

**KF-0503** 川崎製 **コレステロールを下げる一品料理** 20種

食物繊維、ビタミンE・ビタミンCを多く含む食品を利用し、食品の選び方調理法を工夫して脂肪をダウンさせた低カロリー・低脂肪でヘルシーな料理 20 種のモデルです。



内 容 明 細					
ごはん・パン めん料理	枝豆ごはん 冷めん	納豆そば ライ麦パンのオープンサンド	大豆・大豆製品 野菜料理	肉じゃが 豆腐ハンバーグ	野菜と凍り豆腐の煮物 オクラと大豆のフラン
肉料理	牛肉のたたき のし鶏	豚肉のしょうゆ煮込み 牛肉とごぼうのワイン煮	副 菜	ふろふき大根 チンゲン菜のミルク煮	ひじきの含め煮 三色きんぴら
魚介料理	あじの南蛮漬け さわらのホイル焼き	たらちり鍋 白身魚の野菜あんかけ			

■ 栄養成分カード付 定価 160,000 円 (税込 168,000 円)

**KF-0504** 川崎製 **血液サラサラフードモデル** 30種

血液をサラサラにする抗血栓点の高い食品 30 種のモデルです。血圧、コレステロール値、血糖値の高い人への栄養指導にご利用下さい。



内 容 明 細				
	品 名	重量g	品 名	重量g
野菜・果物類	にんにく	65(60)	グリーンアスパラガス	30
	青じそ	1	さやえんどう	30
	ほうれんそう	30	かぶ	40
	ねぎ	10	マスクメロン	400(200)
	たまねぎ	100	グレープフルーツ	140(100)
魚介藻類	トマト	105(100)	しいたけ	10
	まぐろ(脂身)	30	うなぎかば焼	100
	はまち	30	さば(水煮缶詰)	40
	さんま	140(100)	かき	100
	いわし	80(40)	たい	80
その他	ぶり	50	わかめ(生)	10
	大豆	20	牛乳	200
	なっとう	40	さつまいも	115(100)
	黒ごま	9	酢	15
	そば	100	みそ	18

■ 磁石付・キャリングコンテナケース付 定価 80,000 円 (税込 84,000 円)