

<<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>