

L'ALIMENTATION NATURELLE DU NOURRISSON DE 0 À 2 ANS

Lionel & Chantal CLERGEAUD

Un grand choix de recettes gourmandes, équilibrées et adaptées à la croissance, mais aussi des conseils et informations sur l'allaitement maternel, les laits de remplacement (végétaux comme animaux), la période du sevrage, les principaux aliments à introduire, les quantités selon les âges, les qualités nutritives de chaque produit, etc. Un guide pratique et très complet !

94 pages - réf 12157
Broché - 11 x 20 - Illustrations N&B
ISBN 2.84773.028.1 - © 2004

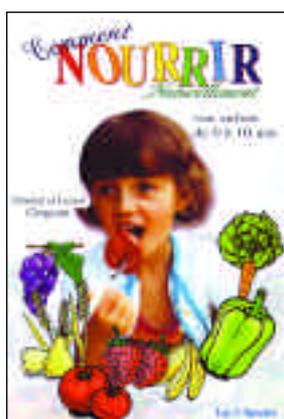


Éditions TROIS SPIRALES

• TABLE DES MATIÈRES •

Les boissons - Les jus de fruits et les légumes - Les infusions - Boissons au lait et au yaourt - Laits de remplacement - Les bouillons de légumes - Les bouillies - Sauces et crudités - Les soupes, les légumes et les purées de légumes - Les céréales - Le tofu - Les oeufs - La viande et le poisson - Les desserts

Des mêmes auteurs, sur ce thème :



COMMENT NOURRIR NATURELLEMENT SON ENFANT
de 0 à 10 ans
Chantal et Lionel CLERGEAUD

Des informations précises sur l'allaitement au sein, l'allaitement artificiel, les laits de remplacement, la valeur des aliments, leur cuisson et leur conservation, des conseils sur le sevrage, les troubles liés à l'alimentation, etc. En deuxième partie, plus de 200 recettes gourmandes et nutritives selon les âges.

304 pages - réf 8279
Broché - 15 x 22
Nombreuses illustrations en N&B
ISBN 2.9516149.2.6 - © 2001

