

<<果品药用40例>>

图书基本信息

书名：<<果品药用40例>>

13位ISBN编号：9787530838143

10位ISBN编号：7530838148

出版时间：2005-01-01

出版时间：天津科学技术出版社

作者：李树和

页数：120

字数：80000

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>

## <<果品药用40例>>

### 内容概要

目前，随着人们生活质量的提高和健康意识的增强，对果类食疗价值的认识越来越深，其保健需求亦日益强烈，并形成一种凸显其功效的社会时尚和康复追求，为此，我们根据社会实际，有针对性地编写了本书。

本书在普及果品营养、选购、食用等方面知识的基础上，比较系统地讲述了常见水果的上市季节、选购方法、营养成分和食用特点等内容，并从营养学和医学的角度，详细介绍了主要果类食品在保健和食疗等多方面的相关知识。

本书内容丰富实用，形式短小多样，文字通俗简洁，集知识性、科学性和实用性于一体，便于读者学以致用，从而达到“食用健身、药用治病”的目的。

<<果品药用40例>>

书籍目录

果品营养仁果类 1.苹果 2.梨 3.山楂 4.沙楂 5.木瓜核果类 1.桃 2.李 3.杏 4.枣 5.樱桃 6.梅 7.杨梅坚果类 1.核桃 2.板栗 3.榛 4.银杏 5.腰果 6.椰子浆果类 1.葡萄 2.柿子 3.草莓 4.猕猴桃 5.无花果 6.石榴 7.桑柑橘类 1.柑 2.橘 3.甜橙 4.柚 5.柠檬 6.金橘杂果类及其他 1.香蕉 2.菠萝 3.龙眼 4.荔枝 5.榴莲 6.枇杷 7.芒果 8.橄榄 9.杨桃

<<果品药用40例>>

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>