女人四十 做自己的营养师



作者: 刘静娴著

出版社:青岛:青岛出版社

出版日期: 2009.11

总页数: 245

介绍:《女人四十:做自己的营养师》一书紧紧围绕饮食对中年女性的重要性,从饮食营养、饮食安全、饮食习惯、饮食排毒、饮食治病、饮食抗衰、饮食滋补等方面,阐述了饮食与健康的关系,告诉读者如何通过调理饮食来把握健康。可以说,这是一本告诉40岁女人如何变得更健康、更美丽的书。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/12384735.html) 查找全本阅读方式

女人四十 做自己的营养师 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/12384735.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/12384735.html

书名: 女人四十 做自己的营养师