第一图书网, tushu007.com

<<全新换乳营养餐>>

图书基本信息

书名：<<全新换乳营养餐>>

13位ISBN编号：9787538454338

10位ISBN编号：7538454330

出版时间：2012-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：金妪美

页数：295

译者：申艺善

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

内容概要

金妮美编著的《全新换乳营养餐》让你快速掌握基本的宝宝辅食制作方法，制作出各种形态、营养组成和功能性的宝宝辅食。
让你的宝宝脱离母乳喂养，顺利过渡到膳食。
全书共四章节，内容包括初期换乳餐（满4～6个月）、中期换乳餐（满6～8个月）、后期换乳餐（满8～12个月）、终期换乳餐（满12个月以上）。
本书给供相关人员参考阅读。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

作者：（韩国）金妊美 译者：申艺善

<<全新换乳营养餐>>

书籍目录

前言
宝宝的妈妈，期待这样的换乳餐书
开始制作焕乳餐前请先阅读
换乳餐，真正理解它
换乳餐，至少要记住这个
可以分月龄哺喂的食品和应注意的食品
……
第一章 初期换乳餐（满4～6个月）
第二章 中期换乳餐（满6～8个月）
第三章 后期换乳餐（满8～12个月）
第四章 终期换乳餐（满12个月以上）

章节摘录

版权页： 插图： 问 吃了换乳餐，为什么大便变得不一样了 答 若开始换乳餐，大便的样子形状就会发生变化。
或者是大便的次数、大便的颜色不一样（也有便秘或腹泻的情况），或者是大便的气味变重。
可如果宝宝的健康及状态良好的话就不必担心。
这只是因受到了新食物的刺激而出现的反应罢了。
大部分宝宝会逐渐适应而好起来。
问 肉应该从什么时候开始喂 答 为了补铁，肉可以从6个月时开始哺喂。
不要只哺喂肉汤而要哺喂肉泥。
应哺喂没有油脂的部分，初期要搅拌后哺喂，到了7个月时就要哺喂有一点肉末的了。
即使没有长牙也可以哺喂肉。
相较于已搅好的肉，买来瘦肉，去除筋和艮的部分后再加工要更好。
到了周岁，一日可以哺喂40～509的肉，2周岁时，一日可以哺喂100g肉了。
问 宝宝有贫血，含铁较多的食物都有哪些 答 乍为补铁用来讲，肉和蔬菜为好。
含铁较多的食物有牛肝、牡蛎、文蛤、虾、牛肉、菜豆、带皮烤土豆、干杏、葡萄干、鸡肉、鸡蛋黄、李子、金枪鱼、草莓、西红柿、西蓝花、培根、橙子、花生、香蕉、苹果等，只不过按月龄来捕喂会较好。
问 水果应从什么时候开始，从什么样的水果开始比较好呢 答 水果对宝宝来讲是必需食品。
水果中富含宝宝所必需的纤维素和多种维生素。
不可以给宝宝用营养剂（而不是水果）来代替维生素。
哺喂换乳餐时先哺喂蔬菜之后再开始哺喂水果为好。
如果先哺喂水果的话，熟悉了水果的甜味的宝宝就会不太愿意吃蔬菜，因此先等宝宝爱吃放入蔬菜或肉的粥之后再给水果为好。
起初可以开始哺喂的水果有苹果、梨、李子、杏等，橘子或橙子最好等到至少过了大概9个月之后再开始哺喂，草莓和西红柿因容易引发过敏症，所以建议等到周岁过后再哺喂。
水果是从4～6个月开始搅拌或捣磨好再给为好。
问 有过敏症或遗传性过敏症时，应该如何进行换乳餐 答 牛奶要从1岁开始，鸡蛋要从两岁开始坚果类和花生、海鲜要从3岁开始哺喂。
若是有遗传性过敏症的孩子，最好到了6个月再开始进行换乳餐。
请从米开始哺喂，过1周再以蔬菜、水果之序进行哺喂。
在未到了个月时就把肉掺入换乳餐中哺喂是不妥当的。
豆腐、酸牛奶、白面、玉米、橘子、柠檬、草莓、西红柿、蜂蜜在周岁过后哺喂为好，鸡蛋、巧克力则在两周岁过后哺喂为好，像海鲜、虾、贝、龙虾、花生之类则建议在3周岁过后再哺喂。

编辑推荐

《全新换乳营养餐》让你快速掌握基本的宝宝辅食制作方法，制作出各种形态、营养组成和功能性的宝宝辅食。

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