

中老年人养生保健食疗药膳手册



[中老年人养生保健食疗药膳手册_下载链接1](#)

著者:吴鼎坤

出版者:上海科学普及出版社

出版时间:2005-8

装帧:平装

isbn:9787542730695

食养、食补、食疗，易懂、易学、易做，四季养生药膳、保健养生药膳、养生保健药茶、药酒、药粥、药饭和药点心，12种方便食疗药膳露的配制和应用……本书内容丰富，实用性、科学性、可操作性强，文字通俗易懂，表格式撰写便于记忆和查阅。

作者介绍:

目录:

[中老年人养生保健食疗药膳手册_下载链接1](#)

标签

评论

[中老年人养生保健食疗药膳手册_下载链接1](#)

书评

[中老年人养生保健食疗药膳手册_下载链接1](#)