第一图书网, tushu007.com

<<健康美食--鲜果汁>>

图书基本信息

书名：<<健康美食--鲜果汁>>

13位ISBN编号：9787501926572

10位ISBN编号：7501926573

出版时间：1999-09

出版时间：中国轻工业出版社

作者：高桥子

页数：162

字数：139000

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

<<健康美食--鲜果汁>>

内容概要

维生素有助补充因饮食不正常而缺乏的营养、增强病弱者的体力、健康及美容的功能。
所以我们希望每天早晨喝一杯富含维生素的果汁，它会让你精力充沛。
本书收录了针对许多目的的饮食设计，期待读者因此而受益。
虽然自制果汁必须张罗许多材料，但是只要努力去尝试，就一定会发现营养也可以是如此的美味。
盼读者细细品尝，并感谢自然所赐的恩惠。

<<健康美食--鲜果汁>>

书籍目录

第一章 鲜果汁的效用与素材介绍 每天早晨的鲜果汁健康法 从重建饮食生活做起第二章 美容篇 鲜果汁助你向健康苗条迈进 美丽的基本从健康做起第三章 调整机能篇 体内不可思议的力量 还我健康，从改善生活开始第四章 成人病篇 帮助体质改善的鲜果汁 未雨绸缪的鲜果汁营养小厨窗

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