

# 《大众保健菜》

## 图书基本信息

书名：《大众保健菜》

13位ISBN编号：9787807598176

10位ISBN编号：7807598174

出版时间：2009-5

作者：《实用生活》编委会

页数：95

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)

# 《大众保健菜》

## 内容概要

很多人们为了合理调整营养结构放弃了在饭店中就餐，走进了自家的厨房，为自己精心打造美味、健康的保健菜。想要达到既吃饱又吃好的饮食要求，则需要掌握烹饪技巧。《大众保健菜》针对大众的饮食需要，汇集了300道美味菜肴，图文并茂，做法简单易学。在此基础上，增加了每种菜肴所含的营养价值、保健功效和制作窍门，让您做菜学知识，享受从内而外的健康。

# 《大众保健菜》

## 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)