

《怀孕安产吃什么》

图书基本信息

书名：《怀孕安产吃什么》

13位ISBN编号：9787538457117

10位ISBN编号：7538457119

出版时间：2012-7

出版社：吉林科学技术出版社

作者：崔满华

页数：203

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《怀孕安产吃什么》

内容概要

崔满华编著的《怀孕安产吃什么(附光盘)》就是一本专门针对准妈妈孕期营养的专家指导图书。准妈妈如何安排一日三餐，三餐之外的小零嘴怎么选，如何保证营养均衡，如何让胎儿大脑发育得更好，如何规范饮食中的细节问题……《怀孕安产吃什么(附光盘)》为准妈妈提供了一套全方位的孕期营养方案以及月子期恢复体力的体质调整方案。

《怀孕安产吃什么》

书籍目录

- 第一章 孕产期营养知识储备
- 第二章 有益于胎儿发育的营养素
- 第三章 最受准妈妈欢迎的明星食物
- 第四章 孕期各月营养补充方案

《怀孕安产吃什么》

编辑推荐

准妈妈如何安排一日三餐，三餐之外的零食怎么选择，如何保证营养均衡，如何让胎儿大脑发育得更好，如何规范饮食中的细节问题……本书为您提供了一套全方位的孕期营养方案。崔满华编著的《怀孕安产吃什么(附光盘)》采用120克亚光铜版纸全彩精美印刷，手里捧着这本精美的画册，读起来像贴心的私房手记，随书赠送的由专家精选的孕期胎教音乐光盘，让您在优雅的氛围里度过孕期，我们祝愿所有的准妈妈都拥有一个快乐的孕期，孕育一个聪明的宝宝。

《怀孕安产吃什么》

精彩短评

- 1、内容比较丰富，对怀孕的人士吃什么很有指导意义
- 2、书里的内容很喜欢，只是在拿到书的时候，里面的光盘断成了两半，懒得换了！不知道是卖家还是快递造成的！

《怀孕安产吃什么》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com