



土日コース

CC-OP 生活協同組合コープこうべ



今週の献立表

	おかずコース	ごはん入りコース
5月18日 (土曜日)	<ul style="list-style-type: none"> ●豚しゃぶ ポン酢ジュレ ●高野豆腐の田楽 ●帆立風味フライ ●切干大根の洋風煮 ●からし菜と薄揚げのたいたん ●さつまいもの含め煮 ●れんこんのごまドレッシング和え ●きゃらぶき <p>◆(E)418kcal/(た)20.9g/(脂)20.7g/(炭)35.8g/(塩)2.9g ◆アレルギー/卵・小麦</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●豚しゃぶ ポン酢ジュレ ●帆立風味フライ ●切干大根の洋風煮 ●からし菜と薄揚げのたいたん ●さつまいもの含め煮 ●れんこんのごまドレッシング和え ●きゃらぶき ●ごはん <p>◆(E)473kcal/(た)15.3g/(脂)13.9g/(炭)69.3g/(塩)1.9g ◆アレルギー/卵・小麦</p>
5月19日 (日曜日)	<ul style="list-style-type: none"> ●あじの竜田揚げ ●しゅうまい ●大根と豚肉の中華煮 ●春雨の炒め物 ●白菜のさっと煮 ●なすの土佐煮 ●黒糖わらび餅 ●大豆の梅和え <p>◆(E)403kcal/(た)20.8g/(脂)18.7g/(炭)36.0g/(塩)2.0g ◆アレルギー/卵・乳・小麦</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●あじの竜田揚げ ●大根と豚肉の中華煮 ●春雨の炒め物 ●白菜のさっと煮 ●なすの土佐煮 ●黒糖わらび餅 ●大豆の梅和え ●ごはん <p>◆(E)486kcal/(た)16.9g/(脂)12.6g/(炭)72.8g/(塩)1.3g ◆アレルギー/卵・小麦</p>

次回のメニューはこちら

	おかずコース	ごはん入りコース
土曜日	<ul style="list-style-type: none"> ●温野菜のカレーソースがけ ●炒り豆腐 ●クリーミーコロケ(かに入り) ●キャベツのおひたし ●こんにゃくとごぼうの甘辛炒め ●小松菜の洋風煮びたし ●きゅうりの中華風マリネ ●ゆず入りなます 	<ul style="list-style-type: none"> ●温野菜のカレーソースがけ ●クリーミーコロケ(かに入り) ●キャベツのおひたし ●こんにゃくとごぼうの甘辛炒め ●小松菜の洋風煮びたし ●きゅうりの中華風マリネ ●ゆず入りなます ●ごはん
日曜日	<ul style="list-style-type: none"> ●赤魚のもろみ焼き ●さつまいもと玉ねぎの甘辛煮 ●野菜のふっくら玉子とじ ●カリフラワーのマスタード和え ●チンゲン菜の炒め物 ●切干大根の煮物 ●レモンゼリー(広島県産レモン入り) ●みずくわいのマヨネーズ和え 	<ul style="list-style-type: none"> ●赤魚のもろみ焼き ●野菜のふっくら玉子とじ ●カリフラワーのマスタード和え ●チンゲン菜の炒め物 ●切干大根の煮物 ●レモンゼリー(広島県産レモン入り) ●みずくわいのマヨネーズ和え ●ごはん

※献立表には主なアレルギーだけ表示しています ※メニュー内容が急に変更になる場合がございますのでご了承ください



口座引き落としのお知らせ



土日コース5月分のご請求

土日コース6月分のご請求

4月3週分 4/20(土)、21(日)

5月4週分 5/25(土)、26(日)

4月4週分 4/27(土)、28(日)

5月5週分 6/1(土)、2(日)

5月1週分 5/4(土)、5(日)

6月1週分 6/8(土)、9(日)

5月2週分 5/11(土)、12(日)

6月2週分 6/15(土)、16(日)

5月3週分 5/18(土)、19(日)

2024年6月5日(水)に
口座引き落としになります

2024年7月5日(金)に
口座引き落としになります

重要 なお、現在口座登録申請中の場合、専用振込用紙でのご入金をお願いしています。

週一宅配(こはい・ 協同購入・めーむひろば)を ご利用の組合員様へ

土日コースのご利用については、
平日コースとは別の行で掲載されております。

例)

①供給所属 … 4900(まいくるセンター土日)

②供給月日 … 「週」の終わりの日曜日日付

「週単位」で集約しております。

例えば、3月14日(土)、15日(日)ご利用分は
「3月2週扱い」となり、3月2週の日曜日の日付
「0315」(3月15日)で印字されます。

③商品名 … ユウシヨクサポート

商品名は平日コース、土日コースともに
「ユウシヨクサポート」と印字されます。 <ご利用代金請求書イメージ>

2800 00033572
320009069#

ご利用代金請求書 (口座振替のご案内) 3763
33605
1

請求年月 2015年 月分
組合員番号
担当会番号
グループ番号
口座番号

お問合せ
コープこうべ ぐらしの情報センター
0120-443-100

供給所属	供給月日	支払品番	利用方法	品名	数量	単価	当月金額	残高
	0225	1	メール				5824	
	0304	1	メール				17525	
4440	0222			ユウシヨクサポート			3590	
4440	0301			ユウシヨクサポート			3590	
4440	0308			ユウシヨクサポート			3590	
4440	0315			ユウシヨクサポート			3590	
4900	0315			ユウシヨクサポート			1334	

① ② ③

当月小計 39043 残高小計 0

当月ご請求額 39,043円

※お問い合わせは上記の担当課までお願いいたします。
なお、ご利用代金は上記のご請求書に記載の通りです。月・日・金額を全てご確認ください。
※この請求書の発行はあくまで参考です。月・日・金額を全てご確認ください。
【お問い合わせ先】 ①一斉 ②一斉分庫 ③メールサポート (050) ④お問い合わせセンター (050) ⑤お問い合わせセンター (050) ⑥お問い合わせセンター (050) ⑦お問い合わせセンター (050) ⑧お問い合わせセンター (050) ⑨お問い合わせセンター (050) ⑩お問い合わせセンター (050)

『まいくる』へのお申し込み・お問い合わせは「コープこうべぐらしの情報センター」へ

固定電話・
公衆電話
(無料) **0120-44-3100**

携帯電話・IP電話(有料) **0570-09-2100**
もしくは **06-7636-2000**

※ガイドランスに従って「2(夕食サポート『まいくる』に関するお問い合わせ)」を選択ください。

受付時間 火～土曜/8:30～19:00 日・月曜/8:30～18:00

パソコン・
スマートフォンでも見れます



土日コース

COOP 生活協同組合コープこうべ



今週の献立表

	おかずコース	ごはん入りコース
5月 25日 (土曜日)	<ul style="list-style-type: none"> ●温野菜のカレーソースがけ ●炒り豆腐 ●クリーミーコロッケ(かに入り) ●キャベツのおひたし ●こんにゃくとごぼうの甘辛炒め ●小松菜の洋風煮びたし ●きゅうりの中華風マリネ ●ゆず入りなます <p>◆(エ)425kcal/(た)11.3g/(脂)24.5g/(炭)40.8g/(塩)2.4g ◆アレルギー/卵・乳・小麦・えび・かに</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●温野菜のカレーソースがけ ●クリーミーコロッケ(かに入り) ●キャベツのおひたし ●こんにゃくとごぼうの甘辛炒め ●小松菜の洋風煮びたし ●きゅうりの中華風マリネ ●ゆず入りなます ●ごはん <p>◆(エ)517kcal/(た)11.4g/(脂)17.8g/(炭)76.2g/(塩)1.9g ◆アレルギー/卵・乳・小麦・えび・かに</p>
5月 26日 (日曜日)	<ul style="list-style-type: none"> ●赤魚のもろみ焼き ●さつまいもと玉ねぎの甘辛煮 ●野菜のふっくら玉子とじ ●カリフラワーのマスタード和え ●チンゲン菜の炒め物 ●切干大根の煮物 ●レモンゼリー(広島県産レモン入り) ●みずくわいのマヨネーズ和え <p>◆(エ)412kcal/(た)19.9g/(脂)19.2g/(炭)36.3g/(塩)2.5g ◆アレルギー/卵・小麦</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●赤魚のもろみ焼き ●野菜のふっくら玉子とじ ●カリフラワーのマスタード和え ●チンゲン菜の炒め物 ●切干大根の煮物 ●レモンゼリー(広島県産レモン入り) ●みずくわいのマヨネーズ和え ●ごはん <p>◆(エ)499kcal/(た)17.9g/(脂)14.6g/(炭)69.5g/(塩)1.7g ◆アレルギー/卵・小麦</p>

次回のメニューはこちら

	おかずコース	ごはん入りコース
土曜日	<ul style="list-style-type: none"> ●めばるの酒蒸し わかめ添え【新】 ●豆腐と野菜のふんわり天 ●春雨と野菜のごま油炒め ●フライドポテト ●ほうれん草と竹輪の和え物 ●玉子とじ煮 ●白菜のシーザーサラダ ●きゅうりの酢の物 生姜風味 	<ul style="list-style-type: none"> ●めばるの酒蒸し わかめ添え【新】 ●春雨と野菜のごま油炒め ●フライドポテト ●ほうれん草と竹輪の和え物 ●玉子とじ煮 ●白菜のシーザーサラダ ●きゅうりの酢の物 生姜風味 ●ごはん
日曜日	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏肉のあごだし唐揚げ ●里芋とさつま揚げの煮物 ●冬瓜とひじきのあんかけ ●チンゲン菜と干しえびの煮びたし ●キャベツとひらたけの炒め物 ●れんこんの金平 ●くずまんじゅう(こしあん) ●ヤングコーンのピクルス 	<ul style="list-style-type: none"> ●鶏肉のあごだし唐揚げ ●冬瓜とひじきのあんかけ ●チンゲン菜と干しえびの煮びたし ●キャベツとひらたけの炒め物 ●れんこんの金平 ●くずまんじゅう(こしあん) ●ヤングコーンのピクルス ●ごはん

※献立表には主なアレルギーだけ表示しています ※メニュー内容が急に変更になる場合がございますのでご了承ください



口座引き落としのお知らせ



土日コース5月分のご請求

4月3週分	4/20(土)、21(日)
4月4週分	4/27(土)、28(日)
5月1週分	5/4(土)、5(日)
5月2週分	5/11(土)、12(日)
5月3週分	5/18(土)、19(日)

土日コース6月分のご請求

5月4週分	5/25(土)、26(日)
5月5週分	6/1(土)、2(日)
6月1週分	6/8(土)、9(日)
6月2週分	6/15(土)、16(日)

2024年6月5日(水)に
口座引き落としになります

2024年7月5日(金)に
口座引き落としになります

重要 なお、現在口座登録申請中の場合、専用振込用紙でのご入金をお願いしています。

週一宅配(こはい・ 協同購入・めーむひろば)を ご利用の組合員様へ

土日コースのご利用については、
平日コースとは別の行で掲載されております。

例)

- ①供給所属 … 4900(まいくるセンター土日)
- ②供給月日 … 「週」の終わりの日曜日日付
「週単位」で集約しております。
例えば、3月14日(土)、15日(日)ご利用分は
「3月2週扱い」となり、3月2週の日曜日の日付
「0315」(3月15日)で印字されます。
- ③商品名 … ユウシヨクサポート
商品名は平日コース、土日コースともに
「ユウシヨクサポート」と印字されます。 <ご利用代金請求書イメージ>

2800 00033572
320009069#

ご利用代金請求書 (口座振替のご案内) 3763
33605
1

請求年月 2015年 月分
組合員番号
担当番号
グループ番号
口座番号

お問合せ
コープこうべ 暮らしの情報センター
0120-443-100

供給所属	供給月日	品名	利用方法	数量	単価	当月金額	残高
	0225	1	メール			5824	
	0304	1	メール			17525	
4440	0222		ユウシヨクサポート			3590	
4440	0301		ユウシヨクサポート			3590	
4440	0308		ユウシヨクサポート			3590	
4440	0315		ユウシヨクサポート			3590	
4900	0315		ユウシヨクサポート			1334	

① ② ③

当月小計 39043 残高小計 0

当月ご請求額 39,043円

『まいくる』へのお申し込み・お問い合わせは「コープこうべ 暮らしの情報センター」へ

固定電話・
公衆電話
(無料)

0120-44-3100

携帯電話・IP電話(有料) 0570-09-2100
もしくは 06-7636-2000

※ガイドンスに従って「2(夕食サポート『まいくる』に関するお問い合わせ)」を選択ください。
受付時間 火~土曜/8:30~19:00 日・月曜/8:30~18:00

パソコン・
スマートフォンでも見れます