## 31天学会改变体质



作者: 方亚东编著

出版社:北京:九州出版社

出版日期: 2003.07

总页数: 308

介绍:本书以生动轻松的语言,介绍了保健与营养以此改变体质的内容,具体包括饮食的科学合理,不同年龄段对食物的要求,维生素的摄入等。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/11218476.html) 查找全本阅读方式

31天学会改变体质 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11218476.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11218476.html

书名: 31天学会改变体质