

1 特集 10 パン 12 ランチ 軽食 弁当 16 ゆとりごはん 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物 野菜 46 魚 50 53 肉 54 牛乳 卵 55 豆腐 揚げ 納豆 56 乳製品 58 加工食品 調味料 米 63 菓子 アイスクリーム 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品 特別企画

ひとくちサイズにカット済みで便利!

南国 元気鶏

100g 税込176円

694 11月2週 凍 100g 204kcal 脂質0.2g

産直 マルイ元気鶏 もも切身(小さめ)

300g 賞6カ月

マルイ食品 主原料:若鶏もも肉(鹿児島県)

南国元気鶏のもも肉をひとくちサイズにカットし、急速バラ凍結しました。

いつでも**最安値!** 本体 **488円** (税込 527円)

やわらかくあっさりしているの で いろいろな料理に使えます

パラ 凍結

たっぷり 1kg!

チャックシール付袋入

693 12月5週 凍

国産若鶏ささみ徳用(すじあり)

1kg

賞6カ月 中央食鶏 主原料:鶏肉(国産)

若鶏ささみ肉のすじをとらずにそのままバラ凍結しました。

100g 税込95円

本体 **880円** (税込 950円)

シンプルに塩焼きに!カリッと唐揚げに!

パラ 凍結

骨離れが よく食べやすい!

692 12月1週 凍

国産若鶏手羽中ハーフ

400g

賞6カ月 プライフーズ 主原料:鶏肉(国産)

若鶏の手羽中を縦半分にカットし、バラ凍結にしました。

100g 税込162円

年間**最安値!** 本体 **598円** (税込 646円)

パラ 凍結

2袋は3ページに あります

698 11月2週 凍

産直 マルイ 元気鶏ミンチ

370g 賞6カ月 マルイ食品

主原料:鶏ムネ挽肉(鹿児島県産)

100g 税込146円

本体 **498円** (税込 538円)

パラ 凍結

チャックシール付

697 11月2週 凍

国産豚餃子 焼売ミンチ

380g 賞3カ月

コービスプロダクト 主原料:豚肉(国産)

100g 税込125円

本体 **438円** (税込 473円)

パラ 凍結

脂身比率30%以下

100g 277kcal 脂質0.1g

695 11月2週 凍

国産合挽 ミンチ

400g 賞3カ月

コービスプロダクト 主原料:牛肉(国産)、豚肉(国産)

100g 税込183円

いつでも**最安値!** 本体 **678円** (税込 732円)

パラ 凍結

4mm厚

100g 税込190円

702 12月1週 凍

産直 マルイ元気鶏 もも肉そぎ切り(スライス)

300g

賞6カ月 マルイ食品 主原料:鶏もも肉(鹿児島県産)

100g 税込190円

本体 **528円** (税込 570円)

パラ 凍結

701 11月2週 凍

産直 みつせ鶏もも肉切身

300g

賞12カ月 ヨコオ 主原料:鶏肉(国産)

100g 税込252円

本体 **698円** (税込 754円)

若どりに比べ、飼育期間が長いので、 ストレスをなるべく与えず、健やかに 育てるように気を配っています。

脂身比率20%以下

11月2週 賞

699 11月2週 賞

国産豚ロース とんかつ用

240g(3枚) 賞お届け日を含め5日

シガフードプロダクツ 主原料:豚ロース(国産)

100g 税込261円

本体 **580円** (税込 626円)

今週の**見逃せない値!** 必要な分だけ使える 便利な鶏もも肉

パラ 凍結

たっぷり 700g!

706 12月3週 凍

国産若鶏もも唐揚げ用徳用

700g

賞6カ月 プライフーズ 主原料:若鶏もも肉(国産)

やわらかな若鶏もも肉の切身を、便利なバラ凍結にしました。

100g 税込182円

見逃せない**値!** 本体 **1,180円** (税込 1,274円)

お好みの味付けて おうちで焼とり屋さん!

パラ 凍結

8本 12本

704 次回 未定

705 11月4週 凍

国産若鶏もも焼とり串

賞6カ月 とり工房 主原料:鶏もも肉(国産)

鶏もも肉を串に刺して便利なバラ凍結にしました。

200g(8本) 1本 税込81円

300g(12本) 1本 税込80円

本体 **598円** (税込 646円)

本体 **880円** (税込 950円)

いろいろな料理にお使いいただけます

パラ 凍結

3枚

703 12月1週 凍

産直 みつせ鶏 皮なしむね肉(バラ凍結)

210g(3枚)

賞6カ月 ヨコオ 主原料:鶏肉(国産九州産)

みつせ鶏の皮なしむね肉の一番やわらかい中心部分を形状、厚みを均一にカットしました。

100g 税込195円

本体 **378円** (税込 408円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

「真空パック」入りの商品について
真空パックの特性上、お肉が黒ずんで見えることがありますが、品質・鮮度には全く問題ありません。開封して空気に触れると、お肉本来の綺麗な色に戻ります。

1 特集 10 パン 12 ランチ 軽食 弁当 16 ゆとりごはん 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物 野菜 46 魚 50 肉 53 肉 54 牛乳 卵 55 豆腐 揚げ 納豆 56 乳製品 58 加工食品 調味料 米 63 菓子 アイスクリーム 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品 特別企画

コチュジャン入り醤油ダレで味付けました



100g 248kcal 脂質1.9g

707 次回未定 凍

北海道産牛 牛中落ちカルビ(味付)
250g 12月(麦) Umios Hokkaido [主原料:牛ばら肉(北海道産)]
希少な中落ちカルビを、りんごやコチュジャン等が入った醤油ダレに漬け込みました。

年間最安値!
本体 **598円** (税込 646円)

塩分が気になる方や健康志向の方に



100g 142kcal 脂質0.7g

708 12月1回 凍 ポイル

減塩若鶏レバーうま煮 210g(2袋)
12月(麦) マルイ食品 [主原料:鶏レバー(九州産)]
九州産若鶏レバーを使用し、塩味と甘みを抑えた醤油ベースのタレで味付けしました。

年間最安値!
本体 **378円** (税込 408円)

コリコリの軟骨と肉の食感が同時に楽しめる



100g 84kcal 脂質1.3g

709 次回未定 凍 万代

ひろしまハーブ鶏使用 肉付ヤゲン軟骨塩焼き用 140g
12月(麦) プライフーズ [主原料:鶏軟骨(広島県産)]
ひろしまハーブ鶏の肉付き鶏軟骨を塩と香辛料で味付けしました。

年間最安値!
本体 **358円** (税込 387円)



100g 254kcal 脂質1.4g

111697 12月1回 凍

梨でやわらか 豚ロース厚切り スティックステーキ(醤油もみだれ)
200g 9月(麦) 栄デリカ
[主原料:豚ロース肉(アメリカ産又はブラジル産又はその他)]
豚ロース肉を厚切りのスティックステーキにカットし、醤油だれに漬け込みました。

本体 428円 (税込 462円)



100g 220kcal 脂質1.7g

105382 12月1回 凍 レンジ

国産親鶏の炭火焼き 120g
12月(麦) とり工房 [主原料:親鶏もも肉(国産)]
親鶏のもも肉を塩味ベースのシーズニングで味付けし、炭火焼きにしました。

本体 380円 (税込 410円)



1パック(54g) 56kcal 脂質1.2g

711 12月1回 凍

馬刺しスライス 馬肉40g、タレ10ml
8月(麦) 大成
生食用の馬肉赤身をスライスしました。解凍するだけでお召し上がりいただけます。

本体 480円 (税込 518円)

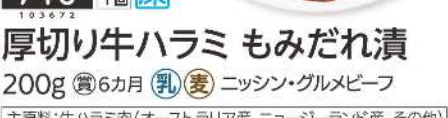


1パック(54g) 56kcal 脂質1.2g

713 11月2回 凍 無塩せき

こだわりのボンレスハムスライス 54g×2 18日(乳) 卵
信州ハム [主原料:豚もも肉(輸入)]
発色剤を使用せず、素材そのままの色に仕上げたボンレスハムです。

いつでも最安値!
本体 **268円** (税込 289円)



100g 247kcal 脂質1.3g

710 12月1回 凍

厚切り牛ハラミ もみだれ漬 200g 6月(乳) 麦
ニッシン・グルメビーフ
[主原料:牛ハラミ肉(オーストラリア産、ニュージーランド産、その他)]
牛ハラミ肉を調味加工し、約9mm厚にカットしてたれ漬けにしました。(食肉加工品)

本体 698円 (税込 754円)



1パック(90g) 181kcal 脂質1.8g

211079 12月1回 蔵

直火焼肩ロース焼豚スライス 90g 25日(麦) 協同食品
[主原料:豚肩ロース肉(輸入)]
豚肩ロース肉をほんのり甘く味付けし、直火で香ばしく焼き上げました。

本体 358円 (税込 387円)



1パック(87g) 138kcal 脂質4.8g

712 12月1回 蔵

ローズ生ハムツインパック 87g 60日 米久かがやき
[主原料:豚ロース肉(輸入)]
桜の木のチップを使用し、低めの温度でスモークする冷燻仕立てで仕上げました。

本体 288円 (税込 311円)



100g 108kcal 脂質2.2g

270527 12月1回 蔵

鎌倉ハムの角型ボンレスハム 60g 15日 鎌倉ハムクラウン商会
[主原料:豚もも肉(国産)]
国産豚もも肉と塩・砂糖・香辛料だけで作りました。

本体 278円 (税込 300円)



100g 136kcal 脂質1.6g

101034 12月1回 凍

国産若鶏のねぎ入り ミニ生つくね 240g 12月(乳) 麦
石川県プロイラー生産組合
[主原料:鶏肉(国産)]
鶏肉にきざみねぎを加え、醤油風味のつくねに仕上げました。

本体 398円 (税込 430円)



100g 294kcal 脂質1.8g

714 11月3回 蔵

鎌倉ハムの串ざし フランクフルト 200g(5本) 10日
鎌倉ハムクラウン商会
[主原料:豚肉(国産)]
豚肉・塩・砂糖・香辛料だけで作ったこだわりのソーセージです。

本体 548円 (税込 592円)



100g 108kcal 脂質2.2g

270527 12月1回 蔵

鎌倉ハムの角型ボンレスハム 60g 15日 鎌倉ハムクラウン商会
[主原料:豚もも肉(国産)]
国産豚もも肉と塩・砂糖・香辛料だけで作りました。

本体 278円 (税込 300円)



100g 108kcal 脂質2.2g

270527 12月1回 蔵

鎌倉ハムの角型ボンレスハム 60g 15日 鎌倉ハムクラウン商会
[主原料:豚もも肉(国産)]
国産豚もも肉と塩・砂糖・香辛料だけで作りました。

本体 278円 (税込 300円)

今週の見逃せない値!

博多の郷土料理「もつ鍋」をご家庭で



今季初

牛もつの旨みがスープに溶け出して、一緒に煮込んだお野菜もとても美味しく食べられます。麺付きなのも嬉しいですね。コープいしかわ Uさん

715 12月1回 凍

和牛もつ鍋セット(醤油味) 560g、薬味付 6月(麦) 林兼産業
[主原料:【和牛モツ】牛シロモツ(国産)]
和牛の白モツ、醤油ベースの鍋スープ、ちゃんぽん麺と薬味をセットしました。

年間最安値!
本体 **1,480円** (税込 1,598円)

しょうがで温活! ぽっかぽか鍋



今季初

家族からは美味しいと好評です。しょうがが効いていて体が温まるように感じます。コープいしかわ みっちゃんママさん

716 11月4回 凍

鶏屋のしょうが鍋 380g 6月(卵) 麦
印南食品 [主原料:鶏肉(国産)]
若鶏もも肉と旨みのある親鶏肉のつみれ種、しょうがスープの鍋のセットです。

年間最安値!
本体 **848円** (税込 916円)

1 特集 10 パン 12 ランチ 軽食 弁当 16 ゆとりごはん 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物 野菜 46 魚 50 53 肉 54 牛乳 卵 55 豆腐 揚げ 納豆 56 乳製品 58 加工食品 調味料 米 63 菓子 アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品 特別企画

今週の見逃せない値!
カット済みですぐに使えます



無塩せき 100g 222kcal 塩分1.3g
717 12月1日 凍
料理用
カットベーコン
180g 6ヵ月 印南食品
主原料:豚ばら肉(スペイン)
ベーコンを約2cm幅にカットし、パラ凍結しました。

年間最安値!
本体 498円 (税込 538円)

シンプルな味付けが人気



生の国産豚肉、塩、砂糖、香辛料だけで作った皮なしウィンナーです。

無塩せき 8大アレルゲン不使用 1袋標準7本入

鎌倉ハムのつかいっきりミニポークウィンナー 蔵

10日 鎌倉ハムクラウン商会 主原料:豚肉(国産)

100g 293kcal 塩分1.9g
毎週お届け 定期注文 370192
718 11月2日 毎週
49g×2袋 1袋 税込 156円
いつでもオトク! 本体 288円 (税込 311円)

100g 293kcal 塩分1.9g
毎週お届け 定期注文 370194
719 11月2日 毎週
49g×3袋 1袋 税込 144円
いつでもオトク! 本体 398円 (税込 430円)

ちょっと小さなシャウエッセン

今回より量目変更 81g → 79g

ボイル調理がおすすめ



※パッケージが変わりました

1パック(79g) 256kcal 塩分1.5g
1袋標準6本入

毎週お届け 定期注文 376078
720 11月2日 毎週 蔵 レンジ対応
小さなシャウエッセン
79g×2 30日
日本ハム 主原料:豚肉(輸入、国産)
シャウエッセンのおいしさはそのままに、切らずに使えるミニサイズにしました。

いつでもオトク!
本体 358円 (税込 387円)

コープのウィンナー

“粗挽き”と“細挽き”のいいとこどり



無塩せき 1袋標準6本入
1袋77g 231kcal 塩分1.1g

毎週お届け 定期注文 378275
721 11月2日 毎週 蔵
ポークウィンナー
77g×2 30日 東北日本ハム
主原料:豚肉(輸入)
ジューシーな粗挽き肉となめらかな細挽き肉をバランスよく配合しました。

いつでも最安値!
本体 318円 (税込 343円)

無塩せき 100g 255kcal 塩分1.8g
毎週 税込 3円お得 定期注文 372340
722 11月2日 毎週 蔵
鎌倉ハムのあらびきソーセージ
268g
10日 鎌倉ハムクラウン商会 主原料:豚肉(国産)

本体 598円 (税込 646円)

無塩せき 8大アレルゲン不使用 1袋標準6本入
100g 244kcal 塩分1.8g
270610 11月2日 蔵
鎌倉ハムのあらびきマイルドポークウィンナー
85g×2袋
10日 鎌倉ハムクラウン商会 主原料:豚肉(国産)

本体 528円 (税込 570円)

無塩せき 1袋標準5本入
1袋70g 234kcal 塩分1.5g
723 11月2日 蔵
無えんせきあらびきポークウィンナー
70g×2
15日 伊藤ハム米久ブランド 主原料:豚肉(輸入又は国産(5%未満))

いつでもオトク!
本体 298円 (税込 322円)

無塩せき 1袋標準6本入
1袋77g 223kcal 塩分1.1g
724 11月2日 蔵
国産ポークあらびきウィンナー
77g×2
15日 伊藤ハム米久ブランド 主原料:豚肉(国産)

いつでもオトク!
本体 418円 (税込 451円)

無塩せき 1パック標準3枚入
1パック36g 51kcal 塩分0.7g
725 11月3日 蔵
ロースハム 使い切りパック
36g×3 18日 信州ハム 主原料:豚ロース肉(輸入)

いつでもオトク!
本体 348円 (税込 376円)

無塩せき 1パック62g 185kcal 塩分1.0g
726 12月1日 蔵
野菜入りソーセージ
62g 20日 信州ハム 主原料:豚肉(輸入)

いつでもオトク!
本体 198円 (税込 214円)

無塩せき 8大アレルゲン不使用 100g 315kcal 塩分1.9g
108921 11月3日 蔵
鎌倉ハムのベーコンスライス
85g
15日 鎌倉ハムクラウン商会 主原料:豚バラ肉(国産)

本体 438円 (税込 473円)

発色剤使用 1パック標準5枚入
1パック36g 63kcal 塩分0.7g
727 11月3日 蔵
毎日新鮮 ハーフベーコン
36g×4 45日 信州ハム 主原料:豚ばら肉(輸入)

いつでも最安値!
本体 348円 (税込 376円)

無塩せき 8大アレルゲン不使用 標準4枚入
100g 116kcal 塩分2.5g
270318 11月3日 蔵
鎌倉ハムのロースハム
60g
15日 鎌倉ハムクラウン商会 主原料:豚ロース肉(国産)

本体 348円 (税込 376円)

発色剤使用 1パック(90g) 181kcal 塩分2.1g
107742 12月1日 蔵
燻工房 ベーコン切り落とし
90g
25日 伊藤ハム米久ブランド 主原料:豚ばら肉(輸入)

本体 298円 (税込 322円)

無塩せき 100g 322kcal 塩分1.2g
728 12月3日 蔵
つるし燻りブロックベーコン
162g 45日 信州ハム 主原料:豚ばら肉(輸入)

本体 598円 (税込 646円)

無塩せき 1パック標準4枚入
1パック36g 94kcal 塩分0.7g
729 11月2日 蔵
ハーフベーコン 使い切りパック
36g×3 18日 信州ハム 主原料:豚ばら肉(輸入)

いつでも最安値!
本体 348円 (税込 376円)

730 ~ 732 から2点以上
ご利用の中から抽選で30名様に
爽やか信州サラミセットプレゼント
※当選は発送をもってかえさせていただきます。なお、商品のお届けは2026年11月16日以降となります。

組合員さんの VOICE
そのまま食べても美味しいし、ラーメンに添えたり、炒飯に混ぜたりいろいろ使えます!余ったら冷凍しちゃおうと思いましたが美味しく食べて余りません!笑
福井県民生協 まめたさん

旨みたっぷりのチャーシュー



ご飯がすすみます!

730 12月1日 蔵 100g 242kcal 塩分1.4g
肩ロースチャーシュー 190g
30日 信州ハム 主原料:豚肩ロース肉(輸入)
豚肩ロース肉の旨みをいかし、特製タレで仕上げました。

年間最安値!
本体 558円 (税込 603円)

お肉本来の色と食感を生かして作りました

人気



無塩せき 1パック標準4枚入
毎週お届け 定期注文 372358
731 11月2日 毎週 蔵 1パック(54g) 66kcal 塩分1.1g
こだわりのロースハムスライス
54g×2
18日 信州ハム 主原料:豚ロース肉(輸入)
発色剤を使用せず、素材そのままの色に仕上げたロースハムです。

いつでも最安値!
本体 280円 (税込 302円)

ジューシーでやわらかな食感に仕上げました



無塩せき 100g 251kcal 塩分1.5g
732 11月2日 毎週 蔵
焼いておいしいソーセージ
120g×2 20日 信州ハム 主原料:豚肉(輸入)
豚肉と鶏肉を主原料にしたポロニアソーセージです。

いつでも最安値!
本体 378円 (税込 408円)

紙カタログ発行について

“これもいいね”にであえるドア

【お届け対象】
・「こそだて日和」掲載の商品をご注文いただいたことがある組合員さま
・44歳以下の組合員さま

eフレンズならどなたでもご覧いただけます

詳しくはこちら

肉など 11月1回

53

牛乳・卵

生乳100%
成分無調整

牛乳の製造工程で成分を調整していません。
乳脂肪分は、夏場より冬場のほうが高くなる
傾向があります。

殺菌方法 130℃ 2秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
139kcal 乳脂0.18g

734 11月 2週 毎週 蔵

コープ牛乳 200ml

13日 乳
アイ・ミルク北陸
主原料:生乳(国産)

200mlの
飲み切りサイズ!

毎週お届け
定期注文 370081

殺菌方法 130℃ 2秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
139kcal 乳脂0.18g

735 11月 2週 毎週 蔵

コープ牛乳 500ml

15日 乳
アイ・ミルク北陸
主原料:生乳(国産)

殺菌方法 130℃ 2秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
139kcal 乳脂0.18g

736 11月 2週 毎週 蔵

コープ牛乳 1ℓ

15日 乳
アイ・ミルク北陸
主原料:生乳(国産)

コープ牛乳の特長
北陸産100%生乳(福井・石川・富山・新潟の
原料を使用)
アイ・ミルク北陸
(石川県能美市吉田町)

毎週お届け
定期注文 373079

殺菌方法 130℃ 2秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
139kcal 乳脂0.18g

737 11月 2週 毎週 蔵

コープ牛乳 1ℓ

15日 乳
アイ・ミルク北陸
主原料:生乳(国産)

毎週税込10円お得
定期注文 378089

殺菌方法 120℃ 2秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
143kcal 乳脂0.19g

738 11月 2週 毎週 蔵

よつ葉牛乳 1ℓ

17日 乳
よつ葉乳業

毎週税込10円お得
定期注文 378291

殺菌方法 120℃ 2秒
乳脂肪分 3.6%以上
100ml
69kcal 乳脂0.11g

739 11月 2週 毎週 蔵

白バラ牛乳 200ml×5個

13日 乳
大山乳業
主原料:生乳(鳥取県産)

毎週お届け
定期注文 378399

殺菌方法 130℃ 2秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
137kcal 乳脂0.22g

104533 11月 2週 毎週 蔵

明治おいしい牛乳 900ml

19日 乳
明治

いつでもオトク!

本体 88円
(税込 95円)

259円

290円

290円

290円

290円

毎週お届け
定期注文 378402

殺菌方法 120℃ 2秒
乳脂肪分 3.6%以上
1本(200ml)
140kcal 乳脂0.21g

739 11月 2週 毎週 蔵

北海道十勝牛乳 1ℓ

17日 乳
よつ葉乳業

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

毎週お届け
定期注文 378402

殺菌方法 120℃ 2秒
乳脂肪分 3.6%以上
1本(200ml)
140kcal 乳脂0.21g

739 11月 2週 毎週 蔵

北海道十勝牛乳 1ℓ

17日 乳
よつ葉乳業

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

290円

毎週お届け
定期注文 378127

殺菌方法 72℃ 15秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
143kcal 乳脂0.19g

740 11月 2週 毎週 蔵

よつ葉牛乳 HTST 1ℓ

7日 乳
よつ葉乳業

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

毎週お届け
定期注文 378127

殺菌方法 72℃ 15秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
143kcal 乳脂0.19g

740 11月 2週 毎週 蔵

よつ葉牛乳 HTST 1ℓ

7日 乳
よつ葉乳業

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

毎週お届け
定期注文 378127

殺菌方法 72℃ 15秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
143kcal 乳脂0.19g

740 11月 2週 毎週 蔵

よつ葉牛乳 HTST 1ℓ

7日 乳
よつ葉乳業

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

毎週お届け
定期注文 378127

殺菌方法 72℃ 15秒
乳脂肪分 3.5%以上
1本(200ml)
143kcal 乳脂0.19g

740 11月 2週 毎週 蔵

よつ葉牛乳 HTST 1ℓ

7日 乳
よつ葉乳業

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

335円

手巻き寿司や離乳食、色々なお料理に

毎週お届け 定期注文 378488

759 11月 毎週 国産 41kcal 80g 食塩0.02g

国産ひきわり納豆

40g×3、タレ・からし付

9日(麦) 豆紀 主原料:大豆(国産)

製造・流通の事情により、賞味期間はお届け日を含め5日以上を残した商品のお届けとなります。

国産大豆を製造前にひきわり、劣化を抑えて仕上げました。

いつでも最安値!

本体 118円 (税込 127円)

冷やっこをはじめ各種お料理にどうぞ

毎週お届け 定期注文 379131

758 11月 毎週 国産 41kcal 80g 食塩0.02g

国産大豆100% とうふ家族

80g×4 (麦)22日 さとの雪食品

主原料:大豆(国産)

国産大豆を100%使用したつるりとした食感の充てん豆腐です。

いつでも最安値!

本体 145円 (税込 157円)

ぐずれにくいのでお料理に活躍!

人気

豆腐・揚げ・納豆

毎週お届け 定期注文 378232

756 11月 毎週 国産 171kcal 300g 食塩0.21g

かたあ〜い絹

24日 椿き家

主原料:丸大豆(国産)

国産丸大豆100%と室戸のにがりを使用した硬めの絹豆腐です。

いつでも最安値!

本体 238円 (税込 257円)

人気

毎週お届け 定期注文 378330

763 11月 毎週 国産 88kcal 150g 食塩0.09g

特別栽培大豆 カップ納豆(小粒)

35g×3、タレ・からし付

13日(麦) タカノフーズ中四国

主原料:【納豆】大豆(北海道)

いつでも最安値!

本体 135円 (税込 146円)

人気

毎週お届け 定期注文 378348

762 11月 毎週 国産 84kcal 150g 食塩0.03g

特別栽培大豆 トレイ納豆(小粒)

40g×3、タレ・からし付

11日(麦) 豆紀

主原料:大豆(北海道産)

いつでも最安値!

本体 128円 (税込 138円)

人気

毎週お届け 定期注文 378321

760 11月 毎週 国産 84kcal 150g 食塩0.03g

国産大豆の べんりな絹豆腐

300g(2個)

13日(お届け日を含め8日) 四国化工機

主原料:大豆(国産)

いつでも最安値!

本体 150円 (税込 162円)

人気

毎週お届け 定期注文 378248

764 11月 毎週 国産 166kcal 60g 食塩0g

手揚げ風油あげ

2枚 (麦)19日(お届け日を含め15日) 四国化工機

主原料:大豆(カナダ産又は国産又はアメリカ産)

いつでも最安値!

本体 118円 (税込 127円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

771 11月 毎週 国産 5kcal 100g 食塩0g

生芋ミニ 板こんにゃく

150g×3 (麦)3カ月 若草食品

主原料:こんにゃく芋(国産)

1袋 税込57円

いつでも最安値!

本体 158円 (税込 171円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

770 12月 毎週 国産 7kcal 100g 食塩0.07g

カットした 糸こんにゃく

(200g)×2 (麦)60日 下呂特産加工

主原料:こんにゃく芋(国産)

1袋 税込177円

本体 328円 (税込 354円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

766 11月 毎週 国産 75kcal 40g 食塩0.006g

極小粒納豆 (たれ・からし無し)

40g×3 (麦)11日 豆紀

主原料:大豆(カナダ又はアメリカ)

いつでも最安値!

本体 95円 (税込 103円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

765 11月 毎週 国産 84kcal 150g 食塩0.04g

北海道産大豆 濃うまPREMIUM

150g×3 (麦)15日 やまみ

主原料:大豆(北海道産)

いつでも最安値!

本体 138円 (税込 149円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

772 12月 毎週 国産 149kcal 450g 食塩5.4g

味付甘辛こんにゃく お徳用

450g(固形量270g) (麦)6カ月 関越物産

主原料:こんにゃくにゃく(国内製造)

中までしっかりと味が染みこんだ甘辛風味のこんにゃくにゃくです。

【原材料名】下方にお知らせしております

初回お試し価格

本体 328円 (税込 354円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

773 11月 毎週 国産 7kcal 100g 食塩0.07g

ねじり糸こんにゃく

200g×2 (麦)3カ月 若草食品

主原料:こんにゃくにゃく(国産)

糸こんにゃくにゃくをねじって束ねました。味しみがよく、口の中でパリりとほぐれます。

1袋 税込111円

いつでも最安値!

本体 205円 (税込 221円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

769 12月 毎週 国産 65g×2個、たれ付

越前庵 みたらし団子風 胡麻どうふ

65g×2個、たれ付 (麦)45日(麦) ふじや食品

主原料:砂糖(国内製造)

本体 198円 (税込 214円)

人気

毎週お届け 定期注文 370407

768 12月 毎週 国産 87kcal 80g 食塩0.2g

越前庵 くるみ胡麻どうふ

80g×2個 (麦)45日(麦) ふじや食品

主原料:砂糖(国内製造)

本体 198円 (税込 214円)

今週の見逃せない値!

そのままでも、温めてもおいしい!

国産こんにゃくにゃく粉 100%使用

7個入

774 12月 毎週 国産 27kcal 105g 食塩2.1g

味付玉こんにゃく

170g(固形量105g) (麦)6カ月 関越物産又は健康豆元

主原料:しょうゆ(国内製造)

かつお風味にするめいかの旨みを加え、しっかり味付けしました。

年間最安値!

本体 158円 (税込 171円)

人気

味のしみ具合バツグンです

塩もみ & 水洗いでOK

パリりとほぐれる食感が楽しい!

2袋

773 11月 毎週 国産 7kcal 100g 食塩0.07g

ねじり糸こんにゃく

200g×2 (麦)3カ月 若草食品

主原料:こんにゃくにゃく(国産)

糸こんにゃくにゃくをねじって束ねました。味しみがよく、口の中でパリりとほぐれます。

1袋 税込111円

いつでも最安値!

本体 205円 (税込 221円)

新企画

ごま油香る、甘辛しょうゆ仕立て

そのままでも、温めてもおいしい!

772 12月 毎週 国産 149kcal 450g 食塩5.4g

味付甘辛こんにゃく お徳用

450g(固形量270g) (麦)6カ月 関越物産

主原料:こんにゃくにゃく(国内製造)

中までしっかりと味が染みこんだ甘辛風味のこんにゃくにゃくです。

【原材料名】下方にお知らせしております

初回お試し価格

本体 328円 (税込 354円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

原材料名表示

772 味付甘辛こんにゃく お徳用

こんにゃくにゃく(国内製造)、煮物用調味液(しょうゆ、砂糖、かつお節エキス、その他)(小麦・そば・大豆を含む)、砂糖、しょうゆ、みりん、純米酒、食塩、ごま油、昆布エキスパウダー、唐辛子粉/調味料(アミノ酸等)、水酸化Ca、酸味料

果物のみずみずしさを味わえるゼリーです!

乳製品など



775 12月 1回 国産 1個(70g) 42kcal 糖質0g

国産ももゼリー
70g×4個
賞25日 愛知ヨー
主原料:もも還元果汁(国内製造)
国産もも果汁、ももピューレを使用した果汁50%のゼリーです。

1個 税込78円

年間最安値!
本体 **288円**
(税込 311円)

お子さまのおやつにぴったり!



776 11月 3回 国産 1個70g 81kcal 糖質0.1g

プリン
70g×3個
賞18日 乳 ルナ物産
主原料:ぶどう糖果糖液糖(国内製造)
卵を使わずに作った、なめらかな口溶けとほどよい甘みのプリンです。

1個 税込57円

いつでもオトク!
本体 **158円**
(税込 171円)

新企画 鉄分不足が気になる方へ
毎日の食事にプラス!



777 11月 3回 国産 1個(75g) 56kcal 糖質0.14g

鉄分プラスヨーグルト
75g×6個 賞19日 乳 オハヨー乳業
主原料:生乳(国産)
ブルー果汁とざくろ果汁が入ったなめらかな食感の低脂肪ヨーグルトです。
【原材料名】下方にお知らせしております

1個 税込72円

初回お試し価格
本体 **398円**
(税込 430円)



108418 12月 1回 国産 1個 217kcal 糖質0.16g

北海道ホイップ&カスタードエクレア
1個 賞お届け日を含め3日 乳 卵 麦
栄屋乳業 主原料:水あめ(国内製造)

いつでもオトク!
本体 **120円**
(税込 130円)



106817 12月 1回 国産 1個 147kcal 糖質0.2g

昔ながらのかためプリン
90g 賞31日 乳 卵 トーラク
主原料:液卵(国内製造)

本体 **155円**
(税込 167円)



270462 次回未定 国産 100g 90kcal 糖質0.02g

おとうふ屋さんのミルク寒天
100g×2 賞31日 乳 卵
おとうふ工房いしかわ
主原料:大豆(国産)

本体 **268円**
(税込 289円)



110675 12月 1回 国産 1カップ(70g) 53kcal 糖質0.08g

おいしく果実キウイヨーグルト
70g×4個 賞25日 乳
オハヨー乳業 主原料:無脂肪牛乳(国内製造)

1個 税込67円

本体 **248円**
(税込 268円)



137537 12月 1回 国産 大さ:約14.5cm×約4.5cm×約3.5cm

国産りんごのアップルケーキ
1個 賞お届け日を含め6日 乳 卵 麦
サンラヴィアン
主原料:りんごシロップ漬け(国内製造)

いつでもオトク!
本体 **528円**
(税込 570円)



102512 次回未定 国産 1個(80g) 71kcal 糖質0.1g

チチヤスヨーグルト
80g×8個 賞31日 乳
チチヤス 主原料:生乳(国産)

1個 税込65円

本体 **478円**
(税込 516円)



270801 11月 2回 国産 100g 65kcal 糖質0.12g

小岩井生乳100%ヨーグルト(プレーン)
400g 賞22日 乳 小岩井乳業
主原料:生乳(国産)

本体 **368円**
(税込 397円)



270699 11月 2回 国産 100g 66kcal 糖質0.10g

よつ葉北海道十勝プレーンヨーグルト生乳100
400g 賞22日 乳 よつ葉乳業
主原料:生乳(北海道産)

本体 **298円**
(税込 322円)

ケースコーナー



199419 11月 2回 国産 1本(112g) 71kcal 糖質0.11g

明治プロビオヨーグルト R-1ドリンクタイプ
ケース 112g×12本 賞25日 乳 明治
主原料:乳製品(国内製造又は外国製造)

いつでも最安値!
1本 税込151円
本体 **1,678円**
(税込 1,812円)



102707 11月 2回 国産 1本(112g) 49kcal 糖質0.11g

明治プロビオヨーグルト R-1ドリンク低糖低カロリー
ケース 112g×12本 賞25日 乳 明治
主原料:乳製品(国内製造又は外国製造)

いつでも最安値!
1本 税込151円
本体 **1,678円**
(税込 1,812円)



110201 11月 3回 国産 1本(112g) 40kcal 糖質0.11g

明治ヘモグロビンA1c対策ヨーグルトドリンクタイプ
112g 賞25日 乳 明治
主原料:乳製品(国内製造又は外国製造)

本体 **150円**
(税込 162円)



110202 次回未定 国産 1個(112g) 56kcal 糖質0.13g

明治ヘモグロビンA1c対策ヨーグルト
112g 賞25日 乳 明治
主原料:生乳(国産)

本体 **150円**
(税込 162円)

今週の見逃せない値!

ホッと一息タイムに♪



778 12月 5回 国産 1個 66kcal 糖質0.05g

ヒロタのシュークリーム(ツインフレッシュ)
4個 賞お届け日を含め2日 乳 卵 麦 洋菓子のヒロタ
主原料:乳等を主要原料とする食品(国内製造、韓国製造)
ホイップクリームとカスタードの2層タイプのシュークリームです。

箱:約23cm×約6cm

見逃せない値!
本体 **338円**
(税込 365円)

美味しさにこだわった果実が味わえる♪

ホンモノは、おいしい。



779 11月 3回 国産 1カップ(70g) 51kcal 糖質0.08g

おいしく果実白桃&黄桃ヨーグルト
70g×6個 賞25日 乳 オハヨー乳業
主原料:無脂肪牛乳(国内製造)
白桃、黄桃の風味・食感を生かしたヨーグルトです。

1個 税込49円

いつでもオトク!
本体 **268円**
(税込 289円)

4種の大粒フルーツ入りで人気のヨーグルト!



780 11月 3回 国産 1個 127kcal 糖質0.14g

フルーツサラダヨーグルト(お試し)
130g 賞19日 乳 北海道乳業
主原料:生乳(北海道産)
北海道産生乳を使用し、みかん、白桃、パイン、ぶどうの大粒果肉をたっぷり入れました。

本体 **248円**
(税込 268円)

2品 1品以上なら
本体 **238円**
(税込 257円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

1 特集 10 パン 12 ランチ・軽食弁当 16 ゆとりごはん 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物・野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳・卵 55 豆腐・揚げ・納豆 56・57 乳製品 58 加工食品・調味料・米 63 菓子・アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

781
784
よりどり

2品
以上で
税込
10%
Off!

ミルクの風味と
コーヒーの
優しい味わい

カフェイン
レス

1本(200ml)
127kcal 糖質0.26g

781 12月 2日 蔵

106390

クリーム仕立て
よつ葉カフェオレ 200ml

④4カ月 乳 よつ葉乳業 主原料:脱脂濃縮乳(北海道製造)

カフェインを97%カットしたコーヒー豆を
使用したカフェオレです。

本体 198円
(税込 214円)

よりどり
2品以上
本体 178円
(税込 192円)

黒糖のコクによる
秋冬らしい
ポディー感

台湾産
茶葉使用

1本(200ml)
129kcal 糖質0.34g

782 12月 2日 蔵

111179

クリーム仕立て
よつ葉黒糖烏龍茶オレ 200ml

④4カ月 乳 よつ葉乳業 主原料:脱脂濃縮乳(北海道製造)

香ばしさと深みのある甘さでミルクたっ
ぷりの黒糖烏龍茶オレです。

本体 198円
(税込 214円)

よりどり
2品以上
本体 178円
(税込 192円)

見直
しました

乳不使用

低脂肪の
ココアパウダー使用

3カ月の賞味
期間が
変わりました

1本
94kcal 糖質0.02g

783 11月 2日 蔵

111675

とうふスティック
ガトーショコラ 1本

⑥6カ月 さとの雪食品 主原料:大豆(国産)

国産大豆の豆腐とココアパウダーを使用
し、濃厚な味わいに仕上げました。

本体 168円
(税込 181円)

よりどり
2品以上
本体 150円
(税込 162円)

新企画

秋冬限定

1本
97kcal 糖質0.11g

784 12月 1日 蔵

111181

とうふスティック
モンブランショコラ 1本

④4カ月 さとの雪食品 主原料:大豆(国産)

国産大豆の豆腐とショコラ、栗のペースト
等を合わせて仕上げました。

本体 168円
(税込 181円)

よりどり
2品以上
本体 150円
(税込 162円)

定期登録商品 定期登録すれば買い忘れなし! 定期注文番号 と数量を注文用紙に記入。翌週以降のお届け回より定期でお届けします。eフレンズからも登録できます。

人気

毎週お届け
定期注文 379654

11月 2日 蔵

785 11月 2日 蔵

194335

のむ
ヨーグルト
900g ⑤15日 乳

大山乳業

主原料:生乳(鳥取県)

いつでも最安値!
本体 295円
(税込 319円)

人気

毎週お届け
定期注文 373290

11月 2日 蔵

786 11月 2日 蔵

260479

ダノンヨーグルト
プレーン・やさしい甘み
80g×6個 1個 税込44円

④43日 乳 ダノンジャパン

主原料:乳製品(国内製造、オランダ製造)

いつでも最安値!
本体 240円
(税込 259円)

人気

毎週お届け
定期注文 378763

11月 2日 蔵

787 11月 2日 蔵

103187

プレーン
ヨーグルトビフィズス
400g ⑤15日 乳

広島森永乳業 主原料:生乳(国産)

いつでも最安値!
本体 210円
(税込 227円)

人気

毎週お届け
定期注文 373052

11月 2日 蔵

788 11月 2日 蔵

196304

鳥取大山プレーン
ヨーグルト脂肪0
400g ⑤15日 乳 大山乳業

主原料:生乳(鳥取県)

いつでも最安値!
本体 188円
(税込 203円)

機能性表示食品
届出番号:H983

毎週お届け
定期注文 375721

11月 2日 蔵

789 11月 2日 蔵

102801

便通改善 ドリンクタイプ
100g
⑤19日 乳 森永乳業

主原料:乳製品(国内製造)

本体 148円
(税込 160円)

機能性表示食品
届出番号:J1010

毎週お届け
定期注文 376256

11月 2日 蔵

791 11月 2日 蔵

105172

森永 トリプルヨーグルト
ドリンクタイプ 100g
⑤21日 乳 森永乳業

主原料:乳製品(国内製造)

本体 148円
(税込 160円)

機能性表示食品
届出番号:J1011

毎週お届け
定期注文 378151

11月 2日 蔵

792 11月 2日 蔵

104191

森永 トリプルヨーグルト
砂糖不使用 ドリンクタイプ 100g
⑤21日 乳 森永乳業

主原料:乳製品(国内製造)

本体 148円
(税込 160円)

機能性表示食品
届出番号:J1012

毎週お届け
定期注文 372251

11月 2日 蔵

795 11月 2日 蔵

238597

明治 プロビオヨーグルト
R-1 ドリンクタイプ
112g
⑤25日 乳 明治

主原料:乳製品(国内製造又は外国製造)

いつでも最安値!
本体 140円
(税込 151円)

機能性表示食品
届出番号:J1013

毎週お届け
定期注文 373061

11月 2日 蔵

796 11月 2日 蔵

170026

明治 プロビオヨーグルト R-1
ドリンクタイプ低糖・
低カロリー
112g
⑤25日 乳 明治

主原料:乳製品(国内製造又は外国製造)

いつでも最安値!
本体 140円
(税込 151円)

機能性表示食品
届出番号:J1014

毎週お届け
定期注文 372382

11月 2日 蔵

797 11月 2日 蔵

210404

のむのむ 乳酸菌飲料+Ca
65ml×10本 1本 税込26円

⑤16日 乳 ホワイト食品工業

主原料:砂糖混合ぶどう糖果糖液糖(国内製造)

本体 238円
(税込 257円)

機能性表示食品
届出番号:J1015

毎週お届け
定期注文 372196

11月 2日 蔵

798 11月 2日 蔵

103508

New ヤクルト
10本パック
65ml×10本 ⑤17日 乳 ヤクルト

主原料:ぶどう糖果糖液糖(国内製造)

本体 478円
(税込 516円)

機能性表示食品
届出番号:J1016

毎週お届け
定期注文 372200

11月 2日 蔵

799 11月 2日 蔵

103608

ヤクルト
糖質・カロリー50%オフ
10本パック
65ml×10本 ⑤18日 乳 ヤクルト

主原料:ぶどう糖果糖液糖(国内製造)

本体 478円
(税込 516円)

機能性表示食品
届出番号:BB-12

毎週お届け
定期注文 378925

11月 2日 蔵

800 11月 2日 蔵

203858

大山生乳
ヨーグルト
70g×6個 1個 税込54円

⑤19日 乳 大山乳業 主原料:生乳(鳥取県)

いつでも最安値!
本体 298円
(税込 322円)

機能性表示食品
届出番号:BB-12

毎週お届け
定期注文 373303

11月 2日 蔵

801 11月 2日 蔵

210052

チチヤス 乳酸菌飲料
80g×8個 ⑤31日 乳

チチヤス 主原料:生乳(国産)

いつでも最安値!
本体 418円
(税込 451円)

機能性表示食品
届出番号:BB-12

毎週お届け
定期注文 373035

11月 2日 蔵

802 11月 2日 蔵

101439

アイスコーヒー
甘さひかえめ 1000ml
④40日 東京めいらく 主原料:ぶどう糖
果糖液糖(国内製造)

本体 198円
(税込 214円)

機能性表示食品
届出番号:BB-12

毎週お届け
定期注文 373033

11月 2日 蔵

803 11月 2日 蔵

101497

アイスコーヒー
無糖ブラック 1000ml
④40日 東京めいらく 主原料:コーヒー豆
(コロンビア、ブラジル)

本体 198円
(税込 214円)

機能性表示食品
届出番号:BB-12

毎週お届け
定期注文 375730

11月 2日 蔵

804 11月 2日 蔵

120782

バニラヨーグルト
100g×6個
⑤28日 乳 日本ルナ

主原料:乳製品(国内製造、外国製造)

いつでも最安値!
本体 478円
(税込 516円)

機能性表示食品
届出番号:BB-12

毎週お届け
定期注文 375764

11月 2日 蔵

805 11月 2日 蔵

189618

とろまろ ヨーグルト
(70g×3個)×2
⑤15日 乳 四国乳業

主原料:生乳(国産)

いつでも最安値!
本体 288円
(税込 311円)

加工食品・調味料・米



1食分の野菜が手軽にとれます!

これだけ入っています!

- キャベツ
- コーン
- にんじん

1食



6食



1食分の野菜 関西風うどん

1食68g 293kcal 糖質4.0g 賞6カ月 乳(麦)酒悦 主原料:小麦粉(国内製造)

鰹と昆布のだしがきいた関西風のつゆに1食分の野菜(生換算120g)を加えました。

807 12月 1回

1食

68g(めん45g)

本体 128円 (税込 138円)

808 12月 1回

6食ケース

68g(めん45g)×6食

1食 税込135円

年間最安値! 本体 748円 (税込 808円)



811 12月 1回

ごぼう天そば

71g(めん55g)

賞6カ月 麦(そば)酒悦 主原料:小麦粉(国内製造)

本体 158円 (税込 171円)



812 12月 1回

小えび天そば

63g(めん50g)

賞6カ月 乳(麦)酒悦 主原料:小麦粉(国内製造)

本体 158円 (税込 171円)



815 12月 5回

味一番拉麺 しお味

82g(めん70g)×5食

賞8カ月 乳(卵)麦 ユタカフーズ 主原料:小麦粉(国内製造)

いつでもオトク! 本体 458円 (税込 495円)



816 12月 1回

上海風焼そば

116g(めん90g)

賞6カ月 乳(卵)麦 東洋水産 主原料:小麦粉(国内製造)

本体 178円 (税込 192円)

今週の 見逃せない値!

新潟県産こがねもち米を 100%使用



6枚入

便利な個包装

809 12月 1回

よもぎもち

270g(6枚)

賞12カ月 たいまつ食品 主原料:水稲もち米(新潟県産)

豊かな風味が広がるよもぎを 加えてつきあげたお餅です。

年間最安値! 本体 648円 (税込 700円)



6枚入

便利な個包装

810 12月 5回

玄米もち

270g(6枚)

賞12カ月 たいまつ食品 主原料:水稲もち米(新潟県産)

玄米ならではの食感、自然な 甘みのある香ばしいお餅です。

年間最安値! 本体 648円 (税込 700円)

813・814

よりどり

同じ商品でも 買いません

2品以上

税込 10円引

813 12月 1回

塩ラーメン (コク塩バター風味)

61g(めん50g) 乳(麦)

272kcal 糖質3.7g 賞6カ月 麦(そば)酒悦 主原料:小麦粉(国内製造)



814 12月 1回

醤油ラーメン (鶏だししょう油味)

63g(めん50g) 乳(卵)麦

284kcal 糖質3.9g 賞6カ月 酒悦 主原料:小麦粉(国内製造)



いつでもオトク! 本体 118円 (税込 各127円)

よりどり 2品以上 本体 108円 (税込 各117円)



817 12月 5回

ワンタンメン

95g(めん88g)×5食

賞8カ月 乳(麦)エースコック 主原料:小麦粉(国内製造)

1食 税込93円 本体 428円 (税込 462円)



109756 次回 未定

麺きわざるそば

めん80g、つゆ1袋

賞9カ月 麦(そば)藤原製麺 主原料:小麦粉(国内製造)

本体 138円 (税込 149円)

818 ~ 825

よりどり

2品以上

税込 10%Off!



818 12月 4回

島根県産天然わかめと しじみのスープ

52g

賞9カ月 麦(魚)の屋 主原料:わかめ(島根県産)

本体 328円 (税込 354円) 本体 294円 (税込 318円)



819 12月 5回

料亭の味 揚げなすみそ汁

18g×6食

賞6カ月 マルコメ 主原料:米(国内製造)

1食 税込54円 本体 298円 (税込 322円) 本体 268円 (税込 289円)



820 12月 4回

あずきたつぷり 赤飯の素

300g(3合用) 賞12カ月 セントラルパック 主原料:小豆(カナダ)

本体 298円 (税込 322円) 本体 268円 (税込 289円)



821 12月 5回

とり釜めしの素

(175g(3合用))×2袋

賞24カ月 麦 主原料:鶏肉(国産)

1袋 税込242円 本体 448円 (税込 484円) 本体 403円 (税込 435円)



822 12月 2回

鶏そぼろパウチ (国産鶏ささみ肉使用)

(80g)×2袋

賞12カ月 麦 パルクスフーズ熊本 主原料:鶏ささみ肉(国産)

1袋 税込323円 本体 598円 (税込 646円) 本体 538円 (税込 581円)



823 12月 1回

味付いなりあげ

(12枚)×2袋

賞5カ月 麦 みすずコーポレーション 主原料:大豆(カナダ又はアメリカ)

1袋 税込231円 本体 428円 (税込 462円) 本体 384円 (税込 415円)



824 12月 1回

3種のきのこカレー

170g(1人前)

賞24カ月 乳(麦) ヤマモリ 主原料:まいたけ(国産)

1人前 本体 138円 (税込 149円) 本体 124円 (税込 134円)



825 12月 1回

完熟トマトと チキンのカレー

160g(1人前)

賞24カ月 麦 ヤマモリ 主原料:鶏肉(国産)

1人前 本体 148円 (税込 160円) 本体 133円 (税込 144円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

加工食品・調味料・米

11月1回

58

258

原材料名 表示

海老丸ごとビスク

生クリーム(国内製造)、トマトペースト、エビ、菜種油、カニエクス、にんにく、香辛料、砂糖、魚肝油、食塩/増粘剤(加工デンプン、グァーガム)、調味料(アミノ酸等)、カロテン色素、香料、甘味料(ステビア)、(一部に乳成分・えびかに・大豆を含む)

1 特集 10 パン 12 ランチ・軽食弁当 16 ゆとりごはん 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物・野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳・卵 55 豆腐・揚げ・納豆 56 乳製品 58 加工食品・調味料・米 63 菓子・アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

液切り不要ですすぐ使えます

1袋50g
44kcal 炭水化物0.4g

826 12月 2回

ライトツナ
フレークまぐろ油無添加
《パウチ》ケース

50g×4袋
賞24カ月 麦 ミヤカン
主原料:きはだまぐろ(輸入)
まぐろの旨みを野菜エキスなど
で引き出したオイル無添加
のライトツナフレークです。

1袋 税込154円

いつでも **オトク!**
本体 **568円**
(税込 613円)

人気 たまご3個でふくら!

2人前

中華風かに玉

かに玉の素101g、あんかけの素14.4g(2人前)
賞12カ月 乳(麦) びがに
ヤマモリ 主原料:にんじん(国産)
人参・筍・きくらげ・かに
等の具材が入った、かに
玉の素とあんかけの素の
セットです。

827 12月 1回
1食分57.7g
60kcal 炭水化物2.3g

年間 **最安値!**
本体 **178円**
(税込 192円)

オムレツやハンバーグのソースにも

組合員
さんの
VOICE

お店の味です!これを
温めてご飯にかけ
ただけ、家族大喜びで何回
もリピートしています!
コープいしかわ
しゅうまいさん

1袋

ハッシュドビーフ

賞24カ月 乳(麦) ヤマモリ 主原料:たまねぎ(国産)
デミグラスソースと牛肉のコクと旨みに
炒めた玉ねぎの甘みを加えました。

828 12月 1回
180g(1人前)

180g 158kcal 炭水化物2.8g

本体 **128円**
(税込 138円)

4袋

ハッシュドビーフ

1袋 税込135円
本体 **498円**
(税込 538円)

1パック150g
207kcal 炭水化物0g

103579 12月 3回

ほくほくお豆の玄米ごはん

150g
賞9カ月 越後製菓
主原料:うるち米(新潟県)

本体 **278円**
(税込 300円)

3食

サトウのごはん
新定番3食パック

200g×3食
賞13カ月 サトウ食品
主原料:うるち米(国産)

1食 税込252円
本体 **698円**
(税込 754円)

2食×8個

やわらかご飯小盛りタイプ
ケース(富山県産
こしひかり)

120g×2食×8個
賞12カ月 ウーケ
主原料:うるち米(富山県)

1食 税込121円
いつでも **オトク!**
本体 **1,780円**
(税込 1,922円)

2食×8個

小盛りご飯
ケース(富山県産
こしひかり)

120g×2食×8個
賞12カ月 ウーケ

1食 税込121円
いつでも **オトク!**
本体 **1,780円**
(税込 1,922円)

ぜんざいや
おはぎにも

和みの餡 つぶあん

300g 賞13カ月 加藤産業
主原料:砂糖(国内製造)

833 12月 4回
100g
229kcal 炭水化物0.1g

本体 **388円**
(税込 419円)

トーストや
おしるこにも

和みの餡 こしあん

300g 賞13カ月 加藤産業
主原料:砂糖(国内製造)

834 12月 4回
100g
232kcal 炭水化物0.08g

本体 **388円**
(税込 419円)

上黒とろろ

60g 賞10カ月 四十物昆布
主原料:昆布(国産)

835 12月 2回
100g
111kcal 炭水化物5.30g

本体 **518円**
(税込 559円)

※おもちが入っていません

北海道産小豆使用
ゆであずき(ケース)

120g×10袋 賞18カ月
トース又は三和缶詰
主原料:小豆(北海道)

1袋 税込117円
いつでも **オトク!**
本体 **1,080円**
(税込 1,166円)

10枚入

有明海産焼のり

板のり10枚
賞10カ月 磯美人
主原料:干のり(有明海産)

836 12月 1回
6枚(約3g)
6kcal 炭水化物0.04g

本体 **598円**
(税込 646円)

人気

味付のり(容器入)

4切80枚
賞11カ月 朝日海苔本舗
主原料:乾のり(有明海産)

837 12月 5回
板のり20枚
182kcal 炭水化物2.6g

約4.5cm
本体 **1,900円**
(税込 2,052円)

袋に入れてそのまま
漬けられます

発酵ぬかどこ

1kg 賞8カ月 みたけ食品工業
主原料:米(国産)

103018 次回 未定
100g
176kcal 炭水化物5.3g

本体 **800円**
(税込 864円)

発酵ぬかどこ補充用

250g 賞8カ月 みたけ食品工業
主原料:米(国産)

103065 次回 未定
100g
176kcal 炭水化物5.3g

本体 **248円**
(税込 268円)

838・839 **よりどり** 税込 **20円引!**
●同じ商品でも
揃いません

おにぎり、手巻き寿司に

きずのり 2切5枚

井口食品 主原料:乾のり(九州有明海産)
九州有明海産の半切サイズの
焼海苔です。
多少きずはありますが、味に変わりはありません

838 12月 1回
1袋(2切5枚)
13kcal 炭水化物0.1g

839 12月 1回
1袋(2切5枚)
14kcal 炭水化物0.4g

焼 賞10カ月

味付 賞8カ月 麦 70

本体 各 **238円**
(税込 各257円)

よりどり
2品以上 本体 各 **219円**
(税込 各237円)

大容量の国産味付のり

磯美人 味付のり

12切100枚
賞10カ月 麦 70 磯美人
主原料:干のり(国産)
醤油をベースにえび、かつお、昆布、本み
りんの旨味がきいたこだわりの甘辛だれ
で味付けしました。

840 12月 2回
1パック(約31.7g)
112kcal 炭水化物2.1g

100枚入

年間 **最安値!**
本体 **368円**
(税込 397円)

付け合せにどうぞ

紅生姜(きざみ)

80g
賞3カ月 勝栄
主原料:しょうが(高知県)
国産のしょうがを梅酢を使って漬け込み
ました。

841 12月 1回
100g
29kcal 炭水化物11.84g

本体 **298円**
(税込 322円)

1 特集 10 パン 12 ランチ、軽食弁当 16 ゆめとろろ 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物 野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳 卵 55 豆腐 揚げ 納豆 56 乳製品 58 加工食品 調味料・米 63 菓子・アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

お徳用の出し昆布



北海道産 真昆布
100g
145kcal 炭水化物7.1g
842 12月 2日
108503

道南産＜無選別＞出し昆布

60g
12カ月 末廣昆布
主原料：昆布(北海道産)
北海道産真昆布の形をそろえる時に出来た切れ葉で、とても良いだしがとれます。

年間最安値!
本体 **458**円
(税込 495円)

梅のすっぱさが広がります



おにぎりやお茶漬け、料理などに
よそでは買えない!
限定品
クーポン付!

徳用梅塩こんぶ

60g
10カ月 麦 ヤマナカフーズ
主原料：こんぶ(国内産)
国内産の昆布と梅を使った、すっぱい梅塩こんぶです。

年間最安値!
本体 **398**円
(税込 430円)



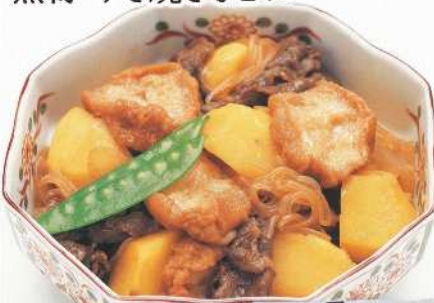
旨みや栄養が凝縮されています
2袋
1袋30g
83kcal 炭水化物0.06g
844 12月 2日
207853

切干大根

(30g) × 2袋
6カ月 宮崎経済連直販
主原料：だいこん(宮崎県)
宮崎県産の青首大根を千切りにし天日乾燥させました。

年間最安値!
本体 **498**円
(税込 538円)

煮物・すき焼きなどに



1袋(50g)
274kcal 炭水化物0.02g
845 12月 2日
174564

仙台麸(あぶら麸)スライス

50g
6カ月 麦 山形屋商店
主原料：小麦粉(国内製造)
仙台の素朴な手作り伝統食品です。じっくりと時間をかけて大豆油で揚げました。

年間最安値!
本体 **298**円
(税込 322円)



見直しました
賞味期間が変更になりました。
360日→300日
100g
126kcal 炭水化物12.2g
846 12月 2日
111034

北海道産 おでん昆布

13g 10カ月 きよれん北光
主原料：なが昆布(北海道産)

年間最安値!
本体 **248**円
(税込 268円)



水で戻して約10倍に
1袋8g
12kcal 炭水化物0.8g
102431 次回未定
CO-OP 三重県産あおさのり(水洗い不要)
8g 6カ月 みえぎよれん
主原料：ひとえぐさ(三重県)

年間最安値!
本体 **328**円
(税込 354円)



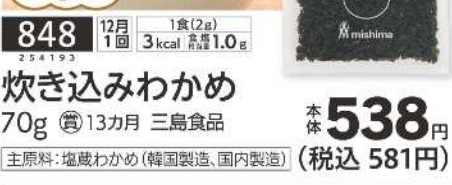
177857 次回未定
1袋90g
566kcal 炭水化物1.9g
CO-OP 食べるごま(しょうゆ味)
90g 6カ月 麦
主原料：白いつごま(国内製造)

年間最安値!
本体 **218**円
(税込 235円)



1袋30g
58kcal 炭水化物1.7g
CO-OP 根昆布入りとろろ
30g 10カ月 ヤマトタカハシ
主原料：昆布(北海道)

年間最安値!
本体 **248**円
(税込 268円)

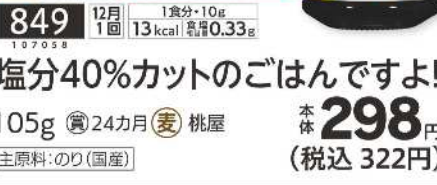


たっぷり70g入り
1食(2g)
3kcal 炭水化物1.0g
848 12月 1日
254193

炊き込みわかめ

70g 13カ月 三島食品
主原料：塩蔵わかめ(韓国製造、国内製造)

年間最安値!
本体 **538**円
(税込 581円)

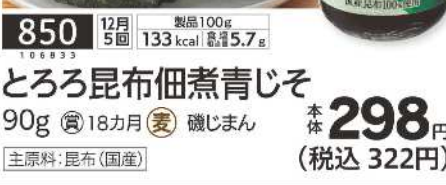


1食分・10g
13kcal 炭水化物0.33g
849 12月 1日
107038

塩分40%カットのごはんですよ!

105g 24カ月 麦 桃屋
主原料：のり(国産)

年間最安値!
本体 **298**円
(税込 322円)



12月 5日
133kcal 炭水化物5.7g
850 12月 5日
106833

とろろ昆布佃煮青じそ

90g 18カ月 麦 磯じまん
主原料：昆布(国産)

年間最安値!
本体 **298**円
(税込 322円)



1缶70g
51kcal 炭水化物0.05g
262986 12月 1日
CO-OP 厚切りパイ
130g(固形量70g)
36カ月 サンヨー缶詰
主原料：パイナップル(インドネシア又はタイ)

年間最安値!
本体 **188**円
(税込 203円)



人気
2個
12月 1日
98kcal 炭水化物5.2g
851 12月 1日
152412

味付高菜

(130g) × 2 12カ月 麦
アーベストフーズ 主原料：高菜(中国)

年間最安値!
本体 **498**円
(税込 538円)



2個
12月 1日
77kcal 炭水化物2.4g
852 12月 1日
105759

長野県産 うす塩なめ茸

(120g) × 2個 18カ月 麦
丸善食品工業 主原料：えのきたけ(長野県)

年間最安値!
本体 **348**円
(税込 376円)



1缶70g
210kcal 炭水化物0.5g
853 12月 1日
200905

CO&はごろもシーチキンマイルド

70g × 3缶 37カ月 富士冷
主原料：かつお(輸入又は国産)

期間限定値下げ
本体 **493**円
(税込 532円)



人気
国内製造
3缶
11月 2日
53kcal 炭水化物0.8g
854 11月 2日
111571

オイル無添加 ライトツナフレーク

70g × 3缶 36カ月 ミヤカン
主原料：きはだまぐろ(輸入)

いつでもおトク!
本体 **458**円
(税込 495円)

魚を食べよう、11月3日～7日は良い魚の日



骨までやわらかアレンジ料理にも♪
(調理例)

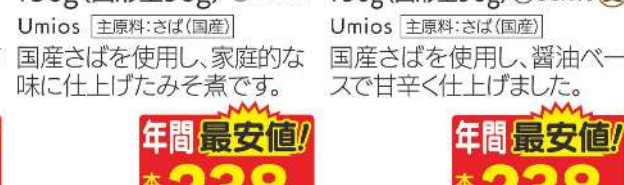


1缶・湯汁含む
206kcal 炭水化物1.6g
855 12月 1日
109116

国産さば水煮

150g 36カ月 Umios
主原料：さば(国産)
国産さばを使用し、素材をいかにして塩だけでシンプルに仕上げました。

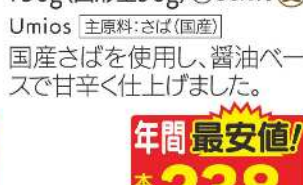
年間最安値!
本体 **238**円
(税込 257円)



国産さばみそ煮

150g(固形量90g) 36カ月 Umios 主原料：さば(国産)
国産さばを使用し、家庭的な味に仕上げたみそ煮です。

年間最安値!
本体 **238**円
(税込 257円)



国産さば煮付

150g(固形量90g) 36カ月 麦 Umios 主原料：さば(国産)
国産さばを使用し、醤油ベースで甘辛く仕上げました。

年間最安値!
本体 **238**円
(税込 257円)



素材の味をいかしました
2個
1缶(48g)
83kcal 炭水化物1.4g
858 12月 1日
111748

焼鯖ほぐし

48g × 2個
13カ月 小善本店
主原料：さけ(国産)
国内にて水揚げされた秋鯖をじっくりと焼き上げ、ほぐしました。

1個 税込215円
本体 **398**円
(税込 430円)



みそ汁や煮物のだしに最適
100g
310kcal 炭水化物3.9g
859 12月 5日
112193

氷見にぼし

100g
6カ月 かね七
主原料：かたぐい(富山湾水揚げ)
富山湾氷見沖で水揚げされた片口鰯を煮干しにしました。

年間最安値!
本体 **398**円
(税込 430円)

「くらし応援全国キャンペーン」開催



このマークが目印

組合員さんのくらしにお役立ち
くらしに身近で人気の商品(約130品)値下げします。