第一图书网, tushu007.com

<<吃出健康>>

图书基本信息

书名：<<吃出健康>>

13位ISBN编号：9787110060490

10位ISBN编号：7110060497

出版时间：2005-1

出版时间：科学普及出版社

作者：王立勇 赵鸿鹏 著

页数：285

字数：240000

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

内容概要

本书是配合《吃出健康》系列音像节目出版的图书，其中介绍了目前人群中23种常见病、多发病，以及它们的食疗原则和三百多种保健膳食的调配制作方法。
在这些保健膳食中，既有编写者长期观察及临床实践证明用之有效的食疗验方，更有广泛搜集到的古今中外保健膳食精华。
选编均以具有医学理论依据、制法简便易行、原料价廉易取为标准，使其具备充分的科学性、实用性和可操作性，相信读者会喜欢。

书籍目录

防治神经衰弱的保健膳食 鱼头豆腐 莲子百合煨猪肉 枸杞大枣煲鸡蛋 猴头炖鸡 香菇粟米粥 蒸龙眼肉 桑葚子汤 人参鸡汤 猪心羹防治单纯性肥胖的保健膳食 酸辣黄瓜 靓丽三片 素扒冬瓜条 炝竹笋 冬瓜薏米瘦肉汤 黄豆芽豆腐汤 金丝瓜车前菜汤 紫菜饭 荷叶粥 韭菜鸡蛋虾皮包子 赤豆鲤鱼 奶汤鲫鱼防治动脉粥样硬化的保健膳食 醋溜白菜片 金钩挂银丝 芹菜炒香菇 陈皮兔肉 油煎洋葱圈 木耳蒜苗炒豆腐 青椒肉片 蒜泥海带 牡蛎发菜粥 冰糖炖银耳 山药芝麻奶糊 冰糖炖海参 山楂汁 柿叶茶 芹菜茶防治高血压的保健膳食防治糖尿病的保健膳食防治便秘的保健膳食防治冠心病的保健膳食防治癌症的保健膳食防治老年痴呆症的保健膳食防治脑血栓病的保健膳食防治溃疡病的保健膳食防治慢性胃炎的保健膳食防治肺结核的保健膳食防治胆囊炎、胆结石的保健膳食防治风湿性关节炎的保健膳食防治病毒性肝炎的保健膳食防治肝硬化的保健膳食防治老年骨质疏松症的保健膳食防治慢性支气管炎的保健膳食防治泌尿系感染的保健膳食防治泌尿系结石的保健膳食防治贫血的保健膳食防治肾炎的保健膳食

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