

决定一家健康的饮计划



[决定一家健康的饮计划_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-10

装帧:

isbn:9787510102660

《决定一家健康的饮计划》从养生的角度出发，以生物学和营养学知识为依据，对喝水

、喝茶、喝酒、喝奶、喝果汁、喝咖啡、喝饮料、喝汤粥等的利弊与方法进行了一一的阐述，并探讨了科学合理的喝法。全书通俗易懂，让读者一看就懂，一学就会，让全家人共同分享喝的学问，收获健康与幸福的生活。

作者介绍:

目录:

[决定一家健康的饮计划_下载链接1_](#)

标签

健康

评论

[决定一家健康的饮计划_下载链接1_](#)

书评

[决定一家健康的饮计划_下载链接1_](#)