

● 饮食保健丛书 ● 张春荣 周俭 主编

防治大便异常的

饮食保健

李军 胥铭轩 编著

中国林业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

防治大便异常的饮食保健/李军, 胥铭轩编著. —北京: 中国林业出版社, 2003.9

(饮食保健丛书/张春荣, 周俭主编)

ISBN 7-5038-3527-3

I. 防... II. ①李...②胥... III. 肠疾病—食物疗法—食谱
IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 079871 号

出 版: 中国林业出版社 (100009 北京市西城区刘海胡同 7 号)

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn 电话: 66184477

发 行: 全国各地新华书店经销

印 刷: 北京中租胶印厂

制 版: 北京嘉胜天地图文制作有限公司

版 次: 2003 年 9 月第 1 版

印 次: 2003 年 9 月第 1 次

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 2.75

彩 插: 16 面

字 数: 82 千字

印 数: 5000 册

定 价: 12.00 元

早 餐

图1 (见 52 页)



午 餐

图2 (见 52 页)



晚 餐

图3 (见 52 页)



早餐

图4 (见 53 页)



午餐

图5 (见 53 页)

晚餐

图6 (见 53 页)



早餐
图7 (见 54 页)



午餐
图8 (见 54 页)



晚餐
图9 (见 54 页)



早餐
图 10 (见 54 页)



午餐
图 11 (见 54 页)



晚餐
图 12 (见 54 页)





早 餐
图 13 (见 55 页)



午 餐
图 14 (见 55 页)



晚 餐
图 15 (见 55 页)



加 餐
图 16 (见 55 页)

早 餐

图 17 (见 55 页)



午 餐

图 18 (见 55 页)



晚 餐

图 19 (见 56 页)



加 餐

图 20 (见 56 页)

早 餐

图 21 (见 56 页)



午 餐

图 22 (见 56 页)



晚 餐

图 23 (见 56 页)



加 餐

图 24 (见 56 页)



早 餐
图 25 (见 57 页)



午 餐
图 26 (见 57 页)



晚 餐
图 27 (见 57 页)



加 餐
图 28 (见 57 页)

早 餐

图 29 (见 59 页)



午 餐

图 30 (见 59 页)



晚 餐

图 31 (见 59 页)

早 餐

图 32 (见 62 页)



午 餐

图 33 (见 62 页)

晚 餐

图 34 (见 62 页)



早餐

图 35 (见 65 页)



午餐

图 36 (见 65 页)



晚餐

图 37 (见 65 页)





期颐饼
图 38 (见 71 页)



韭菜炒胡桃仁
图 39 (见 71 页)

雪羹汤
图 40 (见 72 页)





橘皮粥
图 41 (见 72 页)



黑芝麻粥
图 42 (见 72 页)

锅焦饼

图 43 (见 72 页)



菱白饼

图 44 (见 73 页)



益脾饼

图 45 (见 73 页)

饭蒸火腿
图 46 (见 73 页)



莲子猪肚
图 47 (见 73 页)



肉寇草果炖乌鸡
图 48 (见 74 页)

