

爱尚生活坊：0-3岁宝宝的科学喂养



[爱尚生活坊：0-3岁宝宝的科学喂养_下载链接1](#)

著者:黄晓峰 编

[爱尚生活坊：0-3岁宝宝的科学喂养_下载链接1](#)

标签

评论

《0—3岁宝宝的科学喂养》内容简介：只有父母掌握了足够的科学育儿知识和正确的育儿方法，宝宝才能健康快乐地成长。为了帮助父母们更多地了解与婴幼儿有关的科学知识，更好地养育宝宝。从出生开始，详细记录了宝宝各个阶段的生长发育特点、科学喂

[illegible]

为0-3岁宝宝提供合理的饮食指导推荐适合0-3岁宝宝的健康食谱。

提供健康食疗菜谱，为宝宝撑起健康的保护伞，做称职的宝宝食疗保健师。第一章

聪明宝宝的营养宝库 第二章 0—1岁宝宝的科学喂养 第三章 1—2岁宝宝的科学喂养

第四章 2—3岁宝宝的科学喂养 第五章 宝宝健康食疗菜谱

妈妈在为宝宝挑选鸡蛋时，可以用手指捏住鸡蛋摇晃几下，若无声音则是新鲜的鸡蛋。摇晃时如发出水响声则表示鸡蛋已经变质，不宜购买。鸡蛋表面有污斑则表示其已存放过久或变质。鸡蛋比较容易受到各种细菌的感染，所以妈妈在给宝宝煮鸡蛋的时候一定要保证全熟。在煎、炒鸡蛋时，不宜加入味精调味，以免损失其原有的鲜味。肾功能不好的宝宝应该少吃鸡蛋，以免加重病情。

等营养物质，而胆固醇的含量极少，游离葡萄糖也只有0.4%。在每100克鸡蛋黄中含蛋白质13.6克，其中脂类30克、碳水化合物1克、钙134毫克、磷532毫克、铁7毫克、核黄素0.35毫克，维生素A的含量最高，每100克蛋黄中有3500国际单位，还有微量烟酸。鸡蛋黄还含有大量的脂肪性物质，其中10%是磷脂，而磷脂中又以卵磷脂为主，利于宝宝大脑的发育。养红绿灯。

妈妈在为宝宝挑选鸡蛋时，可以用手指捏住鸡蛋摇晃几下，若无声音则是新鲜的鸡蛋。摇晃时如发出水响声则表示鸡蛋已经变质，不宜购买。鸡蛋表面有污斑则表示其已存放过久或变质。鸡蛋比较容易受到各种细菌的感染，所以妈妈在给宝宝煮鸡蛋的时候一定要保证全熟。在煎、炒鸡蛋时，不宜加入味精调味，以免损失其原有的鲜味。肾功能不好的宝宝应该少吃鸡蛋，以免加重病情。

根据营养学家分析，鸡蛋中蛋白质含量最高，每500克鸡蛋含蛋白质122克，鸡蛋白是一种混合物，其中包括溶酶菌、卵蛋白的抑制物卵类糖蛋白，还有卵黄素蛋白等。鸡蛋白含有人体必需的氨基酸，方便宝宝消化吸收，并且富含碳水化合物、无机盐和维生素等营养物质，而胆固醇的含量极少，游离葡萄糖也只有0.4%。在每100克鸡蛋黄中含蛋白质13.6克，其中脂类30克、碳水化合物1克、钙134毫克、磷532毫克、铁7毫克、核黄素0.35毫克，维生素A的含量最高，每100克蛋黄中有3500国际单位，还有微量烟酸。鸡蛋黄还含有大量的脂肪性物质，其中10%是磷脂，而磷脂中又以卵磷脂为主，利于宝宝大脑的发育。养红绿灯。

妈妈在为宝宝挑选鸡蛋时，可以用手指捏住鸡蛋摇晃几下，若无声音则是新鲜的鸡蛋。摇晃时如发出水响声则表示鸡蛋已经变质，不宜购买。鸡蛋表面有污斑则表示其已存放过久或变质。鸡蛋比较容易受到各种细菌的感染，所以妈妈在给宝宝煮鸡蛋的时候一定要保证全熟。在煎、炒鸡蛋时，不宜加入味精调味，以免损失其原有的鲜味。肾功能不好的宝宝应该少吃鸡蛋，以免加重病情。

给爸爸的书，印的很好

还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈~~~不过书很好，看了下内容也都很不错，快递也很给力，东西很好 物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧

下次还会来买！对于有钱人来说，他们不在乎东西值多少钱，和女朋友在一起他们注重的是心上人的开心，和领在一起，他们在乎的是给领买些高贵的东西，指望着自己有机会高升，和小三在一起，我就不多说了，对于我们农村的孩子来说，我们希望物美价廉，不是我们想买盗版货，不是我们爱到批发部去买，也不是我们爱和小贩斤斤计较，是我们微薄的收入难以支付。总的来说购物本身是一个开心的过程，从中我们利用自己的劳动购买自己需要的东西。京东商城的东西太便宜了，所以我来买了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING

DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的

事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

[爱尚生活坊：0-3岁宝宝的科学喂养_下载链接1](#)

书评

[爱尚生活坊：0-3岁宝宝的科学喂养_下载链接1](#)