

# 《家庭保健食谱》

## 图书基本信息

书名：《家庭保健食谱》

13位ISBN编号：9787534117671

10位ISBN编号：7534117674

出版时间：2003-4

出版社：浙江科学技术出版社

作者：

页数：587

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](http://www.tushu000.com)

# 《家庭保健食谱》

## 内容概要

本书主要按照各年龄阶段食谱、特殊人群食谱、四季食谱，分类介绍了各类家庭保健饭菜的做法，并介绍了一些饮食保健和烹调知识。

全书内容分位四部分，不仅内容相连，而且充分体现了每一部分内容的系统性和完整性。各年龄阶段食谱按照年龄状况系统地分为幼儿期食谱、少儿期食谱、青春期食谱、青壮年食谱、中年食谱和老年食谱。每个阶段又严格按照菜点操作过程（原料、烹制方法、操作要领、食疗功效、营养分析和提高），从而体现了该食谱系统性的特点。

# 《家庭保健食谱》

## 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](http://www.tushu000.com)