



Food & fruits પોષણ આહારનું વર્ણન આન છે. આ પોષક તત્ત્વો વાન અભવિત છે અને આનો પાન થમવ જે શરીર ઉપર થઈ થઈ યો છે. તેમં મણસના શરીરની યી પાન થઈ થયાનો સમવેશ છે, જેવી કે અપચન, પચન, શોષણ, પથવિહન, પોષકનો વપથશ અને છેવટે આખથિં ઉત્ત પાનનો નકિલ, આ આખા કાથન "પચન" કહેવાય છે. ખોથકને લગતી યી વસતુમં પોષણનો સમવેશ છે. જાનિયાથી તે ખવાય છે તેઅંતસુધીની છેવટની પાન થઈ થયા પહોરે છે, તેનિયા સુધી. તેનિયા ઘણા સામજીક, આથ થકિ, ભેજનને લગત સાંસ કૃતકિ દૃષ ટિછે, જેમં ખોથક અને પોષણના અભવિતનો સમવેશ છે.

પોષક પદાર્થો લગતવર્ણન આન છે અને તેની સાથેવચક તેની આહાર લેવાની કથ થયા અથવા જુદાજુદા આથ થકિ અને સં વાસ ણની સં થતિમં થેનાર લોકેનુ ક જુથઅને પછી પોષણના સદિ ઘત્તમા પાન થાણે તેને શખિવાડે છે.