

یکشنبه

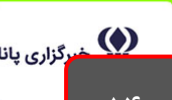


پگاه در رسانه

news

گزیده اخبار و رویدادها

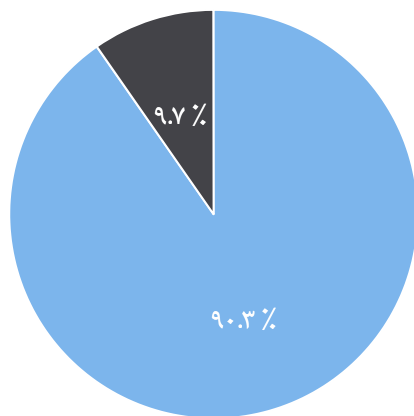
بولتن شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) و شرکتهای تابعه



۱۴۰۰/۰۱/۱۴ - ۱۴۰۰/۰۱/۱۵

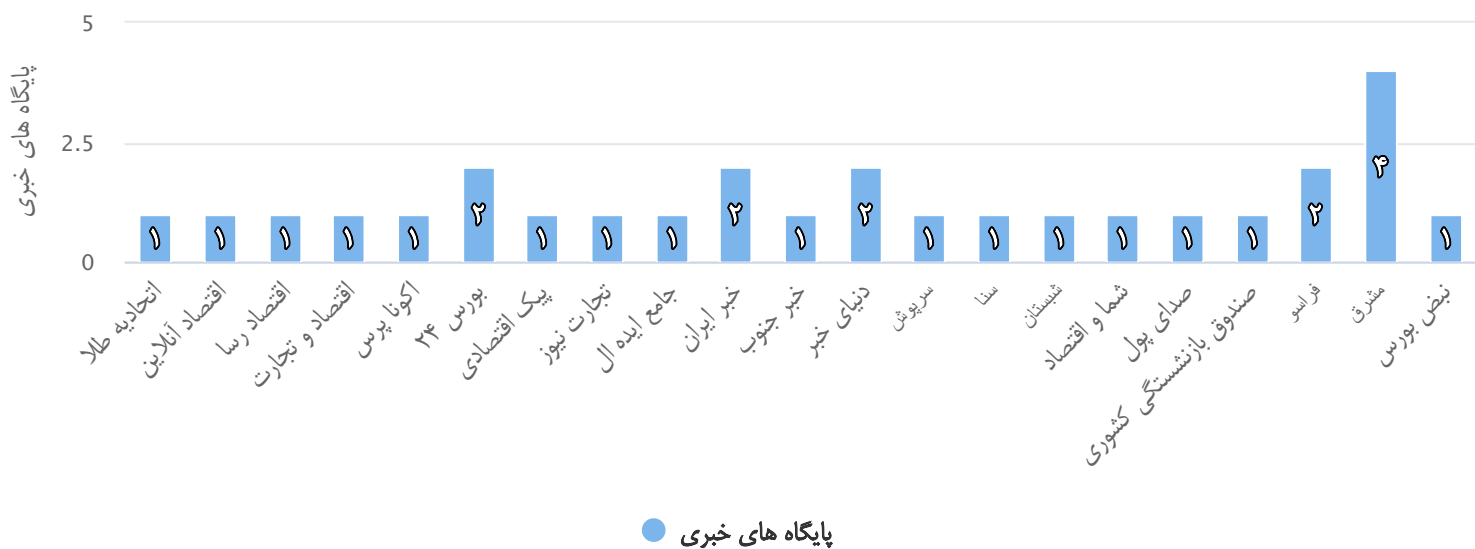


درصد فراوانی اخبار بولتن به تفکیک نوع رسانه



- خبرگزاری
- روزنامه

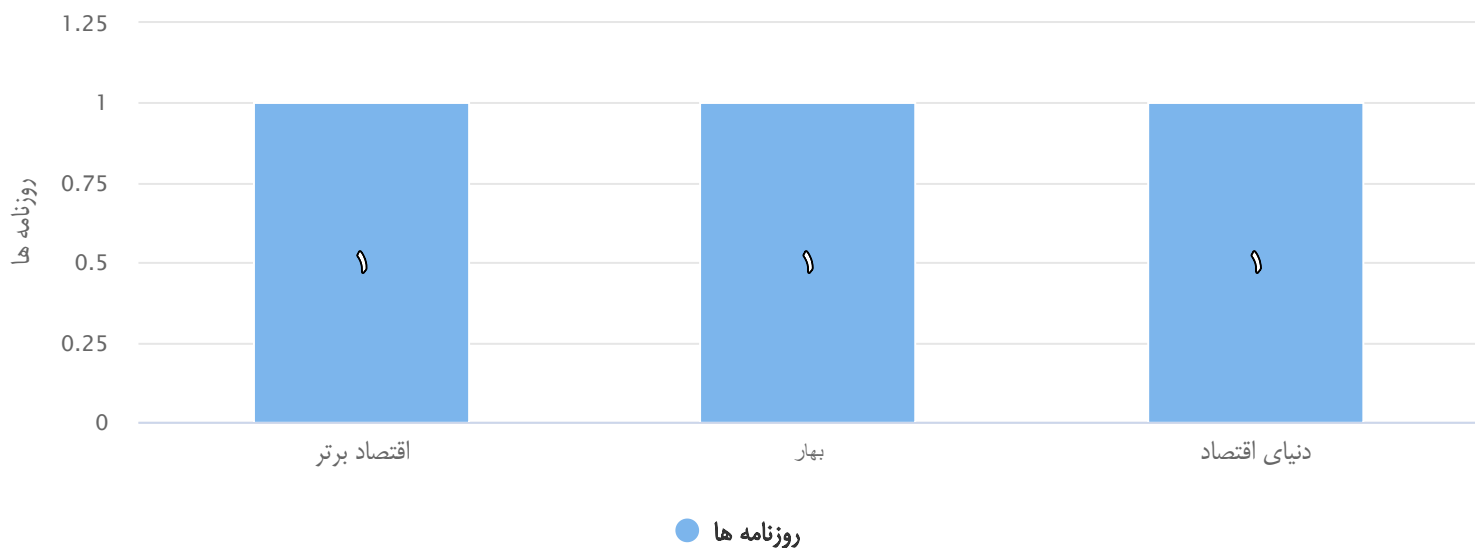
نمودار توزیع فراوانی مطالب منتشره در پایگاه های خبری



- پایگاه های خبری

Highcharts.com

نمودار توزیع فراوانی مطالب منتشره در روزنامه ها



- روزنامه ها

Highcharts.com

پگاه

۶	شبهان ۱۰:۱۹	در آغاز معاملات امروز/شاخص کل بورس ریزش ۴۵۳۶ واحدی داشت	
۸	مشرق ۰۹:۵۵	نقشه بازار سهام بر اساس ارزش معاملات +عکس	
۹	اکونا پرس ۰۹:۰۶	توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه	
۱۰	نیض بورس ۰۸:۵۰	پیش بینی بورس امروز	
۱۱	مشرق ۰۸:۳۳	بورس امروز سبز می شود یا قرمز؟ +جدول	
۱۳	خبر جنوب ۰۰:۳۴	در این شرایط شیر تو شیر ماست هم گران شد	
۱۴	سرپوش ۲۲:۲۹	گرانی مجدد لبنیات/ افزایش قیمت ماست برای چندمین بار طی ۴ ماه گذشته	
۱۵	شما و اقتصاد ۲۰:۴۰	توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه	
۱۶	بورس ۲۴ ۱۹:۰۷	جهش ۴۸ درصدی فروش «غشان» در ۱۲ ماهه	
۱۷	بهار	قیمت ماست باز هم گران شد	
۱۸	صدای پول ۱۷:۰۰	برگزاری جلسه مدیران مالی و انبار پگاه	
۱۹	دنیای خبر ۱۷:۰۰	توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه	
۲۰	دنیای خبر ۱۷:۰۰	با کشک دستگاه هاضمه را ضدعفونی کنید	
۲۱	اقتصاد و تجارت ۱۷:۰۰	با کشک دستگاه هاضمه را ضدعفونی کنید	
۲۳	فراسو ۱۷:۰۰	توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه	
۲۴	تجارت نیوز ۱۶:۰۲	گرانی مجدد لبنیات/ چرا ماست گران شد؟	
۲۵	اتحادیه طلا ۱۵:۵۱	کدال نگر ۱۴ فروردین ۱۴۰۰ / رکوردشکنی پتروشیمی نوری در فروش اسفندماه	
۲۸	بورس ۲۴ ۱۳:۰۹	پگاه فارس در ۱۲ ماهه عالی بود	
۲۹	جامع ایده ال ۱۲:۴۳	با کشک دستگاه هاضمه را ضدعفونی کنید	
۳۱	پیک اقتصادی ۱۲:۳۰	با کشک دستگاه هاضمه را ضدعفونی کنید	
۳۲	دنیای اقتصاد	ریزش ۴۵۰۰ واحدی شاخص کل بورس	
۳۳	فراسو ۱۱:۱۳	بازدید نائب رئیس کمیسیون برنامه و بودجه مجلس از پگاه تبریز	
۳۴	خبر ایران ۱۱:۱۳	خواص باورنکردنی کشک	
۳۶	خبر ایران ۱۱:۱۳	توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه	
۳۷	۱۱:۱۳	استراتژی پگاه "توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا" است	

اقتصاد آنلاین ۱۱:۱۳ ۳۸	سنگین ترین صف‌های خرید و فروش	
اقتصاد رسا ۱۱:۱۳ ۳۹	با کشک دستگاه هاضمه را ضد عفونی کنید	
اقتصاد برتر ۴۱	گزارش بورس امروز ۱۴ فروردین ۱۴۰۰	
مشرق ۱۰:۳۴ ۴۲	صف های خرید و فروش امروز در بورس +جدول	
سنا ۱۰:۳۱ ۴۳	رشد ۱۹۱ درصدی تامین مالی در فرابورس	
مشرق ۱۰:۰۰ ۴۶	نقشه بازار سهام بر اساس ارزش معاملات +عکس	

پگاہ



شبهستان

۱۴۰۰/۰۱/۱۵

۱۰:۱۹



در آغاز معاملات امروز/ شاخص کل بورس ریزش ۴۵۳۶ واحدی داشت

شاخص کل بورس در آغاز معاملات امروز با ریزش ۴۵۳۶ واحدی در ارتفاع یک میلیون و ۲۷۸ هزار واحد قرار گرفت

به گزارش خبرنگار اقتصادی خبرگزاری شبهستان، امروز (یکشنبه ۱۵ فروردین) شاخص کل بورس در آغاز معاملات امروز با ریزش ۴۵۳۶ واحدی در ارتفاع یک میلیون و ۲۷۸ هزار واحد قرار گرفت بر اساس جدول نمادهای تاثیرگذار بر شاخص کل بورس صبح امروز نمادهای شستا، شپنا، فملی، تاپیکو، فولاد، کگل و حکشتی به ترتیب با ۷۴۶، ۵۱۳، ۴۰۰، ۳۶۷، ۲۶۱، ۲۰۰ و ۱۹۴ واحد ریزش بیشترین تاثیر منفی را بر شاخص کل بورس داشتند صبح امروز نمادهای برکت گروه دارویی برکت، شستا سرمایه گذاری تامین اجتماعی، اپال فرآوری معدنی اپال کانی پارس، رانفور خدمات انفورماتیک، فباهتر مس شهیدباهنر، حکشتی کشتیرانی جمهوری اسلامی ایران و سیتا سرمایه گذاری سیمان تامین در صدر لیست نمادهای پریبینه بورس قرار داشتند بنابراین گزارش امروز (یکشنبه ۱۵ فروردین) شاخص کل فرابورس با ریزش ۳۹ واحدی در ارتفاع ۱۷ هزار و ۹۶۳ واحد قرار گرفت

صبح امروز نمادهای رافزا رایان هم افزا، آریا پلیمر آریا ساسول، بیپوند برق و انرژی پیوندگستر پارس، غفارس، شیر پاستوریزه، پگاه فارس، بگیلان توسعه مسیر برق گیلان، ثباغ شهر سازی و خانه سازی باغمیشه و صبا سرمایه گذاری صبا تامین در صدر لیست نمادهای پریبینه فرابورس قرار داشتند. این در حالی است روز گذشته (شنبه ۱۴ فروردین) اولین روز کاری بورس در هفته جاری با ریزش ۳۶۰۶ واحدی شاخص کل بورس و قرار گرفتن این نماد در ارتفاع یک میلیون و ۲۹۰ هزار واحدی آغاز شد و این روند تا پایان روز گذشته ادامه داشت تا جایی که شاخص کل بورس اوراق بهادار با کاهش ۱۱ هزار و ۶۴۸ واحدی معادل ۹۰ درصد به یک میلیون و ۲۸۲ هزار و ۸۷۴ واحد رسید براساس جدول معاملاتی روز گذشته شاخص قیمت (وزنی ارزشی)، با کاهش ۳۰۳۲ واحدی معادل ۹۰ درصد به رقم ۳۳۴ هزار و ۲۶ واحد رسید شاخص کل هم وزن نیز، با افت ۱۵۳۳ واحدی معادل ۳۵ درصد، عدد ۴۴۱ هزار و ۱۱۴ واحد را به نمایش گذاشت شاخص قیمت (هم وزن) نیز با کاهش ۹۹۹ واحدی به رقم ۲۸۷ هزار و ۳۸۸ واحد رسید همچنین شاخص سهام آزاد شناور، ۱۳۲۸۷ واحد کاهش را رقم زد و به سطح یک میلیون و ۸۰۵ هزار واحد رسید همچنین شاخص بازار اول با ۹۴۱۲ واحد کاهش به رقم ۹۴۵ هزار و ۲۷۹ واحد رسید و شاخص بازار دوم نیز، با ۲۰۴۸۶ واحد کاهش همراه بود و عدد ۲ میلیون و ۵۷۲ هزار واحد را به نمایش گذاشت بر اساس جدول نمادهای تاثیرگذار بر شاخص کل بورس صبح روز گذشته نمادهای فملی، شستا، شپنا، شتران، فارس، فولاد، شپدیس به ترتیب با ۶۰۰، ۵۳۳، ۵۱۳، ۳۵۶، ۲۸۷، ۲۶۱ و ۲۰۲ واحد افت بیشترین تاثیر منفی را بر شاخص کل بورس داشتند صبح روز گذشته نمادهای برکت گروه دارویی برکت، فاراک ماشین سازی اراک، شستا سرمایه گذاری تامین اجتماعی، پتایر ایران تایر، شپنا پالایش نفت اصفهان، اپال فرآوری معدنی اپال کانی پارس و شتران پالایش نفت تهران در صدر لیست نمادهای پریبینه بورس قرار داشتند بنابراین گزارش در پایان معاملات روز گذشته نمادهای معاملاتی فولاد، فملی، شستا، فارس، کچاد، شپنا و پارس با بیشترین کاهش، تاثیر منفی در روند شاخص کل بورس داشتند در مقابل، نمادهای معاملاتی رانفور، حکشتی، سپ و فولاد، بیشترین تاثیر مثبت را در برآورد نماگر کل بورس داشتند همچنین بیشترین افزایش قیمت متعلق به نماد رانفور(خدمات انفورماتیک) با ۵۸ درصد رشد و پس از آن، نمادهای فاراک، سپ، فباهتر، ولساپا و فولاد بود همچنین نماد معاملاتی وسینا(بانک سینا) با ۹۹ درصد، بیشترین کاهش قیمت را داشت و پس از آن نیز، نمادهای بوعلی، کاوه، نوری، فولاد،



ادامه خبر صفحه قبل
[۲]

شبستان

۱۴۰۰/۰۱/۱۵

۱۰:۱۹



شیران و شپنا قرار گرفتند و معامله گران بورس ۱ میلیارد و ۸۰۱ میلیون برگه بهادار و سهام را در قالب ۲۹۱ هزار و ۹۰۴ نوبت معامله و به ارزش ۳۳ هزار و ۹۵۶ میلیارد ریال داد و ستد کردند پایان پیام/۵۰



مشرق

۱۴۰۰/۰۱/۱۵

۰۹:۵۵



بدون تصویر

نقشه بازار سهام بر اساس ارزش معاملات +عکس

شاخص کل بورس پس از افت پنج هزار و هشت واحدی (۰.۴ درصد) در ارتفاع یک میلیون و ۲۷۷ هزار واحد قرار گرفت

به گزارش سرویس بورس مشرق، در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه شاخص کل بورس پس از افت پنج هزار و هشت واحدی (۰.۴ درصد) در ارتفاع یک میلیون و ۲۷۷ هزار واحد قرار گرفت و شاخص کل هم وزن با کاهش ۱۰ درصدی مواجه شد آخرین قیمت ۲۴ نماد حداقل یک درصد نسبت به قیمت روز قبل آن ها افزایش یافته و ۴۶۷ نماد با کاهش بیش از یک درصدی قیمت همراه بوده اند نمادهای برکت، شستا، اپال، رانفور، فباهنر، حکشتی و سیتا در گروه پرتراکنش ترین های بورس و نمادهای رافزا، آریا، بیپوند، **غفارس**، بگیلان، ثباغ و صبا در گروه پرتراکنش ترین های فرابورس قرار گرفتند ارزش کل معاملات خرد بورس و فرابورس نیز در مجموع به حدود ۶۰۰ میلیارد تومان رسید حقیقی ها تا ساعت مورد اشاره رقمی در حدود ۱۷۵ میلیارد تومان نقدینگی از بازار خارج کردند



بدون تصویر

توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه

توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا، یکی از اهداف اصلی شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران، در سال ۱۴۰۰، است

عبداله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران در دیدار نوروزی با همکاران شرکت بازرگانی، با اعلام این مطلب، افزود: کسب عنوان صادرکننده ممتاز برای دومین بار و شکستن رکورد صادرات، موید عملکرد مطلوب سال گذشته شرکت، بوده است وی افزود: صادرات و فروش داخلی، نکات حائز اهمیت است و بخش اعظم بودجه در نظر گرفته شده شرکت صنایع شیر ایران در سال جاری که در نوع خود بی نظیر است، با عملکرد مطلوب شرکت بازرگانی، محقق می‌شود یغمور قلی‌زاده مدیرعامل شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران نیز گفت: با توجه به شرایط و مشکلات موجود صادرات در ایام کرونا، با برنامه ریزی و همت عالی همکاران شرکت، از تهدیدها فرصت ساخته و عملکرد مطلوبی را برای شرکت به‌ویژه در نیمه سال ۹۹، ثبت کردیم وی تأکید کرد: موانع و مشکلات پیش روی صادرات نیازمند توجه ویژه و خاص است و حفظ کیفیت محصولات تولیدی، تصمیم‌گیری به موقع از جمله نکاتی است که مدیران ارشد بایستی در این حوزه مد نظر قرار دهند گفتنی است، در این جلسه، معاونان شرکت بازرگانی نیز، نظرات خود را بیان کردند



پیش بینی بورس امروز

دیروز با افت قیمت دلار شاخص بورس هم سقوط کرد آیا این همسویی ادامه خواهد یافت؟

به گزارش نبض بورس ، در روز شنبه شاخص کل بورس ۱۱ هزار و ۶۴۸ واحد افت کرد و به رقم یک میلیون و ۲۸۲ هزار واحد رسید تا پنجمین روز نزولی پیاپی را پشت سر بگذارد شاخص کل هم وزن نیز هزار و ۵۳۳ واحد پایین آمد و در رقم ۴۴۱ هزار و ۱۱۴ واحد ایستاد همچنین شاخص کل فرابورس ۱۱۹ واحد نزول کرد و به رقم ۱۸ هزار و ۳ واحد رسید در پایان معاملات روز شنبه ، تنها ۲۶ نماد رشد قیمت و ۳۷۳ نماد کاهش قیمت داشتند ، به عبارت دیگر ، ۵ درصد بازار رشد قیمت داشتند و ۷۹ درصد بازار افت قیمت داشتند بیشترین افزایش قیمت روز شنبه در بورس شرکت های خدمات انفورماتیک (رانفور) ، ماشین سازی اراک (فاراک) و پرداخت الکترونیک سامان کیش (سپ) بیشترین افزایش قیمت را ثبت کردند در فرابورس نیز شرکت های رایان هم افزا (رافزا) ، هتل پارسیان کوثر اصفهان (گکوثر) و بیمه معلم (ومعلم) بیشترین افزایش قیمت را داشتند بیشترین کاهش قیمت در بورس نمادهای وسینا (بانک سینا) ، بوعلی (پتروشیمی بوعلی) و کاوه (فولاد کاوه جنوب کیش) در روز شنبه بیشترین کاهش قیمت بازار را داشتند و در معاملات فرابورس پلیمر آریا سایول (آریا) ، پتروشیمی زاگرس (زاگرس) و موسسه اعتباری ملل (وملل) بیشترین کاهش قیمت را داشتند عرضه و تقاضای بازار عرضه و تقاضای بورس در انتهای معاملات روز شنبه ، علامتی کارآمد برای پیش بینی عرضه و تقاضای بازار سهام در روز یکشنبه است در پایان معاملات روز شنبه بازار با مازاد عرضه ۲ هزار و ۸۴۷ میلیارد تومانی بسته شد که بالاترین رقم مازاد عرضه در سال جدید است افزایش ارزش صف های فروش در پایان معاملات شنبه ۳۷۴ نماد صف فروش و تنها ۷ نماد صف خرید داشتند ارزش صف های خرید نسبت به روز چهارشنبه یک درصد کاهش یافت و به رقم ۹۹ میلیارد تومان رسید ارزش صف های فروش نیز ۳۹ درصد افزایش یافت و ۲ هزار و ۹۴۶ میلیارد تومان شد بیشترین تقاضاها در روز شنبه شرکت پگاه گیلان (با نماد معاملاتی **غگیلا**) با صف خرید ۵۹ میلیارد تومانی در صدر جدول تقاضای بازار قرار گرفت پس از **غگیلا** ، رافزا (شرکت رایان هم افزا) و شصتف (صنعتی دوده فام) بیشترین صف خرید را داشتند بیشترین عرضه ها روز گذشته بیشترین صف فروش نیز به شپنا (پالایش نفت اصفهان) تعلق داشت که در پایان معاملات صف فروش ۹۴ میلیارد تومانی داشت پس از شپنا ، سنیر (سیمان سفید نی ریز) و خسایا (خودروسازی سایپا) بیشترین صف فروش را داشتند پیش بینی بورس امروز شاخص کل بورس که در تمام روزهای کاری سال ۱۴۰۰ نزولی بوده دیروز هم برای پنجمین روز پیاپی ریزش کرد و بیشترین میزان سقوط در سال جدید را ثبت کرد همچنین برای ششمین روز متوالی شاهد خروج پول های حقیقی از بورس بودیم دیروز رقم خالص تغییر مالکیت حقیقی به حقوقی ۷۳۶ میلیارد تومان بود که بالاترین رقم در ۱۰ روز کاری گذشته از ۲۳ اسفند ماه تاکنون است بنابراین روز شنبه را می توان بدترین روز بورس در سال ۱۴۰۰ نامید پس از آن که شاخص کل بورس سطح حمایت مهم یک میلیون و ۳۰۰ هزار واحد را از دست داد هر روز بر سرعت نزول بورس افزوده شد تحلیل گران تکنیکی سطح حمایت بعدی را یک میلیون و ۲۵۷ هزار واحد معرفی می کنند شاخص کل فعلا در فاصله ۲۵ هزار واحدی سطح حمایت بعدی قرار دارد و آهسته و پیوسته به سمت پایین حرکت می کند روز گذشته ریزش شاخص کل تحت تاثیر کاهش قیمت دلار شتاب بیشتری گرفت دیروز دلار پس از مدت ها کانال ۲۵ هزار تومانی را ترک کرد و به محدوده ۲۴ هزار تومانی منتقل شد بنابراین به نظر می رسد اگر چشم انداز احیای برجام امیدوارکننده تر شود و قیمت دلار از ۲۴ هزار تومان هم پایین تر رود شاخص بورس هم به روند نزولی خود ادامه دهد منبع : اقتصادنیوز



بدون تصویر

بورس امروز سبز می شود یا قرمز؟ + جدول

دیروز با افت قیمت دلار شاخص بورس هم سقوط کرد آیا این همسویی ادامه خواهد یافت؟

به گزارش سرویس بورس مشرق، در روز شنبه شاخص کل بورس ۱۱ هزار و ۶۴۸ واحد افت کرد و به رقم یک میلیون و ۲۸۲ هزار واحد رسید تا پنجمین روز نزولی پیاپی را پشت سر بگذارد شاخص کل هم وزن نیز هزار و ۵۳۳ واحد پایین آمد و در رقم ۴۴۱ هزار و ۱۱۴ واحد ایستاد همچنین شاخص کل فرابورس ۱۱۹ واحد نزول کرد و به رقم ۱۸ هزار و ۳ واحد رسید در پایان معاملات روز شنبه، تنها ۲۶ نماد رشد قیمت و ۳۷۳ نماد کاهش قیمت داشتند، به عبارت دیگر، ۵ درصد بازار رشد قیمت داشتند و ۷۹ درصد بازار افت قیمت داشتند بیشتر بخوانید: کارنامه کارگزاران بورس در پایان سال ۹۹ بیشترین افزایش قیمت روز شنبه در بورس شرکت های خدمات انفورماتیک (رانفور)، ماشین سازی اراک (فاراک) و پرداخت الکترونیک سامان کیش (سپ) بیشترین افزایش قیمت را ثبت کردند در فرابورس نیز شرکت های رایان هم افزا (رافزا)، هتل پارسیان کوثر اصفهان (گکوثر) و بیمه معلم (ومعلم) بیشترین افزایش قیمت را داشتند بیشترین کاهش قیمت در بورس نمادهای وسینا (بانک سینا)، بوعلی (پتروشیمی بوعلی) و کاوه (فولاد کاوه جنوب کیش) در روز شنبه بیشترین کاهش قیمت بازار را داشتند و در معاملات فرابورس پلیمر آریا سیول (آریا)، پتروشیمی زاگرس (زاگرس) و موسسه اعتباری ملل (وملل) بیشترین کاهش قیمت را داشتند عرضه و تقاضای بازار عرضه و تقاضای بورس در انتهای معاملات روز شنبه، علامتی کارآمد برای پیش بینی عرضه و تقاضای بازار سهام در روز یکشنبه است در پایان معاملات روز شنبه بازار با مازاد عرضه ۲ هزار و ۸۴۷ میلیارد تومانی بسته شد که بالاترین رقم مازاد عرضه در سال جدید است افزایش ارزش صف های فروش در پایان معاملات شنبه ۳۷۴ نماد صف فروش و تنها ۷ نماد صف خرید داشتند ارزش صف های خرید نسبت به روز چهارشنبه یک درصد کاهش یافت و به رقم ۹۹ میلیارد تومان رسید ارزش صف های فروش نیز ۳۹ درصد افزایش یافت و ۲ هزار و ۹۴۶ میلیارد تومان شد بیشترین تقاضاها در روز شنبه شرکت پگاه گیلان (با نماد معاملاتی **غگیلا**) با صف خرید ۵۹ میلیارد تومانی در صدر جدول تقاضای بازار قرار گرفت پس از **غگیلا**، رافزا (شرکت رایان هم افزا) و شصدف (صنعتی دوده فام) بیشترین صف خرید را داشتند بیشترین عرضه ها روز گذشته بیشترین صف فروش نیز به شپنا (پالایش نفت اصفهان) تعلق داشت که در پایان معاملات صف فروش ۹۴ میلیارد تومانی داشت پس از شپنا، سنیر (سیمان سفید نی ریز) و خساپا (خودروسازی سایپا) بیشترین صف فروش را داشتند پیش بینی بورس امروز شاخص کل بورس که در تمام روزهای کاری سال ۱۴۰۰ نزولی بوده دیروز هم برای پنجمین روز پیاپی ریزش کرد و بیشترین میزان سقوط در سال جدید را ثبت کرد همچنین برای ششمین روز متوالی شاهد خروج پول های حقیقی از بورس بودیم دیروز رقم خالص تغییر مالکیت حقیقی به حقوقی ۷۳۶ میلیارد تومان بود که بالاترین رقم در ۱۰ روز کاری گذشته از ۲۳ اسفند ماه تاکنون است بنابراین روز شنبه را می توان بدترین روز بورس در سال ۱۴۰۰ نامید پس از آن که شاخص کل بورس سطح حمایت مهم یک میلیون و ۳۰۰ هزار واحد را از دست داد هر روز بر سرعت نزول بور



ادامه خبر صفحه قبل

[۲]

مشرق

۱۴۰۰/۰۱/۱۵

۰۸:۳۳



بدون تصویر

س افزوده شد تحلیل گران تکنیکی سطح حمایت بعدی را یک میلیون و ۲۵۷ هزار واحد معرفی می کنند شاخص کل فعلا در فاصله ۲۵ هزار واحدی سطح حمایت بعدی قرار دارد و آهسته و پیوسته به سمت پایین حرکت می کند روز گذشته ریزش شاخص کل تحت تاثیر کاهش قیمت دلار شتاب بیشتری گرفت دیروز دلار پس از مدت ها کانال ۲۵ هزار تومانی را ترک کرد و به محدوده ۲۴ هزار تومانی منتقل شد بنابراین به نظر می رسد اگر چشم انداز احیای برجام امیدوارکننده تر شود و قیمت دلار از ۲۴ هزار تومان هم پایین تر رود شاخص بورس هم به روند نزولی خود ادامه دهد منبع : اقتصادنیوز



خبر جنوب

۱۴۰۰/۰۱/۱۵

۰۰:۳۴



بدون تصویر

د این شرایط شیر تو شیر ماست هم گران شد

سریال افزایش قیمت لبنیات طی سال گذشته بدون وقفه ادامه داشت و حتی در یک ماه پایانی سال نیز با وجود تأکید مسئولان بر تثبیت قیمت ها در آستانه عید، شاهد افزایش قیمت بعضی از محصولات لبنی از جمله ماست بودیم.

سریال افزایش قیمت لبنیات طی سال گذشته بدون وقفه ادامه داشت و حتی در یک ماه پایانی سال نیز با وجود تأکید مسئولان بر تثبیت قیمت ها در آستانه عید، شاهد افزایش قیمت بعضی از محصولات لبنی از جمله ماست بودیم. مشاهده نشانی می دهد که قیمت انواع ماست های طعم دار و ماست های ساده غیرپارانه ای طی بهمن و اسفند هم افزایش یافت و به طور مثال، ماست پرچرب ۵۰۰ گرمی برند می ماس که تا بهمن ماه با قیمت ۶ هزار تومان فروخته می شد، اسفند ماه با ۵۰۰ تومان افزایش قیمت به ۶ هزار و ۵۰۰ تومان رسید. مقایسه قیمت انواع ماست در اسفند ماه با ماه های پاییز نشان می دهد که بعضی از محصولات در فاصله ۴ ماهه بیش از ۵ هزار تومان گران شده اند به طور مثال، ماست ۹۰۰ گرمی لاکتیویای شرکت کاله از ۱۴ هزار و ۵۰۰ تومان در پاییز به ۲۰ هزار تومان در اسفند ماه رسید. تولیدات دیگر شرکت ها نیز رشد قیمتی مشابهی را تجربه کرده و گاه تا ۵۰ درصد گران شده اند. کاله، د امد اران، چوپان، هراز، میهن، پاک، می ماس، پگاه، پاژن، پاکبان، د و مینو و ماهشام از معروف ترین و پرمصرف ترین ماست های موجود در بازار هستند که بیشتر محصولات شرکت های کاله، پگاه، د امد اران و پاک شامل اقلام پارانه ای است. نگاهی به قیمت انواع ماست در سوپرمارکت ها نشان می دهد که هم اکنون قیمت تقریبی هر کیلوگرم ماست از برند های مختلف بین ۱۶ تا ۲۰ هزار تومان متغیر است و ماست های دارای افزودنی های میوه ای و سبزی، قیمت های بالاتری دارند. براساس اعلام سازمان حمایت، شرکت های صنایع لبنی می توانند قیمت انواع محصولات غیرپارانه ای خود را براساس هزینه تمام شده تعیین کنند و این محصولات از نرخ گذاری دستوری معاف هستند.

بر همین اساس نیز شرکت های تولید کننده محصولات لبنی که معتقدند قیمت دولتی بیش از ۶۰ درصد محصولات پارانه ای کفاف هزینه های تولید را نمی دهد، طی سال گذشته بارها قیمت محصولات غیرحمایتی را افزایش دادند و هر بار بین ۲۰ تا ۳۰ درصد محصولات شان را گران کرده اند تا جایی که قیمت بالای لبنیات به یکی از معضلات بازار محصولات غذایی طی سال گذشته تبدیل شد. قیمت محصولات پارانه ای نیز با مصوبه های سازمان حمایت ۳ بار در سال ۹۹ افزایش داشت.

گرانی لبنیات ناشی از رشد قیمت شیرخام و دیگر هزینه های تولید باعث شده طی ۲ سال گذشته سرانه مصرف انواع محصولات لبنی را در میان خانوارهای ایرانی بیش از پیش کاهش داده و کارشناسان بهداشتی و حتی بسیاری از دست اندرکاران صنعت لبنیات نسبت به عواقب این افت مصرف هشدار داده اند؛ چیزی که می تواند در طولانی مدت برای خود تولید کنندگان نیز زیانبار باشد. / انتهای متن /



سرپوش

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۲۲:۳۹



بدون تصویر

گرانی مجدد لبنیات / افزایش قیمت ماست برای چندمین بار طی ۴ ماه گذشته

سریال افزایش قیمت لبنیات طی سال گذشته بدون وقفه ادامه داشت و حتی در یک ماه پایانی سال نیز با وجود تأکید مسوولان بر تثبیت قیمت ها در آستانه عید ، شاهد افزایش قیمت بعضی از محصولات لبنی از جمله ماست بودیم . قیمت انواع ماست های طعم دار و ماست های ساده غیریارانه ای طی بهمن و اسفند هم افزایش یافت

به گزارش همشهری ، به طور مثال ، ماست پرچرب ۵۰۰ گرمی برند می ماس که تا بهمن ماه با قیمت ۶هزار تومان فروخته می شد ، اسفندماه با ۵۰۰تومان افزایش قیمت به ۶هزار و ۵۰۰تومان رسید مقایسه قیمت انواع ماست در اسفندماه با ماههای پاییز نشان می دهد که بعضی از محصولات در فاصله ۴ماهه بیش از ۵هزار تومان گران شده اند به طور مثال ، ماست ۹۰۰ گرمی لاکتیویای شرکت کاله از ۱۴ هزار و ۵۰۰تومان در پاییز به ۲۰هزار تومان در اسفند رسید تولیدات دیگر شرکت ها نیز رشد قیمتی مشابهی را تجربه کرده و گاه تا ۵۰درصد گران شده اند کاله ، دامداران ، چوپان ، هراز ، میهن ، پاک ، می ماس ، پگاه ، پاژن ، پاکبان ، دومینو و ماهشام از معروف ترین و پرمصرف ترین ماست های موجود در بازار هستند که بیشتر محصولات شرکت های کاله ، پگاه ، دامداران و پاک شامل اقلام یارانه ای است گرانی مجدد لبنیات، افزایش قیمت لبنیات؛ نگاهی به قیمت انواع ماست در سوپرمارکت ها نشان می دهد که هم اکنون قیمت تقریبی هر کیلوگرم ماست از برندهای مختلف بین ۱۶ تا ۲۰هزار تومان متغیر است و ماست های دارای افزودنی های میوه ای و سبزی ، قیمت های بالاتری دارند براساس اعلام سازمان حمایت ، شرکت های صنایع لبنی میتوانند قیمت انواع محصولات غیریارانه ای خود را براساس هزینه تمام شده تعیین کنند و این محصولات از نرخ گذاری دستوری معاف هستند

بر همین اساس نیز شرکت های تولیدکننده محصولات لبنی که معتقدند قیمت دولتی بیش از ۶۰درصد محصولات یارانه ای کفاف هزینه های تولید را نمی دهد ، طی سال گذشته بارها قیمت محصولات غیرحمایتی را افزایش دادند و هر بار بین ۲۰ تا ۳۰درصد محصولات شان را گران کرده اند تا جایی که قیمت بالای لبنیات به یکی از معضلات بازار محصولات غذایی طی سال گذشته تبدیل شد . قیمت محصولات یارانه ای نیز با مصوبه های سازمان حمایت ۳بار در سال ۹۹ افزایش داشت

گرانی لبنیات ناشی از رشد قیمت شیرخام و دیگر هزینه های تولید باعث شده طی ۲سال گذشته سرانه مصرف انواع محصولات لبنی را در میان خانوارهای ایرانی بیش از پیش کاهش داده و کارشناسان بهداشتی و حتی بسیاری از دست اندرکاران صنعت لبنیات نسبت به عواقب این افت مصرف هشدار داده اند؛ چیزی که می تواند در طولانی مدت برای خود تولیدکنندگان نیز زیانبار باشد .



بدون تصویر

توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه

توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا، یکی از اهداف اصلی شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران، در سال ۱۴۰۰، است

عبداله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران در دیدار نوروزی با همکاران شرکت بازرگانی، با اعلام این مطلب، افزود: کسب عنوان صادرکننده ممتاز برای دومین بار و شکستن رکورد صادرات، موید عملکرد مطلوب سال گذشته شرکت، بوده است وی افزود: صادرات و فروش داخلی، نکات حائز اهمیت است و بخش اعظم بودجه در نظر گرفته شده شرکت صنایع شیر ایران در سال جاری که در نوع خود بی نظیر است، با عملکرد مطلوب شرکت بازرگانی، محقق می‌شود یغمور قلی‌زاده مدیرعامل شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران نیز گفت: با توجه به شرایط و مشکلات موجود صادرات در ایام کرونا، با برنامه ریزی و همت عالی همکاران شرکت، از تهدیدها فرصت ساخته و عملکرد مطلوبی را برای شرکت به‌ویژه در نیمه سال ۹۹، ثبت کردیم وی تأکید کرد: موانع و مشکلات پیش روی صادرات نیازمند توجه ویژه و خاص است و حفظ کیفیت محصولات تولیدی، تصمیم‌گیری به موقع از جمله نکاتی است که مدیران ارشد بایستی در این حوزه مد نظر قرار دهند گفتنی است، در این جلسه، معاونان شرکت بازرگانی نیز، نظرات خود را بیان کردند



بورس ۲۴

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۹:۰۷



بدون تصویر

جهش ۴۸ درصدی فروش «غشان» در ۱۲ ماهه

به گزارش کدال نگر بورس ۲۴، شرکت شیر پاستوریزه پگاه خراسان در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود ۴۲۳ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۵۰ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد. گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۴۸ درصد رشد داشته است



قیمت ماست باز هم گران شد

گروه اقتصادی: سریال افزایش قیمت لبنیات طی سال گذشته بدون وقفه ادامه داشت و حتی در یک ماه پایانی سال نیز با وجود تأکید مسئولان بر تثبیت قیمت ها در آستانه عید، شاهد افزایش قیمت بعضی از محصولات لبنی از جمله ماست بودیم.

گروه اقتصادی: سریال افزایش قیمت لبنیات طی سال گذشته بدون وقفه ادامه داشت و حتی در یک ماه پایانی سال نیز با وجود تأکید مسئولان بر تثبیت قیمت ها در آستانه عید، شاهد افزایش قیمت بعضی از محصولات لبنی از جمله ماست بودیم. مشاهدات نشان می دهد که قیمت انواع ماست های طعم دار و ماست های ساده غیرپارانه ای طی بهمن و اسفند هم افزایش یافت و به طور مثال، ماست پرچرب ۵۰۰ گرمی برند می ماس که تا بهمن ماه با قیمت ۶ هزار تومان فروخته می شد، اسفندماه با ۵۰۰ تومان افزایش قیمت به ۶ هزار و ۵۰۰ تومان رسید. مقایسه قیمت انواع ماست در اسفندماه با ماه های پاییز نشان می دهد که بعضی از محصولات در فاصله ۴ ماهه بیش از ۵ هزار تومان گران شده اند به طور مثال، ماست ۹۰۰ گرمی لاکتیویای شرکت کاله از ۱۴ هزار و ۵۰۰ تومان در پاییز به ۲۰ هزار تومان در اسفندماه رسید. تولیدات دیگر شرکت ها نیز رشد قیمتی مشابهی را تجربه کرده و گاه تا ۵۰ درصد گران شده اند. کاله، دامداران، چوپان، هراز، میهن، پاک، می ماس، پگاه، پاژن، پاکبان، دومینو و ماهشام از معروف ترین و پرمصرف ترین ماست های موجود در بازار هستند که بیشتر محصولات شرکت های کاله، پگاه، دامداران و پاک شامل اقلام پارانه ای است. نگاهی به قیمت انواع ماست در سوپرمارکت ها نشان می دهد که هم اکنون قیمت تقریبی هر کیلوگرم ماست از برندهای مختلف بین ۱۶ تا ۲۰ هزار تومان متغیر است و ماست های دارای افزودنی های میوه ای و سبزی، قیمت های بالاتری دارند. براساس اعلام سازمان حمایت، شرکت های صنایع لبنی می توانند قیمت انواع محصولات غیرپارانه ای خود را براساس هزینه تمام شده تعیین کنند و این محصولات از نرخ گذاری دستوری معاف هستند.

بر همین اساس نیز شرکت های تولیدکننده محصولات لبنی که معتقدند قیمت دولتی بیش از ۶۰ درصد محصولات پارانه ای کفاف هزینه های تولید را نمی دهد، طی سال گذشته بارها قیمت محصولات غیرحمایتی را افزایش دادند و هر بار بین ۳۰ تا ۳۰ درصد محصولات شان را گران کرده اند تا جایی که قیمت بالای لبنیات به یکی از معضلات بازار محصولات غذایی طی سال گذشته تبدیل شد. قیمت محصولات پارانه ای نیز با مصوبه های سازمان حمایت ۳ بار در سال ۹۹ افزایش داشت.

گرانی لبنیات ناشی از رشد قیمت شیرخام و دیگر هزینه های تولید باعث شده طی ۲ سال گذشته سرانه مصرف انواع محصولات لبنی را در میان خانوارهای ایرانی بیش از پیش کاهش داده و کارشناسان بهداشتی و حتی بسیاری از دست اندرکاران صنعت لبنیات نسبت به عواقب این افت مصرف هشدار داده اند؛ چیزی که می تواند در طولانی مدت برای خود تولیدکنندگان نیز زیانبار باشد.



بدون تصویر

برگزاری جلسه مدیران مالی و انبار پگاه

با حضور مدیرعامل صنایع شیر ایران، جلسه مدیران مالی و انبار شرکت‌های تابعه پگاه، برگزار شد.

به گزارش صدای پول از روابط عمومی و امور بین الملل شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، عبدالله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران، در جلسه مدیران مالی و انبارها که به صورت آنلاین برگزار شد، بر لزوم وحدت رویه توسط شرکت‌های گروه، تاکید کرد و با اشاره به پیاده‌سازی کدینگ انبارهای مواد اولیه و بسته بندی و مزایای اجرای این برنامه به‌ویژه در حوزه خرید، تصریح کرد: اصلاح کدینگ فنی با همکاری معاونت برنامه‌ریزی و فناوری، مدیریت فنی و مهندسی و واحد انبارها، به انجام برسد قدوسی با تقدیر از تلاش همکاران حوزه انبار، افزود: رعایت اصل تازه‌خوری محصولات و اقدامات مرتبط در این راستا، یک ضرورت جدی است گفتنی است، در این جلسه مسایل در جهت پیشبرد، به بحث و تبادل نظر، گذاشته شد.



دنیای خبر

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۷:۰۰



بدون تصویر

توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه

توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا، یکی از اهداف اصلی شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران، در سال ۱۴۰۰، است

به گزارش روابط عمومی و امور بین الملل شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، عبدالله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران در دیدار نوروزی با همکاران شرکت بازرگانی، با اعلام این مطلب، افزود: کسب عنوان صادر کننده ممتاز برای دومین بار و شکستن رکورد صادرات، مویید عملکرد مطلوب سال گذشته شرکت، بوده است. وی افزود: صادرات و فروش داخلی، نکات حائز اهمیتی است و بخش اعظم بودجه در نظر گرفته شده شرکت صنایع شیر ایران در سال جاری که در نوع خود بی نظیر است، با عملکرد مطلوب شرکت بازرگانی، محقق می‌شود. یغمور قلی‌زاده مدیرعامل شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران نیز گفت: با توجه به شرایط و مشکلات موجود صادرات در ایام کرونا، با برنامه ریزی و همت عالی همکاران شرکت، از تهدیدها فرصت ساخته و عملکرد مطلوبی را برای شرکت به‌ویژه در نیمه سال ۹۹، ثبت کردیم. وی تاکید کرد: موانع و مشکلات پیش روی صادرات نیازمند توجه ویژه و خاص است و حفظ کیفیت محصولات تولیدی، تصمیم‌گیری به موقع از جمله نکاتی است که مدیران ارشد بایستی در این حوزه مد نظر قرار دهند. گفتنی است، در این جلسه، معاونان شرکت بازرگانی نیز، نظرات خود را بیان کردند.



دنیای خبر

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۷:۰۰



بدون تصویر

با کشک دستگاه هاضمه را ضد عفونی کنید

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیات‌ها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیداند

به گزارش روابط عمومی شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، کشک اسیده‌های آلی سرشاری دارد؛ از این رو می‌توان به عنوان یک ضد عفونی کننده برای دستگاه هاضمه و همچنین سلامت روده کوچک و بزرگ از آن استفاده کرد. کشک بسیار مغذی و دربردارنده کلسیم، چربی، نمک، پروتئین و نیاسین (ویتامین ب۳) است این خوراکی خوش طعم به تامین انرژی مورد نیاز بدن کمک می‌کند، هر صد گرم کشک حدود ۱۰۵ تا ۱۲۰ کیلو کالری انرژی، تولید می‌کند. مقدار مواد مغذی موجود در کشک به نحوه فرآوری و همچنین شیر یا ماده اولیه آن بستگی دارد و هر چه کشک بافت متراکم‌تری داشته باشد، دارای پروتئین بیشتری است همچنین هر چه کشک دارای درصد رطوبت پایین‌تری باشد و فرآوری کمتری روی آن صورت گرفته باشد، مواد مغذی مخصوصا کلسیم بیشتری دارد. فواید و خواص کشک: درمان پوکی استخوان؛ یکی دیگر از خواص کشک، درمان پوکی استخوان است کشک با کلسیم فراوانش با شیر برابری می‌کند؛ مهمترین مصرف درمانی کشک، پیشگیری از بروز یا پیشرفت بیماری پوکی استخوان است؛ میزان مناسب کلسیم، فسفر و نسبت این دو ماده مغذی در ترکیب کشک موجب پیشگیری از پوکی استخوان می‌شود. لاغری: یکی از خواص کشک، لاغری است در کشک هیچ گونه مواد قندی وجود ندارد؛ بنابراین مصرف این ماده برای رژیم لاغری مفید است استفاده از مقداری کشک قبل از غذا، موجب کاهش اشتها می‌شود و از آنجا که محتوای مواد سفید کلسیم دار آن نیرو بخش است و هیچ گونه مواد قندی در آن نیست، از اضافه وزن و چاقی مفرط، جلوگیری می‌کند. در واقع کشک با دارا بودن مقدار زیادی پروتئین به افزایش سوخت و ساز بدن و کاهش احساس گرسنگی کمک می‌کند و از این طریق سبب کاهش وزن و تناسب اندام می‌شود



بدون تصویر

با کشک دستگاه هاضمه را ضد عفونی کنید

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیات‌ها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیداند

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیات‌ها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیداند به گزارش روابط عمومی شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، کشک اسیدهای آلی سرشاری دارد؛ از این رو می‌توان به عنوان یک ضد عفونی‌کننده برای دستگاه هاضمه و همچنین سلامت روده کوچک و بزرگ از آن استفاده کرد کشک بسیار مغذی و دربردارنده کلسیم، چربی، نمک، پروتئین و نیاسین (ویتامین ب۳) است این خوراکی خوش طعم به تامین انرژی مورد نیاز بدن کمک می‌کند، هر صد گرم کشک حدود ۱۰۵ تا ۱۲۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند مقدار مواد مغذی موجود در کشک به نحوه فرآوری و همچنین شیر یا ماده اولیه آن بستگی دارد و هر چه کشک بافت متراکم‌تری داشته باشد، دارای پروتئین بیشتری است همچنین، هر چه کشک دارای درصد رطوبت پایین‌تری باشد و فرآوری کمتری روی آن صورت گرفته باشد، مواد مغذی مخصوصاً کلسیم بیشتری دارد فواید و خواص کشک درمان پوکی استخوان: یکی دیگر از خواص کشک، درمان پوکی استخوان است کشک با کلسیم فراوانش با شیر برابری می‌کند؛ مهمترین مصرف درمانی کشک، پیشگیری از بروز یا پیشرفت بیماری پوکی استخوان است؛ میزان مناسب کلسیم، فسفر و نسبت این دو ماده مغذی در ترکیب کشک موجب پیشگیری از پوکی استخوان می‌شود لاغری: یکی از خواص کشک، لاغری است در کشک هیچ گونه مواد قندی وجود ندارد؛ بنابراین مصرف این ماده برای رژیم لاغری مفید است استفاده از مقداری کشک قبل از غذا، موجب کاهش اشتها می‌شود و از آنجا که محتوای مواد سفید کلسیم دار آن نیروبخش است و هیچ گونه مواد قندی در آن نیست، از اضافه وزن و چاقی مفرط جلوگیری می‌کند در واقع کشک با دارا بودن مقدار زیادی پروتئین به افزایش سوخت و ساز بدن و کاهش احساس گرسنگی کمک می‌کند و از این طریق سبب کاهش وزن و تناسب اندام می‌شود پیشگیری از بروز فشار خون بارداری: حفظ فشار خون طبیعی نیز یکی دیگر از خواص کشک در بارداری است کشک حاوی پتاسیم، ماده‌ای معدنی، است که انقباضات ماهیچه‌ها را در بدن کنترل می‌کند؛ از جمله ماهیچه‌ی قلب مصرف کافی پتاسیم به قلب کمک می‌کند بتواند خون را به طور موثر و با ریتم صحیح در بدن به گردش درآورد و به این ترتیب، کشک فشار خون را در سطوح طبیعی، حفظ می‌کند حفظ سلامت جنین: در صورتی که از نوع کم‌نمک کشک استفاده شود، دارای فواید و مزایای زیادی است برای خانم‌های باردار مفید است که به منظور حفظ سلامت جنین خود از کشک در حجم کم و میزان نمک کم استفاده کنند بدنسازی و تناسب اندام: کشک علاوه بر کلسیم حاوی تمام اسید آمینه‌های مورد نیاز بدن است و به میزان قابل توجهی پروتئین دارد

قطعا می‌دانید که مهم‌ترین نقش پروتئین‌ها در بدن حفظ بافت‌ها و تولید آن‌ها است؛ چون بدنسازان به پرورش اندام و تقویت عضلات خود علاقه دارند؛ باید بدانند که با ورزش‌های سنگین نیاز به پروتئین در بدن آن‌ها افزایش پیدا می‌کند؛ در نتیجه ورزشکاران و بدنسازان باید کشک را در وعده غذایی یا میان وعده‌های خود همراه آجیل و تخم‌مرغ میل کنند. کاهش احساس گرسنگی: همان‌طور که گفته شد، کشک به مقدار قابل توجهی کلسیم و پروتئین دارد بنابراین بهتر است که افراد به جای مصرف خوراکی‌های غیرمغذی و غیر مفید از این خوراکی مفید و خوش طعم استفاده کنند این خوراکی علاوه بر اینکه حجم کمی از معده را اشغال می‌کند،

ادامه خبر صفحه قبل

[۲]

اقتصاد و تجارت

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۷:۰۰



بدون تصویر

سبب کاهش احساس گرسنگی در افراد می‌شود ضد پیری و افزایش طول عمر : نتایج بدست آمده از تحقیقات نشان داده است که کشک دارای مقادیر فراوان پیش ساز گلوکاتیبون است این مواد به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شوند خواص مهم گلوکاتیبون در کنترل رادیکال‌های آزاد موجب پیشگیری از سرطان‌ها ، کند شدن روند پیری و افزایش طول عمر سلول‌ها می‌شود به بیماران سرطانی بعد از هر وعده غذا ۳ تا ۲ قاشق کشک پاستوریزه بخورانید توصیه‌های بهداشتی : با توجه به اینکه کشک سرشا از منابع پروتئین حیوانی است ، بنابراین محیط مناسبی برای رشد میکروارگانیزم‌های مختلف است که اغلب سبب مسمومیت حتی مرگ می‌شود بنابراین توجه به موارد زیر ضروری است : از کشک‌های بسته بندی (پاستوریزه) شده که دارای برچسب و مجوز بهداشتی هستند ، استفاده کنید کشک را در یخچال نگهداری کنید و از فروشندگان هم بخواهید همین کار را در مغازه‌های خود انجام دهند افرادی که به فشار خون بالا مبتلا هستند ، کشک بی نمک استفاده کنند



بدون تصویر

توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه

توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا، یکی از اهداف اصلی شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران، در سال ۱۴۰۰، است

به گزارش فراسو به نقل از روابط عمومی و امور بین الملل شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، عبدالله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران در دیدار نوروزی با همکاران شرکت بازرگانی، با اعلام این مطلب، افزود: کسب عنوان صادر کننده ممتاز برای دومین بار و شکستن رکورد صادرات، مویید عملکرد مطلوب سال گذشته شرکت، بوده است. وی افزود: صادرات و فروش داخلی، نکات حائز اهمیت است و بخش اعظم بودجه در نظر گرفته شده شرکت صنایع شیر ایران در سال جاری که در نوع خود بی نظیر است، با عملکرد مطلوب شرکت بازرگانی، محقق می شود یغمو ر قلی زاده مدیرعامل شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران نیز گفت: با توجه به شرایط و مشکلات موجود صادرات در ایام کرونا، با برنامه ریزی و همت عالی همکاران شرکت، از تهدیدها فرصت ساخته و عملکرد مطلوبی را برای شرکت به ویژه در نیمه سال ۹۹، ثبت کردیم وی تاکید کرد: موانع و مشکلات پیش روی صادرات نیازمند توجه ویژه و خاص است و حفظ کیفیت محصولات تولیدی، تصمیم گیری به موقع از جمله نکاتی است که مدیران ارشد بایستی در این حوزه مد نظر قرار دهند

گرانی مجدد لبنیات / چرا ماست گران شد؟

سریال افزایش قیمت لبنیات طی سال گذشته بدون وقفه ادامه داشت و حتی در یک ماه پایانی سال نیز با وجود تأکید مسئولان بر تثبیت قیمت ها در آستانه عید ، شاهد افزایش قیمت بعضی از **محصولات لبنی** از جمله ماست بودیم . قیمت انواع ماست های طعم دار و ماست های ساده غیریارانه ای طی بهمن و اسفند هم افزایش یافت

به گزارش تجارت نیوز ، به طور مثال ، ماست پرچرب ۵۰۰ گرمی برند می ماس که تا بهمن ماه با قیمت ۶هزار تومان فروخته می شد ، اسفندماه با ۵۰۰تومان افزایش قیمت به ۶هزار و ۵۰۰تومان رسید مقایسه قیمت انواع ماست در اسفندماه با ماه های پاییز نشان می دهد که بعضی از محصولات در فاصله ۴ماهه بیش از ۵هزار تومان گران شده اند به طور مثال ، ماست ۹۰۰ گرمی لاکتیویای شرکت کاله از ۱۴ هزار و ۵۰۰تومان در پاییز به ۲۰هزار تومان در اسفندماه رسید تولیدات دیگر شرکت ها نیز رشد قیمتی مشابه ای را تجربه کرده و گاه تا ۵۰درصد گران شده اند کاله ، دامداران ، چوپان ، هراز ، میهن ، پاک ، می ماس ، پگاه ، پاژن ، پاکبان ، دومینو و ماهشام از معروف ترین و پرمصرف ترین ماست های موجود در بازار هستند که بیشتر محصولات شرکت های کاله ، پگاه ، دامداران و پاک شامل اقلام یارانه ای است نگاهی به قیمت انواع ماست در سوپرمارکت ها نشان می دهد که هم اکنون قیمت تقریبی هر کیلوگرم ماست از برندهای مختلف بین ۱۶ تا ۲۰هزار تومان متغیر است و ماست های دارای افزودنی های میوه ای و سبزی ، قیمت های بالاتری دارند براساس اعلام سازمان حمایت ، شرکت های **صنایع لبنی** می توانند قیمت انواع محصولات غیریارانه ای خود را براساس هزینه تمام شده تعیین کنند و این محصولات از نرخ گذاری دستوری معاف هستند

بر همین اساس نیز شرکت های تولیدکننده **محصولات لبنی** که معتقدند قیمت دولتی بیش از ۶۰درصد محصولات یارانه ای کفاف هزینه های تولید را نمی دهد ، طی سال گذشته بارها قیمت محصولات غیرحمایتی را افزایش دادند و هر بار بین ۲۰ تا ۳۰درصد محصولات شان را گران کرده اند تا جایی که قیمت بالای لبنیات به یکی از معضلات بازار محصولات غذایی طی سال گذشته تبدیل شد . قیمت محصولات یارانه ای نیز با مصوبه های سازمان حمایت ۳بار در سال ۹۹ افزایش داشت

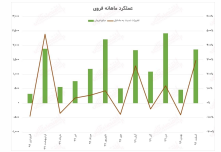
گرانی لبنیات ناشی از رشد قیمت شیرخام و دیگر هزینه های تولید باعث شده طی ۲سال گذشته سرانه مصرف انواع **محصولات لبنی** را در میان خانوارهای ایرانی بیش از پیش کاهش داده و کارشناسان بهداشتی و حتی بسیاری از دست اندرکاران صنعت لبنیات نسبت به عواقب این افت مصرف هشدار داده اند؛ چیزی که می تواند در طولانی مدت برای خود تولیدکنندگان نیز زیانبار باشد . منبع : همشهری



اتحادیه طلا

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۵:۵۱



کدال نگر ۱۴ فروردین ۱۴۰۰ / رکوردشکنی پتروشیمی نوری در فروش اسفندماه

اقتصادآنلاین هانا پاکمند؛ کدال نگر ۱۴ اسفند ۱۴۰۰ به بررسی برخی از اطلاعاتی های منتشرشده در کدال پرداخته است

اقتصادآنلاین هانا پاکمند؛ کدال نگر ۱۴ اسفند ۱۴۰۰ به بررسی برخی از اطلاعاتی های منتشرشده در کدال پرداخته است صورت های مالی و گزارش های ماهانه «دانا»: شرکت داروسازی دانا، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ را منتشر کرد طبق این گزارش دانا در اسفند ماه ۶۴میلیارد تومان فروش داشته است «دکپسول»: شرکت تولید ژلاتین کپسول ایران، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ را منتشر کرد طبق این گزارش دکپسول در اسفند ماه بیش از ۱۱میلیارد تومان فروش داشته است «تلیسه»: شرکت دامداری تلیسه نمونه، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ منتشر کرد طبق این گزارش تلیسه در اسفند ماه حدود ۲۴میلیارد تومان فروش داشته است «افرا»: شرکت افرا، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ منتشر کرد طبق این گزارش افرا در اسفند ماه ۱۳میلیارد تومان درآمد داشته است «بفجر»: شرکت فجر انرژی خلیج فارس، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ را منتشر کرد طبق این گزارش فجر در اسفند ماه بیش از دو هزار و ۵۶۰میلیارد تومان فروش داشته است «ومعلم»: شرکت بیمه معلم در مدت ۱۲ ماهه منتهی به اسفند حدود سه هزار و ۷۰میلیارد تومان درآمد حق بیمه صادره شناسایی نمود «فلامی»: شرکت لامیران، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ را منتشر کرد طبق این گزارش فلامی در اسفند ماه حدود هفت میلیارد تومان فروش داشته است «سپیدار»: شرکت سپیدار سیستم آسیا در ۱۲ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ حدود ۸۰میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۱۱میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد «فروی»: شرکت ذوب روی اصفهان در اسفند ماه تا حدودی عملکرد نامناسبش در بهمن ماه را جبران کرد و به فروش ۸۹حدود ۹۰میلیارد تومانی دست یافت این نماد معاملاتی در ۱۲ ماهه سال مالی ۹۹، حدود ۵۴۰میلیارد تومان فروش داشته که نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۸۰درصد رشد داشته است برای مشاهده تصویر در اندازه اصلی روی آن کلیک کنید! «آریا»: شرکت پلیمر آریا ساسول موفق به ثبت رکوردی جدید در تولید و فروش خود در سال ۱۳۹۹ شد این شرکت در اسفندماه مبلغ کل فروش را بیش از دو هزار و ۵۷۵میلیارد محقق نمود که بیشترین مبلغ فروش ماهانه شرکت به حساب می آید ارزش ریالی فروش شرکت در سال ۱۳۹۹ بیش از دو برابر شده است و این در حالی است که به دلیل بیماری کرونا در ابتدای سال قیمت محصولات با کاهش روبرو گردیده بود «شپاکسا»: شرکت پاکسان در ۳ماهه منتهی به اسفند سال جاری از فروش محصولات خود حدود ۵۳۵میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۲۳۰میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۳ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۱۰۰درصد رشد داشته است «شخاس»: شرکت پتروشیمی خراسان، گزارش فعالیت ماهانه منتهی به ۱۳۹۹ ۱۲ ۳۰ را منتشر کرد طبق این گزارش شپاکسا در اسفند ماه حدود ۲۶۵میلیارد تومان فروش داشته است «وپاسار»: شرکت بانک پاسارگاد در عملکرد ۱۲ماهه منتهی به اسفند ۱۳۹۹، حدود ۲۱هزار ۲۷۵ و میلیارد تومان درآمد از تسهیلات اعطایی خود کسب نمود هم چنین جمع سود اعطا شده به سپرده های سرمایه گذاری شده در این بانک به هزار ۵۲۰میلیارد تومان رسید گفتنی است تراز این بانک در این بیش از هزار و ۲۷۵میلیارد تومان و در کل دوره حدود پنج هزار و ۶۱۵میلیارد تومان مثبت بود «حسینا»: شرکت توسعه خدمات دریایی و بندری سینا،



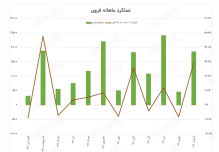
ادامه خبر صفحه قبل

[۲]

اتحادیه طلا

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۵:۵۱



و در کل دوره حدود ۵۴۰ میلیارد تومان فروش داشت «کاو» : شرکت فولاد کاوه جنوب کیش در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود ۱۳ هزار و ۴۲۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ هزار و ۶۲۰ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۱۵۳ درصد رشد داشته است «ولملت» : شرکت واسپاری ملت در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ بیش از ۱۰۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ حدود هشت میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد «فملی» : شرکت ملی صنایع مس ایران در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ حدود ۴۲ هزار میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ هفت هزار و ۲۷۰ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد «کساوه» : شرکت صنایع کاشی و سرامیک سینا در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود حدود ۵۷۵ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۶۶ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است فروش دوره مشابه سال قبل ۲۸۳ میلیارد تومان بود «پکویر» : شرکت کویر تایر در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ حدود ۴۱۵ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ حدود ۱۶۰ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد «جم» : شرکت پتروشیمی جم در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود حدود ۲۶ هزار و ۲۹۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ سه هزار و ۱۷۵ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۹۵ درصد رشد داشته است «بمپنا» : شرکت تولید برق عسلویه مپنا در مدت ۱۲ ماهه منتهی به اسفند ۹۹ حدود ۳۰۵ میلیارد تومان درآمد از فروش محصولات خود به دست آورد «کوثر» : شرکت بیمه کوثر در مدت ۱۲ ماهه منتهی به اسفند حدود ۳ هزار و ۵۳۵ میلیارد تومان درآمد حق بیمه صادره شناسایی نمود «قمرو» : شرکت قند مرو دشت در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ بیش از ۱۵۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ حدود ۴۷ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد «دماوند» : شرکت تولید نیروی برق دماوند در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود حدود ۷۸۵ میلیارد تومان درآمد کسب نمود ، که از این مبلغ ۴۳ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد گفتنی است فروش دوره مشابه سال قبل ۷۴۰ میلیارد تومان بود «تاصیکو» : شرکت سرمایه گذاری صدر تامین اعلام نمود شرکت سرمایه گذاری صبا تامین با دارا بودن ۳۸٪ سهام شرکت سرمایه گذاری صدر تامین ، عطف به درخواست توثیق و نامه شرکت سپرده گذاری مرکزی اوراق بهادار و تسویه وجوه ، ۷۰۰ ۰۰۰ ۰۰۰ سهم از متعلق به خود را توثیق نموده است «کمنگنز» : شرکت معادن منگنز ایران در مدت ۱۲ ماهه منتهی به اسفند حدود ۱۹۲ میلیارد تومان درآمد از فروش محصولات خود به دست آورد که حدود ۱۲ میلیارد تومان از آن مربوط به اسفندماه می باشد فروش اسفندماه این شرکت نسبت به ماه گذشته ۲۹ درصد افت کرده است «فجر» : فولاد امیر کبیر کاشان در اسفند ماه ۲۷۵ میلیارد تومان فروش داشت این عدد در بهمن ماه ۳۲۰ میلیارد تومان و میانگین فروش ۱۱ ماه گذشته حدود ۲۲۵ میلیارد تومان بوده است فجر در سال ۹۹ در مجموع ۲ هزار و ۷۵۵ میلیارد تومان فروش داشته که این عدد در مدت مشابه سال قبل حدود هزار و ۱۹۵ میلیارد تومان بوده است «وملل» : موسسه اعتباری ملل در عملکرد ۱۲ ماهه منتهی به اسفند ۱۳۹۹ ، حدود سه هزار و ۹۰۰ میلیارد تومان درآمد از تسهیلات اعطایی خود کسب نمود هم چنین جمع سود اعطا شده به سپرده های سرمایه گذاری شده در این بانک به دو هزار و ۸۴۰ میلیارد تومان رسید «مادیرا» : شرکت صنایع ماشین های اداری ایران در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال جاری از فروش محصولات خود ۲ هزار و ۳۳۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۱۵۶ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در م



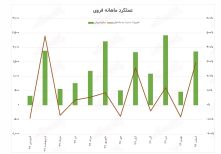
ادامه خبر صفحه قبل

[۳]

اتحادیه طلا

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۵:۵۱



قایسه با مدت مشابه سال قبل ۶۷ درصد رشد داشته است «اپال»: ارزش پرتفوی بورسی شرکت فرآوری معدنی اپال کانی پارس با افزایش حدود ۴ میلیاردی در اسفندماه به حدود ۴۸ میلیارد تومان رسید «ذوب»: شرکت ذوب آهن اصفهان در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال جاری از فروش محصولات خود ۲۰ هزار و ۴۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ حدود دو هزار و ۴۶۵ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۸۵ درصد رشد داشته است «شسیا»: شرکت نفت سپاهان در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال جاری از فروش محصولات خود هفت هزار و ۱۷۵ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۸۳۰ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۵۱ درصد رشد داشته است «غفارس»: شرکت شیر پاستوریزه پگاه فارس در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود ۶۹۵ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۸۵ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۳۲ درصد رشد داشته است «ختوقا»: شرکت گروه صنعتی قطعات اتومبیل ایران در اسفند ماه خرید و فروشی نداشت «زاگرس»: شرکت پتروشیمی زاگرس در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال جاری از فروش محصولات خود ۱۴ هزار و ۳۶۵ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ هزار و ۸۲۰ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۸۵ درصد رشد داشته است «ومعادن»: شرکت سرمایه گذاری توسعه معادن و فلزات در اسفند ماه فروشی انجام نداد ارزش پرتفوی شرکت در این ماه رشد ۱۰ هزار و ۵۲ میلیارد تومانی داشت «نوری»: شرکت پتروشیمی نوری در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود ۳۷ هزار و ۸۵۰ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۵ هزار و ۲۵۳ میلیارد تومان آن مربوط به اسفند ماه می باشد گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۵۶ درصد رشد داشته است فروش اسفند ماه بیشترین مبلغ فروش ماهانه شرکت می باشد



بورس ۲۴

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۳:۰۹



بدون تصویر

پگاه فارس در ۱۲ ماهه عالی بود

به گزارش کدال نگر بورس ۲۴، شرکت شیر پاستوریزه پگاه فارس در ۱۲ ماهه منتهی به اسفند سال ۱۳۹۹ از فروش محصولات خود ۶۹۶ میلیارد تومان درآمد کسب نمود که از این مبلغ ۸۳ میلیارد تومان آن مربوط به همین ماه می باشد. گفتنی است مبلغ فروش این شرکت در مدت ۱۲ ماهه در مقایسه با مدت مشابه سال قبل ۳۲ درصد رشد داشته است



با کشک دستگاه هاضمه را ضد عفونی کنید

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیاتها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیدند

به گزارش جامعه ایده آل به نقل از روابط عمومی شرکت **صنایع شیر** ایران (پگاه)، کشک اسیدهای آلی سرشاری دارد؛ از این رو می‌توان به عنوان یک ضد عفونی‌کننده برای دستگاه هاضمه و همچنین سلامت روده کوچک و بزرگ از آن استفاده کرد کشک بسیار مغذی و دربردارنده کلسیم، چربی، نمک، پروتئین و نیاسین (ویتامین ب۳) است این خوراکی خوش طعم به تامین انرژی مورد نیاز بدن کمک می‌کند، هر صد گرم کشک حدود ۱۰۵ تا ۱۲۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند مقدار مواد مغذی موجود در کشک به نحوه فرآوری و همچنین شیر یا ماده اولیه آن بستگی دارد و هر چه کشک بافت متراکم‌تری داشته باشد، دارای پروتئین بیشتری است همچنین، هر چه کشک دارای درصد رطوبت پایین‌تری باشد و فراوری کمتری روی آن صورت گرفته باشد، مواد مغذی مخصوصا کلسیم بیشتری دارد فواید و خواص کشک؛ درمان پوکی استخوان؛ یکی دیگر از خواص کشک، درمان پوکی استخوان است کشک با کلسیم فراوانش با شیر برابری می‌کند؛ مهمترین مصرف درمانی کشک، پیشگیری از بروز یا پیشرفت بیماری پوکی استخوان است؛ میزان مناسب کلسیم، فسفر و نسبت این دو ماده مغذی در ترکیب کشک موجب پیشگیری از پوکی استخوان می‌شود لاغری؛ یکی از خواص کشک، لاغری است در کشک هیچ گونه مواد قندی وجود ندارد؛ بنابراین مصرف این ماده برای رژیم لاغری مفید است استفاده از مقداری کشک قبل از غذا، موجب کاهش اشتها می‌شود و از آنجا که محتوای مواد سفید کلسیم دار آن نیروبخش است و هیچ گونه مواد قندی در آن نیست، از اضافه وزن و چاقی مفرط جلوگیری می‌کند در واقع کشک با دارا بودن مقدار زیادی پروتئین به افزایش سوخت و ساز بدن و کاهش احساس گرسنگی کمک می‌کند و از این طریق سبب کاهش وزن و تناسب اندام می‌شود پیشگیری از بروز فشار خون بارداری؛ حفظ فشار خون طبیعی نیز یکی دیگر از خواص کشک در بارداری است کشک حاوی پتاسیم، ماده‌ای معدنی، است که انقباضات ماهیچه‌ها را در بدن کنترل می‌کند؛ از جمله ماهیچه‌ی قلب مصرف کافی پتاسیم به قلب کمک می‌کند بتواند خون را به طور موثر و با ریتم صحیح در بدن به گردش در آورد و به این ترتیب، کشک فشار خون را در سطوح طبیعی، حفظ می‌کند حفظ سلامت جنین؛ در صورتی که از نوع کم‌نمک کشک استفاده شود، دارای فواید و مزایای زیادی است برای خانم‌های باردار مفید است که به‌منظور حفظ سلامت جنین خود از کشک در حجم کم و میزان نمک کم استفاده کنند بدنسازی و تناسب اندام؛ کشک علاوه بر کلسیم حاوی تمام اسید آمینه‌های مورد نیاز بدن است و به میزان قابل توجهی پروتئین دارد

قطعا می‌دانید که مهم‌ترین نقش پروتئین‌ها در بدن حفظ بافت‌ها و تولید آن‌ها است؛ چون بدنسازان به پرورش اندام و تقویت عضلات خود علاقه دارند؛ باید بدانند که با ورزش‌های سنگین نیاز به پروتئین در بدن آن‌ها افزایش پیدا می‌کند؛ در نتیجه ورزشکاران و بدنسازان باید کشک را در وعده غذایی یا میان وعده‌های خود همراه آجیل و تخم‌مرغ میل کنند. کاهش احساس گرسنگی؛ همان‌طور که گفته شد، کشک به مقدار قابل توجهی کلسیم و پروتئین دارد بنابراین بهتر است که افراد به جای مصرف خوراکی‌های غیرمغذی و غیر مفید از این خوراکی مفید و خوش طعم استفاده کنند این خوراکی علاوه بر اینکه حجم کمی از معده را اشغال می‌کند، سبب کاهش احساس گرسنگی در افراد می‌شود ضد پیری و افزایش طول عمر؛ نتایج بدست آمده از تحقیقات نشان داده است که کشک دارای مقادیر فراوان پیش ساز گلوکوتائین است این مواد به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شوند خواص مهم گلوکوتائین در کنترل رادیکال‌های آزاد موجب پیشگیری از سرطان‌ها،

ادامه خبر صفحه قبل

[۲]

جامع ایده ال

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۲:۴۳



بدون تصویر

کند شدن روند پیری و افزایش طول عمر سلول‌ها می‌شود به بیماران سرطانی بعد از هر وعده غذا ۲ تا ۳ قاشق کشک پاستوریزه بخورانید توصیه‌های بهداشتی : ؛ با توجه به اینکه کشک سرشا از منابع پروتئین حیوانی است ، بنابراین محیط مناسبی برای رشد میکروارگانیسم‌های مختلف است که اغلب سبب مسمومیت حتی مرگ می‌شود بنابراین توجه به موارد زیر ضروری است : از کشک‌های بسته بندی (پاستوریزه) شده که دارای برچسب و مجوز بهداشتی هستند ، استفاده کنید کشک را در یخچال نگهداری کنید و از فروشندگان هم بخواهید همین کار را در مغازه‌های خود انجام دهند افرادی که به فشار خون بالا مبتلا هستند ، کشک بی نمک استفاده کنند



بدون تصویر

با کشک دستگاه هاضمه را ضد عفونی کنید

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیاتها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیداند

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیاتها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیداند ❖ به گزارش روابط عمومی شرکت صنایع شیر ایران (پگاه) ، کشک اسیدهای آلی سرشاری دارد؛ از این رو می‌توان به عنوان یک ضد عفونی‌کننده برای دستگاه هاضمه و همچنین سلامت روده کوچک و بزرگ از آن استفاده کرد



بدون تصویر

ریزش ۴۵۰۰ واحدی شاخص کل بورس

اقتصاد نیوز: شاخص کل بورس تهران در شروع معاملات بازار سرمایه سرخپوش شد و با ریزش ۴۵۰۰ واحدی در سطح یک میلیون و ۲۸۹ هزار واحد قرار گرفت

ریزش ۴۵۰۰ واحدی شاخص کل بورس اقتصاد نیوز: شاخص کل بورس تهران در شروع معاملات بازار سرمایه سرخپوش شد و با ریزش ۴۵۰۰ واحدی در سطح یک میلیون و ۲۸۹ هزار واحد قرار گرفت شاخص کل هم وزن نیز سرخپوش شد و با افت ۴۲۴ واحدی ۴۴۲ هزار و ۲۲۴ واحد را ثبت کرد اثرگذارترین نمادها بر شاخص بورس رانفور، فاراک، و ولساپا، بیشترین تأثیر مثبت و نماد های فملی، شستا و شپنا بیشترین اثر منفی را بر روند حرکت شاخص گذاشته اند وضعیت نمادها در آغاز معاملات امروز در جریان معاملات منفی و پر عرضه گروه پالایشی ها نماد شبندر در قیمت ۲۶۶۱ تومان با صف فروش ۳ میلیون سهمی مواجه است شپنا در قیمت ۱۳۵۵ تومان افت حداکثری دارد شبریز و شتران نیز با صف فروش مواجه هستند در گروه خودرویی ها نماد خساپا در قیمت ۲۳۷ تومان با صف فروش ۲۰۰ میلیون سهمی مواجه است خودرو نیز در قیمت ۲۵۱ تومان صف فروش ۱۱۲ میلیون سهمی دارد معاملات نماد اپال هم نیز با افزایش عرضه حاکم شده در بازار به مدار منفی کشیده شد و سهم اکنون در قیمت ۱۷۹۳ تومان قرار دارد در گروه دارویی ها نماد برکت با افزایش عرضه و فشار فروش با محدوده کف قیمت روزانه کشیده شد و شاهد شکل گیری صف فروش بالای ۱۰ میلیون سهم بروی این نماد در قیمت ۳۲۷۶ تومان هستیم در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه شاخص کل بورس پس از افت پنج هزار و ۵۷۰ واحدی (۴۰ درصد) در ارتفاع یک میلیون و ۲۸۸ هزار واحد قرار گرفت و شاخص کل هم وزن با کاهش ۱۰ درصدی مواجه شد آخرین قیمت ۳۵ نماد حداقل سه درصد نسبت به قیمت روز قبل آن ها افزایش یافته و ۴۹۱ نماد با کاهش بیش از سه درصدی قیمت همراه بوده اند نماد های برکت، شستا، فاراک، اپال، پتایر، شلعب و شپنا در گروه پرتراکنش ترین های بورس و نماد های رافزا، مادیرا، بیاس، بیوند، آریا، بگیلان و **غگیلا** در گروه پرتراکنش ترین های فرابورس قرار گرفتند ارزش کل معاملات خرد بورس و فرابورس نیز در مجموع به حدود ۸۷۰ میلیارد تومان رسید حقیقی ها تا ساعت مورد اشاره رقمی در حدود ۱۵۰ میلیارد تومان نقدینگی از بازار خارج کردند در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه جمع صف های خرید حدود ۲۹۰ میلیارد تومان و ارزش کل صف های فروش چهار هزار میلیارد تومان بوده است، بدین ترتیب خالص سفارشات فروشی که در سیستم معاملات ثبت شده به سه هزار و ۷۲۰ میلیارد تومان می رسد تا این ساعت بیشترین عرضه در صفوف فروش و آیند، شپنا و سنیر به چشم می خورد به طوری که فقط برای سهام بانک آینده بیش از ۳۴۰ میلیارد تومان سفارش فروش وجود دارد بیشترین تقاضا نیز در صفوف خرید **غگیلا**، قیستو و سیتا در نوبت انتظار است این مطلب برایم مفید است بلی ۲ نفر این پست را پسندیده اند کلمات کلیدی: بورس تهران خودرو سرمایه شاخص وزن



بدون تصویر

بازدید نائب رئیس کمیسیون برنامه و بودجه مجلس از پگاه تبریز

نائب رئیس کمیسیون برنامه و بودجه شورای اسلامی، از شرکت شیر پاستوریزه پگاه آذربایجان شرقی، بازدید کرد

به گزارش فراسو به نقل از روابط عمومی و امور بین الملل شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، حجت الاسلام محمدرضا میرتاج‌الدینی در بازدید از پگاه تبریز، این شرکت را یک مجموعه توانمند تولیدی معرفی و برنامه‌های پیش روی آن را حائز اهمیت، توصیف کرد او با اشاره به دستاوردهای کسب شده پگاه تبریز ابراز امیدواری کرد: شاهد اقبال بیشتر نشان پگاه به‌عنوان یک برند معتبر و شناخته شده نزد مصرف‌کنندگان، باشیم وی تامین امنیت غذایی داخل کشور و توجه به امر صادرات به‌ویژه بهره برداری از ظرفیت بازار روسیه را با اهمیت دانست و از آماده سازی زیرساخت‌های این شرکت برای تسهیل صادرات به کشورهای حوزه اوراسیا، ابراز خرسندی کرد مرتضی اعیانی مدیرعامل پگاه آذربایجان شرقی نیز ضمن ارائه گزارش توانمندی‌های این مجموعه تاکید کرد: به همت همکاران شرکت در سال ۱۴۰۰، در جهت افزایش دریافت شیرخام و تولید محصولات جدید و متنوع همگام با ذائقه مشتریان و تامین سلامت جامعه، گام برمی‌داریم



خبر ایران

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۱:۱۳



بدون تصویر

خواص باورنکردنی کشک

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیات‌ها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیداند

به گزارش خبرایران از روابط عمومی شرکت **صنایع شیر** ایران (پگاه)، کشک اسیدهای آلی سرشاری دارد؛ از این رو می‌توان به عنوان یک ضد عفونی‌کننده برای دستگاه‌هاضمه و همچنین سلامت روده کوچک و بزرگ از آن استفاده کرد؛ کشک بسیار مغذی و دربردارنده کلسیم، چربی، نمک، پروتئین و نیاسین (ویتامین ب۳) است این خوراکی خوش‌طعم به تامین انرژی مورد نیاز بدن کمک می‌کند، هر صد گرم کشک حدود ۱۰۵ تا ۱۲۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند مقدار مواد مغذی موجود در کشک به نحوه فرآوری و همچنین شیر یا ماده اولیه آن بستگی دارد و هر چه کشک بافت متراکم‌تری داشته باشد، دارای پروتئین بیشتری است همچنین، هر چه کشک دارای درصد رطوبت پایین‌تری باشد و فرآوری کمتری روی آن صورت گرفته باشد، مواد مغذی مخصوصا کلسیم بیشتری دارد فواید و خواص کشک؛ درمان پوکی استخوان؛ یکی دیگر از خواص کشک، درمان پوکی استخوان است کشک با کلسیم فراوانش با شیر برابری می‌کند؛ مهمترین مصرف درمانی کشک، پیشگیری از بروز یا پیشرفت بیماری پوکی استخوان است؛ میزان مناسب کلسیم، فسفر و نسبت این دو ماده مغذی در ترکیب کشک موجب پیشگیری از پوکی استخوان می‌شود لاغری؛ یکی از خواص کشک، لاغری است در کشک هیچ گونه مواد قندی وجود ندارد؛ بنابراین مصرف این ماده برای رژیم لاغری مفید است استفاده از مقداری کشک قبل از غذا، موجب کاهش اشتها می‌شود و از آنجا که محتوای مواد سفید کلسیم دار آن نیروبخش است و هیچ گونه مواد قندی در آن نیست، از اضافه وزن و چاقی مفرط جلوگیری می‌کند در واقع کشک با دارا بودن مقدار زیادی پروتئین به افزایش سوخت و ساز بدن و کاهش احساس گرسنگی کمک می‌کند و از این طریق سبب کاهش وزن و تناسب اندام می‌شود پیشگیری از بروز فشار خون بارداری؛ حفظ فشار خون طبیعی نیز یکی دیگر از خواص کشک در بارداری است کشک حاوی پتاسیم، ماده‌ای معدنی، است که انقباضات ماهیچه‌ها را در بدن کنترل می‌کند؛ از جمله ماهیچه‌ی قلب مصرف کافی پتاسیم به قلب کمک می‌کند بتواند خون را به طور موثر و با ریتم صحیح در بدن به گردش درآورد و به این ترتیب، کشک فشار خون را در سطوح طبیعی، حفظ می‌کند حفظ سلامت جنین؛ در صورتی که از نوع کم‌نمک کشک استفاده شود، دارای فواید و مزایای زیادی است برای خانم‌های باردار مفید است که به‌منظور حفظ سلامت جنین خود از کشک در حجم کم و میزان نمک کم استفاده کنند بدنسازی و تناسب اندام؛ کشک علاوه بر کلسیم حاوی تمام اسید آمینه‌های مورد نیاز بدن است و به میزان قابل توجهی پروتئین دارد

قطعا می‌دانید که مهم‌ترین نقش پروتئین‌ها در بدن حفظ بافت‌ها و تولید آن‌ها است؛ چون بدنسازان به پرورش اندام و تقویت عضلات خود علاقه دارند؛ باید بدانند که با ورزش‌های سنگین نیاز به پروتئین در بدن آن‌ها افزایش پیدا می‌کند؛ در نتیجه ورزشکاران و بدنسازان باید کشک را در وعده غذایی یا میان وعده‌های خود همراه آجیل و تخم‌مرغ میل کنند. کاهش احساس گرسنگی؛ همان‌طور که گفته شد، کشک به مقدار قابل توجهی کلسیم و پروتئین دارد بنابراین بهتر است که افراد به جای مصرف خوراکی‌های غیرمغذی و غیر مفید از این خوراکی مفید و خوش‌طعم استفاده کنند این خوراکی علاوه بر اینکه حجم کمی از معده را اشغال می‌کند، سبب کاهش احساس گرسنگی در افراد می‌شود ضد پیری و افزایش طول عمر؛ نتایج بدست آمده از تحقیقات نشان داده است که کشک دارای مقادیر فراوان پیش ساز گلوکوتائین است این مواد به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شوند خواص مهم گلوکوتائین در کنترل رادیکال‌های آزاد موجب پیشگیری از سرطان‌ها،



ادامه خبر صفحه قبل

[۲]

خبر ایران

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۱:۱۳



بدون تصویر

کند شدن روند پیری و افزایش طول عمر سلول‌ها می‌شود به بیماران سرطانی بعد از هر وعده غذا ۲ تا ۳ قاشق کشک پاستوریزه بخورانید توصیه‌های بهداشتی : ؛ با توجه به اینکه کشک سرشا از منابع پروتئین حیوانی است ، بنابراین محیط مناسبی برای رشد میکروارگانیسم‌های مختلف است که اغلب سبب مسمومیت حتی مرگ می‌شود بنابراین توجه به موارد زیر ضروری است : ؛ از کشک‌های بسته بندی (پاستوریزه) شده که دارای برچسب و مجوز بهداشتی هستند ، استفاده کنید ؛ کشک را در یخچال نگهداری کنید و از فروشندگان هم بخواهید همین کار را در مغازه‌های خود انجام دهند ؛ افرادی که به فشار خون بالا مبتلا هستند ، کشک بی نمک استفاده کنند



خبر ایران

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۱:۱۳



بدون تصویر

توسعه بازارهای صادراتی اوراسیا استراتژی پگاه

توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا، یکی از اهداف اصلی شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران، در سال ۱۴۰۰، است

به گزارش خبرایران به نقل از روابط عمومی و امور بین الملل شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، عبدالله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران در دیدار نوروزی با همکاران شرکت بازرگانی، با اعلام این مطلب، افزود: کسب عنوان صادر کننده ممتاز برای دومین بار و شکستن رکورد صادرات، موید عملکرد مطلوب سال گذشته شرکت، بوده است. وی افزود: صادرات و فروش داخلی، نکات حائز اهمیتی است و بخش اعظم بودجه در نظر گرفته شده شرکت صنایع شیر ایران در سال جاری که در نوع خود بی نظیر است، با عملکرد مطلوب شرکت بازرگانی، محقق می شود؛ یغمور قلی زاده مدیرعامل شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران نیز گفت: با توجه به شرایط و مشکلات موجود صادرات در ایام کرونا، با برنامه ریزی و همت عالی همکاران شرکت، از تهدیدها فرصت ساخته و عملکرد مطلوبی را برای شرکت به ویژه در نیمه سال ۹۹، ثبت کردیم؛ وی تاکید کرد: موانع و مشکلات پیش روی صادرات نیازمند توجه ویژه و خاص است و حفظ کیفیت محصولات تولیدی، تصمیم گیری به موقع از جمله نکاتی است که مدیران ارشد بایستی در این حوزه مد نظر قرار دهند؛ گفتنی است، در این جلسه، معاونان شرکت بازرگانی نیز، نظرات خود را بیان کردند



بدون تصویر

استراتژی پگاه "توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا" است

توسعه بازارهای صادراتی در اوراسیا، یکی از اهداف اصلی شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران، در سال ۱۴۰۰، است

به گزارش اداره کل روابط عمومی و امور بین الملل صندوق بازنشستگی کشوری به نقل از شرکت صنایع شیر ایران (پگاه)، عبدالله قدوسی مدیرعامل صنایع شیر ایران در دیدار نوروزی با همکاران شرکت بازرگانی پگاه، با اعلام این مطلب، افزود: کسب عنوان صادر کننده ممتاز برای دومین بار و شکستن رکورد صادرات، مویید عملکرد مطلوب سال گذشته شرکت، بوده است. وی افزود: صادرات و فروش داخلی، نکات حائز اهمیتی است و بخش اعظم بودجه در نظر گرفته شده شرکت صنایع شیر ایران در سال جاری که در نوع خود بی نظیر است، با عملکرد مطلوب شرکت بازرگانی، محقق می‌شود. یغمور قلی‌زاده مدیرعامل شرکت بازرگانی صنایع شیر ایران نیز در این نشست گفت: با توجه به شرایط و مشکلات موجود صادرات در ایام کرونا، با برنامه ریزی و همت عالی همکاران شرکت، از تهدیدها، فرصت ساخته و عملکرد مطلوبی را برای شرکت به‌ویژه در نیمه سال ۹۹، ثبت کردیم وی تاکید کرد: موانع و مشکلات پیش روی صادرات نیازمند توجه ویژه و خاص است و حفظ کیفیت محصولات تولیدی و تصمیم گیری به موقع از جمله نکاتی است که مدیران ارشد بایستی در این حوزه مدنظر قرار دهند



بدون تصویر

سنگین ترین صف های خرید و فروش

خالص سفارشات فروش سهام در بورس امروز سه هزار و ۷۲۰ میلیارد تومان می رسد ، برتری سمت عرضه در بانک ها و موسسات اعتباری بیش از سایرین بود و همچنین حجم صف شرکت **شیر پاستوریزه** پگاه گیلان (غگیلا) به ۱۵ . ۴ درصد کل تعداد سهام آن می رسد

در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه جمع صف های خرید حدود ۲۹۰ میلیارد تومان و ارزش کل صف های فروش چهار هزار میلیارد تومان بوده است ، بدین ترتیب خالص سفارشات فروشی که در سیستم معاملات ثبت شده به سه هزار و ۷۲۰ میلیارد تومان می رسد تا این ساعت بیشترین عرضه در صفوف فروش «وآیند» ، «شینا» و «سنیر» به چشم می خورد به طوری که فقط برای سهام بانک آینده بیش از ۳۴۰ میلیارد تومان سفارش فروش وجود دارد بیشترین تقاضا نیز در صفوف خرید «غگیلا» ، «قیستو» و «سیتا» در نوبت انتظار است ارزش ۱۰ صف خرید برتر بورس و فرابورس در مجموع ۲۵۰ میلیارد تومان (۸۶ درصد کل) و ۱۰ صف فروش برتر ۸۶۵ میلیارد تومان (۲۲ درصد کل) می شود ، همچنین حجم صف های خرید در ۸ نماد و حجم صف های فروش در ۱۱۹ نماد بیش از ۱۰ میلیارد تومان بوده است گفتنی است حجم صف شرکت **شیر پاستوریزه** پگاه گیلان (غگیلا) به ۱۵ . ۴ درصد کل تعداد سهام آن می رسد «بانک ها و موسسات اعتباری» کم اقبال ترین صنعت امروز با خالص سفارش فروش بیش از ۴۸۵ میلیارد تومان است و پس از آن گروه «خودرو و ساخت قطعات» قرار دارد که برآیند سفارشات فروش آن ۳۱۵ میلیارد تومان می شود همچنین در طرف دیگر معاملات تقاضای چشمگیری وجود ندارد این جدول حدود ۲۱ درصد از چهار هزار و ۲۹۵ میلیارد تومانی که در صف خرید یا فروش قرار گرفته اند را تشکیل می دهد در مجموع ۸۵۰ میلیارد تومان سهام خرید و فروش شده که نسبت صف ها به آن ۵۰۷ درصد است و با فرض معامله کامل صف ها ارزش معاملات به پنج هزار و ۱۴۵ میلیارد تومان خواهد رسید



بدون تصویر

با کشک دستگاه هاضمه را ضد عفونی کنید

از جمله مواد غذایی بسیار مفید برای سلامتی بدن انسان لبنیاتها هستند که کمک فراوانی برای رشد و تامین مواد غذایی مورد نیاز ما دارند فرآورده‌های مواد لبنی مثل کشک همه مانند خود شیر بسیار مفیدند

به گزارش اقتصادرسا به نقل از روابط عمومی شرکت **صنایع شیر** ایران (پگاه)، کشک اسیده‌های آلی سرشاری دارد؛ از این رو می‌توان به عنوان یک ضد عفونی‌کننده برای دستگاه هاضمه و همچنین سلامت روده کوچک و بزرگ از آن استفاده کرد کشک بسیار مغذی و دربردارنده کلسیم، چربی، نمک، پروتئین و نیاسین (ویتامین ب۳) است این خوراکی خوش طعم به تامین انرژی مورد نیاز بدن کمک می‌کند، هر صد گرم کشک حدود ۱۰۵ تا ۱۲۰ کیلو کالری انرژی تولید می‌کند مقدار مواد مغذی موجود در کشک به نحوه فرآوری و همچنین شیر یا ماده اولیه آن بستگی دارد و هر چه کشک بافت متراکم‌تری داشته باشد، دارای پروتئین بیشتری است همچنین، هر چه کشک دارای درصد رطوبت پایین‌تری باشد و فرآوری کمتری روی آن صورت گرفته باشد، مواد مغذی مخصوصا کلسیم بیشتری دارد فواید و خواص کشک؛ درمان پوکی استخوان؛ یکی دیگر از خواص کشک، درمان پوکی استخوان است کشک با کلسیم فراوانش با شیر برابری می‌کند؛ مهمترین مصرف درمانی کشک، پیشگیری از بروز یا پیشرفت بیماری پوکی استخوان است؛ میزان مناسب کلسیم، سفر و نسبت این دو ماده مغذی در ترکیب کشک موجب پیشگیری از پوکی استخوان می‌شود لاغری؛ یکی از خواص کشک، لاغری است در کشک هیچ گونه مواد قندی وجود ندارد؛ بنابراین مصرف این ماده برای رژیم لاغری مفید است استفاده از مقداری کشک قبل از غذا، موجب کاهش اشتها می‌شود و از آنجا که محتوای مواد سفید کلسیم دار آن نیروبخش است و هیچ گونه مواد قندی در آن نیست، از اضافه وزن و چاقی مفرط جلوگیری می‌کند در واقع کشک با دارا بودن مقدار زیادی پروتئین به افزایش سوخت و ساز بدن و کاهش احساس گرسنگی کمک می‌کند و از این طریق سبب کاهش وزن و تناسب اندام می‌شود پیشگیری از بروز فشار خون بارداری؛ حفظ فشار خون طبیعی نیز یکی دیگر از خواص کشک در بارداری است کشک حاوی پتاسیم، ماده‌ای معدنی، است که انقباضات ماهیچه‌ها را در بدن کنترل می‌کند؛ از جمله ماهیچه‌ی قلب مصرف کافی پتاسیم به قلب کمک می‌کند بتواند خون را به طور موثر و با ریتم صحیح در بدن به گردش در آورد و به این ترتیب، کشک فشار خون را در سطوح طبیعی، حفظ می‌کند حفظ سلامت جنین؛ در صورتی که از نوع کم‌نمک کشک استفاده شود، دارای فواید و مزایای زیادی است برای خانم‌های باردار مفید است که به‌منظور حفظ سلامت جنین خود از کشک در حجم کم و میزان نمک کم استفاده کنند بدنسازی و تناسب اندام؛ کشک علاوه بر کلسیم حاوی تمام اسید آمینه‌های مورد نیاز بدن است و به میزان قابل توجهی پروتئین دارد

قطعا می‌دانید که مهم‌ترین نقش پروتئین‌ها در بدن حفظ بافت‌ها و تولید آن‌ها است؛ چون بدنسازان به پرورش اندام و تقویت عضلات خود علاقه دارند؛ باید بدانند که با ورزش‌های سنگین نیاز به پروتئین در بدن آن‌ها افزایش پیدا می‌کند؛ در نتیجه ورزشکاران و بدنسازان باید کشک را در وعده غذایی یا میان وعده‌های خود همراه آجیل و تخم‌مرغ میل کنند. کاهش احساس گرسنگی؛ همان‌طور که گفته شد، کشک به مقدار قابل توجهی کلسیم و پروتئین دارد بنابراین بهتر است که افراد به جای مصرف خوراکی‌های غیرمغذی و غیر مفید از این خوراکی مفید و خوش طعم استفاده کنند این خوراکی علاوه بر اینکه حجم کمی از معده را اشغال می‌کند، سبب کاهش احساس گرسنگی در افراد می‌شود ضد پیری و افزایش طول عمر؛ نتایج بدست آمده از تحقیقات نشان داده است که کشک دارای مقادیر فراوان پیش ساز گلوکوتایون است این مواد به خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شوند خواص مهم گلوکوتایون در کنترل رادیکال‌های آزاد موجب پیشگیری از سرطان‌ها،



ادامه خبر صفحه قبل

[۲]

اقتصاد رسا

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۱:۱۳



بدون تصویر

کند شدن روند پیری و افزایش طول عمر سلول‌ها می‌شود به بیماران سرطانی بعد از هر وعده غذا ۲ تا ۳ قاشق کشک پاستوریزه بخورانید توصیه‌های بهداشتی : ؛ با توجه به اینکه کشک سرشا از منابع پروتئین حیوانی است ، بنابراین محیط مناسبی برای رشد میکروارگانیسم‌های مختلف است که اغلب سبب مسمومیت حتی مرگ می‌شود بنابراین توجه به موارد زیر ضروری است : از کشک‌های بسته بندی (پاستوریزه) شده که دارای برچسب و مجوز بهداشتی هستند ، استفاده کنید کشک را در یخچال نگهداری کنید و از فروشندگان هم بخواهید همین کار را در مغازه‌های خود انجام دهند افرادی که به فشار خون بالا مبتلا هستند ، کشک بی نمک استفاده کنند



بدون تصویر

گزارش بورس امروز ۱۴ فروردین ۱۴۰۰

شاخص کل بورس تهران در این لحظه در ارتفاع یک میلیون و ۲۹۰ هزار واحد قرار گرفته است

شاخص کل بورس تهران در این لحظه در ارتفاع یک میلیون و ۲۹۰ هزار واحد قرار گرفته است افت سه هزار واحدی نماگر بورس در ۱۰ دقیقه آغازین معاملات امروز تهران اقتصاد برتر ۱۴ فروردین ۱۴۰۰ به گزارش #اقتصاد برتر، نمادهای #برکت، #فاراک و #ولساپا بیشترین تأثیر مثبت و نمادهای #فملی، #شپنا و #شستا بیشترین اثر منفی را بر روند حرکت شاخص گذاشته اند نقشه بورس امروز بر اساس ارزش معاملات/افت پنج هزار واحدی شاخص کل در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه شاخص کل بورس پس از افت پنج هزار و ۵۷۰ واحدی (۰.۴ درصد) در ارتفاع یک میلیون و ۲۸۸ هزار واحد قرار گرفت و شاخص کل هم وزن با کاهش ۱۰ درصدی مواجه شد. آخرین قیمت ۳۵ نماد حداقل سه درصد نسبت به قیمت روز قبل آن ها افزایش یافته و ۴۹۱ نماد با کاهش بیش از سه درصدی قیمت همراه بوده اند. نمادهای #برکت، #شستا، #فاراک، #پال، #پتایر، #شلعاب و #شپنا در گروه پرتراکنش ترین های بورس و نمادهای #رافزا، #مادیرا، #پپاس، #پیوند، #آریا، #بگیلان و #غگیلا در گروه پرتراکنش ترین های فرابورس قرار گرفتند. ارزش کل معاملات خرد بورس و فرابورس نیز در مجموع به حدود ۸۷۰ میلیارد تومان رسید حقیقی ها تا ساعت مورد اشاره رقمی در حدود ۱۵۰ میلیارد تومان نقدینگی از بازار خارج کردند. در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه جمع صف های خرید حدود ۲۹۰ میلیارد تومان و ارزش کل صف های فروش چهار هزار میلیارد تومان بوده است، بدین ترتیب خالص سفارشات فروشی که در سیستم معاملات ثبت شده به سه هزار و ۷۲۰ میلیارد تومان می رسد. تا این ساعت بیشترین عرضه در صفوف فروش #آیوند، #شپنا و #سنیر به چشم می خورد به طوری که فقط برای سهام بانک آینده بیش از ۳۴۰ میلیارد تومان سفارش فروش وجود دارد بیشترین تقاضا نیز در صفوف خرید #غگیلا، #قیستو و #سیتا در نوبت انتظار است. ارزش ۱۰ صف خرید برتر بورس و فرابورس در مجموع ۲۵۰ میلیارد تومان (۸۶ درصد کل) و ۱۰ صف فروش برتر ۸۶۵ میلیارد تومان (۲۲ درصد کل) می شود، همچنین حجم صف های خرید در ۸ نماد و حجم صف های فروش در ۱۱۹ نماد بیش از ۱۰ میلیارد تومان بوده است گفتنی است حجم صف شرکت **شیر پاستوریزه** پگاه گیلان (#غگیلا) به ۴۱۵ درصد کل تعداد سهام آن می رسد. «بانک ها و موسسات اعتباری» کم اقبال ترین صنعت امروز با خالص سفارش فروش بیش از ۴۸۵ میلیارد تومان است و پس از آن گروه «خودرو و ساخت قطعات» قرار دارد که برآیند سفارشات فروش آن ۳۱۵ میلیارد تومان می شود همچنین در طرف دیگر معاملات تقاضای چشمگیری وجود ندارد. این جدول حدود ۲۱ درصد از چهار هزار و ۲۹۵ میلیارد تومانی که در صف خرید یا فروش قرار گرفته اند را تشکیل می دهد در مجموع ۸۵۰ میلیارد تومان سهام خرید و فروش شده که نسبت صف ها به آن ۵۰۷ درصد است و با فرض معامله کامل صف ها ارزش معاملات به پنج هزار و ۱۴۵ میلیارد تومان خواهد رسید.



مشرق

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۰:۳۴



بدون تصویر

صف های خرید و فروش امروز در بورس + جدول

خالص سفارشات فروش سهام در بورس امروز سه هزار و ۷۲۰ میلیارد تومان می رسد ، برتری سمت عرضه در بانک ها و موسسات اعتباری بیش از سایرین بود

به گزارش سرویس بورس مشرق ، در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه جمع صف های خرید حدود ۲۹۰ میلیارد تومان و ارزش کل صف های فروش چهار هزار میلیارد تومان بوده است ، بدین ترتیب خالص سفارشات فروشی که در سیستم معاملات ثبت شده به سه هزار و ۷۲۰ میلیارد تومان می رسد بیشتر بخوانید : نقشه بازار سهام بر اساس ارزش معاملات +عکس تا این ساعت بیشترین عرضه در صفوف فروش «وآیند» ، «شپنا» و «سنیر» به چشم می خورد به طوری که فقط برای سهام بانک آینده بیش از ۳۴۰ میلیارد تومان سفارش فروش وجود دارد بیشترین تقاضا نیز در صفوف خرید «غگیلا» ، «قیستو» و «سیتا» در نوبت انتظار است ارزش ۱۰ صف خرید برتر بورس و فرابورس در مجموع ۲۵۰ میلیارد تومان (۸۶ درصد کل) و ۱۰ صف فروش برتر ۸۶۵ میلیارد تومان (۲۲ درصد کل) می شود ، همچنین حجم صف های خرید در ۸ نماد و حجم صف های فروش در ۱۹ نماد بیش از ۱۰ میلیارد تومان بوده است گفتنی است حجم صف شرکت **شیر پاستوریزه** پگاه گیلان (غگیلا) به ۱۵ درصد کل تعداد سهام آن می رسد «بانک ها و موسسات اعتباری» کم اقبال ترین صنعت امروز با خالص سفارش فروش بیش از ۴۸۵ میلیارد تومان است و پس از آن گروه «خودرو و ساخت قطعات» قرار دارد که برآیند سفارشات فروش آن ۳۱۵ میلیارد تومان می شود همچنین در طرف دیگر معاملات تقاضای چشمگیری وجود ندارد این جدول حدود ۲۱ درصد از چهار هزار و ۲۹۵ میلیارد تومانی که در صف خرید یا فروش قرار گرفته اند را تشکیل می دهد در مجموع ۸۵۰ میلیارد تومان سهام خرید و فروش شده که نسبت صف ها به آن ۵۰۷ درصد است و با فرض معامله کامل صف ها ارزش معاملات به پنج هزار و ۱۴۵ میلیارد تومان خواهد رسید منبع : اقتصادآنلاین



رشد ۱۹۱ درصدی تامین مالی در فرابورس

در مجموع تامین مالی فرابورس از چهار طریق عرضه اولیه، پذیره نویسی، افزایش سرمایه شرکت ها و اسناد خزانه اسلامی در سال ۹۹ با ۱۹۱ درصد رشد نسبت به سال پیش از آن رقم ۲۲۲ هزار و ۸۶۶ میلیارد تومان را ثبت کرد.

به گزارش پایگاه خبری بازار سرمایه (سنا) و به نقل از فرابورس، سال ۱۳۹۹ بازار سرمایه ایران ۲۴۳ روز کاری را پشت سر گذاشت که در این روزها شاهد فرازوفرودهای زیادی از جمله اضافه شدن چندین میلیون افراد جدید به جمع سهامداران، تزریق نقدینگی بی سابقه به بازار در ۵ ماه ابتدایی سال، رشد بی سابقه قیمت اغلب سهام مورد معامله در بازار و در ادامه اصلاح شاخص و افت قیمت سهام بسیاری از شرکت ها بودیم. در عین حال روند کلی بازار سهام از ابتدا تا انتهای این سال رشد قابل توجه شاخص کل، ارزش معاملات و سایر متغیرهای معاملاتی را نشان می دهد براساس این گزارش، در سال ۹۹ فرابورس ایران در زمینه تامین مالی و عملیاتی سازی ابزارهای نوآورانه در راستای رسالت خود موفق عمل کرد و شاهد رونمایی از بازار تامین مالی جمعی، پذیره نویسی بزرگ ترین صندوق سرمایه گذاری جسورانه در فرابورس، اعطای موافقت اصولی به اولین پلتفرم تامین مالی جمعی مبتنی بر فناوری بلاکچین، اخذ مجوز فعالیت تامین مالی جمعی ۴ شرکت از کارگروه ارزیابی تامین مالی جمعی، افزایش سقف تامین مالی پروژه ها از ۲ میلیارد به ۱۰ میلیارد تومان و... بودیم از رویدادهای مهم دیگر در فرابورس رونمایی از شاخص صکوک فرابورس ایران (Sindex) برای اولین بار به عنوان معیاری برای نمایش بازدهی و ریسک بازار اوراق بدهی بود و تا پیش از این هیچ شاخصی برای معیارسنجی بازار بدون ریسک وجود نداشت.

تنوع بخشی به ابزارهای تامین مالی در راستای افزایش سهم بازار سرمایه در تامین مالی بنگاه ها و متناسب کردن ابزارهای تامین مالی با نیاز بنگاه ها و تسهیل شرایط استفاده از آن ها از دیگر رسالت های فرابورس است که در این راستا پذیره نویسی نخستین اوراق بدهی با بازپرداخت تدریجی اصل اوراق پیش از سررسید به منظور تامین مالی ۲۰۰۰ میلیارد ریالی برای شرکت لبنیات و بستنی دومینو از طریق صکوک اجاره به شرط تملیک در فرابورس ایران انجام شد. همچنین برای نخستین بار در بازار سرمایه کشور انتشار اوراق بدون ضامن و با تکیه بر رتبه اعتباری در بازار بدهی فرابورس ایران مربوط به اوراق شرکت گروه توسعه مالی مهرآیندگان، رقم خورد.

وضعیت آیفکس در یک سال پر فرازونشیب شاخص کل فرابورس ایران که سال ۹۹ را در ارتفاع نزدیک به ۶۶۰۰ واحدی کلید زده بود در اواسط مردادماه توانست از قله ۲۱ هزار واحدی عبور کند و پست از پشت سر گذاشتن فرازونشیب هایی تا پایان سال، پرونده آیفکس در آخرین روز کاری سال ۹۹ با ارتفاع ۱۷ هزار و ۹۹۰ واحدی و ثبت ۱۷۳ درصد رشد نسبت به سال ۹۸ بسته شد. ارزش کل بازار فرابورس نیز که در پایان سال ۹۸ به بیش از رقم ۶۹۵ هزار میلیارد تومان رسیده بود با جابه جایی رکوردهای پیشین، در پایان سال ۹۹ به ۹۱۳۱ میلیون میلیارد تومان افزایش یافت که رشد ۱۷۵ درصدی را در طول یک سال نشان می دهد در این میان، بازارهای دوم و اول خوش درخشیدند و به ترتیب با سهم ۴۰ و ۲۴ درصدی، بیشترین سهم را از ارزش کل بازار فرابورس در اختیار گرفتند در آخرین سال قرن، همچنین شاهد رشد چندبرابری ارزش معاملات فرابورس نسبت به سال قبل بودیم که از دلایل این رشد چشم گیر می توان به ورود نقدینگی بی سابقه به بازار اشاره کرد حجم کل معاملات فرابورس در سال ۹۹ معادل ۶۵۲ میلیارد و ۸۰۶ میلیون ورقه بود که این حجم از معاملات سهام و اوراق در ۲۲۳ میلیون و ۲۲۰ هزار نوبت انجام شد و ارزش بیش از ۱۷۷ میلیون میلیارد تومانی را رقم زد در مجموع مقایسه متغیرهای معاملاتی نسبت به سال ۹۸ نشان می دهد که حجم، تعداد و ارزش معاملات در سال ۹۹ به ترتیب ۴۶، ۱۸۹ و ۴۴۶ درصد رشد کرده اند.

از سوی دیگر رصد میانگین معاملات به طور روزانه و ماهانه در سالی که گذشت،



حاکمی از آن است که به طور میانگین در هر یک از روزهای معاملاتی، دادوستد ۲ هزار و ۶۸۶ میلیون ورقه بهادار به ارزش ۷ هزار و ۲۹۰ میلیارد تومان انجام شده و میانگین ماهانه دادوستدها نیز رقم ۵۴ هزار و ۴۰۰ میلیون ورقه به ارزش ۱۴۷ هزار و ۶۲۹ میلیارد تومان بوده است.

بیشترین رشد ارزش معاملات در بازار دوم با مقایسه حجم و ارزش معاملات سال ۹۹ در کل بازارهای فرابورس نسبت به سال ۹۸ شاهد آن هستیم که از نظر ارزش معاملاتی، بازار دوم فرابورس با رشد ۸۱۱ درصدی نسبت به سال قبل در رتبه اول بازارهای فرابورس ایستاده و به لحاظ حجم معاملات نیز، بازار ابزارهای نوین مالی با ۳۵۹ درصد افزایش نسبت به سال ۹۸ بیشترین رشد را در طول یکسال تجربه کرده است.

چند شرکت پذیرش شدند؟ در تیرماه ۹۹ شاهد امضای تفاهم نامه ایجاد درگاه ارتباطی برای پذیرش شرکت ها در بازار سرمایه بودیم که این تفاهم نامه به منظور تسهیل شرایط پذیرش شرکت ها میان دبیر کل اتاق بازرگانی ایران، مدیرعامل فرابورس ایران، دبیرکل و رئیس جامعه حسابداران رسمی ایران و نیز مدیرعامل بورس تهران منعقد شد. در سال ۹۹ بیش از ۴۰۰ پرونده پذیرش در فرابورس ایران بررسی شد که در این میان ۵۸ شرکت توانستند رأی مثبت را از هیات پذیرش دریافت کنند در سال ۹۹ تعداد شرکت های پذیرش شده و درج شده در بازارهای اول، دوم و SME به ترتیب ۷۲، ۶۹ و ۵ شرکت بود همچنین شاهد درج ۱۷۸ نماد در بازار پایه بودیم در بازار ابزارهای نوین مالی نیز، ۱۱۹ اوراق با درآمد ثابت، ۴۶ اوراق گواهی استفاده از تسهیلات مسکن، ۳۶ نماد مختلف از اسناد خزانه اسلامی و ۳۵ صندوق سرمایه گذاری قابل معامله پذیرش شدند در مجموع تعداد نمادهای اصلی پذیرش شده و یا درج شده در فرابورس ایران در سال ۹۹ رشد ۱۴ درصدی را تجربه کرد و جمعا به ۵۶۰ نماد رسید این در حالی است که در سال ۹۸ این تعداد ۴۹۱ نماد بوده است

عرضه اولیه سهام ۲۰ شرکت در سال ۹۹ در فرابورس فرابورس ایران در سالی که گذشت توانست امکان پیوستن ۲۰ شرکت را به گردونه معاملات خود فراهم کند که چراغ عرضه های اولیه سال ۹۹ را شرکت سرمایه گذاری صبا تامین در فروردین ماه روشن کرد و آخرین عرضه اولیه فرابورس نیز در اسفندماه به نام زغال سنگ پروده طبس ثبت شد.

بدین ترتیب، تعداد ۱۶ شرکت شامل شرکت های سرمایه گذاری صبا تامین، **شیر پاستوریزه** پگاه گیلان، مجتمع صنایع لاستیک یزد، پلیمر آریاساسول، سرمایه گذاری پویا، رایان هم افزا، توسعه مسیر برق گیلان، پتروشیمی ارومیه، کشاورزی و دامپروری ملارد شیر، تهیه توزیع غذایی دنا آفرین فدک، برق و انرژی پیوند گستر پارس، سرمایه گذاری گروه سپهر صادرات، صنایع چوب خزر کاسپین، مدیریت سرمایه گذاری کوثر بهمن، سپیدار سیستم آسیا و زغال سنگ پروده طبس به روش ثبت سفارش عرضه اولیه شدند. همچنین سه شرکت بیمه زندگی خاورمیانه، بیمه تجارت نو و صنعتی مینو نیز که پیش از این در بازار پایه معامله می شدند به روش گشایش نماد عرضه اولیه شدند بدین ترتیب نماد «بخاور» در بازار اول و نمادهای «بنو» و «غصینو» در تابلو بازار دوم نقش بستند در بازار شرکت های کوچک و متوسط نیز شاهد عرضه اولیه سهام شرکت کیا الکترو در نماد «کیا» بودیم که این عرضه به روش حراج انجام شد بدین ترتیب تعداد عرضه های اولیه سهام در سال ۹۹ به ۲۰ شرکت رسید مقایسه تامین مالی در فرابورس در سال های ۹۹ و ۹۸ تامین مالی پروژه ها و بنگاه های اقتصادی همواره یکی از چالش های اصلی توسعه اقتصادی بوده و در سال های اخیر نقش بازار سرمایه در این زمینه بیش از پیش پررنگ شده است که فرابورس ایران همچون گذشته در سال ۹۹ نیز در بخش تامین مالی کارنامه عملکردی خوبی داشت تامین مالی از طریق عرضه های اولیه در سال ۹۸ رقم ۲ هزار و ۲۹۷ میلیارد تومان بود که این رقم با ۴۳۱ درصد افزایش در سال ۹۹ افزون بر ۱۲ هزار میلیارد تومان شد همچنین تامین مالی از طریق پذیره نویسی در سالی که گذشت نسبت به سال ۹۸ حدود ۳۲۶ درصد افزایش یافت و به حدود رقم ۱۶۰ هزار و ۴۵۷ میلیارد تومان رسید میزان تامین مالی از طریق افزایش سرمایه شرکت ها نیز در سال ۹۸ رقم ۳ هزار و ۵۳۲ میلیارد تومان بود که در سال ۹۹ به ۱۱ هزار و ۲۴۲ میلیارد تومان افزایش یافت در همین حال، تامین مالی صورت گرفته از طریق اسناد خزانه اسلامی نسبت به سال قبل ۱۸ درصد رشد کرد و به رقم ۳۸ هزار و ۹۶۴ میلیارد تومان رسید در مجموع تامین مالی فرابورس از چهار طریق عرضه اولیه، پذیره نویسی،



افزایش سرمایه شرکت ها و اسناد خزانه اسلامی در سال ۹۹ با ۱۹۱ درصد رشد نسبت به سال پیش از آن رقم ۲۲۲ هزار و ۸۶۶ میلیارد تومان را ثبت کرد نگاهی به سود تقسیمی در میان صنایع فرابورسی هر ساله در مجمع عادی سالیانه ، میزان تقسیم سود با حضور سهامداران تصویب می شود و شرکت ها موظف اند هر سال حداقل ۱۰ درصد از سود شرکت را بین سهامداران تقسیم کنند که پرداخت بیشتر از این مقدار با رأی گیری از سهامداران تصویب می شود

بررسی سود تقسیمی سهام در بازارهای اول و دوم فرابورس در سال ۹۹ نشان می دهد که ۵ صنعت «محصولات شیمیایی» ، «فلزات اساسی» ، «عرضه برق ، گاز ، بخار و آب گرم» ، «فرآورده های نفتی ، کک و سوخت هسته ای» و «بیمه و صندوق بازنشستگی به جز تامین اجتماعی» ، بیشترین سود را نسبت به سایر صنایع میان سهامداران خود تقسیم کرده اند . از سوی دیگر عملکرد بازارهای اول و دوم فرابورس در سال ۹۹ بر اساس P/E حاکی از آن است که صنعت «عرضه برق ، گاز ، بخار و آب گرم» با P/E معادل ۳ ۴ و بعد از آن گروه های «تولید محصولات کامپیوتری الکترونیکی و نوری» ، «بانک ها و موسسات اعتباری» ، «سرمایه گذاری ها» و «سایر واسطه گری های مالی» ، کمترین متوسط P/E را داشته اند و بیشترین متوسط P/E نیز مربوط به صنعت «قند و شکر» با عدد ۱ ۸۵ و سپس گروه های «انبوه سازی ، املاک و مستغلات» ، «منسوجات» ، «استخراج کانه های فلزی» و «فلزات اساسی» است

در سالی که سپری شد ارزش معاملات خرد سهامداران در بازار سهام شامل معاملات بازارهای اول ، دوم ، پایه ، SME و اختیار خریدوفروش سهام به بیش از رقم یک میلیون و ۱۵۹ هزار میلیارد تومان رسید که در این میان گروه محصولات شیمیایی ۱۱ درصد از ارزش کل مبادلات را در اختیار گرفت و به لحاظ بیشترین میزان ارزش معاملاتی ، صدرنشین شد . بعد از این صنعت ، گروه های فلزات اساسی ، سرمایه گذاری ها و بانکی ها نیز با اختصاص حدود ۱۱ ، ۱۰ و ۹ درصد از ارزش مبادلات خرد بازار سهام به ترتیب در جایگاه های دوم تا چهارم قرار گرفتند بدین ترتیب با تسهیل در فرایند پذیرش و تامین مالی بنگاه ها ، تامین مالی موفق بسیاری از طرح ها ، پروژه ها و شرکت ها و همچنین توسعه ابزارهای معاملاتی ، پرونده آخرین سال قرن در فرابورس ایران بسته شد و این رکن بازار سرمایه به استقبال سال جدید رفت



مشرق

۱۴۰۰/۰۱/۱۴

۱۰:۰۰



بدون تصویر

نقشه بازار سهام بر اساس ارزش معاملات +عکس

شاخص کل بورس پس از افت پنج هزار و ۵۷۰ واحدی (۰.۴ درصد) در ارتفاع یک میلیون و ۲۸۸ هزار واحد قرار گرفت

به گزارش سرویس بورس مشرق، در ساعت ۹ و ۳۰ دقیقه شاخص کل بورس پس از افت پنج هزار و ۵۷۰ واحدی (۰.۴ درصد) در ارتفاع یک میلیون و ۲۸۸ هزار واحد قرار گرفت و شاخص کل هم وزن با کاهش ۱۰ درصدی مواجه شد آخرین قیمت ۳۵ نماد حداقل سه درصد نسبت به قیمت روز قبل آن ها افزایش یافته و ۴۹۱ نماد با کاهش بیش از سه درصدی قیمت همراه بوده اند نمادهای برکت، شستا، فیراک، اپال، پتایر، شلعب و شپنا در گروه پرتراکنش ترین های بورس و نمادهای رافزا، مادیرا، بپاس، بپیوند، آریا، بگیلان و غگیلا در گروه پرتراکنش ترین های فرابورس قرار گرفتند ارزش کل معاملات خرد بورس و فرابورس نیز در مجموع به حدود ۸۷۰ میلیارد تومان رسید حقیقی ها تا ساعت مورد اشاره رقمی در حدود ۱۵۰ میلیارد تومان نقدینگی از بازار خارج کردند