

<<中小学生营养保健汤>>

图书基本信息

书名：<<中小学生营养保健汤>>

13位ISBN编号：9787806417348

10位ISBN编号：7806417346

出版时间：2004-5

出版时间：中原农民出版社

作者：刘桂华

页数：220

字数：189000

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>

<<中小學生营养保健汤>>

内容概要

中小學生处在一个特殊的年龄阶段,其智力发育和身体发育都处在快速增长期,需要充分而平衡的科学饮食,才能确保各种营养元素满足成长之需。

而饮食汤品,有助于增加各种消化液的分泌,促进消化吸收,对中小學生健康成长大有裨益。

本书根据中小學生的特点和要求,为他们提供益智健脑、强身壮骨、明目护眼、整肠益胃、防治感冒、增强免疫力等10方面的汤谱以供选择,所举食材均是日常所见,只要依法调理,既美味可口,又有相当的补益作用,适合家有中小學生者采用。

<<中小学生营养保健汤>>

书籍目录

益智健脑 红莲栗排骨汤 紫茄子醒脑补脑汤 大鱼头浓汤 益智鱼头汤 北芪圆肉老鸡汤 龙眼鸡汤 枸杞子烧黄鱼 天麻鸡肉火腿汤 枸杞龙眼鸽蛋汤 桂圆银耳鹌鹑蛋汤 核桃肉红枣羊骨汤 鸽子燕窝汤 黄雀汤 太子参百合银耳糖水 牛奶窝蛋莲子汤 桂圆杏仁露 莲子鸡蛋戏茶汤 红枣木瓜炖鲜奶 阿胶樱桃炖冰糖 地黄乌鸡 杞精炖鹌鹑防治感冒 莲藕薏米排骨汤 海带海藻蚝豉汤 杏仁猪肺汤 治感冒芫荽汤 芥菜生姜牛肉汤 豆豉鱼头豆腐汤 防感冒葱蒜汤 菊白葱须汤 五味解表汤 葱豉黄酒汤 苏杏姜糖汤 牛蒡蜂蜜汤 金银花山楂汤 牛百叶白菜汤 瘦肉杏仁汤 绿豆茶叶冰糖汤 白菜根白糖汤 三雪润肺汤 楷杷蜜枣汤 芫荽黄豆汤 白菜姜葱汤强身壮骨整肠益胃解毒消炎明目护眼儿童减肥增强免疫力舒缓镇静补血养血

<<中小学生营养保健汤>>

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>