

<<常见饮食习惯误区图解>>

图书基本信息

书名：<<常见饮食习惯误区图解>>

13位ISBN编号：9787535751560

10位ISBN编号：7535751563

出版时间：2008-4

出版时间：湖南科技出版社

作者：北京食物营养研究组

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>

<<常见饮食习惯误区图解>>

书籍目录

1 纯天然食品都无危害2 腌制食品都不能食用3 冰冻的食物没细菌4 小米加碱煮更健康5 刚出炉的面包最新鲜6 酥香小点代替主食更好吃7 只吃菜肴不吃粮能减肥8 蔬菜切后洗又快又干净9 滚油炒菜菜最香10 禽畜肉及内脏要爆炒11 醋熘菜也能用不粘锅12 过量吃醋也有益健康13 腹泻时就要食生蒜14 吃菜不喝汤15 吃荤食后饮茶促消化16 咸肉、腌鱼只要加热一下就吃17 瘦肉不含大量脂肪18 骨折早期多喝骨头汤19 多喝骨头汤不缺钙20 土豆烧牛肉营养价值高

<<常见饮食习惯误区图解>>

章节摘录

插图：

<<常见饮食习惯误区图解>>

编辑推荐

《常见饮食习惯误区图解》由湖南科学技术出版社出版。

<<常见饮食习惯误区图解>>

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>