

元气宝贝健康餐



[元气宝贝健康餐 下载链接1](#)

著者:曾少君

出版者:农村读物出版社

出版时间:2004-6

装帧:

isbn:9787504843302

本书针对儿童的健康及营养需求，设计了许多不同的菜式。每一道菜都根据购买方便，经济实由，营养价值高的原则调配而成。为了满足小孩子挑剔的口感，本书还特意对食物的搭配方式进行了调整，以保证每一道菜的鲜美可口、营养均衡。

孩子厌食，挑食、偏食不要急，营养不良也不要慌。从现在起，让这本书的正确饮食观念来帮助您吧。若能照着此书介绍的各式佳肴亲手制作，不仅能在不知不觉中提高自己的厨艺，而且还能让你的孩

作者介绍:

目录: 强化呼吸道健康餐
生姜红糖
雪梨炖罗汉果川贝
双花蜂蜜饮
百合啤梨白藕汤

大米葱白粥
蜜百合
豆腐葱花汤
蜂蜜萝卜饮
丝瓜粳米粥
黄豆香菜汤
雪梨蒸川贝
健胃整肠健康餐
淮米鸡内金粥
粳米鲜梨粥
白扁豆瘦肉汤
冰糖乌瘦肉汤
蜜糖乌梅丁
· · · · · (收起)

[元气宝贝健康餐_下载链接1](#)

标签

评论

[元气宝贝健康餐_下载链接1](#)

书评

[元气宝贝健康餐_下载链接1](#)