

ミニトマト

太陽の恵みを
たっぷり受けて育った
まるで甘い、
まるくておいしい

鹿児島県産他
ミニトマト
約200g
1パック

本体価格 **158円**
(8%税込参考価格) 170円

鯉

鮮度の良い
とれたては
ひと味違います

静岡県産他
日光丸血合い取り
鯉たたき(解凍)
100gあたり

本体価格 **178円**
(8%税込参考価格) 192円

※写真はイメージです。

鹿児島県産
おくら 1袋

本体価格 **198円**
(8%税込参考価格) 213円

初夏の旬

食卓を彩る
初夏の味覚が
届きました

佐賀県産他
玉ねぎ 1ネット
本体価格 **158円**
(8%税込参考価格) 170円

高知県産
みょうが 1パック
本体価格 **148円**
(8%税込参考価格) 159円

とうもろこし

ジューシーで
甘みたっぷり!

宮崎県産
とうもろこし
1本

本体価格 **188円**
(8%税込参考価格) 203円

熊本県産
紅まくら(すいか)
1/8カット

本体価格 **398円**
(8%税込参考価格) 429円

CO-OP
国産しらす
100gあたり

本体価格 **278円**
(8%税込参考価格) 300円

熊本県産
活あさり
100gあたり

本体価格 **98円**
(8%税込参考価格) 105円

沖縄県産
海人が
育てた
もずく
100gあたり

本体価格 **98円**
(8%税込参考価格) 105円

アメリカ産
ネーブル
オレンジ 1袋

本体価格 **350円**
(8%税込参考価格) 378円

6月4日金~6日日

3日間のお買得!

和風ステーキ!

ポン酢でさっぱり

国産豚
ロース
テキカツ用
100gあたり

本体価格 **248円**
(8%税込参考価格) 267円

ニュージーランド産牛
肩ロースステーキ
100gあたり

本体価格 **278円**
(8%税込参考価格) 300円

馬路村農協
ポン酢
しょうゆ
ゆずの村
500ml

山口県産他
大根 1本

鹿児島県産
いんげん
100gあたり

本体価格 **198円**
(8%税込参考価格) 213円

本体価格 **128円**
(8%税込参考価格) 138円

本体価格 **598円**
(8%税込参考価格) 645円

CO-OP
ひじきドライパック
110g

本体価格 **118円**
(8%税込参考価格) 127円

CO-OP
国産ひきわり
納豆 40g×3

本体価格 **88円**
(8%税込参考価格) 95円

CO-OP
もめん豆腐
400g

本体価格 **58円**
(8%税込参考価格) 62円

材料(2人分)

- COOPひじきドライパック 110g
- 納豆(たれなし) 2パック
- 木綿豆腐 200g
- 梅干し 2個
- ごはん 400g
- ポン酢 適宜

作り方

- 温かいごはんを器に盛り、「COOPひじきドライパック」、納豆、ほぐした木綿豆腐、梅干しをのせる。
- 食べる直前にお好みでポン酢をかける。

さっぱり涼味

冷やし中華

東水
マルちゃん
冷し中華
・甘酢だれ 346g
・ごまだれ 342g
・極細 342g

本体価格 各 **168円**
(8%税込参考価格) 各181円

伊藤ハム
朝のフレッシュ
ロースハム
97g×3

本体価格 **178円**
(8%税込参考価格) 192円

美味そうめん

島原
手延べ
そうめん
300g

本体価格 **198円**
(8%税込参考価格) 213円

男前豆腐店
特濃チンちゃん
90g×3

本体価格 **88円**
(8%税込参考価格) 95円

久米吉
伊豆ところ天
三杯酢
130g×4

本体価格 **398円**
(8%税込参考価格) 429円

ヤマキ
ストレート
そうめん
つゆ
500ml

本体価格 **168円**
(8%税込参考価格) 181円

真誠
うまか
あじすり
ごま金
75g

本体価格 **168円**
(8%税込参考価格) 181円

CO-OP
アイスモナカ
110ml×6

本体価格 **198円**
(8%税込参考価格) 213円

お手軽つまみ

キハダまる
切落とし
(解凍) 130g

本体価格 **398円**
(8%税込参考価格) 429円

CO-OP
ミックスナッツ
ミニパック 160g

本体価格 **278円**
(8%税込参考価格) 300円

CO-OP
フィッシュ
ナッツ 10g×8袋

本体価格 各 **278円**
(8%税込参考価格) 各300円

惣菜
たんぱく質が
摂れる!
鶏胸肉のレモン
ペッパーグリル
(産直ふかわ鶏使用) 1パック

本体価格 **258円**
(8%税込参考価格) 278円

【唐揚げ一番】
鶏もも唐揚(醤油)
100gあたり

本体価格 **158円**
(8%税込参考価格) 170円

酒

ヤッホー
ブルーイング
インドの
青鬼
350ml

本体価格 **258円**
(10%税込参考価格) 283円

日酒販
ディーキン
エステート
カベルネ
ソーヴィニオン
750ml

本体価格 **598円**
(10%税込参考価格) 657円

パナパック
ヴェリタス
プロイビュア
フリー缶
330ml

本体価格 **128円**
(8%税込参考価格) 138円

バイヤー特選品!!

CO-OP
うれしいフルーツ
ミックスゼリー・みかんゼリー
・ぶどう&ナタデココゼリー
・マンゴーゼリー
・白桃ゼリー

本体価格 各 **80円**
(8%税込参考価格) 各86円

CO-OP
水出し緑茶TB
4g×52袋

本体価格 **348円**
(8%税込参考価格) 375円

CO-OP
もずくスープ
5食入

本体価格 **258円**
(8%税込参考価格) 278円

CO-OP
たまごスープたまご
5食入

本体価格 **198円**
(8%税込参考価格) 213円

栗山
瀬戸の汐揚
アソート 33枚入

フルタ
生クリーム
チョコ 184g

グリコ
ビスコアソート
パック 44枚入

本体価格 各 **198円**
(8%税込参考価格) 各213円

CO-OP
やわらかワンタッチ
コアノンシングルコア
130ml×6入

本体価格 **388円**
(10%税込参考価格) 426円