

ご注文1点につき、ポイントプレゼント!!

家族でだんらん

レシピ付

2018年9月4回

ふくい~な
p9・裏表紙
掲載商品

通常のポイントに加えてポイントプレゼント

日頃のご利用に感謝して

ポイントUP感謝祭

	月	火	水	木	金
注文書提出	9/17	18	19	20	21
商品お届け	9/24	25	26	27	28

ポイントUP感謝祭の獲得ポイントは10月1回お届け明細書のポイント欄に合算してご案内します
裏面もご覧ください▶

※画像はイメージです。お届け内容は変わる場合があります。※食材セットはすべて冷蔵でお届けします。消費期限はお届け日を含め2日です。製造元:福井県民生協(ふくいレインボーファーム)



ぷりぷりのエビと
シャキシャキの
小松菜を使った
シンプルな炒め物

もれなく
20
ポイント

2~3人前
約15分

1114 10月5回 234800

中橋さんのこまつなとえびの塩炒め **120g** 本体 **648円** (税込700円)

カロリー(人)約218kcal 塩分(人)約1.2g ※総カロリーを2.5人分で計算しております。卵麦 中橋さんのこまつな120g(福井県産)、にんじん30g、むぎえび(大)(解凍・養殖)6尾、さくらたまご2個、切らずに使える緑豆春雨40g、塩だれ30g、片栗粉4g(ご家庭でご用意していただくもの)塩・こしょう・油・キッチンペーパー



バター醤油のおいしさで
キャベツをたっぷり食べましょう!
ベーコンと卵の相性も良い!

キャベツと
ふわふわたまごの
バター醤油炒め

2~3人前
約15分

もれなく
20
ポイント

1123 10月4回 245403

カロリー(人)約247kcal 塩分(人)約2.0g ※総カロリーを2.5人分で計算しております。卵麦 キャベツ180g、たまねぎ70g、ミニトマト3個、ハーブカットベーコン70g、さくらたまご2個、旨だし醤油15g×2、バターソース7g(ご家庭でご用意していただくもの)塩・こしょう

本体 **680円** (税込734円)

カロリー(人)約228kcal 塩分(人)約1.9g ※総カロリーを3.5人分で計算しております。卵麦 キャベツ220g、たまねぎ100g、ミニトマト4個、ハーブカットベーコン70g、さくらたまご3個、旨だし醤油15g×3、バターソース7g×2(ご家庭でご用意していただくもの)塩・こしょう

本体 **798円** (税込862円)



500 ワンコインメニュー (税込540円)

お子様に大人気の
チャンプンスープで野菜も
たっぷり食べられます

もれなく
20
ポイント

2~3人前
約15分

1132 11月3回 183890

さくら豚とミックス野菜のチャンポン春雨 本体 **500円** (税込540円)

カロリー(人)約264kcal 塩分(人)約2.2g ※総カロリーを2.5人分で計算しております。きのこ大好き◎玉ねぎMIX200g、さくら豚こま切れ100g(青森県産)、切らずに使える緑豆春雨40g、チャンプンスープ40g(ご家庭でご用意していただくもの)塩・こしょう・油(ごま油)



具だくさんなので
丼はもちろん
麺にかけてもおいしい!

8種の具材の
具だくさん
八宝菜

2~3人前
約10分

もれなく
30
ポイント

1125 10月6回 192708

カロリー(人)約156kcal 塩分(人)約1.2g ※総カロリーを2.5人分で計算しております。麦 たくさい150g、にんじん30g、ピーマン30g、生しいたけ(菌床)20g、さくら豚こま切れ50g(青森県産)、シーフードミックス(イカ・エビ・ホタテ)解凍100g、八宝菜の素40g、片栗粉9g(ご家庭でご用意していただくもの)塩・こしょう・油・キッチンペーパー

本体 **700円** (税込756円)

カロリー(人)約156kcal 塩分(人)約1.2g ※総カロリーを4.5人分で計算しております。麦 たくさい200g、にんじん60g、ピーマン40g、生しいたけ(菌床)20g、さくら豚こま切れ100g(青森県産)、シーフードミックス(イカ・エビ・ホタテ)解凍150g、八宝菜の素40g×2、片栗粉15g(ご家庭でご用意していただくもの)塩・こしょう・油・キッチンペーパー

本体 **950円** (税込1,026円)

その他パッとCOOKポイントUP感謝祭対象商品は、9月4回企画の「ふくい~な」p9・裏表紙をご覧ください。

10月1回お届け(10月1日(月)~10月5日(金))予約企画!

※収穫状況により、お届けが遅れる場合がございます。

福井県の新ブランド米

いちほまれ

新米 平成30年産 秋の味覚

注文番号 **105198**
いちほまれ2kg
本体 **1,280円** (税込1,382円)

注文番号 **104876**
いちほまれ5kg
本体 **2,880円** (税込3,110円)

福井県産/福井パールライス



是非、ご賞味ください!
お見逃しなく!

日本一おいしい
誉れ 高さお米

昨年
大好評!

絹のような白さとつや・口に広がる
優しい甘さ・粒感と粘りの最高の調和

予約企画のため、商品のお届けは、10月1回(10/1~5)のお届けとなります。但し、収穫、及び量確保の関係で、更に、お届けが遅れる場合があります。ご了承のほどよろしくお願い致します。

お届けカレンダー

	月	火	水	木	金
注文書提出	9/17	18	19	20	21
いちほまれ 商品お届け	10/1	2	3	4	5

①いちほまれの価格について、8月末現在、市場価格が未定のため暫定価格とさせていただきます。
②お米の確定価格につきましては、10月1日(月)~5日(金)に配布するお届け明細書にてご案内させていただきます。ご了承の程よろしくお願い致します。

お申込み
お問い合わせは
COOP 県民せいきよう
E-MAIL info@fukuicoop.or.jp 県民せいきよう 検索
本部/〒910-8557 福井市開発5丁目1603番地

〈受付時間〉月~金/午前8時30分~午後8時 土曜日/午前9時~午後5時
0120-016-165 まずはお気軽にお電話ください!
おかけ間違いがないように、番号をお確かめください。
※受付時間外は、音声ガイドにて、お問い合わせの受付と緊急時の連絡先をご案内しております。