

# 襄阳月子会所 爱玛家母婴月子会所 母婴月子会所

产品名称	襄阳月子会所 爱玛家母婴月子会所 母婴月子会所
公司名称	襄阳市坤宁慧健康管理有限责任公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	襄阳市襄城区米花街1号
联系电话	19971963766

## 产品详情

月子餐需供给充足的蛋白质

动物性食物如鱼、禽、蛋、瘦肉等可提供丰富的优质蛋白质和一些重要的矿物质和维生素。每日200---250g。大豆类食品也可提供蛋白质和钙。

多食含铁丰富的食品

为防止或纠正，还应多摄入富含铁的食物，如动物、动物血、瘦肉、某些蔬菜（如油菜、菠菜等）、大豆及其制品等。

摄入足够的新鲜蔬菜、水果和海产品

每天要保证供应500g以上，多选用绿叶蔬菜，襄阳月子会所，纠正大量进食等动物性食品，而少进食蔬菜和水果的习惯。

注意烹调方法

对于动物性食品，如畜、禽、鱼类的烹调方法以煮或煨为，多汤水。烹调蔬菜时哺乳期，哺乳期的营养膳食注意尽量减少维生素C等水溶性维生素的损失。

考虑到新手妈妈即使出了月子育儿经验也是匮乏的，月子会所怎么样，这家月子中心还会定期举办妈妈课堂的活动，让妈妈们互相交流、共同成长，月子中心教给妈妈们科学的育儿知识，为出了月子以后的幸福家庭保驾护航。

月子中心饭菜种类多，营养均衡。当然家里也可以做这么多种菜和汤，但是产妇饭菜口味清淡，未必大家都爱吃，这就会导致买了一堆菜，做了一堆菜，后吃不了，浪费了，或者家人不爱吃也要硬吃下去，很闹心。

宝宝睡太久要叫醒喂奶吗？襄阳专业月子中心分享宝宝睡太久要叫醒喂奶吗

宝宝随着月龄的增长，渐渐的需要添加一些辅食，所以喂奶的间隔时间也会随之逐渐延长，3-4个月后夜里可连续睡10个小时，一般夜晚哺乳一次就可以了。而6个月的宝宝，夜晚能一觉睡到天亮，夜里就不需要吃东西了。这样妈妈就不用喂夜奶了，可以轻松一点，能有较好的休息。

襄阳月子会所-爱玛家母婴月子会所-母婴月子会所由襄阳市坤宁慧健康管理有限责任公司提供。行路致远，砥砺前行。襄阳市坤宁慧健康管理有限责任公司（[www.xyamjhs.com](http://www.xyamjhs.com)）致力成为与您共赢、共生、共同前行的战略伙伴，更矢志成为其它具影响力的企业，与您一起飞跃，共同成功!