

<<食疗养生>>

图书基本信息

书名：<<食疗养生>>

13位ISBN编号：9787538123418

10位ISBN编号：7538123415

出版时间：1996-9

出版时间：辽宁科学技术

作者：刘进，梁茂新主编

页数：265

字数：161000

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>

## <<食疗养生>>

### 内容概要

鉴于祖国医学中养生是一门涉及范畴广、内容繁杂的系统科学，因此，这套系列书暂分为六个分册，包括《推拿养生》、《食疗养生》、《灸法养生》、《中医运动养生》、《中医药酒养生》和《中药外用养生》。

## <<食疗养生>>

### 书籍目录

食疗养生机理 (一) 中医药学与食疗养生 (二) 现代医学营养学简介  
食疗烹调方法介绍 (一) 基本准备方法 (二) 基本烹调方法 (三) 特殊烹调方法  
食疗品分类 (一) 饮料类 (二) 软食类 (三) 硬食类 (四) 菜肴类  
常见病食疗养生特殊食谱 (一) 延年益寿 (二) 防治癌症 (三) 控制肥胖 (四) 护肤养颜 (五) 乌发秀发  
附录1.各种营养素功用表  
附录2.常用食物营养成分表

<<食疗养生>>

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>