

<<食物密码>>

图书基本信息

书名：<<食物密码>>

13位ISBN编号：9787538855968

10位ISBN编号：7538855963

出版时间：2008-1

出版时间：黑龙江科技

作者：罗催

页数：216

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>

<<食物密码>>

内容概要

《食物密码》将带领您破解食物的密码，帮您了解生活中各种常见食物的特点，助您轻松享受健康生活。

食物包含着跟健康有关的密码，每种食物的营养成分、储存方式、食用方式、搭配方法和对健康所起的作用都是不同的。

只有破解食物的种种密码，掌握不同食物所包含的健康信息，才能达到健康均衡的理想状态。

<<食物密码>>

书籍目录

粮食类稻米小麦粉大麦黑麦荞麦燕麦小米玉米混合谷物面包水果面包巧克力蛋糕绿豆红豆蔬菜类芦笋竹笋扁豆蚕豆豇豆豌豆黄豆豆腐黄豆芽绿豆芽葫芦西葫芦黄瓜苦瓜南瓜佛手瓜茄子花菜西兰花圆白菜.....水果干果类肉蛋类其他类附录一：营养素功用简明表附录二：术语表

<<食物密码>>

编辑推荐

《食物密码》由黑龙江科学技术出版社出版。

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>