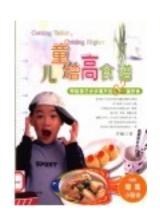
## 儿童增高食谱 帮助孩子步步高升的62道饮食



作者: 佟瞳著

出版社:北京:农村读物出版社

出版日期: 2004.02

总页数: 107

介绍:内容简介:你的孩子还在因身高问题而感到自卑吗其实要孩子长高并不难,只要透过饮食补充增高必备三要素;蛋白质、钙质、微量元素,再配合本书,针对孩子的体质对症下食,为孩子创造有利长高的条件,你家孩子绝对轻轻松松就高人一等!俗话说"药补不如食补",尤其是对孩子来说,食补是更为自然健康的方法。本书系统地从促进孩子长高的3个元素着手,由日常食物中选取合适的材料,从主食到点心、饮料,一日三餐,给予孩子最全面的营养。另外,本书也充分考虑到孩子的饮食偏好,在讲求均衡膳食营养的同时,尽力做到色、香、味俱全,让孩子吃得开心。。本书的菜式均附有详细的选料说明、制作方法,简单易懂让父母不用再为孩子该吃什么而烦恼,轻松做出丰富可口的菜肴。吃得合理,再加上适当的运动、充足的睡眠,父母根本无需担心孩子的身高问题。让25%的后天环境战胜76%的先天遗传!

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/11672188.html) 查找全本阅读方式

儿童增高食谱 帮助孩子步步高升的62道饮食 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/11672188.html

教客网提供千万本图书阅读地址。

https://www.jiaokey.com/book/detail/11672188.html

书名: 儿童增高食谱 帮助孩子步步高升的62道饮食