

「日経トレンドイ」ヒット予測2020ランクイン！ パーフェクトダイエットフード「大豆ミート」！

8月
新刊

お腹いっぱい食べて内臓脂肪を落とす

大豆ミートダイエット

医師

A5判ソフト

池谷敏郎

本体価格:1,300円

ISBN:978-4-7762-1076-4

大豆ミートで「からあげ」を作ると、
エネルギー28%オフ、脂質55%オフ、
コレステロール96%オフ！
代わりに食物繊維が14倍アップ！

1日1食、肉を大豆ミートに
置き換えるだけだから、
量は減らさなくていい&
いつもの料理でOKなので、
無理なく続けられる！

「やせる」以外にもこんな効果が！

- ・免疫力アップ ・がん予防
- ・認知症予防
- ・骨粗しょう症予防
- ・アレルギー症状改善
- ・動脈硬化予防

ハンバーグ
生姜焼き
キーマカレー
などレシピ満載！

人気のお肉料理対決②

同じ肉料理でも、こんなに違う!!
大豆ミートのダイエット&健康効果



●大豆ミートからあげと普通のからあげの栄養価の比較(1人分あたり)

栄養価	エネルギー (kcal)	脂質 (g)	コレステロール (mg)	たんぱく質 (g)	食物繊維 (g)
大豆ミートからあげ ^{※1}	159	6.6	2	9	2.9
普通のからあげ ^{※2}	222	14.6	53.5	11.3	0.2

※1 ソイミート(ブロック状を戻したもの)60gを使用

※2 若鶏もも皮つき65gを使用。参考:「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」

FAX 03-5425-6770

TEL 03-5425-6626

貴店印	注	ご担当者名 様	お腹いっぱい食べて内臓脂肪を落とす 大豆ミートダイエット		拡材のご希望(○で囲って下さい)	
	文	ご注文数 冊	池谷敏郎 著 A5判ソフト 本体価格:1,300円 ISBN:978-4-7762-1076-4		A4パネル	A6POP
	注	もち麦ダイエットレシピ 山下春幸・著 A5判ソフト 本体1,200円 ISBN978-4-7762-0889-1		おからダイエットレシピ 家村マリエ・著 46判ソフト 本体1,000円 ISBN:978-4-7762-0779-5		

★ご注文いただいた冊数は調整が入る場合がございます。予めご了承ください。