

<<婴幼儿断乳营养餐>>

图书基本信息

书名：<<婴幼儿断乳营养餐>>

13位ISBN编号：9787533032142

10位ISBN编号：7533032144

出版时间：2010-10

出版时间：鲁美营养策划中心 山东美术出版社 (2010-10出版)

作者：鲁美营养策划中心

页数：237

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>

<<婴幼儿断乳营养餐>>

前言

当怀里的小婴儿一天天长大的时候，吃的问题就越来越大了，因为婴幼儿对各种营养素的需要越来越多，但是母乳却并没有随之一天天地更加营养起来，反而还在渐渐“枯竭”，不管是量还是营养成分都已经不再能满足婴幼儿的需求。

这个时候怎么办呢？

断乳？

也许你会马上想到这个词语。

没错，这个时候就表示到了每个婴幼儿都需要经历的时刻——断乳，既然母乳已经完全不能满足生长的需要了，那再吃下去还有什么意思呢，再说也不能一直这样吃下去呀，迟早是要吃辅食的，那么就顺理成章地断掉吧，让婴幼儿改吃辅食去。

但是，断乳真的像上面说的那么“洒脱”、那么简单吗？

一声令下，说断掉就马上可以断掉，给婴幼儿辅食他就会乖乖地吃吗？

当然，答案是否定的，只要有给婴幼儿断乳的经历，或对婴幼儿断乳问题有所了解就会知道，婴幼儿断乳并不是一个孤立的事件，而是一个系统工程，顺利断乳大多从出生后第2个月就要着手准备。

<<婴幼儿断乳营养餐>>

内容概要

对于大部分婴幼儿来说，断乳不顺利主要是由于辅食问题引起的，诸如辅食添加不及时、品种少而单调、量不足、烹调失当及断乳后未能及时换用其他乳品和添加辅食造成的。针对这些问题，本书分别针对婴幼儿的不同月龄阶段进行了全面介绍，不仅给出了详细的一日饮食安排参考，还对此期的喂养要点和疑难问题进行了专业细致的提示和解释，并安排了大量科学又营养的食谱，以期给家长提供最实在最有效的帮助。

希望每个家长都可以制作出营养美味又适合婴幼儿需求的辅食，希望每个婴幼儿都能顺利断乳，吃出聪明吃出健康。

<<婴幼儿断乳营养餐>>

作者简介

鲁美营养策划中心，专门从事饮食营养、养生保健等图书的策划和编辑，组织国内著名营养专家编写或主审，内容以权威，实用，通俗易懂为主旨。

<<婴幼儿断乳营养餐>>

书籍目录

第一章 婴幼儿断乳，你需要了解的各月断乳食物怎么加如何为婴幼儿选择健康的断乳食材怎么烹调婴幼儿断乳食物第二章 断乳准备，部分婴幼儿可以添加水、果汁等(0-4个月)0-4个月婴幼儿一日饮食安排断乳准备阶段婴幼儿怎么喂美食餐桌：最适合此期婴幼儿的断奶美食有问必答，会吃妈妈训练营第三章 断乳初期，添加泥糊状食物(4-6个月)4-6个月婴幼儿一日饮食安排表断乳初期怎么喂美食餐桌：最适合此期婴幼儿的断奶美食有问必答，会吃妈妈训练营第四章 断乳中期，添加颗粒状成形固体软食(6-8个月)6-9个月婴幼儿一日饮食安排表断乳中期怎么喂美食餐桌：最适合此期婴幼儿的断奶美食有问必答，会吃妈妈训练营第五章 断乳后期，添加粥、面条、小片水果(8-10个月)9-10个月婴幼儿一日饮食安排表断乳后期怎么喂美食餐桌：最适合此期婴幼儿的断奶美食有问必答，会吃妈妈训练营第六章 断乳完成期，开始向成人吃饭方式过渡(10 - 12个月)10-12个月婴幼儿一日饮食安排表断乳完成期怎么喂美食餐桌：最适合此期婴幼儿的断奶美食有问必答，会吃妈妈训练营第七章 婴幼儿断乳期间常见病饮食调理锌缺乏症碘缺乏症钙缺乏症龋齿贫血汗症鹅口疮荨麻疹百日咳风寒感冒风热感冒伤食水痘肥胖惊风便秘腹泻附录做断乳辅食常用的烹调工具

<<婴幼儿断乳营养餐>>

章节摘录

插图：

<<婴幼儿断乳营养餐>>

编辑推荐

《婴幼儿断乳营养餐》：断乳并不是停止一切代乳品，而是戒断母乳喂养，以代乳品及其他食品采取代。

不宜进食固体食品，应在原辅食的基础上，逐渐增添包括乳制品、谷类等食物。

在正餐外，不要再给婴儿零食，特别是少吃巧克力：进食过多，反而易导致营养失调或营养缺乏症。

<<婴幼儿断乳营养餐>>

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>