

СОДЕРЖАНИЕ

АЗБУКА ПИТАНИЯ	3
Пища — основа жизни	4
Составные части пищи	8
Макро-, микровитаминный ликбез	13
Молоко — основной продукт детского питания	18
Молочные, овощные и фруктовые смеси	23
Гигиена приготовления пищи	30
Режим дня: солнце, воздух и вода, сон, режим питания ..	36
МЛАДЕНЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	41
Питание ребенка в период внутриутробного развития ...	42
Грудное вскармливание	47
Рацион кормящей матери	51
Искусственное и смешанное вскармливание	57
Прикармливание	60
О диатезе и не только о нем	65
ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДО ОДНОГО ГОДА	71

