



المملكة العربية السعودية  
جامعة الملك سعود  
كلية الزراعة بالرياض  
مركز الإرشاد الزراعي

## الألياف الغذائية ودورها في الصحة



المادة العلمية :  
الدكتور: حمزة محمد أحمد أبو طربوش  
قسم علوم الأغذية

نشرات في الغذاء والتغذية  
نشرة إرشادية رقم (٦)