

<<图解食物药物健康搭配与禁忌>>

图书基本信息

书名：<<图解食物药物健康搭配与禁忌>>

13位ISBN编号：9787543931244

10位ISBN编号：7543931249

出版时间：2007-4

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：钱永宁

页数：289

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>

## <<图解食物药物健康搭配与禁忌>>

### 内容概要

人类自古以来，就有“民以食为天”之说。

天地生全，饮食为第一要务。

食物与食物之间，食物与药物之间存在着相互对抗、相互制约的关系。

如果搭配不当，既不利于人体对营养物质的吸收利用，抵消了食物各自的营养价值，还会降低药物的应有药效，甚至还会发生中毒或产生各种不良反应，对人体健康不利。

本书用简明扼要的图片 and 短语，阐述食物与食物，食物与药物之间的关系，让广大家庭主妇在选择、搭配食物，烹饪佳肴时，对食物营养的合理应用有所参考与帮助。

## <<图解食物药物健康搭配与禁忌>>

### 书籍目录

忌 肉、禽、蛋与相关食物相克 水产品与相关食物相克 蔬菜与相关食物相克 水果与相关食物相克  
调料与相关食物相克 饮品与相关食物相克 谷物类与相关食物相克 常见中药与相关食物相克  
常见西药与相关食物相克宜 肉、禽、蛋与相关食物相宜 水产品与相关食物相宜 蔬菜与相关食物相宜  
水果与相关食物相宜 调料与相关食物相宜 饮品与相关食物相宜

<<图解食物药物健康搭配与禁忌>>

章节摘录

插图

<<图解食物药物健康搭配与禁忌>>

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>