

《健康百味系列丛书》

图书基本信息

书名：《健康百味系列丛书》

13位ISBN编号：9787563421756

10位ISBN编号：7563421750

出版时间：2006-1

出版社：延边大学出版社

作者：《健康百味》编委会 编

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

内容概要

《孕产妇营养餐100例》主要内容有：孕期食谱、菠萝鸡肫、砂仁鲫鱼、酥炸核桃仁、土豆烧牛肉、糖醋带鱼、鸡蛋炒韭菜、琵琶豆腐、鲜果什锦、木耳鸭肝烩、羊肉冬瓜汤、莲藕排骨汤等。

书籍目录

春季养生菜 爽口木耳 萝卜白菜汤 黄瓜拌绿豆芽 油焖春笋 芹菜炒腰花 生炒茼蒿肉丝 鳝鱼的粉丝 菜花炒虾球 百合炒芹菜 野菜豆腐丸子 里脊三片场夏季养生菜 荷花西红柿 生拌茼蒿 椒泥茄子 麻酱凤尾 菊花豇豆 牛肉末炒酸豇豆 咸蛋黄炒苦瓜 苦尽甘来 白果丝瓜 海带丝炖老鸭 冬瓜丸子汤秋季养生菜 虾干拌白菜 沙锅纯菜心 炆炒卷心菜 脆椒鲜藕丝 三鲜菠菜 金钩红嘴玉 芙蓉菜花 红酒浸雪梨 玉米猪排 银丝大闸蟹 绿豆炖老鸡科季养生菜 农家肚片 胡萝卜炒鸡蛋 韭菜炒羊肝 腊肉土豆泥 山楂萝卜卡羊肉煲 白胡椒煨猪肚 栗子烩白菜 云吞炖乳鸽 萝卜丝鲫鱼汤 人参炖老鹅 鱼汤金针肥牛卷 春季养生菜夏季养生菜秋季养生菜冬季养生菜附录

精彩短评

- 1、书的质量不错，尚未有时间实践，物有所值。
- 2、后悔买这本书了，在家乐福只要3元哦！
- 3、比清粥小菜要复杂点，呵呵，适合没啥做菜经验的人
- 4、我正在用呢，没事就翻看，还是很不错的！
- 5、很不错~~~~!
- 6、但讲述的粗略点,但还不错,够用!
- 7、挺适合二人的，简单易学，写得也很明白
- 8、这本书很贴切我的生活！特别喜欢
- 9、二个人开伙这个挺好滴按着书有所简化操作还不错~
- 10、可以照着书好好在厨房比划比划了
- 11、2006 延边大学
- 12、感觉图片啥蛮漂亮的，呵呵！！
- 13、实践最重要
- 14、同事们正传着看呢！挺好的，很实用

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