

<<食物中的奇效良方>>

图书基本信息

书名：<<食物中的奇效良方>>

13位ISBN编号：9789866451157

10位ISBN编号：9866451151

出版时间：大地出版社

作者：王雷，楊煥瑞 著

页数：320

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>

<<食物中的奇效良方>>

内容概要

一部簡易有效的養生寶典您知道各種食物的藥效嗎？

您知道蔬果、花茶、佐料、肉類的藥用價值嗎？

您會通過搭配，使一日三餐更加有利於身體健康嗎？

本書詳細介紹了蔬菜、瓜果、蛋禽、肉類、海鮮等的營養成份，重點介紹了合理的食療方、茶療方、保健配餐等，幫你平衡膳食，吃出健康，奉獻給每一位熱愛生活，熱愛生命的人！

<<食物中的奇效良方>>

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>