

聪明宝宝怎么吃



[聪明宝宝怎么吃 下载链接1](#)

著者:李宁

出版者:青岛

出版时间:2010-1

装帧:

isbn:9787543659827

《聪明宝宝怎么吃》针对如何让宝宝吃得聪明、吃得健康这个问题。分五个部分介绍了聪明宝宝的智力营养素、益智食品、0~6岁分阶段喂养方案、常见病的调养方案和做聪明父母必须知道的喂养窍门。帮助家长轻轻松松养育聪明伶俐的宝宝。

作者介绍:

目录: Part 1 聪明宝宝的智力营养素 碳水化合物 脑活动的能量来源 蛋白质
完善脑细胞，帮助大脑正常发育 脂肪 对婴儿智力和身体的发育极为重要 DHA
与宝宝脑部的发育关系密切 卵磷脂 脑细胞发育不可缺少的营养索 维生素A
维护视力和促进大脑发育 维生素D 提高神经细胞反应速度，增强判断能力 维生素E
维护宝宝发育中的神经系统 维生素K 促进血液正常凝固和智力发育 B族维生素
维护智力和神经系统健康 维生素C 神经传递介质的重要组成部分，提高大脑灵敏度
叶酸 促进宝宝生长发育和智力发育的重要维生素 牛磺酸 促进宝宝脑组织和智力发育 钙
增强脑神经组织的传导能力 铁 智力发展所需要的营养素 锌 智力之源 硒
可预防智力低下 碘 智力营养素 镁 增智又益脑 钾 维持神经和肌肉的正常活动 磷
参与神经纤维的传导活动 铜 宝宝智力发育必需的营养素 水
生命活动不可缺少的营养素Part 2 聪明宝宝的益智食品 ……Part 3
聪明宝宝的喂养方案Part 4 宝宝常见病调养方案Part 5 聪明父母要知道的事
· · · · · · (收起)

[聪明宝宝怎么吃_下载链接1](#)

标签

评论

[聪明宝宝怎么吃_下载链接1](#)

书评

[聪明宝宝怎么吃_下载链接1](#)