

《均衡营养宝宝餐1588例》

图书基本信息

书名：《均衡营养宝宝餐1588例》

13位ISBN编号：9787506468466

10位ISBN编号：7506468468

出版时间：2010-10

出版社：中国纺织

作者：生活彩书堂编委会

页数：223

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

《均衡营养宝宝餐1588例》

内容概要

《均衡营养宝宝餐1588例》是宝宝健康一生的崭新起点。它为0-6岁宝宝精心设计了食谱，营养全面、操作简单，更有宝宝在不同时期的饮食要求、智能发育特点等知识介绍，是新手爸妈的必备读本。

《均衡营养宝宝餐1588例》共分五章，具体内容涉及：0-6岁宝宝的营养需求及食谱举例，补充营养、预防疾病的特效食谱，烹制宝宝餐最常用的11种营养食物，消除宝宝4大常见不适的饮食方案，买来的辅食这样吃。

《均衡营养宝宝餐1588例》

书籍目录

第一章 0-6岁宝宝的营养需求及食谱举例第二章 补充营养、预防疾病的特效食谱第三章 烹制宝宝餐最常用的11种营养食物第四章 消除宝宝4大常见不适的饮食方案第五章 买来的辅食这样吃

《均衡营养宝宝餐1588例》

章节摘录

插图：

《均衡营养宝宝餐1588例》

编辑推荐

《均衡营养宝宝餐1588例》编辑推荐：宝宝健康一生的崭新起点。

《均衡营养宝宝餐1588例》

精彩短评

- 1、很全面，几年内都能用得上，这些菜看起来简单好做，大人也能吃
- 2、便宜又实用的一本书
- 3、非常的物美价廉，图片诱人，美食做法容易，还有小游戏、不同的蔬菜营养解说。全彩的漂亮极了，超出我的想象。
- 4、给阿姨看，给宝宝做辅食！
- 5、挺好的一本书，实践了很久才来写评论，真的很好，内容很详细也很简单，宝宝一天天长大，吃什么真的很发愁，不过现在每天按照食谱去做，宝宝很喜欢啊！值得购买
- 6、按照书上做餐食，宝宝吃的好开心。
- 7、有时候特价很便宜，书还可以，看了几次
- 8、一直以来对于宝宝的辅食，我都做不好，想不出做什么好，现在真是救星到了，看完顿时茅塞顿开，相信宝宝的胃口会变得更好
- 9、本书内容不错呀 宝宝满喜欢吃的
- 10、对宝宝有好处
- 11、宝宝快满月了，慢下这本书，希望宝宝健康快乐成长
- 12、可以给宝宝换着花样吃，性价比挺高的，可以到6岁的
- 13、有宝宝的可以看一下哦
- 14、买来学做给BB吃，与其它类似的书籍不同的是，这本书对于BB的身体成长情况介绍的并不多，重点是介绍如何做适合的东西给不同时期的BB吃，个人喜欢这本书
- 15、一直不知道给宝宝做什么饭，有了这本书知道了，厨艺大增
- 16、照着做了几样，宝宝不是特别爱吃
- 17、囤货中 大体看了下 挺适合现在的小孩的
- 18、这本书真的很实用，是新手妈妈的好帮手，给宝宝加辅食按年龄大小分的很细，彩色图片看起来就很有食欲哟
- 19、都是常见的食物原料，制作也比较简单，很实用。
- 20、刚拿到书，就迫不及待的翻看了，很不错。宝宝的每道美食后都配着插图，诱人的食物、精致的餐具，看着就有给宝宝做香香饭的欲望。采购一些食物，马上开动喽！
- 21、挺好的，有时候不知道给宝宝吃什么，就拿来看看
- 22、很好，书里面的食物简单易做，不用天天烦恼给宝宝做什么吃了
- 23、作为新手妈妈，这本书很好的介绍了宝宝到什么时候吃什么，
- 24、总是为宝宝吃什么发愁~这下好了~可以换着花样弄给宝宝吃了~
- 25、屯着 评价不错
- 26、部分菜品还是蛮实用的，主要是食材容易买到！
- 27、照着食谱给宝宝做，宝宝很喜欢，也省得家长费脑筋了。挺不错的。
- 28、还可以，多看书还是有帮助的
- 29、很实用，书里的食材都是很常见的建议新手妈妈每人一本
- 30、对新妈妈是个好帮手
- 31、实用、简单，易操作
- 32、更好的做出了可口的美食 孩子更营养
- 33、很满意，内容很丰富，对自己帮助很大，不用再愁给宝宝做什么吃的了。
- 34、给宝宝做饭有参考了
- 35、一千多的菜谱不错
- 36、如果你有宝宝，值得买的一本菜谱，和宝宝一起长大。
- 37、里面都是家常的，非常实用，我儿子13个月了感觉有点买晚了，早发现就好了。买了二本送了朋友一本她也非常喜欢
- 38、特价买的，很好的书
- 39、书非常不错，简单易行，非常适合没有什么烹饪功底爸爸妈妈，不需要太多烹饪技巧，速成！做了几次饭，还是比较喜欢！

《均衡营养宝宝餐1588例》

40、昨天下单的，今天就拿到货。超快。

彩页印刷，内容很丰富，根据不同阶段的宝宝给了不同的营养建议，还有怎么跟宝宝做游戏，还有宝宝不同阶段的身体数据。

很好，很喜欢。

41、有很多花样，不过经常是没时间做啊

42、给了我很好的饮食方向，不再自己瞎琢磨了。

43、适合新手妈妈！

44、都是彩图，还是很适合新生父母来看的

45、宝宝吃饭的问题解决了，而且每天都不重复

46、这本书很好，操作性强，实用性更强，里边的一些小游戏也是不错的，超值

47、书书全部是彩页，看起来很舒服。食材全是容易买到的，且每到辅食都有小说明，不错，很喜欢

48、适合妈妈用的书

49、愁怎样给孩子做饭，买了这书也不用愁了。营养齐全推荐年轻妈妈购买！

50、给宝宝做吃的，希望宝宝健康成长

51、书一到，我就把整本书浏览了一遍，很不错！宝宝两个多月了，再过段时间就可以根据书上的菜谱给宝宝添加辅食了，真好！

52、还好，很多美图，不过没时间给宝宝做啊，宝宝还是吃那么几样：迷糊，蛋黄，面片，唉

53、这是朋友推荐的一本书，收到以后真不错，既简单，又实用，喜欢！当当的发货速度也很快，好！

54、帮同事买的，但是真的意外，9元买的这么好，图文并茂，内容丰富，还是彩色的

55、当不知道要给宝宝做什么的时候，参考一下，很不错

56、每天做一个，宝贝食欲好极了。主要是照顾营养，很好。

57、买回来研究了几天，给宝宝做了几样简单的饭，效果不错，孩子还是蛮爱吃的。平时孩子不爱吃饭，总觉得是他本身不爱吃，看了这本书以后才知道，宝宝不爱吃饭是妈妈做的不够好，现在孩子特别爱吃饭，比以前强多了，希望按照这个食谱长期吃，宝宝体质能够越来越好。

58、宝宝餐一书内容丰富，图并茂，不错的选择。

59、有各种菜的功效 游戏 根据宝宝发育的周期 推荐了适合的食物

很适合有宝宝的家长阅读

60、买回家参考了一下，挺有用

61、有新手的妈妈，可以多看看。

62、看了里面菜的做法，做给宝宝吃了，他很喜欢

63、不一定全照着做 可以做个参考

64、发货速度快，介绍的很全面！

65、书的质量不错，就是介绍偏重的粥类，有些单一

66、内容丰富，0-6岁适用

67、排版质量都不错，东西比较多，留着慢慢学

68、买了送人的，印刷精美

69、按宝宝年龄安排的食谱，看上去非常不错。希望能给更多年轻父母提供帮助~愿所有宝贝都健康饮食，健康成长~

70、非常实用，我很喜欢^_^

71、儿童饮食不应该添加调味剂 但是着本书部分配餐 有调味剂

是一本比较不错 物有所值的书

72、每次做宝宝吃的总是抱怨说不知道做什么，现在每天都照着书做，不困难了

73、我是一个不太会做饭的妈妈，有了这本书我就可以试着做一些营养而且一般大人也不一定常做的菜肴给宝宝吃，很多种菜例，附图也漂亮，挺满意的

74、这本书有点像大杂烩，可以翻阅看看

75、学习无止境 不错的

76、姐姐的宝宝出生了，专门买了这本书给她，希望我的小外甥能够聪明可爱的成长。姐姐说，这本

《均衡营养宝宝餐1588例》

书翻开后眼前一亮，书的图片和颜色给人强烈的视觉冲击力，看到以后心情都好很多。而且这本书里面的内容非常贴心，所列举的菜谱都比较科学，大部分都是流食、半流食，还有不少泥状食物，非常适合我小外甥吃。

医生说过，宝宝不能一直喝母乳和奶粉，要适当增加一些辅食，以促进营养均衡，而这本书就列举了不少营养丰富、均衡的菜谱，实用、实惠，妈妈们不妨也买一本给可爱的宝宝做做她们爱吃的饭菜吧！宝宝营养均衡了，身体和头脑都会变得棒棒的，就像我聪明可爱的小外甥一样呢。

77、概述内容丰富且很实用！！

78、很好，给我很多启发，给宝宝做吃的花样丰富多了

79、这本书图片很漂亮，内容很详实，很适合宝宝添加辅食时读，没有一些空洞的理论，而是切实教妈妈如何做出宝宝喜欢的饭饭！不错！

80、很实用，简单易懂！

81、姐姐很喜欢，正好给小外甥用，内容和质地都不错

82、很不错，给5分，送人是很不错的礼物，第二次购买

83、作为新手妈妈，学习成为一个小厨很重要

84、这本书介绍很多宝宝吃的注意事项及宝宝菜谱,不错,准妈妈不懂的,可以好好学习.

85、书中介绍的食物基本可以在家里做

86、有很好内容，天天看一看，为宝宝多学学，真是一本不错的书。

87、很使用的一本书,给宝宝做来吃,宝宝爱吃妈妈也开心.

88、此书非常的好；对于现在的小宝宝是最合适的教育营养搭配

89、是妈妈和爸爸直得看的好书

90、此书，非常好，能帮到宝宝的饮食。

91、很实用的书，菜谱多样化。

92、一直苦于宝宝的辅食制作，这本书写得很详细，可以改变宝宝单一的食谱了。

93、非常好的一本书，对于我这个新手妈妈，真是太实用了

94、还算比较实用吧，挺简单的

95、漂亮的食物彩图让人有烹饪的欲望，边学边给宝宝增加辅食

96、内容丰富，可操作性比较强！

97、很详细，值得看看

98、要是把营养写的更明白点就好了

99、操作都比较容易，但感觉更适合小一些宝宝

100、很好，很齐全，部分可以对应着做给宝宝吃。

101、非常不错，，，

《均衡营养宝宝餐1588例》

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