

《糖尿病不愁吃》

图书基本信息

书名：《糖尿病不愁吃》

13位ISBN编号：9787538144178

10位ISBN编号：753814417X

出版时间：2005-5

出版社：辽宁科学技术出版社

作者：台北市立万芳医院营养师

页数：84

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

《糖尿病不愁吃》

内容概要

在本院营养咨询门诊的患者中，85%以上是咨询糖尿病的饮食问题。营养师通常是指导患者掌握正确的饮食原则、食物的分量及代换等，再依各自的状况调整饮食内容；但是很多人都会以为找营养师开份营养菜单，然后照着吃就可以把血糖控制好，殊不知，还应配合药物及运动才能更好地控制血糖。

本书从认识糖尿病、饮食控制原则、健康烹调、节庆饮食等基本概念循序渐进地进行论述，让大家对糖尿病有清楚的认识及了解。本书由营养师与厨师共同设计了一系列的餐点及食谱示范，让患者可以吃得美味与健康，更期望读者能因此而更有生活品质，进而将血糖控制在理想的范围内。

《糖尿病不愁吃》

书籍目录

认识糖尿病有效控制病情 并发症不来六大类食物和分量代换美味烹调新主张糖尿病患者的节庆饮食
糖尿病患者的疑虑如何使用本书早餐 黄金豆饼和豆浆 全麦鲔鱼三明治和拿铁咖啡 蒸饺和豆浆 饭
团和黑豆浆 五谷奶 香脆卷饼和薏苡仁浆 皮蛋瘦肉燕麦粥和凉拌小黄瓜 厚片比萨和低热量酸奶
主食 三色寿司 锅烧乌龙面 茶油面线 山药枸杞子饭 菇香炖饭 紫米卷心菜饭 金瓜米粉 百
合莲子粥 夏威夷炒饭 凉拌荞麦面主菜 五味鱿鱼 四季猪肉卷 迷迭香鸡腿 白果鱼柳 水晶鸡
参须炖素鳗 虾丸子 柠檬鱼 蚝油素鱼排 砂锅牛肉 药膳排骨 镶豆腐 清蒸虾 豆包卷三丝
副菜 椒盐茭白笋 奶油焗白菜 芦笋百合 素肉丝炒金针花 西芹烩秀珍菇 东坡素肉 白玉瑶柱
芥末鸡丝 黄金福寿袋 三杯素肚汤品 味噌蔬菜汤 冬瓜蛤蜊汤 苦瓜小排骨汤 活力番茄汤
养生鲜菇汤 萝卜竹荪汤点心 / 饮品 珍珠奶茶 菊花蜂蜜水 养生茶 五色水果银耳汤 咖啡牛奶
冰砂 风味番茄

《糖尿病不愁吃》

精彩短评

1、买了没啥用的本来买了想照这给家人做做看结果一点都没兴趣了

《糖尿病不愁吃》

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