

<<传世养生本草>>

图书基本信息

书名：<<传世养生本草>>

13位ISBN编号：9787538013429

10位ISBN编号：7538013423

出版时间：2005-6

出版时间：第1版 (2005年1月1日)

作者：施顺芝

页数：431

字数：340000

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>

## <<传世养生本草>>

### 内容概要

知道怎样才能在日常的均衡饮食中达到食疗的效果吗？

本书从中医药理论、动植物营养成分、药用功效、养生保健功能、宜食、忌食、保健良方等七大方面，用通俗易懂的文字，图文并茂的形式，指导你正确认识、科学地运用各种养生保健知识和方法，从而做到养生得法、身心健康。

本书从中医药理论、动植物营养成分、药用功效、养生保健功能、宜食、忌食、保健良方等七大方面，用通俗易懂的文字，图文并茂的形式，指导你正确认识、科学地运用各种养生保健知识和方法，从而做到养生得法、身心健康。

<<传世养生本草>>

书籍目录

粮食类 粳米 小麦 玉米 荞麦 燕麦 大麦 小麦麸 小米 高粱 薏苡仁 黄米 米皮糠 糯米  
米豆类 蚕豆 豌豆 扁豆 刀豆 豇豆 菜豆 豆芽 豆腐 冻豆腐 油豆腐 豆腐渣 豆腐皮  
毛豆 大豆 黑大豆 赤小豆 绿豆肉禽类 羊肉 牛肉 狗肉 马肉 牛肝 牛肚 牛髓 羊肝  
羊肚 羊骨 羊髓 猪肉 猪肝 猪血 猪心 猪蹄 猪肠 猪肚 兔肉 驴肉 .....蔬菜类鱼类海  
产品类调料与饮品类药材与菌类其他类

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>