

舒眠抗压排毒减重健康餐



作者：黄乃芸著

出版社：上海：文汇出版社

出版日期：2007.08

总页数：118

介绍：本书作者针对现代人工作压力大，生活节奏快，容易造成失眠、焦虑、身体负荷过重的问题，设计了相关菜谱，帮助读者舒缓压力、排毒减重。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11856512.html>）查找全本阅读方式

舒眠抗压排毒减重健康餐 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11856512.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11856512.html>

书名：舒眠抗压排毒减重健康餐