第一图书网, tushu007.com

<<食品的真相:家庭日常膳食营养分析手>>

图书基本信息

书名：<<食品的真相:家庭日常膳食营养分析手册 (平装)>>

13位ISBN编号：9787544302937

10位ISBN编号：7544302938

出版时间：1900-01-01

出版时间：海南出版社

作者：东方家庭营养研究会编

页数：672

字数：487000

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

这是一本包罗万象的日常食品营养百科，由华夏家庭营养研究会一批著名食品营养专家、医学博士、物级厨师共同执笔完成，集千年中国传统养生、食疗经验与现代营养学最新研究成果之大成。
书中对数百种日常生活中常见的食品的补益损忌，从传统中医与现代科学的角度，进行了全面透彻的营养分析，为我们现代人规划科学的饮食方案，安排与调整均衡的膳食营养结构，提供了不可多得的权威指志。

书籍目录

第一章 膳食营养对人体的作用
第二章 粮谷类食品
第三章 豆类及其制品
第四章 畜、禽、肉类食品
第五章 蛋类和蛋制品
第六章 鱼类及其它水产类食品
第七章 蔬菜类食品
第八章 水果、干果类食品
第九章 酒类及非酒精饮料
第十章 奶类和乳类制品
第十一章 调味品
附录一 食品营养成分的计算
附录二 日常食品一般营养成分（全国代表值）

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