ポスティ

特大号 48ページ

2026年 お届けカレンダー　4月 3回 vol. 3

	月	火	水	木	金
注文用紙提出▶	4/6	7	8	9	10
商品のお届け▶	13	14	15	16	17
翌々週分のお届け▶	20	21	22	23	24

月間テーマ　国産派宣言

子どもたちの未来のために　コープ自然派 国産派宣言

- 環境保全型農業・水産業を応援
- 食料自給率の向上
- 国産オーガニックを推進
- 原発のない社会を目指す

組合員とつくって18年

コープ自然派の食材セット

――忙しい日でも、安心できる食卓を。
コープ自然派の食材セットは、産直肉や国産素材を使い、誰でも手軽に料理ができるように考えられたミールキットです。
便利さだけでなく、生産者が見える食材を選ぶこと、国産を大切にすること、安心して食べられる食卓を拡げていくこと。
農地から出荷されることなく畑にすきこまれてしまう野菜を食卓に届ける。そんな思いから、2008年にこの食材セットはスタートしました。
組合員とともに改良を重ね、多くの食卓で利用されてきたコープ自然派の食材セットが、このたび2026年 オリコン顧客満足度®ランキング ミールキット 近畿 第1位 を受賞。これからも「かんたん」と「安心」を両立した食卓を、組合員のみなさんと一緒につくっていきます。

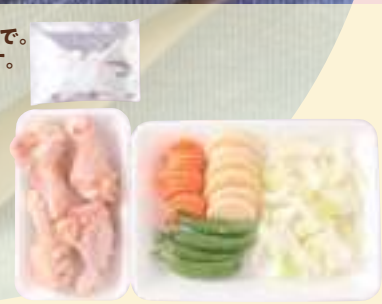
2-3ページ▶生協のミールキット 食材セット
26-27ページ▶食品添加物に頼らない おいしいパンづくり

自然派Style　さらりと楽しめるスープカレーを春野菜で。骨付き肉で作るから旨みが溶け出します。

25分　総820kcal　塩分 総9.1g
※セット内容及び原材料はP32をご覧ください。

春野菜のスープカレー 蔵

1 通常便　9928 ぷらす便　特価
2～3人前
通常1,200円 1,180円（税込1,274円）



自然派Style　濱さんとこのタレで作る回鍋肉。肉と野菜に絡んだ味噌だれが旨い!

10分　総804kcal　塩分 総2.6g
※セット内容及び原材料はP29をご覧ください。
ピリ辛

濱さんのタレの回鍋肉 蔵

2 通常便　9652 ぷらす便　特価
2～3人前
通常910円 890円（税込961円）

かさ増しでボリュームアップ

農広がる産直 大特価　JAS　無農薬

熊本産　香川産　岡山産　兵庫産
荒木、佐藤、岩永、吉永農園、Bluefarm、三亀有機ファーム、東

3　ぷらす便 301282 蔵
有機にんじん 400g
198円（税込214円）

農広がる産直 大特価　省農薬

熊本産　徳島産　鳥取産　宮崎産
北部農園、情熱カンパニー、大山ナチュラルファーム、野口オーガニックファーム

4　ぷらす便 301114 蔵
キャベツ1玉
198円（税込214円）

自然派Style 国産シリーズ　地域の生態系を豊かにしてナベヅルが居心地のよい環境をつくり、飛来地づくりをしています。　徳島産

無農薬　省農薬　田んぼの生きもの調査米

ツルをよぶお米代表者会議【品種】あきさかり
自然派Styleツルをよぶお米あきさかり・白米 5kg

※不足の場合は同年産のキヌヒカリ、イセヒカリ、ちほみのりの中から1品種選定し、お届けします。
5 無農薬　国産元気 12%OFF
通常4,780円 4,180円（税込4,514円）

※不足の場合は同年産のあわみのり、ハナエチゼン、キヌヒカリの中から1品種選定し、お届けします。
6 省農薬　国産元気 14%OFF
通常4,280円 3,680円（税込3,974円）

コープ自然派のギフト特集
Gift Selection
日頃の感謝の気持ちや、お返し、ごあいさつの時に贈るギフトがほしい!という組合員さんの声にお応えして、コープ自然派ならではのギフト商品をご用意しました。

TOPIC 37ページ
連合商品委員会 生産者訪問
第2弾「庄分酢」

みなさまのおかげです! 生協のミールキット 食材セット が選ばれました!

2026年 オリコン顧客満足度®ランキング
ミールキット 近畿 第1位を受賞
食材セットについて、詳しくはポスティP28-32をご覧ください。
2026年 オリコン顧客満足度®ランキング ミールキット 近畿 第1位

安心・簡

生協のミール食材

コープ食材・神戸工場長の疋田と申します。
私たちは「ミールキットを通して、組合員さんの手作り食卓と持続可能な農業を応援する。」という理念を大切にしています。
コープ自然派のミールキットは、肉や野菜などの産直食材や自然派Style商品など安心にこだわった食材が使われているのが特徴の一つです！もちろんカットいらず、計量いらずで洗いものも少なくて生ごみもでません。タレも食品添加物に頼らない独自開発したものを使っています。メニュー数は年間で450種類以上。手軽さだけでなく飽きがこないよう工夫をしています。忙しい日も、大切な家族との時間を守りながら、コープ自然派の自慢のミールキット『食材セット』を、ぜひ一度お試しください！

コープ食材の皆さん

コープ食材
疋田健太

食材セットは、食材(カット済み野菜・肉・魚
おいしいメニューが手軽に作れるとしてデ
多くの人に愛用されて、「2026年 オリコン
今回は改めて、生協のミールキット・食材

① 安全・安心

肉・魚・野菜・調味料もコープ自然派の厳しい安全基準をクリアしたものを使っています。

- **肉** 生産者の「顔の見える産直肉」枕崎牛、自然豚、神山鶏を使用。
- **魚** 国内水揚げの天然魚を中心に、国内加工の魚を使用。
- **野菜** 国内産の規格外野菜も使用して農家を支え、食品ロスの軽減に貢献しています。
- **調味料** 化学調味料やたん白加水分解物などを使わないオリジナルのタレをセット！

商品案内のココをcheck!
コープ自然派の取り扱い基準がわかるように、自然派Styleマークの色分けをしています。

自然派Style ポスティ基準　自然派Style CaoCao基準

② 簡単

食材セットの商品コンセプトは ためにを作ることをあきらめたくな

味付けはタレを使って失敗知らず！

ご家庭で調味料を合わせなくても本格的な味わいを楽しめるよう、特製タレがセットされています。和風の「煮物つゆ」「八方だし」をはじめ、中華料理、エスニックなど幅広いジャンルの料理を気軽に楽しむことができます。

作り方はレシピにお任せ！

商品と一緒にレシピがセットされています。レシピに沿って調理すれば誰でも簡単に作ることができます。

量が選べる♪ 自然豚で揚げない酢豚！

薄切り肉だから、手早く仕上がります。

消:お届け日を含め2日
〔酢豚の素〕砂糖、トマトケチャップ、しょうゆ、りんご酢、発酵調味料、食塩、パプリカ、酵母エキス、食用ごま油/酒精、増粘剤(グァーガム、キサンタンガム)、(一部に小麦・ごま・大豆・りんごを含む)

焼き酢豚 蔵

7 2～3人前 9584 ぷらす便 特価
通常810円 **800円**(税込864円)

8 お得な3～4人前 9591 ぷらす便 特価
通常1,420円 **1,400円**(税込1,512円)

2～3人前	3～4人前
総450kcal 塩分 総3.2g	総879kcal 塩分 総6.4g
自然豚切落し 100g	自然豚切落し 200g
たまねぎ 100g	たまねぎ 200g
竹の子水煮 50g	竹の子水煮 90g
ピーマン 40g	ピーマン 80g
にんじん 30g	にんじん 40g
しいたけ 20g	しいたけ 40g
しょうが 少々	しょうが 少々
酢豚の素 1袋	酢豚の素 2袋
片栗粉(中) 1袋	片栗粉(大) 1袋

ご家庭で用意
塩・こしょう・油

神山鶏をさっぱりいただく洋風メニュー

総392kcal 塩分 総3.4g

さわやかレモン香る♪蒸し焼きにするから、素材の旨みが引き立ちます。

消:お届け日を含め2日
〔国産塩レモン〕有機レモン、食塩、砂糖

塩レモンチキン 蔵

9 通常便 9713 ぷらす便 特価
2～3人前
通常990円 **980円**(税込1,058円)

神山鶏モモ肉 150g
たまねぎ 120g
ブロッコリー 60g
エリンギ 40g
国産塩レモン 20g

ご家庭で用意
こしょう・油

単・便・利！

ルキットセット

など)と計量済みの調味料、レシピがセットになった商品です。
ビューした食材セットは、今年で18年目！
顧客満足度®ランキング ミールキット 近畿 第1位」を受賞しました！
セットの3つの魅力をお伝えいたします♪

この度、2026年 オリコン顧客満足度®ランキング ミールキット 近畿 第1位 を受賞しました！

これからも組合員の皆さんのごはんづくりを応援していきますので、ぜひご利用ください！
受賞について、詳しくは自然派HPをご覧ください。

「手づくりの食卓を応援する」。忙しくても家族のいという頑張る組合員さんをサポートします。

野菜の下ごしらえはおまかせ！

野菜は必要な量をカットしてお届けするので包丁いらずのメニューも！
「洗う」「皮をむく」「アクを抜く」「切る」という時間のかかる下ごしらえがいらず、届いた商品を開封したらすぐに調理できます。また、野菜の皮や種などの生ゴミも出ないので、料理の見えない大変さがグッと軽減されます。

細切りもおまかせあれ♪

お届け例

526 自然豚のチンジャオロース

商品案内のココをcheck！

食材セットの中には、二次元コードが掲載されている「スマホでレシピ」対応のメニューがあります。作り方を写真付きで説明しているので、料理ビギナーさんでも簡単に作れます♪

③便利

日常にもっと寄り添う、食材セットの使い方をご提案します！

「ぷらす便」で週2回配送に！

食材セットは「ぷらす便」対象なので、いつものお届け日(通常便)にもう1日追加してお届け出来ます。
また、通常便とぷらす便ともに食材セットのご利用があれば、ぷらす便の配達手数料はかかりません。週2回利用することで、普段のお料理づくりがもっと快適＆お得になります！

33ページ ぷらす便について詳しくはP33をご覧ください。

イベント食も手軽に！

食材セットは普段のおかずだけでなく、ハロウィンやクリスマスなどの特別な日のイベントメニューまで幅広く展開！
特別な日が平日であってもご家庭の食卓を彩り豊かに楽しんでいただけます。

大葉と梅醤油だれでさっぱり和風炒め！

いんやんの梅醤油だれ
有機栽培の梅に有機醤油といんやん倶楽部特製だしを配合し、旨みを立たせました。白砂糖は使用していません。

総387kcal 塩分総4.6g

いんやん特製の梅醤油だれの酸味に大葉の風味がマッチします。

消:お届け日を含め2日
〔いんやんの梅醤油だれ〕梅干し、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、発酵調味料、(一部に小麦・大豆を含む)

豚肉とエリンギの梅しそ炒め 蔵

10 通常便 2～3人前
9683 ぷらす便
通常920円 900円(税込972円) 特価

自然豚切落し 120g
もやし 100g
たまねぎ 100g
エリンギ 40g
赤パプリカ 30g
大葉 2枚
いんやんの梅醤油だれ 1袋

ご家庭で用意
塩・こしょう・油

たけのこ入りがうれしい、春を味わうのっけごはん♪

白だし
国産丸大豆醤油を使用し、かつおの風味を活かしただしです。

総349kcal 塩分総4.9g

食感の良いたけのこがアクセント！ふんわり香る白だしで季節を感じて♪

消:お届け日を含め2日
〔白だし〕かつおだし、発酵調味料、しょうゆ、食塩、砂糖、酵母エキス、昆布エキス、かつおぶしエキス、(一部に小麦・大豆を含む)

春限定・竹の子入りのっけごはん 蔵

11 通常便 3人前
9607 ぷらす便
通常840円 820円(税込886円) 特価

自然豚ミンチ 100g
レタス 100g
竹の子水煮 70g
たまねぎ 60g
にんじん 40g
ピーマン 30g
しいたけ 20g
しょうが 少々
白だし 1袋
片栗粉(小) 1袋

ご家庭で用意
塩・こしょう・油・ごはん人数分

春の産直野菜

焼きチーズポテサラ&香ばしチーズ唐揚げ

北海道十勝産のナチュラルチーズを100%使用したとけるチーズ。

よつ葉シュレッドチーズ

よつ葉乳業　所:神奈川
ナチュラルチーズ(生乳(北海道十勝産)、食塩)・賞:45日以上　蔵　GMO えさ不分別

12　1個　250g　通常618円　588円(税込635円)　特価

13　2個組　250g×2　通常1,236円　1,156円(税込1,248円)　特価

41ページ 649 青のり粉

お好み焼き&ソース焼きそば

モモ肉を一口大にカットしました。　100g当たり 214円

イシイフーズ　所:徳島
神山鶏モモ　※バラ凍
結・賞:90日以上

14　凍　オリジナル　NON-GMO えさまで分別　使いやすい【バラ凍結】　特価

神山鶏モモ切身(バラ凍結)
300g　通常650円　640円(税込691円)

バラ凍結で使いやすくしました。　100g当たり 198円

使いやすい【バラ凍結】
イシイフーズ　所:徳島
神山鶏モモ　※バラ凍
結・賞:100日以上

15　凍　オリジナル　NON-GMO えさまで分別　組合員特別価格

神山鶏モモ切身(バラ凍結)
1kg　1,980円(税込2,138円)

自然派Style 国産シリーズ　主にモモ肉とバラ肉が入ります。　100g当たり 176円

七星食品　所:香川
自然豚　※脂肪分の量はパックによりばらつきがあります・賞:35日以上

21　凍　NON-GMO えさまで分別　まいど注文　特価

自然豚切落し
250g　通常448円　438円(税込473円)

自然派Style　えび・青森県産のイカを多めに配合し、北海道産のほたての3種類をミックスしました。　インドネシア　インド　北太平洋　噴火湾

阪神低温　所:兵庫、新潟
むきえび(水揚げ地　インドネシア、インド産／漁獲海域　インドネシア、インド)、ムラサキイカ(水揚げ地　青森／漁獲海域　北太平洋)、ボイルほたて貝(ほたて貝(水揚げ地　北海道／漁獲海域　噴火湾))・賞:150日以上

22　凍　特価

自然派Styleシーフードミックス
140g　通常518円　508円(税込549円)

辛み成分が少なく、甘みのある新たまねぎはこの時季ならではの味わい。　長崎産　兵庫産　熊本産　徳島産　産直特価

長有研、新家青果、井上、井口

16　ぷらす便 301275　蔵　無農薬　ネオニコ不使用

新たまねぎ
600g　248円(税込268円)

みずみずしい食感を皮ごとお楽しみください。　沖縄産　鹿児島産　産直特価

島酒家、westfarm
※いろいろな品種をお届けする場合があります。

17　ぷらす便 301251　省農薬　ネオニコ不使用

新じゃがいも
600g　298円(税込322円)

有機質肥料で甘みのあるキャベツをめざしています。　熊本産　徳島産　鳥取産　宮崎産　産直特価

北部農園、情熱カンパニー、大山ナチュラルファーム、野口オーガニックファーム

23　蔵　省農薬　ネオニコ不使用

キャベツ1／2カット
138円(税込149円)

自然派Style 国産シリーズ　小麦、食塩、山芋粉末、鰹節は全て国産。

吉原食糧　所:香川
小麦粉(小麦(国産))、食塩、山芋粉末、鰹節／ベーキングパウダー・賞:90日以上

24　NON-GMO　特価

自然派Styleお好み焼粉
400g　通常295円　285円(税込308円)

ビタミンCやたんぱく質、鉄分など豊富な栄養が含まれています。　鳥取産　兵庫産　徳島産　産直特価

省農薬　ネオニコ不使用

※急な成長により芯に空洞ができている場合があります。

鳥取こだわり野菜の会、情熱カンパニー、愛菜ファーム

18　ぷらす便 301077　蔵

ブロッコリー
1株　228円(税込246円)

圧搾の一番搾りなたね油、有機りんご酢などこだわりの原材料を使っています。

秋川牧園　所:兵庫
食用植物油脂(なたね油(国内製造))、有機りんご酢、卵黄(国産)、砂糖、食塩、マスタード粉末、(一部にりんご・卵を含む)

賞:2026年7月10日

19　NON-GMO えさまで分別　特価

マヨネーズ(秋川牧園)
300g　通常600円　588円(税込635円)

自然派Style 国産シリーズ　北海道産小麦「きたほなみ」のみを使用。

横山製粉　所:神奈川
小麦(北海道産)
※たんぱく質:9.7g(100gあたり)・賞:100日以上

20　特価

産直 薄力小麦粉(自然派Style)
1kg　通常368円　358円(税込387円)

国産の小麦と卵と塩、植物油を使い、かんすい・着色料は使用していません。

藤乃家　所:大阪
小麦粉、鶏卵、食塩、植物油・消:お届け日を含め2日

25　蔵　NON-GMO　特価

藤乃家 無かん水焼そば2個組
150g×2　通常220円　215円(税込232円)

自然派Style 国産オーガニック　国産の有機野菜・果実を使用した甘口ソース。　JAS　95% ORGANIC

光食品　所:徳島
糖類(有機砂糖(ブラジル製造)、有機糖みつ)、有機野菜・果実(有機たまねぎ、有機にんじん、有機みかん、有機トマト、有機レモン、有機ゆず、有機にんにく、有機しいたけ)、有機米酢、食塩、有機醤油(大豆・小麦を含む)、有機コーンスターチ、オイスターエキス、魚醤(いかを含む)、こんぶ、有機米醗酵調味料、かつお節、香辛料・賞:240日以上

26　NON-GMO　特価

自然派Style有機お好みソース
415g　通常450円　440円(税込475円)

今週のイチオシ 222企画

自然派 Style 発酵調味料「瑞穂の恵」

照りツヤ、甘み、おまかせあれ!

組合員満足度 4.76　評価件数 225件
※点数はカタログ作成時の平均点数です。

Q.どんな調味料なの?

A 100余年の歴史を持つ蔵元が日本酒の伝統製法を活かして仕込んだ醸造調味料「瑞穂の恵」。
酒とみりん両方の特性を兼ね備えているので、毎日のお料理に照りツヤや旨み、まろやかな甘みを加えてくれます。

※「みりん」の分量・タイミングに合わせてお使いください。料理酒は不要です!

自然派Style 国産シリーズ

千寿酒造　所:静岡
米(国産)、米こうじ、食塩　※アルコール度数8%　※この商品の色は発酵熟成過程でついた天然のもので、色目の濃さは変動することがあります。※澱(澱り)が生じることがありますが、たんぱく質によるもので品質には問題ございません。・賞:150日以上

222　NON-GMO

自然派Style発酵調味料「瑞穂の恵」
500ml　通常540円　485円(税込524円)

今期最安値　国産元気 10%OFF

酒とみりんがこれ1本!

味が決まる!
毎日使いたい発酵調味料

鶏肉とキノコの煮物に使ってみました。酒とみりんの良さをあわせ持つ調味料で、素材に自然な照りとまろやかな甘みが加わり、味付けが簡単に決まります。長期熟成由来の旨みがしっかり感じられ、やさしく奥行きのある仕上がりになりました。

コープ自然派おおさか　堺センター
組織拡大担当　岡本悠吾

が主役! 休日のごちそう

野菜たっぷりミートソース

近江牛と自然豚の合挽きミンチを小分けにしました。混合比率は牛5:豚5です。

100g当たり 310円

徳志満 所:滋賀
近江牛、自然豚・賞:45日以上

27 凍 オリジナル GMO えさ不分別

近江牛と自然豚の合挽きミンチ小分けパック
300g
特価
通常958円 **928円**(税込1,002円)

有機質の肥料を使い、できるだけ農薬の使用も抑えています。 高知産

産直特価

尾原農園、MORITA家、かめのこ農園

279 蔵

ピーマン
150g
省農薬
188円(税込203円)

長いもとほうれん草のベーコングラタン

自然派Style 国産シリーズ

赤身と脂身のバランスがよいベーコン。シンプルな原材料で作りました。

GMO えさ不分別

鎌倉ハムクラウン商会 所:神奈川
豚バラ肉(国産)、食塩、砂糖／香辛料・賞:7日以上

32 ぷらす便 300674 蔵

自然派Style バラベーコンスライス2個組
85g×2
まいど注文 特価
通常758円 **748円**(税込808円)

栄養豊富で粘りと風味が格別です。 青森産

産直特価

相内農園

33 蔵

長いも
200g
無農薬
198円(税込214円)

自然派Style

有機トマトのピューレ・ペースト、国産たまねぎ・ガーリックを使用。

エム・シーシー食品 所:兵庫
有機トマトピューレ(有機トマトペースト(有機トマト(アメリカ))、たまねぎ(国産)、有機トマトペースト、オリーブ油、食塩、ナチュラルチーズ、ガーリック(国産)、砂糖、アンチョビフィレ油漬、(一部に乳成分を含む)・賞:150日以上

29 凍 湯せん NON-GMO

自然派Style有機トマトと国産たまねぎのソース
130g×2
特価
通常628円 **598円**(税込646円)

自然派Style 国産シリーズ

小麦は北海道産の「ゆめちから」と「きたほなみ」に限定。

横山製粉 所:大阪
小麦粉(小麦(北海道産)) ※太さ1.7mm／ゆで時間6〜7分・賞:360日以上

30

自然派Style北のパスタ
400g
284円(税込307円)

自然派Style 国産シリーズ

よつ葉の牛乳を練り込んだほんのり甘いロールパン。

パン祭り

NON-GMO 有機小麦 湯種

コープブレッドファーム 所:兵庫
小麦粉(小麦(国産))、有機小麦粉、牛乳、砂糖(粗糖)、バター、鶏卵、生イースト、食塩、米粉・消:お届け日含め3日

31 ぷらす便 300339

自然派Styleテーブルロール
6個
まいど注文
218円(税込235円)

バターやチーズと相性抜群。緑黄色野菜の嫌いなお子さんにぜひ。

産直特価

熊本産 福岡産 佐賀産 茨城産 兵庫産 徳島産 鹿児島産 大分産

省農薬

COG、カラーリングファーム、YKカンパニー、オーガニックハイツ、市島有機農産物生産出荷組合、有機連合ファーム、ekubofarm、さとう有機農園

34 ぷらす便 301237 蔵

ほうれん草
150g
188円(税込203円)

低温でじっくり育て、味も歯ごたえも良し。色々な料理にどうぞ。 長野産

産直特価

きのこの森

35 蔵

ぶなしめじ
1パック
無農薬
148円(税込160円)

北海道十勝で放牧をしている5戸の酪農家の生乳を使用。

まいど注文 NON-GMO えさまで分別 72℃ 15秒間殺菌

よつ葉乳業 所:北海道
生乳100% ※無脂乳固形分8.2%以上 乳脂肪分3.4%以上 ※受注が多数の場合、価格を変更してパス牛乳に代替えします。ご了承ください。・消:お届け日を含め4日

36 ぷらす便 300018 蔵 JR

よつ葉放牧生産者指定ノンホモ牛乳
1000ml
特価
通常342円 **332円**(税込359円)

肉巻き焼肉

自然派Style 国産シリーズ

旨みの多いロース肉を、しゃぶしゃぶ用に薄切りにしました。

自然豚ロースしゃぶしゃぶ用

七星食品 所:香川
自然豚ロース・賞:35日以上

凍 NON-GMO えさまで分別

37 250g
通常675円 **655円**(税込707円) 100g当たり 262円 特価

38 250g×2
通常1,290円 **1,250円**(税込1,350円) 100g当たり 250円 特価

やわらかで瑞々しく、クセのない野菜。 鹿児島産 沖縄産 徳島産

産直特価

※黄色が入る場合もあります。

ファミリー農美家、島酒家、藍愛ファーム

39 蔵

ズッキーニ
1本
省農薬
248円(税込268円)

デミカツ丼

表紙 4 キャベツ1玉

自然派Style 国産シリーズ

キメが細かく脂肪の少ないヒレ肉。

100g当たり 310円

七星食品 所:香川
自然豚ヘレ・賞:90日以上

43 凍 NON-GMO えさまで分別

自然豚ヒレ一口カツ用
250g
特価
通常798円 **775円**(税込837円)

自然派Style 国産シリーズ

厚切りロース肉を使ったテキカツ用。キメの細かな肉質です。

100g当たり 252円

七星食品 所:香川
自然豚ロース・賞:35日以上

44 凍 NON-GMO えさまで分別

自然豚ロースステキカツ
2枚(250g)
特価
通常648円 **628円**(税込678円)

有機肥料を使った無農薬栽培。

産直特価

徳島産 熊本産 島根産 福岡産 佐賀産 茨城産 千葉産 長野産

マルサカ有機生産組合、COG、ぐり〜んは〜と、ベジハート、YKカンパニー、カモスフィールド、ふしちゃんファーム、丸和、北総ベジタブル、中庭Farmers

40 ぷらす便 301213 蔵 無農薬

小松菜
150g
138円(税込149円)

淡白な味で他の食材とも合わせやすく、油との相性が良い野菜です。 高知産

産直特価

高生連

41 ぷらす便 301084 蔵

なす
3本
省農薬
228円(税込246円)

自然派Style

焦がし醤油と果物の甘みが肉を引き立てます。

冨貴食研 所:大阪
しょうゆ(国内製造)、砂糖、りんごピューレ、甘酒、米でん粉、食用植物油脂(なたね油、ごま油)、りんご酢、にんにく、チャツネ、いわしエキス、ごま、レモン果汁、香辛料、(一部に小麦・大豆・りんご・ごまを含む)・賞:150日以上

42 NON-GMO

自然派Style焼肉のたれ
200ml
特価
通常420円 **398円**(税込430円)

土の力を最大限引き出す有機農法で栽培。『甘み・酸味・香り』がよいです。

産直特価 JAS 熊本産

肥後あゆみの会

45 蔵

有機トマト350g
無農薬
468円(税込505円)

自然派Style 国産シリーズ

保存料、ショートニング不使用。北海道産小麦使用のパンから作りました。

大進食品 所:兵庫
小麦粉(小麦(北海道産))、イースト、食塩・賞:90日以上

46 NON-GMO

自然派Styleマムのパン粉
230g
特価
通常230円 **218円**(税込235円)

自然派Style

動物性の原料不使用のデミグラス風フレークルゥ。

東京フード 所:茨城
小麦粉(小麦(北海道産))、パーム油、粉末野菜(有機トマト、オニオン、大豆、キャロット)、砂糖、食塩、酵母エキス、りんご果汁、赤ワイン、トマトピューレ、粉末醤油、麦芽エキス、ブラックペッパー、有機ココア、(一部に小麦・大豆・りんごを含む)・賞:120日以上

47 NON-GMO

自然派Style植物素材で作ったデミグラス風フレーク
110g
特価
通常378円 **358円**(税込387円)

作り方はコープ自然派ホームページ、「自然派レシピ」で検索 ○○○○

いろいろな調理法を楽しむ！ 家族に

焼く フライパンローストビーフ

フライパンローストビーフ

焼く 骨付き鶏肉のオーブン焼き

枕崎牛の赤身(モモ肉または肩肉)を使用しています。

F1・交雑種

100g当たり 586円

福永産業　所:福岡
枕崎牛(モモ・肩)・
賞:15日以上

48 凍 GMO えさ不分別 ※受注多数の場合、神居牛に代替となります。

枕崎牛 ローストビーフ用
350g
通常2,100円 **2,050円**(税込2,214円) 特価

季節毎に5種類をミックスしてお届け。サッと洗ってサラダにどうぞ。

熊本産 産直特価 JAS 無農薬

果実堂

49 蔵

有機ベビーリーフ
30g
148円(税込160円)

おいしさに定評のある神山鶏の骨付きモモ肉。

NON-GMO えさまで分別

イシイフーズ　所:徳島
神山鶏骨付きモモ・
賞:150日以上

53 凍 オリジナル

神山鶏骨付きモモ肉2本
2本(600g)
通常1,020円 **998円**(税込1,078円) 特価

甘いだけでなく酸味もあり、コクが強い。

徳島産 熊本産 産直特価

有機連合ファーム、ヴェリタス、ひご有機農友会

54 ぷらす便 301039 蔵

ミニトマト
150g
178円(税込192円)

自然派Style 国産シリーズ　国産原材料100%。粗糖の上品な甘みと天然だしのコク。

節辰商店　所:愛知
しょうゆ(本醸造)(大豆・小麦を含む、大豆:遺伝子組み換え混入防止管理済み)(国内製造)、砂糖(粗糖)、本みりん、食塩、鰹節エキス、むろあじぶし、かつおぶし、乾椎茸、いわし煮干、昆布　※3倍希釈が目安・賞:150日以上

50 NON-GMO

自然派Styleなごみつゆ
500ml
通常510円 **480円**(税込518円) 特価

メキシコの天日塩を平釜でゆっくり炊きあげました。

みそ半　所:長崎
天日塩(メキシコ)、粗製海水塩化マグネシウム(にがり)

51

海はいのち
1kg
通常330円 **320円**(税込346円) 特価

粉末タイプで溶けやすいです。

山口製糖　所:千葉
原料糖(てんさい(北海道産))、糖蜜(てんさい(北海道産))
※粉末タイプ

52 NON-GMO

北海道産ビート糖(てん菜糖)
600g
通常430円 **420円**(税込454円) 特価

砂質の土で有機質肥料を使って育てました。ホクホク感と甘みがあります。

徳島産 産直特価

マルサカ有機生産組合

55

鳴門きんとき
500g
458円(税込495円)

ぷりぷりっとした歯ごたえと独特の香りが特徴。和洋中いろんな料理に。

鳥取産 産直特価

菌興椎茸協同組合

56 蔵

エリンギ
150g
248円(税込268円)

自然派Style　化学調味料に頼らず、素材の味を十分に引き出した自慢の一品！

NON-GMO

味日本　所:広島
チキンエキスパウダー(国内製造)、食塩、砂糖、酵母エキスパウダー、たまねぎエキスパウダー、香辛料、(一部に鶏肉を含む)・
賞:270日以上

57

徳用自然派Style チキンコンソメ
70g
通常265円 **238円**(税込257円)

国産元気 10%OFF

解凍するだけ ネギトロ納豆とろろ丼

揚げる キャベツメンチ

自然派Style

原料は良質のメバチマグロと非遺伝子組み換えの平田産業の菜種油のみ。

太平洋

マストミ　所:徳島
メバチマグロ(水揚げ地　静岡／漁獲海域　太平洋)、菜種油・
賞:7日以上

58 凍 NON-GMO

自然派Styleメバチマグロネギトロ(二人前)(すじ取り)
50g×2
通常558円 **530円**(税込572円) 特価

磯の香りが広がり、クセのない味わいです。シャキシャキとした歯ごたえで、粘りがあります。

山口沖

新友商店　所:山口
アカモク(水揚げ地　山口／採取地　山口沖)【本製品はエビ、カニの混ざる漁法で漁獲されています】・
賞:30日以上

59 凍

アカモク3食入り
35g×3
通常298円 **288円**(税込311円) 特価

北海道で放牧飼育した放牧豚を手軽に食べられるよう、料理に使いやすいバラ凍結にしています。

100g当たり 180円

NON-GMO えさまで分別

ファーマーズファクトリー
所:北海道
放牧豚・
賞:90日以上

使いやすい【バラ凍結】

63 凍

放牧豚ひき肉
250g
通常458円 **448円**(税込484円) 特価

寒さにあたったキャベツは玉が締まり、甘みがギュッと詰まっています。

鳥取産 宮崎産 愛知産 産直特価 JAS 無農薬

大山ナチュラルファーム、野口オーガニックファーム、渥美どろんこ村

64 蔵

有機キャベツ
1玉
368円(税込397円)

土作りにこだわって栽培しているのでアクが少なく、すりおろした後の変色も少ないです。

青森産 岩手産 産直特価 JAS 無農薬

あおもり南部、みちのく有機

60 蔵

有機長いも(パック)
200g
368円(税込397円)

自然派Style 国産シリーズ　普通の納豆よりも糸引き感の強いしっかりとした粘りがあります。

NON-GMO グリホサート不使用

カジノヤ　所:兵庫
大豆(国産)(遺伝子組換え混入防止管理済み)、大麦(国産)、納豆菌・賞:5日以上

61 ぷらす便 300827 蔵

カップ小粒納豆(麦入り)
30g×3
通常125円 **115円**(税込124円) 特価

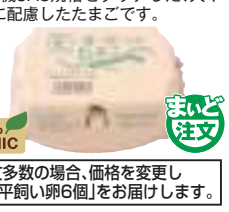
非遺伝子組み換え(分別管理)、PHFの飼料で育てられた、平飼いたまごの温泉たまご。

籠谷　所:兵庫
鶏卵(国産)・賞:7日以上

62 蔵 オリジナル NON-GMO えさまで分別

平飼いとろ～りたまご
4個入り
260円(税込281円)

厳正な有機JAS規格をクリアした、人や鶏、環境に配慮したたまごです。



JAS 100% ORGANIC まいど注文

※ご注文多数の場合、価格を変更し「PHF平飼い卵6個」をお届けします。

旭商事　所:徳島
鶏卵(徳島県)・賞:6日以上

65 蔵 R NON-GMO えさまで分別

オーガニックたまご
6個
通常650円 **640円**(税込691円) 特価

国産米100%でつくったグルテンフリーのパン粉です。フライなどに！

上万糧食製粉所
所:広島
米粉(国産米)・
賞:150日以上

66

和パン粉 米の衣
200g
通常398円 **388円**(税込419円) 特価

自然派Style

平飼い卵を使用しています。

冨貴食研　所:大阪
食用なたね油(国内製造)、液卵、たまねぎ、きゅうりピクルス、りんご酢、砂糖、食塩、香辛料・賞:90日以上

67 NON-GMO えさまで分別

自然派Styleタルタルソース
155g
通常460円 **440円**(税込475円) 特価

人気の晩ごはん

蒸す

牛肉と豆腐のキムチフライパン蒸し

牛肉と豆腐のキムチフライパン蒸し

牛丼、肉じゃが、炒めもの、煮込み料理に。

黒毛和牛

100g当たり 652円

さかうえ　所:鹿児島
牛肉(モモ、バラ、ウデ、ロース)・賞:45日以上

68 凍 NON-GMO えさまで分別
里山牛切落し
150g
通常998円 **978円**(税込1,056円) 特価

にらの香りで食欲増進！餃子のたねやレバニラには欠かせません。

産直特価 高知産

高生連
69 蔵
にら
100g
無農薬
178円(税込192円)

蒸す

鶏肉ときのこの香味蒸し

カット済みのムネ肉がたっぷり500g！

使いやすい【バラ凍結】

100g当たり 140円

イシイフーズ　所:徳島
神山鶏ムネ　※バラ凍結・賞:60日以上

73 凍 オリジナル NON-GMO えさまで分別
神山鶏ムネ肉 ひとくちサイズ(バラ凍結)500g
通常710円 **698円**(税込754円) 特価

シャキシャキとした歯ごたえがあり、長い軸には食物繊維が豊富！

長野産

産直特価

無農薬

湯本
74 蔵
えのき茸
200g
118円(税込127円)

大豆の味がしっかりして、ほのかに甘い木綿豆腐。

まいど注文 グリホサート検査済

NON-GMO

太子屋　所:徳島
丸大豆(国内産)／凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム)・消:お届け日を含め3日

国産元気 10%OFF

70 ぷらす便 300834 蔵 オリジナル
もめん豆腐
380g
通常218円 **195円**(税込211円)

新鮮なイワシで作った「魚醤油」が味に深みを出しています。

辛さレベル

魚谷キムチ　所:徳島
白菜(国産)、漬け原材料【唐辛子粉、アミエビ、にんにく、しょうが、にら、砂糖、麦芽水飴、人参、魚介エキス、ねぎ、酒、ごま、みりん、昆布、だし汁(大根、玉ねぎ、タラ、いりこ、昆布)、食塩】、(一部にえび・ごまを含む)・賞:7日以上

71 蔵 NON-GMO
本格白菜キムチ
180g
通常418円 **408円**(税込441円) 特価

チキンの香りと野菜の旨みを合わせました。

※通常はCaoCaoで掲載しています。

味日本　所:広島
乳糖(アメリカ製造)、食塩、チキンエキスパウダー(デキストリン、チキンエキス(鶏(国産46.9%))、食塩、酵母エキスパウダー)、砂糖、酵母エキスパウダー、オニオンエキスパウダー(デキストリン、オニオンエキス(玉ねぎ(国産100%)))、野菜エキスパウダー、食用植物油脂、香辛料、粉末しょうゆ、でん粉、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)・賞:150日以上

72 オリジナル NON-GMO
鶏がらスープの素
200g
通常420円 **378円**(税込408円)
生活応援 10%OFF

3種のきのこ(ぶなしめじ、えのき茸、エリンギ)のセットです。

産直特価 長野産

無農薬

きのこの森
75 蔵
信州きのこセット
1パック
388円(税込419円)

赤土の土壌で農薬や化学肥料を使用せず栽培しました。

産直特価 熊本産

JAS 無農薬

尾里、藤本
76 蔵
有機しょうが
100g
198円(税込214円)

素材の旨みを引き出すため、有機酸・アミノ酸を通常の酒よりも多く含みます。

松本酒造　所:京都
米(国産)、米こうじ(国産米:福井、富山県産五百万石)
アルコール度:15～16度

77 NON-GMO
飲んでもおいしい料理酒純米
720ml
1,080円(税込1,188円)

煮る

鶏団子の中華風クリーム煮

5ページ 36 よつ葉放牧生産者指定ノンホモ牛乳

漬け

カレイの南蛮漬け

国産柚皮を配合した阿波すだち鶏ゆず入り肉だんごです。

NON-GMO

イシイフーズ　所:徳島
鶏肉(徳島県産)、玉ねぎ(国産)、パン粉、植物油、柚皮、馬鈴薯澱粉、醤油、食塩、砂糖、黒胡椒、(一部に小麦・大豆・鶏肉を含む)・賞:150日以上

78 凍 オリジナル 揚げる レンジ
阿波すだち鶏ゆず入り肉だんご
240g(約13～17個)
通常430円 **418円**(税込451円) 特価

繊維がやわらかく、クセがないのであらゆる素材と合います。

産直特価 徳島産 鹿児島産 熊本産 福岡産

省農薬

有機連合ファーム、マルワカファーム、すえひろファーム、ファーム赤松

79 蔵
白菜1／4カット
148円(税込160円)

魚の身がホクホクと取れて食べやすい魚です。煮つけに最適です。

北海道沖

齊木商店　所:兵庫
ソウハチカレイ(水揚げ地北海道／漁獲海域　北海道沖)・賞:90日以上

83 凍
宗八カレイ切身(煮つけ用)
4切280g
通常598円 **525円**(税込567円)
国産元気 12%OFF

できるだけ農薬に頼らない栽培に努めています。

産直特価 徳島産 熊本産 高知産 宮崎産

藍愛ファーム、島本、中田、佐藤、高生連、青木

省農薬

84 蔵
きゅうり
3本
258円(税込279円)

肥料バランスを考え、苦みが少なくスッキリとした味を目指しています。

産直特価 徳島産

省農薬

情熱カンパニー
80 蔵
チンゲンサイ
200g(2～3株)
188円(税込203円)

土づくりからこだわった畑で、堆肥を使って育てました。

産直特価 京都産

省農薬

丹後京みどりの会
81 蔵
九条ねぎ(根なし)
100g
188円(税込203円)

凝縮されたカキエキスのコクと鶏の旨みを合わせた中華だしです。

※通常はCaoCaoで掲載しています。

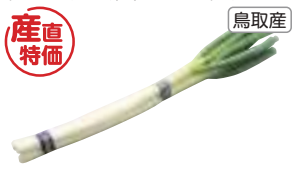
賞:2026年6月5日

味日本　所:広島
乳糖(アメリカ製造)、食塩、チキンエキスパウダー(チキンエキス(鶏(国産11.3%))、食塩、デキストリン)、カキエキスパウダー、砂糖、酵母エキスパウダー、オニオンエキスパウダー(デキストリン、オニオンエキス(玉ねぎ(国産100%)))、食用植物油脂、香辛料、粉末しょうゆ、でん粉、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)

82 オリジナル NON-GMO
中華だしの素
200g
通常420円 **368円**(税込397円)
生活応援 12%OFF

辛みと独特の甘み。塩焼きや麻婆豆腐・うどん・そばの薬味などにどうぞ。

産直特価 鳥取産



鳥取こだわり野菜の会
85 蔵
白ねぎ
300g
無農薬
328円(税込354円)
※1／2にカットした形状でお届けします。

米酢・りんご酢・一番だしをいちばん美味しい配合にしました。

ムソー　所:長野
醸造酢(米酢、りんご酢)(国内製造)、砂糖、食塩、昆布かつおだし、レモン果汁・賞:150日以上

86 NON-GMO
カンタン八芳酢
360ml
通常485円 **465円**(税込502円) 特価

自然派Style 国産シリーズ

旨み・香りを損なうことなく、色のみを薄くする事により、料理の鮮やかさ・食材の味を引き立てます。

岐阜県しょうゆ協業組合
所:岐阜
大豆(国産、遺伝子組み換え混入防止管理済み)、食塩、小麦　※塩分濃度18.9%・賞:240日以上

87 NON-GMO
自然派Style特選丸大豆醤油「豊穣の恵」うすくち
900ml
通常550円 **520円**(税込562円) 特価