

<<中老年人健康菜单>>

图书基本信息

书名：<<中老年人健康菜单>>

13位ISBN编号：9787507716054

10位ISBN编号：7507716058

出版时间：2000-1-1

出版时间：学苑出版社

作者：王丽茹,李兴春

页数：348

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>

<<中老年人健康菜单>>

内容概要

本书目录简介：一、中老年人生理变化特点，二、中老年人的营养要求特点，三、中老年人健身益寿菜单，四、中老年常见病防治菜单。

<<中老年人健康菜单>>

书籍目录

目录

一、中老年人生理变化特点

二、中老年人营养要求特点

三、中老年人健身益寿菜单

1 满园春色

2 生沙苋菜

3 凉拌苋菜

4 海米炒苋菜

5 翡翠苋菜

6 苋菜炒豆腐

7 蒜泥苋菜

8 鸡丝苋菜

9 姜汗苋菜

10 金钩芹菜

11 杏仁豆腐芹菜

12 芹菜拌肚丝

13 芹菜鱼丝

14 拌芹菜叶

15 芹菜拌肝片

16 药芹炒活蚌

<<中老年人健康菜单>>

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>