

<<孕产妇食谱>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇食谱>>

13位ISBN编号：9787530427569

10位ISBN编号：7530427563

出版时间：2003-6-1

出版时间：北京科学技术出版社

作者：孟士信,郑辉,雨田

页数：305

字数：297000

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>

## <<孕产妇食谱>>

### 内容概要

本书有两部分：孕妇食谱中，针对孕早期、孕中期、孕晚期以及妊娠疾病防治等方面的膳食予以科学、合理地安排与调养；产妇食谱中包括康复保健食谱、补血养血食谱、催乳食谱、增乳食谱以及产褥期疾病防治食谱。

其所列膳食系均根据孕产妇在不同时期、不同体质和产前产后身全的恢复与保健情况以及所发生的安排与调养；具体地列述了菜品的原料、制作、特点与功效，克服了以往常见的菜品中一概而论，莫衷一是的偏差。

这就是本书特点之所在。

本书是以严谨科学的态度、丰富的内容和实用的价值奉献给广大读者的。希望能受到孕产妇及其家属的青睐，它将对孕产妇和婴儿的身体康复与保健有所裨益。

<<孕产妇食谱>>

书籍目录

妊娠期 孕早期食谱 扒银耳 拌三片 清蒸鸡 鲫鱼冻 三色银芽 五彩鸡丝 水晶番茄 什锦沙拉 芝麻菠菜  
红糟排骨 鸡丝银芽 芙蓉菜花 京糕肉片 金钩萝卜 炒胡萝卜 炒荸荠蛋 姜拦脆藕 美味双耳 凉拌哲皮  
脆爆海带 素烧三圆 甜椒肉丝 清炒芥蓝 清蒸大虾 清炖鲫鱼 清炖香菇 银耳鹌蛋 番茄鱼片 碎米鸡丁  
煮番茄鱼 酥炸带鱼 酱醋带鱼 蜜汁鲜桃孕中期食谱孕晚期食谱妊娠疾病防治食谱（呕吐）（浮肿）  
（贫血）（肌肉抽搐）（流产）（胎儿健脑）产褥期 康复保健食谱 补血养血食谱 催乳食谱 增乳食  
谱 疾病防治食谱 .....

<<孕产妇食谱>>

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>