

<<警惕食物毒素>>

图书基本信息

书名：<<警惕食物毒素>>

13位ISBN编号：9787503838637

10位ISBN编号：7503838639

出版时间：2005-1

出版时间：中国林业

作者：曹知行

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>

## <<警惕食物毒素>>

### 内容概要

《警惕食物毒素》分八章：食物毒素从哪里来；警惕主食及肉、蛋中的毒素；警惕蔬菜和水果中的毒素；警惕水产品和调味品中的毒素；饮食习惯及厨房卫生防范毒素等。

## <<警惕食物毒素>>

### 书籍目录

第一章 食物毒素从哪里来第一节 水中的毒素一、水是人体生命活动中不可缺少的重要物质二、引起水污染的物质三、被污染水对人体的危害第二节 食物中的毒素一、食物提供人类必需的七大营养物质二、食物污染对人体造成危害.....第三节 消化吸收与产生毒素的过程第二章 警惕主食及肉、蛋中的毒素第一节 主食中毒素的毒素第二节 肉、蛋类中毒素的影响第三节 油脂中毒素的影响第三章 警惕蔬菜和水果中的毒素第一节 蔬菜中毒素的影响第二节 水果中毒素的影响第四章 警惕水产品和调味品中的毒素第一节 水产品中毒素的影响第二节 调味品中毒素的影响第三节 饮品中毒素的影响第五章 饮食习惯及厨房卫生防范毒素第一节 养成良好的饮食习惯第二节 注意厨房卫生第三节 环境消毒第六章 健康饮食与保健第一节 绿色食品第二节 神奇的食物纤维第三节 蔬菜汁第七章 排除身体毒素第一节 机体自身排毒的途径第二节 清洁肠道第三节 饮食排毒第八章 常用排除体内毒素的方法第一节 饥饿排毒的疗法第二节 饮花排毒疗法第三节 食醋排毒疗法第四节 天然排毒食药物

<<警惕食物毒素>>

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>