

《老年食养食疗》

图书基本信息

书名：《老年食养食疗》

13位ISBN编号：9787538010763

10位ISBN编号：7538010769

出版时间：2003年1月1日

出版社：第1版 (2003年1月1日)

作者：张家林编

页数：299

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《老年食养食疗》

内容概要

为了满足广大老年朋友的需求，《老年食养食疗》一书从大家最关心的问题入手，围绕健康长寿这个中心话题，就饮食调养与健康长寿的关系，从增加营养、维护身体健康和常见病防治等多种角度介绍了不同的饮食调养方式方法，并从众多的资料中和民间筛选了一批既实用又简便易行的康寿食谱，加以科学排列编入书中，供广大老年朋友在日常生活中参考。《老年食养食疗》一书是老年朋友生活保健的好参谋和良师益友。

在《老年食养食疗》一书的编写过程中，编者参考了大量的传统资料和有关食谱教材，并得到了有关营养专家和不少著名厨师的大力支持、指导和帮助，使这部书更具权威性、实用性和操作性。

《老年食养食疗》

书籍目录

- 第一章 老年人的生理与心理
- 第二章 营养与长寿
- 第三章 老年人的营养
- 第四章 老年人食补与健康
- 第五章 老年人常见病的饮食调养
- 第六章 老年人的补益食物

《老年食养食疗》

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：www.tushu000.com