

北海道日本ハムファイターズの

# 応援ごはん

著／日本ハム株式会社中央研究所



©H.N.F.



栄養サポートスタッフが届けている  
「選手のための食事レシピ」を大公開！  
強い体をつくるレシピが満載です。



112 ページ・  
オールカラー

定価 1458円(税込)

好評発売中!

女子栄養大学出版社