

2026年3月2回

今週のお得情報

おすすめコメント

担当：

おいしい アレンジレシピ!



豆とコーンの 肉団子風

- 作り方(2人分)
- ①大豆(1袋)をポリ袋に入れて、しっかりと潰す。
 - ②①とコーン(1袋)に塩(少々)・片栗粉(大さじ1)を加え、4等分にして丸める。
 - ③フライパンに少し多めの油をひき、②を揚げ焼きにすれば出来上がり。

年間
最安値
SALE

co-op トーアス
大豆
大豆ドライパック(パウチ)⑤
60g×5
08237357【国内加工品】
塩分:0.6g/1パック 110kcal/1パック
大豆(北海道)

15%
OFF

年度末感謝
448円
(税込483円)
2月2日05:58PM(戦後)



1
次回
4月2日
¥547日

ごまの味わいと風味は残しつつ、
カロリーを抑えました。
※COOP 深煎り胡麻ドレッシングと比べて



サラダや
しゃぶしゃぶ
などに♪

年間
最安値
SALE

co-op フォードキン醤油
深煎り
胡麻ドレッシング
まるやか(カロリーハーフ)
500ml
08308293【国内加工品】
塩分:0.5g/15g
36kcal/15g
しょうゆ(国内製造)



20%
OFF

年度末感謝
388円
(税込419円)
2月4日04:49PM(戦後)

4
次回
4月2日
¥8ヵ月

ひじきの卵焼き

溶きほぐした卵液に
ひじきを入れて焼くだけ!



年間
最安値
SALE

co-op トーアス
国産
ひじき
ひじきドライパック
(パウチ)⑤
40g×5
08311818【国内加工品】
塩分:0.065g/1パック 6kcal/1パック
芽ひじき(国産)

100
円引き

年度末感謝
678円
(税込732円)
次回
3月4日
¥547日



コーンマヨ トースト

- 作り方(1枚分)
- ①ミニトマト(1個)を4等分のくし切りにする。
 - ②パンにマヨネーズ(大さじ2)をかけ、その上にコーン(1袋)、①を並べる。
 - ③②をオーブントースターで3~4分、こんがりする程度に焼き、仕上げにお好みでパセリ(適宜)をのせる。

年間
最安値
SALE

co-op トーアス
スイートコーン
スイートCONDRAIPACK
(パウチ)⑤
55g×5
08235415【国内加工品】
塩分:0.08g/1パック 51kcal/1パック
スイートコーン
(アメリカ)

25%
OFF

年度末感謝
448円
(税込483円)
次回
4月1日
¥547日



3
次回
4月1日
¥547日

2月11日05:58PM(戦後)