

# 图说瘦身美体菜谱



[图说瘦身美体菜谱 下载链接1](#)

著者:吴杰

出版者:金盾出版社

出版时间:2005-12

装帧:简装本

isbn:9787508238449

拥有健康而匀称的体形是人们追求的新目标、新时尚。然而，由于不科学、不合理的饮

食习惯导致肥胖者越来越多。本书为追求瘦身美体的人们精选了食疗菜肴60种，原料易取，选料讲究，搭配科学，营养丰富，图文对照，易学易做，是一本科学减肥的理想指导用书。

作者介绍:

目录:

[图说瘦身美体菜谱](#) [下载链接1](#)

标签

生活

时尚

nutrition

评论

---

[图说瘦身美体菜谱](#) [下载链接1](#)

书评

---

[图说瘦身美体菜谱](#) [下载链接1](#)