



30種類の中から一部ご紹介!

毎週お届け
定期注文 **370322**

※写真は冷凍弁当の一例です。



十ぷらすに 石川県産のお米を使用
いかがですか?

冷凍ご飯 3食セット



本体価格 **417円** 1食あたり150円(税込)
(税込450円)

ご飯容器サイズ:
約 17×12×3cm (解凍時)

毎週お届け
定期注文 **370323**



鶏唐揚げ



さっぱりミートボール煮



鶏のみそ焼き



あじの南蛮漬け風



鶏天



チンジャオロース



ロールキャベツのトマトソース

※原材料の一部に、えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生を含む。

毎週**5食**セットで届きます



お弁当容器サイズ: 約 21×15.5×2.5cm (解凍時)



温めるだけで 簡単・便利

袋のまま
レンジ!!

- 加熱時間** 電子レンジ(600W)
おかず約3分20秒/ごはん約3分30秒
(おかずの内容により時間を調整してください)
- 加熱時の注意** 電子レンジで長時間加熱すると
容器が変形するおそれがあります。
- 解凍時の注意** 常温解凍はできません。
- 賞味期間** 冷凍で製造日より180日
※解凍後、温かいうちにお召し上がりください。

写真はすべてイメージです

管理栄養士が考えた献立

栄養バランスを考え、1カ月間同じ商品
が届かないよう30種類の豊富な献立を
をご用意!



夕食宅配のお弁当を製造 しているメーカーと協力し 冷凍弁当ができました!

県内製造!

夕食宅配のお弁当の味付けをベースにつくっています!

美味しさそのまま 瞬間冷凍!

あたため中はパックの表面にある
微細な空気穴から不要な蒸気が
外に逃げる構造になっているので
ふんわり食感を味わうことができます。

冷凍弁当は
特殊製法のせいろパックに
封入されています。



安全・安心

コープいしかわの添加物基準に沿って製造!

アレルギー表示について
・HPの献立表をご覧ください。
・献立表が必要な方はコールセ
ンターまでお申し出ください。



ご利用の流れ

- ①ご登録** 生協加入・ご利用登録が必要となります。
●生協未加入の方はコープいしかわの加入手続きをご案内致します。
ご加入の際、出資金1,000円以上お預かりします。
※脱退される場合は全額お返し致します。
●組合員の方はコープ宅配のご利用登録をご案内致します。
- ②ご注文** ●OCR注文書の6桁番号記入欄に **定期登録番号370322** を
ご記入ください。
※冷凍ご飯3食セットは **定期登録番号370323**
または、コールセンターにお電話いただき、上記の番号をお伝えください。
- ③お届け** ●週に1回、決まった曜日・時間に地域担当がお届けします。
●不在の際はドライアイスの入った保冷箱(無料貸出)に
入れて、冷凍でお届けします。
- ④お支払い** お支払いは、便利な登録口座からの引き落としです。
●生協加入、宅配登録時にご登録いただきます。
●現金でのお支払いはご対応しておりません。

