

《饮食宜忌专家指南(健康中国)》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年02月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787807596493

编辑推荐

现代人将如何才能吃出营养，吃出健康呢？其实，早在唐代，名医孙思邈就指出：“安生之本，必资于食，不知食宜，不足以生存。”为此，编者特地编写了《新编营养家常菜谱》、《饮食养生专家指南》、《饮食宜忌专家指南》这三本书。本书为《饮食宜忌专家指南》。全书将一些简单、实用、具有可操作性的生活和饮食上的禁忌和小窍门收罗其中。希望能为广大的读者进行一些指导，指明一个走向健康的方向。

内容简介

《饮食宜忌专家指南》：饮食不可以单凭自己的喜好而食，中国人崇尚美食，但其中也有相当大的一部分人群，漠视了食物之间的禁忌法则，最终导致吃出了各种病患，甚者更是为此而丧失了性命。本书正是一本介绍饮食搭配忌讳的图书，其编排直观，健康饮食指导尽在其中，能够坚实的确保您的饮食安全。

目录

???	???????
???	?????????
???	?????????
???	????????????????????
???	???????????

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)