第一图书网, tushu007.com

<<家庭常用保健食谱集成>>

图书基本信息

书名：<<家庭常用保健食谱集成>>

13位ISBN编号：9787539012872

10位ISBN编号：7539012870

出版时间：1998-06

出版时间：江西科学技术出版社

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

内容概要

内容提要
在解决了温饱之后，人们已不再满足于饮食的色、香、味，还要求饮食中有充足、合理的营养保健成分，以满足养生保健的需求。
本书正是从这一需求出发，从大众关心的防老抗衰、嫩肤护肤、减肥苗条、
美发护发、健脑益智、补肾壮阳、固齿洁齿、聪耳明目、滋阴补益、壮骨强筋、补心养血、防癌抗癌等方面，
精选了2500款原料易得的保健食谱，以满足各类人群的养生需要。

本书是平民百姓养生保健的好帮手，也可供营养师、中西医临床医生、美食家、厨师及烹饪爱好者参考使用。
我们衷心地希望，本书能为您拥有健康而奉献菲薄之力。

第一图书网, tushu007.com

<<家庭常用保健食谱集成>>

书籍目录

目录
防老抗衰
嫩肤护肤
减肥苗条
美发护发
健脑益智
补肾壮阳
固齿洁齿
聪耳明目
滋阴补益
壮骨强筋
补心养血
防癌抗癌

第一图书网, tushu007.com

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