

<<简明常见营养搭配速查表>>

图书基本信息

书名：<<简明常见营养搭配速查表>>

13位ISBN编号：9787507738728

10位ISBN编号：7507738728

出版时间：2012-2

出版时间：学苑出版社

作者：呼晓珠 编

页数：32

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>

<<简明常见营养搭配速查表>>

内容概要

《关注居家生活健康：简明常见营养搭配速查表》是一张常用饮食营养速查表。表中列举了各营养素的作用、来源、摄入量需求等，并将常见食材的营养成分一一详细说明，非常方便在家庭中使用。

作者为北京林业大学博士，研究方向是功能性食品及利用。

<<简明常见营养搭配速查表>>

书籍目录

饮食营养搭配总表 七大营养素 不同人群的营养素需求 中国居民膳食钙参考摄入量 中国居民膳食磷参考摄入量 中国居民膳食钾适宜摄入量 中国居民膳食碘参考摄入量 学龄前（4~6岁）儿童的营养需要 学龄前（4~6岁）儿童的营养素需要 青春期少年的营养需求 青春期少年营养素需求量 老年人的营养需求 老年人营养素需求量 孕妇的营养需求 家庭常见食材营养成分表 1.常见谷类营养素含量 2.常见主食营养素含量 3.常见肉蛋奶类品营养素含量 4.常见水产品营养素含量 5.常见豆类营养素含量 6.常见豆制品营养素含量 7.常见蔬菜营养素含量 8.常见水果营养素含量 9.常见菌藻类营养素含量 10.常见速食食品及零食营养素含量

<<简明常见营养搭配速查表>>

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>