

<<婴幼儿营养食谱>>

图书基本信息

书名：<<婴幼儿营养食谱>>

13位ISBN编号：9787805926032

10位ISBN编号：7805926034

出版时间：2005-1

出版时间：广州出版社

作者：张爱华 编

页数：277

字数：230000

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>

<<婴幼儿营养食谱>>

内容概要

婴幼儿期是小儿生长发育的关键时期。

婴幼儿营养状况的优劣，直接关系到其体格生长和智力发育，也关系到其未来岁月中的身体素质。

随着人民生活水平的提高，特别是“优生优育”的推行，人们对于下一代的健康成长尤为关切。

但是，不少年轻父母往往只想到让孩子如何吃得好、吃得多，而对怎样吃得合理时有忽略；更有些年轻父母由于对营养知识知之不多，或道听途说，或以讹传讹，造成婴幼儿饮食不当、营养素不足或不平衡，影响了婴幼儿的生长发育，甚至引起贫血或其他营养缺乏病、营养过多症等。

实际上，从健康的角度来说，重要的是在膳食中保持各种营养素的合理比例，必需物质要充足，使人体获得适量的供给，让孩子保持充沛的活力和健康的状态，既不致营养缺乏，又不要营养过剩。

有感于此，为了指导家长科学地安排婴幼儿饮食，使父母能对孩子进行合理的膳食安排与喂养，我们特意编写了这本书。

本书分为孕妇、乳母的营养与饮食，婴幼儿的营养知识，婴儿的营养与饮食，幼儿期的营养与饮食，婴幼儿的营养与疾病，共5章。

根据婴幼儿不同的生长期的营养需要和咀嚼、消化能力，详细地介绍了准妈妈的合理饮食、婴儿营养与合理喂养、幼儿营养与膳食、怎样给婴幼儿补充所缺营养素及婴幼儿疾病的食疗等有关知识。

它是一本比较系统、实用的婴幼儿营养食谱。

<<婴幼儿营养食谱>>

书籍目录

第一章 孕妇、乳母的营养与饮食 一、孕妇、乳母营养的重要性 二、孕妇的营养 (一) 妊娠期的营养生理 (二) 妊娠期的营养需要 (三) 妊娠早期的合理饮食 (四) 妊娠中、晚期的合理饮食 (五) 分娩期的合理饮食 (六) 产褥期的合理饮食 三、乳母的营养 (一) 乳母的营养需要 (二) 乳母的合理饮食 第二章 婴幼儿的营养知识 一、婴儿营养 (一) 婴儿营养 (二) 婴儿合理喂养 二、幼儿营养 (一) 幼儿营养 (二) 幼儿饮食 第三章 婴儿的营养与饮食 一、1~3月龄婴儿的喂养 (一) 孕期作好喂奶准备 (二) 消化道特点 (三) 易患有与营养有关的疾病 (四) 营养素需要量 (五) 母乳喂哺 (六) 混合喂养 (七) 辅助食品的添加 二、4~6月龄婴儿的喂养 (一) 生理特点 (二) 生长发育特点 (三) 热能和营养素的需要 (四) 喂养方法 (五) 辅食的制作方法 (六) 供4~6月龄婴儿选用的食谱 三、7~12月龄婴儿的喂养 第四章 幼儿期的营养与饮食 第五章 婴幼儿的营养与疾病

<<婴幼儿营养食谱>>

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>