

亚健康膳食ABC



[亚健康膳食ABC_下载链接1](#)

著者:刘海全

出版者:

出版时间:2009-2

装帧:

isbn:9787802315402

《亚健康膳食ABC》提供的内容，既注重针对不同人群饮食原则的介绍，又配有具体的菜品推荐，简明实用，可操作性强。告诉您怎么吃更营养、更健康，从而使我们在日常生活中，做到平衡膳食，不但从饮食中吃出美味，还要从饮食中吃出健康。民以食为天。饮食问题，大有学问。

作者介绍:

目录:

[亚健康膳食ABC_下载链接1](#)

标签

评论

[亚健康膳食ABC_下载链接1](#)

书评

[亚健康膳食ABC_下载链接1](#)