

週刊

人と人 自然と食卓 つなげます。

クルコ
KuruCo

2019年	5月2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/祝日	29	30	5/祝日	1 2 3
定番品 お届け日	5/	6	7	8	9 10

※「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。

新潟県産&国産素材を使った朝食で
元気な毎日を支えます。

「朝ごはんいらない…」なんてもったいない。クルコがおすすめする朝食メニューには、新潟県の酪農家が作る牛乳や、国産小麦使用のできたて食パン、国産生乳が原料のプレーンヨーグルトに、糖類25%カットの乳酸菌飲料がそろっています。1日の元気はまず朝食から。「今日の朝ごはんなに？」の声をクルコが応援します。

<p>38 ページ</p>  <p>にいがた 100</p> <p>585 クルコ 次回予定 蔵 翌週</p> <p>ゆめっ子牛乳 1000ml 188円 (税込 203円)</p>	<p>39 ページ</p>  <p>39 ページ</p> <p>596 CO-OP 次回予定 蔵 値上げあり 翌週</p> <p>プレーンヨーグルトピフィス 400g 118円 (税込 127円)</p>	<p>39 ページ</p>  <p>39 ページ</p> <p>597 CO-OP 次回予定 蔵 翌週</p> <p>コープ乳酸ドリンク低糖 65ml x 10 145円 (税込 156円)</p>	<p>41 ページ</p>  <p>made in にいがた</p> <p>41 ページ</p> <p>632 クルコ 次回予定 蔵 翌週</p> <p>じゃパン(6枚切) 1斤・6枚 178円 (税込 192円)</p>	<p>41 ページ</p>  <p>made in にいがた</p> <p>41 ページ</p> <p>633 クルコ 次回予定 蔵 翌週</p> <p>じゃパン(8枚切) 1斤・8枚 178円 (税込 192円)</p>
--	---	---	--	--

もくじ | 今週のクルコ

■ 特集 2~7	■ 惣菜 29~32	■ お酒 48	■ 日用品 59
■ クルコ食堂・クローズアップ 8	■ 調味料・加工品・乾物 33~37	■ ビール 49	■ 栄養補助食品等 60~62
■ 産地からごんには・掲載マークの見方 9	■ たまご・牛乳・乳製品 38	■ クルコママ 50	■ コープデリミールキット 63
■ 青果 10~13	■ 乳製品 39・40	■ クルコママ・日用品 51	■ 母の日 家族が喜ぶおやつ 64
■ 青果・お米 14	■ パン 41	■ 寝具 52	
■ お魚 15~19	■ パン・飲料 42	■ 衣料品 53~55	
■ お肉 20~23	■ 飲料 43	■ 日用品 56~57	
■ 冷凍食品 24~28	■ お菓子 44~47	■ 雑貨 58	

配達された商品がご注文どおりのものかどうか、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~

CO-OP コープ クルコ
食卓を笑顔に、地域を豊かに。

CO-OPフェア

人気商品をもっとおいしく

サラダ

人気のドレッシングから新しい味が仲間入り!!

豚しゃぶサラダや
海藻サラダにおすすめ!

蒸し鶏で棒棒鶏風や
豆腐サラダにおすすめ!



新登場 300ml 使用例
488 **CO-OP** 次回予定 **未定** 原材料は34ページをご覧ください。
野菜たっぷり和風ドレッシングにわさび
(国産わさび使用)
300ml **298円(税込321円)**
麦 国180日 フンドーキン醤油(大分県) GMO



新登場 300ml 使用例
489 **CO-OP** 次回予定 **6月1週** 原材料は34ページをご覧ください。
深煎り胡麻ドレッシングピリ辛担々風
300ml **298円(税込321円)**
卵麦 国3ヵ月 フンドーキン醤油(大分県) GMO

スライス済みで、
解凍後すぐ食べられます。

サラダのトッピングや
サンドイッチの具材に。

しっとりやわらかく
蒸し上げました。

オリーブの果実そのままの
豊かな味わいと香り。



さっぱりとした
和風ソース付き。

調理例

312 **CO-OP** 次回予定 **6月1週** **凍化**
切れてるローストビーフ スライス
115g **470円(税込507円)**
麦 日東ベスト(山形県) GMO



調理例

314 **CO-OP** 次回予定 **6月1週** **凍化**
国産若鶏の切れてるサラダチキンプレート
80g×2袋 **275円(税込297円)**
麦 ウェルファムフーズ(宮崎県)

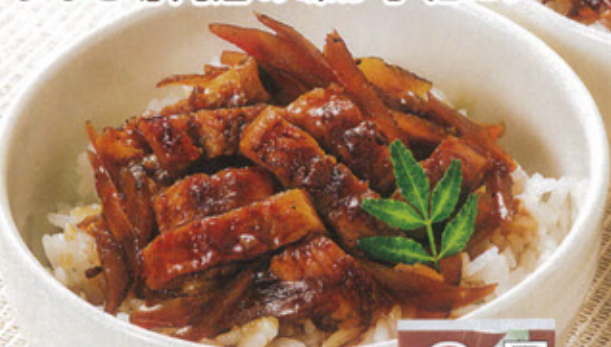


使用例

506 **CO-OP** 次回予定 **翌々週**
エキストラバージンオリーブオイル
400g **495円(税込534円)**
麦 国18ヵ月 日生協(日本)



ボイルするだけ!
うなぎ専門店の味が手軽に。



調理例

195 **CO-OP** 次回予定 **6月1週** **凍** **値下げ** **今週の**
鱧うなぎめしの具(九州産ごぼう入り)
2袋100g **780円(税込842円)**
麦 九州産 GMO



小骨まで
ていねいに取り除きました。



甘めのが
おいしいの。



魚 調理例

174 **CO-OP** 次回予定 **6月1週** **凍**
骨取りさばの味噌煮
3切180g **408円(税込440円)**
麦 ノルウェー産 GMO



低温でじっくり熟成させた
まろやかな塩加減。



調理例

163 **CO-OP** 次回予定 **6月1週** **凍**
塩紅鮭切身
4切240g **638円(税込689円)**
麦 アメリカ(アラスカ)、ロシア産 タイ製造





新登場 13~18尾

133 **CO-OP** 未定 **凍**

天然むきえび(大)

130g **370円(税込399円)**

タイ、インドネシア産 製造

原産地名/インドネシアまたはタイ

保水剤を使用しない「無保水仕様」。



新登場 塩分が気になる人にも。少量パックが便利です。

盛りつけ例

原材料は18ページをご覧ください。

194 **CO-OP** 未定 **凍**

ふくらしらす干し(減塩)

25gx3 **318円(税込343円)**

卵180日

国産



ジューシーでやわらか! 食卓の人気者♪

※成型加工肉です。

252 **CO-OP** 翌々週 **凍化**

国産牛コロコロステーキ

220g **555円(税込599円)**

卵乳麦 美180日

IHミートソリューション(佐賀県) 原料肉は国産



盛りつけ例

438 **CO-OP** 次週予定 **蔵** 6月1週

北海道のきんとき豆たべきり2個パック

160g(2個) **178円(税込192円)**

卵90日 菊池食品工業(埼玉県) **GMO**



調理例

435 **CO-OP** 翌々週 **蔵化**

生ラーメン タンメン

110g×3食入 **168円(税込181円)**

卵乳麦 美20日

信越明星(長野県)



盛りつけ例

415 **CO-OP** 翌々週 **蔵**

国産野菜のお漬物 福神漬

110g **95円(税込102円)**

麦 美120日

新進(群馬県) **GMO**



調理例

347 **CO-OP** 次週予定 **凍化** 6月1週

お肉がおいしいミニ水餃子

水餃子200g(スーフリ2枚) **348円(税込375円)**

卵麦 メイショク(兵庫県) **GMO**



調理例

371 **CO-OP** 次週予定 **凍** レンズ 6月1週

海老と枝豆の湯葉包み

7個133g **358円(税込386円)**

元 ルナフーズ(大阪府) **GMO**



調理例

313 **CO-OP** 次週予定 **凍** レンズ 6月1週

チーズがとろり5種の緑黄色野菜のとうふハンバーグ

4枚320g **358円(税込386円)**

卵乳麦

サンミート(香川県) **GMO**



お弁当やおつまみに!ストック品におすすめです。



盛りつけ例



367 **CO-OP** 次週予定 **凍** 自然解凍 レンズ 未定

梅と大葉のチキン串かつ(ミニ串)

8本130g **280円(税込302円)**

麦 マルイ食品(鹿児島県) **GMO**



調理例



368 **CO-OP** 次週予定 **凍** レンズ 6月1週

ごまかぼちゃ

8個入232g **258円(税込278円)**

乳麦 クレードル食品(北海道) **GMO**



調理例



372 **CO-OP** 次週予定 **凍** レンズ 6月1週

れんこん海老しんじょはさみ揚げ

6個192g **358円(税込386円)**

卵麦 元 伊勢丸食品(香川県) **GMO**



調理例



調理例



330 **CO-OP** 翌々週 **凍化** レンズ

大きな焼おにぎり

6個450g **258円(税込278円)**

麦 日本水産(東京都) 130kcal/1個75g **GMO**

手づくりで楽しむひんやり和スイーツ。



写真はイメージです。



550 CO-OP 次回予定未定
白玉粉
200g **238円(税込257円)**
園18ヵ月 川光物産(千葉県)



551 CO-OP 次回予定未定 **値上げ**
ゆであずき(北海道産小豆使用)
430g **228円(税込246円)**
園36ヵ月 ナニワ(愛知県) GMO



549 CO-OP 次回予定未定
フルーツみつ豆缶
205g(固形量140g) **138円(税込149円)**
園36ヵ月 サンヨー缶詰(日本)

新登場 甘辛いたれが、もちり太麺によくからみます。

調理例

原材料は25ページをご覧ください。

326 CO-OP 6月1週 凍化 **冷凍**
汁なし肉うどん
2食(256g×2) **380円(税込410円)**
麦 園12ヵ月 キンレイ(大阪府) 363Kcal/1食256g

濃厚な白湯スープに、香ばしく炒めた具材がたっぷり。

こんなにたくさん!!

調理例

325 CO-OP 6月1週 凍化 **冷凍**
長崎風ちゃんぽん
2食624g **470円(税込507円)**
乳麦え 園12ヵ月 キンレイ(大阪府) 426kcal/1食312g

だしのきいた風味豊かなとろ〜りたこ焼き。

調理例

339 CO-OP 5月5週 凍化 **冷凍**
大粒たこのとろ〜りたこ焼(国産小麦使用)
20個400g **370円(税込399円)**
卵麦 園12ヵ月 香住食研(兵庫県) GMO

香ばしく焼き上げた国産秋鮭をフレークに。

ママが作るチャーハンにも入ってるよ!

盛りつけ例

調理例

572 CO-OP 6月1週 化 **冷凍**
焼鮭ほくし
53g×2 **418円(税込451円)**
園12ヵ月 双日食料水産(岩手県) GMO

ごはんのおかず、お酒のおつまみに。

調理例

567 CO-OP 次回予定未定
気仙沼水揚げおいしい秋刀魚醤油煮
150g(固形量100g) **188円(税込203円)**
麦 園36ヵ月 ミヤカン(宮城県)

ほどよい酸味の和風スープをゆずで香り付け。

冷たい水で冷製スープにしても

調理例

556 CO-OP 6月1週 化
もずくとじゅんさいのスープ
5食入 **308円(税込332円)**
麦 園12ヵ月 八戸東洋(青森県) GMO

みそ汁や酢のものなどに、手軽に使えます。

調理例

509 CO-OP 6月1週
三陸産カットわかめ
15g **238円(税込257円)**
園12ヵ月 かわむら(宮城県)

好きな具材を用意するだけ!

調理例

553 CO-OP 6月1週
おうちで簡単 生春巻きセット
10本分 **298円(税込321円)**
麦 園12ヵ月 ヤマモリ(三重県) GMO

まろやかな酸味で食べやすく、具材もシャキシャキ。

調理例

571 CO-OP 6月1週
国産具材の五目寿司の素
2合用(175g) **298円(税込321円)**
麦 園12ヵ月 アーベストフーズ(栃木県)

たまご3個でふっくらかに玉。

チキンとほたての風味がきた本格派です。

調理例

552 CO-OP 6月1週 化
中華風かに玉
2人前×2回分 **285円(税込307円)**
乳麦えか 園12ヵ月 ヤマモリ(三重県) GMO

母の日 Mothers Day 5.12

3種類の果汁入りで
すっきり飲みやすい。



689 **CO-OP** 次回予定未定 54円税別1本
鉄分補給飲料 テットリーナ
190ml×15 **798円(税込861円)**
12ヵ月 チェリオ中部(愛知県) **GMO**

日々のストレスはこまめに発散!
疲れたからだを“シュワッ”と気分転換♪

7種類のビタミンを
手軽にチャージ。



690 **CO-OP** 次回予定未定 49円税別1本
ビタミンチャージ
190ml×20 **980円(税込1,058円)**
12ヵ月 ふくれん(福岡県) **GMO**

女性にうれしい
鉄・ローヤルゼリー・
食物繊維を配合。



691 **CO-OP** 次回予定未定 **リニューール**
リフレッシュ カロリーハーフ
190ml×20 **1,080円(税込1,166円)**
12ヵ月 日生協(日本) **GMO**

1本あたり25kcalで、
元気の毎日を
サポートします♪

不足しがちな鉄分が補えます!



612 **CO-OP** 次回予定未定 蔵
毎日鉄分ヨーグルトブルーFe
75g×6 **240円(税込259円)**
18日 雪印メグミルク(埼玉県) **GMO**

今季初登場 家族みんなで飲める
大麦カフェイン。



671 **CO-OP** 次回予定未定 6月1週
水出し大麦茶スティックパック
3.7g×72P **348円(税込375円)**
12ヵ月 小谷穀粉(高知県)

今季初登場 バランスのとれた
無糖タイプ。



670 **CO-OP** 次回予定未定 5月5週 100円税別1本
オリジナルブレンドコーヒー(無糖)
900ml×12 **1,200円(税込1,296円)**
12ヵ月 ホーマーコーポレーション(滋賀県)

クリームソーダの
アイスバー♪



694 **CO-OP** 次回予定未定 凍
メロンソーダバー
6本(55ml×6) **170円(税込183円)**
栄屋乳業(愛知県) ラクトアイス **GMO**

人気の5種類を詰め合わせ。



724 **CO-OP** 次回予定未定 蔵
ブルボンアソート5(生協オリジナル)
20本(個包装込み) **298円(税込321円)**
ブルボン(新潟県) **GMO**

食べきりパックの
サクサクおせんべい。



742 **CO-OP** 次回予定未定 化
小さな海老の華 <分包BOX>
25g×10袋 **448円(税込483円)**
150日 ホンダ製菓(埼玉県) **GMO**

ザクザク食感丸かじり!!



725 **CO-OP** 次回予定未定 蔵
チョコ坊たち(小麦全粒粉入り)
10本入 **170円(税込183円)**
乳麦 **GMO**

ラムレーズンをたっぷり配合。
ひと息つきたいティータイムに。



707 **CO-OP** 次回予定未定
ラムレーズンパウンドケーキ
1本(5切) **348円(税込375円)**
卵 乳麦 60日 第一屋製パン、プレシア(神奈川県) **GMO**

かめばかむほどいかの
うまみが楽しめます。



743 **CO-OP** 次回予定未定 6月1週
肉厚のカミ噛みあたりめ(袋)
60g **558円(税込602円)**
120日 渡辺水産(青森県)

ふんわり、もっちり生地に
スイートソースをコーティング。



656 **CO-OP** 次回予定未定 凍 レンジ
シナモンロール
3個入(144g) **240円(税込259円)**
卵 乳麦 サンジェルマン(神奈川県) **GMO**

シナモンの
甘い香りが
広がります。



新発田産黒豆新品種「華大黒」を、職人がていねいに炊き上げました。



新登場 原材料は31ページをご覧ください。
448 次回予定 **蔵**
 新発田産 黒豆
 110g **188円(税込203円)**
 盛りつけ例 賞15日 宮野食品工業所(新潟県) GMD

大好きにいがた!
おいしくにいがた!
 クルコは新潟県産の食品、製造メーカーを応援します。

日本海で育った天然もずく。



調理例
180 次回予定 **蔵**
 6月1週
 洗い岩もずく

200g **268円(税込289円)**

国お届け日含め5日 新潟県産

ごはんのおかず、お酒のお供に。



調理例
153 次回予定 **凍**
 6月1週
 むらさきいか越後味噌漬

180g **388円(税込419円)**

青森県産 GMD

ぬかを付けたまま焼くと、香ばしさがさらにアップ!



調理例
154 次回予定 **凍**
 6月1週
 ぬかいわし

3尾180g **328円(税込354円)**

国90日 千葉県産

主に岩船、山北地域で、水揚げをしたあじを使用。



調理例
 約8~15cm
197 次回予定 **凍**
 6月1週
 新潟産小あじフライ

7-12枚200g **408円(税込440円)**

卵麦 国90日 新潟県産 GMD

脂のりのよいサーモンと越後味噌の風味をお楽しみいただけます。



調理例
152 次回予定 **凍**
 6月1週
 佐渡育ちサーモン越後味噌漬

2切120g **468円(税込505円)**

新潟県佐渡産(養殖) GMD

唐揚げや照り焼き・ソテーにおすすめ。



調理例
255 産直 次回予定 **凍**
 翌々週
 148円税別/100g
 生協鶏モモ肉

250g **370円(税込399円)**

国120日 いそべ

素材本来の豊かな香りと風味が楽しめます。



調理例
280 次回予定 **蔵**
 翌々週
 燻製工房 無塩せきウィンナーソーセージ

100g **360円(税込388円)**

肉の片山(新潟県)

クルコで長年人気の一品。



調理例
230 産直原料 次回予定 **凍**
 使用 翌週
 生協ポーク切りおとしごま醤油味

200g **278円(税込300円)**

麦 国120日 いそべ(新潟県)

手間を掛けずに焼くだけ簡単調理。



調理例
231 次回予定 **凍**
 未定 翌週
 まきばのきんぴらの豚肉巻

128g(8本入り) **428円(税込462円)**

麦 国180日 まきば(新潟県)

新潟生まれ、新潟育ち、
100%新潟県産のお豆腐です。



393 次回予定 蔵
にいがたそだち きぬ
300g **118円(税込127円)**
産お届け日含め5日 こなかわ(新潟県)

392 次回予定 蔵
にいがたそだち もめん
300g **118円(税込127円)**
産お届け日含め5日 こなかわ(新潟県)

さらりと軽く脂身を感じるうまさ。

ラーメンなどの
トッピングに。



431 次回予定 蔵
和豚もちぶた使用 煮豚
140g **348円(税込375円)**
麦 産21日 肉の片山(新潟県) 盛りつけ例

爽やかな磯の香り。



395 次回予定 蔵
えご(タレ付)
150g **278円(税込300円)**
産11日 こなかわ(新潟県) GMO

主原料に国産品を使用しています。



349 次回予定 5月5週 凍
お徳用餃子
18個306g **258円(税込278円)**
麦 産180日 三忠(新潟県)

雪室貯蔵で甘みを増した
じゃがいもを使用。



291 次回予定 6月1週 凍
レンジで雪室コロッケ
5個350g **358円(税込386円)**
麦 産180日 まきば(新潟県) GMO

ジューシーなお肉と
たまねぎのうまみが広がります。



292 次回予定 未定 凍
まきばのメンチカツ
4個240g **358円(税込386円)**
麦 産180日 まきば(新潟県) GMO

やわらかジューシーな唐揚げです。



310 産直原料 使用 次回予定 未定 凍
生協鶏モモから揚げ
250g **498円(税込537円)**
卵乳麦 産120日 いそべ(新潟県) GMO

うまみがギュッと詰まった
切り干し大根を煮物や
サラダにどうぞ。



518 次回予定 5月5週
切り干し大根
30g **228円(税込246円)**
産12ヵ月 たべたがり(新潟県)

生産者の熱い思いからできた、
新潟県産材料のしょうゆです。



467 次回予定 6月1週
新潟県産醤油 郷土の実り
360ml **418円(税込451円)**
麦 産12ヵ月 新潟県醤油協業組合(新潟県)

手土産にも喜ばれそうな
かわいいたまご型容器です。



614 次回予定 翌々週 蔵
鎌田養鶏のたまごプリン
80g×2 **358円(税込386円)**
卵乳 産お届け日含め3日 鎌田養鶏(新潟県)

おいしい和菓子でほっこり。
あったかいお茶のお供にどうぞ。



721 次回予定 未定 凍化
きんぴらだんご
3個入 **338円(税込365円)**
麦 産31日 さかたや(新潟県) GMO

伝統の製法で作った
小豆の風味たっぷりの
水ようかんです。



722 次回予定 未定 蔵
手作りの水ようかん
3本入(250g) **285円(税込307円)**
産お届け日含め2日 金巻屋(新潟県)