

お買物めも。

お届けカレンダー

ご注文日 11・12月 **27**月 **28**火 **29**水 **30**木 **1**金
 配達日 12月 **4**月 **5**火 **6**水 **7**木 **8**金

引落日 12月 **15**金

- 11月5週から12月4週分の宅配サービス料の引落しは1月15日(月)です。
- 富士フィルム生協の引落し日は、別途ご案内しています。

5% OFF!

12月5週でお届けする迎春の“人気商品”をひと足早く割引価格でご案内!

お正月 早期割引 予約便

ご予約は12月1週・2週の注文書でお届けは12月5週の配達日です。ご注文方法・お届け・引落日などについては、別チラシをご覧ください。



漬け魚人気 **No.1**



0101 隔週凍

焼く 加工地/日本。赤魚/米国

ユーコープ瀬谷工場

赤魚西京みそ漬

4切(240g)

本体 **399円**

税込430円

ギリギリ 特価



個包装

フライパンでも調理できます

脂ののったアメリカ産の赤魚に、白みそを「こし7:粒3」でブレンドしたほんのり甘いみそダレにじっくり漬け込みました。

INDEX

年末大感謝祭 第2弾 2~5ページ

ユーコープ セレクション 6ページ

ラブコープ フェア 7~9ページ

お正月準備 大特集 10・11ページ

年末年始の 必需品 12・13ページ

師走の簡便 おすすめメニュー インフォメーション 14・15ページ

果物 野菜

16~21ページ

お米

22ページ

お肉

22~24ページ

お魚

25~27ページ

忙しい日も 安心! 便利な 魚料理 28・29ページ

クイックデリ 肉・魚・総菜、中華、軽食、麺 30~37ページ

人気の お肉料理が 揃ってます 38・39ページ

忙しい日に! 簡単便利! 40・41ページ

豆腐・納豆 漬物・総菜 たまご・ハム 42~45ページ

乳製品・牛乳 パン・和洋菓子 アイス 46~50ページ

お菓子

51~53ページ

加工食品 調味料 54~59ページ

飲料

60・61ページ

お酒

62・63ページ

神奈川版

魚
食卓にもっと魚を!

「脂のりの良い」魚を
「マイルドな味つけ」で
「じっくり漬け込み」ました。

フライパンでも調理できます

4387 CO-OP くっつかないホイル 2本組

油を引かなくてもくっつきにくい 焼き魚調理に便利!
本誌94ページでも紹介

本体 **580円**
税込626円



(日本製) 25cm×10m×2

漬け魚人気 **No.2**



0102 次回凍

焼く 加工地/日本。さば/ノルウェー

ユーコープ瀬谷工場

骨取りさば塩麹漬

3枚(210g)

本体 **359円**

税込387円

ギリギリ 特価



個包装

フライパンでも調理できます

脂のりのよいノルウェー産のさばを京都の老舗味噌屋の塩麹を使った、マイルドな味わいの塩麹ダレに漬け込みました。

小骨が残っている場合もありますので注意してお召し上がりください

今週の オススメ!
詳しくは中面を チェックしてね!

ギリギリ 特価 味と品質のよいトマトをお届けします **18** ページ

0411 熊本郡築の生産者限定トマト 本体 **299円** 税込322円

今週の おすすめ お好みの野菜と和えてどうぞ **25** ページ

0524 たことえびのフレッシュマリネ 本体 **379円** 税込409円

ギリギリ 特価 皮がパリッと、中具はとろ〜り **34** ページ

0628 10品目具材のバリバリ春巻 本体 **269円** 税込290円

年に1度の 大特価 なめらかなコシのある中太麺にうま味のある塩味スープ **54** ページ

0938 マルちゃん 正麺 旨塩味 本体 **275円** 税込297円

ご注文は便利なインターネットで!

eふれんず おうちコープeふれんず 検索 ★スマホからも注文OK!



品質と価格のおうちCO-OP。まいにちのくらしに安心をお届けします。

おうちCO-OPは、生活協同組合ユークス うらがCO-OP 海員生協 富士フィルム生協 の共同事業です