

生活饮食系列

孕产如 营养 食谱

杭之

孕产 妇 营养食谱

杭之



广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

孕产妇营养食谱 / 杭之编著, — 广州: 广东旅游出版社, 1996. 8
(生活饮食系列丛书)

ISBN 7—80521—694—0

I. 孕… II. 杭… III. 产妇—营养—食谱 IV. TS 972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 09824 号

孕产妇营养食谱

杭 之 编著

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编: 510600)

皖南海峰印刷包装有限公司

(安徽省绩溪县扬溪镇)

850×1168 毫米 32 开 6 印张 130 千字 8 插页

2001 年 1 月第 1 版第 6 次印刷

印数: 47601—57600 册

ISBN 7—80521—694—0 / TS · 6

定价: 14.50 元

烧酒虾



当归土虱



三杯麻油鸡





清炖風目魚



清炖花鯪魚



麻油蛋包面線



麻油鸡



当归补血汤加味



麻油鸡面线



烧酒鸡



蒜头鸡肉汤



银芽伴鲍贝



鲈鱼汤



什锦咸粥



鲫鱼蒸蛋



黑枣红蟹



莲子猪肚



粟米假鱼肚羹



八宝甜粥



当归猪脚



火腿蘑菇烩芦荀



什锦鸡汤



莲子猪肚



粟米假鱼肚羹



八宝甜粥



当归猪脚



火腿蘑菇烩芦荀



什锦鸡汤



当归猪心



瑶柱扒青瓜



四物炖鳖



猪肝清汤



鱼香萝卜



黑枣炖猪脚

当归猪心



瑶柱扒青瓜



四物炖鳖





猪肝清汤



鱼香萝卜



黑枣炖猪脚