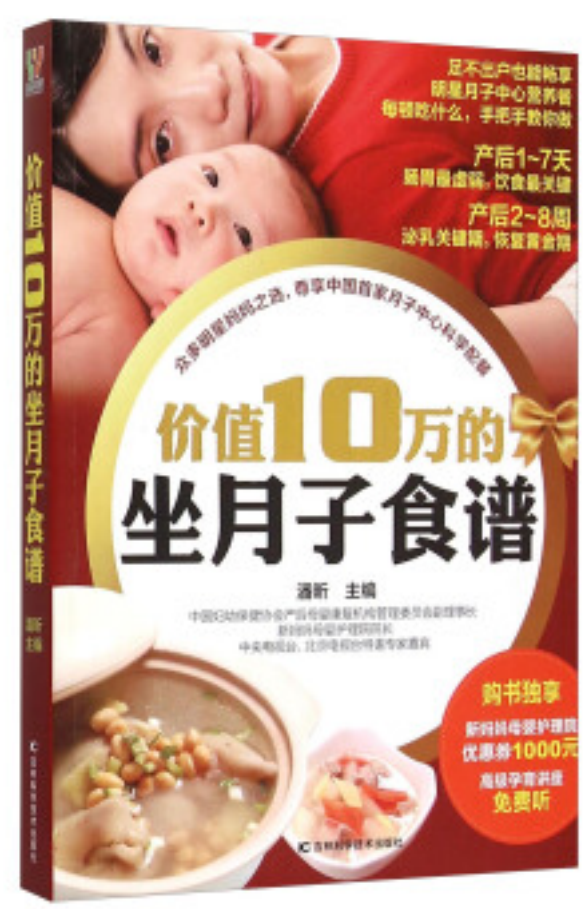


价值10万的坐月子食谱



[价值10万的坐月子食谱_下载链接1](#)

著者:潘昕 编

[价值10万的坐月子食谱_下载链接1](#)

标签

评论

以前我都不爱评价的，原来有豆子，买了一堆月子书，其实看不了那么多，现在月子期间让老公给我挑着做，丰富一点。这一本我觉得内容很不错。

这本书挺不错的，坐月子时吃什么非常详细，特别是前几周，详细到每顿。还有做法，真不错，也是听人推荐买的

图文合并，很不错的图书，本人很喜欢，简单易学，同时也介绍了食谱的药食作用，要的就是这样的书，赞一下！

做月子和喂孩子必备书籍，尤其适用没有经验出为人母的我们，希望宝宝一切都好。

一如既往支持京东自营店，给力，赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞赞

还没细看，准备做月子就照这食谱来，也不用愁每天吃啥了，也能避免跟老年人的矛盾了。

帮同事买的，月子里照着做补身体

这本书还是很不错的，膳食安排从产后第一天开始不同阶段不同搭配不同侧重，照着做了几道菜和主食，老婆还是很喜欢吃的，那个课程到没发现怎么看，总之还是比较满意的，当然京东快递没的说，给十个赞??

非常好，强烈推荐，比月嫂更实用

就是喜欢京东这个送货速度

还没看呢，想科学坐月子，坐个好月子

好实用，妈妈来照顾月子，不晓得做什么饭，这里面全有啦，还有教怎样吃能最快恢复身材

物流快速，包装完好。。。。。。

书很不错，学习中。

东西好物流快东西好物流快东西好物流快东西好物流快

老婆比较喜欢这个品牌，使用也还不错！

我妈妈说这本书挺好，对于北方的坐月子很实用，我妈妈每天做什么就看这本书，有一道菜是鸡腿菇金针菇豆腐配龙利鱼，特别好吃，给我坐月子清汤寡水的日子加添了好吃的
美味

很多很全的菜谱，免得愁不知道做什么吃。

很好的书，对坐月子餐好有帮助！

确实非常干货，还有两个多月的预产期，要开始好好学习做准备。

此用户未填写评价内容

希望坐月子的时候有用～

产后恢复，月子餐都能轻松搞定

内容介绍的很详细

老婆评价不错 为几个月后的幸福时刻做准备咯

铺噗噗噗噗噗噗噗噗哦就噗噗噗噗噗噗噗噗噗噗屁屁

还不错啊。可以购买。不错不错

挺好的，没来得及请月嫂，婆婆又不怎么会伺候月子，不知道该吃什么，不能吃什么，买回来之后，就不愁坐月子了，婆婆天天看书，研究吃啥？

内容太少了！根本不够用！还有就是为什么是开封的？看起来像旧书！

特意买来参照用的，先翻看下，再过一个月要用上它了，实用性可以的，食材常食能找到易做，方便。

这本书很实用，书的整体设计及字体排版都很好。同等内容的书同时买了两种。很喜欢这一本。

价值十万的坐月子食谱，买过来学习学习，伺候老婆做好月子，当个好老公，哈哈

专门买来坐月子的时候看的 内容很全面 对比很多家之后买的 推荐坐月子妈妈购买

这本书很推荐，一天三顿都安排好了，非常省事实用，菜单也不难

这本书的食谱很详细，而且是从宝宝生下来，妈妈坐月子每天的食谱。可以的话，直接照书做就行了。

京东自营，品质保证。快递小哥，服务热情！一直信赖！

物流真是快，书本看了一下，还未试过里边菜式，希望有帮助。

质量好，送货及时，服务态度好，值得购买！

为坐月子买的 不错的 印刷也清晰 很详细 送货也是很快的

先备着，感觉内容很好，坐月子的饭菜就按照书上来了，我和妈妈再也不用担心月子餐啦。

我的媳妇怀孕了，看了这本书，知道坐月子的时候，如何给她调理，挺好

看了一下，感觉还不错，很细致，每天的食谱都有，以后就跟着食谱吃，希望会很好！

书不错，快递小哥给力，白天没时间收，大晚上特意给我送过来

很实用的一本书，介绍的很详细，可以把宝贝老婆照顾好好的？

大牌子，好用，配送快，方便快捷，会回购

月子用的，评价还不错，买来看看，希望学到东西

还不错，没来得及看，好好学习天天向上

好实用的书本，正赶上家里亲戚坐月子，不用担心做饭了

速度不算快，看了一下，内容实用性一般般，手感还不错

还行，第一周可以，后面的比较不详细，不过够用了。

提前预习一下 做好功课 伺候老婆

性价比还可以，京东送货速度很快

买了也就放个心而已，基本上没啥多大的作用。

不错，写的比较细，这样就不会乱吃东西了

正版图书，质量很好，一次买了许多本慢慢看吧。

对于月子里不知道做什么吃的人来说是救星呀！月子餐终于不再单调

书超级详细，针对不同的生产方式有不同的食谱！值得推荐

已收到，质感不错，内容还没有完全看。送货速度很快，服务好。

这本书买的很超值，内容丰富，非常详细，很适合，新手的孕产妇。

还没看，速度倒挺快～～～

老公不愿意请月嫂 那就给他买本书吧 每天照着书给我做美食

比较简单清楚，容易学

京东买东西成习惯了，很方便，有时还有活动价！

非常好的一次购物体验，一直信赖京东

统一评价，挺好的！挺好的！挺好的！就斤斤计较斤斤计较

很好的书，很有价值，期待月子餐

是正版书，非常不错，内容也非常好，可以很多知识哦

还行吧，没怎么用，就放哪里

物流迅速！与描述一致！包装很好

这两天刚看了下，还不错，很详细

京东自营的，还是很给力！

挺好的，挺好的，挺好的，挺好的

感觉还不错，刚刚翻了一下

很不错，孩子很喜欢，很值得买

好好好好好好好好好好

这是一本比较比较有用的书！

书还没来得及看就生了。边做月子边看

强烈推荐这本书，坐月子的菜非常实用，买的好几本书，主要看的这本书。

书很好 彩页印刷 质量很好 内容也很好

不错不错，不错不错不错

不错！书内容丰富！就是没有包装

内容很不错，购买得很值得

很实用的一本书，值得够买……

天天学习看书 希望对我有所帮助

好 很具体 很好 很好

还可以，就是感觉内容不是很多

有券使用，价格便宜，质量不错，经常买！

表示会参考使用 希望可以做好月子

质量非常好 不用月子里每天想吃什么了

非常好的一本书，里面很详细，特别实用，坐月子就参考它了！

这本书介绍得很详细，感觉挺有用的，

明明哦哦哦你一无所有是一样

书不错，每天都有吃得介绍，，就是注意的事项不是特好。

食谱丰富，很好很受用

可做参考书用，还是不错的

还不错，物美价廉，下次还会再来的！

书籍已经到了，目前还没有看，待观看

很全面的一款月子书，食谱很好操作

很好，已经用上啦，特别不错！

挺好的！ 京东速度很快！ 相信京东！

第一个孩子照书养 第二个孩子照猪养？

这个真的不错，赞一个

东西很不错，还没用，不知道好不好

左右子食谱，很好不错值得拥有，，，

好好好好好好好好好好好好好好好好好好好好

字太大了……看得头晕……可能比较适合老人家用

快递员服务态度很好

好好吧好好吧好好吧好好吧

不错不错不错不错不错！！

坐月子就靠它了，

内容挺丰富的，可以自己照着做

好~~~~~

可以了可以了可以了可以了可以了可以了可以了可以了

给孩子妈妈用的

不错，看看有帮助

很好很好很好很好很好很好

看名字就被镇住了哈哈

书不错！！！！！！！！！！

不太适合南方人

书挺好的，讲的挺细致的

好好好好好好好好

好好好好好好好好不错

不错！！！！！！

物流快服务好。

书本不错，很好很好

好好好好好好好好

红很上新街囧膜

好好好好啊好哦

菜式不错挺好的

这款月子书比较详细介绍生产前，月子期间食谱，非常有用适合坐月子的人。

有用有用有用

非常好非常好

感觉还没网上的好，吃的都不是很科学，就是天天吃鸡蛋，有用吗？

好用好看。

讲的挺详细

书内容一般

好好好好好

写的很齐全

还不错。

书有所值

真的很好

值得购买

就是说太贵了

还不错

还好吧，包装不太好，就一个袋子。

书，没有认真check,很多内容不适用。

东西很好。。。。

这书内容有点单一，一般

还行

很好

不错

挺好

好评

我想知道坐月子真能吃葱爆羊肉吗？这本书写的一点都不合理啊！感觉买了一本假的月子食谱！我真的给不了好评！

最不推荐的一本书了，基本没用！

好

.....

这本书 我要差评 里面很多都是不对的 为什么这么说 专业学习护理并考取营养师真的得是很乱写的一本书 勿买

， 〇 ，

好用，实惠，很棒的月子期指南

提前囤货，信赖京东，值得购买！

不错，有活动。。一下子买了很多，很实用。好喜欢

非常好

为了避免不知道每天吃什么，买一本书也很方便。

再次购入 希望做的更好 京东快递还是这么方便 派送员也不错

不错，价格实惠，比超市方便！推荐购买！

很实用的一本书，很有帮助。

太棒了，写的很全面，值得一买

不是很学术。是通俗易懂那种。可以增加一些知识。但是传播的知识正确不正确还有待斟酌。就当做个参考。适合小白

里面的内容很详细，每周的都有记录，很简单，都能做

买给老公看的，哈哈，不错

不错的书，图文并茂

里面单独包装的，看起来很不错，囤货，很快就用上到时候追加评论。内容丰富，希望有用

朋友的主意买本月子菜谱！不错的书哦！各种菜挺简单的，这样月子里就不用为吃什么而发愁了！赞一个！

给姐姐买的。应该有用。

特别实用的一本书，他介绍了从第一周一直到，第八周的所有的菜谱，我们都用了

感觉还挺好的，食材都是比较常见的。

还可以

实用性不强，买来没看

月子好帮手

买了好几本月子餐的书，很多内容都有重复，里面的东西还是有用的。

[价值10万的坐月子食谱_下载链接1](#)

书评

[价值10万的坐月子食谱_下载链接1](#)