

《108道儿童营养餐》

图书基本信息

书名：《108道儿童营养餐》

13位ISBN编号：9787549112460

出版时间：2015-5-31

作者：（韩）金英彬

译者：贾媛霞

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

《108道儿童营养餐》

内容概要

本书由韩国妈妈金英彬撰写，她经常活跃在MBC、KBS、SBS等电视台的美食节目，活脱脱一位“韩国版文怡”。

本书最难能可贵之处，就是分别针对男孩和女孩不同的生长需求，给出不同分量的食材搭配，并附有详细的营养摄取分析表。妈妈们根据这些数据，可以轻松掌握孩子的热量和其他微量元素的吸收情况，这样既不会造成孩子肥胖，也不会担心营养不均衡。中国读者可能会担心韩式菜肴中的食材不易找到，其实这个担心是多余的，本书中涉及的食材，都能在中国的菜市场或超市中觅得，或许你还能在作者的启发下，添加、变换食材，做出适合自己孩子口味的新菜式。

《108道儿童营养餐》

作者简介

金英彬

资深韩国料理达人，韩国《膳食坊》节目主持人。

韩国MBC，KBS，SBS等电视台美食节目的特邀嘉宾，同时是多家美食、健康、生活类杂志的专栏撰稿人。

近年来，常在韩国《幸福四溢的一家》《ESSEN》《女性朝鲜》《最佳宝贝》等报刊上介绍自己的特色料理配方，并得到了读者的认可。

她的料理配方细致明了，体贴入微，深受妈妈们的欢迎。

《108道儿童营养餐》

精彩书评

1、我家孩子比较喜欢这本书的口味，之前买的好几本儿童菜单的书，效果都不怎么明显。静下心来，把这本书和之前的书作一个对比，其实用料和味道都差不多，为什么孩子比较喜欢这本书的呢？不难发现，最大原因是造型问题！这本书的成功之处在于他的菜式造型比较有趣，小孩子看到了就感兴趣了，自然愿意尝尝，尝过之后就轮到味道发挥作用了。所以，一本好的儿童营养书不仅仅要味道适合小孩子的口味，更要先吸引孩子去吃它，不然再好吃的菜，都是白搭。

《108道儿童营养餐》

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