

# 《四季保健食谱》

## 图书基本信息

书名：《四季保健食谱》

13位ISBN编号：9787504825087

10位ISBN编号：7504825085

出版时间：1999-04

出版社：农村读物出版社

作者：黄文哲,等

页数：149

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《四季保健食谱》

## 内容概要

### 本书前言

生活中常食用的植物，很多既是菜肴原料，又是药材。将食物的保健药用性突出，是本书的特点。本书根据春夏秋冬四季的变化，根据动植物的保健药用性，调剂成各种口味的菜肴。本书详细介绍了各类食品的不同食用方法和疗效，紧密结合营养学原理，针对普通家庭的实际情况，介绍了各种菜肴的制作方法，简便易行。各种身体状况的人可根据本书选择食谱。此书立意新颖，角度独特，适应面广，实为一本很好

# 《四季保健食谱》

## 书籍目录

# 《四季保健食谱》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)