《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

图书基本信息

书名：《营养专家推荐的宝宝常见病预防调理食谱》

13位ISBN编号：9787229003296

10位ISBN编号：7229003296

出版时间：2009-1

出版社：重庆出版社

页数：95

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

《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

前言

随着社会的进步和特质生活水平的提高，人们开始从“ 吃饱 ”向“ 吃好 ”转变。想要吃得可口，又要兼顾营养，则需要对烹饪技术有所掌握。面对中国历史悠久、博大精深的饮食文化，以及全国各大菜系浩如烟海的食谱，我们究竟从何处学起呢？如果您经常为每天做什么菜而烦恼，为不知如何搭配营养而困惑，不妨看看这套由美食营养专家精心指导及推荐的《健康餐桌》系列丛书。 《健康餐桌》系列丛书，精选的菜谱很有特色，一是所选多为全国普及率最高、深受大众喜爱的菜肴；二是将最简单易行的烹饪技巧与最经济营养的食材组合起来，适合普通老百姓居家使用；三是美味与营养结合紧密，既满足味蕾又有益健康。特别注重介绍实用的基本饮食保健常识，面向大众的同时，也是照到了孕产妇、婴幼儿，高血压、高血脂、高血糖等特定人群。 书中精挑钿选数百例家常菜肴，且特色鲜明。老菜新做，新菜巧做，南北皆宜，图文并茂，简单易学，经典实用。

《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

内容概要

《健康餐桌21:营养专家推荐的宝宝常见病预防调理食谱》主要内容：宝宝生病，是父母最为头疼的事情。一旦宝宝生病了，该给他吃什么才能让宝宝摆脱疾病的折磨呢？营养专家在《健康餐桌21:营养专家推荐的宝宝常见病预防调理食谱》里为父母解答宝宝生病中的食疗问题，让父母从饮食上轻松帮助宝宝战胜疾病。《健康餐桌21:营养专家推荐的宝宝常见病预防调理食谱》分为宝宝常见病症食疗、常见营养病症食疗和常见心理病症食疗等几大部分，针对宝宝不同的常见疾病，介绍了近300多道菜品，并特别设置专题：宝宝防病抗病必吃的10种食物，让家长防患于未然。

《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

书籍目录

Part 01　宝宝常见病食疗　做宝宝最好的保健师　感冒　　萝卜生姜汁/豆腐葱花汤　　黄瓜豆腐汤/香菜豆腐鱼头汤/白菜绿豆汤　　葱白粥/桑叶薄竹饮/香菜绿豆芽　鹅口疮　　薄荷牛蒡子粥/香梨去热粥/清热荷叶粥　　苦瓜汁/萝卜橄榄汁/荷叶冬瓜汤　扁桃体炎　　番茄糯米粥/莲子绿豆粥/柿饼粥　煎丝瓜饮　　清热西瓜皮水/牛蒡消炎饮　　苹果油菜汁/肉末炒豆芽/糖渍海带丝　　川贝炖母鸭肉/绿豆炖老鸡/蒲公英粥　咳嗽　　核桃生姜饮/梨藕二汁饮/荸荠百合羹　　橘皮粥/猪肺薏米粥/百合银耳粥　自汗、盗汗　　羊肚糯米枣/泥鳅汤/小麦红枣桂圆饮/核桃莲子山药羹　　糯米小麦粥/红枣大米粥/海参粥/胡萝卜炒腰花　便秘　　莴笋橘子汁/莲子豆腐汤/核桃银耳汤　　菠菜泥奶油汤/首乌蜂蜜饮/蜜奶芝麻羹　　芝麻杏仁糊/红薯粥　　果仁橘皮粥/烤椰汁软糕/核桃仁散/蛋丝拌韭菜　腹泻　胡萝卜泥/白扁豆瘦肉汤/栗子山药姜枣粥/乌梅粥　　莲藕粥/栗子粥/莲子锅巴粥/白果蛋　　丝瓜花炒鸡蛋/番茄虾仁/三椒鸡片　　胡萝卜烩豆角/南瓜豆腐饼　蛔虫病　　香椿竹笋/冰糖话梅/南瓜蜜百合　　使君子蒸猪瘦肉/凤眼果煲猪瘦肉/荸荠瘦肉丸　贫血　　乌鸡汤/猪皮红枣羹/当归羊肉羹　　猪肝黄豆煲/黑芝麻糊/红枣花生粥　消化不良　　海蜇荸荠汤/胡萝卜汤/粟米山药粥　　雪梨山楂粥/鸡内金粥/清煮嫩豆腐　　宝宝防病抗病必吃的10种食物Part 02　宝宝常见营养病症食疗　做宝宝最好的营养师　钙缺乏症　　牛奶白菜汤/奶油鱼丸汤　　牛奶蛋黄青菜泥/牛奶土豆泥/排骨黄豆粥　　鲜蘑核桃仁/上汤娃娃菜/虾皮韭菜炒鸡蛋/清蒸虾块　　荠菜香菜苹果汁/清炒全蟹　……Part 03　宝宝常见心理疾病食疗　做宝宝最好的心理师Part 01　宝宝常见病食疗Part 02　宝宝常见营养病症食疗Part 03　宝宝常见心理疾病食疗

《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

章节摘录

插图：

《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

编辑推荐

《健康餐桌21:营养专家推荐的宝宝常见病预防调理食谱》：中国烹饪协会美食营养专业委员会推荐。宝宝生病时最贴心的食物抚慰，妈妈护理时最科学的配餐指南。

《营养专家推荐的宝宝常见病预贰

精彩短评

1、对于孩子的护理很实用，因为初为人母，什么都不是很明白，看了此书之后，对我的帮助很大
2、对小一点的小孩不太实用
3、谢谢。我找这书好久啦。挺实用的。
4、就是里面的好想还少了点，要多加点症状的食谱就好了。
5、还没来及看，买了太多啦。。。看了再发表评论吧！
6、还不错，总得来说还是比较到位，就是没有细各种食材的作用。
7、经济实用，好书！
8、书的质量很好，图片也很精美，内容也详细，食材简单而且常见，很是实用。
9、此书是彩页，内容一般，个人觉得不是很好
10、这本书讲的就是小宝宝生病的时候吃什么，可一本书看下来，根本没有注明宝宝的年龄和月龄，很多食谱里有中药成份，没说宝宝多大不能吃，这样让我们给宝宝做的时候难免要担心，吃了会不会过敏呀，会不会不别的什么不良反应，太小的宝宝还是不建议买这本书，没什么用
11、这本书是同事推荐的，不错，实用性很强，另外，还推荐两本BABY营养课堂的增高补钙，益智补脑，也很好
12、可以帮助我做很多款菜式给BB吃
13、宝宝常见病预防调理食这本书很实用，很简单。。。。。
14、很好的书！图文并茂，每种食品下面还详细的说明了需要注意的地方！

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