

《孕产妇美味保健食谱》

图书基本信息

书名：《孕产妇美味保健食谱》

13位ISBN编号：9787122010438

10位ISBN编号：7122010430

出版时间：2008-1

出版社：化学工业出版社

作者：吴杰,李晶

页数：233

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

《孕产妇美味保健食谱》

内容概要

《孕产妇美味保健食谱》根据孕产妇的生理变化和营养要求，精心择选出200多款口味各异、针对性强的菜肴及主食食谱。通过具体阐述食谱的用料配比、菜肴（主食）效用、制作方法、操作小贴士以及营与功效，体现了丰富的特色饮食文化和作者独到的食疗理念，适合广大孕产妇及其家属参考。

《孕产妇美味保健食谱》

书籍目录

孕期食谱 三丝蒸鲫鱼 兰花猴头肉烧卖 砂仁猴头炖鲫鱼 猪肉玉米粒烧卖 浇汁鱼藕 猪肉青椒
馅饺子 玉翠鲫鱼 鸡肉黄瓜馅饺子 香煎带鱼 玉面猪肉饺 三色鲤鱼丸汤 熏肉鲜蘑蒸饺 豆芽
烧鲤鱼 双耳鱼肉饺 清蒸鲈鱼 牛奶荷包蛋面 翡翠蜆皮 葱香肉饺 多味蜆皮 西红柿肉饺 黑
白生蚝 鱿鱼玉米饺 蛋香鱼虾丸 蚌肉黄面片 香鲜虾丸 鲈鱼蒸饺 鸡肉炒海带 猪肉芹菜馄饨
滑炒脆绿仔鸡 砂仁牛肉包 卤鸡胗 酥炸果仁包 鸡丁炒青椒 黄面五仁包 胗米炖油菜 牛肉
青椒芹菜包 菜花鸡翅 鸡肉香菇萝卜包 鸡肉蛋卷汤 枣红包子 鸭肉炒花菜 海参鸡鸭糯米包
鸭肉火腿炒豆芽 鸡兔黑面包 兔肉烧香菇 黑色肉包.....产后食谱

《孕产妇美味保健食谱》

编辑推荐

《孕产妇美味保健食谱》是美味保健食谱系列。

《孕产妇美味保健食谱》

精彩短评

1、拿到书简单的翻了一下，菜式挺丰富，都是些家常菜式，做起来不会很麻烦。如果能有点图片就好了。

《孕产妇美味保健食谱》

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