

四季科学饮食



[四季科学饮食 下载链接1](#)

著者:刘青

出版者:山东人民出版社

出版时间:2002-2-1

装帧:精装(无盘)

isbn:9787209028820

作者介绍:

目录: 一、饮食趣话
1 话说客家保健饮料——擂茶
2 海南有种“苦丁茶”
.....
二、疾病与饮食

- 1 新生儿饮用牛奶易患糖尿病
- 2 大蒜的药用

.....

三、健康与饮食

- 1 食玉米养身又益寿
- 2 食物中的杂质有利健康

.....

四、四季与饮食

- 1 春季饮食养生
- 2 早春保健饮食法

.....

五、饮食宜忌

- 1 维生素与心录 “美”
- 2 麻油要常吃

.....

• • • • • (收起)

[四季科学饮食_下载链接1](#)

标签

评论

[四季科学饮食_下载链接1](#)

书评

[四季科学饮食_下载链接1](#)