## <<养颜食谱>>

#### 图书基本信息

书名:<<养颜食谱>>

13位ISBN编号: 9787534118876

10位ISBN编号:7534118875

出版时间:2003-1

出版时间:浙江科学技术出版社

作者:何赛萍

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

#### <<养颜食谱>>

#### 内容概要

我们根据中医理论,编写了《养颜食谱》与《排毒食谱》,它们将会告诉你引起衰老的年因,以及养颜、排毒的手段与方法。

其中收集的大量保健食谱,供你在养颜、排毒时参考。

本书的主要内容包括 A了解颜和养颜的相关内容、B天天健康食谱、补气养身食谱、补血养颜食谱、气血双补食谱、滋阴润燥食谱、温肾壮阳食谱、温中健脾食谱、补肾盖精食谱、养心安神食谱、C教你科学选用食谱详细内容。

# <<养颜食谱>>

#### 书籍目录

A了解颜和养颜的相关内容 B天天健康食谱 补气养身食谱 补血养颜食谱 气血双补食谱 滋阴润燥食谱 温肾壮阳食谱 温中健脾食谱 补肾盖精食谱 养心安神食谱

C教你科学选用食谱

# <<养颜食谱>>

#### 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