

# Special Collaboration Menu



×

Dr.ナグモ “命の食事”  
医師・南雲吉則



発酵食品 高ポリフェノール 低糖質 小麦不使用

NATURAL BEEF & ROOT VEGETABLES MISO, WRAP WITH LETTUCE

**厳選ナチュラルビーフの彩り夏野菜巻き**

1,380 yen(税抜)

旨み溢れる厳選ナチュラルビーフを使用し、たっぷりの根菜と有機醤油や白味噌でじっくり炒めコクを出した肉味噌を、たっぷりの夏野菜や雑穀をレタスで巻いてお召し上がりください。食べ応えのある一品です。



発酵食品 完全栄養 高オメガ3 高ポリフェノール 低糖質 低オメガ6 減塩 小麦不使用

CHICKEN SAUTEED WITH BURDOCK AND MATURE BALSAMIC SOY SAUCE

**鶏もも肉ごぼうの熟成バルサミコ醤油麹**

1,380 yen(税抜)

しっかりと旨みを閉じ込めたジューシーな地鶏と、食物繊維やポリフェノールを多く含むごぼうを、有機バルサミコと有機醤油麹を合わせたコクと酸味の深いソースで絡め、香ばしいローストアーモンドと合わせました。



低糖質 低オメガ6 小麦不使用

ZEN PASTA WITH CHICKEN AND VEGETABLES IN A ETHNIC STYLE THICK STARCHY SAUCE

**蒸し鶏と季節野菜のエスニックあんかけゼンパスタ**

1,600 yen(税抜)

今話題の乾燥しらたきを使用したゼンパスタに、やわらかい国産鶏むね肉とたっぷりのパクチーや厳選野菜を添えライムの効いたエスニック風のアんかけに仕上げました。ヘルシーで食べ応えのある女性スタッフもイチ押し一品です。



発酵食品 完全栄養 高オメガ3 高ポリフェノール 小麦不使用 ビーガン

BLUEBERRY & BILBERRY VEGAN ICECREAM WITH MANGO CHIASEED SAUCE

**ブルーベリーとビルベリーの発酵ヴィーガンソフトクリーム マンゴーチアシードソース**

980 yen(税抜)

日本古来の発酵食品である甘酒を使用した豆乳のヴィーガンソフトクリームに、抗酸化力が高くポリフェノールが豊富なフレッシュブルーベリーとビルベリーを合わせました。色鮮やかなマンゴーソースが甘酸っぱく夏らしいギルトフリースイーツです。

## 南雲先生からのメッセージ...

「30年間でがんの死亡率を半減するため命の食事を始めよう！」

### K\Ug“命の食事”!?

この30年間で、がん死亡率は倍増しました。  
今やタバコをしのぐ最大の発がん因子は「食生活」です。  
今日食べたもので明日の身体は作られるのです。  
そこで私はがん専門医として「命の食事」を提唱しています。  
大切な人をがんから守り、ご自身も若々しく健やかに過ごすための  
命の食事をはじめませんか？

#### 南雲先生の大人気著書をご紹介します



「大切な人をがんから守るため今できること 命の食事」  
本体1,300円＋税 主婦の友社  
がんになる人は2人に1人。  
がんで亡くなる人は3人に1人。  
30年間でがんの死亡率を半減するため『命の食事』を始めよう！



「がんを寄せつけないからだを作る 命の食事 最強レシピ」  
本体1,300円＋税 ワニブックス  
今すぐ始めたい、命の食事三大原則が詰まったレシピ、満載!専門医が自ら実践する病気知らずの献立決定版。



「明るく前向きになれる乳がんのお話100」  
本体1,380円＋税 主婦の友社  
あなたの乳がんの不安と心配をひとつずつ解決します。100個の話を読めばがんに立ち向かう勇気と希望がわく本。



#### 【南雲 吉則】

1955年生まれ。医学博士。乳腺専門医。  
慈恵医大卒業、女子医大形成外科、癌研病院外科、慈恵医大乳腺外来医長を経て、ナグモクリニックを開業。  
現在、東京・名古屋・大阪・福岡の各院で乳がん手術、乳房再建術を行う。  
近年は30年間でがん死亡率を半減させる「命の食事」を提唱し  
出版・講演・メディア出演にも力を注ぐ。