

2019年 **5月1週** 5月お届け商品ご利用代金 口座引落日 6/6(木)

	月	火	水	木	金			
注文用紙提出日	4/22	23	24	25	26			
定番品お届け日	4/祝日	29	30	5/祝日	1	2	祝日	3

※「くらしと生協」など、一部お届けが異なる商品もございます。

うまさの相乗効果!
とんかつ×濃厚みそだれ。

24
ページ



295 次回予定 5月5週 凍 レンジ
国産豚レンジ味噌カツ
6個180g 340円(税込367円)

9種の野菜を練り込んだ、
軽～いポテトスナック。

46
ページ



740 CO-OP 次回予定 5月5週 化
油であげないお野菜ポテト(しお味)
20g×6袋 265円(税込286円)

チョコの食感がくせになる、
国産米粉のクロワッサン。

41
ページ



賞味期限を1/2以上残してお届けしています。
657 次回予定 5月5週 83円税別/1個
米粉入り板チョコクロワッサン(スイート・チョコ)
6個 498円(税込537円)

チェダーチーズが香る、
安心すり身で作った笹かま。

32
ページ



466 次回予定 蔵 翌々週
チーズ入り笹かまぼこ
33g×5枚入 325円(税込351円)

食べやすさに工夫あり、
ぷりぷり感に自信あり!

19
ページ



200 CO-OP 次回予定 5月5週 凍 油
しっぽがないえびフライ
350g 653円(税込705円)

なし果汁入り特製だれで、
お肉やわらか～♪

21
ページ



252 次回予定 凍 5月5週
梨果汁でやわらか新潟県産豚みそステーキ
180g 348円(税込375円)

ブルーベリー果汁入りの、
爽やかなおいしさ。

43
ページ



678 CO-OP 次回予定 5月5週 50円税別/1本
鹿児島黒酢ドリンク ブルーベリー+鉄分
125ml×12 598円(税込645円)

たらこがゴロッと
入っています。

31
ページ



452 次回予定 蔵 5月5週
たらこ昆布煮
90g 265円(税込286円)

もくじ

- 特集 2～7ページ
- クルコ食堂・クローズアップ 8ページ
- 産地からこんにちは・掲載マークの見方 9ページ
- 青果 10～13ページ
- 青果・お米 14ページ
- お魚 15～19ページ
- お肉 20～23ページ
- 冷凍食品 24～28ページ
- 惣菜 29～32ページ
- 調味料・加工品・乾物 33～37ページ
- たまご・牛乳・乳製品 38ページ
- 乳製品 39・40ページ
- パン 41ページ
- パン・飲料 42ページ
- 飲料 43ページ
- お菓子 44～47ページ
- お酒 48ページ
- ビール 49ページ
- クルコママ 50ページ
- クルコママ・日用品 51ページ
- 日用雑貨 生活雑貨 栄養補助食品等 初夏のフックアップアイテム 生活雑貨 52～62ページ
- コープデリ ミールキット 63ページ
- なんでも掲示板 64ページ

配達された商品がご注文どりのものかどうか、また破損などしていないか直ちにご確認ください。不良品・破損品の返品・交換はクルココールセンターまでご連絡ください。

放射能汚染に関するクルコの取り組みと自主検査の結果についてホームページで公開しています。

クルコ

検索

放射線物質による食品汚染への対応
～クルコの対応と自主検査の結果について～



焼いておいしく、
さめてもおいしい、
お弁当にぴったり。



293 次期予定 蔵
無塩せき焼いておいしいソーセージ
180g **278円(税込300円)**
調20日 信州ハム(長野県)

10種類以上のスパイスがきいた
人気のカレー味です。



268 次期予定 凍
南国元気鶏フライパン焼(カレー味)
250g **298円(税込321円)**
調乳麦 マルイ食品(熊本県)

するめのうまみが味の決め手。



盛りつけ例
455 次期予定 蔵
シコシコ食感の玉こんにゃくのうま煮(するめ味)
15個 **278円(税込300円)**
調15日 上野(新潟県)

たまごのコクが生きた
つるりとした口あたり。



盛りつけ例
414 次期予定 蔵
玉子とうふ(たれ付)
110g×4 **178円(税込192円)**
調20日 ワイエムフーズ(新潟県)

おさかなの味わいしっかり。
おやつやおつまみ、料理の素材に。



予約登録番号
毎週 263533
隔週 263541
調乳麦
467 次期予定 蔵
おさかなソーセージ
30g×8 **288円(税込311円)**
調90日 マルハニチロ(栃木県)

サクサクとした香ばしい衣が
自慢です。



調理例
311 次期予定 凍
レンジ牛肉コロッケ
8個240g **340円(税込367円)**
調乳麦 サンマルコ食品(北海道)

ハンバーグに濃厚な
デミグラスソースを合わせました。



調理例
315 次期予定 凍
デミグラスソースハンバーグ(バター仕立ての濃厚デミ)
150g×2 **368円(税込397円)**
調乳麦 エム・シーシー食品(兵庫県)

チーズのコクが
しっかり味わえます。



調理例
314 次期予定 凍
フライパンで海老チーズカツ
6枚240g **370円(税込399円)**
調乳麦 え ナカシン冷食(鹿児島県)

さっぱりとした塩味に
レモンの風味を加えました。



調理例
296 次期予定 凍
国産鶏からあげレモンソルト味
260g **348円(税込375円)**
調乳麦 マルイ食品(鹿児島県)

国産若鶏のムネ肉を
使用した
チキンナゲットです。



調理例
297 CO-OP 次期予定 凍
レンジで国産チキンのナゲット
400g **370円(税込399円)**
調乳麦 マルイ食品(鹿児島県)

コシのある麺に
わかめをたっぷり♪



調理例
328 次期予定 凍
わかめどっさりうどん(きざみあげ付)
556g(2食入、つゆ付) **275円(税込297円)**
調乳麦 ニッキーフーズ(大阪府) 326kcal/1食(278g)

温めるだけなので
ランチにおすすめ。



調理例
313 CO-OP 次期予定 凍
ふっくら卵のオムライス
200g×2 **348円(税込375円)**
調乳麦 日豊食品工業(熊本県) 303kcal/1袋200g

ランチに夜食に。買い置きがおすすめです。



調理例

536 CO-OP 次回予定未定 化 78円税別/1個
 カップ 醤油ラーメン(ケース)(鶏だししょう油味)
 72g×12 **925円(税込999円)**
卵 乳 麦 賞180日 酒悦(千葉県) GMO



調理例

537 CO-OP 次回予定未定 化 78円税別/1個
 カップ 塩ラーメン(ケース)(コク増バター風味)
 73g×12 **925円(税込999円)**
乳 麦 賞180日 酒悦(千葉県) GMO

昔ながらの製法で仕上げたかつお節を使用しました。



盛りつけ例

511 CO-OP 次回予定未定 化 週
 かつお削りパック
 2.5g×16袋 **248円(税込267円)**
 賞12ヵ月 マルトモ(愛媛県)

ご家族どなたにも好まれるミートソースです。



調理例



540 クルコ 次回予定未定 化 週
 クルコスパゲッティ
 1kg(1.4mm) **328円(税込354円)**
麦 賞36ヵ月 日本製麻(富山県)



541 次回予定未定 化 週
 ミートソース(レストラン用)
 140g×4 **488円(税込527円)**
乳 賞24ヵ月 ニチレイフーズ(和歌山県) GMO

沖縄県産もずくがたっぷり♪



調理例

533 CO-OP 次回予定未定 化
 沖縄県産もずくのおみそ汁
 5食入 **338円(税込365円)**
麦 賞12ヵ月 八戸東洋(青森県)

オイル無添加タイプのシーチキン。使いやすいフレックタイプ。



盛りつけ例

576 CO-OP 次回予定未定
 素材そのままシーチキンマイルドオイル無添加
 70g×3 **348円(税込375円)**
 賞36ヵ月 日生協(静岡県)

コクがあり風味豊かな味わいです。



使用例

1歳未満の乳児には「はちみつ」を与えないでください。

531 次回予定未定
 カンガルー島オーガニックはちみつ
 450g **1,180円(税込1,274円)**
 賞24ヵ月 藤井養蜂場(福岡県)

お刺し身、お浸しにおすすめです。



写真はイメージです。

469 次回予定未定 化 週
 うすくちしょうゆ(かおり)
 900ml **388円(税込419円)**
麦 賞12ヵ月 菱山六蔵油(新潟県) GMO

希少な国産菜種サラダ油です。



調理例

491 次回予定未定 化 週
 压榨一番しぼり国産なたねサラダ油
 910g **788円(税込851円)**
 賞12ヵ月 平田産業(福岡県)

深煎り胡麻ドレッシングの
おいしさ損なわずに
カロリーを1/2にしました。



使用例

509 CO-OP 次回予定未定 化 週
 深煎り胡麻ドレッシング カロリーハーフ
 500ml **408円(税込440円)**
卵 麦 賞8ヵ月 フンドーキン醤油(大分県) GMO

一日の活力はみそ汁から。



調理例

470 クルコ 次回予定未定 化 週 蔵
 クルコ越後みそ
 1kg(カップ) **498円(税込537円)**
 賞180日 山崎醸造(新潟県)

お出かけにも丁度いい
飲みきりサイズ♪



673 **CO-OP** 次期予定 未定
子どもの麦茶
100ml×18 **680円(税込734円)**
ゴールドパック(長野県)

3種類の
果汁100%ジュースを
セットにしました。



674 **CO-OP** 次期予定 5月5週
スリムアソート(オレンジ・アップル・グレープ)
200ml×18 **1,150円(税込1,242円)**
ふくれん(福岡県)

毎日おいしい野菜ジュース♪



675 **CO-OP** 次期予定 未定
野菜がおいしい(1日分)
200ml×12 **880円(税込950円)**
ゴールドパック(長野県) **GMO**

気分転換にシュワッと!



695 **CO-OP** 次期予定 翌々週
ただの炭酸水
500ml×24 **1,680円(税込1,814円)**
日生協(日本)

果肉入りで、さまざまな食感をお楽しみいただけます。



618 **蔵** 次期予定 未定
どっさり果実とヨーグルト
70g×6 **268円(税込289円)**
オハヨー乳業(岡山県) **GMO**

糸ひきよく、
あっさりとしたくせのない味。



633 **蔵** 次期予定 5月5週
モッツアレラとろけるチーズ
130g **298円(税込321円)**
六甲バター(神奈川県)

酸味が少なく、
マイルドであと味すっきり。



615 **蔵** 次期予定 翌々週
よつ葉 とろとなめらかヨーグルト
400g **228円(税込246円)**
よつ葉乳業(北海道)

昔ながらの
変わらぬおいしさ。



632 **蔵** 次期予定 翌々週
良寛プリン
80g×3 **115円(税込124円)**
良寛(新潟県) **GMO**

カリッと!ザクッと!やみつき!



742 **化** 次期予定 5月5週
スコーン 憧れのクアトロチーズ
30g×10個 **358円(税込386円)**
湖池屋(京都府、埼玉県) **GMO**

おつまみ・おやつ、お茶うけに。



743 **蔵** 次期予定 5月4週
食塩無添加ミックスナッツ缶
360g **1,480円(税込1,598円)**
東洋ナッツ食品(兵庫県)

お好みの厚さにスライスして、朝食や軽食にどうぞ。



656 **蔵** 次期予定 5月5週
リリッカ デニッシュキューブ(プレーン)
1斤 **390円(税込421円)**
卵乳麦 園お届け日なめ5日 **GMO**
ブーランジェリー リリッカ(新潟県)

コモで人気の4種類クロワッサン詰め合わせ。



賞味期限を1/2以上残してお届けしています。
659 **蔵** 次期予定 5月5週
コモのクロワッサンセット
16個(4種×4個) **1,180円(税込1,274円)**
卵乳麦 園35日 コモ(愛知県) **GMO**

何より「おいしい!」の声にこだわった、「コープクオリティ」特集

「コープクオリティ」とは?

2015年6月に誕生した、CO・OPのプレミアムブランドです。おいしいものを食べたいと思うとき、選んで間違いのない味を目指した商品です。3つのポイントを満たした商品のみをラインナップしています。



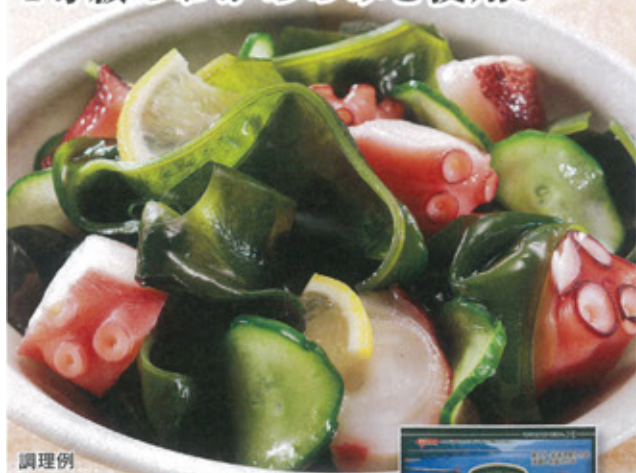
コープクオリティの
3つの条件

① ○○だからおいしい
原料や製造方法など
おいしさの理由が明らか

② ○○にこだわっている
他の商品との違いが明確

③ みんなの「おいしい」
100人規模の組合員テストで
8割以上がおいしいと評価

色・香り・食感がよい
1等級のわかめのみを使用。



調理例
801 CO-OP 次回予定 未定 蔵
岩手県産わかめ(唐丹町漁協産)
100g **370円(税込399円)**
岩手県唐丹町漁協で水揚げされる肉厚で葉色の良い、1等級原葉を使用した湯通し塩蔵わかめです。
賞90日 岩手県産



天然ならではの
シャキシャキした
食感。



盛りつけ例
802 CO-OP 次回予定 5月4週 凍
石川県能登産天然岩もずく
60gx4 **328円(税込354円)**
シャキシャキした食感の岩もずくをかつおだしの効いたマイルドな三杯酢で仕上げました。
麦 石川県能登産 GMD



濃厚なえびのうまみと、
迫力あるサイズ。



調理例
803 CO-OP 次回予定 翌々週 凍化 約13cm
大きなご馳走えびフライ
6尾280g **1,280円(税込1,382円)**
大型のブラックタイガーを産地で生のまま衣付け。衣にもえびの旨味をかきせたリッチなえびフライ。
卵麦え インドネシア(養殖)産 製造



コシのあるほどよい歯ごたえ、
引き立つ魚の香り。



よく冷やすのが
おいしくいただく
コツです。
盛りつけ例
804 CO-OP 次回予定 翌々週 蔵
小田原蒲鉾(白)
130g **278円(税込300円)**
ぐちを100%使用した板付蒲鉾。魚肉すり身のみのコシと、程よい弾力がある食感です。でん粉不使用。
卵 賞11日 龍清(静岡県) GMD



国産牛のうまみ引き立つ
まるやかな味。



調理例
805 CO-OP 次回予定 5月5週 凍 レンジ 可
国産牛肉でつくった牛丼の具
135g×2 **648円(税込699円)**
やわらかい国産の牛バラ肉とたまねぎを使用。ほどよい甘さのたれで仕上げました。レンジで簡単。
麦 蔵王ミート(山形県) GMD



果肉・果汁の自然な甘さだけ。



使用例
806 CO-OP 次回予定 未定
まるごとフルーツ ストロベリー
250g **378円(税込408円)**
たっぷりのいちごの果実とフルーツ果汁だけの甘みで作りました。
賞9ヵ月 スドージャム(兵庫県)



使用例
807 CO-OP 次回予定 未定 リユ-7
規格変更 315g→250g
パッケージ変更
まるごとフルーツ マーマレード
250g **378円(税込408円)**
ネーブルオレンジと夏みかんをブレンド。甘みと苦みの絶妙なバランスと果実感が楽しめます。
賞9ヵ月 スドージャム(兵庫県)



2019年5月1週

だしのうまみで料理がワンランクアップ!



調理例
808 **CO-OP** 次回予定 **未定**
5月5週 **リニューアル** パッケージ変更

八つの旨みの極みだし
8g×10 **498円(税込537円)**

素材の掛け合わせでうま味の相乗効果が感じられる「だしパック」です。これだけで味が決まる。
麦 画12ヵ月 こだわりもん工房(福岡県)



新登場 一番摘みならではの風味とやわらかさ。



調理例
809 **CO-OP** 次回予定 **未定**
有明海産一番摘み焼のり

焼のり10枚 **468円(税込505円)**

有明海産の海苔で風味が良くて柔らかく、口溶けの良い一番摘み海苔を使用した焼のりです。
画9ヵ月 丸善海苔加工販売(千葉県)

原材料 / 乾のり(有明海)

九州・有明海産の「一番摘み」ののりだけを使用。もっとも早い時期に摘み取ることで、風味と色つやがよく、やわらかくうまみのあるのりができます。普段のお食事やお祝いごとに、ちょっとぜいたくなのりをお楽しみください。



爽やかな香りとだしのきいた
まろやかな味わい。



使用例
810 **CO-OP** 次回予定 **未定**
ゆずのぼん酢

300ml **398円(税込429円)**

高知県安芸産のゆずを使用した柑橘の爽やかな風味と酸味が程良く感じられるぼん酢です。
麦 画12ヵ月 マルカン酢(兵庫県) GMO



芳醇な香り、深い味わいの
極まる一杯。



味わいの特徴
豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆
豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆
豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆

811 **CO-OP** 次回予定 **未定**
ドリップコーヒー 深いコクと香りの美味しいコーヒー

39円税別/1杯
10g×20 **780円(税込842円)**

1袋に10gのアラビカ豆100%豆を使用した質沢な味わいのコーヒーです。
画12ヵ月 関西アライドコーヒーロースターズ(兵庫県)



サクッと軽やかな回あたり。



香ばしい
アーモンドの
リッチな味わい。

812 **CO-OP** 次回予定 **未定**
アーモンドリーフ

8枚 **265円(税込286円)**

キャラメル掛けのアーモンドスライスが香ばしいさっぱり食感のプロランタンです。
卵乳麦 画180日 ちほりキネヤ(山梨県) GMO




濃厚でほろ苦い
エスプレッソ風味。

813 **CO-OP** 次回予定 **未定**
5月4週
アーモンドリーフ エスプレッソ仕立て

8枚 **265円(税込286円)**

濃厚なコーヒー風味のキャラメル掛けアーモンドが香ばしいさっぱり食感のプロランタンです。
乳麦 画180日 ちほりキネヤ(山梨県) GMO



ラム酒の香りと、
レーズンの甘酸っぱさ。



盛りつけ例
814 **CO-OP** 次回予定 **未定** 蔵
ラムレーズンサンド

5個 **368円(税込397円)**

ラムレーズンとクリームをサブレ生地で作った、食べやすい細長サイズのレーズンサンドです。
卵乳麦 画90日 ちほりキネヤ(山梨県) GMO

洋酒が入っていますので、お子様やアルコールの苦手な方はご注意ください。



彩りよい7種のドライフルーツ入り。



しっとり
焼き上げました。

盛りつけ例
815 **CO-OP** 次回予定 **未定**
フルーツパウンドケーキ

1本(5切) **328円(税込354円)**

彩のよい7種のドライフルーツを配合ししっとり焼き上げました。国産小麦使用。
卵乳麦 画60日 第一屋製パン(神奈川県) GMO



バターが香る、やさしい甘さ。



盛りつけ例
816 **CO-OP** 次回予定 **未定**
大山乳業の特選牛乳を使ったベルギーワッフル

6個入 **278円(税込300円)**

特選牛乳と生クリーム、発酵バターを練り込んだコクのあるさっぱり食感のワッフル。パールシュガー入り。
卵乳麦 画60日 丸中製菓(兵庫県) GMO



かみ締めるほどに、
いかの自然なうまみ。



盛りつけ例
817 **CO-OP** 次回予定 **未定**
素朴な味わいのあたりめ

35g **320円(税込345円)**

国内で水揚げされたすめいかを生のまま加工。素朴ないかの味がいきます。
画90日 イシオ食品(北海道) GMO



2019年5月1週

だしのうまみで料理がワンランクアップ!



調理例
808 **CO-OP** 次回予定 5月5週 **未定** リーフレット パッケージ変更

八つの旨みの極みだし
8g×10 **498円(税込537円)**

素材の掛け合わせでうま味の相乗効果が感じられる「だしパック」です。これだけで味が決まる。
麦 画12ヵ月 こだわりもん工房(福岡県)



新登場 一番摘みならではの風味とやわらかさ。



調理例
809 **CO-OP** 次回予定 未定

有明海産一番摘み焼のり
焼のり10枚 **468円(税込505円)**

有明海産の海苔で風味が良くて柔らかく、口溶けの良い一番摘み海苔を使用した焼のりです。
画9ヵ月 丸善海苔加工販売(千葉県)

原材料 / 乾のり(有明海)

九州・有明海産の「一番摘み」ののりだけを使用。もっとも早い時期に摘み取ることで、風味と色つやがよく、やわらかくうまみのあるのりができます。普段のお食事やお祝いごとに、ちょっとぜいたくなのりをお楽しみください。



爽やかな香りとだしのきいた
まろやかな味わい。



使用例
810 **CO-OP** 次回予定 未定

ゆずのぼん酢
300ml **398円(税込429円)**

高知県安芸産のゆずを使用した柑橘の爽やかな風味と酸味が程良く感じられるぼん酢です。
麦 画12ヵ月 マルカン酢(兵庫県) GMO



芳醇な香り、深い味わいの
極まる一杯。



味わいの特徴
豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆
豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆
豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆 豆

811 CO-OP 次回予定 未定 39円税別/1杯

ドリップコーヒー 深いコクと香りの美味しいコーヒー
10g×20 **780円(税込842円)**

1袋に10gのアラビカ豆100%豆を使用した質沢な味わいのコーヒーです。
画12ヵ月 関西アライドコーヒーロースターズ(兵庫県)



サクッと軽やかな回あたり。



香ばしい
アーモンドの
リッチな味わい。

812 CO-OP 次回予定 未定

アーモンドリーフ
8枚 **265円(税込286円)**

キャラメル掛けのアーモンドスライスが香ばしいさっぱり食感のフロランタンです。
卵乳麦 画180日 ちほりキネヤ(山梨県) GMO




濃厚でほろ苦い
エスプレッソ風味。

813 CO-OP 次回予定 5月4週 未定

アーモンドリーフ エスプレッソ仕立て
8枚 **265円(税込286円)**

濃厚なコーヒー風味のキャラメル掛けアーモンドが香ばしいさっぱり食感のフロランタンです。
乳麦 画180日 ちほりキネヤ(山梨県) GMO



ラム酒の香りと、
レーズンの甘酸っぱさ。



盛りつけ例
814 CO-OP 次回予定 未定 蔵

ラムレーズンサンド
5個 **368円(税込397円)**

ラムレーズンとクリームをサブレ生地で作った、食べやすい細長サイズのレーズンサンドです。
卵乳麦 画90日 ちほりキネヤ(山梨県) GMO

洋酒が入っていますので、お子様やアルコールの苦手な方はご注意ください。



彩りよい7種のドライフルーツ入り。



しっとり
焼き上げました。

盛りつけ例
815 CO-OP 次回予定 未定

フルーツパウンドケーキ
1本(5切) **328円(税込354円)**

彩のよい7種のドライフルーツを配合ししっとり焼き上げました。国産小麦使用。
卵乳麦 画60日 第一屋製パン(神奈川県) GMO



バターが香る、やさしい甘さ。



盛りつけ例
816 CO-OP 次回予定 未定

大山乳業の特選牛乳を使ったベルギーワッフル
6個入 **278円(税込300円)**

特選牛乳と生クリーム、発酵バターを練り込んだコクのあるさっぱり食感のワッフル。パールシュガー入り。
卵乳麦 画60日 丸中製菓(兵庫県) GMO



かみ締めるほどに、
いかの自然なうまみ。



盛りつけ例
817 CO-OP 次回予定 未定

素朴な味わいのあたりめ
35g **320円(税込345円)**

国内で水揚げされたすめいかを生のまま加工。素朴ないかの味がいきます。
画90日 イシオ食品(北海道) GMO

