

<<家庭营养全书>>

图书基本信息

书名：<<家庭营养全书>>

13位ISBN编号：9787544303781

10位ISBN编号：7544303780

出版时间：2002-08-01

出版时间：海南出版社

页数：599

字数：487000

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>

## <<家庭营养全书>>

### 内容概要

本书由数十位营养、保健专家共同撰写，集取各位专家多年专业实践精华及世界最新营养健康研究成果；深入浅出地介绍了人体生理、营养方面的基础知识，各个时期和生活环境的不同营养需求，以及相应的科学饮食方案；引导我们从以前追求数量，以“吃饱”为标准的粗放型饮食习惯，转变到讲求质量，以“吃好”为目的的膳食计划和营养配置，书中涉及的丰富内容，对我们建立21世纪中国家庭合理的饮食方式和均衡的营养结构，给予了全面具体指导和科学周详的建议。

<<家庭营养全书>>

书籍目录

前言

- 一、基础知识篇
- 二、饮食营养篇
- 三、营养治疗篇
- 四、食品卫生篇
- 五、四季食谱篇
- 六、附录

<<家庭营养全书>>

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>