

饮食减肥热量图谱



作者：养生堂编委会编

出版社：北京：中国轻工业出版社

出版日期：2005.07

总页数：159

介绍：本书以画册的形式，向你全面呈现了：500种食材的热量指标，100款快餐的热量值，50种零食不同卡值，10余种火锅美食至肥陷阱。帮助你认识、理解食物所含的热量与脂肪，有助于成功地控制体重。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/11439282.html>）查找全本阅读方式

饮食减肥热量图谱 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/11439282.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/11439282.html>

书名：饮食减肥热量图谱