

<<孕产妇食疗方>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇食疗方>>

13位ISBN编号：9787533130787

10位ISBN编号：7533130782

出版时间：2002-03

出版时间：山东科学技术出版社

作者：谭兴贵

页数：527

字数：369000

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>

<<孕产妇食疗方>>

内容概要

本书根据不同阶段孕产妇和胎儿、新生儿的生理变化和营养需求，编排了孕早期、孕中期、孕晚期、产褥期、哺乳期共五个时期的营养食疗方，分为佳肴菜、营养饭、美味汤、滋补粥、补益饮等五大类，总计1400方。

详尽介绍了各食疗方的配方、做法、特点等，具有很强的针对性和实用性。

孕产妇的健康，既关系到其自身的生活、学习和工作，也关系到下一代的健康，希望所有的孕产妇都能根据自身的情况进行科学饮食，为提高我国的人口素质奠定良好的基础。

<<孕产妇食疗方>>

书籍目录

孕妇食疗方一、孕早期食疗方 佳肴菜 红烧牛肉 蔗汁牛肉丸 酸菜炒牛肉 榨菜蒸牛肉
甜椒牛肉丝 西汁焗牛肝 土豆烧牛肉 五香牛肉 苦瓜炒牛肉 芽菜炒牛肉 青
豆炒牛肉 榄仁炒牛肉 豉汁牛肉 西洋菜炒牛肉 菜心炒牛肝 菜心炒牛肉 炸酱排
骨 酱汁牛仔骨 美味羊肉 葱爆羊肉 糖醋排骨 泡菜炒肉末 瓜皮肉丝 豆芽炒
猪肝 肉丝酸菜 油熠肉片 蟠龙卷切 盐爆里脊 叉烧肉 肉片滑熠卷心菜 煎肉
饼 酸辣肉丝炒白菜 桂花肉 腐竹烧肉丝 银菜炒肉丝 肉蓉炒芥蓝 肉蓉炒青豆
…… 营养饭 美味汤 滋补粥 补益饮二、孕中期食疗方三、孕后期食疗方产妇食疗方

<<孕产妇食疗方>>

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:<http://www.tushu007.com>