

[Free read ebook] Gesunde Ernährung fr Kinder - Die 44 leckersten Rezepte: Wie sich Ihre Kinder nach jeder Mahlzeit die Finger ablecken

Gesunde Ernährung fr Kinder - Die 44 leckersten Rezepte: Wie sich Ihre Kinder nach jeder Mahlzeit die Finger ablecken

Von Katharina Morell

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #423918 in BcherVerffentlicht am: 2013-02-14Abmessungen: 9.00 x .25b x 6.00l, Einband: Taschenbuch108 Seiten | File size: 17.Mb

Von Katharina Morell : Gesunde Ernährung fr Kinder - Die 44 leckersten Rezepte: Wie sich Ihre Kinder nach jeder Mahlzeit die Finger ablecken before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Gesunde Ernährung fr Kinder - Die 44 leckersten Rezepte: Wie sich Ihre Kinder nach jeder Mahlzeit die Finger ablecken:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Leckere Gerichte mit guten Tipps
Von Qui D
Das Buch hat neben schmackhaften Kindergerichten auch noch super Tipps am Start. Es werden neben der bergewichts Problematik bei Kindern auch die Allergieprophylaxe angesprochen und tolle Tipps gegeben, wenn das Kind beispielsweise kein Gemüse oder Obst essen mag. Gut fand ich auch darzustellen, aus welchen Bausteinen eine gesunde Ernährung zusammengestellt wird und was diese genau beinhalten sollte. Abgerundet wird das Buch mit leckeren Kinder Gerichten zum Nachkochen. Das Buch ist für Eltern, Großeltern und Betreuer ein sinnvoller Begleiter.
8 von 9 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Was gibt's heut zu Essen?
Von Dave E.
Da ich bereits vom ersten Buch von Katharina Morell berzeugt war entschloss ich mich nun auch dieses zu kaufen. Wie oft sieht man schon die Kleinsten bei Fastfood-Ketten ihr tägliches Mittag zu sich nehmen. Gesund kann das nicht sein. Damit Ihnen mit Ihren Kindern nicht das gleiche geschieht, klärt Katharina Morell in diesem Buch darüber wie eine gesunde Ernährung für Kinder auszusehen hat. Zuerst beantwortet sie allgemeine Fragen wie, welche Stellung die Eltern einnehmen und wie man Essen attraktiv für Kinder machen kann. Danach gibt es ein paar Worte zur gesunden Ernährung und Tipps wie sich auch die Kleinen an Obst und Gemüse erfreuen. Krönung des Buchs sind die 44 Rezepte, die nicht nur für Kinder geeignet sind.
Sehr leckeres Buch!
4 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Alles bestens
Von Thomas Popp
Sehr leckere Sachen dabei, haben schon einiges ausprobiert, waren sehr überrascht. Einfach, schnell und lecker. Langsam arbeiten wir uns durch das Buch.

Kurzbeschreibung
Die Ernährung Ihres Kindes sollte auf seine individuellen Bedürfnisse abgestimmt sein. Dabei spielen verschiedene Aspekte eine entscheidende Rolle. Zu berücksichtigen ist der Kalorienbedarf, die Zusammensetzung der Nahrung, aber auch der Bewegungsdrang und die Wachstumsschübe des Kindes sind entscheidend. Eine gesunde Ernährung des Kleinkindes ist das Fundament für das spätere Leben, denn bergewicht und ernährungsbedingte Krankheiten haben ihre Wurzeln oft in der Kindheit. Eltern fragen sich deshalb: Was soll und darf mein Kind essen? Worauf muss ich achten? Wie lassen sich die Gerichte für die ganze Familie erweitern? Dieser Ratgeber gibt schmackhafte Antworten: Hier finden Eltern die 44 leckersten Kindergerichte, einfach und schnell zuzubereiten. Ob Vitaminverweigerer, Wenigesser oder Nimmersatte - hier erhalten Sie alle Tipps rund um eine gesunde Kinderernährung, welche Ihrem Sprössling auch Spaß macht praktisch sortiert nach Nahrungsmitteln wie Nudeln, Kartoffeln, Gemüse, Getreide, Fisch, Fleisch, Suppen, Salat, Nachspeisen, Zwischenmahlzeiten, Dips, Brotbelge, Aufstriche sowie Rezepte ohne Milch, Ei, Weizen und Soja.