

売行き好評書 待望の最新刊です！

いつも食べる量の塩分がひと目でわかる

塩分早わかり 第5版



監修/牧野 直子
定価 1,760 円 (10%税込) B5 判変型 192 頁
ISBN 978-4-7895-0227-6

本書の特徴

- よく食べる**510食品のデータ**を八訂に改訂！
- 人気&定番の**200品の市販食品**を最新データに！
- イマドキ調味料**や、**減塩食品**も充実！
気になる減塩食品と通常タイプの塩分の違いも、一目でわかる！
- 70品の「外食」**データと**塩分を減らす食べ方**も！
まさに 減塩ライフに欠かせない1冊！

調理のためのベーシックデータ

第6版



監修/女子栄養大学調理学研究室
女子栄養大学短期大学部調理学研究室
定価 2,200 円 (10%税込) A5 横判 184 頁
ISBN 978-4-7895-0325-9

本書の特徴

「食品成分表」ではわからない、揚げ物の吸油率、下処理や調理後に実際に口に入る塩分量、調理後の肉の脂質やエネルギーの変化などの栄養価計算に不可欠なデータが満載。
さらに乾物の戻し率や材料の下処理の方法、調理によるビタミンの変化など、調理や栄養に関するデータを集めました。
栄養学・調理学を学ぶ方に必携の1冊です。

八訂
に対応

新刊注文書	申込数	※POP お送りします。ご希望の場合は✓を付けてください。→ □	
書店印	冊	塩分早わかり 第5版 ISBN978-4-7895-0227-6	定価 1,760 円 (10%税込)
	冊	調理のためのベーシックデータ 第6版 ISBN978-4-7895-0325-9	定価 2,200 円 (10%税込)

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