第一图书网, tushu007.com

<<食物营养完全手册>>

图书基本信息

书名：<<食物营养完全手册>>

13位ISBN编号：9787200072419

10位ISBN编号：7200072419

出版时间：2008-6

出版时间：刘克玲 北京出版社 (2008-06出版)

作者：刘克玲 编

页数：91

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

内容概要

《食物营养完全手册》将日常食物中人体必需的十几种营养素的含量整理了出来，并特别对含量较高和含量较低的具体营养素作出标注，给人家提供了切实、有益的帮助。
“最佳营养，是未来的医药。
”现代的营养师鼓励人们在科学的指导下，根据自己的体质、年龄、健康状况以及对各种营养素的消化吸收不同等具体情况，探索真正符合自己的营养方案。

作者简介

刘克玲，主任医师，1942年出生，现任中国健康教育协会常务副会长兼秘书长。
多年从事为生行政和健康教育管理工作。
先后在国家级刊物上发表论文10余篇，参与多项科研工作，获省级医药科技进步二等奖一项、三等奖一项，卫生部科技进步三等奖一项，1996年还先后获得第八届“宋庆龄樟树奖”、全国妇幼先进个人和优秀儿童少年工作者称号。
2006年获卫生部精神文明建设指导委员会授予的“科普创作促进奖”。

书籍目录

1　粮食类谷类薯类干豆类2　蔬果类根菜类鲜豆类茄果、瓜菜类葱蒜类嫩茎、叶、花类水生、野生蔬菜类菌藻类水果类3　肉蛋奶水产肉类蛋类奶制品水产类4　其他类坚果、种子类饮料类糖类油脂类调味品附录食物血糖生成指数食物叶酸含量食物嘌呤含量

章节摘录

插图:

媒体关注与评论

物美和价廉，科学和浅显，好看和好用，这些常见矛盾在这套书中解决得非常好。
——《出版商务周报》健康是一种生活方式，因为关注，所以健康。
健康更是一种生活态度，因为关注，所以健康。
——搜狐健康健康就是一种多彩的享受——《健康时报》这套书种的每一本都是一味良药，合在一起就是针对家庭健康的一剂良方。
——《药物与人》杂志播种健康收获快乐，珍爱生命收获幸福。
——著名健康教育专家 洪昭光

编辑推荐

《食物营养完全手册》由北京出版社出版。

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