

饮食决定健康

本页面中的内容受版权保护

跟着营养专家走，全家吃出健康来

饮食 决定健康

修订版

北京协和医院著名临床营养专家
于康教授饮食忠告

于康◎著



喝牛奶**四忌**，**五种**特殊人群营养指南
六大伤“心”损“脑”食品
七种疾病营养治疗，补钙**八问**
十大营养黄金法则，**二十种**营养缺乏信号……

出版社：北京协和医院出版社
出版时间：2007年1月

[饮食决定健康 下载链接1](#)

著者:林欣雨

出版者:

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787802115163

《饮食决定健康》一书正是为了让人们更加全面、系统和科学地掌握营养学知识，了解

人体必需的营养素和膳食平衡的原则。相信每个人都能够从中受益匪浅，并能日益提高自己的健康和生活质量。我们真诚地希望每一位读者朋友成为自己的营养医生，呵护自己，享受健康。

作者介绍:

目录:

[饮食决定健康](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[饮食决定健康](#) [下载链接1](#)

书评

[饮食决定健康](#) [下载链接1](#)