

# 《《女人更年期调养食谱》》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年12月01日

开本：40开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787534577468

丛书名：女人调养食谱丛书

## 内容简介

《女人更年期调养食谱》从饮食角度，教你如何通过合理的膳食给你好气色，恢复年轻活力!炒菜、炖品、滚汤等，营养与美味兼备。本书图文并茂，科学实用，方便易学。

## 目录

滑蛋牛肉

爆牛肉

清淡西瓜皮

西芹百合炒腰果

鱼香菠菜

双冬油面筋

素炒黑白菜

彩色四季豆

清蒸立鱼

梅子蒸排骨

腐乳排骨

三色蒸花肉

茶树菇蒸牛肉

鸭掌海参煲

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)