

KurucO

2018年 1月5週 1月お届け商品ご利用代金
口座引落日 2/6(火)

	月	火	水	木	金
注文用紙提出日	1/22	23	24	25	26
定番品お届日	1/29	30	31	2/1	2

※「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。

いまが食べごろ、濃厚ポンカン

木の上で熟すのを、待った甲斐がありました。

今回ご紹介したい「日本の旬」は、和歌山県南部の紀南エリアの名産「木熟ポンカン」。この柑橘系果実は、年明けの出荷直前まで木になったままの状態です。

「ふつうポンカンは年内に収穫して、酸を落ち着かせて出荷させるのですが、この地域では「木熟」のほうがスタンダード。年明けまで木にならせることで、凍害などのリスクはあるが、酸味がぬけて、甘みもコクもグッと増しておいしくなります」。

こうして1月中・下旬～2月上・中旬に旬を迎える「木熟ポンカン」は、果実も皮も口あたり抜群。ひと口頬ばるとやわらかな薄皮から果肉がジュワッと弾けて、濃厚な果汁が口いっぱいに広がるのだとか。

「そして魅力がもうひとつ。それは華やかな香りです。この地域では、食べた人にポンカンの香り移って、盗んだらすぐにバレるといわれています(笑)。果実を割ったときの香りに、きっと驚くはずですよ」。そんな魅惑のおいしさを、ぜひ一度体験してみてください。



木熟
ポンカン
フェア

2・14
ページ



袋破れを防止するため「葉付き」は1玉のみとなります。

1 産直 翌週
木熟ポンカン
900g **550円(税込594円)**

2 産直 翌週
木熟ポンカン
1.4kg **798円(税込861円)**

1玉ずついねいに箱詰めを行い、全て「葉付き」でお届けします。
箱はイメージです。



3 産直 翌週 箱企画
木熟ポンカン
2.8kg箱(20-30玉) **1,580円(税込1,706円)**

もくじ | 今週のクルコ

■ 特集 2~11	■ 惣菜 35~38	■ お酒 54	■ 書籍 63
■ クルコ食堂・クローズアップ 12	■ 調味料・加工品・乾物 39~43	■ クルコママ 55	■ ロイズでバレンタイン&いもくりお菓子 64
■ 産地からこんにちは・掲載マークの見方 13	■ たまご・牛乳・乳製品 44	■ クルコママ・日用品 56	
■ 青果 14~17	■ 乳製品 45~46	■ 生活雑貨 57	
■ 青果・お米 18	■ パン 47	■ 寝具 58	
■ お魚 19~23	■ パン・飲料 48	■ 化粧品 59	
■ お肉 24~28	■ 飲料 49	■ 雑貨 60・61	
■ 冷凍食品 29~34	■ お菓子 50~53	■ 日用雑貨 62	

別チラシ そろってGood!
同時配付の別チラシをご覧ください。

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。

クルコの生鮮大市

太陽の恵みをいっぱいを受けて育つJA紀南のかんきつ大集合!



木熟ボンカン
7エア

袋破れを防止するため「葉付き」は1玉のみとなります。

1 産直 次週予定 翌週
木熟ボンカン
900g **550円(税込594円)**
JA紀南(和歌山県)



木熟ボンカン
7エア

袋破れを防止するため「葉付き」は1玉のみとなります。

2 産直 次週予定 翌週
木熟ボンカン
1.4kg **798円(税込861円)**
JA紀南(和歌山県)



木熟ボンカン
7エア

箱はイメージです。
1玉ずついねいに箱詰めを行い、全て「葉付き」でお届けします。

3 産直 次週予定 翌週 箱企画
木熟ボンカン
2.8kg箱(20-30玉) **1,580円(税込1,706円)**
JA紀南(和歌山県)



6 産直 次週予定 翌週
木熟デコボン
450g **498円(税込537円)**
JA紀南(和歌山県)



4 産直 次週予定 未定
今採り木熟みかん
800g **498円(税込537円)**
JA紀南(和歌山県)



箱はイメージです。

5 産直 次週予定 未定 箱企画
今採り木熟みかん
2.8kg箱 **1,750円(税込1,890円)**
JA紀南(和歌山県)



7 産直 次週予定 翌週
はるみ
480g **498円(税込537円)**
JA紀南(和歌山県)



16 産直 次週予定 翌週
パモジャ農園のいよかん
M-2L込・800g **498円(税込537円)**
パモジャ農園(愛媛県)

農業使用を極端に抑えて栽培。

お魚 お刺し身から干物まで。あると便利でお買い得!



117 次週予定 翌々週 凍
ほたて貝柱(刺身用)
120g **540円(税込583円)**
オホーツク海産



118 次週予定 2月4週 凍
真いか細切りいかそうめん
2枚100g **468円(税込505円)**
青森県産



143 次週予定 翌々週 凍
冷凍しじみ
180g **258円(税込278円)**
青森県産



182 次週予定 翌々週 凍
漁師がつくった釜あげしらす
25g×3 **288円(税込311円)**
愛媛県産



175 次週予定 2月4週 凍
お徳用甘塩秋鮭切身
7切350g **870円(税込939円)**
北海道産



176 次週予定 2月4週 凍
お徳用しよっぱいトラウトサーモン切身
5切300g **870円(税込939円)**
ノルウェー産(養殖)



177 次週予定 2月4週 凍
子持ちからふとししゃも(ボリュームパック)
300g **348円(税込375円)**
アイスランド、ノルウェー産/タイ加工

野菜

煮る、焼く、揚げるなど素材にあった食べ方で。

煮物はもちろん、蒸しても、揚げても。

用途いろいろ、欠かせない常備野菜。



72 次回予定 翌週
里芋
700g **348円(税込375円)**
JA新潟みらい(新潟市)、新潟県



調理例
お届け後は新聞紙に包むか紙袋に入れるなどして、風通しのよい室内で保存してください。



調理例
たまねぎの茶色の皮部分に黒いス状のものが付着している場合がありますが、水洗いしていただければ品質に問題ありません。袋から出して風通しのよい場所で保存してください。



87 次回予定 翌週
たまねぎ
1.5kg **350円(税込378円)**
JAきたみらい(北海道)



46 次回予定 翌週
キャベツ
1玉 **238円(税込257円)**
汎海園芸生産出荷組合(新潟市)、新潟県
神奈川県、千葉県、愛知県、茨城県



調理例
新潟県産をお届けする予定ですが、積雪や生育不足などで数量が不足する場合は、新潟県外産でのお届けとなります。



調理例



40 次回予定 翌週
ピーマン
120g **178円(税込192円)**
高知県、宮崎県

お肉

クルコの肉祭り! お肉のうまみを存分に味わう。

ギュッと詰まった和牛に近い甘みとうまみをステーキで!

ジューシーなモモ肉はカラッと揚げて唐揚げに。



248 次回予定 2月4週 凍
県産牛サーロインステーキ(交雑牛)
150g **1,380円(税込1,490円)**
産90日 タケウチ 新潟産



調理例



257 産直 次回予定 翌週 凍
生協鶏モモ肉
250g **360円(税込388円)**
産120日 いそべ



調理例



229 産直 次回予定 翌週 凍
生協ポーク肩ローススライス
200g **398円(税込429円)**
産120日 いそべ



230 産直 次回予定 翌々週 凍
生協ポークロースしょうが焼き用
200g **468円(税込505円)**
産120日 いそべ



238 次回予定 翌々週 凍
まきはのバラバラももしゃぶしゃぶ用
270g **448円(税込483円)**
産60日 まきは 新潟産



調理例



お徳用
251 産直原料 使用 2月4週 凍
生協ポーク切りおとしごま醤油味(お徳用)
300g **448円(税込483円)**
産120日 いそべ(新潟県)



調理例



285 産直 次回予定 翌週 凍
生協ポーク挽肉
300g **378円(税込408円)**
産120日 いそべ

家族そろってあったかだんらん



2月3日は節分
2018年の恵方「南南東」を向いてガブリ。

455 次期予定 2月4週 蔵
すしでんぶ
30g 158円(税込170円)
麦 賞30日 ヤマト食品(静岡県)

148 co-op 次期予定 2月4週 凍
サラダえび
100g 398円(税込429円)
え タイまたはインドネシア産/製造

471 次期予定 未定
味つけかんぴょう
70g 168円(税込181円)
麦 賞180日 みずずコーポレーション(石川県)

470 クルコ 次期予定 翌週
焼のり金 5P
全形10枚×5袋 1,280円(税込1,382円)
賞180日 サンキョーフーズ(新潟県)

お好みの具材で
オリジナル
恵方巻きに!



邪気を払ういわれのある「縁起もの」
ビタミンDを始め栄養豊富ないわしで健康応援!



136 次期予定 2月4週 凍
パックと食べられる真いわし丸干し
7-9尾120g 278円(税込300円)
賞60日 国産



137 次期予定 未定 凍
銚子産真いわし丸干し
4尾300g 258円(税込278円)
賞60日 千葉県銚子沖産

「鬼は外・福は内」
福を呼び込もう!



756 次期予定 未定
福豆
50g(5g×10袋) 195円(税込210円)
賞180日 サンコー(静岡県)

本格的なチーズフォンデュをご家庭で
手軽に楽しめます。



638 次期予定 2月3週 蔵
ふおんじゅ亭チーズフォンデュ
170g 478円(税込516円)
乳麦 賞90日 六甲バター(神奈川県)



271 次期予定 2月4週 蔵
やまと豚腸詰ウインナー(荒挽き)
160g 370円(税込399円)
賞12日 フリーデン(神奈川県)



デミグラスソースに
チーズを加えたコクのある味に。



563 co-op 次期予定 未定 化
チーズデミグラスドリアソース
130g×3 308円(税込332円)
乳麦 賞12ヵ月 日生協(日本)



おでん

家族で囲むあったかおでん月
わが家のおでんが一番!



調理例(468 あつあつおでんセット もち巾着入)

468 次期予定 蔵
未定
あつあつおでんセット もち巾着入
8種15個、スープ1袋(25g) **348円(税込375円)**
卵麦 賞お届け日含め5日 阿部善商店(宮城県) GMO



412 次期予定 蔵
2月4週
新潟蒟蒻(生いもこんにやく)
150g×2 **158円(税込170円)**
賞61日 猪貝(新潟県)



534 次期予定 蔵
未定
おでん昆布(日高産)
8本 **268円(税込289円)**
賞12ヵ月 リアス(東京都)



牛すじのうまみが具材にしっかりしみています。



調理例

456 次期予定 蔵
2月4週
牛すじ煮込み

150g **278円(税込300円)**

麦 賞30日 ジョイフーズ(静岡県) GMO



調理例

光に当たると緑色になりやすいため、袋から出し、風通しのよい暗所で保存してください。

84 産直 翌週
じゃがいも(ニシユタカ)
800g **258円(税込278円)**
JA新潟みらい(新潟市)



252 次期予定 凍
翌々週
県産牛うす切り(牛井・肉じゃが用)
150g **648円(税込699円)**
賞90日 タケウチ 新潟産



お好みのスープで
コトコト煮込んでどうぞ。



調理例

317 次期予定 凍
翌々週
ロールキャベツ

5個300g **470円(税込507円)**

卵麦 賞180日 JA全農ミートフーズ(愛知県)



たまねぎの甘みが生きた
ホワイトソースが味の決め手。



調理例

316 次期予定 凍
2月4週
こんがり焼いたえびグラタン(北海道産生乳使用)
2個400g **370円(税込399円)**

乳麦え マルハニチロ(北海道) GMO



クリーミーなグラタンを包んだ
コロケ。



調理例

301 次期予定 凍
2月3週
コロちゃんグラタンコロケ
10個400g **448円(税込483円)**

乳麦え ニッキーフーズ(北海道) GMO



ほどよいやわらかさの
あっさり薄味仕立て。



盛りつけ例

450 次期予定 蔵
2月3週
秋鮭昆布巻

4本120g **280円(税込302円)**

麦 賞60日 宮崎商店(新潟県)



とき卵で仕上げる、
かにと貝柱の風味豊かな
中華スープ。



調理例

566 co-op 次期予定 未定 化
かにと貝柱の中華スープ(5倍濃縮)
4人前(150g)×2 **328円(税込354円)**

麦えか 賞12ヵ月 ニチレイフーズ(山形県)



ふっくら皮に粒あん入り。



調理例

715 co-op 次期予定 未定 凍
三尾たい焼き
320g(8個入) **325円(税込351円)**

麦 サスナデリコム(静岡県) GMO





鍋セット

冷え込む夜は鍋でぽかぽか温まろう。

- セット内容
- ・鮭
 - ・コーン
 - ・ほたて貝
 - ・バター
 - ・いか
 - ・みそスープ
 - ・じゃがもち

約4人前



129 次期予定 2月3週 凍

北海道みそバター鍋セット

食材5種290g 1,150円(税込1,242円)

卵 180日 北海道産

調理例



餃子がセットの中華風鍋。お好みの野菜と一緒にどうぞ。

調理例

新登場

344 次期予定 2月3週 凍

3種の餃子とつくねだんごの鍋セット

346g・スープ付 ... 620円(税込669円)

卵 乳 麦 え

一品香食品(福岡県)

- セット内容
- ・えび餃子×4個
 - ・つくねだんご×4個
 - ・白玉餃子×4個
 - ・スープ付き
 - ・餃子×4個



『生協ポーク』『生協鶏』ダブルのうまさ。

調理例

254 産直原料 使用 次期予定 翌々週 凍

ちゃんこ鍋セット

450g(肉量350g) ... 778円(税込840円)

卵 乳 麦 120日

いそべ(新潟県)

- セット内容
- ・生協ポークバラ肉
 - ・しょうゆベースのスープ付き
 - ・生協鶏のムネ肉
 - ・五目つみれ



締めまでおいしいとろ〜りスープ。

調理例

253 次期予定 未定 凍

国産豚肉の醤油とろみ鍋セット

450g ... 598円(税込645円)

卵 麦 180日

いそべ(新潟県)

- セット内容
- ・国産豚肉 100g
 - ・スープ 150g
 - ・麺 200g
- 約3人前です。



煮込むことでだしがきいたスープに鶏のうまみが溶け出てうまい!!

調理例

297 CO-OP 次期予定 2月3週 凍 化

だし自慢とり鍋セット(稲庭風うどん付)

780g(2-3人前) 740円(税込799円)

卵 乳 麦

メイシヨク(兵庫県)

- セット内容
- ・鶏肉 150g
 - ・スープ 90g×2袋
 - ・鶏だんご 90g
 - ・うどん 180g×2玉

原材料

343 ライスバーガー 国産牛焼肉

原材料/米、牛肉、たれ(しょうゆ、砂糖、水あめ、果糖ぶどう糖液糖)、野菜(にんにく、たまねぎ)、みりん、還元水あめ、その他)、たまねぎ、しょうゆ、植物油、食塩、発酵調味料、砂糖、粉末しょうゆ、かつおエキス、昆布だし/増粘剤(加工でん粉)、トレハロース、膨張剤、(一部に小麦・牛肉・大豆・りんご・こまを含む)

344 3種の餃子とつくねだんごの鍋セット

原材料/えび餃子:えび、たけのこ水漬、豚脂、ラード、つなぎ(でん粉、卵白粉)、砂糖、食塩、植物油、香辛料、皮(でん粉、ラード、還元でん粉糖化物、食塩)/加工デンプン、増粘剤(キサンタンガム)、乳化剤、(一部にえび・小麦・卵・こま・豚肉を含む)・白玉餃子:皮(小麦粉、もち米粉、水あめ、でん粉、ラード、食塩)、野菜(キャベツ、たまねぎ、にら)、豚肉、豚脂、植物油、しょうゆ、ゼラチン、でん粉、ポークエキス、おろしにんにく、食塩、酵母エキス、おろししょうが、香辛料/乳化剤、(一部に小麦・乳成分・こま・大豆・豚肉・ゼラチンを含む)・餃子:野菜(キャベツ、たまねぎ、ねぎ、はくさい)、豚肉、豚脂、しいたけ、しょうゆ、発酵調味料、おろしにんにく、植物油、砂糖、食塩、皮(小麦粉、植物油、食塩)/加工デンプン、(一部に小麦・こま・大豆・豚肉を含む)・スープ:食塩、しょうゆ、砂糖、みりん、チキンエキス、酵母エキス/カラメル色素、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む) つくねだんご:鶏肉、野菜(たまねぎ、しょうが)、豚脂、つなぎ(でん粉、パン粉、卵白粉)、粒状植物性たん白、しょうゆ、食塩、砂糖、植物油、香辛料、揚げ油(なたね油)、(一部に小麦・卵・こま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)

359 レンジでコロちゃん秋鮭のクリームコロッケ

原材料/牛乳、鮭フレーク、たまねぎ、小麦粉、植物油、クリーム(乳製品)、デキストリン、バター、ゼラチン、ワイン、砂糖、魚介エキス調味料、酵母エキス、チキンエキス調味料、乳等を主要原料とする食品、食塩、香辛料、衣(パン粉、小麦粉、でん粉、コーンフラワー、植物油、糖類(砂糖、ぶどう糖)、ライ麦粉、コーンシロップ、植物性たん白、加工米粉、脱脂大豆粉末)、揚げ油(パーム油)/加工でん粉、着色料(ベニコウジ色素、カロチノイド)、乳化剤、増粘多糖類、カゼインNa、香料、(一部に乳成分・小麦・かに・さけ・大豆・鶏肉・ゼラチンを含む)

432 赤からん浅漬昆布風味

原材料/赤からん、昆布、酒粕(醸造アルコール)、食塩

お肉やお魚、野菜などいろいろな食材を
おいしく煮込んだあったかお鍋に。



調理例

493 次回予定 翌週
寄せ鍋スープ(ストレートタイプ)
600g(3-4人前) **238円(税込257円)**
麦 産18ヵ月 マルサンアイ(愛知県) GMO



93 産直 次回予定 翌週
鍋用きのこセット
1パック(4種) ... **330円(税込356円)**
きのこ生産者の会中山さん、きのこ生産者の会五十嵐さん(新潟市)、福田農園(五泉市)、山北魚沼(長岡市)



130 次回予定 2月4週 凍
たら切身(煮付け、塩焼き用)
4切220g **268円(税込289円)**
産180日 北海道産



131 次回予定 2月4週 凍
徳用いかボール
200g **328円(税込354円)**
卵 産180日 北海道沖産 GMO



345 未定 凍
みつせ鶏のふわふわだんご
230g **358円(税込386円)**
卵麦 ココオ(佐賀県) GMO

すき焼き

家族がそろったら、すき焼き♪



調理例

軟白部が曲がった物をお届けします。



66 次回予定 翌週
長ねぎ(曲り)
Lサイズ3本 **248円(税込267円)**
新潟県、埼玉県



494 CO-OP 次回予定 未定
すき焼きのたれ
300ml **148円(税込159円)**
麦 産18ヵ月 ヤマモリ(三重県) GMO



413 次回予定 2月4週 蔵
新潟白滝(生いもしらたき)
120g×2 **158円(税込170円)**
産61日 猪貝(新潟県)



249 次回予定 翌週 凍
国産牛ロースすきやき用
150g **990円(税込1,069円)**
660円税別/100g タケウチ 国産

お徳用でボリューム満点のすき焼きに。



写真はイメージです。

231 産直 次回予定 2月4週 凍
生協ポークこまぎれ(お徳用)
400g **588円(税込635円)**
産120日 いそべ



414 次回予定 翌週 蔵
越乃焼とうふ
280g **108円(税込116円)**
産お届け日なめ5日 こなかわ(新潟県)

秋田名物「きりたんぼ鍋」を
ご家庭でもどうぞ。



調理例

お好みの
野菜・肉などと
一緒に。

492 未定
きりたんぼと比内地鶏スープ
きりたんぼ3本・スープ200g **688円(税込743円)**
麦 産120日 斎藤昭一商店(秋田県)



冬のおいしい小箱 プレゼント

週刊KuruCo8ページ~11ページに掲載の商品を2点以上(同一商品2点もOK)ご利用いただいた方の中から抽選で100名様に「CO-OP冬のおいしい小箱」をプレゼント!

当選者の発表は、2月下旬予定の賞品の発送をもって代えさせていただきます。



セット内容
 まるごとフルーツブルーベリー 315g
 たまねぎドレッシング(国産たまねぎ使用) 190ml
 風味豊かな発酵バター(ショートブレッド) 12本(2本×6袋)
 アーモンドリーフ エスプレッソ仕立て 8枚

冬のおすすめ セレクション

ヨーグルトで仕込まれた
ジューシーなカレー風味のチキン。



調理例

313 CO-OP 次回予定 2月3週 凍
 骨なしタンドリーチキン
 標準13個280g ... 348円(税込375円)
 乳麦 JAフーズさが(佐賀県) GMO



味しみがよく口の中で
パラリとほぐれる。



調理例

411 CO-OP 次回予定 翌週 蔵
 ねじり糸こんにゃく
 200g×2 ... 180円(税込194円)
 賞90日 若草食品(奈良県)



外側はカリッと香ばしく、
中はふっくらジューシーに。



調理例

288 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
 ふっくらジューシー生ハンバーグ
 1個入(100g) 128円(税込138円)
 卵乳麦 賞180日
 IHミートソリューション(愛知県) 牛肉はオーストラリア産



粒がしっかり、ほどよい辛さで
ごはんがすすむ。



15g増量



約13cm

133 CO-OP 次回予定 2月4週 凍化
 ピリッと辛い明太子(切り)増量
 75g 275円(税込297円)
 アメリカ(アラスカ)産 GMO

朝食のトーストや幅広い料理に。



使用例

639 CO-OP 次回予定 2月3週 蔵
 生協バター
 150g ... 278円(税込300円)
 乳 賞180日 よつ葉乳業(北海道)



5種類のおみそ汁が味わえる。



調理例

564 CO-OP 次回予定 翌々週
 熟旨即席みそ汁
 30食(5種×6食) ... 698円(税込753円)
 乳麦 賞180日 ハナマルキ(群馬県) GMO



少しだけ飲みたいときに
ぴったりの飲みきりサイズ。



681 CO-OP 次回予定 2月3週
 国産果実 温州みかんジュース
 125ml×12 ... 780円(税込842円)
 賞120日 日生協(日本)



「ミネラル」や「食物繊維」など、必要な栄養がバランスよく摂れる。



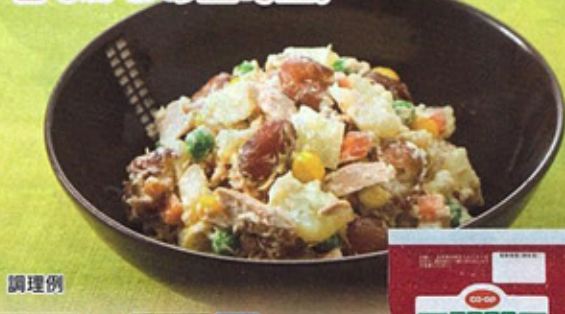
調理例

115 CO-OP 次回予定 2月3週
おいしい雑穀十五穀
10袋(20g×10) 348円(税込375円)

画12ヵ月



やわらかな食感の昔ながらの金時豆。



調理例

452 CO-OP 次回予定 未定 蔵
田舎金時豆
130g 178円(税込192円)

画24日

立花屋(神奈川県) GMO



国産ごぼうのシャキシャキとした歯ごたえ。



盛りつけ例

451 CO-OP 次回予定 未定 蔵
たたきごぼうかつお風味
90g 168円(税込181円)

画90日

カネハツ食品(愛知県) GMO



おにぎりの具、お茶漬け、サラダなどにどうぞ。



189 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
やわらか中骨入り鮭フレーク
60g×2 368円(税込397円)

ロシア産 GMO



調理例

一切れずつ個包装にしているので便利。



調理例



196 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
赤魚の煮付け(大きめ)
2切180g 348円(税込375円)

画

アメリカ産 GMO

えびのボリュームに負けない風味豊かなサクサクの衣。



204 CO-OP 次回予定 未定 凍化
大きなご馳走えびフライ
6尾280g 1,280円(税込1,382円)

卵麦え

インドネシア(養殖)産 製造

衣にはえびの頭をコトコトと煮出したスープを配合。



調理例

骨取り済みだからパクパク食べられる。



調理例



181 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
骨取りさばのみぞれ煮
180g(2切×3袋) 360円(税込388円)

画

ノルウェー産 GMO

水くわいのシャキシャキした食感がアクセント。



調理例

365 CO-OP 次回予定 2月3週 凍
肉だんご 黒酢あんかけ
4個×2袋(346g) 370円(税込399円)

卵麦

ケイエス冷凍食品(大阪府) GMO



あっさりした味付けなのでお好みのソースで。



調理例

315 CO-OP 次回予定 翌々週 凍
豆腐バーグ
4枚320g 298円(税込321円)

卵乳麦

サンミート(香川県) GMO



プチサイズだから食べやすい、使いやすい。



調理例

377 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
5種の国産野菜入りプチがんも
240g(標準20個) 275円(税込297円)

画

不二神戸フーズ(兵庫県) GMO



ご家庭で料亭風の一品が楽しめる。



調理例

378 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
海老と枝豆の湯葉包み
7個133g 358円(税込386円)

画

ルナフーズ(大阪府) GMO



手打ちのような強いコシともちもちの弾力。



調理例

331 CO-OP 次回予定 2月4週 凍
讃岐うどん
5食入り(1kg) 258円(税込278円)

画

高松日清食品(香川県) 260kcal/1食(200g)



ふわっと香るかつおだしのきいた味わい。



調理例

332 CO-OP 次回予定 2月4週 凍化
たこ焼
50個1kg 540円(税込583円)

卵麦

ピーコック(新潟県) GMO





食べやすいよう
ひと口サイズに
カット済み。



何かと便利な
冷凍野菜。



サラダや麺類の
トッピング、スープの
具材などに。

チャックシール付き包材入り



381 **CO-OP** 次期予定 2月4週 **凍**
冷凍 北海道のひとくちサイズ栗かぼちゃ
360g **258円(税込278円)**
北海道産

380 **CO-OP** 次期予定 翌々週 **凍**
冷凍 北海道のつぶコーン
300g **228円(税込246円)**
北海道産

すっきりとした甘さの
低糖タイプ。



619 **CO-OP** 次期予定 翌々週 **蔵**
コープ乳酸ドリンク低糖
65ml×10 **148円(税込159円)**
日清ヨーク(埼玉県、兵庫県) **GMO**

脂肪分が気になる方に。
乳脂肪分1.0%。



620 **CO-OP** 次期予定 翌々週 **蔵**
北海道低脂肪プレーンヨーグルト
400g **118円(税込127円)**
トモエ乳業(茨城県) **GMO**

深いコクと
クリーミーな味わい。



621 **CO-OP** 次期予定 翌週 **蔵**
北海道生乳ヨーグルト
80g×6 **248円(税込267円)**
雪印メグミルク(埼玉県) **GMO**

そのまま食べても、
ごはんと一緒にでも。



516 **CO-OP** 次期予定 翌々週 **化**
味付のり(卓上タイプ)
10個80枚(枚のり8枚分) **358円(税込386円)**
玉喜(佐賀県) **GMO**

みそ汁、麺類のトッピングなど、
手軽に便利に。



535 **CO-OP** 次期予定 翌々週
三陸産カットわかめ
15g **238円(税込257円)**
かわむら(宮城県) **GMO**

すっきりとしながらも
コクのある
しょうゆ味。



536 **CO-OP** 次期予定 2月3週 **化**
コープヌードルしょうゆ(ケース)
71g(めん62g)×12 **1,100円(税込1,188円)**
卵乳麦え 画180日 **GMO**
日清食品(日本)



555 **CO-OP** 次期予定 2月3週 **化**
国産具材のビーフカレー 甘口
200g×4 **438円(税込473円)**
乳麦 画24ヵ月 ヤマモリ(三重県) **GMO**

具材の牛肉、じゃがいも、たまねぎ、
にんじんは国産を使用。

556 **CO-OP** 次期予定 2月3週 **化**
国産具材のビーフカレー 中辛
200g×4 **438円(税込473円)**
乳麦 画24ヵ月 ヤマモリ(三重県) **GMO**

魚介だしをきかせた
とんこつ醤油味。



537 **CO-OP** 次期予定 未定 **化**
コープヌードルとんこつ醤油(ケース)
77g(めん60g)×12 **1,100円(税込1,188円)**
卵乳麦 画180日 日清食品(滋賀県) **GMO**

コーンの甘さたっぷりの
クリーミースープ。



565 **CO-OP** 次期予定 2月3週 **化**
コーンクリーム スープ・カップ
8食入 **228円(税込246円)**
乳麦 画12ヵ月 日生協(日本) **GMO**