おはようガイド

2025 5月
4/28～5/30 配達分

6月『おはようガイド』『注文書』は 5月12日（月）からの配布となります。

注文書提出日
- ご注文又は注文の追加・変更は配達日の1週間前までにお願いいたします。
- 注文書（OCR）は1ヵ月分まとめてご提出いただけます。お電話、インターネットでも受け付けています。
- ■酒類は下記住所より配達いたします。20歳未満の方への酒類の販売は致しておりません。

おはよう宅配「Web注文」始めませんか! https://coopaichi-mc.jp/
Web注文利用登録をすればパソコン、スマホからご注文いただけます。
トップ画面またはログイン画面の「新規登録はこちら」より案内にしたがって登録してください。
登録後すぐにインターネットでのご利用が可能です。※組合員コードと登録したパスワードは注文する時に必要になります。

生活協同組合 コープあいち おはよう宅配
愛知県長久手市蟹原2001
TEL.052-703-1382
FAX.0561-56-8214
〈土・日・定休〉お電話は8:00～17:00で受け付けています。お間違えのないようおかけください。
※留守番電話での対応は致しておりません。FAX等をご利用ください。

お母さん ありがとう!
太く長い幸せを願い、カットしていない一本の形状でお届け。



NEW
153 1週
平田牧場 日本の米育ち三元豚 一本角煮 180g
新規お試し価格 本体1,280円（税込1,382円）
本体1,480円（税込1,598円）



1週 178 おすすめ
近江牛モモ ミニステーキ用 100g（2枚）
本体1,580円（税込1,706円）
本体1,480円（税込1,598円） 得



236 1週
今半ごま しゃぶしゃぶ（木樽醤油仕込み） 300mℓ
本体840円（税込907円）

大地の恵み 初夏のおすすめ 海の幸

191 2週 得
サラダ野菜セットB 3種
本体380円（税込410円）→ 本体360円（税込388円）

3週 181 おすすめ 牧場
三元豚 ロース・肩ロース しゃぶしゃぶ用 160g
本体750円（税込810円）→ 本体730円（税込788円） 得

おなじみ企画
19 トマト 約450g
得 3週 本体360円（税込388円）

1週 2週 3週 217 212 220
4週 5週 209 216 おすすめ
キウイフルーツ サンゴールド3玉
得 4週 本体430円（税込464円）

4週 5週 211 211
小玉すいか 1玉（約1kg） おすすめ
得 5週 本体1,480円（税込1,598円）

3週 4週 5週 219 207 215
台湾パイナップル 1玉（約800g）
得 5週 本体520円（税込561円）



NEW
173 3週 168 5週
サバ西京漬 約220g（3切）
本体498円（税込537円）→ 新規お試し価格 本体478円（税込516円）

鮨特集



149 2週 おすすめ
鱒のすし 1食
本体2,200円（税込2,376円）



2週 4週 おすすめ 161 156 得
国産釜あげ桜えび 40g
本体550円（税込594円）→ 本体510円（税込550円）

2週 4週 おすすめ 162 157 得
釜あげしらす 50g
本体398円（税込429円）→ 本体378円（税込408円）

149 1週 NEW
吾左衛門本舗 穴子 1本（タレ 山椒付き）
本体1,450円（税込1,566円）

150 1週
吾左衛門本舗 鯖 1本
本体1,800円（税込1,944円）

151 1週
吾左衛門本舗 蟹 1本
本体2,080円（税込2,246円）

組合員の皆さまへ

5月2週は前半『5日(月祝)・6日(火祝)』の配達・業務は お休みさせていただきます。通常前半でご利用の方は後半でご利用いただけます。
※5月2週と5月3週『12日(月)・13日(火)』配達分のご注文しめ切りは 通常より早くなります。ご案内等でご確認ください。

ヤクルト

おはよう宅配でヤクルト飲料をお届け！

重い荷物は宅配で購入

朝活 飲んで元気 ドリンク習慣

1週 225 ヤクルトミルージュ(乳性飲料) 200㎖×12 本体1,440円(税込1,555円) → 本体1,350円(税込1,458円) 得

3週 228 贅沢野菜1日分 200㎖×12 本体1,740円(税込1,879円) → 本体1,660円(税込1,792円) 得

5月のご注文は4月18日(金)までにお電話・FAXで。

6月「ヤクルト注文書」は6号おはようガイド(5月12日から配布)と一緒にお届けします。

NEW ヤクルト 65㎖×5 本体240円(税込259円)

ヤクルト Y1000 110㎖×6 本体900円(税込972円)

ゴールドパック

信州安曇野からおいしさをお届け

朝食に人気のバナナと、忙しい朝に摂りにくい緑黄色野菜をベストバランスでミックスし、飲みごたえのあるスムージーに仕立てました。

5週 220 北海道緑黄色野菜スムージー 160g×10缶 本体1,480円(税込1,598円) → 本体1,380円(税込1,490円) 得

国産のもぎたて果物を贅沢に使ったジュース！80gのお手軽サイズで果汁100%なので小さなお子様にも安心。冷凍庫で簡単にシャーベットもできあがり、これからの季節にぴったり！

凍らせてシャーベットにも！

229 3週 NEW 凍らせるとシャキッと美味しいフルーツバー 80g×5種(スイカ・メロン・レモン・あまおう・日向夏)×4 本体2,380円(税込2,578円)

新規お試し価格 本体2,180円(税込2,354円)

※栄養表示はお問い合わせください。

寿高原食品

信州で果物とともに歩み、果実の風味そのままに、安心安全にこだわったジュースやジャム。

おすすめ 1週 224 信州産白桃ジュース 千曲の滴 1000㎖ 本体680円(税込734円) → 本体650円(税込702円) 得

信州産の桃(川中島白桃・白鳳)を使用。果肉を含まないさらっとしたストレートジュース。自然な桃の味わい。

長野北信地方のりんごを使用。風味、味もたいへん良いストレート果汁です。

226 3週 しぼりっぱなしりんごジュース 1000㎖ 本体430円(税込464円) → 本体410円(税込442円) おすすめ 得

マルオリ

飛騨高山丹生川産トマト使用。旨味が凝縮され、糖度もぐっと高くなる9月～11月にかけて収穫された生食用トマト使用。

おすすめ ストレートタイプ 無塩 おはよう宅配自慢のトマトジュース

高山丹生川で収穫される良く熟した生食用のトマトをたっぷり使用しています。原料は、トマトだけの無塩ストレートジュースです。

217 2週 500㎖ 本体540円(税込583円) → 本体520円(税込561円) 得

4週 217 1000㎖×4本(箱入) 本体3,900円(税込4,212円) → 本体3,820円(税込4,125円) 得

「塩」「酢漬け酢」「赤しそ」等も4週P19でご紹介

梅・らっきょう 手づくりしませんか？

※生育状況によりお届け週が変更になる場合があります。

207 5週 らっきょう(洗い) 約1kg(MSサイズ) 本体1,480円(税込1,598円)

235 4週 小梅 約1kg(税込950円) 減塩 自権 CO・OP

206 5週 青梅 約1kg(税込1,058円) 減塩 自権 CO・OP

236 4週 国産原料100% 氷砂糖 1kg 本体538円(税込581円)

※20歳未満の方への酒類の販売は致しておりません。

消費税10%

240 4週 CO・OP ホワイトリカー35 1.8ℓ 本体1,380円(税込1,518円)

愛知県 川助農園 トマト

木曽三川系の清らかな清水と肥沃な大地に恵まれた、愛知県西部に位置する尾張濃尾平野で生産しています。生産者グループの理念はひとに地球にやさしく、すべてのひとが笑顔になる感動農業です。環境負荷軽減(減肥、減農、減炭素)の持続可能な農業を目指しています。



おなじみ企画 19 トマト 約450g 本体398円(税込429円) → 得 本体360円(税込388円)

2週 4週 190 187 カラフルトマト(3色) 約200g 3色 本体298円(税込321円) → 得 本体268円(税込289円)

おなじみ企画 20 ぜいたくトマト 約250g 本体420円(税込453円) おすすめ 得 本体398円(税込429円)

3週 5週 193 189 ミニトマトあいこ 約200g 本体298円(税込321円) → 得 本体260円(税込280円)

2週 4週 189 186 ミニトマト 約200g 本体298円(税込321円) → 得 本体260円(税込280円)

Recipe トマトとシラスのマリネ

おなじみ企画 1ヶ月通して毎回ご注文いただける商品を集めました

予約登録対象商品

1～7の商品をあわせて1日あたり3点以上のご登録で1点につき5円引きとなります。

予約登録方法

- 予約登録はお電話でご登録ください。
- 予約登録商品のみご注文の場合もOCR注文用紙は必ずご提出ください。
- Web注文の方は週ごとの画面上で今週の予約注文(注文)ボタンを押してください。

※OCR注文用紙の提出や注文の確定がない場合は商品のお届けができませんので、ご注意ください。

- 予約登録商品の変更等は毎週のOCR注文用紙、Web画面又はお電話で。

1 乳 成分無調整 美濃せいきょう牛乳 1000㎖ 美濃酪連(岐阜県) 本体255円(税込275円) → 本体220円(税込237円) 得 おすすめ 冷蔵12日

飼料原料のとうもろこし、大豆油粕は遺伝子組換え混入防止管理済みです。

2 乳 ひるがの3.6牛乳 1000㎖ 美濃酪連(岐阜県) 本体225円(税込243円) 冷蔵12日

美濃せいきょう牛乳のオリジナルブランド商品です。

3 乳 せいきょう低脂肪牛乳 1000㎖ 中央製乳(愛知県) 本体210円(税込226円) → 本体220円(税込237円) 得 CO・OP 冷蔵11日

生乳100%、乳脂0%、130℃ 2秒殺菌。

4 乳 生協ヨーグルト(プレーン) 500g 本体198円(税込213円) → 本体218円(税込235円) 得 おすすめ CO・OP 冷蔵14日 美濃酪連(岐阜県)

せいきょう牛乳100%使用。ブルガリア菌・サーモフィラス菌使用。

おすすめの声 たっぷりフルーツソースの味がしっかりとしている

5 卵 あいちの米たまご 10個(大小混) 本体308円(税込332円) 1週のみ 本体318円(税込343円) CO・OP デイリーファーム(愛知県)

飼料の主原料となるとうもろこし、脱脂大豆は遺伝子組換え混入防止管理済みです。あいちの米を10%以上飼料に配合。海藻を加えヨード分補強。

6 国産大豆100%使用 もめん豆腐 200g×2 本体130円(税込140円) 冷蔵10日 マルソン(愛知県)

国産大豆、天然にがり100%使用。シリコーン樹脂やグリセリン脂肪酸エステルなど消泡剤を使用していません。

7 国産大豆100%使用 絹ごし豆腐 200g×2 本体130円(税込140円) 冷蔵10日 マルソン(愛知県)

8 乳 成分無調整 せいきょう牛乳 美濃酪連(岐阜県) 500㎖ 本体158円(税込170円) 得 冷蔵12日

飼料原料のとうもろこし、大豆油粕は遺伝子組換え混入防止管理済みです。

9 乳 生協ヨーグルト(加糖) 美濃酪連(岐阜県) 500g 本体218円(税込235円) 得 冷蔵14日

せいきょう牛乳84%使用。ブルガリア菌使用。

10 卵 生協たまご デイリーファーム(愛知県) 6個 本体198円(大小混)(税込213円)

飼料原料のとうもろこし、大豆油粕は遺伝子組換え混入防止管理済みです。飼料の一部に国産飼料用米を配合しています。

11 卵 あいちの米たまご デイリーファーム(愛知県) 6個 本体218円(大小混)(税込235円)

飼料の主原料となるとうもろこし、脱脂大豆は遺伝子組換え混入防止管理済みです。あいちの米を10%以上飼料に配合。海藻を加えヨード分補強。

12 卵 極みたまご「さくら」 デイリーファーム(愛知県) 6個 本体198円(大小混)(税込213円) おすすめ

日本国内で育種された純国産鶏「さくら」。飼料原料のとうもろこし、大豆油粕は遺伝子組換え混入防止管理済みです。

13 卵 放し飼い米たまご デイリーファーム(愛知県) 6個 本体600円(大小混)(税込648円)

鶏舎の中や飼育場で平飼いし、自然に近い環境で育った鶏が生んだ米たまご。飼料主原料のとうもろこし、脱脂大豆は遺伝子組換え混入防止管理済み。あいちの米を10%以上飼料に配合。海藻を加えヨード分補強。

14 乳 国内産小麦粉 北の大地食パン 1.5斤 本体700円(税込756円) おすすめ お届け日含む3日 グルマンマルセ(岐阜県)

国内産小麦粉100%。生クリーム入りで長時間発酵させた深い味わい。

おすすめの声 シンプルだけど食べ飽きない味。大切な人へ。

15 国産大豆100%使用 ミニとうふ 150g×3 本体125円(税込135円) 冷蔵15日 マルツネ(愛知県)

遺伝子組み換え大豆は使っていません

国産大豆とにがり使用の充填とうふ。消泡剤不使用。

16 国産大豆100%にがり油あげ 信濃雪(長野県) 5枚 本体128円(税込138円) 冷蔵7日

国産大豆を100%使用し"にがり"100%でふっくらと仕上げました。あげにほのかな甘みがあり、表皮が柔らかで味染みが良く、あげが破れにくいのが特徴です。消泡剤・保存料は使用していません。

17 国産小粒納豆 小杉食品(三重県) 40g×3(タレ・からし付) 本体128円(税込138円) 冷蔵10日

国産大豆100%使用。柔らかくふっくら仕上げています。

18 コープしが産直豚小間切 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 200g(税込429円) おすすめ 冷蔵7日

三重県産豚肉。2ミリスライス・真空パック。

19 トマト 川助グループ 名倉農園(愛知県) 約450g 本体398円(税込429円) → 得 本体360円(税込388円)

20 ぜいたくトマト 川助グループ 名倉農園(愛知県) 約250g 本体420円(税込453円) おすすめ 得 本体398円(税込429円)

甘味がある、味の濃いトマトです。

21 きゅうり 3本 本体240円(税込259円) 愛知又は長野県産

22 キャベツ 1玉(約600g) 本体240円(税込259円) 農民連 アソミ産直センター(愛知県)

23 レタス 1玉(約200g) 本体240円(税込259円) 長野、茨城又は兵庫県産

24 水耕栽培レタス 1株 本体148円(税込159円) 川助グループ沖ぐん 神田さん(愛知県) (約90g) おすすめ

レタス、フリルレタス、サニーレタスの中から産地や水と肥料(窒素・リン酸・カリウム)を与えています。

25 葉っぱミックス 約70g 本体128円(税込138円) 川助グループ(愛知県) おすすめ

数種類の野菜の効果をミックス。サラダでどうぞ。

26 ほうれん草 約150g 本体185円(税込199円) 川助グループ(愛知県)

期間のみ 30g増量

27 小松菜 約200g 本体148円(税込159円) 川助グループ(愛知県)

化学合成農薬の使用は地域慣行栽培の1/2以下。

28 京都 九条ねぎ 約150g(3～6本) 本体210円(税込226円) 農民連・京都産直センター

29 大根(カット) 約800g 本体198円(税込213円) 農民連 アソミ産直センター(愛知県) おすすめ

30 春人参 1週 徳島、熊本又は長崎県産 約400g 本体248円(税込267円)

2週～5週 農民連・多古町旬の味産直センター(千葉県) アソミ産直センター(愛知県) 約400g 本体198円(税込213円)

31 玉ねぎ 約800g(3～5玉) 本体198円(税込213円) 農民連・アソミ産直センター(愛知県) 得 3週 本体178円(税込192円)

32 新じゃがいも 約600g 本体298円(税込321円) 長崎又は鹿児島県産

★賞味期限(賞)・消費期限(消)は製造日から(製造日を含む)未開封で適切な温度で管理された場合の期限です。お届けからの期限ではありません。

★アレルゲンは原材料に入っているもののみを表示しています。(例 乳 卵 小麦)

★表示価格は本体価格・( )内は消費税込みの価格(小数点以下のものは切捨てのための目安価格)です。

★分別生産流通管理済み…原料に使用する大豆・とうもろこし等について、生産から加工まで遺伝子組換え農産物が混入しないように管理している事です。法律改正により商品の表示が変更されましたが、今まで「遺伝子組換え原料GMO不使用」と表示していたものと同じ原料です。

畜産、水産物の中でコープ独自の「品質基準」をクリアした商品で生協独自に認証した商品。東海コープグループメンバーで構成する認証委員会の認証を受けた商品です。 一定の栽培基準をみたし生協独自に認証した農作物

■精肉・たれ漬肉は充分加熱してお召し上がりください。「コープしが産直豚肉」のパッケージは「国産豚」と表記しております。 ※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。

※野菜・果物の写真はイメージです。生育状況によりやむをえず産地など変更になる場合があります。同等の代替品の確保ができない場合は欠品とさせていただきます。

5月1週

前 月火 (4/28~4/30)
後 木金 (5/1~5/2)

★賞味期限(賞)・消費期限(消)は製造日から(製造日を含む)未開封で適切な温度で管理された場合の期限です。お届けからの期限ではありません。
★アレルゲンは原材料に入っているもののみを表示しています。(例 乳 卵 小麦)
★表示価格は本体価格・( )内は消費税込みの価格
(小数点以下のものは切捨てのため目安価格)です。

今日の18品 休日のランチ おやつ・おつまみはコレ！

スギヨのちくわ かにかま等新提案！ 毎週1品ご紹介



131 たらば風カニカマ瀬戸内レモン 1本 スギヨ(石川県) 冷蔵 40日(税込170円) 本体158円 新規お試し価格 本体148円(税込159円)

116 お好み焼セット山芋入りいか玉 1人前 本体380円(税込410円) 本体370円(税込399円)

袋を開けると小麦の香り、トーストでは外はパリッ、中はふんわり。国内産小麦粉100%天然酵母使用。きび、あわなど雑穀入り。

※お早めにお召し上がりください。

101 十穀と国産小麦の食パン 1本 1092kcal 食塩相当量 3.7g グルマンマルセ(岐阜県) 冷 お届け日含む3日 1斤(税込518円) 本体480円

もっちり、やわらかくほんのり甘いパン。添加物を加えずに柔らかく仕上げることができました。

おすすめの声 小さなお子様、高齢者まで楽しめるパンです。

102 もちもちちぎりパン(ハーフ) 1個 434kcal 食塩相当量 0.8g グルマンマルセ(岐阜県) 冷 お届け日含む2日 1個(税込237円) 本体220円

国産小麦と天然酵母のフランスパンです。

103 レトロバゲット 1個 596kcal 食塩相当量 2.7g グルマンマルセ(岐阜県) 冷 お届け日含む3日 1個(税込302円) 本体280円

チョコレートのシートを折り込み、目家製のクッキー生地とチョコを乗せて焼き上げました。

104 チョコロング 1本 411kcal 食塩相当量 0.5g グルマンマルセ(岐阜県) 冷 お届け日含む3日 1本(税込345円) 本体320円

くちどけの良いミルク味の菓子パン。

105 ミルキーボックス 1個 476kcal 食塩相当量 0.8g グルマンマルセ(岐阜県) 冷 お届け日含む3日 1個(税込270円) 本体250円

甘い金時豆入りのふんわりパン。「まめなな」は飛騨の方言で「お元気ですか?」の意味。

NEW 106 豆ななか 1個 264kcal 食塩相当量 0.36g グルマンマルセ(岐阜県) 冷 お届け日含む3日 2個(税込410円) 本体380円

しっとり口どけのよい、全粒粉入りロールパンです。

直径約7cm 1個 100kcal 食塩相当量 0.4g

107 しっとり全粒粉入りロール タカキベーカリー(岡山県) 冷 お届け日含む3日 6個(税込213円) 本体198円

手軽な朝食やおやつにおすすめ。サルタナレーズン入りの生地を焼き上げ、シュガーマーガリンをサンド。

NEW 108 レーズンスティック(シュガーマーガリン) 長さ約25cm 1個 395kcal 食塩相当量 0.9g タカキベーカリー(広島県) 冷 お届け日含む2日 1個(税込151円) 本体140円

切込みを入れなくても、自然に開くのでサンドイッチパンとも呼ばれるパンです。

109 胚芽バーガー 1個 293kcal 食塩相当量 0.9g 本間製パン(愛知県) 冷 お届け日含む2日 3個(税込291円) 本体270円

地域限定生乳を使用し、低温で殺菌することにより生乳に近い牛乳です。

110 ひるがの低温殺菌牛乳 乳 200ml 136kcal 食塩相当量 0.2g 美濃酪連(岐阜県) 1000ml 冷 本体298円(税込321円)

地元の酪農家から届いた安心安全な生協牛乳を便利なスリムストロー付きパックでお届けします。

111 せいきょう牛乳 乳 1本 137kcal 食塩相当量 0.2g 美濃酪連(岐阜県) 冷 お届け日含む11日 200ml×3(税込321円) 本体298円

岐阜県内の酪農家からの生乳85%に生クリームとビフィズス菌BB-12を配合。香料、安定剤(ゼラチン)不使用。

112 美濃路ヨーグルト 乳 80g×3 美濃酪連(岐阜県) 冷 お届け日含む21日(税込159円) 本体148円

素材の風味を生かすため(香料)、安定剤、着色料不使用。マンゴー6%、新潟県産生乳82%使用。

113 ヤスダヨーグルトマンゴー 乳 1本 137kcal 食塩相当量 0.14g ヤスダヨーグルト(新潟県) 冷 お届け日含む22日 150g×3(税込505円) 本体468円

新鮮な生乳を70%以上使用することでミルクのおいしさを引き出した白いプリンです。

114 ひるがのミルクプリン 乳 卵 1食(80g) 123kcal 食塩相当量 0.1g 美濃酪連(岐阜県) 冷 お届け日含む14日 80g×3(税込194円) 本体180円

加熱した時のチーズの伸びが特徴のとろけるスライスチーズです。パンにのせて焦がせば一層厚くおいしいチーズトーストが楽しめます。とろ~りとろける スライスチーズ。

1枚当たり(15g) 47kcal 食塩相当量 0.26g

115 Cheeno! とろけるスライス 乳 デイリー・プロダクツソリューション(東京都) 冷 105g(7枚)(税込237円) 本体220円

キャベツ(国産)、お好み焼き粉、ソース、いか、あげ玉などに生卵をセット。

1包装 276kcal 食塩相当量 3.9g

116 お好み焼セット山芋入りいか玉 卵 小麦 おはなはん(和歌山県) 1人前 冷 本体380円 本体370円(税込399円)

手作りピザのように自然な焼き色で外はパリッ、中はもちっとした食感が特徴のナポリ風クラストを使用し、トマト、モッツァレラチーズ、レッドチェダーチーズ等をトッピング。

117 ちょっと贅沢なピザ マルゲリータ 乳 1包(367g) 861kcal 食塩相当量 4.8g デルソーレ(東京都) 冷 1枚(357g)(税込905円) 本体838円

押し麦入りのターメリックライスに、ハヤシ風ソースとデミグラス風ソースをかけたビーフシチュー仕立てのリアです。ワインのコクを効かせた、深みのある味に仕上げています。

118 ビーフ&チーズドリア 乳 卵 小麦 電子レンジ専用 ヤヨイサンフーズ(静岡県) 200g 冷 本体328円(税込354円)

ペンネにクリーミィな北海道産発酵バターを加えたベシャメルソースを合わせ、白切りのチーズとシュレッドチーズをトッピングし焼き上げました。パチピシを隠し味に加えることで、奥深い味に仕上げました。

119 7種のチーズのグラタン 乳 卵 小麦 電子レンジ専用 100g 122kcal 食塩相当量 1.2g ヤヨイサンフーズ(静岡県) 200g 冷 お届け日含む4日 本体328円(税込354円)

蜂蜜のまろやかな甘さとりんご酢のやさしい酸味を生かしたしょうゆベースのコク旨スープ付。外国産小麦使用。

シーズンスタート！ 1食分 359kcal 食塩相当量 3.4g

120 冷し中華(生) 2食(めん110g×2 スープ50g×2) 瑞遠社(愛知県) 冷 本体178円(税込192円)

5種類の国産小麦を オリジナルブレンド。風印掛け乾燥熟成により小麦の風味を凝縮。コシを引き出すため麺に上げた後、手作業により指先でコーティングすることで麺の食感、旨味、口持ちが向上。

まとめておかっ 2点以上は1点あたり10円引き

1食分 276kcal 食塩相当量 0.2g

121 深蒸し仕立て焼そば 冷 1食(140g)(税込170円) 本体158円

濃厚なクリームソース系などとの相性が抜群の生パスタ。ゆで時間も短く短時間で調理ができます。幅5mmの平麺です。

1食(130g) 380kcal 食塩相当量 1.4g

122 生パスタ(平麺) 乳 卵 小麦 Qクリエイツ(愛知県) 2食(130g×2)(税込594円) 本体550円

国産のそば粉を使用したそばです。(そば粉:5割)麺を丸切りにすることで手切り感を演出しました。創味食品のかけ・ざる兼用そばつゆ付き。

かけざる兼用 1食(145g) 342kcal 食塩相当量 5.9g

123 特撰 信州(めん220g・つゆ36g×2)乱切りそば(生) 約2人前 冷 本体428円(税込462円)

国産大豆使用。タレ付き。

100g 213kcal 食塩相当量 1.0g

124 国産 中粒納豆 小杉食品(三重県) 40g×3(タレ付)(税込127円) 冷 本体118円(税込10円)

吉野葛を使用した白ごまと金ごま、黒ごまとうふのセット。

みそだれ付

125 胡麻とうふ彩り 聖食品(大阪府) 75g×3たれ10g×3 冷 本体450円(税込486円)

国産大豆100%使用の絹ごし豆腐の厚揚げ。

126 国産大豆100%使用 絹ごし豆腐の厚あげ 100g 90kcal 食塩相当量 0.02g マルソネ(愛知県) 冷 本体118円(税込127円)

伊勢芋入りの手づくりはんぺい。石臼ですりあげられ、しっとりとするまで練り上げられた熟練の職人さんのてづくり。

直径約11cm

127 伊勢はんぺい 若松屋(三重県) 冷 1枚 本体215円(税込232円)

リン酸塩を使用していないタラのすり身を使用しています。

100g 79kcal 食塩相当量 1.93g

128 かに風味かまぼこ ツインサラダ スギヨ(石川県) 冷 90g 本体218円(税込235円)

豊橋名産。魚肉のうまみがつまっていて、弾力があり、しっかりした噛みごたえ。

1本(65g) 66kcal 食塩相当量 1.4g

129 真に旨いちくわ まるい水産(愛知県) 冷 3本(65g×3)(税込270円) 本体250円

おすすめ マークは「おはよう宅配委員会」おすすめ商品。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

天然しそ色素で着色しており、合成着色・保存料は一切使用していません。鮮やかで綺麗な赤い梅干しは、白米やお弁当の彩りにもぴったりです。

100g 45kcal 食塩相当量 16.9g

135 前岡農園のしそ漬梅干 前岡農園(奈良県) 冷 180日 150g 本体638円(税込689円)

旨味の強い貝柱を使用したエキスにグルタミン酸が豊富といわれる煮干のだしを使用した白菜刻みキムチ。

NEW 136 各務原キムチ 健 ヤマサン(岐阜県) 冷 賞味15日 100g 68kcal 食塩相当量 4.0g 200g 本体298円(税込321円)

地元産原料の他、国産のこんにゃく芋からつくりました。煮物、炒め物などに。

137 下呂生芋糸こんにゃく 下呂特産加工(岐阜県) 冷 90日 250g(税込129円) 本体120円

四万十町産のブランド豚を100%使用し、こだわりのシャキシャキ国産野菜を使用した具沢山の美味しさたっぷりの豚まん。

1個140g 310kcal 食塩相当量 1.67g

見ごたえ 見ごたえがいっぱいで美味しい。

おすすめ

138 具だくさん豚まん 乳 健 冷 賞味7日 あぐり窪川(高知県) 280g(2個入り)(税込594円) 本体550円

水いらずで、多めの油で焼くだけのニラ餃子。タレ付き。

※加熱調理をしてください

139 健 タレ付き 薄皮浜松餃子(ニラ) マルマツ(静岡県) 冷 賞味6日 餃子100g 210kcal 食塩相当量 1.0g たれ1袋 11kcal 食塩相当量 0.8g 17g×16個(税込429円) 本体398円

国産じゃがいもをマヨネーズと和えた、ボリュームたっぷりのサラダです。

1包装 230kcal 食塩相当量 1.0g

140 卵 じゃがいもが美味しいなめらかポテトサラダ 冷 賞味お届け日含む2日 1個(130g) セトデリカ(愛知県)(税込213円) 本体198円

米粉を使用したビーフンを使用。豚肉、エビなどオイスターソースで仕上げました。

1包装 220kcal 食塩相当量 2.7g

141 乳 卵 健 小麦 海老と豚肉の焼きビーフン セトデリカ(愛知県) 冷 賞味お届け日含む2日 1個(225g) 本体398円(税込429円)

木綿豆腐と西京味噌を合わせ、甘めの味付けで仕上げました。

100g 121kcal 食塩相当量 1.2g

142 健 国産ほうれん草の白和え フジッコ(岐阜県) 冷 賞味お届け当日 1盛(約110g)(税込213円) 本体198円

旬の穂先水煮をシンプルな調味料で土佐煮に。筍は中国産を使用することで利用しやすい価格に。

季節商品

1包装 43kcal 食塩相当量 0.8g

143 健 穂先たけのこ土佐煮 フジッコ(岐阜県) 冷 賞味お届け日含む2日 1盛(100g) 本体298円(税込321円)

国産大根、国産なす、厚揚げなどを和風味で仕上げました。

1包装 125kcal 食塩相当量 2.6g

144 健 国産なすと厚揚げの田舎煮 フジッコ(岐阜県) 冷 賞味お届け当日 1盛(税込354円) 本体328円

国家検定1級かつお節専門店の「かつお節」をトッピング。

145 健 豆腐ハンバーグ和風あんかけ フジッコ(岐阜県) 冷 賞味お届け当日 1盛(税込321円) 本体298円

丹波黒黒豆に、人参、いか、昆布、椎茸を加え、丸大豆醤油で仕立てただし汁で風味豊かに炊き上げました。おかずの一品やおつまみにどうぞ。

100g 161kcal 食塩相当量 1.1g

146 健 丹波黒黒豆使用 黒豆五目煮 匠浩庵(岡山県) 冷 賞味10日 130g 本体298円(税込321円)

鰹節、昆布、さば節、真鯛の風味だしに6種類の具材(鶏肉だんご2枚、椎茸、筍、銀杏)を入れ、仕上げにトッピングしました。

147 具だくさん茶碗蒸し(海老入り) 乳 卵 健 小麦 ふじや食品(福井県) 冷 賞味25日 1個(210g) 80kcal 食塩相当量 2.2g 210g 本体218円(税込235円)

人参、葱、椎茸など8品の具材を入れ、かつおだしをきかせた出し巻きたまご。

1包装(8切) 188kcal 食塩相当量 2.2g

148 健 8品目の厚焼き玉子 ベストーネ(滋賀県) 冷 賞味お届け当日 1包 本体198円(税込213円)

山陰産の穴子を独自のタレを使用し、独自の製法で加熱しました。香ばしく茎わさびと椎茸を挟み香りと食感をもたせました。

NEW

149 健 吾左衛門本舗 穴子 1本(タレ・山椒付き) 米吾(鳥取県) 冷 お届け日含む3日 100g 165kcal 食塩相当量 1.4g 本体1,450円(税込1,566円)

※カットしてありません

ネタとまろやかな甘味の酢飯、風味豊かな昆布が一体となった深い味わいの棒鮨。国内で水揚げされた鯖、北海道産昆布、地元産のお米を使用。

100g 209kcal 食塩相当量 0.97g

150 健 吾左衛門本舗 鯖 1本 米吾(鳥取県) 冷 お届け日含む3日 本体1,800円(税込1,944円)

※カットしてありません

鮮度がよく甘味にとんだ紅ズワイガニのほぐし身と棒身をさらりと、甘酢で軽く煮た北海道産真昆布の白板昆布を巻いて、まろやかでやさしい口当たりに仕上げました。

100g 151kcal 食塩相当量 0.9g

151 健 小 吾左衛門本舗 蟹 1本 米吾(鳥取県) 冷 お届け日含む3日 本体2,080円(税込2,246円)

平田牧場三元豚を使用し、深い味わいのデミグラスソースのハンバーグ。口の中に含んだ瞬間にジューシーな肉汁があふれ出します。混ぜるだけで本格的なハンバーグをお楽しみください。

リニューアル

152 卵 健 三元豚 煮込みハンバーグ 蔵王ミート(山形県) 冷 賞味30日 1個(130g) 345kcal 食塩相当量 1.2g 130g 本体450円(固形量105g)(税込486円)

平田牧場三元豚のバラ肉をシンプルに調味料で味付けした棒状の角煮。お酒で切れるほど柔らか。

NEW

153 平田牧場日本の米育ち 三元豚 一本角煮 石井食品(千葉県) 冷 180日 100g 408kcal 食塩相当量 1.3g 180g 本体1,480円(税込1,598円) 新規お試し価格 本体1,280円(税込1,382円)

地元でとれた原料を生炊き製造したやわらかい佃煮です。愛知県産のその日水揚げされたばかりの"生"のしらすを高火力で炊き上げる独自製法で仕上げました。柔らかくふっくらとした味わい。

100g 274kcal 食塩相当量 4.6g

154 健 生炊きしらす 生炊きでやわらかい。 マル伊商店(愛知県) 冷 賞味60日 60g(税込537円) 本体498円

三河一色産のきざみうなぎを使用した蒲焼。

解凍品

155 健 三河一色産 きざみうなぎ蒲焼 兼光水産(愛知県) 冷 賞味7日 50g(固形量30g)×2(税込1,134円) 本体1,050円

鮮度のよいめばちまぐろ(韓国、台湾、その他)、きはだまぐろ(台湾、セーシェル、その他)を使用し、植物油脂を添加し、風味良くふっくら仕上げました。

おすすめ 解凍品

156 健 ねぎとろ 魚原(愛知県) 冷 お届け日含む2日 100g 223kcal 食塩相当量 0.6g 120g 本体750円(税込810円)

おすすめの声 ネギトロ対2人分として、我が家は大満足。

宍道湖産しじみを砂出しし、加圧熱処理。そのままお鍋に入れるだけ。常温で保存可能。

100g 64kcal 食塩相当量 0.4g

157 大和しじみ 富山水産(千葉県) 冷 180日 130g 本体398円(税込429円)

カナダ産の無漂白数の子とタイ産甲イカを使った珍味です。

158 いかかずの子(珍味) ヒオキ食品(愛知県) 冷 賞味14日 100g 121kcal 食塩相当量 3.8g 90g 本体420円(税込453円)

新鮮なアカイカ(ペルー産)とうにを和えた、お造り感覚の一品。

159 いかうに和え ヒオキ食品(愛知県) 冷 賞味14日 100g 121kcal 食塩相当量 4.1g 100g(税込462円) 本体428円

ちぬ半開き甘酢漬けず々食べられる、酸味を抑えた甘酢で味付け。ロシア産のかかさぎに衣を付けてカラッと揚げ、特製の甘酢で仕上げました。開封後、そのまま召し上がりください。骨までやわらかくそのまま食べられるから副菜に、おつまみに。

骨までやわらか

160 健 わかさぎの甘酢漬 海産物のきむらや(鳥取県) 冷 賞味15日 100g 190kcal 食塩相当量 2.0g 120g(税込246円) 本体228円

磯門産のめかぶをカットして三杯酢で味付け。

おすすめの声 絡ませるとやっぱりめかぶがかけて良くなるが実感しない。

おすすめ

161 健 味付めかぶ(三杯酢仕立て) 海産物のきむらや(鳥取県) 冷 賞味21日 1パック(80g) 29kcal 食塩相当量 1.3g 60g×2(税込246円) 本体228円

沖縄県産の太もずく。さっと水洗いして三杯酢やお味噌汁、サラダ、揚げ物などに。

100g 4kcal 食塩相当量 1.1g

162 伊平屋島産もずく たっぷりお徳用サイズ 海産物のきむらや(鳥取県) 冷 賞味15日 270g 本体290円(税込313円)

食塩量を30%以上カット(同メーカー比)。鮮度にこだわった個食パック。少ない塩分がしらすの鮮度と味わいを際立たせます。

20g 17kcal 食塩相当量 0.3g

163 解凍品 かるしお釜揚げしらす さかもと(大阪府) 冷 賞味30日 20g×2 本体278円(税込300円)

兵庫県産のいわしの稚魚を使用。しっかり干し上げた硬めのちりめん。

NEW 164 解凍品 かちり(上乾ちりめん) ジョイフーズ(愛知県) 冷 お届け日含む3日 100g 187kcal 食塩相当量 6.6g 45g 新規お試し価格 本体368円(税込397円)

北海道産真ホッケ使用。富士山の伏流水と静岡のお茶を使用。

165 解凍品 真ほっけ 銘茶干し マルヤ水産(静岡県) 冷 賞味15日 100g 176kcal 食塩相当量 1.8g 2枚 本体430円(税込464円)

瀬付あじです。旬の原料を使い、富士山の湧水と天然甘塩で仕上げました。

100g 168kcal 食塩相当量 1.7g

166 解凍品 瀬付き真あじ開き 坂真水産(静岡県) 冷 賞味お届け日含む2日 2枚(約200g) 本体498円(税込537円)

無リン甘み身使用。かまぼこの身に、山海の風味をほどよく合わせて揚げました。木の葉・ごま印えび風・ひさご・白梅の5種類の味を美味しさ長持ちパックにいたしました。軽く温めますと、よりふわっと風味をお楽しみいただけます。

5種の味 315kcal 食塩相当量 5.3g

130 卵 初 鈴廣のあげかま 鈴廣かまぼこ(神奈川県)5種5枚 冷 賞味15日 本体638円(税込689円)

たんぱく質補給できるワンハンド食品です。朝食やおやつにも。

NEW 131 卵 健 小 たらば風カニカマ瀬戸内レモン スギヨ 1本(石川県) 冷 40日(税込170円) 1本 64kcal 食塩相当量 1.4g 新規お試し価格 本体148円(税込159円) 本体158円

九州で契約栽培の三池高菜をウコンと塩で漬け込みじっくりと乳酸発酵させ、刻んだ高菜をしょう油ベースで味付け胡麻と生姜をプラス。

132 健 ご未入り三池高菜 前田食品工業(佐賀県) 冷 90日 170g(税込300円) 100g 45kcal 食塩相当量 4.8g 本体278円

寒気にさらして天日干しした九州産の大根を風味豊かで濃厚なたまり醤油で低温熟成させました。

100g 62kcal 食塩相当量 3.5g

133 健 ぶつ切り寒干し大根たまり漬 水溶食品(鹿児島県) 冷 賞味6カ月 200g(税込246円) 本体228円

あっさりとした塩味液に漬け込んだ胡瓜の浅漬です。

100g 22kcal 食塩相当量 1.3g

134 素材の旨みきゅうり漬 香味小夜子(愛知県) 冷 賞味8日 130g(税込246円) 本体228円

チリ産のサーモントラウトを使用。オリジナルの糀に72時間漬け込みました。米本来の甘味を生かしました。

170 解凍品 サーモントラウト こうじ漬け ジョイフーズ(愛知県) 冷 お届け日含む2日 100g 267kcal 食塩相当量 1.71g 2切 本体698円(税込753円)

脂のほどよいノルウェー産のサバを加工。

169 解凍品 塩サバフィーレ カネス(愛知県) 冷 お届け日含む3日 100g 295kcal 食塩相当量 1.2g 2枚(約320g) 本体530円(税込572円)

チリ産の銀サケを国内で加工。

168 解凍品 塩銀鮭 カネス(愛知県) 冷 お届け日含む3日 2切(約150g) 100g 217kcal 食塩相当量 1.52g 本体548円(税込591円)

おすすめの声 大きいので食べ応えがあり、おいしい。

干ししゃも(カラフト産)。子持ちししゃもを素材の風味と旨味を生かしたみりん漬けにしました。

100g 177kcal 食塩相当量 2.0g

167 解凍品 子持ちカラフトししゃもみりん 丸千水産(愛知県) 冷 お届け日当日 120g 本体275円(税込297円)

※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。
干物、お魚切り身等は加熱調理をしてください。

NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

平田牧場三元豚を使用したモモハム。発色剤を使用。

おすすめの声 切り落としとあるが、細かくなく、お値打ちでおいしいです。

172 日本の米育ち三元豚 **切落しモモハム** 100g 本体380円 (税込410円) → 本体360円 (税込388円)
平牧工房(山形県) 冷蔵20日

無塩せき。平田牧場の国産豚肉使用。7本入り。

173 日本の米育ち三元豚 **極み荒挽きウインナー** 80g 本体308円 (税込332円)
平牧工房(山形県) 冷蔵20日

三元豚の素材そのものの旨味、甘みをいかし、日本の伝統的な出汁で味の深みを引き出し、プリッとした食感に仕上げました。

174 日本の米育ち 三元豚 **極みロングソーセージ** 105g 本体398円
冷蔵20日 平牧工房(山形県) (税込429円)

無塩せき。平田牧場三元豚のバラ肉を天然だしの調味液に漬け込んで造りました。

175 日本の米育ち三元豚 **極みベーコン** 70g 本体430円 (税込464円)
平牧工房(山形県) 冷蔵15日

無塩せき。三元豚のモモ肉をじっくり熟成。出汁で味の深みを引き出しました。

176 日本の米育ち三元豚 **極み生ハム** 55g 本体450円 (税込486円)
平牧工房(山形県) 冷蔵35日

指定農場で飼育期間中抗生物質を一切使わずに育てた「特別飼料飼育鶏」のムネ肉を加工。そのままサラダやお料理素材としてお召し上がりいただけます。

177 恵那どりの **サラダチキン** 100g (税込213円)
農事組合法人 東濃ミートセンター(岐阜県) 冷蔵30日

モモ肉ですが、程よい脂があるのが特徴。

178 近江牛 **モモミニステーキ用** 100g(2枚) 本体1,580円 → 本体1,480円 (税込1,706円) (税込1,598円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日

飼料用に品種改良されたお米を中心にしたエサを与え、牛肉本来の赤身のおいしさを追及した牛肉。肉じゃがなど、便利に使えます。

179 鳥取県産 **こめ育ち牛小間切** 170g 本体750円 (税込810円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日

色鮮やかで退色しにくく、一般的な生姜より辛み成分が多く、おろしやすいのが特長です。

207 **黄金しょうが** 約80g 本体198円 (税込213円)
坂田信夫商店(高知県)

208 **洗いごぼう(カット)** 約110g 本体240円 (税込259円)
茨城、栃木、青森又は鹿児島県産

209 **えのき** 約200g 本体108円 (税込116円)
長野県産

菌床栽培。肉厚で贅沢な食感のどんこ椎茸。ステーキ、肉詰め、天ぷら、煮物などに。

おすすめの声 肉厚なので椎茸の味がしっかりしていておいしい。

210 **生どんこしいたけ** 6個 本体320円 (税込345円)
ホクト(長野県)

3品 エリンギ、舞茸、しめじのセット。

211 **ホクトのきのこ3種セット** 3品 本体380円 (税込410円)
エリンギ:長野県産 舞茸・しめじ:静岡県産

フィリピン産パイナップルを国内で加工。

212 カット **フルーツパイン** 180g 本体298円 (税込321円)
ファーマインド(愛知県) 冷蔵お届け日含む3日

手で皮がむけて、みかんより味の濃いみかんが別です。

213 **カラマンダリン** 約500g(3～5玉) 本体460円 (税込496円)
農民連・紀ノ川農協(和歌山三重県)

214 **セミノール** 約600g(4～6玉) 本体540円 (税込583円)
農民連・紀ノ川農協(和歌山県)

215 **ふじりんご** 2玉 本体580円 (税込626円)
青森県産 ※この時期は冷蔵保存をしてください。

グリーン系果肉の上品な甘味のメロンです。

216 **アンデスメロン** 1玉(約800g) 本体1,080円 (税込1,166円)
熊本県産



1.5ミリ厚にスライス。脂はあっさり、コクのある甘さが定評です。

180 三元豚 **バラしゃぶしゃぶ用** 160g 本体550円 (税込594円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日



三重県産豚肉。4ミリスライス、真空パック。

おすすめの声 肉厚だけどやわらかくておいしい。

181 コープしが **産直豚ロース生姜焼用** 140g 本体500円 (税込540円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵7日



三重県産豚肉。2ミリスライス・真空パック。

182 コープしが **産直豚モモ平切** 160g(税込432円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵7日 本体400円 (税込432円)



品種交配技術により、よりよい肉質を実現しながら生産効率を高めた希少な平田牧場金華豚(交配種)。

繊細な肉質と上品な甘味が味わえます。使い勝手の良い切り落とし。

183 **金華豚 切り落とし** 180g (税込732円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む5日

「コープしが」の人気商品を紹介します。国産豚モモ肉をひとくちサイズにカットし、のり塩&ガーリック味のスパイスをまぶしました。

184 国産豚ミニステーキ **(のり塩&ガーリック)** 210g 本体470円 (税込507円)
冷蔵お届け日含む2日

おすすめの声 とても旨味があり、他のミンチと一線画しています。



185 三元豚 **豚ミンチ** 180g 本体420円 (税込453円)
加工:シガフードプログクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日

飼育方法が明確なコープ産直若鶏の脂肪の少ないさっぱりとした部位。

おすすめの声 唐揚げにしてもやわらかい。

186 **産直若鶏ムネ肉** 240g 本体250円 (税込270円)
冷蔵お届け日含む3日



ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を使用しないで育てた安心、安全な鶏です。

187 **産直若鶏モモ肉** 240g 本体350円 (税込378円)
冷蔵お届け日含む3日

コープ産直若鶏を使い勝手の良い唐揚げ、水炊き用にカット。

188 **産直若鶏モモ肉 唐揚げ・水炊き用** 200g 本体315円 (税込340円)
トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 本体330円 (税込356円)

良質なブラジル、コロンビア、グァテマラをブレンド。すっきり、飲みやすく仕上げました。

222 レギュラーコーヒー **有機ナチュラルブレンド (中挽タイプ)** 200g 本体678円 (税込732円)
ワルツ(愛知県) 1年

長野県産りんご、パインアップル、マンゴー、バナナ、白桃、レモンの6種類のフルーツ入り。牛乳と1:3で混ぜるだけで美味しいフルーツオレが出来上がります。ヨーグルトやアイスクリームにも。

223 **フルーツオレの素** 300g 本体750円 (税込810円)
寿高原食品(長野県) 365日

千曲川の恵みをうけ甘みを充分に蓄えた完熟の桃をひとつひとつ丁寧に収穫してつくられた、ストレートタイプのジュースです。厳選した完熟の川中島白桃を搾ったストレートジュースです。

おすすめの声

224 **信州産白桃ジュース 千曲の滴** 1000mℓ 本体680円 → 本体650円 (税込734円) (税込702円)
寿高原食品(長野県) 180日

すっきりとした「ヤクルト®」風味の褐色系乳性飲料。おなかの調子を整える働きのあるガラクトオリゴ糖が含まれた特定保健用食品です。

225 **ヤクルトミルージュ (乳性飲料)** 200mℓ×12 本体1,440円 → 本体1,350円 (税込1,555円) (税込1,458円)
ヤクルト(山形県) 240日



オイスターソースのまろやかな旨味の中華炒めだれと海老、きくらげ、白菜、人参、ブロッコリーのセット。材料、調味料と全て揃っていて便利。

調理例 1セット119kcal 食塩相当量5.0g 約10分 約2人様

189 ミールキット 食材セット **海老とブロッコリーの中華炒めセット** 海老40g、野菜205g(ブロッコリー・白菜・人参・きくらげ)、たれ(中華炒めタレ) 本体680円 (税込734円)
冷蔵お届け日含む2日

レタス、パプリカ、人参、玉ねぎなど10品目を彩りよくミックスした洋風サラダ。そのままお召し上がりいただけます。

190 **10品目のサラダ** (サラダクラブ工場製造) 160g 本体298円 (税込321円)
サラダクラブ(静岡県) 冷蔵お届け日含む3日



独自の製法でつくる細く長くカットした千切りキャベツ。そのままサラダやお好み焼きなどにも。

191 **千切りキャベツ** 120g 本体108円 (税込116円)
サラダクラブ(静岡県) 冷蔵お届け日含む4日



192 **ミニトマト** 約200g 本体298円 (税込321円)
農民連・アミス産直センター(愛知県)



193 **ミニトマト あいこ** 約200g 本体298円 (税込321円)
川助グループ(愛知県)

水耕レタス1株、ミニトマト100g、クレソン50gのセットです。※ミニトマトは赤、オレンジ、黄色いずれか。

194 **サラダ野菜セットA** 3種 本体380円 (税込410円)
川助農園グループ(愛知県)



195 **きゅうり 徳用** (水耕栽培) 5本(約400g) 本体340円 (税込367円)
川助グループ(愛知県)



シャキッとした歯触りでほのかに甘みがあります。煮物、炒め物、汁物などに。

196 **きぬさやえんどう** 約40g 本体230円 (税込248円)
和歌山又は徳島県産



中の豆だけお召しあがりください。豆ご飯や卵とじなどに。

197 **実えんどう** 約200g 本体360円 (税込388円)
和歌山又は鹿児島県産



198 **スナップえんどう** 約100g 本体198円 (税込213円)
川助グループ 宮田さん(愛知県)



199 **ピーマン** 約120g(3～6個) 本体135円 (税込145円)
高知又は鹿児島県産



200 **なす** 3本 本体260円 (税込280円)
川助グループ(愛知県)



201 **オクラ** 約60g 本体240円 (税込259円)
高知又は鹿児島県産



202 **グリーンアスパラ** 1束(約100g) 本体298円 (税込321円)
長野又は熊本県産



203 **ブロッコリー** 1株 本体248円 (税込267円)
愛知、鳥取、徳島、高知又は熊本県産



大根、キャベツ、ミニトマト、法れん草、人参などセットしてお届け。

※野菜の種類が不足する場合は、他の農民連の野菜などをお届けすることもあります。

ダンボール箱は再利用します。返却をお願いいたします。

204 **アツミ野菜BOX** 1箱5～6品 本体1,050円 (税込1,134円)
農民連・アツミ産直センター(愛知県)



205 国産 **かぼちゃ(カット)** 約300g 本体430円 (税込464円)
鹿児島又は沖縄県産



206 **長芋** 約250g 本体280円 (税込302円)
青森県産

いわし煮干、むろあじ節、かつお節、乾椎茸、昆布を使用。原材料は全て国産です。ムロアジ節を多くし、生臭みの無い味に仕上げています。無漂白の紙パック使用。

235 **モーニングだしパック** 10g×12袋 本体198円 (税込213円)
節辰商店(愛知県) 180日

大分県産が使用した大椎醤油を使用した深みのある旨味が特長です。

236 **今半ごましゃぶしゃぶ (木樽醤油仕込み)** 300mℓ 本体840円 (税込907円)
フンドーキン醤油(大分県) 365日

使いやすいサイズにカットしてあります。みそ汁・サラダ・酢の物など様々なお料理にどうぞ。汁物には戻さずそのまま、サラダ、酢の物等には戻してお使いください。

237 **北海道カットわかめ** 15g 本体298円 (税込321円)
祝い海藻(愛知県) 360日





ミネラル豊富な土壌で、化学合成農薬使用は、地域慣行栽培の約半分で栽培。

238 お米 **胚芽精米** 秋田小町 2kg
JAあいち 経済連 秋田・大潟村 本体1,730円 (税込1,868円)



米粒の大きさは少し小さめですが、きれいな水と昼夜の寒暖差のある土地で美味しいお米に育ちます。

愛知県産ミネアサヒは、一般財団法人日本穀物検定協会の令和6年度産の食味ランキングで「特A評価」を得ました。※商品そのものの評価ではありません。

239 お米 **ミネアサヒ (愛知作手産)** 2kg 本体1,680円 (税込1,814円)
JAあいち東(愛知県)



太穴タイプ ワンタッチホルダーにもそのまま取り付けOK! 再生紙100%。紙幅107mm。

240 **ワンタッチコアレス 6ロールシングル** 130m×6ロール 消費税10% 本体468円 130m (税込514円)
コアレックス倉紙(静岡県)



※野菜・果物の写真はイメージです。生育状況によりやむをえず産地など変更になる場合があります。同等の代替品の確保ができない場合は欠品とさせていただきます。
お届け時に商品が傷んでおりましたら、申し訳ございませんが おはよう宅配までお電話でご連絡ください。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

■精肉・たれ漬肉は充分加熱してお召し上がりください。「コープしが産直豚肉」のパッケージは「国産豚」と表記しております。
※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

5月2週

前 月火（配達はお休みです）
水（5/7）
後 木金（5/8～5/9）

ご注文のしめ切り日が通常より早くなります。ご案内等でご確認ください。

★賞味期限(賞)・消費期限(消)は製造日から(製造日を含む)未開封で適切な温度で管理された場合の期限です。お届けからの期限ではありません。
★アレルゲンは原材料に入っているもののみを表示しています。(例 乳 卵 鶏)
★表示価格は本体価格・(内)は消費税込みの価格(小数点以下のものは切捨てのため目安価格)です。

今日の1品 母の日にぴったり! ブーケサラダ

サラダ野菜や果物、ハム、チーズなど彩りよく!!

+ おいしい2022 あいちの米たまご

156 トラウトスモークサーモンスライス 40g 本体398円（税込429円）得

190 カラフルトマト(3色)

170 おすすめ 日本の米育ち三元豚 切落しモモハム 100g 本体380円（税込410円）→ 本体360円（税込388円）得

母の日の贈り物に最適!

紅茶レモンデニッシュとクロワッサンデニッシュの2本。
紅茶レモンデニッシュ 1本 146kcal 食塩相当量 3g
クロワッサンデニッシュ 1本 1314kcal 食塩相当量 3g

長さ各約17cm

102 乳 卵 鶏 NEW 母のロデニッシュ食パンセット(箱入り) グルマンマルセ(岐阜県) 賞お届け日含む3日 2本 本体2,000円（税込2,160円）

北海道産小麦粉を中心に国内産小麦100%と天然酵母でつくったシンプルな配合のパン。組合員の皆様に親しまれてきた愛称「ハードトースト」。
1本 959kcal 食塩相当量 3.6g

101 鶏 国内産小麦粉 天然酵母使用 内麦食パン グルマンマルセ(岐阜県) 賞お届け日含む3日 1斤 本体380円（税込410円）

103 乳 卵 鶏 モーニングセット 3種5個 グルマンマルセ(岐阜県) 賞お届け日含む3日 本体360円（税込388円）
クロワッサン 1個 524kcal 食塩相当量 1.5g
プチフォンデュ 2個
胚芽ロール 2個

塩を使った軽い食感のロールパン。
1個 185kcal 食塩相当量 3.7g

104 乳 鶏 塩バターパン グルマンマルセ(岐阜県) 賞お届け日含む3日 2個 本体220円（税込237円）

国産小麦粉使用。天然酵母でつくる味わい深いパンです。ショートニング、ハチミツの使用はやめ、バターを配合したマーガリンを使用。
直径約11cm
1個 421kcal 食塩相当量 0.6g

105 乳 卵 鶏 国内産小麦粉 メロンパン グルマンマルセ(岐阜県) 賞お届け日含む3日 2個 本体370円（税込399円）

天然酵母のフランス生地に香り豊かなクルミを練りこんだフランスパンに仕上げました。
1個 770kcal 食塩相当量 2.3g

106 鶏 ぎっしりクルミのフランスパン グルマンマルセ(岐阜県) 賞お届け日含む3日 1個 本体380円（税込410円）

生地にレーズンとカリカリのくるみを混ぜ込んで焼き上げました。
1枚 150kcal 食塩相当量 0.4g

107 乳 鶏 レーズンとくるみのパン タカキベーカリー(広島県) 賞お届け日含む3日 3枚 本体180円（税込194円）

牛肉の旨みと玉ねぎの甘みを引き出したこだわりのカレーフィリングを包んで揚げました。
1個 305kcal 食塩相当量 1.4g

108 乳 卵 鶏 カレーパン タカキベーカリー(広島県) 賞お届け日含む2日 長さ約12cm 1個 本体140円（税込151円）

2週

うどん、麺つゆ、味付揚げ、蒲鉾、生姜、みつば、七味のセット。
NEW
1食 378kcal 食塩相当量 5.4g

138 鶏 きつねうどん 1食 徳だし 545g(麺200g)(京都府) 賞冷蔵 お届け日含む3日 本体498円（税込537円）
※写真は調理例

具は国産豚肉と筍、椎茸、玉ねぎ、キャベツ、ネギなどです。
100g 245kcal 食塩相当量 0.7g

137 鶏 破天荒の豚まん 260g(2個) 破天荒(三重県) 賞冷蔵お届け日含む2日 本体398円（税込429円）

国産の豚肉と国産のキャベツ、白菜を使用。フライパンで温めるとよりおいしくいただけます。

136 100g 195kcal 食塩相当量 0.7g 230g(16個) タレ付き 破天荒焼きギョーザ 破天荒(三重県) 賞冷蔵お届け日含む2日 本体498円（税込537円）

エビと魚肉をたっぷり使った海鮮しゅうまいです。

おすすめの声 味つけが好評で家族みんなのお気に入り商品です。

おすすめ

135 卵 鶏 冠 海鮮シューマイ 破天荒(三重県) 賞冷蔵お届け日含む2日 8個 本体450円（税込486円）

国産の小松菜を鶏ガラスープに、にんにく、唐辛子をきかせ和え、桜えびをトッピング。
1包装 43kcal 食塩相当量 0.9g

140 冠 青菜のピリ辛おつまみ フジッコ(岐阜県) 賞冷蔵お届け当日 1盛(85g) 本体228円（税込246円）

国産のごぼうを太めにカットし、柔らかく、ほくほく仕上げました。
1包装 100kcal 食塩相当量 1.9g

141 鶏 国産ごぼうと生芋こんにゃく煮 フジッコ(岐阜県) 賞冷蔵お届け日含む2日 1盛 本体198円（税込213円）

いつでもお値打ち。マヨネーズを使用した、ボリュームたっぷりのサラダです。
1包装 262kcal 食塩相当量 2.1g

139 乳 卵 鶏 ハム野菜玉子マカロニサラダ セトデリカ(愛知県) 賞冷蔵お届け日含む2日 1個(155g) 本体198円（税込213円）

「大根」「小松菜」「ぜんまいと木耳」(中国産)「豆もやし」を別々の味付けにした4種のナムルです。コチジャン付き。
1包装 139kcal 食塩相当量 2.9g
※原材料は、原料調達上の問題やお求めやすい価格を実現するために「中国産」を使用する場合がございます。

142 鶏 NEW 彩りナムルセット フジッコ(岐阜県) 賞冷蔵お届け当日 1盛 本体298円（税込321円）

じゃがいもは、メークインを使用し牛肉の旨味を染み込ませた肉じゃがです。
※電子レンジで温めてお召しあがりください
1包装 161kcal 食塩相当量 1.5g

143 鶏 肉じゃが フジッコ(岐阜県) 賞冷蔵お届け当日 1盛 本体328円（税込354円）

白だしをベースとした甘さを抑えた調味液であっさりと高野豆腐を炊き上げました。
1包装 135kcal 食塩相当量 1.7g

144 卵 鶏 えんどうと高野の玉子とじ フジッコ(岐阜県) 賞冷蔵お届け当日 1盛 本体228円（税込246円）

電子レンジで温めてお召し上がりください。
100g 120kcal 食塩相当量 1.0g

145 鶏 おだしで食べる豆腐ハンバーグ フジッコ(岐阜県) 賞冷蔵お届け当日 1盛2個 本体328円（税込354円）

鰹節・昆布・さば節・真鯛の重ねだし、6種類の具材(鶏肉だんご・椎茸・筍・銀杏・枝豆・松茸)をトッピングしました。
1包装 80kcal 食塩相当量 2.2g

146 乳 卵 鶏 具だくさん茶碗蒸し(松茸入り) ふじや食品(福井県) 賞冷蔵25日 210g 本体218円（税込235円）

富山県産米100%使用。富山の食文化「かじき昆布〆刺身」を粉鰹の職人が丁寧に仕込み、酢〆して押寿司にしました。
1包装 263kcal 食塩相当量 2.7g

147 鶏 かじき昆布〆寿司 味よし食品(富山県) 賞お届け当日 1本(6切れ) 本体734円 本体680円

身体を叡運した脂のったルウェーさばを使用。秘伝の味噌で一晩漬けみ、直火でじっくり焼き上げました。
1包装 884kcal 食塩相当量 2.5g
※写真はイメージです。カットしてありません。

148 鶏 みそ焼き鯖寿し 味よし食品(富山県) 賞お届け当日 1本・1食分 本体950円（税込1,026円）

米粉入り。ソフトで食べやすい!
1個 61kcal 食塩相当量 0.2g

109 乳 鶏 米粉ロール 本間製パン(愛知県) 賞お届け日含む2日 5個 本体320円（税込345円）

沖縄県産黒糖をたっぷり使った風味豊かなクロワッサン。
1個あたり 約76円
1個 163kcal 食塩相当量 0.22g

110 乳 卵 鶏 黒糖クロワッサン 賞60日 コモ(愛知県) 8個 本体750円（税込810円）

地元の酪農家から届いた安心安全な生乳を100%使用。ストレート牛乳パックで開けやすい。

111 乳 鶏 せいきょう牛乳 美濃酪連(岐阜県) 賞冷蔵11日 1個 137kcal 食塩相当量 0.2g 200ml×3 本体298円（税込321円）

生乳を40%、粗製糖を使用。

おすすめ

112 乳 200ml 111kcal 食塩相当量 0.2g CO・OP コーヒー乳飲料 1000ml 美濃酪連(岐阜県) 賞冷蔵11日 本体225円（税込243円）

国産の温州みかんを使用した飲むヨーグルトです。温州みかん7%使用、新潟県産生乳81%使用。
1本150g 141kcal 食塩相当量 0.14g

113 乳 ヤスダヨーグルト温州みかん ヤスダヨーグルト(新潟県) 賞冷蔵22日 150g×3 本体468円（税込505円）

富山県産のお米を使用した富山名産の鱒の寿司。ますはチリ、ノルウェー産。
100g 217kcal 食塩相当量 1.1g

おすすめ

149 乳 鱒のすし 竹勘(富山県) 賞お届け当日 1食 本体2,200円（税込2,376円）

150 → 151 2個ご注文で 1点あたり 30円引

直火で炙った三元豚を使った醤油だれのオリジナル豚丼の具。温めてご飯にかけるだけ。

三元豚の甘辛とトビウオダシの風味だけでよく合っています。

150 鶏 三元豚あぶり豚丼 平田牧場(山形県) 賞冷蔵30日 1食130g(約1人分) 本体450円（税込486円）

あらびきにミンチした炭火焼ハンバーグに玉ねぎやトマトを使ったデミグラスソースがよくあいます。
1個 303kcal 食塩相当量 2.2g

151 乳 卵 鶏 三元豚炭火焼ハンバーグ(デミグラスソース) 山栄食品(福島県) 賞冷蔵30日 180g(固形量130g) 本体458円（税込494円）

山形産「つや姫」使用。金華豚で一つひとつ手巻きで包み焼き上げました。自家製醤油ダレでおいしさをご堪能いただけます。
1個 231kcal 食塩相当量 0.6g

152 鶏 日本の米育ち金華豚肉巻きおにぎり 平田牧場(山形県) 120g(1個入り) 賞240日 本体578円（税込624円）→ 本体548円（税込591円）得

全卵と卵黄を合わせた卵のコクをしっかり感じられる昔ながらのたれのプリンです。
※パッケージは季節により変更になる場合があります。
1包装 226kcal 食塩相当量 0.2g

NEW

114 乳 鶏 極めてかたいレトロプリン 賞冷蔵7日 プレシア(神奈川県) 1個 本体238円（税込257円）

一口食べたときの塩味がクセになる一品です。お酒と一緒におつまみとして、小腹が空いたときのおやつとして、大活躍の6pチーズです。

115 乳 1個(16g) 51kcal 食塩相当量 0.46g Cheeno!6Pチーズ デイリープロダクツソリューション(東京都) 賞冷蔵270日 96g(6個入り) 本体320円（税込345円）

キャベツと豚肉(国産)、お好み焼き粉、ソースなどを混ぜ合わせ、焼くだけなのに生地がもっちり。

116 卵 鶏 お好み焼セット 山芋入りぶた玉 おはなはん(和歌山県) 賞冷蔵お届け日含む3日 1人前 本体380円（税込410円）
1包装 297kcal 食塩相当量 3.8g

サクッと軽いクリスピーな食感の生地に、バジルペーストをベースに5種類のチーズ(カマンベール、ゴーダ、ステッペンなど)をトッピング。彩りにブラックオリーブをトッピング。

117 乳 卵 鶏 バジルと5種のチーズピザ デルソーレ(東京都) 賞冷蔵14日 1枚 本体648円（税込699円）
直径約22cm 1枚168g 546kcal 食塩相当量 2.7g

おすすめ

118 乳 卵 鶏 冠 電子レンジ専用 海老とチーズのグラタン ヤヨイサンフーズ(静岡県) 賞冷蔵お届け日含む4日 200g 本体328円（税込354円）

ベンネに口どけのよい北海道産発酵バターを使用したシンメルソースを合わせ、海老シュレッドチーズをトッピング。焼き上げました。
100g 115kcal 食塩相当量 1.0g

岐阜県の郷土料理「ケイちゃん」の醤油味と味噌味を掛け合わせた、ふっくらもちもち食感の新しいいちんごはん。加熱してあるので調理も簡単。
100g 166kcal 食塩相当量 1.1g

153 鶏 恵那どりのケイちゃん風炊き込みめし 葵フーズディナーズ(岐阜県) 賞365日 170g(1人前) 本体490円（税込529円）

三河一色のうなぎをしっかり焼き上げ、蒲焼にしたものをカット。タレ、山椒付。

154 鶏 解凍品 三河一色産うなぎ蒲焼カット 兼光水産(愛知県) 賞冷蔵7日 50g×2パック(タレ+山椒付) 本体1,850円（税込1,998円）

赤魚を三枚におろし、煮魚風に加工。簡単便利に煮魚が食べられます。加圧加熱したあと下津醤油のタレで味付け。
100g 135kcal 食塩相当量 2.0g

解凍品

155 鶏 赤魚煮つけ マルキ商店(三重県) 賞冷蔵お届け日含む3日 約140g(固形量約80g) 本体458円（税込494円）

サーモントラウト使用。サラダ、オードブルなどに。
100g 155kcal 食塩相当量 2.8g

156 解凍品 トラウトスモークサーモンスライス マルヒロ水産(大阪府) 賞冷蔵6日 40g 本体398円（税込429円）→ 本体350円（税込378円）得

頭と内臓を除去した国産のカタクチイワシに衣をつけてカラっと揚げ、特製の甘醤で仕上げました。開封しそのままお召し上がれます。
※はちみつ使用。
100g 196kcal 食塩相当量 2.1g

157 鶏 小いわしの甘醤漬 海産物のきむらや(鳥取県) 賞冷蔵15日 100g 本体248円（税込267円）

押し麦入りのバターライスにベジャルソースをかけ、紅ずわいがにほぐし身のソースとシュレッドチーズをトッピングし焼き上げました。
おすすめ

119 乳 卵 鶏 冠 紅ずわいがにのドリア 電子レンジ専用 ヤヨイサンフーズ(静岡県) 賞冷蔵お届け日含む4日 200g 本体328円（税込354円）
100g 120kcal 食塩相当量 0.9g

スープに良く絡む、食べやすい細く絞んだ特製麺を使用したぷりぷりのスープ付き。
おすすめ
おすすめの声 麺がモチモチ、美味しいです。

120 卵 鶏 たっぷりスープで食べる 冷し中華 信越明星(長野県) 賞冷蔵40日(麺110g×2) 2食分 本体298円（税込321円）
210g 412kcal 食塩相当量 5.4g

生地を熟成させ細切りにし、セイロで蒸しました。コシが強いやきそば、ソース、醤油、塩、あんかけなど、味を選ばない万能焼そば。

121 鶏 細切り焼きそば 椿政本店(愛知県) 賞冷蔵7日 300g(約2人前) 本体250円（税込270円）
100g 167kcal 食塩相当量 0.2g

豚骨ベースに焙煎胡麻ダレと粉末醤油スープ。

122 卵 鶏 濃厚花椒担々麺 椿政本店(愛知県) 賞冷蔵30日 2食 330g(めん240g スープ90g) 本体500円（税込540円）
1食 501kcal 食塩相当量 6.4g

つるっとした食感と喉ごしのよい平打ち麺でつゆ付き。

123 鶏 ざるきしめん(つゆ付き(生)) 賞冷蔵30日 椿政本店(愛知県) 2食分 360g(めん220g・つゆ140g) 本体398円（税込429円）
1食 328kcal 食塩相当量 4.6g

保存料、着色料不使用。国産のいかを使用し、部位による食感を楽しめます。沖縄の塩「シママース」との相性が良く、まろやかな味わい。

158 社長のいか塩辛 布目(北海道) 賞冷蔵20日 165g 本体748円（税込807円）
100g 129kcal 食塩相当量 4.1g

沖縄県産のもずくを本来の食感、特長であるヌメリを損なわない様にこだわりの三杯酢で味付。(従来品と比較し30%減塩)

おすすめの声 酢もきつくなく、もずく量も適量

159 鶏 減塩もずく(三杯酢) 海産物のきむらや(鳥取県) 賞冷蔵21日 60g×3 本体248円（税込267円）
パック80g 19kcal 食塩相当量 0.5g

三陸産のわかめを湯通しして塩漬しました。水もどしして、歯応えの良い食感をお楽しみいただけます。サラダやや汁物の具材に。
100g 11kcal 食塩相当量 30g

160 塩蔵わかめ(三陸産) 賞冷蔵60日 丸千水産(愛知県) 75g 本体398円（税込429円）

駿河湾で水揚げされた桜えびをサッと釜あげ。
※カニが混入する場合があります。
おすすめ
100g 90kcal 食塩相当量 1.8g

161 冠 解凍品 国産釜あげ桜えび 40g カタヤマキ(静岡県) 賞冷蔵お届け日含む3日 本体550円（税込594円）→ 本体510円（税込550円）得

駿河湾で獲れたしらすを水揚げ後すぐに釜揚げ。
※えび、かにが混入する場合があります。
おすすめ
100g 95kcal 食塩相当量 1.8g

162 解凍品 釜あげしらす 50g カタヤマキ(静岡県) 賞冷蔵お届け日含む3日 本体398円（税込429円）→ 本体378円（税込408円）得

原料大豆に国産大粒大豆を100%使用しています。添付のタレは減塩で鰹と昆布の出汁が効いたタレを使用しています。

124 鶏 国産ひきわり納豆(減塩だれ) 小杉食品(三重県) 賞冷蔵10日 40g×2(タレ・からし付) 本体128円（税込138円）
100g 210kcal 食塩相当量 1.3g

国産大豆を100%使用し、"にがり(塩化マグネシウム)"100%で仕上げました。"浮かし揚げ製法"のぼってりあげです。
分別生産流通管理済みです。 かるく焼いて 生姜醤油で…

125 鶏 信州ぼってりあげ 信濃雪(長野県) 賞冷蔵6日 2枚入り 本体148円（税込159円）
100g 262kcal 食塩相当量 0g

三河産フクユタカ大豆100%、消泡剤無添加の木綿とうふ生地を圧搾一番搾り菜種油で丁寧に揚げた厚揚げです。

126 国産大豆木綿とうふの厚揚げ 辻豆腐(愛知県) 賞冷蔵お届け日含む3日 本体298円（税込321円）
100g 145kcal 食塩相当量 0.1g

キンキの名で流通する高級魚の吉次魚肉入りのすり身をきめ細かく練り上げ、遠赤外線焙焼した厚焼きの笹かま。

127 卵 鶏 吉次入り笹かま 3枚 賞冷蔵9日 高浜(宮城県) 本体298円（税込321円）
100g 76kcal 食塩相当量 2.0g

揚げかま6種類あるの中から、いか・小えび・青さのりの3種類を詰合せにした海鮮詰合せです。卵白、小麦粉を使用していません。
いか100g 104.1kcal 食塩相当量 1.9g
小えび60g 102kcal 食塩相当量 2.0g
青さのり60g 102kcal 食塩相当量 2.0g

128 冠 卵・小麦不使用 揚げかま海鮮味セット 賞冷蔵7日 八角(愛知県) 3枚入り 本体398円（税込429円）

国産のさんまを背開きにし、塩水に漬け込み乾燥しました。乾燥時間を短くしソフトタイプの干物に仕上げました。

163 解凍品 国産さんま開き干し マルキ商店(三重県) 賞冷蔵お届け日含む3日 2枚(約140g) 本体398円（税込429円）
100g 220kcal 食塩相当量 1.5g

脂のりが良いノルウェー産のサバを使用。

164 鶏 解凍品 さばみりん干し マルキ商店(三重県) 賞冷蔵お届け日含む3日 2枚(約220g) 本体450円（税込486円）
100g 313kcal 食塩相当量 1.4g

巻き網漁で獲れた新鮮なイワシの中骨を取り、調味液に漬け仕上げました。

165 鶏 解凍品 いわしみりん干し マルキ商店(三重県) 賞冷蔵お届け日含む3日 3枚(約150g) 本体320円（税込345円）
100g 335kcal 食塩相当量 1.7g

国産の真あじをマルキ商店さんで加工。
NEW
100g 167kcal 食塩相当量 1.2g

166 解凍品 あじひらき干し マルキ商店(三重県) 賞冷蔵お届け日含む3日 2枚(約200g) 新規お試し価格 本体458円（税込494円）→ 本体428円（税込462円）

チリで養殖された銀サケを国内で加工。
解凍品
100g 217kcal 食塩相当量 1.52g

167 塩銀鮭 カネス(愛知県) 賞冷蔵お届け日含む3日 2切(約150g) 本体548円（税込591円）

能登の塩を使用。キャベツ、玉ねぎ、人参、ごぼうを配合し、彩り良く仕上げました。
NEW
1袋 54kcal 食塩相当量 0.8g

129 卵 鶏 能登のさつま揚げ4種の野菜 スギヨ(石川県) 賞冷蔵9日 4本 新規お試し価格 本体278円（税込300円）→ 本体298円（税込321円）

かにエキスを加えたカニ風味豊かな魚肉カニカマ。

130 卵 鶏 大人のカニカマ スギヨ(石川県) 賞冷蔵11日 5本 本体248円（税込267円）
1袋 68kcal 食塩相当量 1.9g
（かに酢付）

無リンすり身使用。シャキシャキとしたたくわの"皮"の食感と噛めば噛むほどに、魚のうまみを引き出してくれます。
1本 105kcal 食塩相当量 2.3g

131 卵 冠 百年ちくわ(焼) 鈴廣かまぼこ(神奈川県) 賞冷蔵15日 2本 本体298円（税込321円）

国産の大根、白菜、胡瓜を食べやすく刻み、唐辛子をベースに、にんにく、りんご等を配合し、かつおの旨みを効かせたキムチダレで、辛さの中に旨みのあるキムチに仕上げました。

132 乳 100g 37kcal 食塩相当量 2.6g ちょい辛が、ほんまに旨い三種のキムチ盛り合わせ。 賞冷蔵14日 天政松下(大阪府) 180g 本体268円（税込289円）

キャベツに塩昆布とごまを混ぜて醤油ベースの味付けにしました。
100g 34kcal 食塩相当量 2.8g

133 鶏 冠 塩昆布キャベツ 三井食品工業(愛知県) 賞冷蔵9日 150g 本体218円（税込235円）

脂のったノルウェー産のサバを加工。
100g 295kcal 食塩相当量 1.2g

おすすめの声 大きくて食べ応えがあり、おいしい。

168 解凍品 塩サバフィーレ カネス(愛知県) 賞冷蔵お届け日含む3日 2枚(約320g) 本体530円（税込572円）

無塩せき。平田牧場の国産豚肉使用。
100g 176kcal 食塩相当量 1.3g

169 乳 日本の米育ち三元豚ロースハム 平牧工房(山形県) 賞冷蔵15日 65g 本体430円（税込464円）

平田牧場三元豚を使用したモモハム。発色剤を使用。
おすすめの声 切り落としとあるが、細かくなく、お値打ちでおいしいです。
おすすめ
100g 173kcal 食塩相当量 2.3g

170 鶏 日本の米育ち三元豚 切落しモモハム 平牧工房(山形県) 賞冷蔵20日 100g 本体380円（税込410円）→ 本体360円（税込388円）得

無塩せき。平田牧場の国産豚肉使用。
100g 250kcal 食塩相当量 1.6g

171 日本の米育ち三元豚 ポークウインナー 平牧工房(山形県) 賞冷蔵20日 90g 本体298円（税込321円）

おすすめ マークは「おはよう宅配委員会」おすすめ商品。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。
千物、お魚切り身等は加熱調理をしてください。

NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

皮なしタイプでふんわりとした食感の一口サイズ。

おすすめの声 良いやすいサイズが気にいっています。

牧平場田

1袋 211kcal 食塩相当量 1.5g

172 無塩せき ころころウインナー 本体280円

冷蔵20日 平牧工房(山形県) 90g(税込302円)

指定農場で飼育期間中抗生物質を一切使わずに育てた特別飼料飼育鶏のムネ肉を加工。そのままサラダ、お料理素材としてお召し上がりいただけます。

100g 99kcal 食塩相当量 0.9g おすすめ

173 恵那どりのほぐしチキン 本体198円

農事組合法人 東濃ミートセンター(岐阜県) 冷蔵30日 80g(税込213円)

飼料用に品種改良されたお米を中心にしたエサを与え、牛肉本来の赤身のおいしさを追及した牛肉。肉じゃがなど、便利に使えます。

174 鳥取県産 こめ育ち牛小間切 本体750円

加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 170g(税込810円)

肩ロース。飼料にお米も与えています。

牧平場田

175 三元豚 肩ロースステーキカツ用 本体850円

加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵7日 2枚(200g)(税込918円)

1.5mm厚にスライス。脂はあっさり、コクのある甘さが定評です。

牧平場田

176 三元豚 バラしゃぶしゃぶ用 本体680円

加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵5日 250g(税込734円)

岐阜高山の自然豊かな高原にあるロッセ農場の産直豚。栄養価の高い未利用・未使用食品と補完飼料を液状飼料として与え、農場で一貫生産。

おすすめ

177 産直豚ヒレ ひとくちカツ用 本体698円

加工:中日本フード(愛知県) 冷蔵お届け日含む3日 250g(税込753円)

平田牧場の三元豚を使用。豚の頬から首付近の部位。霜降りでジューシーさが特徴。希少部位のため解凍品でお届け。

牧平場田 解凍品

178 三元豚のトントロ 150g 本体548円

加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 (税込591円)

国産産直豚肉使用。豚モモ肉に香草、ハーブをまぶしました。厚さ約5ミリ。そのまま焼いてお召し上がりください。

179 乳 国産豚香草ミニステーキ 240g 本体580円

加工:シガフード プロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 (税込626円)

国産豚切落し肉と回鍋肉のたれをセットしました。キャベツやピーマンを加えて炒めるだけ。

100g 226kcal 食塩相当量 1.2g

180 卵 国産豚回鍋肉セット 250g(豚肉200g 中華たれ50g) 本体520円

加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 (税込561円)

平田牧場三元豚を粗めのミンチに。お肉感たっぷり。

おすすめの声 ソースを絡めて使用する際にお肉の存在感があってよい。

おすすめ 牧平場田

181 三元豚 あらびきミンチ 180g 本体420円

加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 (税込453円)

鮮育方法が明確なコープ産産若鶏の脂肪の少ないさっぱりとした部位。

おすすめ

182 ※今回のみ 解凍品 でお届け **産直若鶏ムネ肉** 240g 本体250円

トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 (税込270円)

おすすめの声 唐揚げにしてもやわらかい。

ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を使用しないで育てた安心、安全な鶏です。

183 ※今回のみ 解凍品 でお届け **産直若鶏モモ肉** 240g 本体350円

トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 (税込378円)

手羽元の和風煮込み

184 ※今回のみ 解凍品 でお届け **産直若鶏手羽元** 300g 本体298円

トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 (税込321円)

ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を一切使用しないで育てた鶏です。

岐阜恵那鶏のモモ肉、ムネ肉をみそと特製のタレで味付。お好みの野菜を加えてよく煮いてお召し上がりください。

100g 228kcal 食塩相当量 1.7g おすすめ

185 健 恵那どりのケイちゃん(みそ味) 本体335円

トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵7日 250g(税込361円)

網とうふ、えび、白菜、玉ねぎ、人参、きくらげをセットした、優しい味わいの中華おかずです。

※片栗粉はご用意ください。

調理例 1セット 293kcal 食塩相当量 5.0g

約10分 お2人前

ミールキット(食材セット)

186 健 彩 豆腐と海老の中華うま煮 本体690円

セトデリカ(愛知県) 絹豆腐1個300g、野菜160g(白菜・たまねぎ・にんじん)、冷凍えび80g、かに風味かまぼこ8g、きくらげ15g、中華炒めだれ1袋 冷蔵お届け日含む2日 加熱済みえび8尾、きくらげ15g、中華炒めだれ1袋(税込745円)

大根をベースに白ネギ、サニーレタス、ラディッシュ、人参などを彩りよくミックス。

サラダクラブ 和風サラダ

187 お家で作るごちそうサラダ 和風サラダ 本体218円

サラダクラブ(静岡県) 110g 冷蔵お届け日含む2日 (税込235円)

村上農園のブロッコリースーパースプラウトをトッピングしたサラダです。普段使いにおすすめのサラダです。

サラダクラブ ブロッコリースーパースプラウト ミックスサラダ

188 ブロッコリースーパースプラウト入り ミックスサラダ 本体108円

サラダクラブ(静岡県) 120g 冷蔵お届け日含む3日 (税込116円)

1個(200ml)で1食分(厚生労働省が推奨する1日の摂取目標値350gの1/3)の野菜(117g)を使用した1食分の野菜入り混合果汁飲料。30種類の野菜と4種類の果実を使用しています。

1個(200ml) 79kcal 食塩相当量 0~0.5g

222 1食分の野菜 ポリフェノール 200ml×12 本体1,680円

270日 ヤクルト(山形県) (税込1,814円)

白ぶどう果汁とほうれん草搾汁を組み合わせた野菜入り低果汁飲料です。食物繊維を1個(125ml)で手軽においしく補給できます。

1個(125ml) 82kcal 食塩相当量 0~0.1g

223 たっぷり食物せんい 白ぶどう&ほうれん草 125ml×18 本体1,350円

270日 ヤクルト(山梨県) (税込1,458円)

北海道小豆、国産よもぎ使用。自家炊き粒あんを包んだ白2個・よもぎ1個の話題甘大福餅です。

100g 251kcal 食塩相当量 0.16g

224 伊勢 大福餅 70g×3 本体270円

お届け日含む2日 伊勢屋餅(三重県) (税込291円)

国産小麦を使用した生地に北海道産小豆の粒あんをはさみました。ボリューム感がありどらやきとあんこも美味しい。

100g 245kcal 食塩相当量 0.04g

おすすめ

225 卵 健 伊勢生どら焼 2個 本体290円

5日 伊勢屋餅(三重県) (税込313円)

ふんわりと焼き上げた皮に、たっぷりと求肥をいれました。旬の魚(鮎)を形どった目にも涼しげなお菓子です。

1本 175kcal 食塩相当量 1.0g

226 卵 健 彩 箱入り・簡易包装済 松月堂 若鮎 5本 本体1,370円

6日 松月堂(岐阜県) (税込1,479円)

ポンジュースの原料を80%配合。群馬県産こんにゃく粉使用。爽やかな酸味と、さっぱりとした口当たり。

NEW

227 1個 20kcal 食塩相当量 0.03g ポンジュース こんにゃくゼリー 144g 本体298円

国分グループ本社(東京都) 180日 (16g×9個) (税込321円)



たっぷりのピーナッツを糖蜜でからめて作ったシンプルなお菓子です。

228 彩 落花生 豆板 6枚 本体398円

打保屋(岐阜県) 120日 (税込429円)



カルシウム豊富な国内産片口いわしとアーモンドをミックスしました。ごま入りです。幅広い世代に親しまれている商品で、愛知県あましのメーカーで作っています。

リクエスト企画

229 健 1袋 36kcal 食塩相当量 0.1g アーモンド小魚 箱入 本体940円

泉屋製菓総本舗(愛知県) 180日 6.5g×20袋(税込1,015円)





189 ミニトマト 約200g 本体298円 本体260円 (税込321円) (税込280円)

川助グループ(愛知県)

3色セット。色はおまかせください。

190 カラフルトマト(3色) 約200g 3色 本体298円

川助グループ加藤さん(愛知県) (税込321円)

水耕レタス1株、ミニトマト100g、アイスプラント50gのセット。

※ミニトマトは赤、オレンジ、黄色のいずれか。

得

191 サラダ野菜セットB 本体380円 本体360円

川助農園グループ(愛知県) 3種 (税込410円) (税込388円)

192 きゅうり 徳用(水耕栽培) 5本(約400g) 本体340円

川助グループ(愛知県) (税込367円)

中の豆だけお召しあがりください。豆ご飯や卵とじなどに。

193 実えんどう 約200g 本体360円

和歌山又は鹿児島県産 (税込388円)



194 スナップえんどう 約100g 本体198円

川助グループ 宮田さん(愛知県) (税込213円)

肉厚のサヤごとどうぞ。炒め物やさっと茹でてサラダ、和え物などに。

195 ピーマン 約120g(3~6個) 本体135円

高知又は鹿児島県産 (税込145円)



196 なす 3本 本体260円

川助グループ(愛知県) (税込280円)



197 オクラ 約60g 本体240円

高知又は鹿児島県産 (税込259円)



198 グリーンアスパラ 1束(約100g) 本体298円

長野又は熊本県産 (税込321円)



199 ブロッコリー 1株 本体248円

愛知、鳥取、徳島、高知又は熊本県産 (税込267円)

ハウス栽培のやわらかいフキです。カットしてお届けします。

200 ふき(カット) 約300g 本体270円

川助グループ・中野さん 春田さん(愛知県) (税込291円)



201 長ねぎカット 約250g 本体298円

川助グループ・神さん 石田さん、飯尾さん(愛知県) (税込321円)



大根、キャベツ、ミニトマト、活れん草、人参などをセットしてお届け。

※野菜の種類が不足する場合は、他の農民連の野菜などをお届けすることもあります。

ダンボール箱は再利用します。返却をお願いいたします。

202 アツミ野菜BOX 1箱5~6品 本体1,050円

農民連・アツミ産直センター(愛知県) (税込1,134円)



203 長芋 約250g 本体280円

青森県産 (税込302円)



204 洗いごぼう(カット) 約110g 本体240円

茨城、熊本、青森又は鹿児島県産 (税込259円)

品種は備中。少し細目ですが、粘りのある昔ながらのれんこん。

205 土付れんこん 約500g 本体480円

川助グループ(愛知県) (税込518円)

埼玉県の広葉樹のおが粉を使った菌床栽培。

206 伊豆の生しいたけ 約100g 本体220円

伊豆農民組合(静岡県) (税込237円)



207 えのき 約200g 本体108円

長野県産 (税込116円)

※野菜・果物の写真はイメージです。生育状況によりやむをえず産地など変更になる場合があります。同等の代替品の確保ができない場合は欠品とさせていただきます。
お届け時に商品が傷んでおりましたら、申し訳ございませんが おはよう宅配までお電話でご連絡ください。 NEW [新商品]※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

3品 エリンギ、舞茸、しめじのセット。

おすすめ

208 ホクトの きのこ3種セット 3品 本体380円 (税込410円)

エリンギ:長野県産 舞茸・しめじ:静岡県産

手で皮がむけて、みかんより味の濃いみかん類です。

209 カラマンダリン 約500g(3~5玉) 本体460円

農民連:紀ノ川農協(和歌山~三重県) (税込496円)



210 ふじりんご 2玉 本体580円

青森県産 (税込626円)

※この時期は冷蔵保存をしてください。

グリーン系果肉の上品な甘味のメロンです。

おすすめ

211 アンデスメロン 1玉(約800g) 本体1,080円

熊本県産 (税込1,166円)



おすすめの声 大きくて甘みが濃いです。

おすすめ

212 キウイフルーツ サンゴールド 3玉 本体460円

ニュージーランド産 (税込496円)



213 アボカド 1個 本体245円

メキシコ又はペルー産 (税込264円)



有機質肥料を中心に施肥した栽培エリア限定の高地栽培バナナです。

214 ゴールドプレミアム甘熟王 約600g 本体298円

フィリピン産 (税込321円)



寒暖差のある高地栽培。

215 スウィーティオ グリーン フォレストバナナ 約550g 本体288円

フィリピン産 (税込311円)



キャベンディッシュ種。フィリピンミンダナオ島のドール社管理指定圃地栽培。中高地栽培でほどよく、さっぱりすぎず、飽きのこないバナナ。

216 プレミアム スイートバナナ 約450g 本体198円

フィリピン産 (税込213円)





217 トマトジュース 500ml 本体540円 得 本体520円

マルオリ(岐阜県) 2年 (税込583円) (税込561円)

愛知県産の米、米こうじを使用した2倍濃縮の甘酒。必要な分だけ使えるキャップ式。

おすすめの声 2倍濃縮なので甘酒としてシンプルに飲む、すっきりした甘味で後味が良い。

おすすめ

218 健 蔵元の飲む糀 300g 本体418円

のだみそ(愛知県) 120日 (税込451円)



千葉県産のにんじんを使用した人参のおいしさ100%ジュース。人参果肉と濃厚なとろみ、とろとろの新食感が魅力のまさに食べるジュースです。

100g 60kcal 食塩相当量 0.05g

219 食べるキャロットジュース 18g×10本 本体1,480円

ゴールドパック(長野県) 180日 (税込1,598円)



使いやすいティーバッグタイプ。国産の茎ほうじ茶を遠赤焙煎加工し、香り良く仕上げました。

220 金澤棒茶 くきほうじ茶 2.5g×20袋 本体498円

喜作園(静岡県) 365日 (税込537円)



風味とコクが際立つ味わいに仕上げました。腰茶店の本格的な味わいが手軽に味わえる濃い味わいのアイスコーヒー。

221 本物仕立て リキッドアイスコーヒー 無糖 1000ml 本体458円

コーヒープ川島(静岡県) 300日 (税込494円)





185 健 恵那どりのケイちゃん(みそ味) 本体335円

トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵7日 250g(税込361円)



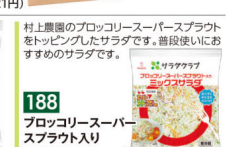
186 健 彩 豆腐と海老の中華うま煮 本体690円

セトデリカ(愛知県) 絹豆腐1個300g、野菜160g(白菜・たまねぎ・にんじん)、冷凍えび80g、かに風味かまぼこ8g、きくらげ15g、中華炒めだれ1袋 冷蔵お届け日含む2日 加熱済みえび8尾、きくらげ15g、中華炒めだれ1袋(税込745円)



187 お家で作るごちそうサラダ 和風サラダ 本体218円

サラダクラブ(静岡県) 110g 冷蔵お届け日含む2日 (税込235円)



188 ブロッコリースーパースプラウト入り ミックスサラダ 本体108円

サラダクラブ(静岡県) 120g 冷蔵お届け日含む3日 (税込116円)

189 ミニトマト 約200g 得 本体298円 本体260円

川助グループ(愛知県) (税込321円) (税込280円)



190 カラフルトマト(3色) 約200g 3色 本体298円

川助グループ加藤さん(愛知県) (税込321円)



水耕レタス1株、ミニトマト100g、アイスプラント50gのセット。

※ミニトマトは赤、オレンジ、黄色のいずれか。

得

191 サラダ野菜セットB 本体380円 本体360円

川助農園グループ(愛知県) 3種 (税込410円) (税込388円)



192 きゅうり 徳用(水耕栽培) 5本(約400g) 本体340円

川助グループ(愛知県) (税込367円)



193 実えんどう 約200g 本体360円

和歌山又は鹿児島県産 (税込388円)

194 スナップえんどう 約100g 本体198円

川助グループ 宮田さん(愛知県) (税込213円)



195 ピーマン 約120g(3~6個) 本体135円

高知又は鹿児島県産 (税込145円)

196 なす 3本 本体260円

川助グループ(愛知県) (税込280円)

197 オクラ 約60g 本体240円

高知又は鹿児島県産 (税込259円)

198 グリーンアスパラ 1束(約100g) 本体298円

長野又は熊本県産 (税込321円)

199 ブロッコリー 1株 本体248円

愛知、鳥取、徳島、高知又は熊本県産 (税込267円)



200 ふき(カット) 約300g 本体270円

川助グループ・中野さん 春田さん(愛知県) (税込291円)

201 長ねぎカット 約250g 本体298円

川助グループ・神さん 石田さん、飯尾さん(愛知県) (税込321円)

202 アツミ野菜BOX 1箱5~6品 本体1,050円

農民連・アツミ産直センター(愛知県) (税込1,134円)

203 長芋 約250g 本体280円

青森県産 (税込302円)

204 洗いごぼう(カット) 約110g 本体240円

茨城、熊本、青森又は鹿児島県産 (税込259円)



205 土付れんこん 約500g 本体480円

川助グループ(愛知県) (税込518円)



206 伊豆の生しいたけ 約100g 本体220円

伊豆農民組合(静岡県) (税込237円)

207 えのき 約200g 本体108円

長野県産 (税込116円)

208 ホクトの きのこ3種セット 3品 本体380円 (税込410円)

エリンギ:長野県産 舞茸・しめじ:静岡県産



209 カラマンダリン 約500g(3~5玉) 本体460円

農民連:紀ノ川農協(和歌山~三重県) (税込496円)



210 ふじりんご 2玉 本体580円

青森県産 (税込626円)

211 アンデスメロン 1玉(約800g) 本体1,080円

熊本県産 (税込1,166円)

212 キウイフルーツ サンゴールド 3玉 本体460円

ニュージーランド産 (税込496円)

213 アボカド 1個 本体245円

メキシコ又はペルー産 (税込264円)

214 ゴールドプレミアム甘熟王 約600g 本体298円

フィリピン産 (税込321円)

215 スウィーティオ グリーン フォレストバナナ 約550g 本体288円

フィリピン産 (税込311円)

216 プレミアム スイートバナナ 約450g 本体198円

フィリピン産 (税込213円)

217 トマトジュース 500ml 本体540円 得 本体520円

マルオリ(岐阜県) 2年 (税込583円) (税込561円)

218 健 蔵元の飲む糀 300g 本体418円

のだみそ(愛知県) 120日 (税込451円)

219 食べるキャロットジュース 18g×10本 本体1,480円

ゴールドパック(長野県) 180日 (税込1,598円)

220 金澤棒茶 くきほうじ茶 2.5g×20袋 本体498円

喜作園(静岡県) 365日 (税込537円)

221 本物仕立て リキッドアイスコーヒー 無糖 1000ml 本体458円

コーヒープ川島(静岡県) 300日 (税込494円)

222 1食分の野菜 ポリフェノール 200ml×12 本体1,680円

270日 ヤクルト(山形県) (税込1,814円)

223 たっぷり食物せんい 白ぶどう&ほうれん草 125ml×18 本体1,350円

270日 ヤクルト(山梨県) (税込1,458円)

224 伊勢 大福餅 70g×3 本体270円

お届け日含む2日 伊勢屋餅(三重県) (税込291円)

225 卵 健 伊勢生どら焼 2個 本体290円

5日 伊勢屋餅(三重県) (税込313円)

226 卵 健 彩 箱入り・簡易包装済 松月堂 若鮎 5本 本体1,370円

6日 松月堂(岐阜県) (税込1,479円)

227 ポンジュース こんにゃくゼリー 144g 本体298円

国分グループ本社(東京都) 180日 (16g×9個) (税込321円)

228 彩 落花生 豆板 6枚 本体398円

打保屋(岐阜県) 120日 (税込429円)

229 健 1袋 36kcal 食塩相当量 0.1g アーモンド小魚 箱入 本体940円

泉屋製菓総本舗(愛知県) 180日 6.5g×20袋(税込1,015円)

230 乳 健 和風カレーせんべい 95g 本体850円

120日 白木(愛知県) (税込918円)

231 国産天草100% あんみつ 寒天130g、あん40g、黒みつ25g 本体390円

むつみ(東京都) 冷蔵31日 (税込421円)

232 健 国産野菜の ちらし寿司の素 140g(2合用) 本体238円

180日 にんべんフーズ(静岡県) (税込257円)

233 銀鮭焼きほぐし 70g 本体498円

ヤマウチ(宮城県) 180日 (税込537円)

234 乳 国産親鶏の チキンカレー 180g 本体218円

540日 泉万醸造(愛知県) (税込235円)

235 100g 253kcal 食塩相当量 4.1g マスヴ 四季の味噌たれ 200g 本体378円

のだみそ(愛知県) 270日 (税込408円)

236 健 うちぼり 煮こみ酢 500ml 本体258円

内堀醸造(長野県) 365日 (税込278円)

237 桝塚 こどもの あわせみそ 450g 本体458円

のだみそ(愛知県) 270日 (税込494円)

238 朝一番 焼のり 8切56枚 本体458円

朝日海苔本舗(三重県) 270日 (税込494円)

239 お米 ゆめぴりか 2kg 本体1,680円

JAあいち経済連 (税込1,814円)

240 伊那 コシヒカリ 2kg 本体1,680円

上伊那農民組合(長野県) (税込1,814円)

■精内・だれ漬肉は充分加熱してお召し上がりください。「コープしが産直豚肉」のパッケージは「国産豚」と表記しております。
※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。 NEW [新商品]※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

5月3週

前 月火水 (5/12～5/14)
後 木金 (5/15～5/16)

5月12日(月)・13日(火)のご注文しめ切りは通常より早くなります。
ご案内等でご確認ください。

★賞味期限(朝)・消費期限(朝)は製造日から(製造日を含む)
未開封で適切な温度で管理された場合の期限です。
お届けからの期限ではありません。
★アレルゲンは原材料に入っているもののみを表示しています。(例 乳 卵 小麦)
★表示価格は本体価格・(内)は消費税込みの価格
(小数点以下のものは切捨てのため目安価格)です。




袋を開けると小麦の香り、トーストでは外はパリッ、中はふんわり、国内産小麦粉100%天然酵母使用。きび、あわなど雑穀入り。
※お早めにお召し上がりください。

101 朝 十穀と国産小麦の食パン 1本 1092kcal 食塩相当量 3.7g 本480円 (税込518円)
朝お届け日含む3日 1斤 (税込518円)


胚芽を使ったロールパンです。

おすすめの声 あっさりして食べやすい。おすすめです。

102 乳 卵 朝 胚芽ロール 1個 90kcal 食塩相当量 0.3g 本320円
朝お届け日含む3日 5個 (税込345円)


ブランデーで漬け込んだレーズン、ドライいちじくを混ぜ込んだ深い味わい。グルマンマルセ人気のライ麦パン。

103 朝 夜 ドイツの黒い森 4枚 1袋 542kcal 食塩相当量 1.3g 本400円
朝6日 グルマンマルセ(岐阜県) (税込432円)


米粉を配合したベーグル状のクロワッサンにグラノをまぶしました。

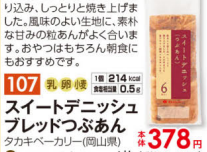
104 乳 夜 クロワッサンベーグル 1個 429kcal 食塩相当量 0.92g 本260円
グルマンマルセ(岐阜県)
朝お届け日含む3日 1個 (税込280円)


牛乳を作ったしぼりたてミルクの良い風味を生かしたレーズンの入ったバター生地に大納言あずきを巻き込みました。

105 乳 卵 夜 抹茶大納言 1個 570kcal 食塩相当量 1.3g 本340円
グルマンマルセ(岐阜県)
朝お届け日含む3日 1個 (税込367円)


国産がいもりんごをたっぷり使ったアップルパイです。

106 乳 卵 夜 アップルパイ 1個 435kcal 食塩相当量 0.5g 本450円
グルマンマルセ(岐阜県)
朝お届け日含む2日 1個 (税込486円)


デニッシュ生地に粒あんを折り込み、しっとりと焼き上げました。風味のよい生地に、素朴な甘みの粒あんがよく合います。おやつはもちろん朝食にもおすすめです。

107 乳 卵 夜 スイートデニッシュブレッドつぶあん 1個 214kcal 食塩相当量 0.5g 本378円
タカキベーカリー(岡山県)
朝お届け日含む3日 6枚 (税込408円)


風味豊かなデニッシュ!おやつにも!
直径約10cm

NEW 108 乳 卵 夜 デニッシュサンライズ 1個 312kcal 食塩相当量 0.4g 本148円
タカキベーカリー(広島県)
朝お届け日含む2日 1個 (税込159円)


クリームミニクロワッサン・チョコミニクロワッサン・プチチョコクロワッサン・プチたまごクロワッサン・たまごパン各1個計6種。

109 乳 卵 夜 よくばりパンセット 1袋 345.5kcal 食塩相当量 0.31g 本440円
モンシェル(愛知県)
朝お届け日含む2日 6種・各1個 (税込475円)


フランスパンの生地でつくったクロワッサン。甘いシロップを塗って仕上げました。軽くトーストしても美味しくいただけます。

110 乳 夜 パリの朝 100g 168.8kcal 食塩相当量 0.53g
モンシェル(愛知県) 1個 本250円 (税込270円)
朝お届け日含む3日


地域限定生乳を使用し、低温で殺菌することにより生乳に近い牛乳です。

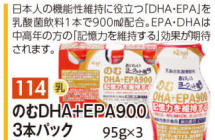
111 乳 ひるがの低温殺菌牛乳 200ml 136kcal 食塩相当量 0.2g
美濃酪連(岐阜県)
朝 冷蔵お届け日含む4日 1000㎖(税込321円) 本298円


地元の酪農家から届いた安心安全な生乳を利用。ヨーグルト付属パックでお届けします。

112 乳 せいきょう牛乳 1本 137kcal 食塩相当量 0.2g
美濃酪連(岐阜県) 200㎖×3 本298円 (税込321円)
冷蔵11日


はちみつと瀬戸内レモンを合わせた風味華やかで後味すっきりな飲むヨーグルト。

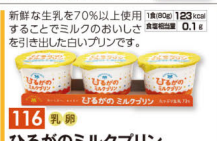
NEW 113 乳 ヤスダヨーグルト はちみつレモン 1本 110kcal 食塩相当量 0.2g
ヤスダヨーグルト(新潟県) 150g×3(税込505円) 本468円
冷蔵22日


日本人の機能性維持に役立つ「DHA・EPA」を乳酸菌飲料1本で900㎎配合。EPA・DHAは中高年の方の「記憶力を維持する」効果が期待されます。

114 乳 のむDHA+EPA900 3本パック 95g×3 1袋 170kcal 食塩相当量 1.1g
ノーベル(岐阜県) 本428円
冷蔵19日 (税込462円)


愛知県産いちごを原料に、柔らかくもっちりとした食感を感じながら召し上がる商品です。

115 乳 愛知県産いちごオ杏仁とうふ 100g 113kcal 食塩相当量 0.04g 150g
本258円 (税込278円)
朝180日 小塚屋(愛知県)


新鮮な生乳を70%以上使用することでミルクのおいしさを引き出した白いプリンです。

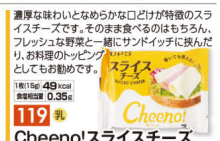
116 乳 卵 ひるがのミルクプリン 1個(80g) 123kcal 食塩相当量 0.1g
美濃酪連(岐阜県) 80g×3 本180円 (税込194円)
冷蔵14日


エチオピア産モカを使用し、甘さを控えた上品なコーヒーゼリーにしました。添付の北海道産つぶあんと一緒にお召し上がりください。

117 朝 1個 120kcal 食塩相当量 0.07g 喫茶店風コーヒーゼリー ゼリー150g 加糖あん25g 本318円 (税込343円)
朝180日 小塚屋(愛知県)


チーズケーキをつくったり、パンにぬってお召し上がりください。

おすすめ 118 乳 北海道クリームチーズ 1個(160g) 170kcal 食塩相当量 0.35g 本290円 (税込313円)
北海道酪農公社(北海道) 100g
冷蔵60日


濃厚な味わいとなめらかな口どけが特徴のスライスチーズです。そのまま食べるのはもちろん、フレッシュな野菜と一緒にサンドイッチに挟んだり、お料理のトッピングとしてもお勧めです。

119 乳 Cheeno!スライスチーズ 1枚(15g) 49kcal 食塩相当量 0.35g 本220円 (税込237円)
デイリー・プロダクツ ソリューション(東京都)
冷蔵240日 105g(7枚)

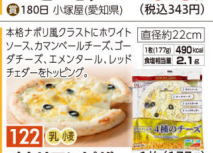

北海道の新鮮な牛乳を使い、現地で生産された手づくりチャーン バター。

おすすめ ポテトサラダやムニエルの仕上げに加えるとおいしさが増します。

120 乳 北海道バター 1個(10g) 本290円 (税込313円)
北海道酪農公社(北海道)
冷蔵60日


焼きそばや具材、容器の中で混ぜて焼くだけの手軽で便利なセット。

おすすめ 121 乳 卵 朝 お好み焼セット モダン焼 1袋 542kcal 食塩相当量 5.9g 本398円 (税込429円)
おはなはん(和歌山県) 1人前
冷蔵14日 (税込194円)


本格ナポリ風クラストにホワイトソース、カマンベールチーズ、ゴーダチーズ、エメンタール、レッドチェダーをトッピング。

直径22cm 122 乳 卵 イタリアンピザ 4種のチーズ 1枚(177g) 490kcal 食塩相当量 2.1g 本558円 (税込602円)
冷蔵14日 デリソーレ(東京都)


スライスカットし薫しあげたジャガイモとクリーミーなシャルルソースをからめてスライスベーコンとシュレッドチーズをトッピングしました。おろしニンニクと卵のコクを効かせたベシャメルソースは、おつまみにもピッタリ!

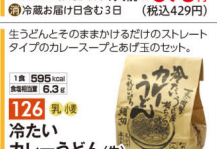
おすすめ 123 乳 卵 朝 ポテト&ベーコングラタン 1個(100g) 100kcal 食塩相当量 0.9g 電子レンジ専用 本328円 (税込354円)
ヤヨイサンフーズ(静岡県)
冷蔵お届け日含む4日 200g


麺を太切りにしてじっくり蒸し上げたコシの強い麺です。専用のほんのり甘いとろろクノースがついています。

124 朝 下町の屋台風焼そば 1袋(155g) 249kcal 食塩相当量 2.6g
椿政本店(愛知県) 3人前(465g) 本398円
冷蔵7日 (ソース付) (税込429円)


もちもち感のある生めん。まろやかなしょう油味のつゆ付。

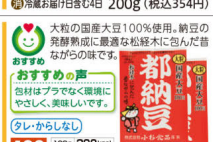
得 国内産小麦粉使用 125 朝 ぶっかけ生うどん 1食分 343kcal 食塩相当量 5.5g 2食(240g) つゆ(70g×2) 本188円 (税込203円)
瑞濃社(愛知県) (税込213円)
冷蔵14日 本198円


生うどんとそのままかけるだけのストレートタイプのカレースープとあげ玉のセット。

126 乳 朝 冷たいカレーうどん(生) 1食 595kcal 食塩相当量 6.3g
1食335g(めん130g スープ200g、あげ玉5g) 本380円 (税込410円)
冷蔵30日 椿政本店(愛知県)

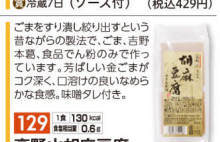

愛知県産の「きぬあかり」使用のつゆ付きの生きしめんです。かけでもざるでも召し上がっていただけます。

127 朝 つゆ付き 生きしめん 310g 1食 368kcal 食塩相当量 6.7g 本350円 (税込378円)
椿政本店(愛知県) (麺240g、
冷蔵所30日 つゆ70g)二人前


大粒の国産大豆100%使用。納豆の発酵熟成に最適な松経木に包んだ昔ながらの味です。

おすすめ 包材はプラやなく環境にやさしく、美味しいです。

タレ・からしなし 128 朝 都納豆(大粒) 80g×2 1袋 200kcal 食塩相当量 0.0g 本228円 (税込246円)
冷蔵10日 小杉食品(三重県)


ごまをすり潰し絞り出すという昔ながらの製法で、ごま、吉野本葛、食品でん粉のみで作っています。芳ばしい金ごまがコク深く、口溶けの良いなめらかな食感。味噌タレ付き。

129 朝 高野山胡麻豆腐 1袋 130kcal 食塩相当量 0.6g
聖食品(大阪府) 胡麻豆腐80g×2 本330円 (税込356円)
冷蔵所90日 たれ10g×2


国産大豆100%使用の絹ごし豆腐の厚揚げ。

おすすめ 130 国産大豆100%使用 絹ごし豆腐の厚あげ 100g 90kcal 食塩相当量 0.02g 本118円
冷蔵14日 マルツネ(愛知県) 2枚(約180g) (税込127円)


国産の無リンのスケソウダラのすり身を使用した笹ちくわとたんぱく質を練りこんだはんぺんです。

おすすめ そのまま食べたり、炒め物の具にも、使い道いろいろ。

おすすめ 131 朝 篠島のしらす天(小えび) 1袋 100g 110kcal 食塩相当量 1.9g 卵・小麦不使用 4枚 本258円 (税込278円)
冷蔵7日 八角(愛知県)


つなぎの卵を使わずにじっくりと練り上げた板かまぼこ。

132 朝 卵・小麦不使用 八角のかまぼこ 白 1袋 87.5kcal 食塩相当量 2.6g 90g 本198円 (税込213円)
八角(愛知県)
冷蔵7日


口に入れるとふんわりまろやかな食感。九条ねぎと国産紅生姜がアクセントになり、おかずにもおつまみにも。そのままわさび醤油や、煮込み料理など、様々なアレンジも。

100g 103kcal 食塩相当量 1.5g
おすすめ 133 京のとうふ天 3個入り 本380円 (税込410円)
冷蔵7日 はま一(京都府)


リン酸塩を使用していないタラのすり身を使用しています。

おすすめ 134 卵 小麦 かに風味かまぼこ ツインサラダ 100g 79kcal 食塩相当量 1.93g 90g 本218円 (税込235円)
スギヨ(石川県)
冷蔵14日

おすすめ マークは「おはよう宅配委員会」おすすめ商品。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内


能登の塩を使用。肉厚のしっかりとしたお食べごたえのあるちくわ。

NEW 135 卵 能登の大きいちくわ 1袋 129kcal 食塩相当量 2.9g
スギヨ(石川県) 2本 本228円 (税込246円)
冷蔵10日

新規お試し価格 本218円 (税込235円)


宮崎県産の大根をじっくり乳酸発酵させ、煎りぬかの香ばしさと辛みを効かせた素朴な味わいのたくあん漬に仕上げました。

内容量300g以上

136 100g 52kcal 食塩相当量 3.1g ほんもの手づくりたくあん漬 本328円
上沖産業(宮崎県) 1本 (税込354円)
朝120日


おいしさをギュッと詰め込んだ浅漬けナス。自然の色を生かしたお漬物です。

137 100g 31kcal 食塩相当量 3.3g 浅漬千両なす 本318円
三井食品工業(愛知県) 2本 (税込343円)
朝冷蔵15日


白菜、カクテキ、切干大根の3種のキムチの詰合せです。千大根は中国産。

138 朝 夜 韓国の味詰合せキムチ 100g 61kcal 食塩相当量 3.2g 本318円
コーライ食品(大阪府) 265g (税込343円)
朝冷蔵10日


鳴門産の小粒らっきょうを低温熟成で仕上げました。シャキシャキ食感で食べやすい甘酢味が特徴です。

NEW 139 100g 122kcal 食塩相当量 1.47g 鳴門産甘酢らっきょう 本358円
愛富食品工業(富山県) 70g (税込386円)
朝150日


地元産原料の他、国産のこんにゃく芋からつくったほんのり風味のこんにゃく。

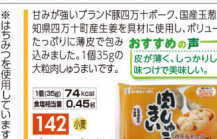
140 下呂生芋板こんにゃく 100g 122kcal 食塩相当量 1.47g 本120円
下呂特産加工(岐阜県) 250g (税込129円)
朝90日


国産の天草で作ったところてん。沖縄黒糖醸造付きです。

125g 98.5kcal 食塩相当量 0.05g

141 ところてん沖縄黒糖蜜 本250円
みゆきやフジモト(岡山県) 125g+黒蜜20g (税込270円)
朝90日

※はちみつを使用しています。


甘みが強いブランド豚四万十ポーク、国産玉葱、高知県四万十町産生姜を具材に使用し、ボリュームたっぷりに薄皮で包み込みました。1個35gの大粒肉しゅうまいです。

おすすめの声 皮が薄く、しっかりした味つけで美味しい。

1個(35g) 74kcal 食塩相当量 0.45g 142 朝 肉しゅうまい 本500円
冷蔵7日 210g (6個入) (税込540円)
あぐり屋川(高知県)


薄めのモチッとした皮と、ジューシーな国産豚肉の旨味とシャキシャキ野菜の相性がバツグン。ご家族みんなで楽しめる「宇都宮餃子会」承認の宇都宮餃子です。

夕しなし 1袋(196g) 438kcal 食塩相当量 2.0g 143 乳 宇都宮肉餃子 本298円
マルシンフーズ(栃木県) 196g (14個入り) (税込321円)
冷蔵11日


ブランド豚「四万十ポーク」使用、国産玉ねぎ「高知県産の子」を使用した具だくさんの豚まん。

1個(140g) 310kcal 食塩相当量 1.67g 144 乳 卵 朝 具だくさん豚まん 140g(1個入り) 本298円
冷蔵7日 あぐり屋川(高知県) (税込321円)


出汁の効いたつゆで炒めたパスタにきざみ海苔、明太子の風味と旨みのあるきのこで仕上げた和風パスタ。

※電子レンジで加熱調理してお召しあがりください。

1袋 420kcal 食塩相当量 3.6g 145 卵 朝 だし香る和風明太パスタ 本458円
今里食品(兵庫県) 1食 (税込494円)
冷蔵お届け日含む2日


キャベツなどの野菜とかに風味かまぼこを使用したからしマヨネーズがアクセントのサラダ。

※電子レンジで加熱調理する場合があります。

1袋 136kcal 食塩相当量 1.2g 146 乳 卵 小麦 朝 かに風味サラダ 1個 (108g) 本228円
セトデリカ(愛知県) (税込246円)
冷蔵お届け日当日


国産のゴーヤを使用したゴーヤチャンプルーです。

1袋 194kcal 食塩相当量 2.9g NEW 147 乳 卵 朝 かつお出汁香る旨塩国産ゴーヤチャンプル 1個 (169g) 本398円
セトデリカ(愛知県) (税込429円)
冷蔵お届け日含む2日


国産なすを専用調味料で漬け込んだおひたしです。

1袋 96kcal 食塩相当量 0.7g 148 朝 国産なすのおひたし 1盛 本298円
フジッコ(岐阜県) (税込321円)
冷蔵お届け日含む2日


国産大豆を使用したおからに豆乳を合わせることでなめらかにしていますが、おからをしっかり感じて頂けます。

1袋(140g) 170kcal 食塩相当量 1.1g 149 朝 夜 うの花(国産大豆のおから使用) 1盛(100g) 本198円
フジッコ(岐阜県)
冷蔵お届け日含む2日


天日干しした丹波黒豆を使用。豆の持つ風味を保ちワイン等を加えて味付け。

100g 251kcal 食塩相当量 0.3g おすすめ 150 丹波黒豆煮 120g 本428円
水上食品(愛知県) (税込462円)
冷蔵60日


しょうゆベース、SMサイズ(さくらたまご)のもみじたまごを使用。

おすすめ 味付たまご 味付たまご

151 卵 小麦 さくらたまごもみじたまごの温泉卵 タレ付き 本235円
ゴトウたまごセンター(岐阜県) 2個×2袋 (税込253円)
冷蔵60日


消しも大変頼もしい半熟さくら卵。タレ付。

152 卵 朝 さくらたまごの温泉卵 タレ付き 本258円
ゴトウたまごセンター(岐阜県) 6個 (税込278円)
冷蔵14日


枝豆、銀杏、にんじんだけの4種の具材入り。

153 朝 夜 冷やし茶碗むし(枝豆入り) 100g 41kcal 食塩相当量 1.1g 本318円
ふじや食品(福井県) 110g×4 (税込343円)
冷蔵25日

愛知県産いちごを原料に、柔らかくもっちりとした食感を感じながら召し上がる商品です。

115 乳 愛知県産いちごオ杏仁とうふ 100g 113kcal 食塩相当量 0.04g 150g
本258円 (税込278円)
朝180日 小塚屋(愛知県)

新鮮な生乳を70%以上使用することでミルクのおいしさを引き出した白いプリンです。

116 乳 卵 ひるがのミルクプリン 1個(80g) 123kcal 食塩相当量 0.1g
美濃酪連(岐阜県) 80g×3 本180円 (税込194円)
冷蔵14日

エチオピア産モカを使用し、甘さを控えた上品なコーヒーゼリーにしました。添付の北海道産つぶあんと一緒にお召し上がりください。

117 朝 1個 120kcal 食塩相当量 0.07g 喫茶店風コーヒーゼリー ゼリー150g 加糖あん25g 本318円 (税込343円)
朝180日 小塚屋(愛知県)

チーズケーキをつくったり、パンにぬってお召し上がりください。

おすすめ 118 乳 北海道クリームチーズ 1個(160g) 170kcal 食塩相当量 0.35g 本290円 (税込313円)
北海道酪農公社(北海道) 100g
冷蔵60日

濃厚な味わいとなめらかな口どけが特徴のスライスチーズです。そのまま食べるのはもちろん、フレッシュな野菜と一緒にサンドイッチに挟んだり、お料理のトッピングとしてもお勧めです。

119 乳 Cheeno!スライスチーズ 1枚(15g) 49kcal 食塩相当量 0.35g 本220円 (税込237円)
デイリー・プロダクツ ソリューション(東京都)
冷蔵240日 105g(7枚)


国産のいりこ使用の鍋用だしです。

100g 132kcal 食塩相当量 0.71g 154 卵 朝 柳橋右大臣の出し巻玉子(ハーフ) 1本 本380円
右大臣(愛知県)
冷蔵お届け日含む4日 (税込410円)


肉汁とよくからむ素材を活かした大根おろしの和風の旨味いっぱいのふっくらとジューシーな欧火焼ハンバーグです。

1袋 298kcal 食塩相当量 2.5g 155 乳 卵 朝 三元豚炭火焼ハンバーグ(和風ソース) 180g 本458円
山栄食品(福島県)
冷蔵30日 (固形量130g) (税込494円)


脂がのった鯖(ノルウェー産)をしょうゆ、みりん、砂糖などで炊いた出汁の味が感じられるお惣菜。

1袋(80g) 230kcal 食塩相当量 1.8g NEW 156 朝 鯖のたいたん 1食 本398円 (税込429円)
倭たん(京都府)
冷蔵31日


三河一色産のうなぎを白焼きにしました。わさび醤油などで。

155g規格!

157 解凍品 三河一色産うなぎ白焼 100g 385kcal 食塩相当量 0.3g 本3,180円
兼光水産(愛知県) 1尾(約155g) (税込3,434円)
冷蔵7日


国産のちりめんに山椒の実を加えて醤油、味醂等で風味豊かに炊き上げました。

158 朝 ちりめん山椒煮 100g 202kcal 食塩相当量 5.8g 本428円
ヒオキ食品(愛知県) 60g (税込462円)
冷蔵30日

北海道の新鮮な牛乳を使い、現地で生産された手づくりチャーン バター。

おすすめ ポテトサラダやムニエルの仕上げに加えるとおいしさが増します。

120 乳 北海道バター 1個(10g) 本290円 (税込313円)
北海道酪農公社(北海道)
冷蔵60日

焼きそばや具材、容器の中で混ぜて焼くだけの手軽で便利なセット。

おすすめ 121 乳 卵 朝 お好み焼セット モダン焼 1袋 542kcal 食塩相当量 5.9g 本398円 (税込429円)
おはなはん(和歌山県) 1人前
冷蔵14日 (税込194円)

本格ナポリ風クラストにホワイトソース、カマンベールチーズ、ゴーダチーズ、エメンタール、レッドチェダーをトッピング。

直径22cm 122 乳 卵 イタリアンピザ 4種のチーズ 1枚(177g) 490kcal 食塩相当量 2.1g 本558円 (税込602円)
冷蔵14日 デリソーレ(東京都)

スライスカットし薫しあげたジャガイモとクリーミーなシャルルソースをからめてスライスベーコンとシュレッドチーズをトッピングしました。おろしニンニクと卵のコクを効かせたベシャメルソースは、おつまみにもピッタリ!

おすすめ 123 乳 卵 朝 ポテト&ベーコングラタン 1個(100g) 100kcal 食塩相当量 0.9g 電子レンジ専用 本328円 (税込354円)
ヤヨイサンフーズ(静岡県)
冷蔵お届け日含む4日 200g

麺を太切りにしてじっくり蒸し上げたコシの強い麺です。専用のほんのり甘いとろろクノースがついています。

124 朝 下町の屋台風焼そば 1袋(155g) 249kcal 食塩相当量 2.6g
椿政本店(愛知県) 3人前(465g) 本398円
冷蔵7日 (ソース付) (税込429円)


鮮度のよいめばちまぐろ(韓国、台湾、その他)、きはだまぐろ(台湾、セーシュル、その他)を使用し、植物油脂を添加し、風味良くのっぺり仕上げました。

おすすめ 解凍品 おすすめの声 ネギトロ丼2人分として。我が家は大満足。

159 100g 223kcal 食塩相当量 0.6g ねぎとろ 本750円
魚彦(愛知県) 120g (税込810円)
冷蔵お届け日含む2日


愛知県産のこはだをさっぱりと甘酢で仕上げました。

160 こはだ甘酢漬 100g 150g 本320円
ヒオキ食品(愛知県) (税込345円)
冷蔵14日


ちょい手間な甘酢漬がすべて食べられる。酸味を抑えた甘酢で味付け。ロシア産のわかさぎに衣を付けてカラッと揚げ、特製の甘酢で仕上げました。開封後、そのまま召し上がりください。骨までやわらかくそのまま食べられるから骨までおつまみに。

骨までやわらか

161 100g 190kcal 食塩相当量 2.0g わかさぎの甘酢漬 本228円
海産物のきむらや(鳥取県) 120g (税込246円)
冷蔵15日


国産豆あじを使用。玉ねぎとにんじん、唐辛子と一緒に特製の南蛮酢に漬け込みました。あじを骨までカラッと揚げておりますのでそのまと召し上がっていただけます。

100g 101kcal 食塩相当量 1.6g 162 朝 あじの南蛮漬 本418円
海産物のきむらや(鳥取県) 140g×2 (税込451円)
冷蔵15日


南こだての旨味良いところを厳選した沖縄県産の平屋島産のもずくを漬けました。

60g 17kcal 食塩相当量 1.1g 163 朝 味付もずく三杯酢 本238円
海産物のきむらや(鳥取県) 60g×3 (税込257円)
冷蔵21日


沖縄県産の太もずく。さっと水洗いして三杯酢やお味噌汁、サラダ、揚げ物などに。

100g 4kcal 食塩相当量 1.1g 164 朝 たっぷりお徳用サイズ 伊平屋島産もずく 本290円
海産物のきむらや(鳥取県) 270g (税込313円)
冷蔵15日


全国の漁場からその時に一番おいしいふくを使用。独自の製法によりふっくらとした柔らかな食感です。

15g 14kcal 食塩相当量 0.3g 解凍品 165 朝 ふっくら金揚げしらす 本258円
さかもと(大阪府) 15g×2 (税込278円)
冷蔵30日


ロシア又はアメリカ産すけとうだらの卵。

NEW 解凍品 166 100g 119kcal 食塩相当量 4.6g 無着色たらこ 80g 本428円
博多ますたの水産(福岡県) 12日 (税込462円)
冷蔵

新規お試し価格 本398円 (税込429円)


漬けダレに愛知県の銘酒を入れることで一層身をふっくらまろやかに仕上げました。赤魚はアメリカ産。

167 解凍品 100g 142kcal 食塩相当量 1.3g ふっくら酒干赤魚 本398円
ジョイフーズ(愛知県) 2切 (税込429円)
冷蔵お届け日含む2日


アメリカ産銅鉱ホッケを愛知県産酒入りつけ汁をに使用ふっくらまろやかに仕上げました。

168 朝 解凍品 100g 136kcal 食塩相当量 1.6g 縞ほっけ酒干 本398円
ジョイフーズ(愛知県) 2切 (税込429円)
冷蔵お届け日含む2日


瀬付あじです。旬の原料を使い、富士山の湧水と天然甘塩で仕上げました。

100g 168kcal 食塩相当量 1.7g 169 解凍品 瀬付き真あじ開き 2枚 (約200g) 本498円
坂真水産(静岡県)
冷蔵お届け日含む2日 (税込537円)


千ししゃも(カラフト産)、子持ちししゃもを素材の風味と旨味を生かしたみりん漬けにしました。

解凍品 170 朝 子持ちカラフトししゃもみりん 100g 177kcal 食塩相当量 2.0g 120g 本275円
丸千水産(愛知県) (税込297円)
冷蔵お届け当日


チリで養殖された銀サケを国内で加工。

171 解凍品 塩銀鮭 2切 (約150g) 本548円
カネス(愛知県) (税込591円)
冷蔵お届け日含む3日


脂ののったノルウェー産のサバを加工。

100g 295kcal 食塩相当量 1.2g おすすめ 大きくて食べ応えがあり、おいしい。

172 解凍品 塩サバフィーレ 2枚 (約320g) 本530円
カネス(愛知県) (税込572円)
冷蔵お届け日含む3日


自社工場で、ノルウェー産等のサバを西京味噌でじっくり漬け込みました。加熱調理をしてください。

100g 323kcal 食塩相当量 0.8g NEW 173 朝 解凍品 サバ西京漬 約220g (3切) 本498円
カネス(愛知県) 7日 (税込537円)
冷蔵

新規お試し価格 本478円 (税込516円)

※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。
干物、お魚切り身等は加熱調理をしてください。

NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

174 日本の米育ち三元豚 切落しモモハム 平牧工房(山形県) 冷蔵20日 100g 本体380円(税込410円)
平牧場三元豚を使用したモモハム。発色剤を使用。
おすすめの声 切り落としとあるが、細かくなく、お値打ちでおいしいです。

175 日本の米育ち三元豚 極み荒挽きウインナー 平牧工房(山形県) 冷蔵20日 80g 本体308円(税込332円)
無塩せき。平田牧場の国産豚肉使用。7本入り。

176 日本の米育ち三元豚 荒挽きフランク プレーン 平牧工房(山形県) 冷蔵20日 120g 本体480円(税込518円)
無塩せき・平田牧場の国産豚肉使用。

177 日本の米育ち三元豚 極みベーコン 平牧工房(山形県) 冷蔵15日 70g 本体430円(税込464円)
無塩せき。平田牧場三元豚のバラ肉を天然だしの調味液に漬け込んで直りました。

普段使いの近江牛です。

178 近江牛モモ焼肉用 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 120g(税込1,706円) 本体1,580円

179 鳥取県産 こめ育ち牛小間切 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 170g(税込810円) 本体750円
飼料用に品種改良されたお米を中心にしたエサを与え、牛肉本来の赤身のおいしさを追及した牛肉。肉じゃがなど、便利に使えます。

180 三元豚 生姜焼用(ロース・肩ロース) 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵7日 160g 本体750円(税込810円) → 本体730円(税込788円)
真空パック。飼料に飼料米を与えています。
おすすめの声 ジューシーな肉質でとても柔らかいです。

181 三元豚 ロース・肩ロース しゃぶしゃぶ用 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 160g 本体750円(税込810円) → 本体730円(税込788円)
ロース・肩ロース。飼料にお米も与えています。

ロース・肩ロースをハーフサイズにカット。厚さ約5mm。

182 三元豚 ロース肩ロース焼肉用 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 160g 本体750円(税込810円) → 本体730円(税込788円)
おすすめの声 肉の厚さもあり、食べ応えの満足感がある。

「コープしが」の人気商品です。国産豚すす切り肉に果汁入りブルコギだれをセットしました。ブルコギのたれは甘めです。

183 国産豚 ブルコギ炒めセット 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 300g(豚肉250g・たれ50g) 本体520円(税込561円)
100g 224kcal 食塩相当量 0.9g

「コープしが」の人気商品を紹介します。国産豚モモ肉をひとくちサイズにカットし、のり塩&ガーリック味のスパイスをまぶしました。

184 国産豚ミニステーキ(のり塩&ガーリック) 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 210g(税込507円) 本体470円
100g 232kcal 食塩相当量 1.1g
おすすめの声 とても旨味があり、他のミンチと断然違います。

185 三元豚 豚ミンチ 加工シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 180g 本体420円(税込453円)

飼育方法が明確なコープ産直若鶏の脂肪の少ないさっぱりとした部位。

186 産直若鶏ムネ肉 トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 240g 本体250円(税込270円)
おすすめの声 鶏肉はこれにしてやわらかい。

産直若鶏のモモ肉を小さくカット。炒め物などに。

187 産直若鶏カットモモ肉 トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 200g 本体330円(税込356円)
おすすめの声 チキンライスに使用します。

ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を一切使用しないで育てた鶏です。

188 産直若鶏手羽元 トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 300g 本体298円(税込321円)

1/3日分野菜が摂れる野菜たっぷりあんかけ焼きそばのセット。中華麺入り。※肉業務はご用意ください。

ミールキット(調理セット) 1セット 724kcal 食塩相当量 9.6g
189 卵 1/3日分野菜のあんかけ焼きそばセット セトデリカ(愛知県) 冷蔵お届け日含む2日 豚肉10g、エビ2個 めん300g、もやし1袋、野菜200g(玉ねぎ・白菜 にんじん・きくらげ・にら)、たれ2袋(中華炒めだれ) 本体880円(税込950円)
調理例 約15分 約2人前

レタスをベースに玉ねぎ、トレビス等をミックス。

190 お家でつくるごちそうサラダ イタリアンサラダ サラダクラブ(静岡県) 冷蔵お届け日含む3日 100g 本体218円(税込235円)

村上農園のブロッコリースーパースプラウトをトッピングしたサラダの大袋タイプです。

191 ブロッコリースーパースプラウト入りミックスサラダ(ビッグパック) サラダクラブ(静岡県) 冷蔵お届け日含む3日 260g 本体218円(税込235円)

192 ミニトマト 農民連・アツミ産直センター(愛知県) 約200g 本体298円(税込321円)

193 ミニトマトあいこ 川助グループ(愛知県) 約200g 本体298円(税込321円)

水耕レタス1株、ミニトマト100g、ホワイトセロリ50gのセット。※ミニトマトは赤、オレンジ、黄色いずれか。

194 サラダ野菜セットC 川助農園グループ(愛知県) 3種 本体380円(税込410円)

195 きゅうり 徳用(水耕栽培) 川助グループ(愛知県) 5本(約400g) 本体340円(税込367円)

196 きぬさやえんどう 和歌山又は徳島県産 約40g 本体230円(税込248円)
シャキッとした歯触りでほのかに甘みがあります。煮物、炒め物、汁物などに。

197 スナップえんどう 川助グループ 宮田さん(愛知県) 約100g(税込213円) 本体198円
肉厚のサヤごとどうぞ。炒め物やさっと茹でてサラダ、和え物などに。

198 ピーマン 高知又は鹿児島県産 約120g(3~6個) 本体135円(税込145円)

199 なす 川助グループ(愛知県) 3本 本体260円(税込280円)

200 オクラ 高知又は鹿児島県産 約60g(税込259円) 本体240円

201 グリーンアスパラ 1束(約100g) 長野又は熊本県産(税込321円) 本体298円

202 ブロッコリー 愛知、鳥取、徳島、高知又は熊本県産 1株 本体248円(税込267円)

203 にら 高知県産 約100g 本体148円(税込159円)

大根、キャベツ、ミニトマト、法れん草、人参などをセットしてお届け。
※野菜の種類が不足する場合は、他の農民連の野菜などをお届けすることもあります。
ダンボール箱は再利用します。返却をお願いいたします。

204 アツミ野菜BOX 農民連・アツミ産直センター(愛知県) 1箱5~6品 本体1,050円(税込1,134円)

205 国産かぼちゃ(カット) 鹿児島又は沖縄県産 約300g 本体430円(税込464円)

206 長芋 青森県産 約250g 本体280円(税込302円)

207 黄金しょうが 坂田信夫商店(高知県) 約80g 本体198円(税込213円)
色鮮やかで調理しにくく、一般的な生姜より辛み成分が多く、おろしやすいのが特長です。

208 洗いごぼう(カット) 茨城、熊本、青森又は鹿児島県産 約110g 本体240円(税込259円)

209 ぶなしめじ(ほぐし) 長野県農民連・中川産直センター 約150g 本体198円(税込213円)
根本を切ってあるのでそのまま使えて便利です。

210 えのき 約200g 本体108円(税込116円) 長野県産
おすすめの声 生なので味・食感がいい。

211 国産生きくらげ 伊豆農民組合(静岡県) 約60g 本体220円(税込237円)
国産の生きくらげ。プルンとした食感が特長。サッと湯通ししてから調理してください。
おすすめ

212 生どんこしいたけ ホクト(長野県) 6個 本体320円(税込345円)
菌床栽培。肉厚で贅沢な食感のどんこ椎茸。ステーキ、肉詰め、天ぷら、煮物などに。
おすすめの声 肉厚なので椎茸の味がしっかりしていておいしい。

3品 エリンギ、舞茸、しめじのセット。

213 ホクトのきのこ3種セット エリンギ:長野県産 舞茸・しめじ:静岡県産 3品 本体380円(税込410円)

フィリピン産パイナップルを国内で加工。

214 カットフルーツパイン ファーマインド(愛知県) 冷蔵お届け日含む3日 180g 本体298円(税込321円)

※この時期は冷蔵保存をしてください。

215 ふじりんご 青森県産 2玉 本体580円(税込626円)

グリーン系果肉の上品な甘味のメロンです。

216 アンデスメロン 熊本県産(税込1,166円) 1玉(約800g) 本体1,080円 → 本体980円(税込1,058円)

甘味の強い濃いオレンジ色の果肉のネットメロンです。

217 クインシーメロン 茨城又は熊本県産(税込1,166円) 1玉(約700g) 本体1,080円

グリーンの果肉、甘味の濃い、香りの良いメロン。

218 タカミメロン 茨城又は熊本県産(税込1,166円) 1玉(約700g) 本体1,080円

この時期だけのお楽しみ! 5月3週~5週 期間限定企画

219 台湾パイナップル 台湾産 1玉(約800g)(税込604円) 本体560円

おすすめの声 大きくて甘みが強いです。

220 キウイフルーツ サンゴールド ニュージーランド産 3玉 本体460円(税込496円)

有機質肥料を中心に施肥した栽培エリア限定の高地栽培バナナです。

221 ゴールドプレミアム甘熟王 フィリピン産 約600g 本体298円(税込321円)

寒暖差のある高地栽培。

222 スウィーティオグリーンフォレストバナナ フィリピン産 約550g 本体288円(税込311円)

キャベンディッシュ種。フィリピンミンダナオ島のドール社管理指定圃地栽培。中高地栽培ですぎず、さっぱりしすぎず、飽きのこないバナナ。

223 プレミアムスイートバナナ フィリピン産 約450g 本体198円(税込213円)

夏みかんの果皮とパルプを使用したフルーツスプレッド
厳選した国産夏みかんの果皮とパルプを果汁だけで煮詰め、果肉を残した甘さ控えめのオールフルーツのマーマレードです。

224 ハーベスウィートマーマレード 365日 寿高原食品(長野県) 125g 本体445円(税込480円)

タンザニア産コーヒー豆を使用。醸味、甘み、コク、香りともに優れた珈琲です。中挽き。

225 レギュラーコーヒー キリマンジャロ(中挽き) ワルツ(愛知県) 1年 150g(税込818円) 本体758円

長野北信地方のりんごを使用。風味、味もたいへん良いストレート果汁です。

226 しぼりっぱなしりんごジュース 寿高原食品(長野県) 120日 1000㎖(税込464円) 本体430円(税込442円)

厳選したグレープフルーツを使用しました。さわやかな風味の100%果汁。酸味・甘みのバランスの良い味わいに仕上げました。

227 グレープフルーツジュース ヤクルト(山梨県) 180日 200㎖×12(税込1,555円) 本体1,440円
100g 74kcal 食塩相当量 0~0.1g

厚生労働省が推奨する1日の摂取目標値350gに相当する30種類の野菜から搾汁した100%の野菜ジュースです。トマト、にんじんを主体にすっきりとした風味に仕上げました。砂糖、塩分は一切使用していません。

228 贅沢野菜1日分 ヤクルト(山形県) 200㎖×12 本体1,740円(税込1,879円) → 本体1,660円(税込1,792円)
100g 84kcal 食塩相当量 0~0.9g
新規お試し価格

国産のもぎたて果物を贅沢に使ったジュース!80gのお手軽サイズで果汁100%なのでバランスお子様にも安心。冷凍庫で簡単にシャーベットもできちゃう。これからの季節にぴったり!

229 NEW 凍らせるとシャキッと美味しいフルーツバー スイカ、メロン、レモン、あまおう、日向夏 80g×5種×4 本体2,380円(税込2,570円) → 本体2,180円(税込2,354円)
100g 217kcal 食塩相当量 0.31g

国産の生こしあん、桜葉を使用したボリュームたっぷりの桜餅。
おすすめの声 大きくて、あんこも美味しい。

230 伊勢さくら餅 伊勢屋餅(三重県) お届け日含む2日 100g×2 本体270円(税込291円)

国産のわらび粉を加えたわらび餅を角切りし国産きな粉をまぶしました。

231 伊勢角切りわらび餅 伊勢屋餅(三重県) お届け日含む2日 200g 本体230円(税込248円)
100g 185kcal 食塩相当量 0g

北海道産小豆、国産小麦粉使用。もっちり皮で自家炊き粒あんを包み、いばら葉で挟み蒸しあげました。

232 伊勢いばらまんじゅう 伊勢屋餅(三重県) お届け日含む2日 50g×3 本体280円(税込302円)
100g 214kcal 食塩相当量 0g

島根県出雲市多伎町産薄葉柿いちじくのペースト、もち米粉、葛粉、寒天などを炊き合わせた、ぷるりとした食感の寒天和菓子。

233 ぷるり出雲いちじく 津山醸製菓(島根県) 120日 140g 本体348円(税込375円)(個包装込み)

レアチーズムースに北海道純生クリームを加え、濃厚なミルク感とまろやかさを味わえるタルトです。カットの手間いらずの利便性とおいしさの両方を兼ね備えました。

234 乳 卵 切れてるレアチーズタルト 冷蔵8日 プレシア(神奈川県) 6切 本体318円(税込343円)
100g 406kcal 食塩相当量 0.4g

生姜、筍、しめじ、椎茸、人参、野沢菜入りのさっぱりとしたまぜご飯の素。

235 小川の庄 しょうがご膳(まぜご飯の素) 180日 小川の庄(長野県)(税込537円) 本体498円
1人(160g) 353kcal 食塩相当量 4.2g
110g(2合用)

日本初の国産カレー粉を開発した大和屋伝承のカレー。厳選した22種以上のスパイスをじっくり炒め風味豊かに仕上げました。

236 乳 卵 蜂カレー(中辛) ハチ食品(大阪府) 18カ月 180g 本体418円(税込451円)
1皿(200g) 100kcal 食塩相当量 2.1g
約9回分

即席の減塩、お徳用お味噌汁。5種の具材にあわせて3種のだしを使いました。当社20食即席みそ汁に比べ塩分30%カット。

237 乳 神州一味噌即席おみそ汁(20食・減塩タイプ) 油揚げ・ほうれん草各4食 180日 神州一味噌(長野県)(税込453円) 本体420円
とうふ・長ねぎ・わかめ・

今日の一品

198 ピーマン 約120g(3~6個)(税込145円) 本体135円

180 三元豚 生姜焼用(ロース・肩ロース) 160g 本体750円(税込810円) → 本体730円(税込788円)
おすすめの声 ジューシーな肉質でとても柔らかいです。

地元愛知の減農薬栽培した「若水」を100%使用。食塩無添加。
※20歳未満の方への酒類の販売は致しておりません。

238 純米料理酒 おおごつつお 720㎖ 澤田酒造(愛知県)(税込1,446円) 本体1,315円
消費税10%

節減対象農薬の使用回数は地域慣行栽培の半分以下。無洗米です。

239 無洗米 愛知のコシヒカリ JAあいち 豊田 2kg 本体1,680円(税込1,814円)
無洗米 愛知県産 CO・OP

米粒の大きさは少し小さめですが、きれいな水と昼夜の寒暖差のある土地で美味しいお米に育ちます。

240 お米 ミネアサヒ(愛知作手産) JAあいち東(愛知県) 2kg 本体1,680円(税込1,814円)
幻の水 ミネアサヒ

※野菜・果物の写真はイメージです。生育状況によりやむをえず産地など変更になる場合があります。同等の代替品の確保ができない場合は欠品とさせていただきます。
お届け時に商品が傷んでおりましたら、申し訳ございませんが おはよう宅配までお電話でご連絡ください。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

■精肉・たれ漬けは充分加熱してお召し上がりください。「コープしが産直豚肉」のパッケージは「国産豚」と表記しております。
※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内
■20歳未満の方への酒類の販売は致しておりません。

5月4週

前 月火水(5/19~5/21)
後 木金(5/22~5/23)

★賞味期限(黄)・消費期限(橙)は製造日から(製造日を含む)未開封で適切な温度で管理された場合の期限です。お届けからの期限ではありません。
★アレルゲンは原材料に入っているものみを表示しています。(例 乳 卵 小麦)
★表示価格は本体価格・( )内は消費税込みの価格(小数点以下のものは切捨てのため目安価格)です。

今日の1品 「味わいつくそう海の幸」塩銀鮭切身で南蛮漬

南蛮漬けのたれを合わせ、細切り野菜と鮭を漬け込みます。鮭は揚げずにフライパンで焼くだけでも。

239 らくらくかんたん酢漬け酢 本体410円 900mℓ(税込442円)

161 塩銀鮭 2切 本体548円(約150g)(税込591円) 本体528円(税込570円)

北海道産小麦粉を中心に国内産小麦100%と天然酵母でつくったシンプルな配合のパン。組合員の皆様に親しまれてきた愛称「ハードトースト」。

101 乳 国内産小麦粉 天然酵母使用 内麦食パン 1本 959kcal 食塩相当量 3.6g 本380円 1斤(税込410円)

アマニ、ひまわりの種、かぼちゃの種を配合した健康志向のロールパン。

102 乳 卵 雑穀栄養ロール 1個 106kcal 食塩相当量 0.3g 本160円 2個(税込172円)

酒種でつくったもちもち食感のバンズ。ハンバーガーなどに。

103 乳 卵 酵母にこだわったバンズ 1個 300kcal 食塩相当量 1g 本250円 2個(税込270円)

小麦と塩、熟湯で練りこんだ生地で北海道産小豆使用の粒あんを包み焼き上げた"もっちり"としたあんぱんです。

104 乳 卵 小麦 あんにこだわった極上あんぱん 1個 233kcal 食塩相当量 0.2g 本200円 1個(税込216円)

国産小麦・天然酵母使用のプレーンオランダ生地にカットチーズを包み込みました。

105 乳 卵 小麦 プチチーズ 1個 138kcal 食塩相当量 0.4g 本230円 2個(税込248円)

ヨーグルトを生地に入れ、クランベリーとオレンジピールを練り込み、風味を加えて焼き上げました。

106 乳 小麦 ヨーグルトオランジュ 1個 637kcal 食塩相当量 1.7g 本450円 1個(税込486円)

岡山県、蒜山高原のジャージー牛乳を使ったクリームを包み込みしっとり焼きあげました。

107 乳 卵 小麦 蒜山牛乳クリームパン(ひるぜん) 約9×9cm 1個 298kcal 食塩相当量 0.4g 本140円 1個(税込151円)

ジューシーで甘酸っぱいレーズンと、香ばしいくるみのおいしい組み合わせをお楽しみいただけるテーブルロールです。

108 乳 卵 小麦 くるみ レーズン&くるみロール 直径約7cm 1個 115kcal 本248円 6個(税込267円)

たっぷり野菜と具材をサンドして!

109 乳 小麦 胚芽オートミールブレッド 1個 228kcal 食塩相当量 0.83g 本250円 2個(税込270円)

プレーンタイプのイタリアンクロワッサンです。シンプルで飽きのこないプレーンタイプ。そのままや野菜やハムなどでアレンジしても。買い置きに最適。

110 乳 卵 小麦 毎日クロワッサン 1個あたり 65kcal 食塩相当量 0.2g 1個 153kcal 食塩相当量 0.21g 本650円 60日 コモ(愛知県) 8個(税込702円)

地元の酪農家から届いた安心安全な生協牛乳を便利なスリムストロー付きパックでお届けします。

111 乳 1本200ml 137kcal 食塩相当量 0.2g せいきょう牛乳 本298円 冷蔵11日 200mℓ×3(税込321円)

新潟県産の生乳を85%使用したヨーグルトベースに、と農協果汁を使用した飲むヨーグルトです。

112 乳 1本150g 144kcal 食塩相当量 0.15g ヤスダヨーグルト ブルーベリー 本468円 冷蔵22日 150g×3(税込505円)

牛乳を75%使用した素朴でまろやかな牛乳プリン。加糖卵黄入り。※パッケージ変更。

113 乳 卵 渥美半島の牛乳プリン 90g×2 本148円(税込159円)

糸引きの良いモッツァレラチーズを60%以上配合しました。グラタンやピザ、トーストに最適で、とろーりのびるクリーミーなピザ・トースト用!

114 乳 おすすめ Cheeno!モッツァレラチーズ デイリー・プロダクツ ソリューション(東京都) 300g 本598円 冷蔵90日(税込645円)

直径約20cm

サクッとしたクリスピータイプのクラストを使用し、トマトソース、ナチュラルチーズ、モッツァレラチーズ、バジルをトッピングしたマルゲリータピザです。

115 乳 1枚143g 398kcal 食塩相当量 1.4g ミラノ風マルゲリータピザ 2枚(286g) 本718円 冷蔵14日 デルソーレ(東京都)(税込775円)

押し麦入りのタマーリングライスに、ハヤシ風ソースとデミグラス風ソースをかけたビーフシチュー仕立てのドリアです。ワインのコクを効かせた、深みのある味に仕上げています。

116 乳 卵 小麦 電子レンジ専用 ビーフ&チーズドリア 100g 123kcal 食塩相当量 1.2g ヤヨイサンフーズ(静岡県) 200g 本328円 冷蔵お届け日含む4日(税込354円)

ベーコンにパリパリの香ばしい海苔を練り込んだ生地を使用したシンプルなピザ。ピザソースとチーズをトッピングしました。

117 乳 卵 小麦 大豆 電子レンジ専用 おすすめ 海老とチーズのグラタン 100g 115kcal 食塩相当量 1.0g ヤヨイサンフーズ(静岡県) 本328円 冷蔵お届け日含む4日200g(税込354円)

国産小麦を使用し、コシのある麺に仕上げています。

118 乳 国内産小麦粉 おすすめ 焼そば(麺のみ) 樽政本店(愛知県) 150g×3 本298円(税込321円)

国産小麦使用の麺を使用。味噌のコク、ごまの風味、程よい酸味の効いたピリ辛の冷やしラーメンです。

119 乳 おすすめ 冷たい辛みそラーメン(生) 1食320g(めん120g スープ200g、ごま0.5g) 本380円 冷蔵30日 樽政本店(愛知県)(税込410円)

三重県産小麦粉100%使用。

120 小麦 510g(めん220g×2、たれ35g×2) 冷し伊勢うどん 1食(255g) 304kcal 食塩相当量 5.3g 本278円 坂商製麺(三重県)(税込300円)

国産のそば粉使用の5割そばです。ストレートつゆ付。

121 小麦 得 信州ぶっかけ冷しそば(生) 2食(めん240g つゆ100g×2) 1食 372kcal 食塩相当量 5.2g 本458円 冷蔵14日(税込494円) 本448円(税込483円) 信越明星(長野県)

北海道産小粒大豆100%使用し、風味豊かなしそのりたれを添付しました。しそのりたれには伊勢湾で採れた「ひと文単」を使用しています。

122 小麦 国産しそのりカップ納豆 1パック 63kcal 食塩相当量 0.3g 30g×3 本158円 小杉食品(三重県) 冷蔵10日 しそのりタレ付(税込170円)

新鮮な卵を使用し、かつおと昆布の旨味で仕上げた玉子とうふ。そのままお召しあがりいただけます。

123 卵 味付玉子とうふ 100g 35kcal 食塩相当量 1.01g マルツネ(愛知県) 100g×3 本138円(税込149円)

三河産フクユタカ大豆100%、消泡剤無添加の木綿とうふ生地を圧搾一番搾り菜種油で丁寧に揚げた厚揚げです。

124 国産大豆 木綿とうふの厚揚げ 100g 145kcal 食塩相当量 0.1g 辻豆腐(愛知県) 3個入 本298円 冷蔵お届け日含む3日(税込321円)

数種類ある揚げかまの中から、たまねぎ・ごぼう・枝豆の3種類を組合せにした野菜組合せ。そのまま生食でもいいですし、軽く焼いて生姜醤油もお薦めです。

卵・小麦不使用

125 揚げかま野菜味セット 八角(愛知県) 3枚入り 1枚 306.4kcal 食塩相当量 5.6g 得 本398円(税込429円) 本378円(税込408円) 冷蔵7日

淡路島産たまねぎを全体の約30%配合した豆腐ハンバーグ。スライスとみじん切り2種類のカットを施したたまねぎによりシャキシャキ食感と甘さを引き立てました。

126 乳 卵 淡路島産たまねぎ 豆腐ハンバーグ 1個 173kcal 食塩相当量 1.0g 辻豆腐(愛知県) 2個入り 本350円(税込378円) 冷蔵お届け日含む3日

卵白を使わず、丹念に練り上げ、しなやかで口当たり良く仕上げました。

おすすめの声 塩分が少なく口当たりがとても良い。

127 八角焼ちくわ 100g 86.2kcal 食塩相当量 2.0g おすすめ 得 八角(愛知県) 5本 本198円(税込213円) 本188円(税込203円) 冷蔵7日 卵・小麦不使用

お伊勢参りのお土産として大人気のひりょうずを小ぶりのお団子に。ふうず卵入り。

128 卵 伊勢ひりょうず団子 1個 126kcal 食塩相当量 0.8g 本398円 冷蔵6日 若松屋(三重県)(税込429円)

能登の塩を使用。昔懐かしい、まろやかな塩味。

NEW 129 卵 能登のさつま揚 プレーン スギヨ(石川県) 4本 1本 58kcal 食塩相当量 0.9g 本298円 冷蔵9日(税込321円)

サラダはもちろん、ちらし寿司や手巻きずしなどに。味とほぐれ感にこだわった匠の技を感じる一品です。使いやすいツインパックタイプ。

130 卵 小麦 匠のカニカマ 1袋 83kcal 食塩相当量 2.1g 80g 本248円 冷蔵21日 スギヨ(石川県)(税込267円)

国産白菜をカットして国産の柚子の皮や果汁を加え浅漬けに仕上げました。

131 小麦 ゆず白菜漬 100g 22kcal 食塩相当量 2.6g 三井食品工業(愛知県) 200g 本218円 冷蔵10日(税込235円)

国産白菜を食べやすく刻み、唐辛子をベースに魚介の旨みを合わせた特製のヤンニョムで、旨辛の白菜キムチに仕上げました。

食べ切り約少量70g NEW 132 鶴橋やまだ 濃厚旨辛白菜キムチ 100g 43.8kcal 食塩相当量 2.9g 70g 本168円 冷蔵25日 とうがらしのやまだ(大阪府)(税込181円)

おすすめ マークは「おはよう宅配委員会」おすすめ商品。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

4週

果肉のやわらかい紀州産南高梅を使用し、しそ仕立ての調味液でさっぱり仕上げました。塩分10%に調整しています。温かいご飯はもちろん、おにぎりの具材やお茶うけにどうぞ。

133 紀州南高梅 しそ漬 熟撰つぶれ梅 紀州フーズ大谷(和歌山県) 1個 本498円 160g(税込537円)

しっかりと漬込んだ国産の青首大根と北海道産昆布を使用のお漬物。

134 乳 やまじょう 昆布割大根漬 やまじょう(滋賀県) 冷蔵21日 半割1本(税込365円)

国産生芋100%使用しました。

おすすめ

135 下呂 厚切り板こんにゃく 下呂特産加工(岐阜県) 90日 本198円 500g(税込213円)

おすすめの声 おでんに入れると味の良さが引き立ちます。

ブランド豚 四万十ポーク使用 国産玉ねぎ・高知県産竹の子を使用した具だくさんの豚まん。

136 乳 小麦 具だくさん豚まん 1個(140g) 310kcal 食塩相当量 1.67g 本298円 冷蔵7日 あぐり窪川(高知県)(税込321円) 140g(1個入り)

水いらずで、多めの油で焼くだけの肉餃子。ジワ付き。

おすすめの声 パリパリ感を楽しむ場合はほぐさず焼いてください。

137 小麦 おすすめ たれ1袋 11kcal 食塩相当量 0.8g 餃子100g 234kcal 食塩相当量 1.2g 薄皮浜松餃子(肉) マルマツ(静岡県) 冷蔵6日 17g×16個(税込429円)

八丁味噌仕立てのどて煮です。国産豚肉使用。温めるだけでお召し上がりいただけます。

おすすめの声 味噌が甘辛く、とても呑兵衛はいっています。

138 小麦 名古屋名物どて煮 1袋(150g) 249kcal 食塩相当量 3.0g 樽政本店/フードサービス(愛知県) 本398円 365日 150g(税込429円)

鉄鍋で炒めた香ばしい中華風に、オイスターソースの旨味が効いた中華あん、たっぷりの野菜をトッピングした食べ応えのある焼きそば。

電子レンジで加熱調理でお召しあがりください。

139 卵 小麦 大豆 1/3日分の野菜が摂れるあんかけ焼そば 今里食品(兵庫県) 1食 本498円(税込537円) 1個 477kcal 食塩相当量 4.0g

人参、胡瓜入りのマカロニサラダ。

140 乳 卵 小麦 玉子マカロニサラダ ベストーネ(滋賀県) 1個 本198円 冷蔵お届け当日(150g)(税込213円) 1個 413kcal 食塩相当量 1.8g

NEW 141 小麦 国産ほうれん草の胡麻和え セトデリカ(愛知県) 1個 本228円 冷蔵お届け当日(85g)(税込246円) 1個 117kcal 食塩相当量 1.5g

国産ほうれん草を使用。

国産たけのこを使用し、かつお節を和えた煮物です。

142 小麦 国産たけのこ煮物 伊藤食品(岐阜県) 冷蔵90日 80g 本398円(税込429円) 1袋(80g) 53kcal 食塩相当量 1.0g

国産(新潟県産など)大豆を使用したがんもの煮物です。

143 小麦 得 がんも煮物 伊藤食品(岐阜県) 冷蔵90日 8個 本298円 本270円(税込291円) 1個(税) 157kcal 食塩相当量 1.3g

国産の大根を使用し、だしの味を効かせて炊きあげました。

144 小麦 切干大根煮物 冷蔵90日 伊藤食品(岐阜県) 80g 本298円(税込321円) 1袋(80g) 65kcal 食塩相当量 0.7g

145 乳 小麦 だしが決めての筑前煮 フジッコ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む2日 1盛 本328円(税込354円) 1袋 165kcal 食塩相当量 1.7g

おすすめ

「九条ネギ」をたっぷり入れ、焼きあげただし巻き玉子。5つカット。

146 卵 小麦 おすすめ 九条ねぎたっぷりだし巻玉子 ベストーネ(滋賀県) 冷蔵お届け日当日 1包 本198円(税込213円) 1袋 107kcal 食塩相当量 1.8g

トマトの甘味とさわやかな酸味のバランスがよいトマトソースで仕上げた、ふっくらとジューシーな炭火焼ハンバーグです。

147 乳 卵 小麦 三元豚炭火焼ハンバーグ(トマトソース) 山栄食品(福島県) 冷蔵30日 (固形量130g) 180g 本458円(税込494円) 1袋(180g) 302kcal 食塩相当量 1.9g

三河一色産のうなぎを丁寧に焼き上げ蒲焼に。

155g規格

148 小麦 解凍品 三河一色産うなぎ蒲焼 兼光水産(愛知県) 冷蔵7日 1尾(約155g) タレ・山椒付 本3,180円(税込3,434円) 100g 314kcal 食塩相当量 1.4g

国内産のいわしをマルキ商店で骨までやわらかく加工し、仕上げました。

骨までやわらか いわし煮付け 100g 212kcal 食塩相当量 1.4g 149 小麦 解凍品 マルキ商店(三重県) 冷蔵お届け日含む3日 5尾(約100g) 本398円(税込429円)

川魚の甘露煮。一度素焼きし、長時間とろ火で煮上げて薄味に仕立てました。

あゆのぼっかあ煮 100g 217kcal 食塩相当量 2.2g 150 小麦 さわ(岐阜県) 冷蔵180日 2尾(税込645円) 本598円

国産のさんまを100℃/15分で加熱し焼き目をつけました。レンジ、フライパンで温めてお召しあがりください。

解凍品

151 国産焼きさんま 100g 270kcal 食塩相当量 0.3g マルキ商店(三重県) 冷蔵お届け日含む3日 2尾(約170g) 本398円(税込429円)

サクッとしたクリスピータイプのクラストを使用し、トマトソース、ナチュラルチーズ、モッツァレラチーズ、バジルをトッピングしたマルゲリータピザです。

115 乳 1枚143g 398kcal 食塩相当量 1.4g ミラノ風マルゲリータピザ 2枚(286g) 本718円 冷蔵14日 デルソーレ(東京都)(税込775円)

カナダ産の無漂白数の子とタイ産甲イカを使った珍味です。

152 100g 121kcal 食塩相当量 3.8g いかずの子(珍味) ヒオキ食品(愛知県) 90g 本420円 冷蔵14日(税込453円)

サーモントラウト使用。サラダ、オードブルなどに。

100g 155kcal 食塩相当量 2.8g 153 解凍品 トラウト スモークサーモン スライス マルヒロ水産(大阪府) 40g(税込429円) 本398円

頭と内臓を除去した国産のカタクチイワシに衣を付けてカラッと揚げ、玉ねぎとにんじんを使用した特製の南蛮酢に漬け込みました。開封しそのままお召し上がれます。

おすすめの声 酢もきつくなく、もずく量も適量

154 小 100g 105kcal 食塩相当量 1.9g いわしの南蛮漬 海産物のきむらや(鳥取県) 冷蔵15日 140g 本275円(税込297円)

沖縄県産のもずくを本来の食感、特長であるヌメリを損なわない様にこだわりの三杯酢で味付。(従来品と比較し30%減塩)

おすすめの声 酢もきつくなく、もずく量も適量

155 小 1パック260g 19kcal 食塩相当量 0.5g 減塩もずく(三杯酢) 海産物のきむらや(鳥取県) 冷蔵21日 60g×3 本248円(税込267円)

駿河湾で水揚げされた桜えびをサッと釜あげ。※カニが混入する場合があります。

おすすめ 得 156 加 解凍品 国産釜あげ桜えび カタヤマキ(静岡県) 冷蔵お届け日含む3日 40g 100g 90kcal 食塩相当量 1.8g 本550円(税込594円) 本510円(税込550円)

駿河湾で獲れたしらすを水揚げ後すぐに釜揚げ。※えび、かにが混入する場合があります。

おすすめ 得 157 解凍品 釜あげしらす カタヤマキ(静岡県) お届け日含む3日 50g 本398円(税込429円) 本378円(税込408円) 冷蔵 100g 95kcal 食塩相当量 1.8g

158 解凍品 カマス開き干し マルキ商店(三重県) 冷蔵お届け日含む3日 2枚(約130g) 本360円(税込388円) 100g 82kcal 食塩相当量 1.8g

国産の真あじをマルキ商店さんで加工。

NEW 159 解凍品 あじひらき干し マルキ商店(三重県) 冷蔵お届け日含む3日 2枚(約200g) 本458円(税込494円) 新規お試し価格 本428円(税込462円) 100g 167kcal 食塩相当量 1.2g

国産のさんまを頭、中骨を除去し調味液に漬け込み乾燥しました。腹骨はそのままです。

NEW 160 小 解凍品 さんまみりん干し マルキ商店(三重県) 冷蔵お届け日含む3日 2枚(約120g) 本398円(税込429円) 新規お試し価格 本368円(税込397円) 100g 296kcal 食塩相当量 1.2g

チリで養殖された銀サケを国内で加工。

161 解凍品 塩銀鮭 カネス(愛知県) お届け日含む3日(税込591円) 2切(約150g) 得 本548円 本528円(税込570円) 100g 217kcal 食塩相当量 1.52g

脂ののったノルウェー産のサバを加工。

おすすめの声 大きくて食べ応えがあり、おいしい。

162 解凍品 塩サバフィーレ カネス(愛知県) 冷蔵お届け日含む3日 2枚(約320g) 本530円(税込572円) 100g 295kcal 食塩相当量 1.2g

アメリカ産の銀だらを使用。オリジナル調合の粕に7時間漬け込み、米本来の甘味を魚にしみ込ませています。

163 解凍品 銀だらこうじ漬け ジョイフーズ(愛知県) 2切 本698円 冷蔵お届け日含む2日(税込753円) 100g 276kcal 食塩相当量 1.71g

平田牧場の国産豚肉使用。無塩せき。

164 日本の米育ち三元豚 極みロースハム 平牧工房(山形県) 冷蔵15日 55g 本450円(税込486円) 1袋(55g) 128kcal 食塩相当量 1.1g

平田牧場三元豚を使用したモモハム。発色剤を使用。

おすすめの声 切り落としとあるが、断かくべく、お得打ちでおいしいです。

165 小 おすすめ 日本の米育ち三元豚 切落しモモハム 平牧工房(山形県) 冷蔵20日 100g 380円(税込410円) 1袋 173kcal 食塩相当量 2.3g

無塩せき。平田牧場の国産豚肉使用。

166 日本の米育ち三元豚 ポークウインナー 平牧工房(山形県) 冷蔵20日 90g 本298円(税込321円) 100g 250kcal 食塩相当量 1.6g

皮なしタイプでぶんわりとした食感の一口サイズ。

おすすめの声 食べやすいサイズで気軽についつい手が伸びます。

167 無塩せき ころころウインナー 冷蔵20日 平牧工房(山形県) 90g 本280円(税込302円) 1袋 211kcal 食塩相当量 1.5g

指定農場で飼育期間中抗生物質を一切使わずに育てた特別飼料飼育鶏のムネ肉を加工。そのままサラダ、お料理素材としてお召し上がりいただけます。

168 恵那どりのほぐしチキン 農事組合法人東濃ニューセンター(岐阜県) 冷蔵30日 80g 本198円(税込213円) 1袋 99kcal 食塩相当量 0.9g おすすめ

旨味たっぷりの赤身の部位。使い勝手のよいむね肉。

おすすめ 169 近江牛モモ切落し 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 120g 本1,150円(税込1,242円)

※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。予物、お魚切り身等は加熱調理をしてください。

NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内



滋賀県産の黒毛和牛等を交配した交雑牛です。肉質が良く脂も適度に入っており、肉本来の風味を楽しむことができます。1枚が約8前後で食頃に楽しめるステーキです。

170 滋賀県産 **牛モモ ミニステーキ用(交雑牛)** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 120g(2枚) 本体1,280円(税込1,382円)



上質な脂身のコク、甘さがいきたバラ肉を焼肉用にスライス。脂肪率50%以下。甘味があり、赤身と脂身のバランスがよいです。 牧平場田

171 三元豚 **バラ焼肉用** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵7日 200g 本体650円(税込702円) → 本体630円(税込680円) 得



三重県産豚肉。

172 **コープしが 産直豚ロースカツ用** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵7日 200g(2枚) 本体680円(税込734円)



飼育日数200日をかけ、飼料にお米もあたえて育てた「三元豚」。 牧平場田

173 三元豚 **豚切落し** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵7日 180g 本体500円(税込540円)



三重県産豚肉。豚バラ肉を1.5mmのスライスしました。

174 **産直豚バラしゃぶしゃぶ用** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 160g 本体520円(税込561円)



三重県産豚肉。ブロック肉でしか味わえない脂身のコク、旨みが特長です。

175 **産直豚バラ固まり(大)** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む4日 300g 本体975円(税込1,053円)



国産産直豚肉使用。豚モモ肉に香草、ハーブをまぶしました。厚さ約1センチ、そのまま焼いてもお召し上がりください。

176 乳 **国産豚香草ミニステーキ** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 240g 本体580円(税込626円)



国産豚モモ肉をカットして、数種類の味噌をブレンドしたコク深く、風味豊かな味噌に漬け込みました。味噌の濃淡がありますが、そのまま焼いて下さい。

177 卵 **国産豚味噌漬** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む4日 300g(肉250g・味噌50g) 本体648円(税込699円)



国産豚切落し肉と回鍋肉のたれをセットしました。キャベツやピーマンを加えて炒めるだけ。

178 卵 **国産豚回鍋肉セット** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 250g(豚肉200g 中華たれ50g) 本体520円(税込561円)



おすすめの声 とても甘味があり、他のシンチと違いが楽しめます。

179 三元豚 **豚シンチ** 加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 180g 本体420円(税込453円) 牧平場田



飼育方法が明確なコープ産産若鶏の脂肪の少ないさっぱりとした部位。

180 **産直若鶏ムネ肉** トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 240g 本体250円(税込270円)



ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を使用しないで育てた安心、安全な鶏です。

181 **産直若鶏モモ肉** トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 240g 本体350円(税込378円)



岐阜県恵那鶏をにんにく風味の香ばしいしょう油タレで味付け。

おすすめの声 残り野菜や常備菜で手軽に調理できます。

182 卵 **恵那どりのケイちゃん(しょう油味)** 100g 220kcal 食塩相当量 2.0g 250g 本体335円(税込361円) 冷蔵7日 トーノーデリカ(岐阜県)(税込361円)



調理例

キャベツ、肉味噌ベース、人参、にらのセットです。

ミールキット(食材セット) 約5分 2~3人前

183 卵 1セット 224kcal 食塩相当量 2.9g **キャベツの旨辛肉味噌炒め** 冷蔵お届け日含む2日 セトデリカ(愛知県) 肉味噌120g、野菜240g(キャベツ、にんじん、にら) 本体500円(税込540円)



細く、長くカット。洗わずにそのまま使えます。

184 **千切りキャベツ ビッグパック** サラダクラブ(静岡県) 260g 冷蔵お届け日含む4日 本体218円(税込235円)



個包タイプで手軽に1品目の野菜がとれるサラダです。

185 **select サラダ カラフルミックス** サラダクラブ(静岡県) 45g 冷蔵お届け日含む3日 本体108円(税込116円)



186 **ミニトマト** 約200g 川助グループ(愛知県) 本体298円(税込321円)



3色セット。色はおまかせください。

187 **カラフルトマト(3色)** 川助グループ 加藤さん(愛知県) 約200g 3色 本体298円(税込321円) → 本体268円(税込289円) 得



水耕レタス1株、ミニトマト100g、わさび菜50gのセット。※ミニトマトは赤、オレンジ、黄のいずれかをお届け。

188 **サラダ野菜セットD** 川助農園グループ(愛知県) 3種 本体380円(税込410円)



189 **きゅうり 徳用(水耕栽培)** 川助グループ(愛知県) 5本(約400g) 本体340円(税込367円)



肉厚のサヤごとどうぞ。炒め物やさっと茹でてサラダ、和え物などに。

190 **スナップえんどう** 川助グループ 宮田さん(愛知県) 約100g 本体198円(税込213円)



191 **ピーマン** 高知又は鹿児島県産 約120g(3~6個) 本体135円(税込145円)



192 **なす** 川助グループ(愛知県) 3本 本体260円(税込280円)



193 **オクラ** 高知又は鹿児島県産 約60g 本体240円(税込259円)



194 **グリーンアスパラ** 1束(約100g) 長野又は熊本県産 本体298円(税込321円)



195 **ブロッコリー** 愛知、鳥取、徳島、高知又は熊本県産 1株 本体248円(税込267円)



ハウス栽培のやわらかいブキモです。ガッとしてお届けします。

196 **ふき(カット)** 川助グループ 中野さん 春田さん(愛知県) 約300g 本体270円(税込291円)



197 **長ねぎカット** 川助グループ 神さん 石田さん、飯尾さん(愛知県) 約250g 本体298円(税込321円)



おすすめ

大根、キャベツ、ミニトマト、法れん草、人参などをセットしてお届け。

※野菜の種類が不足する場合は、他の農民連の野菜などをお届けすることもあります。

ダンボール箱は再利用します。返却をお願いいたします。

198 **アツミ野菜BOX** 農民連・アツミ産直センター(愛知県) 1箱5~6品 本体1,050円(税込1,134円)



199 **長芋** 青森県産 約250g 本体280円(税込302円)



200 **洗いごぼう(カット)** 茨城、熊本、青森又は鹿児島県産 約110g 本体240円(税込259円)



品種は備中。少し細目ですが、粘りのある昔ながらのれんこん。

201 **土付れんこん** 川助グループ(愛知県) 約500g 本体480円(税込518円)



202 **にんにく1玉** 青森県産 1玉(約40g) 本体298円(税込321円)



埼玉県の広葉樹のおが粉を使った菌床栽培。

203 **伊豆の生しいたけ** 伊豆農民組合(静岡県) 約100g 本体220円(税込237円)



204 **えのき** 約200g 本体108円(税込116円) 長野県産



3品 エリンギ、舞茸、しめじのセット。

205 **ホクトのきのこ3種セット** エリンギ:長野県産 舞茸・しめじ:静岡県産 3品 本体380円(税込410円)

※野菜・果物の写真はイメージです。生育状況によりやむをえず産地など変更になる場合があります。同等の代替品の確保ができない場合は欠品とさせていただきます。
お届け時に商品が傷んでおりましたら、申し訳ございませんが おはよう宅配までお電話でご連絡ください。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内



206 **ふじりんご** 青森県産 2玉 本体580円(税込626円)

※この時期は冷蔵保存をしてください。

この時期だけのお楽しみ! 5月3週~5週 期間限定企画



207 **台湾パイナップル** 台湾産 1玉(約800g) 本体560円(税込604円)

おすすめ果物



210 **国産マンゴー(アーウィン種)** 宮崎県産 1玉(約300g) 本体1,980円(税込2,138円)

おすすめの声 皮が薄く甘みがしっかりしている。

211 **小玉すいか** 和歌山、熊本又は長崎県産 1玉(約1kg) 本体1,580円(税込1,706円)

甘味の強い濃いオレンジ色の果肉のネットメロンです。

212 **クインシーメロン** 茨城又は熊本県産 1玉(約700g) 本体1,080円(税込1,166円) → 本体980円(税込1,058円) 得



グリーンの果肉、甘味の濃い、香りの良いメロン。

208 **タカミメロン** 茨城又は熊本県産 1玉(約700g) 本体1,080円(税込1,166円)



おすすめ

おすすめの声 大きくて甘みが濃いです。

209 **キウイフルーツ サンゴールド** ニュージーランド産 3玉 本体460円(税込496円) → 本体430円(税込464円) 得



213 **アボカド** メキシコ又はペルー産 1個 本体245円(税込264円)



有機質肥料を中心に施肥した栽培エリア限定の高地栽培バナナです。

214 **ゴールドプレミアム甘熟王** フィリピン産 約600g 本体298円(税込321円)



寒暖差のある高地栽培。

215 **スウィーティオグリーンフォレストバナナ** フィリピン産 約550g 本体288円(税込311円)

キャベンディッシュ種。フィリピンミンダナオ島のドール社管理指定園地栽培。中高地栽培で甘さぎず、さっぱりしすぎず、飽きのこないバナナ。

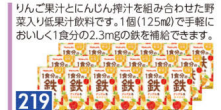
216 **プレミアムスイートバナナ** フィリピン産 約450g 本体198円(税込213円)

原材料はトマトだけの無塩ストレートタイプ。

217 卵 100ml 30kcal 食塩相当量 0.05g **おはよう宅配自慢のトマトジュース(ケース)** 1000ml×4本(箱入) マルオリ(岐阜県) 無塩 ストレートタイプ 2年 本体3,900円(税込4,212円) → 本体3,820円(税込4,125円) 得

国産梅果汁の中でもブランド梅として知名度が高い「紀州南高梅」果汁を使用。爽やかな酸味で、さっぱりとした風味に仕上げたドリンクです。 おなかの調子を整える働きのあるガラクトオリゴ糖を1箱(200ml)に2.5g含んだ「特定保健用食品(規格基準型)」です。

218 **オリゴ糖入り梅ドリンク** 200ml×12本 本体1,440円(税込1,555円) 240日 ヤクルト(和歌山県)



りんご果汁とにんじん搾汁を組み合わせた野菜入り低果汁飲料です。1缶(125ml)で手軽においしく1食分の2.3mgの鉄を補給できます。

219 **1食分の鉄 アップル&キャロット** 1缶125ml×18 本体1,350円(税込1,458円) 270日



10種類の野菜(たまねぎ・赤ピーマン・パセリ・ごぼう・じゃがいも・かぼちゃ・モロヘイヤ・トマト・ほうれん草・にんじん)を練り込んだクラッカーです。香料・着色料不使用。

220 健 **10種類の野菜クラッカー** 5枚×6袋 本体268円(税込289円) 180日 前田製菓(大阪府)



国産もち米、北海道産小豆、国産よもぎ使用。餡は甘さ控えめな自家炊き粒あんです。

221 100g 221kcal 食塩相当量 0.2g **伊勢よもぎおはぎ** 伊勢屋餅(三重県)100g×2個 本体270円(税込291円) お届け日含む2日



もちもちとした甘さひかえめの上品な味わいです。

222 健 100g 253kcal 食塩相当量 0.54g **伊勢 揚げもち** 伊勢屋餅(三重県) 2本 本体265円(税込286円) お届け日含む2日



国産のきな粉たっぷりのわらび餅です。

1パック 276kcal 食塩相当量 0g

223 **わらび餅(きな粉)** 青木商店(愛知県) 120g 本体218円(税込235円) お届け日含む2日



シンプルな配合にこだわり、添加物の使用量を極力抑えて、しっかり卵の風味を感じるスフレスポンジでクリームと黄桃、白桃、苺ソースを巻いたこだわりのフルーツロール。

1個 420kcal 食塩相当量 0.4g

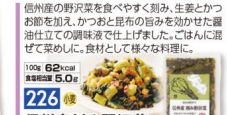
224 乳 卵 健 **窯焼きスフレフルーツロール** 4切 冷凍7日 プレシア(神奈川県) 本体388円(税込419円)



国産のうるち米を使ったサクサク食感のおせんべい。ざらめ、わさび、黒胡椒、青のり4種のおいし。直径約10cmのボリュームです。

1袋 398kcal 食塩相当量 2g

225 健 リニューアル **手焼きサクサクせんべい** 10枚 本体650円(税込702円) 120日 白木(愛知県)



信州産のきのこを食べやすく刻み、生姜とかつお節を加え、かつおと昆布の旨みを効かせた醤油仕立ての調味液で仕上げました。ごはんに混ぜて菜めしに。食材として様々な料理に。

100g 62kcal 食塩相当量 2.5g

226 健 **信州産刻み野沢菜(混ぜご飯の素)** サンエー(長野県) 120g(2合用) 本体298円(税込321円) 180日



国産たまごを網のようにならふわ、ふんわりやわらかに仕上げました。

1食 27kcal 食塩相当量 1g

227 乳 卵 健 **きょうのスープ たまごスープ** アサヒグループ食品(東京都) 5食 本体358円(税込386円) 365日



北海道小豆と砂糖、塩のみでつくりました。

228 **レトルトぜんざい** 180g 本体198円(税込213円) 1年 泉万醸造(愛知県)



良質な国産豚肉を6時間煮込んだ日本人好みのまろやかな味わいに、ぴったり合うように上にだした本格派カレーです。

暮らし応援! 通常価格1袋278円(税込300円)

229 乳 **レトルトポークカレー** 180g×3 本体680円(税込734円) 1年半 泉万醸造(愛知県)



伊勢のアオサノリを浅炊きし、出汁にかつお、昆布を使用したこだわりの一品。

230 健 **伊勢の生のり佃煮** 伊勢フーズ(三重県) 100g 本体398円(税込429円) 180日



有明産のり使用。お徳用。

231 健 **朝一番味付のり おとくようパック** 270日 8切112枚 本体628円(税込678円) 朝日海苔本舗(三重県)



自然豊かな新城市で農業を魅力探そうと育てた、芳醇な香りと程よい甘さを持つ、粒の大きなお米です。

232 **お米 あいちのかおり** 2kg 本体1,680円(税込1,814円) 新城農民連(愛知県)



有機質肥料を使い化学合成農薬の使用は極力おさえて栽培。

233 **お米 にこまる** 新城農民連(愛知県) 2kg 本体1,680円(税込1,814円)



旬の恵みをいただきます

青梅ととらっきょうは5月5週で企画



有機質肥料を主体に化学合成農薬は地域慣行栽培の30%減で栽培。

※生育状況により品目が変更になる場合があります。

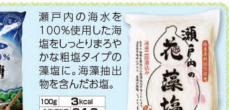
235 減農自種 CO-OP **小梅** 農民連・奈良産直センター 約1kg 本体880円(税込950円)



北海道産のてんさい糖を100%使用。

国産原料100% 氷砂糖

236 **国産原料100% 氷砂糖** 中日本氷砂糖(愛知県) 1kg 本体538円(税込581円)



瀬戸内の海水を100%使用した海塩をしっとりまろやかな粗塩タイプの藻塩に。海藻抽出物を含んだお塩。

100g 3kcal 食塩相当量 94.0g

237 **瀬戸内の花藻塩** 白松(東京都) 500g 本体188円(税込203円)



①再生紙100%環境にやさしい。②フィルム包装なのでゴミ捨て簡単・水まわりでも使えます。

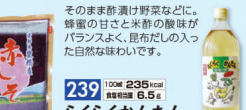
234 **コアレックスグリーンセービングティシュー** コアレックス 信栄(静岡県) 200組 本体450円(税込495円) 消費税10% ×6パック



愛知県豊橋産赤しそを塩蔵。しそ梅干し用として、赤しそに塩を加えよく揉んであくを出し、梅酢で赤く発色させています。梅2kg用。

100g 53kcal 食塩相当量 23.3g

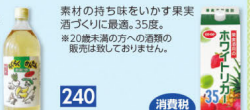
238 **赤しそ(塩蔵)** 三井食品工業(愛知県) 1年 本体398円(税込429円) 500g(税込429円)



そのまま酢漬け野菜などに。蜂蜜の甘さと米酢の酸味がバランスよく、昆布だしの入った自然な味わいです。

100ml 235kcal 食塩相当量 6.5g

239 **らくらくかんたん酢漬け酢** 内堀醸造(長野県) 1年 900ml 本体410円(税込442円)



素材の持ち味をいかす果実酒づくりに最適。35度。

※20歳未満の方への酒類の販売は致しておりません。

240 CO-OP 消費税10% **ホワイトリカー35** 1.8ℓ 本体1,380円(税込1,518円) 日本生協連(国内製造)

■精肉・たれ漬肉は充分加熱してお召し上がりください。「コープしが産直豚肉」のパッケージは「国産豚」と表記しております。
※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内
■20歳未満の方への酒類の販売は致しておりません。

5月5週

前 月火水(5/26~5/28)
後 木金(5/29~5/30)

★賞味期限(賞)・消費期限(消)は製造日から(製造日を含む)未開封で適切な温度で管理された場合の期限です。お届けからの期限ではありません。
★アレルゲンは原材料に入っているもののみを表示しています。(例 乳 卵 小麦)
★表示価格は本体価格・()内は消費税込みの価格(小数点以下のものは切捨てのため目安価格)です。

今日の100 冷やし中華



190 きゅうり 徳用(水耕栽培) 5本(約400g) 本体340円(税込367円)

188 ミニトマト 約200g 本体298円(税込321円)

119 たっぷりスープで食べる 冷し中華(こまだれ) 2食分(めん110g・つゆ80g×2)(税込321円) 本体298円

おすすめ 得 170 日本の米育ち三元豚 切落しモモハム 100g 本体380円(税込410円) → 本体360円(税込388円)

101 十穀と国産小麦の食パン 1本 1092kcal 食塩相当量 3.7g 賞お届け日含む3日 1斤(税込518円) 本体480円

102 乳 毎日食べたい チーズ食パン 1個 743kcal 食塩相当量 3.2g 賞お届け日含む3日 本体540円(税込583円)
湯種使用の食パン生地にサイノメのチーズを巻き込みました。

103 乳 卵 紅茶メロンパン 1個 344kcal 食塩相当量 0.5g 賞お届け日含む3日 2個(税込324円) 本体300円
天然酵母のメロンパンのメロン皮に紅茶を入れて風味豊かに仕上げました。

104 乳 卵 焼きドーナツ 1個 264kcal 食塩相当量 0.4g 賞お届け日含む3日 3個(税込421円) 本体390円
スイート生地を使用した揚げていない焼きタイプのドーナツ。

105 乳 卵 シナモンロール デニッシュ 1個 363kcal 食塩相当量 0.4g 賞お届け日含む3日 1個(税込216円) 本体200円
サクサクのデニッシュ生地にシナモンシュガーをたっぷり巻き込みました。

106 乳 卵 小麦 ふわふわクルミ 1個 524kcal 食塩相当量 1.3g 賞お届け日含む3日 1個(税込345円) 本体320円
くるみの入ったふわふわパンです。

107 乳 塩バターコッペ(淡路島の藻塩) 1個 176kcal 食塩相当量 0.9g 賞お届け日含む3日 2個(税込181円) 本体168円
海藻の旨味が味を引き立てまろやかな塩味があとを引くおいしさ。

108 乳 石窯粒あんバター 100g 302kcal 食塩相当量 0.9g 長さ約14cm 賞お届け日含む2日 1個(税込203円) 本体188円
石窯で焼いた程よく弾力のある生地に粒あんとバターをサンドしました。

109 乳 小麦 黒パンロール 本間製パン(愛知県) 3個 170kcal 食塩相当量 0.21g 賞お届け日含む4日 本体170円(税込183円)
コクのある甘さの黒糖を使い、しっとりしています。

110 乳 せいきょう牛乳 137kcal 食塩相当量 0.2g 美濃酪連(岐阜県) 冷蔵11日 200ml×3(税込321円) 本体298円
地元の酪農家から届いた安心安全な生協牛乳を便利なワンウェイ付きパックでお届けします。

111 乳 生乳100%ヤスダプレーンヨーグルト 100g 65kcal 食塩相当量 0.1g ヤスダヨーグルト(新潟県) 冷蔵22日 600g(税込537円) 本体498円
新潟県産生乳100%使用のプレーンタイプのヨーグルト。

112 乳 渥美半島のヨーグルトみかん 80g×2 冷蔵14日 中央製乳(愛知県)(税込159円) 本体148円
渥美半島産牛乳使用。みかん顆粒・果汁入り。

113 乳 卵 ひるがのミルクプリン 1個(80g) 123kcal 食塩相当量 0.1g 賞味14日 80g×3(税込194円) 本体180円
新鮮な生乳を70%以上使用することでミルクのおいしさを引き出した白いプリンです。

114 乳 Cheeno!6Pチーズ デイリー・プロダクツソリューション(東京都) 賞味270日 96g(6個入り)(税込345円) 本体320円
6Pチーズ
Cheeno!
百貨店にも卸す、お酒と一緒に楽しむ「おつまみ」として小腹が空いたときのおやつとして、大活躍の6Pチーズです。

149 卵 京料亭だし巻玉子 100g 102kcal 食塩相当量 0.8g みやけ食品(石川県) 1本 賞味22日(税込278円) 本体258円
かつお節、煮干しわし、むろあじ節、そうだがつお節と昆布の旨家抽出だしを使用した京風のだし巻玉子です。

150 函館駅弁いかめし 2尾 100g 157kcal 食塩相当量 1.1g マルナマ食品(北海道) 賞味180日 本体698円(税込753円)
新鮮ないかに道南産の米で炊き上げたごはんを詰め込み、昆布じょう油の旨味がきいた調味液でやわらかく調理しました。

151 国産合挽肉ハンバーグ(卵・小麦不使用) 100g 240kcal 食塩相当量 0.94g サカタフーズ(山形県) 賞味15日 120g(1個)(税込429円) 本体398円
卵・小麦は、不使用。1個入り。

152 卵 国産合挽肉ミニハンバーグ 100g 228kcal 食塩相当量 0.86g サカタフーズ(山形県) 賞味15日 120g(2個)(税込429円) 本体398円
国産の牛肉、豚肉、玉ねぎを使用した小ぶりサイズ。

153 乳 卵 国産肉だんご 100g 231kcal 食塩相当量 1.19g サカタフーズ(山形県) 賞味20日 200g(税込432円) 本体400円
国産豚肉と国産玉ねぎを使用したジューシーな甘酢あんかけの肉団子です。

115 卵 お好み焼セット 山芋入りぶた玉 おはなはん(和歌山県) 1人前 賞味お届け日含む3日(税込410円) 本体380円
キャベツ(国産)、お好み焼き粉、ソース、豚肉、あげ玉などに生卵をセット。

116 乳 イタリアンピザ バジル 1枚(185g) 直径約22cm 賞味14日 デルソーレ(東京都)(税込602円) 本体558円
本格ナポリ風クラストにバジルペースト、ナチュラルチーズ、熟成乾燥ベーコン、セミドライソーセージをトッピングした彩りミックスピザ。

117 乳 卵 小麦 7種のチーズのグラタン 電子レンジ専用 100g 122kcal 食塩相当量 1.2g ヤヨイサンフーズ(静岡県) 賞味お届け日含む4日 200g(税込354円) 本体328円
ベシャメルクリームと北海道産生酵母ベーコン、ソーセージ、マッシュルームを合わせ、魚介エキスとシーズニングで味付けしたホワイトソースをレンジアップ後、たっぷりのチーズをトッピングし焼き上げました。

118 乳 卵 小麦 紅ずわいがにのドリア 電子レンジ専用 100g 120kcal 食塩相当量 0.9g ヤヨイサンフーズ(静岡県) 賞味お届け日含む4日 200g(税込354円) 本体328円
押し麦入りのバターライスにベシャメルソースをかけ、紅ずわいがにと4種のソースとシーズニングをトッピングし焼き上げました。

119 卵 たっぷりスープで食べる 冷し中華(こまだれ) 2食分(めん110g・つゆ80g×2) 190g 431kcal 食塩相当量 4.5g 賞味40日 信越明星(長野県)(税込321円) 本体298円
細めのちぢれ麺とスープになる「品質が違う」お酒と一緒に楽しむ「おつまみ」として小腹が空いたときのおやつとして、大活躍の6Pチーズです。

154 卵 野菜つくね 1個 170g 221kcal 食塩相当量 0.9g 賞味21日 サカタフーズ(山形県) 170g(12個) 本体350円(税込378円)
国産若鶏に野菜(玉葱、レンコン、ゴボウ、キャベツ、人参)を入れてつくねを作りました。発色剤、合成保存料、着色料は一切使用しておりません。

155 解凍品 うなぎ蒲焼 1尾(約135g)タレ・山椒付 135g規格! 賞味7日 兼光水産(愛知県) 本体2,890円(税込3,121円)
三河一色産のうなぎを丁寧に焼き上げ蒲焼に。

156 解凍品 三河一色産うなぎ白焼 1尾(約135g) 135g規格! 賞味7日 兼光水産(愛知県) 本体2,890円(税込3,121円)
三河一色産のうなぎを白焼きにしました。わさび醤油などで。

157 わかさぎの南蛮漬 100g 92kcal 食塩相当量 1.5g 海産物のきむらや(鳥取県) 150g×2 賞味15日(税込451円) 本体418円 → 得 本体398円(税込429円)
ワカサギはロシア産。玉ねぎと人参、唐辛子と一緒に南蛮酢に漬け込みました。カラッと揚げてあるので、まるごとお召し上がりいただけます。

120 横手焼そば 2食入り 1食235g 301kcal 食塩相当量 3.5g 林泉堂(秋田県) (150g×2) 賞味30日 ソース付き(税込429円) 本体398円
B-1グランプリで大賞受賞の「横手焼きそば」です。太麺で艶のあるスープが美味しい秋田の人気店「あづま」の横手焼そばです。

121 卵 高山らーめんしょうゆ味(生) 1食 318kcal 食塩相当量 6.7g 老田屋(岐阜県) 2食 賞味60日 スープ33g×2)(税込429円) 本体398円
高山まつりをイメージしたパッケージ。吟醸仕立てのしょうゆスープに極細ちぢれ麺がよく合います。

122 稲庭風生ざるうどん 1食 333kcal 食塩相当量 4g 名城食品(愛知県) 2食分(めん220g) 賞味30日 つゆ付き(税込343円) 本体318円
国産小麦を100%使用し、平打ちめんで、喉ごしのよい稲庭風うどんです。

123 京納豆 大粒 80g(タレ・からし付) 賞味14日 藤原食品(京都府)(税込213円) 本体198円
大正14年創業。京都の観馬口にある老舗の納豆です。国産の丸大豆使用した大粒納豆です。

124 懐石小鉢 胡麻とうふ 50g×4 賞味90日 聖食品(大阪府)(税込334円) 本体310円
香り高い胡麻から絞り出した胡麻乳を使用しているため、濃厚な胡麻の風味。麩と昆布を基本に味付けをし、なめらかな食感に仕上げました。

125 おすすめ 国産大豆100%使用 絹ごし豆腐の厚あげ 100g 90kcal 食塩相当量 0.02g マルツネ(愛知県) 2枚 賞味14日 (約180g)(税込127円) 本体118円
国産大豆100%使用の絹ごし豆腐の厚揚げ。

126 おすすめ 栃尾あぶらげ 100g 243kcal 食塩相当量 0.01g 佐々木商事(新潟県) 1枚(140g) 賞味お届け日含む3日(税込213円) 本体198円
おすすめの声 納豆、ねぎを入れてオーブントースターで焼くのもおすすめ。
越後名産の大きく、厚みのある油あげ。二度揚げることでふっくらやわらか。パリッとした歯触りと弾力あり、クセのない風味。

127 九条ねぎたこ天 100g 136kcal 食塩相当量 1.9g 賞味7日 はま一(京都府) 140g 本体350円(税込378円)
甘く香ばしいシャキシャキとした九条ねぎに、コリコリとしたたこの旨味が抜群に合います。そのままで、またはねぎ醤油などにつけるとさらに美味しく頂けます。

128 元祖魚肉ソーセージ 150日 西南開発(愛媛県) 75g×3本 本体598円(税込645円)
国産アジを使用し昔ながらの石臼と杵による製法でこだわっています。発売当時の味をお楽しみ下さい。

129 卵 NEW さしみかまぼこ(あおさ入り) 竜清(神奈川県) 1本 賞味10日(税込278円) 本体258円
ツルっとみずみずしい食感の蒲鉾にあおさを加えました。

139 乳 宇都宮しそ入り餃子 1個 96g 435kcal 食塩相当量 2.3g 賞味11日 マルシンフーズ(栃木県) 冷蔵11日 14個入り(196g)(税込321円) 本体298円
宇都宮しそ入り餃子
国内産「青しそ」を使用し、爽やかな風味のある餃子に仕上げました。皮はもち米粉とポークエキスを練りこみ、パリッともちもち!旨みのある薄皮です。タレなし。

140 乳 具だくさん豚まん 1個 140g 310kcal 食塩相当量 1.67g 賞味7日 あぐり屋川(高知県)(税込321円) 140g(1個入り) 本体298円
ブランド豚「四万十ポーク」使用!国産玉ねぎ!高知県産竹の子を使用した具だくさんの豚まん。

141 こだわりざる蕎麦 1包装たり 266kcal 食塩相当量 2.3g 今里食品(兵庫県) 1食 賞味お届け当日(284g)(税込375円) 本体348円
石臼挽き蕎麦粉のみ使用した五割そば!利尻昆布、かつお節、鰹節を煮込んだつゆと、厳選素材を使用したこだわりのつけだれ。

142 NEW 乳 卵 シャキシャキ明太ポテトサラダ 1袋 140g 260kcal 食塩相当量 1.2g セトデリカ(愛知県) 1個 賞味お届け日含む2日(93g)(税込213円) 本体198円
シャキシャキ食感の細切りじゃが芋と人参を明太子で和え、焼きたらこをトッピングしたポテトサラダです。

143 国産蒸し鶏の中華くらげ 1袋 125kcal 食塩相当量 2.6g フジッコ(岐阜県) 賞味お届け当日 1盛 本体298円(税込321円)
国産鶏ムネ肉を使用し、胡瓜などとピリ辛風味に仕上げました。

144 高野ふくめ煮 1個 154kcal 食塩相当量 1.2g フジッコ(岐阜県) 賞味お届け日含む4日 1盛 本体228円(税込246円)
高野豆腐、がんもどき、人参、椎茸煮の盛り合わせ。

145 たんぱく質が摂れる豆腐ひじき煮 1個 128kcal 食塩相当量 1.5g フジッコ(岐阜県) 賞味お届け日含む2日 1盛 本体198円(税込214円)
木綿豆腐とひじきを合わせた煮物に枝豆などと厚揚げを入れ、薄根人参・蒟蒻とう5品目の具材をあえて仕上げました。

146 乳 蜂の家 ハヤシ 蜂の家(長崎県) 200g×2 賞味30日 本体680円(税込734円)
おすすめの声 調理が簡単でおいしい!経度によると良いです。
デミグラスソースをたっぷり使用したレストランの味を家庭で楽しめるハヤシです。ハンバーグやパスタのソースとしても使えます。

147 おだしで美味しい揚げ出し豆腐 1袋5個 180kcal 食塩相当量 1.1g フジッコ(岐阜県) 賞味お届け当日 本体328円(税込354円)
※電子レンジで温めてお召しあがりください。
枝豆、銀杏、たけのこといった4種の具材入り。

148 冷やし茶碗むし(枝豆入り) 100g 41kcal 食塩相当量 1.1g 賞味25日 ふじや食品(福井県)(税込343円) 110g×4 本体318円
冷やし茶碗むし

158 おすすめ 解凍品 ねぎとろ 100g 223kcal 食塩相当量 0.6g 魚彦(愛知県) 120g 賞味お届け日含む2日(税込810円) 本体750円
鮮度のよいめばちまぐろ(韓国、台湾、その他)、きはだまぐろ(台湾、セーシュル、その他)を使用し、植物油脂を添加し、風味良くふっくら仕上げました。

159 彩りこはだかぶら和え 100g 95kcal 食塩相当量 2.0g ヒオキ食品(愛知県) 150g 賞味14日(税込429円) 本体398円 → 得 本体368円(税込397円)
国産のこはだをふんだんに使用。こはだにかぶらと大根を合わせ、生姜をいれることで食べやすい酢の物に仕上げました。
おすすめの声 ネギトロ丼2人分として。我が家は大満足。

160 味付アカモク(三杯酢) 1パック 17kcal 食塩相当量 1.4g 海産物のきむらや(鳥取県) 40g×2 賞味21日 本体238円(税込257円)
国産の天然「アカモク」を酸味を抑えた三杯酢で味付け。そのままお召し上がりください。
酸味が控えめで食べやすい。

161 久米島産 細もずくわさび風味 1パック 4kcal 食塩相当量 1.1g ヒオキ食品(愛知県) 160g 賞味30日(税込321円) 本体298円
沖縄県久米島産の細もずくにわさびで風味をきかせ、三杯酢で仕上げました。

162 伊平屋島産もずく 100g 4kcal 食塩相当量 1.1g 海産物のきむらや(鳥取県) 270g 賞味15日(税込313円) 本体290円 → 得 本体260円(税込280円)
たっぷりお徳用サイズ
沖縄県産の太もずく。さっと水洗いして三杯酢やお味噌汁、サラダ、揚げ物などに。

163 解凍品 ふっくら釜揚げしらす 15g×2 賞味30日 さかもと(大阪府)(税込278円) 本体258円
全国の漁場からその時に一番おいしいしらすを使用。独自の製法によりふっくらとした柔らかな食感です。

164 解凍品 真ほっけ 銘茶干し 100g 176kcal 食塩相当量 1.8g マルヤ水産(静岡県) 2枚 賞味お届け日含む2日(税込464円) 本体430円
北海道道産真ホッケ使用。富士山の伏流水と静岡のお茶を使用。

165 解凍品 瀬付き真あじ開き 100g 168kcal 食塩相当量 1.7g 坂真水産(静岡県) 2枚(約200g) 賞味お届け日含む2日(税込537円) 本体498円
瀬付あじです。旬の原料を使い、富士山の湧水と天然甘塩で仕上げました。

166 解凍品 子持ちカラフトししゃもみりん 100g 177kcal 食塩相当量 2.0g 丸千水産(愛知県) 120g 賞味お届け当日(税込297円) 本体275円
干ししゃも(カラフト産)。子持ちししゃもを素材の風味と旨味を生かしたみりん漬けにしました。

167 解凍品 塩銀鮭 100g 217kcal 食塩相当量 1.52g カネス(愛知県) 2切(約150g) 賞味お届け日含む3日(税込591円) 本体548円
チリで養殖された銀ケを国内で加工。

130 NEW 卵 瀬戸内レモン塩ちくわ 1包装(2本) 128kcal 食塩相当量 2.8g スギヨ(石川県) 冷蔵10日 2本 新規お試し価格 本体218円(税込235円) → 本体228円(税込246円)
さっぱり爽やかな塩レモン味のちくわ。

131 卵 小麦 かに風味かまぼこ ツインサラダ 100g 79kcal 食塩相当量 1.93g 賞味14日 スギヨ(石川県)(税込235円) 90g 本体218円
ツインサラダ
リン酸塩を使用していないタラのすり身を使用しています。

132 やまじょう 下田なすの味しば漬 100g 47kcal 食塩相当量 4.6g やまじょう(滋賀県) 125g 賞味91日 本体338円(税込365円)
伝統的な製法で下田なすを乳酸発酵させた漬物。国産のきゅうり、なす、しそを使用。

133 和 小麦 各務原キムチ極うま 100g 43kcal 食塩相当量 3.5g ヤマサン(岐阜県) 200g 賞味12日 本体298円(税込321円)
国産の白菜使用。にんじん、松の実入りで甘さの中にも辛味と魚介類の旨味をいかした和み日常キムチ。

168 NEW サバ西京漬 100g 323kcal 食塩相当量 0.6g カネス(愛知県) 約220g(3切) 賞味7日 新規お試し価格 本体478円 → 本体498円(税込537円)(税込516円)
解凍品
自社工場で、ノルウェー産等のサバを西京味噌でじっくり漬け込みました。加熱調理をしてください。

169 日本の米育ち三元豚 ロースハムブロック 100g 181kcal 食塩相当量 1.8g 平牧工房(山形県) 300g 賞味30日 本体1,850円(税込1,998円)
平田牧場三元豚ロース肉を1本まるごと使用した贅沢なハム。発色剤使用。

170 おすすめ 日本の米育ち三元豚 切落しモモハム 100g 173kcal 食塩相当量 2.3g 平牧工房(山形県) 賞味20日 100g(税込410円) 本体380円 → 得 本体360円(税込388円)
おすすめの声 切り落しとよるあが、細かくなく、お値打ちでおいしいです。
平田牧場三元豚を使用したモモハム。発色剤を使用。

171 日本の米育ち三元豚 極みウインナー 100g 262kcal 食塩相当量 1.7g 平牧工房(山形県) 80g 賞味20日(税込332円) 本体308円
無塩せき。日本の伝統的なねじとコラーゲンで仕込んだプリッとした食感。

※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。
干物、お魚切り身等は加熱調理をしてください。

おすすめ マークは「おはよう宅配委員会」おすすめ商品。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

豚肉と相性の良いチーズを練りこんだボリュームたっぷりでジューシーな食感。無塩せき、天然出汁仕上げ。

無塩せき
172 乳 100g 187kcal 食塩相当量 1.7g
日本の米育ち三元豚
チーズ 120g 本体480円

平田牧場三元豚を使ったカット済みベーコン、炒め物やカルボナーラ、ジャーマンポテトなどに。
173 100g 455kcal 食塩相当量 2.2g
日本の米育ち三元豚
長熟だし仕込み ごろごろベーコン 110g
平牧工房(山形県) 冷蔵 15日(税込594円) 本体550円 → 本体530円(税込572円)

牛肉梅おろし炒め
174
近江牛モモそうす切
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 120g 本体1,580円(税込1,706円)

飼料用に品種改良されたお米を中心にしたエサを与え、牛肉本来の赤身のおいしさを追及した牛肉。肉じゃがなど、便利に使えます。
175 鳥取県産
こめ育ち牛小間切
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 170g 本体750円(税込810円)

おすすめ
176
三元豚
バラしゃぶしゃぶ用
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 160g 本体550円(税込594円)
豚キムチ
115ミリ厚にスライス。脂はあっさり、コクのある甘さが定評です。
牧平場用

おすすめ
177
三元豚 ロース 肩ロース焼肉用 160g
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む3日 本体750円 → 本体730円(税込788円)
ロース・肩ロースをハーフサイズにカット。厚さ約5mm。
牧平場用
得
おすすめの声 肉の旨みがあり、食べごたえがあり満足感が感じられる。

おすすめ
178
産直豚ヒレひとくちカツ用
加工:中日本フード(愛知県) 冷蔵お届け日含む3日 250g 本体698円(税込753円)
岐阜高山の自然豊かな高原にあるロッセ農場の産直豚。栄養価の高い未利用・未使用食品と補完飼料を液状飼料として与え、農場で一貫生産。

179
金華豚モモ生姜焼き用
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む5日 180g 本体698円(税込753円)
品種交配技術により、よりよい肉質を実現しながら生産効率を高めた希少な平田牧場金華豚(交配種)。
繊細な肉質と上品な甘みを味わうことができる生姜焼用です。
牧平場用

「コープしが」の人気商品を紹介します。国産豚モモ肉をひとくちサイズにカットし、のり塩&ガーリック味のスパイスをまぶしました。
100g 232kcal 食塩相当量 1.1g
180 健
国産豚 ミニステーキ(のり塩&ガーリック) 210g
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 本体470円(税込507円)

おすすめの声 ソースを絡めて食べる前にお肉の存在感があってよい。
平田牧場三元豚を粗めのミンチに。お肉感たっぷり。
181
三元豚
あらびきミンチ 180g
加工:シガフードプロダクツ(滋賀県) 冷蔵お届け日含む2日 本体420円(税込453円)
牧平場用

おすすめの声 脂身が少なくさっぱりとした部位。
182
産直若鶏ムネ肉 240g
トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 本体250円(税込270円)

おすすめの声 鹿撃ちにしてもやわらかい。
183
産直若鶏モモ肉 240g
トーノーデリカ(岐阜県) 冷蔵お届け日含む3日 本体350円 → 本体335円(税込361円)
得
ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を使用しない環境で育てた安心、安全な鶏です。

※中まで完全に火を通してお召し上がりください。
184
産直若鶏ささみ
トーノーデリカ(岐阜県) 200g 本体298円(税込321円)
ヒナより出荷まで抗生物質、抗菌剤等の薬剤の入った飼料を一切使わずに育てた鶏です。

大根煮、鶏肉団子、人参、みつば、ゆず皮、和風調味料のセットです。
調理例
1セット 485kcal 食塩相当量 8.0g
約15分 2~3人前
ミールキット(直材セット)
185 卵 健
ゆずと三つ葉香る 鶏団子と大根の煮物
セトデリカ(愛知県) 冷蔵お届け日含む2日 大根煮320g、鶏団子9個、にんじん25g、三つ葉10g、和風調味料1袋、ゆず皮3g(税込853円) 本体790円

サラダクラブ 工場紹介
186
ミックスサラダ ビッグパック 220g
サラダクラブ(静岡県) 冷蔵お届け日含む4日 本体218円(税込235円)

村上農園ブロッコリースーパースプラウトをトッピングしたサラダです。
187 Selectサラダ
ブロッコリースーパースプラウトミックス 51g
サラダクラブ(静岡県) 冷蔵お届け日含む2日 本体108円(税込116円)

188
ミニトマト 約200g
農民連・アツミ産直センター(愛知県) 本体298円(税込321円)

189
ミニトマト あいこ 約200g
川勝グループ(愛知県) 本体298円 → 本体260円(税込280円)
得

190
きゅうり 徳用(水耕栽培) 5本(約400g)
川勝グループ(愛知県) 本体340円(税込367円)

191
ピーマン 約120g(3~6個)
高知又は鹿児島県産 本体135円(税込145円)

192
なす 3本
川勝グループ(愛知県) 本体260円(税込280円)

193
オクラ 約60g
高知又は鹿児島県産 本体240円(税込259円)

194
グリーンアスパラ 1束(約100g)
熊本又は長崎県産 本体298円(税込321円)

195
ブロッコリー 1株
愛知、鳥取、徳島、高知又は熊本県産 本体248円(税込267円)

196
にら 約100g
高知県産 本体148円(税込159円)

おすすめ
197
アツミ野菜BOX
農民連・アツミ産直センター(愛知県)
大根、キャベツ、ミニトマト・法れん草、人参などをセットしてお届け。
※野菜の種類が不足する場合は、他の農民連の野菜などをお届けすることもあります。
ダンボール箱は再利用します。返却をお願いいたします。
1箱5~6品 本体1,050円(税込1,134円)

198
国産かぼちゃ(カット) 約300g
鹿児島又は沖縄県産 本体430円(税込464円)

199
長芋 約250g
青森県産 本体280円(税込302円)

200
洗いごぼう(カット) 約110g
茨城、熊本、青森又は鹿児島県産 本体240円(税込259円)

根本を切ってあるのでそのまま使えて便利です。
201
ぶなしめじ(ほぐし) 約150g
長野県農民連中川産直センター 本体198円(税込213円)

時間をかけて熟成させ、わざと開かせた状態で収穫。うま味と歯ごたえをお楽しみください。
※要冷蔵
奈良県 十津川産
※加熱調理をしてください
要冷蔵
202
開きナメコ 約150g
農民連・奈良産直センター(上湯川きのこ生産組合) 本体398円(税込429円)

203
えのき 約200g
長野県産 本体108円(税込116円)

国産の生きくらげ。プルンとした食感が特長。サッと湯通ししてから調理してください。
おすすめの声 生なので味、食感がよい。
204
国産 生きくらげ 約60g
伊豆農民組合(静岡県) 本体220円(税込237円)

3品 エリンギ、舞茸、しめじのセット。
おすすめ
205
ホクトのきのこ3種セット
エリンギ:長野県産 舞茸・しめじ:静岡県産 3品 本体380円(税込410円)

臼加賀、改良内田、南高の中から お届け。
※生育状況により お届け週が変更になる場合があります。
数量限定 co-op
206
青梅
農民連 奈良産直センター 約1kg(税込1,058円) 本体980円

207
洗いらっきょう 約1kg(MSサイズ)
鳥取、徳島又は高知県産 本体1,480円(税込1,598円)

フィリピン産パイナップルを国内で加工。
208 カット
フルーツパイン 180g
ファーマインド(愛知県) 冷蔵お届け日含む3日 本体298円(税込321円)

※この時期は冷蔵保存をしてください。
209
ふじりんご 2玉
青森県産 本体580円(税込626円)

アップルマンゴーと呼ばれるアーウィン種。木で熟成させてから収穫されたものです。濃厚な甘さと豊富な果汁、とろけるような食感が人気です。
210
国産マンゴー(アーウィン種) 1玉(約300g)
宮崎県産 本体1,980円(税込2,138円)

おすすめ
211
小玉すいか 1玉(約1kg)
和歌山、熊本又は長崎県産 本体1,580円 → 本体1,480円(税込1,598円)
得
おすすめの声 皮が薄くて甘みがしっかりしているから。

甘味の強い濃いオレンジ色の果肉のネットメロンです。
212
クインシーメロン 1玉(約700g)
茨城又は熊本県産 本体1,080円(税込1,166円)

グリーンの果肉、甘味の濃い、香りの良いメロン。
213
タカミメロン 1玉(約700g)
茨城又は熊本県産 本体1,080円(税込1,166円)

果肉はグリーンでシャキッとした食感。甘くてジューシー。
214
肥後グリーンメロン 1玉(約700g)
熊本県産 本体1,280円(税込1,382円)

この時期だけのお楽しみ!
5月3週~5週 期間限定企画
215
台湾パイナップル 1玉(約800g)
台湾産 本体560円 → 本体520円(税込561円)
(税込604円)
得

おすすめ
216
キウイフルーツ サンゴールド 3玉
ニュージーランド産 本体460円(税込496円)
おすすめの声 大きくて甘みが濃いです。

有機質肥料を中心に施肥した栽培エリア限定の高地栽培バナナです。
217
ゴールドプレミアム甘熟王
フィリピン産 約600g 本体298円(税込321円)

寒暖差のある高地栽培。
218
スウィーティオグリーンフォレストバナナ
フィリピン産 約550g 本体288円(税込311円)

219
プレミアムスイートバナナ
フィリピン産 約450g 本体198円(税込213円)

キャベンディッシュ種。フィリピンミンダナオ島のドール社管理指定園地栽培。中高地栽培で甘すぎず、さっぱりしすぎず、飽きのこないバナナ。

朝食に人気のバナナと、忙しい朝に摂りにくい緑黄色野菜をベストバランスでミックスし、飲みごたえのあるスムージーに仕立てました。
220
北海道緑黄色野菜スムージー
1日160g 85kcal 食塩相当量 0.03g
ゴールドパック(長野県) 冷蔵1年160g×10缶 本体1,480円 → 本体1,380円(税込1,490円)
得

たんぱく質の含有量が高い国産大豆を100%使用。コレステロールが気になる方におすすめの調製豆乳です。
1缶200ml 140kcal 食塩相当量 0.3g
221
調整豆乳
国産大豆使用 200ml×12本 本体1,500円(税込1,620円)
冷120日 ヤクルト(群馬県)

食後の血糖値が気になる方に適した飲料。
1缶200ml 0kcal 食塩相当量 0~0.1g
222
ヤクルト善玉菌爽麗茶 200ml×12
冷240日 ヤクルト(山形県) 本体1,440円(税込1,555円)

新芽の香りとうま味が広がる岐阜県美濃いび茶の新茶です。
223
美濃いび茶 新茶
瑞牆園(岐阜県) 100g 本体1,000円(税込1,080円)
冷270日

ほんのり香るシナモン、ほろ苦いカラメルの上品な甘さとサクサクっとした食感が人気の秘密です。世界中で高く評価されており、コーヒー、紅茶にも良く合います。
100g当たり 486kcal 食塩相当量 0.9g
NEW
224 健
ロータス カラメルビスケット 25枚 本体500円(税込540円)
冷365日 ロータスベーカリー(原産国ベルギー)

エクセルチーズをこぶりと濃い風味豊かなカットに仕上げていますが甘味が控えめなので甘いお酒が苦手な方やお酒のおつまみにも召し上がっていただけます。
225 乳 卵 健
チーズクッキー 1袋 343kcal 食塩相当量 0.2g
社会福祉法人ほっとはぐ(愛知県) 本体300円
冷50日 70g(税込324円)

国内産もち米と北海道小豆を目家焼きしたどらやきです。ボリューム感のあるおやつです。
100g 224kcal 食塩相当量 0.2g
226
伊勢おはぎ
伊勢屋餅(三重県) 100g×2個 本体270円(税込291円)
お届け日含む2日

国産のもち米を蒸してついた餅を国産小豆のこし餡で包みました。滑らかさを保つためにお餅は「三度つき」です。
100g 230kcal 食塩相当量 0g
227
お伊勢もち
伊勢屋餅(三重県) 4個 本体270円(税込291円)
お届け日含む2日

くず粉を5%使用したくず餅で北海道産のこしあんを包んだ夏向きの和菓子。
おすすめ
228
伊勢くず餅
伊勢屋餅(三重県) 3個 本体270円(税込291円)
お届け日含む2日
100g 177kcal 食塩相当量 0g

ベイクドチーズに北海道十勝バルメザンチーズを加え、チーズの香りや濃厚な旨みを味わえるタルトです。カットの手間いらずの利便性とおいしさの両方を兼ね備えました。
229 乳 卵 健
切れてる 6切
100g 399kcal 食塩相当量 0.5g
焼クリームチーズタルト 本体318円
冷庫8日 プレジア(神奈川県)(税込343円)

オリーブオイルと岩塩にこだわって素材の味を引き立てた塩サラダ煎餅です。
230
こわれサラダせん 150g
関口醸造(茨城県) 本体260円(税込280円)
冷120日

ピーチ、マスカット、パイナップルの果汁の濃厚なおいしさが味わえる蒟蒻ゼリー。
ピーチ1個 17kcal 食塩相当量 0.06g マスカット1個 19kcal 食塩相当量 0.06g パイナップル1個 19kcal 食塩相当量 0.07g
231
蒟蒻ゼリー 3種のアソート 20g×21個(ピーチ・マスカット)
エースベーカリー(愛知県) 本体358円(税込386円)
冷365日 パイナップル各7個

北海道産小豆をあきのおいしさを閉じこめて煮つめてドライパックに。お料理やヨーグルトにも。
NEW
232 1袋45g 73kcal 食塩相当量 0.05g
無糖のあずき(ドライパック) 45g×3本 本体418円(税込451円)
冷365日 井村屋フーズ(愛知県)

奥三河北設楽郡で採れた愛知育ちの特別なトマトケチャップをぜひ味わってください。
おすすめの声 とまとそのものの味でおいしい。
233
とまとケチャップ 220g
JA愛知東(愛知県) 本体480円(税込518円)
冷90日

宮崎県特産の"日向夏みかん"果汁を使用。"日向夏みかん"の持つ爽やかな香りと、ほのかな黄色が、お料理のフレッシュ感を引き立たせます。
マスコ
234 健 要冷蔵
おいしい日向夏ドレッシング 15ml 56.2kcal 食塩相当量 0.6g
マスコ(宮崎県) 300ml 本体498円(税込537円)
冷庫120日

オリーブオイルとよく合う酢です。爽やかなぶどう酢に厳選した種類のハーブを漬け込みました。オイル&ビネガーでサラダを美味しくお召し上がりいただけます。
235
オリーブオイルによく合うビネガー 250ml
内堀醸造(岐阜県) 本体288円(税込311円)
大さじ1杯15ml 9kcal 食塩相当量 0.3g
冷365日

上質の小麦粉を使用して厳寒期につくられる特級品です。一年間じっくり熟成された極細麺。贈答にも。
100g 336kcal 食塩相当量 5.7g
236 健
手延べそうめん 揖保乃糸(特級品)
兵庫県手延素麺協同組合(兵庫県) 本体680円(税込734円)
冷912日 300g(税込734円)

イタリア・プーリア州の契約農園で収穫されたオリーブを使用。
大さじ1杯 16kcal 食塩相当量 0g
237
カデルモンテ エキストラヴァージンオリーブオイル 500ml
原産国イタリア ワルツ(愛知県) 本体2,130円(税込2,300円)
冷540日

大粒で艶やかな炊きあがり。味わい深い甘みが特徴のお米です。
NEW
238
佐賀米 さがびより 2kg
JAあいち経済連(佐賀県) 本体1,680円(税込1,814円)

光沢があり、やわらかく粘りの強いもちもち食感のお米です。冷めてももちもち食感が持続するので、お弁当やおにぎりとの相性も良いです。
239
長野米 ミルキークイーン 2kg
JAあいち経済連(長野県) 本体1,780円(税込1,922円)

再生紙100%トイレットペーパー。リーフエンボス加工で柔らか。2枚重ねのミシン目入り。国産。無香料。
240
トイレットペーパー グリーンライフ リサイクルペーパー(ダブル) 50m×12ロール
丸富製紙(国内製造) 本体598円(税込657円)
消費税10%

今日の1品
初夏のアレンジ 酢の物
おなじみ21 きゅうり
ツインサラダ
131 おすすめ
かに風味かまぼこ ツインサラダ 90g 本体218円(税込235円)
得
157
わかさぎの南蛮漬 150g×2
162
伊平屋島産もずく 270g 本体290円 → 本体260円(税込280円)
本体418円(税込451円) 本体398円(税込429円)

※野菜・果物の写真はイメージです。生育状況によりやむをえず産地など変更になる場合があります。同等の代替品の確保ができない場合は欠品とさせていただきます。
お届け時に商品が傷んでおりましたら、申し訳ございませんが おはよう宅配までお電話でご連絡ください。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

■精肉・たまご売場は充分加熱してお召し上がりください。「コープしが産直豚肉」のパッケージは「国産豚」と表記しております。
※商品パッケージは予告なく変更する場合があります。 ※調理写真はイメージです。 NEW【新商品】※原材料名はWeb注文画面・別チラシでご案内

5月4週 お届け予定

九州うまかもん

おはよう宅配プラス 別チラシ企画

紹介商品は変更になる場合があります。詳しくは別チラシをご覧ください。

ご注文のしめ切りは 4月25日(金)

Webでのご注文は1週注文画面で、利用点数・金額はお届け週に合算されます。


釜掛の松 4個


ふわびりり明太せんべい 2枚×10袋


和三盆糖 長崎カステラ抹茶 5切


さつま黒棒 280g



薩摩芋タルト 8個



祝うてサンド 4個


石村萬盛堂 鶴乃子 8個


博多ごぶごぶたまり味 120g


ごま和え胡麻 60g


ひや汁 160g


博多名産明太子入り辛し高菜


海苔組人の百年ふりかけ 鰹

5月3週 お届け予定

太田油脂の健康オイル



おかざきおかず味噌 100g

毎日えごまオイル 3g×14袋


えごまオイル フレッシュボトル 100g


亜麻仁オイル フレッシュボトル 100g


北海道産なたね油


機能性表示食品 血圧が高めの方のえごまオイル 180g

ご自宅へ直送 ●ゼンケン





5月 お届け日選べます 16日(金)・17日(土)

※写真はイメージです。

おすすめ 冬ときときお魚ボックス

水揚げされた旬のお魚を予定しています。漁の状況により、魚種・量はお任せで梱包します。※天候などの事情により水揚げがない場合は、申し訳ありませんが、お届け(配達)もありませんのご了承ください。



5月3週 お届け予定

宅配料について

表示金額は本体価格です
(税込価格は目安価格です)

・1回の利用が10点以上 または 2,300円(税込み)以上で宅配料無料

・別チラシ企画商品(4桁注文番号分)の点数・価格も通常商品と合算できます。

週2回利用の特典
週の合計が16点以上もしくは3,500円以上の場合は宅配料無料。

利用金額は税込価格を基準にします

利用点数 ＼ 利用金額(税込価格の合計)	2,300円以上	1,600円～2,299円	1,599円以下
10点以上	無料		
9点～7点		56円(税込61円)	112円(税込123円)
6点～1点			

おはよう宅配ご利用までのステップ

ステップ1 お電話でお申し込み TEL.052-703-1382

コープあいち未加入の方 スタッフが伺い、コープあいちへの加入手続きをしていただきます。ご加入の際は出資金1,000円をお預かりします。※出資金は脱退手続き完了時に全額お返しいたします。

コープあいち組合員の方 スタッフがご案内いたします。お電話のみで登録完了です。

ステップ2 ご注文 FAX、お電話、インターネットから!
お申し込み時にお約束した日に注文書をご指定の場所にお届けします。配達日の1週間前までにご注文ください。

ステップ3 商品のお届け 荷受に出る必要はありません!
配達日の早朝に指定場所へお届けします。

ステップ4 お支払い
登録口座から毎月5日に自動で引き落としさせていただきます。

https://morning-coop.net/
おはよう宅配

「新規商品 原材料名リスト」(6月分)をご希望の方は商品番号 8001 でご注文ください。

- 1週OCR注文用紙裏面 4桁注文番号欄またはWeb注文画面でご注文ください。(無料)
- Web注文画面では、各週の 今週の新商品からご注文 から新商品ごとに原材料名がご覧いただけます。

※5月企画でご注文(注文締切4月25日)いただくと6月分の「新規商品 原材料名リスト」を6月おはようガイド(5月12日より配布)と一緒にお届けいたします。

コープあいち公式 LINE コープあいち

コープあいちの事業や取り組み 社会貢献・SNSキャンペーン情報など 幅広く配信しています。 お友達登録、お待ちしています!

毎週金曜日配信!

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS SDGs 検索

おはよう宅配では、「SDGs」活動を推進しています。
牛乳・卵のパックを回収しリサイクルしています。引き続き、ご協力をお願いいたします。

〈キリトリ〉

2025年5月号 声

リクエストや お気に入り商品など、"お声"をお聞かせください!

「おはようガイド」で紹介させていただく場合もございます。

商品のこと、しくみのこと、朝食でこんな工夫をしている…などなど。 お気軽にペンをとって…

お名前:

連絡先:

提出日: 月 日

返事: 要 ・ 不要
○をつけてください。

〈キリトリ〉

商品は下記の賞味期間の基準でお届けします

賞味の期間	分類	お届けの基準
6～30日の商品	全品	賞味の期間が 1/2以上 残っている商品をお届けします。
31～90日の商品	畜産品・乳製品	賞味の期間が 1/3以上 残っている商品をお届けします。
31～90日の商品	ドライ食品	賞味の期間が 1/2以上 残っている商品をお届けします。
91日以上 の商品	全品	賞味の期間が 1/3以上 残っている商品をお届けします。
シーズンパックの商品	全品	賞味の期間が 2ケ月以上 残っている商品をお届けします。

※シーズンパックの商品…原材料の旬の時期に製造した商品を、順次お届けしている商品です。
※お正月、お盆など工場が長期休業となる場合、精肉の一部商品が解凍お届けとなる場合があります。

※切り取り線は目安ですので、おおまかにカットしてお送りください。

FAX.0561-56-8214 又は、通い箱に入れてお送りください。