

ちょうどいい！
うれしいサイズ！
プラス1品

サイドメニュー
火金
週2回のお届け！

コープのお惣菜



定番の“ポテトサラダ”から
丁寧に炊きあげた“うの花”まで、
どこか懐かしい
“おうちの味”をラインナップ。
お弁当と一緒に楽しめる選べる
惣菜シリーズです。

1 8品目具だくさん しっかりとりの花(中) 110g
玉ねぎ、椎茸、人参、こんにゃく、さつま揚げ、油揚げ、ひじき、ごぼうの8品目を加えてしっかりと炊き上げた具沢山のうの花です。
賞2日 225kcal **210円 税込227円**

2 北海道産かぼちゃ煮(中) 160g
北海道産かぼちゃの甘みを活かし、素材な味わいに仕上げました。
賞2日 134kcal **338円 税込365円**

3 きんぴらごぼう(中) 100g
ごぼうと人参を本みりんでき揚げた、あと引く美味しさです。
賞2日 181kcal **270円 税込292円**

4 国産ひじき煮(中) 120g
国産ひじきをかつお出汁と本みりんでき揚げました。
賞2日 179kcal **328円 税込354円**

5 素材を味わう！ほくほく北海道ポテトのサラダ(中) 110g
北海道産じゃがいもが主役。素材の甘みとほくほく食感を楽しめます。
賞2日 189kcal **225円 税込243円**

6 2種の食感を楽しむマカロニサラダ(中) 115g
2種類のマカロニを使用。食感の違いが楽しいサラダです。
賞2日 247kcal **225円 税込243円**

7 国産春雨の中華春雨サラダ(中) 145g
国産春雨のつるつるとした食感と、ごま油が香るさっぱり中華仕上げ。
賞2日 218kcal **240円 税込259円**

8 スパゲティサラダ(中) 140g
具材の存在感も楽しめる、つるつるとした食感の定番サラダ。
賞2日 334kcal **247円 税込267円**

土用の丑の日週

丑の日 7月26日(日)

海老天2本と
なす、サツマイモ、
かぼちゃ、ピーマンの
野菜天がのった
特製天丼です！

海老天丼(野菜天入り)
1,120円 税込1,210円
668kcal
トレーサイズ：直径167mm×深さ43mm

注文締切日 お届けの3日前まで
お届け日 **7月20日(月)～24日(金)**

角煮丼
手作りの甘辛たれでじっくり煮込んだお肉に、とろける卵、シャキとした青梗菜を添えたボリュームのある角煮丼です。
1,000円 税込1,080円 945kcal
トレーサイズ：直径167mm×深さ43mm

注文締切日 **7月8日(水)**
お届け日 **7月11日(土)**

新登場!

賞味期限の1/2を担保してお届けいたします。

当日中 お届け日中にお召上がりください。一部、翌日の途中で消費・賞味になるものもあります。

賞00日 お届け商品の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。

賞00日 冷凍商品の消費・賞味期限までの日数を表示しています。お届け商品のパッケージに記載された期限表示・保存方法をご確認のうえ、お早めにお召上がりください。

※マークのない商品はお届け日当日の夜10時までにお召上がりください。

お弁当の変更は**3日前**までに
電話でかんたん！

注文変更・お問合せ
0120・279・949

サイドメニュー

【土用餅】
土用餅とは、暑さが厳しい夏の土用に小豆のお餅を食べて無病息災を願う江戸時代からの風習です。

弁菜亭 柳もち 8個入
630円 税込680円
526kcal

冷凍 賞30日
注文締切日 **7月9日(木)**
お届け日 **7月20日(月)**

サイドメニュー

大徳食品
ざる蕎麦
(石臼挽きそば粉使用)
425円 税込459円
311kcal

当日中
注文締切日 全日程7月13日(月)
お届け日 **7月20日(月)～24日(金)**

＼天丼と一緒にいかがですか？／

コープさっぽろ夕食宅配サービス「献立カレンダー」
月刊 **つなぐ** 2026年 7月号



●ご注文 ☎0120・279・949
受付時間/月～土曜10:00～18:00 ※日曜休み
※応対品質向上のために通話内容を録音させていただいております。

●ご注文の際は、中面注文欄に数量を記入の上、スタッフへお渡しください。

お名前 組合員番号
様



pick up!

表紙のお弁当

国産うなぎへのこだわり。



宮崎県産うなぎ

梅酢大根

玉子焼き

限定1,500食

昨年ご好評につき限定数上限を増やしました!

※先着順につき、限定数量に達し次第、お申込みの受付を終了させていただきます。

トレーサイズ：横207mm×縦110mm×深さ48mm



土用の丑の日 / うなぎ

7月26日は、土用の丑の日です。
夏バテしやすいこの時期に
無病息災を願う「うなぎ」はいかがですか?



管理栄養士
佐藤 菜摘さん

うなぎ

国産100%へのこだわり。
「肉質」「脂」「味」「におい」の厳しい基準をクリアした、
食べやすい宮崎県産のうなぎを使用しています。ふっくら
と焼き上げた蒲焼はご飯との相性もよく、山椒を加えると、
ピリッとしたアクセントでまた違った味わいを楽しむことが
できます。

【タレ】100年以上続く老舗醤油メーカーの「生引きたま
り醤油」を贅沢にブレンドした特製タレを使用し、香ばしく焼
き上げました。素材本来の味わいを引き出した秘伝のタレ
が蒲焼きの味を上品に、しっかりと引き立てます。
※ご飯のたれ、添付のたれは仕様異なります。

玉子焼き

国産の鶏卵と鰹の本枯節、昆布だしを使用した風味豊かな
玉子焼きです。鮮やかな黄色がさらに食欲をそそります。
濃厚なタレのうなぎと一緒にどうぞ!

梅酢大根

切干大根に昆布を合わせ、少し甘めの梅酢で漬けたすっきり
とした味わいの梅酢大根です。箸休めにぴったりな一品。

2,570円 税込2,776円 669kcal

注文締切日 7月14日(火)

お届け日 7月25日(土)

楽しく頭の体操♪

脳トレ

【土用の丑の日クイズ】

第1問

「土用の丑の日」にうなぎを食べる風習を広めた
といわれる、江戸時代の有名な学者は誰でしょう?

- A. 杉田 玄白
- B. 平賀 源内
- C. 伊能 忠敬
- D. 本居 宣長

第2問

土用の丑の日には、うなぎ以外にも「ある文字」から
始まる食べ物を食べると病気になる
という伝承があります。その文字は何でしょう?

- A. 「あ」
- B. 「い」
- C. 「う」
- D. 「え」

第3問

土用の丑の日にあんころ餅を食べる「土用餅」も
江戸時代から続く風習ですが、その始まりとされる
行事が行われていた場所はどこでしょう?

- A. 戦の場
- B. 漁師の船の上
- C. 宮中
- D. 芝居小屋

正解は次の5ページでご確認いただけます! ▶

7月7日(火)は七夕の日

一緒にいかがですか? サイドメニュー

水ようかん4個入 335円 税込362円

日糧 賞2日 1個当たり102kcal

注文締切日 6月30日(火) お届け日 7月7日(火)

注文締切日 7月1日(水) お届け日 7月7日(火)

まごわやさしい弁当 1,200円 税込1,296円 736kcal

トレーサイズ: 横268mm×縦182mm×深さ31mm

お品書き

- ・ちらし寿司
- ・肉焼売と赤ワインナー
- ・鯖の麹漬け焼き
- ・玉子焼き
- ・椎茸のバターソテー
- ・ひじきの煮物
- ・長芋サラダ
- ・ほうれん草と人参の胡麻和え
- ・金時煮豆

夏にピッタリ! タコライス 820円 税込886円 421kcal

メキシコ料理のタコスの具材をお米(ライス)の上に乗せた沖縄生まれの料理です。

※名前に「タコ」とつきますが、海にいる「タコ(蛸)」は入っていません。

スパイスの効いたタコスミートにシャキシャキのレタス、トマトの酸味にチーズのコクがマッチしたタコライスです。

新登場!

注文締切日 お届けの3日前まで お届け日 6月29日(月)~7月3日(金)

トレーサイズ: 直径167mm×深さ43mm

お召し上がり期限 松竹梅のお弁当のお召し上がり方

つなぐ本紙にて消費期限の記載がない商品は、冷蔵庫で保管して、お届けした当日の夜10時までにお召し上がりください。

レンジで温めると、よりおいしくお召し上がりいただけます。メニューやお使いのレンジの機種により、温め時間が多少異なります。

(目安) 500W 1分30秒 600W 1分10秒 800W 50秒

〈お願い〉お召し上がり後の容器のご返却について

容器のすすぎ洗いにご協力ください。

松と梅の容器は、軽く水洗いしご返却ください。竹の容器は、中仕切り(使い捨てです)を自主廃棄の上、外容器をご返却ください。

松 要返却 竹 要返却 梅 要返却

※中仕切りは使い捨てです。自主廃棄をお願いいたします。

日曜弁当くつろぎのお召し上がり方

お届けした日から3日以内にお召し上がりください。(金曜お届け、消費期限は日曜日まで)

冷蔵庫で保管してください。

レンジで温める際は、容器のフィルムの端を少し開けてください。商品ラベルに記載の温め時間を目安にしてください。

お召し上がり後はご家庭で容器(使い捨てです)の自主廃棄をお願いいたします。

注文締切日 7月8日(水) お届け日 7月16日(木)

イナホ製菓 倉島乳業 チーズ大福 6個入り 1,078円 税込1,164円

冷凍 賞180日 1個当たり145kcal

自慢のカレー たまねぎたっぷり、甘みとコクを引き出しました。

えびフライカレー 830円 税込896円 700kcal

とんかつカレー 830円 税込896円 858kcal

カレーライス 630円 税込680円 585kcal

トレーサイズ: 横247mm×縦152mm×高さ55mm

国産米ごはん サイドメニュー

ごはん(白米) 150g 128円 税込138円

※写真はごはんの盛り付けイメージです。

袋入りサラダ サイドメニュー

1番人気! ミックス10品目サラダ 90g 128円 税込138円 当日中

千切りのキャベツ 120g 95円 税込103円 当日中

いろいろキャベツ 90g 95円 税込103円 当日中

だいこんサラダ 110g 128円 税込138円 当日中

カレー・ごはん・サラダは 月曜から土曜まで好きな曜日にお届けできます。ご注文・変更・キャンセルは3日前まで

豆知識

「まごわやさしい」とは?

栄養バランスを整えるために食事に取り入れたい、7つの食材の頭文字を取った合言葉です。この7品目を毎日の食事に取り入れる事を心がければ、栄養バランスの摂れた食生活が送れ、健康の保持・増進や生活習慣病の発症予防・重症化予防などに役立つとされています。

おいしくて、身体にやさしい合言葉

まごわやさしい

ま ゴ ま わ さ し い

まめ ごま わかめ(海藻) やさい さかな(イシイ) しいたけ いも

3ページ【土用の丑の日クイズ・正解】

第1問 B. 平賀源内

うなぎが売れず困ったうなぎ屋から相談を受けた平賀源内が「本日丑の日」と書いた貼り紙をすることを勧めたのが最初といわれています。うなぎは体に必要な栄養素をバランス良く含んでおり、暑さの厳しい土用に滋養のあるスタミナ食としてぴったりの食材でした。

第2問 C. 「う」

江戸時代「う」のつく食材は栄養価の高いものが多いといわれ、梅干しや瓜など暑さの厳しい夏の土用に「う」のつく食べ物を食べることは精をつけ、無病息災を願うものでした。

第3問 C. 宮中

もともとは宮中で土用入りの日に暑気払いとして食されていたおもち入りの味噌汁が始まりと言われています。それが江戸時代に入るとお餅:力持ち(精力をつける) 小豆(赤):厄除け、魔除け という無病息災の願いを込めたあんころ餅へと姿を変え親しまれるようになりました。



今年の土用は、うなぎを楽しんだ後の甘味に「土用餅(あんころ餅)」をいかがでしょうか?

裏表紙に弁菜亭の柳もちを掲載!

週の注目商品はコチラ！ ※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

7月
第1週

6月29日
～
7月4日

平日・週替わりメニュー
注文締切日:お届けの3日前まで
6月29日(月)～7月3日(金)お届け

タコライス **新**
820円
税込886円
421kcal



土曜・プレミアム
注文締切日:7月1日(水)
7月4日(土)お届け

チキンと野菜の
スープカレー
1,080円
税込1,166円
659kcal



デザート
注文締切日:6月25日(木)
7月3日(金)お届け

ホリ
夕張メロン
ピュアゼリー
(80g×3)
600円 税込648円
賞270日 100g当たり74kcal

サイドメニュー



今週の空弁
注文締切日:6月29日(月)
7月3日(金)お届け

佐藤水産
ずわい脚と
二種の蟹づくし
1,380円
税込1,490円
当日中 410kcal



7月
第2週

7月6日
～
7月11日

平日・週替わりメニュー
注文締切日:お届けの3日前まで
7月6日(月)～7月10日(金)お届け

冷やしとろろ
うどん **新**
698円
税込754円
320kcal



土曜・プレミアム
注文締切日:7月8日(水)
7月11日(土)お届け

角煮丼 **新**
1,000円
税込1,080円
945kcal



七夕メニュー
注文締切日:7月1日(水)
7月7日(火)お届け

おいしくて
からだにやさしい
まごわやさしい弁当
1,200円
税込1,296円
736kcal



七夕デザート
注文締切日:6月30日(火)
7月7日(火)お届け

日糧
水ようかん 4個入
335円
税込362円
賞2日 1個当たり102kcal

サイドメニュー



7月
第3週

7月13日
～
7月18日

平日・週替わりメニュー
注文締切日:お届けの3日前まで
7月13日(月)～7月17日(金)お届け

満腹!大きな
シューマイ弁当
924円
税込998円
824kcal



土曜・プレミアム
注文締切日:7月15日(水)
7月18日(土)お届け

あさり
ごはん弁当
848円
税込916円
524kcal



デザート 冷凍
注文締切日:7月8日(水)
7月16日(木)お届け

イナホ製菓
倉島乳業
チーズ大福 6個入り
1,078円
税込1,164円
賞180日 1個当たり145kcal



今週の空弁
注文締切日:7月11日(土)
7月16日(木)お届け

佐藤水産 鮭といくらの
親子丼ぶり
1,531円
税込1,653円
当日中 472kcal



7月
第4週

7月20日
～
7月25日

平日・週替わりメニュー
注文締切日:お届けの3日前まで
7月20日(月)～7月24日(金)お届け

海老天丼
(野菜天入り)
1,120円
税込1,210円
668kcal



土用の丑の日
注文締切日:7月14日(火)
7月25日(土)お届け

限定1500食
うな重
2,570円
税込2,776円
669kcal

今だけ!



丑の日デザート 冷凍
注文締切日:7月9日(木)
7月20日(月)お届け

弁菜亭
柳もち 8個入
630円
税込680円
賞30日 526kcal

サイドメニュー



今週の麺類
注文締切日:全日程7月13日(月)
7月20日(月)～7月24日(金)お届け

大徳食品 ざる蕎麦
(石臼挽きそば粉使用)
425円
税込459円
当日中 311kcal

サイドメニュー



7月
第5週

7月27日
～
8月1日

平日・週替わりメニュー
注文締切日:お届けの3日前まで
7月27日(月)～7月31日(金)お届け

あんかけ
焼きそば
924円
税込998円
464kcal



土曜・プレミアム
注文締切日:7月29日(水)
8月1日(土)お届け

満腹!
あじフライ弁当
968円
税込1,045円
666kcal



デザート
注文締切日:7月23日(木)
7月31日(金)お届け

雪印メグミルク
濃厚とろける
杏仁豆腐 **新**
184円 税込199円
賞90日 180kcal

サイドメニュー



今週の麺類
注文締切日:7月23日(木)
7月31日(金)お届け

大徳食品 冷し中華
488円
税込527円
当日中 364kcal

サイドメニュー



7月第1週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

日曜
くつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A 鰯の西京味噌漬け焼き
賞3日 注文数
197kcal

B チキンカツ
賞3日 注文数
287kcal

670円 税込 724円
注文締切日 6月24日(水)
お届け日 7月3日(金)
※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●切干大根煮 ●がんもとしんじょうの炊き合わせ ●小松菜のお浸し ●桜大根

第1週	6月29日(月)	6月30日(火)	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	
松 デラックス 和食・洋食・中華を日替わりで。 885円 税込956円	中華 ・四川風麻婆豆腐 好評 ・にら玉炒め ・彩り野菜といかの中華炒め ・ごま香るぜんまいのナムル 冷	洋食 ・さばのトマトガーリック仕立て 新 ・菜の花のバターソテー ・あさりのオリーブパンネ 新 ・海藻のイタリアンサラダ 冷	和食 ・鶏肉の蓮根挟み揚げ ・ごぼうと赤ピーマンのおかか炒め ・茄子の煮浸し ・大根とオクラの梅風味和え 冷	中華 ・野菜たっぷり八宝菜 好評 ・ブロッコリーのオイスターソース ・ジューシー焼き餃子 ・ほうれん草と卵の中華和え 冷	洋食 ・豚肉といんげんのトマト炒め ・キャベツとあさりの白ワイン蒸し ・スライスポテトのチーズグラタン ・ミックス豆とツナのサラダ 冷	和食 ・たらの明太マヨ焼き ・竹の子とわかめの炊き合わせ ・揚げ出し豆腐 ・むき枝豆とはんぺんのみぞれ和え 冷	
	竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 旨辛チキン 好評 注文数 <input type="text"/> B にしんの塩焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●いかのゆず胡椒炒め ●しゅうまい ●ほうれん草のお浸し ●さくら大根	A ぶりのバタームニエル 新 注文数 <input type="text"/> B 豚肉ときのこのレモン炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●枝豆腐の炊き合わせ ●長芋サラダ ●野沢菜昆布	A 豚肉のカレーソテー 好評 注文数 <input type="text"/> B さばの味噌煮 新 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ツナとピーマンの炒め物 ●野菜さつま揚げ ●春菊のごま和え ●梅酢だいこん漬	A たらの塩麹マヨ焼き 注文数 <input type="text"/> B 鶏肉の香味醤油かけ 好評 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め ●具沢山がんと煮物 ●チンゲン菜のしらす和え ●菜々しば漬	A 鶏肉の明太マヨ焼き 注文数 <input type="text"/> B 海老かつの卵とじ 好評 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●ほうれん草のバターソテー ●厚揚げ田楽 ●枝豆とコーンのごま和え ●胡瓜醤油漬	A 白身魚フライ 注文数 <input type="text"/> B 豚肉と野菜の中華風炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め ●南瓜の煮物 ●わかめの梅風味和え ●あさりの佃煮
	梅 ライト 624円 税込674円	豚しゃぶ豆乳ごまだれ 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●いかのゆず胡椒炒め ●マカロニのケチャップソテー ●ほうれん草のお浸し ●さくら大根	豆腐とえびの旨煮 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●カレー春巻き ●長芋サラダ ●野沢菜昆布	照り焼きミートボール 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●ツナとピーマンの炒め物 ●厚揚げの煮物 ●春菊のごま和え ●梅酢だいこん漬	さんまの唐揚げ 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●じゃが芋のそぼろ炒め ●餃子 ●チンゲン菜のしらす和え ●菜々しば漬	豚肉のねぎ塩炒め 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●ほうれん草のバターソテー ●さつま芋の甘煮 ●枝豆とコーンのごま和え ●胡瓜醤油漬	ししゃもフライ 注文数 <input type="text"/> 副菜 ●チンゲン菜とクワイのオイスター炒め ●中華風かに玉 ●わかめの梅風味和え ●あさりの佃煮
いつでもメニュー ごはん・カレー 袋入りサラダ	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいこんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/> 週替わり	
週の注目商品	タコライス 新 注文数 <input type="text"/>	タコライス 新 注文数 <input type="text"/>	タコライス 新 注文数 <input type="text"/>	タコライス 新 注文数 <input type="text"/>	タコライス 新 注文数 <input type="text"/> ずわい脚と二種の蟹づくし 注文数 <input type="text"/> 夕張メロンピュアゼリー3個入 注文数 <input type="text"/>	チキンと野菜のスープカレー 注文数 <input type="text"/>	

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

7月第2週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜は①・②をお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

日曜
くつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A 白身フライの山菜あんかけ 新

賞3日 注文数
237kcal

共通副菜 ●きんぴらごぼう●トミさんのかぼちゃ煮●大根のゆかり和え●金時煮豆

B 麻婆豆腐

賞3日 注文数
233kcal



670円 税込724円

注文締切日 7月1日(水)
お届け日 7月10日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第2週	7月6日(月)	7月7日(火) セタ	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	洋食 ・バジルチキン 好評 ・カリフラワーとベーコンのソテー ・ミートソースパスタ ・炒り卵と3品目のサラダ 冷	和食 ・牛肉とごぼうの柳川風 好評 ・厚揚げとキャベツの山椒炒め ・野菜の天ぷら3種盛り ・いんげんの味噌麺和え 冷	中華 ・白身魚の甘酢あん ・小松菜の炒め物 ・海鮮チヂミ ・程よい甘さの大学芋 冷	洋食 ・トンテキ ・ほうれん草と竹輪のソテー ・ぷりぷりえびカツ ・オニオンサラダ 冷	和食 ・紅鮭の塩焼き 好評 ・高野豆腐の含め煮 ・南瓜のチーズかけ ・三菜の辛子和え 冷	中華 ・さばの中華野菜あん ・青梗菜のベーコン炒め ・パリパリ春巻き ・豆腐サラダ 冷
	竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 豚ロース焼きの三升漬け添え B たらのパン粉焼き 共通副菜 ●大根葉とじゃこの炒め物 ●野菜巾着の煮物●ぜんまいの和え物 ●昆布豆	A 縞ほっけのみりん漬け焼き B 鶏肉の生姜あん 好評 共通副菜 ●ひじきとちくわの炒り煮 ●茶碗蒸し●いんげんのごま和え ●ピーナッツみそ	A 鶏肉と野菜のチリソースソテー B あじフライ 共通副菜 ●白菜のほたて風味炒め ●おさつ塩バター●オクラの塩昆布和え ●釜炊きしょうが漬け	A 天ぷら盛り合わせ 好評 B 豚肉の山椒炒め 共通副菜 ●切干大根のトマトソース炒め ●塩マーボー●ブロッコリーのおかか和え ●梅風味白菜漬け	A 豚バラ野菜のさっぱり炒め B そいのタルタル焼き 共通副菜 ●チンゲン菜とベーコンのソテー ●なすのごま煮●春雨サラダ ●昆布豆
梅 ライト 624円 税込674円	肉団子の甘酢あん 副菜 ●大根葉とじゃこの炒め物●ごぼう巻と大根の煮物●ぜんまいの和え物●昆布豆	厚揚げの味噌炒め 副菜 ●ひじきとちくわの炒り煮●じゃが芋とベーコンのコンソメ炒め●いんげんのごま和え●ピーナッツみそ	鶏肉と野菜の煮物 副菜 ●白菜のほたて風味炒め●しゅうまい●オクラの塩昆布和え●釜炊きしょうが漬け	高野豆腐と南瓜のクリーム煮 副菜 ●切干大根のトマトソース炒め●里芋田楽●ブロッコリーのおかか和え●梅風味白菜漬け	鶏肉とポテトのケチャップ炒め 副菜 ●チンゲン菜とベーコンのソテー●メンチカツ●春雨サラダ●昆布豆	具沢山がんもの煮物 副菜 ●いんげんとさつま揚げの炒め物●じゃが芋のクリーム煮●キャベツと蒸し鶏の中華和え●甘らっきょう
いつでもメニュー ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>	ごはん(白米) 注文数 <input type="text"/> カレーライス 注文数 <input type="text"/> とんかつカレー 注文数 <input type="text"/> えびフライカレー 注文数 <input type="text"/> ミックス10品目 注文数 <input type="text"/> いろいろキャベツ 注文数 <input type="text"/> だいごんサラダ 注文数 <input type="text"/> 千切りのキャベツ 注文数 <input type="text"/>
週の注目商品 冷やしとろろうどん 新 注文数 <input type="text"/>	冷やしとろろうどん 新 注文数 <input type="text"/> まごわやさしい弁当 注文数 <input type="text"/> 水ようかん4個入 注文数 <input type="text"/>	冷やしとろろうどん 新 注文数 <input type="text"/>	冷やしとろろうどん 新 注文数 <input type="text"/>	冷やしとろろうどん 新 注文数 <input type="text"/>	冷やしとろろうどん 新 注文数 <input type="text"/>	角煮丼 新 注文数 <input type="text"/>

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

7月第3週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

日曜
くつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A ぶりの醤油
もろみ漬け焼き

賞3日 注文数
288kcal

共通副菜 ●ニラ玉●野菜コロッケ●ナポリタン●白ごまごぼうサラダ●桜大根

B 煮込み
ハンバーグ

賞3日 注文数
368kcal

670円 税込 724円

注文締切日 7月8日(水)
お届け日 7月17日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

第3週	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)																																																																																																
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	和食 <ul style="list-style-type: none"> ・ジューシー塩ザンギ 好評 ・切干大根とあさり炒り煮 ・ふんわり角天の卵とじ 新 ・キャベツと油揚げの生姜和え 冷 	中華 <ul style="list-style-type: none"> ・回鍋肉 ・大きな肉焼売 ・えびあんかけ焼きそば ・蒟蒻寒天と海藻の中華和え 冷 	和食 <ul style="list-style-type: none"> ・北海道産真ほっけの塩焼き ・パチパチ炒めた雷豆腐 ・肉じゃが ・ほうれん草の白和え 冷 	洋食 <ul style="list-style-type: none"> ・ハンバーグステーキ 好評 ・カリフラワーのカレーソテー ・うずら卵とはんぺんのフライ盛り ・豆と穀物のポテトサラダ 冷 	中華 <ul style="list-style-type: none"> ・木須肉 ・もやしと挽肉の中華炒め ・冬瓜の海鮮風味あん ・キャベツのあっさり塩ナムル 冷 <p>ムースローとは 豚肉、木耳(きくらげ)、卵を醤油ベース で炒めた中国の家庭料理。</p>	洋食 <ul style="list-style-type: none"> ・北海道産助宗だらの香草フライ ・挽肉と大豆のスパイシー炒め ・鶏肉のマーマレード焼き ・リボンパスタのサラダ 冷 																																																																																																
竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 鶏肉の 香味醤油 好評 注文数 <input type="text"/> B ぶりの ガーリック焼き 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●ちくわとこんにゃくのピリ辛炒め ●北あかりのペビーコロッケ ●大根と水菜のサラダ●なら漬け 	A 白身魚の ムニエル 注文数 <input type="text"/> B 豚肉の 生姜炒め 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●炒り豆腐 ●肉団子と白菜のスープ煮 ●小松菜のおかか和え●さくら大根 	A 豚肉の 塩麹炒め 注文数 <input type="text"/> B 北海道産 真ほっけの 煮付け 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●山菜の炒り煮 ●枝豆とジャガイモのカレー炒め ●コールスローサラダ●金時煮豆 	A ますの みりん漬け焼き 好評 注文数 <input type="text"/> B ハンバーグ きのこクリーム ソース 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●大豆の煮物 ●竹の子とベーコンのガーリックソテー ●南瓜のごま和え●松前漬け 	A 野菜たっぷり ちゃんぽん風炒め 好評 注文数 <input type="text"/> B さばの竜田揚げ 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●網揚げの生姜風味炒め ●ふろふき大根●紫キャベツとカリフラワーの甘酢 ●野沢菜昆布 	A 赤魚の 青のり焼き 注文数 <input type="text"/> B 豚肉の ブルコギ 新 注文数 <input type="text"/> 共通副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●金平ごぼう ●豆腐の野菜あんかけ●ほうれん草のごま和え ●中華うり漬け 																																																																																																
梅 ライト 624円 税込674円	豚肉の野菜炒め 注文数 <input type="text"/> 副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●ちくわとこんにゃくのピリ辛炒め●冬瓜のひき肉あんかけ●大根と水菜のサラダ●なら漬け 	たらのみりん漬け焼き 注文数 <input type="text"/> 副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●炒り豆腐●ちくわの磯辺揚げ ●小松菜のおかか和え●さくら大根 	鶏肉のピリ辛炒め 注文数 <input type="text"/> 副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●山菜の炒り煮●なすのおろし煮 ●コールスローサラダ●金時煮豆 	つみれと野菜のだし煮 注文数 <input type="text"/> 副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●大豆の煮物●オムレツ ●南瓜のごま和え●松前漬け 	豚肉ときこの炒め物 注文数 <input type="text"/> 副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●網揚げの生姜風味炒め●野菜コロッケ●紫キャベツとカリフラワーの甘酢●野沢菜昆布 	ししゃもフライ 注文数 <input type="text"/> 副菜 <ul style="list-style-type: none"> ●金平ごぼう●ウインナーのケチャップ炒め ●ほうれん草のごま和え●中華うり漬け 																																																																																																
いつでもメニュー	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> <td>注文数 <input type="text"/></td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																																			
注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>	注文数 <input type="text"/>																																																																																																			
週の注目商品	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	満腹!大きなシューマイ弁当 注文数 <input type="text"/>	あさりごはん弁当 注文数 <input type="text"/>																																																																																																

7月第4週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

日曜
くつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A 海鮮塩炒めのあんかけ
賞3日 注文数
189kcal

B 鶏肉と野菜の中華炒め
賞3日 注文数
270kcal

670円 税込 724円
注文締切日 7月15日(水)
お届け日 7月24日(金)
※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●ちぎり揚げと野菜の煮物●うの花●いんげんの胡麻和え●なます

第4週	7月20日(月) 海の日	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土) 明日は土用の丑の日
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	中華 ●えびと卵のチリソース煮 好評 ●木耳と野菜の塩炒め ●海鮮チヂミ パンパシ ●鶏ささみの棒々鶏 冷	和食 ●たらの明太マヨ焼き 好評 ●とり天 すだちおろし添え ●茶碗蒸し ●さつま芋と銀杏の白和え 冷	中華 ●まろやか黒酢豚 ●麻婆春雨 ●野菜のクリーム煮 ●白菜の甘酢漬 冷	洋食 ●赤魚のムニエル ●あらびきウインナーのトマト煮込み ●三元豚のロースカツ ●生ハムのレモンマリネ 冷	和食 ●いぶり鶏のガーリック炒め 好評 ●金平ごぼう ●絹揚げの味噌そぼろあん ●野菜の揚げ浸し 冷	洋食 ●チキンステーキ ~玉葱と赤ワインのソースかけ 好評 ●ほうれん草と竹輪のソテー ●かぼちゃクリームペンネ ●炒り卵と3品目のサラダ 冷
	竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 豚肉の生姜焼き <input type="text"/> 注文数 B 宗八かれの塩焼き <input type="text"/> 注文数 共通副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め ●茄子のチーズ焼き●スパゲティサラダ ●白花生	A ぶりの翅漬け焼き <input type="text"/> 注文数 B 鶏肉の葱ソースかけ <input type="text"/> 注文数 共通副菜 ●キャベツとあさりのにんにく炒め ●春雨の中煮●ほうれん草の辛子和え ●しそ昆布佃煮	A 鶏肉の香草焼き 好評 <input type="text"/> 注文数 B さわらのバター醤油焼き <input type="text"/> 注文数 共通副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め ●大根とつみれの炊き合わせ ●ブロッコリーのピーナツ和え●胡瓜醤油漬け	A ししゃもフライ <input type="text"/> 注文数 B 牛肉のみそ麴炒め <input type="text"/> 注文数 共通副菜 ●ぜんまいの炒め煮 ●キャベツと魚肉ソーセージのカレーソテー ●人参とツナのマリネ●金時煮豆	A 豚肉の袖こしょう炒め <input type="text"/> 注文数 B いかフライ 新 <input type="text"/> 注文数 共通副菜 ●さつま芋ときのこのバターソテー ●茶碗蒸し●ひじきの五目サラダ ●うぐいす豆
梅 ライト 624円 税込674円	チキンカツ <input type="text"/> 注文数 副菜 ●いんげんのそぼろ味噌炒め●一口がんもの煮物●スパゲティサラダ●白花生	お麴の甘酢炒め <input type="text"/> 注文数 副菜 ●キャベツとあさりのにんにく炒め●三角春巻き●ほうれん草の辛子和え●しそ昆布佃煮	和風ハンバーグ <input type="text"/> 注文数 副菜 ●チンゲン菜とえびの塩炒め●卵ともやしのソテー●ブロッコリーのピーナツ和え●胡瓜醤油漬け	たらのみりん漬け焼き <input type="text"/> 注文数 副菜 ●ぜんまいの炒め煮●はんぺんの彩りあんかけ●人参とツナのマリネ●金時煮豆	豚肉の甘辛スタミナ炒め <input type="text"/> 注文数 副菜 ●さつま芋ときのこのバターソテー●野菜のコンソメ煮●ひじきの五目サラダ●うぐいす豆	厚揚げと大根の含め煮 <input type="text"/> 注文数 副菜 ●小松菜としらすの炒め物●かぼちゃの甘煮●オクラのなめたけ和え●刻み高菜漬け
いつでもメニュー ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数	ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数	ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数	ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数	ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数	ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数	ごはん(白米) <input type="text"/> 注文数 カレーライス <input type="text"/> 注文数 どんかつカレー <input type="text"/> 注文数 えびフライカレー <input type="text"/> 注文数 ミックス10品目 <input type="text"/> 注文数 いろいろキャベツ <input type="text"/> 注文数 だいこんサラダ <input type="text"/> 注文数 千切りのキャベツ <input type="text"/> 注文数
週の注目商品 海老天井(野菜天入り) <input type="text"/> 注文数 柳もち8個入 <input type="text"/> 注文数 冷凍 ざるそば <input type="text"/> 注文数	海老天井(野菜天入り) <input type="text"/> 注文数 柳もち8個入 <input type="text"/> 注文数 冷凍 ざるそば <input type="text"/> 注文数	海老天井(野菜天入り) <input type="text"/> 注文数 ざるそば <input type="text"/> 注文数	海老天井(野菜天入り) <input type="text"/> 注文数 ざるそば <input type="text"/> 注文数	海老天井(野菜天入り) <input type="text"/> 注文数 ざるそば <input type="text"/> 注文数	海老天井(野菜天入り) <input type="text"/> 注文数 ざるそば <input type="text"/> 注文数	土曜・プレミアム うな重 限定1500食 今だけ! <input type="text"/> 注文数

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

7月第5週 〈基本メニュー・選べる3種のお弁当〉

竹の主菜はA・Bをお選びください

冷マークのメニューは、冷たいままでもおいしく召しあがれます。新マークのメニューは、新登場のメニューです。

※写真はイメージです。掲載写真から一部具材が変更になる場合がございます。

日曜
くつろぎ
配達のない日曜日のお食事に!

A プリ
フライ

賞3日 注文数
227kcal



B ポーク
チャップ

賞3日 注文数
275kcal



670円 税込 724円

注文締切日 7月22日(水)
お届け日 7月31日(金)

※注文締切はお届けの前週の水曜です。

共通副菜 ●道産ふきと細竹炒め●ポテトとベーコンのグラタン●卵焼き●桜大根

第5週	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)	8月1日(土)																																																																															
松 デラックス 和食・洋食・中華を 日替わりで。 885円 税込956円	和食 天ぷら4種盛り合わせ (えび天入り) 好評 豚肉と大根の甘辛炒め煮 新 和風ロールキャベツ オクラと長芋のさっぱり和え 冷 新	中華 青椒肉絲 (豚肉とピーマンの細切り炒め) いかの黒胡椒炒め 大粒焼売 蟹風味あんかけ 小松菜と桜海老の中華和え 冷	洋食 白身魚の洋風南蛮漬け 青菜のんにく炒め なすのミートグラタン バーニャカウダ 冷	和食 豚肉の生姜焼き 根菜の五目煮 ふろふき大根のえびあんかけ 菜の花の酢味噌がけ 冷	中華 鶏肉とカシューナッツの炒め物 豆腐の中華風うま煮 水餃子のほたて風味あんかけ ザーサイのピリ辛和え 冷	和食 北海道産真ほっけの塩焼き 高野豆腐の含め煮 牛肉の香味炒め 切干大根の胡麻和え 冷																																																																															
竹 バランス 塩分 2.5g以下 280kcal (±10%) 703円 税込759円	A 鶏肉のごまだれ焼き 好評 B 赤魚の西京焼き 共通副菜 ●マカロニソテー ●たけのことこんにゃくのおかか煮 ●わかめサラダ●白花豆	A 砂かれの煮付け B 豚肉の甘酢炒め 共通副菜 ●野菜の塩炒め ●チンゲン菜の炒め煮●胡瓜の酢の物 ●ピーナッツみそ	A 大豆ミートの肉団子 好評 B ほきのもろみ漬け焼き 共通副菜 ●山菜とちくわの炒め煮 ●野菜かき揚げ●ひじきのポテトサラダ ●あさりの佃煮	A いわしの生姜醤油焼き B 天ぷら盛り合わせ(とり天入り) 共通副菜 ●白菜と白滝の煮物 ●煮酢和え●小松菜とコーンのサラダ ●金時煮豆	A チキン南蛮タルタルソース 好評 B キハダまぐろのカツレツ 共通副菜 ●春雨と野菜のごま油炒め ●じゃが芋のバジルソテー●キャベツとちくわの和え物 ●ごま昆布佃煮	A そいの照り漬け焼き B マーボー豆腐 好評 共通副菜 ●いんげんの香り炒め ●黄金育ちの玉子焼きとウインナー ●もやしとわかめの和え物●梅風味白菜漬け																																																																															
梅 ライト 624円 税込674円	鶏ささみフライ 副菜 ●マカロニソテー●ごぼうの甘辛炒め ●わかめサラダ●白花豆	さんまの唐揚げ 副菜 ●野菜の塩炒め●お麩のそぼろあんかけ ●胡瓜の酢の物●ピーナッツみそ	餃子のおろしほん酢がけ 副菜 ●山菜とちくわの炒め煮●カップグラタン ●ひじきのポテトサラダ●あさりの佃煮	高野豆腐ときのこの炒め物 副菜 ●白菜と白滝の煮物●じゃが芋の煮ころがし ●小松菜とコーンのサラダ●金時煮豆	照焼きチキン 副菜 ●春雨と野菜のごま油炒め●ミートボールのケチャップ煮 ●キャベツとちくわの和え物●ごま昆布佃煮	お麩の卵とじ 副菜 ●いんげんの香り炒め●三角厚揚げの煮物 ●もやしとわかめの和え物●梅風味白菜漬け																																																																															
いつでもメニュー ごはん・カレー 袋入りサラダ	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数	注文数	注文数	注文数	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数	注文数	注文数	注文数	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数	注文数	注文数	注文数	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数	注文数	注文数	注文数	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数	注文数	注文数	注文数	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数	注文数	注文数	注文数	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数	注文数	注文数	注文数	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数	注文数	注文数	注文数	<table border="1"> <tr> <td>ごはん(白米)</td> <td>カレーライス</td> <td>とんかつカレー</td> <td>えびフライカレー</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> <tr> <td>ミックス10品目</td> <td>いろいろキャベツ</td> <td>だいこんサラダ</td> <td>千切りのキャベツ</td> </tr> <tr> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> <td>注文数</td> </tr> </table>	ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー	注文数	注文数	注文数	注文数	ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ	注文数	注文数	注文数	注文数
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ごはん(白米)	カレーライス	とんかつカレー	えびフライカレー																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
ミックス10品目	いろいろキャベツ	だいこんサラダ	千切りのキャベツ																																																																																		
注文数	注文数	注文数	注文数																																																																																		
週の注目商品	あんかけ焼きそば	あんかけ焼きそば	あんかけ焼きそば	あんかけ焼きそば	あんかけ焼きそば	満腹!あじフライ弁当																																																																															

※サイドメニューのご注文はお弁当と一緒に1点から、サイドメニューのみのご注文は2点から可能です。

箱売り 隔週水のお届け！まとめ買いで便利！

CO-OP 食塩無添加野菜ジュース 160g×20本入 **賞1095日**

トマトと20種類の野菜をブレンド。飲みやすい後味に仕上げました。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

1,700円 税込1,836円

CO-OP 食塩無添加濃いトマトジュース 160g×20本入 **賞1095日**

完熟トマト約3個分をぎゅっと濃縮。糖度7度のとろりと濃厚な味わい。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

1,900円 税込2,052円

CO-OP 国産大豆の調整豆乳 200ml×12本入り **賞180日**

滑みや青臭みを感じさせない製法で、飲みやすく仕上げました。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

969円 税込1,047円

CO-OP 国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒー 200ml×12本入 **賞180日**

国産大豆のみを使用。コーヒー風味の味わいをお楽しみください。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

1,056円 税込1,140円

CO-OP 3種のきのこカレー 170g×16パック **賞730日**

エリンギ・マッシュルーム・しいたけの3種のきのこの食感をお楽しみください。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

2,048円 税込2,212円

CO-OP 減塩即席みそ汁合わせみそ 12食入り×12パック(長ねぎ、とうふ、油あげ、わかめ各3食) **賞180日**

信州みそと白みその合わせみそを使用。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

3,336円 税込3,603円

CO-OP たまごスープ 5食入り×12パック **賞540日**

チキンエキスとブイヨンの旨味を生かしたスープにふわりとたまごが広がります。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

3,936円 税込4,251円

CO-OP 小盛りご飯(富山県産こしひかり使用) 120g×16食入り **賞365日**

組合員様の声に応えた小容量の米飯です。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

1,904円 税込2,056円

CO-OP おいしいご飯(山形県産はえめき使用) 180g×24パック **賞300日**

お釜炊きの原理を応用した加圧炊飯製法でふっくらと炊き上げました。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

3,984円 税込4,303円

CO-OP おいしい赤飯 (国産もち米100%使用) 160g×24パック **賞240日**

ふっくらとした食感の赤飯です。レンジで約2分温めるだけで簡単に赤飯が召し上がれます。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

4,624円 税込4,994円

CO-OP 白がゆ 250g×8パック **賞549日**

新潟県産コシヒカリを100%使用して、ふっくらと炊き上げたおかゆです。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

1,184円 税込1,279円

CO-OP 梅がゆ 250g×8パック **賞549日**

梅干しは和歌山県産、お米は「新潟県産コシヒカリ」を100%使用し、ふっくらと炊き上げたおかゆです。

注文締切日	6/24(水)	7/8(水)	7/22(水)
お届け日	7/1(水)	7/15(水)	7/29(水)

1,220円 税込1,318円

サイドメニュー パン 火金 週2回のお届け！

1 日糧 絹艶 3枚入り **賞3日**
しっとりやわらか食パン。三枚入りです。

2 日糧 道産米粉クロワッサン **賞4日**
しんとつかわお米シロップ使用の自然な甘みの軽い口当たり。道産米粉を20%使用。

3 日糧 ふんわりたまごこっぺ **賞2日**
なめらか食感でマイルドな味わいのタマゴサラダをサンド。

4 日糧 ふんわり焼きそばこっぺ **賞2日**
だしを加えたコク深いソース焼きそばとマヨをサンド。

5 日糧 ふんわりナポリタンこっぺ **賞2日**
ケチャップで炒めたスパゲティにトマト風味の特製ソースをトッピング。

6 日糧 しっとりダブル金時豆パン **賞4日**
金時豆ペースと十勝産金時豆甘納豆のダブル豆パン。

7 日糧 手包みふわもち生ドーナツクリーム **賞2日**
もちもちの生地となめらかなこしあんの相性バッチリ!

8 日糧 バター香るあんクラウン **賞4日**
しっとりデニッシュに優しい甘さのバター風味こしあん。


9 日糧 二色のふかし(よもぎ・おさつ) **賞2日**
人気のよもぎ・おさつの2個入りアソート。

10 日糧 北海道生ラブラブサンドトリプルイチゴ **賞3日**
さわやかないちご風味のパンにいちごクリームといちごジャムをサンドしました。

注文締切日	6/25(木)	6/29(月)	7/2(木)	7/6(月)	7/9(木)	7/13(月)	7/16(木)	7/20(月)	7/23(木)	7/27(月)
お届け日	6/30(火)	7/3(金)	7/7(火)	7/10(金)	7/14(火)	7/17(金)	7/21(火)	7/24(金)	7/28(火)	7/31(金)
1 日糧 絹艶 3枚入り										
2 日糧 道産米粉クロワッサン										
3 日糧 ふんわりたまごこっぺ										
4 日糧 ふんわり焼きそばこっぺ										
5 日糧 ふんわりナポリタンこっぺ										
6 日糧 しっとりダブル金時豆パン										
7 日糧 手包みふわもち生ドーナツクリーム										
8 日糧 バター香るあんクラウン										
9 日糧 二色のふかし(よもぎ・おさつ)										
10 日糧 北海道生ラブラブサンドトリプルイチゴ										

ご注文は、枠にご希望の数量を記入ください。

納豆・パン・乳製品は、お弁当と一緒に1点から、納豆・パン・乳製品のみのご注文は2点から可能です。



サイドメニュー 納豆 金週1回のお届け！

はまなす食品 細かくきざんだひきわり納豆 158円 税込171円

はまなす食品 ふっくら北海道小粒納豆 118円 税込127円

はまなす食品 道産旨み濃厚大粒納豆 130円 税込140円

サイドメニュー 乳製品 火金 週2回のお届け！ ※定期登録もできます! ご希望の方はスタッフまでお声がけください。

1 CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml **賞98日** **98円 税込106円**

2 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml **賞91日** **91円 税込98円**

3 CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml **賞159日** **159円 税込172円**

4 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml **賞158日** **158円 税込171円**

5 CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml **賞285日** **285円 税込308円**

6 CO-OP 北海道低脂肪牛乳 1000ml **賞218日** **218円 税込235円**

7 よつ葉 よつ葉のヨーグルト 90g×3 **賞321日** **321円 税込347円**

8 よつ葉 とろとなめらかヨーグルト 400g **賞288日** **288円 税込311円**

9 森永 宅配専用商品 森永カルダス ヨーグルト100g **賞175日** **175円 税込189円**

10 森永 宅配専用商品 森永 カラダ強くするのむ ヨーグルト100g **賞175日** **175円 税込189円**

注文締切日	6/25(木)	6/29(月)	7/2(木)	7/6(月)	7/9(木)	7/13(月)	7/16(木)	7/20(月)	7/23(木)	7/27(月)
お届け日	6/30(火)	7/3(金)	7/7(火)	7/10(金)	7/14(火)	7/17(金)	7/21(火)	7/24(金)	7/28(火)	7/31(金)
1 CO-OP 北海道十勝牛乳 200ml										
2 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 200ml										
3 CO-OP 北海道十勝牛乳 500ml										
4 よつ葉 特選 低脂肪牛乳 500ml										
5 CO-OP 北海道十勝牛乳 1000ml										
6 CO-OP 北海道低脂肪牛乳 1000ml										
7 よつ葉 よつ葉のヨーグルト 90g×3										
8 よつ葉 とろとなめらかヨーグルト 400g										
9 森永 機能性表示食品 森永カルダスヨーグルト 100g										
10 森永 カラダ強くするのむヨーグルト100g										