

白领就得这么吃



[白领就得这么吃_下载链接1](#)

著者:阿东

出版者:人民军医出版社

出版时间:2006-1

装帧:

isbn:9787509101360

我是博维望营养顾问，我将从饮食结构的分解、饮食规律、饮食对应解决及饮食方案等角度，分别向白领们介绍和推荐营养、科学、简便的概念和方法，希望能够为白领们提供一个思考合理饮食、全面审视各自生活方式的一种视角和思维方式，也冀望能够为中国白领的饮食生活品质添加绚丽的光彩。

阿东，虽是广东土人，但却吃香喝辣，口味并不狭隘。

学生时期灌过自来水，飘洋过海喝过洋墨水，但桌面上的宠爱还是中国的茶。

如果做创意也算白领的话，这十多年来也算个“老黄领”了。

“老黄领”追求惬意生活方式比追求事业成功更为执着；又因为看不惯假冒的招摇，更不忍埋没宝贵的知识和经验，因此技痒而发飙，借助宝贵的资料去卖弄一下自己的所得。

希望各位吃得开心，吃得美丽。

作者介绍:

目录:

[白领就得这么吃_下载链接1](#)

标签

饮食

评论

照书里说的吃。。。我的厨房就得变格格巫的实验室。。。

[白领就得这么吃_下载链接1](#)

书评

[白领就得这么吃_下载链接1](#)