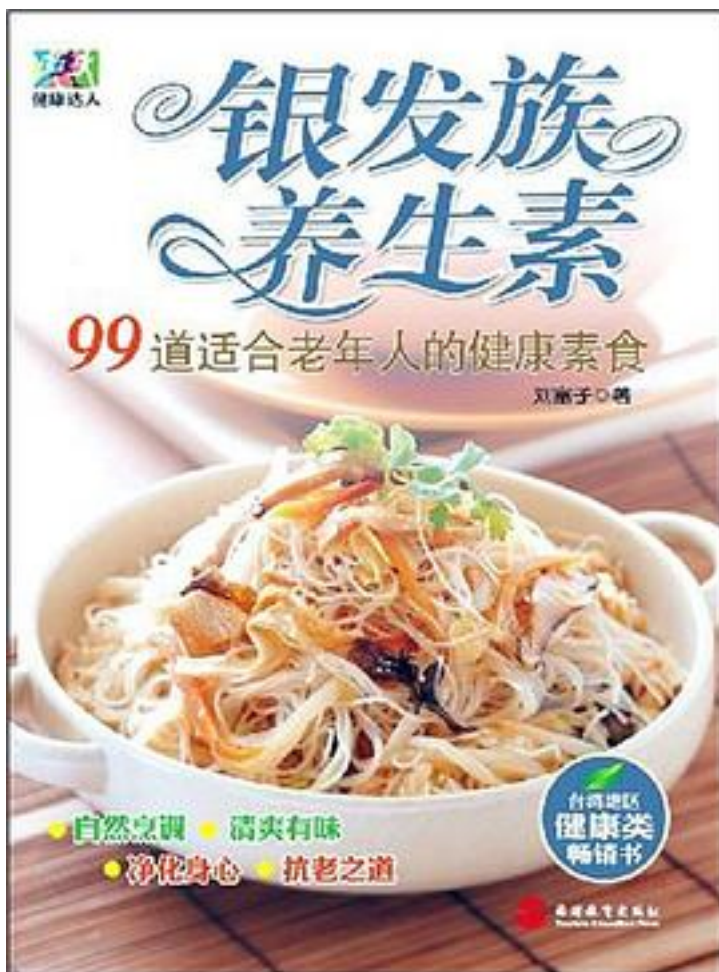


银发族养生素



[银发族养生素_下载链接1](#)

著者:刘富子

出版者:

出版时间:2008-8

装帧:

isbn:9787563716999

《健康达人·银发族养生素99道适合老年人的健康素食》提供了简单、可口而且色、香、味俱全的食谱，让上了年纪的人能够吃得快乐又健康。素食是延年益寿的最好方法。

现代营养观念，注重摄取足够的微量元素，新鲜蔬果正式其最好的食物来源。《健康达人·银发族养生素99道适合老年人的健康素食》为老年人贴心设计一日均衡套餐，料理方便又可充分享用健康所需的维生素、矿物质。

作者介绍:

目录:

[银发族养生素_下载链接1](#)

标签

慈济

生活

植物

评论

[银发族养生素_下载链接1](#)

书评

[银发族养生素_下载链接1](#)