

《孕产妇全程营养饮食方案(之宝贝书系84)》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年05月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787512701960

编辑推荐

《孕产妇全程营养饮食方案(彩图版)》是由北京协和医院产专家为中国孕产妇倾情指导。

内容简介

金海豚婴幼儿早教课题组是一个专业母婴服务机构。多年来，众多家庭和母婴机构在课题组专家的指导下成功孕育宝宝，也使得课题组吸引了更多的成员加入。

2011年，金海豚婴幼儿早教课题组成立20周年，众多专家再次齐聚课题组，齐心协力为读者再度打造符合中国孕产妇体质的饮食书籍，为孕产妇精心定制营养食谱，提高生活的品质，孕育出健康、聪明的宝宝。

孕期和产后营养直接关系和影响孕产妇自身健康和宝宝将来的体质。本书针对整个孕产期，为孕产妈妈量身制订了合理的饮食搭配和多种美味食谱。同时针对孕产期容易出现的不适，提供给孕产妈妈一些食疗方案，让营养、健康伴随孕产妈妈幸福地度过孕产期。

作者简介

金海豚婴幼儿早教课题组，一个专业为母婴服务的团队，多年来，数以万计的家庭在金海豚婴幼儿早教课题组专家们的指导下成功孕育宝宝、养育宝宝，读者也通过电话、邮件，或者登门拜访的方式从课题组专家那里受益，这也使得课题组吸引了更多的成员参与进来。今年是金海豚婴幼儿早教课题组成立20周年的日子，众多专家再次齐聚课题组，齐心协力为读者再度打造实用并且有特色的孕产和育儿类书籍，希望通过我们的书籍可以帮助您提高生活品质，孕育出健康、聪明的宝宝。

目录

第一章 时尚妈妈关注孕期营养

妈妈营养好，宝宝更健康

健康妈妈必需的营养素

蛋白质

糖类物质

脂肪类物质

矿物质

维生素

大自然中最简单的营养物质

饮水和新鲜空气

阳光

为胎儿准备全面的营养

冠军宝宝最需要的营养素

脂肪

妈妈营养好，宝宝更健康

蛋白质

脂肪类物质

维生素

饮水和新鲜空气

为胎儿准备全面的营养

脂肪

维生素C

维生素A

钙

碘

第三章 聪明妈妈的食疗方案和特殊食谱

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)