

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:简装本

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，四次誉印）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](#)