

<<饮食营养保健金典>>

图书基本信息

书名：<<饮食营养保健金典>>

13位ISBN编号：9787537535601

10位ISBN编号：7537535604

出版时间：2007-9

出版时间：河北科技出版社

作者：李雪明

页数：297

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>

## <<饮食营养保健金典>>

### 内容概要

本书站在普通家庭日常生活的视角上，收录了近240种常见的动植物食品、饮品及制品，通过传统中医药理论和现代营养学两个途径，以公正、亲切的态度，科学详尽地阐述各种食物的营养保健功能，并在实际运用方面给予操作性的指导，把人们最关注的健康知识融入日常饮食中，对现代家庭极具参考价值。

本书在编写过程中曾得到食物研究专家谭清泉教授多方面的指导，并担任主审，对原稿进行认真的审阅，提出了许多宝贵建议，在此表示诚挚的谢意。

参加编写工作的还有郝宝花、何田静、王炎、李建军、柳成荫等同志，在此对他们也一并表示感谢。

<<饮食营养保健金典>>

书籍目录

果实类 香蕉 菠萝 苹果 葡萄 橘子 荔枝 梨 哈密瓜 柚子 芒果 桃 猕猴桃 樱桃 山楂 石榴 柿子 李子 草莓 杨梅 橄榄 大枣 西瓜 木瓜 甜瓜 无花果 杏 柠檬 桑葚 板栗 核桃 枇杷 花生 葵花子 南瓜子 榛子 腰果 蔬菜类 谷物类 豆类 肉类 禽蛋类 水产类 调料类 饮料类

<<饮食营养保健金典>>

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>