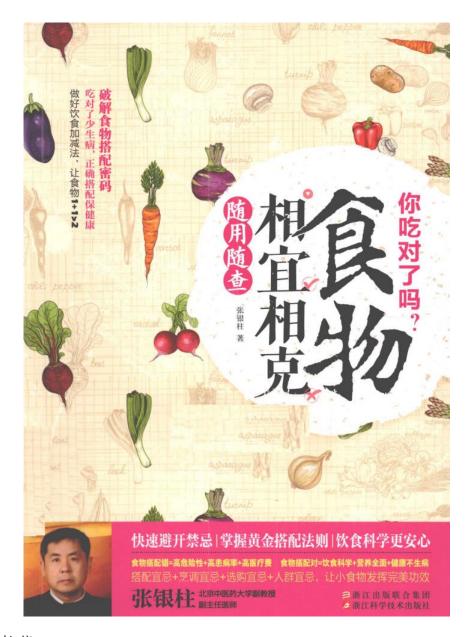
你吃对了吗? 食物相宜相克随用随查



作者: 张银柱著

出版社: 杭州: 浙江科学技术出版社

出版日期: 2015.07

总页数: 189

介绍:本书详细说明了该如何吃对食物。全书共分蔬菜、肉禽蛋、水产、水果、五谷杂粮、调味品六大类,列出近100多种常见食材,详细分析其营养成分、养生功效、适宜人群,以及与其他食材搭配的宜忌和注意事项,帮助读者加深对每种食物的认识,构建健康的饮食生活。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/13798925.html) 查找全本阅读方式

你吃对了吗? 食物相宜相克随用随查 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detai 1/13798925.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/13798925.html

书名: 你吃对了吗? 食物相宜相克随用随查