

孕产期营养全知道



作者：刘遂谦主编

出版社：北京：中国轻工业出版社

出版日期：2016.01

总页数：179

介绍：孕产妈妈所有的营养问题都是围绕如何让宝宝发育得更好，妈妈身体更健康，当然也特别关注体重问题，以免超重引起难产、生出巨大儿以及产后体形难恢复。因此，本书根据读者需求，结合宝宝的成长发育状况，详解孕每月及产后6周怎样吃、如何吃才能补营养、控体重。本书还为孕产妈妈提供了参考食材和对应食谱，并特别关注孕产期饮食安全，还针对不同孕产妈妈的状况给出了饮食方案，使内容更全面、操作性更强。

说明：登录教客网（<https://www.jiaoke.com/book/detail/13994492.html>）查找全本阅读方式

孕产期营养全知道 评论地址: <https://www.jiaokey.com/book/detail/13994492.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13994492.html>

书名: 孕产期营养全知道