

<<青少年儿童营养食谱>>

图书基本信息

书名：<<青少年儿童营养食谱>>

13位ISBN编号：9787538006308

10位ISBN编号：7538006303

出版时间：1999-4

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：田和光，杨淮，范启端 编著

页数：385

字数：300000

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>

<<青少年儿童营养食谱>>

内容概要

青少年儿童的膳食结构是否科学，是否能保证他们生长发育所必需的营养素的质和量，是关系到他们一生的体力、智力发展的大事。

如一代青少年儿童的营养得不到保证，也会影响到全民族身体素质的提高。

本书主要详细介绍青少年儿童所需营养素、蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质、水、科学烹调、科学烹制、合理调配、婴幼儿食谱、婴儿食谱、幼儿食谱等内容。

<<青少年儿童营养食谱>>

书籍目录

第一章 青少年儿童所需营养素 第一节 蛋白质 第二节 碳水化合物 第三节 脂肪 第四节 维生素 第五节 质 第六节 水 第二章 科学烹调 第一节 科学烹制 第二节 合理调配 第三章 婴幼儿食谱 第一节 婴儿食
节 幼儿食谱 第四章 学龄儿童和青少年食谱 第一节 凉菜 第二节 素菜 第三节 肉菜 第四节 汤 第五节
五章 健脑健体增高食谱 第一节 健脑食谱 第二节 健体增高食谱 第六章 营养过剩与营养缺乏食谱 第一节
肥胖症者食谱 第二节 营养缺乏者食谱

<<青少年儿童营养食谱>>

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>