

## <<女人必吃的12种健康食物>>

### 图书基本信息

书名：<<女人必吃的12种健康食物>>

13位ISBN编号：9787200052992

10位ISBN编号：720005299X

出版时间：2005-01

出版时间：北京出版社

作者：《食用主义丛书》编委会

页数：99

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>

## <<女人必吃的12种健康食物>>

### 内容概要

是女人，就应该对自己好一点！

忙碌的工作，污染的环境，再加上有时出现的心理压力，怎样才能保持水灵灵的美丽容颜和健康婀娜的身姿？

真正的美丽只有一种——拥有健康的身体，魅力自然散发。

让我们把美丽从吃上找回来吧！

在本书中，我们提供了12种女人所必需的食品，详细介绍了每一种食品的营养成分，健康价值及食用方法，也提供了一些具有食疗功效的招牌菜，方便在家中自己烹调，补充女人所需营养，提高免疫力，让你越来越美丽！

<<女人必吃的12种健康食物>>

书籍目录

猕猴桃牛肉紫菜黄豆红枣菠菜黄瓜木瓜丝瓜芦笋芹菜甘蓝

<<女人必吃的12种健康食物>>

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>