

图书基本信息

书名：<<食品的真相:家庭日常膳食营养分析手册(平装)>>

13位ISBN编号：9787544302937

10位ISBN编号：7544302938

出版时间：1900-01-01

出版时间：海南出版社

作者：东方家庭营养研究会编

页数：672

字数：487000

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>

<<食品真相:家庭日常膳食营养分析手>>

内容概要

这是一本包罗万象的日常食品营养百科，由华夏家庭营养研究会一批著名食品营养专家、医学博士、物级厨师共同执笔完成，集千年中国传统养生、食疗经验与现代营养学最新研究成果之大成。书中对数百种日常生活中常见的食品的补益损忌，从传统中医与现代科学的角度，进行了全面透彻的营养分析，为我们现代人规划科学的饮食方案，安排与调整均衡的膳食营养结构，提供了不可多得的权威指志。

书籍目录

- 第一章 膳食营养对人体的作用
- 第二章 粮谷类食品
- 第三章 豆类及其制品
- 第四章 畜、禽、肉类食品
- 第五章 蛋类和蛋制品
- 第六章 鱼类及其它水产类食品
- 第七章 蔬菜类食品
- 第八章 水果、干果类食品
- 第九章 酒类及非酒精饮料
- 第十章 奶类和乳类制品
- 第十一章 调味品
- 附录一 食品营养成分的计算
- 附录二 日常食品一般营养成分(全国代表值)

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>