

# 婴幼儿营养辅食全百科



[婴幼儿营养辅食全百科 下载链接1](#)

著者:高时焕

出版者:吉林科技

出版时间:2009-12

装帧:

isbn:9787538443004

《婴幼儿营养辅食全百科》内容简介：小小的丝带是一种象征，它虽然微小，却在世界各地发挥着重要作用。预防爱滋病的是红丝带，预防乳癌的是粉红丝带。为了让孩子能在蓝天、白云、青草的自然环境下成长，帮他们配戴上绿丝带如何呢？这不仅是让孩子们健康成长的象征，更是我们希望为孩子的一生健康打下良好基础的心愿。同时，也象征着要为孩子们找回绿色的大自然。

孩子的健康成长，绝对离不开营养均衡，以及正确的饮食习惯。辅食不仅能提供宝宝所需的各种营养，同时是让宝宝适应生存环境的媒介物；为宝宝的身体和人格健康打下良好的基础。

## 作者介绍:

高时焕，医师，医学博士，曾任韩国三星首尔医院及檀国大学医学系、小儿内分泌学专任教授，任韩国顺天香大学医学系及成均馆大学医学系教授。

在韩国NEBS电视台“育儿日记”、EBS广播台“父母教育咨询室”、KBS广播台“健康咨询室”以及育儿网站“太阳升起”“现代百货俱乐部”等栏目从事儿童健康咨询工作。他把在儿童成长诊疗室里所获得的宝贵临床经验运用到健康咨询中，消除了许多妈妈不知道如何喂宝宝吃东西的烦恼。还通过离乳专业机构——高医生关爱儿童，提供儿童餐，现在经营“高时焕小儿科成长发育诊疗室”。著有《0~3岁育儿全百科》《妊娠分娩全百科》《育儿饮食方法》等书。

目录: 作者序 希望通过饮食为宝宝们找回大自然前言

影星尹有善的食品制作心得& 育儿故事 宝宝强壮的秘诀——食品

高时焕医师的辅食基础课程 辅食的形状&煮熟的程度 阶段性辅食食谱参考表

各种食材的产季参考表 按照营养分类的食品群表 婴儿辅食食材估算表

从温和的米粥开始Part 1 用最新鲜的食材制作 阶段性断乳辅食 4-5个月 (初期)

从温和的米粥开始 辅食Q&A 6-8个月 (中旬) 吃一点点蛋白质食品 辅食Q&A

9-10个月 (后期) 用稀饭教会宝宝咀嚼 辅食Q&A 11-12个月 (结束期)

良好的饮食习惯更重要 辅食Q&APart 2 既好吃又有营养的 婴儿辅食快速上手Part 3

宝宝的个头又长高了 给宝宝的长高食品Part 4 谁会是天生的英才呢

让宝宝变聪明的食品Part 5 孩子生病了怎么办 改善宝宝的不适症状Part 6 宝宝满周岁了

天然婴儿餐&零食Part 7 让孩子健康又聪明 适合不同宝宝的幼儿餐营养辅食百宝箱

· · · · · (收起)

[婴幼儿营养辅食全百科](#) [下载链接1](#)

## 标签

营养

婴幼儿

辅食

育儿

幼儿

婴儿

## 评论

食谱多，操作详细

---

[婴幼儿营养辅食全百科\\_下载链接1](#)

## 书评

---

[婴幼儿营养辅食全百科\\_下载链接1](#)