

食べて痩せる感動レシピ 全レシピ
糖質量 カロリー表示

重版決定!
今売れてます!

糖質オフ シリーズ

1 節約もダイエットも同時に叶う
今一番売れてる本

ONE COOKING BOOK
ダイエットと節約を一度にかなえる!

もやし・卵・豆腐で糖質オフ

家計を助ける
3大食材をフル活用!

このおかず1人分
糖質量 **7.1g** できます!

簡単&おいしい
たっぷり食べて
しつかりやせる!

全部のレシピ!
糖質量 エネルギー量 材料費
が一目でわかる!

もやし 豆腐 卵 鶏むね 豚こま

—ダイエットと節約を一度にかなえる!—

2 お得食材でラクラク糖質オフのやせ食材で糖質オフ

毎日のおかずからごはんのめん・おつまみ、お弁当まで

350品

たっぷり食べても太らない!
だからラクラク続く!

満載! ムリなくやせるコツ解説付き!

食べてやせる! 帰ってすぐ作れる! 簡単!

3

●条件…注文扱い ●搬入…随時

ISBN	書名	品目コード	本体価格	判型	ページ数	注文欄
978-4-651-200422	もやし・卵・豆腐で糖質オフ	3200422000	780円	AB	96	冊
200552	話題のやせ食材で糖質オフ350品	3200552000	1,000円	AB	144	冊
200163	お得食材でラクラク糖質オフ350品	3200162000	1,000円	AB	144	冊

ご注文は ワン・パブリッシング受注センター ●FAX:0570-008020●

《注文書有効期限：2022年2月末日》商品在庫には限りがあります。品切れの際はご容赦ください。

受注先(取次)	出荷先(CD)	書店CD

(株)ワン・パブリッシング
マーケティング部
TEL 03-6854-3033

受注日	担当者

受注No.	承認番号

書店印