

《白領保健食譜》

图书基本信息

书名：《白領保健食譜》

13位ISBN编号：9789621441089

10位ISBN编号：9621441080

出版时间：2010-2

出版社：f里

页数：126

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

《白領保健食譜》

內容概要

本書從中醫及營養學角度指出食物對不同健康問題的作用，並針對常見的上班族毛病，例如壓力過大、血液循環欠佳、電腦病、營養不良、熬夜及煙酒過多、女士問題、惶恐情緒等，介紹50個調理五臟的食譜，期望大家花一點時間選擇有益的食物，享受烹飪的樂趣。

作者簡介

余寶珠現任
香港浸會大學
浸大中醫研究所總經理學歷
香港大學文學士
澳洲新南威爾斯大學工商管理碩士
香港大學專業進修學院-針灸學文憑
香港大學專業進修學院-中醫學文憑其他學歷
WONMP自然療法治療師
NLP身心語言程式 / 催眠執行師
日本小源流花道教授
香港太極總會楊式太極教練

《白領保健食譜》

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