

# 新刊『腎臓病 低たんぱく質の肉魚おかず』

4回量をまとめ作り。

まとめ作りでいいことづくめ！

- 調理の手間が激減！
- 4回分を作るほうが作りやすい。
- 毎回、肉や魚を切ったり、量ったりしなくてよい！
- たんぱく質のコントロールがしやすい。

女子栄養大学出版部

この本の  
ここが便利！



などなど…