

# 滋身养颜-水果的营养



[滋身养颜-水果的营养 下载链接1](#)

著者:袁芳 编

出版者:北京师大

出版时间:2007-8

装帧:

isbn:9787303083855

本套丛书所介绍的食物，都是人们一日三餐所离不开的。全套书共12册，内容涉及粮谷

、蔬菜、水果、豆类、肉类、蛋类、奶类、薯类、水产品、菌藻类、调味品及水的营养。从书的科学性、通俗性、针对性、实用性以及前瞻性，可使广大读者获得更多科学的营养知识。

当读过本丛书后，您很可能会改变您的饮食观念，建立起顺乎天地时序的多样、平衡、适量的膳食结构及科学、合理的生活方式，使自己的身体更加强壮、更加年轻，从而给自己带来健康！

作者介绍:

目录:

[滋身养颜-水果的营养\\_下载链接1](#)

标签

生活.人际.养生

评论

-----  
[滋身养颜-水果的营养\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[滋身养颜-水果的营养\\_下载链接1](#)