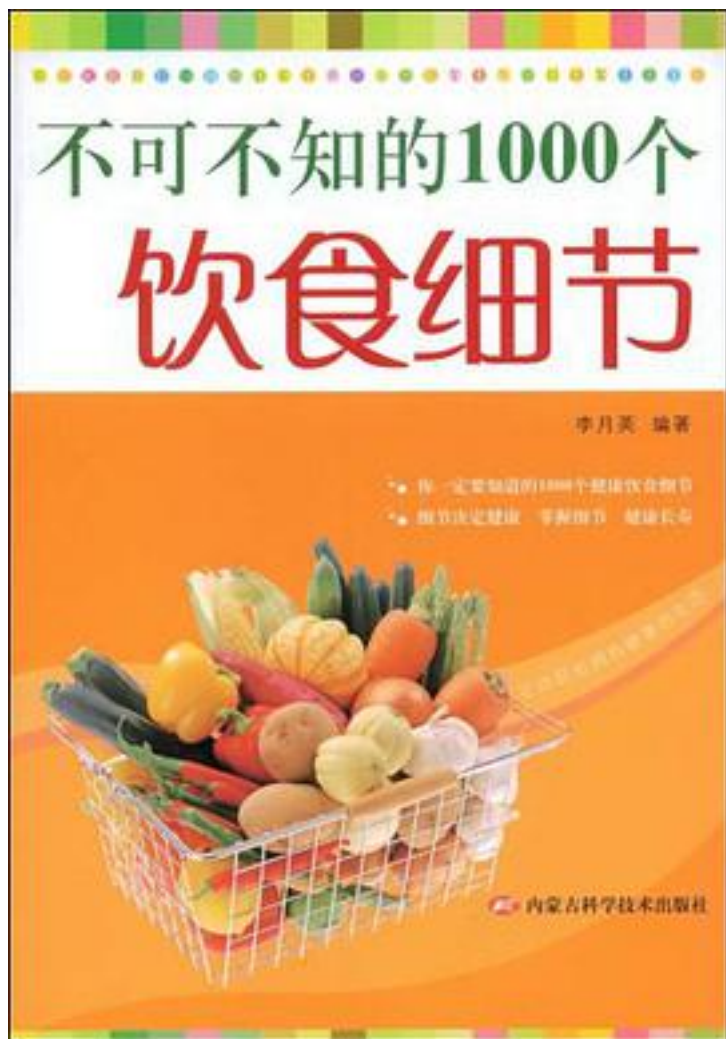


不可不知的1000个饮食细节



[不可不知的1000个饮食细节_下载链接1](#)

著者:李月英

出版者:

出版时间:2008-10

装帧:

isbn:9787538017397

《不可不知的1000个饮食细节》从饮食烹饪方法、食物合理搭配、营养瘦身、饮食禁

忌、四季饮食、一日三餐、饮食习惯、饮品健康、男女两性饮食等方面，详细解读不可不知的日常饮食细节。科学实用：参照《不可不知的1000个饮食细节》提供的丰富信息，读者可以得到科学、健康的饮食观念，改变不良的饮食习惯，让每天的饮食都丰富多彩，促进我们的生活向着更健康、更科学的方向迈进。

可操作性强：健康离我们并不遥远，只要参照《不可不知的1000个饮食细节》提供的正确方法，掌握正确的饮食知识，并付诸行动，就能使你健康长寿。

作者介绍:

目录:

[不可不知的1000个饮食细节_下载链接1_](#)

标签

工具书

健康

评论

[不可不知的1000个饮食细节_下载链接1_](#)

书评

[不可不知的1000个饮食细节_下载链接1_](#)