

<<儿童补铁锌钙营养宝典>>

图书基本信息

书名：<<儿童补铁锌钙营养宝典>>

13位ISBN编号：9787530835975

10位ISBN编号：7530835971

出版时间：2004-01-01

出版时间：天津科学技术出版社

作者：刘海玲

页数：313

字数：212000

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>

## <<儿童补铁锌钙营养宝典>>

### 内容概要

本书是针对儿童最容易缺乏的营养素（钙、铁、锌）而编写的，根据不同年龄阶段儿童补钙、补铁、补锌的需要，介绍了营养食谱和制作方法以及一些科学饮食的常识。

本书内容丰富、具体可行，编者是多年从事临床营养指导与教学工作的营养师，集多年的工作研究与经验并参考国内外书刊编写成书。

本书特别适于儿童家长、幼儿园保健教师、儿科医师、儿童保健医师等人员参考使用。

## &lt;&lt;儿童补铁锌钙营养宝典&gt;&gt;

## 书籍目录

一 钙、铁、锌在人体内担负重任 1 钙是儿童生长发育与健康的重要营养素之一 2 铁是儿童生长发育与健康的重要营养素之一 3 锌是儿童生长发育与健康的重要营养素之一 二 有效地补钙、铁、锌是关键 1 增进钙在体内的吸收利用 2 增进铁在体内的吸收利用 3 增进锌在体内的吸收利用 三 富含钙、铁、锌食物的营养分析与食疗作用 1 富含钙、铁、锌的动物性食物 2 富含钙、铁、锌的植物性食物 四 不同年龄阶段儿童的补钙、铁、锌食谱与营养成分 (一) 断乳前后婴儿的钙、铁、锌食谱与营养成分 1 断乳前后婴儿的补钙食谱与营养成分 (1) 糊类 (2) 粥类 (3) 汤汁类 (4) 主食类 (5) 菜类 2 断乳前后婴儿的补铁食谱与营养成分 (1) 糊类 (2) 粥类 (3) 汤汁类 (4) 主食类 (5) 菜类 3 断乳前后婴儿的补锌食谱与营养成分 (1) 糊类 (2) 粥类 (3) 汤汁类 (4) 主食类 (5) 菜类 (二) 2~3岁幼儿的补钙、铁、锌食谱与营养成分 1 2-3岁幼儿的补钙食谱与营养成分 (1) 汤汁类 (2) 主食类 (3) 菜类 2 2-3岁幼儿的补铁食谱与营养成分 (1) 汤汁类 (2) 主食类 (3) 菜类 (三) 学龄前儿童的补钙、铁、锌食谱与营养成分 五 缺钙、铁、锌儿童的食谱与营养成分 (一) 缺钙儿童的食谱与营养成分 (二) 缺铁儿童的食谱与营养成分 (三) 缺锌儿童的食谱与营养成分

<<儿童补铁锌钙营养宝典>>

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>