

**おすすめ!**

とんかつ専門店「銀座梅林」が監修。やわらかい肉質が特徴の豚ヒレ肉を厚めにカットし衣付けしました。

プラス  
**+150**  
ポイント



47 凍 レンジ  
CO-OP  
(レンジで簡単)  
銀座梅林のヒレカツ 240g(8個)

100円引き **498円** (税込8% 537円)

**おすすめ!**

作りすぎた炊き込みご飯を詰めたり、おうどんのキツネに使ったりとても便利です。

プラス  
**+100**  
ポイント



50 大豆  
CO-OP  
味付いなりあげ2袋組  
142g(10個)×2 小麦

**398円** (税込8% 429円)

**おすすめ!**

和風醤油でサクッととした食感/保存に便利なチャックシール付き。

プラス  
**+200**  
ポイント



102 凍 レンジ  
CO-OP  
和風若鶏竜田揚げ  
600g 卵 小麦

200円引き **880円** (税込8% 950円)

**おすすめ!**

もう揚げなくていい!そのまま使える便利ななす。事前にレンジで加熱すれば更に時短!

プラス  
**+100**  
ポイント



42 凍 レンジ  
CSオリジナル  
揚げなす(乱切り) 400g

100円引き **380円** (税込8% 410円)

**おすすめ!**

岡山県産朝日米を使用したご飯をケチャップで味付けし具材を混ぜ合わせて更にトマトケチャップを加えて色鮮やかに仕上げました。

プラス  
**+100**  
ポイント



11 凍 レンジ  
CO-OP  
朝日米を使ったチキンライス 2袋組  
220g×2 小麦

100円引き **328円** (税込8% 354円)

**おすすめ!**

ごぼうを煮込んだ出汁もごはんと一緒に炊き込んだ風味と食感の良い和風ピラフです。

プラス  
**+100**  
ポイント



186 凍 レンジ  
CO-OP  
鶏ごぼうピラフ 2袋組  
220g×2 小麦

30% OFF **298円** (税込8% 321円)

**おすすめ!**

カリッとポリッとが止まらない!手軽にカルシウム補給♪

プラス  
**+150**  
ポイント



95  
CO-OP  
ぽりぽり小魚 4.5g×40 小麦

200円引き **980円** (税込8% 1,058円)

**おすすめ!**

野菜と絡めて炒めるだけ! 酢鶏をお手軽に!

プラス  
**+100**  
ポイント



180 凍  
CS開発商品  
国産若鶏酢鶏セット  
300g(鶏から揚げ150g、たれ150g) 小麦

100円引き **380円** (税込8% 410円)

**土用の丑**  
**うなぎ**  
6月3回予約開始!

毎年大人気の「大隅産うなぎの蒲焼」! 予約が一番お得です! ぜひご覧ください!



**大隅産**

皮がパリッとしてふっくら柔らか。やっぱりコープのうなぎじゃないと!



商品の詳しい内容は「Deli-Co」など他のカタログもご覧ください!



※税込価格は参考価格です。 ※料理写真はイメージです。