

<<科学饮食与均衡营养>>

图书基本信息

书名：<<科学饮食与均衡营养>>

13位ISBN编号：9787533518486

10位ISBN编号：7533518489

出版时间：2001-09

出版时间：福建科学技术出版社

作者：约翰

页数：105

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>

<<科学饮食与均衡营养>>

内容概要

本书分为六大部分，各部分分别探讨不同的身体功能及其对健康的作用，如能量获取、心脏、消化系统、体重控制和免疫系统等。

<<科学饮食与均衡营养>>

书籍目录

引言

1.从食物中获取能量

1.1 能量的产生

1.2 能量的储存

.....

2.有益于心脏健康的饮食

2.1 什么是冠心病

.....

3.有益于消化功能的饮食

3.1 消化系统如何运转

.....

4.控制体重的饮食

4.1 健康的体重

.....

5.有益于免疫系统的饮食

5.1 免疫系统

.....

6.食物的采购和加工

6.1 食物的采购

.....

<<科学饮食与均衡营养>>

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>