

<<准妈妈280天健康营养师>>

图书基本信息

书名：<<准妈妈280天健康营养师>>

13位ISBN编号：9787807390121

10位ISBN编号：7807390123

出版时间：2007-4

出版时间：中原农民出版社

作者：任平，王传珍，韦大文 著

页数：128

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>

## <<准妈妈280天健康营养师>>

### 内容概要

《准妈妈280天健康营养师》根据这280天胎儿发育的不同情况，用通俗的语言介绍了准妈妈的饮食原则、推荐食谱、温馨提示，以及此期容易出现的肿胀、大便秘结等常见病的饮食调理、食疗方等。愿《准妈妈280天健康营养师》伴您顺利地度过孕期280天，生一个健康聪明、活泼可爱的孩子！

<<准妈妈280天健康营养师>>

书籍目录

专家在线准妈妈营养调理（一）妊娠1-4周饮食原则推荐食谱温馨提示（二）妊娠5-8周饮食原则推荐食谱温馨提示（三）妊娠9-12周饮食原则推荐食谱温馨提示（四）妊娠13-16周饮食原则推荐食谱温馨提示（五）妊娠17-20周饮食原则推荐食谱温馨提示（六）妊娠21-24周饮食原则推荐食谱温馨提示（七）妊娠25-28周饮食原则推荐食谱温馨提示（八）妊娠29-32周饮食原则推荐食谱温馨提示（九）妊娠33-36周饮食原则推荐食谱温馨提示（十）妊娠37-40周饮食原则推荐食谱温馨提示准妈妈常用食物调理（一）谷豆类推荐食谱温馨提示（二）蔬菜类推荐食谱温馨提示（三）果品类推荐食谱温馨提示（四）肉食类推荐食谱温馨提示（五）鱼贝类推荐食谱温馨提示（六）食疗方推荐食谱温馨提示

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>