做自己的营养师 女人一生不可错过的100种食物



作者: 策马入林文化编著

出版社:福州:福建科学技术出版社

出版日期: 2012.07

总页数: 245

介绍:本书图文并茂地详述了女人一生中不可错过的100种食物所含的营养、挑选方法、适宜年龄和情况。营养师针对女人一生历经的8大阶段,为女性每个阶段所需营养进行详细讲解,在"对"的阶段,吃"对"的食物!但让女性吃得健康美味,还能保持皮肤光泽,减慢老化过程。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/13044093.html) 查找全本阅读方式

做自己的营养师 女人一生不可错过的100种食物 评论地址:

https://www.jiaokey.com/book/detail/13044093.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13044093.html 书名:做自己的营养师女人一生不可错过的100种食物