

2020年
3月新刊

「毎朝、お弁当をつくらなくちゃならない！」
そんな忙しいお母さんの味方になる1冊登場！

作りおきシリーズ第3弾！



累計17万部突破の大人気シリーズの第3弾は、「お弁当」です。効率最優先で乗り切りたいお弁当作りこそ、「作りおき」と「速攻おかず」の組み合わせが最強！です。朝はシンプルなおかずを1品、7分以内で作るだけ！毎日のことだからこそ、負担のない方法でラクに続けていきましょう。

【本書の特徴】

- 1つの材料で、「作りおき」も「朝作る」も自由自在！
- 「フライパン」や「レンジン」、「切るだけ」だから、朝の調理はたった7分。
- 少ない材料、少ない調味料、少ない手間です！

忙しい皆様の支持をいただいた「作りおき&帰って10分」の手法を、さらにパワーアップさせ、お弁当レシピを作りました！

※仮装丁

2020年2月12日受注締切 / 3月3日搬入予定

新刊委託	作りおき & 朝7分お弁当320	冊	貴店番線印
	著者: 倉橋利江 ISBN: 978-4-405-09380-5 定価: 本体1,200円+税 176P B5変型判		ご担当 様

新刊
同時搬入

おべんとうフェア
の時期です！
お母さんのお弁当作りを
応援します！！



注文扱い	園児のかわいいおべんとう	著者: 阪下千恵 ISBN: 978-4-405-09256-3 定価: 本体1,000円+税 112P AB判	冊
	決定版 朝つめるだけ! 作りおきのお弁当380	著者: 館野鏡子 ISBN: 978-4-405-09307-2 定価: 本体1,300円+税 208P B5変型判	冊
	決定版 朝つめるだけ! 作りおきのやせる! お弁当389	著者: 阪下千恵 ISBN: 978-4-405-09355-3 定価: 本体1,300円+税 208P B5変型判	冊

搬入希望日

月 日

※新刊同時搬入を希望しない場合は
搬入希望日をご記入ください。

貴店番線印

★ 新星出版社 営業担当:

〒110-0016 東京都台東区台東2-24-10
TEL: 03-3831-0743(代)

ご注文は
営業本部FAXまで

03-3831-0758 (fax)

ご担当 様

2019.11.20作成