全家保健怎么吃: 活到天年的饮食营养方案



作者:马方编著

出版社:北京:中国轻工业出版社

出版日期: 2009.01

总页数: 239

介绍:本书详细介绍了全家老少日常保健所需要注意的问题,其中包括全家保健需要注意的秘诀、四季饮食养生保健、全家人健康长寿所必须的营养素,并附带了全家保健的日常食谱、药膳等,是一本适宜全家老少阅读的健康读本,目的在于提高全家人的身体素质,保证全家人的身体健康。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/12094414.html) 查找全本阅读方式

全家保健怎么吃: 活到天年的饮食营养方案 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12094414.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12094414.html

书名:全家保健怎么吃:活到天年的饮食营养方案