

# 瘦身减肥必吃的食物



[瘦身减肥必吃的食物\\_下载链接1](#)

著者:程朝辉,谢英彪

出版者:金盾

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787508248127

《瘦身减肥必吃的食物》以通俗易懂，深入浅出的语言，依据我国丰富的医药典籍和大量的现代科研资料，介绍了瘦身减肥的基本知识和30种确有成效的天然食物，并运用这些食物配制的食疗验方、减肥菜肴370多款，同时叙述与瘦身减肥有关的传说、典故、诗词、趣闻、轶事。内容丰富，科学实用，取材方便，价格低廉，疗效确切，适合广大瘦身减肥者、医务工作者和饮食行业人员阅读参考。

作者介绍:

目录:

[瘦身减肥必吃的食物\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[瘦身减肥必吃的食物\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[瘦身减肥必吃的食物\\_下载链接1](#)