

<<绿色食品食疗经>>

图书基本信息

书名：<<绿色食品食疗经>>

13位ISBN编号：9787802032835

10位ISBN编号：7802032830

出版时间：2006-6

出版时间：中国妇女出版社

作者：王增

页数：341

字数：240000

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>

<<绿色食品食疗经>>

内容概要

绿色蔬菜富含维生素C、胡萝卜素、铁、硒、钼等微量营养素。

绿色蔬菜，可称“王中王”，它能维持人体的酸碱平衡，保持消化道通畅，保持肠道正常菌群繁殖。

《绿色食品食疗经》一书，在编著的过程中，本着弘扬我国传统中医学知识、崇尚科学、进一步挖掘和开发绿色食品的药用价值为原则，具有文字通俗易懂、内容新颖、食疗方多数来自民间、曾被广为应用等特点，可以满足人们通过日常饮食、进一步提高健康水平的迫切需要，是现代家庭的膳食、保健顾问。

<<绿色食品食疗经>>

书籍目录

第一编 粮食类 绿豆 四季豆 豌豆 扁豆 刀豆 蚕豆 豇豆 第二编 叶菜类 葱 白菜 菠菜 辣椒 芹菜 韭菜
蕹菜 香菜 油菜 卷心菜 蕻菜 第三编 瓜菜类 黄瓜 苦瓜 冬瓜 丝瓜 第四编 野菜类 马齿苋 苋菜 芥菜
茼蒿 芥菜 香椿 苦菜 莼菜 蕻菜 薇菜 第五编 果品类 第六编 其他食品类

<<绿色食品食疗经>>

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>