

西東社の新刊 5月上旬配本予定

●A5 ●オールカラー144ページ
●予価:本体1,200円+税

30分で
3品!

やせる作りおき 糖質オフおかず200

(仮題)

絶対に挫折しない! やれば必ず成果がでる!
一番使える糖質オフのレシピ本!

- タイムテーブルの通りに作るだけで、**糖質オフおかず3品**が**30分**で完成する!
- **糖質量20gの「ばっちり」** **糖質量40gの「ゆる」** **2タイプの糖質コントロール。**
だから、**成果がでる! 挫折しない! リバウンドしない!**

- セットの3品はすべて **食材** **味つけ** **彩り**
が違い、**バランス抜群!**

担当編集者 3カ月間実践中!

1カ月経過して **-4.5kg!**
最終成果は書籍でご確認ください!

Before After...?

既刊



新刊



至れりつくせりな1冊!

すばらしい!

今までのレシピ本で最高!

Amazon 大絶賛シリーズ
待望の第2弾!



新刊 申込書

番 線 印

冊数

注 文

30分で3品! やせる作りおき
糖質オフおかず200 (仮題)

西東社

ISBN978-4-7916-2727-1 C2077

¥1200E

A5

★★★

予価:本体1,200円+税

5月上旬配本



西東社

〒113-0034 東京都文京区湯島2-3-13
TEL:03(5800)3120 FAX:03(5800)3128
http://www.seitoshinsha.co.jp E-mail:eiyoubu@seitoshinsha.co.jp

ご注文は ▶▶ 西東社 営業部FAXまで

03-5800-3128