

# 食ベやせ

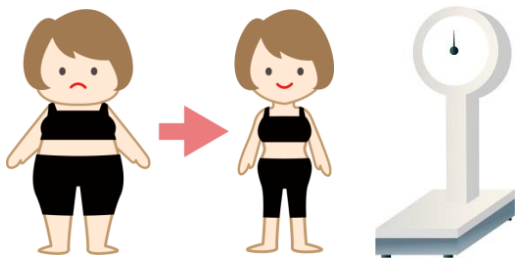
# ダイエットフェア

★ **オレンジページ** ならではの「きちんと食べてやせる！」  
正しいダイエット方法をご紹介します★



## Vol.7 がまんいらすずの 食べるやせレシピ

978-4-86593-197-6  
本体546円 A4変平



- 🍴 定番メニューをカロリーダウン！
  - 🍴 味にこだわったオレペ特製「やせだれ」
  - 🍴 サラダ&副菜で食物繊維をとる！
  - 🍴 脂肪に効く！ドリンク
- これでやせる！！**

## BEST ⑳ 食べて、やせる！レシピ



🍴 やせる！  
肉レシピ  
9784865930337  
A4変中  
本体333円



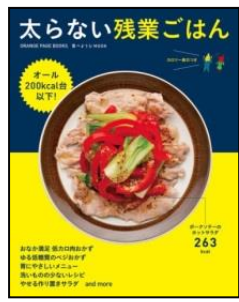
## BEST ㉑ 太らないおかず & スイーツ



🍴 スイーツもOK  
9784873039169  
A4変中  
本体333円



## 食べようびMOOK 太らない残業ごはん



🍴 遅い時間  
でも♪  
9784865930863  
B5変平  
本体722円



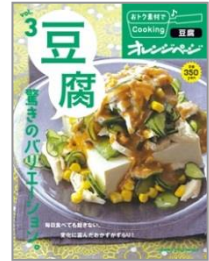
## 大人のやせる献立



🍴 40代以降  
やせメニュー  
9784873039985  
A5平/カバー  
本体778円



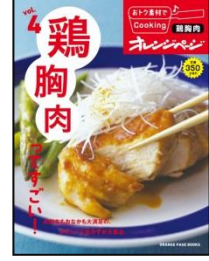
## おトク素材③ 豆腐 驚きのハリエーション。



🍴 安くて便利  
9784873038711  
A4変中  
本体333円



## おトク素材④ 鶏胸肉 ってすごい！



🍴 ヘルシー素材  
9784873038728  
A4変中  
本体333円



※注文多数の際は、調整が入る可能性があります。あらかじめご了承ください。

**オレンジページ**  
TEL: 03-3436-8412  
FAX: 03-3436-8429

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**  
Webサイト ➡ <http://オレペ書店.jp>  
twitter ➡ @ORANGE PAGE\_PR

番線印  
  
(ご担当者名)