

<<生命首先在于营养>>

图书基本信息

书名：<<生命首先在于营养>>

13位ISBN编号：9787303007059

10位ISBN编号：7303007059

出版时间：1997-10

出版时间：北京师范大学出版社

作者：于若木 编

页数：245

字数：102000

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>

<<生命首先在于营养>>

内容概要

《中国营养丛书》由著名营养学家于若木主编，沈治平、朱相远、关桂梧、胡亚美、刘绣云、李瑞芬、蔡同一等十多位营养专家、教授任编委，为适应社会迫切需要而编写。

本套丛书共七册，按年龄段对营养知识做了全面系统的介绍。

丛书作者都是营养学界各个领域的专家教授，他们结合各自的学术专长，紧密联系生活实际问题，深入浅出地阐述科学道理，用简明的语言写成通俗易懂的文章。

这套丛书既有营养学的基础知识，又有按不同年龄段的应用知识。

从初生儿到老年，一生中几个关键阶段的营养问题都有专门论述和营养配餐的实例。

<<生命首先在于营养>>

书籍目录

生命与营养 一、营养是生命的物质基础 二、你就是你所吃的 三、营养为健康之本 四、讲营养要因地制宜各种营养成分 一、生命的能源——热能 二、人类最大的营养源——碳水化物 三、热能最高的营养素——脂肪 四、生命的载体——蛋白质 五、无机营养素——矿物质元素 六、维持生命的要素——维生素 七、最廉价而又最必需的营养素——水

营养的生理基础 一、消化道及其运动 二、消化腺及消化液 三、营养物质的消化过程 四、营养物质的吸收过程

各类食物的营养 一、谷类的营养 二、薯类的营养 三、豆类的营养 四、食用油脂的营养 五、果蔬的营养 六、乳与乳制品的营养 七、肉与肉制品的营养 八、蛋与蛋制品的营养 九、水产品的营养 十、调味品的营养

<<生命首先在于营养>>

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>