

カップ麺・味噌汁・スープ・プラス1品

<p>28 関西風きつねうどん (きざみ揚げ入り) 新商品</p>  <p>商品特徴 ダシの効いた関西風きつねうどんです。食材にはきざみ揚げ、ねぎ、かまぼこを使用しています。おにぎりや相性もよいです。</p> <p>アレルギー 乳・小麦 賞味期限 6ヵ月</p> <p>125円 (税込8% 135円)</p>	<p>29 CO・OPごぼう天そば</p>  <p>商品特徴 ごぼう入りの天ぷらのつたそばです。かつおとごんぶと醤油の風味が豊かな甘めのそばつゆです。</p> <p>アレルギー 小麦・そば・えび 賞味期限 6ヵ月</p> <p>148円 (税込8% 159円)</p>
<p>30 コープヌードル(しょうゆ)</p>  <p>商品特徴 スープはポークとチキンのうまみを加えたすっきりとした中にもコクのある味わいです。</p> <p>アレルギー 卵・乳・小麦・えび 賞味期限 6ヵ月</p> <p>160円 (税込8% 172円)</p>	<p>31 1食分の野菜ちゃんぽん風ヌードル</p>  <p>商品特徴 1食分の野菜が入っています。スープは魚介と肉のうまみをベースにしたシーフード味に仕上げました。</p> <p>アレルギー 乳・小麦 賞味期限 6ヵ月</p> <p>160円 (税込8% 172円)</p>
<p>32 減塩いつものおみそ汁 5種バラエティーセット</p>  <p>商品特徴 なす、とうふ、なめこ(赤だし)、ほうれん草、野菜の5種類</p> <p>アレルギー 乳・小麦 賞味期限 1年</p> <p>480円 (税込8% 518円)</p>	<p>33 CO・OP沖縄県産もずくスープ(FD) 5食入</p>  <p>商品特徴 沖縄県産もずく本来のおいしさをお楽しみいただけるよう、うすくちしょうゆとかつおの旨みでお吸い物風に仕上げました。</p> <p>アレルギー 小麦 賞味期限 18ヵ月</p> <p>370円 (税込8% 399円)</p>
<p>34 CO・OPたまごスープ 5食</p>  <p>商品特徴 契約養鶏場で育てた卵を使用したフリーズドライのスープです。</p> <p>アレルギー 卵・小麦・かに 賞味期限 18ヵ月</p> <p>300円 (税込8% 324円)</p>	<p>35 CO・OP具たっぷり豚まん 5個入</p>  <p>商品特徴 豚肉と野菜のうまみと食感を生かした中具は、ボリュームたっぷり。電子レンジ調理でも固くならずソフトな仕上がりに。</p> <p>アレルギー 小麦 賞味期限 1年</p> <p>電子レンジ 500W 約1分20秒 398円 (税込8% 429円)</p>



ティッシュ・トイレトペーパー

<p>36 CO・OPティッシュ</p>  <p>商品特徴 パルプ100%のなめらかティッシュ。</p> <p>規格 200組×5箱</p> <p>388円 (税込10% 426円)</p>	<p>37 やわらかワンタッチ コアノン ダブル</p>  <p>商品特徴 やわらか加工を施した芯のないトイレトペーパーです。再生紙100%の原料で、65mの長巻き。太穴。</p> <p>規格 65m×6ロール</p> <p>528円 (税込10% 580円)</p>	<p>38 やわらかワンタッチ コアノン シングル</p>  <p>商品特徴 やわらか加工を施した芯のないトイレトペーパー。再生紙100%の原料で、130mの長巻き。太穴。</p> <p>規格 130m×6ロール</p> <p>528円 (税込10% 580円)</p>
--	---	--

パナソニックアルカリ乾電池

<p>39 単1乾電池</p>  <p>規格 6本パック</p> <p>1,110円 (税込10% 1,221円)</p>	<p>40 単2乾電池</p>  <p>規格 6本パック</p> <p>820円 (税込10% 902円)</p>	<p>41 単3乾電池</p>  <p>規格 20本組ホームパック</p> <p>1,410円 (税込10% 1,551円)</p>	<p>42 単4乾電池</p>  <p>規格 20本組ホームパック</p> <p>1,410円 (税込10% 1,551円)</p>
--	--	---	---

注文書のご記入方法

<p>① 組合員コードのご記入をお願いいたします。ご不明な場合は、配達スタッフまでお申し出ください。</p>	<p>② 組合員氏名をご記入ください。</p>	<p>③ 「申込日」の記入をお願いいたします。申込日翌週金曜日のお届けとなりますので必ずご記入ください。</p>
--	-------------------------	--

★2025年7月から使用★(夕食宅配) 応援食専用注文書

品名	数量	単価	合計
1 白飯の炊飯器 1000Wタイプ	100	1000	100000
2 赤飯の炊飯器 1000Wタイプ	100	1000	100000
3 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
4 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
5 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
6 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
7 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
8 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
9 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
10 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
11 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
12 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
13 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
14 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
15 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
16 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
17 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
18 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
19 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
20 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
21 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
22 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
23 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
24 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
25 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
26 CO・OPお祝い用紙袋	1000	100	100000
27 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
28 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
29 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
30 コーポレート (1000)	100	1000	100000
31 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
32 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
33 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
34 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
35 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
36 CO・OPティッシュ	100	1000	100000
37 やわらかワンタッチ コアノン ダブル	100	1000	100000
38 やわらかワンタッチ コアノン シングル	100	1000	100000
39 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
40 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
41 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000
42 炊飯器の修理サービス	100	1000	100000

お問合せは 生協しまね 問合せセンター 0120-336-021
 受付時間 〔月～金〕8:30～20:00 〔土〕9:00～17:00

夕食宅配ご利用者専用

生協しまねの

応援食のご案内

商品
リニューアル
しました!

生協しまね
2025年7月発行
保存版

毎週金曜日にお届けする「冷凍おかず」「カップ麺・スープなど」「日用品(トイレトペーパーなど)」夕食宅配お弁当以外にも夕食宅配ご利用の組合員さんにワクワク盛沢山♪お弁当のお届けがない日やお昼にも食べられる「冷凍おかず」も多数ご用意しております♪是非、ご利用ください。

ご利用に際して

- ご利用できる方**
夕食宅配のお届けのある組合員さんのみご利用ができます。
※応援食のみのお届けはできません。
※ゆうパックでお届けさせて頂いている組合員さんはご利用できません。
- 注文方法**
応援食専用注文書でご注文をお願いいたします。ご記入の注文書は配達スタッフまでお渡しください。配達スタッフへお渡しできない場合は、生協しまね 問合せセンター(0120-336-021)でも受付可能です。
※注文書のご記入方法は裏面をご覧ください。
- ご注文の締め切り**
ご注文の締め切りは、毎週水曜日16時までとなりますのでご注意ください。
- お届け日**
ご注文翌週の金曜日にお届けいたします。ご利用代金は夕食宅配と同様に口座振替となります。
※金曜日が祝日の場合は、前日木曜日にお届けいたします。
※年末年始、また金曜日が祝日の場合は一部お届けできない商品もあります。
- 賞味期限について**
賞味期限の1/3以上期限がある商品をお届けしています。

2024年 冷凍弁当人気商品ランキング

<p>昨年人気 第1位</p> <p>さばの味噌煮・ハンバーグ彩り野菜ソース 凍</p> <p>1 白みそでじっくり煮込んだ骨のないさばが魅力!</p> 	<p>昨年人気 第2位</p> <p>たらの野菜あんかけ・豚肉の生姜焼き 凍</p> <p>3 柔らかなたらの唐揚げに野菜たっぷりのあんをかけたやさしい味付けが魅力!</p> 	<p>昨年人気 第3位</p> <p>赤魚のみりん焼き・鶏肉の中華あんかけ 凍</p> <p>2 程よく脂ののった柔らかな食感の赤魚のみりん焼きでお楽しみください!</p> 
--	---	--

※価格は2025年7月以降のもので、価格や包材等が変更になる可能性があります。

おかずのみシリーズ

1～10は2点以上のご利用で
1個あたり **30円引き**
となりますので
とてもお得です!

1 さばの味噌煮・ハンバーグ彩り野菜ソース

凍

電子レンジ 500W 4分30秒

560円 (604円)

お品書き
・さばの味噌煮
・ハンバーグ彩り野菜ソース
・かぼちゃとオクラの煮物
・チャブチ
・ひじきの煮物
・ツナと白菜の炒め煮

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 220g

エネルギー 320kcal

賞味期限 1年

2 赤魚のみりん焼き・鶏肉の中華あんかけ

凍

電子レンジ 500W 4分

560円 (604円)

お品書き
・鶏肉の中華あんかけ
・ほろれん草とカニカマのおひたし
・なすの煮物
・赤魚のみりん焼き
・炒り豆腐
・ピーマンのみそ炒め

アレルギー 卵・乳・小麦・えび・かに

内容量 210g

エネルギー 379kcal

賞味期限 1年

3 たら野菜あんかけ・豚肉の生姜焼き

凍

電子レンジ 500W 4分10秒

560円 (604円)

お品書き
・たら野菜あんかけ
・豚肉の生姜焼き
・糸こんにゃくと竹輪の甘辛煮
・フライドポテト
・いんげんのおひたし
・ほろれん草の白和え

アレルギー 卵・小麦

内容量 220g

エネルギー 359kcal

賞味期限 1年

4 カレイの香味焼き・鶏肉の甘酢あんかけ

凍

電子レンジ 500W 4分20秒

560円 (604円)

お品書き
・鶏肉の甘酢あんかけ
・カレイの香味焼き
・ほろれん草の白和え
・若竹煮
・れんこんの甘辛煮
・梅しそめん

アレルギー 卵・小麦

内容量 220g

エネルギー 350kcal

賞味期限 1年

5 鮭の漬け焼きナムル風・牛肉とごぼうの玉子とし

凍

電子レンジ 500W 4分20秒

560円 (604円)

お品書き
・牛肉とごぼうの玉子とし
・鮭の漬け焼きナムル風
・さつまいものグラタン
・高野豆腐の佃煮
・カリフラワーのマスタード和え
・ひじきの煮物

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 210g

エネルギー 380kcal

賞味期限 1年

6 ぶりのもろみ焼き・肉じゃが

凍

電子レンジ 500W 4分20秒

560円 (604円)

お品書き
・肉じゃが
・冬瓜のかに風味あんかけ
・ぶりのもろみ焼き
・豆腐の中華炒め
・ほろれん草のおひたし
・切干大根とツナの塩ほろ酢和え

アレルギー 卵・小麦・かに

内容量 210g

エネルギー 357kcal

賞味期限 1年

7 あじと彩り野菜のエスカベッシュ風・鶏肉のはちみつ味噌漬 **新商品**

凍

電子レンジ 500W 4分10秒

560円 (604円)

お品書き
・あじと彩り野菜のエスカベッシュ風
・鶏肉の和風あんかけ
・鶏肉のはちみつ味噌漬
・ほろれん草と菊の煮ひたし
・青のりポテト
・彩り玉子炒め

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 210g

エネルギー 420kcal

賞味期限 1年

8 たら中華ねぎごまだれ・豚すき焼き **新商品**

凍

電子レンジ 500W 3分50秒

560円 (604円)

お品書き
・豚すき焼き
・大根の鶏そぼろあんかけ
・たらの中華ねぎごまだれ
・あじのおかひたし
・小松菜のおひたし
・れんこんのごま和え

アレルギー 乳・小麦

内容量 210g

エネルギー 347kcal

賞味期限 1年

9 鮭のみそ漬け焼き・鶏肉のおろしソースがけ **新商品**

凍

電子レンジ 500W 4分20秒

560円 (604円)

お品書き
・鶏肉のおろしソースがけ
・鮭のみそ漬け焼き
・キムチのさつと煮
・きんぴらごぼう
・ロマネスコカリフラワーのごま和え
・春雨の炒め物

アレルギー 乳・小麦

内容量 210g

エネルギー 384kcal

賞味期限 1年

柔らかおかずシリーズ

10 豚ヒレかつの玉子とし風

凍

電子レンジ 500W 3分20秒

510円 (550円)

お品書き
・豚ヒレかつの玉子とし風
・冬瓜の土佐煮・フライドポテト
・高野豆腐と野菜の煮物
・ピーマンの味噌炒め

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 170g

エネルギー 251kcal

賞味期限 1年

11 鶏肉の甘辛たまねぎあんかけ

凍

電子レンジ 500W 3分20秒

510円 (550円)

お品書き
・鶏肉の甘辛たまねぎあんかけ
・おくらのおひたし・ひじきの煮物
・ほろれん草のソテー
・カリフラワーのマスタード和え

アレルギー 小麦

内容量 170g

エネルギー 219kcal

賞味期限 1年

12 カレイの煮付け

凍

電子レンジ 500W 3分50秒

510円 (550円)

お品書き
・カレイの煮付け・なすの揚げたし
・ジャーマンポテト
・ほろれん草と切干大根のこましようゆ
・いんげんのおひたし

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 175g

エネルギー 243kcal

賞味期限 1年

13 豆腐ハンバーグ彩り野菜ソース

凍

電子レンジ 500W 4分20秒

510円 (550円)

お品書き
・豆腐ハンバーグ 彩り野菜ソース
・冬瓜のかに風味あんかけ
・ツナと白菜の炒め煮・いんげんのおひたし
・ごぼうとさつま揚げのきんぴら

アレルギー 卵・乳・小麦・かに

内容量 210g

エネルギー 212kcal

賞味期限 1年

14 5種の天重

凍

電子レンジ 500W 4分

650円 (702円)

商品特徴
・えび天(2尾)・いか・しいたけ
・かぼちゃ・おからの5種の天ぷらが入った、満足感たっぷり天重です。(丼たれ付)

アレルギー 卵・乳・小麦・えび

内容量 300g

エネルギー 653kcal

賞味期限 180日

17 牛すき焼き重

凍

電子レンジ 500W 6分30秒

710円 (766円)

商品特徴
・牛肉と白菜、玉ねぎ、糸こんにゃく、しいたけ、焼き豆腐をだしの効いた甘い味付けで煮込みました。卵黄ソースをからめると、まるでやさげがプラスされた味わい深くなります。

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 330g

エネルギー 665kcal

賞味期限 240日

15 焼穴子のちらし寿司

凍

電子レンジ 500W 2分30秒

670円 (723円)

商品特徴
・椎茸や人参など5種類の野菜と揚げを混ぜ込んだちらし寿司に、焼穴子をのせました。味付け椎茸がアクセントの、薄味仕立てのちらし寿司です。

アレルギー 卵・小麦

内容量 220g

エネルギー 391kcal

賞味期限 240日

18 手作りトンかつのヒレカツ重 **新商品**

凍

電子レンジ 500W 5分30秒

730円 (788円)

商品特徴
・脂肪分が少なく、柔らかいヒレ肉を自社でカットしたヒレカツを、たっぷり玉ねぎと一緒に、とろとろの玉子としました。

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 360g

エネルギー 690kcal

賞味期限 1年

16 照り焼き親子丼

凍

電子レンジ 500W 5分30秒

610円 (658円)

商品特徴
・鶏肉を自家製たれにじっくりと漬込み、ふっくらと焼き上げました。玉ねぎたっぷりおとろろ玉子と一緒に召し上がりください。

アレルギー 卵・乳・小麦

内容量 360g

エネルギー 595kcal

賞味期限 1年

19 だしの味わいえびとあさりのちらし寿司 **新商品**

凍

電子レンジ 500W 2分40秒

650円 (702円)

商品特徴
・鰹だしをきかせて炊いたちらし寿司ごはん、あさり、えび、椎茸、群れんこん、いんげん、おほろを合わせたらしい味わいちらし寿司です。

アレルギー 卵・小麦・えび

内容量 220g

エネルギー 396kcal

賞味期限 240日

ご飯・お米・パン

20 彩り野菜の入ったごろっとチキンカレー

凍

電子レンジ 500W 約5分30秒

388円 (419円)

商品特徴
・もち麦入りごはん、大きくカットした鶏肉と、3種の彩り野菜(スナップえんどう、赤ピーマン、かぼちゃ)を入れた欧風中華味のチキンカレー。

アレルギー 卵・乳・小麦

賞味期限 1年

21 手作りひとくちいなり

凍

電子レンジ 500W 約2分30秒

358円 (386円)

商品特徴
・幅広い年代の皆さまに人気のいなりを食べやすい一口タイプにしました。レンジ解凍するだけで食べたいときにいつでも食べられます。

アレルギー 小麦

賞味期限 1年

22 五目炒飯 焼豚入り2袋組

凍

電子レンジ 500W 約4分

480円 (518円)

商品特徴
・国産豚肉を使った焼豚と玉ねぎ・人参・ねぎなどの5種の具材を加え、しょうゆベースの味付けで彩りよく仕上げた五目炒飯です。

アレルギー 卵・小麦

賞味期限 1年

23 柿の葉寿司六彩

凍

電子レンジ 500W 約2分

630円 (680円)

商品特徴
・奈良に古くから伝わる柿の葉寿司を冷凍しました。見た目にも華やかな色とりどりの6種のネタを取りそろえました。鯛、鮭、鯛、穴子、スモークサーモン、えび各1個。

アレルギー 小麦・えび

賞味期限 1年

ごはん付お弁当シリーズ

24 毎日クロワッサン8個入

凍

電子レンジ 500W 5分30秒

600円 (648円)

商品特徴
・天然酵母を長時間発酵させて長期保存を可能にしたプレーンタイプのイタリアンクロワッサンです。

アレルギー 卵・乳・小麦

賞味期限 60日

25 コモパンいろいろセット

凍

電子レンジ 500W 約2分

1,100円 (1,188円)

商品特徴
・身体に優しい天然酵母を使用しています。手土産やお供え物にも!
小倉×2個、いちご×1個、クリーム×1個、チョコ×1個、ミルク×1個、毎日クロワッサン×3個の計9個

アレルギー 卵・乳・小麦

賞味期限 60日

26 CO・OPおいしい赤飯3個組

凍

電子レンジ 500W 約2分

498円 (537円)

商品特徴
・国産もち米と北海道産小豆を使用したふっくらとしたソフトな食感。

規格 160g×3個

賞味期限 8か月

27 新潟県産こしひかり3個組

凍

電子レンジ 500W 約2分

598円 (645円)

商品特徴
・レンジで簡単調理できます。

規格 200g×3個

賞味期限 13か月