

<<断乳食品一本通>>

图书基本信息

书名：<<断乳食品一本通>>

13位ISBN编号：9787538181036

10位ISBN编号：7538181032

出版时间：2013-8

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：赖爱鸾 著

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>

## <<断乳食品一本通>>

### 内容概要

本书分为九章。

第一章解答了添加断乳食品的疑问；第二章介绍了制作断乳食品的工具、烹煮方式等；第三章介绍的是如何处理食品材料；从第四章到第七章分段介绍了断乳食品的菜单；第八章介绍的是宝宝患病时的断乳食品；第九章介绍的是有保健功能的断乳食品。

本书中菜单的特点是食材易取、制作简便、营养丰富，手把手教您科学制作断乳餐，让宝宝吃得聪明又健康！

## <<断乳食品一本通>>

### 作者简介

赖爱鸾，主任医师，教授、硕士生导师、首都医科大学硕士。

1983年在青海医学院毕业后，分配在首都医科大学附属复兴医院妇产科工作迄今。

工作期间进一步深造，取得首都医科大学临床硕士学位。

2001年晋升为主任医师。

2007被聘为年首都医科大学教授。

担任卫生局专家指导小组成员，从事母婴保健、助产技术、计划生育认证资格评审工作，指导产科危重症救治、计划生育工作。

荣获北京市优秀妇幼工作者、北京市计划生育先进个人，优秀科技人才，岗位竞争能手等多项殊荣。

## &lt;&lt;断乳食品一本通&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 问与答：添加断乳食品为断乳做准备问题1宝宝多大开始添加断乳食品 8问题2宝宝最晚什么时候断乳 9问题3添加断乳食品的种类与顺序是什么 9问题4如何把握添加断乳食品的分寸 10问题5如何根据粪便情况添加断乳食品 11问题6如何判断断乳食品添加情况 11问题7断乳与断乳食品的添加有哪些宜与忌 12问题8哪些情况不适合母乳喂养 13问题9添加断乳食品宝宝生病怎么办 13你了解断乳吗？做个断乳知识小测试 14

第2章 基础课，断乳食品制作准备出发基础课——断乳食品用具的选购与使用 16基础课——断乳食材的估算计量方法 18基础课——常用断乳食材的选择与保存法 19基础课——制作断乳食品要遵守的烹调原则 21基础课——制作断乳食品应具备的烹调工具 23基础课——常用断乳食品烹煮的基本方法 26基础课——宝宝食用断乳食品要注意的事项 28一目了然的断乳食品进行表 30

第3章 断乳准备期，难处理材料快速上手断乳准备期——新妈妈断乳喂养常识须知 32断乳准备期——难处理的蔬果整理方法 37断乳准备期——难处理的肉食整理方法 39断乳准备期——本期“明星”食材推荐 40断乳准备期——本期招牌断乳餐 42

第4章 初期断乳食品，4~6个月添加糊状食物断乳初期——新妈妈断乳喂养常识须知 46断乳初期——本期“明星”食材推荐 51断乳初期——本期主食专家推荐 54断乳初期——本期招牌断乳餐 55

初期断乳食品中的疑惑Q&A 66

第5章 中期断乳食品，7~9个月逐渐向固体状食物过渡断乳中期——新妈妈断乳喂养常识须知 70断乳中期——本期“明星”食材推荐 76断乳中期——本期主食专家推荐 78断乳中期——本期招牌断乳餐 79

轻轻咀嚼期断乳食品的疑惑Q&A 97

第6章 后期断乳食品，10~12个月添加粥、面条、小片水果断乳后期——新妈妈断乳喂养常识须知 100断乳后期——本期“明星”食材推荐 104断乳后期——本期主食专家推荐 106断乳后期——本期招牌断乳餐 107

正常咀嚼期断乳食品的疑惑Q&A 139

第7章 完结期断乳食品，13~15个月吃饭方式开始向成人过渡断乳完结期——新妈妈断乳喂养常识须知 142断乳完结期——本期“明星”食材推荐 145断乳完结期——本期主食专家推荐 147断乳完结期——本期招牌断乳餐 149

大口咀嚼期断乳食品的疑惑Q&A 163

第8章 健康断乳，宝宝疾患的对症饮食护理呕吐——吃下的食物又吐出来 168发热——发热断乳是否太狠心 173便秘——隔3天只排1次便 176腹泻——拉肚子不是断乳惹的祸 181过敏——不同过敏不同断乳食法 183

第9章 与保健品媲美的断乳菜单免疫力——宝宝强身健体的断乳菜单 186大脑发育——开发左右脑的断乳菜单 193长高食品——给宝宝助长的断乳菜单 203

周岁宝宝天然婴儿餐&零食 207

<<断乳食品一本通>>

编辑推荐

断乳食品一本通：食材易取、制作简便、营养丰富。  
本书手把手教您科学制作断乳餐，让宝宝吃得聪明又健康！

<<断乳食品一本通>>

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>