

<<家常营养套餐>>

图书基本信息

书名：<<家常营养套餐>>

13位ISBN编号：9787501948529

10位ISBN编号：7501948526

出版时间：2005-8

出版时间：中国轻工业出版社

作者：台湾橘子出版社

页数：256

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>

## <<家常营养套餐>>

### 内容概要

这是一本装订非常有特色的烹饪书籍：活页，三栏式自由翻阅。  
这也是一本内容特别丰富的烹饪书籍：177道食材搭配，205379种营养菜肴，食材搭配宜忌、营养知识一网打尽。

本书主要是整合台湾橘子出版社的各种资源，推出的一本装订新颖的组合套餐。  
它主要是针对忙碌又讲究美味的现代人，采用活页装订法，详细介绍了主食+菜肴+汤品（或配果汁）共180道美味套餐食谱，有主食、菜肴、汤水，营养美味又方便，读者挑选菜单时可以按照自己的口味、喜好搭配出21600种套餐组合，信息量丰富，新鲜不重样。

本书采用活页式装订，食谱部分每一页都分割成3段，分别为汤品、菜肴、主食。  
自由翻阅每一段，可随意组合出您喜爱的营养套餐，让您一辈子不重复，营养又美味，天天好口福。

<<家常营养套餐>>

书籍目录

汤类1. 鸡片丝瓜汤2. 芦笋鸡丸汤3. 连锅汤4. 海带丝排骨汤5. 扁尖冬瓜排骨汤6. 清炖牛肉汤7. 罗宋汤8. 蘑菇双鲜汤  
蔬菜类1. 芥汁西兰花2. 凉拌茄子3. 鱼香茄子4. 麻辣茄段5. 辣炒萝卜干6. 酸菜炒毛豆7. 干煸四季豆8. 木耳小炒9. 蟹黄菜心10. 什锦素烩11. 四色蔬菜12. 糖醋白菜13. 麻辣黄瓜14. 火腿炒卷心菜15. 芹菜炒肚丝  
米类1. 水果拌饭2. 茄汁蛋包饭3. 绿茶泡饭4. 红豆饭5. 豆皮寿司6. 大蒜鸡腿烤饭7. 鳗鱼油饭8. 竹筒饭9. 什锦菜饭10. 蛋皮卷饭11. 春卷炸饭.....

<<家常营养套餐>>

媒体关注与评论

活页装订，三栏式自由翻阅，汤品+菜肴+主食，食材搭配宜忌，营养知识一网打尽。

<<家常营养套餐>>

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>