

<<宝宝全程健康饮食方案>>

图书基本信息

书名：<<宝宝全程健康饮食方案>>

13位ISBN编号：9787512701977

10位ISBN编号：7512701977

出版时间：2011-5

出版时间：中国妇女

作者：金海豚婴幼儿早教课题组 编

页数：206

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>

<<宝宝全程健康饮食方案>>

内容概要

2011年，金海豚婴幼儿早教课题组成立20周年，众多专家再次齐聚课题组，齐心协力为读者再度打造符合中国宝宝体质的饮食书籍，为宝宝精心定制每一餐，帮助更多的家庭提高生活的品质，喂养健康、聪明的孩子。

营养关系着宝宝的健康和智商，如何吃得好、吃得对是宝宝成长路上的大学问，也是爸爸、妈妈必须做好的功课。

《宝宝全程健康饮食方案（之宝贝书系86）》针对不同年龄段宝宝的生理特点和营养需求，精心设计了营养、美味的食谱，在保证营养的基础上，用美味吸引宝宝爱上吃饭，帮助爸爸、妈妈用科学的喂养方式，让宝宝充满活力、健康又聪明。

<<宝宝全程健康饮食方案>>

作者简介

金海豚婴幼儿早教课题组，是一个专业母婴服务机构。多年来，众多家庭和母婴机构在课题组专家的指导下成功孕育宝宝，也使得课题组吸引了更多的成员加入。

2011年，金海豚婴幼儿早教课题组成立20周年，众多专家再次齐聚课题组，齐心协力为读者再度打造符合中国宝宝体质的饮食书籍，为宝宝精心定制每一餐，帮助更多的家庭提高生活的品质，喂养健康、聪明的孩子。

<<宝宝全程健康饮食方案>>

书籍目录

第一章 父母的必修课

宝宝吃好就是妈妈最大的心愿

为宝宝制订膳食计划

培养宝宝的良好饮食习惯和就餐礼仪

训练宝宝的餐桌秩序感

饭前先洗手

等家人和饭菜都齐备时再吃饭

饭菜要清淡、丰富、有营养

允许宝宝自己拿汤匙

用诱惑等办法让宝宝吃饭不可取

把吃饭当做愉快的游戏

餐桌上的话题应是宝宝感兴趣的话题

为宝宝打造健康饮食须知

健康食品和垃圾食品要分清

健康食品

垃圾食品

宝宝这样吃最健康

营养摄取要充分

营养不可摄取过多

第二章 健康美食天天有

营养早餐

米粥油（4个月以上）

燕麦南瓜糊（6个月以）

青菜粥糊（7个月以上）

水果藕粉（10个月以上）

玉米薄饼（1岁半以上）

什锦甜粥（2岁以上）

豆沙包（3岁以上）

奶香鸡蛋饼（3岁以上）

烫面蒸饺（3岁以上）

健康面食

番茄清汤面（9个月以上）

袖珍奶香馒头（11个月以上）

.....

第三章 可口蔬菜巧搭配

第四章 美味水果对对碰

第五章 蛋奶、肉类、水产不可少

第六章 司机健康不生病

<<宝宝全程健康饮食方案>>

章节摘录

版权页：插图：良好的饮食习惯和就餐礼仪是需要培养的。

对婴幼儿来说，他（她）所从事的一切活动，特别是吃饭。

都是出于一种本能或喜好。

如果由着宝宝的性子来，不仅会影响到宝宝的身体健康，而且会影响到宝宝的心理健康。

良好的饮食习惯和就餐礼仪是一种有修养、有品行的表现，将会受到别人的夸赞和尊重，这一点对宝宝的成长非常重要，因为所有宝宝的内心深处，都渴望得到别人的表扬和认可，越夸奖宝宝，宝宝往往会做得越好，就越能培养出宝宝的信心和勇气。

宝宝能否建立起良好的饮食习惯和就餐礼仪，关键在于父母，因为父母在饮食过程中的行为和习惯，会潜移默化地影响到宝宝，身教重于言教。

<<宝宝全程健康饮食方案>>

媒体关注与评论

孩子是父母的心头肉，什么阶段该吃什么，吃得香不香，都是父母值得注意的问题。这本书帮父母把这些问题都考虑到了，每天照着做一做，孩子自然很健康。

——之宝贝搜狐母婴以服务母婴为己任，一直努力为父母推荐最合适的各种母婴类读物。这本书提供的饮食方案非常符合中国宝宝的体质，值得推荐。

——搜狐母婴“感谢生活给予我们的美好，感动孩子给予女人的改变。为了那一声温柔的呼唤，我们鞠躬尽瘁。

在孕育的道路上，我们潜心研究，不断学习，心中充满喜和乐，每一个始料未及的成长都是我们共同的记忆。

在这个滋润灵魂的世界里，生活已不再原地踏步。

孩子就是我们的纽带，让我们共同努力。

” ——之宝贝资深策划 菅波

<<宝宝全程健康饮食方案>>

编辑推荐

《宝宝全程健康饮食方案(彩图版)》资深专家团队集20年经验为中国宝宝量身打造。

<<宝宝全程健康饮食方案>>

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>