

家庭菜谱完全手册



甜点

8000例

2000道甜点+2000个营养知识+2000个专家提示
+2000个饮食宜忌

策划·编写 犀文圖書

- 全面系统、科学实用、经济实惠
- 烹饪技法、美味佳肴、健康营养



浙江出版联合集团
浙江科学技术出版社

营养专家
审读推荐
附赠 DVD

家庭菜谱完全手册

甜点



8000例

策划·编写  犀文圖書


图书在版编目(CIP)数据

甜点8000例 / 犀文图书编写. — 杭州: 浙江科学技术出版社, 2012.3

ISBN 978-7-5341-4383-0

I. ①甜… II. ①犀… III. ①甜味—汤菜—菜谱②糕点—制作 IV. ①TS972.122②TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第000312号

书 名 甜点8000例
编 写  犀文图书

出版发行 浙江科学技术出版社
杭州市体育场路347号 邮政编码: 310006
联系电话: 0571-85170300-61702
E-mail: wq@zkpress.com

排 版 广东犀文图书有限公司
印 刷 广州汉鼎印务有限公司
经 销 全国各地新华书店

开 本 710 × 1000 1/16 印 张 24
字 数 580 000
版 次 2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5341-4383-0 定 价 29.80元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题, 可随时向印刷厂调换)

责任编辑 刘 丹 赵新宇 李骁睿 责任印务 徐忠雷
责任校对 宋 东 王 群 王巧玲 责任美编 孙 菁



目录

Contents



糖水

2

藕粉糖水 | 薯圆美肤糖水
 鲜奶杏仁炖菊花 | 鲜奶杨梅糖水
 腐竹鹌鹑蛋糖水 | 腐竹板栗玉米糖水
 腐竹白果薏米糖水 | 鹌鹑蛋桂圆糖水

3

鹌鹑蛋云吞皮 | 蒲公英绿豆糖水
 黑豆红枣糖水 | 黑豆奶露
 银耳糖水 | 玉米南瓜糖水
 窝蛋奶 | 红薯姜汁糖水

4

湘莲炖菊花 | 椰汁黑豆炖雪蛤
 雪梨菊花水 | 银耳柑橘糖水
 银耳杏仁白果糖水 | 银耳玉米糖水
 萝卜菊花水 | 菠萝糖水

5

菠萝莲子牛奶糖水 | 鸭梨雪蛤糖水
 莲子菊蛋糖水 | 莲子百合银耳糖水
 荷叶糖水 | 海带绿豆糖水
 海带北参马蹄爽 | 桂圆菠萝糖水

6

桂圆莲子糖水 | 桂圆鸡蛋糖水
 桂花甜糖水 | 香蕉云吞皮糖水
 南瓜冰糖水 | 南北杏仁银耳糖水
 茅根竹蔗水 | 苹果川贝糖水

7

枣莲炖雪蛤膏 | 枣莲炖鸡蛋糖水
 麦冬双枣糖水 | 杏仁桂圆炖银耳
 蜜烧红薯糖水 | 胡萝卜马蹄水
 花生薏米芋圆糖水 | 花生眉豆糖水

8

芦荟桂圆糖水 | 芡实糖水
 防暑消暑糖水 | 红薯蛋花糖水
 红薯淮枣糖水 | 红枣银耳金橘糖水
 红枣桂圆糖水 | 百合南瓜糖水

9

冰糖炖雪梨 | 四红汤
 贝母雪梨水 | 牛奶花生糖水
 牛奶汤圆糖水 | 木瓜芡实糖水
 木瓜杏仁糖水 | 木瓜西米糖水

10

无花果冰糖水 | 五色糖水
 马蹄银耳糖水 | 柚子蜂蜜糖水
 山楂桂枝糖水 | 黑米莲子糖水
 红薯圆子糖水 | 银耳雪梨糖水

11

赤豆糖水 | 红薯汤圆糖水
 莲子红薯糖水 | 赤豆红薯糖水
 薏米冬瓜糖水 | 清补凉糖水

12

枇杷银耳糖水 | 红枣山药香芋糖水
 山楂莲子糖水 | 苦瓜绿豆糖水
 赤豆花生糖水 | 苹果红薯糖水
 水果冷汤 | 橄榄萝卜糖水

13

木棉花鸡蛋糖水 | 雪花马蹄珠
甘蔗马蹄糖水 | 双雪冰糖水
莲子百合糖水 | 酒酿银耳糖水

14

枸杞子银耳糖水 | 红薯百合糖水
黑枣乌鸡蛋糖水 | 丹参冰糖水
白果红薯糖水 | 银耳红薯糖水



15

木瓜雪蛤糖水 | 红薯南瓜糖水
雪梨百合糖水 | 红薯板栗糖水
山药红薯红枣糖水 | 香草绿豆糖水

16

菊花绿豆糖水 | 绿豆薏米糖水
绿豆薏米南瓜糖水 | 绿豆苦瓜莲子糖水
雪梨马蹄糖水 | 马蹄雪蛤糖水

17

柠檬马蹄糖水 | 草莓糖水
木瓜银耳糖水 | 清火润肺止咳糖水
川贝蜂蜜炖银耳 | 橘子苹果甜汤圆

18

生姜红枣糖水 | 玉米罗汉果糖水
无花果雪梨糖水 | 红枣赤豆花生糖水
萝卜姜汁糖水 | 红枣莲藕糖水

19

莲子百合莲藕糖水 | 木瓜汤圆糖水
白果木瓜糖水 | 甘麦红枣茶
萝卜糖水 | 白萝卜梨糖水

20

海带白萝卜糖水 | 板栗山药胡萝卜糖水
胡萝卜红糖水 | 胡萝卜百合糖水
番茄糖水 | 哈密瓜糖水

21

芋头糖水 | 赤豆香芋糖水
白糯米糖水 | 香芒冰豆糖水
罗汉果红枣莲藕糖水 | 绿豆芦荟糖水

22

红枣桂圆鸡蛋糖水 | 木瓜白果炖银耳
莲子雪梨红糖水 | 木瓜枸杞子炖糖水
桂花百合莲子糖水 | 桂圆西洋参蜜糖水

23

银耳核桃糖水 | 鸳鸯雪梨糖水
杏汁银耳糖水 | 太子参百合银耳糖水
黑木耳银耳糖水 | 杏仁雪梨糖水

24

香滑赤豆沙 | 山药银耳红薯糖水
枸杞子桂圆鸡蛋糖水 | 木瓜莲子百合糖水
牛奶窝蛋莲子糖水 | 银耳莲子糖水

25

百年好合 | 银耳西瓜糖水
红糖乌豆蛋糖水 | 板栗桂圆糖水
水果莲子糖水 | 银耳茶糖水

26

银耳糖水 | 银耳百合炖雪梨
菊花炖雪梨 | 冰糖百合
银耳果糖水 | 红莲雪蛤炖鹌鹑蛋

27

花生百合糖水 | 山药鸡蛋糖水
白果山药糖水 | 山楂桂圆糖水
木瓜蜂蜜茶 | 桂圆莲子鸡蛋糖水

28

菊花糖水 | 薏米凉粉小丸子糖水
红薯双仁糖水 | 双薯丸糖水
红薯红枣糖水 | 绿豆莲藕糖水

29

板栗莲藕糖水 | 山药红薯糖水
薏米冬瓜蛇舌草糖水 | 椰汁胡萝卜芋头糖水
花生桂圆红枣糖水 | 荷梗薄荷薏米冬瓜糖水

30

白果鸡蛋糖水 | 香芒杨枝雪蛤糖水
板栗白果糖水 | 茅根糖水
马蹄糖水 | 青苹果芦荟糖水

31

三果滋润糖水 | 绞股蓝红枣糖水
红枣木耳糖水 | 山楂莲子糖水
西洋参三枣糖水 | 甘草红枣糖水

32

桂花山药莲藕糖水 | 莲子莲藕糖水
南瓜杏仁糖水 | 香滑马蹄爽
橄榄酸梅糖水 | 酒酿樱桃

33

山楂乌梅糖水 | 桂圆鸽蛋糖水
红枣腐竹鸡蛋糖水 | 腐竹薏米鹌鹑蛋糖水
百合红薯糖水 | 山楂莲藕糖水



五谷甜品

35

燕麦花生粥 | 黑糯米甜麦粥
红枣茯苓糯米粥 | 百合山药冰糖粥
糯米板栗粥 | 薏米赤豆南瓜粥

36

小米红糖粥 | 燕麦糯米粥
赤豆糯米粥 | 蜂蜜菊花糯米粥

37

糯米山药粥 | 糯米红枣粥
茯苓粥 | 香附芡实粥
莲子糯米粥 | 莲藕粥

38

红枣粥 | 西瓜绿豆粥
板栗粥 | 红枣银耳粥

39

椰汁黑米粥 | 椰子山药糯米粥
芦根竹蔗粥 | 花生玉米粥

40

黑米黄豆粥 | 黑米红枣粥
鸡蛋牛奶燕麦粥 | 燕麦豌豆营养粥

41

莲子黑米粥 | 花生黑米赤豆粥
红薯甜粥 | 高粱米粥
干果银耳高粱米粥 | 薏米麦片粥

42

薏米赤豆粥 | 燕麦片粥
红薯西米粥 | 美颜红枣粥

43

黑糯米粥 | 益寿板栗粥
三红补血益颜粥 | 黄金小米粥
花生赤豆粥 | 姜汁薏米粥

44

豆汁粥 | 核桃仁粥
大米粥泥 | 黄芪人参粥

45

蚕豆粥 | 豆腐薏米粥
山楂黑枣粥 | 生地黄粥
首乌粥 | 松仁大米粥

46

黄芪粥 | 甜白粥
清心粥 | 养生枸杞子粥

47

芸豆粥 | 薏米绿豆粥
强身杏仁粥 | 荷香绿豆薏米粥
芡实薏米山药粥 | 豆渣燕麦粥

48

燕麦早餐粥 | 芝麻燕麦粥
小米豌豆粥 | 小米红薯粥

49

莲子小米粥 | 绿豆小米粥
牛奶小米粥 | 小米山药粥
红枣小米粥 | 小米枣仁粥

50

杂米粥 | 糯米粥
银耳莲子粥 | 五谷杂粮粥

51

健胃麦芽粥 | 糯米薏米粥
黑豆糯米粥 | 神仙粥
明目桑葚粥 | 枸杞子黑芝麻粥

52

芝麻粥 | 黑芝麻赤豆粥
甘蔗高粱粥 | 紫薯山药糙米粥

53

牛奶玉米粥 | 金蔬菜粥
毛豆荞麦粥 | 山药黑米粥
山药赤豆粥 | 赤豆红枣红糖粥

54

香浓赤豆粥 | 玉米粥
银耳鸡蛋玉米粥 | 南瓜红薯玉米粥



55

腐竹板栗玉米粥 | 银耳鹌鹑蛋玉米粥
黑米粥 | 紫薯甜粥
红薯绿豆粥 | 豆浆粥

56

小米桂圆粥 | 大麦豇豆粥
南瓜大麦粥 | 清淡粳米粥

57

桑叶粥 | 杏香二米粥
红薯鸡蛋粥 | 冰糖鸡蛋粥
番茄鸡蛋小米粥 | 麦冬小米粥

58

黑芝麻糙米粥 | 芝麻花生粥
黑芝麻甜奶粥 | 黑芝麻红枣粥

59

红枣小米山药粥 | 鲜荷莲藕赤豆粥
疏肝梅花粥 | 百合赤豆粥
百合红枣粥 | 桂花赤豆粥

60

桂花红薯粥 | 灵芝桃花粥
决明子粥 | 百合薏米粥

61

菊花养生粥 | 黑米桂花粥
苹果粥 | 银耳菊花粥
杏仁嫩肤粥 | 红枣菊花粥

62

玫瑰花粥 | 桃花粥
茉莉花粥 | 芝麻核桃百合粥

63

木棉花粥 | 白茯苓粥
鲜玉米粥 | 蒲公英金银花粥
海带绿豆粥 | 荷叶粥

64

雪梨黄瓜粥 | 党参粥
牛奶梨片粥 | 佛手米粥

65

陈皮粥 | 桃仁山楂荷叶粥
杏仁粥 | 桂圆姜汁粥
草莓牛奶燕麦粥 | 苹果麦片粥

66

橙子燕麦粥 | 核桃粥
美颜白果粥 | 止咳川贝雪梨粥

67

桂圆红枣糯米粥 | 海带粥
生姜粥 | 八宝粥
核桃补肾粥 | 芡实粥

68

金樱子粥 | 枸杞子粥
桂圆莲子粥 | 陈皮香蕉粥

69

陈皮花生粥 | 白果冬瓜粥
陈皮绿豆粥 | 杂米八宝粥
紫薯银耳粥 | 无花果粥

70

燕麦南瓜粥 | 山楂粥
解暑荷叶粥 | 姜芝枸杞子粥

71

苦瓜粥 | 红薯萝卜粥
黑木耳粥 | 黑豆桂圆粥
川乌当归粥 | 川贝冰糖粥

72

板栗稀粥 | 赤豆红枣粥
南瓜补血粥 | 黑豆粥

73

黑豆赤豆粥 | 红枣黑豆粥
天冬黑豆粥 | 冬瓜皮黑豆粥
冬瓜赤豆粥 | 百合南瓜芝麻粥

74

菟丝子粥 | 浙贝粥
麻仁粥 | 加味天冬粥

75

鱼腥草粥 | 益脑舒眠粥
润肤鲜藕粥 | 二瓜粥
冰糖苦瓜粥 | 山药枸杞子粥

76

山药胡萝卜粥 | 山药萝卜粥
芋头粥 | 仿真燕窝粥

77

蜜饯胡萝卜粥 | 豆子荷叶粥
雪梨粥 | 香蕉粥
米粉水果粥 | 赤豆南瓜粥

78

南瓜百合红枣粥 | 香滑健脑粥
消食养颜粥 | 胡萝卜南瓜粥

79

枸杞子南瓜粥 | 土豆粥
银耳粥 | 番茄绿豆粥
黑白糯米粥 | 番茄粥

80

绿豆粥 | 酒酿粥
香甜南瓜粥 | 香蕉糯米粥
花生粥 | 黑糯米粥



蔬果汁

82

橘子山楂汁 | 番茄汁
绿色世界 | 沙拉果汁火龙果

83

西瓜奶昔 | 夏威夷蜜茶
菠萝沙冰 | 草莓龙舌兰
草莓汁 | 草莓综合果汁

84

冰糖鸭梨汁 | 椰汁芒果爽冰
胡萝卜汁 | 胡萝卜苹果汁

85

山楂汁 | 哈密瓜汁
苹果猕猴桃汁 | 苹果芹菜汁
橙子牛奶汁 | 哈密瓜毛豆汁

86

番茄白菜汁 | 猕猴桃雪梨汁
番茄菠萝柠檬汁 | 猕猴桃圆白菜汁

87

苹果白萝卜汁 | 柿子椒苹果汁
番茄哈密瓜汁 | 苹果枇杷汁

88

菠萝柠檬汁 | 番茄胡萝卜汁
木瓜牛奶汁 | 橙子胡萝卜汁

89

苹果香瓜汁 | 苹果菠萝汁
西瓜黄瓜汁 | 酪梨牛奶
苹果牛奶汁 | 鲜榨果蔬汁

90

纯樱桃汁 | 葡萄菠萝杏汁
纯芒果汁 | 木瓜生姜汁

91

桃柿子汁 | 树莓苹果汁
西蓝花胡萝卜辣椒汁 | 茴香黄瓜汁
南瓜汁 | 洋葱黄瓜汁

92

辣椒生姜汁 | 红薯韭菜胡萝卜汁
豆瓣菜苹果汁 | 桃子蜂蜜汁

93

黄瓜柠檬汁 | 橙子菠萝汁
葡萄李子汁 | 青枣薄荷美白汁
橘香甜汁 | 苹果菠萝生姜汁

94

什果宾治 | 哈密瓜奶昔
草莓奶昔 | 菠萝苦瓜汁

95

芒果芦荟酸奶汁 | 猕猴桃米酪
冬瓜汁 | 雪梨香蕉生菜汁
香蕉杂果汁 | 香蕉蜜桃鲜奶

96

李子汁 | 草莓奶露
草莓生菜汁 | 草莓苹果甘菊汁

97

草莓鲜奶汁 | 草莓豆浆汁
葡萄柠檬汁 | 苹果山药汁
柚子鲜瓜汁 | 蜜桃汁

98

草莓菠萝汁 | 椰汁杏仁露
薄荷宾治 | 杏仁汁

99

苹果汁 | 养颜橘子饮
咸柠七 | 什果西米粒
雪梨饮 | 水果柠檬汁

100

麦芽糖萝卜汁 | 大蒜胡萝卜甜菜根汁
冰糖水晶西瓜 | 芦笋果菜汁

101

杨枝甘露 | 草莓贡柑汁
鲜橙汁 | 西瓜汁
菠菜汁 | 鲜柠檬汁

102

山楂水 | 红枣苹果汁
西瓜西米露 | 百合绿豆汁

103

柠檬咖啡 | 西米羹水果粒
香芒火龙果西米露 | 椰汁香芋西米
奶香可可 | 萝卜姜汁



104

什果西米露 | 美味杂果汁
芒果西米露 | 蜂蜜豆浆汁

105

猕猴桃赤豆蜜瓜爽 | 鲜果冰沙
冰花马蹄汁 | 木瓜西米果粒



特色甜品

107

龟苓膏 | 鲜红薯泥
椰汁杏仁奶露 | 鲜果炖奶冻
鲜蛋炖奶 | 酒糟窝蛋

108

港式双皮奶 | 核桃糊
核桃花生糊 | 松仁芝麻糊

109

芝麻米糊 | 芝麻糊
山药黑芝麻糊 | 黑芝麻汤圆
山药芝麻汤圆 | 枸杞子芝麻糊

110

蜜奶芝麻羹 | 花生芝麻糊
南瓜蛋黄羹 | 香草西米

111

枸杞子玉米羹 | 杏仁奶糊
西瓜莲子羹 | 冰花麻蓉汤丸
冬瓜蛋黄羹 | 梅子莲子蛋花糊

112

菠萝人参莲子羹 | 江米藕
鸳鸯奶茶 | 赤豆珍珠奶茶

113

燕麦汤圆 | 冰糖水果羹
可可奶昔 | 丝袜奶茶
燕窝炖荔枝 | 冰糖燕窝

114

冰淇淋牛奶咖啡 | 碧绿豌豆羹
冰糖芙蓉羹 | 鸡蛋玉米羹

115

冰橘玉米汤圆 | 菠萝葡萄羹
银耳西瓜羹 | 奶油南瓜羹
子姜菠萝羹 | 板栗羹

116

橘酪羹 | 芦荟汁白果羹
椰汁西米露 | 杏仁奶茶

117

酸奶银耳水果羹 | 银耳红枣西米羹
银耳西米羹 | 花生奶露
苹果玉米豆粉羹 | 核桃板栗糊

118

水果杂锦奶羹 | 芋头莲子羹
芋头西米露 | 银耳蜜羹

119

姜撞奶 | 椰汁莲子西米露
甜酒汤圆 | 玉米糊
杏仁南瓜羹 | 蜂蜜玉米羹

120

银耳水晶绿豆爽 | 补脑核桃甜糊
蔬菜泥 | 米汤

121

苹果泥 | 牛奶香蕉糊
百合蒸南瓜 | 土豆泥
花生芝麻糊 | 蛋麦糊

122

乌龙面糊 | 香蕉泥
蔬菜米粉糊 | 蜂蜜藕粉

123

番茄米糊 | 杏仁露
贝母羹 | 什锦水果羹
奶香麦片羹 | 双色泥

124

牛奶米粉 | 西瓜汁米粉
银耳红枣米粉 | 牛奶蛋

125

清淡米羹 | 美味五色粥
赤豆泥 | 疙瘩果羹
梨酱 | 桂花核桃酪

126

蜂蜜胡萝卜 | 香蕉西米露
香蕉土豆泥 | 海带绿豆爽

127

姜醋猪蹄蛋 | 牛奶凉粉
杏仁豆腐 | 彩云汤圆
双皮奶 | 花生杏仁露

128

杏仁苹果豆腐羹 | 猪蹄汁黑芝麻糊
蛋黄羹 | 泡沫奶茶

129

珍珠奶茶 | 柠檬利宾纳
桂花酒酿丸子 | 冰糖葫芦
百果馅酒酿汤圆 | 桂花甜酒酿

130

赖汤圆 | 樱桃羹
冰汁杏淖 | 什锦果冻

131

樱桃蜜饯 | 温州豆沙汤团
枣沫糊 | 重庆小汤圆
赤豆冰 | 八宝瓢梨

134

燕麦豆浆 | 枸杞子豆浆
玉米豆浆 | 红枣莲子豆浆

135

黑豆核桃豆浆 | 养生干果豆浆
枸杞子核桃豆浆 | 红薯山药燕麦豆浆
土豆豆浆 | 南瓜豆浆

136

橘柚豆浆 | 生菜豆浆
法香豆浆 | 紫薯南瓜豆浆

137

芦笋山药豆浆 | 陈皮山楂豆浆
木瓜银耳豆浆 | 山药苹果豆浆
桂圆豆浆 | 苹果香蕉豆浆

138

黄瓜蜂蜜豆浆 | 雪梨豆浆
橙子豆浆 | 胡萝卜豆浆

139

火龙果豆浆 | 毛豆浆
红茶豆浆 | 茉莉花豆浆
龙井豆浆 | 菊花枸杞子豆浆

140

荷叶桂花豆浆 | 杏仁槐花豆浆
金银花豆浆 | 玫瑰花豆浆

141

栀子花莲心豆浆 | 薄荷黄豆绿豆浆
绿桑百合豆浆 | 绿茶消暑豆浆
西瓜豆浆 | 蔬菜水果豆浆



豆浆甜品

133

黄豆浆 | 红枣绿豆豆浆
红枣枸杞子豆浆 | 黑米黄豆浆
荞麦豆浆 | 荞麦大米豆浆



142

腰果豆浆 | 综合豆浆
益智豆浆 | 韭汁豆浆

143

柠檬花生黑米豆浆 | 葡萄干豆浆
西洋参白果豆浆 | 小麦豆浆
五豆豆浆 | 经典五谷豆浆

144

核桃花生豆浆 | 红薯山药豆浆
咖啡豆浆 | 核桃花生麦片米糊

145

绿豆浆 | 花生乳
薏米豆汁 | 薏米汁
小米汁 | 赤豆浆

146

百合银耳绿豆浆 | 糙米花生浆
糯米黑豆汁 | 绿豆薏米浆

147

红薯大米浆 | 莲子百合赤豆浆
芦笋绿豆汁 | 玉米汁
杏仁花生牛奶 | 核桃玉米浆

148

香蕉玉米牛奶 | 核桃莲藕浆
黑米黑豆汁 | 玉米扁豆木瓜汁

149

玉米枸杞子汁 | 莲子浆
糯米红枣汁 | 芝麻板栗浆
玉米燕麦片汁 | 糯米莲子山药汁

150

小米芝麻糊 | 薏米赤豆糊
薏米芝麻双仁米糊 | 胡萝卜核桃米糊

151

杏仁米糊 | 小米胡萝卜浆
木耳黑米糊 | 大米土豆汁
玉米绿豆糊 | 薏米浆

152

糯米浆 | 枣杞生姜米糊
核桃腰果米糊 | 山药黑芝麻浆
大米南瓜花生米浆 | 养心补血糊

153

清肝明目糊 | 营养早餐糊
牛奶香蕉汁 | 香橙苹果什饮
黑芝麻糯米糊 | 赤豆香蕉酸奶汁



蛋糕甜品

155

原味海绵蛋糕 | 普通花件蛋糕
可可裨斯蛋糕 | 杏仁小圆蛋糕
腰果小圆蛋糕 | 花生小圆蛋糕

156

菠萝切件蛋糕 | 杂果小圆蛋糕
肉松奶油卷蛋糕 | 威化脆脆蛋糕

157

胡萝卜去脂蛋糕 | 椰香小圆蛋糕
葡萄小圆蛋糕 | 猕猴桃切件蛋糕
巴乐花卷蛋糕 | 圣女果花件蛋糕

158

果酱花卷蛋糕 | 蓝莓奶酪蛋糕
杏仁奶酪蛋糕 | 斑叶兰玉米奶酪蛋糕

159

水果奶酪蛋糕 | 葡萄干蛋糕
草莓奶酪蛋糕 | 赤豆奶酪蛋糕
黑米奶酪蛋糕 | 玫瑰之恋奶酪蛋糕

160

提拉米苏芒果奶酪蛋糕 | 芒果奶酪蛋糕
紫玉米奶酪蛋糕 | 香芋奶酪蛋糕

161

香蕉奶酪蛋糕 | 柠檬奶酪蛋糕
玉米西米蛋糕 | 榴莲奶酪蛋糕
绿豆慕斯蛋糕 | 黄桃慕斯蛋糕

162

绿茶慕斯蛋糕 | 赤豆慕斯蛋糕
 杂果慕斯蛋糕 | 黑芝麻慕斯蛋糕

163

猕猴桃慕斯蛋糕 | 榴莲慕斯蛋糕
 葱香火腿蛋糕 | 芒果慕斯蛋糕
 法国红酒慕斯蛋糕 | 巧克力慕斯蛋糕



164

菊花枸杞子慕斯蛋糕 | 姜汁豆奶慕斯蛋糕
 草莓慕斯蛋糕 | 椰香慕斯蛋糕

165

木瓜慕斯蛋糕 | 奶茶慕斯蛋糕
 酸奶杏香慕斯蛋糕 | 清凉菊花蛋糕
 巧克力蛋糕 | 旋转舞台蛋糕

166

鸳鸯蛋糕 | 杏仁提子蛋糕
 香芒恋曲蛋糕 | 情迷黑森林蛋糕

167

火舞艳阳蛋糕 | 红莲怒放蛋糕
 咖啡风情蛋糕 | 鱼形蛋糕
 黑芝麻养发蛋糕 | 激情鸟巢蛋糕

168

旺利大吉蛋糕 | 火红年代蛋糕
 南国凤眼果蛋糕 | 时光之星蛋糕

169

踏雪寻梅蛋糕 | 红色乐园蛋糕
 喜羊羊蛋糕 | 葵花向阳蛋糕
 南洋风咖啡蛋糕 | 草帽之歌蛋糕

170

绿色雪景蛋糕 | 法国红酒葡萄蛋糕
 香芋椰香蛋糕 | 果仁核桃蛋糕

171

巴西可可云石蛋糕 | 美颜赤豆红枣蛋糕
 草莓蛋糕 | 杏仁云尼拿蛋糕
 泰国香蕉蛋糕 | 田园南瓜仁蛋糕

172

胡萝卜蛋糕 | 日本抹茶蛋糕
 杂果蛋糕 | 蜜桃蛋糕

173

椰子蛋糕 | 榴莲蛋糕
 纤体粗粮蛋糕 | 松仁蛋糕
 腰果蛋糕 | 红枣蓉蛋糕

174

心形巧克力蛋糕 | 绿茶蛋糕
 可可蛋糕 | 斑叶兰双味蛋糕

175

南瓜降糖蛋糕 | 基本戚风蛋糕
 蜜豆绿茶卷 | 火腿肉松卷
 提子卷 | 天使蛋糕

176

香蕉奶露蛋糕 | 香枕蛋糕
 元宝蛋糕 | 白雪公主

177

布朗尼蛋糕 | 橙汁蛋糕
 大理石蛋糕 | 黑纱蛋糕
 千层蜂蜜蛋糕 | 椰皇条蛋糕

178

玛芬蛋糕 | 哈雷蛋糕
 汉莎蛋糕 | 牛油蛋糕

179

轻奶酪蛋糕 | 云石奶酪蛋糕
 枣泥蛋糕 | 咖啡奶酪冻
 浪漫蓝莓 | 芒果季节

180

热情樱桃 | 丝丝记忆
意式奶酪 | 儿童生日蛋糕

181

母亲节蛋糕 | 情人节蛋糕
欧式蛋糕 | 婚礼蛋糕
贺寿蛋糕 | 西梅蛋糕



西式点心

183

法棍面包 | 法式蒜蓉片
汉堡包 | 赤豆酥皮包
花生餐包 | 火腿三宝

184

火腿玉米包 | 奶酪沙拉包
蓝莓排包 | 毛毛虫

185

墨西哥包 | 奶香片
全麦本色 | 热狗包
肉松火腿卷 | 台式菠萝包

186

提子餐包 | 威尼斯薄饼
椰槟包 | 香葱火腿包

187

香麻三角包 | 黄桃奶油包
牛角包 | 花生圈
甜甜圈 | 榴莲脆皮圈

188

奶油肉松包 | 杏香面包
肠仔包 | 布丁香酥面包

189

杂果三文治 | 奶酪三文治
意大利脆皮肠仔卷 | 花生酱烧面包
爪哇酱肉焗法包 | 咖喱鸡照烧面包

190

朱古力多士 | 南洋酱牛油面包
公仔曲奇 | 云石曲奇

191

香葱奶酪饼 | 肉松蔬菜饼
核桃酥 | 咖啡饼
罗马盾牌 | 美人椰子饼

192

美式奶酪条 | 牛油奶酪曲奇
提子燕麦饼 | 蔓越莓松饼

193

杏仁巧克力饼 | 杏仁奶酪饼
杏仁瓦片 | 椰香饼
椰子球 | 奶酪法国方饼

194

乳香肉碎饼 | 南乳叉烧粒饼
班兰椰香饼 | 五香椒盐饼干

195

花生椰芝夹心饼 | 南瓜仁松饼
黄桃派 | 巧克力香蕉派
日式杏仁挞 | 葡式蛋挞

196

菠萝挞 | 肉桂苹果批
抹茶奶油批 | 奶酪海皇挞

197

鸡肉挞 | 椰子挞
杂果挞 | 水晶黄桃批
杏仁奶酪批 | 西米盏

198

椰香挞 | 绿茶挞
咖啡挞 | 芝麻挞

199

玉米挞 | 新奥尔良披萨
黑椒牛肉披萨 | 鸡肉蘑菇披萨
水果沙拉披萨 | 火腿奶酪披萨

200

海鲜披萨 | 奶酪焗红薯
椰香蔬夫厘 | 红酒焗苹果

201

烟肉焗土豆 | 鹌鹑蛋焗土豆
西米焗布丁 | 酥皮焗鲜奶
酥皮焗朱古力 | 紫菜鱼卷

202

奶酪红薯饼 | 莲香三文治
巧克力曲奇 | 蛋皮寿司

203

黄瓜小方包 | 法兰西吐司
火鸡三明治 | 培根三明治
花生酱吐司 | 台湾热狗

204

丹麦菠萝面包 | 青苹果丹麦面包
奶酪菠萝包 | 富士雪山包



广式点心

206

黑米莲藕片 | 金黄莲藕片
腊肠糯米卷 | 水晶虾饺

207

清脆沙葛片 | 原味香芋
水晶虾饼 | 东陂水角
客家茶果 | 顺德伦教糕

208

虾仁烧卖 | 香软芋头糕
果仁猪油糕 | 爽口马蹄糕

209

粉饺 | 黄板
红板 | 潮汕落汤钱
水糍 | 椰香糯米糍

210

老妈宫粽球 | 道滘裹蒸粽
钵仔糕 | 黑米烧卖

211

双色花卷 | 千层糕
鼠壳糍 | 龙须糖
无米糍 | 雷州田艾饼

212

虾饺皇 | 奶黄包
桂花云片糕 | 番禺鱼卖

213

芝麻煎堆 | 萝卜糕
萝卜饼 | 咸水角
客家腐皮卷 | 南乳蛋散

214

蜂巢芋角 | 萝卜丝酥饼
顺德龙耳 | 传统崩砂

215

广东马蹄糕 | 煎堆
飘香榴莲酥 | 大良膏煎
粉果 | 南雄炸糍粑

216

潮州韭菜饼 | 枸杞子荔枝冻
笑口枣 | 香软南瓜饼

217

脆麻花 | 炸春卷
油煎 | 脆蛋散
春饼 | 炒牛奶

218

炸云吞 | 潮阳鲎糕
腊味糯米包 | 胡椒饼

219

芋丝煎饼 | 椰菜煎饼
生煎包 | 葱油煎饼
糯米饼 | 水晶莲蓉角

220

玉米饼 | 脆皮黄金包
土豆饼 | 三丝春卷

221

木瓜酥 | 腰果酥
腰果干层酥 | 皮蛋酥
顺德豆角饼 | 蛋黄挞

222

佛山盲公饼 | 老婆饼
杏仁饼 | 桑粉冰肉包

223

蛋挞 | 鸡仔饼
腐乳饼 | 咸蛋酥
蜜汁叉烧包 | 菠萝包

224

叉烧餐包仔 | 餐包
叉烧酥 | 肉松芝麻酥

225

酥饼 | 琉璃桃仁
阳江炒米饼 | 油煎菜肉包
芋头糕 | 绿茶果冻

226

绿茶酥饼 | 蛋黄饼
菠萝丁包 | 蛋黄酥

227

香麻花生饼 | 香麻花生包
广式月饼 | 肉松蛋卷
姜糖 | 花生芝麻糖

228

菜花糍粑 | 松子饼
绿树雪景 | 豆沙面包

229

福星小龟 | 炸香蕉
绿茵小白兔 | 黄金玉米球
西杏饼干 | 赤豆小猪酥



230

黑米鳄鱼酥 | 蝴蝶冰花饼
咖啡吮吮球 | 马蹄像生糍

231

黄金小米糕 | 胡椒芝麻酥
马蹄清心糕 | 牛肉盒
枸杞子红枣糕 | 蟹黄虾子烧卖

232

麦香粗粮饼 | 黄金馒头
千层软糕 | 玉液琼浆包

233

麦丽香粗粮包 | 黄金玉米球
班兰薯蓉糍 | 豆沙软角
南瓜像生糍 | 黄金玉米饺

234

香芋丝春卷 | 椰香金三角
香芋米网 | 豆蓉黄金盒

235

养发芝麻糕 | 腊味萝卜糕
清香花生卷 | 陈皮红豆糕
玉米蒸饺 | 水晶萝卜饺

236

香滑椰汁煎饼 | 香煎玉米饼
冬蓉榄仁饼 | 赤豆蓉煎饼

237

糯米糍 | 煎饺
拔丝香蕉 | 葱油花卷
莲蓉包 | 岭南生肉包



风味点心

239

豌豆黄 | 黏米豆包
焦圈 | 糖火烧
香煎鸡丝饼 | 发糕

240

大列巴 | 蜜三刀
五香烤馒头 | 手抓饼

241

果味红薯 | 芸豆糕
吉祥杂粮包 | 驴打滚
奶油龙须饼 | 蔬菜丸子

242

陕西西瓜冻 | 打糕
一品烧饼 | 高丽豆沙

243

自来红 | 玫瑰饼
肉沫烧饼 | 茯苓夹饼
萨其马 | 僧帽双瓢烧饼

244

江米面炸糕 | 炸菜角
烫面炸糕 | 馓子麻花

245

蜜麻花 | 牛肉小包
炸回头 | 炸口袋
锅贴 | 京味塌糊子

246

蛋肉麦饼 | 姜丝排叉
三鲜烧卖 | 虾肉小笼包

247

褡裢火烧 | 蝴蝶酥
炸三角 | 棒槌饅子
羊眼儿包子 | 艾窝窝

248

小窝头 | 马家烧卖
芸豆卷 | 温州白蛇烧饼

249

凤球包子 | 糖卷果
渭南时晨包子 | 百果碗糕
陆记烫面炸糕 | 耳朵眼炸糕

250

三杖饼 | 杜称奇火烧
桂发祥什锦麻花 | 王记剪子股麻花

251

徽州饼 | 元宝酥
煎饼馃子 | 狗不理包子
石门坎素包 | 火锅白肉水饺

252

藕粉饺 | 火腿萝卜丝酥饼
油炸糖糕 | 粉子饼

253

安徽盘丝饼 | 枣泥酥饼
壮馍 | 麻球
水晶包 | 奶油回饼

254

葱油饼 | 重阳栗糕
喜洲粑粑 | 糯米糖饺

255

上海杏仁豆腐 | 油煎南瓜饼
板栗糕 | 淮凤酥饼
老鼎丰川酥月饼 | 咸煎饼

256

凤尾烧卖 | 麻糖锅炸
豆馅烧饼 | 重阳糕

257

青团 | 小茶糕
火烧 | 椰丝糯米糍
黄松糕 | 丽江火腿粑粑