

2026年10月1回

# 今週のお得情報

おすすめコメント

担当:

## 新米に合う!



ノルウェー産サバの腹骨、小骨を  
丁寧に取り、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。

1切ずつの  
個食パック

湯せん  
するだけ



年間  
最安値  
SALE

コ-opの  
くらし  
応援

200  
円引き

08350188

【国内加工品】



湯せん  
大豆  
不分割

co-op 極洋食品

骨取りさばの味噌煮

285 g (3袋) 小麦

塩分: 1.3 g / 1袋 95 g 平均重量 274kcal / 1袋

95 g 平均重量

さば(ノルウェー)

1

凍 次回  
10月3回

**SUPER**  
くらし応援  
**698円**  
(税込8%753円)

次回10月3回予定898円(税別)

キハダマグロを明神水産オリジナルの  
しょうゆベースのタレに漬け込みました。  
温かいご飯にのせてお召し上がりください。



年間  
最安値  
SALE

コ-opの  
くらし  
応援

み  
明神水産

明神水産  
漁師のまぐろ丼

70 g × 2 小麦

塩分: 1.8 g / 1袋 (70 g) 68kcal / 1袋 (70 g)

きはだ鰯(太平洋)



20%  
OFF

**SUPER**  
くらし応援  
**468円**  
(税込8%505円)

次回11月2回予定598円(税別)

国産豚ロース肉をりんご・洋なし・レモンの果汁と  
粒香香料が入ったタレで味付けしました。  
フライパンで加熱するだけの簡単調理。



年間  
最安値  
SALE

コ-opの  
くらし  
応援

フライパン

一弘

国産豚ロースタレ漬け  
(果汁たっぷり)

160 g 小麦

塩分: 1.8 g / 100 g 239kcal / 100 g 08343675

豚ロース肉(国産)

【国内加工品】

3

凍 次回  
10月4回

20%  
OFF

**SUPER**  
くらし応援  
**395円**  
(税込8%426円)

9月4回498円(税別)

凍 次回  
11月2回