

# 影响一生的饮食细节



[影响一生的饮食细节 下载链接1](#)

著者:韩瑞雪

出版者:白山出版社

出版时间:2005-9

装帧:平装

isbn:9787806873090

生活质量的提高，取决于生活的精致。生活的精致首先要从饮食开始。本书着眼于各类饮食，包括茶水、饮料、牛奶豆浆、水果、蔬菜、谷物、水产和蛋禽肉等，对它们的细节进行分别叙述，语言通俗，适合大众休闲阅读。

作者介绍:

目录:

[影响一生的饮食细节](#) [下载链接1](#)

标签

饮食

健康

11

评论

---

[影响一生的饮食细节](#) [下载链接1](#)

书评

---

[影响一生的饮食细节](#) [下载链接1](#)