

《常见生活习惯误区图解》

图书基本信息

书名：《常见生活习惯误区图解》

13位ISBN编号：9787535751522

10位ISBN编号：7535751520

出版时间：2008-4

出版社：湖南科技

作者：北京食物营养研究组

页数：8

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

《常见生活习惯误区图解》

内容概要

《常见生活习惯误区图解》主要内容：吃酒席用酒消毒碗筷、筷子无寿命、用卫生纸、毛巾擦拭餐具或水果、购回蔬菜存在家里慢慢吃、炒菜不洗锅、用塑料袋盛装高温食品、将变质食物煮沸后再吃、直接用自来水煮米饭、多吃植物油利于长寿、加了添加剂的食品一定有害等。

《常见生活习惯误区图解》

书籍目录

1 吃酒席用酒消毒碗筷2 筷子无寿命3 用卫生纸、毛巾擦拭餐具或水果4 购回蔬菜存在家里慢慢吃5 炒菜不洗锅6 用塑料袋盛装高温食品7 将变质食物煮沸后再吃8 直接用自来水煮米饭9 多吃植物油利于长寿10 加了添加剂的食品一定有害11 饭后马上吃水果12 把水果烂的部分剥掉再吃13 水果代替蔬菜14 果汁代替水果15 夏天西瓜放入冰箱久冻后拿出来马上吃16 鸡蛋买回来后直接放进冰箱17 白开水无论放多久都能饮用18 饮用水越纯净越好19 久烧开水最干净20 一杯茶从早泡到晚.....

《常见生活习惯误区图解》

章节摘录

插图：

《常见生活习惯误区图解》

编辑推荐

《常见生活习惯误区图解》由湖南科技出版社出版。

《常见生活习惯误区图解》

精彩短评

1、没想到是一张卡片状的，不过还挺划算的。

《常见生活习惯误区图解》

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