

<<日常生活禁忌3000例>>

图书基本信息

书名：<<日常生活禁忌3000例>>

13位ISBN编号：9787200066777

10位ISBN编号：720006677X

出版时间：2007-1

出版时间：北京出版

作者：《家庭书架》编委会

页数：303

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>

<<日常生活禁忌3000例>>

内容概要

《日常生活禁忌3000例》从衣食住行、婴幼儿养育、孕产妇保健、女性卫生、老年人保健等方面详尽地介绍了日常生活中大家应注意的禁忌事宜。

《日常生活禁忌3000例》从日常生活出发，体现“以人为本”的原则，内容围绕居家生活、婴幼儿生活、少年儿童生活、青壮年生活、老年生活和孕产妇生活等各个方面展开，介绍了生活中大家须注意的3000多项禁忌，涵盖了生活的方方面面。

文字通俗易懂、内容科学实用，帮助读者更加科学健康、精致合理地生活。

<<日常生活禁忌3000例>>

书籍目录

第一篇 居家生活篇衣物服饰禁忌——穿好戴好，美好形象不打折001 不宜在灯光下挑选衣服002 新内衣不宜立买立穿003 冬天不宜穿化纤内衣 004 严冬穿衣不宜过多 005 冬天不宜戴口罩006 冬天忌不戴帽子007 有些人不宜穿羽绒服008 衣服领子过高非常有害009 皮鞋不宜久穿010 牛仔裤不宜久穿012 穿丝袜必须注意的三个问题013 穿运动鞋时间不宜太久014 靴子不宜过紧015 胖人穿衣五忌016 洗衣粉用量太大会降低去污效果017 衣服不可久泡018 内、外衣不可一起洗019 羽绒衣洗涤不当会缩短其使用寿命020 领带忌用水洗021 汗衣用热水洗会变色发黄022 不能在废灯管上晾晒衣服023 内衣裤不能翻过来晒024 各种衣物的存储禁忌025 皮夹克保养不当会变质 026 不要给新皮鞋钉后掌厨房里的禁忌——管好“菜篮子”，从开始就要正确027 吃茄子不要去皮028 莴苣不要用刀切029 芋头、山药和魔芋不要直接剥洗030 海带长时间浸泡会大量损失营养031 热水发木耳出量少032 发绿豆芽不要超过6厘米长033 吃带鱼不能乱刮鳞034 肉不可用水浸泡 035 切肉不要用一种刀法036 饺子馅不能放生油037 淘米次数不能太多038 炒鸡蛋不能放味精039 以面切勿用面肥040 铁锅不能煮的食物041 使用不锈钢炊具烹饪不能加料酒042 铝锅使用禁忌043 不能用不粘锅做肉类食物044 高压锅使用禁忌045 炒菜锅忌不洗而连续使用046 烹饪时间不可过长的食物047 烹饪时间不可过短的食物 048 不可立即烹饪的食物049 “活鱼活吃”并不好050 豆腐不可单独烹制051 炖肉七忌052 鱼肉不要用油炸053 炸过食物的余油忌多次使用054 食物烤制不当会损害健康055 吃油的禁忌056 盐的使用禁忌第二篇 婴幼儿生活篇第三篇 少年儿童生活篇第四篇 青壮年生活篇第五篇 老年生活篇

<<日常生活禁忌3000例>>

编辑推荐

《日常生活禁忌3000例》由北京出版社出版。

<<日常生活禁忌3000例>>

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>