

## <<让孩子吃菜的小绝招>>

### 图书基本信息

书名：<<让孩子吃菜的小绝招>>

13位ISBN编号：9787801676153

10位ISBN编号：7801676157

出版时间：2004-5

出版时间：中国农业科技

作者：高溥超 编

页数：138

字数：60000

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>

## <<让孩子吃菜的小绝招>>

### 内容概要

本书是一本关于让孩子吃菜的小绝招，以及培养孩子养成良好饮食习惯的书籍。

书中针对厌食蔬菜的孩子列举了多种使其吃菜的方法，分析了现代家庭中儿童饮食中存在的问题，并提出了解决儿童吃菜“难”的有益建议。

全书以积极和务实的态度提醒家长们：培养良好的饮食习惯，应从儿童开始。

否则，这将会给儿童的健康成长带来负面影响。

本书集科学性、实用性、幽默性于一体，图文并茂，通俗易懂，符合读图时代需求，适合家长、护理人员及教育工作者阅读。

## <<让孩子吃菜的小绝招>>

### 书籍目录

上篇 教你怎样喂养孩子 1.佳蔬制成彩色拼图 2.制成蔬菜水饺 3.蘸着甜面酱生食蔬菜 4.做成菜泥 5.给孩子讲蔬菜的童话故事 6.制成果菜汁 7.做成果菜碗和蔬菜串 8.炸蔬菜 9.把蔬菜夹在食品里吃 10.用沙拉酱拌蔬菜 11.用果菜汁和面制小饼 12.让孩子动手和家长一起做菜 13.将蔬菜搭配与喜欢的食品同吃 14.吃菜有奖 15.讲不吃菜患病的道理 下篇 如何培养孩子良好的饮食习惯 1.养成孩子独立进食习惯 2.孩子进餐时间不可过长 3.创造良好的进食环境 4.不随意给小孩吃零食 5.进食前不要剧烈活动 6.孩子进餐要定时定量 7.注意孩子饮食的营养平衡 8.不能食过凉食品 9.不能给孩子过分的进餐压力 10.家长不要能娇惯孩子 11.不能给孩子过份的进餐压力 12.对孩子进餐巧妙诱导 13.蔬菜的营养特点 14.小孩几种疾病的蔬菜疗法

<<让孩子吃菜的小绝招>>

章节摘录

插图

<<让孩子吃菜的小绝招>>

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>