

<<营养早餐60套>>

图书基本信息

书名：<<营养早餐60套>>

13位ISBN编号：9787508203669

10位ISBN编号：7508203666

出版时间：2000-03-01

出版时间：金盾出版社

作者：赵洪顺

页数：92

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>

<<营养早餐60套>>

内容概要

本书以精美彩图介绍了作者组合和制作的60套营养早餐，其中既然有适合南方口味的炒米粉、炸年糕、皮蛋瘦肉粥等。

也有适合北方口味的米粥、花卷、豆沙包等。

还有少量的西式早餐。

为使人们从早餐中补充必要的蛋白质，在每套餐中都配伍了蛋类或肉类食品。

需要自己动手制作的食品，都介绍了制作方法。

本书可作为提高人们早餐质量的参考，适宜于家庭及餐饮业人员阅读使用。

## &lt;&lt;营养早餐60套&gt;&gt;

## 书籍目录

目录 1.锅贴、大米粥 2.炒粉、大米粥 3.春卷、糯米粥 4.豌豆黄、枣粥 5.粽子、莲子粥 6.豆沙包、八宝粥 7.炸汤圆、腊八粥 8.萝卜糕、腊八粥 9.炸馄饨、小豆粥 10.椰茸饭团、小豆粥 11.糯米糕、玉米面粥 12.馒头、棒渣粥 13.花卷、棒渣粥 14.荷叶饭、红薯粥 15.叉烧包、素粥 16.四喜饺、菜粥 17.炒面、菜粥 18.年糕、碎肉粥 19.奶皇包、肉松粥 20.葱油饼、牛松粥 21.小蛋糕、鸡肉粥 22.烧卖、鱼片粥 23.叉烧酥、皮蛋瘦肉粥 24.油条、豆浆 25.枣泥酥条、豆浆 26.火烧、豆腐脑 27.煎包子、汤面 28.炸馒头片、汤面 29.火烧、汤面 30.糊塌子、汤面 31.枣饼、汤面 32.炒粉、汤面 33.炸花卷、汤面 34.炒饭、云吞面 35.炒粉、疙瘩汤 36.炒饭、面片汤 37.肉末卷、烩饼 38.油酥火烧、馄饨 39.金银卷、馄饨 40.糯米糍、麦片粥 41.炒疙瘩、通心粉 42.包子、炒肝 43.炒饼、丸子汤 44.腊味炒饭、油条汤 45.炒饭、蛋汤 46.豆沙酥条、汤粉 47.椰丝盏、汤圆 48.奶油水果盏、汤圆 49.炒饭、粟米羹 50.三明治、牛奶 51.汉堡包、牛奶 52.面包、果汁 53.牛角包、红茶 54.面包、咖啡 55.核桃排、芝麻糊 56.苹果卷、芝麻糊 57.牛角酥、花生糊 58.萝卜糕、杏仁豆腐 59.桃酥、杏仁茶 60.烤包子、奶茶

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>