

<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

图书基本信息

书名：<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

13位ISBN编号：9787538454833

10位ISBN编号：7538454837

出版时间：2012-1

出版时间：吉林科技

作者：宋微 编

页数：225

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>

<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

内容概要

这本《婴幼儿辅食喂养与配餐(升级版)》由宋微主编，将会介绍新手爸爸妈妈怎样喂养新生儿到3岁的宝宝、宝宝在每个阶段需要的营养和怎样健康做辅食以及宝宝生病的时候怎样做饮食调理等，一直被新手爸爸妈妈所困扰的问题。

<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

书籍目录

- 第一章 宝宝辅食喂养与配餐指导
- 第二章 宝宝疾病的饮食调理与照顾
- 第三章 宝宝食物营养解析
- 第四章 婴幼儿喂养问题速查

<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

章节摘录

版权页：插图：不要给宝宝吃过多点心，因为点心是甜品，很多宝宝都爱吃。

点心的主要成分是碳水化合物，这和粥、面食的成分是一样的，所以只给宝宝吃米、面，就没有必要再给宝宝吃点心，但是偶尔吃一些作为生活乐趣的调剂品也是可以的。

限制宝宝吃点心是因为点心含糖量多，会导致龋齿，大量吃点心还会影响食欲。

为了培养宝宝有良好的饮食习惯，也为了宝宝的健康，尽量少给宝宝吃点心。

不要经常给宝宝喂奶嘴，换乳后的宝宝会因为不适应而有时哭闹，父母们为了让宝宝停止哭闹，就给宝宝喂奶嘴。

其实宝宝喂奶嘴是个坏习惯。

因为在喂奶嘴的同时，会有大量的空气被吸入体内，引起腹部不适，甚至导致腹泻、呕吐。

而且，如果长期喂奶嘴，宝宝的牙也会变得不整齐。

辅食种类不要过于单调，许多父母不重视对宝宝食物种类的多样化和烹调方法，给宝宝的食品过于单一。

还有的父母每天将菜粉、鱼粉和肝粉拌在米粉中，使宝宝分辨不出不同食物的味道和质感，慢慢地宝宝不仅得不到全面的营养，还会产生厌食情绪，导致偏食。

所以妈妈在做菜的时候一定要变换花样，让宝宝养成吃各种食物的习惯。

不要给宝宝吃刺激性的食物，不要给宝宝吃刺激性的食物，如可乐，这样的食品对宝宝的神经系统有刺激作用，容易对宝宝的神经系统发育产生影响。

也不要吃过甜、油腻的食物，容易让宝宝消化不良。

不要给宝宝吃麦乳精，不宜给宝宝吃麦乳精，麦乳精的主要成分是糖，而且只含有少量的蛋白质。

如果长期摄入，会影响宝宝的食欲，最终导致宝宝营养不良。

不要断掉所有的乳制品，有的妈妈认为换乳是把所有乳制品都断掉，这是错误的想法。

乳制品中含有丰富的蛋白质，是宝宝成长过程中必不可少的营养。

有的妈妈觉得从肉、鱼中也能获取蛋白质，但是这些食物所补充的蛋白质是不能满足宝宝需要的。

怎样让宝宝不挑食，很多时候，我们会在公共场合看到这样一些带着宝宝的父母：当宝宝表现出不喜欢吃某种食物时，父母并不是劝说或者讲道理，而是一味地迁就；当宝宝表现出喜欢吃某一种。

<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

编辑推荐

《婴幼儿辅食喂养与配餐(升级版)》专门为宝宝设计的营养方案，全面、科学的喂养方法让宝宝更加健康、快乐均衡膳食营养美味。

<<婴幼儿辅食喂养与配餐>>

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>