



わが家のいちよし

5種の
緑黄色野菜入り
にんじん、ブロッコリー、
かぼちゃ、トマト、
ほうれん草

凍
チーズが
とろ〜り
5種の緑黄色
野菜のとうふ
ハンバーグ 4枚入

本体価格 **368円**
(8%税込参考価格) 397円

組合員さんの
声

**フライパンで少し
焼くのがポイント**

子どもがチーズが大好きで野菜が苦手な
のですが、このハンバーグは食べてくれるので、
緑黄色野菜が摂れて助かります。レンジで温め
てから、フライパンで少し焦げ目をつけて食べ
ています。(宇部市 ひろこママさん)

ゴーダ、チェダー、パルメザン
の3種類のチーズを包み焼き上
げた、緑黄色野菜入りのとうふ
ハンバーグです。電子レンジで調
理できるので、昼食や夕食の一
品や弁当のおかずに使えます。

土

1

ピチピチ
活魚市

全品3倍

チャージDay

コープ商品
ポイントプレゼント

GW BBQがいいね!

日	月	火	水	木	金	GW BBQが いいね！
2	3	4	5	6	7	8
冷食アイス10倍 全品3倍		野菜・果物大市 チャージDay 菓子10倍		惣菜バイキングの日 冷食アイス10倍		ピチピチ活魚市 全品3倍 米10倍 ワイン10倍
コープ商品ポイントプレゼント						
GW BBQが いいね！		自由においしくまきまきパーティー			今日は笑顔咲かせる日	
9	10	11	12	13	14	15
冷食アイス10倍 全品3倍 電子マネー2倍 ワイン10倍		野菜・果物大市 電子マネー2倍		惣菜バイキングの日 冷食アイス10倍		ハム・ソーセージ10倍 全品3倍 チャージDay
今日は笑顔咲かせる日		和風ごはん			九州おいしいもの大集合	
16	17	18	19	20	21	22
冷食アイス10倍		野菜・果物大市 電子マネー2倍		惣菜バイキングの日 冷食アイス10倍		ピチピチ活魚市 全品3倍 米10倍
九州おいしいもの大集合		旬彩 夏野菜カレー			暑い夏にむけて パワーアップ！	
23	24	25	26	27	28	29
冷食アイス10倍		チャージDay 野菜・果物大市 電子マネー2倍		惣菜バイキングの日 冷食アイス10倍		ハム・ソーセージ10倍 全品3倍 どっかん市
暑い夏にむけて パワーアップ！		お酢ですっきり！			おうちで おいしく楽しく	
30	31	父の日 Father's day ギフト お申込み受付期間 5月9日（日）まで				
冷食アイス10倍 電子マネー2倍		おうちでおいしく楽しく				

父の日
Father'sday
ギフト

お申込み受付期間
5月9日(日)まで

