

不节食也能瘦的营养瘦身餐



作者：廖欣仪主编

出版社：新疆人民卫生出版社

出版日期：2015.09

总页数：187

介绍：本书主要从瘦身计划要怎么拟订，才有效果又容易执行；减肥餐总是平淡无味，有没有美味低卡又容易准备的餐点等几个方面进行阐述，以便让读者早日达成瘦身目标。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/13844278.html>）查找全本阅读方式

不节食也能瘦的营养瘦身餐 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13844278.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13844278.html>

书名：不节食也能瘦的营养瘦身餐