

Obsah

Charakteristika batolecího období	6
Výživa batolecího období.	9
Normy, počet a velikost denních dávek	9
Potravinová pyramida	10
Nápoje	11
Mléko a mléčné výrobky.	11
Ostatní nápoje	12
Tuk	13
Vláknina	15
Vitaminy a minerály	17
Prevence obezity a aterosklerózy	17
Výchovná stránka výživy.	19
Vzorové jídelníčky pro děti na týden	21
Malá dětská kuchařka	31
Abecední seznam receptur.	31