



รหัสบาร์โค้ด 000418

ชื่อหนังสือ โภชนาการเด็กวัยเรียน

ผู้แต่ง ดร.อมรรัตน์ เจริญชัย

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ.2548

สำนักพิมพ์ วัฒนาพานิช

ราคา 65 บาท

เนื้อหาพอสังเขป

หนังสือโภชนาการเด็กวัยเรียนเล่มนี้ เป็นหนังสือที่มีคุณค่า เนื่องจากมีเนื้อหาที่ให้ประโยชน์หลายประการแก่หลาย ๆ คน ให้รู้จักเลือกอาหารที่เป็นประโยชน์และส่งผลดีต่อการพัฒนาเจริญเติบโตของร่างกาย ซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาการด้านการคิดจิตใจอันเป็นปัจจัยให้เด็กเจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพต่อไป นอกจากนี้แล้วยังเป็นข้อมูลให้แก่ผู้อ่านในด้านหลักการจากหนังสือเล่มนี้ไปใช้ในทางปฏิบัติได้อย่างดี คือในการเตรียมและการประกอบอาหารที่ถูกหลักโภชนาการสำหรับตนเองและน้อง ๆ

แล้วก็ยังจะช่วยให้สามารถเลือกใช้ของดีมีประโยชน์อย่างประหยัดในครอบครัวได้อีกด้วย

ฉะนั้น จึงเชื่อได้ว่าความรู้ต่าง ๆ จากหนังสือเล่มนี้จะทำให้ผู้อ่านหลาย ๆ กลุ่ม ได้รับข้อมูลและข้อเท็จจริงเกี่ยวกับโภชนาการของเด็กวัยเรียน
ซึ่งจะทำให้เปลี่ยนพฤติกรรมในการบริโภคอาหารแบบ “ตามใจปาก” หรือเพื่อความเอร็ดอร่อยแต่เพียงอย่างเดียว
เป็นการบริโภคเพื่อพัฒนาสุขภาพพลานามัยของตนและผู้ที่เกี่ยวข้องให้มีความสมบูรณ์แข็งแรง ทั้งในปัจจุบันและอนาคต
