



鶏肉、卵、わかめ、かまぼこ、油あげ  
5つの具材が入った  
ほっこり五目うどんです

**リニューアル!**  
**お彼岸うどん**  
798円 税込862円 486kcal

注文締切日 お届けの3日前まで  
お届け日 **9月22日(月)~26日(金)**  
トレーサイズ:横194mm×縦180mm×深さ55mm



サイドメニュー

秋のお彼岸

十勝大福本舗 390kcal 当月中  
**おはぎ 粒あん**  
3個入り(55g×3)  
348円 税込376円

注文締切日 9月16日(火)  
お届け日 **9月23日(火)**



新登場!

1個当たり 308kcal 賞90日  
花月 パティスリーぶちどーる  
**デニッシュパンの  
パンプキン カスタード3個入**  
1,201円 税込1,298円 冷凍

注文締切日 9月1日(月)  
お届け日 **9月15日(月)**

どさんこの定番!  
甘納豆入りやさしい甘さ  
**甘納豆入りお赤飯**  
350円 税込376円 401kcal

注文締切日 9月17日(水) お届けの3日前まで  
お届け日 **9月20日(土) 9月22日(月)~26日(金)**

サイドメニュー



当月中 お届け日中にお召上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。  
賞00日 お届けした日から、お届け商品に記載の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。  
賞00日 冷凍商品のお届けは賞味期限の1/2を目安にお届けしています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認の上、お早めにお召上がりください。  
※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召上がりください。

お弁当の変更は**3日前**までに  
**電話**でかんたん!  
注文変更・お問合せ  
**0120・279・949**

コープさっぽろ夕食宅配サービス「献立カレンダー」

月刊 **つなぐ**

2025年  
**9**月号



食欲といえば、秋。

●ご注文 ☎ **0120・279・949** ●ご注文の際は、中面注文欄に数量を記入の上、スタッフへお渡しください。  
受付時間 / 月~土曜10:00~18:00 ※日曜休み  
※対応品質向上のために通話内容を録音させていただいております。

お名前	組合員番号
様	



pick up!

表紙のお弁当

# 秋の味覚 / てんこもり弁当

栗、さつまいも、きのこ、かぼちゃ、秋の味覚大集合。



〈土曜プレミアム〉  
売り上げ点数 **1位**

2024年9月号にて1482個 売れました!

5人に1人にご注文いただきました!



管理栄養士  
川村 木乃葉さん

この季節でしか味わえない食材を  
ふんだんに使用しました。  
ゴロゴロの栗、ほっくほくのさつまいもを  
堪能してみませんか?

### 栗ごはん

秋といえばやっぱり栗ですね。大きな栗を贅沢に3切れのせました。秋の食卓を象徴するどこか懐かしい、心が温まるような特別なごはんです。

### さつまいもの甘煮

ほっくりとした食感と優しい甘さが魅力のさつまいもの甘煮を作りました。さつまいもの自然な甘味を砂糖やみりんできき立てさせ、しょうゆの甘じょっぱさがくせになります。

### きのこのバターソテー

しめじと舞茸をふんだんに使用したきのこソテーです。きのこやベーコンの旨味、バターのコク、それらが合わさった香りが食欲をそそる一品となっています。

### かぼちゃサラダ

ほっくほくの甘いかぼちゃに、クリーミーでほどよい塩味のチーズが加わり、互いの味を引き立てます。子どもから大人まで、幅広い世代に人気のサラダです。

### 白玉ぜんざい

もちっとした弾力の白玉と、優しい甘さの小豆を使用した白玉ぜんざいを甘味として入れました。温めても冷やしてもおいしいので、お好きな温度でお楽しみください。

**1,170円 税込1,264円** 680kcal

注文締切日 **9月17日(水)**

お届け日 **9月20日(土)**

トレーサイズ：横235mm×縦155mm×深さ30mm

豆知識  
・  
さつまいも

## そもそも、 どうして甘いのか?

さつまいもは加熱すると甘くなる。でも、じゃがいもは加熱してもさつまいもほど甘くならない。その違いは、さつまいもに含まれる「アミラーゼ」という酵素にあります。アミラーゼにはデンプンを分解してあま〜い麦芽糖にする働きがあるのです。なお、アミラーゼが最も働くのは65〜70℃の間。石焼きいもがおいしいのは、低い温度でじっくりと焼くからなんです。



### ココをチェック! /

中央が  
ふっくらとしている



傷や黒ずみがない

皮の色が鮮やかでハリがある

保存 | 寒さに弱いので、新聞紙に包んで冷暗所に。使いかけの場合はラップに包んで冷蔵庫へ。

## 栽培が 盛んな地域は?

さつまいもは暖かい気候を好みます。日本一の産地はやっぱり鹿児島県。芋焼酎の産地としても有名ですね。2位は干しいもの産地として知られる茨城県、3位は千葉県です。



さつまいもの自給率

## 名前に「さつま」がつくのはなぜ?

薩摩藩から全国へ広まったからです。1600年頃、中国から沖縄に「種いも」が持ち込まれ、その後、薩摩藩(現在の鹿児島県)で本格的な栽培が始まりました。全国への展開は8代将軍徳川吉宗の時代。蘭学者の青木昆陽によって栽培技術が広められ、飢饉の際には多くの人々の命を救いました。

弁菜亭

駅弁はいかがですか？



弁菜亭 冷凍  
駅弁やの  
釜めし(鶏)  
767円 税込828円

544kcal 賞30日

注文締切日 8月25日(月)

お届け日 9月1日(月)



弁菜亭 冷凍  
駅弁やの  
釜めし(帆立)

794円  
税込858円

490kcal 賞30日

注文締切日 9月12日(金)

お届け日 9月22日(月)



敬老の日

533kcal

当日中

札幌バルナバフーズ 炙りとろ銀だらと  
サーモンハラス弁当

1,380円  
税込1,490円

注文締切日 9月12日(金)

お届け日 9月15日(月)



レンジで  
チン!

476kcal

トレーサイズ：横194mm×縦180mm×深さ55mm

心も体もホッと安らぐ温かい海老天うどんの完成です

海老天うどん

1,017円  
税込1,098円

注文締切日 9月10日(水)

お届け日 9月13日(土)

チキンと野菜のスープカレー

たっぷり具材とスパイスがくせになる!

1,080円 税込1,166円

658kcal



トレーサイズ：  
横247mm×縦152mm×深さ45mm

注文締切日 9月24日(水)

お届け日 9月27日(土)



道産  
熟成  
さつまいも

サイド  
メニュー

新  
登場!

しらおい菓子工房まいこ 冷凍

ゆっくり  
由栗いも  
まいこのスイートポテト2個入

552円 税込596円 100g当たり 249kcal 賞28日

注文締切日 9月1日(月)

お届け日 9月8日(月)

豆知識  
・  
じゃがいも

キーワード 目と芽

じゃがいもの芽には毒素が含まれています。では、「なぜ芽に毒があるのでしょうか?」。まず、じゃがいもには「目」と「芽」があります。目は芽が出る前のくぼみの部分のこと。芽は、目から出てきます(ややこしい...)。通常のじゃがいもは、体に影響を与えるほどの毒素を含みませんが、成長するにつれ、芽や周辺の毒素の量が増えます。これは芽を動物たちに食べられないための「じゃがいもの自己防衛」と考えられています。「芽は悪者」というふうに感じてしまいがちですが、芽が出るほどそのじゃがいもは生命力に溢れているという証し。芽が目立たないうちにきっちりと取り除けば、いも自体はおいしい状態で味わえます。



キーワード 炭水化物

野菜なの?それとも穀物?じゃがいもは野菜ですが、炭水化物の含有量が高めなので「いもを食べると太る?」と思っている方も多いのでは。ですが、煮たり焼いたりして食べる分には、同じ分量の白米やパンと比べて、カロリー低め。気を付けたいのは「揚げ調理」です。水煮したときは100g約70キロカロリーほどのじゃがいもが、フライドポテトにすると一気に3倍以上にアップ!体重が気になる方は、他の調理法で楽しむのが良いかもしれません(揚げるととってもおいしいんですけどね...)。一方、じゃがいもの栄養成分で注目したいのは、ビタミンC。りんごの約5倍も含んでいることから、フランスでは「大地のりんご」と呼ばれ、親しまれています。



**お品書き**

- ・しらすごはん
- ・豚肉のシンギスカン風
- ・春菊のツナマヨ和え
- ・しゅうまい
- ・かまぼこ
- ・きのことベーコンのバターソテー
- ・玉子焼き
- ・さくら漬

541kcal

## しらすごはん弁当

924円 税込998円

注文締切日 お届けの3日前まで

お届け日 **9月8日(月)～12日(金)**

トレーサイズ:横228mm×縦179mm×深さ29mm



ちゅるちゅるの麺と  
トロトロの黄金コンニャク

## あんかけ焼きそば

465kcal 924円 税込998円

注文締切日 お届けの3日前まで

お届け日 **9月1日(月)～5日(金)**

トレーサイズ:横235mm×縦175mm×深さ30mm



### お召し上がり期限



つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管してお届けした当日の**夜10時**までにお召し上がりください。

### 松竹梅のお弁当のお召し上がり方



(目安)  
500W 1分30秒  
600W 1分10秒  
800W 50秒

レンジで温めると、よりおいしくお召し上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。

### 〈お願い〉お召し上がり後の容器のご返却について



容器のすすぎ洗いにご協力ください。

松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。  
竹の容器は、中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。



松 要返却



竹 要返却



梅 要返却

※中仕切りは使い捨てです。自主廃棄をお願いいたします。

### 日曜弁当くつろぎのお召し上がり方

お届けした日から**3日以内**にお召し上がりください。  
(金曜お届け、消費期限は日曜日まで)

冷蔵庫で保管してください。

お召し上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の**自主廃棄**をお願いいたします。



レンジで温める際は、**容器のフィルムの端を少し開けて**ください。  
商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。

## 冷やしとろろそば

488円 税込527円

256kcal

注文締切日 9月3日(水)

お届け日 **9月10日(水)**



限定2500食! 6日間限定! **特別価格** 通常価格(税抜)から **50円引**

えびフライカレー・とんかつカレー

通常価格 780円 税込842円

→各**730円** 税込788円

注文締切日 お届けの3日前まで お届け日 9月8日(月)～9月13日(土)



## 自慢のカレー

たまねぎたっぷり、甘みとコクを引き出しました。

トレーサイズ:横247mm×縦152mm×高さ55mm

とんかつカレー 858kcal 780円 税込842円	カレーライス 585kcal 580円 税込626円	えびフライカレー 700kcal 780円 税込842円
-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

## 道産米ごはん

ごはん(白米) 150g **86円** 税込**93円**

サイドメニュー

## 袋入りサラダ

1番人気!

ミックス10品目サラダ 90g 128円 税込138円 当日中	千切りのキャベツ 120g 95円 税込103円 当日中
いもどりキャベツ 90g 95円 税込103円 当日中	だいこんサラダ 110g 128円 税込138円 当日中

サイドメニュー

カレー・ごはん・サラダは  
月曜から土曜まで**お好きな曜日**に  
お届けできます。ご注文・変更・キャンセルは**3日前**まで

楽しく頭の体操♪

# 脳トレ

【熟語連想】

マスに漢字を入れて二字熟語を作りましょう。  
矢印の方向(→↓←↑)にも注意して考えてください。

第1問

名  
↓  
年 → □ → 夜  
↓  
見

第2問

□  
↓  
芋 ← □ → 白  
↓  
葉

第3問

赤  
↓  
釜 → □ ← 炒  
↑  
白



(朝) 朝 朝 朝 朝 朝 朝 朝 朝 朝 朝  
(日) 日 日 日 日 日 日 日 日 日  
(夜) 夜 夜 夜 夜 夜 夜 夜 夜 夜

朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜  
朝 日 夜

揃王

9月 第1週

9月1日  
～  
9月6日

平日・週替わりメニュー  
注文締切日:お届けの3日前まで  
9月1日(月)～9月5日(金)お届け

あんかけ焼きそば  
924円  
税込998円



465kcal

土曜・プレミアム  
注文締切日:9月3日(水)  
9月6日(土)お届け

枝豆ツナごはん弁当  
828円  
税込894円



561kcal

デザート  
注文締切日:8月28日(木)  
9月3日(水)お届け

雪印メグミルク  
クリーム &  
コーヒーゼリー  
158円  
税込171円



賞18日  
129kcal

サイドメニュー

今週の駅弁 冷凍  
注文締切日:8月25日(月)  
9月1日(月)お届け

弁楽亭  
駅弁やの  
釜めし(鶏)  
767円  
税込828円



賞30日  
544kcal

9月 第2週

9月8日  
～  
9月13日

平日・週替わりメニュー  
注文締切日:お届けの3日前まで  
9月8日(月)～9月12日(金)お届け

しらすごはん弁当  
924円  
税込998円



541kcal

土曜・プレミアム  
注文締切日:9月10日(水)  
9月13日(土)お届け

海老天うどん  
1,017円  
税込1,098円



476kcal

デザート 冷凍  
注文締切日:9月1日(月)  
9月8日(月)お届け

しろおい菓子工房まいこ  
由栗いも  
まいこの  
スイートポテト 新  
2個入  
552円  
税込596円



賞28日  
100g当たり 249kcal

サイドメニュー

今週の麺類  
注文締切日:9月3日(水)  
9月10日(水)お届け

大徳食品  
冷し  
とろろそば  
488円  
税込527円



当日中  
256kcal

サイドメニュー

9月 第3週

9月15日  
～  
9月20日

平日・週替わりメニュー  
注文締切日:お届けの3日前まで  
9月15日(月)～9月19日(金)お届け

満腹!大きなエビフライ弁当 680kcal  
998円 税込1,078円



土曜・プレミアム  
注文締切日:9月17日(水)  
9月20日(土)お届け

秋の味覚てんこもり弁当  
1,170円  
税込1,264円



680kcal

今だけ!  
リニューアル!

デザート 冷凍  
注文締切日:9月1日(月)  
9月15日(月)お届け

花月 パティスリーぶちどーる  
デニッシュパンのパンプリン 新  
カスタード3個入  
1,201円  
税込1,298円



賞90日  
1個当たり 308kcal

お彼岸サイドメニュー  
注文締切日:9月17日(水)  
9月20日(土)お届け

甘納豆入りお赤飯  
350円  
税込378円



401kcal

サイドメニュー

敬老の日メニュー  
注文締切日:9月12日(金)  
9月15日(月)お届け

札幌バルナバフーズ  
炙りとろ銀だらとサーモンハラス弁当  
1,380円  
税込1,490円



当日中  
533kcal

9月 第4週

9月22日  
～  
9月27日

平日・週替わりメニュー  
注文締切日:お届けの3日前まで  
9月22日(月)～9月26日(金)お届け

お彼岸うどん  
798円  
税込862円



486kcal

リニューアル!

土曜・プレミアム  
注文締切日:9月24日(水)  
9月27日(土)お届け

チキンと野菜のスープカレー  
1,080円  
税込1,166円



658kcal

秋分の日デザート  
注文締切日:9月16日(火)  
9月23日(火)お届け

十勝大福本舗  
おはぎ  
3個入り  
348円  
税込376円



390kcal

サイドメニュー

お彼岸サイドメニュー  
注文締切日:お届けの3日前まで  
9月22日(月)～9月26日(金)お届け

甘納豆入りお赤飯  
350円  
税込378円



401kcal

サイドメニュー

今週の駅弁 冷凍  
注文締切日:9月12日(金)  
9月22日(月)お届け

弁楽亭  
駅弁やの釜めし(帆立)  
794円  
税込858円



賞30日  
490kcal

# 9月第1週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

日曜  
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A 鱈の西京味噌漬け焼き

賞3日 注文数   
197kcal



B チキンカツ

賞3日 注文数   
282kcal



670円 税込724円

注文締切日 8月27日(水)

お届け日 9月5日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●切干大根煮 ●がんとしんじょうの炊き合わせ ●小松菜のお浸し ●桜大根

第1週	9月1日(月)	9月2日(火)	9月3日(水)	9月4日(木)	9月5日(金)	9月6日(土)	
<b>松</b> デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 843円 税込910円	<b>和食</b> ・天ぷら4種盛り合わせ(えび天入り) <b>好評</b> ・牛肉のしぐれ煮 ・大根と竹の子の炊き合わせ ・菜の花のホタテ風味お浸し <b>冷</b> 注文数 <input type="text"/>	<b>中華</b> ・青椒肉絲(豚肉とピーマンの細切り炒め) <b>好評</b> ・いかの黒胡椒炒め ・大粒焼売 蟹風味あんかけ ・小松菜と桜海老の中華和え <b>冷</b> 注文数 <input type="text"/>	<b>洋食</b> ・ワカサギの洋風南蛮漬け ・青菜のにんにく炒め ・なすのミートグラタン ・バーニャカウダ 注文数 <input type="text"/>	<b>和食</b> ・豚肉の生姜焼き ・根菜の五目煮 ・ふろふき大根のえびあんかけ ・菜の花の酢味噌がけ <b>冷</b> 注文数 <input type="text"/>	<b>中華</b> ・鶏肉とカシューナッツの炒め物 <b>好評</b> ・豆腐の中華風うま煮 ・水餃子のほたて風味あんかけ ・ザーサイのピリ辛和え <b>冷</b> 注文数 <input type="text"/>	<b>和食</b> ・赤魚の西京焼き ・高野豆腐の含め煮 ・牛肉の香味炒め ・切干大根の胡麻和え <b>冷 新</b> 注文数 <input type="text"/>	
	<b>竹</b> バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	<b>A</b> 豚ロース焼きの三升漬け添え 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> たらのパン粉焼き 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●大根葉とじゃこの炒め物 ●野菜巾着の煮物 ●ぜんまいの和え物 ●昆布豆	<b>A</b> 縞ほっけのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 鶏肉の生姜あん <b>好評</b> 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●ひじきとちくわの炒り煮 ●茶碗蒸し ●いんげんのごま和え ●ピーナッツみそ	<b>A</b> 鶏肉チリソースかけ 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> さんまのみぞれがけ 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●白菜のほたて風味炒め ●豆腐と春菊のさっと煮 ●オクラの塩昆布和え ●釜炊きしょうが漬け	<b>A</b> 天ぷら盛り合わせ <b>好評</b> 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉の山椒炒め 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●切干大根のトマトソース炒め ●塩マーボー ●ブロッコリーのおかか和え ●梅風味白菜漬け	<b>A</b> 豚バラ野菜のさっぱり炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> そいのタルタル焼き 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●チンゲン菜とベーコンのソテー ●なすのごま煮 ●春雨サラダ ●昆布豆	<b>A</b> ミックスフライ <b>好評</b> 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> いぶり鶏のにら卵とじ 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●いんげんとさつま揚げの炒め物 ●里芋のそぼろあんかけ ●キャベツと蒸し鶏の中華和え ●甘らっきょう
<b>梅</b> ライト 583円 税込630円	<b>A</b> 肉団子の甘酢あん 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 卵とツナのソテー 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●大根葉とじゃこの炒め物 ● <b>新</b> ごぼう巻と大根の煮物 ●ぜんまいの和え物 ●昆布豆	<b>A</b> 厚揚げの味噌炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉の中華炒め 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●ひじきとちくわの炒り煮 ●じゃが芋とベーコンのコンソメ炒め ●いんげんのごま和え ●ピーナッツみそ	<b>A</b> 鶏肉と野菜の煮物 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> いわしフライ 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●白菜のほたて風味炒め ●しゅうまい ●オクラの塩昆布和え ●釜炊きしょうが漬け	<b>A</b> 高野豆腐と南瓜のクリーム煮 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 鶏キムチ炒め 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●切干大根のトマトソース炒め ●里芋田楽 ●ブロッコリーのおかか和え ●梅風味白菜漬け	<b>A</b> 鶏肉とポテトのケチャップ炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> あじのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●チンゲン菜とベーコンのソテー ●メンチカツ ●春雨サラダ ●昆布豆	<b>A</b> 具沢山がんと煮物 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉とザーサイの炒め物 注文数 <input type="text"/> <b>共通副菜</b> ●いんげんとさつま揚げの炒め物 ●じゃが芋のクリーム煮 ●キャベツと蒸し鶏の中華和え ●甘らっきょう	
	<b>いつでもメニュー</b> ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> 袋入りサラダ	カレーライス 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	カレーライス 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>
<b>週の注目商品</b> あんかけ焼きそば 注文数 <input type="text"/> 駅弁やの釜めし(鶏) <b>冷凍</b> 注文数 <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば 注文数 <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば 注文数 <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば 注文数 <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば 注文数 <input type="text"/>	週替わり あんかけ焼きそば 注文数 <input type="text"/>	土曜・プレミアム 枝豆ツナごはん弁当 注文数 <input type="text"/>	

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

# 9月第2週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

日曜  
くつろぎ

配達のない日曜日のお食事に!

A カレイの照り焼き

賞3日 注文数   
190kcal

共通副菜 ●ひじき煮●煮しめ●じゃがいもとツナのサラダ●桜大根



B 豚肉の生姜炒め

賞3日 注文数   
261kcal



670円 税込724円

注文締切日 9月3日(水)

お届け日 9月12日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第2週	9月8日(月)	9月9日(火)	9月10日(水)	9月11日(木)	9月12日(金)	9月13日(土)
<b>松</b> デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 843円 税込910円	<b>中華</b> ・鶏唐揚げの葱ソースがけ ・あさりと野菜の焼きビーフン ・中華ちまき ・青梗菜の和え物 冷新 好評 注文数 <input type="text"/>	<b>洋食</b> ・ほたてクリームコロッケ ・じゃが芋の粒マスタードソテー ・グリル野菜のチーズ焼き ・フレンチサラダ 冷 好評 注文数 <input type="text"/>	<b>和食</b> ・豚ばらの甘辛煮 ・豆腐のふわとろ卵あん ・鯛つみれの炊き合わせ ・オクラのマヨおかか和え 冷 注文数 <input type="text"/>	<b>中華</b> ・羽幌産真だらの中華蒸し ・野菜の牡蠣油炒め ・小籠包 ・春雨の酢の物 冷 注文数 <input type="text"/>	<b>洋食</b> ・赤ワイン仕立ての煮込みハンバーグ ・キャベツとツナのガーリック炒め ・桜海老のパスタ ・たらこ入りポテトサラダ 冷 好評 注文数 <input type="text"/>	<b>中華</b> ・四川風麻婆豆腐 ・にら玉炒め ・彩り野菜といかの中華炒め ・ごま香るぜんまいのナムル 冷 注文数 <input type="text"/>
	<b>A</b> 鶏肉の香味醤油 好評 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 赤魚のムニエル 新 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ちくわとこんにゃくのピリ辛炒め●北あかりのペーコロッケ●大根と水菜のサラダ●なら漬け	<b>A</b> 白身魚のムニエル 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉の生姜炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●炒り豆腐●肉団子と白菜のスープ煮●小松菜のおかか和え●さくら大根	<b>A</b> 豚肉の塩麹炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 小樽産真ほっけの煮付け 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●山菜の炒り煮●枝豆とジャガイモのカレー炒め●コールスローサラダ●金時煮豆	<b>A</b> 羅臼産ますのみりん漬け焼き 好評 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> ハンバーグきのこクリームソース 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●大豆の煮物●竹の子とベーコンのガーリックソテー●南瓜のごま和え●松前漬け	<b>A</b> 野菜たっぷりちゃんぽん風炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> さばのだし醤油漬け焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●絹揚げの生姜風味炒め●ふろふき大根●紫キャベツとカリフラワーの甘酢●野沢菜昆布	<b>A</b> 赤魚の青のり焼き 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> ジンギスカン 好評 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●金平ごぼう●豆腐の野菜あんかけ●ほうれん草のごま和え●中華うり漬け
<b>竹</b> バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	<b>A</b> 豚肉の野菜炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 高野豆腐と白菜の味噌炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ちくわとこんにゃくのピリ辛炒め●冬瓜のひき肉あんかけ●大根と水菜のサラダ●なら漬け	<b>A</b> たらのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 鶏肉のトマトソース 注文数 <input type="text"/> 9/8(月)~9/13(土) 共通副菜 通常価格(税抜)から <b>50円引</b> <b>とんかつカレー・えびフライカレー</b> ●炒り豆腐●ちくわの磯辺揚げ●小松菜のおかか和え●さくら大根	<b>A</b> 鶏肉のピリ辛炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 揚げ出し豆腐 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●山菜の炒り煮●なすのおろし煮●コールスローサラダ●金時煮豆	<b>A</b> つみれと野菜のだし煮 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉の甘辛炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●大豆の煮物●オムレツ●南瓜のごま和え●松前漬け	<b>A</b> 豚肉の味噌炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> さつま揚げのカレー炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●絹揚げの生姜風味炒め●野菜コロッケ●紫キャベツとカリフラワーの甘酢●野沢菜昆布	<b>A</b> じゃが芋と高野豆腐の甘辛炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> チキンカツ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●金平ごぼう●ウインナーのケチャップ炒め●ほうれん草のごま和え●中華うり漬け
	<b>梅</b> ライト 583円 税込630円	<b>いつでもメニュー</b> ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 由梨いもまいこのスイートポテト2個入 注文数 <input type="text"/> 冷凍	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>
<b>梅</b> ライト 583円 税込630円	<b>いつでもメニュー</b> ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 由梨いもまいこのスイートポテト2個入 注文数 <input type="text"/> 冷凍	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいたいサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり しらすごはん弁当 注文数 <input type="text"/> サイドメニュー 冷しとろろそば 注文数 <input type="text"/>

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

# 9月第3週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹・梅の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部食材が変更になる場合がございます。

日曜  
くつろぎ  
配達のない日曜日のお食事に!

**A ニシンフライの山菜あんかけ**  
賞3日 注文数   
297kcal

**B 麻婆豆腐**  
賞3日 注文数   
233kcal

670円 税込724円

注文締切日 9月10日(水)  
お届け日 9月19日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●きんぴらごぼう●トミさんのかぼちゃ煮●大根のゆかり和え●金時煮豆

第3週	9月15日(月) 敬老の日	9月16日(火)	9月17日(水)	9月18日(木)	9月19日(金)	9月20日(土) 彼岸入り
<b>松</b> デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 843円 税込910円	<b>洋食</b> ・銀鮭のチーズ焼き ・菜の花のバターソテー ・じゃが芋のトマトソースニョッキ ・海藻のイタリアンサラダ冷 注文数 <input type="text"/>	<b>和食</b> ・大麦育ち三元豚の昆布ぼん酢ジュレ仕立て ・ごぼうのおかか炒め ・なすの揚げ浸し ・大根とオクラの梅風味和え冷 注文数 <input type="text"/>	<b>中華</b> ・野菜たっぷり八宝菜 ・ブロッコリーのオイスターソース ・ジューシー焼き餃子 ・鶏の中華サラダ冷 注文数 <input type="text"/>	<b>洋食</b> ・ビーフストロガノフ 好評 ・キャベツとあさりの白ワイン蒸し ・スライスポテトのチーズグラタン ・ミックス豆とツナのサラダ冷 注文数 <input type="text"/>	<b>和食</b> ・たらのもみじ焼き ・竹の子とわかめの炊き合わせ ・揚げ出し豆腐 ・むぎ枝豆とはんぺんのみぞれ和え冷 注文数 <input type="text"/>	<b>洋食</b> ・バジルチキン 好評 ・カリフラワーとベーコンのソテー ・ミートソースパスタ ・炒り卵と3品目のサラダ冷 注文数 <input type="text"/>
	<b>A</b> 豚肉と大根のさっぱり煮 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 羅臼産浅羽がれの塩焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め●新 茄子のチーズ焼き●スパゲティサラダ●白花豆	<b>A</b> ぶりの翅漬け焼き 好評 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 鶏肉の葱ソースかけ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●キャベツとあさりのにんにく炒め●春雨の中華煮●ほうれん草の辛子和え●しそ昆布佃煮	<b>A</b> 鶏肉の香草焼き 好評 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> にしんの塩焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め●大根とつみれの炊き合わせ●ブロッコリーのピーナツ和え●胡瓜醤油漬	<b>A</b> いわしの生姜醤油焼き 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 天ぷら盛り合わせ(とり天入り) 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●白菜と白滝の煮物●煮酢和え●小松菜とコーンのサラダ●金時煮豆	<b>A</b> 豚肉の袖こしょう炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 銀鮭の塩焼き 好評 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●さつま芋ときのこのバターソテー●茶碗蒸し●ひじきの五目サラダ●うぐいす豆	<b>A</b> さばのみぞれ煮 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 鶏肉のカレー風味焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●小松菜としらすの炒め物●北海道名物!揚げ芋●オクラのなめたけ和え●刻み高菜漬
<b>竹</b> バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	<b>A</b> 鶏肉のぼん酢炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> ししゃもフライ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め●一口がんもの煮物●スパゲティサラダ●白花豆	<b>A</b> 厚揚げの肉じゃが風 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉ときのこの炒め物 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●キャベツとあさりのにんにく炒め●三角春巻き●ほうれん草の辛子和え●しそ昆布佃煮	<b>A</b> 豚肉の中華炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> お麩の甘酢炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め●新 卵ともやしのソテー●ブロッコリーのピーナツ和え●胡瓜醤油漬	<b>A</b> さばの塩焼き 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 和風ハンバーグ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●白菜と白滝の煮物●じゃが芋の煮ころがし●小松菜とコーンのサラダ●金時煮豆	<b>A</b> 鶏肉のケチャップ炒め 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> さんまの唐揚げ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●さつま芋ときのこのバターソテー●野菜のコンソメ煮●ひじきの五目サラダ●うぐいす豆	<b>A</b> プリの照焼き 新 注文数 <input type="text"/> <b>B</b> 豚肉のプルコギ風 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●小松菜としらすの炒め物●かぼちゃの甘煮●オクラのなめたけ和え●刻み高菜漬
	<b>梅</b> ライト 583円 税込630円	<b>いつでもメニュー</b> ごはんカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	<b>いつでもメニュー</b> ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>
<b>週の注目商品</b> 満腹!大きなエビフライ弁当 注文数 <input type="text"/>	<b>週の注目商品</b> 満腹!大きなエビフライ弁当 注文数 <input type="text"/>	<b>週の注目商品</b> 満腹!大きなエビフライ弁当 注文数 <input type="text"/>	<b>週の注目商品</b> 満腹!大きなエビフライ弁当 注文数 <input type="text"/>	<b>週の注目商品</b> 満腹!大きなエビフライ弁当 注文数 <input type="text"/>	<b>週の注目商品</b> 満腹!大きなエビフライ弁当 注文数 <input type="text"/>	<b>今だけ!</b> 土曜・プレミアム サイドメニュー 秋の味覚 てんこもり弁当 注文数 <input type="text"/> 甘納豆入りお赤飯 注文数 <input type="text"/>

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。



**箱売り** 隔週 **水** のお届け! まとめ買いで便利!

注文締切日	8/27(水)	9/10(水)	注文締切日	8/27(水)	9/10(水)
お届け日	9/3(水)	9/17(水)	お届け日	9/3(水)	9/17(水)
 <b>CO-OP 食塩無添加野菜ジュース</b> 160g×20本入 <b>1,700円 税込1,836円</b> (賞1095日)			 <b>CO-OP 静岡抹茶入り緑茶ティーバッグ</b> 20袋×10箱 <b>2,480円 税込2,678円</b> (賞365日)		
 <b>CO-OP 食塩無添加濃いトマトジュース</b> 160g×20本入 <b>1,900円 税込2,052円</b> (賞1095日)			 <b>CO-OP 減塩即席みそ汁合わせみそ</b> 12食入り(長ねぎ、とうふ、油あげ、わかめ各3食)×12パック <b>3,336円 税込3,603円</b> (賞180日)		
 <b>CO-OP 国産大豆の調整豆乳</b> 200ml×12本入り <b>969円 税込1,047円</b> (賞180日)			 <b>CO-OP たまごスープ 5食入り×12パック</b> <b>3,936円 税込4,251円</b> (賞540日)		
 <b>CO-OP 国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒー</b> 200ml×12本入 <b>1,056円 税込1,140円</b> (賞180日)			 <b>CO-OP 小盛りご飯(富山県産こしひかり使用)</b> 120g×16食入 <b>1,664円 税込1,797円</b> (賞365日)		

※賞味期限の1/2を担保してお届けいたします。

注文締切日	8/27(水)	9/10(水)	注文締切日	8/27(水)	9/10(水)
お届け日	9/3(水)	9/17(水)	お届け日	9/3(水)	9/17(水)
 <b>CO-OP おいしいご飯(山形県産はえぬき使用)</b> 200g×24パック <b>3,664円 税込3,957円</b> (賞300日)			 <b>CO-OP おいしい赤飯(国産もち米100%使用)</b> 160g×24パック <b>3,824円 税込4,130円</b> (賞240日)		

レンジで温めるだけ!

レンジで温めるだけ!

**ご注文は、枠にご希望の数量を記入ください。**

納豆・パン・乳製品は、お弁当と一緒に1点から  
納豆・パン・乳製品のみのご注文は2点から可能です。

**サイドメニュー**

**納豆** 金 週1回のお届け!

注文締切日	9/1(月)	9/8(月)	9/15(月)	9/22(月)
お届け日	9/5(金)	9/12(金)	9/19(金)	9/26(金)
 <b>はまなす食品 細かくきざんだひきわり納豆</b> <b>158円 税込171円</b>				
 <b>はまなす食品 ふっくら北海道小粒納豆</b> <b>118円 税込127円</b>				
 <b>はまなす食品 はまなす北海道鈴丸納豆</b> 2カップ <b>160円 税込173円</b>				

**サイドメニュー** **パン** 火 金 週2回のお届け!

注文締切日	8/28(木)	9/1(月)	9/4(木)	9/8(月)	9/11(木)	9/15(月)	9/18(木)	9/22(月)
お届け日	9/2(火)	9/5(金)	9/9(火)	9/12(金)	9/16(火)	9/19(金)	9/23(火)	9/26(金)
 <b>日糧 絹艶 3枚入り</b> <b>145円 税込157円</b>								
 <b>日糧 とうきびカレーパン</b> <b>122円 税込132円</b>								
 <b>日糧 ポンジョルノバターロール</b> <b>150円 税込162円</b>								
 <b>日糧 塩バタークロワッサン</b> <b>220円 税込238円</b>								
 <b>日糧 ポテトたまごパン</b> <b>122円 税込132円</b>								
 <b>日糧 しっとりダブル金時豆パン</b> <b>150円 税込162円</b>								
 <b>日糧 ふんわりこっぺいちごジャム&amp;マーガリン</b> <b>125円 税込135円</b>								
 <b>日糧 絹艶ドーナツ</b> <b>130円 税込140円</b>								
 <b>日糧 牛乳入りパン(ミルククリーム)</b> <b>150円 税込162円</b>								
 <b>日糧 北海道かぼちゃ粒あんぱん</b> <b>150円 税込162円</b>								

**サイドメニュー** **乳製品** 火 金 週2回のお届け! ※定期登録もできます! ご希望の方はスタッフまでお声がけください。

注文締切日	8/28(木)	9/1(月)	9/4(木)	9/8(月)	9/11(木)	9/15(月)	9/18(木)	9/22(月)
お届け日	9/2(火)	9/5(金)	9/9(火)	9/12(金)	9/16(火)	9/19(金)	9/23(火)	9/26(金)
 <b>CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml</b> <b>98円 税込106円</b>								
 <b>よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml</b> <b>91円 税込98円</b>								
 <b>CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml</b> <b>159円 税込172円</b>								
 <b>よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml</b> <b>158円 税込171円</b>								
 <b>CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml</b> <b>285円 税込308円</b>								
 <b>CO-OP 北海道低脂肪牛乳 1000ml</b> <b>218円 税込235円</b>								
 <b>よつ葉 よつ葉のヨーグルト 90g×3</b> <b>315円 税込340円</b>								
 <b>よつ葉 とろとなめらかヨーグルト 400g</b> <b>288円 税込311円</b>								
 <b>森永 機能性表示食品 骨の健康、腸内環境改善に! 森永カルダスヨーグルト 100g</b> <b>175円 税込189円</b> (賞19日)								
 <b>森永 カラダ強くするのむヨーグルト 100g</b> <b>175円 税込189円</b> (賞19日)								