

《聰明人的養生飲食》

图书基本信息

书名：《聰明人的養生飲食》

13位ISBN编号：9789866266010

10位ISBN编号：986626601X

出版时间：2010-6

作者：霍軍生

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

《聰明人的養生飲食》

內容概要

top

本書特色

聰明人才懂的十大飲食平衡法則！

怎樣才能吃的好又吃的健康？

在垃圾食物堆滿體內的時代，你需要罩子放亮點，懂得養生飲食的祕密。

當個善待自己的聰明人吧！

你可以不用像隻牛只吃草，你可以不用一點調味料都不沾的食之無味，只要……

掌握飲食專家告訴你的料理要點！

簡單食譜輕鬆上菜：

呼吸系統疾病 消化系統疾病 心腦血管疾病 四季調養

改善數種慢性疾病的最佳飲食

《聰明人的養生飲食》

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