第一图书网, tushu007.com

<<孕产妇食疗方>>

图书基本信息

书名：<<孕产妇食疗方>>

13位ISBN编号：9787533130787

10位ISBN编号：7533130782

出版时间：2002-03

出版时间：山东科学技术出版社

作者：谭兴贵

页数：527

字数：369000

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

本书根据不同阶段孕产妇和胎儿、新生儿的生理变化和营养需求，编排了孕早期、孕中期、孕晚期、产褥期、哺乳期共五个时期的营养食疗方，分为佳肴菜、营养饭、美味汤、滋补粥、补益饮等五大类，总计1400方。
详尽介绍了各食疗方的配方、做法、特点等，具有很强的针对性和实用性。
孕产妇的健康，既关系到其自身的生活、学习和工作，也关系到下一代的健康，希望所有的孕产妇都能根据自身的情况进行科学饮食，为提高我国的人口素质奠定良好的基础。

<<孕产妇食疗方>>

书籍目录

孕妇食疗方一、孕早期食疗方　佳肴菜　红烧牛肉　蔗汁牛肉丸　酸菜炒牛肉　榨菜蒸牛肉　甜椒牛肉丝　西汁焗牛肝　土豆烧牛肉　五香牛肉　苦瓜炒牛肉　芽菜炒牛肉　青豆炒牛肉　榄仁炒牛肉　豉汁牛肉　西洋菜炒牛肉　菜心炒牛肝　菜心炒牛肉　炸酱排骨　酱汁牛仔骨　美味羊肉　葱爆羊肉　糖醋排骨　泡菜炒肉末　瓜皮肉丝　豆芽炒猪肝　肉丝酸菜　油熘肉片　蟠龙卷切　盐爆里脊　叉烧肉　肉片滑熘卷心菜　煎肉饼　酸辣肉丝炒白菜　桂花肉　腐竹烧肉丝　银菜炒肉丝　肉蓉炒芥蓝　肉蓉炒青豆　……　营养饭　美味汤　滋补粥　补益饮二、孕中期食疗方三、孕后期食疗方产妇食疗方

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