

<<美食营养百事通>>

图书基本信息

书名：<<美食营养百事通>>

13位ISBN编号：9787800889141

10位ISBN编号：7800889149

出版时间：1997-04

出版时间：中国社会出版社

作者：弘石

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>

## <<美食营养百事通>>

### 内容概要

本书是一本美食营养方面的食谱。  
包括营养卫生篇、各类人的饮食法、食疗养生篇、预防食物中毒篇等。

<<美食营养百事通>>

书籍目录

营养卫生篇

- 怎样认识人体需要的营养素
  - 怎样自我判定营养缺乏
  - 怎样认识食物纤维对人体健康的好处
  - 怎样认识维生素对人体的作用
  - 怎样认识常量元素与微量元素
  - 各类人的饮食法
  - 怎样掌握不同人的膳食标准
  - 小学生怎样饮食
  - 中学生怎样饮食
  - 怎样认识课间加餐的好处
  - 怎样改进中小學生午餐的营养
- 食疗养生篇
- 献血后怎样补养
  - 怎样认识有关病人的饮食禁忌
  - 蝴蝶斑患者怎样饮食
  - 痤疮患者怎样饮食
  - 烂嘴角者怎样饮食
- 预防食物中毒篇
- 怎样区别食物中毒与食物过敏症
  - 怎样预防食物中毒
  - 食物中毒后怎样解毒
  - 家庭怎样去除黄曲霉素
  - 怎样预防亚硝酸盐中毒

<<美食营养百事通>>

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>