

<<维生素美食>>

图书基本信息

书名：<<维生素美食>>

13位ISBN编号：9787501942473

10位ISBN编号：7501942471

出版时间：2004-3

出版时间：中国轻工业出版社发行部

作者：施纪 编

页数：111

字数：100000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<维生素美食>>

### 内容概要

维生素是维持人体正常生理功能所必需的营养素，是维持人的生命不可缺少的物质。如果人体缺乏维生素，就会引起疾病，甚至导致死亡，目标，已知的20多种维生素大多存在于天然食物中。

从营养学角度，通常按维生素的特性分为脂溶性维生素和水溶性维生素两大类。

<<维生素美食>>

书籍目录

维生素知识 维生素是维持生命的要素 维生素食谱 维生素A和类胡萝卜素 羊肝 羊肝排叉 羊肝炒菠菜  
鳝鱼 干煸鳝丝 鳝鱼辣汤 螃蟹 姜汁蟹肉 糖醋肥蟹 鲜虾 清炒虾仁 油焖大虾 胡萝卜 胡萝卜炒  
鸡蛋 熘胡萝卜丸子 ..... 维生素D 维生素E 维生素K 维生素B1 维生素B2 维生素B6 维生素B12 烟酸  
泛酸 叶酸 维生素C

<<维生素美食>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>