

醫院食譜

北平協和醫學院食物部主任
沙甫女士著

醫院食譜

中華醫學雜誌社刊行

序言

本書所述各種食譜北平協和醫院用之已久。其中各種食品。何者宜授，何者宜禁，俱曾加以試驗，不容或失。但有時因病者之情形不同，亦可略加去取。至於所列菜單，乃按各餐之狀況及各品含有之熱量而定，不過聊舉一例，其他以此類推可也。

其次本書所列諸食品，皆係北平易購之物。其他各地如有未便，自可隨意代以他品，不必株守一隅也。

再次本書各種食物之成分多係參考諸書而來。引用最多者如柔氏食品袖珍 *Mary*

Swartz 'Laboratory Handbook for Diet'。其次爲魯克氏食品之真價，*Locke* 'Food Value'。若關於各種中國食品則由協和醫院化學部自行分析。而齊魯大學阿道夫博士之幫助亦應附表謝意。糖尿病患者之飲食，因人因時而不同，勢難簡單列舉

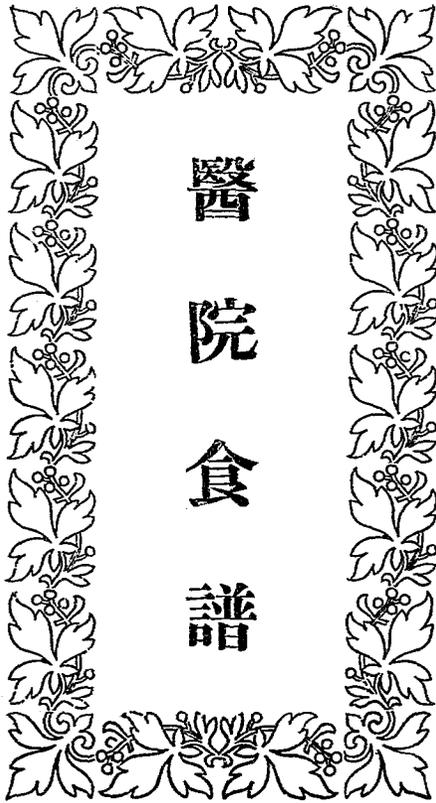
，故闕而不錄。

最後本書之編輯，多蒙大隈博士 Dr. F. R. Dieuaide 之指導。其中小兒之食品則由葛氏及左氏 Dr. Ruth Guy and Dr. Ernest Tso 助成。

赤痢患者之食品則由斯米來氏 Dr. Smyly 助成；斯潑盧病人 Sprue 之食品則由魏那氏 Dr. Willner 助成；均致十分之感忱於此。

沙甫女士序

胃潰瘍病人食品	五三
痛風病人中國食品	五五
痛風病人外國食品	五七
肥胖病人中國食品	五九
肥胖病人外國食品	六一
缺乏蛋白質及鹽質之中國食品	六三
缺乏蛋白質及鹽質之外國食品	六五
惡液性口瘡青痢疾病人食品	六七



醫
院
食
譜

醫院食譜

(一) 普通膳

中國流質食品 熱量約計九百卡羅利

此項食品由病室小廚房預備，每隔兩小時供給一次，三等病室自晨六點至晚八點止，頭二等病室自晨八點至晚八點止，夜間可另加點心一次，茲將准用之食品開列如下

- 肉湯
- 清湯
- 牛肉茶
- 牛奶
- 豆漿
- 柯柯茶
- 中國茶
- 蛋白水
- 山查汁
- 皇家果子露
- 藕粉

，頭二等病室除上列各品外，尚可另加下列各項食品

- 米湯
- 杏仁茶
- 茶湯
- 橘子汁
- 檸檬汁
- 葡萄汁
- 麥精牛奶
- 果汁雪花

中國流質食品分配之一例

鐘點	食	品	量	數	蛋白質 公分	脂肪 公分	含水分 公分	熱 卡羅利
上午六點	肉	湯	一	碗	無	無	無	無
上午八點	藕粉 牛白藕	奶糖粉	一二二	碗匙匙	無 七.二六	無 八.八	一〇九.七五	三四九.〇〇
上午十點	豆	漿	三一	匙碗	無 六.七五	無 二.二	一五.九八	六〇.五六
十二點	山查	汁	一	碗	無	無	此係概數 二五.	一〇〇. 此係概數
下午二點	米	湯	一	碗	無	無	六.	二四.
下午四點	柯柯茶 牛	糖奶	二二一	匙匙碗	無 七.二六	無 八.	三〇.	一五二. 三四〇.
下午六點	杏仁茶 杏	糖水茶	二	匙碗	無	無	一〇.二五	四〇.無 五四.六
下午八點	糖豆	漿	三一	匙碗	無 六.七五	無 二.二	一五.九八	六〇.五六
共計					三〇.〇二	二二.二	一四〇.九六	九〇八.七二

中國半流質食品

熱量約計一千五百卡
羅利

此項食品由病室小廚房預備，每隔兩小時供給一次，三等病房自晨六點至晚八點止，頭二等病房自晨八點至晚八點止，夜間可另加點心一次，

茲將准用之食品開列如下

- 肉茶
- 牛肉茶
- 清湯加米飯或掛麪或雞蛋或細粉
- 牛奶
- 豆漿
- 牛奶蛋
- 蒸雞蛋羹
- 奶子蛋糕(不加麪粉)
- 山查汁
- 肉湯凍子
- 米湯
- 稀飯或爛飯
- 藕粉
- 杏仁茶
- 茶湯
- 小米粥

柯柯茶
中國茶

頭二等病室除上列各品外，尚可另加下列各項食品

- 橘子汁
- 檸檬汁
- 果汁雪花
- 冰忌淋
- 肉湯凍子
- 薄荷汁
- 麥精牛奶

中國半流質食品分配之一例

鐘點	上午六點	上午八點	上午十點	午十二點	下午二點	下午四點	下午六點	下午八點	共計
食	肉掛雞	藕粉 牛奶藕	白豆	柯柯茶 柯白牛	山粥 飯或稀	白豆 湯加鷄	茶 小米粥 加白小	肉掛雞	
品	蛋麵湯	奶糖粉	糖漿	茶糖奶	汁飯	蛋糖漿	糖米	蛋麵湯	
量	二	二	三	二	一	三	二	二	
數	個兩碗	碗匙匙	匙碗	匙匙碗	碗碗	個匙碗	杯匙兩	個兩碗	
蛋	無	無	無	無	無	無	無	無	六三·七一
白	八·三	七·無	六·無	七·無	六·無	八·無	二·無	八·三	
公	〇·三	〇·無	七·五	二·無	〇·九	〇·四	七·六	〇·三	
分	四·六	四·無	二·六	二·八	八·無	七·五	六·四	三·六	
脂	六·三	八·八	二·二	八·八	無·〇	二·二	六·三	六·三	
肪	三·九	三·八	無	三·八	〇·八	無	無	三·九	
含	二·無	一·九	一·五	三·〇	二·七	一·五	二·〇	二·〇	
水	無	〇·七	〇·九	〇·〇	五·七	一·九	〇·九	無	
炭	無	九·七	九·五	〇·〇	七·七	九·八	二·九	無	
素	無	七·五	八·八	〇·〇	九·八	八·八	〇·八	無	
熱	八·九	三·九	四·五	三·八	七·五	六·四	四·〇	八·九	
卡	九·六	二·九	四·五	四·〇	七·五	四·五	〇·六	無	
羅	八·六	〇·九	〇·五	八·〇	七·五	〇·五	〇·二	無	
利	六·〇	〇·六	六·五	〇·二	〇·五	五·六	六·二	無	
量	六·〇	〇·六	六·五	〇·二	〇·五	五·六	六·二	無	

中國軟質食品 熱量約計二千卡羅利

此項食品除臨時點心外，均由大廚房照下列鐘點供給，

膳別 三等病房 頭二等病房

早膳 上午六點一刻 上午七點

午膳 上午十一點二十分 午十二點

晚膳 下午四點一刻 下午六點

臨時點心，以上午九點下午二點下午八點三次為限，三等病室所用者，掛麪或豆漿（間或以杏仁茶或藕粉代之），頭二等病室所用者，牛奶，柯柯茶，果子汁，冰忌淋，杏仁茶，藕粉等，

茲將准用之食品開列如下

雞蛋 蒸雞蛋羹，冲蛋花，炒雞蛋，帶壳半熟

羹，臥果，

湯類 牛羊雞肉熬湯均可，并可酌加穀類如米

，麥，掛麪，麪條等，或加豆類如油皮

，粉皮，乾粉絲，豆腐等，他如雞蛋及

蔬菜泥亦可加入，

豆類 豆漿，豆腐，粉皮，乾粉，

穀類 米，糯米，小米，黃米，玉米屑，小麥

皮，小粉，掛麪，麪條，麪皮兒，（片

兒）烤饅頭，

蔬菜 菜泥，

果類 須去絡，煮熟，

肉類 鷄絨，牛肉丁，魚，鷄肝，

雜類 棗泥，洋粉凍子，鬆蛋糕，

茲將三等病室每日用膳開列如下

早膳六點一刻 粥 鷄蛋或豆腐 肉湯煮掛麪或羹

麪條 烤饅首

點心上午九點 掛麪或豆漿

午餐上午十一點二十分 肉湯加菜泥 米粥或掛麪

或茶湯 鷄蛋或豆腐或魚或牛肉丁等 烤饅頭

或鬆蛋糕或煮熟水果

點心下午二點 掛麪或豆漿

晚餐下午四點一刻 粥 鷄蛋或魚或雞肉等 肉湯

加菜泥 烤饅頭或鬆蛋糕或麪條或掛麪等

點心下午八點 掛麪或豆漿

頭二等病室食品種類可增多，餘與三等相仿，

中國軟質食品分配之一例

	下午八點	下午四點	下午二點	上午十一點	上午九點	上午六點	鐘點
共計	掛肉 麵湯	烤魚粥 油或素 餛飩 頭泥湯油	杏仁茶 水白杏仁 糖粉	素豆腐肉粥 蘿卜 頭油腐泥湯	白豆 糖漿	掛肉素炒粥 雞餛飩 麵湯油蛋頭	食品量數
	一一 兩碗	二半半 個碗碗匙碗	三一 匙匙	二二二 個匙塊杯碗	一一 匙碗	一一二二 兩碗匙個個碗	蛋白質
	八九·八九	無 三·三六	無 無	八·八 二·四六八	無 六·七五	無 三·三六	脂
	四〇·六八	無 ·三九	無 無	一〇三 ·一四	無 二·二	無 三·九	含水分
	三二九·四七	二〇·七	無 無	五二 無·四四	一五·九八	二〇·七	熱
	二〇四〇·一六	九·九 無·六	無 無	二四九 六·六 二〇·五 八	一〇·八 六·五 四·五六	九·九 四·八 五·八 二·八	卡羅利量

醫院食譜 普通膳

中國輕鬆食品

熱量約計二千四百卡羅

此項食品除臨時點心外，均由大廚房照下列鐘點供給，

膳別

三等病房

頭二等病房

早膳

上午六點一刻

上午七點

午膳

上午十一點二十分

午十二點

晚膳

下午四點一刻

下午六點

臨時點心，以上午九點下午二點下午八點三次為限，三等病室所用者，掛麪或豆漿（間或以杏仁茶或藕粉代之），頭二等病房所用者，牛奶，柯柯茶，果子汁，冰忌淋，杏仁茶，藕粉等，

茲將准用之食品開列如下

雞蛋 隨意烹調

肉湯 可酌加蔬菜，穀類，豆類，雞蛋等，不加者聽，

豆類 豆腐，豆腐乾，粉皮，油皮，乾粉等，

肉類 牛肉，羊肉，魚，蝦，鷄，肝，

蔬菜 宜用無刺激性者，並須煮熟，

果類 除橘子柚子可以生食外，其餘均須煮熟，

穀類 各種飯食，

饅頭及鬆蛋糕，

茲將禁用之食品開列如下

豬肉

煎炸食品

生冷或有刺激性之蔬菜

茲將三等病室每日用膳開列如下

早膳六點一刻 粥 饅頭 雞蛋二個或豆腐 肉湯

煮掛麪或麪條等

點心上午九點 掛麪或豆漿

午膳上午十一點二十分 爛飯或稀飯 肉湯加蔬菜

肉或魚或鷄或豆腐或雞蛋加蔬菜 饅頭

點心下午二點 掛麪或豆漿

晚膳下午四點一刻 爛飯或稀飯 肉湯加蔬菜 肉

或魚或鷄或豆腐或雞蛋加蔬菜 饅頭

點心晚八點 掛麪或豆漿

中國輕鬆食品分配之一例

鐘點	食品	量	數	蛋白質	脂肪	含水分	熱卡
上午九點	白豆糖漿	三	碗	六.七五	無	一.五九	一三九
一上午六點	掛肉、葷油、炒雞素、饅頭	二、三、一	碗、匙、個	三.三六、八.〇三、二.三	無、五.六一、無	二.〇七、無、無	六〇.四、九四.八、三〇.八
午十二點	饅頭、猪肉、牛肉、葫蘆、菜、油、丁、卜、飯	三、二、四、二、半	個、匙、兩、兩、杯	一.二、一.二、一.一、一.七、二.八	一.〇、四.一、一.七、四.二	七.八、無、三.三、三.六	三.六、九.〇、二.九、三.二、六.六、八.六
下午二點	杏仁茶、水、白、杏仁、糖粉	一	匙	無	無	一.五二	六五〇.六
下午四點	白素、豆、菠、肉、粥、油、或、葷、菜	一、一、半	碗、匙、杯	無、無、無	無、無、無	無、無、二.四	一〇.八
下午八點	掛肉、麵、湯、頭、菜、油、腐、湯	三	碗	一.二、三.二、八.四	無、一.一五、三.二	七.八、無、無	三.六、三.五、四.五、六.五、一.六
共計				九四.二九	三九.四九	四二.二三	二四一.三六

中國充實食品 熱量約計二千卡羅利

此項食品除臨時點心外，均由大廚房照下列鐘點供給，

膳別

三等病室

早膳

上午六點一刻

午膳

上午十一點二十分

晚膳

下午四點一刻

頭二等病室

上午七點

午十二點

下午六點

臨時點心，以上午九點下午二點下午八點三次為限，三等病室所用者，掛麪或豆漿（間或以杏仁茶或藕粉代之），頭二等室所用者，牛奶，柯柯茶，果子汁，冰忌淋，杏仁茶，藕粉等，

茲將准用之食品開列如下

凡可用此充實食品之病人，飲食無禁忌，惟油葷及煎炸之物，以少進為宜，

茲將三等病室每日用膳開列如下

早餐六點一刻

粥

饅頭

葷油炒蔬菜或蔬菜熬湯

葷油炒蔬菜每星期以雞蛋或豆腐更換一次

點心上午九點

掛麪或豆漿
午餐上午十一點二十分

蒸飯或稀飯

饅頭

肉湯加蔬菜

肉一盤加山芋或羅卜或乾粉或粉皮

帶葉蔬菜一件用葷油烹調或略加肉類及豆腐等

亦可

點心下午二點

掛麪或豆漿

晚膳下午四點一刻

乾飯或稀飯

饅頭

肉湯加蔬菜

蔬菜加肉少許

蔬菜加雞蛋或豆腐

點心下午八點

掛麪或豆漿

頭二等病室仿此，惟食品種類增多耳，

中國充實食品分配之一例

供食鐘點	食品類別	量	勺	蛋白質(公分)	脂肪(公分)	含水炭素(公分)	熱量(卡羅利)
上午六點一刻	白飯、豬頭菜、豬油、豬菜、豬油、豬菜	二、二、二	茶、茶、茶	一、八、三 無、無、二 六、六、二 無、無、二	無、無、無	五、二、四 無、無、二 五、五、五	二、一、一 二、四、八 四、四、五 四、五、五
上午九點	白飯、白湯、白菜、白粉、白頭、白湯、白飯	二、二、二	羹、茶、茶	二、一、一 無、無、二 六、七、五 無、無、二	無、無、無	一、五、九 無、無、九 五、六、五	一、三、九 六、四、五 四、五、五
上午十一點	白飯、白湯、白菜、白粉、白頭、白湯、白飯	二、二、二	羹、茶、茶	一、二、一 無、無、二 八、七、八 無、無、二	五、五、四 二、〇、七 二、三、四	二、四、五 無、無、三 二、四、五	二、四、一 四、九、三 四、九、三 四、五、四
下午二點	杏仁茶、水、白、杏仁、糖粉	二	羹	無、無、無	無、無、無	一、五、二 無、無、二 五、二、五	六、四、六 四、五、四
下午四點一刻	粥、羹、菜、湯、菜、油、菜、油、菜、油	二、一、半	茶、茶	一、八、三 無、無、二 二、八、二 無、無、二	無、無、無	五、二、四 無、無、二 二、二、八	二、四、八 一、一、八 一、一、八 一、一、八
下午八點	掛肉、麵湯	二	茶	七、二、五 三、六	四、一、五 三、九	三、四、三 二、〇、七	二、〇、四 一、一、七
共計							

醫院食譜 普通膳

中國高熱量半流質食品

熱量約二千五百卡羅利

此項食品均歸病室小廚房預備，每隔兩小時供給一次，三等病室自晨六點至晚八點止，頭二等病室自晨八點至晚八點止，夜間可另加點心一次，

原則

- 一 供以高熱量之半流質食品，
 - 二 以少食多頓為標準，
 - 適應症
 - 傷寒
 - 虛疲
 - 痢疾(第二種)
- 茲將准用之食品開列如下
- 肉湯加掛麪或雞蛋或米
 - 牛肉茶
 - 牛奶
 - 豆漿
 - 柯柯茶
 - 冰忌淋
 - 牛奶蛋
 - 雞蛋羹
 - 果子汁

米湯
爛飯或稀飯
藕粉
茶湯
杏仁茶
茶，粥，或果子汁其中均可略加奶糖

例一之配分品食質流半量熱高國中

	下午八點	下午六點	下午四點	下午二點	午十二點	上午十點	上午八點	上午六點	供食鐘點
共計	粥 掛肉 雞	紅 小 米 稀 飯 子	茶 加 糖 料 冰 忌 淋 香 白 雞 牛	肉 豆 湯 加 雞	粥 柯 茶 柯 白 牛 柯	小 米 稀 飯 子 糖 小	蒸 藕 粉 牛 白 藕	粥 掛肉 雞	食 品 類 別
	蛋 麵 湯	汁 米	糖 料 糖 蛋 奶	糖 漿 蛋	茶 糖 奶	糖 汁 米	蛋 奶 糖 粉	蛋 麵 湯	量
	碗 個 兩	碗 匙 兩	兩 匙 匙 個 七	兩 碗 個	碗 匙 匙 碗	兩 碗 匙 兩	個 碗 匙 匙	碗 個 兩 碗	數
	八 七 二 九	三 八 三 無 〇 三 六	無 無 無 四 六 〇 六 二	無 六 八 七 五 四	三 二 無 七 二 六	無 無 無 二 七 六	八 七 無 無 〇 二 六	三 八 三 無 〇 三 六	蛋 白 質 (公 分)
	六 〇 一 三	無 六 三 三 九	無 無 無 三 八 一 五	無 二 六 二 三	無 二 無 八 八	無 無 無 六	六 八 無 無 三 八	無 六 三 三 九	脂 肪 (公 分)
	四 〇 六 〇 九	二 四 無 無 七	三 無 無 一 五 無 〇	三 〇 一 無 九 八	二 四 三 〇 一	三 〇 五 〇 二 九 八	無 一 五 九 七 五	二 四 無 無 七	含 水 炭 (公 分)
	二 五 〇 五 一 六	〇 八 八 九 無 〇 〇 六 二	無 六 四 三 八 〇 四 八	二 五 八 五 六 八	〇 三 四 五 八 八 〇 二	二 〇 四 〇 〇 六 二	八 五 六 三 九 八 二 〇 九	〇 八 九 無 八 八 九 六	熱 量 (卡 羅 利)

中國高熱量軟質食品 熱量約計二千五百卡羅利

此項食品由特別廚房備辦，每隔兩小時供給一次，三等病室自晨六點至晚八點止，頭二等病室自晨八點至晚十點止，夜間可另加點心一次，

原則

- 一 供以高熱量之軟質食品，
- 二 以少食多餐為標準，

適應證

- 一 傷寒
- 二 重症癆病
- 三 虛瘦

四 痢疾(第四種)

茲將准用之食品開列如下

- 牛奶 豆漿，柯柯茶，冰忌淋
- 雞蛋 做臥果，蒸雞蛋羹，烤雞蛋羹，軟炒雞蛋，製牛奶蛋或煮半熟均可
- 肉湯 肉湯煮嫩雞蛋，掛麪，麪皮，飯，麪條，細粉，油皮，豆腐等均可
- 肉類 魚，雞絲，牛肉細丁，均可用
- 粥類 如小米粥，稀飯，杏仁茶，藕粉，茶湯，麥屑粥，玉米屑粥等

- 果汁 橘子露，檸檬露，山查露
- 果子 蘋果泥，黑李子泥，棗泥
- 豆類 豆腐，油皮，粉皮，乾粉，豆漿
- 蛋糕 甜餅干，蘇打餅干，烤饅頭

中國高熱量輕鬆食品 熱量約計三千五百卡羅利

此項食品由大廚房備辦，每日供給三次，即上午六點一刻十一點二十分及下午四點一刻，此外點心另由特別廚房供給，亦分三次，即上午八點下午二點及晚間八點，特別廚房備辦之點心內，含熱量一千卡羅利，

原則 供以高熱量之輕鬆食品

適應症

一 瘳病

二 傷寒初愈

三 營養不足

茲將准用之食品開列如下

雞蛋 隨意烹調

肉湯 可酌加蔬菜，穀類，豆類或雞蛋，不加者聽

豆類 豆腐，豆腐干，粉皮，乾粉絲等

肉類 牛肉，羊肉，雞肉，魚，蝦，肝

蔬菜 無刺激性及經煮熟者均可

果類 除橘子柚子可生食外其餘均須煮熟

穀類 各種穀類之爛飯或稀粥均可

饅頭 鬆蛋糕，蘇打餅干

例一之配分品食鬆輕量熱高國中

醫院食譜 普通膳

鐘點	上午六點一	上午八點	上午十一點	下午二點	下午四點	下午八點	共計
食品類別	掛肉、葷炒、饅頭、粥	掛肉、葷炒、油、素	燕窩、牛、湯、肉、菜、飯	山、小、米、粥、蛋、白	粥、肉、湯、菜、油、素	肉、麵、油、饅、或、素	共計
量	二、三	二、二、二、三	三、一、四、二、半	二	半	二	二
數	碗、匙、個、碗	兩、碗、匙、個、碗	個、匙、兩、兩、杯、碗	碗、匙、兩	碗、匙、兩	碗、個、匙、兩、碗	碗、個、匙、兩、碗
蛋白質	三、八、二、三	三、無、無、八、〇、三、四	一、二、二、二、二、一、三、七、六、八	無、無、五、二	無、無、八、一、無、三	無、八、無、三、無	二、九、五、九
脂肪	無、五、六、三、一、五	無、〇、三、九	一、四、二、四、一、五	無、無、四、二、八	無、無、五、三、無、無	無、五、〇、三	六、八、八、六
含水分	七、八、四	二、〇、無、無、無	七、八、無、三、三、一、三、九	二、二、六、〇、三、九、八	二、二、無、一、二、無、四	一、五、二、無、二、二、無	五、九、九、四、四
熱卡	三、一、〇、六、八、三	九、九、四、八、六	三、六、四、二、九、六、三、九	〇、五、四、〇、六、八	〇、四、六、六、八	二、四、四、〇、五、〇、一	三、五、二、六、四、六

嬰兒食品第一類 熱量九百卡羅利

此類食品專供七個月至十個月普通嬰兒之用，蓋七個月以上之嬰兒，始可於奶乳之外，酌加他種食品也，茲舉例如下，

早六點 牛奶 二百二十立方公分

早十點 飯湯 一百五十公分

菠菜泥 十五公分

白菜泥 二十五公分

烤饅頭 五公分

牛奶 一百二十立方公分

雞蛋 半個

饅頭 五公分

牛奶 二百二十公分

飯湯 一百五十立方公分

菠菜泥 十五公分

白菜泥 二十五公分

牛奶 一百二十立方公分

牛奶 二百二十立方公分

下午八點 牛奶 二百二十立方公分

如有必要，得另加橘子汁或西紅柿子（即番茄），每日約十五至三十立方公分，但除以上指定之食品外，非有特別命令，不得隨意加增，

第一類內所列各項嬰兒食品之滋養成分

食品類別	公	蛋	脂	含	熱
分	白	肪	水	卡	羅
分	質	公	炭	羅	量
分	公	分	素	利	量
分	分	分	公	量	量
牛奶	九〇	二九	三六	四五	六一
雞蛋	〇〇	六七	一〇	無	二二
菠菜	三〇	五八	〇六	一〇	四九
白粥	一五	六六	〇〇	〇一	二七
菜湯	五〇	六六	〇〇	〇一	四八
米飯	三一	六四	二二	〇六	一八
共計	三〇〇	三〇〇	三〇〇	三〇〇	三〇〇
所含熱量百分率	三九	三九	三九	三九	三九

菜泥烹調法

嬰兒所食之菜泥，不論菠菜白菜，其重量約照表內指定之數為準，不得隨意增減，法先將菜蔬切細後，入鍋內，加水少許煮之，歷十五分鐘後，取出揉碎過籬，去其筋絡，取其泥，加鹽少許，可以供食，

以烤饅頭喂養嬰兒，不可浸濕，應令乾食之，俾便練習咀嚼耳，

飯湯製法如下

蒸飯 二百立方公分

開水 一百立方公分
煮沸，歷二十分鐘後，如水不敷，酌加少許，可以供食，

嬰兒食品第三類 熱量一千一百卡羅利
 此類食品，係在嬰兒食品第二類與軟質食品之間，參酌損益，折衷配合，但以嬰兒食品第二類所列之

第三類所列各項嬰兒食品之滋養成分

牛奶一項，改爲豆漿，
 冬令每日可加食魚肝油十五至三十公分，
 如有必要，可另加橘子汁或西紅柿子（即番茄）汁，
 每日約十五至三十公分，

鐘點	食品類別	公	分	蛋白質(公分)	脂肪(公分)	含水炭素(公分)	熱量(卡羅利)
上午六點	豆烤 白豆	二〇	五〇	六	一	一	六〇
上午十點	燕菜湯 白豆 蛋饅頭 燕菜飯	二〇	三〇	六	三	一	六〇
下午二點	肉掛 白豆 饅頭	二〇	三〇	六	三	一	六〇
下午六點	燕菜湯 白豆 糖漿	二〇	五〇	六	一	一	六〇
共計		五〇	四二	一三	四七	一九四	二〇四
		五	〇	一	一	七	九

外國流質食品 熱量約計九百卡羅利

此項食品由病室小廚房預備，每隔二小時供給一次，自早八點至晚八點止，夜間可另添點心一次，茲將准用食品開列如下

- 肉湯
- 清肉湯
- 牛肉茶
- 牛奶
- 牛奶加麥精
- 牛奶加百弗頓
- 去脂酸牛奶
- 果子汁
- 橘子汁
- 檸檬汁
- 葡萄汁
- 山查汁
- 蛋白水
- 粥類
- 油麥屑粥
- 洋苡仁米湯
- 白米湯

米湯牛奶
洋藕粉

茶

咖啡

柯柯

凍子類

果子雪花

肉湯凍子

皇家果子露

外國流質食品分配之一例

供食鐘點	食品類別	量數	蛋白質	脂肪	含水分	炭素	熱卡羅利量
上午八點	洋藕粉粥 白洋藕粉	一杯八分之七 茶匙	六.六	八.	一〇.九	一三.八	四〇.九
上午十點	白葡萄 糖汁	一杯八分之五 茶匙	無	無	一〇.八	一五.五	四〇.〇
上午十二點	肉湯	一杯	無	無	無	無	無
下午二點	果子汁凍子 水白膠 糖粉	一杯四分之三 茶匙 一杯三分之一 茶匙 一杯三分之一 茶匙	無	無	一.〇	四.〇	一.〇
下午四點	柯柯茶 白牛奶	一杯八分之七 茶匙 二茶匙	六.六 五.二	八.	二.〇	三.八	三.八
下午六點	白糖 糖汁	二杯八分之三 茶匙	無	無	〇.八	四.三	四.三
下午八點	牛奶	一杯八分之七	六.六	八.	一.〇	一三.八	一三.八
共計			二四.〇六	二六.	一四七.八二	九二〇.二五	

外國半流質食品

熱量約計一千五百卡
羅利

此項食品由病室小廚房備辦，每隔二小時供給一次，自早八點至晚八點止，夜間可另添點心一次，茲將准用之食品開列如下

- 肉湯
- 牛奶茶
- 清肉湯
- 加西穀米
- 洋根粉
- 或白米
- 牛奶
- 牛奶加麥精
- 牛奶加百弗頓
- 去脂酸牛奶
- 牛奶蛋
- 烤雞蛋羹
- 牛乳酪
- 果子露
- 加橘子露
- 檸檬汁
- 葡萄汁等

粥類

如油麥屑粥

麥屑粥

藕粉

米湯牛奶

茶

咖啡

柯柯

查叩力

凍子類

如肉凍果子汁凍子

冰忌淋

果子雪花

外國軟質食品 熱量約計二千卡羅利

此項食品，除臨時點心外，均由洋廚房照下列鐘點供給，

上午七點四十五分

早膳

上午十一點四十五分

午膳

下午五點四十五分

晚膳

臨時點心，以上午十點下午四點下午八點三次為限，所用者牛奶，柯柯，牛奶蛋，果子汁，冰忌淋，肉湯，烤鷄蛋羹，果子汁凍子等，

茲將准用之食品開列如下

半流質食品外，加下列各品，

鷄蛋 去殼煮，帶殼煮，或半熟或全熟，炒烤均可

湯類 肉湯內加通心麪，白米，麪條，掛麪，蔬菜等均可

牛奶湯

肉類 細切鷄丁，牛肉末，魚，蛤蜊，鷄肝，牛胰

洋山芋豆 烤山芋，羹山芋，山芋泥，山芋米，烤山芋豆片

菜泥

水果 均須去給煮熟惟橘子柚子可生食
點心 牛奶布丁，冰忌淋，羹熟水果，軟鬆糕點，(不帶油膩者) 烤鷄蛋羹，牛奶酪，各種凍子

穀類 一切穀類均須煮爛，其已經製就之穀類食品如洋玉米片，麥絲捲，炒米，均可隨意進食，惟患喉症者嚥下困難，不宜用此食品，堅硬之物每易刺激喉頭切宜忌之

肉類

茲將忌用之食品開列如下

肉類 (牛肉末不在此例)

煎炸食物

蔬菜 未製成菜泥者

拌生菜

油膩糕餅 點心等均不相宜

例一之配分食品質軟國外

醫院食譜 普通膳

供食鐘響	上午七點四十五分	上午十點	上午十一點四十五分	下午四點	下午五點四十分	下午八點
食品類別	麵包 牛奶蛋片 麥片 白果 中果 白果 蘋果	酥打餅干(小塊) 肉湯	清肉 洋蔥 葫蘆 黃麵 烤鬆蛋羹	冰忌淋或 牛奶蛋 牛奶 法白 拉糖 牛奶	牛奶湯 牛奶 黃打餅干 或麵包 魚片 洋菜 山芋 梨	水 白 糖 汁
量	二 二 二 二	二 二 二 二	二 二 二 二	少 一 一 一	半 半 半 半 半	二 二 二
遊	茶 茶 茶	茶 茶 茶	茶 茶 茶	羹 羹 羹	茶 茶 茶	無 無 無
蛋白質(公分)	二 八 四 三 無 四	無 九 八	無 四 四 二 一 二 二 五 八	無 四 六 〇 六 二	二 四 二 九 五	無 無 無
脂肪(公分)	四 六 六 無 五	無 九 一	無 三 六 四 一 二 三 五 五 六 七 八	無 三 八 一 五	二 六 二 二	無 無 無
含水炭素(公分)	一 五 七 三 〇 四	無 七 三 一	無 七 五 九 八 無 無	無 五 〇	一 八 七 四 五	無 〇 〇 九 二 八 無 無 一 五 一 無 一 八 七 四 五
熱量(卡羅利)	三 七 八 八 三 〇 一 四 六 三	四 無 四	四 四 三 七 八 八 五 三 四 五 四	六 四 三 八	一 八 〇 九 三 三 五	無 四 四 三 三 八

外國輕鬆食品

內含熱量約二千四百卡
羅利

此項食品，除臨時點心外，均由洋廚房備辦，按照下列鐘點供給，

上午七點四十五分

早膳

上午十一點四十五分

午膳

下午五點四十五分

晚膳

臨時點心，以上午十點下午四點下午八點三次為限，所用者，牛奶，柯柯，牛奶蛋，果子汁，冰忌淋，肉湯，烤雞蛋羹，果子汁凍子

茲將准用之食品開列如下

雞蛋 烹飪之法隨便惟忌油炸

肉湯 肉湯內可酌加蔬菜，穀類或奶湯等

肉類 子雞，牛腩，牛肉末，小羊肉，蛤蠣

洋山芋豆 煑山芋，烤山芋，烤山芋豆片，山芋米，山芋泥

蔬菜 不易消化之蔬菜如洋白菜，玉米，葱等

切宜禁忌，餘均可用

水果 (除橘子柚子可生食外)其餘均須煮熟
點心 牛奶布丁，果子汁凍子，冰忌淋，煑熟

水果，輕鬆糕點，烤雞蛋羹，牛奶酪，各種凍子

穀類 均可食

茲將禁忌之食品開列如下

煎炸之食品

油膩糕餅等

肉類但小羊肉及牛肉末忌

粗質及有刺激性之水果及蔬菜

例一之配分食品鬆輕國外

醫院食譜 普通膳

供食鐘點	上午七點四十分	上午十點	上午十一點四十五分	下午四點	下午五點四十分	下午八點
食品類別	蘋果泥中西大蘋果	麥片牛奶蛋片	烤雞麵黃芹橄欖油(雞蛋乳劑)	牛奶忌淋或白鷄牛奶糖	魚洋山芋麵黃洋山芋粉油泥	水白橘梨糖汁
量	二	三	二	一	二	二
蛋白質(公分)	四	三	二	二	二	無
脂肪(公分)	無	二	八	八	六	無
含水炭素(公分)	四	三	二	二	二	無
量(卡羅利)	六	一	一	一	一	無

外國充實食品 熱量二千卡羅利

此項食品，除臨時點心外，均由洋廚房備辦，按照下列鐘點供給，

早膳 上午七點四十五分
午膳 上午十一點四十五分
晚膳 下午五點四十五分

臨時點心

上午十點
下午四點
下午八點

以三次為限，所用者如下

- 牛奶
- 柯柯
- 牛奶蛋
- 果子汁
- 肉湯
- 烤鷄蛋羹
- 果子汁凍子

茲將准用之食品開列如下

凡可用此充實食品之病人，飲食無禁忌，惟豬肉，煎炸食品，油膩糕餅，不宜進食，不易消化之蔬菜

，如玉米，黃瓜，洋白菜等，以少用為宜，

例一之配分品食實充國外

醫院食譜 普通膳

供食鐘點	上午七點四十五分	上午十點	上午十一點四十五分	下午四點	下午五點四十五分	下午八點
食品類	麵包	酥打餅	牛奶蛋糕 煎餅 牛奶蛋糕 煎餅	牛奶蛋糕 煎餅 牛奶蛋糕 煎餅	魚山芋 雞油 鵝蛋 雞油	白梨 糖水
別量	二	二	二	二	二	二
數	茶	茶	茶	茶	茶	茶
蛋白質(公分)	二.八 一.七	四.三 三.四	無	無	無	無
脂肪(公分)	八.五 三.六	六.六 二.七	無	無	無	無
含水炭素(公分)	一.五 七.九	二.三 三.〇	無	無	無	無
熱(卡羅利)	七.七 八.〇	一.四 三.〇	無	無	無	無

外國高熱量半流質食品

熱量約二千五百卡羅利

此項食品，均由病室小廚房備辦，自晨八點起至晚八點止，每隔二小時供給一次，夜間可另加點心一次，

原則

- 一 供以高熱量之半流質食品；
- 二 以少食多餐為標準
- 適應症
- 一 傷寒
- 二 虛瘦
- 三 痢疾(第二種)

茲將准用之食品開列如下

肉湯 湯內可加白米飯，西穀，洋根粉，或掛

麪

牛肉茶

牛奶 或牛奶加麥精，或牛奶加百弗頓，或去

脂酸牛奶

牛奶蛋

奶油

烤雞蛋羹

牛奶酪

果子汁

粥類 油麥屑，麥屑，藕粉，米湯牛奶

奶糖

茶

咖啡

柯柯

查明力

肉湯凍子或果子汁凍子

冰忌淋及果子汁雪花

外國高熱量半流質食品分配之一例

供食鐘點	食 品 類 別	量	數	蛋白質(公分)	脂肪(公分)	含水炭素(公分)	熱 量(卡羅利)
上午六點	如病人醒可飲以熱肉湯						
上午八點	牛奶 麥屑加牛奶 牛奶糖 牛奶子	一杯八分之七 二茶匙 二茶匙 二茶匙	兩 兩 兩 兩	三.六 無 無 無	八.二 無 無 無	三.三 三.〇 三.〇 三.〇	〇.八 四.五 四.三 四.〇
上午十點	牛奶蛋 牛奶香 牛奶白 牛奶雞	一杯八分之七 二茶匙 二茶匙 二茶匙	兩 兩 兩 兩	四.六 〇.六 〇.二 無	三.八 一.五 無 無	五.〇 無 無 無	三.八 四.〇 四.〇 六.四
午十二點	肉湯加米 牛奶精 牛奶白 牛奶精	二羹 一杯八分之七 三茶匙 三茶匙	兩 兩 兩 兩	二.八 無 無 無	〇.六 無 無 無	三.〇 三.〇 三.〇 三.〇	二.〇 二.〇 二.〇 二.〇
下午二點	牛奶精 牛奶白 牛奶精 牛奶糖	一杯八分之七 三茶匙 三茶匙 三茶匙	兩 兩 兩 兩	二.六 〇.六 〇.七 無	八.〇 無 無 無	一.〇 五.〇 五.〇 五.〇	三.八 六.五 六.八 六.四
下午四點	冰 牛奶 牛奶白 牛奶精	一杯八分之七 三茶匙 三茶匙 三茶匙	兩 兩 兩 兩	〇.六 六.六 六.二 無	八.一 無 無 無	一.〇 一.〇 一.〇 一.〇	二.二 一.四 一.三 一.二
下午六點	燕麥屑粥 牛奶糖 牛奶白 牛奶精	二羹 二茶匙 二茶匙 二茶匙	兩 兩 兩 兩	四.八 〇.三 〇.五 無	二.一 無 無 無	二.〇 三.〇 三.〇 三.〇	五.九 四.四 四.四 四.四
下午八點	肉湯加米飯 牛奶精 牛奶白 牛奶精	二羹 一杯八分之七 三茶匙 三茶匙	兩 兩 兩 兩	二.八 六.六 六.八 無	〇.六 無 無 無	三.〇 一.五 一.五 一.五	〇.七 三.八 三.七 五.八
共計				六九.六 七.七	八〇.九 五.五	四三.〇 八.五	二五.二 四.一

醫院食譜 普通膳

外國高熱量軟質食品

熱量約二千五百卡羅利

此項食品，均由特別廚房備辦，自晨八點起至晚八點止，每二小時供給一次，夜間可另加點心一次，

原則

- 一 供以高熱量之軟質食品，
 - 二 以少食多餐為標準，
 - 適應症
 - 一 傷寒
 - 二 重症結核
 - 三 虛瘦
 - 四 痢疾(第四種)
- 茲將准用之食品開列如下
- 牛奶 或牛奶加百弗頓，或去脂酸牛奶，牛奶加牛奶酪，牛奶加麥精，奶油
 - 雞蛋 帶殼嫩煮，嫩炒，去殼嫩煮，半熟，牛奶蛋，烤雞蛋羹
 - 穀類 一切穀類均宜煮爛過羅
 - 肉類 細切牛肉末及鷄丁
 - 肉湯 湯內可另加米飯，掛麪，奶油等
 - 果子汁 橘子汁，葡萄汁
 - 水果 烤平果

點心 牛奶布丁，牛奶蛋糕，果子汁凍子，牛奶酪，冰忌淋

烤乾麪包 鬆鷄蛋糕，餅干酥打餅干

例一之配分品食質軟量熱高國外

供食鐘點	食品類別	量	數	蛋白質(公分)	脂肪(公分)	含水炭素(公分)	熱量(卡羅利)
上午六點	如病人醒可飲以熱肉湯						
上午八點	麥屑加牛奶 牛奶 黃烤乾麵包	麥屑 牛奶 麵包	杯八分之七 茶匙七兩	三六三 一七五 二六六	一八二 無 八五	三三三 五〇三 五〇三	一三三 七四八 四八八
上午十點	牛奶蛋餅 黃酥打餅	牛奶 蛋餅	杯八分之七 茶匙七	四六二 無 四七	八三一 無 四一五	〇〇〇 無 〇〇〇	四三四 三六四 三八四
午十二點	細麵包 黃烤雞子 白橘	細麵 雞子 白橘	杯八分之七 茶匙七 茶匙七	九三三 無 無	一六三 八五三 無	無 無 五〇八	二七二 四七四 〇三〇
下午二點	柯柯白牛 黃烤麵包 燕窩	柯柯 麵包 燕窩	杯八分之七 茶匙七 茶匙七	六六六 無 一七	無 一八 八五六	〇〇〇 無 五〇九	一四三 四三〇 七七八
下午四點	燕窩 燕窩或烤雞蛋 牛奶	燕窩 雞蛋 牛奶	塊 茶匙七 茶匙七	〇二二 五六二 二〇六	一四二 四二五 八	二二六 二〇六 二〇六	二二二 五二二 五二二
下午六點	牛奶湯 黃打餅 牛奶	牛奶 麵包 牛奶	杯八分之七 茶匙七 茶匙七	二六二 二六二 二六二	八八八 八八八 八八八	八〇〇 八〇〇 八〇〇	三三八 一七三 一七三
下午八點	牛奶餅 牛奶餅 牛奶餅	牛奶 牛奶 牛奶	杯八分之七 茶匙七 茶匙七	六〇七 六〇七 六〇七	八四五 無 無	一〇五 五〇一 五〇一	一六四 五三八 五三八
共計				九三三 一三三 三〇八 二七三 四一四	一三三 七四五 八二二 二七三 四一四	三〇八 八二二 二七三 四一四	四一四 二七三 四一四

外國高熱量輕鬆食品

熱量約計三千五百卡羅利

此項食品，均由西廚房備辦，每日上午七點四十五分十一點四十五分下午五點四十五分三次，此外上午十點下午四點及八點另加點心三次，點心由小廚房備辦，其熱量一千卡羅利，

原則

供以高熱量之輕鬆食品，

適應症

- 一 肺癆
- 二 傷寒初愈
- 三 虛瘦

茲將准用之食品開列如下

凡普通膳內所有輕鬆食品均可不忌，

例一之配分品食鬆輕量熱高國外

醫院食譜 普通膳

下午八點	下午六點	下午四點	午十二點	上午十點	上午八點	上午六點
黃烤牛麥 麵精 麵白麥牛 包精牛	罐黃麵芹洋魚奶 頭山 梨包幸 油	冰鷄 蛋	烤鷄芹 鷄蛋 橄菜 櫻	黃麵葫洋鷄清 包蘿幸 湯	黃酥牛 打奶蛋 餅白牛雞	黃烤鷄牛麥 麵白 包
油片糖奶 茶茶茶	片油片菜豆 茶	糕淋	羹油心油片卜豆 茶茶	油乾糖奶蛋 茶茶	油片蛋奶屑糖 茶羹	蘋果泥中等大蘋果 湯
二二三 茶茶茶	二四二		二二四二	二三二	三三二	
八分之七 匙片匙匙	匙片匙個餐	塊餐	匙匙根匙片餐個餐	匙塊匙七個	匙片個五餐匙個	
二二二 一七	二二二 三二七二二〇七 三六	一 二〇	八 無 九五二七二二三 九七	一 無 一四六〇二 四七	四八四三 一〇〇九三 五五四五	無 四
一六五 八五三六 九八	一 七 三三 四一五	一 四〇 二八五	一 九〇 一五 七〇三六	一 六 無 三	一 二 六六 七五三 五四二七	無 五
三七五 無 七九	一 八 無 七九	二 二 六〇 三六	二 無 五 四 七六九	無 無 九六	二 三 無 七三〇 六七	三 一 四
三三五 七七八〇八 三三 四一	一 七五七七八 六四八八三 五二	二 二 五二 八二	二 四九 二〇 九四八 五三四	二 二 無	一 一 八三 一 二 六	二 六 〇 三

三十七

類別一量
類別二量
類別三量
類別四量
類別五量
類別六量
類別七量
類別八量
類別九量
類別十量
類別十一量
類別十二量
類別十三量
類別十四量
類別十五量
類別十六量
類別十七量
類別十八量
類別十九量
類別二十量
類別二十一量
類別二十二量
類別二十三量
類別二十四量
類別二十五量
類別二十六量
類別二十七量
類別二十八量
類別二十九量
類別三十量
類別三十一量
類別三十二量
類別三十三量
類別三十四量
類別三十五量
類別三十六量
類別三十七量
類別三十八量
類別三十九量
類別四十量
類別四十一量
類別四十二量
類別四十三量
類別四十四量
類別四十五量
類別四十六量
類別四十七量
類別四十八量
類別四十九量
類別五十量
類別五十一量
類別五十二量
類別五十三量
類別五十四量
類別五十五量
類別五十六量
類別五十七量
類別五十八量
類別五十九量
類別六十量
類別六十一量
類別六十二量
類別六十三量
類別六十四量
類別六十五量
類別六十六量
類別六十七量
類別六十八量
類別六十九量
類別七十量
類別七十一量
類別七十二量
類別七十三量
類別七十四量
類別七十五量
類別七十六量
類別七十七量
類別七十八量
類別七十九量
類別八十量
類別八十一量
類別八十二量
類別八十三量
類別八十四量
類別八十五量
類別八十六量
類別八十七量
類別八十八量
類別八十九量
類別九十量
類別九十一量
類別九十二量
類別九十三量
類別九十四量
類別九十五量
類別九十六量
類別九十七量
類別九十八量
類別九十九量
類別一百量

(二) 特別膳

貧血病人中西食品 熱量二千五百卡 羅利

原則

貧血病人應用之食品，須富有鐵質蛋白質及生活素者，方為合格，脂肪可溶性甲種生活素尤為必需，茲將准用之食品開列如下

- (一) 肝 牛肝鷄肝均可，每日所需計重一百二十至二百公分以上(煮熟後之重量)，烹調時勿加脂肪，或炙或烤或煮或切成細末穿湯均可，間以同量小羊腰代替，亦無不可，
- (二) 水果 每日約需重四百公分，以新鮮者為宜，其主要果品，如桃，杏，菠蘿，楊梅，橘子，洋柚子等，如好食葡萄乾，可不加限制，
- (三) 瘦肉 每日約需重一百二十五公分以上，瘦肉上所附之脂肪均須括去，煮熟即食，牛心亦可用，

(四) 蔬菜

每日需新鮮蔬菜至少三百公分，內含水炭素，百分之一或百分之十生食熟食均可隨便，

(五) 脂肪

每日所用脂肪，限定七十公分以內，所有企司鹹肉以及一切油炸之品均須禁忌，奶油及黃油可略食少許，雞蛋以一枚為限，調配生菜可用礦質油，宜忌過甜之食物，但必需白糖之時，可用少許，

(六) 糖食

濃粉質食品，如五穀所煮之粥類山芋及麪包等，均可酌給，隨所欲不必拘但上列各項食品，不得因此而，減麪包以烤焦為妥，如用黑麪包更妙，

(七) 牛奶

以二百四十立方公分為限，

(八) 鹽

用鹽不宜過多，

(九) 茶及咖啡

二者均可隨意飲用，此類病人之飲食，以少食多頓為宜，日可數次，不必限定三餐，倘食慾不良，不能多進者，不食他物，但不可不食肝與水果也，俟其食慾稍好，然後漸進肉類及蔬菜等，每日應用濃粉質食品之量，視其所用他種食品之多寡而增減之，他種食品多，則減之，寡則增之，

脚氣病人中國食品 熱量約二千卡羅利

原則

脚氣病人應用之食品，須富有水溶性乙種生活素者，方為合格，此種生活素，經熱即滅，故其食品以生食為宜，不能生食者，須用不受直接火焰，且無空氣流通之器具，如高壓蒸氣鍋等，煮之，如此烹飪，其生活素消滅之量，較諸在敞口鍋內煮者，大可減少，

茲將准用之食品開列如下

下列食品，均富有水溶性乙類生活素，均可隨意用之，

- 一 穀類帶糠者，（如小米，糙米，洋苡仁米，粗磨小麥等）
- 二 米磨粉應以生粉調入食品內，煮熟者無效，
- 三 酵母須擇其新鮮者，方可合用，陳腐乾枯，則失其生活素之本性，故不宜用，
- 四 肝，腰子，胰，腦，瘦肉等，較諸脂肪肉類，畧為相宜，故亦可食，
- 五 蔬菜，如青葱，菠菜，白菜，洋白菜，芸豆，黃豆，西紅柿番茄，芹菜，洋菜花，豆芽菜等，擇其相宜者，亦可生食，

三 二 一 八 七 六

- 六 雞蛋
- 七 水果，檸檬類之果，最為相宜，其他水果，如蘋果，梨，杏等，均須帶皮食之，
- 八 豆腐及豆漿
- 一 茲將應忌之食品開列如下
- 二 醬油
- 三 已去糠粃之穀類，或麪粉所製之食品，如麪粉，饅頭，麪條，掛麪，機器米等，雖不相宜，然為調和胃口起見，亦可偶一食之，
- 三 肥肉

痢疾病人中外食品第一類

熱量約九
百卡羅利

此項食品均由病室小廚房備辦，

原則

痢疾病人應用之食品，均以流質爲限，較諸普通流質食品，限制尤嚴，蔗糖不可食，應以奶糖代之，蓋奶糖無發酵之性也，總之痢疾病人，非消化最易渣滓最少之食品，絕不可用也，

茲將准用之食品開列如下

蛋白水

清茶加奶糖

稀藕粉湯

米湯

果子汁凍子及肉湯凍子

杏仁茶

肉湯

痢疾病人中外食品第一類之一例

供食鐘點	上午六點	上午八點	上午十點	午十二點	下午二點	下午四點	下午六點	下午八點	共計
食品類別	清湯	洋藕粉稀漿	檸檬汁凍子	奶米	蛋白水	奶清	肉湯凍子	杏仁漿	
量數	無	二羹匙	二羹匙	二羹匙	二羹匙	二羹匙	二羹匙	二羹匙	
蛋白質	無	無	無	無	無	無	無	無	八.九一
脂肪	無	無	無	無	無	無	無	無	.二三
含炭素	無	九.七五	四.五	三.〇六	三.〇	三.〇	無	七.五	二二〇.三一
熱量	無	三九.〇	一八.〇	二二.四	二〇.〇	二〇.〇	無	三六.四	九一九.八二

痢疾病人中國食品第二類 熱量約一千五百卡羅利

此項食品均由病室小廚房供給，

茲將准用之食品開列如下

雞蛋，蛋花湯或去殼水羹，或製牛奶蛋

穀類 掛麪，米粥，杏仁茶，藕粉，茶湯

肉湯 清湯或另加掛麪及雞蛋亦可

牛奶

豆漿

柯柯

高熱量半流質中國食品篇所列各品，與痢疾病人均甚相宜，可以為痢疾病人中國食品第三類，

高熱量軟質中國食品，可以作為痢疾病人中國食品第四類，普通軟質中國食品，可以作為痢疾病人中

國食品第五類，

痢疾病人中國食品第二類之一例

	下午八點	下午六點	下午四點	下午二點	午十二點	上午十點	上午八點	上午六點	供食鐘點
共計	油湯飯	湯煮掛麵 油鷄掛麵	糖米粥	柯柯 柯糖牛	糖豆漿	肉湯煮掛麵 油鷄掛麵	杏仁茶 水糖杏仁茶	湯煮鷄蛋	食品
	茶羹匙	二茶匙 一杯四分之一	二茶匙	二茶匙	四茶匙	二茶匙 一杯四分之一	羹匙	二個	量數
	五五·七七	無	無	無	無	無	無	八·〇四	蛋白質
	五八·二三	五·〇三	無	無	無	無	無	六·三	脂肪
	一九二·一七	無	無	無	無	無	無	無	含水分
	一五二·八六	四五·七	九〇·八	三六·八	八四·五	九〇·六	六〇·六	八八	卡羅利量

痢疾病人外國食品第二類 熱量約一千五百卡維利

此項食品均由病室小廚房供給，

茲將准用之食品開列如下

肉湯

牛奶

柯柯

粥類 麥屑，米，油麥屑

鷄蛋 湯煮鷄蛋，牛奶蛋，牛奶蛋糕，

果子汁 凍子或肉湯凍子

米玉粉布丁

果子汁

冰忌淋或果汁雪花

高熱量半流質外國食品籍內所列各品，與痢疾病人
均甚相宜，可以為痢疾病人外國食品第三類，

高熱量軟質外國食品可以作為痢疾病人外國食品第
四類，

普通軟質外國食品，可以作為痢疾病人外國食品第
五類，

痢疾病人外國食品第二類之一例

供食鐘點	食品類別	量數	蛋白質	脂肪	含炭素	熱卡羅利量
上午六點	清湯 倚病人已醒可進以					
上午八點	麥屑粥 牛奶另加之 糖麥屑牛奶	二二一 茶羹 匙匙杯	無 三·二六 三·二六	無 八·八 二·七	二一 〇·三 〇·五	一一 四〇〇 一五二
上午十點	糖橘 子 汁	二半 茶 匙杯	無 無 無	無 無 無	一一 〇〇 〇·八	四〇 四〇 三
午十二點	柯柯 糖柯牛 柯奶	一二一 羹茶 匙匙杯	無 二·七 二·二六	無 二·八 〇·八	一一 五三 〇·三	一 六〇 三五二
下午二點	糖葡 荷 汁	一一 羹 匙杯	無 無 無	無 無 無	一一 六二 〇·四	二 六〇 五〇〇
下午四點	冰忌淋 糖鷄牛 蛋奶	一一 羹 匙個	無 六·六 〇·二	無 三·八 一·五	一一 五〇 〇·無	一 六〇 四三八
下午六點	牛 奶	一杯 八分之七	六·六	八	〇	一三八
下午八點	柯柯 糖柯牛 柯奶	一二一 羹茶 匙匙杯	無 二·七 二·二六	無 二·八 〇·八	一一 五三 〇·三	一 六〇 三五二
共計			四六·三〇	四九·八二	二三五·七	一五七五

五次中國食品 熱量約一千八百卡羅利

原則

一、將一日之餐膳，均分五次進食，以免過量，
二、各項食品，均以無刺激性及易於消化者為限，
適應症

一、胃機能失常，胃癌，胃潰瘍平復期消化不良，

二、心力不足，

三、神經衰弱，

茲將准用之食品開列如下

奶類 牛奶，豆漿，

豆腐

素油 黃油

烤饅頭 梳打餅干，烤麪包，

鬆雞蛋糕

雞蛋 除油炸外均可隨意

肉類 切碎雞肉，牛肉或羊肉末，魚，雞肝，

穀類 米，炒米，麪條，小米，藕粉，杏仁茶，
，茶湯，麪皮兒，掛麪，細粉，

煮水果 如蘋果泥黑棗泥

茲將應忌之食品開列如下

一、蔬菜

二、生水果
三、濃厚味之食品
四、肉類除上項指明者外概宜忌食

五次中國食品分配之一例

	下午七點	下午四點	下午一點	上午十點	上午七點	供食鐘點
共計	烤油切米 餛飩碎牛 頭肉	烤米炒 餛飩雞 頭粥蛋	小米粥 油切米 白小碎雞 精米肉	鬆藕一 油豆 蛋 糕粉腐	烤一 雞掛 餛飩 頭蛋麵	食品類別
	茶羹 個匙兩匙		杯八分之 茶茶羹 匙一匙兩匙	茶 塊碗匙塊	茶羹 個碗	量數
八五·六二	四無二一 一七·八四	四三·八 一〇·四	無二九一 七六·三四	二無無八 五二·四	四八五 一〇·六 四	蛋白質
五七·三八	〇五·四 〇七·四三	無六 〇三·五	無五·六 〇三·六	四無五三 二八·五	六〇·六 五三·五	脂肪
二三八·八七	二七·無 無九·四	二二·無 二四·〇	二五·無 九八·九四	二六·九 三六·五	二七·無 三四·五	含水分
一八〇·二	一二四九五 一五三三·七	一一二〇八 一八八·	一二〇四二 〇六五三·七	一五七四六 八九五·	一二八六六 一八六·	熱卡羅利量

五次外國食品 熱量約一千八百卡羅利

茲將准用之食品開列如下

牛奶

奶油

烤麪包

梳打餅干

雞蛋

除油炸外均可隨意

鬆雞蛋糕

山芋

山芋泥，烤山芋或山芋米，

肉類

食法與軟質食品篇內所載相同如，鷄丁

牛肉末，魚，牛胰

穀類

米，空心麪，熟穀類，麥屑，油麥屑，

掛麪，及各種製成之穀類食品，

水果

平果泥，黑李子泥，

淡味冰忌淋 烤雞蛋羹，牛奶酪牛奶，布丁，

茲將應忌之食品開列如下

一、粗質帶刺激性之蔬菜，及生水果，

二、濃厚味之食品，

三、甫經製就之麪包，濃味之點心，

五次外國食品分配之一例

供給鐘點	食品類別	量	數	蛋白質 公分	脂肪 公分	舍水炭素 公分	熱 卡羅利量
上午七點	蘋果泥 糖菓 烤油包 黃油	二 二 二 二	個 匙 匙 匙	無 一 一 一	無 三 三 三	五 七 七 九	四 八 八 三
上午十點	牛奶 雞蛋 糕油	二 一 一	塊 兩 五	二 四 五	四 六 二	七 三 五	一 〇 三
下午一點	切碎山鷄 烤黃麵包 牛油	二 二 一	個 匙 半	二 二 九	八 一 一	無 四 九	一 八 二
下午四點	冰淇淋或牛奶蛋糕 雞蛋	一	塊	一 〇 五	一 二 八	二 六 三	二 五 八
下午七點	牛肉丸 烤黃麵包 牛油	二 二 二 二	兩 片	一 二 二 七	四 三 七 四	無 五 七 九	九 三 八 六
共計				七〇·一八	九一·一八	一八一·五四	一八三八·一

胃液試驗用膳
自下午十點起，禁絕飲食，至次早八點給與
水 四〇〇立方公分，

烤麪包或烤饅頭 四〇公分，
食後一小時，可取胃液，

胃潰瘍病人食品

原則

- 一、相隔一定之時間，進以少量滋養品，
- 二、以鹼質制胃中過度酸質，
- 三、以滋養品促進潰瘍之治療，

初三星期內應守之規則，
遵守養病之通則，
每星期權體重兩次，
靜臥，
食品，

- 一、每一點鐘飲牛奶三兩（九十立方公分），自晨七點至晚七點止，飲牛奶時刻之中間，給以第一號或第二號藥粉一包，第一次用第一號藥粉，第二次用第二號藥粉，第三次再用第一號，第四次用第二號，餘類推，如是者凡二日，
- 二、第三日起，上午進食時，可酌加嫩煮雞蛋一個，酥打餅干一片，或黃油麪包一片，以一次為限，下午進食時，亦可加添煮爛穀類食品一次，如米，麥屑，油麥屑，漿粉等，以三兩為限，（煮熟後之量），
- 三、此後至第七日止，按下列各項所載食品漸次加

增，

(甲) 自晨七點至晚七點止，每一點鐘進牛奶三兩（用豆漿代替牛奶亦可），豆漿內可酌加白糖，或黃油少許，

(乙) 雞蛋每日二至四次，每次一個，（以嫩煮為宜或調入麥屑內煮食亦可，或用以做牛奶蛋，或生食，或製成鷄蛋羹，或用黃油炒食，均無不可，）

(丙) 穀類每日六兩至九兩，每次三兩，穀類中准食者，有麥屑，煮爛油麥屑，米飯，稀粥，空心麪，煮麪等，

鷄蛋，穀類，豆腐，豆漿，均可用以代替牛奶，或輪流更換亦可，

四、滿一星期後，下列各品，均可用以代替牛奶，烤鷄蛋羹，奶油湯，蔬菜泥，蒸鷄蛋羹，凍子，肉丸，炸豆腐，或少量之鷄丁，

胃潰瘍病人食品撮要
晨七點至晚七點止，每一點鐘進牛奶三兩（計九立方公分，）

如須加添食品，應按照下表所列各條辦理，第一日至第二日，自晨七點至晚七點止，每一點鐘進牛奶一次，每次三兩，

醫院食譜 特別膳

鐘點	第三日至第五日	第五日至第七日	第七日至第十四日	第十四日
上午八點	嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	
上午十點		麥屑煮爛計重三兩	穀類 如米 油麥屑 麥屑煮爛計重三兩	牛奶 以下各品均可隨意用代
午十二點		嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	穀類 如米 油麥屑 麥屑煮爛計重三兩	牛奶 蛋糕 牛油湯 蔬菜泥 雞蛋 凍子 肉丸 炸豆腐 鷄丁 少許
下午一點		嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	
下午三點	穀類 如米 油麥屑 麥屑煮爛計重三兩	穀類 如米 油麥屑 麥屑煮爛計重三兩	嫩煮雞蛋 一個 酥打餅乾 一塊 或黃油麵包 一片	

痛風病人中國食品 熱量約二千卡羅利

原則

痛風爲新陳代謝障礙所致尿酸積滯之病，所用食品均以不含尿酸者爲佳，本篇所載禁忌之食品中，均含有多量尿酸也，茲將准用之食品開列如下

牛奶，豆漿

豆腐

雞蛋

葷油，素油，黃油

各種穀類及穀類所製之食品

各種蔬菜均可不忌惟莞豆，乾蠶豆，扁豆，龍鬚菜等均不宜食

白糖

各項水果

各項水果

茲將禁忌之食品開列如下

肉湯

各項肉類均不可食，而屬腺之組織者，尤應切忌，

(倘因他種原因特別准用者，亦宜將肉類加水煮爛

，去其湯僅食其肉，萬不可食烤炙煎炒之肉，)

茶，咖啡，柯柯，

香料，醬料及鹽醃各物

龍鬚菜，莞豆，乾蠶豆，扁豆，花生豆，
油炸各物

癩風病人中國食品分配之一例

共計	晚餐	午餐	早餐	食品類別
	鬆糖菓一餛燕 蛋果猪麵 糕煮爛或生食油卜頭飯	豆一芹餛燕 猪葫 蘿 腐油卜菜頭飯	豆一餛米 猪洋 白 漿油菜蛋頭粥	食 品 類 別
	一 一 一 二 二 一 碗又三分之一 塊匙個匙餐個一	一 二 一 一 二 一 碗又三分之一 塊匙餐餐個一	一 二 一 二 一 一 茶 個 碗匙餐個半碗	公 分
六三·六六	二無·無·八三 五 六 六 二 六	八無·一·八三 四 二 二 二 六	六無·一·八六三 七 五 六 〇 一 四 五	蛋 白 公 分 質
四七·七三	四無·一·無 二 八 七 五 一 二	三〇 一 一 一 一 一 一 一	二〇·六·無 二 三 三 一	脂 公 分 肪
三四一·八九	二一 二 五 四 二 六 五 一 無 五 二 二 三 六 三 五 六 六	一 五 四 二 二 無 九 二 二 二 六 四 六 八 六	一 五 三 二 四 無 無 九 四 九 六 八	含 水 炭 公 分 素
二〇五五·五六	一 二 一 二 一 五 六 九 九 二 四 八 八 〇 四 〇 五 二 六	二 一 一 六 九 四 一 四 八 五 〇 五 八 二 六	一 一 一 五 九 三 八 八 〇 四 〇 二 八 二 八 五 六	熱 卡 羅 利 量

痛風病人外國食品

茲將准用之食品開列如下

牛奶

奶油

黃油或他種脂肪

企司

雞蛋

各種穀類及穀類所製之食品

糖，果醬，蜂蜜，

各種蔬菜但忌莞豆，乾蠶豆，扁豆，花生豆，龍鬚菜

各種水果

點心，用牛奶布丁，冰忌淋，水果，凍子等

茲將禁忌之食品開列如下

肉湯

各種肉類均不宜食，而屬於腺質者尤應切忌，（倘因他種原因特別准用者，亦須將肉類加水煮爛，去其湯僅食其肉，萬不可食烤炙煎炒之肉，）

茶，咖啡，柯柯，

香料，醬料及鹽醃各物

油炸各物

糕餅
莞豆，乾蠶豆，扁豆，花生豆，龍鬚菜，

肥胖病人中國食品

熱量約一千二百
卡羅利

限制

原則

- 一、所用食品，應選擇其熱量低微者，
- 二、食量充足，而無不飽之感，
- 三、食品所含脂肪之量愈少愈妙，

茲將准用之食品開列如下

清湯可加蔬菜少許

肉類須擇其瘦而無油者

白魚(無油者)

豆類，豆腐，豆漿，油皮

水果

蔬菜 青菜以多食為宜惟含有澱粉質者必須少

用

穀類 米飯，米粥，乾粉麪，饅頭等均須限定

量數

洋燕菜(洋粉)不加限制

茲將禁忌之食品開列如下

脂肪及油

肥肉

各種甜味食品

穀類 饅頭，糖及有澱粉質之蔬菜，如必需時應有

肥胖病人外國食品

熱量約一千二百卡
羅利

茲將准用之食品開列如下

清湯 加蔬菜少許不加亦可

肉類 須擇其瘦而無油者

白魚(無油者)

去油牛奶

白企司

水果 最好生食必要時熟食亦可惟不宜加糖

蔬菜 帶葉青菜宜多食其有澱粉質者僅可少用

水果 及蔬菜配合涼熱可略加礦油少許藉以調

味

雞蛋

穀類 如麪包米飯粥類洋根粉空心麪雖不在禁

忌之列然分量均應嚴加限制

茶及咖啡不宜加糖亦不可加奶油

茲將禁忌之食品開列如下

各項脂肪肥肉牛油奶油

有澱粉質之水果及蔬菜

穀類及麪包加以限制

糖類但必要甜味時可用「薩葛林」代糖

油炸食品糕餅烤肉所出之湯等

肥胖病人外國食品之一例

	晚餐	午餐	早餐	食品類別
共計	清麵一白扁洋瘦清 茶黑全生豆白牛肉湯 或李子司菜菜肉 咖啡不加糖 二五分之二 片個 二餐餐餐	清梨生榮菠洋雞清 茶芹菜花菜山雞湯 或咖啡 一大半一一中三 個餐餐餐個兩	咖啡烤雞瘦牛橋 或麵火類子 茶蛋腿果 不加牛奶及糖 二二分之三大中 片個一個個	食 品 類 別
	三四五三〇〇〇無 〇〇〇〇〇〇〇	六五〇〇〇九無 〇〇〇〇〇〇〇	三六四五〇 〇〇〇〇〇 〇〇〇〇〇	量
八五·八五	一 二 二 〇 二 一 無 七五四三三六三 二五六	一 九 一 一 二 九 無 九六八八二三五 六	二 八 七 七 〇 九 四 八 四 二 五	蛋 白 質
二八·九八	無 七 無 三 五 〇 三 三 九 六 九	二 無 八 〇 五 二 一 二 無 五 五	六 八 三 三 三 四 二 六 二 五	脂 肪
一四九·三四	一 二 五 四 二 七 五 無 無 七 八 一 八 四 六 九 八 五 七	二 一 四 二 八 無 無 五 四 七 四 六	一 一 五 無 無 六 一 七 九 二 六	含 水 炭 素
一二〇·九	一 七 〇 五 四 三 五 八 二 五 六 二 二 六 無 〇 〇 〇 〇 〇 〇 〇	一 〇 三 一 八 九 〇 九 一 六 三 八 無 八 一	一 七 八 〇 七 五 八 八 六 一 一 〇 〇 〇 〇 〇	熱 量

缺乏蛋白質及鹽質之中國食品

原則

凡食品容易發生尿素鹽質以及尿酸體者，均應限制，以便減輕腎之擔負

適應症

一、腎炎

二、張力過度壓力過高

三、妊娠中血毒症

茲將准用之食品開列如下

牛奶

豆漿

豆腐

雞蛋(每日兩個)

脂肪及素油

各項蔬菜但忌菟豆，蠶豆，扁豆，花生豆及龍

鬚菜

鮮果及果子汁

穀類 饅頭，酥打餅乾，甜餅乾，鬆鷄蛋糕

白糖

各種食品煮時不加鹽質者

茲將忌用之食品開列如下

肉湯

各項肉類

魚，蛤蜊，蝦，蟹

鹽

鹽淹各物

茶

豆腐乾

醬油

缺乏蛋白質及鹽質中國軟質食品分配之一例

	晚餐	午餐	早餐	
共計	杏烤油炒米 仁饅 鷄 茶頭 蛋粥	糖黑鷄白米 菜 湯 李蛋 爛煮白菜 子糕 粥	山藕烤米 渣 饅 汁粉頭粥	食品類別
	一二二二一 茶 碗個匙個碗	二六一半一 茶 匙個塊杯碗	一一二一 碗碗個碗	量數
三七·七六	無·八·八 二·〇·四	無·二·三 六·五·二	無無·八·三 二	蛋白質
二〇·八八	無·一·六 一·三	無無·四·無 二·一·八	無無·無 一	脂肪
三一〇·六一	二五·二 二·五	一·二·二·二 〇·九·六·二 七·三·五 五·六	二·一·五·二 五·九·二·四 七·五	含水炭素
一五九五	二·九·四·九 四·二·〇·八 六	一·一·一·一 四·二·五·一 〇·二·八·五 四	一·二·一 〇·七·四 〇·九·二	熱量

缺乏蛋白質及鹽質中國充實食品分配之一例

	晚餐	午餐	早餐	食品類別
共	饅頭 豬芹豬油油炒 米 油 油 油 炒 雞	糕糰黑 豬白豬葫 蒸 雞 李 蕪 蛋	山饅米 豬菠 渣	食品類別
計	頭油菜油菜 蛋粥	糕 子油菜油卜飯	汁油菜頭粥	量
	茶 茶 茶	茶 茶 茶	茶	數
	個匙餐匙匙匙個碗	塊匙個匙餐匙餐	碗匙餐個碗	蛋白質
四三·九六	八無·無·無·八三 二二四〇四	二無·無·無·三 五六一二二六	無無·一八三 八二	脂肪
七一·五八	一 〇 〇 〇 六 無 三	四無無·〇·〇 二八	無〇·〇·無 二	含水炭素
三〇五·八一	五二無·無·三無無 八二	二一三 六〇九無·無·九 三六七五五六	二五無·二二四 五二四	熱
二〇四·四	二四九一九二九八〇 二〇八〇〇〇八八	一四二九一九四八 八〇二〇五〇五六 四	〇九一四〇 〇〇六二八	量

缺乏蛋白質及鹽質之外國食品

茲將准用之食品開列如下

牛奶

奶油

雞蛋(每日兩個)

黃油

葷油及素油

各種蔬菜，但忌菟豆，蠶豆，扁豆，花生豆及

龍鬚菜

鮮果

麪包 酥打餅乾，鬆雞蛋糕

白糖 果醬，蜂蜜

茲將禁忌之食品開列如下

肉湯

各項肉類

魚，蛤蠣，蝦，蟹等

罐頭食品 因其中難免含有鹽質

茶及咖啡

鹽醃各物

香料及醬料

其他烹飪一切概不加鹽

缺乏蛋白質及鹽質外國軟質食品分配之一例

	晚餐	午餐	早餐	
共	罐黃烤糖 頭麵波羅	牛奶酪 牛法糖 胃尼薛	果黃烤糖 麵包	食品類別
計	片油片 油奶片	素拉 奶油片 蛋泥豆	醬油片 奶屑子	
	片茶 茶 杯八分之 半匙片匙兩七餐	無無茶 杯八分之 匙三匙半個餐個	茶茶 羹 杯八分之 匙匙片匙三餐個	量數
四〇・〇一	二無六一 四〇七五六三七	無無無三 一八一二 三〇八〇八二 五 四	無 二無三三 五七 三三八	蛋白質
四九・〇三	四 一 七二三無一八 八五六 一三七	無無無四四 六 二二三三一 五四	無 四無四 二三 二二 五六 二七	脂肪
二二五・一七	四 一 二 〇無 〇一〇〇 九七三三五二五 五九 五五	無無 〇五 〇無 一八 五 四	〇無 一 二 三 一 五五五三 七九 五六	含水量
一五〇・七	一七三七四一三九 二八八〇七八〇 五五	無無 四六三三五八一八 〇九八二八六三 五	四三七六六一五 〇八八〇九〇一 五	熱量

試機腎臟機能應用之食品

原則

欲以所排洩之水份鹽質及淡氣，測定腎臟之機能，故其食品內，所含此類物質之量，均須明確，

注意

一、此種食品，均須特別廚房供給，但其食品內，概不加鹽，

二、臨餐加鹽，鹽量須先準確，（每餐給予一膠囊每囊裝鹽重二·三公分，）

三、所有餘剩之食品及鹽，不論固體流質，均須退回特別廚房，以便秤量，（倘能勸病人食盡，不留尤妙，）

四、規定時間之外，不得進食，

五、此種食品，均須照章備辦，不得稍有差異，其採取腎臟排洩物之手續尤宜恪守定章辦理毋得疏忽，

六、病人須於上午八點排尿一次，以後每二小時排尿一次，按次標明時間，留供化驗，茲將取尿留驗時間，開列如下，

上午八點至十點一次

十點至十二點一次

十二點至下午二點一次

下午二點至四點一次

四點至六點一次

六點至八點一次

自晚八點至翌晨八點止，所有排尿，另以尿器容之，

七、

夜間無論流質固體，概不許食，須候翌晨八點

排尿後，方可照章進食，

試驗腎臟機能應用之食品

早膳八點

煮油麥屑（無鹽）

牛奶

黃油

糖

麵包

茶或咖啡

水

鹽

午膳十二點

肉湯

牛肉排或猪肉片

洋山芋豆

青菜

一〇〇公分

二七〇公分

二〇公分

二茶匙

六〇公分

一六〇立方公分

二〇〇立方公分

二·三公分

一八〇立方公分

一〇〇公分

一三〇公分

多少不拘

麵包

六〇公分
二〇公分

黃油

一八〇立方公分

茶

二五〇立方公分

水

一茶匙

糖

二〇立方公分

牛奶

一一〇公分

布丁

米或洋根粉

二・三公分

晚膳下午五點

鹽

二個

雞蛋

六〇公分

麵包

二〇公分

黃油

三〇〇立方公分

水

一八〇立方公分

茶

一茶匙

糖

二〇立方公分

牛奶

一五〇公分

水果

生食或熟食

二・三公分

以上食品，合計所含水份約一七六〇立方公分，淡氣約一四・八公分鹽質約八・八公分，

惡液性口瘡青痢病人食品

此種病人，病中堪受之食品，均可進食，如無特殊堪受之品，可照下列各條辦理，起初用牛奶（石灰水加否隨便），肝湯，果子等（如楊梅橘子香蕉蘋果等），儘量供食不必限制，次進以括碎牛肉，另加帶葉菜泥，再次進以烤乾麵包粉，根類蔬菜，煮熟穀類，（洋山芋豆及米飯須俟最後用之），惟按病情，仍可不時畧加更改，

食品烹調法

白企司

製法以酸牛奶置雙層鍋內，隔水熱之，俟乳白與乳清完全分離，再用布袋濾之，歷數小時，濾乾後，加鹽少許，並以餐叉將濾渣搗實拌勻即成企司，如欲另加奶油少許亦可，

皇家果子露

製法，取沸水五百立方公分，加酒石酸一茶匙，再取檸檬一小個或數個，榨汁投入，另加白糖以適口為度，俟冷透再行供飲，

乳酸牛奶

牛奶

一千立方公分

乳酸

八立方公分

製乳酸牛奶所用牛奶及器具，先須滅菌，然後徐將
乳酸滴入牛奶中，一面頻頻攪拌牛乳，不使停滯，
如誤將乳酸驟然加入，則牛奶凝結成塊，不能適用
矣，

肝湯

大牛或小牛肝半磅

清水一千五百立方公分

蔥花一羹匙

法將牛肝切碎，投入冷水內，再加蔥花，煮十五分
鐘，帶肝供食，食時加鹽少許，

三煮蔬菜

按蔬菜必經三煮而後食者，其用意不外乎去其含水
炭素，以適合於糖尿病人，或肥胖病人之用而已，
惟帶葉蔬菜所含含水量之量，不及百分之五者，
經三煮後即能除盡而其所含水量炭素之量多者，雖
經三煮仍不能除盡也，
法將蔬菜投入沸水，煮十五分鐘後，取菜去湯，換
新水再煮十五分鐘，如是者二次，便成三煮蔬菜
矣，

生食水果及蔬菜消毒法

一、將預備生食之水果或蔬菜，先用流水沖洗，去

其外面附帶之微生物及虫卵等，然後按葉分洗
，去其根梗，並除其損傷腐爛之部，

二、置於漏孔之器皿，或湯瓢內，浸入沸水中，歷
十秒或三十秒鐘，但沸水之量，以蔬菜或生果
之多寡為準，蔬菜或生果投入後，沸水熱度不
致減至八十度以下，方為合宜，

三、取出後，以冷開水冷却之，或置入冰箱均可，

蛋白水

八兩

涼水

雞蛋白

一個

白蘭地酒 一茶匙(或用檸檬汁加白糖亦可)

法將涼水與雞蛋白同置瓶內，蓋嚴用力搖動，俟水
與蛋白融合後，加檸檬汁白糖，倘不用檸檬汁白糖
，而用白蘭地酒者，須將白蘭地酒，徐徐調入，不
可過驟，以免蛋白凝結成塊，

濾清肉湯(Strained Soup)

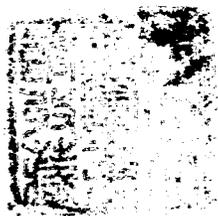
凡肉湯內加蔬菜者，均應濾過去渣取湯食時酌加胡
椒粉亦可，

果汁雪花(Ice Water)

取果子汁少許，滴入水內，另加白糖，調勻置入冰
室，凍成雪花狀，然後供食，

烤雞蛋羹(Omelette)

牛奶六兩加雞蛋一枚，用力攪拌，再加白糖少許，以適口爲度，此外另加法尼拉香料數滴，俟調勻，置入杯中，將此杯坐於有水之盤內，置入中等火爐中，烤熟供食，



DIET LISTS

By

ALBERTA SHAFER



中華民國十九年六月出版

著者 沙甫 A. Shafer 女士

譯者 北平私立協和醫學院漢文部

發行者 北平協和醫學院內 中華醫學雜誌社

印刷者 北平京華印書局

定價每册五角
外埠酌加郵費

4191
571-13

41

39/253