

<<家庭药膳>>

图书基本信息

书名：<<家庭药膳>>

13位ISBN编号：9787508207117

10位ISBN编号：7508207114

出版时间：1998-08

出版时间：金盾出版社

作者：谢春生,顾奎琴 编

页数：330

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：<http://www.tushu007.com>

<<家庭药膳>>

内容概要

本书精选了适合家庭制作和使用的药膳方800余条，包括美容保健、滋补强身及常见病、内科病、外科病、儿科病、妇科病、男科病、皮肤病等9大类。

每个药膳方都介绍来源、原料、制作服法、功效及宜忌等，内容丰富，制作简便，是家庭利用药膳养生保健和防病的好读物。

<<家庭药膳>>

书籍目录

目录

一、概述

(一) 药膳的起源与演变

(二) 药膳的分类

(三) 药膳的主要特点

(四) 药膳的应用原则

二、美容保健药膳

(一) 润肤美容药膳方

莲藕驻颜方 养颜抗皱膏 乌发养颜膏 樱桃

美容散 荷花荔枝鸭 黄精鲜鱼 香菇豆腐

猪皮烧花生米 樱桃香菇 玉兔西兰花

杨梅芙蓉鸡片 养血美容汤 红颜汤 猪皮红

枣羹 麦皮牛奶粥 银耳樱桃粥 丝瓜络消斑

饮 润肌养颜茶 慈禧珍珠茶 绞股蓝藕汁

健美果蔬汁 驻颜酒

(二) 健脑益智药膳方

杞精炖鹌鹑 海马鸽蛋 银耳鸽蛋汤 黑豆枣

杞汤 萱草忘忧汤 益智羹 补肾健脑糕

益智油饺 三珍米粥 山药桂圆粥 枸杞桂圆

膏 健脑茶 补脑增智饮

(三) 抗疲劳药膳方

双参肉 丁香火锅 三稔煲芥菜 玉竹烧豆腐

天门冬萝卜汤 肉苁蓉豆豉汤 苁蓉鲜鱼汤

鲜莲银耳汤 清汤燕窝鸽蛋 绞股蓝红枣汤

蜂王浆强精饮 构汁滋补饮 刺五加五味饮

(四) 减肥健美药膳方

减肥轻身方 竹笋烧鸡条 薏米鸭肉 赤豆炖

鹌鹑 三鲜冬瓜 芦笋扒冬瓜 凉拌发菜

轻身散 减肥芡实散 竹荪银耳汤 轻身粥

冬瓜薏仁粥 防己黄芪粥 健身降脂茶

荷叶山楂茶

(五) 延年益寿药膳方

松子抗衰膏 首乌素鳝丝 五加蒜泥白肉 何

首乌煮鸡蛋 长春鸽蛋 翡翠双菇 杞芪鲜贝

芦根蝉猴串 龙眼百合 益寿鸽蛋汤

补肾复元汤 补肾健脑糕 天冬黑豆饼 鲜奶

玉液 菊花延龄膏 耐老酒 益寿茶

三、滋补强身药膳

(一) 补气药膳方

烩双菇 荷叶乳鸽片 法制猪肚 补益鸡

荷叶凤脯 参枣米饭 薯面萝卜饺 山药面

枸杞水晶糕 补虚正气粥 黄芪粥 小

米面茶 人参果露茶 参芪酒

(二) 补血药膳方

归参山药猪腰 乌贼骨炖猪皮 生地乌鸡汤

<<家庭药膳>>

黄芪鳝鱼汤 猪心大枣汤 兰花鸭肝羹 蜜饯
姜枣龙眼 牛骨髓膏 花生衣红枣汁 红枣羊
骨糯米粥 糯米阿胶粥 当归补血茶 红枣养
血茶

(三) 气血双补药膳方

归参鳝鱼 牛肉胶冻 参归炖猪心 芙蓉百花
气血滋补汤 兔肉补虚汤 益气黄鳝羹
杏仁玉枣 荆芥馄饨 养血茶 龙眼冰糖茶
补血顺气药酒

(四) 补肺阴药膳方

杏仁豆腐 贝母甲鱼 萝卜杏仁煮牛肺 北杏
猪肺汤 沙百鸭汤 罗汉果肺汤 蜜饯双仁
银耳冰糖羹 山药杏仁粥 百合枇杷藕茶
西洋参益肺酒

(五) 补脾胃药膳方

香酥山药 莲子猪肚 明炉桂鱼 荷花拼盘
姜橘椒鱼羹 白术苡仁饭 薏米八宝饭
萝卜饼 健脾益气糕 茯苓包子 蒂炒米粉
三米桂圆粥 山药薏米粥 猪脾粥 健
脾茶

(六) 补肝肾药膳方

法制黑豆 拔丝核桃仁 莲花鲍鱼 白扒鱼翅
枸杞麦冬蛋丁 虫草红枣炖甲鱼 补益海参
鳝段炖猪肉 桑椹蜜膏 肝肾饭 麻仁
栗子糕 三鲜烙盒 延年益肾茶 返老还童茶

(七) 滋阴药膳方

银杏全鸭 葱烧海参 红枣煨肘 玉米须龟
雀巢樟茶鸭 赤蚌珊瑚鱼 银耳鸭蛋汤
天门冬烧麦 虫草米粥 玉竹粥 麦冬粥
百合沙参粥 党参麦冬茶

(八) 壮阳药膳方

姜附烧狗肉 冬瓜裙边 核桃仁炒韭菜 韭菜
炒干丝 五彩蛇丝 琵琶虾 冬虫夏草炖黄雀
虫草金龟 盘龙鳗 双鞭壮阳汤 壮阳
狗肉汤 鹿肾羹 鹿茸羹 麻雀肉饼 锁
阳壮阳粥 鹿角胶粥 肾阳酒

四、常见病证药膳

(一) 发热药膳方

西瓜白虎汤 鲜芦根薏苡仁粥 导赤清心粥
清宫粥 生姜地黄粥 增液粥 生地茅根粥
银翘解毒粥 桑菊杏仁粥 清热茶 清
肺止渴凉茶 双花饮 桑叶薄荷饮

(二) 中暑药膳方

百合莲花汤 绿豆冬瓜汤 草菇莴笋汤
鲜奶芦笋汤 青荷鳅鱼汤 萝卜鸭肫汤
肉丝苦瓜汤 防暑茶 乌梅清暑茶 绿豆
酸梅茶 清暑明目茶 祛暑清心茶

<<家庭药膳>>

(三) 头痛药膳方

天麻鱼头 丝瓜藤煲猪肉 黄酒核桃泥
 归参鳝鱼 屈头鸡汤 天麻石决明猪脑汤
 鳙鱼川芎白芷汤 青箱子速溶饮 清眩茶
 风热头痛川芎茶 升麻三黄茶 僵蚕葱白茶

(四) 眩晕药膳方

五味首乌蜜 金雀花瘦肉汤 四味止眩汤
 八宝清眩汤 黄豆芽猪血汤 夏菊粥 枸
 杞麦冬粥 清热养阴茶 防眩晕茶 旱莲
 桑椹酒

(五) 失眠药膳方

乌灵参炖鸡 玫瑰花烤羊心 芝麻桑核丸
 红枣银耳汤 紫菜猪心汤 小麦百合生地汤
 枣仁百合汤 黑枣葱白汤 红黄安神羹
 养心粥 小麦红枣粥 小米枣仁粥
 柏子仁粥 安神茶 竹叶宁心茶

(六) 哮喘药膳方

姜味润肺蜜糖 沙锅杏仁豆腐 冰糖蒸鸭梨
 甲鱼贝母汤 白果仁麻黄甘草汤 苏子
 降气粥 加味参苓粥 蛤蚧粥 百喘糖汁
 平喘茶 霜桑叶茶 久喘桃肉茶

(七) 胃痛药膳方

胡椒猪肚 丁香桂胡鸡 胡椒葱汤 桂皮
 山楂汤 仙人掌猪肚汤 温胃粥 干姜粥
 佛手柑粥 生姜萝卜汁 牛奶姜汁
 佛手茶 老姜茶

(八) 贫血药膳方

糖渍加味红枣 猪蹄鸽蛋 山药紫荆皮汤
 生血牛筋汤 补心养血汤 糖酒猪皮汤
 猪皮红枣羹 荔枝干大枣 猪血粥 桂圆
 黑芝麻粥 动物肝粥

(九) 便秘药膳方

金钩挂银丝 姜汁菠菜 香菇桃仁汤 二
 仁通幽汤 桑椹苳蓉汤 三仁汤 桃花馄
 饨 核桃仁粥 五仁粥 松仁粥 麻
 仁桑仁粥 老年保健茶 四仁通便茶

(十) 呃逆药膳方

补气止呃方 胡椒生姜汤 佛手姜汤 老
 刀豆姜汤 藿香粳米粥 加味橘皮粥 丁
 香柿蒂粥 治呃逆药茶

五、内科病药膳

(一) 甲状腺肿大药膳方

理气化痰丸 醋泡海带 昆布海藻煮黄豆
 凉拌海蜇头 消瘦汤 海带紫菜汤 蚝鼓
 海带汤 猪胰淡菜汤 海珠散结茶 消瘦
 红糖饮

(二) 甲状腺功能亢进药膳方

<<家庭药膳>>

菊蚌怀珠 紫菜蛋卷 干烧杞麦冬笋 凉拌蜇皮芹菜 鸡蛋拌海参 川参粥 五味粥 鲜蘑粥 绿豆橙子饮 青果萝卜饮

(三) 支气管炎药膳方

慢支食疗方 双仁百合方 百合糖柚 北杏炖雪梨 润肺银耳汤 杏仁猪肺汤 甜杏鲫鱼汤 蜜枣甘草汤 葱梨汤 川贝雪梨羹 荸荠百合雪梨羹 麻杏甘草粥

(四) 高血压药膳方

天麻炖甲鱼 海带爆木耳 海蜇荸荠 素什锦 冰糖炖海参 山楂决明汤 首乌山楂汤 玉米须瓜皮香蕉汤 银叶红枣绿豆汤 银耳山楂羹 松花淡菜粥 菊苗粥 降压茶 菊明降压茶 夏枯草降压茶

(五) 低血压药膳方

鹿茸蛋 牛肉胶冻 六味升压汤 桂圆菠萝升压汤 复元汤 胎盘猪肉汤 当归姜枣汤 升压鸡蛋糕 莲参粥 生脉粥 甘枣茶 升压药茶

(六) 高脂血症药膳方

素烩三菇 山楂青鱼片 首乌黑豆炖甲鱼 绿豆萝卜灌大藕 鲤鱼山楂蛋 山楂黄精粥 茵陈荷叶粥 菊花决明子粥 山楂降脂茶 纤维茶 山楂桃仁露

(七) 冠心病药膳方

山楂炖牛肉 玉竹煲兔肉 木耳烧豆腐 川芎蛤蚧汤 大枣冬菇汤 血管回春汤 香菇降脂汤 益寿杂面 川芎红花粥 楂菊决明茶 丹参黄豆汁

(八) 溃疡病药膳方

生姜木瓜方 鲜姜猪肚方 苡仁扁豆山药汤 旱莲草红枣汤 黄鱼鱼肚汤 陈草蜜膏 马铃薯蜜膏 包心菜粥 土豆粥 溃疡茶 甘蓝牛乳汁 鲜包菜饴糖汁

(九) 脂肪肝药膳方

金钱草砂仁鱼 鱼脑粉 脊骨海带汤 玉米须冬葵子赤豆汤 白术枣 黄芝泽香饮 当归郁金楂橘饮 黄芪郁金灵芝饮

(十) 急、慢性肾炎药膳方

逐水消肿方 大蒜炖鸭 薏冬鲫鱼汤 大蒜鳖肉汤 葫芦双皮汤 二皮车前草汤 冬瓜蚕豆壳粥 茅根公英粥 玉米须车前叶粥 葫芦粥 白菜苡仁粥 鲫鱼利水茶 西瓜白茅茶

(十一) 糖尿病药膳方

清蒸茶鲫鱼 山药炖猪肚 蒜烧南瓜 竹笋鳝鱼 黄精黑豆汤 天山降糖羹 消渴

<<家庭药膳>>

汤 猪胰苡仁汤 菠根银耳汤 猪脾蜜丸
水蛇粟饭丸 地骨皮粥 天花粉粥
降糖茶 皮天花粉茶

(十二) 酒毒、食物中毒药膳方

治醉酒不醒方(1) 治醉酒不醒方(2) 糖渍金橘
姜汁猪血菠菜 荸荠豆豉青豆 橘味醒
酒汤 螺蚌葱鼓汤 老菱角汤 万寿果粥
甘蔗萝卜粥 南瓜根煎 绿豆甘草饮
番薯叶饮 鲜生姜汁 杏树皮汁
紫苏叶汁 生萝卜汁

六、外科病药膳

(一) 乳腺炎药膳方

三草红糖蛋 苍耳炒鸡蛋 蜂房地丁汤
四仙猪骨汤 金针猪蹄汤 香附粳米粥
蒲公英 银花陈皮饮 合欢甘草金针饮
银花地丁茶 野菊花茶 鲜橙汁冲米酒

(二) 胆囊炎、胆石症药膳方

丹参郁金蜜 香附鸡金粉 山羊角陈皮汤
公英酱草薏米粥 茵陈薏米粥 金玉梅苋饮
川栋子元胡饮 麦苗叶茶 消炎利胆茶
消胆结石茶

(三) 颈淋巴结结核药膳方

煮芋苻 荔枝炖海带 蜗牛炖猪精肉 月
季夏枯草膏 槐米糯米粉 白梅花煮鸡蛋
猪肉海藻汤 参芪地黄粥 猫爪草茶 夏
枯草茶

(四) 血栓闭塞性脉管炎药膳方

温阳狗肉 七品蒸鸭 毛冬青炖猪蹄 四
虫粉 鹿角胶熟地汤 黑豆活血粥 枸杞
红枣山药粥 脉管炎酒 乌蛇通脉酒 祛
寒通络酒 通脉管药酒

(五) 风湿性关节炎药膳方

五加皮炖瘦猪肉 附片蒸狗肉 乌蛇汤
桂心酒粥 柳枝木瓜粥 姜汁川乌粥 伸
筋草酒 雪莲花蜈蚣酒

(六) 疝气药膳方

茴香小雀 柚子鸡蛋 桂花羊肉 猪肉茴
香丸子 小茴香红烧蛋 茴香炖猪膀胱
过江龙鸡蛋汤 羊睾丸鸡蛋汤 红皮蒜柑核汤
草果麦仁汤 荔枝核粥 茴香红糖粥
青果石榴茶

(七) 痔疮药膳方

米醋煮羊血 清蒸黄鳝 白糖炖鱼肚 白
及大蒜炖乌鲤鱼 荞麦猪苦胆丸 僵蚕莲藕汤
木耳柿饼汤 凌霄槐花糯米粥 槐花山
栀粉 苦酒赤豆散 疗痔宝珠茶

(八) 脱肛药膳方

<<家庭药膳>>

绿豆糯米猪肠 陈醋煮大枣 黄花菜木耳汤
芋头花炖肉 黄芪枳壳炖带鱼 石榴皮
蜜膏 鳝鱼薏米汤 猪肠马齿苋汤 黄芪
升麻四物茶 脱肛茶

七、儿科病药膳

(一) 小儿感冒药膳方

萝卜姜枣汤 葱白香菜汤 生姜桑叶汤
荆苏茶姜汤 葱姜糯米粥 流感茶

(二) 小儿麻疹药膳方

红萝卜香菜汤 荸荠芦茅汤 金针香菜汤
鸽蛋粳米粥 粳米冬笋粥 荸荠萝卜汁
小儿麻疹茶 小儿透疹茶 散疹茶

(三) 小儿水痘药膳方

绿豆汤 香菜汤 银花薏苡仁粥 野菊花
粥 三豆粥 蒲金解毒粥 甘草三豆饮
青果芦根茶 芦菊茶

(四) 百日咳药膳方

小肠葱头止咳汤 豆腐青葱汤 百部验方
浙贝蛋 川贝蜜 板栗糖浆 二冬阿胶粥
川贝杏仁粥 饴糖萝卜汁 百日咳茶
百部蜜糖茶

(五) 流行性腮腺炎药膳方

蛇蜕葱白方 龙衣炒鸡蛋 鸭蛋冰糖 蒜
泥马齿苋 猪肠葱汤 金针根汤 银翘粥
板蓝根粥 疔腮茶 大青忍冬茶

(六) 小儿流涎药膳方

摄涎饼 大枣陈皮竹叶汤 茯苓益智仁粥
白术糖 姜糖神曲茶

(七) 小儿疳积药膳方

小儿疳积汤 榴根猪肉 内金煮黄鳝 丁
香姜汁奶 消食散 鸡内金散 粳米胡萝
卜粥 小米淮山药粥 橘花红茶 三鲜消
滞饮

(八) 小儿腹泻药膳方

鸡蛋黄油 糯米固肠汤 大枣木香汤 胡
椒糊汤 茯苓大枣粥 婴儿泄泻绿茶 小
儿理中茶

(九) 小儿遗尿药膳方

烤金钱橘 白糖猪膀胱 小儿缩尿糖浆
鸡肠粉 止遗粉 加味鸡肠散 小儿缩尿
粥 韭菜根粥 缩尿茶 益智缩尿茶

(十) 小儿发育不良药膳方

芝麻椒盐虾 海带花生排骨汤 鲛鱼头金针汤
蛋烘糕 栗子泥 金针增智粥 胡
麻粥

(十一) 小儿佝偻病药膳方

虾皮蛋羹 龙骨荷包蛋 清炖二骨汤 核

<<家庭药膳>>

桃栗子羹 牡蛎面条 龙牡粥 蛋壳粉粥
芝麻鱼豆粉 胎盘蛋壳粉 蛋壳龟板散
焦碧桃大枣饮

(十二) 小儿肠道寄生虫药膳方

糖蜜南瓜子 炒使君子 姜蜜 炒香榧
雷丸冰糖 驱虫糖 杀虫汤 使君
子粥 雷丸槟榔粥 驱虫丸茶 驱钩虫茶

八、妇科病药膳

(一) 痛经药膳方

调经草汤 黑豆蛋酒汤 姜枣花椒汤 山
楂去痛粥 茴香麻雀粥 当归粥 鲜益母
草粥 痛经茶 三花调经茶 调经酒

(二) 闭经药膳方

当归煮鸡蛋 天香炉煲猪肉 乌豆益母草汤
调经祛瘀水鱼汤 归芪调经汤 黑豆红
花汤 桃仁牛血羹 桃仁红花粥 调经茶

(三) 带下病药膳方

山药莲苡汤 冰糖冬瓜子汤 白兰花瘦猪肉汤
完带粥 石榴皮粥 鳖甲鹿角胶粥
鸡冠花茶 白果通淋茶

(四) 崩漏(功能性子宫出血)药膳方

艾叶生姜煨鸡蛋 卷柏芹菜鸡蛋汤 当归地黄羊
肉汤 红米生地粥 三七粉粥 小麦鸡血
粥 乌梅红糖水 小蓟锅巴茶

(五) 妊娠恶阻(呕吐)药膳方

姜汁炒糯米 姜汁牛奶 砂仁蒸鲫鱼 黄
花鱼煲蒜头 生姜伏龙肝鸡肉汤 白术鲫鱼粥
鲜竹茹粥 五汁安胎饮 妊娠止呕茶

(六) 妊娠水肿药膳方

黑豆大蒜煮红糖 千金鲤鱼汤 牛肉蒜汤
黑豆赤豆粥 五皮粥 鹿头肉粥

(七) 胎动不安(习惯性流产)药膳方

苳麻根煲鸡 蛋黄固胎羹 莲子葡萄干汤
杞杜鹌鹑汤 艾叶鸡蛋汤 参芪保胎膏
安胎鲤鱼粥 二红固胎粥 养胎粥

(八) 不孕症药膳方

益母草元胡鸡蛋汤 菟杜麻雀汤 五子胎盘汤
鹿肾阿胶汤 双皮炖鸽子 开郁种玉粥
启宫粥 白狗骨粥

(九) 子宫脱垂药膳方

蓖麻根炖鸡 升麻煲龟肉 巴戟炖猪大肠
首乌炖雌鸡 青山羊血 参芪毛豆角 补
中益气粥 党参小米粥 黄鳝小米粥 金
樱柿蒂桂圆饮 枳壳糖浆 丝瓜络炭酒

(十) 妇女更年期综合征药膳方

麻雀炖淡菜 黄精山药炖鸡 蒸百合枸杞
首乌枸杞蛋 栗子枸杞羊肉汤 更年康粥

<<家庭药膳>>

枣仁山萸肉粥 百合地黄粥 甘麦大枣粥

九、男科病药膳

(一) 阳痿药膳方

虫草炖雄鸭 冬虫草炖胎盘 核桃炖蚕蛹
杜仲爆羊腰 阳痿食疗方 雄蚕蛾酒 麻
雀壮阳汤 羊外肾汤 虾米虫草香虫汤
药烧饼 雀卵羊肉羹 鹿鞭粥

(二) 遗精药膳方

遗精方 猪肾煨附子 猪腰核桃 红杞乌
参鸽蛋 枸杞炖牛鞭 五味止遗汤 虾蛋
肉烧麦 黑芝麻山药酥 雀卵虫草粥 莲
实雪耳粥 覆盆子茶

(三) 早泄药膳方

早泄方 北芪杞子炖乳鸽 杞子南枣煲鸡蛋
淮山圆肉炖水鱼 熘炒黄花猪腰 椰子
糯米蒸鸡饭 山药茯苓包子 脆鳝面

(四) 睾丸肿痛药膳方

山药桂圆炖甲鱼 合欢花蒸猪肝 昆布海藻煮黄
豆 瓦楞子蒸鸡肝 马鞭草蒸猪肝 金橘
柑核汤 老丝瓜陈皮 橘核茴香方

(五) 不育症药膳方

催育鸡 酿禾花雀 巴戟天苁蓉炖狗鞭
双冬女贞子虫草汤 参芪雀卵汤 液化汤
益气健精汤 固精酒

(六) 前列腺炎药膳方

黑槐子鸡蛋 紫花地丁炒田螺 栗子炖乌鸡
老人癯闭汤 灯心柿饼汤 爵床红枣汤
山药菟丝粥 慈姑凌霄粉 热淋尿痛茶
二紫通尿茶

(七) 前列腺肥大药膳方

补肾利尿小肚 利尿蛤蜊肉 炖麻雀 田
螺坤草汤 补肾羹 参芪精 黑芝麻蜂蜜
糊 桂末粥 双仁牛膝粥 莲米苡苋粥

十、皮肤病药膳

(一) 痤疮药膳方

蜜饯金橘 姜醋木瓜 凉拌三菜 麻油泡
使君子仁 大蒜白及煮鲤鱼 凉血五花膏
薤汁蜜膏 绿豆薏仁汤 (3 海藻薏米粥 黑
豆坤草粥 天葵苡仁粥

(二) 酒渣鼻药膳方

批把栀子方 山栀蜜丸 鲜蘑发菜鸡丝
莲子白果汤 批把叶膏 银花知母粥 麻
黄酒

(三) 湿疹药膳方

土茯苓炖鹤鹑 桑椹百合汤 归竹乌蛇汤
冬瓜皮薏米汤 薏米赤小豆玉米须粥 土茯苓槐
花饮 当归玉竹乌蛇饮

<<家庭药膳>>

(四) 荨麻疹药膳方

丝瓜子方 红枣炖猪胰 使君猪肉丸 芋
头炖猪排 当归黄芪乌蛇汤 僵蚕荆芥蝉蜕汤
生地元鱼汤 多皮饮 抗敏茶

(五) 神经性皮炎药膳方

团鱼煲黑豆 黄花菜炖蚌肉 黄花菜大枣炖鸽
芹菜枸杞煮豆腐 马齿苋金针菇粥 芦
菊饮

(六) 银屑病(牛皮癣)药膳方

仙茅菟丝子羊肉汤 乌梅膏 车前蚕砂薏米粥
桂花薏米粥 茯苓槐花粥

(七) 皮肤瘙痒药膳方

败酱草炖猪大肠 荆防归枣粥 生姜桂枝粥
青粱米桃仁粥 薄荷蝉衣茶 风疹瘙痒
茶 暑季痒疹茶 苦参菊花止痒茶

(八) 扁平疣药膳方

去疣方 炒酸苦瓜 醋鸭蛋 三子糯米粉
白果薏米汤 薏苡仁米饭 薏米百合粥
治扁平疣茶 蜂房青叶薏米茶

(九) 斑秃、白癜风药膳方

沙苑蒺藜猪肝 浮萍黑芝麻丸 柿饼杞子丸
天麻鲤鱼 马齿韭菜包子 槐花柏叶粥
二白一花饮 鬼针苕麻饮

(十) 带状疱疹药膳方

龙子丹 黑豆煲团鱼 齿苋薏米汤 柴胡
青叶粥 马齿苋薏米粥 菱角粥

<<家庭药膳>>

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:<http://www.tushu007.com>