

<<防抗衰老营养素>>

图书基本信息

书名：<<防抗衰老营养素>>

13位ISBN编号：9787807280330

10位ISBN编号：7807280336

出版时间：2005-6

出版时间：广东经济

作者：玺璽

页数：122

字数：107000

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>

<<防抗衰老营养素>>

内容概要

《护肤美白营养素》系统地介绍了常见食物中具有护肤美白作用的营养素及其功效、宜忌和方例。相书图文并茂，具有科学性、知识性、实用性和可操作性的特点。读者可根据书中的方法，找到适合自己护肤美白的良方。

<<防抗衰老营养素>>

书籍目录

护肤美白营养素 蛋白质 脂肪 糖类 维生素A 维生素C 维生素B1 维生素B2 烟酸 维生素B6 叶酸 维生素D 维生素E 生物素 钙 铬 铜 铁 镁 磷 硒 锌 粗纤维 水护肤美白营养食物 油菜 卷心菜 大白菜 萝卜 胡萝卜 芦荟 冬瓜 黄瓜 西红柿 豆腐 香菇 苹果 香蕉 柠檬 芒果 菠萝 樱桃 猕猴桃 杏仁 山楂 葡萄 红枣 木瓜 核桃 花粉 枸杞子 人参 灵芝 黄豆

<<防抗衰老营养素>>

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>