

8/11(月・祝)～15(金)は
配送お休み

お盆休みの買い



買い置きはええけど

冷凍庫パンパン… 問題を解決



原料事情により、
次回より値上げします

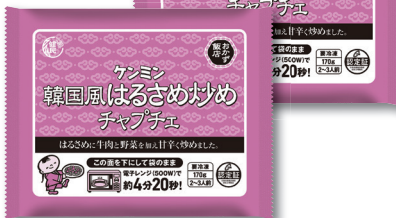
レンジ 具材:小松菜、赤ピーマン、
たけのこ水煮、人参、牛肉、ごま

130 冷凍 次:9月 回:3回 ケンミン食品

韓国風はるさめ炒め(チャプチェ)
170g×2

小麦 1袋あたり 税込269円 本体498円
(238kcal・食塩相当2.8g / 1袋170g) (税込538円)

2袋



はるさめ(でん粉):中国製造

スリムなものをストックするべし!



レンジ 湯たんぽ フライパン

128 冷凍 次:9月 回:2回 マルハニチロ

お好みソース焼そば

875g(5袋)

小麦・えび (280kcal・食塩相当3.1g / 1食175g)

5袋

1袋あたり 税込194円

本体898円
(税込970円)

袋のまま
レンジ500Wで
約3分



レンジ 湯たんぽ

129 冷凍 吉野家

吉野家 牛丼の具

135g×4

小麦 (279kcal・食塩相当2.4g / 1袋135g)

1袋あたり 税込513円

本体1,898円
(税込2,050円)



お野菜が 日持ちしない 問題を解決!

冷凍野菜はもちろん、冷蔵ポテサラも
意外と日持ちするんです!

1.4束分のほうれん草入り/



348 冷凍 次:8月 回:3回 畑中物産

宮崎
ほうれん草 200g 本体228円
(21kcal・食塩相当0.3g / 100g) (税込246円)



(チャックシール付袋) (約5cmにカット済み)



レンジ フライパン ゆでる

143 冷凍 次:10月 回:3回 エア・ウォーター
アグリ&フーズ

CO-OP ブロッコリー 500g 本体488円
(税込527円)

[原産国:エクアドル] (39kcal・食塩相当0.06g / 100g)

生鮮ブロッコリー約3株分
※生鮮ブロッコリー1株300g、可
食部(花蕾部分)165gとして換算



619 冷蔵 次:8月 回:3回 ケンコーマヨネーズ

まるごと北海道
ポテトサラダ 150g 本体178円
(税込192円)

[小麦・卵・乳] (161kcal・食塩相当1.0g / 100g) 賞味期間:46日

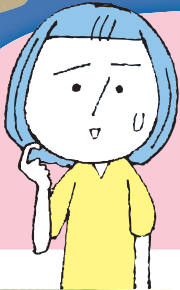
北海道産野菜を使用/
●じゃがいも ●人参 ●玉ねぎ

賞味期間
46日

置き便利帖



次回8月3回の配送まで
14日間空くので
早めの買い置きが吉!



パンが日持ちしない問題を解決

日持ちするパンがあると安心♡

お届け後 40日前後の賞味期間

小麦粉:国内製造

154 次:9月 回:2 コモ (パネトーネ種(酵母)使用)

1個あたり 税込 71円

CO-OP モーニングクロワッサン 16個 本体 1,050円

小麦・卵・乳 (160kcal・食塩相当0.2g / 1個約38g) 賞味期間:60日 (税込 1,134円)

森林資源を守る エシカル

冷凍で日持ちして
いつでも焼きたての味

約17.5cm

調理例

日持ちするアップルパイ

お届け後 50日前後の賞味期間

国産小麦・りんご使用 (パネトーネ種使用)

768 次:9月 回:1 KOUBO

アップルパイ 1個 本体 188円

小麦・卵・乳 (258kcal・食塩相当0.4g / 1個) 賞味期間:75日 (税込 203円)

国産小麦のみ使用

解凍 トースター (小麦粉:国内製造)

110 次:9月 回:1 冷凍 タカキベーカー

カスクートミニ 5個 1個あたり 税込 78円 本体 358円

小麦・乳 (172kcal・食塩相当0.7g / 1個) (税込 387円)

買い忘れがちなアレコレも要チェック! /

デュラム小麦のセモリナ:国内製造

コプ

スパゲッティ

デュラム小麦のセモリナを100%使用し、コシのあるパスタに仕上げました。

太さ 1.5mm

ゆで時間 6分

1kg

986 毎週企画 奥本製粉

ゆで時間:約6分 チャックシール付袋

CO-OP スパゲッティ (チャックシール付き) 1.5mm 1kg

小麦 (360kcal・食塩相当0g / 100g) 賞味期間:3年

本体 398円 (税込 430円)

かんたんなランチや晩ごはんに
欠かせない!

トマトペースト:国内製造

たまねぎ・にんじん・トマトペースト・
トマトピューレー:国産

パスタは付いていません (缶切不要)

985 次:8月 回:3 カゴメ

国産野菜で作った
ミートソース 295g (2~3人前)

8~9月 月間特売

本体 228円 (税込 246円)

小麦 (89kcal・食塩相当1.6g / 100g) 賞味期間:2年

買い忘れた!となる前に

お一人様
5点まで

(栄養機能食品(ビタミンE))

12 次:9月 回:2 ボーソー油脂

米油 1350g

126kcal・食塩相当0g / 大さじ1杯(14g)

賞味期間:1年

スーパープライス

本体 888円 (税込 959円)

食用こめ油:
国内製造



おつまみやおやつに

するめいか:北海道産
チャックシール付袋

北海道産するめいか使用

879 次:9月 回:2 扇屋食品

生協 限定 北海道産
素焼あたりめ 80g

本体 1,280円 (税込 1,382円)

(304kcal・食塩相当2.3g / 100g) 賞味期間:6カ月

帰省や旅行のおともに

試してナットク

80g×2企画

通常企画80g×20は
8月3回案内予定

お一人様
5点まで

948 ゴールドパック

CO-OP 凍らせておいしい
温州みかん 80g×2

(57kcal・食塩相当0.084g / 1本80g) 賞味期間:10カ月

限定価格

本体 138円 (税込 149円)

1本あたり 税込 75円

うんしゅうみかん:国産

みかん

凍らせておいしい

国産温州みかん 果汁30%

限定価格

本体 138円 (税込 149円)

1本あたり 税込 75円

来客時にもあると安心♪

お一人様
3点まで

1132 次:8月 回:3 小川珈琲

京都小川珈琲
炭焼珈琲 無糖 10×6

スーパープライス

本体 1,980円 (税込 2,138円)

1本あたり 税込 357円

コーヒー:国内製造

