

<<聪明宝贝餐>>

图书基本信息

书名：<<聪明宝贝餐>>

13位ISBN编号：9787501941797

10位ISBN编号：7501941793

出版时间：2005-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：廖嘉音

页数：83

字数：76000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<聪明宝贝餐>>

内容概要

自从宝宝呱呱落地，他的一举一动、一哭一笑，都牵动着爸爸妈妈的心！

如何让宝宝健康成长，不要输在起跑线上？

——从开始喂奶的那一刻就应该“锱铢必较”，细心关照心肝宝宝的一饮一食。

按Baby的成长阶段，分章细述宝宝发育成长所需，0-3个月哺乳期Baby的哺乳要点、4-12个月断乳期Baby辅助食品的添加、1-3级幼儿餐点的设计……本书按照宝宝各个成长发育阶段详析宝宝所需的营养、饮食种类及数量，进而让爸爸妈妈知道如何正确地喂养宝宝，宝宝健康成长。

为宝宝做羹汤之前，先明白食谱所示。

本书食谱按宝宝成长阶段设计，在各阶段食谱前，营养师均担出贴心MEMO，供爸爸妈妈先掌握调配重点。

在食谱内还有烹饪老师的料理叮咛，让新手父母入厨时不致头绪全元！

<<聪明宝贝餐>>

书籍目录

0-3个月靠奶过活4-12个月辅助食品是配角 辅助食品制作器具和餐具 基础辅助食品的制作技巧 骨头高汤制作 菠菜棒制作 地瓜泥制作4-6个月辅助食品 米粥 米汤 麦糊 小白菜汁 卷心菜汗 胡萝卜汁 苹果汁 猕猴桃汁 葡萄汁 橙汁 甜橙米糊 水梨汁7-9个月辅助食品 毛豆牛奶 南瓜小组 木瓜泥 馒头豆浆 自制牙饼 地瓜粥 鲜鱼粥 肉泥面糊 黄金蛋糊 蛋黄泥 鸡肝薯泥 黄瓜蒸蛋10-12个月辅助食品 山药粥 丝瓜面条 鳕鱼面 茄汁通心粉 法国吐司 南瓜抖饭 牛肉河粉 鸡肉馄饨汤 烤土豆 烩双蔬 罗宋汤 蔬菜小丸汤 神奇宝贝蛋 鱼松 鲜虾豆腐 鲑鱼肉饼 巧达鲜汤1岁起最棒的营养大餐 早餐 萝卜糕+豆浆 鲜奶鸡肉粥 鸡肝瘦肉粥 山药三明治+芒果鲜奶 烤饭团+酸奶 鲜奶果麦片 三明治卷+鲜奶 午餐 鲑鱼炖饭+西瓜汁 翡翠炒饭+鸡蓉玉米汤+水果球 海鲜面+什锦水果 亲子盖浇饭+三色菜球汤 猪排央+水果拼盘 全麦三明治+综合果汁 广州烩饭+青菜豆腐汤+芒果 晚餐 茄汁意大利面+黄瓜冷汤 三鲜河粉 四色饭团+蛋丝海带豆腐汤 布丁饭+蔬果汁 奶焗鳕鱼+蔬菜虾饼+丝瓜汤+饭 滑蛋牛肉烩饭+南去浓汤 胡瓜饺子+干贝冬反叛汤 早点 南瓜松饼 芋香西米露 鲜奶豆花 鲜奶馄饨 黑芝麻布丁 小烤饼+原味酸奶 烧卖牛点 水果塔 蛋糕牛奶冰淇淋 薯泥烤饼 绿豆地瓜汤 鲔鱼苏打饼 米粉汤 鲜奶八宝粥 晚点 莲子银耳红枣汤 烤布丁 梨奶 橙香奶昔 香瓜酸奶 糙米浆牛奶 核桃奶酪

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>