饮食减肥热量图谱



作者: 养生堂编委会编

出版社:北京:中国轻工业出版社

出版日期: 2005.07

总页数: 159

介绍:本书以画册的形式,向你全面呈现了:500种食材的热量指标,100款快餐的热量值,50种零食不同卡值,10余种火锅美食至肥陷阱。帮助你认识、理解食物所含的热量与脂肪,有助于成功地控制体重。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/11439282.html) 查找全本阅读方式

饮食减肥热量图谱 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11439282.html 教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11439282.html

书名: 饮食减肥热量图谱