第一图书网, tushu007.com

<<坐月子营养食谱>>

图书基本信息

书名：<<坐月子营养食谱>>

13位ISBN编号：9787534123221

10位ISBN编号：7534123224

出版时间：2004-5-1

出版时间：浙江科学技术出版社

作者：董顺翔

页数：143

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

怀孕、分娩、哺育、成长，使人类生命延续、繁衍生息，这是母亲的神圣伟大之举。
小生命的诞生，是爱的结晶、情的升华、家庭和民族的希望；对于身怀六甲的准妈妈和初为人母的新妈妈，她们渴望了解这一特殊时期的养身保健知识。

这套丛书以问答形式，介绍孕期和坐月子该吃什么，怎么吃，您么烧等饮食营养常识。
并以330款制作简便、美味可口、营养丰富的精美食谱，奉献给天下的母亲，祝愿妈妈和她的下一代幸福健康！

<<坐月子营养食谱>>

书籍目录

菜类 氽鲫鱼 黑鱼炖鸡 百合炒肉片 锦绣芙蓉 枸杞黑豆猪骨汤 香橙海蚌 莴笋拦海蜇皮 冰糖蛤土蟆 原汁炖鲍鱼 猪肝炒菠菜 金会鸡丝汤 淡菜蒸腐皮 凤梨鱼丁 栗子炒子鸡 香芒莴笋 尖椒牛柳 莲子百合煲瘦肉 菊花鱼 菠菜鸡蛋汤 雪菜鲜蘑 黄花菜肉饼 鳖炖鸡 拌双丝 菜心炒肝片 虾爆鳝片 人参乌鸡 百合银耳汤 金钩油方 蜜瓜牛柳……粥类点心类果汁类营养常识

第一图书网, tushu007.com

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