

食物相宜与相克速查全书



作者：郑育龙编著

出版社：福州：福建科学技术出版社

出版日期：2013.10

总页数：312

介绍：食物搭配中的相宜相克是读者十分感兴趣的话题，相宜的食物会让食物营养价值加倍，而相克的食物互相搭配会降低食物的营养价值或影响营养素的吸收，或对人体健康产生不利的影响。本书为读者介绍了不同食物、不同病症、不同用途、不同年龄、不同职业、不同季节的食物搭配和饮食原则。通过简洁的目录，精美的图片以及一目了然的版式设计，让读者轻松阅读本书就能收获许多关于食物的知识。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13400103.html>）查找全本阅读方式

食物相宜与相克速查全书 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13400103.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13400103.html>

书名：食物相宜与相克速查全书