

《营养专家圆桌会（大字版）》

书籍信息

版次：

页数：

字数：

印刷时间：

开本：大16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787500264699

编辑推荐

本书从“健康地吃，吃出健康”的角度出发，有针对性地将现代人最困惑的饮食问题提炼出来，邀请权威营养专家从专业角度为大家解读分析，并给大家提供最合理的营养建议。改变饮食观念，揭秘健康饮食！

作者简介

健康时报是由人民日报社主办的一份健康生活服务类周报，是我国健康生活服务类报纸中受众量*、影响力最强的报纸之一。其以“健康生活”为核心内容，贴近生活，面向百姓，服务群众，融新闻性、实用性、服务性于一体，以做中国人的健康顾问为己任，培养公众健康的生活方式，倡导强健的生命观。

目录

春季篇

春天养肝专家谈

专家们的时令鲜蔬

补水美容水果宴

三种水产这样吃

春分到，萝卜来开会

健脾胃，给山药找个伴儿

春尝鲜，河海通吃

春吃鲜豆胜过肉

美味营养顶“瓜瓜”

变着花样吃浆果

夏季篇

这个夏天让海带做主

[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)