

# 《儿童增高食谱》

## 图书基本信息

书名：《儿童增高食谱》

13位ISBN编号：9787504843319

10位ISBN编号：7504843318

出版时间：2004-2

出版社：农村读物出版社

作者：佟瞳

页数：107

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](http://www.tushu000.com)

# 《儿童增高食谱》

## 内容概要

《儿童增高食谱(帮助孩子步步高升的62道饮食)》从蛋白质、钙质以及微量元素三方面着手，精心准备了66道色、香、味俱全，且适合儿童食用的菜式，荤素搭配，注重膳食的营养平衡和多样性，主菜、主食、汤、点心、饮料样样兼顾，让孩子一餐就可获得最全面的营养补给。

# 《儿童增高食谱》

## 作者简介

佟瞳，毕业于中国医科大学儿科医学专业，拥有多年对儿童食品的研发及临床经验，现任儿童医院营养师，并且为儿童营养学会会员。

## 书籍目录

作者序

推荐序

1. 体重轻，食欲低且常伴有呕吐及腹泻等症状

活力主菜

金黄菜肉卷

茶香骨

番茄小丸子

白玉鸡丝

百合黄瓜

嫩香鱼蛋饼

虾片爆黄瓜

五味白肉

白汁鲳鱼

柠檬鸡

平菇肉片

牛肉烩三丝

松仁鱼米

虾仁烘蛋

银芽蛤肉<br

# 《儿童增高食谱》

## 媒体关注与评论

书评从孩子的日常每一餐着手，给各个年龄层的孩子补充体内所需的增高营养素，纠正偏食、厌食的不良习惯，全面增进孩子的健康，让孩子健康快乐地长高。

# 《儿童增高食谱》

## 精彩短评

- 1、适合家庭制作的菜谱
- 2、其实如果明白众口难调这个道理的话，没必要买这样的书，中国地域这么大，每个地方口味又不一样，所以，这样的书很难让人满意。结论，不用买。到网上搜索菜谱较为现实。
- 3、食谱是不错，但是这个小地方，想买全东西，不太容易。
- 4、家里不是我做饭，这书是买给孩子外婆的，可是她不看，所以，一点用场也没有派上，所以买书还是要给需要的人。

# 《儿童增高食谱》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)