

《膳食指南》

图书基本信息

书名：《膳食指南》

13位ISBN编号：9787506236997

10位ISBN编号：7506236990

出版时间：1998-06

出版社：世界图书出版公司

页数：283

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

书籍目录

目录

第一章 膳食结构与膳食指南

- 一、食物类型与膳食结构
- 二、世界食物类型与膳食结构
- 三、中国食物类型及调整方向
- 四、北京膳食结构特点及调整方向
- 五、膳食指南

第二章 膳食结构与疾病谱

- 一、膳食结构与疾病
- 二、北京的疾病谱
- 三、大力开展合理膳食健康教育

附：中国营养改善行动计划

第三章 平衡膳食与合理烹调

- 一、营养素的种类与功能
- 二、营养素的需要量与供给量
- 三、各类食物的营养特点
- 四、平衡膳食的概念与类型
- 五、平衡膳食的基本指标
- 六、设计平衡膳食的步骤
- 七、合理烹调在平衡膳食中的意义

第四章 各类人群平衡膳食要点

- 一、幼儿期平衡膳食
- 二、儿童、青少年期平衡膳食
- 三、普通成人平衡膳食
- 四、妊娠期平衡膳食
- 五、哺乳期平衡膳食
- 六、更年期平衡膳食
- 七、老年期平衡膳食
- 八、脑力劳动者平衡膳食
- 九、特殊作业者平衡膳食

第五章 食谱范例

- 一、学龄前儿童平衡膳食食谱范例（10例）
- 二、小学生平衡膳食食谱范例（10例）
- 三、中学生平衡膳食食谱范例（10例）
- 四、大学生平衡膳食食谱范例（10例）
- 五、孕妇平衡膳食食谱范例（10例）
- 六、乳母平衡膳食食谱范例（10例）
- 七、更年期平衡膳食食谱范例（10例）
- 八、老年人平衡膳食食谱范例（10例）
- 九、机关干部平衡膳食食谱范例（10例）
- 十、脑力劳动者平衡膳食食谱范例（10例）

精彩短评

1、幸福的、痛苦的2004-2005

《膳食指南》

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