

<<保健飲品DIY>>

图书基本信息

书名：<<保健飲品DIY>>

13位ISBN编号：9789574735136

10位ISBN编号：9574735133

出版时间：20030701

出版时间：台灣東販

作者：竹內富貴子

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>

<<保健飲品DIY>>

內容概要

本書針對48種常見的慢性病及不適症狀，介紹百餘道養生保健飲品。

內容共分成四大單元：

- 1．預防慢性病之飲品。
- 2．治療各種症狀之飲品。
- 3．兒童保健之飲品。
- 4．養美容容之飲品。

並細分各種症狀，提供對症治療或養生保健的飲食方法。

日常生活中的生鮮蔬果都可以調製成美味可口的健康飲品，書中除了介紹作法之外，另有營養成份及卡路里的標示表，作法簡單，一學就會。

對於重視健康的現代人而言，這是一本實用又有益健康的好書。

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>