## いつでも注文

注文書提出期

10月1回~10月5回

※10月5回の注文書提出メ切日までに ご注文ください。

次回は 11月1回 に配布します

このカタログに掲載している注文番号であれば、1カ月間、毎週注文できます!

※都合により商品のデザインや内容量の変更が行われる場合があります。その場合、代替商品をお届けすることがあります。予めご了承ください。 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

表紙 減塩・低糖質

裏表紙 お酒

クイズdeプレゼント



3ページにプレゼントのご案内あります

#### 軽に食事管理をしたい人に



271935 選ボイル レンジ 1食(150g) 120 kcal 編集1.3 g

糖質コントロール クラムチャウダー (寛) 13カ月 (乳) 三菱食品 150g **230**<sub>H</sub>

主原料:油脂加工食品(国内製造)

(税込248円)



109260 毎 ボイル レンジ 1歳(150g) 75 kcal <sup>倉職</sup> 1.5 g

糖質コントロール ミネストローネ

(230 m) 13カ月 (10 m) 三菱食品 150g 本 230 m

主原料:大豆(国産)

(税込248円)



108628 5 19(6個) 234 kcal 編集 1.3 g

糖質コントロール 餃子

(賞) 12カ月 (乳) 麦) 三菱食品

主原料: キャベツ(国産) 282g(12個)(税込322円)



ふっくらしらす干し 「1袋 | 税込] 44円 (減塩)

(質)6カ月 西村物産

25g×3 # **398**<sub>H</sub>

塩分を35%カット ※自社従来品「鮭荒ほぐし」と比較

プラスチックカップを 使用しています

Alfan.

塩分を50%カット

(税込430円) 主原料:いわしの稚魚(国産)



107035 週ボイル レンジ 1度(140g) 183 kcal 編 1.5 g

糖質コントロール ビーフカレー

(電) 13カ月 (乳) (豊) 三菱食品 140g 株 318円

主原料:ボイル牛肉(国内製造)

(税込343円)



105726 選ボイル レンジ 1食(140g) 174 kcal 島譜 2.0g

糖質コントロール 牛丼

賞 12カ月 🛃 三菱食品 主原料:牛肉(オーストラリア産) (税込292円) 主原料:小麦粉(国内製造) 540g(3食)(税込538円)

30% f30.4 g/1食 北海道産小麦を100%使 用した、なめらかなのどごし のうどんです。

108494 園 東 レンジ 1食(180g) 205 kcal 角曜 0.3~1.9g

糖質コントロール うどん 140g 森 270円 (第13カ月 浸) 三菱食品

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。 北海道鮭荒ほぐし

塩分35%カット

賞3カ月北海道ぎょれん

主原料:秋鮭(北海道冲)

1個 税込269円 50g×2 **4498**<sub>E</sub> (税込538円)

### ゲン対応食品

アレルギーと上手に付き合っていただくための食品 ●掲載商品はアレルゲン除去商品ではなく、そのほとんどは、他の商品と製造施設や工程が共用です。そのため他の原材料混入(コンタミネーション)が皆無とは言い切れません。●食事療法にお使いの場合は、必ず専門医とご相談の上ご利用ください。



109726 週 **凍 レンジ** 227 kcal 編集1.1 g

お米の生地の肉まん

420g(6個)(稅込950円) 主原料:米(国産) (寛12ヵ月日本ハム

【原材料名】米粉(米(国産))、豚肉、ソテーオニオン、たけのこ水煮、砂糖、でん粉、なたね油、豚脂肪、食塩、干ししいたけ、ポークエキス、ドライイースト、酵母エキス、香辛料、還元水あめ/トレハロース、増粘多糖類、(一部に豚肉を含む)



国産原料を使用し、野菜やカルシウムが 入った口どけの良いおせんべいです。

109729 🗐

アレルゲン 28品目不使用

主原料:うるち米(国産) (賞 5カ月 岩塚製菓 【原材料名】うるち米(国産)、でん粉、砂糖、にんじんペースト、 キャベツペースト、食塩、ほうれん草ペースト/貝カルシウム

がんばれ野菜家族

158<sub>□</sub> (税込171円) 主原料:豆乳(国内製造)



【原材料名】米粉(米(国産))、砂糖、さつまいもペースト、マーガリン、かぼちゃピューレ、ココアパウダー、還元水あめ/トレハロース、増粘剤(加工デンプン)、ベーキングパウダー、香料



フレンズクレープ ヨーグルト風 賞12カ月日東ベスト

N 35g×5個 # **528**円 (税込570円)



109728 **万 レンジ** 268 kcal 編集 1.2 g みんなの食卓 お米で作ったしかくいパン 森480円 主原料:米(国産) (2カ月日本ハム 200g(3枚×4袋)(税込518円)

【原材料名】米粉(米(国産))、なたね油、砂糖、パン酵母、食塩/加工デンプン、トレハロース、増粘剤(アルギン酸エステル、グァーガム)、HPMC、ビタミンC



グルテンフリー ベトナム風フォー (賞) 12カ月 ケンミン食品

**# 198**<sub>H</sub> 主原料: 米めん(タイ製造) 75g(米めん50g、液体スープ25g)(税込214円)

【原材料名】米めん(米、でん粉)(タイ製造)、液体スープ(食塩、砂糖、チキンエキス (場肉を含い、香味油、オニオンパウダー、かつおエキス、ジンジャーパウダー こしょう、こんぶパウダー/調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン))

かむ力・飲み込む力に合わせて選べるよう、 「かたさ」や「粘度」に応じて区分されています。 ホームページ https://www.udf.jp/

日本介護食品協議会

容易にかめる 歯ぐきでつぶせる 舌でつぶせる かまなくてよい かむ力の かたいものや大きいものはやや食べづらい かたいものや大きいものは食べづらい 細かくてやわらかければ食べられる 固形物は小さくても食べづらい 飲み込む力の 普通に飲み込める ものによっては飲み込みづらいことがある 水やお茶が飲み込みづらいことがある 水やお茶が飲み込みづらい 目安



長ねぎ 人参 1人前

主な具材

鶏肉

玉ねぎ

鶏だんごの甘酢あんかけ (寛 18カ月 🛃

アサヒグループ食品 主原料:鶏だんご(国内製造) 150g # 240<sub>円</sub> (税込259円)

容易にかめる

主な具材 豆腐 鶏卵 牛肉 玉ねき 人参 1人前

104659 類 ボイル レンジ 1袋(100g) 57 kcal 篇指 1.2 g

すき焼き (24カ月 (卵) 麦 アサヒグループ食品 主原料:豆腐(国内製造)

100g \* 190<sub>P</sub> (税込205円)

曲くきでつぶせる

45-65

鮭と野菜の

国産米 主な具材

鶏卵 白菜 人参 青ねぎ かに かまぼこ

1人前

107123 毎 ボイル レンジ 69 kcal l & 0.81g かに雑炊

かに雑炊

②24カ月 乳卵麦加 アサヒグループ食品

100g # 190<sub>円</sub> 主原料:精白米(国産)

こしひかり



1人前

108133 題 ボイル レンジ 79 kcal 高編0.027g こしひかりのなめらかごはん

(第18カ月

アサヒグループ食品 主原料:米(国産)

使用

150g \* 190<sub>円</sub> (税込205円)

● かまなくてよい

キュセ やさしい献立

なめらか野菜

主な具材 じゃがいも

キュゼ さしい献立

1人前

鶏肉

玉ねぎ

人参

271124 囲 ポイル レンジ 75 kcal 品質0.8g

煮込みハンバーグ

(第25カ月 乳 卵 麦

100g(固形量18g) # 190円 (税込205円) 主原料:ハンバーグ(国内製造)

主な具材 じゃがいも 人参 長ねぎ 鶏卵 椎茸

[1人前]

鮭と野菜のかきたま

(意) 19カ月 (乳) 卵(麦)

キユーピー

100g **\*190**<sub>H</sub> 主原料:じゃがいも(国産) (税込205円)

主な具材 たら 豆腐 人参 さやいんげん

1人前 104952 調ポイル レンジ 42 kcal 語の5 s

やわらかおかず たらの彩りあんかけ

(2) 19カ月 (3) 麦 キユーピー

主原料:豆腐(国内製造)

たらの彩りあんかけ 主な具材 とうもろこし 玉ねぎ

80g **本160**円

(税込173円)

(税込205円)

までつかせる

やさしい献立

やわらかおかず

1人前

105686 環ズルレンジ 87 kcal 編10.3 g

なめらか野菜コーン

**②25カ月 乳卵 麦** 

キユーピー 主原料:とうもろこし(アメリカ) 75g \* 160<sub>円</sub> (税込173円)

主な具材 白菜 大根 鳥つくね 豆腐 椎茸



1数(100g) 1数(100g) 47 kcal 2輩1.0 g

鶏だんごの野菜煮込み

②25カ月 🕦 麦 キユーピー 主原料:鳥つくね(国内製造)

100g **\*190**<sub>円</sub> (税込205円)

主な具材 えび いたや貝柱 玉ねぎ じゃがいも 人参

1人前

104634 猫ボイル レンジ 1袋(100g) 95 kcal 編集0.7 g

海老と貝柱のクリーム煮 (章) 19カ月
(事) (事) (事) (事) キユーピー

主原料:たまねぎ(国産)

100g # 190<sub>円</sub>

歯とまでつぶせる

日本から

やさしい献立

海老と貝柱の

(税込205円)

ないかさしい就立 主な具材 ソテーオニオン じゃがいも 人参 豚肉加工品

1人前

107111 毎 レンジ 1個(130g) 105 kcal & 温 1.1 g

やわらかカレーライス

②25カ月 卵 麦 キユーピー 主原料:米(国産)

ミネラル

130g # 260<sub>円</sub> (税込281円)

たんぱく質

100

すりおろし果実 ももとりんご

(第12カ月 キユーピー

主原料:白ももシラップづけ(中国製造) (税込205円)

主な具材 玉ねぎ 人参 青ねぎ 鶏卵 たら (魚だんご)



1人前

104522 毎 ポイル レンジ 77 kcal [編1.4 g 白身魚だんごのかきたま

(電) 18カ月 (卵) 麦 (棚) アサヒグループ食品

150g # **240**<sub>H</sub> (税込259円) 主原料:たまねぎ(国産)

主な具材 (鶏肉加工品) 人参 ごぼう じゃがいも 昆布



1人前

104563 調ボイル レンジ 1幾(100g) 63 kcal 第章0.76g 鶏とごぼうが入った五目煮

(第18カ月 (表) アサヒグループ食品

100g <sup>\*</sup> 190 円 主原料:鶏肉加工品(国内製造) (税込205円)



104981 毎 1本(125m/) 200 kcal 編集0.33g

コーヒー味

消費者庁許可

「明治メイバランス」は、食事として摂取すべき栄養素

がバランスよく含まれている総合栄養食品です。通常の食事で十分な栄養を摂ることができない方や低栄 養の方の栄養補給に適しています。

メイバランスMiniカップ 主原料:液状デキストリン(国内製造) (賞) 12カ月 乳 明治

(税込292円)

105030 毎 1本(125ml) 200 kcal 龕壇0.33g 125me \* **270**円 バナナ味



(税込292円)

明治



1度登録すれば自動でお届け



定期登録のギモン?

来週だけ注文を キャンセルできるの?

やってみたいけど途中で数量を 変えられるの?

定期登録をやめたいときは どうしたらいいの?

#### \定期登録利用者に聞きました/

ここがいいよ!

第1位 購入忘れがなく安心

値引きがうれしい ※一部値引きのない商品もあります

第3位 チラシを見なくても届けてくれる

登録は簡単!翌週からお届け

注文用紙の[3~6桁番号]注文欄にご希望の 商品の定期注文番号と数量を記入するだけ。

定期登録は 簡単に変更 できます♪



#### 注文用紙でも簡単に変更できます



宅配アプリでも



操作説明は こちらから

商品によって 事週・隔週・月1回 のお届けになります



毎週 届けて 毎週 はしい 定期注文 0000000 でお届け





月1回届けて A週にお届け <mark>定期で A週</mark> にお届け にお届け



∖ お届け週は /





お届けカレンダー 月 火 水 木 金 00000 注文書提出

商品お届け 〇〇〇〇〇



一般品レシピ集

抽選で30名様に 500ポイント プレゼント!



コープこだわりの冷凍野菜の

たこ焼がだし汁を含んで さらにとろとろのおいしさ!

322806

感動の冷凍野菜

今後の企画予定

10月1回(40個)

10月5回(50個)

コープと冷凍の専門家が本気で

考えた!ぐぐっと時短&もっと絶品!

だしの効いた本場大阪たこ焼の

ふわとろっとは東現

大阪出身(00~)

顆粒や液体だしで簡単に! たこ焼+和風だし汁

● たこ焼 凍レンジ トースター 揚げ

(賞) 12カ月 (卵) (麦) ピーコック

800g(40個) 1kg(50個)

10月2回

NØRTC

に企画!

冷凍王子のイチオシ! たこ焼アレンジ

> 応募番号を 3~6桁番号 注文欄に、正解と思う解答番 号をその 注文数欄 にご記入ください(eフレンズ可)。正 解者の中から抽選で30名様に500ポイントをプレゼント します。商品の利用がない場合(請求金額0円以下)は無 効です。当選者の発表はお届け表でのポイント付与のご 案内をもってかえさせていただきます。

かつおの香りやだし感か

食べ終わりまでずっと続く おいしさと軽い後味で 何個でも

定価税込990円

2024年10月25日(金)※ご応募は期間中 **2024年 10月23日(金)** お一人様1回限りと (注文用紙は10月1回~10月5回) させていただきます。



プレゼントを

定期登録すると、キャンセルや 数量変更はできない。 〇か×か、どちらでしょうか?

応募番号 370217

組合員さんの声にお応えして「停止」「発行」できるカタログが増えました。

解答番号 1 〇

2 X

# カタログの停止・発行について



スマイルコープ(とやま生協) **じわもーる**(コープいしかわ) ふくい~な(福井県民生協)

発行番号 375969 375918

NORTE Plus しいやんコノノクション 376213 377635 378003

378160

コープファミリー

379409 379425

ゆとろき+

377139 377147

(SUD/12+1-

377155 377163

COSMESCATION

376426 376418

一 くらしと生協

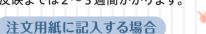
379484 379506

GD スクロール生協力タログ

379441 379468

カタログの停止・発行の手順

お申込みからカタログ停止・発行の 反映までは2~3週間かかります。



【3~6桁番号】注文欄に6桁の右記対象番号を、 注文数欄に 1 を記入し、提出してください。

※注文用紙の停止は、下記COOP宅配アプリ またはeフレンズサイトからお申込みください。

#### COOP宅配アプリ・eフレンズサイトの場合







※eフレンズにログイン後に表示されます。 ※COOP宅配アプリ・eフレンズサイト内の「一括停止」を選択すると、 お届け表(明細書・請求書)を含め、配布物はすべて停止となります。

#### and the annual and and . 000000 1 12 -(2) 63 カタログ発行・停止 Philam. E CONTRACTOR DE LA CONT

10 1 2 2 2 9 27 9 27 9 30 10 4



(税込1,078円)

日本酒(アルコール分17%以上18%未満)



**\*1,000** (税込1,100円) 宝洒诰 清酒・やや辛口(アルコール分13%以上14%未満) 主原料:米(国産)

819 白鶴まる **\*1,180** (税込1,298円) 清酒・中口(アルコール分13%以上14%未満)

主原料:米(国産)

832

番搾り

820 金色のしずく 1800ml (税込1,098円) 清酒・やや辛口(アルコール分13%) 主原料:米(国産)

821 🥯 本みりん(大) 1.8ℓ (税込724円) 本みりん キング醸造 みりん(アルコール分13.5%以上14.5%未満) 主原料:もち米(タイ産、国産)

822 タカラ本みりん 1000ml (税込438円) 宝酒造 みりん(アルコール分12.5%以上13.5%未満 主原料:もち米(タイ産、国産)

コクと旨みたっぷりの料理の日本酒

2

Á

主原料:米(国産) 823 ☞ 芋焼酎 薩摩黒しぶき25゜ 1.8ℓ **#1,680** (税込1,848円) 小鹿酒造

824 芋焼酎 黒霧島25 1800mℓ **#1,780** (税込1,958円) 霧島酒造 乙類焼酎(アルコール分25 主原料:さつまいも(九州

825 麦焼酎 いいちこ 1800mℓ (税込1.925円) 和酒類 乙類焼酎(アルコール分25%)

826 ☞ 麦の夢 《甲乙混和烷酎》 1800mℓ \* 1,180<del>=</del> (税込1,298円) 合同酒精 甲乙混和(アルコール分25% 主原料:焼酎甲類(国内製造)

827 ∞虹の宴 料料表 料理酒 理 酒 900ml **‡498**□ (税込548円) 東亜酒造 ール分13%以上14%未満)

(税込968円) 日本酒(アルコール分13%以上14%未満 主原料:米(国産)

828

白鶴

1.8 ℓ

価格改定 ▶焼酎亭25度 (税込2,508円)

|1缶||税込206円 350mℓ ×24缶 #**4,480** 

ビール(アルコール分5%)

830

スーパー

831 番搾り 一番搾り 1缶 税込 206円 350mℓ

×24缶 \***4,480**<sub>円</sub> ビール(アルコール分5%)

御探り 糖質ゼロ ٠ 1缶 税込 206円 350mℓ 350ml \***4,480**円

ビール(アルコール分5%)

833 Off アサヒオフ 1缶 税込160円

350mℓ<sub>本</sub> 3,480 ×24缶体 (税込3,828円)

アサヒ 発泡酒(アルコール分3.5%) 主原料:糖類(国内製造)

840

本麒麟

834 スタイルフリ 糖質() |1缶||税込165円

主原料:米(国産)

350mℓ ×24缶 **\*3,580**<sub>円</sub> (税込3,938円)

アサヒ 発泡酒(アルコール分4%) 主原料:糖類(国内製造)

841

レモン

835 淡麗 -ンラベル0\*\*\* グリ-|1缶| 税込165円

3,580 ×24缶 体 発泡酒(アルコール分4.5%) 主原料:糖類(国内製造)

×6

842

柚子

350mℓ

350mℓ ×6缶

寶 丸おろし

MARIJOROSH

丸おろし

1缶 | 税込 | 75円

836

837 ☞ 金麦 糖質75%オフ75 1缶 税込160円 1缶 税込 160円

350ml > 3,480₅ \*35Uml \*3,480 (税込3,828円) (税込3,828円) サントリー

発泡酒②(アルコール分4%)

838 のどごし〈生〉】 1缶 税込 160円

350ml 本**3,480**円 (税込3,828円)

発泡酒②(アルコール分5%) 主原料:糖類(国内製造)

839 クリアアサビ 1缶 税込160円

350ml 本**3,480**円 (税込3,828円)

発泡酒②(アルコール分5%) 主原料:発泡酒(国内製造)

1缶 税込160円

350ml \*3,480 ×24缶 #3,480 (税込3,828円)

発泡酒②(アルコール分6%)

1缶 税込 123円 350mℓ ×24缶

宝酒造 スピリッツ(発泡性)①(アルコール分7%) 主原料:焼酎(国内製造)

🚥 焼酎ハイボール

(稅込2,948円) 宝酒造

PD14:D

**\*950** ×6缶 (税込1,045円) リキュール(発泡性)①(アルコール分7%)

主原料:柚子スピリッツ(国内製造)

PREMIUM 843 **∞**ザ・プレミアム・ モルツ

発泡酒②(アルコール分5%)

1缶 税込 230円 ×6缶

(税込1,375円) ビール(アルコール分5.5%)

844 -ルEBISU

1缶 税込 230円 350m/ ×6缶 (税込1,375円) サッポロ

ビール(アルコール分5%) 主原料:麦芽(外国製造又は国内製造)

×6 845 スーパ

1缶 税込 217円 350ml **1,180**<sub>P</sub> ×6缶 (税込1,298円)

ビール(アルコール分5%) 主原料:麦芽(外国製造又は国内製造(5%未満)) 846 番搾り - 種探リ 1缶 | 税込**217**円

350ml **1,180**<sub>□</sub> ×6缶 (税込1,298円)

ビール(アルコール分5%) 主原料:麦芽(外国製造又は国内製造(5%未満))

847 黒ラベル SAPPORO

果ラベル 1缶 税込 217円 350ml

**1,180**<sub>m</sub> ×6缶 (税込1,298円) サッポロ

ビール(アルコール分5%) 主原料:麦芽(外国製造又は国内製造(5%未満))

×6 848 KIRIN BEER 晴れ風

1缶 税込 217円 350m0 1,180 ×6缶

(税込1,298円) ビール(アルコール分5%) 主原料:麦芽(外国製造又は国内製造(5%未満))

FREE

**6** 849 スタイルバラシス アップルスパークリング

1缶 税込108円

(賞) 12カ月 (税込646円) アサヒ 主原料:食物繊維(国内製造)

850 157082 ペット ボトル

🥶 酸化防止剤無添加 赤ワイン(甘口) 720ml

**‡598**<sub>□</sub> (税込658円) サントネージュ

果実酒・甘口(アルコール分10.5% 主原料:濃縮還元ぶどう果汁(外国産)

851 ボトル

🥯 酸化防止剤無添加 白ワイン(やや甘�) B·全然在美 图·本然在美

720mℓ **‡598**<sub>□</sub> (税込658円)

サントネージュ 果実酒・やや甘口(アルコール分11%) 852 生産者還元ワイン 1500mℓ 年間最安値!

(税込1,408円)

シャトー勝沼 果実酒・やや辛ロライトボディ(アルコール分12%) 主原料: ぶどう(山梨県産)

853 生産者還元ワイン白 1500mℓ 年間最安值 (税込1,408円) シャトー勝沼 果実酒・やや辛口(アルコール分12%) 主原料:ぶどう(山梨県産)

消費稅 8% 854

1缶 税込132円 2,920 350mℓ ×24缶 (税込3,154円) <sub>億12カ月</sub> 賞9カ月

サントリー 主原料:麦芽(外国製造)

8% 855 カラダFREE

1缶 税込 145円 機能性表示食品

350mℓ ● H × 24缶 (税込3,478円) キリン

主原料:難消化性デキストリン(韓国製造)

お酒のご利用は下記の配送センターにてご注文を承り、配送も下記の配送センターより行わせていただきます。

鯖江市中野町32字56番地1 ■丹南センター ■敦賀センター 敦賀市沓見109-29 小浜市遠敷9丁目501番地 ■ 若狭センタ-ハーツタウンわかさ内 小浜市・おおい町・高浜町

■福井センター

TEL. (0776) 53-5963 福井市新保町10字26番 福井市・永平寺町・勝山市・大野市 TEL. (0778) 53-1188 市・南越前町 TEL. (0770) 25-6200

TEL. (0770) 56-2440

坂井市丸岡町小黒74字2番地1 TEL.(0776)67-5010

■のとセンタ ■ 古府センター

■小松センター

■鶴来センター 白山市行町西1番地

金沢市南部·白山市·野々市市·能美郡 七尾市東三階町マ32-3 TEL. (0767) 57-0137 七尾市・輪島市・珠洲市・羽咋市・羽咋郡・鹿島郡・鳳珠郡

小松市矢崎町丙15-1 小松市・加賀市・能美市 TEL. (0761) 43-1612 金沢市湊2-7-1 TEL. (076) 237-3191

TEL. (076) 275-9806 ■ 西部センタ-

富山市城川原1-1-28 富山市 魚津市本江2914-2

朝日町・入善町・黒部市・魚津市 滑川市・立山町・上市町・舟橋村 高岡市戸出春日658-1 TEL. (0766) 63-8228 氷見市·高岡市·小矢部市·射水市

は法律で禁止されています 妊娠中・授乳期の飲酒は控えましょう。 お酒は楽しく適量で、飲んだ後はリサイクル。

20歳未満の飲酒・飲酒運転

お酒の瓶・缶などの回収は行っておりません。 お住まいの自治体法令に従って処分をお願い ※パッケージデザインが変わる場合があります。

■湊センター 金沢市北部・かほく市・河北郡 ※学校生協の組合員さまはお酒をご利用になれません

富山市金屋555 TEL. (076) 441-4761 ■富山センター TEL. (076) 437-5005 ■北部センター TEL. (0765) 77-0001

■砺波センター 砺波市苗加1072 TEL. (0763) 33-6996