

<<宝宝营养益智小百科>>

图书基本信息

书名：<<宝宝营养益智小百科>>

13位ISBN编号：9787543947337

10位ISBN编号：7543947331

出版时间：2011-6

出版时间：上海科学技术文献出版社

作者：东方知语早教育儿中心

页数：261

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>

<<宝宝营养益智小百科>>

内容概要

本书围绕增进宝宝脑功能和消除影响宝宝大脑发育的物质，详尽地介绍天然食物的制作方法、食用须知、注意事项等，教您制作美味的功能食品，达到为宝宝补脑、健康、益智之效果。

本书由东方知语早教育儿中心编著。

<<宝宝营养益智小百科>>

书籍目录

- 1 解读宝宝健康聪明所需的营养素
- 2 0-1岁宝宝的喂食特点及营养配餐
- 3 1-3岁宝宝的膳食指导及营养配餐
- 4 3-6岁宝宝的膳食指导及营养配餐
- 5 不同季节宝宝的膳食特点及配餐食谱推荐
- 6 特殊配餐食谱，为宝宝健康、聪明加油
- 7 宝宝常见病饮食调理

章节摘录

版权页：插图：促进婴幼儿发育的首要营养素，因为生长发育的基础是细胞，而各种细胞的基本结构都是蛋白质。

可增强婴幼儿的免疫力，人体的免疫物质也是蛋白质。

可维持婴幼儿机体正常的新陈代谢和各种物质在体内的输送。

能提高中枢神经系统的兴奋性，增加活动能力。

供给热量，每克蛋白质可产生16.75千焦热量，是机体热量的来源之一。

主要食物来源动物性蛋白质来源：牛奶、奶酪、禽蛋、猪牛羊瘦肉、鱼肉等。

植物性蛋白质来源：大豆、全谷类、面食、栗子、核桃、水果、蔬菜等。

缺乏时症状消化不良而致腹泻。

这是因为构成肠黏膜和消化道的蛋白质更新最快，因此，腹泻可能是最早出现的症状。

出现水肿。

主要是由于蛋白质缺乏导致肝脏功能障碍，血浆蛋白减少，引起血浆渗透压降低，使组织液水分增多，于是出现水肿。

体重减轻。

这可由脂肪消耗和肌肉萎缩导致。

贫血发生。

这是因为合成血红蛋白的原料不足所致。

身体生长发育迟缓，智力发育出现障碍。

<<宝宝营养益智小百科>>

编辑推荐

《宝宝营养益智小百科》促进宝宝大脑健康发育的饮食，提升宝宝智力水平，科学的膳食让宝宝聪明健康，精心挑选可口的功能性食谱。
轻松开启智慧之门，成功养育优秀宝宝。

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>