

荐东营公共营养师培训，东营公共营养讲师，东营健康营养讲师

产品名称	荐东营公共营养师培训，东营公共营养讲师，东营健康营养讲师
公司名称	东营市营养学会
价格	.00/普通
规格参数	
公司地址	东营市东三路237号金辰商务大厦7楼
联系电话	0546-6766759 15954602002

产品详情

【荐】东营公共营养师培训，东营公共营养讲师，东营健康营养讲师-- 东营市营养学会成立于2006年12月6日，是东营市和胜利油田营养科技工作者自愿组成并依法登记的全市性、学术性、非营利性的法人社会团体，是党和政府联系营养科技工作者的桥梁和纽带。素食者的进补经 编辑：Admin
添加时间：2012/05/10 点击：103 以前提到吃素让人联想到的是寺庙里的和尚，现在说的吃素则会想到一群老公公和老婆婆。因为很多中老年朋友认识到大鱼大肉不利于健康。于是乎，他们开始拒绝这些让人感到不舒服的罪魁祸首，转而对素食情有独钟。他们这一举动实在是不明智，这可不是凭空瞎说，而是有事实证明的。某机构曾经对一些寺庙的僧尼做过一份营养调查，其结果表明，这些长期素食的佛门弟子并没有得到佛祖眷顾，他们中的大多数人患有不同程度的营养不良症。由此可见，长期素食并不利于身体健康。因此，素食者也需要进补，补什么？最需要补的就是铁和锌，因为这些矿物质很难在肉类以外的食物中获得。由此可见，适当吃一些肉是非常有必要的。