

<<家庭饮食禁忌>>

图书基本信息

书名：<<家庭饮食禁忌>>

13位ISBN编号：9787801216977

10位ISBN编号：7801216970

出版时间：2005-6

出版时间：军事医学科学出版社

作者：苗明三 王晓田 编

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>

## <<家庭饮食禁忌>>

### 内容概要

“民以食为天”，饮食是人类生存的根本。

饮食种类和质量密切关系人类健康，从古至今人类都非常关心饮食健康。

随着生活水平的提高，人们注意了饮食的营养、口味、色泽，但往往忽视了食物的禁忌相克。

长期日常饮食搭配不合理，食物产生相克相恶，同样会影响人们的健康。

为了提高人们的生活质量，减少因食致病，强化食疗防病。

我们参考多部名著，总结生活经验，编写出《家庭饮食禁忌》，内容包括蔬菜类、果品类、谷物类、肉蛋类、水产类、调味口等。

有些古书记载内容可能缺乏现代科学依据，但为了整体反映古代曾有的饮食禁忌，一并列出，仅供读者参考。

<<家庭饮食禁忌>>

书籍目录

蔬菜类果品类水产类调味品谷物类肉蛋类

## <<家庭饮食禁忌>>

### 媒体关注与评论

书评《黄帝内经·素问》云：大毒治病，十去其六，常毒治病，十去其七，小毒治病，十去其八，无毒治病，十去其九，谷肉果菜，食养尽之，无使过之，伤其正也。

<<家庭饮食禁忌>>

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>