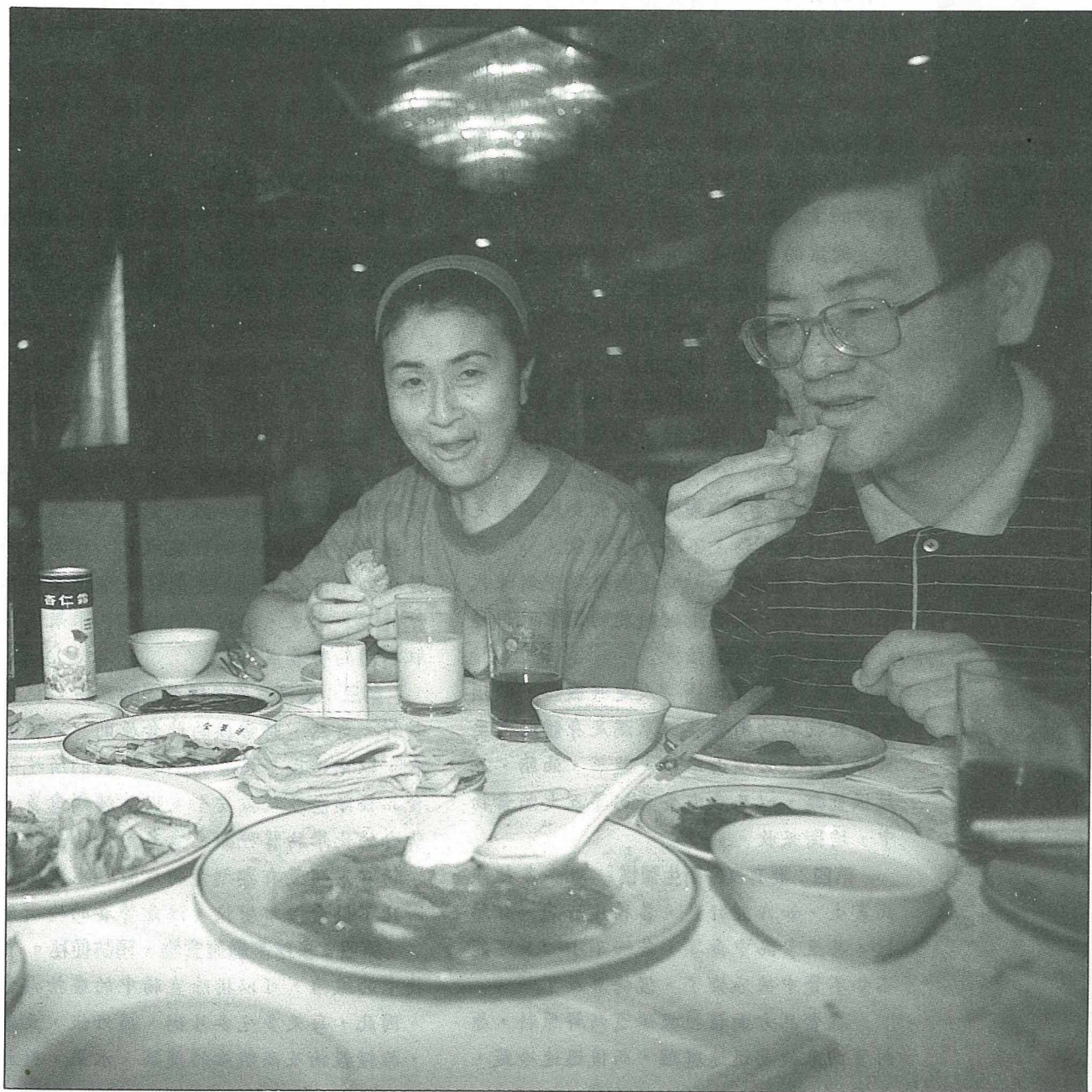


新飲食趨勢 外食

本專輯要目

- ① 吃出健康第1步：良好的飲食習慣
- ② 從關心「腸子」做起
- ③ 便當：別讓細菌與你爭食
- ④ 現代人外食須知
- ⑤ 不乾不淨吃了沒病？
- ⑥ 一物剋一物·聰明的食品保存法
- ⑦ 吃在北京



(周美惠女士/提供)