

<<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>