

# 今週のおすすめ商品

冷凍で届いてレンジで簡単調理

詳しくはこちらの  
コープファミリーP.18を  
ご覧ください！



手軽にバランスの  
とれた食事を

- 人参、しらす入りごはん
- チーズハンバーグ
- ブロッコリー
- 白菜と人参のお浸し

1パック 193g  
261 kcal 食塩1.8g  
**233** 8月1回凍  
103680



※商品サイズ:  
約17×17.5cm

チーズハンバーグ弁当

12カ月 乳麦

(193g・1人前) 本体 **298**円  
(税込322円)

マルハニチロ



ご飯さえあれば

- 骨取りさばの味噌煮
- サラダ卵の花
- ほうれん草の辛子醤油和え

1パック132g  
200 kcal 食塩1.7g  
**234** 8月1回凍  
149802



※商品サイズ:  
約17×17cm

骨取りさばのみそ煮セット

12カ月 乳卵麦

(132g・1人前) 本体 **298**円  
(税込322円)

フードテック



和食の  
お弁当セットです

- 鶏ごぼうごはん
- 牛肉のすき焼き風煮物
- 野菜のごま和え

1パック300g  
440 kcal 食塩2.5g  
**235** 8月1回凍  
150983



※商品サイズ:  
約17×17cm

鶏ごぼうごはん&  
牛すき煮セット

12カ月 乳麦

(300g・1人前) 本体 **398**円  
(税込430円)

アスカフーズ

“顔がみえる”  
地元の商品が大集合!!



石川県を中心とした  
北陸3県の商品です



皮ごとまるかじりOK♪

担当:小川



芋農家の  
手づくり  
焼き芋

原料が  
2019年産の為

袋のまま  
電子レンジ  
OK

こぼこぼの五郎島金時の食感と  
自然の甘味をお楽しみください。

**1026** 次回未定  
106566 100g 148kcal 食塩0.06g

焼き芋 ちょイモ (120g)

11日

かわに

前回4月3回  
本体268円

処分価格

本体 **148**円  
(税込160円)



身厚で食べごたえあり!

担当:橋本



長さ約30cm

100g 148kcal 食塩0.3g

石川県産の新鮮な大型の  
かますを開いて、一塩干し  
にしました。

**1044** 次回未定  
107122

開きかます (大)

6カ月

石川県産/山下水産

2尾

1尾 本体280円

本体 **560**円  
(税込605円)



本格派の味!!

担当:得田



50g 61kcal 食塩1.2g

肉厚なタラのモツを選びす  
ぐり、韓国風唐辛子薬味と  
ごま油等で味付けしました。

**1088** 次回未定  
105609

焼肉屋さんの味付  
チャンジャ

20日

イワモト

(50g)

前回5月2回  
本体288円

年間最安値!

本体 **258**円  
(税込279円)

ポイント  
プレゼント  
クイズ!

Q

P.4では、COOP商品60周年企画でコープいしかわ  
おすすめ商品ベスト ? をご案内しております。

選択番号 ①...100

②...10

③...1

注文番号  
応募6桁番号 **348970**

- 注文用紙の6桁注文欄に上記の6桁番号を、  
注文数欄に選択番号をご記入ください
- 正解者全員に1ポイント、  
抽選で10名に50ポイント

前回の答え... ①

商品利用+クイズ正解者に1ポイント。(請求金額が0円以下の場合にはポイント付与されません。)抽選で10名に50ポイントプレゼント。2週先の個人別お届け表明細に記載されます。