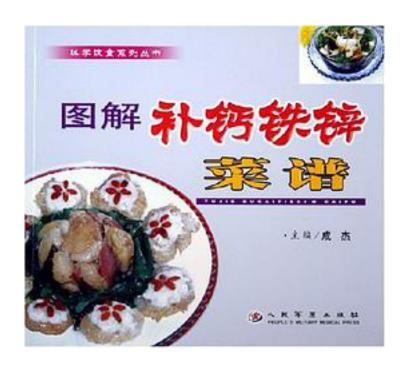
图解补钙铁锌菜谱



图解补钙铁锌菜谱 下载链接1

著者:成杰

出版者:人民军医出版社

出版时间:2006-1

装帧:简裝本

isbn:9787509100141

儿童、中老年人体内普遍缺乏钙、铁、锌等微量元素。本书介绍了66种富含钙、铁、锌的菜肴。每一种菜肴配有彩色图谱(1幅成品图、4幅原料图和制作步骤图)及简洁的文字说明。原料易取,好学好做,图文并茂,生动科学。儿童补钙、铁、锌利于健康发育,中老年人补钙、铁、锌可避免骨质疏松、贫血,延缓性功能减退和衰老,食补胜于药补,此书适合各年龄组读者阅读。

作者介绍:

目录:

图解补钙铁锌菜谱 下载链	接1
--------------	----

标签

评论

图解补钙铁锌菜谱_下载链接1_

书评

图解补钙铁锌菜谱_下载链接1_