

編號	書名	連結
1	「台灣菜」的文化史：食物消費中的國家體現	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
2	「好」吃吃「好」：老中醫x微微蔡55道「未病先防」順應體質食療常備菜，讓身體變成不易生病體質：只消一頓飯的光景，既寵壞味蕾，又寵愛身體	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
3	28天消除脂肪肝：4週養肝計畫X80道保肝降脂食譜，step by step讓「肝」速瘦，搶救健康	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
4	40位中西醫嚴選健康食物：教你排毒減肥、防癌抗老，愈吃愈年輕	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
5	七葷八素，你都吃錯了：揭開與健康、疾病相關的飲食祕辛	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
6	口感科學：收錄50道無國界全方位料理：由食物質地解讀大腦到舌尖的風味之源	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
7	大人們的餐桌：國宴和名人的飲食軼事及領導風格	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
8	大宋饕客：從早市小攤吃到深夜食堂	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
9	大清皇帝陪我吃頓飯：餐桌上的清史，揭露「朕」的菜單怎麼進入你家廚房，哪些御膳能遇到千萬要嘗	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
10	王延平：悄悄告訴你飲食背后的秘密	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
11	台菜本味	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
12	失控的不是血糖，是你的飲食：講糖教你這樣吃，血糖穩定不飆升	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 (TAEBDC PDA試用)</a>
13	平衡免疫這樣吃！：台大醫生教你聰明攝取好油，簡單吃出好體質	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
14	全世界最好吃的書：餵養你的美食靈魂	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
15	印度美食史：盛宴與齋戒的國度	<a href="#">udn讀書館 (TAEBDC PDA試)</a>
16	吃得基因革命：怎麼吃、吃什麼，才能「真」健康	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
17	吃對鹽飲食奇蹟：減鹽才是現代的亂病之源！真正的好鹽，大量攝取也沒關係！日本養生專家的好鹽救命飲食	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
18	在地、餐桌、小旅行：遇上香港飲食文化	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
19	好卡路里，壞卡路里：醫師、營養專家、生酮高手都在研究的碳水化合物、脂肪的驚人真相	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
20	好吃必學的102道地中海料理：從前菜沙拉到海鮮肉類主菜，加上療癒湯品與手做義大利麵，再以完美甜點畫上句點，超簡單！超快速！輕鬆享受美味好食光！	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
21	安心食：學專家正確挑菜、煮水、烹魚肉、無毒健康開心吃！	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
22	百年飯桌	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
23	西班牙美食史：西班牙料理不只tapas	<a href="#">udn讀書館 (TAEBDC PDA試)</a>
24	低碳飲食大革命：一場科學錯誤造成的脂肪恐懼與肥胖流行病	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
25	低醣、生酮常備菜：80道吃進優質肉類、海鮮、酪梨、好油脂，家常口味的生酮常備食譜	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>
26	別讓錯誤的營養觀害了你：旅美權威營養專家，破除58個常見飲食迷思	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
27	別讓錯誤的營養觀害了你. 2, 你吃進的是營養還是負擔？	<a href="#">HyRead eBook TAEBDC</a>
28	我一個人，餓了！：40篇飲食記憶x40道美味料理，國民姑姑暖胃療心上菜啦	<a href="#">iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC</a>
29	我的餐盤：北醫營養權威量身打造	<a href="#">udn讀書館 TAEBDC</a>

30	抗炎體質食療聖經：百病起於「炎」，哪些食物害你慢性發炎？四週、八週抗炎食譜，吃回自體免疫力！	HyRead eBook TAEBDC
31	秀色可餐？：所謂的新鮮和健康，都是一場精心設計	iRead eBooks 華藝電子書 (TAEBDC PDA試用)
32	兒科好醫師最新營養功能醫學：預防、治療、照護：兒童異位性皮膚炎、過動、自閉、尿床、身材矮小、體重過輕、糖尿病、白	HyRead eBook TAEBDC
33	味覺獵人：舌尖上的科學與美食癡迷症指南	HyRead eBook TAEBDC
34	和食的饗宴	iRead eBooks 華藝電子書 (TAEBDC PDA試用)
35	府城一味：時間煮字，情感入味，一起來臺南吃飯	HyRead eBook TAEBDC
36	油與脂肪的驚人真相：魚油真的比較健康？哪種脂肪不讓人變胖？改變你對健康飲食誤解的52個重要關鍵	udn讀書館 TAEBDC
37	非良心豬肉：加工肉品如何變成美味毒藥	HyRead eBook (TAEBDC PDA試用)
38	俄羅斯美食史：包心菜和魚子醬	udn讀書館 (TAEBDC PDA試用)
39	故宮宴	udn讀書館 (TAEBDC PDA試用)
40	美味陷阱：你吃的是食物不是食物！揭發假天然，真添加的味覺騙局(只吃真原味升級版)	udn讀書館 TAEBDC
41	降血壓食物排行榜	HyRead eBook TAEBDC
42	降血壓飲食宜忌大百科	udn讀書館 TAEBDC
43	降膽固醇醫生教你這樣吃	HyRead eBook TAEBDC
44	食光.時光：臺灣飲食檔案故事	HyRead eBook TAEBDC
45	食物激活免疫力	HyRead eBook TAEBDC
46	食品科學概論	HyRead eBook TAEBDC
47	食品營養與健康	HyRead eBook TAEBDC
48	食療聖經：(最新科學實證)用全食物蔬食逆轉15大致死疾病	HyRead eBook TAEBDC
49	修復身體的超級食物：全美知名醫學博士.健康權威教你,吃什麼可以不藥而癒,修復失衡的身體	iRead eBooks 華藝電子書 (TAEBDC PDA試用)
50	島嶼上的飯桌	HyRead eBook (TAEBDC PDA試用)
51	料理臺灣：從現代性到在地化，澎湃百年的一桌好菜	HyRead eBook TAEBDC
52	高血壓,你吃對了嗎？：營養科醫師的飲食調養黃金法則,讓你安全、有效、快速穩定血壓	HyRead eBook TAEBDC
53	做自己的運動營養師：掌握增肌減脂營養關鍵x主廚特製運動餐,吃好吃飽才能瘦,打造理想體態不求人	iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC
54	偽科學檢驗站：從食安、病毒到保健食品,頂尖醫學期刊評審的50個有問必答	HyRead eBook TAEBDC
55	常見病食療百科全書	iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC
56	情緒食療：找到你的情緒體質,吃回身心健康	HyRead eBook TAEBDC
57	救命飲食：21世紀最重要的預防醫學聖經	HyRead eBook TAEBDC
58	深夜的私嚐時光 35間台灣&世界各地夜間食堂X12道暖心料理輕鬆上桌	HyRead eBook TAEBDC
59	就算天天外食也能瘦：14天減3公斤的懶人健康飲食與減糖計畫	udn讀書館 (TAEBDC PDA試用)
60	最強營養療法：以營養素取代吃藥強壓症狀的自癒力療法,90%病痛都消失	iRead eBooks 華藝電子書 (TAEBDC PDA試用)

61	超食用!抗病免疫力救命帖:78種精緻蔬果圖解x375個對症食療處方x營養保健室	iRead eBooks 華藝電子書 (TAEBDC PDA試用)
62	雄好呷:高雄111家小吃慢食.至情至性的尋味紀錄	iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC
63	義大利美食史:在神話與刻板印象之外	udn讀書館 (TAEBDC PDA試
64	輕盈.減齡.防失智!地中海美味廚房:掌握飲食金字塔,台灣家庭也能實踐的健康減醣料理	HyRead eBook TAEBDC
65	樂齡好體質:強健體魄食療方	iRead eBooks 華藝電子書 TAEBDC
66	選食:營養師的一日三餐減醣餐盤	udn讀書館 TAEBDC
67	優質飲食全書:法國名廚名醫營養師聯手設計 結合超級食物、低GI&地中海飲食 105道營養均衡、簡單易做的美味料理	HyRead eBook TAEBDC
68	營養師教你不用怕:用實證科學破解27個常見飲食迷思	udn讀書館 TAEBDC
69	營養學概論:健康X美容X飲食	udn讀書館 TAEBDC
70	營養關鍵32問:破解飲食迷思與不實傳言,蔡營養師的健康生活Q&A,教你這樣吃最健康	udn讀書館 TAEBDC
71	韓國泡菜大師課:韓國職人傳授70年醃漬的美味靈魂和140道正宗純天然的四.季.泡.菜.食.譜	HyRead eBook TAEBDC
72	醫生建議[腎臟病]最佳食療方	HyRead eBook TAEBDC
73	醫食:中醫師的健康廚房	HyRead eBook TAEBDC
74	醫廚:在廚房裡遇到李時珍	HyRead eBook TAEBDC
75	關鍵食.材:烹調隨意,得病容易!從來就沒有垃圾食物,只有不當的處理過程	HyRead eBook TAEBDC