

R3年5月

話題本テーマ【腸を整える】

展示期間:5月1日(土)~5月30日(日)

	請求 記号	タイトル	著者表示	出版者	資料ID
1	498.5 83 タ	腸活×菌活レシピ100-決定版「デブ菌」 が消えて「ヤセ菌」が増える 女性のお悩み すべて解決-	田和璃佳執筆 藤 藤 田紘一郎監修 川 上品也レシピ	徳間書店	1500772122
2	498.5 83 7	おから美腸レシピ-おいしく食べてキレイにな る!-	藤橋ひとみ著	ベストセラー ズ	1500792179
3	498.5 83 ホ	きのこで菌活レシピ100 (NEKO MOOK 2 009)	ホクト株式会社監 修	ネコ・パブ リッシング	1500700933
4	596 ウ	うまみたっぷり!発酵食ごはん-コクがからだ に効く! みそ、漬物、チーズ、麴...-	岡田早苗監修 松 生恒夫監修	新星出版社	1500675309
5	596.3 オ	ヨーグルトマジック	荻野恭子著	文化学園文 化出版局	1500693047
6	596.3 7	体にうれしい藤井恵のまいにち納豆-腸スツ キリ!美肌をつくる わたしが365日食べてい るその理由は、おいしいから!-	藤井恵著	家の光協会	1500769748
7	596.3 ホ	こんなに使えるヨーグルトのレシピ-漬け床、 水切りヨーグルト、ホエーで手軽においしく-	ほりえさちこ著	家の光協会	1500681778
8	596.3 メ	明治ブルガリアヨーグルトレシピBOOK-お いしい103品! 記念ブック!-	明治監修	アスコム	1500686371
9	596.3 7 ハ	きのこで毎日菌活レシピ-エリンギ、マイタ ケ、ブナシメジ、ブナピーの健康パワーでから だ活き活き!!-	浜内千波著	日東書院本 社	1500702459
10	596.6 5 ヌ	雪印メグミルクのヨーグルト・牛乳・チーズで 作るひんやりスイーツ-簡単にできてとっても おいしい!雪印メグミルク社員とってお		ブティック社	1500680606