

<<0-1岁安全断奶食谱>>

图书基本信息

书名：<<0-1岁安全断奶食谱>>

13位ISBN编号：9787510102943

10位ISBN编号：7510102944

出版时间：2010-1

出版时间：张艳红 中国人口出版社 (2010-01出版)

作者：张艳红

页数：183

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>

<<0-1岁安全断奶食谱>>

内容概要

每个家长都为孩子的健康成长殚精竭虑，面对五花八门的食品安全问题，你是不是感觉防不胜防？
处于食物链的末端是否让你无奈而无从选择？
当不安来袭，该如何保护孩子的安全，给孩子吃什么才放心？
还可以吃奶粉吗？
果冻有害吗？
油盐酱醋该放多少？
如何做到无污染、更健康、更合理，这里面的科学实在有不少……

<<0-1岁安全断奶食谱>>

书籍目录

Part 1 断奶基础知识1. 断奶是宝宝成长的需要2. 怎么进行断奶3. 断奶的进程4. 认识一下断奶食品5. 适合宝宝的断奶食品6. 婴儿期的营养要均衡7. 断奶食品的喂食方法8. 断奶食品的制作技巧Part 2 为宝宝打造安全厨房1. 食品制作工具巧选择2. 精心选择安全的食材3. 合理的量才是安全的4. 喂养工具和制作工具需要消毒5. 食品的安全存储方法Part 3 0~3个月宝宝安全母乳喂养1. 怎么进行母乳喂养2. 母乳喂养也会不安全3. 怎么进行人工喂养4. 人工喂养有哪些不安全因素5. 为宝宝选择安全的配方奶6. 喂养用具也要安全7. 母乳喂养问答大搜索Part 4 宝宝安全断奶食谱Part 5 怎么利用成人餐给宝宝做食品Part 6 市售成品婴儿食品Part 7 0~1岁生病宝宝安全食疗方附录索引

<<0-1岁安全断奶食谱>>

章节摘录

Part 1 断奶基础知识断奶是宝宝成长的需要宝宝成长过程中需要逐步断奶 断奶是指由母乳作为唯一食品过渡到食用母乳以外的食品,来满足宝宝的全部营养需要的过程。

这个过程一般约需7~8个月,甚至更长的时间。

从出生开始,宝宝身体的每一点细微变化,都在为接受食物做着准备。

母乳只不过是宝宝学习“吃饭”的过程中,作为能量来源的第一食品,宝宝6个月后,母乳的营养显得不那么充足了,就需要添加辅助食品。

宝宝的成长、发育最终是要依靠这些各式各样的食物,所以,断奶是宝宝发育成长的需要。

断奶是为了宝宝独立进食在宝宝的成长过程中,断奶是宝宝独立进食、自立的一大转折点。

为从小培养宝宝独立的行为,在断奶期间妈妈需要坚持,即使是宝宝哭闹不断的情况下,也要耐心陪伴宝宝走过这段特殊的时期。

断奶期间,可以用配方奶代替母乳。

妈妈白天多带着宝宝外出活动,也可以多陪他做做游戏,尽量使宝宝在夜间熟睡,逐渐断掉夜间吃奶的习惯。

如果宝宝在夜间醒来哭闹,妈妈切不可因为一时的心疼而放弃多日的努力。

宝宝哭闹时,妈妈可给宝宝讲故事,轻轻地安抚他,让他入睡。

<<0-1岁安全断奶食谱>>

编辑推荐

为了帮助爸爸妈妈们解决宝宝在0-1岁断奶时的饮食问题，本书从安全断奶开始，介绍了安全断奶的基本知识、打造安全厨房、安全喂养，以及各个月龄所需要的喂养指南和食谱、宝宝生病后的食疗方等，为宝宝的健康成长提供了方便。

<<0-1岁安全断奶食谱>>

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>