

营养学



[营养学 下载链接1](#)

著者:王广兰

出版者:北京体大

出版时间:2005-1

装帧:简裝本

isbn:9787811004328

《营养学》的特点是有体育学院特色的、与运动训练相联系的营养学方面的教材。内容包括营养学基础、运动员营养、运动员营养状况评定三部分内容。《营养学》是在武汉体院自编教材《运动营养学》(1998年编写,四次重印)的基础上改编而成的,主要增加了运动员营养方面的内容,更具有实用性和可读性。《营养学》分为上、中、下3篇,共计10章。

作者介绍:

目录: 目录】

绪言

上篇 营养学基础

第一章 营养素

第一节 概述

第二节 蛋白质

第三节 脂类

第四节 糖

第五节 维生素
第六节 矿物质
第七节 水
第八节 食物纤维
第九节 各营养素之间的关系
第二章 热能
第一节 热能的生理意义与热能单位
第二节 热能营养素来源
第三节 人体的热能消耗
第四节 热能消
· · · · · (收起)

[营养学 下载链接1](#)

标签

专业

评论

高言诚的减缩版……=！

[营养学 下载链接1](#)

书评

[营养学 下载链接1](#)