K-260425

CO-OP コープこうべ

おいしくて、簡単。

お食事をサポート

コープこうべの おすすめ応援食

健康管理食
介護食
やわらか食

食事制限やお身体の状態に応じた毎日の食事をサポートします。
ご利用される方の状態に合わせて様々なタイプをご用意しています。



素材を生かした味
ダシは
かつおぶし・昆布から、
お米は石川県産米、
野菜は国内産を
中心に使用

管理栄養士監修
週間献立表付き

毎日食べても飽きない
豊富なメニュー

チルド・個包装で使いやすい
冷蔵でお届け
クロネコヤマト・クール便（冷蔵）でお届けします。

【写真はイメージです】
※器はご家庭でご用意ください

5日分のお食事を毎週土曜日にお届け

こんな方におすすめ！

カロリーや塩分が気になる方
自分でカロリーや塩分を気にして献立を考えるのは大変でしたが、健康管理食ならカロリー・塩分・タンパク質のコントロールができるのでたすかってます！

手軽に栄養バランスの良い食事をとりたい方
忙しくて料理を作る時間がない時も約10分で健康的な料理が用意できて満足しています。メニューも豊富で飽きないです。

離れて暮らすご家族（高齢の親・一人暮らしの子ども）が心配な方
高齢になった親の食生活が心配で申し込みました。遠方の親の食事をサポートできて母に大変喜ばれました。

体調に合わせてこちらのタイプも！

健康が気になるシニア世代に	かむ力・飲み込む力が弱くなってきた方に	健康が気になるシニア世代に
やわらか食	介護食	健康管理食
	きざみ食 / ムース食	カロリー調整食 / たんぱく調整食

※糖尿病の方、腎臓病の方、透析をされている方は、事前に主治医・栄養士にご相談ください。

まずは
お電話でご連絡ください
担当者より順次折り返しご連絡いたします

お申し込み・お問い合わせは「コープこうべ くらしの情報センター」へ

固定電話・公衆電話（無料） **0120-44-3100**

ガイダンスに従って 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。

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

【受付時間】火～土曜/8:30～19:00　日・月曜/8:30～18:00

以下の場合、
手続き完了後にサービス開始となります。
- コープこうべの組合員ではない方
- コープこうべの組合員でも、コープこうべの口座登録がない場合

詳しくはウラ面をご覧ください

身体の状態に合わせて選べる7コース・56パターン。5日分のお食事を毎週土曜日に冷蔵でお届けいたします。

■表示価格は「本体価格」に「税込参考価格」を併記しています。

ご注文は1日あたり2食×5日分＝10食分からのご利用となります。
夕食だけなど、1日あたり1食×5日分のご利用はできません。

1日あたり2食の組み合わせは、朝昼・朝夕・昼夕となります。
1日3食分の場合、朝昼夕となり、15食分となります。朝昼夕は全て別メニューで、毎日メニューが変わります。

		セット内容	1日あたり2食×5日 10食分 朝昼	1日あたり2食×5日 10食分 朝夕	1日あたり2食×5日 10食分 昼夕	1日あたり3食×5日 15食分 朝昼夕
			注文番号・金額	注文番号・金額	注文番号・金額	注文番号・金額
やわらか食	やわらか食  健康が気になるシニア世代に。うす味でやわらかめに作られた栄養バランスの良い食事です。 栄養価 エネルギー(kcal):1,500 塩分(g):10.0以下	おかずのみ 朝・昼・夕/おかず3品	1 本体価格5,560円 8%税込6,004.80円	2 本体価格5,560円 8%税込6,004.80円	3 本体価格5,820円 8%税込6,285.60円	4 本体価格8,090円 8%税込8,737.20円
		ごはん・汁物セット おかず+軟飯180g +みそ汁(具あり)	5 本体価格6,630円 8%税込7,160.40円	6 本体価格6,630円 8%税込7,160.40円	7 本体価格6,890円 8%税込7,441.20円	8 本体価格9,700円 8%税込10,476.00円
介護食	きざみ食  かむチカラが弱くなってきた方に。「やわらか食」を0.5~1㎝角に刻んであります。 栄養価 エネルギー(kcal):1,100 塩分(g):10.0以下	おかずのみ 朝・昼・夕/おかず3品	9 本体価格6,200円 8%税込6,696.00円	10 本体価格6,200円 8%税込6,696.00円	11 本体価格6,470円 8%税込6,987.60円	12 本体価格9,060円 8%税込9,784.80円
		ごはん・汁物セット おかず+全粥240g +みそ汁(具なし)	13 本体価格7,260円 8%税込7,840.80円	14 本体価格7,260円 8%税込7,840.80円	15 本体価格7,530円 8%税込8,132.40円	16 本体価格10,660円 8%税込11,512.80円
	ムース食  「かむ・飲み込む」がしやすいよう、とろみや柔らかさに配慮しました。できあがったおかずをムース状にしているので、お料理の味をそのまま楽しめます。 栄養価 エネルギー(kcal):1,000 塩分(g):10.0以下	おかずのみ 朝/おかず2品 昼・夕/おかず3品	17 本体価格6,200円 8%税込6,696.00円	18 本体価格6,200円 8%税込6,696.00円	19 本体価格6,470円 8%税込6,987.60円	20 本体価格9,060円 8%税込9,784.80円
		ごはん・汁物セット おかず+全粥240g +みそ汁(具なしトロミ付)	21 本体価格7,260円 8%税込7,840.80円	22 本体価格7,260円 8%税込7,840.80円	23 本体価格7,530円 8%税込8,132.40円	24 本体価格10,660円 8%税込11,512.80円
健康管理食	カロリー1,600調整食  カロリーを1,600kcal、塩分を8.0gに抑えた栄養バランスの良い食事です。糖尿病によるカロリー制限はもちろん、ダイエットや塩分制限されている方にも。 栄養価 エネルギー(kcal):1,600 塩分(g):8.0以下	おかずのみ 朝・昼・夕/おかず3品	25 本体価格7,220円 8%税込7,797.60円	26 本体価格7,220円 8%税込7,797.60円	27 本体価格7,430円 8%税込8,024.40円	28 本体価格10,550円 8%税込11,394.00円
		ごはん・汁物セット おかず+ごはん150g +みそ汁(具あり減塩)	29 本体価格8,280円 8%税込8,942.40円	30 本体価格8,280円 8%税込8,942.40円	31 本体価格8,500円 8%税込9,180.60円	32 本体価格12,170円 8%税込13,143.60円
	カロリー1,440調整食 カロリーを1,440kcal、塩分を6.0gに抑えた栄養バランスの良い食事です。糖尿病が気になる方にも。 栄養価 エネルギー(kcal):1,440 塩分(g):6.0以下	おかずのみ 朝・昼・夕/おかず3品	33 本体価格7,220円 8%税込7,797.60円	34 本体価格7,220円 8%税込7,797.60円	35 本体価格7,430円 8%税込8,024.40円	36 本体価格10,550円 8%税込11,394.00円
		ごはんセット おかず+ごはん120g	37 本体価格8,280円 8%税込8,942.40円	38 本体価格8,280円 8%税込8,942.40円	39 本体価格8,500円 8%税込9,180.00円	40 本体価格12,170円 8%税込13,143.60円
	たんぱく40g調整食  腎臓の負担を軽くしたい方に。たんぱく質とカリウムを抑えた減塩食です。1日のたんぱく質は、40gに調整しています。 栄養価 エネルギー(kcal):1,800 たんぱく質(g):40 カリウム(㎎):2,000以下 リン(㎎):800以下 塩分(g):6.0未満	おかずのみ 朝・昼・夕/おかず3品	41 本体価格7,540円 8%税込8,143.20円	42 本体価格7,540円 8%税込8,143.20円	43 本体価格7,870円 8%税込8,499.60円	44 本体価格11,100円 8%税込11,988.00円
		ごはんセット おかず+ごはん150g	45 本体価格8,450円 8%税込9,126.00円	46 本体価格8,450円 8%税込9,126.00円	47 本体価格8,600円 8%税込9,288.00円	48 本体価格12,370円 8%税込13,359.60円
	たんぱく60g調整食  たんぱく質を調整したい方に。カリウムやリンに配慮した減塩食です。1日のたんぱく質は、60gに調整しています。 栄養価 エネルギー(kcal):1,800 たんぱく質(g):60 カリウム(㎎):2,000以下 リン(㎎):900以下 塩分(g):6.0未満	おかずのみ 朝・昼・夕/おかず3品	49 本体価格7,540円 8%税込8,143.20円	50 本体価格7,540円 8%税込8,143.20円	51 本体価格7,870円 8%税込8,499.60円	52 本体価格11,100円 8%税込11,988.00円
		ごはんセット おかず+ごはん180g	53 本体価格8,450円 8%税込9,126.00円	54 本体価格8,450円 8%税込9,126.00円	55 本体価格8,600円 8%税込9,288.00円	56 本体価格12,370円 8%税込13,359.60円

※画像は献立と盛り付けの一例です ※器はご家庭でご用意ください ※栄養価は、ごはん、みそ汁を含む、朝昼夕の合計の目安です。

クロネコヤマト・クール便(冷蔵)でお届けします。

商品が届いたら冷蔵庫に保管願います。



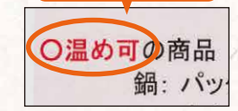
お届け時

1食ずつ袋詰めされています。喫食日にあわせてお召し上がりください。消費期限は喫食日より2~3日後なので、急な用事などで喫食日に食べられなくても無駄になりません。

コースにより多少異なりますが、概ね宅急便サイズ80(3辺計80㎝以内)または100(3辺計100㎝以内)の段ボール箱でお届けします。

食べ方

ラベルをチェック!



× 温め不可 サラダ・和え物は、そのままお皿に盛り付けるだけ

○ 温め可 揚げ物・焼き物・煮物・炒め物は温めて



お鍋にパックをいれ、水から5~10分湯せんし、お皿に盛り付けます。



食器にのせてラップをかけレンジで1~2分温め、お皿に盛り付けます。

手軽でカンタン! 食事の支度は約10分で完成!



お申し込み

- ご注文は週5日単位です。1日あたり2食または3食のご利用となります。
- セット内容は「おかずのみ」「ごはん・汁物セット」「ごはんセット」からお選びください。
- 初回注文~お届け 火曜日までに手続き完了された方 → 翌週土曜日よりお届け開始

コープこうべの組合員ではない方、コープこうべの組合員でも、コープこうべの口座登録がない場合は手続き完了後にサービス開始となります。

配送

- 週1回土曜日に5日分をクロネコヤマト・クール便(冷蔵)で組合員登録のご住所へお届けします。※配達日の指定はご遠慮ください。

お申し込み内容の変更

- ご注文は「自動継続」となります。
- 中止、再開、数量の変更などは前週の水曜日までに下記の番号へお申し出ください。ご連絡をいただいた翌週の土曜日お届け分より変更を行います。

お支払い

- ご登録の口座からの引き落としとなります。
- 現金による代金のお支払いはございません。

※献立表と納品書兼請求書を商品に同梱してお届けします。

こちらも好評

コープこうべの 夕食サポート『まいくる』



まいにちご自宅に届く コープこうべの 宅配弁当。詳しくは➡

まずはお電話でご連絡ください
担当者より順次折り返しご連絡いたします

お申し込み・お問い合わせは「コープこうべ くらしの情報センター」へ

固定電話・公衆電話(無料) **0120-44-3100**

ガイダンスに従って 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。

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

【受付時間】火~土曜/8:30~19:00 日・月曜/8:30~18:00