

<<儿童饮食宜与忌>>

图书基本信息

书名：<<儿童饮食宜与忌>>

13位ISBN编号：9787508222653

10位ISBN编号：7508222652

出版时间：2004-02-01

出版时间：金盾出版社

作者：王丽茹

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>

<<儿童饮食宜与忌>>

内容概要

这是一本专门为广大家长特别是年轻妈妈们编写的儿童饮食参考书。

书中从童的生理和特点出发，科学地介绍了不同年龄段儿童日常饮食中必须掌握的基本知识和需要注意的各种问题，明确告诉大家哪些食物有利于孩子健康成长宜我我吃，哪些食物不利于孩子正常发育应少吃，从而达到科学进餐，营养合理，促进发育，聪明健康之目的。

书中还列举了一些食谱供读者选用。

本书科学实用，通俗易懂，不仅适合广大家庭阅读使用，也可供幼儿园等有关单位参考。

<<儿童饮食宜与忌>>

书籍目录

一 儿童生长育期的划分、特点及饮食保健原则 1 新生儿期 2 婴儿期 3 幼儿期 4 学龄前期 5 学龄期
二 儿童饮食中宜报入的营养素及食谱举例 1 蛋白质 2 脂肪 3 碳水化合物 4 矿物质(无机盐) 5 维生素 6 水
三 儿童宜多吃有利于身高体壮的食物(附食谱举例) 四 小儿宜多吃益智健脑的食物 五 母乳是婴儿最适宜的
食物 六 婴儿添加辅食应注意的问题 七 学龄前儿童一日宜摄入多少的热量和营养素 八 学龄儿童宜安排好
一日三餐 九 给儿童选择适宜的膳食食物 十 给儿童选择适宜的膳食食物 十一 适宜婴幼儿的食品制作方
法 1. 制作应遵循的基本要求 2. 各种制作方法的介绍 十二 小儿饮食的禁忌 1. 给新生儿调制奶粉不宜太
浓 2. 不要用高浓度糖水喂新生 3. 忌给新生儿喂奶过晚 4. 给新生儿哺乳忌弃掉初乳 5. 忌混合喂养和忌
弃掉初乳..... 十三 小儿疾病中饮食的宜与忌

<<儿童饮食宜与忌>>

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>