



～食べようびMOOKシリーズ～

3ステップであっという間に「いただきます」



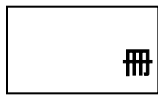
ISBN: 978-4-87303-958-9

B5変/平綴じ
本体759円



見ただけで
作れるね～

『袋入り野菜』
がおトク♪

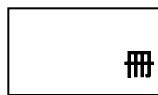


ISBN: 978-4-87303-966-4

B5変/平綴じ
本体722円



のっけて、
混ぜて
すぐごはん！



オススメ
『ひとつの野菜でおいしい1週間』

『のっけてご飯とかんたん麺』

『食べようび』から生まれたムック本

残業したって
へっちゃんら！

疲れて帰っても
おいしく食べる！

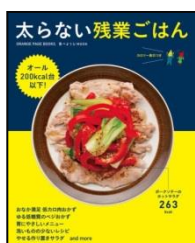
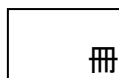
オール200k cal以下！

食べたい私と
飲みたいあなたに！

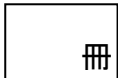
野菜たっぷり！
おなか満足。



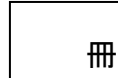
ISBN: 978-4-87303-928-2
B5変/平綴じ
本体722円



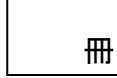
ISBN: 978-4-86593-086-3
B5変/平綴じ
本体722円



ISBN: 978-4-87303-996-1
B5変/平綴じ
本体722円



ISBN: 978-4-86593-019-1
B5変/平綴じ
本体722円



『残業ごはん』

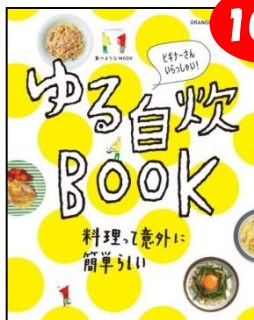
『太らない残業ごはん』

『おかずづまみ』

『おかずスープ』

困った時の
虎の巻！

『ゆる自炊BOOK』

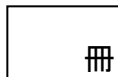


10刷

ビギナーさん
いらっしゃい！

材料も労力も最小限。
ゆるいけど、ちょっとかشيい
自炊ライフをはじめましょう！

ISBN: 978-4-86593-041-2
B5変/平綴じ
/カバー
本体1204円



～playback～



2015/2/25発売
食べようび 1nd ISSUE

2015/6/15発売
食べようび 2nd ISSUE

オレンジページ

書店さま向け、
オレンジページの販売情報サイト

オレペ書店

番線印

TEL: 03-3436-8412 販売部
FAX: 03-3436-8429

Webサイト ➡ <http://オレペ書店.jp>

Twitter ➡ @ORANGEPAGE_HON