

<<女性经期饮食宜忌>>

图书基本信息

书名：<<女性经期饮食宜忌>>

13位ISBN编号：9787538427943

10位ISBN编号：7538427945

出版时间：2004-1-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：董瑞雪

页数：85

字数：120000

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>

<<女性经期饮食宜忌>>

内容概要

女人受不了一个“老”字，揽镜自照，可是肤如凝脂，可有皱纹“光顾”？
让我们帮您消除心中的烦恼吧！

<<女性经期饮食宜忌>>

书籍目录

一 饮食美容 1 樱桃 2 柠檬 3 苹果 4 桑椹 5 橙子 6 西瓜 7 香蕉 8 木瓜 9 葡萄 10 大枣 11 菠菜 12 丝瓜 13 大白菜 14 胡萝卜 15 西红柿 16 黄瓜 17 冬瓜 18 苦瓜 19 香菇 20 芝麻 21 松子仁 22 杏仁 23 猪蹄 24 猪皮 25 鸡蛋 26 鱼翅 27 带鱼 28 鳗鱼 29 虾类 30 蜗牛 31 米糖 32 乌梅 33 蜂蜜 34 花粉 35 枸杞子 36 当归 37 薏米 38 牛奶 39 水 40 酸奶 41 豆浆 绿茶 42 醋 43 绿豆 红豆二 美颜误区 1 用毛巾擦脸 2 早上直接用清水洗脸 3 化妆品能改善肤质 4 鲜芦荟汁能直接涂于面部 5 美白产品能从根本上改变肤色 6 防晒指数SPF越高越好 7 面部按摩时间愈久愈好 8 青春痘要怎么挤 9 脸上的白色小浓疱不能挤 10 含类固醇软膏长期使用易毁容三 绝对美丽法四 美容食谱

<<女性经期饮食宜忌>>

章节摘录

插图

<<女性经期饮食宜忌>>

编辑推荐

养颜饮食·美容食谱·美丽绝招.....爱美的女人，就应该保持肌肤似玉，笑颜如花！

<<女性经期饮食宜忌>>

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>