

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทที่ 1 สารเส้นใยเพื่อสุขภาพ	9
บทที่ 2 ทำความเข้าใจกับสารเส้นใย	35
บทที่ 3 สารเส้นใยในอาหาร	47
บทที่ 4 สารเส้นใยสำหรับทุกคน	61
บทที่ 5 เมล็ดธัญพืช	71
บทที่ 6 สุขภาพลำไส้ใหญ่	87
บทที่ 7 สารเส้นใยรักษาโรค	105

ชื่อ
1 ก.ศ. 48

เลขหมู่ 641.302
1/27
2545
เลขทะเบียน 12933
วันที่ 2 ก.ย. 2548

คุณค่าอาหาร 33266

เส้นใยและข้าวกลอง

ป้องกันบำบัดสสพโรค



BSTI DEPT. OF SCIENCE SERVICE
สำนักหอสมุดฯ กรมวิทยาศาสตร์บริการ



1110002531

ปาริชาติ ลักกะทำนุ เขียน