

婴幼儿食谱（修订版）



[婴幼儿食谱（修订版）_下载链接1](#)

著者:叶连海，郝淑秀 著

[婴幼儿食谱（修订版）_下载链接1](#)

标签

评论

这本书对于初为人父母的年轻人来说，真的不错

书挺好的，写的也很详细，我还没有来得及实践！

内容丰富，印刷精美，有益于孩子们的健康成长

物美价廉！非常好的一本书！！值得拥有

挺好的一本书，虽然老了点。

还不错，只是如果小朋友再小一点，上面可供挑选的食物很少

书挺实用的，给宝宝做吃的

很不错的食谱 适合婴儿、幼儿

没啥说的，各种完美~XD

为宝宝买的，老不爱吃饭，烦~~！

宝宝6个月了，这本书就很实用啊，老婆很喜欢！

很不错的一本书,值得买

书是正版，内容丰富，适合阅读，便宜有用

非常满意非常满意非常满意非常满意

此书比较实用，帮助宝宝健康成长

不错不错不错不错不错不错

百度推荐的，还没认真拜读，希望有预期的好吧

学到很多东西！！！！！！

发货很快！！！！！！！！！！

还可以，价格不错。凑合。

内容是比较多，但是比较懒，什么都没做出来

感觉和其他同类书没什么突出的特点

还是可以的，效果挺不错。

读读这样的书，对于小孩怎么吃，会有一定印象的。

营养介绍挺全面的，菜式比太适合上海

很不错

价格还不错。价格还不错。

不知道娃娃喜欢吃不，还没有做过

帮朋友买的书 不知道管用吗

版本很老啊，看到以后有些小失望

和普通的食谱没什么两样，纸质也不怎么样

叶连海，郝淑秀写的的书我真的喜欢基本上每本都有，还是朋友推荐我买的，后来就非常非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看卫斯理、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、韩寒、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。婴幼儿食谱（修订版），很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省运费了呵呵。书的内容直得一读这是一本献给千千万万年轻父母和孩子的婴幼儿膳食选配和烹调用书，其总印数已达55万册以上。如今，家家都是独生子，小宝贝的膳食成了祖辈们及年轻父母们大伤脑筋的事儿。婴幼儿食谱（修订版）提供了多种多样的食谱及菜谱，针对婴幼儿的特点，强调了色、香、味俱全的特点。婴幼儿食谱（修订版）还介绍了有关婴幼儿饮食方面的知识，婴幼儿日常饮食宜忌及常见病食疗方供您选用。家长朋友们从婴幼儿食谱（修订版）中不仅可以学到烹饪技艺，也可学到使孩子见饭香的窍门，使孩子既可

吃出营养，又能吃出智慧。，阅读了一下，写得很好，婴幼儿食谱（修订版）是一本以婴幼儿菜点制作技术为主要内容的大众食谱书。书中根据婴幼儿的咀嚼、消化能力，按照不同的年龄组，具体传播了62种婴儿期菜点、102种幼儿期菜点、198种儿童期菜点的用料、烹调方法及制作关键，详细介绍了婴幼儿的营养需要、计划膳食的方法步骤和基本烹调技巧，以及婴幼儿常见病的食疗等有关知识。婴幼儿食谱（修订版）内容丰富，易学易做等，通过它，广大读者不用花费很多，便可烹制出能满足婴幼儿对各种营养素需要的膳食来。婴幼儿食谱（修订版）对保障婴幼儿健康成长十分有益，主要供广大家庭阅读使用，也可供托儿所、幼儿园的保健人员和食堂炊管人员学习参考。，内容也很丰富。，一本书多读几次，重视婴儿合理营养的意义一个人为了维持生命，从事各种活动，保证生长发育，修补被破坏的组织等，都需要吃一定量的食物。这些食物经过消化吸收及一系列的代谢过程，在体内参加不同的生理活动，并且有些就变成机体的组织成分。这种来自食物的养料就叫做营养素。营养素的需要，婴幼儿与成人不同。因为成人的身体已发育成熟，摄人的营养素，主要是维持身体的消耗，另一部分用于身体组织的修补。而婴幼儿所需要的，不仅要用来维持身体的消耗和修补，更重要的是供给生长和发育之用。婴幼儿的基础代谢约为成人的2倍，而且年龄越小，基础代谢率越高。按日每千克体重计1岁以下小儿以每日每千克体重110千卡计算，以后每加3岁减10千卡，到15岁时为每日每千克体重60千卡。婴幼儿的新陈代谢也远比成人旺盛。例如，消化系统对食物的消化，血液循环系统对养料的运输，各脏腑组织对养料的吸收及废物的排泄，呼吸系统对氧气的吸入和二氧化碳的排出等等，都比成人紧张

京东的物流很给力，送货的速度还不错，商品的质量也可以接受，价格也能比较公道。你,值得拥有!超低的价格,超好的质量,超高的品质,感谢京东
看到那么多人在怀念、追忆、为你的去世不能释怀，我只想说：真的要向你致敬的话，就是最起码要做到上面所说的这些；但我觉得第一条很难做到，其他的几条其实每个人都有选择能够做到的机会，只不过大部分人放弃了这些机会罢了。而第一条，我觉得，其实你也没有做到，“改变世界”这个词，在我的概念中，我所在的国家近百年来，只有两个人做到了，一个姓孙，一个姓毛。至于说你创建了苹果、成立皮克斯工作室，研制出了苹果电脑和iphone，我觉得这些都还不算改变世界——因为就算没有苹果，诺基亚和智能手机本身也会慢慢进化，只不过可能多花几年、几十年的时间，因为未来的趋势是不会变的，只是你看到未来，自己赶在他们前面，超过他们罢了。所以，我觉得“改变世界”是一件很难的事，历史上改变世界的人就那么几个，但我赞同你说的要“与众不同”，要去做很多人做不到的事——即使不能改变世界，但至少要做自己想做的事！

你英年早逝，却非碌碌一生，而是建树颇多，最终令众人欣赏，你此生做到了你说的那些，也应了无遗憾了。你离开这个世界之后，这个世界还在不断变化，这个时代很多人没有经历过的大萧条已经来临，然而危机与变革随时都仍存在。我相信，这个世界对追求创新，追求完美存有执着的人，依然还有很多，他们还会创新创造更多有趣的东西，给人们带来新奇和愉快的体验，因为你已经为很多人，树立了一个榜样：一个相信自己，坚持自己，一个与众不同的榜样前阵瞎忙，攒了一批书没能看，这两天偷闲，先把开复的自传看完。开复是个真诚的人，只有真诚的人的文字，才能让我作为睡前读物。读毕，新想法不多，但仍愿意付诸笔端，算是做个读书笔记吧。

本人对于名人自传的一贯态度谨慎，开复的也不例外。曾经只翻过几页《墨迹》（曾子墨自传）和《千里之行》（朗朗自传），便已让我不忍再睹。前者以自己不可复制的“聪明智慧”走出了一条大众不可触及的成功之路，还装淡然的写书告之大众；后者则夸张的，用自己满是痛苦打骂的具有中国特色的音乐铸才之路，自我催眠，在终于杀初一条血路来之后，还要洗脑般的感谢这种教育方式为自己带来的益处。在我看来，这两种名人传记，除了能用版税让自己的腰包更加充实以外，不具有针对大众的引导意义，可怜多少年轻人和望子成龙的家长看着他们在大众媒体中的光鲜亮丽，纷纷掏钱买书，最后换来的是一个自己永远无法达到的梦境，还要慨叹：他们真牛阿。还好，开复不是这样。和书店的比较过了，应该是正版图书。价格可以，购买方便，送货上门，网购就是好，我一下买了好几本书。有你陪伴,真好!不错，很喜欢。买书还来京东，印刷很精美

， 正版书籍， 价格有折扣惠， 送货快，
当你心情愉快时， 读书能让你发现身边更多美好的事物， 让你更加享受生活。 读书是一种最美丽的享受。 “书中自有黄金屋， 书中自有颜如玉。”

[婴幼儿食谱（修订版）_下载链接1](#)

书评

[婴幼儿食谱（修订版）_下载链接1](#)