

低卡营养100道月子餐（100道专为产后妈咪精心挑选的月子食谱，精心调养产后体质）



[低卡营养100道月子餐（100道专为产后妈咪精心挑选的月子食谱，精心调养产后体质）](#) [下载链接1](#)

著者:孙晶丹 著

[低卡营养100道月子餐（100道专为产后妈咪精心挑选的月子食谱，精心调养产后体质）](#) [下载链接1](#)

标签

评论

不错不错不错不错不错不错不错

台湾的书，跟内地的食材什么比较不同

买给麻麻看的，嫂子马上生宝宝啦，写得很好

超级赞哦，喜欢京东购物，方便，快速

挺不错的，下次还会买的，支持京东

非常好，一直在吃，干净卫生易烹调，对人体益处多多。

物美价廉，经济实惠，关键是隔日达，这个附加值很好。

一直使用的，一直使用的。一直使用的，一直使用的。一直使用的，一直使用的。

根据书上的食谱来坐月子，应该很不错，起码不用盲目的坐月子，科学坐月子才是王道

质量很好，很实用，值得拥有

此用户未填写评价内容

不错的 小孩能看到的好

还没看，还没看，还没看，还没看！ 菜不错，菜不错，菜不错，菜不错！

给力！！！！！！！！！！！！！！！！！！！！

送到后，书的质量还是比较满意的。就是没看几页。。

质量不错 很满意 下次还会购买

看着还可以，物流很快

非常及时好，图片清楚，简单易学

超级划算哈！京东的活动就是给力！！

讲的挺详细，可以参考做

100道里有90差不多都是肉菜，感觉不适用

卖给婆婆和妈妈，做月子时候换着花样做给我吃

月子餐的女的，这个书柜不太实用，一般吧

因为老人的经验，所以里面的食谱不知道该不该信

送给准妈妈朋友

很不错，到时照着学

等老婆做月子备用的菜谱，希望有有

不错，很详细，买来研究下食谱

不错不错不错不错不错不错不错

不错，简单低卡营养

还行吧！看看！印刷精美

女儿要做月子，要学习

很好，很全，简单易学。

很好，先了好久了。

书里的东西很适用。

嗯嗯嗯嗯嗯嗯嗯嗯嗯哦

老婆马上要生了，很有用

有图有字，囤货中

收到看了觉得还行

挺好的，很实用。

刨妇产的不能用啊

挺好的，速度快

备货，很喜欢

(^\_ ^)v

书不错，很好

不错的！！！

内容不错，看着都很美味

书质量不错

非常不错，

不太实用

可以可以

随便看看.....

字迹清晰

挺好的

不错

挺好

很好

完全没得用 不推荐买

好

有图片，还行，，，

妈妈按照菜谱做，丰盛了很多

还不错，可以翻翻花头做菜。

东西很好，很喜欢，很开心的购物！

很好的建议

收到了，快

慢慢看

总得来说还是不错的，试了好几样新菜，家人表示满意

京东快递发货很快，很快就收到货。迫不及待地跟着做了几道菜，感觉还不错！

还是可以的

还没看到。

发现里面都不是某人喜欢吃的菜，另外书里有一页坏掉了，不知是被翻看过还是怎样？

不错。

跟着做了几道菜，感觉还不错，但还是分人，做菜好吃的怎样做都好吃

不错，东西超便宜，京东送货快。

京东快递发货很快，一般一天就到，搞活动很划算的！！！

-----  
内容很齐全，相当不错，受益非浅。

-----  
还没开始做，手艺不知道怎么样

[低卡营养100道月子餐（100道专为产后妈咪精心挑选的月子食谱，精心调养产后体质）](#)[下载链接1](#)

书评

[低卡营养100道月子餐（100道专为产后妈咪精心挑选的月子食谱，精心调养产后体质）](#)[下载链接1](#)