



組合員さんの声
 ちょうどいいサイズにカットされていてそのまま調理できるので楽です。
 パルコープ 組合員さん

国産豚肉バラを約2ミリ厚でスライスし、3分割して**90gずつ**小袋包装しています

51 冷凍 国産・コービスプロダクト
国産豚お好み焼・焼そば用バラ(分包) 450g(90g×5)
 国産豚のバラ肉を、一般のバラ肉の1/3の長さにカットしました。
 100gあたり 税込 **212円** 本体 **880円** (税込 950円)

大容量



組合員さんの声
 レンジでできて、味もしっかரிついていて、ストックしておくとお助かります。
 パルコープ 組合員さん

52 冷凍 マルハニチロ
お好みソース焼そば 875g(5袋)
 ほんのり甘みのあるソースで香ばしく味付けし、直火で炒めた焼そばです。(280kcal・食塩相当3.1g/1食175g)
 1袋あたり 税込 **151円** 本体 **698円** (税込 754円)



組合員さんの声
 暑いと食欲もなくなるけど、ビールといっしょに食が進むわ。
 パルコープ 組合員さん

53 冷凍 鶏肉・タイ産
炭火やきとりもも串(たれ) 648g(8本×3袋)
 炭火で1本1本焼き上げました。甘めのたれなので、ごはんのおかずに。〔原産国:タイ〕(40kcal・食塩相当0.5g/1本約27g)
 1本あたり 税込 **49円** 本体 **1,080円** (税込 1,166円)

8月9日(月)〜13(金)の配送はお休みです。よろしければ買い置きを。



54 冷凍 吉野家
吉野家 牛丼の具 135g×4
 吉野家秘伝のタレで煮込んだ牛丼の具。レンジでも湯せんでも調理できます。(336kcal・食塩相当2.4g/1袋135g)
 1袋あたり 税込 **400円** 本体 **1,480円** (税込 1,598円)



55 冷凍 阪神低温
いかリング 唐揚げ 300g
 するめいかのリングのみを唐揚げ用にしました。(95kcal・食塩相当0.8g/100g)
 本体 **698円** (税込 754円)



56 冷凍 国産・アマタケ
国産若どりささみ(すじ切り) 1kg
 ハーブ入り飼料を与えた国産若鶏のささみの太い筋のみを取り除き、バラ凍結しました。
 100gあたり 税込 **95円** 本体 **880円** (税込 950円)



57 冷凍 CO-OP
若鶏もものり巻きチキン(お徳用) 500g
 やわらかな若鶏もも肉をタレに漬け込み、のりで巻いて揚げました。(原産国:タイ) (219kcal・食塩相当1.4g/100g)
 本体 **698円** (税込 754円)



58 冷凍 阪神低温
超お徳用シーフードミックス 600g
 和洋中色々な料理に使えて便利なシーフードミックス。(69kcal・食塩相当0.6g/100g)
 本体 **980円** (税込 1,058円)

組合員さんの声
 たっぶり入っていてぜいたくに使える気分がうれしいです。
 パルコープ 組合員さん



59 冷凍 伊予食品
ライスバーガー炙り焼肉 345g(3個)
 直火で炙った牛肉を、国産こしひかりのライスパンズではさみました。
 1個あたり 税込 **180円** 本体 **498円** (税込 538円)

組合員さんの声
 息子がおやつ感覚で食べます。小腹が空いている時にちょうどいいとお気に入りです。
 パルコープ 組合員さん



60 冷蔵 若田食品
具だくさんのひじき煮 300g
 お出汁をじっくりひじきにしみこませやわらかく仕上げました。(89kcal・食塩相当1.9g/100g)
 本体 **398円** (税込 430円)

具材
 油揚げ、れんこん、人参、こんにゃく、ひじき

えび天 かぼちゃ天
いか天 いんげん天

4種の天丼



レンジ 天ぷら122g(2食、たれ2袋)
61 冷凍 次9月 回1 姫生水産

co-op レンジでできる天丼の具 182g(2食)
4種の天ぷらとだしのきいた旨みタレを2食セット。
(164kcal・食塩相当2.0g / 1食91g) 小麦・えび

4種×2食



レンジでできる 天丼の具 182g(2食)
4種の天ぷらとだしのきいた旨みタレを2食セット。
(164kcal・食塩相当2.0g / 1食91g) 小麦・えび

お盆の買い置き

8月9日(月)～13(金)の
配送はお休みです。
よろしければ買い置きを。

組合員さんの声
だしの味がしっかりついているのでそのまま食べてもおいしかった。
小腹がすいた時や、おつまみにちょうどよかった。
パルコープ 組合員さん



パル・よど 開発商品
レンジ 紅しょうが使用
62 冷凍 次9月 回2 ニッキーフーズ

だしが決め手のたこ焼 600g(30個)
かつおだしのきいた風味のよい生地で焼きあげたたこ焼です。
たこは少し小粒サイズ。(28kcal・食塩相当0.2g / 1個約20g) 小麦・卵



1食あたり 15円 本体 398円 (税込 430円)



ハインツの和風ソース
食べごたえのある厚み
63 冷凍 次9月 回4 ハインツ日本

和風オニオンハンバーグ 155g
ハインツが作った、ソースにも肉にもこだわったハンバーグです。(236kcal・食塩相当2.8g / 1袋155g) 小麦・卵・乳



5個入
直径約11cm
小麦粉:国内製造
レンジ 解凍 トースター
64 冷凍 次9月 回1 デルソーレ

フォカッチャ 70g×5
イタリアの代表的な食事パン。
(181kcal・食塩相当0.7g / 1枚70g) 小麦



明太と高菜のピリ辛ピラフ
レンジ フライパン
65 冷凍 次9月 回1 JASが

明太高菜ピラフ 230g×2
国産米に、辛子明太と青高菜をいれたピリッと辛いピラフです。(152kcal・食塩相当1.4g / 100g) 小麦・えび



分タイプ
じゃがいも:国産又はアメリカ産
66 次8月 回3 カルビー

ポテトチップスうすしお味 ゴー5パック 140g(28g×5)
(157kcal・食塩相当0.3g / 1袋28g) 賞味期間:6カ月



分タイプ
うるち米:米国、国産、もち米粉:タイ産
67 次8月 回3 亀田製菓

ハッピーターン 32g×10
甘みが引き立つ塩味のきいた軽いせんべい。
(167kcal・食塩相当0.47g / 1袋32g) 賞味期間:5カ月



だしの香りと旨みたっぷり
68 次8月 回3 ヤマキ

そうめんつゆ ストレート 300ml×2
原料:遺伝子組換えでない
(46kcal・食塩相当3.7g / 100ml) 小麦 賞味期間:1年



シャキシャキ野菜がたっぷり
手軽にとれる
1食あたり 約75g(生換算)の野菜入り
液全卵:国内製造
69 次9月 回1 甲府東洋

野菜の美味しいスープ 10食
5種の野菜に玉子を加え、中華風に味付け。
(33kcal・食塩相当1.1g / 1食8.5g) 賞味期間:1年



おやつやおつまみにも
50本入
鶏肉:国産
個包装
1本のサイズ:長さ約3.5cm
70 次9月 回1 ヤガイ

おやつカルパス 170g(3.4g×50)
鶏肉と豚肉を使用。ソフトな食感。
(16kcal・食塩相当0.1g / 1本3.4g) 賞味期間:4カ月



手軽にとれる
1袋(4.5g)あたり カルシウム54mg
かたくちいわし:国産
71 次9月 回1 セトフイン

ぽりぽり小魚 (箱) 4.5g×50
国産片口いわしを醤油と砂糖で甘辛い味に。
(17kcal・食塩相当0.2g / 1袋4.5g) 小麦



国産小麦手延べそうめん 1.8kg(50g×9束×4)
国産小麦100%。
味がよくコシが強い。
(350kcal・食塩相当3.6g / 100g) 小麦 賞味期間:2年



組合員さんの声
朝ごはんや昼ごはん、ぱぱっと食べたいときに便利!もちもちでおいしいです。
京都生協 組合員さん

73 次9月 回1 フクシマフーズ

おいしい赤飯 160g×10
国産もち米と北海道産小豆を使用した赤飯。
(260kcal・食塩相当0.4g / 1パック160g) 賞味期間:6カ月

くるっと丸めて、
冷凍庫内で
かさばらない！

買い置きに

冷凍なので
保存に便利！

シート巻が
使いやすい！

1枚もののお肉をシートで
くるんでいます。

次回8月2回の配送はお休みです。
(8月9日(月)～13日(金))



手で切り離せる
ミシン目つき！

便利な約80g
ずつの分包

トレーなしの
袋タイプ

流水解凍で約15分

392 冷凍 次回8月9日 国産・
ニッシン・グルメビーフ 100gあたり
税込306円 本体 **680**円
国産牛こまぎれ(カットタイプ) 240g (税込 734円)
国産牛のモモ・肩・バラ肉を約1.3mmにスライスしました。

チャック
シール付袋

393 冷凍 次回8月9日 国産・イサミ 板:長さ約30cm
100gあたり
税込313円 本体 **580**円
国産牛小間切れ 200g (税込 626円)
国産牛の小間切れを、約1.5mmにスライスしました。

1本約70g
トレーなし

394 冷凍 次回8月9日 国産・イサミ
国産牛赤身切落し
(シート巻4本) 280g 100gあたり
税込378円 本体 **980**円 (税込 1,058円)
国産牛の赤身肉(モモ・カタ)を約1.5mmにスライスし、
シートで巻きました。野菜巻きやすき焼にもどうぞ。

日持ちする
冷凍野菜を**ストック**

次回8月2回は配送は
お休みさせていただきます

組合員
さんの
声 粒が大きくて
甘い！サラダや
ナポリタンに
入れたり、量が多くて
良かったです。
パルコープ 組合員さん

組合員
さんの
声 今まで冷凍野菜は
あまり利用しなかったが、
使ってみると美味しい！
少量使いできるのもいいね。
パルコープ 組合員さん

野菜を「みじん切り」して
おきました



ハンバーグや炒飯も
時短でできる！

野菜は全て国産です

255 冷凍 次回9月1日 北海道
フーズ
CO-OP 国産野菜の
みじん切りミックス 280g
国産の玉ねぎ、にんじん、ピーマンをみじん切り
にしミックスしました。(30kcal・食塩相当0.02g/100g) 本体 **298**円 (税込 322円)



256 冷凍 次回9月1日
ノースイ
北海道つぶコーン
300g 本体 **298**円 (税込 322円)
北海道産スイートキックス種を
使用した冷凍つぶコーン。(99kcal・食塩相当0g/100g)

254 冷凍 次回8月9日 畑中物産
宮崎
ほうれん草 200g
宮崎県産のほうれん草を約5cmでカットし、
バラバラに凍結しました。(21kcal・食塩相当0.3g/100g) 本体 **218**円 (税込 235円)



次回8月2回はお休みです
(8月9日(月)～13日(金))

日持ちする**冷凍の貝**をどうぞ

砂抜き・
水洗い不要

凍ったまま沸騰した
お鍋に入れるだけ

1袋でおみそ汁約2人分

3～4人分の
おみそ汁には2袋、
お使いください。

島根県宍道湖産

364 冷凍 次回8月9日
イトハラ水産
しじみ屋さんの
冷凍しじみ 70g×2
宍道湖の東部水域の大和しじみを、うまみ成分を
引き出してから冷凍しています。(51kcal・食塩相当0.2g/100g) 本体 **396**円 (税込 428円)



ざる:直径
約12.5cm

北海道沖産

365 冷凍 次回8月9日
丸弘水産
北海道産
あさり貝(冷凍) 200g
北海道で水揚げされたあさりを袋に
入れそのままボイルしました。(74kcal・食塩相当2.01g/100g) 本体 **398**円 (税込 430円)



袋の中の氷は
あさりの成分が凍った
ものです。あさりと一緒に
加えてください。

あさりの旨み
たっぷり



ざる:直径
約15.5cm

買い置きに 何かと使える 豚こまぎれ

やきそば♪ 野菜炒め♪ 煮物にも♪

使いたい分だけ
使えて便利です♪

バラ
凍結

チャック
シール付袋

別チラシ
「キッチン・メモ」も
ご覧ください

包材の裏面にレシピを
掲載しています

お届け時、包材変更の
場合があります

袋サイズ:
たて約30cm

406 冷凍 次:8月 国産・コープスプロダクト

国産豚こまぎれ
(豚肉らくらくパック) 400g 本体 498円
(税込 538円) 100gあたり 135円

国産豚肉のモモ・カタ肉を約1.7mmにスライスしました。

バラ
凍結

チャック
シール付袋

包材の裏面に
レシピを
掲載しています

お届け時、包材変更の
場合があります

袋サイズ:
約35cm×25cm

407 冷凍 次:8月 国産・コープスプロダクト

国産豚こまぎれ
(豚肉らくらくパック) 700g 本体 798円
(税込 862円) 100gあたり 124円



たっぷり700gの
ボリュームパック!



キメが細かくて
適度に脂がある
ロース

シートで約100gずつに
分けています

408 冷凍 次:8月 国産・JA全農ミートフーズ

国産豚ロース
しゃぶしゃぶ用 300g 本体 598円
(税込 646円) 100gあたり 216円

国産豚のロースを約1.5mmのしゃぶしゃぶ用にしました。

お盆の 買い置きに

ふんわりとした食感が
おいしかった! 賞味期間が
長いのもうれしい。

真空パックだから
賞味期間
14日間♪

314 冷蔵 次:9月 立石食品

鹿児島さつま揚げ
いか入り 120g (4枚)

原料:遺伝子組換えでない

さつま揚げの生地に、いかのうまみと木綿豆腐の (税込 225円)
ふんわり食感。(115kcal・食塩相当1.5g / 100g) 賞味期間:お届け日含め14日

本体 208円

いいもの co-op

人気
NO.1

「つくりたて」のような ふんわりたまごのスープ

味、たまごの
ふわふわ感全てに
おいて満足する
おいしさ。毎日
ごはんの時間が
楽しみです。



7月3回
お試し企画
案内品

773 次:8月 八戸東洋

co-op たまご
スープ 10食

原料:遺伝子
組換えでない

1食あたり 50円
本体 458円
(税込 495円)

(30kcal・食塩相当1.3g / 1食7g)
小麦・卵・かに 賞味期間:1年

チキンエキスとブイヨンの
まろやかで深みのある味わい

フリーズ
ドライ
タイプ

10食入



照り焼き風味の タレ付き

お盆の 買いおきに

野菜付きの冷凍おかずセット

白菜や豚肉を加えて
簡単八宝菜



約2~3人前

フライパン

376 冷凍 次:9月 阪神低温

なすとアスパラガスと
海鮮の照り焼き炒めセット

210g (具材180g、たれ30g)

いか、えび、揚げなす、アスパラに照り焼き風味の
タレを添付しました。(91kcal・食塩相当1.1g / 100g)

アスパラガス:ペルーまたは中国産、
アメリカオアカイカ:ペルーまたはチリ産、むきえび:インドネシア産(養殖)

本体 398円
(税込 430円)

小麦・えび



約3~4人前

フライパン

377 冷凍 次:9月 阪神低温

具たっぷり
シーフード八宝菜

(白湯スープ味)

320g (具材250g、たれ70g)

原料:遺伝子組換えでない

イカ、ほたて、えび、中華7種野菜を具材に
白湯のたれを添付しました。(76kcal・食塩相当1.7g / 100g)

本体 398円
(税込 430円)

小麦・えび



組合員さんの声

きゅうりとレタスとマヨネーズで和えてサラダにしたら、子どもがよく食べとったわー!

パルコブ 組合員さん

湯せんで、ぷるぷる食感に

冷蔵庫の常備品

子どもも食べやすい!

組合員さんの声

ほうれん草が苦手な娘も、白あえベースに混ぜたときだけは食べてくれます!

パルコブ 組合員さん

511 冷蔵 次:8月3日 賞味期間:4カ月

co-op 酢の物ベース 180g

緑豆春雨、にんじん、きくらげの入った酢の物ベースです。(200kcal・食塩相当3.3g / 1袋180g)

本体 149円 (税込 161円)

512 冷蔵 次:8月3日 賞味期間:4カ月

co-op 白あえベース 170g

3種の具材が入った白あえの素。お好みの具材を加えるだけ。(230kcal・食塩相当2.1g / 1袋170g)

本体 189円 (税込 204円)

組合員さんの声

家で作ってもごぼうとマヨネーズが分離するから、こんなにおいしくできへんねん!

パルコブ 組合員さん

シャキシャキごぼうに、まろやかな酸味

528 冷蔵 次:8月4日 賞味期間:45日

ケンコーマヨネーズ co-op ごぼうサラダ (マヨネーズ味) 100g

国産のごぼうとにんじんを使用したマヨネーズ風味の食べやすいサラダです。(198kcal・食塩相当1.3g / 1袋100g)

本体 149円 (税込 161円)

食べ切り惣菜

2〜3袋買い置きしておく、便利ですね!

次回8月2回の配送はお休みです。日持ちするパック惣菜をストック

514 冷蔵 次:9月2日 賞味期間:5カ月

co-op 竹の子土佐煮 90g

かつお節を合わせた風味のいい竹の子の食感が堪能できます。(38kcal・食塩相当1.3g / 1袋72g(液汁のぞく))

本体 100円 (税込 108円)

515 冷蔵 次:9月1日 賞味期間:5カ月

co-op ごぼうとこんにゃく煮 65g

だしが旨味がきいたごぼうとこんにゃくの煮物。お弁当にもぴったりです。(29kcal・食塩相当0.8g / 1袋53g(液汁を除く))

本体 100円 (税込 108円)

516 冷蔵 次:8月3日 賞味期間:60日

co-op 黒豆 少量パック 80g

国産大豆を使用した、甘さを抑えた黒豆。お弁当にもぴったりです。(164kcal・食塩相当0.5g / 1袋約68g(液汁を除く))

本体 100円 (税込 108円)

517 冷蔵 次:8月3日 賞味期間:60日

co-op ひじき豆 少量パック 80g

国産大豆を使用した、甘さを抑えたひじき豆。お弁当にもぴったりです。(117kcal・食塩相当0.9g / 1袋約69g(液汁を除く))

本体 100円 (税込 108円)

518 冷蔵 次:9月5日 賞味期間:45日

カネハツ食品 黒ごま根菜サラダ ミニ 75g

ごぼう、れんこん、人参、黒ごま、白ごまを使用した、お弁当にもぴったりです。(147kcal・食塩相当0.7g / 1袋75g)

本体 100円 (税込 108円)

お休み前の買い置きに 次回8月2回の配送はお休みです

稲の声を聴いています

いわてっこを栽培している遠野は盆地であり、その気候風土やきれいな水を充分生かしつつ、そして田んぼに足を運び稲の声を聴きながら米を栽培しています。

普通精米

591 次:9月1日 賞味期間:45日

ライスフレンド 岩手県産いわてっこ 5kg

適度な粘りがあり、冷めてもおいしく、お弁当やおにぎりにおすすめです。

本体 1,780円 (税込 1,922円)

普段使いしやすいことを目指したブレンド金芽米

毎日おいしく食べられるよう、金芽が残りやすくておいしい2品種をブレンド

滋賀県産 秋の詩 70% 岩手県産 ひとめぼれ 30%

※原料事情によりブレンドが変わる場合があります。

無洗米

592 次:8月3日 賞味期間:45日

東洋ライス 無洗米毎日食べたい金芽米 5kg

金芽と亜糊粉層を残したお米です。白米より栄養価が高くヘルシーなお米です。

本体 1,980円 (税込 2,138円)

パル・よどがわ市民生協の独自ブレンド米

よりお財布にもやさしく、より毎日おいしく食べられるよう時期ごとにブレンド内容を見直しています

全農パールライス

毎日のお米

無洗米

593 次:8月3日 賞味期間:45日

5kg 本体 1,780円 (税込 1,922円)

595 次:8月3日 賞味期間:45日

10kg 本体 3,280円 (税込 3,542円)

普通精米

594 次:8月3日 賞味期間:45日

5kg 本体 1,680円 (税込 1,814円)

596 次:8月3日 賞味期間:45日

10kg 本体 3,180円 (税込 3,434円)

8月2回の配送はお休みです

まとめ買いお忘れなく!



賞味期間
(開封時)

野菜・果実
ジュース

野菜汁55%・果汁45%
=100%

野菜
32種
+
4種の果実

635 冷蔵 次回8月3日
東京めいらく
co-op

野菜・果実
ジュース
1000ml

原料:遺伝子
組換えでない

本体 178円
(税込 192円)

野菜と果実をブレンドした
飲みやすいジュース。
(76kcal・食塩相当0.2g / コップ1杯200ml)

賞味期間:40日

賞味期間
(開封時)

Lipton
LEMON TEA
レモンティー

636 冷蔵 次回8月3日
森永乳業
東京めいらく
co-op

リプトン
レモン
ティー
1000ml

本体 95円
(税込 103円)

(53kcal・食塩相当0g / コップ1杯200ml)

賞味期間:お届け日を含め11日

賞味期間
(開封時)

無糖ブラック
アイスコーヒー

637 冷蔵 次回8月3日
東京めいらく
co-op

アイス
コーヒー
無糖
1000ml

本体 100円
(税込 108円)

(8kcal・食塩相当0.02g / コップ1杯200ml)

賞味期間:40日

賞味期間
(開封時)

甘さひかえめ
アイスコーヒー

638 冷蔵 次回8月3日
東京めいらく
co-op

アイス
コーヒー
甘さひかえめ
(加糖)
1000ml

本体 100円
(税込 108円)

(38kcal・食塩相当0.02g / コップ1杯200ml)

賞味期間:40日

ふんわり
甘くて香ばしい

NEW
新

1075
サーフビバレッジ

とうもろこしの
おいしいひげ茶
500ml

本体 88円
(税込 95円)

北海道産とうもろこしのひげと実を使用
したお茶です。
(0kcal・食塩相当0.02g / 100ml)

賞味期間:9カ月

お休み前の買い置きに

次回8月2回の配送はお休みです
(8月9日(月)~13日(金))

“しゅわ”と
炭酸は強め!

麦茶

1本あたり
税込 54円

24本

1076 次回9月1日
日本サンガリアバレッジカンパニー

すばらしい麦茶
500ml×24

本体 1,180円
(税込 1,274円)

ノンカフェインで飲みやすい香ばしい麦茶。
(0kcal・食塩相当0.008~0.04g / 100ml)

賞味期間:9カ月

2L×6

ナチュラル
ミネラルウォーター
硬度 約16mg / l
(軟水)

1本あたり
税込 76円

1077 次回8月3日
ライフドリンクカンパニー

熊野古道水 2L×6

天然水を精密フィルターで非加熱
濾過した、ナチュラルミネラルウオ
ーターです。
(0kcal・食塩相当0.0g / 100ml)

本体 418円
(税込 451円)

賞味期間:2年

“軟水で飲みやすい”
のが特徴です

24本

1本あたり
税込 63円

1078 次回8月3日
日本サンガリアバレッジカンパニー

伊賀の天然水
強炭酸水 500ml×24

天然水で作った強炭酸水です。
(0kcal・食塩相当0~0.04g / 100ml)

本体 1,392円
(税込 1,503円)

賞味期間:6カ月

試してナットフ
お一人様
3点まで
通常企画 250g × 4 は
9月1日に案内予定



1079 ハチ食品
国産牛肉と北海道野菜の
ビーフカレー 250g(1人前)
国産牛肉と北海道産じゃがいも、人参使用。
(285kcal・食塩相当4.3g / 1袋250g) 小麦・乳 賞味期間:2年



限定価格
本体 198円
(税込 214円)



調理例
国産
素材
だいこん:北海道産
1080 次:9月 回:1回
AWファーム 千歳
1080 コープきんき 共同開発 切干大根
(北海道産) 25g
北海道で育てた大根を、千切りにして乾燥。
(76kcal・食塩相当0.1g / 1袋25g) 賞味期間:6カ月



いつもおトク
本体 100円
(税込 108円)



12缶
1081 伊藤食品
美味しいツナ
まぐろ(オイル無添加)70g×12
5種の野菜を使った
特製野菜スープを使用。
(46kcal・食塩相当0.7g / 1缶70g) 賞味期間:3年
大容量おトク
本体 1,280円
(税込 1,382円)



増量 +25%
1082 みえぎょれん販売
三重県鳥羽産
カットわかめ
(増量) 20g+5g
三重県鳥羽産の
肉厚わかめを使用。
(34.5kcal・食塩相当6.0g / 1袋)
賞味期間:1年



1083 次:9月 回:1回
松田食品工業
コープきんき 共同開発
味付いなりあげ
1袋(10個)×2
程よい甘みに煮含めた
関西風の味付け。小麦
(33kcal・食塩相当0.1g / 1枚11g)
賞味期間:10カ月
本体 298円
(税込 322円)



1084 次:9月 回:1回
ハチカン
1084 次:9月 回:1回
co-op 鮭荒ほぐし 52g×2
北海道産の秋鮭使用の
ほぐしタイプ。小麦
(110kcal・食塩相当1.4g / 1個52g)
賞味期間:1年
8・9月 月間特売
本体 358円
(税込 387円)



1085 次:9月 回:1回
エスピー食品
お徳用
おろし
生しょうが
160g
(5kcal・食塩相当0.1g / 10g) 賞味期間:1年
たっぷり
160gの
大容量
サイズ
本体 258円
(税込 279円)



1086 トーアス
co-op ミックス
ビーンズ
ドライパック
(パウチ) 55g
3種類の豆を彩りよくミックス。
(83kcal・食塩相当0.4g / 1パック55g)
賞味期間:1年6カ月
いつもおトク
本体 88円
(税込 95円)



国産
素材
芽ひじき:国産
1087 次:8月 回:3回
トーアス
co-op ひじき
ドライパック
(パウチ) 50g×3
国産の芽ひじきを
使用。水戻し不要。
(6kcal・食塩相当0.08g / 1パック50g)
賞味期間:1年6カ月
1パックあたり
税込126円
本体 348円
(税込 376円)



1088 冷蔵 次:9月 回:1回
北海道産生乳
ナチュラルチーズ
モッツアレラ
100g
ミルクの風味とやわらかな
味わい。乳
(264kcal・食塩相当0.28g / 1個100g)
賞味期間:23日
いつもおトク
本体 278円
(税込 300円)



1089 次:8月 回:3回
キュービー
co-op マヨネーズ
(卵黄タイプ) 500g
コクのあるまろやかな味と
さわやかな酸味。卵
(99kcal・食塩相当0.2g / 大さじ1杯14g)
賞味期間:10カ月
たまご
4個分の
卵黄使用
いつもおトク
本体 198円
(税込 214円)



1090 次:9月 回:5回
スドージャム
co-op
大きな果肉の
いちごジャム
365g
粒残りがよく、いちごの
果肉感が味わえる。
(34kcal・食塩相当0.006g / 1食20g)
賞味期間:1年
本体 380円
(税込 410円)



1091 次:9月 回:1回
花畑牧場
生キャラメル
プレミアム
ポップコーン
100g 原料:遺伝子組換えでない
月間特売は今回で終了
原料事情により、
次回より値上げします
花畑牧場の生キャラメルを
コーティング。乳
(441kcal・食塩相当0.94g / 1袋100g)
賞味期間:6カ月
1~8月 月間特売
本体 358円
(税込 387円)



1092 次:9月 回:1回
東洋新薬
co-op 乳酸菌入り
九州産大麦若葉の
粉末青汁 3g×30
原料:遺伝子組換えでない
九州産の大麦若葉、
長命草・桑若葉を使用。乳
(7kcal・食塩相当0.0009g / 1本3g) 賞味期間:2年
スティックタイプ
いつもおトク
本体 880円
(税込 950円)



1148 次:8月 回:3回
霧島酒造
黒霧島
25度(パック)
1800ml
(139kcal・食塩相当0g / 100ml)
20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、
酒類を販売いたしません。酒類の消費税率は10%です。
本体 1,498円
(税込 1,648円)



1093 キリン
ピバレッジ
キリン
生茶
20
微粉砕した茶葉が
もたらすまみと香り。
(0kcal・食塩相当0.03g / 100ml)
賞味期間:9カ月
お一人様
5点まで
大特価
本体 118円
(税込 127円)



1094 次:9月 回:1回
ひかり味噌
無添加
円熟こうじみそ
750g
有機栽培大豆・国産米・
天日塩のみ使用。
(204kcal・食塩相当11.6g / 100g)
賞味期間:6カ月
深いコクと旨味
お一人様
3点まで
最安値
年間
本体 268円
(税込 289円)



1095 次:9月 回:1回
アサヒ
グループ食品
アmanoフーズ
いつものおみそ汁
増量 5種(10袋+1袋)
5種を詰め合わせ、「なす」
のみ3食入り。小麦・乳
(25~41kcal・食塩相当1.4~1.7g / 1食分)
賞味期間:1年
増量 +1袋
1食あたり
税込 97円
本体 980円
(税込 1,058円)



1096 冷蔵 次:9月 回:1回
吉田ピーナツ食品
素煎りミックスナッツ
ハイカカオチョコ入り
220g(22g×10)
ナッツにハイカカオ
チョコをミックス。
(139kcal・食塩相当0.0g / 1袋22g)
賞味期間:6カ月
ハイカカオチョコ入り
10袋入
大特価
本体 698円
(税込 754円)