

北海道日本ハムファイターズ公式ガイド

選手が育つ「食事」の秘密

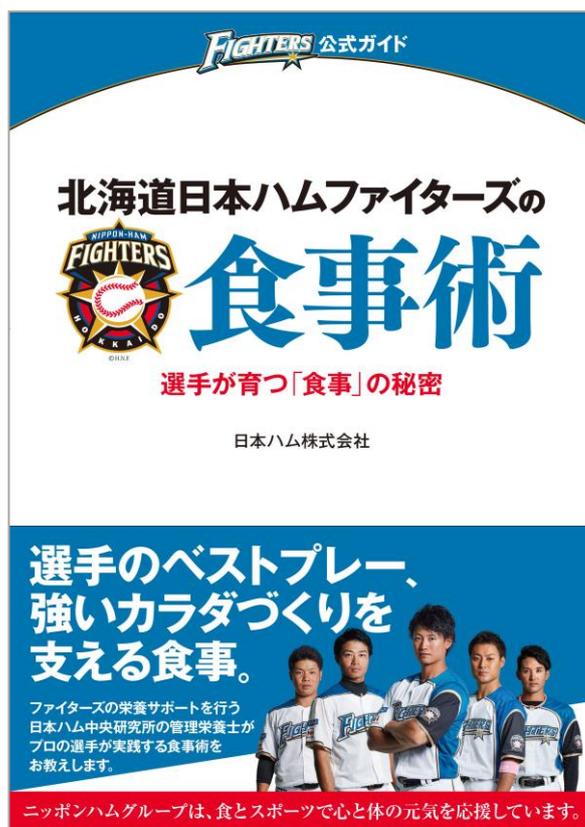
北海道日本ハムファイターズの 食事術

日本ハム株式会社
管理栄養士 柄澤 紀 八巻法子
● B5判 ● 本体 1,300円 (税抜)

「食」の面からとらえたファイターズファンブック

西川遥輝選手や中島卓也選手、近藤健介選手など人気選手の少年時代の思い出の味や、ナイトゲームの時、シーズンオフの食事など、プロ野球「北海道日本ハムファイターズ」の選手の食事を大公開！ファイターズの栄養を管理する栄養士さんが、強いカラダを作る食事のコツとレシピを紹介します。

ファイターズを「食」の面から見るとスポーツがもっとおもしろくなる！いったい選手ってどれだけ食べてるの？キャンプ中の食事風景や寮のごはん、家族で食べる時の選手と家族の量の比較など、北海道日本ハムファイターズの食事がまるっとわかる1冊です。



新刊
注文書

書店印

申し込み数

冊

北海道日本ハムファイターズ の食事術

条件／注文扱い

ISBN978-4-7895-5133-5

本体 1,300円 (税抜)

女子栄養大学出版部

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

※FAX 番号のかけ間違いにご注意ください。メール keigyo@eiyo.ac.jp