いつでも注文

注文書提出期

4月10~4月40

※4月4回の注文書提出メ切日までに ご注文ください。

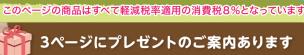
次回は 5月1回 に配布します

このカタログに掲載している注文番号であれば、1カ月間、毎週注文できます!

表紙 減塩•低糖質

裏表紙お酒

クイズdeブレゼント



3ページにプレゼントのご案内あります

軽に食事管理をしたい人に

※都合により商品のデザインや内容量の変更が行われる場合があります。その場合、代替商品をお届けすることがあります。予めご了承ください。



271942 環ボイル レンジ 1倉(150g) 161 kcal 監督0g

糖質コントロール ごはん 大麦入り

1個 税込202円 *****560_円

(寛8カ月三菱食品 主原料:米(国産) 450g(150g×3個)(税込605円)



105726 選ボイル レンジ 1歳(140g) 174 kcal 歳編2.0g

糖質コントロール 牛丼 賞 12カ月 🛃 三菱食品 主原料:牛肉(オーストラリア産) (税込292円)



108628 **週 淳元//>
234** kcal **篇 1 1 2 34** kcal **8 2 1 3 8**

糖質コントロール 餃子 賞 12カ月 乳 麦 三菱食品

主原料:キャベツ(国産) 282g(12個)(税込322円)



対流式釜でふっくら炊き上げたしらず干しを 個食パックにしました。

108663 🏿 🃜 1/プック25g 29 kcal 🏭 0.3 g

🚥 ふっくらしらす干し 🛛 👸 👯 🔾 飛込 🛙 44円 (減塩)

(質)6カ月 西村物産 主原料:いわしの稚魚(国産) 25g×3[#]398 (税込430円)



1食(140g) 203 kcal 編集 1.6 g

糖質コントロール バターチキンカレー (第13カ月 (乳) 主原料:スチームチキン(タイ製造) (税込343円)

50%ff 製造者商品比較 袋のままレンジOK あさりの旨みがきいた 具材たっぷりのクラム チャウダーです。

271935 選ボイル レンジ 110 kcal 編集1.5 g

糖質コントロール クラムチャウダー (賞) 13カ月 (乳) 卵 三菱食品 主原料:油脂加工食品(国内製造)



108494 類 レンジ 205 kcal 編集0.3~1.9g

糖質コントロール うどん 億 13カ月 麦 三菱食品 (税込227円) 主原料:小麦粉(国内製造) 540g(3食)(税込538円)



立たせ、丁寧にほぐしました。

271156 **園蔵** 208 kcal **魚 塩** 1.7 g

北海道鮭荒ほぐし 塩分35%カット

1個 税込269円

50g×2 **498**_H 賞3カ月 北海道ぎょれん 主原料:秋鮭(北海道冲)

(税込538円)

アレルギーと上手に付き合っていただくための食品

●掲載商品はアレルゲン除去商品ではなく、そのほとんどは、他の商品と製造施設や工程が共用です。そのため他の原材料混入(コンタミ ネーション)が皆無とは言い切れません。●食事療法にお使いの場合は、必ず専門医とご相談の上ご利用ください。



105906 **運レンジ** トースター 112 kcal 高端 0.4 g

おこめ丸パン

主原料:うるち米(新潟県産) (賞) 3カ月 タイナイ

個包装 6個入 6個 体 570円

(税込616円)

温め専用 玄米 あんパン 約35秒~40秒 1個:500W アレルゲン 28品目不使用 直径:約7cm 2 国産玄米粉を使用し小豆あんを包んだ、 温め専用のグルテンフリーあんパンです。 個包装 3個入 106023 毎 Lンジ 1個 149 kcal 編集 0.4 g

国産玄米と小豆のやさしい甘み(グルテンフリー

玄米あんパン

主原料:うるち米(国産) (賞)3カ月 タイナイ

3個 **450**円 (税込486円)



🚥 発芽玄米スパゲティタイプ

②24カ月 大潟村あきたこまち生産者協会 主原料:発芽玄米(国産米)

90g # 158_F (税込171円)



メープル風味の米粉パンケーキです。

106784 (国) レンジ 100g 267 kcal (監督 1.3 g

みんなの食卓 米粉のパンケーキ(メープル) 主原料:米(国産) (賞 12カ月 東北日本ハム

***458**_H (税込495円)



米粉のクッキー 苺&ぷれーん 主原料:米(国産) (賞6カ月アルソア慧央グループ 【原材料名】米粉(米(国産))、米油、アーモンドプードル、 てんさい糖、豆乳(大豆を含む)、苺パウダー、食塩

12個 * 350円 (税込378円) (主原料:りんご(国産)



159352 **潭** [1價(35g)) 103 kcal [2] 103 kcal 国産りんごのタルト

賞12カ月日東ベスト

個包装 4個入 140g(35g×4個) **398_円 (税込430円)

かむ力・飲み込む力に合わせて選べるよう、 「かたさ」や「粘度」に応じて区分されています。 ホームページ https://www.udf.jp/

Asahi

バランス献立

食物繊維

前/100g

日本介護食品協議会

Asahi

カルシウム ビタミンBi

かまなくてしり

鶏と野菜の

かまなくてよい

まれせ やさしい献立

なめらかおかず

鶏肉と野菜

シチュー

バラス献立なめらかおかず

容易にかめる 歯ぐきでつぶせる 舌でつぶせる かまなくてよい かむ力の かたいものや大きいものはやや食べづらい かたいものや大きいものは食べづらい 細かくてやわらかければ食べられる 固形物は小さくても食べづらい 飲み込む力の 水やお茶が飲み込みづらい 普通に飲み込める ものによっては飲み込みづらいことがある 水やお茶が飲み込みづらいことがある 目安

容易にかめる バランス献立 白身魚だんごの 主な具材 玉ねぎ 人参 青ねぎ 鶏卵 たら(魚だんご) おかず 1人前

白身魚だんごのかきたま

(2) 18カ月
(3) 18カ月
(3) 18カ月 アサヒグループ食品 主原料:たまねぎ(国産)

主な具材

鶏肉

玉ねぎ

長ねぎ

人参

150g # 240_円 (税込259円)

歯ぐきで じりつぶせる バランス献立 主な具材 豆腐 鶏卵 牛肉 玉ねぎ 人参 立 立 立 かまなぎ にんじん 中央 1人前

104659 週ボイル レンジ 1幾(100g) 57 kcal 編 1.2 g すき焼き (24カ月 (卵) 麦

Asahi

アサヒグループ食品 主原料:豆腐(国内製造)

1人前 かぼちゃの鶏そぼろ煮

②24カ月 🧲

主な具材

かぼちゃ

鶏肉

(鶏肉加工品)

アサヒグループ食品 主原料:かぼちゃ(国産) 100g # 190_円

tta-t-やさしい献立

やわらかおかず

さつまいもと豆のきんとん

(税込205円)

舌でつぶせる

かぼちゃの

鶏そぼろ煮

主な具材 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも

1人前 103720 選ボイル レンジ 75 kcal 高譜 0.52 g なめらかおかず 鶏と野菜のシチュー

🕲 18カ月 乳 袰 75g * 190_m アサヒグループ食品 主原料: クリーミングパウダー(国内製造) (税込205円)

容易にかめる 鶏だんごの バランス献立 甘酢あんかけ

1人前 鶏だんごの甘酢あんかけ (寛 18カ月 袰

アサヒグループ食品 主原料:鶏だんご(国内製造) 150g # **240**_円 (税込259円)

バランス献立 主な具材 鶏肉 (鶏肉加工品) ごぼう じゃがいも 昆布 入っている 動物(衛内加工品) ごほう にゃかいち 発析 1人前

104563 選ボイルレンジ 1数(100g) 63 kcal 監督0.76g 鶏とごぼうが入った五目煮 (2) 18カ月 (表)

アサヒグループ食品 主原料:鶏肉加工品(国内製造)

100g # 190_円 (税込205円)

##1-E-

やさしい献立

海老と貝柱の

歯ぐきでつぶせる

100g # 190_円

(税込205円)

歯ぐきで つぶせる

鶏とごぼうが入った

五目煮

主な具材 さつまいも ひよこまめ 1人前

やわらかおかず さつまいもと豆のきんとん (25カ月 (卵) 麦

主原料:さつまいも(国産)

80g # 160 H (税込173円)

ttate やさしい献立

やわらかおかず

うなたま

舌でつぶせる



271360 囲 ボイル レンジ 77 kcal 高編0.5 g なめらかおかず 鶏肉と野菜チキンソテー

(寛25カ月 🕦

キユーピー 主原料:鶏肉(国産) 75g # **160**円

で食べる

国産 もち米粉

容易にかめる #1-E-やさしい献立 貝柱の マカロニグラタン 主な具材 じゃがいも 玉ねぎ 人参 マカロニ いたや貝柱

1人前 105101 週 ボイル レンジ 1袋(100g) 97 kcal 高橋0.7 g 貝柱のマカロニグラタン

(第25カ月 乳卵麦) 100g # 190_円 キユーピー 主原料:乳等を主要原料とする食品(国内製造) (税込205円)

主な具材 えび いたや貝柱 玉ねぎ じゃがいも 人参

104634 類ボイル レンジ 1袋(100g) 95 kcal & 40.7 g 海老と貝柱のクリーム煮 (2) 19カ月
(3) 卵
(3) 砂

キユーピー 主原料:たまねぎ(国産) 100g # 190_円 (税込205円)

歯ぐきでつぶせる

₹\$1-E-

やさしい献立

鮭と野菜の

かきたま

主な具材 鶏卵 うなぎかば焼 長ねぎ

1人前 272064 類 ボイル レンジ 1袋(80g) 55 kcal & 0.7g やわらかおかずうなたま

(25カ月 (卵) 麦

キユーピー

主原料:鶏卵(国産)

ミネラル

80g # 230 P (税込248円)

たんぱく質



お召し上がりください。

1人前

108446 毎 1袋(50g) 28 kcal 編編0.041g スプーンで食べるおもち

食物繊維

(賞) 18カ月 アサヒグループ食品 主原料:もち米(国産)

50g [‡] 160_円 (税込173円)

主な具材 大根 人参 鳥つくね 豆腐 椎茸

1人前

容易にかめる \$1-E-やさしい献立

107639 毎 ポイル レンジ 1袋(100g) 47 kcal 編集1.0 g 鶏だんごの野菜煮込み

(25カ月 (卵) 麦

100g # 190 H キユーピー (税込205円) 主原料:鳥つくね(国内製造)

主な具材 じゃがいも 長ねぎ 鮭 鶏卵 椎茸

1人前

270812 **週ポイル**レンジ 65_{kcal} 24(100g) 65_{kcal} 24 鮭と野菜のかきたま

キユーピー 主原料:じゃがいも(国産)

億19カ月 乳卵麦

100g * 190円 (税込205円)



消費者庁許可 「総合栄養食品」

「明治メイバランス」は、食事として摂取すべき栄養素 がバランスよく含まれている総合栄養食品です。通常 の食事で十分な栄養を摂ることができない方や低栄

養の方の栄養補給に適しています。

パナナ

メイバランスMiniカップ

|主原料:液状デキストリン(国内製造)| (賞) 12カ月 (乳) 明治

食事として摂取すべき栄養素がバランスよく含まれている総合栄養食品です。

104981 毎 1本(125ml)当たり 200 kcal & 4 0.33g 125me * **270**円 コーヒー味

(税込292円)

105030 毎 1本(125ml)当たり 週 200 kcal 8編0.33g 125me * **270**円 バナナ味

(税込292円)



(税込000円)

セレクト 50 いつでも最安値! (税込000円)



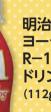
4月より30品目を50品目 に増やし、物価高に直面する 家計を応援します!!

氏脂肪牛乳

セレクト50とは…コープの宅配でご利用が多く、 くらしに身近な商品を中心に、1年を通してお買 得な特別価格を提供している商品です。物価高に 直面する「組合員のくらし・家計」を応援します!



COOT こだわりロースハム スライス(54g×2)



明治プロビオ ヨーグルト ドリンクタイプ (112g)



プレーン ヨーグルト ビフィズス (400g)



人気商品の一部をご紹介します



→ ∞ 冷凍食品 →

おすすめ Selection

冷凍生活アドバイザー

西川剛史さん

テレビ・雑誌など様々なメディ アへの出演をはじめ、著作活 動や商品開発支援など、常に 冷凍を切り口にした活動や事 業を積極的に行っている。 公式ホームページ https://vefroty.co.jp

おいしさのヒミツ

ふわふわ& ふっくら卵

新鮮な卵白の気泡でふわ ふわに。手作り感を大切に 1個ずつ手包みでふっくら 仕上げます。

コクがたっぷり オリジナル ケチャップソース

完熟トマトのうま味が凝縮された ペーストとケチャップをミックスし た自慢のコクうまソースです。

うれしい 国産素材

米、卵、玉ねぎ、にん じん、鶏肉と、具材は すべて国産素材にこ だわっています。

アレンジメニュー

カレー、シチューなどのルーと よく合います!



4月1回(1食)

@1

◇◇ ふっくら卵のオムライス ② 12カ月 日豊食品工業

200g

(4月3回(2食))

パッケージは環境にやさしい再生プラスチック原料を30%使用しています。



プレゼントを

ひきわり納豆

(40g×3、タレ·からし付)

「ふっくら卵のオムライス」は卵を どのようにして包んでいるでしょうか?

応募番号 370217

解答番号 1 1個ずつ手包み

解答番号 2 機械で高速包み

抽選で30名様に 500ポイント プレゼント!



応募番号を 3~6桁番号 注文欄に、正解と思う解答番 号をその 注文数欄 にご記入ください(eフレンズ可)。正 解者の中から抽選で30名様に500ポイントをプレゼント します。商品の利用がない場合(請求金額0円以下)は無 効です。当選者の発表はお届け表でのポイント付与のご 案内をもってかえさせていただきます。



2024年4月19日(金) (注文用紙は4月1回~4月4回)

※ご応募は期間中 お一人様1回限りと させていただきます。

CHECK!!/

カタログの停止・発行について

組合員さんの声にお応えして「停止」「発行」できるカタログが増えました。



カタログの停止・発行の手順

お申込みからカタログ停止・発行の 反映までは2~3週間かかります。



注文用紙に記入する場合

【3~6桁番号】注文欄に6桁の右記対象番号を、 注文数欄に 1 を記入し、提出してください。

※注文用紙の停止は、下記COOP宅配アプリ またはeフレンズサイトからお申込みください。

COOP宅配アプリ・eフレンズサイトの場合











816 松竹梅 天 *** 1,000**

(税込1,100円) 宝酒造 清酒・やや辛口 <u>(アルコール分13%以</u>上14%未満) 主原料:米(国産)

お酒

817 白鶴まる ***1,180**_P (税込1,298円) 白鶴 清酒•中口

(アルコール分13%以上14%未満)

主原料:米(国産)

818 白鶴 糖質ゼロ 22 ***1,180**_□ (税込1,298円) 清酒·辛口

白鹤 糖質ゼロ

819 金色のしずく 1800ml **‡970**_円

(税込1,067円) 福光屋 清酒・やや辛口(アルコール分13%) 主原料:米(国産)

色 甲類焼酎(アルコール分25%)

820 E 1810 焼酎亭25度 42 ***2,280** (税込2,508円) 宝酒造

821 麦の夢《甲乙混和焼酎》 1800ml *1,18U (税込1,298円) 合同洒精 甲乙混和(アルコール分25%)

主原料:焼酎甲類(国内製造)

822 芋焼酎薩摩黒しぶき25 1.8 ℓ #1,68U (税込1,848円) 小鹿酒造 小鹿沼垣 乙類焼酎(アルコール分25%以上26%未満)

主原料:さつまいも(鹿児島県産)

823 本みりん 本みりん(小) **390**_B (税込429円)

キング醸造 みりん(アルコール分13.5%以上14.5%未満) 主原料:もち米(タイ産、国産)

料理酒 824 ⅏虹の宴 料理酒 理 1.82 酒 **#788** (税込867円) 東亜酒造 (アルコール分13%以上14%未満) 主原料:米(国産)

825 白鶴 料 コクと旨みたうぷりの 料理の日本酒の 1.8 € 回 本 **‡798**_₽ (税込878円) 四 白鶴 日本酒 (アルコール分13%以上14%未満) 主原料:米(国産)

(アルコール分13%以上14%末満) ()』

主原料:米(国産)

826 タカラ本みりんかっ 酻良 1000ml **\$398**_□ (税込438円) 宝酒造 (アルコール分12.5%以上13.5%未満) 主原料:もち米(タイ産、国産)

827 **☞**麦焼酎ቈ 薩摩しぶき25° 1.8 & ***1,480** (税込1,628円) 小鹿洒造 乙類焼酎 (アルコール分25%以上26%未満) 主原料:二条大麦(オ-

828 芋焼酎 黒霧島25 1800mℓ ***1,780** (税込1,958円) 霧島酒造 乙類焼酎(アルコール分2 主原料:さつまいも(九州産

829 町のナポレオ 麦焼酎 む3 沈耐 25 いいちこ25 1800mℓ ***1,750** (税込1,925円) 三和酒類 乙類焼酎(アルコール分25%) 主原料:大麦(オーストラリア産、国産)

830

1缶 税込 206円

(税込4,928円)

1缶 税込 206円 350mℓ ×24缶 (税込4,928円) キリン -ル(アルコール分5%) 主原料:麦芽(外国製造又は国内製造(5%未満))

831

838

(IRIN BEE

一番搾り

832 番搾り 糖質ゼロ

839

クリアアサビ

1缶 税込 206円 350ml *4.480 ×24缶 (税込4,928円) キリン -ル(アルコール分5%)

主原料:麦芽(外国製造又は国内製造(5%未満))

番搾り

833

840

ゴールドスタ

スタイルフ

1缶 税込165円 ***3,580** 350mℓ ×24缶 (税込3.938円) アサヒ 発泡酒(アルコール分4%) 主原料:糖類(国内製造)

糖質O

GOLD STAR

J-ルドスタ

1缶 税込160円

1缶 税込165円 350ml * 3,580 ×24缶 (税込3,938円) キリン 発泡酒(アルコール分4.5%) 主原料:糖類(国内製造)

ンラベル

834

淡麗

グリ

841

⋘金麦

糖質75%オフ

淡麗

機質70% オフ

勝貫 75%オフ

1缶 税込 165円 350ml * 3,580 ×24缶 (税込3,938円) キリン 発泡酒(アルコール分5.5%) 主原料:アルコール(国内製造)

ブル

HERICI

Asahi

1缶 税込160円 350ml *3,480 ×24缶 (税込3,828円) サントリー 発泡酒②(アルコール分5%) 主原料:発泡酒(国内製造)

836

843

本麒麟

☞金麦

837 のどご **ZERO**

アサヒ

1缶 税込160円 350ml * **3,480** H ×24缶

(税込3,828円) キリン リキュール(発泡性)①(アルコール分4%) 主原料:発泡酒(国内製造)

350mℓ ×24缶 キリン (税込3,828円) その他の醸造酒(発泡性)②(アルコール分5%)

主原料:糖類(国内製造)

アサヒ

1缶 税込160円

1缶 税込160円 3,480_n 350吨 森 ×24缶 (税込3,828円)

×24缶 サッポロ リキュール(発泡性)②(アルコール分5%) 主原料: 発泡酒(国内製造) 発泡酒②(アルコール分5%) 主原料:発泡酒(国内製造)

350ml *3,480 (税込3,828円)

1缶 税込160円 ***3,480** 350mℓ ×24缶 (税込3,828円) サントリ 発泡酒②(アルコール分4%) 主原料:発泡酒(国内製造)

842 ザ・リッチ

835

プラチナダ

1缶 税込160円 350ml * 3,480 ×24缶

(稅込3,828円)

アサヒ 発泡酒②(アルコール分6%) 本麒麟

1缶 税込160円

×24缶 (税込3,828円) キリン リキュール(発泡性)②(アルコール分6%) 主原料:発泡酒(国内製造)

焼酎 ハイボール 844 **● 焼酎ハイボール** レモン 👼

1缶 税込123円

350ml #2,680_H ×24缶 (税込2,948円) 宝酒造

スピリッツ(発泡性)①(アルコール分7%) 主原料:レモン果汁(アルゼンチン製造、イタリア製造)

×6 845 ニッポンの シン・レモンサワー 1缶 税込 147円

350ml *** 798** P ×6缶 サッポロ (税込878円) リキュール(発泡性)(アルコール分5%)果汁8%

846 ウイスキ マインド 700mℓ ***1,480** (税込1,628円) 南アルプスワインアンドビバレッジ ウイスキー(アルコール分40%)

847 ᅟ 酸化防止剤 無添加のおいしい ワイン 濃い赤 1.8ℓ ***1.080** (税込1,188円) サントリー 果実酒・やや甘口(アルコール分川)※) 主原料:濃縮還元ぶ

848 クラブカピタシ ゴールドメダル(赤) 750mℓ 本67 (税込746円)

849

サッポロ

炭酸水で割ってどうぞ 1:3でALC.約6%

濃いめのレモンサワーの素

(税込1,738円)

リキュール(アルコール分25%)果汁1% 【原材料名】レモン果汁、ウォッカ(国内製造)、レモン 浸漬酒/酸味料、香料、甘味料(スクラロース、アセス ルファムK)、ビタミンC



851 スクリューキャップ 生産者還元 ワイン白 1500mℓ (税込1,463円) 17/12 シャトー勝沼 果実酒・やや辛口 (アルコール分12%) 主原料: ぶどう (山梨県産)

TEL. (0776) 53-5963

ノンアルコ-消費税 8% 852 DRY ZERO ドライゼロフリー

1缶 税込132円 (税込3,154円) キリン アサヒ 主原料:難消化性デキストリン(米国製造) 主原料:難消化性デキストリン(韓国製造)

消費稅 8% 853 カラダFREE

1缶 税込 145円 350ml ×24年 ***2,920** ×24年 ***3,220** 度12カ月 ***2,920** (電12カ月 ***3,000** (元) (税込3,478円)

あしたを想うオールフ 1缶 税込130円

350mℓ

(税込3,110円) ×24缶 主原料:麦芽(外国製造) (賞)9カ月 サントリー

【原材料名】麦芽(外国製造)、GABA(γーアミノ酪酸)、 ホップ/炭酸、香料、酸味料、カラメル色素、ビタミンC、 苦味料、甘味料(アセスルファムK)



(アルコール分12%) 主原料: ぶどう(山梨県産)

お酒のご利用は下記の配送センターにてご注文を承り、配送も下記の配送センターより行わせていただきます。

坂井市丸岡町小黒74字2番地1 TEL.(0776)67-5010 ■坂井センター

福井市新保町10字26番 福井市・永平寺町・勝山市・大野市

鯖江市中野町32字56番地1 TEL. (0778) 53-1188 市・南越前町 敦賀市沓見109-29 TEL. (0770) 25-6200

■鶴来センター ■のとセンタ

白山市行町西1番地 TEL. (076) 275-9806 金沢市南部・白山市・野々市市・能美郡 七尾市東三階町マ32-3 TEL. (0767) 57-0137 七尾市・輪島市・珠洲市・羽咋市・羽咋郡・鹿島郡・鳳珠郡

小松市矢崎町丙15-1 小松市・加賀市・能美市

TEL. (0761) 43-1612 TEL. (076) 237-3191

TEL. (076) 269-2508

■ 西部センター

富山市金屋555 ■富山センター ■北部センタ・

消費稅

8%

854

富山市城川原1-1-28 TEL. (076) 437-5005 富山市 魚津市本江2914-2 TEL. (0765) 77-0001 朝日町・入善町・黒部市・魚津市滑川市・立山町・上市町・舟橋村

高岡市戸出春日658-1 TEL. (0766) 63-8228 氷見市·高岡市·小矢部市·射水市 砺波市苗加1072 TEL. (0763) 33-6996



畿能性表示食品 アスパルテーム使用 スタイルバランス6種セット 1年 税込108円 本 598円 350㎡×6缶 (税込646円) 主原料: 【レモンサワー】難消化性デキストリン(米国製造)

20歳未満の飲酒・飲酒運転 は法律で禁止されています

妊娠中・授乳期の飲酒は控えましょう。 お酒は楽しく適量で、飲んだ後はリサイクル。 お酒の瓶・缶などの回収は行っておりません。

※パッケージデザインが変わる場合があります。



■福井センター

小浜市遠敷9丁目501番地 TEL. (0770) 56-2440 **ハーツタウンわかさ内** 小浜市・おおい町・高浜町

■古府センター ■小松センター

■湊センター

金沢市湊2-7-1 金沢市北部・かほく市・河北郡

※学校生協の組合員さまはお酒をご利用になれません

■砺波センター

TEL. (076) 441-4761

お住まいの自治体法令に従って処分をお願い