

民以食为天



作者：赵霖著

出版社：上海：上海文艺出版社

出版日期：2009. 01

总页数：162

介绍：本书是中央电视台《健康之路》栏目推出的一档面向大众、传播健康饮食理念的特别节目。主讲人解放军总医院赵霖教授从看似简单的买菜做饭开始，深入浅出的将“膳食和就餐的十大平衡”、“凡膳皆药，寓医于食”、“勿忘饮茶健身”、“饮酒必当适量”等问题一一展开。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/12198861.html>）查找全本阅读方式

民以食为天 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/12198861.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/12198861.html>

书名：民以食为天