

女子栄養大学出版部から 2月下旬発売 新刊のご案内です

食事療法

作りおきシリーズ

忙しいあなたのための

時短かんたん

糖尿病ごはん



監修/女子栄養大学栄養クリニック
A5判◆128ページ
◆定価1,300円(税別)

2月下旬2点発売

女子栄養大学

BOOKS

掲載した583品の栄養価と作り方が

すぐわかる!

家庭のおかずの

カロリーガイド《第3版》



監修/香川明夫(女子栄養大学学長)
A5横判◆240ページ
◆定価1,700円(税別)

自分や家族が糖尿病と診断されたけれど、仕事や家事、育児に時間をとられて食生活のことまで考えていられない!……そんな忙しい人におすすめの、常備しておきたい便利食材やパッとできる時短料理、すき間時間にまとめて作れば「ほぼ出すだけ」でOKの作りおきおかずを多数ご紹介します。

卵、チーズ、アジ、サケ、牛肉、豚肉、鶏肉、もめん豆腐、ほうれん草、青梗菜、キャベツ、にんじん、大根、わかめ、エリンギ、ごはん、パンなど、身近な素材168品をセレクトし、それを使った定番の家庭料理583品の栄養データを一挙公開。全料理のレシピつきで、わが家の味や作り方と比べることもできます。栄養もレシピもわかる、台所に置いておきたい1冊です。

新刊注文書	貴店印	申込数	忙しいあなたのための 時短かんたん糖尿病ごはん
		冊	
		条件/注文扱い	ISBN978-4-7895-1911-3 定価1,300円(税別) 女子栄養大学出版部

新刊注文書	貴店印	申込数	家庭のおかずのカロリーガイド 第3版
		冊	
		条件/注文扱い	ISBN978-4-7895-0630-4 定価1,700円(税別) 女子栄養大学出版部

ご注文はこちらまで→ 女子栄養大学出版部 FAX 03-3918-5591 TEL 03-3918-5411