

GW・母の日 にひとりでできたよ♡

はじめて作りまーす!

お母さん
みてね

よどがわ生協
組合員さんのお子さん
さなちゃん
(小4)



いつもおトク
本体 **278円**
(税込 300円)



1缶あたり
本体 **126円**
本体 **378円**
(税込 408円)

ミックス粉に混ぜた自社でとった
だしのうまみが味の決め手!

ソースはおはなはんに合うよう
独自にブレンド

「おいしいから おはなはんの
生地だけほしい」の声に
こたえて!

用意するもの
キャベツ(みじん切り)
100g・卵1個・
お好みの具(肉・イカ等)・
ソース・その他お好みで
生姜・青のり・マヨネーズ
※おいしい焼き方
リーフレット付き

冷凍保存
OK

426 冷蔵
おはなはん販売
だし入り練り状
お好み焼き粉
440g
(55g×8袋)

いつもおトク
1袋あたり
本体 **348円**
(税込 376円)

(198kcal・食塩相当3.8g/100g) 小麦
賞味期間:お届け日を含め6日

完成

キャベツは
甘みの強い芯に
近い部分のみを使用

1カップ(2人前)に
卵2個を
ご用意ください

チーズが
とろけてて
うーん
おいしい♡

ふあっふあっ



フライパン 2人前

冷蔵 次:5月 回:3回

おはなはん
おはなはんお好み焼
(ブタ入) 356g(2人前)

1人前あたり
本体 **99円**

特別価格
本体 **198円**
(税込 214円)

年に一度

たまごを加えるだけで手軽にお好み焼が楽しめるお好み焼セット。
(203kcal・食塩相当3.4g/1食178g) 小麦
消費期限:お届け日を含め3日