第一图书网, tushu007.com

<<小公民幸福成长系列3:我们应该吃 >

图书基本信息

书名：<<小公民幸福成长系列3:我们应该吃什么>>

13位ISBN编号：9787539439532

10位ISBN编号：753943953X

出版时间：2011-3

出版时间：湖北美术

作者：(法)茜尔薇·博希耶|译者:周国强|绘画:(法)布鲁诺·赫志

页数：47

译者：张鹏

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

《我们应该吃什么》语言幽默、故事风趣，让你轻松地了解到与食物相关的知识。书中还配以漫画式的夸张图画，让你在快乐中养成良好的饮食习惯。其中还提供了简单实用的小菜谱，有空可以亲自动手试试，肯定感觉大不-样！

你喜欢吃哪些食物？

蔬菜、水果、还是喜欢去麦当劳？

你知道鱼、蘑菇、青菜、鸡蛋…… 它们都含有哪些营养吗？

你知道哪些食物是有益的，哪些食物是有害的吗？

答案就在《我们应该吃什么》！

书籍目录

从茹毛饮血到用微波炉煮食／4吃东西才能生存／6饮食的乐趣／8五种营养元素／10水的重要性／12一家有趣的工厂／14一日三餐／16选择食物要留神／18你喜欢什么谷物?／20蔬菜和水果／22奶的好处／24各种肉类／26水中的鱼儿／28好脂肪与坏脂肪／30甜甜的糖和蜜／32从外地运来的食物／34冰与火／36不要吃得太多／38良好的餐桌礼仪／40食堂和快餐店／42新的味道／44有人能吃，有人却不能／46

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