

项平 主编

中医食疗方全录

人民卫生出版社

中医食疗方全录

主 编 顶 平

副主编 李春英 杨 进 张民庆

编 委 (以下按姓氏笔画排列)

王桂芳	卞慧敏	史欣德	朱丽江	刘 涛
孙世发	陈仁寿	单礼直	周建英	周善民
赵国平	赵智强	姜月华	唐德才	龚婕宁
阎宝珠	彭 强	程桂英	虞 舜	翟玉祥

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

中医食疗方全录/项平主编.-北京:人民卫生出版社

ISBN 7-117-02642-1

I. 中… II. 项… III. 食物疗法-方书 IV. R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第05286号

中医食疗方全录

项平 主编

人民卫生出版社出版发行

(100050 北京市崇文区天坛西里10号)

育才印刷厂印刷

新华书店经销

787×1092 16开本 61印张 1336千字

1997年9月第1版 1997年9月第1版第1次印刷

印数:00 001—3 000

ISBN 7-117-02642-1/R·2643 定价:76.00元

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

序

中医食疗方是我国传统医药学宝库的重要组成部分,具有悠久的历史 and 极为丰富的内容。“药食同源”,采用天然的动物、植物及矿物药食以养生保健、防治疾病,是中医学术博大精深的特色之一。

用食疗方防治疾病的历史最早当可追溯到商汤时代,伊尹撰写的《汤液经法》即是一部用汤液醪醴防治疾病的方书专著。《素问·脏气法时论》云:“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气”。则充分阐明了中医食疗方的补益和调理作用。被誉为“方书之祖”的《伤寒杂病论》用当归生姜羊肉汤治疗妇人产后腹中疝痛,就是一张疗效卓著的食疗名方。由是而降,食疗专著不断涌现。举其著名者,如唐·咎殷的《食医心鉴》、宋·陈直的《养老奉亲书》、元·邹铉的《寿亲养老新书》、忽思慧的《饮膳正要》等。历代医家的实践证明,中医食疗方具有防病治病、养生保健、延年益寿、营养滋补等多种功效。所以倍受广大人民群众欢迎,近年来还受到世界各国人民的青睐。是故我国《备急千金要方》“安身之本,必资于食”之论,是极富有哲理的。

由南京中医学院项平教授主编,并与近二十位专家合作,历时三年,对中医食疗方进行了相当系统的整理和研究,编撰成《中医食疗方全录》。其内容丰富,设计合理,规范标准,科学性。是一本资料较全,检索方便,切合实用的中医食疗方专著。它对于整理发掘祖国医药学的宝贵遗产,为临床医生、医药及食品行业的科研、教学、生产人员及广大人民群众提供了较完备的中医食疗方资料,对于中医食疗方剂的开发应用,使之更好地为防病治病、养生保健服务,都具有积极的意义。我与项平教授相知多年,对于他的品德和治学精神,很为知情,谨以此序祝贺他和他的合作者所作出的新的贡献。

中国科学院院士 陈可冀 谨识
中国中医研究院教授

1994年9月8日

于北京西苑

编写说明

中医食疗方是祖国医学宝库的重要组成部分,为继承发扬祖国医学的宝贵遗产,我们选择了“中医食疗方的整理和研究”课题,并得到江苏省教育委员会自然科学基金的资助。按照课题设计书的要求,我们全面搜集了 250 余种古今中医药文献中的食疗方剂近 8000 首,制作卡片 2 万余张,并在此基础上进行筛选、加工,整理成《中医食疗方全录》,历时三年,完成了预定的任务。

本书共载中医食疗方 7449 首,每方均详载其方源、组成配料、加工制作方法、服用方法、功用及主治等内容。本书以辞典形式排列,前有按笔画排列的食疗方目录,末附按汉语拼音顺序排列的病证索引。对于古方用量,一律折算成公制,方剂中一些古奥难懂的文字也进行了适当的译释,以求规范化、标准化。对于方剂中少数封建迷信内容和夸大不实之辞,一律删去不录。对于一些含有剧毒药物的食疗方剂,亦未予收录。本书搜集古今食疗方数量多,信息量大,且检索方便,切合实用。可为医疗、教学、科研及饮食部门提供较为完备的中医食疗方资料,不仅可供临床医师、医药、食品等行业的科研、教学及生产人员阅读参考,还可供广大不习医的群众在日常养生保健及病后康复中使用。

如果本书能对中医食疗方剂的开发应用有一定促进作用,对广大人民群众的生保健、防病治病有所裨益,则是我们莫大的欣慰。但由于我们的水平所限,书中难免有错误和缺憾之处,殷切地希望广大读者予以批评指正。

编者

1994 年 8 月于南京

内 容 提 要

本书是在全面搜集古代中医药文献中的食疗方剂以及现代全国各地食疗配方的基础上进行筛选、整理、研究,而完成的一部中医食疗方专著。

该书共载方 7445 首,每方均详载其方源,组成、制法、服法、功用、主治、按语等。其内容丰富,设计合理,科学性强,临床实用,贴切生活。是目前载方最多,信息量最大的权威性食疗方书。书中以辞典形式排列,前有按笔画排列的食疗方目录,书末附有按汉语拼音顺序排列的病证索引,检索方便,切合实用。可为医疗、教学、科研及饮食部门提供较为完备的中医食疗方资料,不仅可供临床医师、医药、食品等行业的科研、教学及生产人员阅读参考,还可供不习医的广大群众在日常中饮食自疗、养生保健及病后康复中使用。

目 录

一 画

- 0001 一品山药 1
 0002 一味归经饮 1
 0003 一味薯蓣饮 1

二 画

- 0004 二子酒 1
 0005 二生汤 1
 0006 二仙汤 1
 0007 二仙饮① 1
 0008 二仙饮② 1
 0009 二仙粥 1
 0010 二仙膏① 2
 0011 二仙膏② 2
 0012 二仙糕 2
 0013 二冬膏① 2
 0014 二冬膏② 2
 0015 二冬膏③ 2
 0016 二汁饮① 2
 0017 二汁饮② 2
 0018 二豆饮 2
 0019 二花茶① 3
 0020 二花茶② 3
 0021 二沥汤 3
 0022 二陈粥 3
 0023 二妙粥 3
 0024 二乳饮 3
 0025 二柑饮 3
 0026 二胜丸 3
 0027 二神膏 3
 0028 二根茶 3
 0029 二菜汤 4
 0030 二葛汤 4
 0031 二蒂散 4
 0032 二鲜饮 4
 0033 二母元鱼 4

- 0034 二豆糖粥 4
 0035 二鲜糖茶 4
 0036 二子猪神汤 4
 0037 二冬甲鱼汤 4
 0038 二皮甘草粥 5
 0039 二母团鱼汤 5
 0040 二豆糯米粥 5
 0041 二花翠衣汤 5
 0042 二茶归甲汤 5
 0043 二根白糖饮 5
 0044 二根茴香酒 5
 0045 二藤健脾糕 5
 0046 二仁炖瘦猪肉 5
 0047 二叶豆豉翠衣
汤 6
 0048 二豆银花牛蒡
子粥 6
 0049 十香瓜 6
 0050 十全大补汤 6
 0051 丁香汤 6
 0052 丁香鸭 6
 0053 丁香梨 7
 0054 丁香糖 7
 0055 丁香露 7
 0056 丁香姜饮 7
 0057 丁香姜糖 7
 0058 丁香煮酒 7
 0059 丁香煮散 7
 0060 丁香根梨 7
 0061 丁香山楂酒 7
 0062 丁香生姜茶 7
 0063 丁香柿蒂汤 8
 0064 丁香姜汁牛奶
饮 8
 0065 七七丹 8
 0066 七巧汤 8
 0067 七生汤 8

- 0068 七生饮 8
 0069 七鲜汤 8
 0070 七仙炒面 8
 0071 七品蒸鸭 8
 0072 七子炒胎盘 8
 0073 七星剑花煲
猪肺 9
 0074 八仙茶 9
 0075 八仙酒① 9
 0076 八仙酒② 9
 0077 八仙酒③ 9
 0078 八仙膏 9
 0079 八仙糕① 9
 0080 八仙糕② 9
 0081 八仙糕③ 10
 0082 八仙糕④ 10
 0083 八汁汤 10
 0084 八味粥 10
 0085 八宝肉 10
 0086 八宝饭 10
 0087 八宝粥 10
 0088 八宝酱 11
 0089 八珍酒 11
 0090 八珍粉 11
 0091 八珍散 11
 0092 八珍膏 11
 0093 八珍糕 11
 0094 八神汤 11
 0095 八儿不汤 11
 0096 八仙玉液 12
 0097 八宝肉圆 12
 0098 八宝鸡汤 12
 0099 八珍炖肉 12
 0100 八仙长寿糕 12
 0101 八仙早朝糕 12
 0102 八宝什锦粥 13
 0103 八宝除湿粥 13

0104 八宝薯蕷糕	13	0148 人参蜂蜜饮	18	0185 三米粥	23
0105 人乳酒	13	0149 人参煨猪肚	18	0186 三豆汤①	23
0106 人乳粥	13	0150 人参梗米粥	19	0187 三豆汤②	23
0107 人乳膏	13	0151 人参燕窝汤	19	0188 三豆饮	23
0108 人参汤①	13	0152 人参鲷鱼汤	19	0189 三豆粥	23
0109 人参汤②	13	0153 人参鸡油汤圆	19	0190 三妙汤	23
0110 人参汤③	13	0154 人参炖马鬃蛇	19	0191 三宝粥	23
0111 人参茶①	14	0155 人参生苡梗米 粥	19	0192 三根煎	24
0112 人参茶②	14	0156 人参燕窝百合 汤	19	0193 三蛇酒①	24
0113 人参茶③	14	0157 人参当归炖猪 心	19	0194 三蛇酒②	24
0114 人参酒	14	0158 人参橘皮苏叶 核桃汤	19	0195 三鲜汤	24
0115 人参粥①	14	0159 九仙酒	19	0196 三鲜饮①	24
0116 人参粥②	14	0160 九月肉片	20	0197 三鲜饮②	24
0117 人参粥③	14	0161 九仙薯蕷煎	20	0198 三精丸	24
0118 人参粥④	14	0162 九层塔炖鸡	20	0199 三鞭汤	24
0119 人参粥⑤	14	0163 刀豆散	20	0200 三七鸡汤	25
0120 人参粥⑥	15	0164 刀豆粥	20	0201 三七蒸鸡	25
0121 人参粥⑦	15	0165 刀豆猪腰粥	20	0202 三合一粥	25
0122 人参粥⑧	15	0166 刀豆煲猪腰	20	0203 三杯子鸡	25
0123 人参煎	15	0167 入地金牛煲 鸡蛋	21	0204 三鲜火锅	25
0124 人参膏	15			0205 三七藕蛋羹	25
0125 人参汤圆	15			0206 三子麦冬膏	26
0126 人参鸡汤	15			0207 三丝炒葱白	26
0127 人参鸡粥	15			0208 三丝银鱼汤	26
0128 人参果散	15			0209 三豆甘草汤	26
0129 人参菠饺	16			0210 三色鱼片汤	26
0130 人参猪肚	16			0211 三花二子汤	26
0131 人参粥油	16			0212 三花减肥茶	27
0132 人面果饮	16			0213 三味地黄酒	27
0133 人参大枣粥	16			0214 三味羊肉汤①	27
0134 人参小米粥	16			0215 三味羊肉汤②	27
0135 人参乌鸡汤	16			0216 三宝猪肉汤	27
0136 人参乌梅汤	16			0217 三蛇搜风汤	27
0137 人参固本酒①	16			0218 三蛇煲芥菜	27
0138 人参固本酒②	17			0219 三鲜降压汤	27
0139 人参枸杞酒	17			0220 三核小茴香散	28
0140 人参茯苓酒	17			0221 三砂苍术猪肝 汤	28
0141 人参莲肉汤	17			0222 干呕方	28
0142 人参莲肉粥	17			0223 干枣丸	28
0143 人参猪肾粥	17			0224 干柿粥	28
0144 人参鹿肉汤	17			0225 干姜丸	28
0145 人参鹿尾汤	18			0226 干姜酒	28
0146 人参葡萄酒	18			0227 干姜粥①	28
0147 人参蛤蚧粥	18				

0228 干姜粥②	29	0272 大补丸	34	0316 大白萝卜汁	39
0229 干葛粥	29	0273 大枣方①	34	0317 大米冬笋粥	39
0230 干蒸鸭	29	0274 大枣方②	34	0318 大米荔枝粥	39
0231 干荔枝汤	29	0275 大枣汤	34	0319 大米荔枝粥	39
0232 干烧冬笋	29	0276 大枣粥①	34	0320 大米核桃粥	39
0233 干锅蒸肉	29	0277 大枣粥②	34	0321 大米榛仁粥	39
0234 干贝烩香菇	29	0278 大枣粥③	34	0322 大麦赤豆粥	39
0235 干贝瘦肉汤	29	0279 大枣粥④	34	0323 大麦姜汁汤	40
0236 干冬菜煲粥	30	0280 大枣粥⑤	34	0324 大麦笋子粉	40
0237 干白菜根汤	30	0281 大枣粥⑥	35	0325 大豆肥健方	40
0238 干柿去斑方	30	0282 大黄豆	35	0326 大豆蚕砂酒	40
0239 干荔枝肉汤	30	0283 大蒜方	35	0327 大补黄庭丸	40
0240 干姜车前饮	30	0284 大蒜汁	35	0328 大青黄豆汤	40
0241 干姜胡椒散	30	0285 大蒜饮	35	0329 大枣人参汤	40
0242 干姜梗米粥	30	0286 大蒜酒	35	0330 大枣木耳汤	40
0243 干煸鱿鱼丝	30	0287 大蒜鸭	35	0331 大枣木香汤	41
0244 干山药白糖粥	30	0288 大蒜粥①	35	0332 大枣花生粥	41
0245 干姜丝泡绿茶	30	0289 大蒜粥②	35	0333 大枣鸡蛋方	41
0246 干煸苦瓜青椒	31	0290 大山楂丸	36	0334 大枣炖鸡蛋	41
0247 土豆汁	31	0291 大米姜汤	36	0335 大枣黄芪粥	41
0248 土豆泥	31	0292 大麦片粥	36	0336 大枣糯米粥	41
0249 土豆粥	31	0293 大麦汤方	36	0337 大枣鳖甲汤	41
0250 土豆蜜膏	31	0294 大麦米粥①	36	0338 大金钱草粥	41
0251 土茯苓龟	31	0295 大麦米粥②	36	0339 大黄酒蜜糊	41
0252 土茯苓茶	31	0296 大麦米粥③	36	0340 大梨麻黄方	42
0253 土茯苓酒	31	0297 大麦芽方	36	0341 大葱生姜茶	42
0254 土茯苓粥	31	0298 大麦芽汤	36	0342 大葱糯米粥	42
0255 土茯苓煲龟	32	0299 大豆妙方	37	0343 大蒜生姜饮	42
0256 土茯苓猪肉汤	32	0300 大豆酒方①	37	0344 大蒜白及粥	42
0257 土茯苓猪肝汤	32	0301 大豆酒方②	37	0345 大蒜西瓜汁	42
0258 土茯苓猪骨汤	32	0302 大豆紫汤	37	0346 大蒜西瓜饮	42
0259 大力丸	32	0303 大补气方	37	0347 大蒜鸡子方	42
0260 大发茶	32	0304 大补阴丸	37	0348 大蒜炖生鱼	42
0261 大米汤	32	0305 大青叶汤	37	0349 大蒜炖羊肉	42
0262 大麦汤①	32	0306 大青叶茶	37	0350 大蒜炖猫肉	43
0263 大麦汤②	32	0307 大益智散	38	0351 大蒜煲羊肉	43
0264 大麦散	33	0308 大麻仁粥	38	0352 大蒜胡麻汁	43
0265 大麦粥①	33	0309 大葱海虾	38	0353 大蒜鸭蛋汤	43
0266 大麦粥②	33	0310 大蒜羊肉	38	0354 大蒜绿茶饮	43
0267 大麦粥③	33	0311 大蒜鸡汤	38	0355 大蒜浸米醋	43
0268 大豆方	33	0312 大蒜泡酒	38	0356 大蒜蒸西瓜	43
0269 大豆汤	33	0313 大蒜烧茄	38	0357 大蒜鲫鱼汤	43
0270 大豆散	33	0314 大蒜浸液	39	0358 大蒜糖溶液	43
0271 大卤肉	33	0315 大蒜甜茶	39	0359 大蒜糯米粥	43

0360 大(小)薏苡	0389 口含生大蒜法	0433 山茱萸粥②
溶饮	47	52
0361 大米胡萝卜粥	0390 山甲蛋	0434 山药汁饮
44	47	52
0362 大青公英糖茶	0391 山芋面	0435 山药肉圆
44	47	52
0363 大枣芹菜根汤	0392 山芋粥	0436 山药汤圆①
44	47	53
0364 大枣茴香草汤	0393 山竹饅	0437 山药汤圆②
44	47	53
0365 大枣黑木耳汤	0394 山梔粥	0438 山药米粥
44	47	53
0366 大葱白菜根饮	0395 山药托	0439 山药米糕
44	48	53
0367 大蒜头灰水方	0396 山药汤①	0440 山药枣泥
44	48	53
0368 大飞扬草豆	0397 山药汤②	0441 山药清汤
腐汤	48	53
44	0398 山药茶	0442 山药蒸饼
0369 大艾生姜煲	48	54
鸡蛋	0399 山药面①	0443 山萸肉汤
44	48	54
0370 大艾生姜煨	0400 山药面②	0444 山萸肉粥
鸡蛋	48	54
44	0401 山药胆	0445 山楂肉干
0371 大叶紫珠煮	48	54
鸡蛋	0402 山药酒①	0446 山楂软糖
45	48	54
0372 大叶紫珠煲	0403 山药酒②	0447 山楂炭饮
鸡蛋	48	55
45	0404 山药蛋	0448 山楂核桃
0373 大枣干姜甘	49	55
草散	0405 山药粥①	0449 山楂糖水
45	49	55
0374 大枣花生炖	0406 山药粥②	0450 山甲猪蹄汤
大蛎	49	55
45	0407 山药粥③	0451 山麦红糖饮
0375 大枣陈皮竹	49	55
叶饮	0408 山药粥④	0452 山药三七粥
45	49	55
0376 大枣党参挂	0409 山药粥⑤	0453 山药大枣粥
圆汤	49	55
45	0410 山药粥⑥	0454 山药半夏粥
0377 大枣黄芪浮	49	55
麦汤	0411 山药粥⑦	0455 山药奶肉羹
45	49	56
0378 大蒜白及煮	0412 山药粥⑧	0456 山药芝麻糊
鲤鱼	49	56
45	0413 山药粥⑨	0457 山药羊肉汤
0379 大蒜头红白	50	56
糖方	0414 山药粥⑩	0458 山药羊肉粥
46	50	56
0380 大葱醋糖支气管	0415 山药糕①	0459 山药羊肉羹
炎方	50	56
46	0416 山药糕②	0460 山药红枣粥
0381 大枣赤小豆小米泄	50	56
泻方	0417 山姜酒	0461 山药豆腐汤
46	50	57
0382 万年青饮①	0418 山栗粥	0462 山药花粉汤
46	50	57
0383 万年青饮②	0419 山楂汤①	0463 山药芡实粥
46	50	57
0384 万年青醋饮	0420 山楂汤②	0464 山药苧麻粥
46	50	57
0385 万寿菊糖水	0421 山楂汤③	0465 山药苡米粥
46	51	57
0386 万病无忧酒	0422 山楂冻	0466 山药杏仁粥
46	51	57
0387 上品酱蟹	0423 山楂酒	0467 山药固胎粥
47	51	57
0388 口嚼黑豆	0424 山楂散	0468 山药青黛粉
47	51	57
	0425 山楂粥①	0469 山药鱼片汤
	51	57
	0426 山楂粥②	0470 山药炖羊肚
	51	58
	0427 山楂粥③	0471 山药扁豆汤
	51	58
	0428 山楂膏	0472 山药扁豆粥①
	52	58
	0429 山楂糖	0473 山药扁豆粥②
	52	58
	0430 山芋拔刀	0474 山药扁豆糕
	52	58
	0431 山羊角粉	0475 山药桂圆粥
	52	58
	0432 山茱萸粥①	0476 山药莲子汤
	52	58

0477 山药莲子粥	59	0521 山药紫荆皮汤 ...	64	0546 山楂荷叶苡	
0478 山药莲肉糊	59	0522 山药紫荆枣汤 ...	64	米汤	67
0479 山药莲苡汤	59	0523 山楂毛冬青汤 ...	64	0547 山楂菊花银	
0480 山药栗子粥	59	0524 山楂果槟榔茶 ...	64	花粥	67
0481 山药莼肉粥	59	0525 山楂胡颓子汤 ...	64	0548 山稔子炖塘	
0482 山药黄连饮	59	0526 山楂萝卜籽散 ...	64	虱鱼	67
0483 山药蛋黄粥	59	0527 山甲当归		0549 山稔子煲塘	
0484 山药梗米粥	59	母鸡汤	64	虱鱼	67
0485 山药蔗汁糊	59	0528 山枝根煲猪		0550 山梔蛋肉鸡骨草	
0486 山药薏米粥	60	瘦肉	64	汤	67
0487 山莲葡萄粥	60	0529 山药三七藕		0551 山药天花粉消渴	
0488 山楂二花茶	60	节粥	64	方	67
0489 山楂山药饼	60	0530 山药内金山		0552 山药紫荆皮大枣	
0490 山楂木香茶	60	楂粥	65	汤	67
0491 山楂内金散	60	0531 山药玉竹		0553 山药三七桂圆姜炭	
0492 山楂白糖方	60	白鸽粥	65	粥	67
0493 山楂冰糖汤	60	0532 山药归参猪		0554 千里脯	67
0494 山楂冰糖煎	60	腰汤	65	0555 千张肉	68
0495 山楂导滞糕	60	0533 山药芡实薏		0556 千秋茶	68
0496 山楂红糖饮	61	米粥	65	0557 千年健酒	68
0497 山楂麦芽饮	61	0534 山药苡米棉		0558 千车蛇肉汤	68
0498 山楂麦芽茶	61	饼粥	65	0559 千金鲤鱼汤	68
0499 山楂鸡金糕	61	0535 山药青黛粥		0560 千金鲤鱼汤	68
0500 山楂建曲饮	61	砂粥	65	0561 千斤拔煲猪脚 ...	68
0501 山楂枸杞饮	61	0536 山药枸杞猪		0562 千斤拔狗脊煲猪	
0502 山楂荞麦饼	61	脑汤	65	尾	68
0503 山楂香附汁	61	0537 山药扁豆芡		0563 乞马粥	69
0504 山楂香橙露	62	实汤	65	0564 川贝梨	69
0505 山楂炭米粥	62	0538 山药桂圆炖		0565 川乌粥	69
0506 山楂桃仁煎	62	甲鱼	66	0566 川芎茶①	69
0507 山楂核桃茶	62	0539 山药莲子		0567 川芎茶②	69
0508 山楂荷叶饮	62	葡萄粥	66	0568 川芎酒	69
0509 山楂荷叶茶	62	0540 山药莲芡		0569 川椒茶	69
0510 山楂消脂饮	62	葡萄汤	66	0570 川贝肺片	69
0511 山楂益母茶	62	0541 山药黄连消		0571 川贝雪梨	70
0512 山楂益母膏	62	渴方	66	0572 川贝蒸梨	70
0513 山楂葵籽茶	63	0542 山楂内金桃		0573 川贝酿梨	70
0514 山楂雪梨羹	63	仁散	66	0574 川乌头粥	70
0515 山羊角钩藤汤 ...	63	0543 山楂肉桂		0575 川芎蜜汁	70
0516 山药车前子粥 ...	63	红糖汤	66	0576 川芎糖茶	70
0517 山药鸡子黄粥 ...	63	0544 山楂决明		0577 川贝冰糖粥	70
0518 山药鸡内金粥 ...	63	荷叶汤	66	0578 川贝杏仁饮	70
0519 山药鸡蛋黄粥 ...	63	0545 山楂扁豆		0579 川贝茶叶散	70
0520 山药茯苓包子 ...	63	韭菜汤	67	0580 川贝蜜糖汤	70

0581 川芎鱼头汤	70	0616 小麦粥②	74	0659 小儿家常食补	
0582 川芎胡桃茶	71	0617 小麦粥③	74	方②	79
0583 川芎黄芪粥	71	0618 小豆饮	74	0660 小儿家常食补	
0584 川芎煮鸡蛋①	71	0619 小蛤粥	75	方③	79
0585 川芎煮鸡蛋②	71	0620 小薊饮	75	0661 小儿家常食补	
0586 川芎蛤蚧汤	71	0621 小石榴煎	75	方④	79
0587 川芎煲鸡蛋	71	0622 小白菜汁	75	0662 小儿家常食补	
0588 川椒面拌粥	71	0623 小米面茶	75	方⑤	80
0589 川贝母冲鸡蛋	72	0624 小米锅巴	75	0663 小儿家常食补	
0590 川贝母炖蜜糖	72	0625 小麦曲粥	75	方⑥	80
0591 川贝母蜜糖汁	72	0626 小麦米粥	75	0664 小儿疳积食疗	
0592 川贝冰糖米汤	72	0627 小麦芽方	75	方①	80
0593 川贝炖瘦猪肉	72	0628 小豆叶羹	76	0665 小儿疳积食疗	
0594 川贝冰糖米		0629 小苦瓜汁	76	方②	80
汤饮	72	0630 小炒青螺	76	0666 小麦甘草大	
0595 川贝冰糖米		0631 小定风珠	76	枣汤	80
饮汤	72	0632 小茴香粥	76	0667 小麦百合生	
0596 川贝雪梨炖		0633 小黄芪酒	76	地汤	80
猪肺	72	0634 小笼汤包	76	0668 小麦黑豆夜	
0597 川贝雪梨煲		0635 小暴腌肉	77	交藤汤	80
猪肺	72	0636 小米人参粥	77	0669 马乞	80
0598 川芎白芷炖		0637 小米大枣粥	77	0670 马兰汤	80
鱼头	72	0638 小米山药粥	77	0671 马齿粥①	80
0599 川芎当归		0639 小米龙眼粥	77	0672 马齿粥②	81
穿山甲	72	0640 小米羊胎粥	77	0673 马乳方	81
0600 川芎薏米屈		0641 小米枣仁粥	77	0674 马勃糖	81
头鸡	73	0642 小米焦巴散	77	0675 马兰头汤	81
0601 川断杜仲煲		0643 小麦大枣茶	77	0676 马兰根汤	81
猪尾	73	0644 小麦山药汤	78	0677 马兰糖饮	81
0602 川芎白芷炖		0645 小麦煮昆布	78	0678 马齿苋茶	81
鱼头汤	73	0646 小麦稻根饮	78	0679 马齿苋粥	81
0603 久咳方	73	0647 小麦糯米粥	78	0680 马齿苋羹	81
0604 久咳上气方	73	0648 小豆冬瓜粥	78	0681 马齿菜方	81
0605 门冬粥①	73	0649 小茴枳壳散	78	0682 马齿菜粥	82
0606 门冬粥②	73	0650 小薊茅根汁	78	0683 马齿蛋羹	82
0607 女贞子酒	73	0651 小儿百日咳方	78	0684 马思哥油	82
0608 女贞皮酒	73	0652 小儿缩尿糖浆	78	0685 马铃薯汁	82
0609 叉烧包	73	0653 小白菜炖豆腐	79	0686 马蹄糖水	82
0610 小米粥①	74	0654 小肉丸豆腐汤	79	0687 马兰头菜粥	82
0611 小米粥②	74	0655 小米淮山药粥	79	0688 马兰莲子汤	82
0612 小米粥③	74	0656 小豆叶煮羊肺	79	0689 马苋蛋白羹	82
0613 小麦汤	74	0657 小黄米母鸡粥	79	0690 马苋鲜藕汁	82
0614 小麦饭	74	0658 小儿家常食补		0691 马齿苋煎汤	82
0615 小麦粥①	74	方①	79	0692 马思答吉汤	82

0693 马齿菜包子	83	0727 马蹄甘蔗胡萝卜 饮	86	0765 天冬红糖水	91
0694 马齿菜汁方	83			0766 天冬红糖饮	91
0695 马齿菜汁粥	83			0767 天冬枸杞粥	91
0696 马齿黄花汤	83			0768 天麦二冬膏	91
0697 马蹄羊蹄汤	83			0769 天麻什锦饭	91
0698 马蹄薤菜汤	83			0770 天麻炖猪脑	91
0699 马蹄糖水方	83			0771 天麻猪脑羹	91
0700 马兰仙鹤草汤 ...	83			0772 天麻煮豆腐	91
0701 马兰菜腹子汤 ...	83			0773 天然牡蛎汤	91
0702 马齿苋山楂粥 ...	83			0774 天竹子冰糖汤 ...	91
0703 马齿苋田螺粥 ...	84			0775 天花粉麦冬饮 ...	91
0704 马齿苋苋菜汤 ...	84			0776 天香炉煲猪 瘦肉	92
0705 马齿苋阿胶汤 ...	84			0777 天麻钩藤白 蜜饮	92
0706 马齿苋苦瓜粥 ...	84			0778 天麻石决明猪脑 汤	92
0707 马齿苋金针汤 ...	84			0779 开膈鱼	92
0708 马齿苋荠菜粥 ...	84			0780 开嚙饮	92
0709 马齿苋蛋白羹 ...	84			0781 开路先锋方	92
0710 马齿苋蛋清饮 ...	84			0782 木瓜汤①	92
0711 马齿苋绿豆汤 ...	84			0783 木瓜汤②	92
0712 马齿苋槟榔粥 ...	85			0784 木瓜汤③	92
0713 马齿苋薏米粥 ...	85			0785 木瓜汤④	93
0714 马齿苋藕汁饮 ...	85			0786 木瓜粥	93
0715 马蹄空心菜汤 ...	85			0787 木耳汤	93
0716 马鞭草蒸猪肝 ...	85			0788 木耳散	93
0717 马兰车前茵 陈汤	85			0789 木耳粥①	93
0718 马齿苋车前 草煎	85			0790 木耳粥②	93
0719 马齿苋炖猪 瘦肉	85			0791 木耳羹	93
0720 马齿苋扁豆 花饮	85			0792 木果粥	93
0721 马齿苋猪大 肠方	85			0793 木香酒	93
0722 马齿苋蒲公英 英汤	86			0794 木通散	93
0723 马齿苋拌葱 豉粥	86			0795 木通粥①	94
0724 马鞭草苍耳 草饮	86			0796 木通粥②	94
0725 马齿苋金针肝 蛋汤	86			0797 木耳甜汤	94
0726 马齿苋槟榔银 花汤	86			0798 木香饼子	94
				0799 木犀花汤	94
				0800 木槿花粥	94
				0801 木瓜米醋汤	94
				0802 木瓜烧带鱼	94
				0803 木瓜煲带鱼	94
				0804 木耳芝麻茶	94
				0805 木耳红枣汤	94

四 画

0806 木耳红枣茶 95	0843 五灵膏 98	0886 五加皮三 般酒 104
0807 木耳红枣羹 95	0844 五味粥 98	0887 五谷虫紫金 锭粥 104
0808 木耳红糖饮 95	0845 五品粥 99	0888 五味大枣人 参汤 104
0809 木耳豆腐汤 95	0846 五骨粥 99	0889 五味子泡鸡 蛋方 104
0810 木耳柿饼汤 95	0847 五美羹 99	0890 五味子红枣金橘 汤 104
0811 木耳扁豆散 95	0848 五神汤 99	0891 五味子红枣炖 冰糖 104
0812 木耳桃仁方 95	0849 五神茶 99	0892 五指毛桃根煲 猪脚 104
0813 木耳黄花汤 95	0850 五海丸 99	0893 五味子苏梗人参核 桃汤 104
0814 木耳猪肉汤 95	0851 五皮肉汤 99	0894 车仁酒 104
0815 木棉花糖水 95	0852 五汁蜜膏 99	0895 车前子饮 104
0816 木犀儿茶饼 95	0853 五加皮酒① 100	0896 车前子粥① 105
0817 木槿茶速溶饮 96	0854 五加皮酒② 100	0897 车前子粥② 105
0818 木瓜生姜米 醋方 96	0855 五加皮粥 100	0898 车前叶粥① 105
0819 木瓜生姜煲 米醋 96	0856 五加菜粥 100	0899 车前叶粥② 105
0820 木瓜挂心二 物饮 96	0857 五宝茶汤 100	0900 车前叶羹 105
0821 木耳大枣梗 米粥 96	0858 五味子汤 100	0901 车前米粉 105
0822 木香黄连炖 大肠 96	0859 五味子酒 100	0902 车前草饮 105
0823 木耳海参炖猪 肠方 96	0860 五味子散 100	0903 车前草茶 105
0824 木耳海参煲猪 大肠 96	0861 五味子膏 100	0904 车前草粥 105
0825 瓦楞子蒸鸡肝 96	0862 五香牛肉 101	0905 车前子叶粥 106
0826 王瓜酒 96	0863 五香奶茶 101	0906 车前子叶羹 106
0827 王不留行散 96	0864 五香狗肉 101	0907 车前发菜汤 106
0828 王浆蜂蜜饮 97	0865 五香野鸡 101	0908 车前草 萝卜汤 106
0829 王浆鲍鱼干 97	0866 五香黄豆 101	0909 车前竹叶甘 草汤 106
0830 王不留行冲剂 97	0867 五香槟榔 101	0910 车前草煲猪 小肚 106
0831 王瓜根肝鹊汤 97	0868 五莲扣金 102	0911 车前茵陈公 英汤 106
0832 五仁粥 97	0869 五元鸽肉汤 102	0912 车前银耳冰 糖汤 106
0833 五白糕 97	0870 五仁梗米粥 102	0913 车前赤豆玉米 须汤 107
0834 五汁汤 97	0871 五仙助肾丹 102	0914 太子鸡 107
0835 五汁饮① 97	0872 五汁安中饮 102	0915 太子参粥 107
0836 五汁饮② 98	0873 五卵孵子粥 102	
0837 五汁饮③ 98	0874 五味子鸡蛋 102	
0838 五汁液 98	0875 五味子炖蛋 102	
0839 五加酒 98	0876 五味子蛋茶 103	
0840 五耳粥 98	0877 五味子蜜精 103	
0841 五合茶 98	0878 五味天冬膏 103	
0842 五花茶 98	0879 五味降压汤 103	
	0880 五味枸杞饮 103	
	0881 五味枸杞茶 103	
	0882 五味藕汁饮 103	
	0883 五香山药鸡 103	
	0884 五香花生米 103	
	0885 五爪龙小 米粥 103	

0916 太史蹄羹	107	0956 公英地丁绿		0996 牛蒡根粥①	116
0917 太子羊肉羹	107	豆汤	112	0997 牛蒡根粥②	116
0918 犬肉粥	107	0957 公英茵陈红		0998 牛腿骨汤	117
0919 巨胜酒	107	枣汤	112	0999 牛膝叶粥	117
0920 止泻茶	107	0958 手抓羊肉	112	1000 牛膝叶羹	117
0921 止痢茶①	107	0959 毛鸡酒	112	1001 牛膝浸酒	117
0922 止痢茶②	108	0960 毛冬青炖猪		1002 牛髓膏子	117
0923 止鼻衄汤	108	脚	112	1003 牛奶大米饭	117
0924 止咳化痰方	108	0961 毛冬青煲		1004 牛奶子烧饼	117
0925 止咳姜糖饮	108	猪脚	112	1005 牛奶全麦粥	117
0926 止咳梨膏糖	108	0962 牛奶粥	113	1006 牛奶韭菜粥	117
0927 止消渴速		0963 牛肉干	113	1007 牛奶滋补粥	117
溶饮	108	0964 牛肉汤	113	1008 牛奶鸭鸭蛋	118
0928 中山还童酒	108	0965 牛肉脯	113	1009 牛肉大米粥	118
0929 内金丸	109	0966 牛肉粥①	113	1010 牛肉芋泥饼	118
0930 内金鱼	109	0967 牛肉粥②	113	1011 牛肉返本汤	118
0931 内金饼	109	0968 牛肉粥③	113	1012 牛肉南瓜汤	118
0932 内金粉粥	109	0969 牛肉羹	113	1013 牛肉胡椒方	118
0933 内金糖饼	109	0970 牛肚粥	113	1014 牛肉蚕豆汤	118
0934 内金鳊鱼	109	0971 牛肾粥	114	1015 牛(羊)肝	
0935 内金山甲蛋	109	0972 牛乳方	114	大枣汤	118
0936 内金元明散	109	0973 牛乳饮①	114	1016 牛肝杞子粥	119
0937 内金芡实方	109	0974 牛乳饮②	114	1017 牛肚大米粥	119
0938 内金赤豆粥	110	0975 牛乳粥	114	1018 牛肚补胃汤	119
0939 内金香附汤	110	0976 牛骨粥	114	1019 牛肚黄芪方	119
0940 内金煮黄鳝	110	0977 牛胎盘	114	1020 牛肚煮	
0941 内金薯叶汤	110	0978 牛脾粥	114	米粥①	119
0942 内府玫瑰		0979 牛蒡酒	114	1021 牛肚煮	
火饼	110	0980 牛蒡粥①	115	米粥②	119
0943 内金双芽牛		0981 牛蒡粥②	115	1022 牛乳煮石英	119
肚粥	110	0982 牛膝酒①	115	1023 牛乳蜜枣粥	120
0944 贝母粥	110	0983 牛膝酒②	115	1024 牛乳燕窝汤	120
0945 贝母秋梨	110	0984 牛腰粥	115	1025 牛胎盘末方	120
0946 贝母秋梨方	110	0985 牛蹄羹	115	1026 牛筋祛瘀汤	120
0947 日用仙酥丹	110	0986 牛髓丸	115	1027 牛蒡子糖粉	120
0948 什锦山药	111	0987 牛奶蜂蜜	116	1028 牛蒡饴饬方	120
0949 什锦海参	111	0988 牛百叶粥	116	1029 牛膝地黄汤	120
0950 化癥丹	111	0989 牛肉浓汁	116	1030 牛膝茎叶粥	120
0951 化癥止痛酒	111	0990 牛肉胶冻	116	1031 牛膝降压汤	121
0952 仓米汤	111	0991 牛乳红茶	116	1032 牛鞭枸杞汤	121
0953 公鸡苡蓉汤	111	0992 牛骨髓粥	116	1033 牛髓糯米	
0954 公英忍冬汤	112	0993 牛筋草茶	116	饭	121
0955 公英猪肉		0994 牛蒡子粥	116	1034 牛骨髓炒	
方	112	0995 牛蒡叶羹	116	米粉	121

1035 牛蒡子咸	1067 乌鸡酒②	1111 乌贼骨炖鸡
鱼汤	1068 乌鱼茶	1112 乌梅红糖水
1036 牛蒡地毡	1069 乌须酒	1113 乌梅红糖汤
酸汤	1070 乌梅汤①	1114 乌梅虎杖蜜
1037 牛蒡猪大	1071 乌梅汤②	1115 乌梅萝卜汤
肠汤	1072 乌梅饮	1116 乌梅煮白芷
1038 牛膝煮鹿	1073 乌梅茶	1117 乌梅罂粟散
蹄方	1074 乌梅粥①	1118 乌蛇羊藿汤
1039 牛奶南瓜长	1075 乌梅粥②	1119 乌粘子浸酒
寿粥	1076 乌梅粥③	1120 乌雌鸡肉粥
1040 牛乳补虚破	1077 乌梅酱	1121 乌发黑豆
气方	1078 乌梅膏	复方
1041 牛乳蜂蜜葱	1079 乌蛇汤	1122 乌豆炆老鼠
汁方	1080 乌蛇酒	干
1042 牛筋血藤骨	1081 乌麻酒	1123 乌龟肉煲
脂汤	1082 乌麻散	猪肚
1043 牛蒡莲藕炖	1083 乌发蜜膏	1124 乌雌鸡切
排骨	1084 乌鸡肝粥	面羹
1044 升炼玉露霜	1085 乌鸡脂粥	1125 乌豆圆肉大
方	1086 乌鸡膏粥①	枣汤
1045 升麻黄芪炖	1087 乌鸡膏粥②	1126 乌饭美容却
鸡肉	1088 乌鸡羹方	老方
1046 升麻芝麻炖	1089 乌鸡 雁方	1127 乌龟百合红
猪大肠	1090 乌驴头方	枣汤
1047 长寿粥①	1091 乌驴皮汤	1128 乌鸡乌贼当
1048 长寿粥②	1092 乌骨鸡汁	归汤
1049 长寿粥③	1093 乌贼骨方	1129 乌鸦瓜萎白
1050 长寿粥④	1094 乌贼骨粉	矾汤
1051 长寿粥⑤	1095 乌贼骨散	1130 乌梅麦冬冰
1052 长寿粥⑥	1096 乌梅鼓汤	糖汤
1053 长命包子	1097 乌梅蜜膏	1131 乌梅姜茶红
1054 长生不老丹	1098 乌雌鸡汤	糖饮
1055 反胃呕吐方	1099 乌雌鸡粥	1132 乌鸡虫草淮山药
1056 乌龙茶	1100 乌雌鸡羹	炖汤
1057 乌头粥	1101 乌豆牛肉汤	1133 匀气散
1058 乌发汤	1102 乌豆炆塘虱	1134 丹米汤
1059 乌发酒	1103 乌豆活血粥	1135 丹参饮
1060 乌发糖	1104 乌豆腐皮汤	1136 丹参酒①
1061 乌豆粥①	1105 乌龟头颈散	1137 丹参酒②
1062 乌豆粥②	1106 乌龟猪肚方	1138 丹参散
1063 乌龟散	1107 乌鸡炖黑豆	1139 丹参粥①
1064 乌鸡汤①	1108 乌鱼葛菜汤	1140 丹参粥②
1065 乌鸡汤②	1109 乌鸦天麻汤	1141 丹参膏
1066 乌鸡酒①	1110 乌骨母鸡方	1142 丹鸡索饼

1143 丹参糖茶	133	1176 火麻仁粥①	137	1214 巴戟二子酒	142
1144 丹参龙眼汤	133	1177 火麻仁粥②	137	1215 巴戟煲鸡肠	142
1145 丹参田鸡汤	133	1178 火麻仁粥③	137	1216 巴戟煎鸡肠	142
1146 丹参冰糖水	134	1179 火腿豆瓣	137	1217 巴戟炖猪大	
1147 丹参郁金蜜	134	1180 火腿冬瓜汤	138	肠	142
1148 丹参黄精茶	134	1181 火腿莼菜汤	138	1218 巴戟胡桃炖	
1149 丹雄鸡肉索		1182 火腿烧冬瓜	138	猪肘	142
饼	134	1183 火腿脚爪汤	138	1219 水芝汤	142
1150 丹皮生地鳖甲		1184 火腿脚爪羹	138	1220 水鸡腊	142
汤	134	1185 火腿焖毛豆	138	1221 水果泥	143
1151 月季花汤	134	1186 火炭母猪血		1222 水晶桃	143
1152 月季花酒	134	汤	139	1223 水蛭散	143
1153 风猪头	134	1187 火炭母猪红		1224 水牛皮方	143
1154 风栗健脾羹	135	汤	139	1225 水牛头方	143
1155 风猪小肠法	135	1188 火腿爪甲内		1226 水牛肉方	143
1156 风寒感冒方	135	金	139	1227 水牛肉羹	143
1157 风湿调补汤	135	1189 火腿烧冬苋		1228 水余肉圆	143
1158 风栗煲猪瘦		菜	139	1229 水绿豆糕	144
肉	135	1190 火腿冬菇小		1230 水菖蒲酒	144
1159 风栗壳煲糖		白菜	139	1231 水煮蚕豆	144
冬瓜	135	1191 心脾双补汤	139	1232 水煮野鸭	144
1160 风栗壳糖冬		1192 双汁饮	139	1233 水蒸蛋糕	144
瓜饮	135	1193 双耳汤	139	1234 水晶角儿	144
1161 风湿腰脚疼		1194 双耳羹	140	1235 水晶春卷	144
肿方	135	1195 双芽汤	140	1236 水晶核桃	144
1162 凤髓汤	135	1196 双花饮①	140	1237 水蓼酿酒	145
1163 凤爪防己汤	136	1197 双花饮②	140	1238 水牛角粉方	145
1164 凤衣冬蜜饮	136	1198 双花粥	140	1239 水龟羊肉汤	145
1165 凤尾草米泔		1199 双补膏	140	1240 水陆二味粥	145
汤	136	1200 双果汤	140		
1166 凤尾草海带		1201 双味醋	140		
汤	136	1202 双核饮	140		
1167 凤尾草根红		1203 双荷汤	141		
糖饮	136	1204 双仁冲剂	141		
1168 凤眼果煲猪		1205 双叶盐汤	141		
瘦肉	136	1206 双耳蘑菇	141		
1169 六神粥	136	1207 双楂叶汤	141		
1170 六味红枣粥	136	1208 双凤壮阳粥	141		
1171 六一散煮豆		1209 双参瘦肉汤	141		
腐浆	137	1210 双鞭壮阳汤	141		
1172 火肉	137	1211 双鞭壮阳酒	142		
1173 火腿粥	137	1212 双瓜皮花粉			
1174 火腿酱	137	方	142		
1175 火麻仁酒	137	1213 巴豆梨	142		

五 画

1241 扒山药	145
1242 扒猪蹄	145
1243 扒参芪猴头	
鸡	145
1244 艾叶汤	146
1245 艾叶蛋	146
1246 艾叶粥	146
1247 艾蒿酒	146
1248 艾叶鸡蛋	146
1249 艾叶姜茶	146
1250 艾叶酿酒	146
1251 艾叶糖茶	146
1252 艾煨白果	146