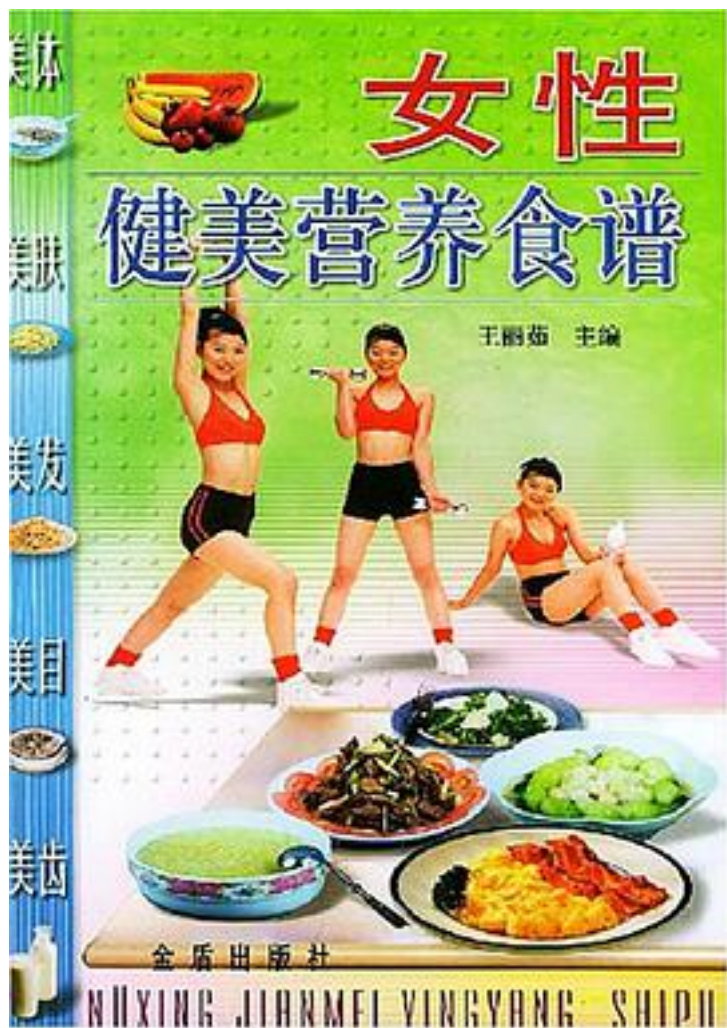


# 女性健美营养食谱



[女性健美营养食谱\\_下载链接1](#)

著者:王丽茹

出版者:金盾出版社

出版时间:2002-7-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787508219073

本书是一本专门献给广大女性朋友的食谱书。书中针对现代女性最为关注的形体美、肌

肤美、头发美、眼睛美、牙齿美等五个外在形象方面的问题，科学地介绍了相关的营养保健知识和日常饮食要求，并为读者设计推荐了大量可供选择的营养食谱。这些食谱，既有利于保健，又有助于美容，而且原料普通，操作简便，非常适合一般家庭学做试用。本书是广大女性读者不可多得的饮食指南，它将使所有爱美的女性朋友变得更加健美，更加自信。

作者介绍:

目录: 前言  
一 美体  
二 美肤  
三 美发  
四 美目  
五 美齿  
· · · · · (收起)

[女性健美营养食谱\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[女性健美营养食谱\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[女性健美营养食谱\\_下载链接1](#)