

《紫色营养配餐》

图书基本信息

书名：《紫色营养配餐》

13位ISBN编号：9787538150858

10位ISBN编号：7538150854

出版时间：2007-1

出版社：辽宁科技

作者：孙明杰

页数：111

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

《紫色营养配餐》

内容概要

本书根据身体需要科学选择常见的紫色营养食物,精选了37种紫色食物营养解密,家庭一周七色食物营养配餐方案.

《紫色营养配餐》

作者简介

孙明杰，中南大学教授；江苏联环药业集团董事局主席、威尔曼新药开发中心集团董事局主席、中国药科大学董事局副主席、中国伟哥之父、亚太医学药学会会长、药物化学专门委员会主任、全国优秀大学生研究基金会主任；世界华人协会常务理事；香港《凤凰生活》杂志出品人、总编辑。

《紫色营养配餐》

书籍目录

第一章 凤凰健康顾问：走近紫色营养食物 食物营养与食物颜色的关系 根据身体需要选择食物颜色 常见的紫色营养食物第二章 凤凰营养专家：紫色食物营养解密 葡萄 蛇果 洋葱 李子 茄子 菱角 西梅 山竹 桑葚 甘蔗 芡实 紫樱桃 紫米 杨梅 紫皮大蒜 紫苋菜 紫玉米 紫豇豆 芋头 紫椰菜 红菜薹 蕨菜 薰衣草 紫丁香 紫玫瑰 紫罗兰 千日红 紫荆花 紫苏 紫心番薯 紫菜椒 红酒 花椒 蜂胶 无花果 甜菜根 紫背菜第三章 凤凰知食分子：家庭健康色彩食方——七色食物营养配餐 B族维生素简介 星期一七色营养配餐 星期二七色营养配餐 星期三七色营养配餐 星期四七色营养配餐 星期五七色营养配餐 星期六七色营养配餐 星期日七色营养配餐

《紫色营养配餐》

精彩短评

- 1、不错,就是有点贵,要是折头再低点就更好了

《紫色营养配餐》

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