第一图书网, tushu007.com

<<美味健康吃>>

图书基本信息

书名：<<美味健康吃>>

13位ISBN编号：9787543676749

10位ISBN编号：7543676745

出版时间：2011-12

出版时间：青岛出版社

作者：美食生活工作室

页数：71

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《美味健康吃-糖尿病健康吃》，本书内容涵盖以四季养生、美体塑身、美容、减肥、养肝、护胃为目的的健康吃法，及宝宝、孕产妇、老年人和高血压、高血脂、糖尿病患者的健康吃法，菜品做法讲述详尽，易学易做；图片精美，令人胃口大开；开本精致小巧，便于阅读。

第一图书网, tushu007.com

<<美味健康吃>>

书籍目录

Part1 降糖饮食一生活指导
糖尿病临床表现、诊断标准及治疗原则
糖尿病患者饮食原则
糖尿病患者日常饮食小窍门
有益糖尿病病情控制的饮食细节
糖尿病患者饮食误区
Part2 降糖食材TOP15及菜品推荐
降糖宜吃：苦瓜
苦瓜焖鸡翅
煎焖苦瓜
清炒苦瓜
苦瓜炒牛脊肉
虾仁拌苦瓜
海蛎苦瓜煎蛋
苦瓜豆腐汤
降糖宜吃：南瓜
干煸南瓜条
煎南瓜
煮南瓜
南瓜排骨
绿豆南瓜汤
香煎南瓜饼
南瓜牛肉汤
降糖宜吃：洋葱
洋葱三丝
洋葱拌花生
豆芽拌洋葱
洋葱煎牛柳
巧吃洋葱更有益
洋葱肉千丝
洋葱香菇炒荸荠
……

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