第一图书网, tushu007.com

<<孕产妇调养粥>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇调养粥>>

13位ISBN编号：9787806414224

10位ISBN编号：7806414223

出版时间：2002-7

出版时间：中原农民出版社

作者：王明桂

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

孕产期是妇女的特殊生理时期，常会引起不同程度的生理反应，对进食产生一些不利影响，如厌食、呕吐等，因此，对孕产妇进行调养很重要。

粥是营养价值高、好消化的大众化食品，也是孕产妇的重要食品。
有的孕产妇生理反应强烈，喝粥甚至成为惟一的进食途径。
在粥中加入一些大枣、红糖、益母草等，可以有效补气、补血，调整脾胃，促进饮食平衡。
粥对妇女怀孕期母子健康、产后恢复体力，功莫大焉。

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