怀孕坐月子营养饮食一日一指导



作者: 郑国权

出版社:北京:中国纺织出版社

出版日期: 2017.02

总页数: 296

介绍:《怀孕坐月子营养饮食一日一指导》根据怀孕、分娩和坐月子每个阶段的情况,科学、实用、有针对性地提供了每日营养饮食方案,诠释必备的营养素,提示饮食注意事项,归纳膳食要点,并列出了相关营养食谱。这些营养食谱简单易学、品种丰富、搭配合理、营养均衡,可以让准妈妈和坐月子的新妈妈轻松了解怀孕和坐月子吃什么,怎么吃,一人吃两人补,从而保障妈妈和宝宝的营养需求。

说明: 登录教客网 (https://www.jiaokey.com/book/detail/14136586.html) 查找全本阅读方式

怀孕坐月子营养饮食一日一指导 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/141 36586.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/14136586.html

书名: 怀孕坐月子营养饮食一日一指导