

健康菜谱



[健康菜谱 下载链接1](#)

著者:袁淑

出版者:安徽科学技术出版社

出版时间:2001-9-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787533722609

作者介绍:

目录: 一 吃的学问

(一) 身体健康少不了会吃

(二) 健康饮食应从何做起

二 青少年常用菜谱

1 板栗烧牛肉

.....

三 中老年人特定菜谱

1 人参鹿肉汤

.....

四 心血管 (高血压、高血脂) 不适者食用的菜谱

1 木耳烧豆腐

.....

五 适合糖尿病人食用的菜谱

1 苦瓜蚌肉汤

.....

六 女性常用菜谱

1 灵芝炖猪蹄

.....

七 瘦身菜谱

(一) 肥胖形成的原因

.....

· · · · · (收起)

[健康菜谱_下载链接1](#)

标签

评论

[健康菜谱_下载链接1](#)

书评

[健康菜谱_下载链接1](#)