

Barnmat :råd och recept PDF E-BOK

Hannah Hellegren,Carina Trägårdh Tornhill



Författare: Hannah Hellegren,Carina Trägårdh Tornhill

ISBN-10: 9789172058712

Språk: Svenska

Filstorlek: 4510 KB

BESKRIVNING

Denna sjunde upplaga av Barnmat - råd och recept har uppdaterats efter Livsmedelsverkets senaste kostråd (2012) om hur man introducerar fast föda till små barn. Broschyren har dessutom fått en ny layout. Broschyren är fylld av praktiska råd och smakrika recept. Här får man vägledning från de första smakproven via smakportioner till hela måltider. Man får också tips om hur man kan planera en dags mat vid olika åldrar, om de nyttiga fetterna och hur man undviker sockerfällor. Recepten sträcker sig från de första puréerna till fullständiga middagar - från 8 månaders ålder är de beräknade för hela familjen - alla kan äta samma mat! Mellanmål och matiga smörgåsar till utflykter finns också med. Det finns även en laktovegetarisk del med både råd, hur man sätter samman en fullvärdig kost, och recept. Barnmat - råd och recept är utarbetad av leg. dietisterna Carina Trägårdh Tornhill, Avdelningen för Klinisk Nutrition, och Anna Hansson, Barnmedicinska kliniken, Skånes universitetssjukhus i Lund, i samarbete med kollegor i Region Skåne.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**PDF Barnmat : råd och recept PDF E-BOK - appetite4life.org**

Ekologisk potatis med lax och ärtorIngredienser (4-5 port):4 st medelstora potatisar1 dl vatten 100 g lax
0,5 dl ärtor 1 dl...

Barnmat råd och recept | Stockholms Stadsbibliotek

Recept, tips och råd för bra barnmat till små barn.

Barnmat : råd och recept - Carina Trägårdh Tornhill - Häftad ...

Pris: 41 kr. 2012. Häftad. Finns alltid BOKREA. Köp boken Barnmat : råd och recept av Carina Trägårdh
Tornhill (ISBN: 9789172058712) hos BookOutlet.se

LÄS MER