

# வீட்டுத்தோட்டம்



வீவசாயத் திணைக்களத்தின் பிரசாரம்



# வீட்டுத் தோட்டம்

## ஆக்கம்

நிமல் குருகுல ஆராய்ச்சி

## தமிழில்

சீரங்கன் பெரியசாமி

## ஆலோசனைக் குழு

கே.பி.வகுந்தெனிய	கே.என்.மாண்கோட்டே
ஐ.வகுந்தெனிய	சீ.பெரியசாமி
என். சண்முகநாதன்	கே.எச்.யு.குமாரசிங்க
டபிள்யூ.ஆர்.பி.வேரகொட	எம்.ஏ.விமலவர்
கே.ஆர்.கே.மெண்டிஸ்	எஸ்.பி.எட்டம்பாவெல
ஏ.ஜி. அபேசிங்க பண்டா	பி.கே.கே.ஆர்.பெரேரா
ஐ.ஜே.த.சொய்சா	ஜி.பி.எச்.சந்திரலதா
ஜி.ஆர்.ஏ.பி.ஹெம்மாத்தகம	டி.ஜி.எஸ்.ரத்னபால
கே.சப்புமொஹொட்டி	என்.பி.சீ.த.சில்வா
கே.கருணாகொட	அரியரத்ன நாணயக்கார
வை.எம்.எஸ்.பி.உடவெல	யு.என்.ஜே.த.எகொடவத்த
எஸ்.மரைக்கார்	கே.கே.பெரேரா

யு.லக்ஸ்மணன்

## சித்திரம்

கட்புல, செவிப்புல நிலையம்

## கணணி வடிவமைப்பு

யோ.கு.கிருபைநாதன்

## அச்சுப் பதிப்பு

விவசாயத் திணைக்கள அச்சகம்  
கன்னொறுவை

## வெளியீடு

பணிப்பாளர்  
விரிவாக்க பயிற்சி பிரிவு  
விவசாயத் திணைக்களம்  
த.பெ.இல 18  
பேராதனை

தொலைபேசி: 081 - 2388388, 2388098, 2388123, 2388507

## விவசாயத் திணைக்களத்தின் வெளியீடு

விவசாய அமைச்சு

மீள் (நான்காவது) பதிப்பு

2012



## பொருளடக்கம்

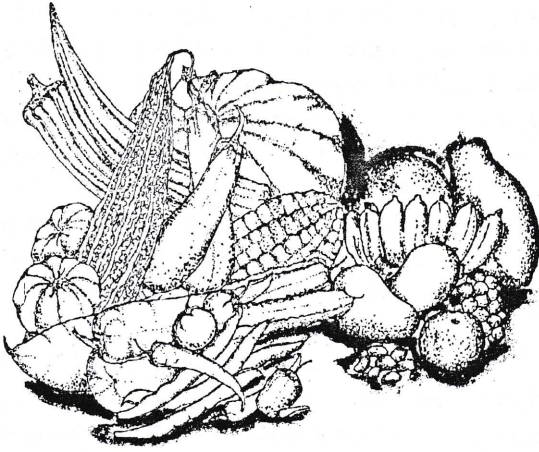
1. அறிமுகம்	.....	01
2. எமக்குத் தேவைப்படும் மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் ஏன் நாமே உற்பத்தி செய்ய வேண்டும்.	.....	02
3. வீட்டுத் தோட்டத்தில் இருக்க வேண்டிய அம்சங்கள்.	.....	03
4. வீட்டுத் தோட்டத்தைத் திட்டமிடல்	.....	04
5. மரக்கறிகளைச் செய்கைபண்ணல்	.....	04
6. கிழங்குப் பயிர்ச்செய்கை	.....	22
7. பழப் பயிர்ச்செய்கை	.....	23
8. வாசனைத் திரவியங்கள்	.....	25
9. மருத்துவப் பயிர்கள்	.....	25
10. மரங்கள்	.....	25
11. விலங்கு வேளாண்மை	.....	26
12. உணவுப் பொருட்களில் உள்ள போசணைச் சத்துக்களின் அளவு	.....	27



# வீட்டுத் தோட்டம்

## 1. அறிமுகம்

பண்டைக் காலத்திலிருந்தே மனிதர்கள் தமது வீடுகளுக்கருகே மரக்கறிகள், பழ வகைகள், சரக்குப் பயிர்கள், வாசனைப் பயிர்கள். மூலிகைத் தாவரங்கள், பூக்கள், பலகைகளைப் பெறக் கூடிய மரங்கள் ஆகியவற்றைச் செய்கைபண்ணி வந்துள்ளனர். இதன் மூலம் சூழலைச் சுத்தமாகவும், அலங்காரமாகவும் வைத்திருப்பதில் அதிக ஆர்வம் கொண்டிருந்தனர். வீடுகளுக்கு அருகேயுள்ள நிலத்தில் பயன்தரக் கூடிய தாவரங்களையும், அலங்காரத் தாவரங்களையும் செய்கைபண்ணுவதை வீட்டுத்தோட்டமாகக் கருத முடியும். வீட்டுத் தோட்டமொன்றைப் பராமரிக்க 1000 சதுர மீற்றர் (1/4 ஏக்கர்) அல்லது இதை விடக் குறைந்தளவு இடம் போதுமானதாகும். வீட்டுத் தோட்டம் ஒன்றிலிருந்து பல நன்மைகளை நாம் பெற முடியும்.



தமக்குத் தேவையான மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் வீட்டுத்தோட்டத்தில் உற்பத்தி செய்வதனால் பல நன்மைகளைப் பெறலாம்.

- குடும்ப அங்கத்தவர்கள் விரும்பும், போசாக்கான உணவுகளைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

- அரிதாகக் காணப்படும் நிலத்திலிருந்து அதிக பயனைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.
- தேவையான போது அறுவடை செய்ய முடியும்.
- தாவரங்கள் வீட்டைச் சுற்றிக் காணப்படுவதால் குளிர்ச்சியாக இருப்பதுடன், அலங்காரமாகவும் இருக்கும்.
- மரக்கறிகள், பழங்கள், மரப்பலகைகள், மூலிகைகள், வாசனைப் பயிர்கள் ஆகியவற்றின் மூலம் பொருளாதார நன்மைகளைப் பெற முடியும்.
- நஞ்சில்லாத, உருசியான, புதிய மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் உண்ண முடியும்.
- குடும்பத்திலுள்ள அனைவரும் தமது ஓய்வு நேரத்தை வீட்டிலிருந்து படியே பிரயோசனமாகச் செலவிட சந்தர்ப்பம் ஏற்படும்.
- சந்தைக்குச் செல்வதால் ஏற்படும் செலவையும், நேரத்தையும் மீதப்படுத்த முடியும்.
- உடற் பயிற்சியும், மனதிற்கு அமைதியும் கிடைக்கும்.

கைத்தொழில் அபிவிருத்தி, நகர மயமாக்கல் ஆகிய காரணிகளால் மக்கள் தமது நாளாந்தத் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய சந்தைகளுக்குச் செல்வதைப் பழக்கமாகக் கொண்டுள்ளனர். இதனால் உணவுப் பொருள் உற்பத்தி வர்த்தக மயமடைந்துள்ளது. இன்று கிராமப்புற மக்கள் கூட தமது மரக்கறி, பழங்கள் ஆகியவற்றின் தேவையைப் பூர்த்தி செய்ய சந்தைகளையே நாடுகின்றனர். இதனால் இவற்றின் கிராக்கி அதிகரித்துள்ளது. ஆனால் தேவையைப் பூர்த்தி செய்யக் கூடிய வகையில் உற்பத்தி அதிகரிக்கவில்லை. இவற்றின் காரணமாக விலை கூடிய, விவசாய இரசாயனங்கள் விசிறப்பட்ட, தரமற்ற, நுகர்ச்சிக்கு உதவாத மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் சந்தையில் விற்பனை செய்வதால் பல பிரச்சினைகளை நுகர்வோர் எதிர்நோக்க வேண்டியுள்ளது.

வீட்டுத் தோட்டங்களைச் செய்கை பண்ணுவதில் ஆர்வமின்மையால் பல சமூகப் பொருளாதார, சூழல் பிரச்சினைகள் தோன்றியுள்ளன. வர்த்தக மயமான பயிர்ச்செய்கை பரவி வருவதால் காடுகளை அழித்தல், மண் அரிப்பு, நீர் மூலவளங்கள் அழிவடைதல் போன்ற பல பிரச்சினைகள் காணப்படுகின்றன. இப்பிரச்சினைகளிலிருந்து விடுபட்டு வாழ்வதற்குப் பொருத்தமான சூழலை உருவாக்கவும், இரசாயனங்களால் நஞ்சூட்டப்படாத மரக்கறிகள், பழங்களை உற்பத்தி செய்வதற்கும் எம்மால் இலகுவாக நடவடிக்கைகளை எடுக்க முடியும். இதற்கு நாம் செய்ய வேண்டியது எமது மூதாதையர்களைப் போலவே நாமும் வீட்டுத் தோட்டச் செய்கையில் ஆர்வத்துடன் ஈடுபடுவதாகும்.

2. எமக்குத் தேவைப்படும் மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் ஏன் நாமே உற்பத்தி செய்ய வேண்டும்.

● அதிகரித்த விலை

மரக்கறிகள், பழங்கள் என்பன ஒரு வருடத்தில் குறிப்பிட்ட காலத்திலேயே அறுவடை செய்யப்படுகின்றன. இதனால் ஏனைய காலங்களில் இவை அரிதாகவே கிடைக்கின்றன. இதனை விட எதிர்பாராத காலநிலைப் பாதிப்புக்களினால் உற்பத்தி குறைவதற்கும் இடமுண்டு. எனவே அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் பழங்கள், மரக்கறிகளின் விலை அதிகமாகவே இருக்கும்.

● ஆபத்து விளைவிக்கக் கூடிய விவசாய இரசாயனங்கள் அடங்கியிருத்தல்.

வர்த்தக நோக்கில் மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் செய்கைபண்ணும் போது நோய்கள், பீடைகளின் தாக்கம் பரவலாக ஏற்படும். இவற்றைக் கட்டுப்படுத்த விவசாய இரசாயனங்கள் விசிறப்படுகின்றன. பீடை நாசினிகளில் மனிதர்களுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய நச்சுப் பொருட்கள் காணப்படுவதால், இவற்றை விசிறி 2-3 வார காலம் வரை அறுவடை செய்யக்கூடாது. சில விவசாயிகள் இரசாயனங்களை விசிறி இரு கிழமைகளுக்கு

முன்னரே அறுவடை செய்து சந்தைக்கு அனுப்பி விடுவதாக தெரிவிக்கப்படுகின்றது. இதேபோல் எவ்விதமான கட்டுப்பாடும் இல்லாது விவசாய இரசாயனங்களைப் பயன்படுத்துவதையும், நாம் அறியக் கூடியதாய் உள்ளது. எனவே சந்தைகளில் விற்பனை செய்யப்படும் மரக்கறிகளிலும், பழங்களிலும் பல சந்தர்ப்பங்களில் தீங்கு விளைவிக்கக் கூடிய விவசாய இரசாயனங்கள் காணப்படலாம்.

● உருசியும், தரமும் குறைவடைதல்

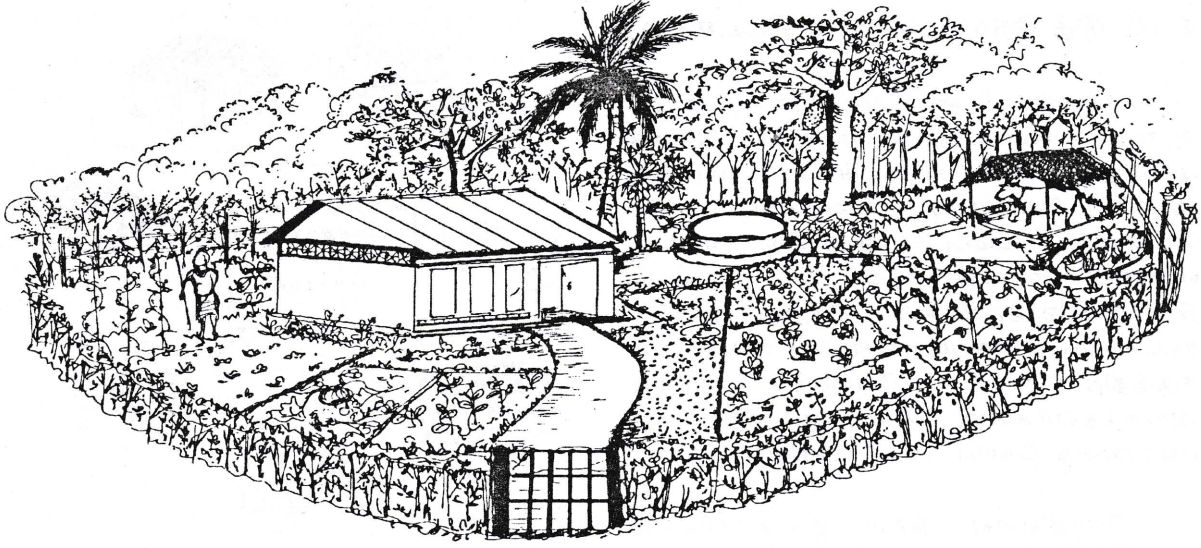
அறுவடை செய்து சில நாட் செல்ல மரக்கறிகளின் உருசியும், போசணைச் சத்துக்களும் படிப்படியாகக் குறையும். சந்தைகளில் நாம் மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் வாங்கும் போது அவை பொதுவாக அறுவடை செய்து 3-6 நாட்கள் கடந்தவையாக இருக்கும். இதனால் இவற்றின் உருசியும், தரமும் குறைந்தே காணப்படும்.

● நுகர்ச்சிக்கு உதவாத மரக்கறிகளும், பழங்களும்

பெரும்பாலான மரக்கறிகளை முதிர்ச்சி அடைய முன்னரும், பழங்களை நன்கு முதிர்ச்சி அடைந்த பின்னருமே அறுவடை செய்ய வேண்டும். ஆனால் நுகர்ச்சிக்கு தகுதியற்ற நன்கு முதிர்ச்சி அடைந்த மரக்கறிகளும், முதிர்ச்சி அடையாத பழங்களும் விற்பனை செய்யப்படுகின்றன. மேலும் நாட் கடந்த மரக்கறிகளும், பழங்களும் விற்பனை செய்யப்படுகின்றன. இவையும் பாவனைக்குப் பொருத்தமற்றவை ஆகும். இதன் மூலம் பாவனையாளர்கள் ஏமாற்றப்படுகின்றனர்.

நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து வரும் கூடிய கிராக்கியின் காரணமாக எதிர்காலத்தில் இது போன்ற பிரச்சனைகள் மென்மேலும், அதிகரிக்கும். எனவே, எமக்குத் தேவையான பழங்களையும், மரக்கறிகளையும் எமது வீட்டுத் தோட்டங்களிலேயே உற்பத்தி செய்வதற்கு நாம் கவனம் செலுத்துவது மிகவும் நல்லது. வீட்டுத் தோட்டத்தில் வீட்டிலுள்ள அனைவரும் சேர்ந்து வேலை செய்வது மனதிற்கு மகிழ்ச்சியையும், உடலிற்குப் பயிற்சியையும், வீட்டிற்குச் சுத்தமான சூழலையும் வழங்கக் கூடிய ஒரு பயனுள்ள முயற்சியாகும்.





### 3. வீட்டுத் தோட்டத்தில் இருக்க வேண்டிய அம்சங்கள்.

நகர்ப்புறம், ஓரளவான நகர்ப்புறம், கிராமப்புறம் ஆகியவற்றில் வீடு அமைந்துள்ள பிரதேசத்திற்கு ஏற்ப வீட்டுத்தோட்டத்தின் வடிவம் பேறுபடும். இதன்படி வீட்டுத் தோட்டமொன்றில் பின்வரும் அம்சங்கள் யாவும் அல்லது சிலதோ இருக்க வேண்டும்.

1. வீடு
2. கிணறு அல்லது நீர் கிடைக்குமிடம்
3. வேலி அல்லது மதில்
4. குப்பைகளைப் போடும் குழி
  - i. கூட்டெருவைத் தயாரிப்பதற்கு வசதியாக சிதைவடையக் கூடிய பொருட்களைச் சேகரிக்க ஒரு குழி.
  - ii. பொலித்தீன், ஈயம், போத்தல் போன்ற இலகுவில் சிதைவடையாத பொருட்களைச் சேகரிக்கத் தனியான வேறொரு குழியையும் தோண்ட வேண்டும்.
5. மலசல கூடம்
6. பயிர்
  - i. பூக்கள் (அலங்காரத்திற்கும், விற்பனைக்கும்)
  - ii. மரக்கறி (காயம், பூவும்)

- iii. இலை மரக்கறிகள்-அகத்தி, வல்லாரை, பொன்னாங்காணி, கங்குள், முளைக்கீரை, சாரணை, கொஹில, பசளி, முடக்கொத்தான் போன்றவை.
  - iv. கிழங்குகள்-வற்றாளை, சேம்பு, குட்டிக்கிழங்கு (இன்னல), மரவள்ளி, கறணைக் கிழங்கு, உருளைக் கிழங்கு, இராச வள்ளி, மோதகவள்ளி
  - v. பழங்கள்- வாழை, பப்பாசி, கொய்யா, ஆனைக்கொய்யா, ரம்புட்டான், மா, அன்னாசி, அனோதா, கொடித்தோடை, தோடை, நாரத்தை, எலுமிச்சை, லெமனின்.
  - vi. வாசனைப் பொருட்கள்- ரம்பை, கறிவேப்பிலை, இஞ்சி, மஞ்சள், கறுவா, மிளகு.
  - vii. மரப்பலகை மரங்கள் -பலா, சவண்டலை, தேக்கு, மகோகனி, வேம்பு, கிளிநிசிடியா, இப்பில் இப்பில்.
  - viii. ஏனைய பயிர்கள்-கோப்பி, வெற்றிலை, கமுகு, ஈரப்பலா, முருங்கை, சாத்தாவாரி, கற்றாளை போன்ற மருத்துவக் குணம் உள்ள பெறுமதியான பயிர்கள்.
7. மிருகவளர்ப்பு - பசு, ஆடு, பன்றி, கோழி, தாரா, முயல், மீன்
  8. உயிர் வாயுத்தொகுதி

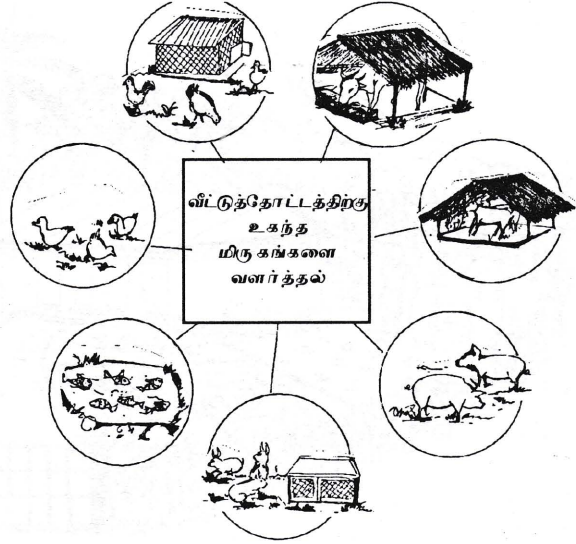
#### 4. வீட்டுத் தோட்டத்தைத் திட்டமிடல்

உங்கள் வீட்டைச் சுற்றியுள்ள வீட்டுத் தோட்டத்தைப் பயனுள்ள முறையில் செய்கை பண்ணுவதாயின் கட்டிடங்கள் அவற்றின் அமைப்பு, நிலப்பரப்பு ஆகியவற்றைக் கருத்திற் கொண்டு திட்டமிட்ட முறையிலோ அல்லது எழுந்தமானமாகவோ நடுகை செய்ய முடியும். நிலப்பரப்பின் அமைவிடம், தோற்றம், மண்ணின் கட்டமைப்பு, பிரதேசம் ஆகியவற்றை அவசியமாக கருத்திற் கொள்ள வேண்டும். குடும்ப அங்கத்தவர்களின் சுவைக்கு ஏற்றவாறு பயிர்களைத் தெரிவு செய்ய வேண்டும்.

போதியளவு நிலம் இல்லாதபோது பாத்திகளை அமைக்காது உகந்த முறையில் கூடுதலான பயிர்களை நடுவதற்கு முயற்சிகளை எடுக்க வேண்டும். இங்கு கலப்புப் பயிர்ச் செய்கைகையை மேற்கொள்ள முடியும். திட்டமிடப்பட்ட முறையில் நடுவதாயின் ஒவ்வொரு பயிரிற்கும் ஏற்றவாறு பொருத்தமான இடங்களைத் தெரிவு செய்து நடுகைக் குழிகளில் அல்லது தயார் செய்யப்பட்ட பாத்திகளில் நட முடியும்.

பலா, ஈரப்பலா, மா, ரம்புட்டான், ஆணைக்கொய்யா முருங்கை, தேக்கு, சவண்டலை, மாகோகனி போன்ற பல்லாண்டுத் தாவரங்களை தோட்டத்தின் எல்லையிலோ அல்லது வேலிகளிலோ நடுவது நல்லது. ஆனால் இவற்றால் அயலவர்களுக்கு எவ்வித பாதிப்பும் ஏற்படாதவாறு அவதானமாக இருக்க வேண்டும். தோட்டத்தின் மத்தியில் நிழல் தேவைப்படும் இடங்களில் இவ்வாறான மரங்களை நடுகை செய்ய முடியும். நிழலுள்ள இடங்களில் மிளகு, கோப்பி, மஞ்சள், இஞ்சி, சேம்பு போன்ற நிழலை விரும்பும் பயிர்களை நடுவது உகந்தது.

மரக்கறிப் பயிர்களை நடுகை செய்வதற்கு சிறந்த நீர் வடிப்புள்ள, நன்கு சூரிய வெளிச்சம் விழுகின்ற, இருவாட்டி மண் கொண்ட இலகுவில் நீர்ப்பாசனம் செய்யக்கூடிய இடங்களைத் தெரிவு செய்ய வேண்டும். இவ்வசதிகள் இல்லாதவிடத்து இவற்றைப் பெற்றுக் கொள்ள நடவடிக்கைகளை எடுக்க வேண்டும். நீர் தேங்கி நிற்கும் இடங்களில் கங்குன், பொன்னாங்காணி, கொஹில போன்ற இலை மரக்கறிகளை நடுகை செய்ய தெரிவு செய்து கொள்ள முடியும்.



வீட்டுத் தோட்டத்திற்குப் பொருத்தமான கால்நடைகளைச் சேர்த்துக் கொள்வதன் மூலம் வருமானம், போசாக்கு, மனித வளம், ஏனைய வளங்கள் என்பனவற்றின் பயனை அதிகரிக்கலாம்.

பூக்கள், அலங்காரத் தாவரங்கள் ஆகியவற்றை வீட்டின் முன்புறம் பொருத்தமான இடங்களில் நடுகை செய்து, வீட்டைச் சுற்றி அழகிய சூழலை ஏற்படுத்த வேண்டும்.

சிறிய வீட்டுத் தோட்டமொன்றில் காணப்படும் பூக்கள் தேனீக்களை வளர்க்கப் போதுமானதல்ல. புளி, மா, இறப்பர், வேம்பு, தென்னை போன்றன வீட்டிலிருந்து 300 மீற்றர் தூரத்தில் இருக்குமாயின் தேனீ வளர்ப்பை மேற்கொள்ள முடியும். தேனீ வளர்ப்புத் தொடர்பாக திணைக்களத்தின் பிரசுரத்தை வாசிக்கவும்.

#### 5. மரக்கறிகளைச் செய்கைபண்ணல்

தமக்கு அன்றாடம் தேவைப்படும் சுத்தமான, புதிய மரக்கறி வகைகளைத் தாமாகவே உற்பத்தி செய்து கொள்வதே வீட்டுத் தோட்டத்தின் முக்கிய நோக்கமாகும். நாள்தோறும் நமது உணவில் முக்கிய பங்கு வகிக்கும் மரக்கறிகள், உணவிற்கு சுவையூட்டுவதோடு, உடலுக்கு அவசியமான போசணைச் சத்துக்களான விற்றமின்கள், கனிப்பொருட்கள், உப்பு, நார்ப்பொருள் ஆகியவற்றையும் வழங்குகின்றன.

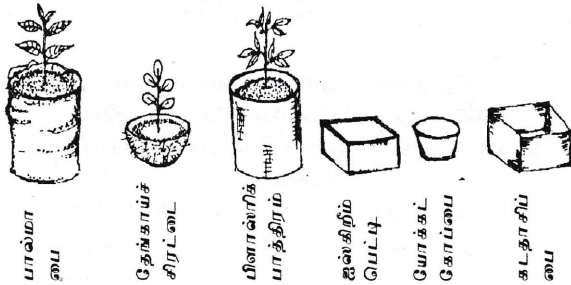
திருப்திகரமாக நீர் வடிந்து செல்லாத இடங்களில் இருபுறமும் காண்களை அமைத்து உயர் பாத்திகளைத் ஆயத்தம் செய்து கொள்ள வேண்டும் (7-ம் பக்கம் பார்க்க). சில மரக்கறி விதைகள் மிகச் சிறியவை. எனவே, இவற்றை நேரடியாகத் தோட்டங்களில் நடுகை செய்ய முடியாது. இவ்வகையான விதைகளை நாற்று மேடைகளில் முளைக்க வைத்து பெறப்படும் நாற்றுக்களைத் தோட்டத்தில் நேரடியாக நட முடியும். அநேகமான இலை மரக்கறிகள் தண்டுத் துண்டங்கள் மூலம் இனப்பெருக்கம் செய்யப்படுகின்றன.

நாற்றுக்கள் நடவேண்டிய பயிர்கள்	நேரடியாக விதைகளை நடக்கூடிய பயிர்கள்	தண்டுத் துண்டங்களை நடுகை செய்யக் கூடிய பயிர்கள்
--------------------------------	-------------------------------------	---

அகத்தி, கத்தரி, மிளகாய், தக்காளி, கறிமிளகாய், சலாது, பீர், நோகோல், வீக்ஸ்	பயற்றை, போஞ்சி புடோல், பாகல், பீர்க்கு, வெண்டி, பூசணி, கரட், சிறகவரை, பசளி,	கங்குள், சாரளை, பொன்னாங்காணி, கொகிலமரவள்ளி, முளைக்கரைபசளி, வற்றாளை, வல்லாரை,
---	---	--

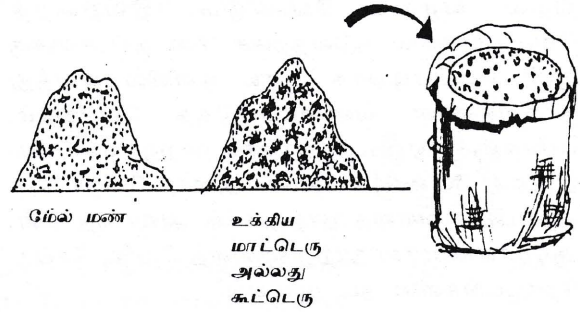
### 5.1 நாற்றுக்களைத் தயார் செய்தல்

வீட்டுத் தோட்டமொன்றில் நடுகை செய்வதற்குக் குறைந்த எண்ணிக்கையான நாற்றுக்களே அவசியம். எனவே, விசேடமாக நாற்று மேடைகளை அமைக்கத் தேவையில்லை. மரப்பெட்டி அல்லது கடதாசி மட்டைப் பெட்டி, பொலித்தீன் பை, பிளாஸ்டிக் கொள் கலன்கள், உடைந்த பாணைகள், தேங்காய்ச் சிரட்டை ஆகியவற்றை நாற்றுக்களை உற்பத்தி செய்யப் பயன்படுத்த முடியும். பத்திரிகைத் தாள்களைப் பயன்படுத்தியும் தேவையான பைகளைத் தயார் செய்து கொள்ள முடியும்.



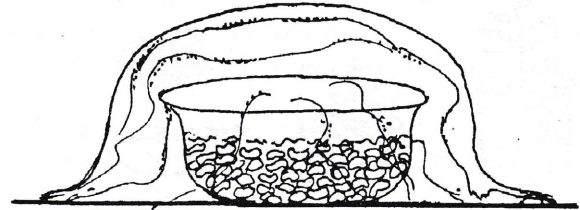
நாற்றுக்களை உற்பத்தி செய்வதற்குப் பல்வேறு வகையான பொருட்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

பத்திரிகைத் தாள்களை ரின், பிளாஸ்டிக் பாத்திரம் அல்லது சிறு மரக்குற்றி போன்ற உருளை வடிவான பொருளைச் சுற்றி சுற்றவும். பின் இரு முனைகளையும், ஊசி, நூல் ஆகியவற்றைப் பயன்படுத்தி இணைத்துக் கட்டி விடவும். தெரிவு செய்யப்பட்ட எந்தவொரு பாத்திரத்திலிருந்தும் நீர் வடிந்து செல்வதற்கு வசதியாகத் துளையிட வேண்டும். கற்கள், வேர்கள் ஆகியன இல்லாது, நன்கு தூளாக்கிய மேல் மண்ணையும், சேதனப் பசளையையும் (உலர்ந்த சாணம் அல்லது கூட்டெரு) சம அளவில் கலந்து பெறப்பட்ட நாற்றுமேடை ஊடகத்தால் இவற்றை நிரப்ப வேண்டும்.



மேல் மண், சேதனப்பசளை ஆகியவற்றை சம விகிதத்தில் கலந்து கொள்கலன்களை நிரப்பப் பயன்படுத்த முடியும்.

இவ்வாறு நிரப்பிய ஊடகத்தின் மேல் விதைகளை ஐதாக விதைத்து அதனை நுண்ணிய மண்ணால் 1-2 சதம மீற்றர் உயரத்திற்கு மூடவும்.

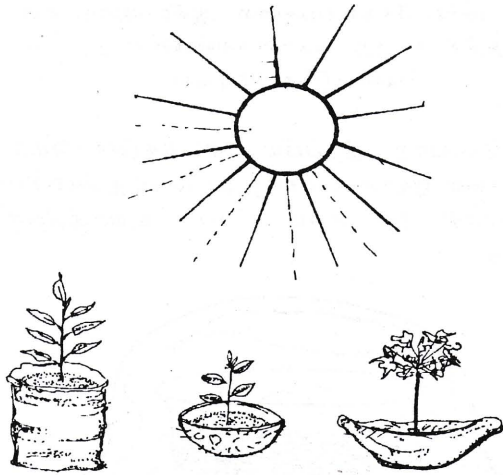


நீரில் ஊறவிடப்பட்ட விதைகளைத் துணி ஒன்றால் முடி வைப்பதால் வெப்பநிலை கூடி அவை விரைவில் முளைக்கும்.

தோட்டத்தில் அல்லது நாற்று மேடையில் தேவைக்கேற்ப நடுவதற்கு முன்னர் விதைகளை 2 மணித்தியாலங்கள் வரை நீரில் ஊற விடவும். இதன் பின் முளைப்பதற்கு அவசியமான

ஈரப்பற்று, காற்றோட்டம் (வளி), வெப்பம் என்பன கிடைக்கக் கூடியவாறு விதைகளைப் பாத்திரத்தில் இட்டு மூடி விடுவதன் மூலம் அவற்றை விரைவாக முளைக்கச் செய்ய முடியும். தொடர்ச்சியாக விதைகளை நீரில் ஊற விட்டால் அவை அழுகும். குளிர்மான காலநிலை நிலவும் போது விதை இடப்பட்ட பாத்திரங்களை துணியொன்றால் மூடிவைப்பதன் மூலம் வெப்பத்தைப் பாதுகாக்கலாம்.

பாத்திரங்களுக்குத் தேவையான அளவு நீரை வழங்குவதுடன், விதைகள் முளைக்கும் வரை அவற்றிற்கு வெப்பத்தையும், ஈரப்பதனையும் வழங்க வேண்டும். நாற்றுக்கள் வளரும் வரை நிழல் வழங்க வேண்டும். இவற்றைத் தோட்டங்களில் நடுவதற்குச் சில நாட்களுக்கு முன் படிப்படியாக சூரிய ஒளியில் வைத்து நாற்றுக்களை வன்மைப்படுத்த வேண்டும். பயிர்களுக்கு ஏற்ப, நாற்றுக்கள் நாற்றுமேடையில் இருக்க வேண்டிய கால அளவு வேறுபடும். குறிப்பிட்ட வயதை நாற்றுக்கள் அடைந்த பின், ஆரோக்கியமான நாற்றுக்களைத் தெரிவு செய்து தோட்டங்களில் நட முடியும்.

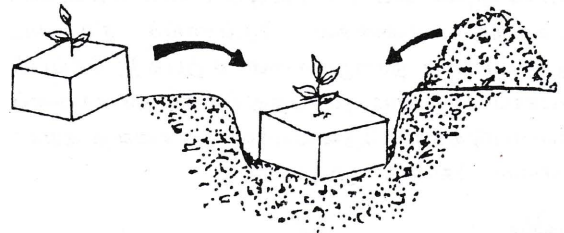
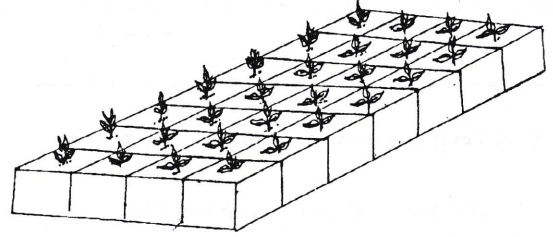


நிழலில் வைத்திருக்கப்பட்ட நாற்றுக்களை தோட்டத்தில் நடுவதற்கு முன் படிப்படியாக சூரியஒளியில் வைத்து அதனை வன்மைப்படுத்தவும்.

நாற்றுமேடையில் நாற்றுக்களை வைத்திருக்க வேண்டிய கால அளவு

பயிர்	நாற்றுமேடைக் காலம் (கிழமைகள்)
தக்காளி, சலாது	02
கத்தரி, மிளகாய், கறிமிளகாய் கோவா, நோகோல்	3-4
பீர்	
லீக்ஸ்	8-10

சிறு துண்ட நாற்றுமேடை



சிறு துண்ட நாற்றுமேடைகளைப் பயன்படுத்துவதனால் தோட்டத்தில் நாற்றுக்களுக்கு ஏற்படக்கூடிய பாதிப்புகள் குறையும்.

நாற்றுக்களைப் பிடுங்கி மீண்டும் தோட்டத்தில் நடுகை செய்வதன் மூலம் நாற்றுக்களுக்கு ஏற்படக் கூடிய பாதிப்புகளைக் குறைப்பதற்கு சிறு துண்ட நாற்று மேடையைப் பயன்படுத்த முடியும். இவ்வாறு உற்பத்தி செய்யப்பட்ட நாற்றுக்களைப் பின்னர் மண்ணிலிருந்து பிடுங்காமல், மண்ணுடனேயே நட முடியும். இதற்கு மேல் மண், நன்கு உக்கிய சாணம் அல்லது கூட்டெரு ஆகியவற்றை சம அளவில் கலந்து அவற்றை நன்கு தூளாக்க வேண்டும். சல்லடை ஒன்றால் அரித்தெடுக்க முடியுமாயின் மிகவும் நல்லது. மேல் மண்ணில் அதிகளவு களி காணப்படுமாயின் சிறிதளவு மணலைச் சேர்க்கவும். இக்கலவைக்கு நீர் சேர்த்து களி போன்று குழைக்கவும். அளவுக்கதிகமாக நீரைச் சேர்க்கும் போது மண் கடினமாகும். இதனால் வேர் விடல் சிரமமானதாக இருக்கும். சமதரமான இடமொன்றில் உமி அல்லது மணல் படை அல்லது பொலித்தீன் (துளைகள் உள்ள) ஒன்றை விரித்து அதன் மேல் குழைக்கப் பட்ட நாற்று மேடைக்கலவையை 10-12 சதம மீற்றர் உயரத்திற்குச் சதுரமாகப் பரப்பவும். இதற்கு 10-12 மீற்றர் உயரமான 1 மீற்றர் நீள, அகலம் கொண்ட மரச் சட்டத்தையும் பயன்படுத்தினால் இலகுவாக இருக்கும். பலகை ஒன்றின் உதவியால் இக்கலவையை மட்டப்படுத்தவும். அளவுக்கதிகமாக கலவையை அழுத்த வேண்டாம்.

இவ்வாறு சதுரமாகத் தயார் செய்யப்பட்ட கலவையை 24 மணித்தியாலங்களுக்குக் காய விட்ட பின்னர் 10x10 ச.மீற்றர் அளவுடைய சிறிய துண்டங்களாக கத்தி ஒன்றினால் வேறாக்கவும். இதனை குழப்பாது விடவும். சதுரத் துண்டங்களின் மத்தியில் 1/2 சதம மீற்றர் ஆழத்திற்குத் தேவையான விதையை இட்டு அதனை நாற்றுமேடை ஊடகத்தால் முடி விடவும். விதைகள் முளைக்கும் வரை வைக்கோல், காய்ந்த புற்கள் ஆகியவற்றால் பத்திரக் கலவை இட்ட பின் ஏனைய நாற்று மேடைகளுக்குப் போலவே இதற்கும் நீருற்றவும். விதைகள் முளைத்த பின் பத்திரக் கலவையை அகற்றி, நிழல் வழங்கவும். மழையிலிருந்து இவற்றைப் பாதுகாக்கவும். நாற்றுக்கள் போதியளவு வளர்ந்த பின்னர் கத்தியின் உதவியுடன் துண்டங்களை வேறாக்கவும். மண்ணுடனேயே நாற்றுக்களை நடவும். பெரிய நாற்றுக்களுக்கு பெரிய சதுரத் துண்டங்களைத் தயார் செய்வது நல்லது. நேரடியாகத் தோட்டங்களில் நடக் கூடிய பயிர்களுக்கும், மழைக்கு முன்னரே இவற்றைத்

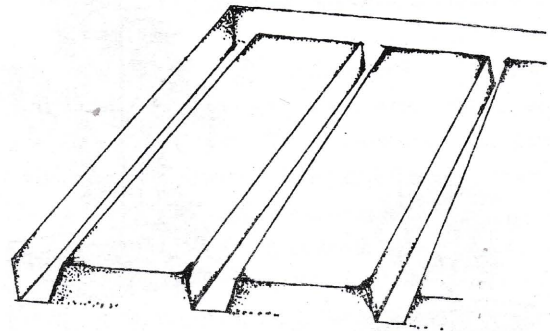
துண்ட நாற்றுமேடையில் வளரச் செய்ய முடியும். மழை பெய்தவுடன் இவற்றைத் தோட்டங்களில் நட்டு சாதாரணப் பயிர்களைப் போலவே பராமரிக்க முடியும். இதனால் விளைச்சலை முந்திப் பெற முடியும். எனவே, சிறந்த விலையைப் பெற முடியும். அறுவடையையும் பரவலான காலத்திற்கு மேற்கொள்ள முடியும்.

## 5.2 நிலத்தைப் பண்படுத்தல்

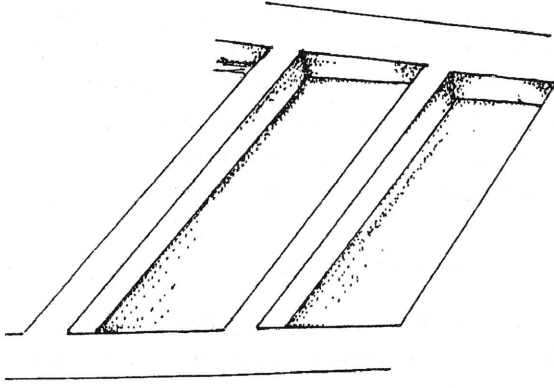
பயிர்செய்வதற்குத் தெரிவு செய்யப்பட்ட இடத்தில் களைகளை அகற்றிய பின் நன்கு சுத்தம் செய்யவும். இதன் பின் 20-30 சதம மீற்றர் ஆழத்திற்கு மண்ணைக் கொத்திப் புரட்டி விடவும். இதில் காணப்படும் சுற்கள் வேர்கள் போன்ற கடினமான பகுதிகளை அகற்றி மண் கட்டிகளை உடைத்துத் தூர்வையாக்கவும். நிலப்பரப்பு, மண்ணின் நீர் வடிப்புத் தன்மை, நடப்படவுள்ள பயிர்கள் என்பனவற்றிற்கேற்ப பாத்திகளை அமைத்தோ அல்லது பாத்திகள் இல்லாமலோ நடுகைக் குழிகளைத் தயார் செய்ய முடியும்.

## 5.3 பாத்திகளை அமைத்தல்

மேற்குறிப்பிட்டவாறு நிலத்தைத் தயார் செய்த பின் 90 சதம மீற்றர் அகலமான உயர் பாத்திகளையோ அல்லது தாழ் பாத்திகளையோ அமைத்துக் கொள்ள முடியும். பொதுவாக உயர் பாத்திகளே அமைக்கப்படும். இதனால் நீர் வடிந்து செல்வது இலகுவாக இருக்கும். உயரமான பாத்திகள் கூடிய மழையுள்ள பிரதேசங்களுக்கும் நீர் வடிப்புத் தன்மை குறைந்த தரைகளுக்கும் ஏற்றதாகும். உலர் காலநிலை நிலவும் போதும், நீர்ப்பற்றாக் குறைவான பிரதேசங்களுக்கும் சுற்றி வரக் களி மண் இட்டு அமைக்கப்படும் தாழ் பாத்திகள் உகந்தவை.



உயரமான பாத்தி



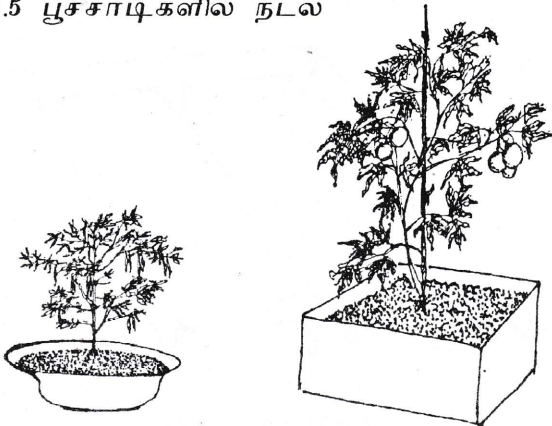
தாழ் பாத்தி

#### 5.4 நடுகைக் குழிகளைத் தயார் செய்தல்.

நன்கு நீர்வடிந்து செல்லக்கூடிய உயர்ந்த இடங்களில் பாத்திகளை அமைக்காது, சுத்தம் செய்யப்பட்ட இடங்களில் பயிர்களுக்கு ஏற்ப பொருத்தமான முறையில் தயார் செய்யப்பட்ட நடுகைக் குழிகளில் நேரடியாக விதைகளை அல்லது நாற்றுக்களை நட முடியும். பொதுவாக 30 சதம மீற்றர் நீள, அகல, ஆழம் கொண்ட குழிகளைத் தோண்டி அவற்றை மேல் மண், சேதனப் பசளைகள் என்பனவற்றால் நிரப்பி பயிர்களை நடுவது பொருத்தமானதாகும்.

உகந்த இடைவெளியில் தயார் செய்யப்பட்ட நடுகைக் குழிகளில் பயற்றை, போஞ்சி, பாகல், கெக்கரி, பூசணி, வெண்டி, தக்காளி, மிளகாய் போன்ற பயிர்களின் விதைகளையோ அல்லது நாற்றுக்களையோ நட முடியும்.

#### 5.5 பூச்சாடிகளில் நடல்



பயிர்களைச் செய்கைபண்ணுவதற்கு வீட்டுத் தோட்டத்தில் போதியளவு இடவசதி இல்லாவிட்டால் பூச்சாடிகளில் நடலாம்.

வீட்டுத் தோட்டத்திற்குப் போதியளவு இடவசதி இல்லாத நகரப் புறங்களில் களி, அல்லது சீமெந்தால் செய்யப்பட்ட பூச்சாடி, ரின், பொலித் தீன் அல்லது வேறு கொள்கலன்களில் மேல் மண், நன்கு உக்கிய சாணம் அல்லது கூட்டெரு ஆகியவற்றைச் சம அளவில் கலந்து விதைகளை அல்லது நாற்றுக்களை நடலாம். பூச்சாடிகளில் நீர் வடிந்து செல்வதை இலகுவாக்குவதற்கு அவற்றின் அடியில் சிறு துளைகளை இடவும். பின் சாடிகளின் அடிப்புறம் மணல், சிறு கற்கள், சரளைக் கற்கள் ஆகியவற்றில் சிறிதளவை இடல் வேண்டும். பூச்சாடிகளில் எந்த பயிரையும் திருப்திகரமாகச் செய்கைபண்ண முடியும். பூச்சாடிகளில் செய்கைபண்ணப்பட்ட தக்காளி, பாகல் ஆகிய பயிர்கள் காய்த்த பின் அலங்காரமாக இருக்கும்.

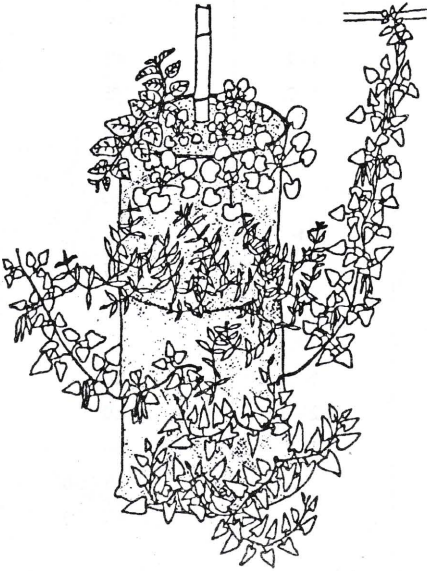
வீட்டுத் தோட்டச் செய்கைக்குப் போதிய இடவசதி இல்லாதபோது, பயிர்க் கூடாரங்களில் சில பயிர்களைச் செய்கைபண்ண முடியும்.

#### தேவையான பொருட்கள்

பெரிய பொலிசெக் (பைகள்) - 02  
 மூங்கில் (7 1/2 அடி நீளம், 4அங். விட்டம் கொண்டது) - 01  
 மணல் - 10 தாச்சிகள்  
 சிறுகற்கள் - 04 தாச்சிகள்  
 தேவையான அளவு வளர்ச்சி ஊடகம்  
 (கூட்டெரு, உக்கிய கோழி எரு, மேல் மண் ஆகியவற்றைச் சம அளவில் கலக்கப்பட்டது).

## செய்முறை

இரண்டு பொலிசெக் பைகளையும் இணைத்து ஒரே பையாகத் தைக்கவும். மூங்கிலில் கடைசிக் கணுவைத் தவிர ஏனைய கணுக்களில் உள்ள அடைப்புகளை நீக்கவும். இதற்கு மூங்கிலின் உள்ளே அலவாங்கு ஒன்றைச் செலுத்தி அடைப்புகளை உடைக்கவும். இதனால் ஒருபுறம் அடைக்கப்பட்ட குழாய் போன்று மூங்கில் காணப்படும். மூங்கிலின் அடைப்புள்ள பக்கத்திலிருந்து 1 1/2 அடி உயரத்திற்கு அப்பால் துளையிடும் கருவியால் துளையிடவும். பொலிசெக் பையின் நடுவில் மூங்கிலைச் செலுத்தி, மூங்கிலின் அடைப்புள்ள பக்கத்திலிருந்து 1 1/2 அடி இடைவெளியில் துளை இடவும். பையிலிருந்து 1 அடி உயரத்திற்கு மூங்கில் இருக்க வேண்டும். இந்த மூங்கிலின் ஊடாக நீர், திரவப் பசளைகள் என்பனவற்றைச் செலுத்த முடியும். பீ.வி.சி. குழாய்களையும் பயன்படுத்தலாம். பையின் அடியில் 6 அங்குல உயரத்திற்குச் செங்கற் துண்டுகளையும், இதன் மேல் நன்கு உக்கிய கூட்டெரு, கோழியெரு, மேல் மண் என்பனவற்றால் நிரப்பவும். பையில் இடப்பட்ட துளைகளில் வல்லாரை, லீக்ஸ், கன்குன், பொன்னாங்காணி, பசளி போன்ற கீரை வகைகளையும், ஸ்ரோபெறி, தக்காளி, பாகல் போன்றவற்றையும் நடுகை செய்யலாம்.



பயிர்ச்செய்கைக்குப் போதியளவு நிலம் இல்லாத போது பயிர்க்கூடாரங்களைப் பயன்படுத்தலாம்.

## 5.6 விதைகளை அல்லது நாற்றுக்களை நடல்

விதை அல்லது நாற்றுக்களை நடுவதற்கு 2-3 நாட்களுக்கு முன்னர் நடப்படவுள்ள இடத்தில் மண்ணுடன் சேதனப் பசளைகளையும், இரசாயனப் பசளைகளையும் நன்கு கலந்து இடவும். பசளைகள் கழுவிச் செல்லாதவாறு இவற்றிற்கு நீர் ஊற்றவும்.

பாத்திகளில் அல்லது நடுகைக் குழிகளில் குறிப்பிடப்பட்ட இடைவெளியில் ஓரிடத்தில் ஒன்று அல்லது இரண்டு நாற்றுக்களை நடுவது பொருத்தமானதாகும். விதைகளை நடும போது முன்னர் குறிப்பிட்டவாறு முளைக்க வைத்த விதைகளை நடுவதன் மூலம் திருப்திகரமான பயனைப் பெற முடியும். விதைகள் அல்லது நாற்றுக்களை நடுவதற்கு மாலை நேரமே பொருத்தமானதாகும். நடுகை செய்த பின் போதியளவு நீர் ஊற்றி பயிர்கள் வாடுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். கூடிய சூரிய வெப்பத்தில் இருந்து பயிர்களைப் பாதுகாப்பதற்கு நடப்பட்ட இடத்தில் சில தினங்களுக்குக் காய்ந்த புற்கள், வைக்கோல், இலை, குழைகள் போன்றவற்றால் பத்திரக் கலவை இடுவது நல்லது.

## 5.7 நீர்ப்பாசனம்

நாற்றுக்கள் இளமையாக இருக்கும் போது தினந்தோறும் முடியுமான வரை காலை நேரத்தில் நீர் ஊற்ற வேண்டும். வேர்கள் உருவாகி மண்ணில் ஸ்தாபித்தபின் 2-3 நாட்களுக்கு கொரு தடவை நீரூற்றினால் போதுமானதாகும். மழைக்காலத்தில் நீரூற்றத் தேவையில்லை. தேவைக்கதிகமாக நீர்ப்பாசனம் செய்தால் மண்ணின் போசணைச் சத்துக்கள் கழுவிச் செல்லப்படுவதோடு, பயிர்கள் பங்கசு, பக்நீரியா நோய்களால் இலகுவில் பாதிக்கப்படும். குளிப்பதற்கு, ஆடைகளைக் கழுவுவதற்கு, சட்டி, பாணைகளைக் கழுவுவதற்குப் பயன்படுத்தப்படும் நீரைப் பொருத்தமான முறையில் பாத்திரத்திலோ அல்லது குழியொன்றிலோ சேகரித்து வீட்டுத் தோட்டச் செய்கைக்குப் பயன்படுத்த முடியும்.

இலை, குழைகள், களைகள், உலர்ந்த புற்கள், வைக்கோல் என்பனவற்றால் பத்திரக்கலவை இடுவதன் மூலம் மண்ணின் ஈரப்பதனை நீண்ட காலத்திற்குப் பாதுகாக்க

ஒரு கிராம் மரக்கறி விதைகளின் எண்ணிக்கை, நடுகை இடைவெளி, அறுவடை செய்ய எடுக்கும் காலம், பயிரின் வளர்ச்சிக் காலம்

பயிர்	ஒரு கிராமில் அடங்கியுள்ள அண்ணளவான விதைகளின் எண்ணிக்கை	நடுகை இடைவெளி		ஒரிடத்தில் இருக்க வேண்டிய நாற்றுக்கள் / விதைகள்	1வது அறுவடையைப் பெறுவதற்கு எடுக்கும் காலம் (நாட்கள்)
		வரிசைகளுக்கிடையே ச. மீ	வரிசையில் பயிர்களுக்கிடையே ச. மீ		
பூசணி	18-25	300	300	1-2	90
பாகல்	3-5	150	100	1-2	75
புடோல்	3-5	150	150	1-2	75
பீர்க்கு	9-12				
கெக்கரி	30-40	100	100	2	45
கெக்கரி	30-45				
மரவள்ளி	-	90	90	1-2	240-270
சேம்பு	-	90	90	1	90-120
கத்தரி	250-300	90	60	1	75
வெண்டி	20-29	90	60	1-2	45
பயற்றை	8-10	90	30	1-2	60
தக்காளி	300-375	80	50	1-2	75
சிறகவரை	4-6	75	60	1-2	90
கொடிபோஞ்சி	3-5	60	45	1-2	60
மிளகாய்	160-400	60	45	2	75
கோவா	200-350	50	40	1	75
செடிபோஞ்சி	4-6	50	10	1-2	45
கறிமிளகாய்	150-200	40	40	1-2	75
பசளி	40-80	30	30	1	60
நோக்கோல்	-	30	15	1	75
சலாது	600-1200	30	15	1	30
பீற்றாட்	50-60	30	10	1	75
முள்ளங்கி	75-140	30	10	1	45
கரட்	750-1250	30	5	1	105
லீக்ஸ்	350-400	15	10	1	150
கங்குன்	-	45	30	1-2	60
வல்லாரை	-	20	20	2-3	60
பொன்னாங்காணி	-	20	20	1-2	60
பூக்கோவா	250-450	50	40	1	45-60
முளைக்கீரை	1900-2000	30	15	1-2	45-60

\* மேலதிகமாக விதைத்து இவ்வட்டவணையில் உள்ளவாறு ஐதாக்கவும்.



முடியும். இதனால் நீர்ப்பாசனம் செய்ய வேண்டிய நீரின் அளவும் குறையும்.



பத்திரக்கலவை இடுவதன் மூலம் வரட்சியான காலத்தில் நீரைப் பாதுகாக்கலாம்.

பத்திரக் கலவை இட களைகளைப் பயன்படுத்தும் போது அவற்றில் விதைகள் உருவாக முன்னரே பிடுங்கிப் பத்திரக் கலவை இட வேண்டும். இதனால் களைகள் பரவுவதைத் தடுக்க முடியும்.

### 5.8 பயிர்களுக்குப் பசளை இடல்

பயிர்களுக்குப் பிரதானமாக பின்வரும் மூன்று போசணைப் பதார்த்தங்கள் அவசியமாகும்.

1. நைதரசன்
2. பொசுபரசு
3. பொட்டாசியம்

இவற்றை விட வேறு பல போசணைப் பதார்த்தங்கள் சிறிய அளவில் தேவைப்படும். தொடர்ச்சியாகப் பயிர்களைச் செய்கைபண்ணல், மண்ணரிப்பு ஆகிய காரணிகளினால் மண்ணில் அடங்கியுள்ள போசணைச் சத்துக்கள் இழக்கப்பட்டு, மண்ணின் வளம் குன்றும். மண்ணின் வளத்தைப் பாதுகாக்கவும், பயிர்கள் நன்கு வளரவும் சேதனப் பசளைகள், இரசாயனப் பசளைகள் ஆகிய இரண்டையும் இடல் வேண்டும்.

### 5.8.1 சேதனப் பசளைகள்

இலைகள் போன்ற தாவரப் பாகங்கள், விலங்குகளின் மலம், சிறுநீர் என்பன இயற்கையான சேதனப் பசளை வகைகளைச் சேர்ந்தவையாகும்.

சேதனப் பசளைகளை இடுவதால் மண்ணில் போசணைப் பதார்த்தங்கள் சேர்வதோடு, மண்ணின் காற்றோட்டம், கட்டமைப்பு என்பனவும் விருத்தி அடையும். மண் உலர்வது தடுக்கப்படும். பயிர்களுக்கு நன்மை செய்யக் கூடிய மண் நுண்ணுயிர்களின் எண்ணிக்கையை அதிகரிக்கும். போசணைப் பதார்த்தங்கள் மண்ணில் நீண்ட காலத்திற்கு நிலைத்திருக்கும். சேதனப் பசளைகளில் உள்ள போசணைப் பதார்த்தங்கள் மெதுவாக வெளிவிடப்படுவதால் தாவரங்களுக்கு மிகவும் நன்மை அளிக்கும். மண்ணின் கட்டமைப்பைத் தொடர்ச்சியாகப் பேணுவதற்கு பயிரிடப்படும் தோட்டத்திற்குக் கட்டாயமாக சேதனப் பசளைகளை இடல் வேண்டும். சேதனப் பசளைகளில் சுவட்டு மூலகங்கள் அடங்கி இருப்பதால் இவை பூரணமான ஒரு பசளை ஆகும். ஆனால் பயிர்களுக்குத் தேவைப்படும் பிரதான மூன்று மூலகங்களான நைதரசன், பொசுபரசு, பொட்டாசியம் என்பன குறைந்த அளவிலேயே சேதனப் பசளைகளில் உள்ளன. எனவே, முழுமையாக சேதனப் பசளைகளை மாத்திரம் இடுவதாயின் 1000 சதுர மீற்றர் பரப்பளவிற்கு (1/4 ஏக்கருக்கு) 2 தொன்னை விட அதிகமாகத் தேவைப்படும். இந்த அளவான சேதனப் பசளைகளைப் பெற்றுக் கொள்வது சிரமமாக இருப்பின், கிடைக்கக் கூடிய சேதனப் பசளைகளுடன் அதிகளவு தேவைப்படும் நைதரசன், பொசுபரசு, பொட்டாசியம் ஆகியவற்றைத் தனிப் பசளைகளாக சேர்ப்பதன் மூலம் இக்குறைபாட்டை நிவர்த்தி செய்ய முடியும்.

தாவரங்களின் வளர்ச்சிக்கும், அவற்றைப் பாதுகாப்பதற்கும் உதவும் பல்வேறு வகையான இரசாயனப் பொருட்கள் சேதனப்பொருட்களில் வாழும் நுண்ணுயிர்களினால் உற்பத்தி செய்யப்படுகின்றன. சேதனப்பசளைகளுடன் இரசாயனப் பசளைகளை இடும் போது இவை நீண்ட காலம் மண்ணில் பிடித்து வைத்திருக்கப்படும். எனவே, பயிர்கள் அதிகளவு உறிஞ்சுவதற்கும் வசதியாக இருக்கும்.

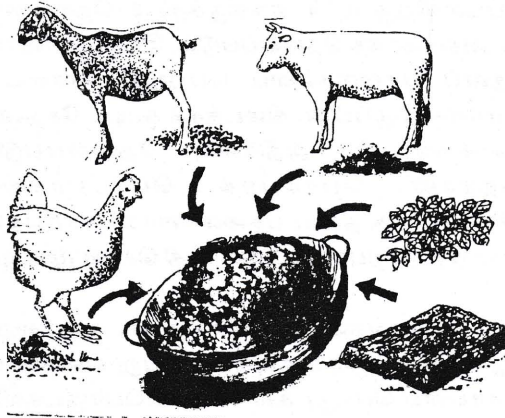
இரசாயனப் பசளைகள் இடாமல், சேதனப் பசளைகளை மாத்திரம் இட்டுச் செய்கை பண்ணப்படும் வீட்டுத் தோட்டங்கள் பரந்தளவில் உள்ளன. சேதனப் பசளைகளை மாத்திரம் பயன்படுத்தி செய்கை பண்ணப்படுவதன் மூலம் மிகவும் உருசியான மரக்கறிகளையும், பழங்களையும் பெற்றுக் கொள்ள முடியும் என அறியப்பட்டுள்ளதுடன், இவற்றிற்கு மென்மேலும் அதிக கிராக்கியும் நிலவுகின்றது.

### 5.8.1.1 இலகுவில் பெற்றுக் கொள்ளக் கூடிய சேதனப் பசளைகள்

#### 1. இலை, குழைகள்

சேதனப் பசளைகளாக எல்லா வீட்டுத் தோட்டங்களிலும் இலை, குழைகளை இலகுவாகப் பயன்படுத்த முடியும். இலகுவில் சிதைவடையக் கூடிய இலை, குழைகளை மண்ணில் புதைத்து அவற்றைச் சிதைவடைய விடுவதன் மூலம் மண் வளம் பெறும். இலை, குழைகளை மண்ணுடன் கலந்து விடுவதன் மூலமே இவற்றிலிருந்து கூடிய பயனைப் பெற முடியும்.

விரைவில் சிதைவடையக் கூடிய, அதிகளவான இலை, குழைகளைப் பெற்றுக் கொள்ளக் கூடிய கிளிச்சிடியாவை வீட்டுத் தோட்டத்தின் வேலிகளில் நடுவதாலும் மிளகு,



பல்வேறு வழிகளில் சேதனப் பசளைகளைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம்

சிறகவரை போன்ற கொடிகள் படர ஆதாரமாக நடுவதாலும், காலத்திற்கு காலம் அவற்றிலிருந்து

பெறப்படும் இலைகளைப் பசளையாக மண்ணுடன் சேர்க்க முடியும். காட்டுச் சூரியகாந்தி, இப்பில்-இப்பில் ஆகியவற்றையும் தழைப் பசளையாகவோ அல்லது கூட்டெரு தயாரிக்கவோ பயன்படுத்த முடியும். இலை, குழைகளைப் பசளையாகப் பயன்படுத்தும் போது அவற்றிலிருந்து சிறந்த பயனைப் பெற வேண்டுமாயின் இதனை மண்ணுடன் நன்கு கலந்து விடல் வேண்டும். கிளிச்சிடியாத் தடிகளை விறகுக்காகவும் பயன்படுத்துவது மேலதிக நன்மையாகும்.

#### 5.8.1.2 கூட்டெரு

வீட்டுத் தோட்டங்களிலிருந்து சிறந்த பயனைப் பெற்றுக்கொள்வதற்குக் கூட்டெரு (கொம்போஸ்ற்) உதவும். நகர்ப்புறங்களில் சாணத்தைப் பெற்றுக்கொள்வது சிரமமானதாகும். எனவே, இதற்குப் பதிலாகக் கூட்டெருவை இலகுவாகத் தயாரித்துக்கொள்ள முடியும். தாவரப் பகுதிகளை நுண்ணுயிர்கள் சேதனப் பசளைகளாக மாற்றுகின்றன. வீட்டுத் தோட்டங்களில் சேகரிக்கப்படும் உலர்ந்த இலைகள், புற்கள், சமையலறையிலிருந்து அகற்றப்படும் மரக்கறி, பழங்களின் கழிவுகள், தென்னம் உரி மட்டை, வேலிகளைக் கத்தரிப்பதால் பெறப்படும் இலைகள், மிருகக் கழிவுகள் ஆகியவற்றை இதற்குப் பயன்படுத்த முடியும். தென்னம் உரி மட்டைகளைத் துண்டுகளாக்கி இடுவதுடன், உலோகம், மரம், தேங்காய்ச் சிரட்டை, பொலித்தீன், பிளாஸ்டிக் போன்ற அநாவசியமான பொருட்களை வேறாக்க வேண்டும். இடப்படும் மூலப்பொருட்கள் சிறியவையாக இருக்கும் போது நுண்ணுயிர்களின் எண்ணிக்கையும், அவற்றின் செயற்திறனும் அதிகரிக்கும். இதனால் விரைவில் இவை சிதைவடையும். கடதாசியைச் சிறு துண்டுகளாக்கிச் சேர்க்க முடியும். அளவுக் கதிசுமாகக் கடதாசியைப் பயன்படுத்த வேண்டாம். மரச்சாம்பலைச் சேர்ப்பது நல்லது

வீட்டுத் தோட்டங்களில் குறைந்த செலவில் கூட்டெருவைத் தயாரிக்கக் கூடிய முறைகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

கூட்டெருவைத் தயாரிக்க முன் ஆரம்பக் கலவையைத் தயாரிக்க வேண்டும். கூட்டெருவைத் தயாரிக்க இடப்படும் மூலப் பொருட்களின்

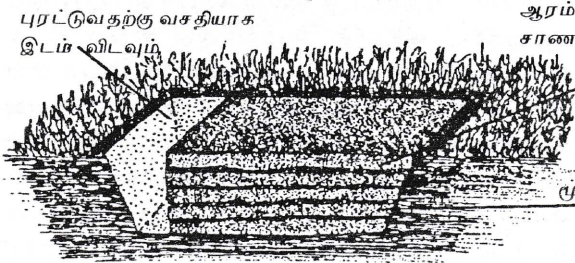
மேல் இவ்வாரம்பக் கலவையை விசிறுவதன் மூலம் நுண்ணுயிர்களின் எண்ணிக்கையையும், அவற்றின் வளர்ச்சியையும் அதிகரிக்க முடியும். ஆரம்பக் கலவையைத் தயாரிப்பதற்கு நன்கு உக்கிய கூட்டெரு (முன்னர் தயாரிக்கப்பட்டது), மரச்சாம்பல், சாணம் என்பவற்றை 3:1:1 என்ற விகிதத்தில் கலந்து பசுவின் சிறுநீர் கொண்ட மண் சிறிதளவையும் சேர்க்கவும். ஆரம்பக் கலவையைத் தயாரிப்பது சிரமமாக இருப்பின் கூட்டெருவுடன் சிறுநீர் கொண்ட மண்ணைக் கலந்து இதனை ஆரம்பக் கலவையாகப் பயன்படுத்த முடியும். ஆரம்பக் கலவை இல்லாமலே கூட்டெருவைத் தயாரிக்க முடியும். ஆனால் இதற்குச் சிறிது காலம் எடுக்கும். ஆரம்பக் கலவையை இடுவதால் நுண்ணுயிர்களின் எண்ணிக்கையும், வளர்ச்சியும் அதிகரிப்பதால் கூட்டெருவாதல் விரைவாக நிகழும்.

குழிகளில் கூட்டெருவைத் தயாரிப்பதற்குக் கிடைக்கும் மூலப்பொருட்களின் அளவிற்கேற்ப வசதியான வடிவமுடைய குழியைத் தோண்டவும். கூட்டெருவைக் கலப்பதிலும் அவற்றைக் குவிப்பதிலும் ஏற்படும் நடைமுறைப் பிரச்சனைகளைத் தவிர்ப்பதற்குக் குழிகளின் ஆழம் 1மீற்றரை விட அதிகமாக இருக்கக் கூடாது. பெரிய குழிகளாக இருப்பின் மூலப்பொருட்களைப் புரட்டுவதை இலகுவாக்க குழியின் 1/15 பங்கை நிரப்பாது மீதமாக விடவும். குழியின் அடியில் ஆரம்பக் கலவை அல்லது கூட்டெருவைச் சிறு படையாக இடவும். கூட்டெருவைப் புரட்டுவதற்கு வசதியாக குழியில் சிறிதளவு இடம்விட்டு ஏனைய பகுதியை நிரப்பவும். படை, படையாக நிரப்பும் போது ஒவ்வொரு படையின் மீதும் சிறிதளவு சாணக் கரைசலை விசிற முடியுமாயின் மிகவும் நல்லது. கிளிநிசிட்யா, இப்பில் இப்பில், காட்டுச் சூரியகாந்தி என்பன கிடைக்குமாயின் இப்படைகளுக்கு இடையே இவற்றை இடுவதன்

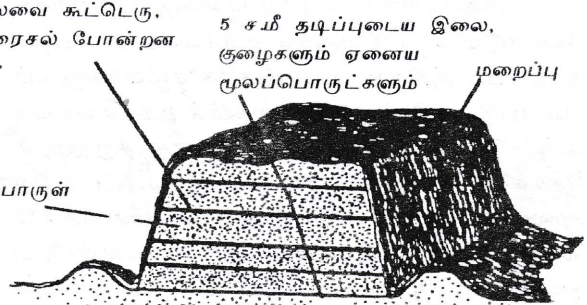
மூலம் மூலப்பொருட்கள் உக்கலடைவதை விரைவுபடுத்த முடியும்.

பொருட்கள் சிதைவடைய உதவும் நுண்ணுயிர்களுக்கு வாயு, நீர், வெப்பநிலை என்பன அவசியமாகும். இவற்றை வழங்குவதன் மூலம் இலகுவில் கூட்டெருவை உருவாக்கலாம். குழிகளில் பரவப்படும் ஒவ்வொரு படையிலும் போதியளவு ஈரப்பதன் இருப்பது அவசியமாகும். ஆனால் அதிகளவு நீர் காணப்படும் போது காற்றின்றிய சூழல் உருவாகும். பெருமளவில் கூட்டெருவைத் தயாரிப்பதாயின், மூலப்பொருட்களை நிரப்பும் போது வெளியிலிருந்து காற்றுக் கிடைப்பதற்கு வசதியாக மூங்கில் அல்லது குழாய் ஒன்றை வைத்த பின் நிரப்ப வேண்டும். குழியை நிரப்பிய பின் குழாயை வெளியே எடுத்தல் வேண்டும். இதனால் துளையூடாகக் காற்றோட்டம் ஏற்படும். குழியை நிரப்பிய பின் அதனை மூடி விடுவதன் மூலம் வெப்பத்தைப் பாதுகாக்க முடியும். மழை நீரிலிருந்து இக்குழியைப் பாதுகாப்பது அவசியமாகும். இக்குழியைச் சுற்றிவர தடுப்பொன்றை அமைப்பதன் மூலம் குழியில் நீர் சேர்வதைத் தடுக்கலாம். உலர் பிரதேசங்களுக்குக் குழி முறை மிகவும் பொருத்தமானதாகும்.

குழிகளில் மூலப்பொருட்களை நிரப்புவதற்குப் பதிலாக, தரையின் மேல் இவற்றைக் குவித்துக் கூட்டெரு தயாரிக்க முடியும். இவ்வாறு தயாரிக்கப்பட்ட குவியலைக் களி, சாணம் என்பன வற்றைக் கொண்ட கலவையால் பூசி மெழுகி விடவும் அல்லது பொலித்தீனால் மூடவும். இதனால் வெப்பத்தைப் பாதுகாக்க முடியும். அத்துடன் விரைவில் இவை உக்கலடையும். ஏனைய நடவடிக்கைகள் குழி முறையைப் போன்றதே.



குழி முறையில் கூட்டெரு தயாரித்தல்



குவியல் முறையில் கூட்டெரு தயாரித்தல்

அதிகளவு மழையுள்ள இடங்களில் குவியல் முறை உகந்ததாகும். எம்முறையில் தயாரித்தாலும் இவற்றை மழையிலிருந்தும் பாதுகாக்க வேண்டியது முக்கியமானதாகும்.

பெரிய வீட்டுத்தோட்டங்களைக் கொண்ட கிராமப் பகுதிகளில் இதற்கான மூலப் பொருட்களை இலகுவாகப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

### கூட்டெருத் தயாரிக்கப் புரட்டல்

எவ்வகையில் கூட்டெருவைத் தயாரித்தாலும், மூலப்பொருட்கள் யாவும் ஒரே மாதிரியாகவும், விரைவாகவும் உக்கலடைய இவற்றைப் புரட்டுவது அவசியமாகும். இவ்வேளையில் போதியளவு ஈரப்பற்று இல்லாவிடில் நீரைச் சேர்ப்பது, உக்கலடைவது பிந்துமாயின் ஆரம்பக் கலவையை அல்லது கூட்டெருவும் சிறுநீரும் கலந்த மண்ணைச் சேர்ப்பது போன்றவற்றை மேற்கொள்ள வேண்டும். இதனால் மூலப்பொருட்கள் விரைவாக உக்கலடையும். புரட்ட வேண்டிய காலம் கீழே தரப்பட்டுள்ளது.

1வது தடவை புரட்டல்	குழியை நிரப்பி 2 வாரங்களின் பின்
2வது தடவை புரட்டல்	1வது தடவை புரட்டி 2 வாரங்களின் பின்
3வது தடவை புரட்டல்	2வது தடவை புரட்டி 4 வாரங்களின் பின்

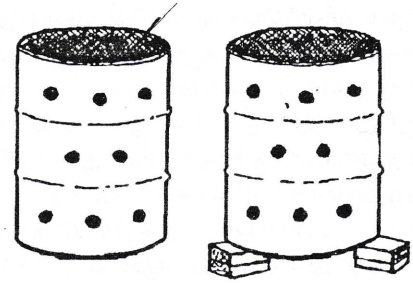
கூட்டெருவைத் தயாரித்த பின் 12 கிழமைகளுக்குள் தோட்டத்திற்கு இடல் வேண்டும்.

விரைவாகக் கூட்டெருவைத் தயாரிக்க வேண்டுமாயின் இலகுவில் உக்கலடையக் கூடிய தாவரப் பகுதிகளையும், மிருகக் கழிவுகளையும் பயன்படுத்த வேண்டும். இலகுவில் உக்கலடையக் கூடிய பொருட்கள் கிடைக்காத போது, சிறுநீரைச் சேர்க்க முடியும். மேலே குறிப்பிட்டவாறு மூலப்பொருட்களை இட்டு நிரப்பிய பின் 2,6,9,12 வது நாட்களில் இதனைப் புரட்ட வேண்டும். ஒவ்வொரு முறை புரட்டும் போதும் சாணக் கரைசல் அல்லது சிறுநீர்க் கலவையை சிறிதளவு

சேர்க்க வேண்டும். வெப்பத்தைப் பாதுகாப்பதற்கு சாக்கு, பொலித்தீன் அல்லது களியினால் முடிவிடல் வேண்டும். இறுதியாகப் புரட்டி 12 நாட்களின் பின் இதனை கூட்டெருவாகப் பயன்படுத்த முடியும்.

கூட்டெருவைத் தயாரிக்கக் குழியை நிரப்பும் போது, அல்லது கூட்டெருவைத் தோட்டத்திற்கு இடும் போது இதனுடன் சிறிதளவு மரச்சாம்பலை இடவும். இதனால் சேதனப் பசளைகளில் காணப்படும் அமிலத்தன்மையைப் போக்க முடியும். மரச்சாம்பலில் அடங்கியுள்ள மூலப்பொருட்களும் தாவரங்களுக்குக் கிடைக்கும். சேதனப் பசளைகளை மழையிலிருந்து பாதுகாப்பது அவசியமாகும். மழைநீர் படும்போது சேதனப்பசளைகளில் உள்ள போசணைச் சத்துக்கள் கழுவிச் செல்லப்படலாம்.

மூலப்பொருட்கள்



பீப்பாய்களில் கூட்டெரு தயாரித்தல்

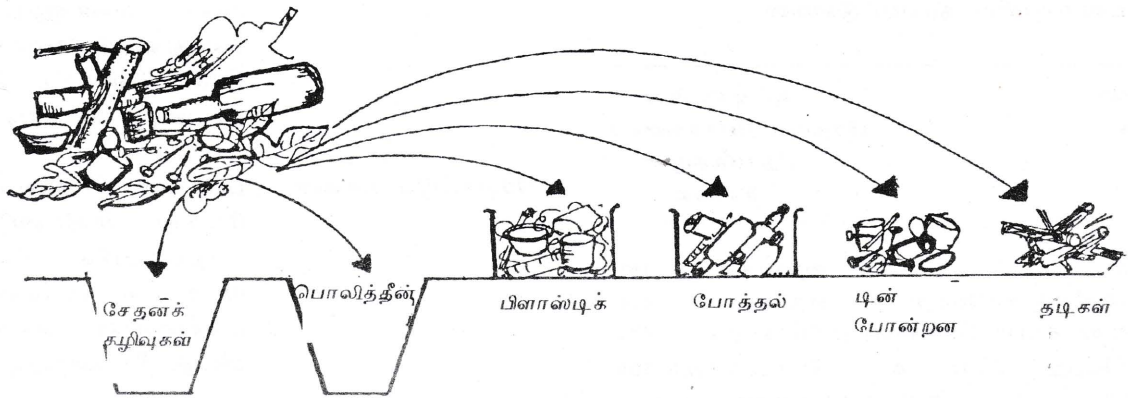
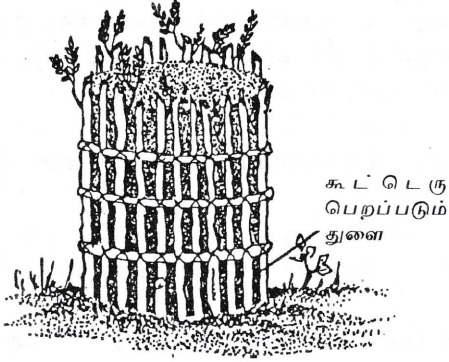
நகர்ப்புறங்களில் மிக இலகுவான முறையில் கூட்டெருவைத் தயாரிப்பது அவசியமாகும். இம் முறையில் கூட்டெரு தயாரிக்க அடிப்பகுதி அகற்றப்பட்ட பீப்பாய் அல்லது பொருத்தமான தொரு பாத்திரம் அவசியமாகும். நுண்ணுயிர்களுக்குக் காற்றோட்டம் கிடைப்பதற்கு வசதியாக இப்பீப்பாயைச் சுற்றிவரத் துளைகளை இடல் வேண்டும். இப்பீப்பாய் அல்லது பாத்திரத்தின் உள்ளே தோட்டத்திலிருந்து பெறப்படும் கழிவுகள், குசினிக் கழிவுகள், மரச்சாம்பல் என்பனவற்றை இடல் வேண்டும். பீப்பாயின் உள்ளே கூட்டெரு உருவாக வசதியாக சிறிதளவு நீரையும் விடல் வேண்டும். சிறுநீரைச் சேர்ப்பதன் மூலம் கூட்டெருவாவதை விரைவுபடுத்த முடியும். பீப்பாயை நிரப்பி 3 வாரங்களின் பின் இதனை 15 ச.மீ உயரமான செங்கற்களின் மீது தூக்கி வைக்கவும். இச்சமயத்தில் கழிவுகள் கூட்டெருவாகி இருக்கும். இதனால் இவற்றைப் பயன்படுத்த

முடியும். இதன் பின் பீப்பாய் அவ்வாறே இருக்கத்தக்கவாறு கழிவுகளை நிரப்ப முடியும். அல்லது முழுக் கூட்டெருவையும் எடுத்த பின் நிரப்ப முடியும். பீப்பாய்க்குப் பதிலாகப் படத்தில் காட்டப்பட்டவாறு இலகுவில் உக்கலடையாத அல்லது முளைக்கக் கூடிய தடியைப் (கிளிற்சீடியா, இப்பில் இப்பில், முள்முருக்கை) பயன்படுத்தி கூடாரமொன்றை அமைத்துக் கொள்ள முடியும். பீப்பாயை அல்லது வேறு கொள்கலன்களைத் தினந்தோறும் நிரப்புவதன் மூலம் இதிலிருந்து காலத்திற்குக் காலம் கூட்டெருவைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். இம் முறையிலும் மூலப் பொருட்களின் ஈரப்பதனைப் பாதுகாப்பது அவசியமானதாகும்.

பீப்பாய் அல்லது தடிகளைத் தவிர செங்கற்களைப் பயன்படுத்தி சிறிய கூட்டெருக் குழியைத் தயாரிக்க முடியும்.

இம்முறை மிக இலகுவானதோடு, இவற்றைப் புரட்டத் தேவையில்லை.

கூட்டெருவாதல் நிகழும் போது அதன் உள்ளே அதிக வெப்பம் உற்பத்தியாவதால் களை விதைகளும் அழிந்து விடுகின்றன.



வீட்டுத்தோட்டங்களிலும், வீடுகளிலும் பலவகையான கழிவுகள் சேருகின்றன. இவற்றைத் தனித்தனியாகச் சேகரிப்பதன் மூலம் திரும்பவும் பயன்படுத்த முடியும். சேதனக் கழிவுகள் (இலை, குழைகள், மரக்கறித்தோல் போன்றன), சாம்பல் என்பனவற்றை கூட்டெரு தயாரிக்கப் பயன்படுத்தலாம். பொலித்தீனைப் புதைத்து விட முடியும். விறகை எரிக்கப் பயன்படுத்தலாம். ஏனையவற்றை விற்பனை செய்யலாம். எனவே, கழிவுகளை வெவ்வேறாகச் சேகரிக்க வேண்டும்.

### 5.8.1.3 விலங்கு எரு

சாணம், ஆட்டெரு, கோழி எரு என்பனவும் வீட்டுத்தோட்டங்களுக்கு இடக் கூடிய சிறப்பான பசளைகளாகும். இவற்றைப் பாத்திகளில், அல்லது நடுகைக் குழிகளில் போதியளவு இட்டுக் கலந்து விடல் வேண்டும். கோழி எருவை இட்டு 3 நாட்களின் பின்னர் விதைகளையோ அல்லது நாற்றுக்களையோ நட வேண்டும். கோழி எருவை இட்டது முதல் நாற்றுக்களை நடும் வரை தினந்தோறும் நீருற்ற வேண்டும். சிதைவடையாத கோழி எரு பயிர்களுக்குத் தீங்கு விளைவிக்கும். எனவே நன்கு சிதைவடைந்த கோழி எருவையே இடல் வேண்டும். சிதைவடைந்த கோழி எரு என்பது நன்கு உக்கிய உமியையும் குறிக்கின்றது. ஆட்டெரு, சாணம் என்பனவற்றையும் நன்கு உக்கிய பின்னரே இடல் வேண்டும்.

#### 5.8.1.4 சேதனப்பசளைகளை இடல்

விதைகளை அல்லது நாற்றுக்களை நடுவதற்கென தயார் செய்யப்பட்ட ஒவ்வொரு குழிக்கும் 2-3 கிலோ சேதனப் பசளைகளை இடல் வேண்டும். 1x3 மீற்றர் அளவுடைய பாத்தியொன்றிற்கு 6 கிலோவிற்கும் அதிகமான சேதனப் பசளைகளை இடுவது நல்லது.

சேதனப் பசளைகள் கிடைக்கும் போதெல்லாம் அவற்றைப் பயிர்களுக்கு இடுவதால் எவ்வித தீங்கும் ஏற்படமாட்டாது. சேதனப் பசளைகள் மூலம் மண்ணின் ஈரப்பதன் பாதுகாக்கப்படும். சேதனப் பசளைகளை உற்பத்தி செய்வதற்குப் பயன்படுத்தப்படும் இலைகளைப் பயிர்களுக்கு இட முடியும். தாவரச் சாற்றினைப் பெற்ற பின் பெறப்படும் தாவர மீதிகள். பிழிந்த தேங்காய்ப் பூ, தேயிலை மீதி ஆகியவற்றை மண்ணுடன் சேர்ப்பதன் மூலம் சிறந்த பயனைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். நெத்தலியின் தலை போன்றவற்றை தாவரத்தைச் சுற்றி இடுவதன் மூலமும் சிறந்த பயனைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். மாட்டெலும்புத்தூள், மீன் எலும்புத்தூள் என்பனவற்றையும் பயிர்களுக்கு இடலாம். இதனால் கல்சியம் கிடைக்கும்.

#### 5.8.2 இரசாயனப் பசளைகள்

பயிர்களுக்குத் தேவைப்படும் மூன்று பிரதான போசணைச் சத்துக்களான நைதரசன், பொசுபரசு, பொட்டாசியம், என்பனவற்றை மிக இலகுவாக இரசாயனப் பசளைகள் மூலம் வழங்க முடியும். பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படும் இரசாயனப் பசளைகள் சிலவற்றில் அடங்கியுள்ள போசணைச் சத்துக்களின் அளவுகள் கீழே அட்டவணையில் தரப்பட்டுள்ளன.

பசளை வகை	அடங்கியுள்ள பிரதான போசணைப் பதார்த்தமும் அளவும்	
யூறியா	நைதரசன்	46%
அமோனியம் சல்பேற்று	நைதரசன்	21%
மும்மைச் சுப்பர் பொசுபேற்று	பொசுபரசு	46%
மியூறியேற்றுப் பொட்டாசு	பொட்டாசியம்	60%

ஒரு பசளையில் ஏதாவதொரு பிரதான போசணைப் பொருள் மாத்திரமே காணப்படும். எனவே, பயிர்களுக்குத் தேவையான போசணைச் சத்துக்களை வழங்க பல்வேறு பசளை வகைகளை ஒன்றாகக் கலந்து இட வேண்டும். இரசாயனப் பசளைகளில் போசணைப் பதார்த்தங்கள் செறிவாகக் காணப்படுவதால், இவற்றில் சிறிதளவை மாத்திரமே இடல் வேண்டும். ஹெக்டயரொன்றில் செய்கைபண்ணை 25-30 தொன் சேதனப் பசளைகளை இடல் வேண்டும். ஆனால், 300-400 கிலோ கிராம் இரசாயனப் பசளைகளை மாத்திரம் இட்டால் போதுமான தாகும். ஆனாலும் விற்பனை செய்யப்படும் இரசாயனப் பசளைகளில் வேர் மூலம் உறிஞ்சப்படும் மூன்று பிரதான போசணைச் சத்துக்கள் மாத்திரமே அடங்கியிருக்கும். சேதனப் பசளைகளில் எல்லா வகையான போசணைச் சத்துக்களும் அடங்கியுள்ளன. எனவே, சிறந்த பயனைப் பெறுவதற்கு சேதனப் பசளைகளையும், இரசாயனப் பசளைகளையும் சேர்த்து இடுவது மிகவும் நல்லது. இரசாயனப் பசளைகளை மாத்திரம் இடுவதால் மண்ணின் இயல்புகளை விருத்தி செய்வது கடினமாகும்.

இரசாயனப் பசளைகள் மூலம் பிரதான மூன்று போசணைச் சத்துக்கள் கிடைத்தாலும், மண்ணின் நீர் வடிப்புத் திறன், கட்டமைப்பு, வளம் என்பன விருத்தியடையாது.

#### 5.8.2.1 இரசாயனப் பசளைகளை இடல்

பயிர்களுக்குப் பின் வரும் இரு சந்தர்ப்பங்களில் பசளை இடல் வேண்டும்.

அடிக்கட்டுப்பசளை- நாற்று அல்லது விதையை நடுவதற்கு முன் மண்ணுடன் கலந்து விடல் வேண்டும். இதன் பின் சிறிதளவு நீர் ஊற்ற வேண்டும்.

மேற்கட்டுப் பசளை - பயிர் வளர்ச்சி அடையும் போது மண்ணின் மேற்பரப்பில் இட்டு முடியுமான வரை மண்ணுடன் கலந்து விட்டு, நீர் ஊற்றவும்.

ஏற்கனவே கலக்கப்பட்ட கலவையாகவோ அல்லது தனிப் பசளைகளாகவோ இரசாயனப் பசளைகளை விலைக்கு வாங்க முடியும்.

### 5.8.2.2 அடிக்கட்டுப் பசளை இடல்.

நாற்றுக்களை அல்லது விதைகளை நடுவதற்கு முன் நைதரசன், பொசுபரக, பொட்டாசியம் ஆகிய மூன்று பிரதான போசணைப் பதார்த்தங்களும் அடங்கிய கலவையை மண்ணிற்கு இடல் வேண்டும். இது அடிக்கட்டுப் பசளை இடல் எனப்படும். அடிக்கட்டுப் பசளையாக இரசாயனப் பசளைகளை இடும் போது அதனை சேதனப் பசளைகளுடன் கலந்து இடுவதனால் கூடிய காலத்திற்குப் போசணைப் பதார்த்தங்கள் மண்ணில் பிடித்து வைத்திருக்கப்படும்.

பயிர்களுக்கு ஏற்ப இட வேண்டிய பசளைகளின் அளவு வேறுபடும். ஆனால் உங்கள் வசதி கருதி, வீட்டுத் தோட்டத்திற்கென விலைக்கு வாங்க வேண்டிய அடிக்கட்டுப் பசளைகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

10 சதுர மீற்றர் பரப்புள்ள இடத்திற்கு இட வேண்டிய அடிக்கட்டுப் பசளைகள்.

பயிர்	இடவேண்டிய நேரம்	இடவேண்டிய அளவு-கிராம்
கோவா, பீற், கொடிபோஞ்சி, கரட், தக்காளி	நாற்று/ விதைகளை நட முன்னர்	யூறியா -100 மும்மைச் சுப்பர் பொசுபேற்று -250 மியுறியேற்றுப் பொட்டாசு -100
வெண்டி, முள்ளங்கி நோக்கோல், செடிபோஞ்சி, கத்தரி	நாற்று/ விதைகளை நட முன்னர்	யூறியா - 75 மும்மைச் சுப்பர் பொசுபேற்று -150 மியுறியேற்றுப் பொட்டாசு - 75
பூசணி, பாகல், கெக்கரி,பீர்க்கு, புடோல்	நாற்று / விதைகளை நட முன்னர்	யூறியா -220 மும்மைச் சுப்பர் பொசுபேற்று -380 மியுறியேற்றுப் பொட்டாசு -125

### 5.8.2.3 மேற்கட்டுப் பசளை இடல்

விதைகளை அல்லது நாற்றுக்களை நட்டு சில கிழமைகளின் பின்னர் பயிரின் வளர்ச்சிக்கும், காய்கள் உருவாகுவதற்கும் அவசியமான பயிர்ப் போசணைகளை வழங்குவதற்காக மேற்கட்டுப் பசளையை இடல் வேண்டும். மரக்கறிச் செய்கையில் மேற்கட்டுப் பசளைகளின் மூலம் பயிர்களுக்கு நைதரசனும், பொட்டாசியமும் வழங்கப்படுகின்றது. சில பயிர்களுக்கு மேற்கட்டுப் பசளையாக நைதரசன் மாத்திரம் வழங்கப்படும் சந்தர்ப்பங்களும் உள்ளன. பல்வேறு தடவைகளில் மேற்கட்டுப் பசளைகள் இட வேண்டிய பயிர்களும் உள்ளன. மரக்கறிப் பயிர்களுக்கு அண்ணளவாக இடவேண்டிய பசளைகளின் அளவும், இட வேண்டிய நேரமும் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

10 சதுர மீற்றர் பரப்பளவிற்கு இடவேண்டிய மேற்கட்டுப் பசளைகளின் அளவும் நேரமும்

யூறியா - 100 கிராம்  
மியுறியேற்றுப் பொட்டாசு - 75 கிராம்

பயிர்	1வது முறை இடல்	2வது முறை இடல்	3வது முறை இடல்
பீற்	2	4	-
பாகல், புடோல் பீர்க்கு, பூசணி, கெக்கரி, முள்ளங்கி	2	5	-
கொடிபோஞ்சி	3	-	-
கோவா	3	6	-
கரற்	3	6	9
கறி மிளகாய்	4	-	-
வெண்டி	4	8	-

மேற்கட்டுப் பசளைகளை பயிரிலிருந்து ஓரளவு தூரத்தில் அதனைச் சுற்றி வர இட்டு மண்ணுடன் நன்கு கலந்த விடல் வேண்டும்.

பசளைகளை இட்ட பின் நீர்ப்பாசனம் செய்வது நல்லது. பசளை இட முன் களைகளைப் பிடுங்கி அகற்ற வேண்டும்.

### 5.9 களைகளைக் கட்டுப்படுத்தல்

களைகள், பயிருடன் போட்டியிட்டு மண்ணிலுள்ள போசணைச் சத்துக்களையும், நீரையும் உறிஞ்சுவதால் பயிர் வளர்ச்சி தடைப்படும். சூரிய ஒளியை இவை தடை செய்வதால் பயிர் வளர்ச்சி குன்றுவதற்கும், பீடைகள், நோய்களின் தாக்கம் ஏற்படுவதற்கும் வாய்ப்பான சூழலை ஏற்படுத்தும். எனவே, பயிர்களுடன் வளரும் களைகளைப் பிடுங்கி அகற்றித் தோட்டத்தைச் சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும்.

களைகள் பூத்து விதைகள் உருவாக முன் இவற்றைப் பிடுங்கி அகற்ற வேண்டும். இவ்வித்துக்கள் மண்ணில் விழுந்து 2வது, 3வது பரம்பரை உருவாகலாம். சில களைகளைப் பிடுங்கி 2-3 கிழமைகள் சென்றாலும் அவை மீண்டும் முளைக்கும் (உதாரணம்: சாத்தாவாரி, மணித்தக்காளி) சில களைகளில் சிறிய துண்டு காணப்பட்டாலும் கூட அவை மீண்டும் முளைக்கும். ஆழமான வேரையும், தண்டுகளையும், கொண்டுள்ள களைகளைக் கூரிய உபகரணமொன்றால் பிடுங்கி அகற்ற வேண்டும். சாணத்தின் மூலமும் களைகள் பெருகலாம். சில களைவிதைகள் பசுவின் இரைப்பையில் சமிபாடு அடையாது. சாணத்துடன் வெளியேறும். களைகள் இல்லாதிருப்பதும் நல்லதல்ல. களைகள் இல்லாத இடங்களில் மண்ணரிப்பு இலகுவில் ஏற்படும். இவ்வாறான இடங்களில் களைகளைப் பாலனம் செய்வது அவசியம். பிடுங்கிய களைகள் உலர்ந்த பின் அவற்றை கூட்டெருத் தயாரிக்க அல்லது பத்திரக்கலவை இட பயன்படுத்த முடியும். விலங்குணவாகவும் இதனைப் பயன்படுத்தலாம்.

### 5.10 நோய், பீடைக்கட்டுப்பாடு

வியாபார நோக்கத்திற்காகவும், பெருமளவிலும் மரக்கறிகைகள் செய்கை பண்ணும் போது நோய், பீடைகளின் தாக்கம் பரவலாக ஏற்பட்டாலும், வீட்டுத் தோட்டத்தில் கலப்புப் பயிர்ச் செய்கையாகவும், சிறியளவிலும் செய்கை பண்ணும் போது இவ்வாறான தாக்கம்

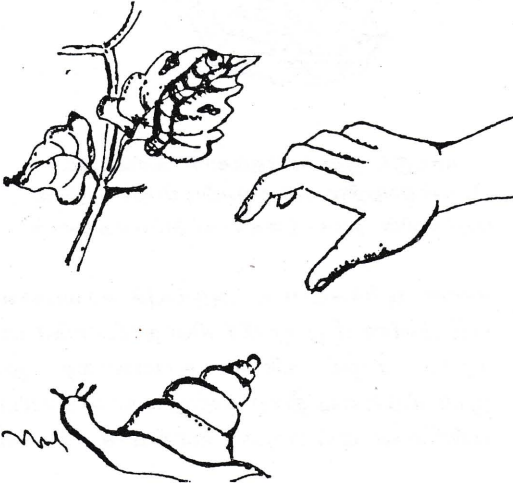
குறைவாகவே இருக்கும். நோய், பீடைகள் குறைவாகவே பரவும். பயிர்களுக்கு முழுமையான, சீரான போசணைச் சத்துக்களை வழங்கக் கூடிய சேதனப் பசளைகளை இடுவதால், பயிர்கள் ஆரோக்கியமாக வளரும். நோய், பீடைகளைத் தாங்கி வளரும் தன்மை விருத்தியடையும். சேதனப் பசளைகளுடன் சாம்பலையும் சேர்த்து இடும்போது மேலும் நன்மை பயக்கும். இதனால் வீட்டுத் தோட்டத்திலுள்ள பயிர்களுக்கு விவசாய இரசாயனங்களை விசிற வேண்டிய அவசிய மில்லை. நைதரசன் பசளைகளை (யூறியா, அமோனியம் சல்பேற்று) கூடியளவில் இடும் போது பதிய வளர்ச்சி அதிகளவில் ஏற்படும். இதனால் நோய் பீடைகளால் இவை இலகுவில் பாதிக்கப்படும். எனவே, வீட்டுத்தோட்டங்களுக்கு நைதரசன் பசளைகளை இடும்போது மிகவும் அவதானமாக இருக்க வேண்டும். ஒவ்வொருநாளும் தோட்டத்தை நன்கு அவதானிப்பதன் மூலம், அதில் காணப்படும் நோய்களையும், பீடைகளையும் இலகுவாகக் கட்டுப்படுத்தலாம். புழுக்கள், புழக்கூட்டங்கள், நோயால் பாதிக்கப்பட்ட இலைகள், வைரசு நோயால் பாதிக்கப்பட்ட களைகள், நத்தைகள், பழுதடைந்த காய்கள் என்பன காணப்படும் போது அவற்றை அகற்றிவிடல் வேண்டும். இதனால் பீடைநாசினிகளை விசிற வேண்டிய தேவை ஏற்படமாட்டாது. எனவே செலவும், நேரமும் மிச்சமாகும்.

வீட்டுத்தோட்டங்களிலிருந்து தொடர்ச்சியாக அறுவடையைப் பெறல், பீடைநாசினிகளை விசிறிய பின் பயிர்களை சிறுபிள்ளைகள் தீண்டு வதைத் தடுப்பது கடினம், பீடைநாசினிகளின் விலை ஆகிய காரணங்களினால், இவற்றைக் கவனமாகப் பாதுகாத்து வைக்கவேண்டும். பீடை நாசினிகளை விசிறாமலே பீடைகளைக் கட்டுப் படுத்தக் கூடிய சில முறைகள் கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

- ❖ சேதனப் பசளைகளைப் பாவித்தல்.
- ❖ இரசாயனப் பசளைகளைக் குறைந்த அளவில் பயன்படுத்தல்.
- ❖ வைக்கோல், உமி, இலை, குழைகள் என்பன வற்றைப் பாத்திகளில் எரித்து பாத்திகளைத் தொற்றுநீக்கம் செய்தல். நோய்த்தாக்கம் இல்லாவிடில் இதனை செய்யத் தேவையில்லை.

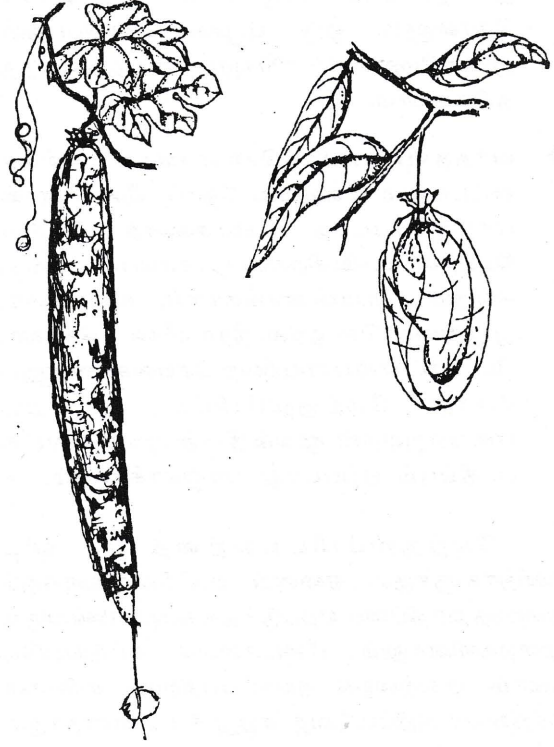


- ❖ உமிச் சாம்பல், உமிக்கரி, அடுப்புச் சாம்பல் என்பனவற்றை சேதனப் பசளைகளுடன் சேர்த்து இடும் போது சிலிக்கா போன்ற போசணைச் சத்துக்கள் பயிருக்குக் கிடைக்கும். இதனால் பயிர்கள் நோயை எதிர்த்து வளரும்.
- ❖ தேவையான நீரை மாத்திரம் ஊற்ற வேண்டும்.
- ❖ நாள் தோறும் தோட்டத்தை நன்கு அவதானிக்க வேண்டும்.
- ❖ சேதமடைந்த, இறந்த கிளைகள், இலைகள் என்பனவற்றை அகற்ற வேண்டும். களைகளைக் கட்டுப்படுத்தல். இதனால் சிறந்த சூரிய வெளிச்சம் பயிர்களின் மீது விழும்.
- ❖ சரியான பயிர் அடர்த்தியைப் பராமரித்தல்.
- ❖ நோய், பீடைகளால் பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளை அகற்றி எரித்து விடல். மஞ்சள் சித்திர வடிவ வைரசால் பாதிக்கப்பட்ட களைகளைப் பிடுங்கி எரித்து விடல். நத்தைகளை அகற்றல்.
- ❖ முறையாகக் கத்தரித்தல்.
- ❖ காய் துளைப்பான்கள், பங்கக நோய்கள் என்பனவற்றைத் தடுப்பதற்குக் காய்களைக் கடதாசி, பொலித்தீன், எண்ணெய்க் கடதாசி என்பனவற்றால் உறையிடல்.

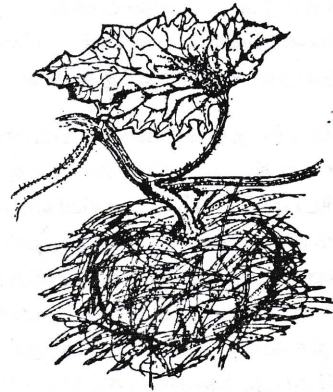


புழுக்களையும், நத்தைகளையும் கையால் அழிக்க வேண்டும்

- ❖ சிபாரிசு செய்யப்பட்டவாறு கத்தரித்தல்.
- ❖ பிரதேசத்திற்கும், காலத்திற்கும் ஏற்ப பயிரை நடுவதற்குத் தெரிவு செய்தல். போகத்திற்குப் பொருத்தமற்ற பயிர்கள் இலகுவில் பாதிக்கப்படும்.
- ❖ பொருத்தமான நேரத்தில் அறுவடை செய்தல்.



கடதாசி, எண்ணெய்க் கடதாசி, பொலித்தீன், வைக்கோல் போன்றவற்றால் காய்களுக்கு உறையிடல்



காய்களைச் சுற்றிப் பத்திரக் கலவை இடுவதன் மூலம் நோய்த் தாக்கங்களைக் குறிப்பிடத்தக்களவு குறைக்கலாம்

❖ ஒரே பயிரை அல்லது ஒரே குடும்பப் பயிரைத் தொடர்ச்சியாகச் செய்கை பண்ணாது, சுழற்சி முறைப் பயிர்ச் செய்கையை அல்லது கலப்புப் பயிர்ச் செய்கையை மேற்கொள்ளல்.

❖ சோறு, அரிசி என்பனவற்றைத் தட்டொன்றில் வைப்பதன் மூலம் இதனை நோக்கி பறவைகள் கவரப்படும். பின் இப்பறவைகள் புழுக்களை உணவாகக் கொள்ளும். ஒரு புழுவை அழிப்பதன் மூலம் மேலும் 100, 200 புழுக்கள் பரவுவதைத் தடுக்கலாம்.

❖ வர்த்தகப் பயிர்ச்செய்கையாக இல்லா விட்டாலும் இலகுவில் நோய், பீடைகளால் பாதிக்கப்படாத பயிர்களைத் தெரிவு செய்தல். (உ+ம்: சிறகவரை, சாம்பல் வாழை, கங்குன், பொன்னாங்கானி, வல்லாரை, முருங்கை, கொஹில, நீரா லீக்ஸ்). கோவா, பீட், கரட் என்பனவற்றை செய்கைபண்ணும் போது மேற்குறிப் பிட்ட வற்றைப் பின்பற்றுவதன் மூலம் இவற்றையும் எவ்வித பாதிப்பும் ஏற்படாது பாதுகாக்கலாம்.

மேற்குறிப் பிட்ட வற்றை விட மனிதர்களுக்கும், ஏனைய உயிரினங்களுக்கும் குறைந்த பாதிப்பை ஏற்படுத்தக் கூடிய பின்வரும் முறைகளினாலும் பீடைகளைக் கட்டுப்படுத்தலாம். இவற்றைத் தயாரிப்பதற்குச் சரியான செறிவைக் குறிப்பிடுவது சற்று சிரமமானதாகும்.

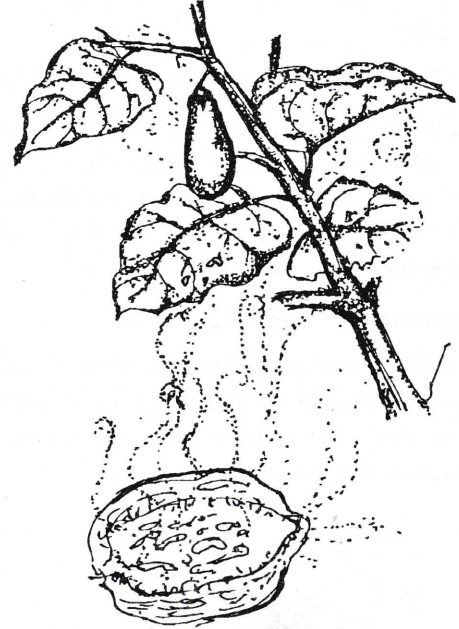
1. சவர்க்கார நீரிற்கு ஒரு தேக்கரண்டி மண்ணெண்ணையைச் சேர்த்தல். இச் சவர்க்காரக் கலவையை அல்லது வேப்பெண்ணெய் மூலம் பீடைகளின் தாக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

2. வேப்பம் விதைச் சாற்றைப் பயன்படுத்தல் (விவசாயத் திணைக்களத்தால் வெளியிடப்பட்ட "பீடைநாசினியாக வேம்பு" என்னும் பிரசுரத்தைப் பார்க்கவும்). வேப்பம் விதைகளை உடைத்து சாறெடுத்த பின்பு மீதமுள்ள பொருட்களை மண்ணிற்கு இடுவதால் வட்டப் புழுக்களைக் (நெமற்றோட்டுக்களைக்) கட்டுப்படுத்தலாம். வாழ்க்கைச் சக்கரத்தின் ஒரு பகுதியை

மண்ணில் பூர்த்தி செய்யும் பீடைகளைக் கட்டுப்படுத்தவும் உகந்தது.

3. புகையிலை, புகையிலைக்காம்பு, சுருட்டுத் துண்டு, என்பனவற்றைச் சிறிய துண்டுகளாக்கி அவற்றை நீரில் 24 மணித்தியாலங்களுக்கு ஊற விடுவதன் மூலம் இக்கலவையைப் பீடைகளைக் கட்டுப்படுத்தப் பயன்படுத்தலாம்.

4. கஜுத் தோல், தேங்காய்ச் சிரட்டை, பூச்சிகளைப் பாதிக்கும் இலைகள் (காட்டுத் துளசி, வேம்பு போன்றன) மூலம் புகையூட்டல்.



காட்டுத் துளசி, தேங்காய் உரிமட்டை போன்றவற்றின் புகையைபிடிப்பதன் மூலம் பூச்சிகளின் தாக்கத்தைக் கட்டுப்படுத்தலாம்.

5. நன்கு அரிக்கப்பட்ட அடுப்புச் சாம்பலைப் பயிர்களின் மீது தூவிச் சில நாட்களின் பின் நீரால் சுழுவி விடல். சாம்பலைத் தூவ முன் சிறிதளவு நீரை விசிறுவதால் சாம்பல் பயிரில் ஒட்டிப் பிடிக்க வசதியாக இருக்கும்.

6. சிறிய தூரிகையினால் சிற்றுண்ணிகளை அகற்றி விடல்.



சிற்றுண்ணிகளைச் சிறிய தூரிகையினால்  
அகற்ற முடியும்

7. குறைந்த செறிவுள்ள விலங்குகளின் சிறுநீரை பயிர்களுக்கு விசிறுதல்.
8. வெள்ளைப் பூடு, மிளகாய், மிளகு ஆகியவற்றால் தயாரிக்கப்பட்ட கலவையை விசிறுதல்.
9. பங்குகளோய்களைக் கட்டுப்படுத்த செப்புச் சல்பேற்று நீரேற்றப்பட்ட சுண்ணாம்பு என்பனவற்றைத் தனித் தனியாகக் கரைத்து, பின் ஒன்றாகக் கலந்து பெறப்படும் போடோக் கலவையைப் பயன்படுத்தலாம். தயாரிக்கப்பட்ட கரைசலில் சுத்தியை வைக்கும் போது அக்கத்தி செப்பு நிறமாக மாறாதவரை சுண்ணாம்பு கரைசலிற்கு செப்புச் சல்பேற்றைச் சேர்க்கவும். இதனைப் பல செறிவுகளில் தயாரிக்க முடியும்.
10. மண்ணிலுள்ள அமிலத்தின் அளவைக் கட்டுப்படுத்தவும். அமிலத் தன்மையின் காரணமாக பங்குகளோய்கள் ஏற்படுவதைத் தடுக்கவும் வருடந்தோறும் அல்லது இரு வருடங்களுக்கு ஒரு முறை தேவையான அளவு நீர்ச் சுண்ணாம்பை இடவும்.

விவசாய இரசாயனங்கள் மனிதர்களுக்கும், சூழலிற்கும் அதிகளவு தீங்கு விளைவிக்கக் கூடியவை. எனவே, இவற்றின் பாவனையை இயலுமான வரை தவிர்த்துக் கொள்வது மிகவும் நல்லது. இவற்றின் விலை அதிகமானதுடன் விசிறுவதற்குப் பயன்படுத்தப்படும் கருவிகளின் விலையும் அதிகமானதாகும். அநேகமான சந்தர்ப்பங்களில் இரசாயனங்களுக்கு செலவிடப்படும் பணம் பயிர்களுக்கு ஏற்படும் பாதிப்புக்களை விட அதிகமானதாக இருக்கும்.

சேதனப்பசளைகளைப் பயன்படுத்தும் போது அவற்றில் வளர்ச்சியடையும் பங்குகள்கள் அக்றினோமைசிட்ஸ், பக்நீரியா ஆகியவற்றினால் பலவகையான நுண்ணுயிர் எதிர்ப்பு இரசாயனங்கள் உற்பத்தி செய்யப்படுவதுடன், பயிரின் வளர்ச்சிக்கு நன்மைதரக்கூடிய ஹோமோன்களும் உற்பத்தி செய்யப்படுவதால் இப்பயிர்கள் நோய்களால் பாதிக்கப்படுவதில்லை.

## 5.11 இலை மரக்கறிகள்

மரக்கறிப் பயிர்களில் இலை மரக்கறிகளை வேறு வகையாகக் கருத முடியும். உடல் ஆரோக்கியத்தைத் திருப்திகரமாகப் பேணுவதற்கு அவசியமான விற்றமின், கனிப்பொருள் ஆகியவற்றைப் பெற்றுக் கொள்வதற்காக தினந்தோறும் உணவில் இலை மரக்கறிகள் அடங்கியிருப்பது முக்கியமானதாகும்.

சுத்தமான, புதிய இலை மரக்கறிகளைச் சந்தையில் வாங்குவது இலகுவானதல்ல. எல்லா வீட்டுத் தோட்டங்களிலும் பொன்னாங்காணி, வல்லாரை, கங்குன், சாரணை, சிறகவரை போன்ற சில இலை மரக்கறிகளை மிக இலகுவாகச் செய்கைபண்ண முடியும். இதன் மூலம் வீட்டின் அன்றாடத் தேவையைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ள முடியும். அகத்தி, முருங்கைப் பயிர்களை வீட்டுத் தோட்டத்தின் எல்லைகளில் நட்டு அவற்றின் இலைகளை இலை மரக்கறிகளாக உண்ண முடியும்.

சிறகவரை, கொடித்தோடை போன்ற கொடிகளை ஆதாரமொன்றிலோ அல்லது வீட்டுத் தோட்டத்தின் வேலியிலோ படரவிடுவதற்கு நடுகை செய்ய முடியும். மனித்தக்காளி, வல்லாரை, கங்குன், பொன்னாங்காணி, பசளி, சாரணை முளைக்கீரை போன்ற பயிர்கள் சிலவற்றை பாத்திகளில் நடுகை செய்யலாம்.

மருத்துவ இயல்புகளைக் கொண்ட பரம்பரிய மரக்கறிச் செடிகள் சிலவற்றை இலகுவாக வீட்டுத் தோட்டங்களில் செய்கை பண்ணலாம். அண்மைக் காலத்தில் ஐப்பானில் இலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட நீரா லீக்ஸ் வீட்டுத் தோட்டத்திற்கு மிகவும் பொருத்தமான தொரு மரக்கறிப் பயிராகும். வெள்ளைப் பூடு, லீக்ஸ் ஆகியவற்றின் உருசியை ஒத்துள்ள நீரா லீக்ஸ் இதய நோயாளிகளுக்கு உகந்தது.

## 6. கிழங்குப் பயிர்ச்செய்கை

வீட்டுத் தோட்டமொன்றைத் திட்டமிடும் போது கிழங்குப் பயிர்கள் முக்கிய இடத்தினை வகிக்கின்றன. கிழங்குகளை கறி சமைத்து சோற்றுடன் உண்ணலாம். சோற்றிற்குப் பதிலாக பிரதான உணவாகவும் உண்ண முடியும். எனவே, வீட்டுத் தோட்டமொன்றில் பல வகையான கிழங்குகளைச் செய்கை பண்ணுவது உகந்ததாகும். மரவள்ளி, வற்றாளை, சேம்பு, குட்டிக்கிழங்கு (இன்னலை), வள்ளிக் கிழங்குகள், மணிவாழை, கரணக்கிழங்கு போன்றவற்றில் தமது விருப்பதற்கேற்ப சிலவற்றைப் பயிர் செய்யலாம். பெரும்பாலான கிழங்கு வகைகளை ஏனைய பயிர்களுடன் செய்கைபண்ணலாம். எனவே, குறைந்த இடப் பரப்புள்ள தோட்டங்களிலும் கிழங்கு வகைகளைப் பயிரிட முடியும். ஓரளவு கிளைவிட்டு வளரும் மரவள்ளியுடன் ஊடு பயிர்களைச் செய்கை பண்ண முடியும். விசேடமாக பாசிப்பயது, உழுந்து, கௌபீ, சோயா அவரை போன்ற குறுகிய காலப் பயிர்களையும், தக்காளி, புஷ்டாவோ, போஞ்சி, பூசணி, கெக்கரி போன்ற மரக்கறிகளையும் மரவள்ளியுடன் செய்கை பண்ணலாம். கிழங்குப் பயிர்களை நடும்போதே அவற்றிற்கு கிடையே இப்பயிர்களையும் நடவேண்டும். கிழங்கிலிருந்து வருமானம் பெற அதிக நாளொடுக்கும். ஆனால் முற்பகுதியில் ஊடு பயிர்களை அறுவடை செய்யலாம். ஊடுபயிர்ச் செய்கையால் தோட்டத்தில் களைகள் கட்டுப்படுத்தப்படும். சேம்பு, வள்ளிக்கிழங்கு என்பனவற்றை நிழலான இடத்தில் நடமுடியும். வாழை மரங்களுக்கு இடையேயும் ஊடு பயிராக கிழங்குகளைச் செய்கைபண்ணலாம். வற்றாளையை நிழலான இடத்தில் செய்கைபண்ண முடியாது.

### 6.1 பயிர்ச் செய்கைக்கு சிபாரிசு செய்யப்படும் கிழங்குப் பயிர்கள்

#### 6.1.1 மரவள்ளி

எம்யூ 51 (பேராதனை)

8-10 மாத வயதுடையது. இவ்வர்கத்தின் ஒரு கிலோ கிராம் கிழங்கில் 50 மில்லி கிராம் ஐதரோசயனிக்கமில்லம் உள்ளது (50 மி.கி. ஐ விட அதிகமாக இருப்பின் நஞ்சாகும்).

சீ.ஏ.ஆர் ஐ 555

8-10 மாத வயதுடையது. இவ்வர்கத்தில் ஒரு கிலோ கிழங்கில் 25-32 மி.கி ஐதரோசயனிக்கமில்லம் உள்ளது.

#### கிரிகவடி

6-11 மாதங்கள். ஒரு கிலோ கிழங்கில் 18-22 மி.கி. ஐதரோசயனிக்கமில்லம் உள்ளது. இவ்வர்கங்களில் குறைந்தளவிலான ஐதரோசயனிக்கமில்லம் இருப்பதால் இவற்றின் இலைகளையும் கீரையாகப் பயன்படுத்த முடியும். கிராமங்களில் இளம் கீரைகளை மூடியால் மூடாமல் சமைப்பது போலவே, இவ்வர்கங்களின் முதிர்ச்சியடைந்த இலைகளையும் சமைத்து உண்ண முடியும்.

#### 6.1.2 வற்றாளை

வாரியபொல வெள்ளை, சாந்தி, சித்திரா இவற்றின் மேற்றோலும், கிழங்கும் வெண்ணிறமானவை.

வாரியபொல சிவப்பு, ரனபிம, சீஏஆர்ஐ 273 இவற்றின் தோல் சிவப்பு நிறமானது. கிழங்கு வெண்ணிறமானது.

சீஏஆர்ஐ 426

தோல் சிவப்பு நிறமானது. கிழங்கு கரற் நிறமுடையது எல்லா வர்கங்களையும் 3 1/2-4 மாதங்களில் அறுவடை செய்யலாம்.

வற்றாளைச் செய்கைக்கு உயரமான பாத்திகள் உகந்தவை. இவற்றில் கொடிகளை நடலாம். கூட்டெருவை இருவதனால், கிழங்குகள் உருவாவதற்கு வசதியாக மண் இலகுவானதாக இருக்கும்.

#### 6.1.3 சேம்பு

சிபாரிசு செய்யப்பட்ட வர்கங்கள்

இசுறு 8-10 மாதங்கள்

கஜு 5-6 மாதங்கள்

திமுத்து 3-3 1/2 மாதங்கள்

சிபாரிசு செய்யப்பட்ட வர்கங்களை விட நாடெங்கிலும் பலவகையான சேம்பு வகைகள் உண்டு. நீண்ட கால வயதுடையவைகளை பெப்ரவரி-மார்ச் மாதங்களில் நடுகை செய்ய

வேண்டும். குழிகளைக் கிண்டி அவற்றில் போதியளவு கூட்டெரு, சாணம், இலை குழைகள் போன்ற சேதனப் பசளைகளை இட்டு மண்ணை இலகுவாக்க வேண்டும்.

#### 6.1.4 வள்ளிக் கிழங்குகள்

சிபாரிசு செய்யப்பட்டது-கதீரா.

இதைத் தவிர இராசவள்ளி, கொடிவள்ளி, மோதகவள்ளி போன்ற பலவகையானவை விவசாயிகளிடையே உள்ளன. இவற்றை பெப்ரவரி-மார்ச்சு மாதங்களில் நடுகை செய்து டிசம்பர்-ஜனவரி மாதங்களில் அறுவடை செய்ய வேண்டும். சில விவசாயிகள் உரிமட்டை, கூட்டெரு, வைக்கோல் என்பனவற்றை மேல் மண்ணுடன் கலந்து அவற்றைக் குவியலாக்கி அதில் வள்ளிக் கிழங்குகளை நடுகை செய்கின்றனர். குவியலின் நீரைப் பாதுகாக்க உரிமட்டைகளை பத்திரக் கலவையாக இடுகின்றனர்.

#### 6.1.5 குட்டிக்கிழங்கு (இன்னலை)

சிபாரிசு செய்யப்பட்ட வர்க்கம் -பினரி பருவகாலத்திற்குரியது. விதைக் கிழங்கிலிருந்து நாற்றுக்களைப்பெற 2 1/ 2-3 மாதங்களும், தோட்டத்தில் 5-6 மாதங்களும் வளரும். குட்டிக் கிழங்கையும், வள்ளிக் கிழங்கையும் ஒன்றாக நடுகை செய்து அறுவடை செய்யலாம்.

#### 6.1.6 இஞ்சி, மஞ்சள்

பருவ காலத்திற்குரியது, வள்ளிக் கிழங்குகளுடன் நட்டு ஒன்றாக அறுவடை செய்யலாம்.

#### 6.2 பசளைச் சிபாரிசுகள்

வீட்டுத்தோட்டத்திற்கு இயலுமான சந்தர்ப்பங்களிலெல்லாம் கூட்டெரு அல்லது சேதனப்பசளைகளை இடுவது இலாபகரமானது. நடுவதற்குக் குழிகளைத் தயாரிக்கும் போது, அவற்றைச் சற்றுப் பெரிதாகத் தயாரித்து அதில் அதிகளவு சேதனப்பசளைகளை இடவும். இதனால் பெரிய கிழங்குகள் உருவாகும். இவற்றைத் தவிர பின்வரும் இரசாயனப் பசளைகளையும் இடவும்.

6.2.1 மரவள்ளி, வள்ளிக் கிழங்குகள், குட்டிக்கிழங்கு, இஞ்சி, மஞ்சள், (100 சதுர மீற்றரிற்கு கிராம்களில்)

	யூறியா	செறிந்த சுப்பர்	பொசுபேற்று மிழியேற்றுப்	பொட்டாசு
நட்டு 15 நாளைக்குப்பின்	94	126		126
நட்டு 3 மாதங்களின்பின்	84	-		63
நட்டு 5 மாதங்களின்பின்	84	-		-

#### 6.2.3 வற்றாளை, சேம்பு

	யூறியா	செறிந்த சுப்பர்	பொசுபேற்று மிழியேற்றுப்	பொட்டாசு
நட்டு 15 நாளைக்குப்பின்	60	120		120
நட்டு 45 நாளைக்குப்பின்	60	--		60-

ஒவ்வொரு நாளும் தேவைப்படும் கிழங்குகளை மாத்திரம் பிடுங்கி எடுக்கவும்.

#### 7. பழப் பயிர்ச்செய்கை

வீட்டுத் தோட்டமொன்றில் பழ மரங்கள் சிலவற்றை நடுவது பாரம்பரிய நடைமுறையாகும். இதனால் வீட்டின் தேவையைப் பூர்த்தி செய்யக் கூடியதாக இருப்பதோடு, மேலதிக வருமானத்தையும் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

எமது நாட்டில் செய்கை பண்ணப்படும் பிரசித்தி பெற்ற பழவகைகள் சில கீழே தரப்பட்டுள்ளன.

01. மா
02. விளா
03. வெரளிக்காய்
04. செபதில்லா
05. நாரத்தை
06. தோடை
07. ஜம்போல
08. கொய்யா
09. வில்வம்

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 10. ஓரியான்     | 19. மாதுளை      |
| 11. மங்குஸ்தீன் | 20. அன்னமுன்னா  |
| 12. பலா         | 21. உக்குரஸ்ஸ   |
| 13. ஜம்பு       | 22. லொவி        |
| 14. ஆனைக்கொய்யா | 23. பெயர்ஸ்     |
| 15. வாழை        | 24. கொடித்தோடை  |
| 16. பப்பாசி     | 25. ரம்புட்டான் |
| 17. திராட்சை    | 26. சடுகுடா     |
| 18. அன்னாசி     | 27. ஸ்ரோபெரி    |

இவற்றில் அநேகமானவற்றை தீவின் எல்லாப் பிரதேசங்களிலும் இலகுவாகச் செய்கைபண்ண முடியும். அன்னாசி, வாழை, பப்பாசி ஆகியவற்றைத் தவிர ஏனைய பழங்கள் அனைத்தும் வருடத்தில் குறிப்பிட்ட காலத்திலேயே பழங்களைத் தரும். அன்னாசி, வாழை, பப்பாசி ஆகியன வருடம் முழுவதும் பயன்தரும். எனவே, எல்லா வீட்டுத் தோட்டங்களிலும் ஏனைய பழங்களுடன் இவற்றில் சிலவற்றையேனும் நடுகைசெய்ய வேண்டும். இடவசதி இருக்குமாயின் சில வாழைக் குட்டிகளை நடுகை செய்வது மிகவும் பயன்தரும்.

பழ மரங்களை நடுகை செய்யும் போது குறிப்பிட்ட பிரதேசத் திற்குச் சிபாரிசு செய்யப்பட்டவற்றில் ஒட்டுக் கன்றுகளை நடுவதால் பல பயன்களைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். ஒட்டுக் கன்றுகளை நடுகை செய்வதன் மூலம் குறுகிய காலத்தில் பழங்களைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். இதே போல் அதிக உயரத்திற்கு வளராது கிளைகள் பரந்து வளரும். விதைகளை நடும் போது, பழங்களைத் தரும் மரங்களின் வர்க்கம், இயல்புகள் போன்ற அம்சங்களை மரம் காய்த்த பின்னரே நாம் அறிந்து கொள்ள முடியும். இதற்கு அதிக காலம் எடுக்கும். ஆனால் ஒட்டுக் கன்றுகளில் இவ்வாறான பிரச்சனைகள் ஏற்படுவதில்லை. நாம் பெறவுள்ள பழங்களின் இயல்புகளை முன்னரே அறிந்து கொள்ள முடியும். இதனால் பொருத்தமான, விருப்பமான வர்க்கத்தைத் தெரிவு செய்து நடுகை செய்ய முடியும். விதை மூலம் பெறப்படும் மரம் மிகப் பரந்தளவில் வளர்ந்து நிழலை ஏற்படுத்தும். எனவே, சிறிய வீட்டுத் தோட்டத்திற்கு இவை பொருத்தமானதல்ல.

பழ நாற்றுக்களை நடுகை செய்யும் போது 60x60x60 சதம மீற்றர் அளவுள்ள அல்லது இதனை விடப் பெரிய அளவான குழிகளைத்

தோண்டி, அதனை மேல் மண், சேதனப் பசளைகள் கொண்ட கலவையால் நிரப்ப வேண்டும். நாற்றுக்களை நட்டு பின் மீண்டும் மேல் மண்ணால் குழியை நிரப்ப வேண்டும். பொலித்தீன் பைகளில் உள்ள நாற்றுக்களை நட முன் பொலித்தீன் பையை வெட்டி அகற்ற மறந்து விட வேண்டாம்.

அறுவடை செய்த பின் மா, ரம்புட்டான் ஆகிய மரங்களின் கிளைகளைக் கத்தரிக்க வேண்டும். இதன் மூலம் இவை தேவையில்லாமல் வளருவதைத் தடுத்து ஓரளவு படர்ந்து வளரத் தக்கவாறு பயிற்றுவிக்க முடியும். கத்தரித்துப் பயிற்றுவிப்பதன் மூலம் திருப்திகரமான விளைச்சலைப் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.

மரங்களை முறையாகக் கத்தரிப்பதன் மூலம் வீட்டுக் கூரைக்கு மேல் வளரும் அல்லது அடுத்த வீட்டிற்கு மேல் வளரும் கிளைகளைத் தடுக்க முடியும். எமது நாட்டில் அநேகமான பழ வகைகள் காபைட் மூலமே பழுக்க வைக்கப்படுகின்றன. இதனால் இவற்றின் இயற்கையான சுவையைப் பெற முடியாதுள்ளது. எனவே, நன்கு முதிர்ச்சி அடைந்த காய்களை மாத்திரமே அறுவடை செய்யவும். காய்களை விலங்குகள், பறவைகளிலிருந்து பாதுகாப்பதற்கான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வது அவசியமாகும்.

அநேகமான வீட்டுத் தோட்டங்களில் பரவலாகச் செய்கைபண்ணப்பட்டுள்ள பழ வர்க்கம் மா மரமாகும். ஒட்டு மா மரங்களைப் புராமரிக்கும் போது பின்வரும் அம்சங்களில் கவனம் செலுத்தினால் சிறந்த பயனைப்பெற முடியும். மாமரத்தைக் கத்தரித்துப் பயிற்றுவித்தல், திருப்திகரமான உயரத்தில் புராமரித்தல், அவற்றில் சரியான அளவு கிளைகளை மாத்திரம் புராமரித்தல், மரத்தினால் தாங்கக் கூடிய பழங்களை மாத்திரம் மீதமாக விட்டு ஏனைய காய்களை அகற்றல். மாம்பழங்களை வண்டு, பழ ஈ என்பன துளைக்கலாம். இவற்றைக் கட்டுப்படுத்த காய்கள் சிறியதாக இருக்கும் போதே அவற்றிற்கு எண்ணெய்க் கடதாசி, கடதாசி என்பனவற்றால் உறையிடல் வேண்டும்.

வாழையைச் செய்கைபண்ணும் போது ஒரு மரத்தைக்கற்றி பல்வேறு வயதுடைய குட்டிகளில் 3-4 ஐத் தவிர ஏனையவற்றை

அவை சிறியதாக இருக்கும் போதே அகற்றவும். வாழைக் குலைகளுக்கு பொலித்தீன் போன்றவற்றால் உறையிடுவதன் மூலம் 25% நிறையை அதிகரிக்க முடியும். அத்துடன் பிரகாசமான நிறத்தையும் பெறமுடியும். அறுவடை செய்ய 3-4 நாட்களுக்க முன் உறையை அகற்ற வேண்டும். உறையிடுவதனால் பீடைகள், நோய்கள் என்பனவற்றின் தாக்கத்திலிருந்து தடுக்கலாம். வாழையில் உலர்ந்த இலைகள், இலை மடல் என்பனவற்றை வெட்டி அகற்ற வேண்டும். இதனால் நீள் முஞ்சி வண்டுகளின் தாக்கத்தைத் தவிர்க்க முடியும். வாழைக் குலையை அறுவடை செய்தபின் மரத்தைச் சிறு துண்டுகளாக்கி ஏனைய மரங்களுக்குப் பத்திர கலவையாக இடவும். இதனால் இவை சேதனப் பசளையாகவும் பயன்படும்.

பழப்பயிர்களைச் செய்கைபண்ணுவது தொடர்பாக பல பிரகாரங்களை விவசாயத் திணைக்களம் பிரசுரித்துள்ளது. இவற்றில் பழச்செய்கை பற்றிய விபரங்கள் தெளிவாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளன.

## 8. வாசனைத் திரவியங்கள்

சமைக்கும் போது உணவின் உருசி, மணம் ஆகியவற்றை அதிகரிப்பதற்காக மிளகு, ரம்பை, கறிவேப்பிலை, சேர, மஞ்சள், இஞ்சி, கறுவா, ஏலம், கராம்பு என்பன போன்ற வாசனைத் திரவியங்கள் சேர்க்கப்படுகின்றன.

இலங்கையின் எல்லா பிரதேசங்களிலும் ஏலம், கராம்பு செய்கைபண்ண முடியாது. எனினும் ஏனைய வாசனைத் திரவியங்களை மிக இலகுவாகச் செய்கைபண்ணலாம். வீட்டுத் தோட்டங்களில் இவற்றில் ஒவ்வொரு செடியைச் செய்கை பண்ணுவது போதுமானதாகும். மஞ்சள், இஞ்சி ஆகியவற்றை தோட்டத்தில் நிழலுள்ள இடத்தில் நடுகை செய்ய முடியும்.

வாசனைத் திரவியப் பயிர்களைச் செய்கைபண்ணுவது தொடர்பாக ஏற்றுமதி விவசாயத் திணைக்களம் பல பிரகாரங்களை வெளியிட்டுள்ளது.

## 9. மருத்துவப் பயிர்கள்

ஒவ்வொரு நாளும் பயன்படக்கூடிய கற்றாளை, சாத்தவாரி, பாவட்டை, பொன்னலரி, பொல்பலா, குப்பைமேனி போன்ற மருத்துவப் பயிர்களை வீட்டுத்தோட்டத்தில் பொருத்தமான இடங்களில் நடுவது பயனுள்ளதாகும். சாத்தவாரி, பொல்பலா, முடக்கொத்தான் ஆகிய பயிர்களைப் பயன்படுத்தித் தயாரிக்கப்படும் கஞ்சியில் அதிக மருத்துவ குணம் உள்ளது.

## 10. மரங்கள்



வீட்டுத் தோட்டத்தின் எல்லையில் பலா, தேக்கு சவண்டவலை, மகோகனி போன்ற மரங்களைத் தரக் கூடிய கன்றுகளை நடுவது எதிர்காலத்தில் மிகவும் பயன் தரக்கூடிய ஒரு முதலீடு ஆகும். 25-30 வருடங்களின் பின்னர் இவை உங்கள் பரம்பரையினருக்கு உரிமையாகும். மரங்களைச் செய்கை பண்ணும் போது அவற்றின் தண்டு நேராக வளரத் தக்கவாறு பயிற்றுவிக்க வேண்டும். இதற்காக தண்டில் உருவாகும் கிளைகளை ஆரம்பத்திலிருந்தே கத்தரித்து விடல் வேண்டும். மிளகு, வெற்றிலை, கிழங்குக் கொடிகள், வேறு பயனுள்ள கொடிகளை படரவிடுவதற்கு ஆதாரமாகவும் இவற்றைப் பயன்படுத்த முடியும்.

அன்றாடம் எமக்குத் தேவையான பல்வேறு வேலைகளுக்கு கிளிற்றிசிடியா மிகவும் பயனுள்ளதாகும். சிறகவரை, போஞ்சி ஆகியவற்றைப் படர விடுவதற்கு ஆதாரமாகவும், விறகாகவும், சேதனப் பசளையாகவும் விலங்குணவாகவும் பயன்படுத்தக் கூடிய பயனுள்ள ஒரு மரமாகும். வேலியையும், பழ மரங்களையும் கத்தரித்துப் பெறப்படும் விறகை எரிப்பதற்கும் பயன்படுத்த முடியும்.

## 11. விலங்கு வேளாண்மை

நேரம், இடவசதி என்பன இருக்குமாயின் வீட்டுத் தோட்டத்தில் விலங்கு வேளாண்மையையும் இணைத்துச் செயற்படுவது நல்லது. வீட்டுத் தோட்டத்திலும், சூழவுள்ள இடங்களிலும் காணப்படும் தாவரங்களையும், செறிவுணவையும் விலங்குகளுக்கு வழங்க முடியும். விலங்கு உற்பத்தியை வீட்டுத் தேவைக்குப் பயன்படுத்த முடியும். மேலதிகமானவற்றை விற்பனை செய்து

வருமானத்தையும் பெற்றுக் கொள்ள முடியும். விலங்கின் சிறுநீரையும், கழிவையும் வீட்டுத் தோட்டத்திற்கு உரமாகப் பயன்படுத்தலாம். சிறு இடத்தை மிக வினைத்திறனாகப் பயன்படுத்த விலங்கு வேளாண்மை மிகவும் பயனுள்ளதாகும்.

விலங்குக் கழிவுகளை உயிரியல் வாயுவை உற்பத்தி செய்யவும் பயன்படுத்த முடியும். வாயு உற்பத்தியின் பின் கிடைக்கும் கழிவுகளை உரமாகப் பயன்படுத்த முடியும். இக்கழிவுகள் சிதைவடையும் போது அதிக வெப்பம் வெளியேறும். இவ்வெப்பத்தினால் களை விதைகள் அவற்றின் வாழ்தகவை இழந்து விடும். இதனால் முளைப்பதில்லை. உணவு சமைக்கவும், விளக்குகளை எரிப்பதற்கும் வாயுவைப் பயன்படுத்தலாம். இதனால் செலவும் விறகைச் சேகரிப்பதற்கான நேரமும் மீதமாகும்.

பசுமாடு, ஆடு, கோழி என்பனவற்றை நாம் வளர்க்கலாம். இது தொடர்பான விபரங்களைக் கால்நடை உற்பத்தி, சுகாதாரத் திணைக்களத்திடம் பெற்றுக் கொள்ள முடியும்.



**உணவுப் பொருட்களில் உள்ள போசணைச் சத்துக்களின் அளவு (100 கிராம்)**

	ஈரப்பதன் கிராம்	சக்தி கி.கலோரி	புரதம் கிராம்	கொழுப்பு கிராம்	கார்போவை தரேற்று கிராம்	கல்சியம் மி.கிராம்	பொகபரக மி.கிராம்	இரும்பு மி.கிராம்	விறற் மின் ஏ மை. கிராம்	கரற்றின் மை. கிராம்	தயமின் மை. கிராம்	ரைபோ பிளேவின் மை. கிராம்	நயாசின் மை. கிராம்	விறற் மின் சீ மி. கிராம்
<b>பழங்கள்</b>														
பப்பாசி	90.8	32	0.6	0.1	7.2	17	13	0.5	-	666	40	250	0.2	57
ஆனைக்கொய்	33.6	215	1.7	22.8	0.8	10	80	0.7	-	-	-	-	-	-
போரீட்சை	15.3	317	2.5	0.4	75.8	120	50	7.3	-	26	10	20	0.9	03
மா	81.0	74	0.6	0.4	16.9	14	16	1.3	-	2743	80	90	0.9	16
நெல்லி	81.8	58	0.5	0.1	13.7	50	20	1.2	-	09	30	10	0.2	600
அன்னாசி	87.8	46	0.4	0.1	10.8	20	09	1.2	-	18	200	120	0.1	39
விளா	64.2	134	7.1	3.7	18.1	130	110	0.6	-	61	40	170	0.8	03
<b>தானியங்கள்</b>														
இறுங்கு	12.0	363	10.0	4.5	71	12	-	2.5	-	-	350	130	2.0	-
பு.அரிசி	12.6	349	8.5	0.6	77.4	10	280	2.8	-	09	270	120	4.0	-
ப.அரிசி	13.7	345	6.8	0.5	78.2	10	160	3.1	-	-	60	60	1.9	-
கோதுமை மா	12.2	341	12.1	1.7	69.4	48	355	11.5	-	29	490	290	4.3	-
குரக்கன்	13.1	328	7.3	1.3	72	344	283	6.4	-	42	420	190	1.1	-
<b>பால்</b>														
தாய்ப்ப்பால்	88.0	65	1.1	3.4	7.4	28	11	0.1	41.1	-	20	20	-	03
பகப்பால்	87.5	67	3.2	4.1	4.4	120	90	0.2	57.2	6	50	190	0.1	02
எருமைப்பால்	81.0	117	4.3	8.8	5.0	210	130	0.2	48.0	-	40	100	0.1	01
பால்மா	3.5	496	25.8	26.7	38	950	730	0.6	520	-	310	1360	0.8	04
<b>மீன்</b>														
கூரை	72	105	21	02	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
நண்டு	76.8	100	17.9	2.0	1.3	107	192	1.8	35	-	50	80	3.0	01
சிறுகெலவற	68	121	20	4.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
விலாங்கு	69.6	184	16.8	12.4	-	118	196	1.4	880	130	190	190	2.8	2
சள்ளை	78.1	101	21	1.9	-	90	360	2.5	-	-	-	-	2.6	-
நெத்தலி	69.3	164	19.3	9.6	0.2	143	174	1.5	-	-	-	-	-	-
சீரி	71.7	125	19.2	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
கெலவற	71.9	113	23.8	1.6	0.9	429	349	6.8	-	-	-	-	-	-
கும்புளா	77.3	93	18.9	1.7	0.5	429	305	4.5	-	-	-	-	-	-
பாரை	72.7	126	22.5	4.0	-	71	572	5.4	-	-	-	-	-	-
கூறா	75.8	152	21	7	-	-	-	-	-	-	-	-	1.2	-
காரல்	77.1	89	19.2	0.6	1.6	71	162	2.2	-	-	-	-	-	-
ய. கொறலி	77.4	106	18.8	2.8	-	54	172	0.4	25	5	30	120	3.1	-
<b>கருவாடு</b>														
அஞ்சாளை	43.3	210	38.6	6.2	-	148	172	4.4	-	-	-	-	-	-
நெத்தலி	23.5	408	48.1	23.9	0.5	356	433	3.7	-	-	-	-	-	-
பால் நெத்தலி	17.9	274	61.5	0.3	1.8	6235	207	9.3	-	-	-	-	-	-
வாழை	6.7	383	76.1	8.7	-	739	700	4.2	-	-	-	-	-	-
கூனி	6.0	349	68.1	8.5	-	4384	1160	-	-	-	-	-	-	-
கெளுறு	78.5	91	19.3	1.0	-	37	181	1.5	-	-	80	90	1.5	-
<b>மரக்கறி</b>														
பூசணி	92.6	25	1.4	0.1	4.6	10	30	0.7	-	50	60	40	0.5	02
பாகல்	92.4	25	1.6	0.2	4.2	20	70	1.8	-	126	70	90	0.5	88
ஈரப்பலா	70	113	1.5	0.4	26.0	25	-	1	-	-	100	60	1.2	20
கத்தரி	92.7	24	1.4	0.3	4.0	18	47	0.9	-	74	40	110	0.9	12
தக்காளிக்காய்	93.1	23	1.9	0.1	3.6	20	36	1.8	-	192	70	10	0.4	31
தக்காளி	94	20	0.9	0.2	3.6	48	20	0.4	-	351	120	60	0.4	27
போஞ்சி	86.1	48	3.8	0.7	6.7	210	68	1.7	-	187	100	60	0.7	09
முருங்கை	86.9	26	2.5	0.1	3.7	30	110	5.3	-	110	50	70	0.2	120
அம்பரெல்லா	86.9	46	0.2	0.1	12.4	56	67	0.3	-	205	50	20	1.4	36

**உணவுப் பொருட்களில் உள்ள போசணைச் சத்துக்களின் அளவு (100 கிராம்)**

மி.	ஈரப் பதன் கிராம்	சக்தி கி.கலோரி	புரதம் கிராம்	கொழுப்பு கிராம்	காபோவை தரேற்று	கல்சியம் மி.கிராம்	பொகபரசு மி.	இரும்பு மி. கிராம்	விறற் மின் ஏ கிராம்	கரற்றின் மை. கிராம்	தயமன் மை. கிராம்	ரைபோ பிளேவின் கிராம்	நயாசின் மை. கிராம்	விறற் மின் சீ கிராம்
<b>கீரை</b>									கிராம்			கிராம்		கிராம்
வல்லாரை	84.5	37	2.1	0.5	6.0	224	32	68.8	-	-	-	-	-	-
பொன்னாங்காணி	77.4	73	5.0	0.7	11.6	510	60	16.7	-	1926	-	140	1.2	17
கங்குள்	90.3	28	2.9	0.4	3.1	110	46	3.9	-	1980	50	130	0.6	137
<b>மரவள்ளிஇலை</b>	91	28	2	0.3	4	80	-	2.5	-	300	80	200	0.5	50
புதினா	84.9	48	4.8	0.6	5.8	200	62	15.6	-	1620	50	200	1.0	27
கடுகு இலை	89.8	34	4	0.6	3.2	155	26	16.3	-	2622	30	-	-	33
முளைக்கீரை	90	26	3.0	0.7	2.0	200	40	-	-	-	-	-	-	-
பசளி	92.1	26	2	0.7	2.9	73	21	10.9	-	5580	30	260	0.5	28
கரற் இலை	76.6	77	5.1	0.5	13.1	340	110	8.8	-	5700	40	370	2.1	79
கறவேப்பிலை	63.8	108	6.1	1.0	18.7	830	57	7	-	7560	80	210	2.3	4
முருங்கையிலை	75.9	92	6.7	1.7	12.5	440	70	7.0	-	6780	60	50	0.8	220
அசத்தி	73.1	93	8.4	1.4	11.8	1130	80	3.9	-	5400	210	90	1.2	169
சேம்பு இலை	82.7	56	3.9	1.5	6.8	227	82	10.0	-	10278	220	260	1.1	12
<b>அவரைப்பயிர்</b>														
பயறு	10.4	334	24	1.3	56.7	124	326	7.3	-	94	470	270	2.1	-
ம.பருப்பு	13.4	335	22.3	1.7	57.6	73	304	5.8	-	132	450	190	2.9	-
சி.பருப்பு	13.4	343	25.1	0.7	59.0	69	293	4.8	-	270	450	200	2.6	-
கடலை	11.8	321	22	0.5	57.2	287	311	8.4	-	71	420	200	1.5	1
கௌபீ	13.4	323	24.1	1	54.5	77	414	5.9	-	12	510	200	1.3	-
உழுந்து	10.9	347	24	1.4	59.6	154	385	9.1	-	38	420	200	2	-
<b>கிழங்குகள்</b>														
கரட்	86	48	0.9	0.2	10.6	80	530	2.2	-	1890	40	20	0.6	3
சேம்பு	73.1	97	3	0.1	21.1	40	140	1.7	-	24	90	30	0.4	-
உ.கிழங்கு	74.7	97	1.6	0.1	22.6	10	40	0.7	-	24	100	10	1.2	17
வற்றாளை	68.5	120	1.2	0.3	28.2	46	50	0.8	-	06	80	40	0.7	24
<b>இறைச்சி</b>														
கோழி	72.2	109	25.9	0.6	-	25	245	-	-	-	-	140	-	-
மாடு	78.7	86	19.4	0.9	-	3	189	-	-	-	-	-	-	-
பன்றி	50	371	14	35	-	10	-	2	-	-	800	200	04	-
ஆடு	74.2	118	21.4	3.6	-	12	193	-	-	-	-	-	-	-
<b>பால் உற்பத்தி</b>														
பட்டர்	19	729	-	81	-	-	-	-	960	-	-	-	-	-
சீஸ்	40.3	348	24.1	25.1	6.3	790	520	2.1	82	-	-	-	-	-
தயிர்	89.1	60	3.1	4	3	149	93	0.2	30.6	-	50	160	0.1	1
யோகூட்	77	90	3.6	0.8	17.6	140	130	0.1	10	-	30	150	0.1	-
<b>முட்டை</b>														
கோழி முட்டை	73.7	173	13.3	13.3	-	60	220	2.1	360	600	100	400	0.1	-
வெண் கரு	87.4	52	10.7	0.2	1.1	10	13	0.4	-	-	10	32	0.1	-
மஞ்சட் கரு	52.1	336	16.3	29	0.9	154	479	6.3	950	515	240	470	-	-
காய்,														

**உணவுப் பொருட்களில் உள்ள போசனைச் சத்துக்களின் அளவு (100 கிராம்)**

	ஈரப் பதன் கிராம்	சக்தி கி.கலோரி	புரதம் கிராம்	கொழுப்பு கிராம்	காபோவை தரேற்று கிராம்	கல்சியம் மி.கிராம்	பொகபரக மி.கிராம்	இரும்பு மி.கிராம்	விற்ற மின் ஏ மை. கிராம்	கரற்றின் மை. கிராம்	தயமின் மை. கிராம்	ரைபோ பிளேவின் மை. கிராம்	நயாசின் மை. கிராம்	விற்ற மின் சீ மி. கிராம்
<b>விதைகள்</b>														
கஜு	13.4	543	18.3	49.3	16.4	32	411	3.9	-	-	360	340	1.4	-
தேங்காய்	51.7	313	3.2	28.2	16	23	112	2.5	-	-	50	30	0.6	3
எள்ளு	5.3	563	18.3	43.3	25	1450	570	10.5	-	60	1010	340	4.4	-
நிலக்கடலை	1.7	570	26.2	39.8	26.7	77	370	3.1	-	-	390	130	22.1	-
கடுகு	8.5	541	20	39.7	23.8	490	700	17.9	-	162	650	260	4	-
குடியகாந்தி	5.5	620	19.8	52.1	17.9	280	670	5	-	-	860	200	4.5	1
<b>பூக்கள்</b>														
காளான்	91	13	2.5	0.3	-	20	-	1	-	-	120	500	5.8	3
வாழைப்பூ	89.9	34	1.7	0.7	5.1	32	42	1.6	-	27	50	20	0.4	16
அகத்திப் பூ	92.9	26	1	0.5	4.4	9	5	-	-	-	-	-	-	-
பூக்கோவா	90.8	30	2.6	0.4	4	33	57	1.5	-	30	40	100	01	56
<b>வாசனைத் திரவியங்கள்</b>														
செ.மிளகாய்	8	291	15	11	33	150	-	09	300	600	500	12	10	-
கறுவா	12	229	12	7.8	28	440	-	17	-	-	100	400	2.4	-
கொத்தமல்லி	11.2	288	14.1	16.1	21.6	630	393	17.9	-	942	220	350	1.1	-
சீரகம்	11.9	356	18.7	15	36.6	1080	511	31	-	522	550	360	2.6	3
வெந்தயம்	13.7	333	26.2	5.8	44.1	160	370	14.1	-	96	340	290	1.1	-
வெள்ளைப்பூடு	62	145	6.3	0.1	29.8	30	310	1.3	-	-	60	230	0.4	13
இஞ்சி	80.9	67	2.3	0.9	12.3	20	60	2.6	-	40	60	30	0.6	6
மிளகு	13.2	304	11.5	6.8	49.2	460	198	16.8	-	1080	90	140	1.4	-
புளி	20.9	283	3.1	0.1	67.4	170	110	10.9	-	60	-	70	0.7	3
மஞ்சள்	13.1	349	6.3	5.1	69.4	150	282	14.8	-	30	30	-	2.3	-
<b>எண்ணெய்</b>														
தே.எண்ணெய்	-	883	-	99.9	-	2	3	-	-	-	-	-	-	-
மீ.எண்ணெய்	-	930	-	99.9	-	-	-	-	22750	-	-	-	-	-
சோ.எண்ணெய்	0.1	883	-	99.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
எ.எண்ணெய்	0.1	881	0.2	99.7	0.1	10	5	0.1	-	-	10	70	0.1	-
<b>நானாவிதம்</b>														
தேன்	20.6	319	0.3	-	79.5	5	16	0.9	-	-	-	40	0.2	4
கோப்பி	4.1	301	12.5	15.4	28.5	133	161	4.1	-	-	-	-	-	-
க.சீனி	1	389	0.2	-	97	30	-	2	-	-	20	10	0.3	-
வெ.சீனி	-	400	-	-	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-
க.வெல்லம்	3.9	383	0.4	0.1	95	80	40	11.4	-	168	20	40	0.5	-
தே.வெல்லம்	10.3	320	1	0.2	83.5	1638	62	-	-	-	-	-	-	-

உலக சுகாதார ஸ்தாபனத்தின் அறிக்கையில் பெறப்பட்டது.

காலை, மாலை, இரவு வேளையில் உட்கொள்ளக் கூடிய உணவு வகைகள் இங்கு தரப்பட்டுள்ளன. குடும்ப உருசி, தேவை, வருமானம் என்பனவற்றிற்கேற்ப உணவு வேளையொன்றைத் தயாரிக்க இவ்வட்டவணையை நீங்கள் பயன்படுத்தலாம்

உணவு	அளவு	கலோரிகள்	புரதம்-(கிராம்)
<b>காலை உணவு</b>			
பால் தேநீர்	1 கோப்பை	60	-
அரிசிமாப் பிட்டு	100 கிராம்	340	6.0
தேங்காய்ப் பால்	30 கிராம்	90	-
வெல்லம்	-	170	-
சீனியூடன் தேநீர்	1 கோப்பை	56	-
பாண்	05 துண்டுகள்	294	9.4
முட்டை (பொரித்து)	1-35 கிராம்	63.3	4.7
குரக்கன் ரொட்டி	100 கிராம்	328	7.3
தேங்காய்ச் சம்பல்	30 கிராம்	93	0.9
வாழைப்பழம்	சிறியது 1	-	0.1
<b>மதிய உணவு</b>			
சோறு	200 கிராம்	690	13.6
கொளபீ	50 கிராம்	161.5	12.0
கோவா	100 கிராம்	27	1.8
உருளைக் கிழங்கு	30 கிராம்	29.1	0.5
நெத்தலி	20 கிராம்	82	9.6
தேங்காய்	50 கிராம்	156	1.6
எண்ணெய்	03 கிராம்	30	-
சிபருப்பு	20 கிராம்	70	5.0
போஞ்சி	30 கிராம்	-	8.0
லீக்ஸ்	30 கிராம்	10.5	0.7
மாட்டிறைச்சி	20 கிராம்	40.4	3.8
கோவா, பீற், கரட், சலாது	30 கிராம்	15	0.5
கொளபீ	20 கிராம்	-	0.4
பூசணிக்கறி	15 கிராம்	20	5.0
ஆனைக்கொய்யா	100 கிராம்	215	1.7
சீனி	50 கிராம்	200	-
<b>பி.ப. 3.00 மணிக்கு</b>			
தேநீருடன் பால்	1 கோப்பை	60	-
பிஸ்கட்	சிறியது 1	43.5	0.7
தேநீருடன் சீனி	1 கோப்பை	56	-
சோளம்	300 கிராம்	726	20
<b>இரவு உணவு</b>			
சோறு	150 கிராம்	518	10.2
இரவு உணவிற்கான மரக்கறி பசுல் உணவைப் போலவே ஈரப்பலாக்கறி	150 கிராம்	170	2.3
பொரித்த நெத்தலி	20 கிராம்	82	9.6
வல்லாரைச் சம்பல்	20 கிராம்	-	-
பொரித்த கத்தரி	80 கிராம்	12	0.7
மரக்கறிக் கலவை	30 கிராம்	45	0.5
தக்காளி	20 கிராம்	10.0	0.2
பலாவறை	50 கிராம்	78	7.4

**இலங்கையருக்கு சிபாரிசு செய்யப்பட்டுள்ள நாளாந்த போஷாக்குத் தேவைகள்**

வகுப்பு	வயது வகுடம்	உடல்நிறை கி.கி.	சக்தி கிலோ கலோரி	புரதம் கிராம்	விற்றமின் 'ஏ' மி.கி	விற்றமின் 'டி' மி.கி	தயமின் மி.கி.	நைபோபி லேவின் மி.கி	நயசின் மி.கி.	பொலிக் அமிலம் மி.கி	விற்றமின் 'பி 12' மி.கி	விற்றமின் 'சி' மி.கி	கல்சியம் மி.கி.	இரும்பு மி.கி.
ஆண்														
	சராசரி	65	3000	37	750	2.5	1.2	1.8	19.8	200	2.0	30	400-500	8-15
	தொழிலாளி	55	2530	37	750	2.5	1.2	1.6	16.5	200	2.0	30	400-500	8-15
பெண்														
	சராசரி	55	2200	29	750	2.5	0.9	1.3	14.5	200	2.0	30	400-500	16-22
	தொழிலாளி	47	1900	29	750	2.5	0.9	1.1	12.6	200	2.0	30	400-500	16-22
	கர்ப்பிணி	47	2100	38	750	10	1.0	1.5	13.8	400	3.0	30	1000	16-22
	பாலூட்டும் முதல் 6 மாதங்கள்	47	2650	46	1200	10	1.3	1.7	17.4	300	2.5	30	1000	9-17
குழந்தை	1வயது	7.3	820	14	300	10	0.3	0.5	5.4	60	0.3	20	500-600	6-13
	1-3வயது	13.4	1360	16	250	10	0.5	0.8	9.0	100	0.9	20	400-500	4-8
	4-6வயது	20.2	1830	20	300	10	0.7	1.1	12.1	100	1.5	20	400-500	5-9
	7-9வயது	28.1	2190	25	400	2.5	0.9	1.3	14.5	100	1.5	20	400-500	8-16
இளைஞர்	10-12வயது	36.9	2600	30	575	2.5	1.0	1.6	17.2	100	2.0	20	600-700	12-24
ஆண்	13-15வயது	51.3	2900	37	725	2.5	1.2	1.7	19.1	200	2.0	20	600-700	12-24
	16-18வயது	62.9	3070	38	750	2.5	1.2	1.8	20.3	200	2.0	30	500-600	12-24
புவதி	10-12	38	2350	29	575	2.5	0.9	1.4	15.5	100	2.0	20	600-700	13-27
	13-15	49.9	2490	31	725	2.5	1.0	1.5	16.4	200	2.0	30	600-700	13-27
	16-18	54.4	2310	30	750	2.5	0.9	1.4	15.2	200	2.0	30	500-600	13-27

(உலக சுகாதார நிறுவனம், உணவு, விவசாய ஸ்தாபனம் எனப்பனவற்றின் சிபாரிசுக்கமைய தயாரிக்கப்பட்டது)





விலை ரூபா : 25.00

விவசாயத் திணைக்கள அச்சகம், பேராதனை