

<<科学饮食与均衡营养>>

图书基本信息

书名：<<科学饮食与均衡营养>>

13位ISBN编号：9787533518486

10位ISBN编号：7533518489

出版时间：2001-09

出版时间：福建科学技术出版社

作者：约翰

页数：105

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>

## <<科学饮食与均衡营养>>

### 内容概要

本书分为六大部分，各部分分别探讨不同的身体功能及其对健康的作用，如能量获取、心脏、消化系统、体重控制和免疫系统等。

## <<科学饮食与均衡营养>>

### 书籍目录

#### 引言

#### 1.从食物中获取能量

##### 1.1 能量的产生

##### 1.2 能量的储存

.....

#### 2.有益于心脏健康的饮食

##### 2.1 什么是冠心病

.....

#### 3.有益于消化功能的饮食

##### 3.1 消化系统如何运转

.....

#### 4.控制体重的饮食

##### 4.1 健康的体重

.....

#### 5.有益于免疫系统的饮食

##### 5.1 免疫系统

.....

#### 6.食物的采购和加工

##### 6.1 食物的采购

.....

<<科学饮食与均衡营养>>

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>