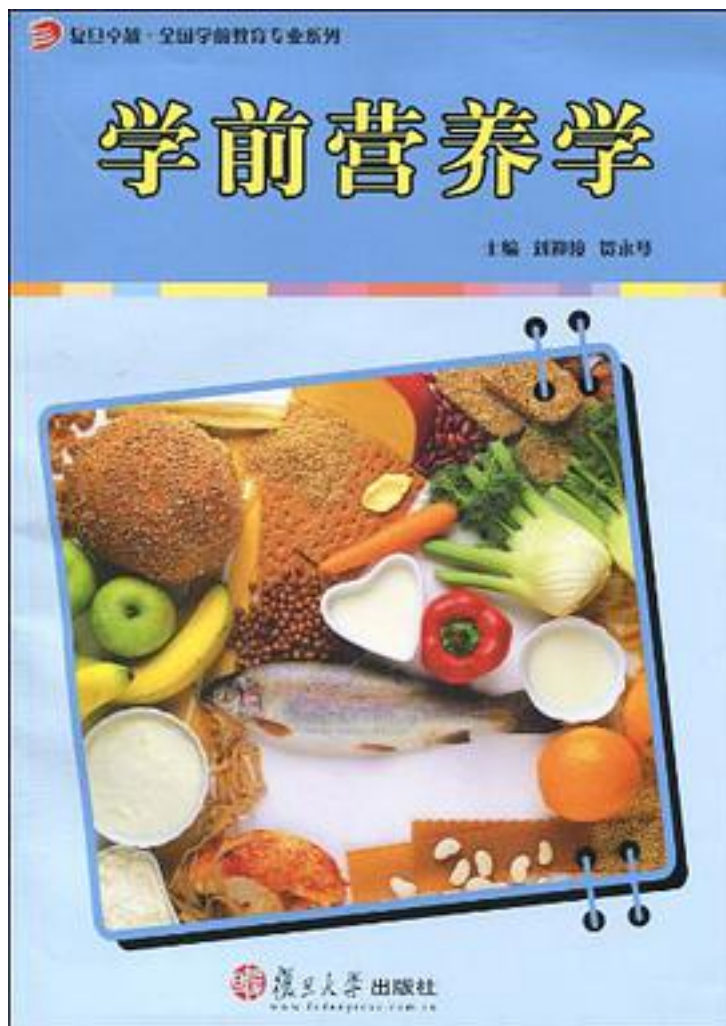


学前营养学



[学前营养学 下载链接1](#)

著者:刘迎接//贺永琴

出版者:复旦大学

出版时间:2010-5

装帧:

isbn:9787309071528

《学前营养学》共分六章，内容包括绪论、学前儿童的生长发育特点、学前儿童的营养

需要、学前儿童的食物选择、学前儿童的合理膳食、学前儿童常见营养性疾病及其防治等基本知识，其中还包括介绍食物成分表的使用方法、膳食中营养素的计算和评价、膳食宝塔的应用、食谱的编制、幼儿园膳食调查等营养学常用的工作方法。

《学前营养学》是三、五年制高职高专幼儿师范院校营养与保健及学前专业专用教材，也可作为幼儿教师培训教材，并适合从事幼教工作的人员及学前儿童家长学习、参考。

作者介绍:

目录: 第一章 绪论 一、营养学的基本概念 二、我国学前儿童的营养现状 三、我国学前儿童营养学研究的重点及面临的问题 第二章 学前儿童的生长发育特点 第一节 学前儿童体格发育特点 一、生长发育的年龄分期 二、体格发育特点及整体的生长 三、0~3岁——生长关键期 四、4~6岁小儿体格发育的特点 第二节 学前儿童脑及神经系统发育特点 一、神经系统的组成 二、脑的结构 三、脑的发育特点 第三节 学前儿童消化系统发育特点 一、口腔 二、食管 三、胃 四、小肠 五、大肠 六、肝脏 七、胰腺 第四节 学前儿童心理的发展 一、感知觉的发展 二、动作的发展 三、语言的发展 四、认知的发展 五、情绪、情感的发展 六、个性的发展 第三章 学前儿童的营养需要 第一节 能量的需要 一、能量单位与能量系数 二、人体的能量消耗 三、学前儿童能量的需要量 四、能量的食物来源 第二节 蛋白质的需要 一、蛋白质的组成和分类 二、蛋白质的生理功能 三、学前儿童蛋白质的需要量 四、蛋白质的食物来源 第三节 脂类的需要 一、脂类的种类 二、脂类的生理功能 三、学前儿童脂肪的适宜摄入量 四、脂类的食物来源 第四节 碳水化合物的需要 一、碳水化合物的分类 二、碳水化合物的生理功能 三、学前儿童碳水化合物的适宜摄入量 四、碳水化合物的食物来源 第五节 矿物质的需要 一、常量元素 二、微量元素 第六节 维生素的需要 一、脂溶性维生素 二、水溶性维生素 第七节 水的需要 一、水的体内分布 二、水的生理功能 三、水平衡 四、学前儿童水的需要量 五、水的食物来源 第八节 膳食纤维的需要 一、膳食纤维的生理功能 二、学前儿童膳食纤维的适宜摄入量 三、膳食纤维的食物来源 第四章 学前儿童的食物选择 第一节 谷薯类食物的选择 一、谷粒的结构 二、谷类及其加工品的营养价值 三、薯类食物的营养价值 四、学前儿童谷薯类食物的合理食用 第二节 豆类及含油种子类的选择 一、豆类及豆制品的营养价值 二、含油种子类的营养价值 三、学前儿童豆类及含油种子类食物的合理食用 第三节 蔬菜及水果类的选择 一、蔬菜中的营养成分及其加工品的营养价值 二、水果的营养成分及其加工品的营养价值 三、学前儿童蔬菜及水果类食物的合理食用 第四节 畜禽肉及水产动物类的选择 一、畜禽肉的营养价值 二、水产动物类的营养价值 三、学前儿童畜禽肉及水产动物类食物的合理食用 第五节 蛋类的选择 一、蛋类的营养价值 二、蛋类加工品的营养价值 三、学前儿童蛋类食物的合理食用 第六节 奶类的选择 一、奶类的营养价值 二、奶制品的营养价值 三、学前儿童奶类食物的合理食用 第七节 菌藻类的选择 一、菌藻类的营养价值 二、学前儿童菌藻类食物的合理食用 第八节 调味品的选择 一、调味品的营养价值 二、学前儿童调味品的合理食用 第五章 学前儿童的合理膳食 第一节 学前儿童膳食特点及常见膳食问题 一、学前儿童膳食特点 二、学前儿童膳食的常见问题 第二节 合理膳食的概念及要求 一、合理膳食的概念 二、学前儿童合理膳食的要求 第三节 学前儿童膳食指南及平衡膳食宝塔 一、学前儿童膳食指南 二、学前儿童平衡膳食宝塔及制订依据 三、学前儿童平衡膳食宝塔的应用 第四节 学前儿童食谱编制和评价 一、膳食营养目标 二、膳食制订原则 三、食物的选择 四、编制食谱 五、食谱的营养评价 第五节 幼儿园膳食 一、幼儿园膳食管理 二、幼儿园营养评价 第六节 学前儿童的饮食行为 一、常见不良饮食行为 二、不良饮食行为的形成原因 三、健康饮食行为的培养 第六章

学前儿童常见营养性疾病及其防治 第一节 小儿肥胖症 一、单纯性肥胖 二、继发性肥胖
第二节 蛋白质与能量营养不良 一、消瘦型营养不良 二、水肿型营养不良 第三节
营养性贫血 一、缺铁性贫血 二、巨幼红细胞性贫血 第四节 维生素D缺乏性佝偻病
第五节 其他营养性缺乏症实习指导 实习一幼儿园膳食调查
实习二幼儿园食谱编制附录1 中国居民膳食营养素参考摄入量附录2
常用食物成分表主要参考文献
· · · · · · ([收起](#))

[学前营养学_下载链接1](#)

标签

评论

[学前营养学_下载链接1](#)

书评

[学前营养学_下载链接1](#)