

<<滋补有窍门>>

图书基本信息

书名：<<滋补有窍门>>

13位ISBN编号：9787805937526

10位ISBN编号：7805937524

出版时间：2004-1

出版时间：同心出版社

作者：漆洁

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>

## <<滋补有窍门>>

### 内容概要

随着非典的过去，以现代分餐制为代表的一场饮食革命正在全国兴起。如何在家庭内部实用行科学分餐、营养配餐、卫生就餐，如何使家庭用餐、工作用餐以及朋友聚餐符合人们日益增长的营养卫生、色香味俱全的需要，这正是本书所要着重介绍的内容。

漆洁，1963年出生，1988年获中国中医研究院医学硕士学位。现任中华全国中医科普学会常务理事，北京中医药大学副教授。曾在中央人民广播电台、中央电视台、北京电视台参与并主

## <<滋补有窍门>>

### 书籍目录

#### 第一章 进补入门

第一节 什么是补药

第二节 滋补的理由

第三节 补药的种类

第四节 进补的力度

第五节 进补的节奏

第六节 滋补的季节

第七节 滋补的年龄

第八节 峻补与缓补

#### 第二章 人人滋补法

第一节 人人都可以滋补

第二节 老年滋补调理方

第三节 儿童滋养调理方

<<滋补有窍门>>

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>