

ちょうどいい！
うれしいサイズ！
プラス1品

サイド
メニュー

火 金

週2回のお届け！

コープの お惣菜



定番の“ポテトサラダ”から
丁寧に炊きあげた“うの花”まで、
どこか懐かしい
“おうちの味”をラインナップ。
お弁当と一緒に楽しめる選べる
惣菜シリーズです。

	注文締切日	8/1(土)	8/4(火)	8/8(土)	8/11(火)	8/15(土)	8/18(火)	8/22(土)	8/25(火)
	お届け日	8/4(火)	8/7(金)	8/11(火)	8/14(金)	8/18(火)	8/21(金)	8/25(火)	8/28(金)
①	8品目具だくさんしっとりうの花(中)								
②	北海道産かぼちゃ煮(中)								
③	きんぴらごぼう(中)								
④	国産ひじき煮(中)								
⑤	素材を味わう！ ほくほく北海道ポテトのサラダ(中)								
⑥	2種の食感を楽しむ マカロニサラダ(中)								
⑦	国産春雨の中華春雨サラダ(中)								
⑧	スパゲティサラダ(中)								

① 8品目具だくさん
しっとりうの花(中)110g

玉ねぎ、椎茸、人参、こんにゃく、さつま揚げ、油揚げ、ひじき、ごぼうの8品目を加えてしっとり炊き上げた具沢山のうの花です。

賞2日
225kcal
210円 税込227円

③ きんぴらごぼう
(中)100g

ごぼうと人参を本みりんできき上げた、あと引く美味しさです。

賞2日
181kcal
270円 税込292円

⑤ 素材を味わう！ほくほく北海道
ポテトのサラダ(中)110g

北海道産じゃがいもが主役。素材の甘みとほくほく食感を楽しめます。

賞2日
189kcal
225円 税込243円

⑦ 国産春雨の
中華春雨サラダ(中)145g

国産春雨のつるつるとした食感と、ごま油が香るさっぱり中華仕上げ。

賞2日
218kcal
240円 税込259円

② 北海道産かぼちゃ煮
(中)160g

北海道産かぼちゃの甘みを活かし、素朴な味わいに仕上げました。

賞2日
134kcal
338円 税込365円

④ 国産ひじき煮
(中)120g

国産ひじきをかつお出汁と本みりんできき上げた、美味しさを引き出しています。

賞2日
179kcal
328円 税込354円

⑥ 2種の食感を楽しむ
マカロニサラダ(中)115g

2種類のマカロニを使用。食感の違いが楽しいサラダです。

賞2日
247kcal
225円 税込243円

⑧ スパゲティサラダ
(中)140g

具材の存在感も楽しめる、つるつるとした食感の定番サラダ。

賞2日
334kcal
247円 税込267円

毎週 金曜日は夏祭りDAY!

新登場!

第1週 焼きそば 461円 270kcal 税込498円

第2週 大芋芋 437円 354kcal 税込472円

第3週 たこ焼き 437円 178kcal 税込472円

第4週 ちのきびごはん 437円 354kcal 税込472円

注文締切日 8月18日(火)
お届け日 8月21日(金)

注文締切日 8月4日(火)
お届け日 8月7日(金)

注文締切日 8月11日(火)
お届け日 8月14日(金)

注文締切日 8月25日(火)
お届け日 8月28日(金)

大徳食品 冷やし中華 498円 税込538円

三元豚の
ロースカツ重 972円 税込1,050円

注文締切日 8月12日(水)
お届け日 8月15日(土)

注文締切日 8月12日(水)
お届け日 8月19日(水)

賞味期限の1/2を担保してお届けいたします。

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

コープさっぽろ食宅配サービス「献立カレンダー」

月刊 つなぐ

2026年
8月号

山の恵みで健やかに



●ご注文 ☎ 0120・279・949

受付時間 / 月～土曜10:00～18:00 ※日曜休み

●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。

お名前 様 組合員番号

つなぐ
COOP
SAPPORO

pick up!

表紙のお弁当

山の日弁当



山の恵みを味わう、彩り豊かなお弁当



管理栄養士
川村 木乃葉さん

8月11日(火)は、山の日です。
山菜の香り豊かなおこわや、
野菜の天ぷらなど、自然の恵みを詰めました。
さらに、元気を支えるメニューも添えて
暑い夏を健やかに過ごしましょう。

山菜おこわ

6種類の山菜に人参と油揚げを合わせた彩り豊かなおこわです。油揚げに染み込んだ山菜の旨みと、やさしく炊き上げたもち米をお楽しみください。

鶏肉の山賊焼き

長野県や山口県で親しまれている、鶏肉のご当地グルメです。生姜とにんにくを効かせた甘辛い醤油だれに漬け込み、香ばしく焼き上げました。しっかりとした味わいが食欲をそそります。

天ぷら(舞茸、れんこん)

油で揚げることで素材のやさしい甘みが広がり、舞茸は香りがグッと引き立ち、れんこんはシャキシャキかつほくほくした独特の食感が楽しめます。

ささみ大葉フライ

薄く伸ばしたやわらかい鶏ささみに、爽やかな大葉と風味豊かな梅肉を巻き、サクサクの衣で包んだフライです。さっぱりとした味わいで、夏にぴったりの一品です。

わらび餅(宇治抹茶)

宇治抹茶の風味を生かした、もっちり食感のわらび餅です。食後の甘味としてピッタリです。

1,000円 税込1,080円 639kcal

注文締切日 **8月5日(水)**

お届け日 **8月11日(火)**

トレーサイズ：横226mm×縦187mm×深さ30mm

豆知識 ・ 舞茸



今回は「舞茸のギモン」に
お答えします!

おいしい舞茸の選び方がわかりません。
色は白っぽい方?濃い色の方?
うっかりするとビショビショになって
しまうので、保存法も知りたいです。



選び方ですが、水っぽくなく乾いて見えるもの。
色は品種でも異なりますが、
全体に筋肉質でギュッと締まったものの方がいいですね。



うっかりビショビショになってしまったこと、
確かに心当たりはあるのですが、一体なぜ…。



収穫後も生きて呼吸を続けています。
呼吸活動で内側から水分が生じてしまい、
鮮度低下につながります。



乾燥も苦手ですが、密閉された暑いところも
苦手です、ついつい汗をかいてしまうのです。



鮮度が重要なのでなるべく早く
食べていただきたいのですが、すぐに食べるときも
冷蔵保存が基本です。

どうしても洗いたくて洗うのですが
娘が「きのこは洗わない」と言ってきました。
でもどうしても洗いたいのので洗いますが
栄養的にはどうなのでしょう?



どうしても洗いたくて、
洗っちゃうんですね…。
でもワタクシ、
濡れると困ってしまいます。

汚れなどは湿ったキッチンペーパーで
やさしく拭き取ればOK



栄養も風味も逃げてしまいますし、
傷みの原因になることも。
舞茸は洗わずに使って問題ありません。



(心の声)むしろ「ア・ラ・ワ・ナ・イ・デ」。



「どこまで食べられますか?」という
質問もいただきますが、
基本的に全部食べられます!ご安心を。



原材料は「卵、小麦粉、砂糖、水あめ」の4つ。
安心・安全な素材で製造された
シンプルなカステラです。
底に敷いたザラメ糖は、日を追うごとに
じんわり溶けてカステラをしっとりさせます。

新登場!



文明堂
文明堂のカステラ (10切)
1,350円 税込1,458円

注文締切日 **7月29日(水)**
お届け日 **8月6日(木)**

賞29日
1切当たり116kcal

お盆のおいしいおもてなし

北海道産のこしあんをパイで包み、
甘さをおさえてしっとりとした口当りに
仕上げました。



賞30日
1個当たり
186kcal



札幌千秋庵
ノースマン 5個入り(こしあん)
1,070円 税込1,156円

注文締切日 **7月29日(水)**
お届け日 **8月6日(木)**



注文締切日 **8月6日(木)**
お届け日 **8月14日(金)**

サイド
メニュー

十勝大福本舗
おはぎ 粒あん 3個入り
(55g×3) 当日中 1個当たり130kcal
348円 税込376円

佐藤水産
いくら石狩鮭
1,400円 税込1,512円

当日中
410kcal



注文締切日 **8月22日(土)**
お届け日 **8月27日(木)**

バランス最強幕の内!

- ・五目ごはん
- ・肉じゃが
- ・国産いわしの味噌煮
- ・春巻き
- ・唐揚げ
- ・ほうれん草のおかか和え
- ・玉子焼き
- ・さくら大根



トレーサイズ：
横228mm×縦179mm×深さ29mm

五目ごはん弁当
1,000円 税込1,080円 625kcal

注文締切日 **8月5日(水)**
お届け日 **8月8日(土)**

原料不作につき
具材の「絹さや」
が「青ねぎ」へ変
更となります。ご
了承ください。

唐揚げ弁当
800円 税込864円 717kcal

新登場!



トレーサイズ：
横259mm×縦159mm×深さ26mm

注文締切日 **8月26日(水)**
お届け日 **8月29日(土)**

食卓の人気者！
みんな大好き
唐揚げ弁当！

いぶり鶏の照り焼き丼 575kcal

風味豊かな茶飯の上に、特製タレで味付けした
「いぶり鶏」と、しっとり炒り卵を彩りよく敷き詰めました。

980円 税込1,058円



トレーサイズ：横165mm×縦134mm×深さ38mm

注文締切日 **お届けの3日前まで**
お届け日 **8月17日(月)～21日(金)**

豆知識 ・ いくら

ツヤツヤと輝く「海の宝石」いくら！
北海道民が大好きな小さな粒の秘密を
たっぷりとお伝えします。

まずはよ〜く見てみよう。

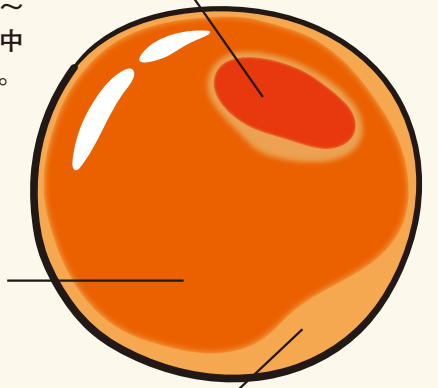
いくらをご存じの通り鮭の卵です。産卵前のメスから卵を取り出し、卵巣膜(卵を包む膜)を取り除いて、しょうゆ漬けにするのが定番の食べ方ですね。

ボツンと赤い部分は
「油球」と呼ばれる油
の粒です。

メスのおなかには
およそ3000個の卵
が入っています。

大きさ(直径)は5～
9.5mmで、魚卵の中
ではかなり大型です。

実寸は
このくらい



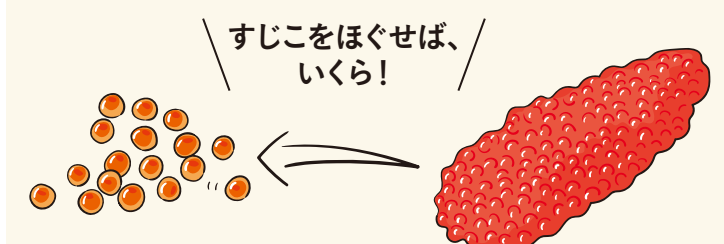
卵の中はほとんど
が「卵黄」です。鶏
卵のような卵白は
ありません。

卵黄を守る透明
な膜が「卵膜」で
す。通称「皮」。

大きさ 5～9.5mm

すじこといくら、どう違う？

簡単に言うと、鮭のおなかから出したままの塊の状態が「すじこ」、それをバラバラにほぐしたものが「いくら」です。ちなみにいくらのもとロシアから来た言葉。ロシア語の「イクラ」は魚の卵全般を指す言葉で、キャビアなら「チョールナヤ・イクラ(黒いいくら)」、いからは「クラスナヤ・イクラ(赤いいくら)」と呼ばれます。



豚ジスカン

ほうれん草のごま和え

カレーピラフ

わかめごはん

焼きそば

ザンタレ

大学いも

給食弁当

実際に「スクールランチ」で提供しているおかずや、給食で人気だったメニューをお弁当にぎゅっと詰め込みました。

1,050円 税込1,134円 631kcal

トレーサイズ：横180mm×縦180mm×深さ33mm

注文締切日 **8月19日(水)**

お届け日 **8月22日(土)**

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。



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。

〈目安〉
500W 1分30秒
600W 1分10秒
800W 50秒

〈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。



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。

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。

彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん

616kcal

880円
 税込**950円**



注文締切日

お届けの3日前まで

お届け日

8月3日(月)～8月7日(金)

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。

えびフライカレー **830円** 税込**896円** 700kcal



とんかつカレー **830円** 税込**896円** 858kcal



カレーライス **630円** 税込**680円** 585kcal

トレーサイズ:横247mm×縦152mm×高さ55mm



国産米ごはん

ごはん(白米) 150g **128円** 税込**138円**

※写真はごはんの盛り付けイメージです。

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

いろいろ
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

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

豆知識



＼地域の子どもたちの食を支援／

「スクールランチ」とは？

コープさっぽろは、2021年に様似町、2022年に愛別町と初山別村、2025年には4月から留萌市、10月から長万部町、そして2026年4月から羽幌町の小中学校でスクールランチを開始し、現在は6市町村で提供しています。民間組織が既存施設を活用したスクールランチの提供は道内初で、全国的にも珍しい取り組みです。適温提供やアレルギー対応、食育支援などに取り組みながら、子どもたちに栄養バランスの取れた食事を安定的にお届けしています。

左ページに掲載中
 「給食弁当」
 詳しく紹介します！



1 わかめごはん

懐かしの給食メニュー。素朴なおいしさで子どもも大人も大好きなわかめごはんをお楽しみください。

2 カレーピラフ

給食で人気のカレーライスを食べやすいカレーピラフにアレンジしてみました。ほどよいスパイスの香りと旨みを詰め込んだとても満足感のある一品となっています。

3 豚ジスカン(トンジスカン)

留萌市のスクールランチで出している豚ジスカンをアレンジしてみました。野菜もたくさん入っていて食べ応え抜群です。

4 ザンタレ

スクールランチのメニューにもある釧路市名物のザンタレ。甘辛ダレと小ねぎ、鶏肉をからめた食欲をそそる一品です。

5 大学いも

ちょっぴり懐かしくてほっとする、優しい甘さの大学いも。外はカリッと、中はホクホクです。

8月
第1週

8月3日
～
8月8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
8月3日(月)～8月7日(金)お届け

彩り野菜と豚しゃぶの
ごまだれうどん

880円
税込950円

616kcal



土曜・プレミアム

注文締切日:8月5日(水)
8月8日(土)お届け

五目ごはん弁当

原料不作につき具材の「絹さや」「青ねぎ」へ変更となります。ご了承ください。

1,000円
税込1,080円

625kcal



お盆のお菓子

注文締切日:7月29日(水)
8月6日(木)お届け

文明堂
文明堂の
カステラ
(10切) **新**

1,350円
税込1,458円

賞29日
1切当たり116kcal



お盆のお菓子

注文締切日:7月29日(水)
8月6日(木)お届け

千秋庵
ノースマン 5個入り
(こしあん)

1,070円
税込1,156円

賞30日
1個当たり186kcal



夏祭りDAY!

注文締切日:8月4日(火)
8月7日(金)お届け

焼きそば **新**

461円
税込498円

270kcal

サイドメニュー



8月
第2週

8月10日
～
8月15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
8月10日(月)～8月14日(金)お届け

ビビンバ丼

798円
税込862円

516kcal



土曜・プレミアム

注文締切日:8月12日(水)
8月15日(土)お届け

三元豚のロースカツ重

原料不作につき具材の「絹さや」「青ねぎ」へ変更となります。ご了承ください。

972円
税込1,050円

719kcal



山の日メニュー

注文締切日:8月5日(水)
8月11日(火)お届け

今だけ!
リニューアル/山の日弁当

1,000円 税込1,080円

639kcal



お盆のお菓子

注文締切日:8月6日(木)
8月14日(金)お届け

十勝大福本舗
おはぎ粒あん 3個入り
(55g×3)

348円
税込376円

当日中
1個当たり130kcal

サイドメニュー



夏祭りDAY!

注文締切日:8月11日(火)
8月14日(金)お届け

大学芋 **新**

437円
税込472円

306kcal

サイドメニュー



8月
第3週

8月17日
～
8月22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
8月17日(月)～8月21日(金)お届け

いぶり鶏の
照り焼き丼

980円
税込1,058円

575kcal



土曜・プレミアム

注文締切日:8月19日(水)
8月22日(土)お届け

給食弁当

1,050円
税込1,134円

631kcal



デザート

注文締切日:8月12日(水)
8月19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



今週の麺類

注文締切日:8月12日(水)
8月19日(水)お届け

大徳食品
冷し中華

498円
税込538円

当日中
364kcal

サイドメニュー



夏祭りDAY!

注文締切日:8月18日(火)
8月21日(金)お届け

たこ焼き **新**

437円
税込472円

178kcal

サイドメニュー



8月
第4週

8月24日
～
8月29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
8月24日(月)～8月28日(金)お届け

汁なし担々麺

924円
税込998円

498kcal



土曜・プレミアム

注文締切日:8月26日(水)
8月29日(土)お届け

唐揚げ弁当

800円 **新**
税込864円

717kcal



デザート

注文締切日:8月20日(木)
8月26日(水)お届け

日糧
餡入り
わらび餅 **新**
(6個)

335円
税込362円

賞2日
1個当たり81kcal

サイドメニュー



今週の空弁

注文締切日:8月22日(土)
8月27日(木)お届け

佐藤水産
いくら
石狩鮭

1,400円
税込1,512円

当日中
410kcal



夏祭りDAY!

注文締切日:8月25日(火)
8月28日(金)お届け

とうきびごはん **新**

437円
税込472円

354kcal

サイドメニュー



8月第1週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜は①・②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。掲載写真から一部具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！

① 鰯の西京味噌
漬け焼き

賞3日

197kcal

注文
数

② チキンカツ

賞3日

287kcal

注文
数

670円 税込 724円

注文締切日 7月29日(水)

お届け日 8月7日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第1週		8月3日(月)				8月4日(火)				8月5日(水)				8月6日(木)				8月7日(金)				8月8日(土)			
松デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。																									
		中華				洋食				和食				中華				洋食				中華			
		・鶏唐揚げの葱ソースがけ ・あさりと野菜の焼きビーフン ・蓮根の中華風炒め煮 ・青梗菜の和え物 冷				・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				・豚肉と彩り野菜の甘辛だれ ・豆腐のふわとろ卵あん ・木の葉しんじょの炊き合わせ ・オクラのおかかマヨ和え 冷				・北海道産助宗真だら中華蒸し ・野菜の牡蠣油炒め ・小籠包 ・春雨の酢の物 冷				・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				・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			
885円 税込956円																									
竹バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%)				豚キムチ炒め				ますのちゃんちゃん焼き				鶏肉の塩麹ソテー				北海道産ほっけフライ				豚肉のマスタード炒め				北海道産真だらの竜田揚げ	
				さばの竜田揚げ				炒り鶏				ぶりの根昆布だし漬				豚肉となすの甘辛炒め				さんまの塩焼き				鶏肉のごまだれ焼き	
		共通副菜 ●にんじんと卵の炒め物 ●なすの味噌かけ●かぶの赤しそ和え ●金炊きしょうが漬		共通副菜 ●高野豆腐のそぼろ煮 ●かぼちゃしんじょうの煮物●大根サラダ ●菜々しば漬		共通副菜 ●キャベツと木耳の中華炒め ●野菜コロッケ●かぼちゃサラダ ●松前漬		共通副菜 ●ごぼうとベーコンのソテー ●花型しんじょと野菜の炊き合わせ ●蒸し鶏のごまサラダ●甘らっきょう		共通副菜 ●じゃが芋と葱の炒り煮 ●北海道産男爵のコロッケ●胡瓜の酢の物 ●なら漬		共通副菜 ●山菜の炒り煮 ●さつま芋のはちみつバター ●キャベツの塩昆布和え●甘口しそみそ													
梅ライト 624円 税込674円		豚肉の野菜炒め				さばの塩焼き				鶏肉の甘辛炒め				高野豆腐の卵炒め				豚肉のぼん酢かけ				シーフードの中華風炒め			
		副菜 ●にんじんと卵の炒め物●カレーコロッケ ●かぶの赤しそ和え●金炊きしょうが漬				副菜 ●高野豆腐のそぼろ煮●しゅうまい ●大根サラダ●菜々しば漬				副菜 ●キャベツと木耳の中華炒め●里芋の炊き合わせ ●かぼちゃサラダ●松前漬				副菜 ●ごぼうとベーコンのソテー●はんぺんフライ ●蒸し鶏のごまサラダ●甘らっきょう				副菜 ●じゃが芋と葱の炒り煮●ハムカツフライ ●胡瓜の酢の物●なら漬				副菜 ●山菜の炒り煮●冬瓜の和風あんかけ ●キャベツの塩昆布和え●甘口しそみそ			
		ごはん(白米)		カレーライス		とんかつカレー		えびフライカレー		ごはん(白米)		カレーライス		とんかつカレー		えびフライカレー		ごはん(白米)		カレーライス		とんかつカレー		えびフライカレー	
いつでもメニュー																									
																									
		ミックス10品目		いろいろキャベツ		だいこんサラダ		千切りのキャベツ		ミックス10品目		いろいろキャベツ		だいこんサラダ		千切りのキャベツ		ミックス10品目		いろいろキャベツ		だいこんサラダ		千切りのキャベツ	
週の注目商品		週替わり				週替わり				週替わり				週替わり		お盆のお菓子		週替わり		サイドメニュー		土曜・プレミアム			
		彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん				彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん				彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん				彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん		文明堂のカステラ 新		ノースマン5個入り(こしあん)		彩り野菜と豚しゃぶのごまだれうどん		焼きそば 新		五目ごはん弁当	

※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。

8月第2週〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜は①・②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。掲載写真から一部具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 白身フライの
山菜あんかけ

賞3日

237kcal

注文数

注文数

B 麻婆豆腐

賞3日

233kcal

注文数

注文数

670円 税込724円

注文締切日 8月5日(水)

お届け日 8月14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2週		8月10日(月)				8月11日(火) 山の日				8月12日(水)				8月13日(木) お盆				8月14日(金) お盆				8月15日(土) お盆											
松デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。																																	
		洋食				和食				中華				洋食				和食				洋食											
		・さばのトマトガーリック仕立て ・菜の花のバターソテー ・あさりのオリーブペンネ ・海藻のイタリアンサラダ 冷				・鶏肉の蓮根挟み揚げ ・ごぼうと赤ピーマンのおかか炒め ・茄子の煮浸し ・大根とオクラの梅風味和え 冷				・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 ・ほうれん草と卵の中華和え 冷				・豚肉といんげんのトマト炒め ・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				・たららの明太マヨ焼き ・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				・バジルチキン ・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				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数											
		885円 税込956円																															
竹バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%)				鶏肉の バター醤油				さばの塩焼き				豚肉と玉葱の 炒め物				エビフライ 新				赤魚の香草焼き				チキンステーキ アップルソース									
		A		好評		B				A				B				A				B											
		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数									
		共通副菜 ●ごぼうの甘辛炒め ●お麩の豆乳味噌グラタン ●春菊とかまぼこの和え物●昆布豆				共通副菜 ●切干大根の煮物 ●ブロッコリーのかに風味あんかけ ●明太ポテトサラダ●野沢菜昆布				共通副菜 ●ひじきの煮物 ●いももちみたらしあん ●ほうれん草のくるみ和え●さくら大根				共通副菜 ●こんにゃくの炒り煮 ●卵と木耳のソテー●ゆず風味のコールスロー ●彩り広島菜漬				共通副菜 ●きのこ油揚げのさっと煮 ●カレーコロッケ●わかめとささみの中華和え ●中華うり漬				共通副菜 ●四川風春雨 ●竹の子の土佐炒め●マカロニサラダ ●うぐいす豆											
		703円 税込759円																															
梅 ライト 624円 税込674円		鶏肉といんげんの味噌炒め				あじフライ				豚肉と野菜のスープ煮				豆腐と野菜の卵あんかけ				鶏の唐揚げ				高野豆腐と こんにゃくの炒め煮											
		副菜 ●ごぼうの甘辛炒め●さつまいも天ぷら ●春菊とかまぼこの和え物●昆布豆				副菜 ●切干大根の煮物●湯豆腐のわかめあんかけ ●明太ポテトサラダ●野沢菜昆布				副菜 ●ひじきの煮物●かに玉 ●ほうれん草のくるみ和え●さくら大根				副菜 ●こんにゃくの炒り煮●中華春巻き ●ゆず風味のコールスロー●彩り広島菜漬				副菜 ●きのこ油揚げのさっと煮●しゅうまいのチリソース ●わかめとささみの中華和え●中華うり漬				副菜 ●四川風春雨●オムレツ ●マカロニサラダ●うぐいす豆											
		ごはん (白米)		カレー ライス		とんかつ カレー		えびフライ カレー		ごはん (白米)		カレー ライス		とんかつ カレー		えびフライ カレー		ごはん (白米)		カレー ライス		とんかつ カレー		えびフライ カレー									
		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数									
		ミックス 10品目		いろいろ キャベツ		だいこん サラダ		千切りの キャベツ		ミックス 10品目		いろいろ キャベツ		だいこん サラダ		千切りの キャベツ		ミックス 10品目		いろいろ キャベツ		だいこん サラダ		千切りの キャベツ									
注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数									
いつでもメニュー		週替わり				週替わり				祝日特別企画				週替わり				週替わり				週替わり				週替わり							
		ビビンバ丼				ピビンバ丼				ピビンバ丼				ピビンバ丼				ピビンバ丼				ピビンバ丼				ピビンバ丼							
		注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数							
		週替わり				週替わり				週替わり				週替わり				週替わり				週替わり				週替わり							
		おはぎ粒あん 3個入り				おはぎ粒あん 3個入り				おはぎ粒あん 3個入り				おはぎ粒あん 3個入り				おはぎ粒あん 3個入り				おはぎ粒あん 3個入り				おはぎ粒あん 3個入り							
週 の 注 目 商 品		大学芋				大学芋				大学芋				大学芋				大学芋				大学芋				大学芋							
		新				新				新				新				新				新				新							
		注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数							
		土曜・プレミアム				土曜・プレミアム				土曜・プレミアム				土曜・プレミアム				土曜・プレミアム				土曜・プレミアム											
		三元豚のロースカツ重				三元豚のロースカツ重				三元豚のロースカツ重				三元豚のロースカツ重				三元豚のロースカツ重				三元豚のロースカツ重				三元豚のロースカツ重							
週 の 注 目 商 品		注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数			

※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。

8月第3週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜は①・②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。掲載写真から一部具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！

① ぶりの醤油
もろみ漬け焼き

賞3日

288kcal

注文数

共通副菜

●ニラ玉●野菜コロッケ●ナポリタン●白ごまごぼうサラダ●桜大根

② 煮込み
ハンバーグ

賞3日

360kcal

注文数

670円 税込 724円

注文締切日 8月12日(水)

お届け日 8月21日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第3週	8月17日(月)				8月18日(火)				8月19日(水)				8月20日(木)				8月21日(金)				8月22日(土)			
	 和食				 中華				 洋食				 和食				 中華				 和食			
	●牛肉とごぼうの柳川風 ●厚揚げとキャベツの山椒炒め ●野菜の天ぷら3種盛り ●いんげんの味噌麺和え 冷				●白身魚の甘酢あん ●小松菜の炒め物 ●海鮮チヂミ ●程よい甘さの大学芋 冷				●トンテキ ●スナッフエンドウのイタリアン風炒め ●ぷりぷりえびカツ ●オニオンサラダ 冷				●紅鮭の塩焼き 好評 ●高野豆腐の含め煮 ●南瓜のチーズかけ ●三菜の辛子和え 冷				●さばの中華風野菜あん ●青梗菜のベーコン炒め ●パリパリ春巻き ●豆腐サラダ 冷				●ジューシー塩ザンギ 好評 ●切干大根とあさり炒り煮 ●ふんわり角天の卵とじ ●キャベツと油揚げの生姜和え 冷			
	注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数			
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。	① ミルフィーユカツ 好評 注文数				① そいの幽庵焼き 注文数				① 和風タルタルハンバーグ 新 注文数				① 羅臼産秋鮭のパン粉焼き 注文数				① 牛肉と竹の子の中華炒め 好評 注文数				① あじフライ 注文数			
	② 鯖のねぎタレがけ 注文数				② 鶏肉のマヨポン炒め 好評 注文数				② 北海道産鮭フライ 注文数				② 豚肉のすき焼き風煮 注文数				② 赤魚の粕漬け焼き 注文数				② チキンソテーのトマトソース 注文数			
竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%)	共通副菜 ●野菜の卵炒め ●三角信田の煮物●大根サラダ ●彩り広島菜漬				共通副菜 ●三色野菜の洋風金平 ●冬瓜のひき肉あんかけ●小松菜のお浸し ●甘口しそみそ				共通副菜 ●じゃが芋のトマトソース煮込み ●おでん風煮物●彩りピクルス ●金時煮豆				共通副菜 ●ビーフソテー ●いかといんげんの味噌炒め ●ブロッコリーとコーンのサラダ●甘らっきょう				共通副菜 ●千切高野豆腐の炒め煮 ●たこキャベツフライ●白菜の甘酢和え ●刻み高菜漬				共通副菜 ●小松菜とハムの炒め物 ●絹揚げの味噌煮●ごぼうサラダ ●なら漬			
	703円 税込 759円																							
梅 ライト 624円 税込 674円	豚肉のオニオンソース 注文数				厚揚げとチンゲン菜の中華煮 注文数				根菜と肉団子の煮物 注文数				はんぺんの甘辛炒め 注文数				豚肉のスタミナ炒め 注文数				ほきの照焼き 注文数			
	副菜 ●野菜の卵炒め●里芋のバター醤油炒め ●大根サラダ●彩り広島菜漬				副菜 ●三色野菜の洋風金平●大豆と昆布の煮物 ●小松菜のお浸し●甘口しそみそ				副菜 ●じゃが芋のトマトソース煮込み●舞茸と豆腐のふんわり天●彩りピクルス●金時煮豆				副菜 ●ビーフソテー●野菜コロッケ ●ブロッコリーとコーンのサラダ●甘らっきょう				副菜 ●千切高野豆腐の炒め煮●マカロニと野菜のチーズソテー●白菜の甘酢和え●刻み高菜漬				副菜 ●小松菜とハムの炒め物●ひじきと大豆の煮物 ●ごぼうサラダ●なら漬			
いつでもメニュー	ごはん(白米) 注文数	カレーライス 注文数	とんかつカレー 注文数	えびフライカレー 注文数	ごはん(白米) 注文数	カレーライス 注文数	とんかつカレー 注文数	えびフライカレー 注文数	ごはん(白米) 注文数	カレーライス 注文数	とんかつカレー 注文数	えびフライカレー 注文数	ごはん(白米) 注文数	カレーライス 注文数	とんかつカレー 注文数	えびフライカレー 注文数	ごはん(白米) 注文数	カレーライス 注文数	とんかつカレー 注文数	えびフライカレー 注文数	ごはん(白米) 注文数	カレーライス 注文数	とんかつカレー 注文数	えびフライカレー 注文数
	ミックス10品目 注文数	いろいろキャベツ 注文数	だいこんサラダ 注文数	千切りのキャベツ 注文数	ミックス10品目 注文数	いろいろキャベツ 注文数	だいこんサラダ 注文数	千切りのキャベツ 注文数	ミックス10品目 注文数	いろいろキャベツ 注文数	だいこんサラダ 注文数	千切りのキャベツ 注文数	ミックス10品目 注文数	いろいろキャベツ 注文数	だいこんサラダ 注文数	千切りのキャベツ 注文数	ミックス10品目 注文数	いろいろキャベツ 注文数	だいこんサラダ 注文数	千切りのキャベツ 注文数	ミックス10品目 注文数	いろいろキャベツ 注文数	だいこんサラダ 注文数	千切りのキャベツ 注文数
週の注目商品	週替わり				週替わり				週替わり				週替わり				週替わり				土曜・プレミアム			
	いぶり鶏の照り焼き丼 注文数				いぶり鶏の照り焼き丼 注文数				いぶり鶏の照り焼き丼 注文数				いぶり鶏の照り焼き丼 注文数				いぶり鶏の照り焼き丼 注文数				給食弁当 注文数			
									サイドメニュー								サイドメニュー							
									いぶり鶏の照り焼き丼								たこ焼き 新 注文数							
									クリーム&コーヒゼリー															
									冷し中華															

※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。

8月第4週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜は①・③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。掲載写真から一部具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 海鮮塩炒めのあんかけ

賞3日

189kcal

注文数



B 鶏肉と野菜の中華炒め

賞3日

270kcal

注文数



670円 税込 724円

注文締切日 8月19日(水)

お届け日 8月28日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第4週		8月24日(月)				8月25日(火)				8月26日(水)				8月27日(木)				8月28日(金)				8月29日(土)			
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。																									
		中華				和食				洋食				中華				洋食				中華			
		・回鍋肉 ・大きな肉焼売 ・えびあんかけ焼きそば ・蒟蒻寒天と海藻の中華和え 冷				・北海道産真ほっけの塩焼き ・パチパチ炒めた雷豆腐 ・肉じゃが ・ほうれん草の白和え 冷				・ハンバーグステーキ 好評 ・カリフラワーのカレーソテー ・うずら卵とはんぺんのフライ盛り ・豆と穀物のポテトサラダ 冷				ムースーロー ・木須肉 ・もやしと挽肉の中華炒め ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル 冷 ムースーローとは 豚肉、木耳(きくらげ)、卵を醤油ベース で炒めた中国の家庭料理。				・北海道産助宗だらの香草フライ 好評 ・挽肉と大豆のスパイシー炒め ・アーリオ・オーリオ・ エ・ペペロンチーノ 新 ・コロコロ野菜のタルタルサラダ 冷 新				・えびと卵のチリソース煮 ・木耳と野菜の塩炒め ・肉団子～甘酢あんかけ～ ・鶏ささみの棒棒鶏 冷			
885円 税込956円		注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数			
竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%)				旨辛チキン 好評				ぶりのバター ムニエル				豚肉の カレーソテー				たらの 塩麹マヨ焼き				鶏肉の 明太マヨ焼き				白身魚フライ 新	
				にしんの 塩焼き				豚肉ときのこの レモン炒め				さば味噌煮				鶏肉の 香味醤油かけ 好評				海老かつの 卵とじ 好評				豚肉と野菜の 中華風炒め	
		共通副菜 ●いかのゆず胡椒炒め ●しゅうまい ●ほうれん草のお浸し ●さくら大根				共通副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●枝豆豆腐の炊き合わせ ●長芋サラダ ●野沢菜昆布				共通副菜 ●ツナとピーマンの炒め物 ●野菜さつま揚げ ●春菊のごま和え ●梅酢だいこん漬				共通副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め ●具沢山がんもの煮物 ●チンゲン菜のしらす和え ●菜々しば漬け				共通副菜 ●ほうれん草のバターソテー ●厚揚げ田楽 ●枝豆とコーンのごまドレ和え ●さくら大根				共通副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め ●南瓜の煮物 ●わかめの梅風味和え ●あさりの佃煮			
梅 ライト 624円 税込674円		鶏肉ともやしの味噌炒め				かに玉				酢豚風				にら玉炒め				豚肉のごま味噌炒め				揚げ出し豆腐			
		副菜 ●いかのゆず胡椒炒め ●マカロニのケチャップ ソテー ●ほうれん草のお浸し ●さくら大根				副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●カレー春巻き ●長芋サラダ ●野沢菜昆布				副菜 ●ツナとピーマンの炒め物 ●厚揚げの煮物 ●春菊のごま和え ●梅酢だいこん漬				副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め ●餃子 ●チンゲン菜のしらす和え ●菜々しば漬け				副菜 ●ほうれん草のバターソテー ●さつま芋の甘煮 ●枝豆とコーンのごまドレ和え ●さくら大根				副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め ●中華風かに玉 ●わかめの梅風味和え ●あさりの佃煮			
		注文数				注文数				注文数				注文数				注文数				注文数			
いつでもメニュー	ごはん・カレー	注文数	カレーライス	注文数	とんかつカレー	注文数	えびフライカレー	注文数	ごはん(白米)	注文数	カレーライス	注文数	とんかつカレー	注文数	えびフライカレー	注文数	ごはん(白米)	注文数	カレーライス	注文数	とんかつカレー	注文数	えびフライカレー	注文数	
	袋入りサラダ	注文数	ミックス10品目	注文数	いろいろキャベツ	注文数	だいこんサラダ	注文数	千切りのキャベツ	注文数	ミックス10品目	注文数	いろいろキャベツ	注文数	だいこんサラダ	注文数	千切りのキャベツ	注文数	ミックス10品目	注文数	いろいろキャベツ	注文数	だいこんサラダ	注文数	
			注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数	注文数		
週の注目商品		週替わり				週替わり				週替わり		サイドメニュー		週替わり		空弁		週替わり		サイドメニュー		土曜・プレミアム			
		汁なし担々麺				汁なし担々麺				汁なし担々麺		鶏入りわらび餅 新		汁なし担々麺		いくら石狩脂		汁なし担々麺		とうきびごはん 新		唐揚げ弁当 新			
		注文数				注文数				注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数		注文数			

※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！



CO-OP
食塩無添加野菜ジュース
160g×20本入

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞1095日

トマトと20種類の野菜をブレンド。飲みやすい後味に仕上げました。



CO-OP
食塩無添加濃いトマトジュース
160g×20本入

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞1095日

完熟トマト約3個分をぎゅっと濃縮。糖度7度のとろりと濃厚な味わい。



CO-OP
国産大豆の調整豆乳
200ml×12本入り

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞180日

波みや青臭みを感じさせない製法で、飲みやすく仕上げました。



CO-OP
国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒー
200ml×12本入

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞180日

国産大豆のみを使用。コーヒー風味の味わいを楽しくみください。



CO-OP
3種のきのこカレー
170g×16パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞730日

エリンギ・マッシュルーム・しいたけの3種のきのこの食感をお楽しみください。



CO-OP
減塩即席みそ汁合わせみそ
12食入り×12パック(長ねぎ、とうふ、油あげ、わかめ各3食)
180g×24パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞180日

信州みそと白みその合わせみそを使用。



CO-OP
たまごスープ
5食入り×12パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞540日

チキンエキスとブイヨンの旨味を生かしたスープにふわりとたまごが広がります。



CO-OP
小盛りご飯(富山県産こしひかり使用)
120g×16食入り

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞365日

組合員様の声に応えた小容量の米飯です。



CO-OP
おいしいご飯(山形県産はえぬき使用)
180g×24パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞300日

お釜炊きの原理を応用した加圧炊飯製法でふっくらと炊き上げました。



CO-OP
おいしい赤飯
(国産もち米100%使用)
160g×24パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞240日

ふっくらとした食感の赤飯です。レンジで約2分温めるだけで簡単に赤飯が召し上がれます。



CO-OP
白がゆ 250g×8パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞549日

新潟県産コシヒカリを100%使用して、ふっくらと炊き上げたおかゆです。

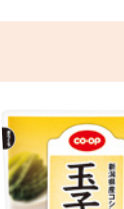


CO-OP
梅がゆ 250g×8パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞549日

梅干しは和歌山県産、お米は「新潟県産コシヒカリ」を100%使用し、ふっくらと炊き上げたおかゆです。



CO-OP
玉子がゆ 250g×8パック

注文締切日
8/5(水) 8/19(水)
お届け日
8/12(水) 8/26(水)

賞365日

新潟県産コシヒカリを100%使用し、ふわり玉子とかつお節、昆布のダブルエキスを配合した旨味のあるスープで炊き上げた玉子がゆです。

サイドメニュー パン 火金 週2回のお届け！



1 日糧 絹艶 3枚入り

賞3日

しっとりやわらか食パン。三枚入りです。

170円 税込184円



2 日糧 ふんわり生ロール 十勝バター入り

賞3日

濃厚な香りとほんのり甘さのあるふんわりロール。

196円 税込212円



3 日糧 ふんわり焼きそば こっぺ

賞2日

出汁を加えたコク深いソース焼きそばとマヨをサンド。

169円 税込183円



4 日糧 ふんわりコロッケ こっぺ

賞2日

国産じゃがいものコロッケとこだわりのケチャップソース使用。

169円 税込183円



5 日糧 イギリスラブラブサンド Wチーズ

賞2日

トーストすると外はカリッ、中はとろける2種類のチーズソースが楽しめます。

179円 税込193円

	注文締切日	7/30(木)	8/3(月)	8/6(木)	8/10(月)	8/13(木)	8/17(月)	8/20(木)	8/24(月)
	お届け日	8/4(火)	8/7(金)	8/11(火)	8/14(金)	8/18(火)	8/21(金)	8/25(火)	8/28(金)
1	日糧 絹艶 3枚入り								
2	日糧 ふんわり生ロール 十勝バター入り								
3	日糧 ふんわり焼きそば こっぺ								
4	日糧 ふんわりコロッケこっぺ								
5	日糧 イギリスラブラブサンドWチーズ								
6	日糧 りんごクリームパン								
7	日糧 しっとりジャムパンいちご								
8	日糧 手造りあんドーナツ								
9	日糧 ふっくらたまご蒸しパン								
10	日糧 北海道生ラブラブサンドコーヒー＆ホイップ								

※お届けの際、パッケージのデザインが紙面と異なる場合があります。

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！



はまなす食品
細かくぎざんだひきわり納豆
158円 税込171円

注文締切日
8/3(月) 8/10(月) 8/17(月) 8/24(月)
お届け日
8/7(金) 8/14(金) 8/21(金) 8/28(金)



はまなす食品
ふっくら北海道小粒納豆
118円 税込127円

注文締切日
8/3(月) 8/10(月) 8/17(月) 8/24(月)
お届け日
8/7(金) 8/14(金) 8/21(金) 8/28(金)



はまなす食品
梅納豆
130円 税込149円

注文締切日
8/3(月) 8/10(月) 8/17(月) 8/24(月)
お届け日
8/7(金) 8/14(金) 8/21(金) 8/28(金)

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。



1 CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml

賞3日

98円 税込106円



2 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml

賞3日

91円 税込98円



3 CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml

賞3日

159円 税込172円



4 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml

賞3日

158円 税込171円



5 CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml

賞3日

285円 税込308円

	注文締切日	7/30(木)	8/3(月)	8/6(木)	8/10(月)	8/13(木)	8/17(月)	8/20(木)	8/24(月)
	お届け日	8/4(火)	8/7(金)	8/11(火)	8/14(金)	8/18(火)	8/21(金)	8/25(火)	8/28(金)
1	CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml								
2	よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml								
3	CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml								
4	よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml								
5	CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml								
6	CO-OP 北海道低脂肪牛乳 1000ml								
7	よつ葉 よつ葉のヨーグルト 90g×3								
8	よつ葉 とろっとなめらかヨーグルト 400g								
9	機能性表示食品 森永 カルダスヨーグルト 100g								
10	森永 カラダ強くするのむヨーグルト100g								