

BAOBAO YINGYANG SHIPU

# 宝宝营养食谱

金盾出版社



# 宝宝营养食谱

叶连海 郝淑秀 编著

金盾出版社

## 内 容 提 要

本书根据婴儿4~6个月、7~9个月、10~12个月三个婴儿期和幼儿1~2岁、2~3岁两个幼儿期的发育特点和营养需要,详细介绍了160种婴幼儿食品的制作方法、营养特点和制作关键。书中还简明地介绍了婴儿营养与喂养、幼儿营养和膳食,以及给婴幼儿补充所缺营养素的有关知识。本书主要供年轻父母阅读,也可供托儿所、幼儿园营养人员、炊管人员阅读参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

宝宝营养食谱/叶连海,郝淑秀编著. —北京:金盾出版社, 1995. 2(1998. 3重印)

ISBN 7-80022-966-1

I. 宝… I. ①叶…②郝… II. ①婴幼儿-营养学②婴幼儿-食谱 IV. R153. 2

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68214032 电挂:0234

彩色印刷:北京印刷一厂

黑白印刷:国防科工委印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:4 彩页:20 字数:76千字

1995年2月第1版 1998年3月第7次印刷

印数:205001—255000册 定价:5.70元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



鲜橘汁(17页)

涂抹面包片(53页)





香蕉蜂蜜牛奶  
(21 页)



糖馅小刺猬  
(103 页)

五彩虾仁  
(64 页)



肉松饭  
(50 页)



麻酱花卷  
(75 页)



三色肝末  
(32 页)





樱桃开花馒头  
(101 页)

燕麦片粥  
(49 页)



小肉卷  
(72 页)





水果藕粉(28页)



黄鱼小馅饼(48页)



水果拌豆腐  
(46 页)



鸡血豆腐汤  
(65 页)



苹果金团  
(29 页)



冰糖薏仁米(95页)

红小豆粥(96页)



牛肉茸粥  
(66页)



鸡丝馄饨  
(70页)

煎西红柿  
(44页)





溜番茄丸子  
(60 页)

三色蛋糕  
(88 页)



火腿土豆泥  
(35 页)



黄瓜色拉  
(57 页)

炒三色肉丁  
(85 页)



豆沙鲜桃  
(74 页)

胡萝卜泥  
(23 页)



拌鱼米  
(91 页)

锅塌豆腐  
(82 页)





蒸肉豆腐  
(46 页)

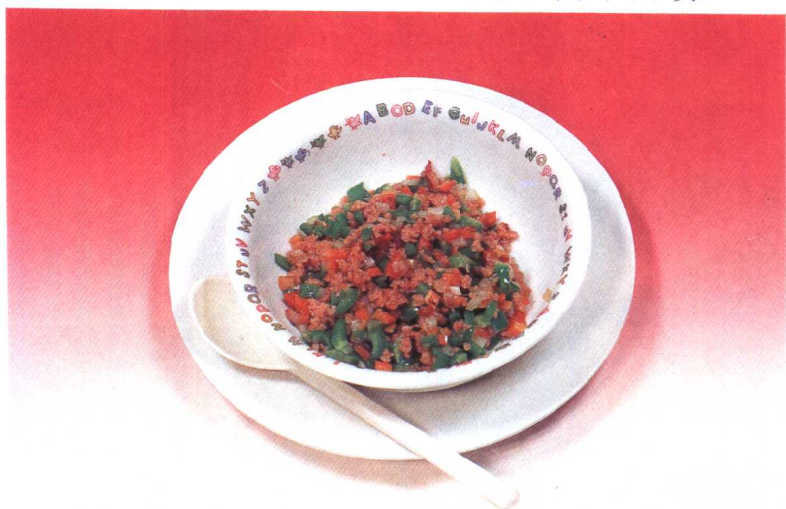


菜肉小包子  
(76 页)

海米冬瓜汤  
(77 页)



什锦猪肉菜末(35 页)



鱼丸汤(62 页)





青椒鱼仁  
(62 页)

三色鸡片  
(90 页)



虾皮紫菜蛋汤  
(66 页)

