

JianKang CaiPu

健康食谱

张家伟 编著



JianKangCaiPu

健康菜谱

张家伟
编著



上海科技教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

健康菜谱/张家伟编著. —上海: 上海科技教育出版社, 2008.7

ISBN 978-7-5428-4586-3

I. 健... II. 张... III. 保健—菜谱 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 018759 号

健康菜谱

编著 / 张家伟

责任编辑 / 范 汜

装帧设计 / 杨颖皓

出版发行 / 上海世纪出版股份有限公司

上海科技教育出版社

(上海市冠生园路 393 号 邮政编码 200235)

网 址 / www.ewen.cc

www.sste.com

经 销 / 各地新华书店

印 刷 / 常熟文化印刷有限公司

开 本 / 850×1168 1/32

印 张 / 5.375

插 页 / 9

字 数 / 140 000

版 次 / 2008 年 7 月第 1 版

印 次 / 2008 年 7 月第 1 次印刷

印 数 / 1—4 200

书 号 / ISBN 978-7-5428-4586-3/TS·26

定 价 / 12.80 元

● 花生米拌香干



● 火腿拌茭白





● 海帶松

● 溜莴笋丁





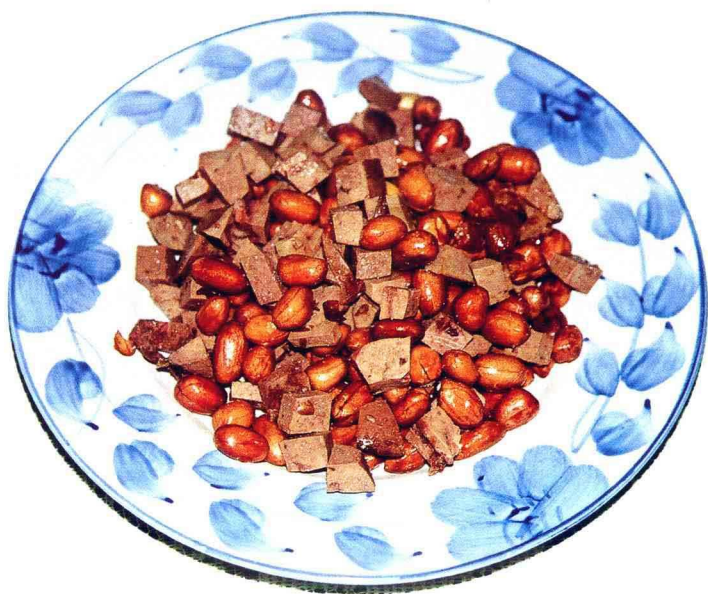
● 乳香南瓜

● 皮冻





● 苦瓜夹肉

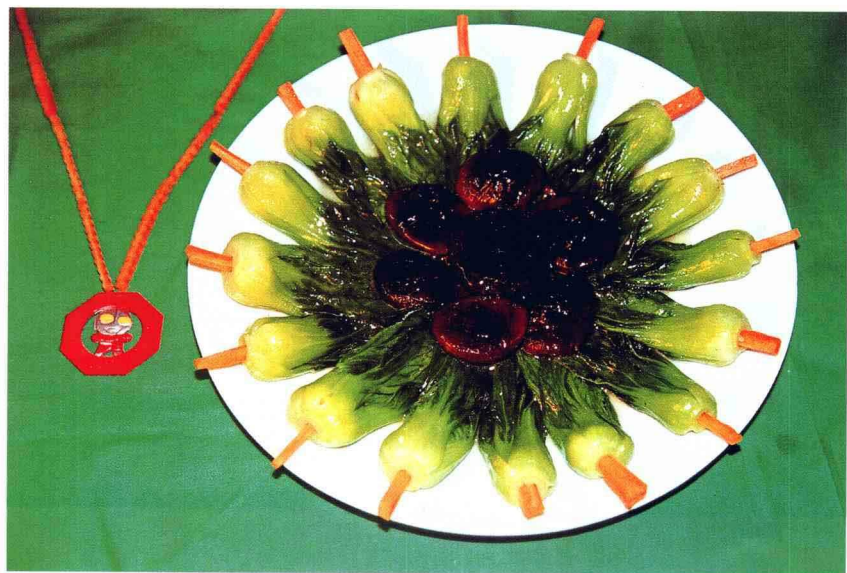


● 羊肝拌花生米



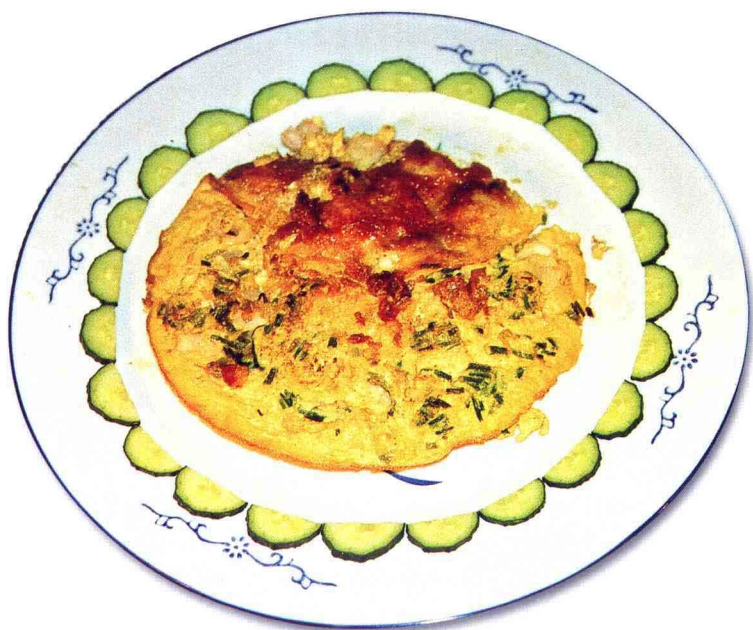
● 笋豆

● 香菇菜心





● 蚝油乳鸽

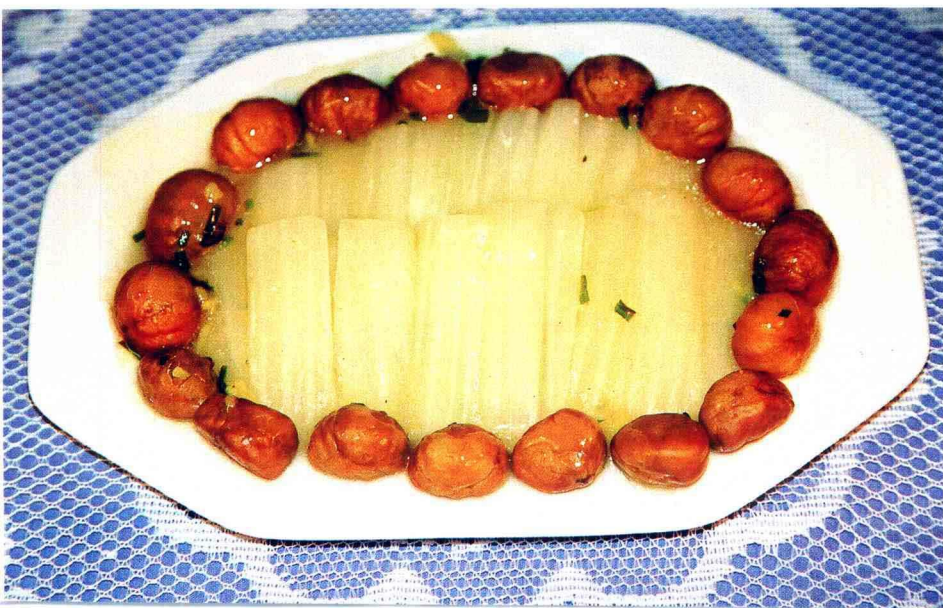


● 煎虾仁蛋饼

● 三色萝卜球



● 栗子扒白菜





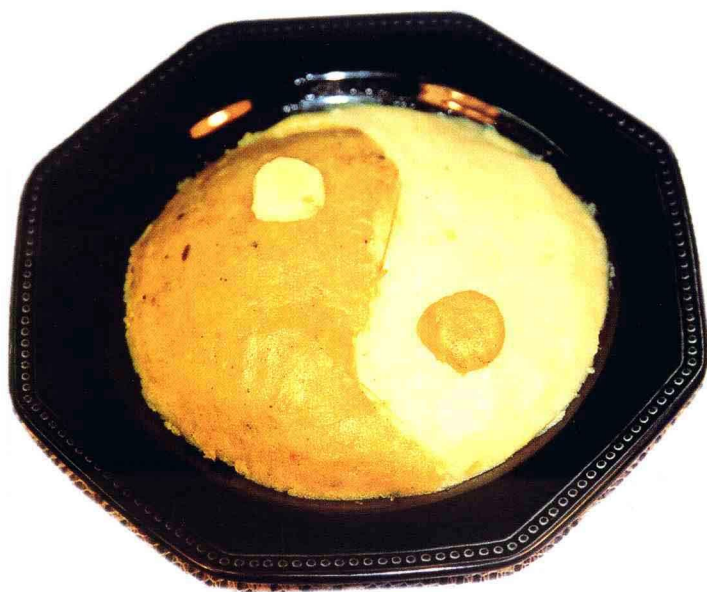
● 玉米烩绿珠

● 咖喱菜花





● 炆黄瓜



● 太极土豆泥



● 鹌鹑葱球盅



● 葱油土豆



● 素烧冬瓜

● 雪菜炒肉丝





● 熬黄花鱼



● 凉拌西瓜皮



● 蜜汁鲜桃

● 豌豆炒鲜蘑





● 扒冬瓜球

● 黄瓜炒鸡蛋

