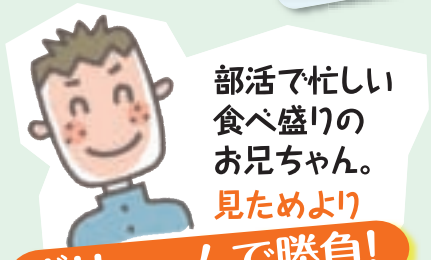


笑顔ひろがる 豊かなくらし
食の安全 子どもの未来 地球環境 守りたい

特集 生協に加入したらみ〜るクラブに入りませんか?……P4

春からのおべんとうは コープが応援

新入学、新入園とともにお弁当作りがスタートするご家庭も多いのでは？朝は何かと忙しいもの。コープは朝のお弁当作りを応援します。



部活で忙しい
食べ盛りのお兄ちゃん。
見ためより

ボリュームで勝負!

「いつもお得な価格」でおなじみのやわらかとんかつはお弁当にもぴったり。炒めたキャベツと厚めの食パンにはさんだらボリューム満点のかつサンド。ごはんの上のせてソースをかけても満腹もちがいなしのソースかつ弁当に。

自然解凍で
おいしい!



衣はサクサク
お肉はジューシー
に仕上がります。

▲CO・OP 衣サクサク
やわらかとんかつ
●1枚 100円
次回企画 4月2回



食パンにキャベツとはさんで
ダイタンかつサンド



ごはんの上にキャベツととんかつ
のをせてソースをたっぷり

楽しく食べて欲しいから。
かわいく手軽に

お弁当グッズ



食べ終わった
あとが楽しみ!



▲柄おまかせ
ポケットモンスターおかず入れ
ダイヤモンド&パール
●14枚 498円
次回企画 3月5回

パリッとした
のりの食感を
保ちます。

▲和風おにぎりシート
●100枚入り 598円
シートの間にのりをはさみこみます。
掲載企画 3月2回



▲6種の和惣菜 6種類の和惣菜をセットにしました。自然解凍でお召しあがりいただけます。(中国加工)
●102g(6個) 198円
次回企画 4月2回

洋より和がお好みのお父さんには
うれしい一品



中学生になったら
自分でお弁当!

コープは自立お弁当を
応援します

コープにはお弁当にピッタリの商品が盛り沢山。お子さんのお弁当作りを応援します。

人気
NO.1



グリルドハンバーグ(冷凍)
●750g(25個) 758円(1個30円)
レンジ、揚げる、フライパン(次回企画3月5回)

ひとくちカレー(常温)

●30g×10袋 780円(1個78円)
温めなくてもそのままおいしいカレーソース。さめたお弁当のごはんの上!(次回企画3月5回)



お弁当版 クッキングレシポ

空きスペースにもう一品
ピマと塩コブの和え物

ピマの細切りに
酒を少々ふりかけ

ラップをして
500wで1分20秒

塩昆布をかけ混ぜ
合わせてできあがり!

カンタンおいしい
スピードだし巻き

溶きたまごに
糸納豆に付いている
タレを入れて混ぜる
(納豆は入らません)

焼いたら
できあがり!



CO・OP白身魚フライ
タルタルソース付き
●129g(6個) 178円
白身魚フライにタルタルソースを
セットしました。
(次回企画3月5回)



お弁当用もずく(冷凍)
●108g(18g×6個) 198円
凍ったままお弁当へ入れます。
ミニカップ(ふた付き)
(次回企画3月5回)

組合員さんの声

お弁当用もずく(便利な
ポーションタイプ)買っ
て良かったです。中学の
お兄ちゃんのお弁当に
入れています。夏のお弁
当にはもってこいです。
凍ったまま入れるので、
保冷剤変わりにもなる
し、おいしく食べれるし
一石二鳥です。
(東淀川区 マッコング)



左記QRコードで、eフレンズやよどがわ生協からのご案内などの情報へ簡単にアクセスできます。

資料請求もできるよ!

