

「いつも同じ料理になっちゃう。  
何作ろうかな」



…そんな時に！

「骨を丈夫にするには？」  
「集中力をアップするには？」  
「貧血にきくお弁当は？」  
「筋肉増強するには？」等々、  
成長期の子どもを想う  
親御さんは必見です。

お弁当フェア

中高生のお弁当BOOK ★ 新星出版社