

<<肉蛋水产养生馆>>

图书基本信息

书名：<<肉蛋水产养生馆>>

13位ISBN编号：9787538430622

10位ISBN编号：7538430628

出版时间：2005-3

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：唐码编

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>

<<肉蛋水产养生馆>>

内容概要

《水果养生馆》：三分靠吃、七分靠养。

营养成分正效、负效、增效、减效和无效，吃对了才有效，56种水果养生营养定量分析，存宜去忌，食事求适！

<<肉蛋水产养生馆>>

书籍目录

第一篇 吃水果的学问水果健康吃水果适时吃水果有益吃水果禁忌吃水果保鲜吃水果花样吃第二篇 水果营养白皮书水果中的维生素与矿物质认识维生素、矿物质维生素与健康矿物质与健康维生素与矿物质的关系鲜果类苹果梨桃杏李子柚子香蕉草莓橙子葡萄大枣哈密瓜桑葚柿子西瓜荔枝龙眼芒果猕猴桃菠萝橘子山楂椰子柠檬木瓜枇杷无花果杨梅杨桃樱桃榴莲山竹金橘石榴.....第三篇 附录

<<肉蛋水产养生馆>>

编辑推荐

《水果养生馆》：三分靠吃、七分靠养。
营养成分正效、负效、增效、减效和无效，吃对了才有效，56种水果养生营养定量分析，存宜去忌，食事求适！

<<肉蛋水产养生馆>>

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>