

5つのコース全て、冷蔵、日替わりの献立でお届けします。

## 彩華 コース

食べごたえ抜群!



1食 **680円**  
(8%税込734円)



おかず 5種類以上	カロリー週平均 約600kcal	食塩相当量週平均 4.0g以下
--------------	---------------------	--------------------

## 旬彩 コース

おかずとご飯が一緒になって  
お求めやすくなりました!

8月24日~  
お届けスタート!



1食 **500円**  
(8%税込540円)



おかず 4種類	カロリー週平均 約550kcal	食塩相当量週平均 2.5g以下
------------	---------------------	--------------------

## おかず コース

バランスばっちり!



1食 **568円**  
(8%税込613円)



おかず 6種類以上	カロリー週平均 約450kcal	食塩相当量週平均 3.5g以下
--------------	---------------------	--------------------

## 御膳 コース

野菜  
充実!



1食 **678円**  
(8%税込732円)



おかず 8種類以上	カロリー週平均 約500kcal	食塩相当量週平均 3.5g以下
--------------	---------------------	--------------------

## ミニおかず コース

コンパクト  
おかず!



1食 **462円**  
(8%税込498円)



おかず 4~5種類以上	カロリー週平均 約270kcal	食塩相当量週平均 2.5g以下
----------------	---------------------	--------------------

※容器は翌配達日に回収しております。お召上がり後は、軽く水洗いしていただき、ご返却ください。  
(彩華コース、旬彩コースの容器は返却不要です。ご家庭で処分ください。)

### プラスワンメニュー

各コースにセットでお届けできます!

- **パックごはん** (8%税込138円) **128円**  
200g・こしひかり使用
- **冷凍おかずセット** (8%税込1,188円) **1,100円**  
2食1セット  
土、日のお食事にオススメ!
- **お味噌汁** (8%税込306円) **284円**  
生みそタイプ  
4種10食入
- **日替わり生野菜サラダ** (8%税込108円) **100円**  
ドレッシングなし
- **フリードライタイプ** (8%税込924円) **856円**  
5種10食入
- **パック牛乳** (8%税込1,382円) **1,280円**  
200ml×12本

●プラスワンメニューのみのご注文はできません。 ●各コースのお弁当は、お届け当日の22時までにお召上がりください。 ●旬彩コースのご飯は週1~2回、炊き込みご飯または混ぜ込みご飯になります。  
●商品の改廃やその他の事情で、掲載商品や、パッケージデザイン、商品仕様、価格を変更させていただく場合がございます。

**Q&A**

いつから届けてもらえる?

お弁当の取り扱い方法は?

水曜迄登録 → 翌週月曜開始

木曜以降登録 → 翌々週月曜開始

※1次受付が水曜日の場合、翌々週月曜からお届けとなります。

冷蔵配達→冷蔵保管  
消費期限は当日22時

温め方法は?

電子レンジで  
目安500Wで90秒

何時頃に届く?

10時~18時

※お届け時間の指定はできません。

お休みは?

土・日・祝  
年末年始

不在時の受取は?

保冷箱で玄関先等にお届け

※再配達はしていません。

支払い方法は?

口座引落 (毎月1回)

ご利用の条件

1週固定

週単位でのコース注文

COOP 生協へのご加入

月~金 月~金の週5日配達

BANK 口座のご登録

一次受付

コープ東北  
注文受付センター

フリーダイヤル

0120-973-199

※IP電話、新幹線車内電話からはおつなぎできません。

受付時間 月▶金 9:30~19:00