

毎日2,000食以上お届け!!



**ご高齢者** **一人暮らしの方** **妊娠中や産後** など  
お食事準備の大変な方にご利用いただいています。

**お届け当日に  
地元石川県で作ります!**

**宅配料  
無料**  
平日(月~金)に毎日  
夕食のお弁当を  
お届け!!

**おいしさと健康をお届け! 選べる4コース**

**① おもいやりおかずコース**  
魚や大豆をメインに塩分やカロリーなどを抑え、  
からだに優しい美味しさ

塩分 約2g程度 カロリー 250~400kcal

5日分(月~金)  
本体価格 **2,855円** (税込3,083円)  
1食あたり **617円**(税込)  
サイズ:約22×16.5cm

**② おかずコース**  
多品目使って栄養バランス抜群

塩分 約3g程度 カロリー 400~500kcal

5日分(月~金)  
本体価格 **2,665円** (税込2,878円)  
1食あたり **576円**(税込)  
サイズ:約22×16.5cm

**NEW** **③ 満彩おかずコース**  
お肉、魚、野菜を中心に毎日15品目以上の  
食材を使用した食べごたえのあるおかず

塩分 約3g程度 カロリー 500~600kcal  
使用品目 15品目以上

5日分(月~金)  
本体価格 **3,040円** (税込3,283円)  
1食あたり **657円**(税込)  
サイズ:約26×16.5cm

**④ お弁当コース**  
多品目おかずに釜炊きご飯も付いて大満足

塩分 約3g程度 カロリー 550~650kcal  
石川県産こしひかり 100%使用

5日分(月~金)  
本体価格 **2,570円** (税込2,776円)  
1食あたり **555円**(税込)  
サイズ:約26×16.5cm

写真は、青菜ご飯です。

土日も必要!!な方は...  
全20種類の献立から毎週おまかせ2種セットでお届け!  
だし感を強めて塩分控えめ、健康志向の献立!

**冷凍おかず**  
(おまかせ2種セット)

1セット 本体価格 **1,140円** (税込1,231円)  
2食分

塩分 3.5g以下 カロリー 450kcal以下

全20種類

ご注文締切日 水曜日まで  
商品お届け日 翌木曜日

夕食宅配利用者の限定メニュー

サイズ:約25.5×11cm  
※写真は1食分のイメージです

**ぷらすメニュー**  
石川県産こしひかりを使用し、釜炊きでふっくら炊き上げました。  
ご自宅でご飯の準備が困難な方  
ご自宅でご飯の準備が困難な方  
ご自宅でご飯の準備が困難な方  
ご自宅でご飯の準備が困難な方

**別盛り/釜炊きご飯 200g 5日分**

石川県産こしひかり 100%使用  
カロリー 320kcal

※釜炊きご飯のみご注文は不可。電子レンジ温め可。  
本体価格 **640円**(税込691円) 1食あたり **138円**(税込)

写真はすべてイメージです

**コープいしかわ夕食宅配のこだわり**

**管理栄養士が考えた献立**  
5日間の栄養バランスを考え、  
塩分・カロリーに配慮した  
献立です。

**旬の食材を使用**  
お野菜・お魚を中心に新鮮な  
旬の食材を使用! 素材の味を  
大切に地元の大野醤油で味付  
けています。

**安全・安心**  
衛生管理の行き届いたHACCAP  
認定工場で製造しています。生協  
スタッフがまごころを込めてお届け  
します。  
※不在時は保冷箱に入れてお届け

**お試し企画 有料  
あります!**

登録初回週に限り、お試し  
企画として1日単位で  
ご注文できます。(有料)  
日替わり献立なので  
5日間連続のお試しが  
オススメです!



**かむ力・飲み込む力が弱い方** **糖尿病・腎臓病が気になる方** など  
毎日の食事が気になる方へお食事をお届けするサービス。

石川県内製造。お米は  
石川県産こしひかりを使用

塩分を抑えながら「かつお節」  
「昆布」のダシでしっかり味付け

カロリー・塩分等が計算された  
週間献立表が付いてきます!



**健康介護食** かむ力・飲み込む力が弱い方に

やわらか普通食 ※普通のお食事です

きざみ食

ムース食

**健康管理食** 糖尿病・腎臓病など  
毎日の食事が気になる方に

カロリー1440kcal たんぱく質40g

カロリー1600kcal たんぱく質60g

**クール便で**

お届けは週1回  
毎週土曜日に宅配便で  
お届けします。

※お届け到着時間の指定ができます。  
※お留守の場合は不在票が入ります。

**3日分の  
お試し企画  
あります!** **有料**

価格や商品詳細などは  
お気軽にお問合わせください

**登録・お問合せ**

フリーダイヤル **0120-759-853**  
【受付】月~金/10:00~19:00 土/10:00~14:00 白山市行町西1番地  
配達エリア 金沢市/白山市/小松市/野々市市/加賀市/七尾市/能美市/かほく市/輪島市/羽咋市/津幡町/内灘町/志賀町/中能登町/宝達志水町/穴水町/川北町  
※上記エリアであっても配達できない地域があります。詳細についてはコールセンターまでお問合せください。

パソコン又は携帯サイトからは  
[www.ishikawa.coop/](http://www.ishikawa.coop/)