

週5日間コース継続割引実施中！！

週5日間コース継続割引とは

週のご利用が5日間で、2週以上継続してご利用くださる場合、2週目より割引価格となります。
 (1週のカウントは月曜日から始まり、金曜日までとなります。)

虹のげんき食 (ごはん別売)

おかず
6～7
種類

栄養バランスの取れた、おかずいっぱいのお弁当を毎日
お楽しみいただけます。

1食あたり 税込 価格 **620円**

週5日間コース継続割引で

1食あたり 税込 価格 **600円**

1食あたり(週平均)
 カロリー基準 塩分基準
350kcal 3.0g以下

健康バランス食 (ごはん別売)

おかず
5～6
種類

栄養バランスはしっかりと。塩分とカロリーを控え、健康管理をサポート。

1食あたり 税込 価格 **550円**

週5日間コース継続割引で

1食あたり 税込 価格 **530円**

1食あたり(週平均)
 カロリー基準 塩分基準
250kcal 2.5g以下

いきいき食 (ごはん別売)

おかず
5～6
種類

組合員のご要望をうけ、お届け日を含め4日間
保存出来るおかずを商品化。

冷蔵庫で保管して、翌日の朝や
昼のおかずとしてもご利用頂けます。
 容器の洗浄返却がむずかしい方にも
おすすめです。

容器洗浄
返却不要

1食あたり 税込 価格 **620円**

週5日間コース継続割引で

1食あたり 税込 価格 **600円**

1食あたり(週平均)
 カロリー基準 塩分基準
250kcal 2.5g以下

コープのやわらか食 (介護食分類)

日本摂食嚥下リハビリテーション学会 嚥下調整食分類2013 嚥下調整食4

おかず
5～6
種類

素材の形やおいしさはそのままに、楽に噛める柔らかさです。
 調理時間の調整や酵素を使用した調理で食材を柔らかくしました。

1食あたり 税込 価格 **620円**

週5日間コース継続割引で

1食あたり 税込 価格 **600円**

コープのやわらか食の
 カロリー／塩分は、毎週お届け
 する献立表でご確認下さい。

コープのそふと食 (介護食分類)

日本摂食嚥下リハビリテーション学会 嚥下調整食分類2013 嚥下調整食3

食べることに困難を抱えた方にも、栄養バランスと美味しさをお届けします。

食材を舌でつぶせる硬さの
ムース状にしました。

1食あたり 税込 価格 **630円**

週5日間コース継続割引で

1食あたり 税込 価格 **610円**

コープのそふと食の
 カロリー／塩分は、毎週お届け
 する献立表でご確認下さい。

バランス土日セット

おかず
5～6種類
(1食分) (ごはん別売)

土・日ご利用のご要望にお応えした
2食分のセットです。(お届けは金曜日)

2食セット

税込 価格 **1,140円**

1食あたり(週平均)
 カロリー基準 塩分基準
250kcal 2.5g以下

健康バランス食とほぼ同じ栄養価とボリュームです。
 冷蔵庫で保管して、日曜日の午後9時までの消費期限です。 **ご注意** バランス土日セットだけの利用はできません。

なごみ弁当 (ごはん付き)

おかず
5～6
種類

忙しい時でも栄養バランスは
しっかりと。ごはん付きで手軽
にお召し上がりいただけます。

1食あたり 税込 価格 **650円**

週5日間コース継続割引で

1食あたり 税込 価格 **630円**

1食あたり(週平均)
 カロリー基準 塩分基準
500kcal 2.5g以下

サラダプラス (別売)

青森県産の野菜を中心にミックスされた1
食分食べきりサイズの生野菜サラダです。
 (ドレッシング付き)
 コーン・オニオン・大根・ワカメなど5種類の
 中から日替わりでお届けします。
 (種類の指定はできません。)

1食 税込 価格 **170円**

普通ごはん (別売)

青森県産まっしぐら使用

毎週1週間のうち1日が
「かわりごはん」
になります。

200g前後
約320kcal

1食 税込 価格 **140円**

レトルトパックごはん (別売)

バランス土日セットには、
こちらをご利用ください。

1食 税込 価格 **140円**

お好みのごはんをお選びください。 ※レトルトパックは保存できます。

カップみそ汁 (別売)

日替わりでお届けいたします。
 (種類の指定はできません。)

1食 税込 価格 **150円**