

《老年时尚饮食保健》

图书基本信息

书名：《老年时尚饮食保健》

13位ISBN编号：9787501177660

10位ISBN编号：750117766X

出版时间：2007-1

出版社：新华出版社

作者：王海泉

页数：363

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

《老年时尚饮食保健》

内容概要

本书内容有：关爱夕阳红、瞭望各色食物、老有所爱，美食飘香、季节膳食不能忘、打开时尚之窗、节日餐物语——保健并陶醉着、特别的菜给特别的你等。

《老年时尚饮食保健》

书籍目录

第一章 关爱夕阳红 第一节 夕阳正红，健康至上 第二节 时尚弄潮，选择最好 第二章 瞭望各色食物 第一节 如数家珍话蔬菜 第二节 漫话肉蛋 第三节 鲜美的水产品 第四节 民以食为天——话说粮食 第五节 形形色色的水果 第六节 常用滋补品 第三章 老有所爱，美食飘香 第一节 抗皱养颜，活力永驻 第二节 固齿益寿，颐美天年 第三节 护脑健脑，益智清神 第四章 季节膳食不能忘 第一节 春意融融，沁人心脾 第二节 夏日香气，清清我心 第三节 秋季颐养，金色童话 第四节 冬季明暖阳，恋恋美馐 第五章 打开时尚之窗 第一节 祖国各地名吃 第二节 国外饮食集锦 第三节 素食——永远的时尚 第四节 饮食小专柜 第六章 节日餐物语——保健并陶醉着 第一节 新年美食嘉年华 第一节 中秋——欢聚一堂，美味扑鼻 第三节 圣诞节——老少齐欢乐 第四节 情人节——食话食说我爱你 第五节 感恩节——感谢上天的恩赐 第七章 特别的菜给特别的你 第一节 感冒的饮食调养 第二节 慢性支气管炎的饮食调养 第三节 哮喘的饮食调养 第四节 高血压病的饮食调养 第五节 冠心病的饮食调养.....

精彩短评

- 1、讲的很有道理，我会让妈妈按着做的
- 2、给老人买的,比较实用,老人满意.
- 3、好书，父母都喜欢。
- 4、老年的人看着挺好，有的知识还是蛮实用的！
- 5、老年更需要保养,有用的书!
- 6、好书,学一门手艺,回家孝敬父母
- 7、买给父母的，谢谢当当网。
- 8、买来送给父母的，可以增加老人的生活情趣，老人很喜欢
- 9、书内容十分丰富，讲的也很广泛,老人喜欢
- 10、还没有看，相信当当
- 11、买来送给姥爷了，应该还好，很多知识还蛮实用的
- 12、我定了这本书但愿很好吧给老爹定的
- 13、刚到还没看，书质量可以，希望我能从里面学到一些
- 14、每一种食物都做了详细介绍
- 15、值得，好喜欢，不错阿，好好好
- 16、同事给爸爸买的，很满意。
- 17、带回家看
- 18、是买给家人的，看了还不错
- 19、买给父母的，希望爸爸妈妈能够健健康康。
- 20、挺好的，给父母的书，慢慢看
- 21、老人很喜欢！
- 22、初印象一般
- 23、买给老人看的，还可以吧
- 24、老爸看了很喜欢,内容全面,适用
- 25、父母很喜欢，对身体也有益的好书
- 26、送父母的
- 27、这本书中有不少知识点。介绍了各种食品的营养价值、保健作用，以及一些家常菜的烧法，不光对老年人有用，对家庭主妇也比较实用，可以变着花样烧菜，很好。
- 28、图便宜,后悔了,拿在手里就不想看了
- 29、老年时尚饮食保健 要多关注
- 30、这类书也不少了，就是随便看看，主要是便宜
- 31、还不错，老妈喜欢
- 32、人一定要活到老学到老
- 33、父母看了说不错，
- 34、写的比较的空洞，不太实用
- 35、还没看呢，昨天到货的。
- 36、虽然还没到老年，但里面的菜式花样繁多，学习学习。
- 37、为老人健康，买来看看也不错
- 38、送给我爸的，他挺喜欢的
- 39、希望他们健康快乐！
- 40、引导老年人注重生活的健康，为老年生活注入新鲜和活力，改变老年人生活乏味的感受，让老人也能跟上时尚，吃出营养，吃出健康，我喜欢！
- 41、食谱不怎么样
- 42、给父母看
- 43、内容很全面很适合各年龄段的人饮食保健用
- 44、全社会都应该关心老年人的健康。提高老年人的生命素质，使之健康长寿，幸福得渡过晚年，是全社会医务工作者尤其是老年人本身及其家属责无旁贷的迫切任务。并且，随着人们文化素质的提高

《老年时尚饮食保健》

，医学知识的普及，有些老年病在医师的指导下可在家中得到治愈和预防，为此编写了此书，着重介绍了老年时尚饮食保健，希望给老年朋友以帮助。

本书适合离退休老前辈、辛苦为家庭操劳一生的爸爸妈妈、爷爷奶奶等老人阅读。愿老年人与社会发展进步同行，同步享受伴随社会发展进步而来的现代时尚生活。

45、给爷爷奶奶买的 说还可以 就是书当中一些食谱有点太不日常了 不现实 当看着了解玩吧

46、不错的书，很喜欢。有实用价值。

47、妈妈在看了，感觉不错

48、买给父母的书，自己没看，因为，把父母放在心上，老人开心。

49、妈妈觉得很好

50、这本书不错，给爸妈看

51、没看过内容，希望还不错

52、从营养到保健，挺全面。老年人喜欢的书。

53、很实用，对平时膳食有指导作用，而且做活动买超值。

54、老人菜谱

55、买给爸妈的，他们很喜欢

56、为了爸妈的健康，希望爸妈能为自己的身体多着想一些

《老年时尚饮食保健》

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