

こうち生協
冷凍商品
2022

投票数1038票

人気投票結果発表!

ひまわり1月4週号の「2022 冷凍商品人気投票」にご投票いただきありがとうございました。

人気
ベスト20
商品

- | | | |
|----------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| 1位 肉コロッケ | 7位 甘酢あんかけ肉だんご | 12位 たこ焼き 1kg |
| 2位 銀座梅林ヒレカツ丼の具 | 8位 むき枝豆 | 14位 国産カットほうれん草 |
| 3位 国産若鶏からあげ 和風しょうゆ味 | 8位 国産野菜の五目あんかけラーメン | 15位 吉野家牛丼の具 |
| 4位 北海道産粒コーン | 10位 銀座梅林のヒレカツ | 16位 具だくさん豚まん |
| 4位 十勝めむろポテトサラダベース | 11位 焼ビーフン | 16位 国産チキンのナゲット |
| 6位 広島産かきフライ | 12位 骨取りさばのみぞれ煮 | 18位 10種類の具材が入った中華丼の具 |
| | | 18位 十勝めむろ皮つきフライポテト |
| | | 18位 やみつきカリカリポテト |

人気商品 おすすめコメント!



肉コロッケ

こんなに美味しくて安いコロッケに今まで出会ったことがありません。揚げても爆発しにくく、調理もしやすいです。たくさん揚げた家族でコロッケパーティーをよくやっています。

みどりのおはさん



銀座梅林のヒレカツ丼の具

カタログに掲載されていると、毎回必ず注文します。カツが柔らかく、味付けも甘すぎず、ボリュームがあります。時間がない時でも簡単にカツ丼が食べられるので重宝しています。

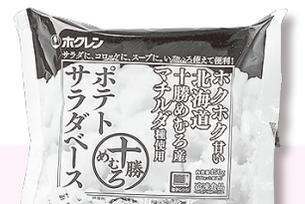
K-N



国産若鶏からあげ 和風しょうゆ味

子どものお弁当に重宝しています。夏場は凍ったまま使います。国産なので安心して使っています。

AS



十勝めむろポテトサラダベース

電子レンジで簡単に調理できるのでポテトサラダが簡単にできます。水っぽくなることなく失敗しません。北海道産のじゃがいもを使用しているのでホクホクで美味しいのはもちろん、個包装なので使用したい分だけ使えて便利です。

なのたろうのすけ



広島産かきフライ

手頃な値段でみんなの大好きなカキフライが食べられるので、よく注文します。マヨネーズとレモン、タルタルソースなどお好みでかけると最高です。

カンヌ



むき枝豆

味の良い豆は、色々な料理に使えてとても良いです。そのままおつまみに、炊き込みご飯に、揚げ物やきんちゃく包み、つぶして和え物にとレシピいっぱい、とても面白い食材で大好きです。

たんぽぽ



国産野菜の五目あんかけラーメン

初めて食べてみて、やみつきになる味でした。時には手抜きもしたいですから。担当者さんからのおすすめははずれがないので、参考に購入しています。

ひでちゃん



骨取りさばのみぞれ煮

初めて食べた生協の冷凍商品! 冷凍とは思えない程のクオリティ! やわらかく、味もしっかりしていて、これを食べて生協に入ろうと決めました。

モーリー



たこ焼き 1kg

大好きでいつも頼んでいます! レンジでチンで手軽に食べられるので、おやつや夜食にぴったりです。

みー



国産カットほうれん草

主婦の一人お昼ご飯(ラーメン・うどん・そばなど)麺類が多くなりがちですが、ほうれん草を凍ったままポンッと入れて、栄養バランスを保っています。色も良く、ハリもありいつも冷凍庫にあります。

Y

こーぶのあるくらし

見てね! **たくさんのおすすめコメントを紹介しています!**



こうち生協ホームページ「こーぶのあるくらし」私のイチオシ商品のコーナーでご投稿いただいた、商品へのおすすめコメントを紹介しています。

地域区分理事推薦希望の申し出に関する公告

役員の任期満了に伴い、役員の選任を行います。それに先立ち、下記の要領で支所別役員推薦委員会の推薦を受けることを希望する方の申し出を受け付けます。

(定款第19条、役員選任規約第7条)

記

1. 役員選任を行う総代会

第37回通常総代会 [●日時/2022年6月23日(木) 午前10:30
●場所/ホテル日航高知 旭口イヤル]

2. 2022年2月22日 第8回理事会で決定した地域区分の理事定数

地域区分組合員理事						
支所区域	中央	東	安芸	須崎	四万十	南国
定数	4名	2名	1名	2名	2名	2名

3. 申出の受付期間

2022年3月7日(月) 午前9時～ 2022年4月8日(金) 午後5時30分

4. 申し出の受付方法

所定の用紙(役員候補者推薦願)に記入の上、当該支所または本部運営企画グループに提出してください。用紙は支所または本部運営企画グループにご請求ください。

5. 申出のできる方… 2022年2月末においてこうち生協の組合員である方以上

2022年3月7日 こうち生活協同組合 理事長 佐竹 一夫

地域情報 こうち環境博 2022

ものづくり体験や参加企業の活動紹介や作品の展示を行います。

メインイベント

日時/3月19日(土) 10:00～16:00
場所/こうち男女共同参画センター「ソーレ」3階

入場無料 ※一部有料の企画有

詳しくはこちらから▶



※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、中止または内容を変更する場合があります。
★こうち生協はこうち環境博に協賛しています。

お問合せ/NPO法人環境の杜こうち
TEL 088-802-2201

3月28日(月)は2月分利用代金の再引き落とし日です。

※再引き落としに手数料200円が加算されます。

コープたんぽぽ(くらしの助け合いの会) 活動会員さん募集説明会のお知らせ

日時/3月30日(水) 10:30～11:30
場所/コープよしだ 2階 組合員活動室

高齢者宅等での家事全般のお手伝い。活動費(お手伝いに対する謝礼金)

●屋内活動 2時間 1,400円+交通費
●屋外活動 2時間 1,800円～

お申込み・お問合せ/ こうち生協 本部 コープたんぽぽ事務局

『夕食宅配』利用しませんか 配達料無料!

ご注文は1週間単位(月～金)です。

旬彩コース (税込)
(おかずのみ4品).....5日分 2,500円

お弁当コース (税込)
(ご飯とおかず5品).....5日分 2,730円

おかずコース (税込)
(おかずのみ6品).....5日分 2,880円

八彩コース (税込)
(おかずのみ8品).....5日分 3,400円

お問合せ・お申込み/こうち生協 夕食宅配係
TEL 0120-994-981

SDGs 3月4回 とさのゆさん箱

とさのゆさん箱

高知県内のおいしい物を、たくさんご紹介しています!

コクのある甘さがおいしい!

170年以上の歴史がある芸西村のサトウキビ栽培。そのサトウキビを絞って煮詰めた白玉糖を北海道産バターに加えました。パンやパンケーキにどうぞ♪



安芸郡芸西村 集落活動センターがいせい



冷蔵 NEW! 限定300個
白玉糖ミルクバター 初回お試し 本体価格 660円 (税込価格 713円)

子ども食堂を応援!

「とさのゆさん箱」の商品ご購入、1点につき1円が「高知県子ども食堂支援基金」に寄付されます。

長いもと梅しそチーズの豚肉巻き

食卓から健康サポート!



cookpad レシピページ▶

コツ・ポイント

巻いた肉が重なって厚くなると、火の通りが悪くなるので、ずらしながら厚くならないように巻いてください。

材料(2人分・6本)

- CO-OP スライスチーズ.....1枚
- 豚ロース薄切り肉.....6枚(150g)
- 長いも.....100g
- 青じそ.....3枚
- 梅干し.....1個
- 片栗粉.....小さじ2
- ごま油.....小さじ2
- 塩・こしょう.....適宜

<栄養価1人分> エネルギー/292kcal

作り方

- 長いもは1cm角ぐらいのスティック状に切り、青じそは縦半分に切る。梅干しは種を除き、叩いてペースト状の梅肉にする。
- 「CO-OP スライスチーズ」は縦長の6等分に切る。
- 豚肉を広げ、①の梅肉をを1/6量ずつ塗る。青じそとチーズをのせ、長いもを芯にして巻く。まわりに片栗粉を薄くまぶす。
- フライパンにごま油を中火で熱し、③の巻き終わりを下にして並べ、塩、こしょうを振って焼く。
- 途中転がしながら、豚肉に火が通り、全体にこんがり焼き色がつくまで焼く。
- 食べやすく切って、器に盛り、お好みで青じそを添える。

お得な! オートボックス車検

オートボックスで車検を受けていただくと...

車検基本工賃

なんと **10,000円** 割引!

組合員特典

車検をお考えの方は、オートボックスへ行く前に必ずこうち生協サービス事業部へお電話ください。

※他のサービス券、割引券との併用はできません。



対象店舗

スーパーオートボックス 高知御座
四国運輸局 指定工場 四選指第2710号
住所 TEL 高知県高知市南川添13番15号
通常営業時間 AM10:00～PM8:00

オートボックス 高知西
四国運輸局 指定工場 四選指第2711号
住所 TEL 高知市鴨部3丁目24-10
通常営業時間 AM10:00～PM7:00

お問合せ

こうち生協 本部 サービス事業部
TEL 0120-994-942
(月～金 9:00～17:30)

店舗情報 よしだ・かもべ

3月の感謝祭

お買い得品 いっぱいの3日間!!

3/24 [木]

3/25 [金]

3/26 [土]

無料「お買い物バス」利用者募集中!

お店の近くでお買い物が不便な方を対象に、月曜日～金曜日の週7回決まった曜日・時間にご自宅近くから、コープのお店まで無料で送迎バスを運行しています。詳しくは下記までお問い合わせください。



たくさん買い込んでも自宅前まで運んでくれるので、本当に助かっています。

お店のお買い得情報を発信中!



コープ よしだ



コープ かもべ

こうち生協 ホームページ



こーぶの あるくらし



コープ しこく

お問合せ/ こうち生協 本部 TEL 0120-136-201
9:00～17:30(土日除く) (088-826-5211)