

Obsah

Úvod	7
Kapitola 1 Příčiny obezity	29
Kapitola 2 Prevence	45
Kapitola 3 Kolik jíst a čeho?	111
Kapitola 4 Co nabídnout dítěti k jídlu?	125
Kapitola 5 Nová výživová pyramida	129
Kapitola 6 Použití specifických doplňků výživy pro děti a mládež	143
Kapitola 7 Vzorový jídelníček a Ukázkové recepty	147
Seznam použité literatury	205