

## <<儿童必吃的12种健康食物>>

### 图书基本信息

书名：<<儿童必吃的12种健康食物>>

13位ISBN编号：9787200053036

10位ISBN编号：7200053031

出版时间：2005-01

出版时间：北京出版社

作者：《食用主义丛书》编委会

页数：99

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>

## <<儿童必吃的12种健康食物>>

### 内容概要

如何让孩子吃得结结实实、健康活泼是所有父母最关心的事，面对各式各样的食品，怎样挑选才能最大限度地满足儿童日常所需，更是父母们的一大课题。

在本书中，我们提供了12种生长发育中的儿童所必需的食品，详细介绍了每一种食品的营养成分、健康价值及食用方法，也提供了一些具有食疗功效的招牌菜，方便在家中自己烹调，让孩子适量食用，达到强健体魄、提高免疫力的目的。

同时也希望能帮助所有父亲学会如何轻松为孩子准备各种营养美味的食品，传达珍爱！

<<儿童必吃的12种健康食物>>

书籍目录

动物肝脏金针菇牛奶苹果松子仁动物血海带花菜莴笋豌豆虾洋葱

<<儿童必吃的12种健康食物>>

章节摘录

插图

## <<儿童必吃的12种健康食物>>

### 媒体关注与评论

书评金针菇是当今世界是最为流行的一种高蛋白、低脂肪、富含天然维生素的独特食品。有助于儿童健康脑增智以及骨骼、牙齿的生长发育，还能防治佝偻病和骨质疏松症的发生。

苹果不仅外观可爱、味道甘美，其丰富的营养价值也为人称道。

苹果所含有的果胶和钾均居果品中的首位，营养全面且易被人体吸收，非常适合婴幼儿、青少年食用

。

## <<儿童必吃的12种健康食物>>

### 编辑推荐

金针菇是当今世界是最为流行的一种高蛋白、低脂肪、富含天然维生素的独特食品。有助于儿童健康脑增智以及骨骼、牙齿的生长发育，还能防治佝偻病和骨质疏松症的发生。

苹果不仅外观可爱、味道甘美，其丰富的营养价值也为人称道。苹果所含有的果胶和钾均居果品中的首位，营养全面且易被人体吸收，非常适合婴幼儿、青少年食用。

<<儿童必吃的12种健康食物>>

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>