



パル・よど 開発商品

食材セットシリーズ第二弾!!

タレの味でごはんがすすむ!

ラクラク!
ラクラク!

オカンのタレを使った

厚揚げ入り野菜炒め

ボリューム!



南寝屋川支所 横田

野菜たっぷり



味の決め手

パルコープの店舗で開発した、「オカンが作った焼肉のたれ」を使用!

甘みのある醤油ベース味で、お肉も野菜もパクパクいける

具材カット済み & タレ付きだから、炒めるだけで一品完成



豚バラ & 厚揚げ入りでボリューム◎

実際に作りながら開発しました



きのこを入れると食感がいいね

タレと具材、どっちの味も楽しめるようにしたい

忙しい日も、これなら作れそう

セット内容

- 厚揚げ 6個
 - 野菜セット 270g (キャベツ、エリンギ、玉ねぎ、ぶなしめじ、にんじん)
 - 豚バラ肉(国産) ... 100g
 - タレ 60g
- ▼ご用意いただくもの
・ごま油(なければ油)

調理手順も記載しています



NEW 新 パル・よど 開発商品

フライン

55 冷蔵

JA全農ミートフーズ

ラクラク!オカンのタレを使った厚揚げ入り野菜炒め 1セット

約3~4人前 約10分

本体 1,290円 (税込 1,393円)

小麦 (128kcal・食塩相当0.7g/100g) 消費期限:お届け日翌日

カット済み具材 & 調味料付き!

家事分担、お手伝いに

誰が作ってもおいしく仕上がる



生野菜入り

手抜き感なくパパッと一品



生ごみが出ない

& ムダなく食材を使い切れる



食材セットほかにもいろいろ♪ もぐもぐマルシェ P.29もみてね

フライン 約2人前 約10分

355 冷蔵 次8月 1回

JA全農ミートフーズ

ガパオ風ライス 1セット

小麦・乳 (158kcal・食塩相当1.3g/100g) 本体 **800円** (税込 864円)

消費期限:お届け日翌日

セット内容
・豚ミンチ(国産)100g・野菜セット(玉葱、人参、赤パプリカ(韓国産他)、ピーマン)150g・パジロオイルソース25g

▼ご用意いただくもの
・ご飯・しょうゆ・卵2個

フライン 約2~3人前 約10分

356 冷蔵 次8月 1回

JA全農ミートフーズ

豚バラと白菜の蒸ししゃぶオイボン仕立て1セット

小麦 (116kcal・食塩相当1.3g/100g) 本体 **998円** (税込 1,078円)

消費期限:お届け日翌日

セット内容
・豚バラ肉切り落とし(国産)120g・野菜セット(白菜、ぶなしめじ、人参)300g・中華炒めだれ30g・味付けポン酢20g

副菜も一緒にどうぞ 「もぐもぐマルシェ」 P.46もみてね

パル・よど 開発商品

フライン

マカロニ:国内製造

621 冷蔵 次8月 1回

カネハツ食品

サラダがあったら! **ハムマカロニサラダ ミニ**

95g

小麦・卵・乳 (176kcal・食塩相当1.1g/1袋95g) 本体 **118円** (税込 127円)

賞味期間:45日

玉ねぎ
人参
コーン
ハム

ごぼう:国産

616 冷蔵 次7月 4回

ケンコーマヨネーズ

ごま風味ごぼうサラダ

100g

小麦・卵 (220kcal・食塩相当1.2g/100g) 本体 **198円** (税込 214円)

賞味期間:61日