第一图书网, tushu007.com

<<家庭饮食与健康完全知识手册>>

图书基本信息

书名：<<家庭饮食与健康完全知识手册>>

13位ISBN编号：9787806751176

10位ISBN编号：7806751173

出版时间：2002-11-1

出版时间：内蒙文化

作者：张南

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

家庭生活完全手册。

全国权威饮食专家推荐读物。

《家庭饮食与健康完全知识手册》家庭所有成员的健康离不开科学的饮食，了解和掌握科学饮食的方法，才能和健康结缘，这是编辑本书的要点。
现代人的生活不同于以往，拥有健康的身体才能更好地适应快速的工作和生活方式，本书给现代都市人提供了饮食与健康的要点和知识。

书籍目录

一 饮食知识常识篇
1 营养、营养素的分析
……
二 饮食知识注意篇
1 合理饮食才健康
……
三 饮食知识提示篇
1 主食的营养提示
……
四 家庭饮食食疗篇
1 病人的饮食形式
……
五 家庭饮食茶酒知识篇
1 饮茶须知
……
六 果品药用良方篇
1 大枣
……
七 水产品药用知识篇
1 海蜇
……
八 附录

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