

<<280天孕妇营养最佳方案>>

图书基本信息

书名：<<280天孕妇营养最佳方案>>

13位ISBN编号：9787801714534

10位ISBN编号：7801714539

出版时间：2004-5-1

出版时间：大众文艺

作者：李小龙,张仲裁,杨飞,刘美红

页数：438

字数：240000

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>

<<280天孕妇营养最佳方案>>

内容概要

本书根据孕产妇的生理特点和营养需要，系统地介绍了孕期的膳食安排，常见食谱的制作方法，孕期营养缺乏病的预防方法，食物的营养价值以及常用食物中营养素含量等几个方面的内容，适用于准做妈妈的妇女阅读，用于指导科学、合理地安排孕期的膳食。

<<280天孕妇营养最佳方案>>

书籍目录

第一篇 营养与优生 受孕时的理想体重 与大脑发育关系密切的营养种类 与智力发育关系密切的维生素种类 与智能关系密切的维生素种类 优生与饮食营养的关系第二篇 孕期营养素的总体需求 胎儿发育必需的营养素 孕妇需要的营养素 最易忽视的营养素第三篇 怀孕前的营养食谱 孕前饮食的基本原则 适合不同准孕妇的食谱第四篇 怀孕早期的营养食谱 怀孕早期饮食的基本原则 孕早期每日摄入的食物量 怀孕早期常见现象的食疗食谱第五篇 怀孕中期的营养食谱 怀孕中期饮食的基本原则 怀孕中期常见现象的食疗食谱第六篇 怀孕晚期的营养食谱 怀孕晚期饮食的基本原则 怀孕晚期的营养素供给量 怀孕晚期常见现象的食疗食谱第七篇 针对性营养食谱和食疗食谱 针对性营养食谱 针对性食疗食谱

<<280天孕妇营养最佳方案>>

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>