

家族でだんらん

レシピ付

パパッとCOOK

手軽で人気!!生協のミールキット

ご注文1点につき、ポイントプレゼント!!

ふくい〜なp8・9掲載商品 ※お1人様何点でも注文可能です

2022年10月1回

	月	火	水	木	金
注文書提出	9/26	27	38	29	30
商品お届け	10/3	4	5	6	7

ポイントUP感謝祭の獲得ポイントは10月2回お届け明細書にてご案内します

裏面もご覧ください▶

パパッとCOOK体験レビュー

こんなに便利!手間をかけずに作れます!!
がんばらにゃ編集室より 詳しくはコチラ▶



ポイントUP感謝祭

簡単に!美味しくできたよ! 職員からのおすすめメニュー♪

福井

レタスのシャキシャキ感と白ねぎの香ばしさがあり、塩ダレが効いていて美味しいです!

もれなく
65
ポイント

2~3人前

1107

11月1回

1セットあたり

499kcal 品質3.7g

本体 **630**円
(税込680円)

小西さんの白ねぎとさくら豚のしゃきしゃき塩炒め (麦)

丹南

材料をフライパンに入れて炒めるだけ!味付けも薄すぎず、濃すぎず、ちょうど良いです!

もれなく
65
ポイント

3人前

1121

11月1回

1セットあたり

631kcal 品質3.7g

本体 **650**円
(税込702円)

さくら豚とキャベツのホイコーロー (麦)

敦賀

洗い物も少なく楽ちん。野菜たっぷりで食べ応えもあり、プラス一品に最適です。

もれなく
80
ポイント

3~4人前

1123

次回未定

1セットあたり

303kcal 品質5.6g

本体 **800**円
(税込864円)

豆乳ベジスープ (麦)

若狭

大豆ミートを感じさせない食感で、食べ応えがあり健康的!ピリ辛で大人向けのテイストです。

もれなく
70
ポイント

2人前

1126

11月5回

1セットあたり

326kcal 品質5.5g

本体 **680**円
(税込734円)

大豆のお肉で! 麦 玉ねぎときのこのキーマカレー

その他おすすめ

ふくい〜なp8・9に掲載!

もれなく
30
ポイント

約20分

3人前

1116

10月3回

1セットあたり

635kcal 品質6.2g

本体 **600**円
(税込648円)

きのことうふのふわふわオムレツ (卵)

ふわふわな食感! ウィナーも入ってお子様も大満足

産直まいたけ使用のきのこセット、日本の絹ミニ、さくらたまご、ポーク皮なしウィンナー(解凍)、ハンバーグソース

◎カロリー・食塩相当量は調理前の値です。「ご家庭でご用意していただくもの」は含みません。
※画像はイメージです。お届け内容、パッケージ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)

裏面もご覧ください

コールセンター **ccop** 県民せいきよう

0120-016-165

(受付時間)月~金/午前8時30分~午後8時 土日/午前9時~午後5時
※おかけ間違いがないように、番号をお確かめください

お問い合わせ
No.001861

秋の味覚

新米と一緒に美味しく召し上がってください!

一緒にどうぞ!

新米



日本一おいしい 味、艶、ねばりの 誉れ 高さお米 三拍子

1024 10月3回 2kg

本体 **998**円
(税込1,078円)

1025 10月2回 5kg

本体 **2,080**円
(税込2,246円)

1026 10月2回 10kg

本体 **3,980**円
(税込4,298円)

1027 11月2回

本体 **3,480**円
(税込3,758円)

福井県産 コシヒカリ 福井県米穀 10kg

**九頭竜まいたけ生産者の
昇竜のみなさん(大野市)**

まいたけたっぷり
トマトソースで
いただきます

**地産地消
メニュー**

約15分
もれなく
90
ポイント

3人前
※牛乳はご家庭で
ご用意ください

1106 10月 1セットあたり
3回 718kcal 糖質5.0g

**九頭竜まいたけと
牛肉のトマトソース煮 乳麦**

セット内容
九頭竜まいたけ(福井県産)、ぶなしめじ、
たまねぎ、にんにく、パセリ、デルモンテ完
熟カットトマト、九州黒牛こま切れ、トマト
ソースB、コンソメ ご家庭でご用意してい
だくものオリーブオイル(油)・牛乳

本体 **900**円
(税込972円)

こまつな生産者の
中橋さん(福井市)

簡単に出来る
シンプルな中華炒め

約15分
もれなく
80
ポイント

2~3人前
1セットあたり
848kcal 糖質5.4g

1108 10月 2回
1セットあたり

**中橋さんのこまつなの
中華風たまご炒め 卵麦**

セット内容
中橋さんのこまつな(福井県産)、たまねぎ、
ぶなしめじ、ミニトマト、さくら豚こま切れ
(青森県産)、さくらたまご、中華炒め調味料

本体 **780**円
(税込842円)

クチコミ

県民せいきょうのコープ商品おしゃべりサイト
コープでPHOTO

コープでPHOTOは県民せいきょう
のコミュニティサイトです。組合員
のみなさんから届いたコープ商品クチ
コミ情報をぜひご覧ください。

パパッとCOOKも紹介中!

写真の投稿には
20ポイント進呈
みなさんからの投稿も
お待ちしております!

コープでPHOTO

簡単便利でスピード調理!
ボリュームのある焼ビーフンが
パパッとできあがります!

忙しいあなたに!
**スピード
メニュー**

約7分
もれなく
30
ポイント

2人前
1セットあたり
742kcal 糖質3.5g

1128 11月 1回
1セットあたり

**さくら豚とミックス野菜の
焼ビーフン 麦**

セット内容
料理の基本ミックス、さくら豚こま切れ
(青森県産)、ケンミン焼ビーフン

本体 **550**円
(税込594円)

お手軽なお好み焼き風の炒め物です

約15分
もれなく
30
ポイント

3人前
1セットあたり
726kcal 糖質2.1g

1130 10月 2回
1セットあたり

**さくら豚とたまごの野菜炒め
お好み焼風 卵麦**

セット内容
きのこ野菜炒め用ミックス、さくら豚こま
切れ(青森県産)、さくらたまご、オタフ
クお好みソース ご家庭でご用意してい
だくもの(お好みで)マヨネーズ・かつお節

本体 **550**円
(税込594円)

パパッとCOOK

中橋さんのこまつなの中華風たまご炒め

小松菜、ミニトマト、卵の彩りも良く、
昼食に美味しくいただきました。簡
単にパパッと作れたので、また他の
種類も買ってみたいになりました。

ばちこさん

約7分
もれなく
30
ポイント

2人前
1セットあたり
742kcal 糖質3.5g

1128 11月 1回
1セットあたり

**さくら豚とミックス野菜の
焼ビーフン 麦**

セット内容
料理の基本ミックス、さくら豚こま切れ
(青森県産)、ケンミン焼ビーフン

本体 **550**円
(税込594円)

約15分
もれなく
30
ポイント

3人前
1セットあたり
726kcal 糖質2.1g

1130 10月 2回
1セットあたり

**さくら豚とたまごの野菜炒め
お好み焼風 卵麦**

セット内容
きのこ野菜炒め用ミックス、さくら豚こま
切れ(青森県産)、さくらたまご、オタフ
クお好みソース ご家庭でご用意してい
だくもの(お好みで)マヨネーズ・かつお節

本体 **550**円
(税込594円)

パパッとCOOK

さくら豚とミックス野菜の焼ビーフン

調理時間7分!簡単、美味しいビー
フンです。何十種類とパパッとCOOK
利用していますが、こどもはこれが一
番好きと言います。

くま35さん

◎カロリー・食塩相当量は調理前の値です。[ご家庭でご用意していただくもの]は含まれません。※画像はイメージです。お届け内容、パッケージ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)

今週の担当者おすすめ

2022年	月	火	水	木	金	
10月1回	9/26	27	28	29	30	
企画	商品 お届け	10/3	4	5	6	7

**10月は
乳がん早期発見
ピンクリボン月間です**

今年もコープ化粧品は「**ピンクリボン運動**」に取り組みます。

2022年9月1回~10月2回の期間中
すべてのコープ化粧品1品購入につき
1円をJ.POSHに寄付します

乳がんに対する啓発と
患者や家族の
支えを
進めます

CO-OP化粧品 J.POSH

家族でつけるモノだから
安心して使いたい

愛され続けて45年のロングセラー
コープ基礎シリーズ

コープで人気NO.1の化粧水・乳液

今回(年間最安値価格)でご案内

6種類の
セラミドを配合
(全て保湿成分)

6つの無添加
香料 着色料 パラベン(防腐剤)
石油系界面活性剤 鉱物油 アルコール

低刺激*タイプ
*ステインギング
試験実施済

●無着色 ●パラベン(防腐剤)無配合
●(株)クラボウコスメックス ●日本製
この商品のお問い合わせ先:日生協
0120-502-811 10:00~17:00/月~金(祝除く)

コープ基礎から45周年限定デザインボトル登場!

高保湿
化粧水
お肌の乾燥が
とてもしなくなる

化粧水
基礎 スキンローション(高保湿)

040033 150ml
×1本 年間最安値!
本体 **648**円
(税込713円)

040043 150ml
×2本 年間最安値!
本体 **1,180**円
(税込1,298円)

おすすめワンポイント
アルコール無配合。保湿成分が「しっとりタイプ」の2倍。
もっと潤いが欲しい方は、是非、一度お試しください。

乳液
お肌の乾燥が
なめらかなのに、
さらさらの肌質に
なると、お肌の
さらさら感が
お肌の乾燥が
なめらかなのに、
さらさらの肌質に
なると、お肌の
さらさら感が

乳液
基礎 ミルクローション

040034 130ml
×1本 年間最安値!
本体 **548**円
(税込603円)

040044 130ml
×2本 年間最安値!
本体 **1,080**円
(税込1,188円)

おすすめワンポイント
べたつかず、さらりと潤う乳液。
スキンローションと合わせて使うととて潤います。

しっとり
化粧水
お肌の乾燥が
気にならなくなる

化粧水
基礎 スキンローション(しっとり)

040031 150ml
×1本 年間最安値!
本体 **548**円
(税込603円)

040041 150ml
×2本 年間最安値!
本体 **1,080**円
(税込1,188円)

おすすめワンポイント
たっぷり使える、しっとり潤う化粧水。肌が敏感な方にも、お子さんにも、
お父さんの髭剃り後にも家族みんなで使えます!

さっぱり
化粧水
べたつきや毛穴が
気にならなくなる

化粧水
基礎 スキンローション(さっぱり)

040032 150ml
×1本 年間最安値!
本体 **548**円
(税込603円)

040042 150ml
×2本 年間最安値!
本体 **1,080**円
(税込1,188円)