

<<饮食保健>>

图书基本信息

书名：<<饮食保健>>

13位ISBN编号：9787507416688

10位ISBN编号：7507416682

出版时间：2005-3

出版时间：中国城市出版社

作者：解江

页数：583

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>

## <<饮食保健>>

### 内容概要

《饮食保健（港澳台生活资讯）》由解江编写，主要内容有：自然食品大行其道、维生素哪里去了？

、怎样保证营养充足、保健食谱真是万灵妙方？

、偶然不等于必然、保健食谱分三类、五大营养素不可缺、确保饮食中热量足够、儿童不适合全素食、生活中最佳食物、有益健康的食品、清除体内毒素的食物、健康食品神奇疗效、食品添加剂对健康影响、食物添加剂政府应严格监管等。

## <<饮食保健>>

### 书籍目录

1 饮食常识新世纪饮食自然最好欧盟通过转基因食品新法规转基因食品可放心食用美国饮食新结构美国式饮食生活助长成人病激增美国糖尿病食谱引发争议高碳水化合物的后果“健康脂肪”西方营养专家证实鸡精增进新陈代谢从中西观点看进补特殊饮食与整体治疗专家预测本世纪食物将取代部分药物低脂饮食四大秘诀限制热量吸收保健康日常生活饮食小参谋每日营养指南酸碱平衡之医疗效用六种基本的食物物质自然食品大行其道维生素哪里去了？

怎样保证营养充足保健食谱真是万灵妙方？

偶然不等于必然保健食谱分三类五大营养素不可缺确保饮食中热量足够儿童不适合全素食生活中最佳食物有益健康的食品清除体内毒素的食物健康食品神奇疗效食品添加剂对健康影响食品添加剂政府应严格监管医食同源——传统道理经年不变老年痴呆与饮食有关食品中的“脑黄金”肚饿为何“咕咕叫”？

10大超级食物少吃盐等于补钙人体每天至少需要46种营养素.....2 进食有道3 饮食与疾病4 四季节日饮食5 海鲜、肉、禽蛋的营养6 蔬菜的营养7 水果的营养8 饮的健康9 儿童饮食10 老年 饮食

<<饮食保健>>

编辑推荐

《饮食保健(港澳台生活资讯)》由中国城市出版社出版。

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>