

<<怎样增强青少年的体质>>

图书基本信息

书名：<<怎样增强青少年的体质>>

13位ISBN编号：9787303007080

10位ISBN编号：7303007083

出版时间：1998-09

出版时间：北京师范大学出版社

作者：刘绣云 编

页数：272

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>

## <<怎样增强青少年的体质>>

### 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。

## <<怎样增强青少年的体质>>

### 书籍目录

前言儿童少年(7岁~17岁)生长发育的一般规律一、怎样衡量儿童少年发育正常还是不正常二、骨骼、肌肉、大脑等什么时候生长快三、哪些因素影响儿童少年的生长发育,怎样才能促进他们的生长发育  
儿童少年时期的营养需要一、蛋白质的需要二、碳水化物的需要三、脂肪的需要四、热量的需要五、无机盐的需要六、水的需要七、维生素的需要及缺乏病中小学生的合理膳食一、合理膳食的要求二、中小学生的食堂卫生管理和食谱的编制三、培养良好的饮食习惯四、我国学校午餐标准五、国外的学校午餐制中小学生的几个营养问题一、肥胖问题二、从营养角度看怎样促进大脑发挥良好的功能三、儿童少年的赶上生长四、中小学校非专业运动员的营养  
中小学生的营养调查方法一、膳食调查二、体格营养状况检查三、实验室检查主要参考文献

<<怎样增强青少年的体质>>

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>