

# 食物的营养秘密



[食物的营养秘密\\_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787501965779

《食物的营养秘密》共分为九章，涉及了的食物21大类以及其加工食品，包括日常消费的大众食品，也包括燕窝、鱼翅等高端食品等近200种。《食物的营养秘密》以食物的营养成分含量为基础，从客观数据出发，并结合大量的科学研究证据，来讲述食物的营养特点、对机体的功能作用，以及食用时的注意事项。此外，《食物的营养秘密》对于

原型食物的产地、俗名等也进行了介绍，便于读者对食物的理解和记忆。《食物的营养秘密》语言力求简单、通俗、重点突出，核心信息用框架标出，容易查找，并结合相关数据表格，希望读者一看就懂，久而久之，成为自己的营养师。

作者介绍:

目录:

[食物的营养秘密\\_下载链接1\\_](#)

标签

评论

-----  
[食物的营养秘密\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[食物的营养秘密\\_下载链接1\\_](#)