

# 《老年呼吸系统疾病食疗食治食谱》

## 图书基本信息

书名：《老年呼吸系统疾病食疗食治食谱》

13位ISBN编号：9787806428443

10位ISBN编号：7806428445

出版时间：2004-12

出版社：山东友谊出版社

作者：李志刚 编

页数：227

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《老年呼吸系统疾病食疗食治食谱》

## 内容概要

食养食治与药膳食疗是中华民族珍贵文化遗产的一部分，它来自于数千年广大人民群众生活经验的积累，对于防治疾病、养身保健、延年益寿等具有多方面的作用，而且实践证明是行之有效的。近年来，随着我国广大人民群众生活水平的迅速提升。人们对自身的健康水平的要求也越来越高，药膳开始成为人们用以强身健体、滋补养生、防治疾病、延年益寿的重要途径之一。

根据传统的中医理论和现代医药科学的科研成果表明，合理的调节日常饮食或适当食用药膳，对于治疗许多慢性病、老年病以及由于饮食结构的改变引起的“现代文明病”具有非常好的效果。然而，由于一般的家庭对药膳的治疗原理、治病效果、配伍方法，以及烹制方法了解得不是很全面，所以许多人在运用时不是对药膳无从下手，就是盲目食用，对食用者带来许多不便，甚至具有一定的危害性。

# 《老年呼吸系统疾病食疗食治食谱》

## 书籍目录

第一单元 老年呼吸系统疾病辨证分析一、老年呼吸系统疾病病理简介二、老年呼吸系统疾病膳食营养原则

第二单元 防治老年呼吸系统疾病的有益食物一、桔梗二、菠菜三、龙须菜四、紫菜五、海带六、海蜇七、荸荠八、芋九、笋十、丝瓜十一、芥菜十二、梨十三、冬瓜子十四、甜杏仁十五、银杏十六、枇杷十七、罗汉果十八、柿饼十九、橄榄二十、猪肺二十一、鸭肉二十二、银耳二十三、萝卜二十四、蜂蜜二十五、豆浆二十六、胡桃仁二十七、花生二十八、糯米

第三单元 食疗食治菜点食谱一、日常饮食食谱1. 糯米饭2. 椰子糯米蒸鸡饭3. 燕窝粥4. 松子粥5. 花生粥6. 黑木耳粥7. 百仁粥8. 胡桃粥9. 薏米杏仁粥10. 萝卜粥11. 百合糯米粥12. 八宝饭13. 八仙饭14. 百合花羹15. 百合粥16. 百合山药粥17. 百合杏仁粥18. 百合藕粉糊19. 山药粥20. 百合马蹄粥21. 百合雪梨羹22. 冰糖蒸银耳23. 银耳百合羹24. 甜杏仁粥25. 虫草粥26. 人参桃仁粥27. 糖醋萝卜卷28. 陈皮萝卜丝29. 五香栗子14130. 晶糕拌梨条31. 藕丝羹32. 水晶百合雪梨33. 丝瓜番茄豆腐羹34. 松子豆腐35. 杏仁莴苣36. 清拌莴苣37. 莴苣炒香菇38. 生津滋胃饮39. 桃杏仁膏40. 水晶桃柿膏41. 蒸葡萄枸杞子42. 蜂蜜香油汤43. 香菜炆海蜇44. 鳗鱼粥45. 灵芝粉蒸肉饼46. 花旗参木瓜排骨汤47. 瘦肉莲子百合汤48. 高汤银耳49. 炒猪肺50. 太子鸡51. 茶叶煲鸡蛋52. 银耳鸡肉汤53. 百合枸杞鸡蛋汤

二、药膳食谱1. 灌藕方2. 刀豆饮3. 小麦百合生地汤4. 百合楂糕汤5. 虫草银耳汤6. 益寿银耳汤7. 百合子参银耳汤8. 百合莲子定神汤9. 百合地黄汤10. 玉竹二参汤11. 玉竹锅巴汤12. 生慧汤13. 茶叶蜂蜜汤14. 生姜陈皮露15. 珠玉二宝粥16. 玉竹粥17. 洋参玉竹粥18. 桂圆莲子粥19. 黄精粳米粥20. 天门冬粥21. 麦冬粥22. 杏仁粥23. 山药粥24. 木耳粥25. 沙参粥16126. 百合粥27. 川贝粥28. 杏仁酥29. 黄精桃仁30. 芦笋扒芸豆31. 冬菇扒白菜32. 桔梗扒白菜33. 贝母金钱梨34. 杏仁梨罐35. 清汤燕窝36. 白芨燕窝37. 猪肺白芨薏米散38. 银耳乌龙汤39. 虫草酿海参40. 金樱子扒鲍鱼41. 玉兰花墨鱼汤42. 笋蛤汤43. 双耳爆海螺44. 软熘菊花鱼45. 清汤牡丹鱼17146. 全鸭冬瓜海参汤47. 百合猪肺汤48. 南瓜炖牛肉49. 拌海蜇卷50. 陈皮牛肉51. 虫草三合鼎方52. 银耳白肺53. 黄精煨猪肘54. 香肠炒木耳55. 白果鸡丁56. 菠萝鸡丁57. 松子鸡块58. 清蒸鲥鱼59. 麻油莴笋丝60. 茉莉银耳汤61. 冰糖银耳62. 冰糖百合63. 甘蔗粥64. 花生煲冰糖65. 冰糖黄精汤66. 沙参粥67. 黄瓜豆腐汤68. 松子豆腐69. 蘑菇烧豆腐70. 口蘑烩豆腐71. 清汤芙蓉猴头菇72. 银耳肺羹73. 沙参心肺汤74. 猪胰玉米须汤75. 桃仁鸡丁烩猪肺76. 大枣猪心粥77. 人参菠菜饺78. 莲子百合煨猪肉79. 麦门冬黄瓜填肉80. 豆腐炖肉片81. 刀豆烧猪肉82. 开胃肉卷83. 拌里脊丝84. 玉竹炖肉85. 杏仁蒸肉86. 大蒜炖肉87. 栗子煮肉88. 板栗烧猪肉89. 黄精煨肘90. 碧桃鸡丁91. 白果烧鸡92. 柚子炖鸡93. 太子鸡94. 凤脯银耳汤95. 鸽蛋烩银耳96. 虫草全鸭97. 玉竹焖鸭98. 杏仁酥鸭99. 陈皮扒鸭100. 参玉全鸭101. 虫草鸭条102. 山药鸭条103. 兔肉蘑菇丝104. 太子兔丝105. 灵芝元鱼106. 虫草金龟107. 炖乌龟108. 清蒸灵芝鹌鹑109. 银耳氽鸡片110. 杏仁茶111. 冰糖百合112. 杏仁燕窝113. 蜜汁鸭梨114. 葛粉汤圆115. 绿豆羹116. 银耳羹117. 莲心羹118. 金桔羹119. 青梅羹120. 白果羹

第四单元 营养配餐食单一、春季一周食单二、夏季一周食单三、秋季一周食单四、冬季一周食单

# 《老年呼吸系统疾病食疗食治食谱》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)