

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食谱>>

图书基本信息

书名：<<向育儿专家取经 宝宝断奶食谱>>

13位ISBN编号：9787511000910

10位ISBN编号：7511000916

出版时间：2010-8

出版时间：童笑梅 中国国际出版集团，海豚出版社 (2010-08出版)

作者：童笑梅

页数：251

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>

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

前言

嗨，亲爱的爸爸妈妈们，宝宝的断奶你们准备好了吗？

从怀胎十月到宝宝的出生，这个时期妈妈是最幸福的。

宝宝的出生让妈妈们又变成最忙碌的人了，她们一边要恢复自己的身体，另一边还要给宝宝补充必须的能量，虽然觉得累，但是她们的内心深处还是喜滋滋的。

但当小宝宝成长的时间一天一天过去时，妈妈却发现自己的小家伙有点偏瘦和明显的营养不良了，出现了这样的反常情况，爸爸妈妈就会心急如焚，不知如何是好。

其实到这个阶段就是宝宝要求更多营养的无声指示了，当妈妈的就应该及时做好给宝宝断奶的准备工作。

断奶意味着宝宝以后的饮食主要是来自于外界的食物，断奶也是一个比较漫长的过程，妈妈的奶水是在断奶期的辅助食品，只是到了一定的阶段就要让宝宝彻底脱离母乳，融入到自然的饮食中去。

为了宝宝的未来，为了给年轻的爸爸妈妈提供最简单明了的断奶知识和宝宝断奶方面的养育指南，我们特编辑此书，给准备为宝宝断奶的爸爸妈妈提供一份全面系统的知识，让小宝宝在断奶期间更健康、更可爱、更活泼。

本书汇集了各方面的育儿专家的研究成果和经验。

其中，主要讲解了宝宝断奶期的食谱安排、宝宝断奶期的各项准备工作、断奶的中医保健法和营养食疗等三个大的专题知识。

书中一共收集了大约400个断奶食谱，这些食谱也是我们参照营养美食协会部分专家的意见来制定的，爸爸妈妈只要按照食谱上的方法、步骤和要点来搭配制作食物，宝宝就会健康安全地渡过断奶期，小家伙也会如父母所愿，健康、快乐、茁壮地成长。

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

内容概要

第一次给宝宝制作断奶餐，很多父母都会觉得手足无措。其实，这并不是件很难的事，只要掌握了一些相关技巧和喂养知识，就可以轻松完成第一次尝试。《向育儿专家取经:宝宝断奶食谱》根据宝宝成长的月龄变化进程为你奉上：25道经典特效功能断奶食谱400多道营养美味的阶梯断奶食谱精心设计两大断奶专题一问一答解决宝宝断奶时妈妈的烦恼，安全地喂养，健康的保证断奶是宝宝成长中的大事，不仅仅是食物种类、喂养方式的改变，更重要的，断奶过程是第二次母婴分离，对宝宝的心理发育有重要的影响，因此要让宝宝的断奶在妈妈的爱与温柔中度过。

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

作者简介

童笑梅，北京大学第三医院儿科主任、主任医师、硕士生导师，北京市儿科医师培训基地评审专家，北京市医疗鉴定专家成员，国家执业医师考试主考官，北京市卫生局系统、北京大学系统住院医师规范培训考官，中华医学会北京围产学会委员，中华医学会北京儿科学会委员。

自1989年毕业于北京医科大学后一直从事儿科专业工作。

20多年来致力于新生儿疾病、早产儿管理、新生儿重症监护以及儿童生长发育等方面的临床和实验研究，积累了丰富的临床、教学和科研工作经验。

曾作为国外访问学者被派往新加坡多家医院儿科访问交流。

主持和参加了3项国家自然科学基金课题的研究，先后发表学术论文50余篇，主编了《实用新生儿学》等8部著作。

目前担任《中华儿科杂志》《新生儿科杂志》《国际儿科学杂志》编委。

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

书籍目录

断奶基础知识什么是断奶餐断奶的重要性断奶餐的添加顺序不同月龄宝宝的安心断奶食材常用的12种制作断奶餐的食材及在不同时期的浓度状态断奶食材料的选择13种断奶食材存放技巧处理断奶食材基本技巧合理的量才是安全的微波炉制作断奶食谱制作菜泥和碎菜通用方法制作果汁和果泥通用方法制作泥糊状荤菜通用方法挑选断奶食用具婴儿食用断奶餐的原则断奶前期的两个重要环节母乳喂养母乳喂养的好处正确的母乳喂养姿势混合喂养的最佳方案专家解答母乳喂养小困惑Q&A人工喂养奶瓶选择有讲究怎么进行人工喂养为宝宝选择安全的配方奶专家解答人工喂养小困惑Q&A小心谨慎安排阶梯式断奶餐断奶初期——4~6个月身体小变化断奶初期小信号饮食喂养课堂初期断奶食谱什果泥苹果水油菜水白萝卜梨汁西红柿汁鲜橙汁胡萝卜汤米汤橘子汁山楂汁西瓜汁樱桃水黄瓜汁小米粥香蕉泥鲜红薯泥油菜泥茄子泥枣泥鲜玉米糊豆腐蛋羹核桃汁香蕉牛奶糊西蓝花酸奶糊蔬菜泥鳕鱼苹果糊牛奶蛋黄粥蒸鱼肉泥牛奶粥水果面包粥豆腐沙拉菠菜粥胡萝卜糊鱼肉青菜米糊土豆泥初期断奶餐中的疑惑Q&A断奶中期——7~9个月身体小变化断奶中期小信号饮食喂养课堂中期断奶食谱南瓜粥蔬菜豆腐泥鸡肝粥蛋黄泥西红柿鱼泥葡萄汁秋梨奶羹奶酪鸡蛋三明治胡萝卜丝饼五彩冬瓜盅山楂栗子羹牛肉汤米糊牛奶通心粉香菇牛奶粥奶油豆腐汤面草莓豆腐羹虾仁炒蛋番茄土豆鸡肉粥猪血菜肉粥鳕鱼香菇菜粥双蛋豆腐白萝卜浓汤奶油菜花肝末土豆泥水果酸奶糊虾肉泥豌豆粥面包布丁蔬菜鸡蛋糕银耳鸭蛋羹芝麻糯米粥红嘴绿鹦哥面骨汤面青菜肉末粥苹果蛋黄粥鱼肉松粥鸡肉菜末粥肉末西红柿中期断奶餐中的疑惑Q&A断奶后期——10~12个月身体小变化断奶后期小信号饮食喂养课堂后期断奶食谱鸡蛋面片营养蛋花粥豆腐香菇汤香菇火腿蒸鳕鱼牛肉蔬菜燕麦粥西红柿鸡蛋什锦面虾仁金针菇面什锦水果羹黄鱼小馅饼南瓜红薯玉米粥虾仁炒豆腐荔枝饮蔬果虾蓉饭香煎土豆饼肉松软米饭鱼肉鸡蛋饼龙眼莲子粥冬瓜蛋花汤玲珑馒头香蕉奶南瓜拌饭……特效功能断奶食谱中医的力量——艰难疾病的断奶饮食安全地喂养，健康的保证

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

章节摘录

插图：

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

编辑推荐

《向育儿专家取经:宝宝断奶食谱(实践版)》：断奶基础知识及食材处理技巧，分阶段科学断奶，满足宝宝的成长需要，分步骤详解，让妈妈做出每一道断奶食谱，将中医进行到底，预防疾病的断奶方案。

10000000家庭的选择，宝宝断奶的最佳方案。

全能妈妈实践版。

<<向育儿专家取经 宝宝断奶食>>

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>