

2024年10月5日

おすすめコメント

担当:

今週のお得情報

湯せん
で簡単!

おいしい魚をお手軽に

個包装
で便利!

食べやすさで
組合員さんに好評をいただいている、
骨取りさばシリーズの一品。
面倒な骨取り作業がいらないので、
子どもから大人まで安心して
お楽しみいただけます。



年間
最安値
SALE



1 凍 湯せん 次回 11月2回

20%
OFF

CO-OP 極洋食品 08262763【国内加工品】

骨取りさばの味噌煮

285g〔固形量180g(3袋)〕...

10月3回628円(税抜)

塩分:1.3g/95g 274kcal/95g さば(ノルウェー)

くらし応援
478円
(税込8%516円)

ノルウェー産サバの腹骨、小骨をていねいに取り、
信州味噌を使った甘めのタレでやわらかく仕上げました。

ノルウェー産タラの骨を取り、国産玉ねぎ・人参の細切り野菜を加えて、
酸味をおさえたマイルドな甘酢で仕上げました。



骨がないので小さい子どもにも
食べやすく、甘酢がそんなに
酸っぱくないので酢の物が
苦手な家族も食べられます。
(生協ひしめ組合員さんの声)

お弁当のおかずにもちよいと良いサ
イスイシコくなくさっぱり甘酸つ
ばくて、食べやすい味。野菜もた
くさん入っているのもうれしい。
(おかやまコープ組合員さんの声)

年間
最安値
SALE



2 凍 湯せん 次回 11月2回

20%
OFF

CO-OP 極洋食品 08314450【国内加工品】

たらの甘酢あんかけ(骨取り)

240g(3袋).....

10月2回528円(税抜)

塩分:0.8g/1袋80g平均重量 129kcal/1袋80g平均重量 しろいとだら(ノルウェー)

くらし応援
398円
(税込8%429円)

子持ち浅羽カレイを醤油ベースの煮付けにしました。



湯せんするだけで食べられて、
卵もたっぷりなのが嬉しい。
(生協しほね組合員さんの声)

柔らかくて食べやすく美味しく
い。少し味付けが濃いので野菜
を下に敷いて食べてもおいしい。
(おかやまコープ組合員さんの声)

年間
最安値
SALE



3 凍 湯せん ササナラ 次回 11月2回

20%
OFF

CO-OP 渡會 08271463【国内加工品】

子持ち浅羽かれいの煮付け

300g〔固形量220g(2切)〕.....

10月3回598円(税抜)

塩分:1.3g/100g 122kcal/100g 浅羽かれい(アメリカ)

くらし応援
478円
(税込8%516円)