

1 特集
10 パン
12 ランチ 軽食弁当
16 ゆめとろ
22 30 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 果物 野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳 卵
55 豆腐 揚げ 納豆
56 乳製品
58 加工食品 調味料 米
63 菓子 アイス
68 飲料
71 酒
72 アール
73 食料 特別企画

今週の見逃せない値!

明太と高菜の
ピリ辛ピラフ



328 12月 1個 152kcal 8.14g

明太高菜ピラフ

200g×2 12月 1個 152kcal 8.14g JAフーズが (主原料:米(国産))

伝えたいのはココ

●国産米に辛子明太と九州産高菜をいれたピリッ辛いピラフです。明太とシャキシャキした高菜の食感を楽しめます。

2袋



1袋 税込 231円

年間最安値!
本体 428円 (税込 462円)

朝食やおやつにぴったりの小さめサイズ!



外はこんがり、中はふっくら!

AC週にお届け 定期注文 375896

329 11月 3個 82kcal 8.05g

1個 46g

焼おにぎり

480g(10個) 12月 1個 480g ニッスイ (主原料:精白米(国産))

国産あきたこまちを使用し、表面は香ばしい醤油味、中はあっさり鰹風味に仕上げました。

いつでもおトク!
本体 498円 (税込 538円)

330・331 よりどり 2品以上で 22円引!



330 12月 1個 157kcal 8.06g

栗とさつまいもの釜炊きごはん

200g 12月 1個 157kcal 8.06g 全国農協食品 (主原料:精白米(国産))

うるち米に栗と国産さつまいもを入れ、小豆の煮汁で炊き上げました。

本体 278円 (税込 300円)

よりどり 2品以上 本体 257円 (税込 278円)



331 12月 1個 466kcal 8.36g

ザ★チャーハン 260g

18月 1個 466kcal 8.36g 味の素冷凍食品 (主原料:米(国産))

焦がしにんにくのマー油と葱油の香ばしさ、焼豚のうま味が味わえるチャーハンです。

本体 358円 (税込 387円)

よりどり 2品以上 本体 338円 (税込 365円)



332 12月 1個 393kcal 8.32g

オマールとバター香る 海老ピラフ 230g×2

12月 1個 393kcal 8.32g ニッスイ (主原料:米(国産))

オマールフィッシュを使用し、5種の具材を入れた海老ピラフです。(税込 581円)

本体 291円 (税込 314円)

よりどり 2品以上 本体 538円 (税込 581円)



333 12月 1個 314kcal 8.25g

CoCo壱番屋 とうへりチーズのカレーピラフ 200g×2

12月 1個 314kcal 8.25g 伊藤忠食品 (主原料:米(国産))

人気のトッピング「チーズ」を加え、マイルドな味わいに仕上げたカレーピラフです。

本体 350円 (税込 375円)

よりどり 2品以上 本体 648円 (税込 700円)



334 12月 1個 264円

お好み焼 豚玉 2枚入

12月 1個 264円 西国日清食品 (主原料:キャベツ(国産))

お好み焼205g×2枚、ソース・削り粉・あおさ各2袋

12月 1個 264円 西国日清食品 (主原料:キャベツ(国産))

かつお風味の効いた生地に、国産キャベツを加え、豚肉をのせて焼き上げました。

本体 488円 (税込 527円)



335 12月 1個 270円

海鮮入りチヂミ

12月 1個 270円 西住食研 (主原料:たまねぎ(国産))

チヂミ200g×2枚、たれ2袋

12月 1個 270円 西住食研 (主原料:たまねぎ(国産))

もちもちの生地に玉ねぎ、にら、人参、いか、たごが入ったチヂミです。

本体 270円 (税込 291円)



336 11月 1個 80kcal 8.06g

石焼ビビンバ風おにぎり

11月 1個 80kcal 8.06g ニチレイフーズ (主原料:米(国産))

270g(6個) 12月 1個 548円 (税込 592円)

人参、ほうれん草、たけのこ、鶏肉を具材にコチュジャン等で甘辛く味付けした焼おにぎりです。

本体 548円 (税込 592円)



337 12月 1個 224kcal 1.8g

4種チーズのミートドリア

12月 1個 224kcal 1.8g Umios (主原料:精白米(国産))

360g(2個) 18月 1個 488円 (税込 527円)

ターメリックライスにホワイトソース、ミートソース、4種のチーズを合わせて焼き上げました。

本体 488円 (税込 527円)

こんがりライスパンズに甘辛い牛カルビ



338 12月 1個 269円

ライスバーガー焼肉牛カルビ

12月 1個 269円 伊予食品 (主原料:精白米(国産))

国産こしひかりのライスパンズで、焼肉牛カルビをはさみました。

本体 269円 (税込 291円)

年間最安値!
本体 498円 (税込 538円)

339 12月 1個 260円

625g(5個)

年間最安値!
本体 1,200円 (税込 1,296円)

直火で香ばしく焼き上げました



340 12月 1個 288kcal 8.19g

すき家牛カルビ丼の具

12月 1個 288kcal 8.19g トロナジャパン (主原料:牛肉(アメリカ合衆国またはカナダまたはオーストラリアまたはメキシコ))

120g×2袋 12月 1個 698円 (税込 754円)

特製だれが牛肉と玉ねぎに絡んでご飯が進みます。

本体 698円 (税込 754円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

冷凍庫の常備品!旨さふんわり手間いらず

ここが便利

- ①カット済みでそのまま使える
- ②保存に便利なチャックシール付袋入り



焼き込みごはんにも

AC週にお届け
定額注文 376175

353 11月 3日 100g 311kcal 8,90.01e

ふわっときざみ揚げ

200g (8個) 12カ月 ノックーフーズ

主原料: 丸大豆(アメリカ産又はカナダ産)

ふわっとソフトな食感に仕上げ、細くカットしました。

よそでは買えない! 限定品 コープだけ!

パラパラ



チャックシール付



いつでもオトク! 本体 208円 (税込 225円)

甘み・おいしさそのまま♪



100g 140kcal 2,90.05e

354 12月 1日 100g 140kcal 2,90.05e

さつまいもスティック

250g (8個) 18カ月 和郷

主原料: さつまいも(国産)

さつまいもをスティック状にカットし、低温スチームで蒸し上げ急速冷凍しました。

年間最安値!

本体 398円 (税込 430円)



国産やまいものしそ揚げ 140g (10個)

12カ月 (寒) フジサニーフーズ

主原料: やまいも(国産)

豆腐と魚肉すり身の生地に国産やまいもとれんこん、赤しそを練り込み揚げました。

本体 298円 (税込 322円)



緑黄野菜のひとくちがんも 160g (5個) 12カ月

フジサニーフーズ

主原料: にんじん(国産)

緑黄野菜(にんじん、かぼちゃ、ほうれん草)を入れた一口サイズのがんもです。

本体 298円 (税込 322円)



はるさめと4種具材のきんちゃく 150g (5個) 12カ月 (寒)

フジサニーフーズ

主原料: 油揚げ(国内製造)

はるさめと野菜、鶏肉等を油揚げにつめてかんぴょうで結んだ、きんちゃくです。

本体 378円 (税込 408円)



千賀屋謹製 きのこのひりゅうず 200g (8個) 12カ月 (寒) 千賀屋

主原料: 豆腐(国内製造)

魚肉すり身と豆腐に国産きのこや人参、玉ねぎ、枝豆、山芋等を混ぜ込んだひりゅうずです。

本体 398円 (税込 430円)



なす煮びたし オクラを添えて 140g (8個) 18カ月 (寒) ノースイタイ製造

主原料: なす(国産)

軽だしのきいた甘辛だれで仕上げたなす煮びたしに、オクラを添えました。

本体 328円 (税込 354円)



枝豆とひじきの味付けいなり 200g (4個) 12カ月 (寒)

フジサニーフーズ

主原料: 油揚げ(国内製造)

枝豆、ひじき、人参が入った生地をだしの染みこんだ油揚げで包み込みました。

本体 428円 (税込 462円)



野菜ゆば巻き 102g (6個) 12カ月 (寒)

あい研製社

主原料: にんじん(国産)

しばり豆腐に国産の人参、ほうれん草を加えて、生ゆばで丁寧に巻きまいた。

本体 458円 (税込 495円)



茶わん蒸し 480g (4袋) 12カ月 (寒) 7知

福田食品工業

主原料: 鶏肉(国内製造)

かつおだしと昆布だしの風味をきかせ、口当たりなめらかに仕上げました。

本体 648円 (税込 700円)

今週の見逃せない値! 外の衣はカリッと、中はふわっと食感!



363 12月 5日 100g 259kcal 8,11.6e

国産れんこんの揚げだし豆腐

揚げだし豆腐176g (8個)、天つゆ30g

12カ月 (寒) フジサニーフーズ

主原料: 揚げだし豆腐(国産) 植物油(国内製造)

年間最安値!

本体 278円 (税込 300円)

さっぱりと食べやすい!



364 12月 2日 100g 28kcal 8,90.07e

おくらとひじきのしそ風味和え

50g×3 (8カ月) 和食

主原料: オクラ(輸入)

スライスしたおくらとひじきを、しそ風味の甘口タレで味付けしました。

いつでもオトク!

本体 298円 (税込 322円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています

実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります



365 次月 冷凍 レンジ トースター 1個(50g) 97kcal 5.0/0.4

おさかなと国産5種の野菜カツ

200g(4個) 12月(乳) ナカシン冷蔵(主原料:とびうお(国産)とびうお落とし身と国産野菜を入れ、隠し味に魚醤を使用し仕上げました。)

【原材料名】下方におしらせてあります

初回お試し価格
本体 **398**円
(税込 430円)

サクサクの衣とほくほくあま〜いカボチャ!



366 次月 冷凍 レンジ 1個(60g) 118kcal 5.5/0.5

国産カボチャひき肉フライ

600g(10個) 12月(乳) ヤヨイサンフーズ(主原料:かぼちゃ(国産))

国産かぼちゃ、玉ねぎ、豚肉を使用し、具材感が楽しめるよう仕上げました。

伝えたいのはココ

●国産カボチャの具材感が楽しめるフライです。甘い味付けはごはんのおかずにもおすすめです。
(株)ヤヨイサンフーズ 小西さん



10個入

年間最安値!
本体 **880**円
(税込 950円)



367 12月 冷凍 レンジ 4個入

レンジで海老がぎゅっと詰まった えびかつ

200g(4個) 12月(乳) 極洋食品

えび肉のすり身にむきえびを加えて、衣をつけて揚げました。(税込 538円)



368 12月 冷凍 レンジ 4個入

ちくわの磯辺揚げ

110g(4個) 12月(乳) ファーストフーズ

たらの無リンすり身を使用し、肉厚で歯ごたえのあるちくわの磯辺揚げです。(税込 430円)



369 12月 冷凍 レンジ トースター 200g 175g

それいっ! ガイアンパンマンスイートポテト

200g 12月(乳) 味の素冷凍食品

さつまいもとじゃが芋に南瓜と人参を加えた優しい甘さのカルシウム入りスナックです。(税込 410円)



370 12月 冷凍 300g

ココス やみつかりかりポテト

300g 12月(乳) トロナンヤマ/アメリカ製

細切りカット・味付け済みのレストラン「ココス」のフライドポテトです。(税込 495円)



371 次月 冷凍 レンジ 100g(5枚)

国産かぼちゃの天ぷら

100g(5枚) 12月(乳) ファーストフーズ

甘みのある国産かぼちゃに衣をつけて揚げました。(税込 430円)



372 次月 冷凍 レンジ 120g

オクラの天ぷら

120g 12月(乳) Umios

オクラに衣を付けて揚げました。(税込 387円)



373 12月 冷凍 レンジ 210g(6個)

レンジで北海道野菜のポテトサラダコロッケ

210g(6個) 18月(乳) Umios

北海道産の野菜が入ったポテトサラダ味のコロッケです。(税込 322円)



374 12月 冷凍 レンジ トースター 147g(7個)

国産里芋コロッケ

147g(7個) 12月(乳) ナカシン冷蔵(主原料:里芋(国産))

国産の里芋・玉ねぎ・れんこん・人参、鶏肉等を具材にやさしい味付けで仕上げました。(税込 397円)



375 次月 冷凍 レンジ 240g(4個)

レンジ厚旨ツ!!メンチカツ

240g(4個) 12月(乳) 西園日清食品(主原料:豚肉(メキシコ産))

豚肉、牛肉、鶏肉の旨みを閉じ込めたふっくら二層仕立てのメンチカツです。

年間最安値!
本体 **458**円
(税込 495円)

今週の見逃せない値! たっぷりのコーンに大満足!



376 12月 冷凍 レンジ トースター 250g(5個)

レンジで簡単!たっぷりコーンコロッケ

250g(5個) 12月(乳) ノースイ(主原料:とうもろこし(タイ又はニュージーランド))

伝えたいのはココ

●中種にたっぷりのコーンを使用したクリーミーなコロッケです。コーンの優しい甘みを存分に味わえます。
(株)バイオニアフーズ 田島さん



5個入

年間最安値!
本体 **278**円
(税込 300円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

原材料名表示

365

おさかなと国産5種の野菜カツ

とびうお落とし身(とびうお(国産))、野菜(玉ねぎ、ごぼう、人参、キャベツ、ねぎ)(国産)、衣(小麦粉、加工米粉)、揚げ油(なたね油)、植物油、パン粉、乾燥大豆たん白、乾燥マッシュポテト、でん粉、魚油(魚介類)、しょうゆ、食塩、こしょう/加工デンプン、トレハロース、着色料(カラメル)

冷凍食品
11月10日
29

今週の見逃せない値!

プリプリッと大きい海老の旨みと
ソースの相性は格別

- ① 水クワイとマッシュルームを加え、ソースに食感と食べごたえをプラス
- ② 華やかな香りとから味が特長の「朝天唐辛子」と豆板醤、麻辣醤、ラー油を使用した特製ソース



377 12月 5日 凍レシ 18250g 348 kcal 8.5/5.0

プリッとした大海老のチリソース煮

260g (賞) 12月 5日 (賞) 伊藤ハムミクスプラント [主原料: えびフリッター (ベトナム製造)]
海老に水クワイとマッシュルームを合わせ、豆板醤・麻辣醤等で仕上げました。年間最安値!
本体 758円
(税込 819円)

ミートソース&ホワイトソースの濃厚な味わい!



なすとミートソースのペンネグラタン

400g (2個) (賞) 18月 1日 (賞) 1個 (200g) 税込 264円
ニチレイフーズ [主原料: マカロニ (国内製造)]
豚肉、玉ねぎ、人参を使用したミートソースとホワイトソースを重ね、揚げなすを加えました。 (税込 527円)

カリカリッとチーズフライ

20本
(賞) 12月 1日 (賞) デルソーレ
[主原料: プロセスチーズ (国内製造)]
プロセスチーズを、薄手の皮で巻きました。 本体 548円 (税込 592円)

白身魚の甘辛だれ

白身魚フリッター150g、甘辛だれ35g
(賞) 12月 1日 (賞) フォーストフーズ
[主原料: 白身魚フリッター (国内製造)]
ひとくちサイズの白身魚フリッターと甘辛だれのセットです。 (税込 430円)

ほうれん草入りしゅうまい

320g (20個) (賞) 12月 1日 (賞) 国産のほうれん草、たまねぎ、肉肉等を使用した食べやすいサイズの焼売です。 本体 428円 (税込 462円)

180g x 2袋
(賞) 15月 1日 (賞) ケンミン食品
[主原料: ビーフン (タイ製造)]
えび、桜えび、きくらげと彩りの良い野菜を入れた焼ビーフンです。 本体 598円 (税込 646円)

フライパンで! 具材ごろっと

パリパリの中華春巻 320g (10本)
(賞) 12月 1日 (賞) ニチレイフーズ [主原料: 小麦粉 (国内製造)]
ただのこ、豚肉、きくらげ等の具材を入れ、XO醤を巻いて仕上げました。 本体 348円 (税込 376円)

なにわのおつまみ餃子

300g (30個) (賞) 12月 1日 (賞) 味の素冷凍食品 [主原料: 小麦粉 (国内製造)]
ラー油を使ったコクと辛味のある風味豊かな味わいの、ひとくちサイズの餃子です。 本体 598円 (税込 646円)

えび海鮮餃子 216g (12個)

(賞) 12月 1日 (賞) 味の素冷凍食品 [主原料: えび (ベトナム)]
えび、キャベツ玉ねぎ等の具材を入れ、中具が映える透明皮を使用して仕上げました。 本体 598円 (税込 646円)

ハチパンの焼きぎょうざ

450g (30個) (賞) 6月 1日 (賞) ハチパン [主原料: 小麦粉 (国内製造)]
野菜と鶏・豚肉の旨みと食感を存分に引き出した「ハチパン」オリジナルの餃子です。

環境に配慮し、プラスチックフリーを使用していないが、耳欠け等がある場合があります。 いつでもポイント! 本体 648円 (税込 700円)

もちもち餃子&風味豊かなしょう油スープ



野菜を加えて! つるもち餃子のしょう油スープ

餃子192g、濃縮スープ1袋
(賞) 12月 1日 (賞) 日本ハム [主原料: 小麦粉 (国内製造)]
豚肉、鶏肉、キャベツ、玉ねぎ等を使用した餃子と醤油スープのセットです。 年間最安値! 本体 378円 (税込 408円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

肉のおかず

あっさり和風おろしダレの
ジューシーハンバーグ

100g
142kcal 炭水化物 1.4g
389 12月 冷蔵 レンジ

紙包み おろしハンバーグ

330g (165g×2) 賞6ヵ月 (乳) 要

フジ食品 [主原料:ハンバーグ(国内製造)]

直火で焼いたハンバーグにポテトと揚げなすをトッピングし、和風おろしダレを合えました。

598

(税込 646円)

レンジで簡単に食卓に出せるので重宝しています。仕事で忙しいと、野菜を食事で取り入れるのが難しいので助かっています。バター味の付けが子ども達にも気に入っています。とやま生協 Nさん

ガーリックバター風味の醤油ダレとご飯が相性抜群!



100g
129kcal 炭水化物 1.2g
390 12月 冷蔵 レンジ

紙包み ローストチキンの
ガーリックバター醤油

290g (145g×2) 賞6ヵ月 (乳) 要

フジ食品 [主原料:ローストチキン(タイ製造)]

ローストチキン、ポテト、野菜に、ガーリックバター風味の醤油ダレを合えました。

628

(税込 678円)

老舗「さぶろうべい」の
人気の味をご家庭で

100g
354kcal 炭水化物 1.2g
391 12月 冷蔵 レンジ

さぶろうべい若とりかわ煮込みの紙包み

220g (2個) 賞12ヵ月 (要)

石川県プロイラー生産組合 [主原料:鶏皮(国産)]

若どりの鶏皮を薄味の醤油たれで味付けしました。(税込 646円)



100g
99kcal 炭水化物 1.2g
392 12月 冷蔵 レンジ

紙包み 蓮根入りつくねと
野菜の和風あん

270g (135g×2) 賞6ヵ月 (乳) 要

フジ食品 [主原料:蓮根入りつくね(国内製造)]

蓮根入りつくねと3種野菜(かぼちゃ・にんじん・オクラ)にダシを効かせた和風醤油ダレを合えました。

648

(税込 700円)



100g
216kcal 炭水化物 0.4g
393 12月 冷蔵 レンジ

ミルフィーユポークカツ
(大葉入り) 240g(4個)

賞12ヵ月 (要) エムシステム [主原料:豚肉(輸入)]

薄切りにした豚ロース肉を6層に重ね合わせ、中心に大葉を入れ衣を付けました。

598

(税込 646円)



100g
315kcal 炭水化物 1.8g
394 12月 冷蔵 レンジ

ふぞろいの柔らか豚角煮 430g

賞12ヵ月 (要) カミチクファクトリー [主原料:豚肉(ブラジル産)]

豚バラ肉をじっくり煮込んで柔らかく食感に仕上げました。

1,180

(税込 1,274円)



100g
233kcal 炭水化物 1.9g
395 12月 冷蔵 レンジ

やみつきチキン
(にんにく醤油味) 230g

賞12ヵ月 (要) ブライフーズ [主原料:鶏肉(国産)]

骨付きの国産鶏肉をおろし、にんにく醤油で味付けし、揚げました。

478

(税込 516円)



100g
180kcal 炭水化物 2.3g
396 12月 冷蔵 レンジ

国産鶏の蓮根はさみ天
(角切り生姜入) 162g(6個)

賞12ヵ月 (要) ココオ [主原料:水素凍肉(中国製造)]

国産鶏肉を使用したつくねに生姜を入れ、蓮根で挟んで揚げました。

398

(税込 430円)



1個(19g)
37kcal 炭水化物 0.3g
397 12月 冷蔵 レンジ

のりっこチキン 190g(10個)

賞12ヵ月 (乳) 要 テーブルマーク [主原料:鶏肉(国産)]

国産鶏肉に香ばしい有明のりをのせた、和風味のチキンです。

448

(税込 484円)



100g
239kcal 炭水化物 1.4g
398 12月 冷蔵 レンジ

レンジで国産
チキンのナゲット 330g

賞12ヵ月 (要) マルイ食品 [主原料:鶏むね肉(国産)]

国産若鶏のムネ肉を使用し、あっさりとした味に仕上げたチキンナゲットです。

488

(税込 527円)



1個(35g)
89kcal 炭水化物 0.3g
399 12月 冷蔵 レンジ トースト

ごぼうメンチカツ 210g(6個)

賞12ヵ月 (乳) 要 ノースイ [主原料:ごぼう(国産)]

鶏肉にカットした国産ごぼう、玉ねぎ等を入れて衣を付けて揚げました。

298

(税込 322円)

今週の見逃せない値!



100g
400kcal 炭水化物 1.2g
400 12月 冷蔵 レンジ

ゆず香るやわらかとり天

200g 賞12ヵ月 (要) マルイ食品 [主原料:鶏肉(国産)]

年間最安値! 348 (税込 376円)

紙カタログ発行について

「これぞいい味」にできるドア

【お届け対象】
・「こそだて日和」掲載の商品をご注文いただいたことがある組合員さま
・44歳以下の組合員さま

eフレndsなら
どなたでも
ご覧いただけます

肉のおかず
11月1回
31

1 特集
10 パン
12 ランチ軽食弁当
16 ゆでうどん
22 冷凍食品
31 肉のおかず
33 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 果物野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳卵
55 豆類
56 乳製品
58 加工食品調味料
63 菓子アイス
68 飲料
71 酒
72 アンコール
73 食品特別企画

1 特集 10 パン 12 ランチ惣菜弁当 16 ゆでうどん 22 冷凍食品 31 33肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳卵 55 豆腐揚げ納豆 56 乳製品 58 加工食品調味料米 63 菓子アイス 68 飲料 71 酒 72 アニマル 73 食品特別企画

梅と青しその薫りが食欲をそそる

組合員さんの VOICE
お弁当に入れました。さっぱりして食べやすいです。コープいしかわ Sさん

九州産鶏肉使用 梅と青しそ薫るチキンカツ
224g(8枚) 12月(乳) 18月(乳) 日本ハム (主原料:鶏肉(国産))
鶏肉(成型肉)に梅肉ペーストと青しそをのせ、衣を付けました。

401 次期 凍 100g 132kcal 脂肪1.7g
12月 18月

8枚

458円 (税込 495円)

フライパンで手軽にできるムニエル風カツ

402 次期 凍 100g 175kcal 脂肪1.3g
12月 18月

ミラノ風チキンカツレツ
160g(6枚) 12月(乳) 18月(乳) 共栄食品 (主原料:鶏肉(国産))
若鶏のむね肉を調味液に漬け込み、のばしてチーズや香辛料入りのパン粉を付けました。

年間最安値! 本体 348円 (税込 376円)

レンジで簡単 照焼きチキンステーキ
320g(4枚) 18月(乳) タイ製造
やわらかな若鶏のもも肉を甘めの醤油だれで味付けし、オーブンで焼き上げました。

403 11月 4月 凍 レンジ 100g 138kcal 脂肪1.1g
12月 18月

598円 (税込 646円)

みつせ鶏ささみの やみつぎ旨辛唐揚げ
170g 12月(乳) 18月(乳) ヨコオ (主原料:鶏肉(国産))
みつせ鶏ささみを一口サイズの黒胡椒がきいた唐揚げにし、甘めのたれにくぐらせました。

404 12月 18月 凍 レンジ 100g 223kcal 脂肪1.4g
12月 18月

458円 (税込 495円)

ザクツと衣のチキンカツ (カレー味) 240g
12月(乳) 18月(乳) マルイ食品 (主原料:鶏肉(国産))
若鶏の皮なしムネ肉にカレー味をつき、天玉と米粉入り生パン粉をつけました。

109109 次期 凍 100g 236kcal 脂肪1.2g
12月 18月

428円 (税込 462円)

国産若鶏ササミスティックカツ
210g 12月(乳) 18月(乳) 共栄食品 (主原料:鶏肉(国産))
若鶏のささみをシンプルに塩こしょうで味付けし、衣を付けました。

103331 12月 18月 凍 レンジ 100g 122kcal 脂肪1.1g
12月 18月

428円 (税込 462円)

若鶏ももり巻きチキン
250g 18月(乳) 18月(乳) タイ製造
やわらかな若鶏のもも肉を醤油で下味を付け、のりで巻いて揚げた唐揚げです。

405 12月 18月 凍 レンジ トースター 100g 219kcal 脂肪1.4g
12月 18月

528円 (税込 570円)

甘辛ダレがおいしい! やわらかささみカツ 250g
18月(乳) 18月(乳) ニチレイフーズ/タイ製造
とりささみ肉を使用し、醤油ペースのたれで仕上げたささみカツです。

406 12月 18月 凍 レンジ 100g 212kcal 脂肪1.3g
12月 18月

528円 (税込 570円)

甘辛チキン南蛮カツ 照りマヨ味 208g(8個)
12月(乳) 18月(乳) 食研 (主原料:鶏肉(国産))
マヨネーズ風ソースを入れた国産鶏肉のカツを、照り焼きタレで仕上げました。

407 12月 18月 凍 レンジ 100g 75kcal 脂肪0.3g
12月 18月

480円 (税込 518円)

レンジDEひれかつ 240g(8個)
12月(乳) 18月(乳) 食研
サクツとした衣とやわらかいお肉の手作り風ひれかつです。

408 次期 凍 レンジ 100g 90kcal 脂肪0.2g
12月 18月

598円 (税込 646円)

今週の見逃せない値! 冷めてもやわらか!

●やわらかくジューシー
やわらかな若鶏のもも肉(タイ産)を使用。お弁当やおつまみ、つけ合わせに便利です。

●あつさりしょうゆ味
しょうがとんにくをきかせた和風しょうゆ味

和風若鶏竜田揚げ
250g 12月(乳) 18月(乳) 食研 (主原料:鶏肉(国産))
国産鶏むね肉を使用した、やわらかいお肉の手作り風チキンカツです。

409 12月 18月 凍 レンジ トースター 100g 250kcal 脂肪1.2g
12月 18月

528円 (税込 570円)

たっぷり 600g!
見逃せない値! 本体 998円 (税込 1,078円)

レンジで簡単!サクサクの食感!

レンジDE国産若鶏のチキンカツ (ボリュームパック)
540g(18個) 12月(乳) 18月(乳) 食研 (主原料:鶏肉(国産))
国産鶏むね肉を使用した、やわらかいお肉の手作り風チキンカツです。

411 12月 18月 凍 レンジ 100g 84kcal 脂肪0.2g
12月 18月

980円 (税込 1,058円)

年間最安値! 本体 980円 (税込 1,058円)

「くらし応援全国キャンペーン」開催

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています

組合員さんのくらしにお役立ち
くらしに身近で人気の商品(約130品)値下げします。



酸味をおさえたマイルドな味付け
国産野菜
たまねぎ
にんじん
2袋入
1食 税込 204円
年間最安値!
本体 378円
(税込 408円)

国産鶏むね肉の甘酢あんかけ
180g(2袋) 12月 18カ月 国産 (主原料:鶏むね肉(国産))
鶏むね肉の唐揚げと国産細切り野菜をほどよい酸味の甘酢あんからめました。



コクと深みのある濃口醤油とごま油の香り
組合員さんのVOICE
ごまの風味が食欲をそそり、子ども達も大好きです。お弁当に入れたり朝ごはんのおかずにとり色々使えます。コープいしかわ Wさん
1食 税込 204円
年間最安値!
本体 398円
(税込 430円)

若鶏やわらか竜田(ごま油風味)
200g 12月 18カ月 マルイ食品 (主原料:鶏肉(鹿児島県産))
元気鶏のむね肉を純正ごま油等で熟成させて香り豊かに仕上げました。



100g
242kcal 塩分1.9g
414 11月 国産
あい鴨スモーク 170g
45日 国産 プリマハム/中国製造
あい鴨のむね肉をスモークし、風味豊かに仕上げました。(税込 354円)



1パック(50g)
71kcal 塩分1.3g
110087 11月 国産
切り落としローストビーフ
50g 34日 国産 日本/ハム
主原料:牛肉(オーストラリア)
便利な切り落としタイプのローストビーフです。(税込 387円)



人気
約8個入
415 12月 国産 レンジ トースター
若鶏手羽中のしょうゆ焼き
240g 18カ月 国産 マルイ食品/タイ製造
若鶏手羽中を使用し、醤油ペースに黒胡椒でアクセントをつけ、焼き上げました。(税込 592円)



電子レンジで!
梅しそさっぱりさしみ焼き
180g 18カ月 国産 ニチレイフーズ/タイ製造
若鶏のささみ肉を開き、梅ペースと大葉を巻いて焼き上げました。(税込 495円)



100g
272kcal 塩分2.0g
417 12月 国産 レンジ
みつせ鶏骨付きモモロースト
180g(2本) 12カ月 国産 ココオ
主原料:鶏肉(九州産)
1本 税込 421円
みつせ鶏骨付きもも肉ドラムを塩味とガーリックをきかせた味付けで仕上げました。(税込 842円)



181150g
274kcal 塩分1.8g
418 12月 国産 レンジ
洋食亭ハンバーグ
(自家製ドミグラスソース入り)
150g×2 18カ月 国産 味の素冷凍食品
主原料:鶏肉(国産)
1袋 税込 307円
ハンバーグを鉄板とオープンでじっくり焼き、肉汁と肉の旨みを閉じ込めました。(税込 613円)



1個(25g) 長さ約9cm
134kcal 塩分1.1g
419 12月 国産 レンジ
ソースのいらないコク旨ハンバーグ
240g(4個) 12カ月 国産 ニチレイフーズ
主原料:たまねぎ(中国又は国産(5%未満))
豚肉、牛肉、玉ねぎ等を使用し、隠し味に味噌とマヨネーズ風ドレッシングを入れたハンバーグです。(税込 495円)



1箱175g
249kcal 塩分2.2g
420 11月 国産 レンジ
レンジでカツ丼の具
350g(2食) 12カ月 国産 食研
主原料:鶏卵(国産)
1食 税込 269円
トンカツに、たまねぎスライスを添えて、和風だしと卵でとじカツ丼の具です。(税込 538円)



レンジで簡単!
ジューシーなチキンスティック
組合員さんのVOICE
3歳の子供が大好きです。何もない時にレンジ調理で作れるのでとても助かっています。福井県民生協 なあさん
おつまみやお弁当にぴったり!
1食 税込 204円
年間最安値!
本体 468円
(税込 505円)

レンジでジューシー旨塩チキンスティック
250g 18カ月 国産 Umios/タイ製造
半分にカットした鶏手羽中を塩麹の旨みと黒こしょうで香ばしく焼き上げました。



お口にポン!
食ベやすい!
たっぶり600g!
1食 税込 204円
年間最安値!
本体 848円
(税込 916円)

ひとくちタイプのフライドチキン
600g 24カ月 国産 アマタケ (主原料:鶏肉(若手県産))
若手県産の鶏肉を使用した、ひとくちサイズのフライドチキンです。

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

賞味期間について

紙面に記載されている(※)はその商品の賞味期間を示しています。一部の商品(※)を除き、賞味期間の半分以上を残してお届けします。例えば「12カ月」の場合は、最低でも6カ月の賞味期間を残してお届けします。
※賞味期間が短い商品や製造時期が限られている商品(シーズンパック品)は対象外です。

1 特集
10 パン
12 ランチ軽食弁当
16 ゆづ湯
22 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 果物野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳卵
55 豆腐揚げ納豆
56 乳製品
58 加工食品調味料・米
63 菓子アイス
68 飲料
71 酒
72 アンコール
73 食品特別企画
肉のおかず
11月10日
33

魚のおかず

規格外ですがおいしさはそのまま

伝えたいのはココ

●本品は「北海道産白身魚フライ300g」の規格外品で、切身を製造する際に端材として出る、真だらのハラス部分のみを使用して製造しております。
 ●産地一回凍結でお届けするため、身質が良く、揚げた時も身がふっくら仕上がります。
 ●真だらの本来の風味をお楽しみ頂けます。



423 12月 4日 100g 139kcal 脂質0.61g

北海道産白身魚フライ (規格外)

200g (6ヵ月) (愛) かねよし (主原料: マダラ (北海道産))

真だらを生からフライ用に衣付けた、規格外を集めたお買得/パックです。

年間最安値!
本体 388円
(税込 419円)

サクッと揚げたてをどうぞ!



424 12月 12日 100g 204kcal 脂質0.9g

わかさぎフリッター

180g (12ヵ月) (愛) 松島フーズ (主原料: わかさぎ (ロシア産))

わかさぎに衣を付け、食べやすいフリッターにしました。

数量限定
 北陸3県で
 1,300点
 販定の理由
 製造数に
 限りがあるため
 ※限定数を越えた場合は
 抽選となります
 ※お1人様1点限りとな
 ります。

年間最安値!
本体 358円
(税込 387円)

425 12月 2日 100g 445kcal 脂質2.6g

レンジで!!まるごと甘えびの唐揚げ

120g (8ヵ月) (愛) かねよし

カナダ産他/キャベツ/タイ製造

甘えびにだし風味の塩味の衣をつけて揚げました。

本体 398円
(税込 430円)

426 12月 12日 100g 136kcal 脂質1.0g

北海道産紅ズワイガニのクリームコロッケ

240g (8個) (愛) 12ヵ月 (愛) かねよし

北海道産 (主原料: 衣/パン粉 (国内製造))

北海道産の紅ズワイガニをホワイトソースに入れたクリームコロッケです。

本体 458円
(税込 495円)

427 12月 12日 100g 72kcal 脂質1.2g

北海道産たこ唐揚げ

160g (12ヵ月) (愛) かねよし

主原料: やなぎだこ (北海道産)

やなぎだこを茹で、醤油ベー

スの唐揚げ粉をまぶしました。

本体 498円
(税込 538円)

428 12月 12日 100g 126kcal 脂質1.0g

広島産かきを使ったひとくちかきフライ

240g (18ヵ月) (愛) かねよし

主原料: かき (国産)

食べやすい小さめサイズの

かきに衣を付けました。

本体 598円
(税込 646円)

429 12月 1日 100g 229kcal 脂質2.2g

レンジで簡単! 国産あじの甘辛揚げ

120g (5~8枚) (愛) かねよし

オーブン (主原料: 真あじ (国産))

真あじを三枚におろして揚げ、甘辛の

タレを絡めました。

本体 458円
(税込 495円)

430 12月 12日 100g 262kcal 脂質0.5g

国産骨取り太刀魚の和風ソテー

150g (10~16枚) (愛) かねよし

丸干水産 (主原料: タチウオ (国産))

骨を取り除いた国産太刀魚をみりん

漬けにし、粉をまぶしました。

本体 398円
(税込 430円)

431 12月 2日 100g 286kcal 脂質2.8g

フライパンで簡単 海老チリ

海老フリッター130g、チリソース30g

(愛) 12ヵ月 (愛) 川喜/海老フリッター: タイ他製造、ソース: 日本製造

主原料: パナメイエビ (タイ)

養殖/パナメイエビ (タイ産他) のフリッター

とチリソースのセットです。

本体 428円
(税込 462円)

今週の見逃せない値!

尾っぽなしなので
 パクッとまるごと
 食べられます

伝えたいのはココ

●パナメイエビ(養殖)を、尾っぽまで丁寧に茹でているのでパクッと丸ごと食べられます。頭と尾っぽがなく、一口サイズなので食べやすくおすすめです。
 Umios (株) 森田さん



432 12月 12日 100g 157kcal 脂質1.0g

えびフライ

200g (20尾) (愛) 18ヵ月 (愛) タイ産/Umios/タイ製造

年間最安値!
本体 468円
(税込 505円)

433 12月 12日 100g 64kcal 脂質0.4g

夕食用いかフライ 225g (5枚)

(愛) 12ヵ月 (愛) チリ又はペルー産他/ニッスイ

いかを食べやすい大きさに切身にし、

衣を付けました。

年間最安値!
本体 398円
(税込 430円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

骨取り済みの商品です
 ※まれに小骨が残っている場合がございますので、
 ご注意してお召し上がりください。

新企画 パクッと食べやすい



1袋に2切ずつ入っています

2袋

434 12月 1回 凍レシ 150g (130g) 273kcal 脂質1.4g
骨までパクッと国産さばの生姜煮
 130g×2 12月 凍レシ Umiots [主原料:さば(国産)]
 さばを骨ごと圧処理し、シンプルな味付けの生姜煮にしました。
 【原材料名】下方におしらせております

1袋 税込242円
 初回お試し価格
448円
 (税込 484円)

今週の見逃せない値! チーズソースで仕上げた洋風紙包み

レンジでふくらみ紙包み

伝えたいのはココ

- 鮭、玉ねぎ、じゃがいも、ブロッコリー、とうもろこしは北海道産。ぶなしめじを入れた彩りのよい野菜に、チーズソースとシュレッドチーズがあわさり、濃厚な味わいに仕上げました。
- (株) マルマス 高倉さん、中郷さん

2個入

血の直径:約2.3cm

435 12月 1回 凍レシ 100g (90g) 100kcal 脂質0.3g
鮭と野菜の紙包み(ホワイトソース)
 90g×2個 12月 凍レシ マルマス [主原料:さけ(北海道産)]
 北海道産の鮭と彩りのよい野菜にチーズソースをトッピングしました。

1個 税込377円
 年間最安値!
698円
 (税込 754円)

骨取り



2袋入

1960g 60kcal 脂質0.8g

436 12月 1回 凍レシ 200g (2袋) 12月 凍レシ
骨取りかれいの煮付け(しょうゆ)
 200g (2袋) 12月 凍レシ 松岡水産 [主原料:黄金かれい(アメリカ産)]
 黄金かれいの骨を取り除き、醤油ベースの甘めのたれで煮付けました。

1袋 税込307円
568円
 (税込 613円)

お手軽調理



6本入

368kcal 脂質0.9g

437 12月 1回 凍レシ 140g (6本) 6月 凍レシ
お手軽調理!さんまの天ぷら
 140g (6本) 6月 凍レシ オートニ [主原料:サンマ(国産)]
 さんまを切身にして塩水に漬込み、衣を付けて揚げました。

本 498円
 (税込 538円)

今回より目変更



180g 160g

275kcal 脂質0.9g

438 12月 1回 凍レシ 160g 6月 凍レシ
骨までパクパク 北海道産さんまのうま煮
 160g 6月 凍レシ 北海道産さんま [主原料:さんま(北海道産)]
 さんまを切身にし、骨まで食べられるようやわらかく煮込みました。

本 458円
 (税込 495円)

氷温造り 国産さばの雪見おろし(ゆず風味)



100g

174kcal 脂質1.3g

439 12月 1回 凍レシ 220g 12月 凍レシ
氷温造り 国産さばの雪見おろし(ゆず風味)
 220g 12月 凍レシ ダイマツ [主原料:調味粉(国内製造)]
 国産さばの唐揚げと国産の玉ねぎ・人参をゆず果汁入りの調味酢に漬け込み氷温熟成しました。

本 448円
 (税込 484円)

大隅産うなぎ蒲焼(1尾)



1尾入

155g (1尾)、たれ15ml、山椒 12月 凍レシ

440 12月 1回 凍レシ 155g (1尾)、たれ15ml、山椒 12月 凍レシ
大隅産うなぎ蒲焼(1尾)
 155g (1尾)、たれ15ml、山椒 12月 凍レシ 大隅地区養まな漁協 [主原料:うなぎ蒲焼(鹿児島県)]
 大隅地区養まな漁協共同組合の組合員が、シラス(うなぎの稚魚)から育てたうなぎを焼き上げました。

本 2,380円
 (税込 2,570円)

じゃこ煮



100g

299kcal 脂質3.68g

441 12月 4回 凍レシ 60g 60日 凍レシ
じゃこ煮
 60g 60日 凍レシ カネモ [主原料:いわし稚魚(愛媛県産)]
 いわし稚魚を甘辛く煮付け、生姜の風味をきかせた佃煮です。

本 398円
 (税込 430円)

海鮮ワンタンえび(塩スープ付き)



100g

138kcal 脂質7.0g

442 12月 1回 凍レシ 136g (ワンタン8個、スープ40g) 12月 凍レシ
海鮮ワンタンえび(塩スープ付き)
 136g (ワンタン8個、スープ40g) 12月 凍レシ 大新 [主原料:えび(タイ産)]
 えび、すけそうだすり身、玉ねぎ等を使用したワンタンに塩スープをセットしました。

本 368円
 (税込 397円)

まろやかな甘さと酸味の甘酢あん



2袋入

玉ねぎ、人参、ピーマン入り

100g 150kcal 脂質0.8g

443 12月 1回 凍レシ 200g (2袋) 12月 凍レシ
白身魚の甘酢あんかけ
 200g (2袋) 12月 凍レシ トクスイコーポレーション [主原料:スズノエタラ(アメリカ産)]
 白身魚(スズノエタラ)の切身を唐揚げにし、野菜と合わせ甘酢あんをかけ仕上げました。

1袋 税込231円
 年間最安値!
428円
 (税込 462円)

骨までおいしく食べられる人気の甘酢味シリーズ

骨までパクッとやわらか〜い

伝えたいのはココ

- 国産のさばを高圧スチーム加熱し、揚げた酸味を抑えた甘酢味に仕上げます。お子様も美味しく召し上がれます。
- 火を使わず解凍するだけでも手軽に食べられるのでとても便利です。

天然水産(株) 村崎さん

解凍してそのまま電子レンジで温めて! どちらも美味

約6-8切入

血の直径:約1.5cm

444 12月 1回 凍レシ 230g 10月 凍レシ
骨まで丸ごと甘酢味(さば)
 230g 10月 凍レシ 天然水産 [主原料:さば(国産)]
 さばの頭と内臓を取り除いて高圧スチーム加熱し、揚げた甘酢味に仕上げました。

いつでもおトク!
488円
 (税込 527円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

434 原材料名表示: 骨までパクッと国産さばの生姜煮

魚のおかず 11月1回 **35**

特集 10 パン 12 ランチ 軽食 弁当 16 ゆとり 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 35 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物 野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳 卵 55 豆腐 揚げ 納豆 56 乳製品 58 加工食品 調味料 米 63 菓子 アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

惣菜など

あと一品ほしい時に



445 12月 1回 国産
おばんざい小鉢 うの花
52g×2 60日(要)フジッコ(主原料:だし(国内製))
本体 **248**円 税込 268円
よりどり 2品以上 本体 **223**円 税込 241円



446 12月 1回 国産
おばんざい小鉢 彩りこうや
46g×2 30日(要)フジッコ(主原料:こんど(日本産))
本体 **248**円 税込 268円
よりどり 2品以上 本体 **223**円 税込 241円



447 12月 1回 国産
おばんざい小鉢 ひじき煮
42g×2 80日(要)フジッコ(主原料:だし(国内製))
本体 **248**円 税込 268円
よりどり 2品以上 本体 **223**円 税込 241円



448 12月 1回 国産
おばんざい小鉢 きんぴら
31g×2 30日(要)フジッコ(主原料:ごぼう(中国))
本体 **248**円 税込 268円
よりどり 2品以上 本体 **223**円 税込 241円



449 11月 3回 国産
国産野菜のたまごポテトサラダ 155g 60日
(要)カネハ食品(主原料:じゃがいも(北海道))
本体 **298**円 税込 322円
よりどり 2品以上 本体 **268**円 税込 289円



450 11月 3回 国産
まるごと北海道ポテトサラダ 500g 46日(要)ケンコーマヨネーズ(主原料:ばれいしょ(北海道))
本体 **478**円 税込 516円
よりどり 2品以上 本体 **430**円 税込 464円



451 12月 2回 国産
ぎやらぶき 60g 60日(要)末廣昆布(主原料:ふき(中国産))
本体 **238**円 税込 257円
よりどり 2品以上 本体 **214**円 税込 231円



452 12月 1回 国産
大葉ちりめん 40g 31日(要)清金商店(主原料:いわし(国産))
本体 **398**円 税込 430円
よりどり 2品以上 本体 **358**円 税込 387円



453 12月 1回 国産
じゃがいもとニンジン煮 90g 30日(要)シンヤ(主原料:じゃがいも(国産))
本体 **278**円 税込 300円
よりどり 2品以上 本体 **250**円 税込 270円



454 12月 5回 国産
鶏と野菜の黒酢あん 145g 60日(要)国産食品(主原料:鶏肉(タイ))
本体 **348**円 税込 376円
よりどり 2品以上 本体 **313**円 税込 338円



455 12月 5回 国産
おかず畑 野菜炊き合せ 155g 60日(要)フジッコ(主原料:里いも(中国))
本体 **358**円 税込 387円
よりどり 2品以上 本体 **322**円 税込 348円



456 12月 3回 国産
穂先竹の子土佐煮 250g 90日(要)堂本食品(主原料:たけのこ(中国産))
本体 **468**円 税込 505円
よりどり 2品以上 本体 **420**円 税込 454円



457 12月 5回 国産
カニカマ入りコールスローサラダ 80g 31日(要)キャベツ(国産)
キャベツにコーン、人参、カニカマ等を加え、クリーミーなソースで和えました。
本体 **168**円 税込 181円



458 12月 2回 国産
黄金ままかり 80g 15日(要)三幸(主原料:サツパ(タイ、ベトナム))
ままかり(サツパ)と生姜、人参、菜の花、きくらげ等を甘酢味に仕上げました。
本体 **298**円 税込 322円



459 12月 1回 国産
春雨サラダベース 200g 40日(要)堂本食品(主原料:砂糖(国内製))
春雨、きくらげ、人参の具材が入ったまろやかな風味の酢の物風サラダです。
本体 **198**円 税込 214円



460 12月 1回 国産
かぼちゃと栗とさつま芋のサラダ 125g 60日(要)堂本食品(主原料:かぼちゃ(中国産))
かぼちゃと栗とさつま芋の甘さを活かし、大豆マヨネーズを使用したサラダです。
本体 **218**円 税込 235円

今週の見逃せない値!



461 12月 2回 国産
北海道産ほめられかぼちゃのほっこり煮 100g 30日(要)マルヤナギ小食屋(主原料:かぼちゃ(北海道産))
糖度12度以上の「ほめられかぼちゃ」だけを、使用し、しっとり優しい味わいに仕上げました。
【原材料名】下方にお知らせしております
初回お試し価格 本体 **198**円 税込 214円



462 12月 2回 国産
北海道産きたあかりのじゃがバター 115g 30日(要)マルヤナギ小食屋(主原料:じゃがいも(北海道産))
北海道産の「きたあかり」とバターを使用し、ホクホク食感のじゃがバターに仕上げました。
【原材料名】下方にお知らせしております
初回お試し価格 本体 **198**円 税込 214円



463 11月 3回 国産
北海道のきんととき豆(たべきり2個パック) 160g(2個) 40日(要)菊池食品工業(主原料:金時豆(北海道産))
北海道産金時豆を煮上げて、小容量パックにしました。
いつでもオトク! 本体 **218**円 税込 235円

かんたん キッチン

レシピ付き 時短 後片付けがラク

464 次期 未定 国産

白菜とベーコンの豆乳スープ

具材280g、たれ30g、無調整豆乳200ml

【セット内容】白菜、人参、おろし生姜、無調整豆乳、ベーコン、塩たれ【ご家庭で用意するもの】オリーブオイル

おろし生姜をきめ2日

ふくい

【主原料】ミックス野菜【白菜(国産)】

650円 (税込 702円)

465 12月 1日 国産

福井県産小松菜の旨辛ビビンバ

具材282g、たれ50g

【セット内容】小松菜、人参、国産豚こまぎれ肉、緑豆もやし、おろしにんにく、サンジャム【ご家庭で用意するもの】ごま油、ごはん

おろし生姜をきめ2日

ふくい

【主原料】豚肉(国産)

798円 (税込 862円)

466 次期 未定 国産

さつまいもとれんこんの甘酢炒め

具材270g、たれ50g

【セット内容】さつまいも、蓮根、小松菜、国産豚こまぎれ肉、甘酢あん【ご家庭で用意するもの】片栗粉

おろし生姜をきめ2日

ふくい

【主原料】ミックス野菜【さつまいも(国産)】

898円 (税込 970円)

467 次期 未定 国産

牛肉と根菜の和風煮

具材305g、たれ70g

【セット内容】大根、ごぼう、人参、青ネギ、国産牛こまぎれ肉、和風調味料

おろし生姜をきめ2日

ふくい

【主原料】ミックス野菜【大根(国産)】

980円 (税込 1,058円)

かんたん キッチン

レシピ付き 時短 後片付けがラク

468 12月 1日 国産

焼そば

めん135g×3、粉末ソース付

【主原料】小麦粉(国内製造)

198円 (税込 214円)

469 12月 3日 国産

ハチパン 汁なしまぜそば

めん110g×2食、タレ付

【主原料】小麦粉(国内製造)

378円 (税込 408円)

470 12月 1日 国産

細麺味噌らーめん

めん120g×2食、スープ付

【主原料】小麦粉(国内製造)

268円 (税込 289円)

かんたん キッチン

レシピ付き 時短 後片付けがラク

471 12月 1日 国産

もちもちした食感のナードッグ

3個 22日 国産 日本ハム

【主原料】ソーセージ(国内製造)

328円 (税込 354円)

472 11月 3日 国産

レストランピザ

(お試し)1枚 14日 国産 日本ハム

【主原料】小麦粉(国内製造)

368円 (税込 397円)

473 12月 1日 国産

フランスパンのピザマルゲリタ

4本 18日 国産 日本ハム

【主原料】小麦粉(国内製造)

398円 (税込 430円)

かんたん キッチン

レシピ付き 時短 後片付けがラク

474 11月 2日 国産

よつ葉シュレッドチーズ増量

300g 30日 国産 日本ハム

【主原料】生乳(北海道十勝産)

698円 (税込 754円)

475 12月 2日 国産

よつ葉パンに美味しいよつ葉バター

100g 6日 国産 日本ハム

【主原料】生乳(北海道産)

378円 (税込 408円)

476 12月 1日 国産

大山バター(加塩)

150g 3日 国産 日本ハム

【主原料】生乳(鳥取県産)

498円 (税込 538円)

かんたん キッチン

レシピ付き 時短 後片付けがラク

477 11月 2日 国産

スライスチーズ

112g(7枚) 12月 1日 国産 明治

【主原料】ナチュラルチーズ(外国製造又は国内製造)

238円 (税込 257円)

478 次期 未定 国産

よつ葉北海道十勝スライスチーズ

105g(7枚) 8日 国産 日本ハム

【主原料】ナチュラルチーズ(北海道産)

378円 (税込 408円)

479 12月 1日 国産

国産コンとベーコンのミニピザ

5枚 14日 国産 トビ

【主原料】小麦粉(国内製造)

300円 (税込 324円)

かんたん キッチン

レシピ付き 時短 後片付けがラク

480 11月 3日 国産

鉄分とカルシウムがとれるキャンディーチーズ

120g 9日 国産 明治

【主原料】ナチュラルチーズ(外国製造)

348円 (税込 376円)

481 次期 未定 国産

PHILADELPHIA クリームチーズと魅惑のラムレーズン&ナッツ

90g(6個) 6日 国産 日本ハム

【主原料】ナチュラルチーズ(オーストラリア製造、国内製造)

388円 (税込 419円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

かんたんキッチン商品について

調理時間 → 分量目安 →

※調味料や油などはご家庭でご用意していただく場合があります。
※カロリー・食塩相当量の値はご家庭で調理する際の調味料などの分は含まれていません。
※お届け内容は変わる場合があります。

1 特集
10 パン
12 ランチ軽食弁当
16 ゆでうどん
22 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 38 惣菜
39 漬物
40 果物野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳卵
55 豆腐揚げ納豆
56 乳製品
58 加工食品調味料米
63 菓子アイス
68 飲料
71 酒
72 アンコール
73 食器特別企画
惣菜など
11月10日
37

人気 お弁当にぴったり!
ひとくちサイズ

温めずに
そのままでも!

1袋72g
10個入り
190kcal



1袋72g
125kcal 8.9/0.8g

毎週お届け

定期注文 376060

484 11月2日 毎月 **国産肉** レンジ

1袋標準8個入

3袋



テリヤキミートボール

75g x 3

賞60日 卵(愛) 日本ハム食品

主原料:鶏肉(国産)

鶏肉・牛肉・豚肉を使用したテリヤキソース
味のミートボールです。

1袋 税込100円

いつでも**おトク!**
本体 **278円**
(税込 300円)



高家肴
55g
税込5.4円



可食部 100g
68 kcal 塩分 13.0g

102035 次回未定 国産
ますこみ梅ごはんの素
 80g 5ヵ月 紀の国食品
 主原料: 梅 (国産)

塩分約13% **3合用**



ますこし
298円
税込 322円



伊達巻

100g

122kcal 糖質1.6g



270137

2枚入り

2枚 賞15日

こめや食品 主原料: たら (国産、米国)



2枚入

本体 **648**円

(税込 700円)

3本入



手巻もちちくわ
もちちくわ
3本入
賞味期限 2019.03.31



無リンすり身使用
毎週お届け
定期注文 **370408**
488 11月2日 水曜 1本24粒 26食分 糖質0.5%

4本入



手巻もちちくわ
もちちくわ
4本入
賞味期限 2019.03.31

本体 **278**円
(税込 300円)

焼きちくわ
96g (4本) ⑤お届け日を含め5日
スモヨ 主原料: ずけもすらうら (アメリカ、国産)

本体 **158**円
(税込 171円)

お子様のおやつやお弁当、
サラダなどの料理素材に!



手軽にとれる

カルシウム
栄養機能食品

AC週にお届け
定期注文 **370406** 有リンすり身使用 長さ約12cm

491	11月 3日	1箱60g 99円	1箱60g 99円
-----	-----------	--------------	--------------

おさかなソーセージ
160g (8本)
賞4カ月 (美) ニスィイ

【原材料: ずけそうだら (アメリカ又は国産)】
手軽にタンパク質が摂れるので、小さい
お子さんだけでなく年配の方の毎日のお
食事にどうぞ。



いつでも **最安値!**
本体 **248円**
(税込 268円)

漬物

コクと旨みのある本格派キムチ

豚肉と炒めて
豚キムチにしても◎

492 12月 1回 100g 57kcal 塩分3.3g

こくと旨みの白菜キムチ
450g
賞10日 (寒) コーライ食品

主原料: 白菜 (国産)

白菜をこくと旨みが濃厚な自家製たれに漬けたんだ鶏橋の味のキムチです。

いつでもおトク!
418円
(税込 451円)

琥珀色の歴史が香る伝統の味

493 12月 1回 100g 169kcal 塩分3.6g

奈良漬詰合せ
80g
賞4カ月 扶桑守口食品

主原料: ぶり (国産)

国産の瓜、守口大根、胡瓜を約2年の歳月をかけて漬け込みました。

期間限定 値下げ
378円
(税込 408円)

ほどよい辛さがおかずやおつまみに合います

494 12月 1回 100g 106kcal 塩分3.2g

岩下のらっきょうキムチ
105g
賞61日 (寒) 岩下食品

主原料: りっきょう (九州産)

風味豊かならっきょうを鯉節の旨味と香りが広がるヤンニョムでキムチにしました。

年間最安値!
348円
(税込 376円)

大根 福神漬

495 11月 3回 100g 118kcal 塩分2.9g

国産野菜のお漬物 福神漬
110g
賞5カ月 (寒) 東海漬物

主原料: だいこん (国産)

本体 **98円**
(税込 106円)

お手軽サイズ

496 12月 1回 100g 57kcal 塩分3.3g

キムチ一番
150g 賞10日 (寒) コーライ食品

主原料: 白菜 (国産)

本体 **168円**
(税込 181円)

ぬか漬たくあん

497 12月 1回 100g 30kcal 塩分4.0g

1本 賞4カ月 (寒) キムラ漬物

主原料: だいこん (国産)

本体 **358円**
(税込 387円)

塩分約9%

498 12月 1回 100g 96kcal 塩分8.0g

紀州南高梅はちみつ小粒
150g 賞6カ月 紀の国食品

主原料: 梅 (紀州)

本体 **398円**
(税込 430円)

小粒砂らっきょう(甘酢)

499 12月 1回 100g 158kcal 塩分1.9g

90g 賞3カ月 梅清

主原料: りっきょう (鳥羽)

本体 **398円**
(税込 430円)

期間限定

500 12月 1回 100g 43kcal 塩分4.0g

国産原料10品目を使ったあさづけ
130g 賞お届け日を含め5日 (寒) 天政松下

主原料: ばくさい (国産)

本体 **268円**
(税込 289円)

よそでは買えない! 限定品

501 11月 3回 100g 48kcal 塩分2.2g

減塩 6種のミックス野菜
220g 賞お届け日を含め4日 堺共同漬物

主原料: 白菜 (国産)

本体 **298円**
(税込 322円)

季節限定

502 12月 1回 100g 74kcal 塩分1.7g

長いもしょうゆ漬
110g 賞12日 (寒) マルハチ

主原料: ながいも (国産)

本体 **298円**
(税込 322円)

京菜とだいこん

503 12月 2回 100g 22kcal 塩分3.0g

150g 賞お届け日を含め5日 吉祥庵

主原料: だいこん (国産)

本体 **268円**
(税込 289円)

和さらだ 白菜

504 12月 1回 100g 44kcal 塩分1.4g

350g 賞お届け日を含め4日 堺共同漬物

主原料: 白菜 (国産)

本体 **318円**
(税込 343円)

わさび風味野菜こんぶ

505 12月 1回 100g 73kcal 塩分4.3g

160g 賞14日 (寒) 上瀬漬物工業

主原料: 野菜菜 (国産)

本体 **318円**
(税込 343円)

2個入

506 12月 1回 100g 82kcal 塩分2.4g

ゆず仕込 糖しぼり割大根
2個 賞30日 (寒) 岡山やまう

主原料: だいこん (国産)

本体 **298円**
(税込 322円)

素材の風味とバリッとした食感

507 12月 1回 100g 33kcal 塩分2.6g

国産刻みしば漬生造り
60g 賞30日 岡山やまう

主原料: きゅうり (国産)

きゅうり、なす、生姜、しそを使用し、野菜色素で淡いピンク色に仕上げました。

次回より価格改定
値上げになります

年間最安値!
158円
(税込 171円)

シャキッとサラダ感覚

508 12月 1回 100g 31kcal 塩分2.4g

野沢菜とキャベツの浅漬 わさび風味
150g 賞12日 (寒) 竹内農産

主原料: のびな (国産)

国産の野沢菜とキャベツのわさび風味が絶妙な旨みを引き出したお漬物です。

年間最安値!
278円
(税込 300円)

今週の見逃せない値!

509 12月 1回 100g 300g

あさづけトリオ
賞お届け日を含め5日 (寒) 匠洛庵

主原料: ばくさい (国産)

国産の白菜、胡瓜、茄子を一袋に詰め合わせ、あっさりとした調味液で彩りよく仕上げました。

見逃せない値!
400円
(税込 432円)

「くらし応援全国キャンペーン」開催

くらし応援

このマークが目印

組合員さんのくらしにお役立ち
くらしに身近で人気の商品(約130品)値下げします。漬物
11月1日
39

1 特集
10 パン
12 ランチ軽食弁当
16 ゆでたまご
22 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 果物野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳卵
55 豆腐揚げ納豆
56 乳製品
58 加工食品調味料米
63 菓子アイス
68 飲料
71 酒
72 アンコール
73 食品特別企画

果物・野菜

生協のこだわりみかんをどうぞ!



生産者のおひと
土居さん

旬 味に自信を持って栽培しています!

11月 2週 青果
511 **11月 2週 青果**
産直 段々畑の潮風みかん
700g (S~2Lおまかせ)
ニユス(愛媛県)
段々畑で太陽の光をたっぷり浴びて育ちました。
550円
(税込 594円)



生産者の方々

今季 初旬 食味の良のみかん作りを目指しています!

11月 2週 青果
512 **11月 2週 青果**
産直 味まるみかん
650g (S~Lおまかせ)
JAながさき西海(長崎県)
食味重視の栽培を取り入れ、光センサーで糖度12度を基準に選別しています。
598円
(税込 646円)



生産者のおひと
長瀬さん

旬 安全安心な生協の産直みかん!

11月 2週 青果
513 **11月 2週 青果**
産直 愛媛みかん
500g (2S~2Lおまかせ)
愛媛産直協同センター(愛媛県)
農薬を減らして栽培。風による枝しべ傷や黒点等も入ります。
348円
(税込 376円)

017~040 **よりどり 5%Off!**
●同じ商品でも
選べます **2品以上で** 送料 **5%Off!**
(送料は2.3割に引き下ろし)



生産者の方々

旬 センサー選別で食味にも自信を持って出荷します!

11月 4週 青果
019 **11月 4週 青果**
産直 瀬戸内産みかん 見逃せない値!
600g (S~2Lおまかせ) **398円**
清野園グループ(広島県・愛媛県)
瀬戸内海の温暖な気候で栽培。光センサーで糖度などを選別し出荷します。
378円
(税込 408円)

旬 **11月 2週 青果**
514 **11月 2週 青果**
産直 西海みかん 600g (S~Lおまかせ)
JAながさき西海(長崎県)
糖度が高く、コクと深みのある濃厚な味わいです。
428円
(税込 462円)

旬 **11月 2週 青果**
515 **11月 2週 青果**
産直 紀ノ川みかん
700g (S~2Lおまかせ)
紀ノ川農協(和歌山県)
有機質を主体に農薬を減らして栽培しています。
398円
(税込 430円)

旬 **11月 2週 青果**
516 **11月 2週 青果**
産直 マルタのみかん
600g (2S~Lおまかせ)
マルタ九州(長崎県・熊本県)
農薬を減らして栽培。風による多少の枝しべ傷や黒点等があります。
398円
(税込 430円)

旬 **11月 2週 青果**
517 **11月 2週 青果**
産直 小粒みかん
500g (2S~5おまかせ)
和歌山県産・愛媛県産・他
各産地より小粒サイズのみかんをお届けします。
428円
(税込 462円)

旬 **11月 2週 青果**
518 **11月 2週 青果**
産直 信州の糖度選別
シナゴールドりんご 900g (3~6玉)
信州産直組合(長野県)
黄色い果肉で香りと多汁が特長です。
898円
(税込 970円)

今季 初旬 **11月 2週 青果**
519 **11月 2週 青果**
産直 りんご食べ比べ
セット3種 800g (3玉、3種)
信州産直組合(長野県)
旬のりんご3種を各1個ずつセットしました。
880円
(税込 950円)

旬 **11月 2週 青果**
520 **11月 2週 青果**
産直 紀ノ川のレモン 青果
マルタ九州(長崎県・熊本県)
国産だから収穫後の農薬は不使用です。安心してご利用ください。
110689 **11月 2週 青果**
520 **11月 2週 青果**
産直 津軽のとき(りんご)
650g (2~3玉)
津軽産直組合(青森県)
王林とふじから生まれた品種。甘味と酸味のバランスが良いのが特長です。
398円
(税込 430円)

旬 **11月 2週 青果**
521 **11月 2週 青果**
産直 わけありおまかせフルーツ
BOX 1箱(3種以上) 各産地
市場で余剰(わけあり品含む)となった果物を詰め合わせてお届けします。
777円
(税込 839円)

今季 初旬 **11月 2週 青果**
1012 **11月 2週 青果**
産直 信州の糖度選別サンふじりんご 青果
450g (2玉)
信州産直組合(長野県)
りんご定期登録スタート!
10月下旬までの予約
550円
(税込 594円)

旬 **11月 2週 青果**
109175 **11月 2週 青果**
産直 信州の糖度選別サンふじりんご 青果
2kg箱(5~10玉)
信州産直組合(長野県)
りんご定期登録スタート!
10月下旬までの予約
1,980円
(税込 2,138円)

旬 **11月 2週 青果**
522 **11月 2週 青果**
産直 津軽のとき(りんご)
650g (2~3玉)
津軽産直組合(青森県)
王林とふじから生まれた品種。甘味と酸味のバランスが良いのが特長です。
598円
(税込 646円)

今季 初旬 **11月 2週 青果**
523 **11月 2週 青果**
産直 津軽のジョナゴールドりんご
500g (2~3玉) 津軽産直組合(青森県)
農業の使用は出来るだけ削減。ゴールデンデリシャスと紅玉の交配種です。
580円
(税込 626円)

1013 **11月 2週 青果**
産直 信州の糖度選別サンふじりんご
900g (3~5玉)
信州産直組合(長野県)
農薬を削減し、無袋で栽培。光センサーで糖度14度を基準に選別しています。
880円
(税込 950円)

1013 **11月 2週 青果**
産直 信州の糖度選別サンふじりんご
900g (3~5玉)
信州産直組合(長野県)
農薬を削減し、無袋で栽培。光センサーで糖度14度を基準に選別しています。
880円
(税込 950円)

今季 初旬 **11月 2週 青果**
524 **11月 2週 青果**
産直 津軽の理由あり紅玉りんご
400g (2~3玉)
津軽産直組合(青森県)
スレ傷やツルの部分のヒビ割れ等、外観の悪いものが入ります。
480円
(税込 518円)

今季 初旬 **11月 3週 青果**
525 **11月 3週 青果**
産直 津軽の理由あり早生ふじりんご
1kg (3~6玉)
津軽産直組合(青森県)
スレ傷やツルの部分のヒビ割れ等、外観の悪いものが入ります。
880円
(税込 950円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

青果 マークの付いた商品は、基本的に冷蔵庫の野菜室や冷暗所など温度の低いところでの保存をお願いします。

バナナ、もも、キウイ、アボカド、メロンなど 追熟が必要な果物は、状態を見て、暖かい場所においていただきますと追熟がすすみます。

右記の二次元コードを読み取ると つながりこの出荷基準が確認できます。



今季初旬 追熟処理を行い出荷しています



527 11月2週 **青果**
国産キウイ(甘うい)
400g(3~5個)
福岡県産

福岡県オリジナル品種で果肉が黄色みを帯びているのが特徴です。
580円 (税込 626円)

今旬 季節限定のキウイフルーツ!



528 11月2週 **青果**
産直 長尾さんのレッドキウイ(特別栽培)
200g(3~4個) マルタ(熊本県)

果肉が赤みをおびた希少なキウイ。農薬の使用をできるだけ減らして栽培しています。
458円 (税込 495円)

酸味と甘みのバランスがとれたジューシーなグリーンキウイです!



3個 **6~7個**
収穫後の防霉剤や防カビ剤は不使用

期間限定 (12月下旬までの予定)
毎週お届け **グリーンキウイフルーツ** 青果 ニュージーランド産
定期注文 **370393** 少し柔らかくなった頃が食べ頃です。さわやかな甘さをどうぞ。
529 11月2週 **530** 11月2週 **徳用**
310g(3個) **615g(6~7個)**
398円 (税込 430円) **698円** (税込 754円)

バナナの品質について
【OK】皮だけが黒く変色している場合は品質に問題はありません。
【NG】果肉全体へ広範囲にわたって黒く変色していたり、柔らかくなりすぎている場合は傷んでいるサインです。
【お願い】熱帯性植物ですので、冷気に弱い傾向があります。可能な限り13℃以上の環境下で保存してください。



殺虫剤・除草剤不使用!
毎週お届け **531** 11月2週 **青果**
定期注文 **379883**

コープのフィリピン産バナナ
450g以上(3~6本) **268円** (税込 289円)



高地でじっくりと育った食味のよいバナナです!
毎週お届け **532** 11月2週 **青果**
定期注文 **378259**

コープの高原バナナ
570g以上(4~7本) **298円** (税込 322円)



バナナを通して海外支援を行います!
毎週お届け **533** 11月2週 **青果**
定期注文 **379662**

コープのフェアトレード有機バナナ
450g以上(3~5本) **368円** (税込 397円)



低温箱でも安全性には自信を持ったバナナ!
毎週お届け **534** 11月2週 **青果**
定期注文 **370152**

朝のしあわせエコバナナ
370g以上(3~6本) **198円** (税込 214円)



食味のよいバナナをお召し上がりください!
毎週お届け **535** 11月2週 **青果**
定期注文 **370296**

甘熟王(かんじゅくおう)バナナ
520g(3~6本) **268円** (税込 289円)



循環型農業で環境に配慮した栽培を実施!
毎週お届け **536** 11月2週 **青果**
定期注文 **375802**

インドネシア産バナナ
400g(3~6本) **198円** (税込 214円)

殺虫剤・除草剤不使用!



544 11月2週 **青果**
コープのいつものバナナ
550g以上(3~6本) 日本生協連の管理で栽培。残留農薬検査も実施しています。
198円 (税込 214円)

今旬 芳醇な香りを皮ごと味わってください!



057 11月2週 **青果**
種なし シャインマスカット(増量)
200g+50g増量(1~3房・カット房入る)
山梨県産・長野県産・他種無しで皮ごと食べられるマスカットです。
988円 (税込 1,067円)

今季最終 種がなく食べやすい人気です!



545 今季最終 **青果**
産直 紀ノ川のたねなし柿
550g(3個) 紀ノ川農協(和歌山県) 農業を抑えた安全・安心の産直柿です。
398円 (税込 430円)

今週の見逃せない値!



1014 11月2週 **青果**
産直 美吉野の種無し柿
600g(3~5個) 美吉野農園(奈良県・和歌山県) 美吉野農園の産直の柿です。種がなく、渋を抜いた食べやすい柿です。
328円 (税込 354円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります
農産物の定期登録につきまして定期登録でご利用いただいている「バナナ」「アボカド」「キャベツ」「国産ブロッコリー」「トマト」などの農産物は固定価格ではございません。季節や原料事情により価格、量目、産地が変更になる場合があります。それに伴い定期登録価格も変動しますので予めご了承ください。

1 特集
10 パン
12 ランチ軽食弁当
16 ゆづとう汁
22 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 45 果物 野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳
55 豆腐 揚げ 納豆
56 乳製品
58 加工食品 調味料 米
63 菓子アイス
68 飲料
71 酒
72 アンコール
73 食品 別企画

11月度の月間普及商品は「**産直** ホクトのきのこ」ワンパンで簡単! **きのこで菌活。**

マイタケとツナの和パスタ 2人前

HOKUTO
©2026 HOKUTO, INC.

材料
・マイタケ……1パック
・ツナ缶……1個
・いりこま……お好み

作り方
1 майтаけは手で割いておく。大葉は縦切り、パスタを半分折る。
2 フライパンに油を入れて中火にする。大葉、ツナ缶をオイルごと、パスタを入れる。パスタがべつつかないように混ぜたら、パスタの表示時間通りに茹でる。
3 茹で上がった大葉と、いりこまを加える。
4



546 11月 2週 産直
ホクトのきのこ

547 11月 2週 産直
ホクトのエリンギ

1015 11月 2週 産直
ホクトのまいたけ

3品セット
300g(3種) 本体 **298円**

90g(2~3本) 本体 **128円**

100g以上 本体 **100円**

ホクト(長野県) (税込 322円)

ホクト(長野県) (税込 138円)

ホクト(長野県) (税込 108円)

お手軽に調理ができて、小さめのサイズ!

549 11月 3週 産直
北陸地場旬の味 伝統の加賀野菜

550 11月 3週 産直
ホクトのたっぴり

551 11月 3週 産直
ホクトの加賀れんこん

350g(3~7本) 本体 **228円**

700g 本体 **598円**

150g 本体 **168円**

石川県JA金沢市五郎島さつまいも部会

石川県JA金沢市加賀れんこん部会

中本農園(石川県)

じっくり加熱することで甘みが増します。

小さいサイズや形状がいろいろあります。

安定した品質と価格でお届けできるよう努めています。

一部の生産者
井部さん夫妻

551 11月 2週 産直
越のルビー(ミディトマト)

552 11月 2週 産直
どさんこカラーピーマン

553 11月 3週 産直
マルタの里いも

150g(サイズおまかせ)

70g(1個以上、色おまかせ)

180g(サイズおまかせ)

JA福井県(福井県)

どさんこ農産センター(北海道)

マルタ(熊本県)

皮がやわらかく果肉も滑らかなのでお子様にも食べやすいミディトマトです。

北海道赤井川村で農業の使用を最小限に抑え栽培しています。

産直産地で栽培した里いもです。もっちり食感を味わってください。

定期登録

定期登録のみの企画となります。6月の要領を注文用紙に記入していただくか登録され、その後は毎週配達となります。お申し込みください。

定期登録のみの企画となります。6月の要領を注文用紙に記入していただくか登録され、その後は毎週配達となります。お申し込みください。

ヘタがないものを含む場合があります。

ヘタが黄色く変色している場合があります。

多少の傷や陥没、ヘタまわりの変色、色づきが薄いものも含まれます。

毎週お届け 定期注文 **377881円**

毎週お届け 定期注文 **379417円**

毎週お届け 定期注文 **379646円**

定期でおとくなミニトマト

定期でおとくなミニトマト(あいこ)

定期でおとくなミニトマト

160g以上(サイズおまかせ)

180g(サイズおまかせ)

500g以上(3玉以上)

フロレスティ(愛知県)・他

フロレスティ(愛知県)・他

JAやつしろ(熊本県)・他

本体 **298円**

本体 **398円**

本体 **398円**

(税込 322円)

(税込 430円)

(税込 430円)

今週の見逃せない値!

色鮮やかで中までしっかり赤い!

食卓にサラダをもう一品!

今回増量でお届けします!

サイズいろいろミニトマト

ミニトマトあいこをお届けします!

45ページに少量のミニトマト

カゴメの高リコピントマト

サラダdeマト

220g+30g増量(サイズおまかせ)

210g(3~6玉)

230g以上(2~4玉、サイズおまかせ)

北海道産・愛知県産・宮崎県産・他

カゴメ(長野県・広島県・他)

三ツ星農園(福岡県)・アグリパーク(愛知県)・他

お弁当やサラダなどいろいろ使えるミニトマトです。

カゴメで栽培する通常のトマトに比べ、リコピンの含量が約1.5倍です。

外皮と果肉が硬めで傷みにくい品種でお届けする場合もあります。

本体 **398円**

本体 **298円**

本体 **398円**

(税込 430円)

(税込 322円)

(税込 430円)

ミニトマト(増量)

カゴメの高リコピントマト

サラダdeマト

220g+30g増量(サイズおまかせ)

210g(3~6玉)

230g以上(2~4玉、サイズおまかせ)

北海道産・愛知県産・宮崎県産・他

カゴメ(長野県・広島県・他)

三ツ星農園(福岡県)・アグリパーク(愛知県)・他

お弁当やサラダなどいろいろ使えるミニトマトです。

カゴメで栽培する通常のトマトに比べ、リコピンの含量が約1.5倍です。

外皮と果肉が硬めで傷みにくい品種でお届けする場合もあります。

本体 **398円**

本体 **298円**

本体 **398円**

(税込 430円)

(税込 322円)

(税込 430円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています

実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

生協の産直商品は、3原則および5つの提携基準を満たした商品です

1 生産者と生産者が明確であること

2 栽培・流通過程がトレーサビリティできること

3 生産・出荷履歴での栽培履歴や品質管理履歴が確認できること

4 環境負荷低減の取り組みをすすめていること

5 生産・出荷履歴での栽培履歴や品質管理履歴が確認できること

6 生産・出荷履歴での栽培履歴や品質管理履歴が確認できること

天候の影響により、トマト・ミニトマトの各商品において、ヘタ枯れ・ヘタ取れを含む場合があります。※トマトの色づきが薄い場合は常温で保存しておくことで色づいてきます。

天候の影響により、トマト・ミニトマトの各商品において、ヘタ枯れ・ヘタ取れを含む場合があります。※トマトの色づきが薄い場合は常温で保存しておくことで色づいてきます。

天候の影響により、トマト・ミニトマトの各商品において、ヘタ枯れ・ヘタ取れを含む場合があります。※トマトの色づきが薄い場合は常温で保存しておくことで色づいてきます。

パイヤーおすすめ



いろいろなお料理の彩りに

548 11月 2週 産直
徳用のにんじん

600g(サイズおまかせ)

北海道産・他

収穫時のスレ傷や多少の変形も含む場合があります。

年間最安値! 本体 **258円**

(税込 279円)

安心価格 058 11月 2週 産直

石川の百万石ブロッコリー

1株(サイズ、花蕾の大きさ10cm以上)

安井ファーム(石川県)

石川県白山市や河北潟地域が主産地で栽培した新鮮な地場野菜をご堪能ください。

年間最安値! 本体 **198円**

(税込 214円)

よりどり2品以上 本体 **188円**

(税込 203円)

安心価格 020 11月 2週 産直

石川の百万石ブロッコリー

1株(サイズ、花蕾の大きさ10cm以上)

安井ファーム(石川県)

石川県白山市や河北潟地域が主産地で栽培した新鮮な地場野菜をご堪能ください。

年間最安値! 本体 **198円**

(税込 214円)

よりどり2品以上 本体 **188円**

(税込 203円)

安心価格 020 11月 2週 産直

石川の百万石ブロッコリー

1株(サイズ、花蕾の大きさ10cm以上)

安井ファーム(石川県)

石川県白山市や河北潟地域が主産地で栽培した新鮮な地場野菜をご堪能ください。

年間最安値! 本体 **198円**

(税込 214円)

よりどり2品以上 本体 **188円**

(税込 203円)

安心価格 020 11月 2週 産直

石川の百万石ブロッコリー

1株(サイズ、花蕾の大きさ10cm以上)

安井ファーム(石川県)

石川県白山市や河北潟地域が主産地で栽培した新鮮な地場野菜をご堪能ください。

年間最安値! 本体 **198円**

(税込 214円)

よりどり2品以上 本体 **188円**

(税込 203円)

安心価格 020 11月 2週 産直

石川の百万石ブロッコリー

1株(サイズ、花蕾の大きさ10cm以上)

安井ファーム(石川県)

石川県白山市や河北潟地域が主産地で栽培した新鮮な地場野菜をご堪能ください。

年間最安値! 本体 **198円**

(税込 214円)

よりどり2品以上 本体 **188円**

(税込 203円)

安心価格 020 11月 2週 産直

石川の百万石ブロッコリー

1株(サイズ、花蕾の大きさ10cm以上)

安井ファーム(石川県)

017~040 よりどり 税込 5% Off!

同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!

※同じ商品でも 2品以上で 税込 5% Off!



557 11月 青果
お徳用なす
430g (3〜7本、サイズおまかせ)
愛知県産・岐阜県産・他
形が不揃いのものや多少傷の
あるものも含むお徳用です。(税込 387円)

558 11月 青果
きゅうり 青果
群馬県産・宮崎県産・愛知県産・他
品質の安定した産地からお届けします。
210g以上 (3本) 本体 **298円**
(税込 322円)

560 11月 青果
北海道の栗系かぼちゃ 青果
北海道産 生育期間中や収穫時の霜(ルシク)が
多少葉面にあります。
ホクホク感と甘みが味わえる品種に
限定してお届けします。
180g以上 (1/4玉) 本体 **198円**
(税込 214円)

562 11月 青果
越前しらやま大根
1kg以上 (1本)
水野農園(福井県越前市)
通常の太根に比べ肉質
がやわらかく、甘くみず
みずしいのが特徴です。
年間最安値!
本体 **228円**
(税込 246円)

111098 11月 青果
愛知の銀杏
250g (1箱)
愛知県産
本体 **990円**
(税込 1,069円)

563 11月 青果
産直 ブロッコリー
スーパースプラウト
50g 本体 **198円**
(税込 214円)

564 11月 青果
産直 小松菜
200g 本体 **148円**
(税込 160円)

565 11月 青果
産直 フリルレタス
80g 本体 **188円**
(税込 203円)

566 11月 青果
産直 緑豆もやし
200g 本体 **46円**
岐阜県サラダコスモ(税込 50円)

567 11月 青果
産直 ブロッコリーの芽
1束 本体 **100円**
岐阜県サラダコスモ(税込 108円)

569 11月 青果
産直 ミックスサラダ
100g (キャベツ・レタス・
人参、レッドキャベツ)
お届け日を念め4日 本体 **118円**
サラダクラブ(税込 127円)

570 11月 青果
産直 千切りキャベツ
120g 本体 **118円**
お届け日を念め4日 本体 **118円**
サラダクラブ(税込 127円)

111100 11月 青果
産直 カリフローレ
130g
愛知県産・新潟県産・他
スティック状のカリフラワー
で、茎の食感と甘みもお楽し
みください。
本体 **228円**
(税込 246円)

572 11月 青果
産直 中本さんのキャベツ
800g以上 (1玉) 中本農園(石川県)
生育期間中の霜や害虫に
より葉の変色や傷・裂けを
含む場合があります。
本体 **228円**
(税込 246円)

573 11月 青果
産直 国産ブロッコリー
1株 (Mサイズ、花蕾の大きき8cm以上)
I LOVEファーム(岡山県・他)
収穫時期や産地により茎の
太さに違いがあります。
本体 **238円**
(税込 257円)

270919 11月 青果
産直 あくぬぎわらび(カット)
100g 本体 **398円**
(税込 430円)

574 11月 青果
産直 はくさい 青果
長野県産・他
お届け日の前日に協会の農産加工センター
で品質点検しカットしています。
300g以上 (1/4玉) 本体 **148円**
(税込 160円)

576 11月 青果
産直 中本さんのミニ白菜
500g以上 (1玉)
中本農園(石川県)
いろいろなお料理に幅広
く使える使い勝手のよい
産直産地のミニ白菜です。
年間最安値!
本体 **178円**
(税込 192円)

578 11月 青果
産直 サン・グリーン・ピーマン(増量)
120g+20g増量(サイズおまかせ)
サン・グリーン出荷組合(宮崎県・熊本県)
短時間の強火調理で
シャキッとした歯ごたえ
と風味が味わえます。
見逃せない!
本体 **118円**
(税込 127円)

農産品についてのご案内
農産物の特性により同じ時期に収穫・定植しても、お届けする商品は大きさが異なったり、形状が異なる場合があります。
価格の内容についてもある程度の幅を持ってお届けさせていただきます。
商品の調達は万全を期しておりますが、天候不順等や運送が困難な場合があります。その場合、欠品や産地代替。
または1週間程度の遅れが出ることもございますのでご理解をお願い致します。
商品お届けの際、痛みや腐り、品質劣化したものがございます。交換の対応をさせていただきますので、ご面倒でも、配達担当者又は生産者までお申し付けください。

1 特集
10 パン
12 ふんち 軽食弁当
16 ゆづき
22 水産食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 45 果物・野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳卵
55 豆腐揚げ 納豆
56 乳製品
58 加工食品 調味料
63 菓子アイス
68 飲料
71 酒
72 アンコ
73 食品 特別企画
果物・野菜
11月10日
43

2種類のきのこが楽しめます!



なめこの生産者のおひとり 樋口さん
えのきの生産者のおひとり 星野さん



ザルの直径: 約21cm

579 11月 13日 国産
産直 大地のきのこセット
300g(えのき200g、なめこ100g)
大地(新潟県)
産直産地大地のえのきと
なめこのセットをお届け
します。

本体 **198**円
(税込 214円)

地産地消の生しいたけ!



ザルの直径: 約16cm

580 11月 2日 国産
産直 富山県産生しいたけ(菌床)
80g(不揃い、サイズおまかせ)
森の環(富山県)
産直産地より年間を通して
お手頃価格でお届けします。(税込 138円)

本体 **128**円
(税込 138円)

今季初 北海道産メークインをどうぞ!



今回 **200g**増!

次回以降は600gです

581 11月 2日 国産
産直 北海道のメークイン(増量)
600g+200g増量
(サイズおまかせ)
JA十勝畑田(北海道)
粘りがあり、調理の際に煮崩
れにくいのでカレーやシ
チューなどにもおすすめです。

年間最安値!
本体 **380**円
(税込 410円)

新企画 そのままサラダやお漬物に
おすすめ



生産者のおひとり 三野さん

※葉をカットして
お届けします

ザルの直径: 約18cm

582 11月 13日 国産
産直 紅くるとり大根
350g以上(1本)
北海道産・長野県産・他
くるとりや巻いたような美しい
紅色で通常の白大根のような瑞々
しさとやわらかさがあります。

本体 **298**円
(税込 322円)

毎週税込9円お得
定期注文 **373010**



ザルの直径: 約16cm

583 11月 2日 国産
産直 奥能登のカットがなしめじ
90g ミススライ(石川県水沢町)
石突やトレーなどのゴミが
出ないふりっり食感のカット
済みぶなしめじです。

本体 **118**円
(税込 127円)

106818 11月 2日 国産
産直 シルクスイート
600g以上(2~5本、サイズおまかせ)
多古町旬の味産センター(千葉県)
収穫後はホクホクで、貯蔵後
は甘みが強くしっとり滑らかな
食感が特長のさつまいもです。(税込 538円)

本体 **498**円
(税込 538円)

手作りジュースを
毎日の食卓に!



収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

584 11月 2日 国産
産直 理由ありにんじん(ジュース用)
800g(サイズおまかせ)
愛知県産・他
生育中に割れたものや形の
いびつなものが入ります。(税込 246円)

本体 **228**円
(税込 246円)

福井特産



109kcal 1本 1.6g

102966 11月 13日 国産
産直 三里浜の
花らっきょ
70g 6月 三星浜特産農業協同組合
主原料: 花らっきょ(福井県)
小粒で繊維が細かく巻き
もっちりしており歯切れ
のよいのが特長です。

本体 **398**円
(税込 430円)

定期登録 定期登録のみの企画となります。6月1日までは注文期限に入っていないと
登録できず、その後は毎月配送となります。登録した後はいつでも登録解除が可能です。

安心価格



ザルの直径: 約18cm
収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

毎週お届け
定期注文 **377597** 国産
産直 定期たまねぎ
L2玉 本体 **198**円
(税込 214円)

安心価格



ザルの直径: 約18cm
収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

毎週お届け
定期注文 **376493** 国産
産直 定期じゃがいも
L3個 本体 **198**円
(税込 214円)

安心価格



ザルの直径: 約18cm
収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

毎週お届け
定期注文 **377589** 国産
産直 定期にんじん
L2本 本体 **198**円
(税込 214円)

**産直産地の
支援企画**

●果物やお野菜など産直産地の余剰品をお届け致します。
(余剰品がない場合は欠品(後日返金)となります。)
●お届けする品目や規格は、事前にお知らせすることができません。
●アレルギーをお持ちの方は、あらかじめご了承ください。

毎週お届け
定期注文 **379603** 国産
産直 定期で支援の
産直サポート400
4品目 本体 **400**円
(税込 432円)

毎週お届け
定期注文 **379611** 国産
産直 定期で支援の
産直サポート300
3品目 本体 **300**円
(税込 324円)

毎週お届け
定期注文 **379620** 国産
産直 定期で支援の
産直サポート200
2品目 本体 **200**円
(税込 216円)

2kg



収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

585 11月 2日 国産
産直 北海道産玉ねぎ
2kg (M以上、サイズおまかせ)
エプロン(北海道)
広大な北海道でのびのび
育った風味よく身締まりも
よい玉ねぎです。

本体 **498**円
(税込 538円)

1kg



収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

586 11月 2日 国産
産直 コアのごろごろちび玉ねぎ
800g (S以上、サイズおまかせ)
コアファーム(北海道)
横径で約5cm程度のサイズ
を中心に集めました。

本体 **298**円
(税込 322円)

1kg



収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

587 11月 2日 国産
産直 コアファームのじゃがいも
1kg (M以上、サイズおまかせ)
コアファーム(北海道)
北海道の冷涼気候の中で
農業散布も出来るだけ減
らして栽培しています。

本体 **398**円
(税込 430円)

700g



収穫時の傷や皮剥けは
予めご了承ください

588 11月 2日 国産
産直 北海道産きたあかり
700g (M以上、サイズおまかせ)
エプロン(北海道)
広大な北海道でのびのび
育った風味よく身締まりも
よいきたあかりです。

本体 **298**円
(税込 322円)

今週の見逃せない値!

形状など見栄えはしませんが
味に変わりはありません!



キズやサイズに
ばらつきがあります

保存方法
収穫後ガスが溜まる
ため、お届け後しばらくは
冷蔵庫で保管し、その後
常温で保管してください

589 11月 12日 国産
産直 長いも(理由あり)
250g(カット)
青森県産・他

年間最安値!
本体 **168**円
(税込 181円)

淡路島の自然が育んだ甘玉ねぎ



生産者のおひとり
東中さん

ザルの直径: 約21cm

590 11月 2日 国産
産直 淡路の追熟
甘玉ねぎ
700g (S以上、
サイズおまかせ)
産地独自の貯蔵技術
により甘みと旨味を引
き出した玉ねぎです。

本体 **680**円
(税込 734円)

591 11月 2日 国産
産直 淡路の理由あり
甘玉ねぎ
700g (S以上、
サイズおまかせ)
・形が不揃い、一部玉割れの
ものがあります
・中心の空洞のないのはな
り身がある場合があります

本体 **298**円
(税込 322円)

産直産地より北海道の味覚をたっぷりお届け!



じゃがいもの
生産者の方々

50%以上
減量

592 11月 2日 国産
産直 コアファームのじゃがいも
2.5kg袋 (M以上、
サイズおまかせ)
コアファーム(北海道)
北海道の冷涼気候の中で
農業散布も出来るだけ
減らして栽培しています。

年間最安値!
本体 **580**円
(税込 626円)

旬のおいしさをぜひこの機会に!



593 11月 2日 国産
産直 北海道のきたあかり
1kg (サイズおまかせ)
北海道産
黄色みをあびた果肉でコロコ
ロケやポテトサラダにどうぞ。

本体 **398**円
(税込 430円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

じゃがいもと玉ねぎの保存方法
お届け後は早めに開封して風通しのよい場所に保存してください。

さつまいもの保存方法
お届け後は早めに開封し、冷蔵庫や冷暗所で保存してください。

産地をサポートする企画です!

一部生産者の方々

※写真はイメージです

594 11月 2週 **青果**

能登の野菜セット
2~4品目
石川県産
石川県能登産限定の野菜セットです。季節によって品目数が変わる場合があります。(税込 538円)

ザルの直径: 約20cm

押しコブ

冷凍しても常備しています。使いたい時、煮物やみそ汁に便して便利です。
福井県生協 Kさん

解凍せず冷凍のまま調理OK!

595 12月 5週 **凍**

産直 建石さんのころ煮用里いも
230g (18ヵ月 SFV生産農場)
主原料: 里芋 (福井県大野市上庄産)

大野市上庄地区・建石さんの小粒里芋を皮むき生のまま冷凍しました。

ザルの直径: 約16cm

398 (税込 430円)

樹上で完熟した梅を使用!

596 11月 2週 **凍**

産直 福井梅の完熟梅ぼし 120g
主原料: 梅 (福井県)
福井県の梅を塩とシソで漬けた素朴な製法と味わいです。

塩分 約18%

378 (税込 408円)

今週の見逃せない値!

しっとりやわらかな食感! 120g!

597 11月 3週 **凍**

ほしいも(紅はるか) (増量) 80g+20g増量
主原料: さつまいも (茨城県)

3ヵ月 エイコウ商事

丁寧に仕上げた昔ながらの干しいもです。

398 (税込 430円)

有機栽培

有機栽培とは 化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと、並びに遺伝子組換え技術を利用しないことを基本として、環境への負荷をできる限り低減した栽培方法。

輸入時に害虫が検出され農産物検査を受けた場合は有機表示外します

110400 11月 2週 **青果**

産直 有機栽培みかん
450g (2S~2Lおまかせ)
マルタ九州 (熊本県・他)

398 (税込 430円)

270735 11月 2週 **青果**

メキシコ産 有機栽培バナナ
550g以上 (3~6本)
メキシコ産

350 (税込 378円)

114169 11月 2週 **青果**

有機栽培 グリーンキウイ
340g (3~4個)
ニュージーランド産

498 (税込 538円)

270623 11月 2週 **青果**

有機栽培じゃがいも
400g (2~4個、サイズおまかせ)
北海道産・他

298 (税込 322円)

270349 11月 2週 **青果**

有機栽培にんじん
300g (サイズおまかせ)
びおロジ (千葉県)・他

298 (税込 322円)

110062 11月 2週 **青果**

有機レタスマックス
35g
寺岡有機農産 (広島県)

198 (税込 214円)

111411 11月 2週 **青果**

産直 有機栽培 ちんげん菜
200g (2~3株)
マルタ (群馬県・他)

298 (税込 322円)

よりどりお買得 598~627

3% 5% off!!

598 11月 2週 **青果**

にんじん (バラ)
90g以上 (1本)
北海道産・他

599 11月 2週 **青果**

産直 ブロッコリーの芽入り和風サラダ
110g (大根、人参、レッドキャベツ、ブロッコリーの芽)
お届け日を含め3日
主原料: 大根 (国産) サラダコスモ

600 11月 2週 **青果**

産直 彩り野菜 炒め用ミックス
230g (緑豆もやし、キャベツ、人参、ピーマン)
お届け日を含め2日 サラダコスモ

601 11月 2週 **青果**

産直 大地のなめこ
80g
大地 (新潟県)

602 11月 2週 **青果**

産直 コーンミックスサラダ
100g (キャベツ、コーン、人参)
お届け日を含め2日 サラダクラブ

603 11月 2週 **青果**

産直 信州のえのき茸
100g
信州産直組合 (長野県)

604 11月 2週 **青果**

産直 富山の生きくらげ
50g
森の環 (富山県)

605 11月 2週 **青果**

産直 豆苗 (えんどう豆の新芽)
100g
村上農園 (静岡県・山梨県・三重県)

606 11月 2週 **青果**

産直 にんにく 1玉 (Sサイズ)
青森県産・他

607 11月 2週 **青果**

産直 滋賀の水菜
150g
滋賀有機ネットワーク (滋賀県)

608 11月 2週 **青果**

産直 滋賀の大根葉
150g
滋賀有機ネットワーク (滋賀県)

609 11月 2週 **青果**

産直 信州ハートのぶなしめじ
200g (1株)
ハーツ (長野県)

610 11月 2週 **青果**

産直 竹崎さんのニラ
100g
マルタ (高知県)

611 11月 2週 **青果**

産直 お徳用の大葉
15枚以上 (不揃い)
神原農園 (愛知県)

612 11月 2週 **青果**

産直 国産ブロッコリー フローレット少量
80g
I LOVE FARM (北海道・他)

613 11月 2週 **青果**

産直 しょうが
80g
あさの (高知県)

614 11月 2週 **青果**

産直 洗いごぼう
110g (カット、太細混み、サイズおまかせ)
青森県産・他

615 11月 2週 **青果**

産直 サン・グリーンのきゅうり
150g以上 (2本)
サン・グリーン出荷組合 (宮崎県・熊本県)

616 11月 2週 **青果**

産直 じゃがいも
400g (M以上、サイズおまかせ)
北海道産・他

617 11月 2週 **青果**

産直 玉ねぎ
350g (2~4玉、M以上)
北海道産・他

618 11月 2週 **青果**

産直 ぶなクイーン
100g
ミスズライフ (長野県)

619 11月 2週 **青果**

産直 三つ星農園の白ねぎ
160g (2本以上)
三つ星農園 (福井県)

620 11月 2週 **青果**

産直 滋賀の青ねぎ
100g
滋賀有機ネットワーク (滋賀県)

621 11月 2週 **青果**

産直 カット大根
300g以上 (カット)
石川県産・他

622 11月 2週 **青果**

産直 ミニトマト少量
80g (サイズおまかせ)
フロレステイ (愛知県)・他

623 11月 2週 **青果**

産直 マルタのにんじん
300g (サイズおまかせ)
マルタ (北海道・青森県)

624 11月 2週 **青果**

産直 徳島のたっぷり生しいたけ (菌床)
180g (形状不揃い、サイズおまかせ)
徳島県産

625 11月 2週 **青果**

産直 ミニちんげん菜
120g (2~4株)
アグリタウン (石川県)

626 11月 2週 **青果**

産直 なす
140g以上 (2本)
愛知県産・岐阜県産・他

627 11月 2週 **青果**

産直 10品目のサラダ レタスやパプリカ 160g
お届け日を含め3日 サラダクラブ

安心価格

安心マークが付いている商品は定期登録商品であっても市価と価格の差があった場合には値引き対応いたしますので、是非ご利用ください。値引き商品の案内は配達週にコープ北海道ホームページご案内いたします。

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

9月4回のご案内
(9月21日~9月25日配達分)

返金対象商品はありませんでした

定期にんじん 12玉 600g以上 (1/2玉) 定期じゃがいも 1.3個 国産ブロッコリー 1株 キヤベツ 750g以上 (1玉) 国産オクラ 60g以上

1 特集
10 パン
12 フレンチ軽食弁当
16 ゆづき
22 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 45 果物・野菜
46 魚
50 肉
54 牛乳
55 豆腐揚げ・納豆
56 乳製品
58 加工食品
59 調味料
63 菓子・アイス
68 飲料
71 酒
72 アニマル
73 食品・特別企画

魚など

今週の見逃せない値!

伝えたいのはココ

旬の時期に漁獲したさんまの頭・中骨・腹骨を取り除き、食べやすいサイズにカットしうす塩味に仕上げました。
水産担当 堀

食べやすく仕上げました!



629 11月 3日 100g 307kcal 塩分1.3g ※「うす塩味」表記は当社比です

パクッと食べられるさんま(うす塩味)

130g(約)12カ月丸干水産 [主原料:さんま(国産)]

期間限定価格
くらし応援
378円
(税込 408円)

脂がのってジューシー!



わけあり企画

最長期間が短い商品です
2026年12月14日以降の
商品をお届け

630 次週 凍 100g 162kcal 塩分1.4g

脂ののったあじ一夜干し

170g(3枚) 6カ月 干倉水産加工 [主原料:あじ(アイルランドまたはノルウェー)]

あじを二枚に卸し、塩水に漬け込み遠赤外線で干し上げました。(税込419円)

3枚

わけあり価格

388円
(税込 419円)

631 12月 1日 100g 110kcal 塩分2.3g

朝食用の開きあじ

120g(約)6カ月シーサット [主原料:マアジ(国産)]

小型の真あじを開きに、中・腹骨を取り除き甘塩味のソフト干しに仕上げました。(税込 484円)

448円
(税込 484円)

632 12月 1日 100g 78kcal 塩分0.5g

国産するめいかスティック

一夜干し100g

12カ月丸干水産 [主原料:いか(国産)]

するめいかの胴部分を一夜干しにして、短冊状にカットしました。

398円
(税込 430円)

633 12月 3日 100g 104kcal 塩分1.1g

山陰産笹かれい一夜干し

120g(4尾) 6カ月

ス・コムニケーションズ

ササガレイを塩水に漬け込み、冷風乾燥で一夜干ししました。(税込 538円)

498円
(税込 538円)

634 12月 1日 100g 111kcal 塩分2.7g

北海道産塩秋鮭切身

200g(4切) 6カ月 北海道ぎょりん

定置網で漁獲された秋鮭を、定塩加工により旨みと程よい塩加減のある切身にしました。(税込 970円)

898円
(税込 970円)

635 次週 凍 100g 190kcal 塩分1.0g

子持ちからふとししゃも

160g(約)12カ月

ノルウェー又はアイスランド産/岡田水産

子持ちからふとししゃもを国内で塩水漬けし、干し上げました。(税込 354円)

328円
(税込 354円)

636 12月 1日 100g 182kcal 塩分3.0g

脂ののった銀鮭切身

(甘塩味)

80g(2切) 6カ月 マルタ水産

銀鮭(養殖)を切身にし、定塩加工で甘塩味に仕上げました。(税込 430円)

398円
(税込 430円)

637 12月 3日 100g 91kcal 塩分2.5g

ふっくら一匹にぎす

200g 6カ月

愛知県産他/丸干水産

にぎすを一匹(うす塩仕立て)にしてふっくらと仕上げました。(税込 430円)

398円
(税込 430円)

638 11月 3日 100g 236kcal 塩分2.9g

北海道鮭荒ほぐし

40g×2 3カ月 北海道ぎょりん

秋鮭を蒸した後に焼きをいれて香ばしさを引き立たせ、丁寧にほぐしました。

498円
(税込 538円)

人気 甘塩で仕上げた人気No.1の一夜干



639 12月 1日 100g 284kcal 塩分1.1g

脂ののったさば一夜干

4カ月丸一商店 [主原料:タイセイヨウサバ(ノルウェー)]

脂ののったさばを切身にし、塩水に漬け込みこまを振って一夜干しに仕上げました。

598円
(税込 646円)

スティック状で食べやすい!



641 11月 3日 100g 170kcal 塩分1.1g

姫ほっけ

156g(約4〜7本) 6カ月 中央水産 [主原料:ほっけ(北海道産)]

ほっけをスティック状にカットし、昆布だしで味付けし干し上げました。

380円
(税込 410円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

魚など
11月
46魚料理知識
冷凍魚の
解凍についてお刺身類は流水解凍がおすすめです!
袋のまま、流水につけて解凍。お魚の旨味は流水をかけて解凍します。スライスする場合は半解凍がおすすめです。冷凍解凍
冷凍魚の
解凍について切り身魚は冷蔵庫で解凍
冷凍庫から冷蔵庫に移してから半解凍(指で押してみても少しこわ程度)で調理がおすすめです。小さいものなら冷凍のままでも大丈夫です。
無添加・無調味料に調理法が記載されている場合は、参考にしてください。詳細は
コチラ!冷凍のお魚を
おいしく
食べるコツ



642 12月 1回 凍 100g 114kcal 脂質0.4g
 しまほっけ昆布醤油漬
 260g (3枚) 1枚 税込165円
 年間最安値! 本体 458円 (税込 495円)
 12月 2回 アメリカ又はロシア産他/川喜
 しまほっけを昆布醤油タレにじっくり漬け込みました。



643 12月 1回 凍 100g 142kcal 脂質0.5g
 シルバー照焼き
 150g (3切) 1切 税込144円
 年間最安値! 本体 398円 (税込 430円)
 12月 2回 ニューシーランド又はアラスカ産他/川喜
 ご飯のすすむ照焼き!



645 11月 1回 凍 120g 1820kcal 脂質24g
 食塩不使用ふくらしらす干し (個食パック)
 20g×3袋 6か月 西村物産
 主原料: いわしの稚魚 (国産)
 大阪湾で水揚げされたしらすを食塩を使用せず、ふくらしらす炊き上げ乾燥させました。
 本体 388円 (税込 419円)



646 12月 1回 凍 100g 146kcal 脂質1.3g
 氷温造り シルバーしょうゆ漬
 180g (3切) 6か月 日マツ
 主原料: シルバー (ニューージーランドまたはアラスカ産)
 脂ののったシルバーを、甘口の調味液に漬け込み、氷温熟成させました。
 1切 税込198円 本体 548円 (税込 592円)



647 12月 1回 凍 100g 105kcal 脂質0.3g
 赤魚白醤油漬
 200g (4切) 12か月 愛
 アメリカ又はロシア産他/川喜
 赤魚を切身にし、甘口上品な白醤油ベースの調味液に漬け込みました。
 1切 税込156円 本体 578円 (税込 624円)



648 12月 1回 凍 100g 212kcal 脂質0.9g
 銀だら西京味噌漬
 120g (2切) 6か月 東北トクイ
 主原料: 銀だら (アメリカ産)
 銀だらを切身にし、西京味噌をベースにした調味味噌に漬け込みました。
 1切 税込285円 本体 528円 (税込 570円)



649 12月 1回 凍 100g 127kcal 脂質4.1g
 辛子明太子
 50g 12か月 横倉屋
 主原料: すけとうだらの卵巣 (ロシア又はアメリカ)
 寒冷期に水揚げしたすけとうだらの卵巣を生協仕様で着色料、発色剤を使用せず加工しました。
 本体 348円 (税込 376円)



650 12月 1回 凍 100g 85kcal 脂質1.2g
 生からつくった北海道稚内産真だら西京漬 (骨とり)
 210g (3切)
 6か月 中央水産 主原料: 真だら (北海道稚内産)
 真だを生から切身にし、調味味噌に漬け込みました。
 1切 税込205円 本体 568円 (税込 613円)



651 12月 1回 凍 100g 112kcal 脂質0.4g
 国産あじみりん漬
 150g (4~6枚)
 12か月 川喜 主原料: あじ (国内産)
 あじをみりん醤油タレに漬け込みました。
 1切 税込398円 本体 398円 (税込 430円)



652 11月 3回 凍 100g 93kcal 脂質1.8g
 漁師がつくった釜あげしらす
 20g×3 6か月 カネモ 主原料: いわし稚魚 (愛媛県産)
 漁獲したしらすを新鮮なうちに塩水で約3分炊き、乾燥させずふくらソフトに仕上げました。
 1袋 税込140円 本体 388円 (税込 419円)



653 12月 1回 凍 100g 95kcal 脂質1.4g
 北海道の秋鮭みりん漬
 165g (3切) 1切 税込180円 本体 498円 (税込 538円)
 12月 2回 阿部商店 主原料: 秋鮭 (北海道産)
 秋鮭を切身にし、独自の調理みりんに漬け込みました。
 さらにはプラス 20ポイント
 654 次回 凍 100g 220g (4切) 1切 税込175円 本体 648円 (税込 700円)

商品サイズの目安を表示しています
 届いた商品のサイズが想像と違う そんなガッカリをなくするために、商品のサイズを写真で表示しています。

野菜・お魚 ギャップを表示
 ギャップの目安は、写真の左にある「1cm」の目盛りを参考にしてください。

魚の切身 「朝食向き」「お弁当向き」を表示
 朝食向き: 1切 約50gの切身の商品に表示
 お弁当向き: 1切 約30gの切身の商品に表示

魚など 11月1回 47

特集 10 パン 12 ランチ軽度弁当 16 ゆでたまご 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 果物野菜 46 49 魚 50 肉 54 牛乳卵 55 豆納豆 56 乳製品 58 加工食品調味料 63 菓子アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

酒の香にピッタリのしめさば

Point

- 隠し味にリンゴ酢を使っているから、まろやかな味わい
- 三枚おろしから調味酢の漬け込みまで手作業

おぶって食べしさをプラス

昆布の旨みをプラス

655 11月 4週 凍 100g 189kcal 塩1.6g
国産あぶり焼きしめさば(まろやか風味)
80g(1枚) 12カ月 干倉水産加工 [主原料:さば(国産)]
さばを三枚におろして腹骨を取り、調味酢に漬け込み、表面を軽くあぶりました。

656 11月 3週 凍 100g 249kcal 塩2.2g
まろやかしめさば昆布メ
90g(1枚) 12カ月 干倉水産加工 [主原料:さば(国産)]
さばを三枚におろして腹骨をとり、調味酢に漬け込み、昆布メにしました。

板のサイズ:約14×21cm

年間最安値!
本体 **398円**
(税込 430円)

いつでもオトク!
本体 **398円**
(税込 430円)

657 次週 凍 100g 65kcal 塩1.7g
コウイカ糸造り(生食用) 50g
24カ月 霜/ベトナム製造 [主原料:コウイカ(インドネシア産)]
コウイカを開き加工して、調味液に漬け込んだ後に細切りにしました。

658 次週 凍 40g 36kcal 塩1.3g
とびっこ関西風だし味
40g×2 4カ月 かね郷
とびっこをだし醤油味で関西風に食べやすく味付けしました。

659 12月 1週 凍 100g 94kcal 塩2.5g
わら焼き
びんちょうまぐろタタキ
100g、タレ20ml 4カ月 明神水産
びんちょうまぐろをわら焼きでたたきに仕上げました。

660 12月 1週 凍 102kcal 塩10.8g
旨身天然まぐろの中落ち
50g×2
30日国産他/山梨水産
きはだまぐろの中落ちをスライスしました。

血の直径:約15cm
血の直径:約12cm
血の直径:約12cm
血の直径:約12cm

661 11月 4週 凍 80g 12カ月 川産水産 [主原料:そでいか(日本)]
梅酢いか
パイルしたそでいかの耳を梅しその風味でさっぱり仕上げました。

662 12月 1週 凍 40g×2、タレ×2個 12カ月 マリンフーズ [主原料:ギンザケ(オーストラリア産)]
サーモンたたき丼
ギンザケ(養殖)を食感が楽しめるよう粗挽きにし、海鮮丼のタレを付けました。

105478 12月 1週 凍 80g 6カ月 道南冷蔵 [主原料:アヤボラ(北海道産)]
おつまみつぶ貝
北海道産つぶ貝(アヤボラ)を下処理し、味付けしました。

663 12月 1週 凍 80g 12カ月 コ・ジャスナ [主原料:ほたて貝(北海道産)]
北海道産
ほたて貝柱(生食用)
北海道産ほたて貝柱を急速凍結しました。

血の直径:約18cm
血の直径:約13cm

今週の見逃せない値! サラダにもおすすめ

664 12月 1週 凍 180g、タレ20ml×2個 4カ月 明神水産 [主原料:かつお(太平洋産)]
炭焼きかつおタタキ
炭で焼き上げた鰹のタタキです。炭で焼き上げることで癖のないタタキに仕上がります。高知県産の柚子をふんだんに使ったタレを付けてあります。タタキと柚子で高知を感じてください。

665 11月 3週 凍 40g×3、タレ10ml×3 40日 韓国又は台湾又はベトナム又は国産他/Uminosオーシャン
まるい形のまぐろたたき身丼の具(3袋入)
旨みのあるまぐろの赤身をまるい形のたたき身加工して、タレを付けました。

666 12月 1週 凍 40g×3、タレ10ml×3 40日 韓国又は台湾又はベトナム又は国産他/Uminosオーシャン
まるい形のまぐろたたき身丼の具(3袋入)
旨みのあるまぐろの赤身をまるい形のたたき身加工して、タレを付けました。

一本約70gで約り上げたかつおを船上凍結!

血の直径:約20cm

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

魚など 11月1回 48

086 骨取りサーモンのクリーム煮

【原材料】ばれいし(北海道産)通子組換えでない、白身粉付け(白鮭(ロシア)、でん粉、でん粉加工品、小麦粉加工品)、プロコラーゲン、にんじん/加工でん粉【添付ソース】還元水、食塩、チキンエキス、グリーンパウダー(乳成分を含む)、調味酢、ホタテエキス、ホワイトル(小麦を含む)、プロセスチーズ、チーズ加工品、にんにく加工品、酵母パウダー、ローストオニオンパウダー(大豆を含む)、こしょう/アルコール、増粘剤(加工でん粉)、キサンタンガム、着色料(カラメル)、香料

いろいろ使えるシーフードミックス



666 次期 凍 100g 81kcal 5.33.9g
血の直径:約1.8cm

国産シーフードミックス

140g 12月 国産/丸干水産 (主原料:タコ(国産))
国産原料にこだわり、タコ、エビ、イカをミックスしました。

期間限定 値下げ
本体 478円
(税込 516円)

人気 マイルドに仕上げました

左記のマークのついた商品をご利用いただくことが
セゾン購入特典となり、ご購入1点につき1円または2円を「セゾンの魚」1個と
付いたセゾンの管理費用(など)に活用させていただきます。



太もずく
コリコリとした
歯ごたえ
4個
毎週お届け
定期注文 370402
667 11月 凍 170g(55g) 19kcal 5.5.0.64g
味付太もずく(個食パック)
55g×4
21日 井ヶ谷竹内 (主原料:もずく(沖縄県産))
太もずくをまろやかな三杯酢で味付けしました。(税込 289円)



糸もずく
ツルツルとした
歯ごたえ
4個
毎週お届け
定期注文 370403
668 11月 凍 150g(50g) 15kcal 5.4.0.58g
味付糸もずく(個食パック)
50g×4
21日 井ヶ谷竹内 (主原料:もずく(沖縄県産))
糸もずくをまろやかな三杯酢で味付けしました。(税込 311円)



669 12月 凍 100g 78kcal 5.5.3.9g
スワイガニ250g、フィッシュボール100g、鍋つゆ120g
かにいっぱい鍋セット
470g 12月 凍 12月 凍 12月 凍
大異食品 (主原料:スワイガニ(カナダ産)又はロシア又はその他)
ポイルスワイガニの肩肉、爪下、フィッシュボール、鍋つゆをセットしました。

1,598円
(税込 1,726円)



ブラックタイガー下ごしらえ済み(大)
160g(約10~11尾) 12月 凍
インドネシア産/丸干水産/インドネシア製造
自然の地形を生かした池で、給餌も投薬
も行わず粗放養殖したえびです。

1,180円
(税込 1,274円)



天然ぶりかま
400g 6月 天水生産 (主原料:ぶり(東シナ海))
東シナ海で漁獲された天然ぶりの脂がのった
希少な「かま」部分をまとめてパックしました。

458円
(税込 495円)



672 11月 凍 100g 54kcal 5.1.8.5g
三陸産細切り
めかぶ(たれ付)
35g×4、たれ4袋 12月 凍
高木商店 (主原料:めかぶ(三陸))
めかぶを細切りにし、かつお
風味のたれを付けました。

458円
(税込 495円)



162663 12月 凍 100g 54kcal 5.1.8.5g
鳴門海峡
漁師のわかめ
100g 60日 マルセ
主原料:わかめ(徳島県・丸山産)
早採りした茎の湯通し塩
蔵わかめです。

398円
(税込 430円)



673 11月 凍 100g 74kcal 5.2.0.1g
北海道厚岸産あさり貝
180g 24月 丸干水産
主原料:あさり(北海道厚岸産)
厚岸湖で育った大きめのあ
さを活かしたまま袋に入れて
加熱しました。

480円
(税込 518円)



674 11月 凍 100g 51kcal 5.1.0.2g
しじみ屋さんの冷凍しじみ
70g×2 12月 凍
主原料:しじみ(島根県産)
低温オゾン殺菌処理後、凍
結することで旨味成分を増した大
和しじみを真空パックしました。

380円
(税込 410円)

天然もずくのシャキシャキ食感が
味わえます!



675 次期 凍 100g 74kcal 5.2.0.1g
石川県能登産天然岩もずく
60g×4 12月 凍
高木商店 (主原料:もずく(石川県))
岩もずくをかつおだしのかいた三杯酢でまろやかに
仕上げました。

358円
(税込 387円)

今週の見逃せない値! 調理が簡単! 食べやすい! 骨取りの切身



676 次期 凍 100g 133kcal 5.0.2g
骨取り秋鮭切身
(バター焼き・フライ用)
6月 丸干水産 (主原料:秋鮭(北海道産))
北海道産の秋鮭(シロサケ)の骨と
皮を取り除き、切身にしました。

258円
(税込 516円)

677 次期 凍 100g 133kcal 5.0.2g
年間最安値!
150g(3切) 237円
(税込 711円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

1 特集
10 パン
12 ランチ 軽食 弁当
16 ゆめとろ
22 冷凍食品
31 肉のおかず
34 魚のおかず
36 惣菜
39 漬物
40 果物 野菜
46 49 魚
50 肉
54 牛乳 卵
55 豆 揚げ 納豆
56 乳製品
58 加工食品 調味料 米
63 菓子 缶詰
68 飲料
71 酒
72 アンコール
73 食品 特別企画

魚など
11月1回
49

今週の見逃せない値!

肉など

柔らかく
ジューシーな
ステーキ

組合員
さんの
VOICE

やわらかくてとっても美味しく、
子どももバクバク食べてくれます。
焼くだけなので手軽で、いそが
しい日にも助かっています。
とやま生協 Nさん

約24個入

679 11月 3日 凍 100g 278kcal 脂肪0.9g 成型肉

北海道産牛 牛カットステーキ 210g

12カ月 乳 肉 肉 Umios Hokkaido 主原料:牛肉(北海道産)

牛肉をつす味で調味成型加工し、
バラ凍結にしました。(食肉加工品)

年間最安値!

680 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産牛やわらか
ロースステーキ 120g

12カ月 ミート丸真 主原料:牛肉(国産)

牛ロース肉を調味加工し、ステーキ
のサイズにカットしました。
(食肉加工品)

年間最安値!

488 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

やわらかくて食べやすい!

いろいろな料理に使える便利なこまぎれ

人気

約1.3mm厚

脂身比率15%以下 流水解凍

681 12月 2日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産牛こまぎれ 240g 6カ月

ニッシン・グルメビーフ 主原料:牛肉(国産)

牛もも肉と肩肉を約1.3mm厚に
スライスし、使いやすい小分けの
3分割パックにしました。

いつでも最安値!

698 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産豚スペアリブカット
徳用パック

肉600g、スパイス2g×3袋 100g 税込231円

6カ月 肉 肉 コービスプロダクト 主原料:豚スペアリブ(国産)

1,280 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれ 200g 3カ月

コービスプロダクト 主原料:豚肉(国産)

いつでも最安値!

598 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

いろいろな料理に使える便利なこまぎれ

人気

約1.3mm厚

脂身比率15%以下 流水解凍

681 12月 2日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産牛こまぎれ 240g 6カ月

ニッシン・グルメビーフ 主原料:牛肉(国産)

牛もも肉と肩肉を約1.3mm厚に
スライスし、使いやすい小分けの
3分割パックにしました。

いつでも最安値!

698 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産豚スペアリブカット
徳用パック

肉600g、スパイス2g×3袋 100g 税込231円

6カ月 肉 肉 コービスプロダクト 主原料:豚スペアリブ(国産)

1,280 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれ 200g 3カ月

コービスプロダクト 主原料:豚肉(国産)

いつでも最安値!

598 12月 1日 凍 100g 307kcal 脂肪0.4g

食肉加工品

100g 251kcal 脂肪0.4g

101059 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

牛もも肉やわらかステーキ 180g(2枚)

12カ月 乳 肉 肉 ミート丸真 主原料:牛肉(オーストラリア産)

698 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

アンガス牛
こまぎれ 250g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ 主原料:牛肉(オーストラリア産)

682 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

チャックシール付袋入

約1.5mm厚

脂身比率20%以下

102499 11月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産牛肩ロース
すぎやき用 235g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ 主原料:牛肩ロース肉(国産)

1,180 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚スペアリブカット
徳用パック

肉600g、スパイス2g×3袋 100g 税込231円

6カ月 肉 肉 コービスプロダクト 主原料:豚スペアリブ(国産)

1,280 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

牛脂付

特製スパイス付

たっぷり
600g!

157414 12月 3日 凍 100g 339kcal 脂肪2.6g

国産豚スペアリブカット
徳用パック

肉600g、スパイス2g×3袋 100g 税込231円

6カ月 肉 肉 コービスプロダクト 主原料:豚スペアリブ(国産)

1,280 12月 1日 凍 100g 339kcal 脂肪2.6g

チャックシール付袋入

約1.5mm厚

脂身比率20%以下

102499 11月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産牛肩ロース
すぎやき用 235g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ 主原料:牛肩ロース肉(国産)

1,180 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚スペアリブカット
徳用パック

肉600g、スパイス2g×3袋 100g 税込231円

6カ月 肉 肉 コービスプロダクト 主原料:豚スペアリブ(国産)

1,280 12月 1日 凍 100g 339kcal 脂肪2.6g

人気

約3mm厚

脂身比率15%以下

105660 11月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚ロース
生姜焼用 160g

お届け日を含め2日 田中畜産 主原料:豚ロース肉(国産)

498 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚ロース
生姜焼用 280g

お届け日を含め2日 田中畜産 主原料:豚ロース肉(国産)

748 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

人気

約3mm厚

脂身比率15%以下

683 11月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚ロース
生姜焼用 280g

お届け日を含め2日 田中畜産 主原料:豚ロース肉(国産)

748 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

茶美豚肩ロース
きりおとし 190g

4カ月 JA全農ミートフーズ 主原料:豚肉(鹿児島県産)

684 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

茶美豚肩ロース
きりおとし 190g

4カ月 JA全農ミートフーズ 主原料:豚肉(鹿児島県産)

684 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

茶美豚背ロース
とんかつ用 180g(2枚)

4カ月 JA全農ミートフーズ 主原料:豚ロース(鹿児島県産)

685 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

茶美豚背ロース
とんかつ用 180g(2枚)

4カ月 JA全農ミートフーズ 主原料:豚ロース(鹿児島県産)

685 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

人気

約2mm厚

脂身比率25%以下

103925 11月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれ 200g

お届け日を含め2日 田中畜産 主原料:豚肉(国産)

398 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれ 340g

3カ月 コービスプロダクト 主原料:豚もも肉(国産)

598 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

チャックシール付袋入

約1.6mm厚

脂身比率30%以下

686 11月 2日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれ
らくらくパック 340g

3カ月 コービスプロダクト 主原料:豚もも肉(国産)

598 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚切り落とし
徳用 450g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ 主原料:豚肩肉(国産)

687 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

バラ凍結

約1.7mm厚

脂身比率25%以下

687 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚切り落とし
徳用 450g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ 主原料:豚肩肉(国産)

687 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚ヒレ
ひとくちカツ用 300g

3カ月 コービスプロダクト 主原料:豚肉(国産)

688 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

バラ凍結

約1.7mm厚

脂身比率25%以下

687 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚切り落とし
徳用 450g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ 主原料:豚肩肉(国産)

687 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚ヒレ
ひとくちカツ用 300g

3カ月 コービスプロダクト 主原料:豚肉(国産)

688 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

毎日のおかずになっちゃう! 人気豚肉です

人気

約1.2mm厚

脂身比率20%以下

毎週お届け
定期注文 370405

689 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれ 240g

3カ月 コービスプロダクト 主原料:豚もも肉(国産)

豚肩肉ともも肉をスライスし、使いやすい
ように3分割のトレーに入れました。

100g 税込180円

いつでも最安値!

398 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

人気 届いてすぐ使える! 便利な豚こま

約2mm厚

脂身比率25%以下

690 11月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚こまぎれお徳用 340g

お届け日を含め2日 田中畜産 主原料:豚肉(国産)

豚肉を約2mm厚にスライス
しました。

100g 税込185円

期間限定最安値!

580 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

お肉もねぎも国産! 塩胡椒などお好みの
味付けてどうぞ!

10本

691 12月 3日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

国産豚ねぎ間串 270g(10本)

6カ月 ジョイフーズ 主原料:豚肉(国産)

豚肩肉とねぎを一口大にカットし、
串にさしました。

1本 税込65円

年間最安値!

598 12月 1日 凍 100g 251kcal 脂肪0.4g

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています。実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります。

お肉(牛肉・豚肉・鶏肉など)や生挽き肉を使用した商品、トンカツやフライなど衣が付いた未加熱の冷凍品は中心まで十分加熱してお召し上がりください。

国産牛肉のバックに表示された番号から、牛の生産履歴がわかります。

お届けしている国産牛肉のバックには「牛の個体識別のための情報の管理及び伝達に関する特別措置法(通称:牛肉トレーサビリティ法)」に基づき、個体識別番号、もしくはロット番号(お買い合わせ番号)を表示しています。