

专家谈饮食的宜与忌



[专家谈饮食的宜与忌_下载链接1](#)

著者:田鸣华

出版者:人民军医出版社

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787509104682

这是一本由食品专家来教你如何吃得营养，吃得健康，吃得明白，吃得安全的书，正面地、详尽地解答了人们所关心的问题，如怎样吃才能做到膳食平衡，什么食物营养好，目前膳食中存在的问题与饮食误区，饮食中的宜与忌，厨房料理小常识，食疗小常识等。本书适合所有关心健康、关心吃得安全的人阅读。

作者介绍:

目录:

[专家谈饮食的宜与忌_下载链接1](#)

标签

评论

[专家谈饮食的宜与忌 下载链接1](#)

书评

[专家谈饮食的宜与忌 下载链接1](#)