

# 旬でさっぱりヘルシーメニュー



トマトパスタ



しらす丼



冷しゃぶサラダ

北海道産小麦のスパゲッティ

コープ北海道産小麦のスパゲッティ 400g

本体 **228円**  
税込 246.24円

コープ国産牛ミートソース

国産牛ミートソース 230g

本体 **178円**  
税込 192.24円

コープ国産牛ミートソース 230g×2パック

本体 **356円**  
税込 384.48円

徳島県産 トマト 1個

本体 **78円**  
税込 84.24円

フードリエ おいしい気ばり無塩せきベーコン 31g×3パック

本体 **258円**  
税込 278.64円

徳島県産(解凍) 金揚げちりめん 60g×1パック

本体 **258円**  
税込 278.64円

コープ かつお風味つゆ 2倍濃縮 500ml

本体 **208円**  
税込 224.64円

高知県産 大葉 1袋

本体 **98円**  
税込 105.84円

徳島・高知県産 細ねぎ 1袋

本体 **128円**  
税込 138.24円

高知県産 みょうが 1パック

本体 **158円**  
税込 170.64円

国内産 豚肩ロース切りおとし(冷しゃぶ用) 100g当り

本体 **228円**  
税込 246.24円

コープ 金ごまドレッシング 190ml

本体 **308円**  
税込 332.64円

長野県産 レタス 1玉

本体 **158円**  
税込 170.64円

徳島県産他 ミニトマト 1パック

本体 **198円**  
税込 213.84円

イタリア産 カットトマト パック 300g

本体 **138円**  
税込 149.04円

エカドル産(養殖・解凍) パナメイエビ 100g当り

本体 **198円**  
税込 213.84円

香川県産 ホクホのぶなしめじ 1袋

本体 **118円**  
税込 127.44円

コープ EV オリーブオイル 150g

本体 **458円**  
税込 494.64円

コープ 生協バター 180g

本体 **488円**  
税込 527.04円

徳島県産他 新たまねぎ 1ネット

本体 **178円**  
税込 192.24円

長崎県産 新メークイン 1袋

本体 **198円**  
税込 213.84円

徳島県産 きゃべつ 1玉

本体 **158円**  
税込 170.64円

徳島県産 きゅうり 1本

本体 **48円**  
税込 51.84円

コープ ごぼうサラダ マヨネーズ味 100g

本体 **148円**  
税込 159.84円

コープ 酢の物ベース 160g

本体 **158円**  
税込 170.64円

コープ ライトツナ かつお油無し(輸入) 3缶入

本体 **338円**  
税込 365.04円

コープ 早ゆでマカロニ 200g

本体 **118円**  
税込 127.44円

お惣菜 たまごの入ったポテトサラダ 100g当り

本体 **178円**  
税込 192.24円

人気惣菜 酢豚 100g当り

本体 **278円**  
税込 300.24円

新定番! 生協のしょうゆ唐揚げ 100g当り

本体 **218円**  
税込 235.44円

あじ南蛮漬(小) 3切

本体 **178円**  
税込 192.24円

あじ南蛮漬(大) 5切

本体 **280円**  
税込 302.40円

牛カルピキンパ巻 4切

本体 **338円**  
税込 365.04円

ヤンニョムチキン 100g当り

本体 **208円**  
税込 224.64円

ミツカン ラッキョ酢 1L

本体 **368円**  
税込 397.44円

ミツカン カンタンいろいろ使えま酢 500ml

本体 **298円**  
税込 321.84円

徳島県産 青梅 品揃え中!!

徳島県産 らっきょう 1袋

本体 **1,280円**  
税込 1,382.40円

高知県産 新しょうが 1パック

本体 **158円**  
税込 170.64円

スプーン 氷砂糖クリスタル 1kg

本体 **498円**  
税込 537.84円

宝酒造 ホワイトリカー 果実の季節 1800ml

本体 **1,410円**  
税込 1,551.00円

宝酒造 プランデーベースリキュール 1800ml

本体 **1,580円**  
税込 1,738.00円

菓子屋 もちもちわらび餅 200g

本体 **308円**  
税込 332.64円

コープ 国産温州みかんゼリー・国産白桃ゼリー 各130g

本体 **198円**  
税込 各213.84円

熊本・鳥取県産 すいか(サイコロカット) 100g当り

本体 **128円**  
税込 138.24円

ローゼン クッキー&クリームワッフル 1個

本体 **138円**  
税込 149.04円

ローゼン ストロベリーチーズケーキワッフル 1個

本体 **158円**  
税込 170.64円

コープ 食塩不使用ミックスナッツ 6袋

本体 **368円**  
税込 397.44円

コープ 食塩不使用ミックスナッツ 85g

本体 **268円**  
税込 各289.44円

コープ 食塩不使用ミックスナッツ 96g

本体 **268円**  
税込 各289.44円

とくしま生協 広告取扱い店

コープ北島 0120-30-4333

コープ住吉 0120-19-3938

広告売り出し期間 2026年 6月4日(木)~7日(日)

6/4日~7日 期間中、コープマネーをチャージするとチャージ金額の **2%分進呈!**

ピュアウォーター 給水無料

6/4日 冷凍食品 **40%引**

6/6日 パナナアイス **20%引**

6/7日 暮らし応援! **5%引**

バックアップデー

お知らせ 6/13日~14日 **ステーキの日**

レジ袋の価格が変更になりました。

LLサイズ 1枚 5.50円(税込)

3Lサイズ 1枚 8.80円(税込)

**木 6/4 限り** **冷凍食品の日** **40%引** **人気商品厳選20品**

一例 価格は割引後の価格となります。

<p>コープ ふくら卵のオムライス 200g <b>167円</b> 税込180.36円</p>	<p>コープ 国産若鶏チキンナゲット 240g <b>209円</b> 税込225.72円</p>
<p>コープ 牛肉と野菜煮込みミートソーススパゲティ 1食入 <b>137円</b> 税込147.96円</p>	<p>コープ ブルーベリー 140g <b>209円</b> 税込225.72円</p>
<p>コープ 炒め玉ネギ香ばしナポリタンスパゲティ 1食入 <b>137円</b> 税込147.96円</p>	<p>コープ 中華丼の具 2食入 <b>257円</b> 税込277.56円</p>
<p>コープ しっぽがないえびフライ 350g <b>588円</b> 税込635.04円</p>	<p>コープ えびピラフ 2人前 <b>299円</b> 税込322.92円</p>

<p>お1人様2本限定 各店100本限定 大野 味付卓上のり 48枚 <b>528円</b> 税込570.24円</p>	<p>徳島県産 千両なす (2本入) 1袋 <b>98円</b> 税込105.84円</p>	<p>太平洋産(解凍) 明神水産 薫焼きカツオたたきのつけ盛り 6切・1パック <b>358円</b> 税込386.64円</p>
<p>宮崎県産 桜姫鶏ムネ肉 100g当り <b>78円</b> 税込84.24円</p>	<p>宮崎県産(養殖) 生銀鮭切身 100g当り <b>358円</b> 税込386.64円</p>	<p>毎週木曜日は さくらたまご小玉の日 P.H.F.さくら卵小玉 10個入 <b>262円</b> 税込282.96円</p>
<p>お惣菜コーナー 徳島県産 桜姫鶏ムネ肉 100g当り <b>78円</b> 税込84.24円</p>	<p>お惣菜コーナー 完全トマトとチーズソースの包み揚げ 2個 <b>280円</b> 税込302.40円</p>	<p>お1人様1個限定 各店45個限定 開日野出 アトレ トイレロール2倍巻 シングル 12ロール <b>588円</b> 税込646.80円</p>

<p>水産冷凍コーナー お魚屋さんの冷凍商品の日 コープ 骨取りサバの味噌煮 3切・1パック <b>638円</b> 税込689.04円</p>	<p>水産冷凍コーナー お魚屋さんの冷凍商品の日 コープ サクッとプリプリ♪ えびフライ(特大) 1パック <b>864円</b> 税込933.12円</p>
<p>お惣菜コーナー 具材たっぷり ちらし寿司 &amp; うどんセット 1パック <b>458円</b> 税込494.64円</p>	<p>お惣菜コーナー コープ ソース焼そば 102g <b>88円</b> 税込95.04円</p>

**土 6/6 限り** **アイス 20%引 全品** ※一部商品は対象外となります。

<p>フィリピン産 バナナ 各1袋 表示価格よりレジにて <b>20%引</b></p>	<p>毎週土曜日は うなぎの日 徳島県産(養殖・解凍) 清流うなぎ蒲焼き(中サイズ) 1尾 <b>2,380円</b> 税込2,570.40円</p>	<p>お1人様1ケース(24本)限定 各店30ケース限定 コープ あずみ野の水 550ml <b>50円</b> 税込54.00円 ケース 550ml×24本入 <b>1,200円</b> 税込1,296.00円</p>
<p>徳島県産 F1(交雑種) 牛もも切りおとし 100g当り <b>478円</b> 税込516.24円</p>	<p>チリ産(養殖・解凍) 塩銀鮭切身(甘塩) 1切れ <b>158円</b> 税込170.64円</p>	<p>毎週土曜日は さくらたまごの日 P.H.F.さくら卵 10個入 <b>270円</b> 税込291.60円</p>
<p>らくれん リッチ&amp;クリーミーヨーグルト 400g <b>278円</b> 税込300.24円</p>	<p>京都の餃子 ミンミン 30個入 <b>398円</b> 税込429.84円</p>	<p>高知県産他 ピーマン 1袋 <b>128円</b> 税込138.24円</p>
		<p>コープ 全粒粉ミルクチョコビス 4袋 <b>188円</b> 税込203.04円</p>

**日 6/7 限り** **暮らし応援! 5%引 全品** **バックアップデー** ※サービスカウンターで取り扱いの商品、本酒は除きます。※一部対象外商品があります。

<p>徳島県産 F1(交雑種) 牛ステーキロイン(ステーキ用) 100g当り <b>798円</b> 税込861.84円</p>	<p>徳島県産 スイートコーン(2Lサイズ) 1本 <b>178円</b> 税込192.24円</p>	<p>毎週日曜日はお米の日 コープ 徳島県産 こしひかり 5kg <b>3,280円</b> 税込3,542.40円</p>
<p>お惣菜コーナー まぐろ入りにぎり寿司 8貫入・1パック <b>580円</b> 税込626.40円</p>	<p>本マグロ赤身入り お刺身盛り合せ 4点・1パック <b>1,080円</b> 税込1,166.40円</p>	<p>鹿児島県産(養殖・解凍) 旨水のうなぎ蒲焼(大サイズ) 1尾・1パック <b>1,780円</b> 税込1,922.40円</p>
<p>お惣菜コーナー 天重(夏) 1パック <b>480円</b> 税込513.40円</p>	<p>ニュージーランド産 サンゴールドキウイフルーツ 1個 <b>118円</b> 税込127.44円</p>	<p>コープ だし入りみそ(国産米) 750g <b>248円</b> 税込267.84円</p>