



# こちらもとってもおトク!!

バターやチーズ、カリカリベーコンを  
ちょい足したり、お茶漬けにしても  
おいしい



**F201**  
COOP  
松茸  
釜めしの素

2合用 **258円(税込)**  
松茸の風味豊かな釜めしの素です。松茸に加えて2種類のきのこ(ひらたけ、椎茸)や人参、たけのこが入っています。  
●長野県 ●麦 ●545日



**F202**  
COOP  
きのこたっぷり  
釜めしの素

3合用 **328円(税込)**  
大きめにカットしたひらたけとエリンギを含む6種類のきのこににんじんを、かつおとこんぶで上品に味付けした釜めしの素です。  
●長野県 ●麦 ●365日



**F203**  
COOP  
たけのこたっぷり  
釜めしの素

3合用 **248円(税込)**  
大きめにカットしたたけのこを、かつおとこんぶで上品に味付けした釜めしの素です。  
●長野県 ●麦 ●365日

あさり釜めしの素・五目釜めしの素は7ページにございます

お湯を加えて2分でおいしい  
スープのできあがり



**F072**  
COOP  
わかめスープ

10袋 **138円(税込)**  
チキンとほたてのうまみが効いたごま入りスープに、しゃきしゃきわかめが良く合います。  
●愛知県 ●卵・乳・麦・え ●365日

香辛料ひかえめ野菜と果実の  
まろやかな味わいのソース  
です



**F064**  
COOP  
日本の野菜・  
果実ソース

500ml **248円(税込)**  
国産野菜・果実のピューレを使い、糖類や香辛料の味付けを抑えてマイルドな風味に仕上がりました。  
●群馬県 ●720日

北海道産の昆布を蒸して  
細切りにきざみしました。  
柔らかくすぐ煮上ります



**F041** COOP  
北海道産細切り  
きざみ昆布 36g  
**158円(税込)**  
●広島県 ●365日

がんもどきと昆布の煮物

(材料)4人分  
がんもどき……4個  
ゆでたけのこ……100g  
刻み昆布……40g  
戻した状態……1/5本  
ごま油……小さじ2

(作り方)  
①鍋にごま油を熱し、一口大に切ったけのこを軽く炒める。  
②Aを加え、ひと煮立ちしたらがんもどきを加える。  
③落とし蓋をして5~6分煮てから刻み昆布と細切りのにんじんを加え、さらに蒸気通してできあがり。



精度45度の低糖度タイプ  
**F145** COOP  
甘さをおさえた  
ブルーベリー  
ジャム  
160g **178円(税込)**  
ブルーベリーの果肉感を残しつつ、口どけの良いジャムに仕上がりました。  
●広島県 ●360日

**F150** COOP  
北海道産小麦の  
ホットケーキ  
ミックス  
150g×4袋 **248円(税込)**  
風味が良く、甘みのあるホットケーキが出来ます。小分け包装で便利です。  
●大阪府 ●卵・乳・麦 ●365日

血糖値を抑えるポリフェノールたっぷり!  
リラックスタイムに紅茶をどうぞ

**F338** COOP  
紅茶  
ティーバッグ  
50袋

**228円(税込)**  
ミルクにもあう上品な滋味が特徴の明るい色合いの紅茶です。  
●スリランカ ●730日



すりおろしりんごティー  
濃いめの紅茶に  
すりおろしりんごをイン!

豆乳きなこ紅茶  
あたためた豆乳で紅茶をいれ、  
きなこハチミツをプラス

## 肉!! 今日ちょっといいハンバーグ



箱根のレストランで採用されている、ハンバーグ

冷凍焼く  
オーストラリア産  
牛肉100%



**F204**  
満点ハンバーグ  
180g×4個 **1,980円(税込)**  
●静岡県 ●製造より1年(冷凍)

ソースも一緒に



箱根のレストランで採用されている、国産のハンバーグです。

常温  
**F206**  
オニオンソース  
20gパウチ  
4個 **148円(税込)**  
●静岡県 ●麦 ●製造より180日

## おいしさそのままヘルシー

玄米がそのままパスタ麺になりました!



小麦をおさえしている方や  
アレルギーの方にたくさん  
ご利用いただいています

●7大アレルギー不使用&グルテンフリー  
●玄米は安全・安心な熊本県産を100%使用  
●健康によいといわれるGABA、オリゴ糖がたっぷり  
●ゆで時間1分30秒~2分で時短調理

**F207** 熊本玄米研究所  
玄米パスタ 120g **270円(税込)**  
●熊本県 ●4ヶ月



玉ねぎとセロリのスープパスタ  
(材料)2人分  
玉ねぎ……1個  
セロリ……1/3本  
セミドライトマト……6個  
水……500ml  
コンソメ顆粒 大さじ1  
塩……少々  
玄米パスタ……2袋  
(作り方)  
①鍋に水、くし形に切った玉ねぎ、斜め薄切りにしたセロリ、コンソメ顆粒を入れ10分ほど煮る。  
②パスタをたっぷりのお湯でゆでる。  
③セロリの葉、セミドライトマトを細かく切る。  
④オリーブオイルをフライパンに入れ、パスタ、セロリの葉、セミドライトマト、パスタのゆで汁を加えよく和え、塩で調える。  
⑤パスタとスープを盛り、お好みでレモンとブラックペッパーを振ってできあがり。

※パッケージが予告なく変更になる場合がございます。