

<<跟我吃>>

图书基本信息

书名：<<跟我吃>>

13位ISBN编号：9787801945501

10位ISBN编号：7801945506

出版时间：2005-1

出版时间：人民军医出版社

作者：孙学东

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>

<<跟我吃>>

内容概要

《跟我吃:不会肥胖》的主旨是教您学会科学地吃，选择有减肥功效的瓜果菜蔬、禽鱼蛋肉，正确的烹饪方法，合理的饮食结构。

教您了解各种健康食品的性能、功用，帮您远离不恰当的食物和不适宜的吃法。

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>