

# 专家谈糖尿病饮食技巧



[专家谈糖尿病饮食技巧\\_下载链接1](#)

著者:袁申元

出版者:人民卫生出版社

出版时间:2005-7

装帧:平装

isbn:9787117049832

食物多样，各类恰当。

多吃蔬菜，蛋白适量。

清淡少油，炖煮为佳。

总量控制，结构调好。

平衡膳食，合理营养。

生活美好，健康防老。

由于《专家谈糖尿病饮食技巧》篇幅有限，在力争照顾到南北风味的同时，书中很难兼顾鲁、粤、川、淮等菜系，只能供朋友们按此思路拓展。

交换份的热量千卡，为了便于操作，均为四舍五入，希望读者朋友们不要忘记以经常监

测血糖的结果来做相应的调整。

希望您能保持理想的体重，在治疗糖尿病的前进道路上跑在正确的轨道上，使病情得到满意的控制，以饱满的精力投入；工作，在此祝您生活和家庭幸福。

作者介绍:

目录:

[专家谈糖尿病饮食技巧\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[专家谈糖尿病饮食技巧\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[专家谈糖尿病饮食技巧\\_下载链接1](#)