

# 让宝宝爱上吃饭



[让宝宝爱上吃饭 下载链接1](#)

著者:MOMO

出版者:江苏文艺出版社

出版时间:2011-11

装帧:平装

isbn:9787539947594

《让宝宝爱上吃饭:超级妈妈的5分钟创意美食》是一本专门为家长和孩子精心准备的美食书。颠覆了传统美食书仅仅简单介绍美味或营养的菜肴，《让宝宝爱上吃饭:超级妈妈的5分钟创意美食》给读者带来一种新的理念，美食不仅仅是一种味觉上的享受，也是一种视觉上的享受，更是一种对想像力的挑战。对于好奇心想像力丰富的孩子来说，吃饭，不是每日的任务，而是一件愉快的，能够启发孩子智慧、激发孩子想像力的事。而现代妈妈工作忙碌，没有太多时间为宝宝精心准备食物。因此我们提倡花最短的时间，做最创意的美味，只要每天多花5分钟，就能立刻将平淡的食物变成美味的艺术品，让宝宝主动爱上吃饭。同时，书中每一款食谱，都是可以让宝宝亲自动手参与制作的，

不仅增进了妈妈与宝宝的感情，也使宝宝的动手能力得到了提高。

作者介绍:

MOMO，一位在日本生活的80后全职妈妈。2003年初大学毕业后赴日本留学，获日本早稻田大学心理学硕士学位，现为日本心理学会会员。热爱美食,热爱漫画，热爱写作，为国内多家媒体的美食栏目撰稿。她的创意美食博客，受到上百万妈妈的热情追捧。

目录: 第一章 快速早餐篇 1

1、海绵宝宝早餐面包片 1

2、小飞机与小汽车果酱面包片 1

3、会飞的金龟子果酱三明治 2

4、面包超人果酱面包卷 2

5、巴巴妈妈包子 3

6、轻松小熊豆沙包 3

7、小蜜蜂比萨馒头片 4

8、五彩水果甜麦片 4

9、出壳小鸡紫米粥 5

10、大嘴青蛙汉堡 5

11、狮子汉堡 6

12、小火车面包 7

13、三只小猪三明治面包 7

14、巧虎烤馒头片 8

15、早起的小鸟杂米饭 9

16、小花蛋卷饭 10

18、五谷早餐饭 10

第二章 美味正餐篇 11

1. 大嘴宝宝爱吃饭 12

2. 大头儿子小头爸爸 12

3. 海绵宝宝厚蛋卷 13

4. 红烧猪肉蔬菜卷 14

6. 鸡妈妈与鸡宝宝们的甜蜜炸酱面 14

7. 坚果鸡翅 15

8. 奶油南瓜汤 16

9. 巧虎蛋黄饭 16

10. 肉桂小白的可爱米饭 17

11. 泰迪熊杂米饭团餐 18

12. 小鸡肉抱蛋 19

13. 小蜜蜂与金龟子芝麻凉拌面 19

14. 小熊一家糯米肉龙 20

15. 熊猫米饭汉堡 21

16. 游泳的小鱼蒸蛋羹 22

17. 中国蛋包饭 23

第三章 快乐点心篇 23

1、米奇比萨饼 23

2、一根筷子做出的水蜜桃面包 24

3、小老虎奶油布丁 24

4、小蜜蜂松饼 25

5、南瓜慕斯 26

6、南瓜可乐芝士饼 27

7、南瓜可乐芝士饼之变身吃骨头的小狗 27

8、和妈妈一起动手做的小饼干 28

- 9、树桩蛋糕 28
- 10、五彩果酱糖 29
- 11、小花吐司杯 30
- 12、小鸡热狗 30
- 13、巧克力香蕉蛋糕 31
- 14、熊猫和小熊三明治包 31
- 15、面包片小点心 32
- 16、西式炸饺 32
- 17、豆豆龙面包 33
- 第四章 开心节日餐篇 34
- 1、快乐生日之迷你吐司生日蛋糕 34
- 2、快乐生日之米饭蛋糕咖喱 35
- 3、圣诞面包蜡烛卷 36
- 4、圣诞节之圣诞老人饭 36
- 5、春节之中国宝宝过大年 37
- 6、春节之十二生肖宝宝饭 38
- 7、传统七夕之牛郎织女饭 41
- 8、中秋节之小兔一家赏月 42
- 9、元宵节之熊猫红豆糯米圆子粥 42
- 10、小鸡一家去春游 43
- 11、小猪一家去秋游 44
- 12、六一儿童节之坚强自立的泡泡熊蛋糕卷 44
- 第五章 可爱小配菜篇 46
- 1、鸡蛋篇 46
- 太阳蛋 46
- 香肠薄蛋卷小花 46
- 水煮蛋小鸡 46
- 小狗脚印鹌鹑蛋 47
- 2、香肠篇 47
- 香肠小老鼠 47
- 香肠小熊 47
- 香肠小兔子 47
- 香肠小章鱼 47
- 3、蔬菜水果篇 48
- 甜奶油小花胡萝卜 48
- 小狮子玉米 48
- 棋格苹果 48
- 小兔子苹果 48
- 双色萝卜 48
- 心型蔬菜厚蛋饼 49
- 4、边角料巧利用篇 49
- 芝士焗面包 49
- 烤脆面包边 50
- 胡萝卜浓汤 50
- • • • • [\(收起\)](#)

[让宝宝爱上吃饭\\_下载链接1](#)

标签

宝宝食谱

宝宝吃饭

美食

教育

悦读纪

## 评论

特别喜欢的一本书

-----  
孩子食欲不太好，然后买了这本书以后经常拿出来给宝宝看，然后她喜欢上面的造型饭，经常让我给她做，然后大口大口开始吃了……

-----  
挺好

-----  
很好的给宝宝的食谱

-----  
[让宝宝爱上吃饭 下载链接1](#)

## 书评

翻看着书中一页页造型可爱、颜色鲜艳、食材巧妙搭配的餐点，让正处于饥饿状态的我大为流涎。这么有创意的美食，不要说宝宝，就是大人也难以抵挡住诱惑啊。真的可以

称之为“史上最萌、最友爱的宝宝营养餐”。实在是赞叹和佩服作者MOMO的厨艺和功夫！一本厚厚的、铜版纸印刷的...

-----  
每个宝宝的降临对妈妈来说，都是世间最珍贵的一份礼物。从宝宝呱呱落地的那一刻开始，妈妈们第一时间开始担心的，便是宝宝的胃口。记得我家宝贝三个月时，每天能吃1000多mL牛奶，而小区里比他大三天的一个小姐姐每天却只能喝400mL。每次遇到小姐姐的妈妈，她总会羡慕我家宝贝那...

-----  
其实我很早就关注MOMO的博客，我一直认为她真的是一个很用心生活很有爱的妈妈，会花很多心思去为孩子准备各种艺术品一样的每一餐。真的，给孩子做饭不难，每个妈妈都会，给孩子花心思用创意去做饭真的很难很难。而她却能把这些耐心和创意在每一餐里体现出来，让孩子在享受美味...

-----  
《让宝宝爱上吃饭》真是一本令人惊喜又感动的神奇之书。MOMO妈妈为我们介绍了众多超好看超好吃的宝宝营养餐，那些又萌又可爱的造型真是让人看得口水流。鲜艳的色彩，卡哇依的造型，各种的小动物卡通形象，让人以为这不是吃食，而是进入了一个食材艺术的展台上。MOMO妈妈说，自...

-----  
[让宝宝爱上吃饭\\_下载链接1](#)