات شیمیایی ، لاستیک دنا تولید کننده انواع لاستیک خودرو اشاره کرد .

ایزدی افزود : مجموعه هلدینگ فراسان تولید کننده انواع لوله های جی آر پی و قطعات کامپوزیتی ، شرکت زرین غزال تولید کننده فرآورده های لبنی ، شرکت فرآورده های لبنی رامک شیراز ، ذوب آهن پاسارگاد تولید کننده شمش و آهن اسفنجی ، فاتح صنعت کیمیا تولید کننده تجهیزات صنایع نفت و گاز و پتروشیمی از دیگر واحدهای صنعتی بزرگ و مهم استان است .

وی ادامه داد : همچنین شرکت شیراز دینا تولید کننده نوشابه ، صنایع الکترونیک ایران تولیدکننده تجهیزات الکترونیکی ، پالایش نفت شیراز ، شرکت کولر هوایی آبان شیراز تولید کننده انواع مبدل های حرارتی ، شرکت گلسار فارس تولید کننده انواع چینی آلات بهداشتی و مجموعه صنایع شیمیایی فارس تولید کننده فرمالین و رزین اوره و ملامین و چسب جزو واحدهای مهم و بزرگ استان محسوب می شوند .

رییس سازمان صنعت ، معدن و تجارت استان فارس همچنین شرکت زیمنس کارخانجات مخابراتی ایران ITMC تولید کننده تجهیزات الکترونیکی و مخابراتی ، صنایع استیل البرز تولید کننده سینک و انواع لوازم آشپزخانه ، شیر پاستوریزه پگاه فارس تولید کننده فرآورده های لبنی ، کارخانه رینگ اسپرت نور نی ریز تولید کننده رینگ آلومینیومی و سیمان داراب را از دیگر واحدهای مهم استان برشمرد .





ادامه خبر صفحه قبل

[ ۲ ]

فارس نیوز

۱۳۹۹/۰۶/۲۶

۱۰:۰۱



ایزدی بیان کرد: از دیگر واحدهای مهم و بزرگ استان می توان به قند اقلید، نیرو ترانس تولید کننده انواع ترانس های فشار قوی، قند مرودشت، افزار کیمیای فارس تولید کننده تجهیزات صنایع نفت و گاز و نظامی و صنایع هوافضا، شرکت یک و یک دشت مرغاب تولید کننده فرآورده های غذایی و کنسروبیجات، فرآورده های گوشتی دمس تولید کننده محصولات گوشتی، شرکت شیراز سرم تولید کننده محصولات دارویی، شرکت ایران خودروی فارس تولید کننده سواری پژو پارس و شرکت پشم شیشه ایران اشاره کرد.

اما نکته ای که لازم است به آن بپردازیم، این است که با بروز حوادث مهم طبیعی و غیرطبیعی و اعمال تحریم های ظالمانه دشمن و نگاه و رویکرد اقتصادی دولت، مشکلاتی فراروی صنعتگران و کارآفرینان قرار گرفته است که غالبا برای نجات خود ناچار به دریافت وام های کلان با سودهای سنگین و یا خاموش کردن موتور فعالیت هایشان شده اند و در موارد مختلفی شاهد تعطیلی یا نیمه جان شدن چرخ دنده های تولید در سطح استان هستیم که با ورود مستقیم ریاست قوه قضائیه و مشارکت مجموعه هایی مثل سپاه پاسداران و دیگر نهادهای مسئول مشکلات برخی از این واحدها مرتفع شده و دوباره به عرصه کار و فعالیت و چرخه تولید بازگشته اند.

اتفاق مبارک دیگر در این عرصه ورود جدی ستاد اجرای سیاست های اقتصاد مقاومتی است که به گفته رئیس کل دادگستری فارس، مهمترین دغدغه در این ستاد، پیگیری واحدهای تولیدی و صنعتی نیمه تعطیل و جلوگیری از تعطیل شدن این واحدهای تولیدی است و به هیچ عنوان نباید حتی یک نفر کارگر این واحدهای صنعتی از کار بیکار شود.

به گفته نماینده عالی قوه قضائیه در استان فارس، مجموعه قضائی استان فارس روند رو به رشد در خصوص اجرای سیاست های اقتصاد مقاومتی و جلوگیری از تعطیلی واحدهای تولیدی را که از سال گذشته در دستور کار داشت همچنان با قدرت ادامه خواهد داد و حامی بلامنازع تولیدکنندگان، کارآفرینان و سرمایه گذاری مشروع در استان خواهد بود.

با توجه به مجموعه نکات ذکر شده در این یادداشت، تقویت و احیای واحدهای تولیدی تعطیل و نیمه تعطیل از مهمترین اولویت های موجود در استان است که امیدواریم هر چه سریعتر و بیشتر از پیش اتفاق بیفتد و سفره خانواده بزرگ استان فارس لبریز از محصول تلاش مسئولان و همت کارآفرینان و تلاش گران و کارگران و کشاورزان باشد. انتهای پیام/ س



مواجهه

۱۳۹۹/۰۶/۲۶



بدون تصویر

## مشکل درست می کنند تا رانت بگیرند

حسین نعمتی، رئیس هیات مدیره اتحادیه دامداران ایران در رابطه با شرایط تولید و قیمت کره کشور، گفت: پروسه تولید کره به این منوال است که کارخانه ها شیر خامی را دریافت می کنند، خامه یکسری از محصولات کم چرب را جدا کرده و همین خامه را فرآوری کرده و تبدیل به کره می کنند. در کشور ما به اندازه کافی شیر وجود دارد، وگرنه به این حد صادرات محصولات لبنی نداشتیم

حسین نعمتی، رئیس هیات مدیره اتحادیه دامداران ایران در رابطه با شرایط تولید و قیمت کره کشور، گفت: پروسه تولید کره به این منوال است که کارخانه ها شیر خامی را دریافت می کنند، خامه یکسری از محصولات کم چرب را جدا کرده و همین خامه را فرآوری کرده و تبدیل به کره می کنند در کشور ما به اندازه کافی شیر وجود دارد، وگرنه به این حد صادرات محصولات لبنی نداشتیم در صورتی که از تولید حمایت کنند با کمبودی در عرصه فرآورده های لبنی روبه رو خواهیم شد و با برنامه ریزی در تمامی این محصولات صادرکننده ایم وی تومان ۸۰۰ تومان با تفرانس مثبت ۹۰۰افزود: دولت در ستاد تنظیم بازار محصولی مانند شیر خام را دو هزار و درصد نهاده مورد نظر را پرداخت کنند سوییایی که دامدار باید دو ۲۰قیمت گذاری می کند، از سوییایی نمی توانند هزار تومان خریداری می کند، در حالی که دستور ۱۳ تومان باید دریافت کند در بازار آزاد به قیمت ۷۰۰هزار و می دهند شیر را همان سه هزار تومان بفروشید، بعد هم بگویند از تولید حمایت می شود نعمتی با بیان اینکه در کشور ما هیچ نوع مشکلی در محصولات کشاورزی، باغی، لبنی و طیوری وجود ندارد، افزود: در صورتی که واردات کره، گوشت و نداشتن ما با کمبودی مواجه نمی شویم چرا که در داخل به اندازه کافی تولید داریم ما گوشت ازم نداریم، گوشت روی دست دامدار مانده است و خریداری نمی کنند، در مقابل گوشت منجمد وارد می کنند، علت چیست؟ واردات کره هم به همین شکل است شیر به اندازه کافی وجود دارد و کره تولید می شود اما دولت حمایت نمی کند که این منجر به تعطیلی گاوداری ها می شود وی با اشاره به اینکه کمبودی در عرضه مواد لبنی نداریم و با حمایت دولت نخواهیم داشت، افزود: اکنون کمبودی وجود ندارد، اما در صورتی که حمایت نشود در سال های آینده شاهد این کمبودها خواهیم بود مهاجرت روستایی ها نیز می تواند تاثیرگذار باشد اما مشکل اصلی که وجود دارد، عدم وجود نهاده کافی و قیمت گذاری صحیح است وی افزود: باید توجه داشت که واردات گوشت یا کره رانت است برخی افراد در زمان های مختلف مشکل ایجاد می کنند و سپس می گویند کره وجود ندارد و برای آن ارز دریافت می کنند این افراد دلشان به حال مردم نمی سوزد، قیمت ها را در بازار بالا می برند و سپس مجوز واردات کره را دریافت می کنند در کشور ما اصلا به واردات کره و محصولات لبنی نیازی نیست و تنها راهی برای دریافت رانت است



صندوق بازنشستگی

کشوری

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۰:۰۱

مثبت



بدون تصویر

## ۷ شرکت صنایع شیر ایران در صف پذیرش فرابورس / افزایش قیمت محصولات پگاه؛ در صورت تایید شورای نظارت

مدیر امور مالی صنایع شیر ایران (پگاه) با اعلام این مطلب گفت: پرونده هفت شرکت زیرمجموعه پگاه برای ورود به بورس در مرحله بررسی هیات پذیرش قرار دارد و همچنان منتظر رسیدگی و اعلام نتیجه نظر کارشناسی شرکت فرابورس برای درج نماد و عرضه اولیه هستیم.

مدیر امور مالی صنایع شیر ایران (پگاه) با اعلام این مطلب گفت: پرونده هفت شرکت زیرمجموعه پگاه برای ورود به بورس در مرحله بررسی هیات پذیرش قرار دارد و همچنان منتظر رسیدگی و اعلام نتیجه نظر کارشناسی شرکت فرابورس برای درج نماد و عرضه اولیه هستیم غلامرضا زینلی افزود: با توجه به اینکه تمامی موارد و مدارک درخواستی شرکت فرابورس را ارایه داده‌ایم، در صورت پذیرش و درج نماد، شرکت‌های زیرمجموعه پگاه تا پایان امسال عرضه اولیه خواهند شد.

به گفته وی، پگاه زنجان، پگاه کرمان، پگاه همدان، صنایع بسته‌بندی پگاه، کشت‌و صنعت پگاه فارس و کشت‌و صنعت پگاه همدان که از مطلوب‌ترین شرکت‌های صنایع شیر ایران هستند، در مرحله پذیرش فرابورس قرار دارند و عرضه اولیه سهام این شرکت‌ها تا پایان امسال انجام خواهد شد. قرار است فاز دوم عرضه سهام شرکت‌های زیرمجموعه صنایع شیر ایران (پگاه) در سال ۱۴۰۰ اجرا شود مدیر امور مالی صنایع شیر ایران (پگاه) درباره وضعیت کنونی این شرکت در بازار سهام نیز گفت: سهام تمامی شرکت‌ها در یک ماه گذشته روند نزولی داشته است و پگاه هم متأثر از رویکرد بازار بود با بهبود شرایط بازار، پگاه نیز از سهام شرکت‌هایش حمایت خواهد کرد وی تصریح کرد: صنایع شیر به عنوان سهامدار عمده شرکت‌های پگاه، در زمان اصلاح بازار، بیشتر از سهامداران حقیقی متضرر شده است و از طریق صندوق بازاریگردانی سهام پگاه از سهام‌ها حمایت و معاملات شرکت‌های بورسی پگاه از طریق این صندوق انجام می‌شود زینلی گفت: هنوز بودجه مازاد برای حمایت از بازار اختصاص نداده‌ایم و منتظر ثبات بیشتر بازار هستیم تا حمایت‌های لازم را انجام دهیم مدیر امور مالی صنایع شیر ایران (پگاه) درباره افزایش قیمت محصولات لبنی نیز گفت: در صورت افزایش قیمت ماده اولیه، شرکت‌ها نیز بر اساس آن قیمت محصولات را تعیین و برای مراجع تصمیم‌گیر ارسال می‌کنند تا پس از بررسی مجوز افزایش نرخ صادر و سپس در کدال افشا شود به گفته وی، شرکت‌های زیرمجموعه پگاه به طور مستقل برای افزایش قیمت‌ها تصمیم‌گیری می‌کنند و افزایش قیمت‌ها به دلیل تنوع محصولات، به صورت متمرکز انجام نمی‌شود مدیر امور مالی صنایع شیر ایران (پگاه) در عین حال یادآور شد: افزایش قیمت محصولات پگاه باید در شورای نظارت تایید و توسط کارگروه ستاد تنظیم بازار بررسی و اعلام شود.



## سرمقاله

همت کنید این سفره آب رفته؛ جمع نشود! آذر فخری اقتصاد کشور ما در سال های ۹۰ و ۹۱ حدوداً ۱۰ درصد و در سال های ۹۷ و ۹۸ بیش از ۱۵ درصد کوچک شده است؛ به طور کلی طی ۱۴ سال گذشته سفره هر ایرانی ۳۰ درصد آب رفته است! طبق گزارش مرکز آمار ایران اغلب مردم کشور ما، در ۲۰۰ قلم کالا، کاهش مصرف داشته اند؛ بیشترین کاهش مربوط به مصرف شیر است که در سال ۹۸ نسبت به سال ۸۴ بیش از ۶۰ درصد کاهش پیدا کرده است.

همت کنید این سفره آب رفته؛ جمع نشود! آذر فخری اقتصاد کشور ما در سال های ۹۰ و ۹۱ حدوداً ۱۰ درصد و در سال های ۹۷ و ۹۸ بیش از ۱۵ درصد کوچک شده است؛ به طور کلی طی ۱۴ سال گذشته سفره هر ایرانی ۳۰ درصد آب رفته است! طبق گزارش مرکز آمار ایران اغلب مردم کشور ما، در ۲۰۰ قلم کالا، کاهش مصرف داشته اند؛ بیشترین کاهش مربوط به مصرف شیر است که در سال ۹۸ نسبت به سال ۸۴ بیش از ۶۰ درصد کاهش پیدا کرده است. برای سایر اقلام نیز کاهش مشاهده می شود: برنج (۴۰ درصد کاهش)، نان (۱۰ درصد کاهش)، گوشت دام (۴۵ درصد کاهش)، **فرآورده های شیر** (۳۰ درصد کاهش)، انواع میوه (۳۰ درصد کاهش)، سبزیجات (۴۰ درصد کاهش) و صیفی جات (۲۰ درصد کاهش) کوچک تر شدن سبد مصرفی نشانه ای از دو دوره رکود شدید در اقتصاد ایران است اقتصاد در سال های ۹۰ و ۹۱ حدوداً ۱۰ درصد و در سال های ۹۷ و ۹۸ بیش از ۱۵ درصد کوچک شده است که همین میزان تاثیر بسیاری بر اقتصاد تغذیه ای خانواده گذاشته است رشد قیمت گران شدن کالاها، نه با افزایش کم درصدی دستمزدها و نه با یارانه و طرح کمک معیشتی توانسته است جبران شود و مردم همچنان در حال تجربه کردن گرانی های دما می هستند که گریز و گزیری هم از آن ندارند و همتی برای کنترل این وضعیت هم از سوی مسئولان دیده نمی شود گرچه مسئولان مختلف سعی کرده اند با انواع حمایت های معیشتی، کمکی به سفره خانواده کنند، اما در نهایت همین مسئولان هم در برابر گرانی بیش از حد و متداوم، کوتاه آمده و اعلام شرمندگی کرده اند اما اعلام شرمندگی، تغییری در وضعیت معاش مردم ندارد و اگر این روند ادامه پیدا کند، معلوم نیست همین سفره کوچک شده، چه وضعیتی پیدا خواهد کرد قطع یارانه لبنیات در سال های اخیر، موجب گران شدن بی رویه لبنیات شده و کم مصرف مردم در این زمینه کاهش یافته است با آن که پس از قطع یارانه گفته شد این یارانه دوباره برقراری شود، اما هنوز خبری از پرداخت آن نیست در این میان برخی مسئولین نیز خبر از تعطیلی نیمی از واحدهای لبنی به دلیل قطع یارانه شیر و کاهش مصرف آن داده اند مسلماً کاهش یا حذف مواد لبنی به ویژه شیر که این روزها کره هم به آن پیوسته است، تاثیر بسیار منفی در سلامت خانواده و رشد کودکان به ویژه در مناطق محروم خواهد داشت

با این که در دوهه اخیر خانواده ایرانی کوچک تر شده، یعنی خانواده های جدید ترجیح داده اند یا فرزندی نداشته باشند یا به یک فرزند و در واقع نان خور اکتفا کنند؛ اما باز هم روند کوچک شدن سفره از کوچک شدن خانواده پیشی گرفته است و اغلب خانواده هایی تا این حد کوچک نیز، نمی توانند از عهده خرید و مصرف برخی کالاهای ضروری سبد معیشتی برآیند. در این میان آن چه بیشترین ضربه را به خانواده وارد آورده گران شدن مسکن و اجاره بهاست که بیشترین میزان درآمد خانواده را می بلعد چرا که خانواده ترجیح می دهد سرپناه داشته باشد و لاجرم در نهایت از هزینه خورد و خوراک و پوشاک خود می کاهد؛ در یک نگاه کلی هزینه خوراک کمترین سهم از کل بودجه خانوار را دارد این درحالیست که یکی از شاخص های سنجش رفاه خانواده میزان سهم هزینه خوراک از کل بودجه خانوار است سهم پایین تر قائل شدن برای تغذیه، حاکی از آن است که خانوار به ناچار بخش بزرگ تری از بودجه اش را صرف کالاها و خدمات ناگزیردیگر می کند [a\\_far99@gmail.com](mailto:a_far99@gmail.com)



شبکه ایرانیان

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۷:۵۱



بدون تصویر

## رشد ۴ برابری سود هدف پگاه آذربایجان غربی

ایرانیان\_افزایش ۴ برابری میزان سود ، هدف پگاه آذربایجان غربی در سال جاری است

سید فضل اله قریشی مدیرعامل پگاه آذربایجان غربی ، در مراسم تجلیل از همکاران بازارگستر ، با اشاره به عملکرد مطلوب این شرکت ، از رشد شاخص‌های تولید ، دریافت شیر و صادرات در ۵ ماهه سال جاری خبر داد مدیر عامل پگاه آذربایجان غربی ، با اشاره به عملکرد مطلوب حوزه فروش تاکید کرد : تحقق سود ۴ برابری پگاه آذربایجان غربی نیز در دستور کار شرکت قرار دارد گفتنی است ، مراسم تجلیل از همکاران بازار گستر شعبه ارومیه ، با حضور مدیرعامل و اعضاء هیئت مدیره پگاه آذربایجان غربی در محل شرکت بازارگستر برگزار شد



شبکه ایرانیان

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۷:۱۴



بدون تصویر

## پگاه خوزستان واحد صنعتی نمونه شد

ایرانیان\_شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، برای ششمین سال متوالی، واحد صنعتی نمونه استانی شناخته شد

با حضور غلامرضا شریعتی استاندار خوزستان و ریاست سازمان صنعت، معدن و تجارت خوزستان، لوح و تندیس واحد نمونه صنعتی خوزستان، به سید حسین موسوی مدیرعامل شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، اهدا شد. سیدحسین موسوی مدیرعامل شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، با اشاره به دستاوردهای شرکت در سال جاری، بهره‌گیری از تکنولوژی مناسب، توسعه بازارهای داخلی و صادراتی، افزایش تولید و ارتقای کیفیت را شاخص‌های انتخاب شرکت بعنوان واحد نمونه صنعتی برشمرد.



بدون تصویر

تسنیم

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۷:۰۹



بدون تصویر

## دستاوردهای یک ساله صنایع شیر ایران ، منتهی به مرداد ۹۹ نشان داد : تحقق بیشترین سودآوری و رشد شاخص های پگاه

تحقق بیشترین میزان سودآوری و بالاترین میزان دریافت شیرخام در ۶۵ سال اخیر ، دستاوردهای شرکت صنایع شیر ایران در یک سال اخیر است .

۹۹ درصد بیشترین میزان سودآوری و ۱۱ درصد رشد دریافت شیرخام ، بالاترین میزان دریافت شیرخام در ۶۵ سال اخیر ، دستاوردهای یکساله مرداد ۹۸ تا ۹۹ شرکت صنایع شیر ایران است توسعه بازارهای صادراتی و ارزآوری با ۴۸ درصد رشد و توسعه ۲۷ درصدی فروش داخلی نیز از اقدامات شاخص شرکت صنایع شیر ایران در یک سال اخیر است ، با هدف افزایش حضور ویتیرینی و تنوع محصولات ، ۲۵ محصول جدید در گروه های ماست ، دوغ و کشک ۵ ، گروه پنیر ۱۱ ، گروه خامه و کره ۵ و پودری ۴ محصول ، وارد بازار شده است



با اقتصاد

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۷:۰۷



بدون تصویر

## ۷ شرکت زیرمجموعه پگاه همچنان در صف بررسی هیات پذیرش فرابورس / از سهام شرکت‌های بورسی پگاه حمایت می‌کنیم

سهام ۷ شرکت زیرمجموعه صنایع شیر ایران، باید تا پایان امسال عرضه اولیه شوند و مدیر امور مالی صنایع شیر ایران (پگاه)، با تاکید بر این موضوع می‌گوید: پرونده ۷ شرکت زیرمجموعه پگاه برای ورود به بورس در مرحله بررسی هیات پذیرش قرار دارد و همچنان منتظر رسیدگی و اعلام نتیجه نظر کارشناسی شرکت فرابورس برای درج نماد و عرضه اولیه هستیم.

دکتر غلامرضا زینلی، در گفت‌وگو با خبرنگار بااقتصاد، می‌افزاید: با توجه به این‌که تمامی موارد و مدارک درخواستی شرکت فرابورس را ارائه داده‌ایم، در صورت پذیرش و درج نماد، شرکت‌های زیرمجموعه پگاه تا پایان امسال عرضه اولیه خواهند شد.

وی در پاسخ به این پرسش خبرنگار ما مبنی بر این‌که در صورت افزایش نرخ مواد اولیه مانند شیر خام، آیا محصولات صنایع شیر ایران هم تغییر قیمت خواهند داشت، تصریح می‌کند: در صورت افزایش قیمت ماده اولیه، شرکت‌ها نیز بر اساس آن قیمت محصولات را تعیین و برای مراجع تصمیم‌گیر ارسال می‌کنند تا پس از بررسی مجوز افزایش نرخ صادر و سپس در کدال افشا شود. مدیر امور مالی پگاه، می‌گوید: شرکت‌های زیرمجموعه پگاه به طور مستقل برای افزایش قیمت‌ها تصمیم‌گیری می‌کنند و افزایش قیمت‌ها به دلیل تنوع محصولات، به صورت متمرکز انجام نمی‌شود البته افزایش قیمت محصولات پگاه باید در شورای نظارت تایید و توسط کارگروه ستاد تنظیم بازار بررسی و اعلام شود زینلی درباره حمایت صنایع شیر ایران از سهام شرکت‌های بورسی خود در زمان اصلاح و ریزش بازار نیز، اظهار می‌کند: سهام تمامی شرکت‌ها در یک ماه گذشته روند نزولی داشته است و پگاه هم متاثر از رویکرد بازار بود با بهبود شرایط بازار، پگاه نیز از سهام شرکت‌هایش حمایت خواهد کرد به گفته وی، صنایع شیر به عنوان سهامدار عمده شرکت‌های پگاه، در زمان اصلاح بازار، بیش‌تر از سهامداران حقیقی متضرر شده است و از طریق صندوق بازارگردانی سهام پگاه از سهام‌ها حمایت و معاملات شرکت‌های بورسی پگاه از طریق این صندوق انجام می‌شود مدیر امور مالی صنایع شیر، ادامه می‌دهد: هنوز بودجه مازاد برای حمایت از بازار اختصاص ن داده‌ایم و منتظر ثبات بیشتر بازار هستیم تا حمایت‌های لازم را انجام دهیم.

گفتنی است؛ پگاه زنجان، پگاه کرمان، پگاه همدان، صنایع بسته‌بندی پگاه، کشت‌و صنعت پگاه فارس و کشت‌و صنعت پگاه همدان که از مطلوب‌ترین شرکت‌های صنایع شیر ایران هستند، در مرحله پذیرش فرابورس قرار دارند و عرضه اولیه سهام این شرکت‌ها تا پایان امسال انجام خواهد شد. همچنین قرار است فاز دوم عرضه سهام شرکت‌های زیرمجموعه صنایع شیر ایران (پگاه) در سال ۱۴۰۰ اجرا شود.





مستقل آنلاین

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۵:۱۵



بدون تصویر

## فرمول جادویی ساختن ماهیچه و سیستم عصبی قدرتمند

برای افزایش قد کودکان ، یک فرمول جادویی وجود دارد کافی است تا لبنیات که سرشار از کلسیم است را به رژیم غذایی روزانه کودک وارد کنید تا نگرانی‌تان در مورد کوتاهی قد او برطرف شود

تغذیه مناسب و رژیم غذایی درست نقش اساسی و بسیار مهمی در افزایش قد کودکان دارد رژیم غذایی متعادل غنی از کلسیم ، فسفر ، ید و منیزیم برای رشد کافی کودکان ، ضروری است در واقع کودکی و نوجوانی بهترین زمان برای ساختن استخوان‌های قدرتمند است کودک اگر به اندازه کافی کلسیم مصرف کند ، ماهیچه‌هایش هم قدرت می‌گیرند ، سیستم عصبی‌اش تقویت می‌شود و قلبش هم بهتر کار می‌کند علاوه بر این ، باید او را به نوشیدن روزانه هشت تا ۱۰ لیوان آب هم تشویق کنید تا سموم بدنش دفع شوند وعده اول : صبحانه‌ای برای قد بلنדהا؛ کودکانی که یک صبحانه سالم می‌خورند ، قادرند نیازهای تغذیه ای روزانه خود را تأمین و وزن خود را کنترل کنند این کودکان سطح کلسترول پایین‌تری داشته و احتمال این که کودکانی که صبحانه می‌خورند ، غذاهایی با سطح مناسب از املاحی چون کلسیم ، فسفر ، منیزیم و ویتامین ها مانند ریبو فلاوین ، ویتامین آ ، ث ، ب۱۲ و فولات دریافت کنند بیشتر از کودکانی است که وعده صبحانه را حذف می‌کنند در نتیجه در مقایسه با بقیه کودکان دیگر افزایش قد طبیعی خواهند داشت ؛ در کودکانی که کاهش وزن دارند با صبحانه نخوردن نمی‌توانند میزان کالری از دست رفته را در وعده‌های دیگر جبران کنند و برعکس ، در مورد کودکانی که افزایش وزن دارند عدم مصرف صبحانه باعث پرخوری بیش از حد آنها در ساعات بعدی روز می‌شود که همگی در روند افزایش قد موثر است ؛ مصرف یک واحد لبنیات (یک لیوان شیر ، یک لیوان سرخالی ماست ، دو لیوان دوغ یا نصف قوطی کبریت پنیر) در وعده صبحانه هم توصیه می‌شود اگر می‌خواهید یک سهم شیری که به صبحانه فرزندتان وارد می‌کنید ، مواد مغذی بیشتری را به بدن او برساند ، بهتر است سراغ شیرهای غنی‌شده بروید وعده دوم : میان وعده را فراموش نکنید؛ مصرف میان وعده‌ها برای تمامی افراد لازم است؛ اما کودکان ، نوجوانان و افرادی که به دنبال افزایش رشد هستند بیشتر از سایرین باید به آن توجه کنند و میان وعده‌های مناسب را باید در برنامه غذایی خود بگنجانند اما نکته مهم این است که انتخاب میان وعده‌ها به شرایط جسمی و نوع زندگی و میزان فعالیت فرد بستگی دارد و با توجه به این موارد باید بهترین انتخاب را داشت برای میان وعده می‌توانید از انواع کیک و پای و دسر استفاده کنید یادتان نرود که یک و نیم لیوان بستنی هم به اندازه یک لیوان شیر کلسیم دارد وعده سوم : نهار با کلسیم اضافه؛ حبوبات به دلیل پروتئین گیاهی و املاح فراوانی که دارند ، همیشه مورد توجه متخصصان تغذیه هستند و توصیه می‌شود در رژیم غذایی هفتگی تمام گروه‌های سنی گنجانده شود ؛ البته این مواد غذایی چندان مورد علاقه بچه‌ها نیستند؛ بنابراین به والدین توصیه می‌شود آنها را همراه مواد غذایی که بچه‌ها به خوردنشان علاقه دارند وارد برنامه غذایی کنند ؛ پیشنهاد یک کاسه آش خوشمزه با سبزی معطر همراه با کشک می‌تواند گزینه مناسبی باشد یک چهارم لیوان کشک به اندازه یک لیوان شیر کلسیم دارد وعده چهارم : میان وعده دوم را جا نیندازید؛ ماست می‌تواند یک پیشنهاد عالی برای میان وعده باشد و در تهیه میان‌وعده‌های مغذی برای کودکان از آن استفاده شود شما می‌توانید دانه‌هایی مانند گردو ، کشمش ، بادام زمینی ، پسته و فندق را درون ماست بریزید و به صورت عصرانه یا چاشت به عنوان میان وعده میل کنید اگر فرزندتان زیر دو سال است بهتر است به او ماست پرچرب بدهید؛



ادامه خبر صفحه قبل

[ ۲ ]

مستقل آنلاین

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۵:۱۵



بدون تصویر

اما بعد از دوسالگی می‌توانید کلسیم مورد نیازش را با ماست‌های کم‌چرب تامین کنید وعده پنجم : شام هم باید حاوی کلسیم باشد؛ شام بچه‌ها و نوجوان‌هایی که در سن رشد هستند باید حتما یک وعده غذایی کامل و شامل تمام گروه‌های غذایی باشد در کنار وعده شام استفاده از دوغ می‌تواند گزینه مناسبی باشد چرا که به بهبود وضعیت گلوکز خون ، نشانگرهای زیستی درون رگی و همچنین وضعیت لیپیدها کمک کرده و دیابت نوع دو را کنترل می‌کند دو لیوان دوغ به اندازه یک لیوان شیر به کودکان کلسیم می‌رساند وعده ششم : دوز کلسیم قبل از خواب را از یاد نبرید؛ خواب کافی یک نیاز مبرم و بسیار بسیار مهم است چرا که هورمون رشد برای افزایش قد کار خود را زمانی انجام می‌دهد که شما به خواب عمیق فرو رفته باشید توجه داشته باشید که بسیاری از هورمون‌های بدن در زمان‌های خاصی ترشح می‌شوند و اینطور نیست که در هر زمان از شبانه‌روز تاثیر یکسانی داشته باشند از این رو خواب کافی شب هنگام ، بسیار برای رشد بدن ضروری است ؛ مدت زمان جذب و هضم شیر حدود سه تا چهار ساعت است به همین دلیل گفته می‌شود یکی از بهترین زمان‌ها برای مصرف شیر قبل از خواب است تا در طول خواب ، بدن با جذب آن نیاز پروتئینی خود را تامین کند ؛ شیر تأمین کننده تریپتوفان است و گزینه مناسبی برای یک خواب با کیفیت و ترشح بیشتر هورمون رشد جهت افزایش قد است؛ چرا که خواب شبانه یکی از فاکتورهای مهم در افزایش قد است ؛ بعضی از متخصصان می‌گویند رمز موفقیت برای افزایش قد کودک این است که روز را با شیر شروع کنید و با شیر به پایان برسانید ! روابط عمومی شرکت **صنایع شیر** ایران (پگاه)



فراسو

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۵:۰۰



بدون تصویر

## پگاه خوزستان واحد صنعتی نمونه شد

شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، برای ششمین سال متوالی، واحد صنعتی نمونه استانی شناخته شد.

با حضور غلامرضا شریعتی استاندار خوزستان و ریاست سازمان صنعت، معدن و تجارت خوزستان، لوح و تندیس واحد نمونه صنعتی خوزستان، به سید حسین موسوی مدیرعامل شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، اهدا شد. سیدحسین موسوی مدیرعامل شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، با اشاره به دستاوردهای شرکت در سال جاری، بهره‌گیری از تکنولوژی مناسب، توسعه بازارهای داخلی و صادراتی، افزایش تولید و ارتقای کیفیت را شاخص‌های انتخاب شرکت بعنوان واحد نمونه صنعتی برشمرد.



## دسرهای شیری میان وعده‌هایی مطبوع و مقوی / مگنولیا دسر شیری جذاب و متفاوت

تغذیه متعادل و استفاده مستمر از گروه شیر و لبنیات یکی از پایه‌های اساسی سلامت و افزایش دهنده رشد جسمی و ذهنی است در این میان دسرهای لبنی از جمله میان وعده‌هایی است که علاوه بر طعم مطبوع، ارزش غذایی بالایی دارد

به گزارش ایران اکونومیست به نقل از روابط عمومی شرکت **صنایع شیر** ایران (پگاه)، تحقیقات مستمر در مورد فرآورده‌های لبنی نشان داده است که همبستگی بالایی بین مصرف این فرآورده‌ها و سطح سلامتی افراد جامعه وجود دارد در میان انواع دسر ساده و سریع با شیر، دسر مگنولیا را می‌توانید با خیال راحت برای پذیرایی در مهمانی‌ها استفاده کنید این دسر شیری که به سادگی آماده می‌شود، ارزش غذایی بالایی داشته و بسیار خوشمزه است دسر مگنولیا همانند دسر پان اسپانیا یک نوع دسر لایه به لایه مجلسی شیک و خوشمزه است مواد اصلی دسر مگنولیا شیر، نشاسته، شکر، تخم مرغ، خامه، بیسکوئیت و موز یا توت فرنگی است شاید در ابتدا فکر کنید درست کردن این دسر ساده نیست و نمی‌توانید از پس آن بیایید ولی اگر دست به کار شوید، متوجه خواهید شد که کار بسیار ساده و آسانی است اگر دوست دارید برای یکبار هم که شده طعم و مزه این دسر لایه به لایه خوشمزه را امتحان کنید

مواد اولیه: شیر: ۳ لیوان آرد سفید: ۳ قاشق غذاخوری نشاسته ذرت: ۳ قاشق غذاخوری شکر: نصف لیوان زرده تخم مرغ: ۱ عدد وانیل: نصف قاشق غذاخوری خامه: نصف پاکت موز یا توت فرنگی: به میزان دلخواه بیسکوئیت پتی بور و یا هر بیسکوئیت ساده: ۱۰۰ گرم گردو خرد شده: به میزان دلخواه طرز تهیه: ۱ برای درست کردن دسر مگنولیا خانگی خوشمزه ابتدا در آرد را در یک تابه روی حرارت ملایم گذاریم و کمی تفت می‌دهیم تا بوی خامی آرد گرفته شود. موزها را به صورت دایره ای برش می‌زنیم و بیسکوئیت را داخل غذاساز پودر می‌کنیم اگر به غذاساز دسترسی نداشتید می‌توانید آن را بین دو نایلون قرار بدهید و با گوشکوب خرد کنید گردو را هم با دست خرد می‌کنیم ۲ حالا در یک قابلمه شیر را به مدت دو دقیقه روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم تا شیر کمی ولرم شد سپس شکر را اضافه می‌کنیم و به صورت مرتب هم می‌زنیم تا شکر به طور کامل در شیر حل شود ۳ سپس نشاسته را اضافه می‌کنیم و به صورت مرتب و سریع هم می‌زنیم تا نشاسته گلوله گلوله نشود و کاملاً مخلوط شود حالا آرد را به تدریج در سه مرحله اضافه می‌کنیم توجه کنید باید با یک دست آرد را به تدریج اضافه کنید و با دست دیگر مدام هم بزینید تا آرد گلوله گلوله نشود و کرم صاف و یکدستی داشته باشیم ۴ وقتی که موادمان به غلظت فرنی رسید، از روی حرارت برمی‌داریم و صبر می‌کنیم تا کمی خنک شود در این مدت زمان زرده تخم مرغ را به همراه وانیل در یک کاسه می‌ریزیم و با قاشق یا چنگال به مدت دو تا سه دقیقه هم می‌زنیم ۵ حالا مخلوط زرده تخم مرغ و وانیل را در حالی که به موادمان اضافه می‌کنیم با قاشق هم می‌زنیم تا زرده تخم مرغ به خوبی حل شود سپس مجدداً قابلمه را روی حرارت ملایم می‌گذاریم و به مدت یک دقیقه دیگر روی حرارت هم می‌زنیم ۶ سپس خامه به دمای محیط رسیده را با همزن برقی به مدت ۷ تا ۸ دقیقه هم می‌زنیم تا کاملاً فرم بگیرد حالا خامه فرم گرفته را به موادمان اضافه می‌کنیم و سه دقیقه هم می‌زنیم تا خامه به خوبی با موادمان مخلوط شود ۷ در این مرحله داخل جام‌های خود ابتدا یک لایه کرم می‌ریزیم سپس یک ردیف بیسکوئیت خرد ش



ادامه خبر صفحه قبل

[ ۲ ]

ایران اکتونومیست

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۰:۲۸

ده و دوباره یک لایه کرم می ریزیم و روی کرم کمی موز یا توت فرت رنگی برش داده شده می ریزیم سپس مجدداً یک لایه کرم و بعد مقداری گردوی خرد شده و بیسکوئیت می ریزیم و به همین شکل لایه به لایه ادامه می دهیم تا جام ها پر شود ۸ حالا روی جام ها را می توانید با موز یا توت فرنگی و هر میوه دیگر که دوست داشتید تزئین کنید سپس جام ها را به مدت ۶ تا ۸ ساعت در یخچال استراحت می دهیم نکات تکمیلی دسر مگنولیا شما می توانید دسر مگنولیا را به صورت شکلاتی هم درست کنید برای این کار مقداری شکلات خرد شده داخل کرم می ریزیم تا بدین ترتیب دسر مگنولیا شکلاتی داشته باشیم





ایران نو

۱۳۹۹/۰۶/۲۵

۱۰۰۰۰



بدون تصویر

## پگاه خوزستان واحد صنعتی نمونه شد

شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، برای ششمین سال متوالی، واحد صنعتی نمونه استانی شناخته شد.

با حضور غلامرضا شریعتی استاندار خوزستان و ریاست سازمان صنعت، معدن و تجارت خوزستان، لوح و تندیس واحد نمونه صنعتی خوزستان، به سید حسین موسوی مدیرعامل شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، اهدا شد. سیدحسین موسوی مدیرعامل شرکت شیر پاستوریزه پگاه خوزستان، با اشاره به دستاوردهای شرکت در سال جاری، بهره‌گیری از تکنولوژی مناسب، توسعه بازارهای داخلی و صادراتی، افزایش تولید و ارتقای کیفیت را شاخص‌های انتخاب شرکت بعنوان واحد نمونه صنعتی برشمرد.