第一图书网, tushu007.com

<<营养知识与家庭烹饪>>

图书基本信息

书名：<<营养知识与家庭烹饪>>

13位ISBN编号：9787040275964

10位ISBN编号：7040275961

出版时间：2009年8月1日

出版时间：第1版 (2009年8月1日)

作者：王国君

页数：117

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《营养知识与家庭烹饪》吸纳了最新的家政理论研究观点，融入了最新的家政服务理念，无论是对家政大概念的总体把握，还是对家政服务技巧的微观陈述，本书都做到了观点与表述内容的新颖性和时代性。
全书以应用为核心，以培养学生实际动手能力为重点，较为详细地讲述了家政服务各技能的操作程序、操作步骤、操作方法及应注意的事项，可参照性强。
该书编写体例新颖，由正文、学习目标、思考与练习、特别提醒、小窍门、小常识、案例分析等多个模块组成，内容丰富，版面生动活泼，提升了教材的趣味性，适于各中等职业学校使用。
也使一些初学者能够少走弯路，有利于较快地培养家政服务能力。

<<营养知识与家庭烹饪>>

书籍目录

第一章 膳食营养第一节 膳食营养标准一、营养与能量二、人体需要的营养素三、平衡膳食宝塔的应用第二节 常见食品的营养价值一、谷类与薯类的营养二、肉类与奶类的营养三、豆类与坚果的营养四、水果与蔬菜的营养第二章 食品卫生与安全第一节 食品卫生与安全一、食品卫生与安全的概念二、食品污染三、各类食品的安全与卫生四、饮食卫生“五四制”标准第二节 食品搭配禁忌一、肉类搭配禁忌二、海鲜搭配禁忌三、鸡蛋搭配禁忌四、牛奶搭配禁忌五、酒类搭配禁忌六、蔬菜搭配禁忌第三章 烹饪原料知识及原料处理和切配方法第一节 如何购买常用烹饪原料一、如何购买常用植物性原料二、如何购买常用动物性原料三、如何购买常用调料和辅助原料第二节 如何处理家庭常用烹饪原料一、常用烹饪原料的初步处理方法二、常用烹饪原料的初步热处理方法第三节 如何切配常用烹饪原料一、如何切制原料二、原料的基本料形三、原料如何搭配第四章 家常营养烹饪第一节 家常凉菜的制作一、如何用拌、炝的方法制作凉菜二、如何用卤、冻的方法制作凉菜第二节 常用热菜的制作方法一、如何用油熟法制作菜肴二、如何用水熟法制作菜肴三、如何用汽蒸法制作菜肴第三节 家常主食制作及营养一、如何调制常用面团及例点二、如何用常用的成熟方法制作主食第四节 粥、羹、汤的制作及营养一、如何制作家常粥、羹、汤二、如何制作常用荤汤第五章 家庭营养餐的设计第一节，如何设计家庭营养食谱一、家庭营养食谱设计原则二、家庭营养食谱设计方法第二节 营养家宴设计一、营养家宴内容设计的原则二、营养家宴设计的方法和技巧三、营养家宴设计的注意事项第六章 民俗与饮食第一节 中国传统节日饮食一、-春节饮食二、元宵节饮食三、端午节饮食四、中秋节饮食五、清明节饮食六、腊八节饮食第二节 主要少数民族食俗一、壮族食俗二、回族食俗三、蒙古族食俗四、藏族食俗五、维吾尔族食俗

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com