

亲亲乐读系列：老中医月子炖补汤



[亲亲乐读系列：老中医月子炖补汤 下载链接1](#)

著者:陈霞 编

[亲亲乐读系列：老中医月子炖补汤 下载链接1](#)

标签

评论

书法家写的书，内容太过敷衍。

特价买的 书很好 坐月子 就指望着它了

这个还可以， 质量不错， 内容还有点价值， 值得参考

质量不错 很满意 下次还会购买

非常快就收到了， 货品质量很好， 非常感谢， 祝一切顺利， 越做越好！

京东自营正品， 值得信赖， 简单实用， 物有所值。京东送货快， 服务好， 赞一个！

不错！！！！！！！！

老妈强烈建议买， 坐月子是老妈总是抱着看给我吃的

好?????????????????

看看不同地方的坐月子餐单

这本书写的很全面， 满意极了

内容丰富， 条理清楚， 好书

这本书，我推荐给身边的所有准爸爸，自己也买了好基本送人

不错不错不错不错不擦蹦擦擦唱吧唱吧吃粑粑唱吧唱吧唱吧

太不像话了，就是一个残次品，书页都是重的，而且看不清楚。

买来给家人参考。坐月子用的。

时间想那些你不学计算机技术

货真价实，值得信赖。

很好，正在学习，过几个月就要用了

好评，送货速度真的很给力！！！

速度无敌，内容有帮助

没钱请月嫂，作为新手妈妈，只能自己买些书好好学习研究

很好(^_^\n)很好(^_^\n)

收到，一本很实用的书

不错不错，是正版！内容还没细读。

太满意了，给姐妹们买的，一个人便宜7块钱呢

还好，至少能学学怎么做汤

帮同事买的都非常喜欢

非常好的一本手，学到不少东西！

不错的东西。 。 。 。 。

书很实用，不错

学习中 请稍后

好哈哈哈哈好

好好好好好好

内容不错，实用

内容挺实用的

非常满意！

为月子囤货

网友推荐

老中医…

买给妈妈给媳妇煲汤，不过不是很实用

学习了

挺好的

还可以吧，就是有一页重复了

很棒欧

一本好的养生书，值得保存。

大家仔细看看，有两页都是第四周菜谱。没有第一周的菜谱，严重怀疑是盗版书籍。退回的话，估计是自己出邮费。所以难道麻烦！

好好

ok

挺好的，以前从来不去评价的，不知道浪费了多少积分，自从知道评论之后京豆可以抵现金了，才知道评论的重要性，京豆的价值，后来碰到真正好的，我就把这段话复制了，走到哪里，复制到哪里，既能赚京东，还非常省事，特别是不用认真的评论了，又健康快乐又能么么哒，哈哈哈

00000000000000

给妈妈的，妈妈很满意

内容丰富，学到了很多东西，推荐购买！

这是一本科学而实用的月子炖补汤大全，是新妈妈的必备宝典。

坐月子必知饮食宜忌30条。宜吃什么，忌吃什么，分条列出，让新妈妈吃对不出错。传统的坐月子方法哪些正确，哪些不正确；月子里能做什么，不能做什么；四季坐月子怎么吃；南北方妈妈怎么补；不同体质怎么补；月子里的常见不适怎么调养……权威老

中医支招，为新妈妈解决各种疑惑。
分娩前到产后6周，妈妈的身体变化与护理、每周的饮食方案、每周必吃的食材和炖补汤，都能得到老中医的权威指导。每道炖补汤都有老中医详解功效，让你吃得安心、营养。

老婆买来先学习学习，坐月子提前准备

书本还可以，如果再详细点就更好了

不错，送货速度快。比书店便宜点∞

确实不错，实用书籍送给朋友！！！

除了印刷错误，内容还是比较实用

包装精美，学习中~~~~

好好好好好好好好好好好好好

看着好像不错，不过宝宝还在肚子里，月子汤还要等等：）

很实用，老婆很喜欢吃我照着书做的菜！

写下购买体会或使用过程中的帮助

这个还好！！！！！！！！

京东买东西又快又方便

书不错，不过第一页就有错别字哦，明明应该是第一周，就写成了第四周，太大的错误了～

内容丰富！写得很详细！！！！！

吾错！好有用

内容详细，内容多

盗版书，都有印错的地方

挺好的，纸张不错，印刷清楚，但是印刷有错误

纸质不错，全彩页的。囤货中

解决吃什么、怎么吃的问题，强力推荐！！！

很实用、很全面、摸索中

非常详细的月子汤，比起那些油腻腻的鸡鸭鱼汤好多了

特别全面的月子养生汤，关键重点都有提到，让你清楚此时最需要补啥，现实中感觉大部分人都是在瞎补，吃得一身肉也没得到想要得效果，所以还是科学一点好

书中印刷很精美，介绍的食材也都是常见的，跟着书中介绍的就能轻松熬出补汤~！

很多人月子期间为了孩子都在瞎补，整天大鱼大肉各种汤，这本书让我们可以科学有效的条例月子

很好很全面书得质量很好

[亲亲乐读系列：老中医月子炖补汤 下载链接1](#)

书评

[亲亲乐读系列：老中医月子炖补汤 下载链接1](#)