

# 健康家庭营养师



[健康家庭营养师 下载链接1](#)

著者:曹忆湘、徐实文

出版者:人民军医出版社

出版时间:2006-10

装帧:简装本

isbn:9787509105757

怎样调配饮食才能保证家人获得均衡的营养，吃出健康的体魄，拥有充沛的精力投入到学习和工作中?在本书中，营养专家针对“吃什么、吃多少和怎么吃”这一每个家庭、

每日饮食中的核心问题，从科学饮食、均衡营养、防治疾病、促进健康的角度，将营养科学知识与日常生活紧密联系，向广大家庭作了介绍，有较强的科学性和实用性。本书将帮助读者成为让全家健康的家庭营养师。

作者介绍:

目录:

[健康家庭营养师\\_下载链接1\\_](#)

标签

健康

饮食/养生保健

营养学

工具

关注营养

评论

-----  
[健康家庭营养师\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[健康家庭营养师 下载链接1](#)