

孕妇营养配餐



[孕妇营养配餐 下载链接1](#)

著者:彭铭泉

出版者:第1版 (2004年1月1日)

出版时间:2004-4-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787533729134

美食良方丛书。

本书的营养配餐方剂，既有古方，又有创新方；每个配方根据药食性味、功能、特点、营养成分，科学配伍；这些方剂菜肴、汤羹、饮品的所用药物在中药店都可购到，所用

肉类、蔬菜，在集贸市场易于取得，其保健要求、效果，可根据各家庭情况选用。本书知识性与实用性并重，重点突出，深入浅出，通俗易懂，是一本推广营养配餐的科普读物。全书具有系统性、连贯性，内容丰富多彩。希望本书成为您的朋友。

作者介绍:

目录: 1 核桃仁炒豇豆

2 百合炒冬苋菜

3 核桃炒三丁

4 昆布炒豆芽

5 山药炒肉片

6 菊花磨菇炒肉片

7 菊花炒鱼片

8 枸杞烧豆腐

9 桑葚烧海参

10 归芪鱼翅

11 何首乌烧鱼翅

12 八角烧鸡翅

13 金蝉烧肉丸

14 川明参烧鲫鱼

15 陈皮烧虾

.....

• • • • • (收起)

[孕妇营养配餐 下载链接1](#)

标签

成都心理咨询，成都心理咨询师，成都心理医生，成都心理专家，成都

评论

[孕妇营养配餐 下载链接1](#)

书评

[孕妇营养配餐 下载链接1](#)