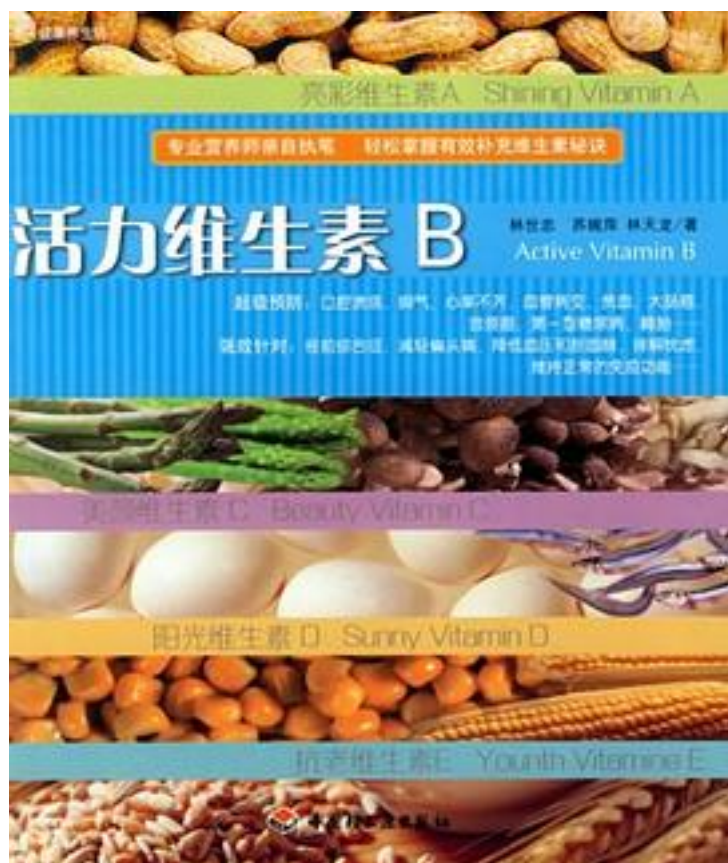


活力维生素B



活力维生素B_下载链接1_

著者:林世忠

出版者:中国轻工业出版社

出版时间:2006-6

装帧:简装本

isbn:9787501954193

《活力维生素B:健康养生坊》分为三个部分，第一部分专说B族维生素的基本常识及各种功能，第二部分则以各种B维生素含量丰富的食材做出简单的示范食谱，第三部分介绍面上较常见的维生素B的补充品，读者可就各自的需要分章阅读。读完《活力维生素B:健康养生坊》之后可以更进一步了解B族的维生素的功能，了解B族维生素如何帮助你的身体，也能了解如何在日常生活中轻松摄取足够的B族维生素，并可以身体力行，

成为迈向健康未来的第一步。

作者介绍:

目录:

[活力维生素B_下载链接1_](#)

标签

营养

健康

评论

[活力维生素B_下载链接1_](#)

书评

[活力维生素B_下载链接1_](#)