

# 《饮食保健学》

## 图书基本信息

书名：《饮食保健学》

13位ISBN编号：9787810101653

10位ISBN编号：781010165X

出版时间：1998-06

出版社：上海中医药大学出版社

页数：288

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)

## 书籍目录

### 目录

- 第一章 营养素与人体健康
  - 第一节 蛋白质 生命的物质基础
  - 第二节 脂肪 供给热能的营养素
  - 第三节 碳水化合物(糖类) 生命的燃料
  - 第四节 维生素 生物催化剂
  - 第五节 无机盐和微量元素
  - 第六节 水与生命
  - 第七节 热能与营养
- 第二章 各类食品的性能及营养
  - 第一节 谷类营养漫谈
  - 第二节 蔬菜的性能及营养
  - 第三节 水果的性能及营养
  - 第四节 蛋类的性能及营养
  - 第五节 豆类及油料作物
  - 第六节 奶类的性能及营养
  - 第七节 畜禽肉类的性能及营养
  - 第八节 鱼类及水产品的性能及营养
- 第三章 烹饪中的营养
  - 第一节 食物原料加工与营养
  - 第二节 食物烹制技术与营养科学
  - 第三节 调味与健康
- 第四章 不同人群的食养
  - 第一节 正常人应怎样合理安排膳食
  - 第二节 孕产妇的营养与保健
  - 第三节 婴幼儿饮食保健
  - 第四节 月经期、更年期妇女的饮食保健
  - 第五节 中年人的饮食与保健
  - 第六节 老年人的饮食与保健
- 第五章 不同环境下工作人员的食养
  - 第一节 各种体育锻炼时的营养与保健
  - 第二节 高温作业者的饮食营养
  - 第三节 在低温环境中的饮食营养
  - 第四节 在各种污染环境下的饮食调理
  - 第五节 改变正常生活环境人员的饮食调养
  - 第六节 不同运行中驾驶人员的饮食保健
  - 第七节 煤矿工人的饮食保健
  - 第八节 从事农业劳动人员的膳食营养
- 第六章 常见疾病康复期的饮食保健
  - 第一节 饮食控制与冠心病的防治
  - 第二节 糖尿病人的饮食保健
  - 第三节 胃和十二指肠溃疡病人的饮食调理
  - 第四节 病毒性肝炎的饮食治疗
  - 第五节 肝硬变病人的饮食安排
  - 第六节 高血压病的饮食防治
- 第七章 食品卫生与保健
  - 第一节 粮食、豆类食品的卫生与保健的关系

第二节 蔬菜、水果类食物卫生与保健的关系

第三节 肉类食品卫生与保健的关系

第四节 奶类食品卫生与保健的关系

第五节 鱼类食品卫生与保健的关系

第六节 禽肉和蛋类食品卫生与保健的关系

第七节 罐头食品卫生与保健的关系

主要参考文献

# 《饮食保健学》

## 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)