

<<中老年保健食品集锦>>

图书基本信息

书名：<<中老年保健食品集锦>>

13位ISBN编号：9787801273581

10位ISBN编号：7801273583

出版时间：1997-9

出版时间：经济日报出版社

作者：祁澜 主编

页数：274

字数：185000

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>

<<中老年保健食品集锦>>

内容概要

为了适应广大中老年朋友的需要，我们编写了这套《中老年保健食疗集锦》丛书。

这套书以“五谷杂粮类”、“蔬菜豆腐禽肉类”、“汤羹茶饮类”三本书组成，包括了日常生活中大部分食谱的制法，我们编写时还特别注意，原材料选用经济实惠、营养丰富而且日常生活中常用的食品，制作方式力求操作简单，适于家庭烹调。

同时，我还编写了每种食品的营养成分和其特性，以利于有慢性病和身体虚弱的中老年朋友“对症进食”。

最后我们编写了辅助食疗检索，读者可以根据自己的需求进行查找。

<<中老年保健食品集锦>>

书籍目录

蔬菜类 酸甜白菜 香辣白菜 糖醋三丝 菜心腐于 芥末菜墩 素炒大白菜 醋溜白菜 油焖白菜 肉丝白菜 锅塌白菜 肉烧白菜 奶汤白菜 奶油白菜 蘑菇白菜 回锅肉炒白菜 白菜丸子 鸡汁菜卷 茄汁菜包 千层白菜 海米拌油菜 炆油菜 清汤油菜心 奶油蘑菇菜心 鸡油菜心 鱼香菜心 奶油扒菜心 炒双色素菜 芥末菠菜 蒜泥菠菜 麻酱菠菜 芝麻菠菜 姜汁菠菜.....

<<中老年保健食品集锦>>

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>