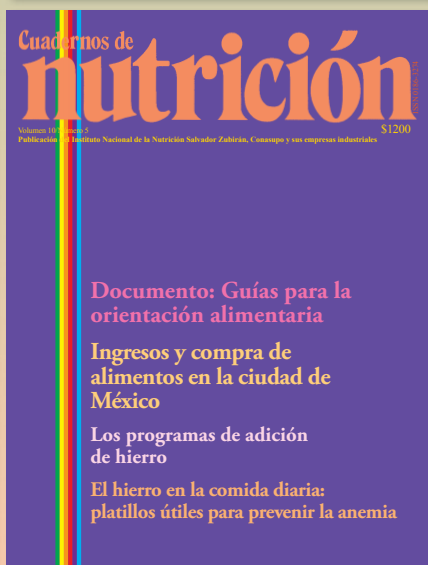
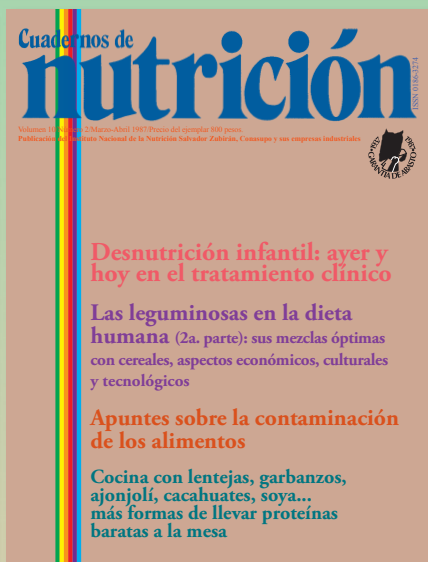
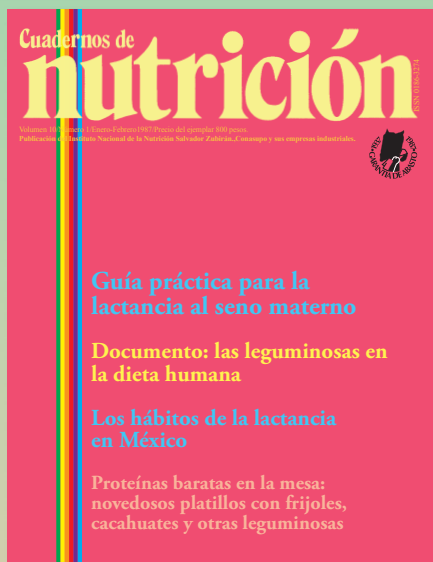


ÍNDICE TEMÁTICO 1987

Coleccionable

(Vol. 10/1 a 10/6)



PRÓLOGO	Vol.	No.	Pág.
Prólogo	10	1	1
Prólogo	10	2	1
Prólogo	10	3	1
Prólogo	10	4	1
Prólogo	10	5	1
Prólogo	10	6	1
APLICACIONES			
Guía práctica para la lactancia	10	1	3
INVESTIGACIONES			
El tratamiento de la desnutrición infantil en México	10	2	3
A propósito del ensayo sobre la desnutrición	10	2	10
El plátano en familia	10	1	16
La cocina mexicana ¿deficiente en nutrimentos?	10	2	16
Adición de hierro a los alimentos	10	5	3
La ayuda alimentaria directa	10	6	33
LOS LECTORES NOS NUTREN			
Cuadernos de Nutrición	10	1	16
Qué deben comer los niños	10	3	41
LA HISTORIA			
El hierro como medicamento	10	5	11
ENTREVISTA			
Dr. Salvador Zubirán (II)	10	4	10
REFLEXIONES			
Exportaciones vs. abasto moderno	10	4	33
El alcohol ¿alimento o droga?	10	6	3
DOCUMENTO			
Las leguminosas en la alimentación humana (1a. parte)	10	1	17
Las leguminosas en la alimentación humana (2a. parte)	10	2	17
La herencia en la nutrición: a propósito de los errores innatos del metabolismo	10	3	17
Tecnología de alimentos de interés social	10	4	17
Guías para la orientación alimentaria (1a. parte)	10	5	17
Guías para la orientación alimentaria (2a. parte)	10	6	17
REALIDADES			
Hábitos de lactancia en México	10	1	33
Apuntes sobre la contaminación química de los alimentos	10	2	33
La alimentación de grupos mayas del Popol Vuh a nuestros días	10	3	3
Problemas alimentarios de los países en desarrollo	10	4	3
Ingresos y alimentación	10	5	33
¿Qué alimentos compran los capitalinos?	10	6	9
NUTRIMUNDO			
Más vitaminas a quien menos la requiere	10	1	40
A los pobres de Gambia les llueve sobre mojado	10	1	40
Alimentos procesados: es preciso conocer que contienen	10	1	41

La leche humana no es tan pura	10	1	41
Los bemoles de la "dieta rotatoria"	10	2	40
Torpes para producir proteínas	10	3	42
Chiquitos pero rendidores	10	3	42
Disfrute tranquilo su taza de café	10	3	42
Premio Nacional de Investigación en Alimentos	10	3	44
La muerte por diarrea: una tragedia cotidiana	10	3	46
Algunos caballeros las prefieren gordas	10	3	46
Alimentos hay, pero no donde hace falta	10	3	46
Catador científico de helados	10	3	47
Chile, Argentina y Brasil: mismo continente, similares carencias	10	4	39
Consumo invisible de la soya	10	4	39
El escándalo "Burgergate"	10	4	39
Las personas delgadas ¿viven más?	10	5	40
Se pierden tierras para la agricultura	10	5	40
Las chicanas y la lactancia	10	5	41
La superzanahoria: ¿solución o simple ilusión?	10	5	41
El hierro en la dieta habitual	10	5	42
Prepare una barrera contra el cáncer en su propia cocina	10	6	40
Un éxito, los helados de soya	10	6	40
Contra el bocio, sal yodotada	10	6	40
Otra sal, otros riesgos para la salud	10	6	41
Niños regordetes = ¿adultos obesos?	10	6	41
Boicot contra uvas contaminadas	10	6	41
Una vida más dulce para los diabéticos	10	6	41
COMER BIEN, VIVIR MEJOR			
Las leguminosas en la cocina (1a. parte)	10	1	42
Cacerola de lentejas	10	1	44
Atole de garbanzo	10	1	44
Ensalada fiesta	10	1	44
Ensalada de espinacas	10	1	45
Ensalada de frijoles (II)	10	1	45
Tortitas de haba en salsa pasilla	10	1	45
Capirotada (I)	10	1	45
Potaje de garbanzo	10	1	46
Rosca de frijól	10	1	46
Postre de jícama	10	1	47
Papatzules	10	1	47
Las leguminosas en la cocina (2a. parte)	10	2	42
Arroz con jitomate al ajonjolí	10	2	44
Sopa de garbanzo al curry	10	2	44
Chilaquiles al guajillo	10	2	44
Galletas Ajonjolí	10	2	44
Crema de alubias, lentejas o garbanzos	10	2	45
Alubias con chorizo	10	2	45

Lentejas a la crema	10	2	45
Crema de chícharos	10	2	46
Sopa de cacahuete	10	2	46
Mole de olla con soya	10	2	46
Sopa de lentejas	10	2	47
Galletas de cacahuete (I)	10	2	47
Ensalada de leguminosas	10	2	47
Tacos de cacahuete	10	2	47
Para que la comida no haga daño	10	3	33
Para aprender a bien comer	10	4	40
Galletas de cacahuete (II)	10	4	43
Pastel de elote	10	4	44
Palomitas	10	4	44
Ensalada de zanahoria y jícama	10	4	44
Ensalada de betabel y naranja	10	4	44
Ensalada de manzana	10	4	45
Gelatina de frutas (I)	10	4	45
Barras de granola	10	4	45
Morongá enfrijolada	10	5	43
Higaditos empanizados	10	5	43
Brochetas de hígado de ternera	10	5	43
Flan de espinaca	10	5	44
Higaditos al chipotle	10	5	45
Morongá encebollada	10	5	45
Ensalada Rosaura	10	5	45
Paté de higaditos de pollo	10	5	45
De la cocina rural a la dieta urbana	10	6	42
Tortitas de flor de colorín	10	6	44
Pescado con acullo, hierba santa o tlanepa	10	6	44
Enchiladas de quelites	10	6	44
Agua fresca de pitaya agria	10	6	44
Biznaga cubierta	10	6	45
Tallarines con huazontles	10	6	45
Tortitas de flor de calabaza	10	6	45
Verdolagas con queso	10	6	45
Quelites al vapor	10	6	45
Verdolagas con hongos	10	6	46
Pollo al achiote	10	6	46
Caldo de hongos	10	6	46
Sopa poblana	10	6	46
Sopa de chaya	10	6	47
Sopa fría de berros	10	6	47
Atole de tejocote	10	6	47
Gelatina de tuna	10	6	47
Ensalada de verdolagas, espinacas y hongos	10	6	47

NUTRICÁPSULAS			
Atún: mucho en el mar, poco en el mercado	10	5	46
Toneladas de alimentos a la basura	10	5	46
¿Qué comen los albañiles de la Ciudad de México?	10	5	47
¿Sí o no a los nitritos?	10	5	47
CARTÓN DE HUMOR			
Palomo	10	1	48
Palomo	10	2	48
Palomo	10	3	48
Palomo	10	4	48
Palomo	10	5	48
Palomo	10	6	48