



コープいしかわ 今週のイチオシ!!

これは
うまいっ!



鶴来センター
キタハマ ヒロキ
北濱 央也さん

入協歴 3年6か月 趣味 体を動かすこと
出身地 白山市 好きな生協商品 抹茶パーアイス
ニックネーム キタハマくん
普段のお仕事内容
菅原・野々市地区の配送をしています。

1993年発売のロングセラー! 毎回好評

毎週定期でお届け

100g 123kcal 脂質0.1g

定期注文 **375730** 1個 税込54円

076 11月 4回 毎週 蔵

バニラヨーグルト 100g×6 本体 **298円** (税込322円)

オススメします!

ヨーグルトの酸味が苦手な方でも食べやすいバニラ風味のヨーグルトです。我が家では忙しい朝食時にとっても助かっています。凍らせてアイス感覚で食べるのもおすすめです。この機会にぜひお試しください。

これは
うまいっ!



宅配支援部
カワハラ ケイコ
河原 恵子さん

入協歴 7年 ニックネーム おけいさん
出身地 福井県 趣味 ガーデニング・お菓子作り
好きな食べ物 アーモンドリーフ
普段のお仕事内容
夕食宅配のサポーターをしています。

子持ちからふとししゃも (カナダ産) 240g 本体 **398円** (税込430円)

100g 150kcal 脂質1.7g

083 次回未定 凍 万代

子持ちからふとししゃも (カナダ産) 240g 本体 **398円** (税込430円)

オススメします!

仕事で帰りが遅い時、冷凍のままフライパンで焼けるので便利です。カリカリに焼くと頭から食べられて、プチプチ卵がたっぷりですサイコー!!子供達も大好きです。

eフレンズ News

生協のインターネット注文
"eフレンズ"のうれしい特典♪

eフレンズ限定企画(先着順企画)がおトク!

賞味期限が近い在庫処分品や旧包材処分品、訳あり商品を中心に数量限定・お買い得価格でご案内。毎週月曜午前7時は要チェック!

eフレンズ限定企画(乳幼児・介護食・アレルギー対応食品)が便利!

乳幼児・介護食・アレルギー対応食品を幅広くラインナップ。対象の方がいるご家庭の食事づくりを応援します。



メール配信サービスが便利!

欠品・遅配のお知らせ

事前に欠品・遅配が確定した商品は、2日以上前にお知らせ。

注文締切のお知らせ

注文締切前日の夕方に、注文が確認できない場合にお知らせ。

抽選結果のお知らせ

数量制限や抽選商品企画で、注文数よりお届け数が下回る場合にお知らせ。

操作の質問は「eフレンズ事務局」まで
tel.076-274-9280 (月・金 9:00-17:30 土・日・祝日は除く)

“顔がみえる”
地元の商品が大集合!!

じゅもーる

石川県を中心とした
北陸3県の商品です



輪島の朝市でも人気!

担当:橋本

冷凍のまま焼いて!

100g 163kcal 脂質1.6g

冷凍のまま焼いてください

真あじを直源醤油の甘味のある醤油たれにじっくり漬けて干しました。

1051 12月 3回 凍

真あじ醤油干し 200g(2枚) 本体 **298円** (税込322円)

産/西脇水産 前回10月3回税込410円



年末年始向けのかぶら寿しにも!!

担当:得田

新商品

塩糀、甘酒、味噌づくりに

100g 285kcal 脂質0.0g

自家栽培こしひかり使用

石川県産特別栽培米こしひかりのみを使用しています。甘酒、塩糀、味噌づくりにどうぞ。

1135 12月 4回 蔵

ぶった農産米糀 400g 本体 **600円** (税込648円)

産/ぶった農産



自分へのご褒美にぜひ!

担当:小川

新商品

濃厚バター風味のバームクーヘンの中に北海道産クリームチーズを使用したバイクドチーズを焼き込みました。

1128 12月 2回 凍

ムッシュフロマージュ 100g 364kcal 脂質0.5g

1個(直径約12cm) 本体 **1,000円** (税込1,080円)

産/西洋菓子倶楽部(福井県)

ポイント
プレゼント
クイズ!

Q

迎春早割予約の注文書の色は何色でしょう?
(ヒント:表紙)

選択番号 ①…赤色 ②…黄色 ③…水色

応募6桁番号 348970

●注文紙の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... ②

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。