

中国食疗大全



[中国食疗大全_下载链接1](#)

著者:夏翔，施杞主编

出版者:上海科学技术出版社

出版时间:2006-7

装帧:

isbn:9787532380886

《中国食疗大全》共五篇33章。一篇为食疗文化篇，主要简介了中国食疗文化的历渊源、副食文化的形成、食疗化与食疗原理以及历代饮食、食器、烹调、食、酒、茶文化（第1～9章）。第二篇为食疗原料篇，概了部分粮食及油、豆、水果及干果、蔬菜、禽兽、水产海味、料饮料、中草药类等食物的性味、作用（第10～第17）。第三篇为食疗制作篇，概述部分常用药膳、药饭、药粥、药酒、药茶、药糖药、药点的性味与功效制作方法、作用（第18～24章）。第四篇为现代营养学，主要简介了食疗与营养关系及16种常见疾病所需的营养（第25章。第五篇为食疗应用篇，主要介绍了各种人群、体质、四季、职业的食物养生（第26～33章）。此外还绍了400多种内、外、妇、儿、骨伤、五官科及肿瘤的食物疗法。

作者介绍:

目录:

[中国食疗大全_下载链接1](#)

标签

健康

养生

营养

美食

科学技术



评论

[中国食疗大全_下载链接1](#)

书评

[中国食疗大全_下载链接1](#)