

《什么食物适合你》

图书基本信息

书名：《什么食物适合你》

13位ISBN编号：9787509105641

10位ISBN编号：7509105641

出版时间：2006-11

出版社：人民军医出版社

作者：苗明三

页数：37

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

《什么食物适合你》

内容概要

本书共收录了粮食类、肉蛋类、豆类及豆制品类、蔬菜类、水产品、水果类、坚果类、调味品类、野菜类、饮料类、中药类共11类食品，并对每种食品的性能性味、功用与作用、适宜配伍、禁忌配伍、适宜食用的人群和病证以及不宜食用的人群和病证做了简要介绍。本书内容丰富，条理清晰，可供广大读者阅读。

《什么食物适合你》

作者简介

苗明三，男，1965年3月生，中药学博士、教授。现为河南中医学院院长，河南省优秀专家、河南中医学院中药研究所所长，中国实验动物学会常务理事、全国中药教育专业委员会副主任委员、河南中药专业委员会主任委员。被聘为《中国中药杂志》、《中国实验动物学报》等刊物编委。

《什么食物适合你》

书籍目录

一、粮食类二、肉蛋类三、豆类及豆制品类四、蔬菜类五、水产品类六、水果类七、坚果类八、调味品类九、野菜类十、饮料类十一、中药类

《什么食物适合你》

编辑推荐

本书共收录了粮食类、肉蛋类、豆类及豆制品类、蔬菜类、水产品、水果类、坚果类、调味品类、野菜类、饮料类、中药类共11类食品，并对每种食品的性能性味、功用与作用、适宜配伍、禁忌配伍、适宜食用的人群和病证以及不宜食用的人群和病证做了简要介绍。本书内容丰富，条理清晰，可供广大读者阅读。

《什么食物适合你》

精彩短评

1、看了这本书，还是有了很多的收获，唯一的问题是，作者认为牛肉不适宜与土豆搭配，而土豆适宜与牛肉搭配是怎么回事呢？

《什么食物适合你》

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