

《孕产期饮食指导》

图书基本信息

书名：《孕产期饮食指导》

出版时间：2012-1

页数：160

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《孕产期饮食指导》

内容概要

《孕产期饮食指导》内容简介：孕产妇和哺乳期妇女的健康水平与营养状况直接决定胎儿和婴儿的生长发育状况。《孕产期饮食指导》从孕前开始，列出了准爸妈的优生饮食指导原则，提醒准备怀孕的准妈妈采取健康的饮食方式。在孕早期、孕中期、孕晚期，为孕妈咪讲解不同孕程的饮食指导，提醒准妈妈摄取均衡营养，列出适合准妈妈食用的孕期菜谱，为准妈妈孕育宝宝打下丰厚的营养物质基础。在宝宝顺利出世后，为新妈妈讲解产褥期、哺乳期和断奶期的饮食调理方法，同时列出适合新妈妈食用的菜谱。帮助新妈妈早日恢复健康，顺利哺育宝宝，以及顺利断奶。《孕产期饮食指导》内容细致翔实，贴近生活，为准妈妈和新妈妈列出的食谱丰富实用，并配有制作精良、品种丰富的菜肴图片，同时列出了详细的制作步骤和菜品功效，让准妈妈和新妈妈在轻松愉快的阅读欣赏中得到专业的饮食营养指导。

《孕产期饮食指导》

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：www.tushu000.com