

Barnmat : råd och recept PDF

Ann Fernholm



Det här är bara ett utdrag ur Barnmat : råd och recept bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Ann Fernholm
ISBN-10: 9789172058712
Språk: Svenska
Filesize: 2932 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?

En broschyr fylld av praktiska råd och smakrika recept för barn. Här får man vägledning från de första smakproven till hela måltider. Beställ här.

2012, Häftad. Handla online - Hos dig inom 2-6 arbetsdagar. Köp boken Barnmat : råd och recept hos oss!

Gör en bra affär på Barnmat: råd och recept (Häftad, 2012) Lägst pris just nu 22 kr bland 4 st butiker. Varje månad hjälper vi över 1,2 miljoner svenskar att ...

BARNMAT : RÅD OCH RECEPT

[Fortsätt läsa...](#)