

十分钟学会做营养菜



[十分钟学会做营养菜_ 下载链接1](#)

著者:甘智荣 编

[十分钟学会做营养菜_ 下载链接1](#)

标签

评论

為豆豆給個好評，業餘書，打發情趣

十分钟学会做粤菜,书本做工很好，基本都是彩图，内容介绍得还算详细。

确实10分钟就回了

质量一般般，菜叶也一般般

书本质量好，纸张也好里面图片清晰，做菜的步骤也介绍很详细，还有每道菜的性质，功效也介绍的很详细，我家宝宝喜欢吃书本上面的菜

内容好，质量好，价格优

有些技巧，值得一看。

纸质和印刷都挺好的，满99-50半价买的，非常划算！

价格划算，京东送上门hin方便hin周到！

该不错，感觉还可以，价格很优惠，物流很快。

喜欢这两类 无意看就果断下手了 实货到手后 越发惊喜

看了一次，不错的一本书，可以学着做

先生爱吃炒饭炒面，希望对我的厨艺有所帮助

正版图书，物美价廉值得好评

书页为相似于照片纸，非常精致，十分钟就搞定吗?期望做出好菜来!

这本书很不错，我买了一本，朋友说很好，我就送给他了。我自己又买了一本

很不错。这个不错，比商店便宜很多，现在去超市买什么都没动力了，总喜欢在京东比价，然后在京东下单，京东加油。

不错，很实用

一直想自己做粤菜，这本书很齐全啊，图片很漂亮

挺好的，挺划算了，活动特价买的，送货快，不错，有用

好好好。。。。。。。。不错哈。。。。。。，值得购买

包装膜都完好，书也很新，值得推荐！满百减三十，还能用199-100的券，简直太划算！

学着做给女儿，包装完好，物流快。。

不错不错不错吧

还没仔细看内容呢

还没有来的急看！没有包装就一本裸书看起来有点脏！不是特满意好像被好多人给翻看过似的

看了这本书终于可以煮出美味的菜式

京东货品很好，至少品质是靠谱的，物流世不错，下次再买。

挺好的，简单易学，妈妈喜欢，谢谢快递小哥

很好啊很好啊很好啊很好啊。

物流快，买回来希望对我的厨艺大有涨进。

一般般吧，，，，，，，

我是一只小小鸟，只为了让女票 吃到更好吃的菜 才买的

此用户未填写评价内容

由于我这种经常给小孩做饭吃的男人来说有很好的参考价值。

还没看怎么前天下单今天就便宜一本六块，心很不得劲啊，知道今天买了便宜好几十呢

很不错的菜谱，还有配图很详细易懂，喜欢

我觉得还是可以的，所以大家可以买？这个东西我觉得没有问题，而且京东的价钱真的很便宜

昨天晚上下的单，今天早上就收到了，京东商城就是快。。。。。。。

今天早上下的单，今天下午就收到了，京东商城就是快。。。。。。。

买来学习粤菜的，可是物是人非，学了没意义了

很详细，每一步怎么做都说的很清楚，还有图，比较用心，给满分

买回来学做菜的打发时间 比超市便宜一半的价格 不错 不错

京东送货就是给力，价格也便宜。

京东买书放心省心，物流给力！！一起遨游于书的海洋里吧！！

很好，图文并茂，多多学习！

学做菜，买个看看怎么样！！

过节的时候屯的书，希望自己能慢慢考完吧。

味美可口、营养丰富的儿童菜谱；全面满足身处成长期儿童的营养需求。十分钟就能料理出一道营养齐备的美味，妈妈轻松，孩子满意！
《十分钟学会做儿童菜》首先介绍儿童生长发育所需要的营养素、儿童四季饮食要点、儿童阶段饮食和儿童菜烹饪方法。第二章中分阶段为儿童提供营养食谱；第三章介绍儿童功能食谱，让孩子从饮食中轻松补充各种营养元素，如锌、铁、钙等，使您的孩子健康康成长。第四章中精选适合儿童的美味菜品、健康主食、营养汤粥、美味小零食和快手美味。相信这些带有二维码的美味食谱一定会让您的孩子胃口大开。

买回来学做菜的 比超市便宜一半的价格 不错不错

还可以把！不过价格比较便宜！而且物流速度很快！！

买给婆婆看的 为了好吃的饭菜 书不错 就是很容易烂

质量不错，有需要还会购买

这本书不错，养生书，健康生活，很不错！生活真的需要平时的注意！下次还会买这样的书！

书很不错的哟！包装很，快递给力！

很好，不错，满分好评。可以，插图满分好评。

物流配送快，商品便宜，长期顾客了，方便，省时省力又省钱！赞！

很好很不错，质量很不错

不错对于我的专业有帮助

此用户未及时评价，系统默认好评。

不错，菜不少，而且前面还有对菜系各方面的基本介绍，没事学两招吧。

书的内容很实惠！装订不好，刚看了十分钟书页掉了十来张

书本还没有看，京东的物流速度和品牌还是值得相信的，相信未来的京东应该会更好

菜谱图解很详细，挺不错的，实用。

是我要的东东。不错。

老公买来学做饭的^_^

还好，挺喜欢的，不错……

还好，挺喜欢的，不错

满意满意满意满意满意满意满意满意

好货好物流，继续支持！

书不错，内容很详细，但有脱页现象

孩子喜欢看的书挺好的，买了一本来

很好，好清色字体，好好

好好好好好：引起的，好听

好好学习，天天向上…

不错，挺细分的多？

试做湘菜，效果试试才知道，应该不错吧！

书很好，只是不愿意学

食材容易找到，做法确实简单方便。分类清晰，补锌篇，助消化篇……很实用，值得购买

垃圾，和湘菜完全没关系，浪费老子的钱！

满意，超级满意哦……

书面划痕好多，对书不能爱护些？

一如既往的好。物流很快。很方便。

不错，看看学习学习

好，小白学着做菜

【京东超市】舒肤佳沐浴露纯白清香型1.5L（沐浴液 沐浴乳）

挺好不错，学的快

哈哈哈，吃货的必备书。喜欢

书的质量不错，看看有收获！

菜品很丰富 书质量不错

很棒的图书，用料简单，图文并茂，浅显易懂。我很满意。会照做的。

好！好！好合适！

无聊的时候家里慢慢学做菜

好(?▽?)~~~~~

图解详细 我很喜欢！

东西不错，还没开始做啦！

很好，可以，很好

一般般，作用不大

挺好用的，不错！

好好学习天天向上

不知道好不好用。

东西不错，都在京东买，方便，价格又便宜！

给父亲买的，质量不错，挺满意，价格便宜，送货快，书的印刷和质量都不错。满意！

好 每周做二个

挺好的，非常实用

图文并茂，都是家常菜式，好简单

包装很不错的，

内容是可以，但没看几次就脱页码啦。

挺不错的一本书，学做菜有了对照了.

好看~~~~

和书店的一样，而且还便宜，很实用的一本书

是本不错的，营养搭配。有利于宝宝成长发育，很合适

不错啊！！！！！！

内容很好，感觉很划算！

这也是在书店看到的，然后看到京东满200减60，我以后一看到京东有活动了，就去书店，挑好书后再上来买，太好啦

好书！慢慢研究。好评！还会再次选择京东！

菜样挺全的，州。种类挺多，印刷清晰。

好好好，做菜方便了

不错不错哈哈哈哈哈

6666666

东西收到了！质量特别好！

商品送达快，服务态度很好！

图片很详细，跟其它的川菜有点区别

很好很好，不错的商品，介绍的很详细

老妈喜欢，我也一起学习一下

这书还不错挺详细的

很好很好很好很好很好很好

没什么意思，看了还是炒不出好吃的炒饭，根本没有写到精华的东西…

物流很快，包装的很好很实用

书不错！图文并茂。好书好评

看着挺丰盛的。

收到了好好的一次，会再来的

家常菜谱很实用，下次还来。

好好好好好好好好好好

不错，内容丰富，印刷好。

不错的，，，，

明天可以弄好吃的了

不错，很容易就学会

物流很快，包装的很好

在京东商城购买很是很放心，价格也比较优惠，活动价抢购的！

比较方便实用。

发现里面大多不适合广东人口味！但是一款红酒虾不错！

家常菜，老婆学了几样

好好好好好好好好好好

购物宝贝收到，超级满意。和预期效果一样。

不错，挺好学的。

不好，有些太麻烦

多次购买，好评！

给老婆买的，看看做的怎么样。

有人我的v不好听剃光头

大厨必备调味汁制作大全（第二版）

内容丰富，这下给小孩做饭不用愁了，实用。

不错，比在书店买划算多了。

给妈妈买的，也许还不错吧。

写的很具体，我觉得这本书很好

还可以，家常菜都介绍到了

比新华书店的便宜！！

内容好，质量好，值得买。

好吃离不开的伴侣 印刷好看

自己有空学习做菜很不错

很好，物流很快！服务很好

不错，种类多，而且做起来方便。

很简单易学，还是不错的

太太买的，不错，小孩最多吃饭

好书，喜欢。做起来。

我只能说快递挺好的，给个赞

买来学做菜！

还可以，还加入

不知道好不好,给别人买的

很高，很实用

还可以还可以 还可以 还可以

[十分钟学会做营养菜_下载链接1](#)

书评

[十分钟学会做营养菜_下载链接1](#)