9つのコースからお選びいただけます！

栄養バランス、塩分、カロリーなどに配慮した献立を日替わりでお届け

彩(いろどり)おかず盛りコース



彩りも豊かに、
おかずが充実

1食あたり本体価格 640円
8%税込 691.20円

●おかず6品 ※ごはんは付いていません
●カロリー/1食:約420kcal(週平均)
●塩分/1食:約3g(週平均)

冷蔵 製造:株式会社コープフーズ

はなやぎ御膳コース



品数が豊富で
食卓が華やぎます

1食あたり本体価格 740円
8%税込 799.20円

●おかず8品 ※ごはんは付いていません
●カロリー/1食:約470kcal(週平均)
●塩分/1食:約3.5g(週平均)

冷蔵 製造:株式会社コープフーズ

ダブルメインのボリュームしっかりおかず大コース



毎日、お肉系とお魚系の
ダブルメイン。
おかずの量もしっかり

1食あたり本体価格 770円
8%税込 831.60円

●おかず5品 ※ごはんは付いていません
●カロリー/1食:約440kcal(週平均)
●塩分/1食:約4.8g(週平均)

冷蔵 製造:藤本食品株式会社

あじわいコース



主菜が充実した
おかずのコース

1食あたり本体価格 660円
8%税込 712.80円

●おかず5品 ※ごはんは付いていません
●カロリー/1食:約430kcal(週平均)
●塩分/1食:約4g(週平均)

冷蔵 製造:藤本食品株式会社

メインしっかりおかず小コース



コンパクトだけど
しっかり栄養

1食あたり本体価格 600円
8%税込 648.00円

●おかず4品 ※ごはんは付いていません
●カロリー/1食:約370kcal(週平均)
●塩分/1食:約3g(週平均)

冷蔵 製造:株式会社コープフーズ

やわらかコース



噛む力が弱くなって
きた方におすすめ

1食あたり本体価格 560円
8%税込 604.80円

●おかず4品 ※ごはんは付いていません
●カロリー/1食:約250kcal (週平均)
●塩分/1食:約2.5g(週平均)

冷蔵 製造:藤本食品株式会社

ごはん入りコース

彩(いろどり)ごはん付きコース



季節や行事に合わせた
ごはんメニューも楽しめます

1食あたり本体価格 590円
8%税込 637.20円

●おかず5品+ごはん(140g)
●カロリー/1食:約490kcal(週平均)
●塩分/1食:約2.5g(週平均)

冷蔵 製造:株式会社コープフーズ

はなやぎ御膳ごはん入りコース



これだけで
しっかり晩ごはん

1食あたり本体価格 690円
8%税込 745.20円

●おかず7品+ごはん(140g)
●カロリー/1食:約540kcal(週平均)
●塩分/1食:約3g(週平均)

冷蔵 製造:株式会社コープフーズ

おてがる御膳ごはん入りコース



おかず3品とごはんで
少食な方にちょうどいい

1食あたり本体価格 550円
8%税込 594.00円

●おかず3品+ごはん(120g)
●カロリー/1食:約350kcal(週平均)
●塩分/1食:約2g(週平均)

冷蔵 製造:株式会社コープフーズ

『まいくる』のご利用案内

まずはご確認ください

①コープこうべの組合員ですか？
②コープこうべの口座登録はありますか？

いいえ → 訪問による手続きのあとのご利用となります。お電話の際にお申し付けください。

はい ↓

ステップ1 ご登録ご加入

「コープこうべくらしの情報センター」までお電話を。

- お名前・ご住所をお伝えください

一次受付の後、スタッフより折り返しご連絡いたします。

※一部お届けができないエリアがあります。お電話の際にご確認ください。

ステップ2 ご注文

ご希望の商品コース・数量をお伝えください。

- ご注文は週(月～金曜)で3日以上
- 初回注文～お届け
  火曜日までにご注文手続き(組合員登録・口座登録)を完了し、まいくる利用の説明をお受けになられた方
  →翌週よりお届け

※一部エリアは週(火～金)で3日以上
※ご注文は自動継続です。中止、再開、数量の変更などは前週の水曜日午前中までにお申し出ください。

ステップ3 お届け

ご自宅(組合員登録のご住所)まで担当者がお届けします

- 毎日18時までにお届けします(時間指定はできません)
- お留守の場合は保冷箱に入れてお届けします
- 冷蔵でお届けしますので、電子レンジで温めてお召し上がりください
- 容器は、各市町村の区分に従い廃棄をお願いします

※オートロック付の集合住宅はお届けできない場合がございます

ステップ4 お支払

ご登録の口座からの引き落としとなります。

※現金によるお支払いはできません。