

松籽，松仁。 云南松籽 99.9（%）

产品名称	松籽，松仁。 云南松籽 99.9（%）
公司名称	昆明市官渡区盛祥副食品经营部
价格	.00/吨
规格参数	品种:云南松籽 等级:1 纯粮率 :99.9（%）
公司地址	昆明市官渡区金马街道办事处阮家村云南联丰商贸有限公司内附2幢23号
联系电话	0086 0871 3323335 13708859229

产品详情

品种	云南松籽	等级	1
纯粮率	99.9（%）	水分	10（%）
杂质	0.3（%）	不完善粒	0.1（%）

松子，性平，味甘。具有[补肾](#)益气、养血润肠、滑肠通便、润肺止咳等作用

松子内含有大量的[不饱和脂肪酸](#)

，常食松子，可以强身健体，特别对老年体弱、腰痛、便秘、眩晕、小儿生长发育迟缓均有补肾益气、养血润肠、滋补健身的作用。治疗燥咳、

吐血、便秘等病。《[日华子本草](#)

》载“逐风痹寒气，虚羸少气，补不足

，润皮肤，肥五脏”。《[玉楸药解](#)

》载“润肺止咳，滑肠通便，开关逐痹，泽肤荣毛”。可见常食松子能延年、美容。凡脾虚便溏、肾亏遗精、湿痰甚者均不宜多食。

松子的营养价值很高，在每百克[松子肉](#)

中，含蛋白质16.7克，脂肪63.5克，碳水

化合物9.8克以及矿物质[钙](#)78毫克、[磷](#)236毫克、[铁](#)6.7毫克和不饱和脂肪酸等营养物质。

松子以炒食、煮食为主，不论年老年少，皆可食用。