

## お魚の市

※産地が変更になる場合があります。

大分県産 ぶり切身 (養殖) 100g当り **278円** (税込300円)

ペルー産 解凍サーモン トラウト切身 骨取り (養殖) 100g当り **258円** (税込278円)

アメリカ産 縞ほっけ開き干 骨取り 1枚 **298円** (税込321円)

30±31日限り

お刺身盛り合わせ ●5点盛り ●まぐろづくし ●旬の魚が入った盛り合わせ など **980円** (税込1,058円)

海鮮サラダに!

チリ産 解凍サーモントラウト 刺身用サク (養殖) 100g当り **298円** (税込321円)

ペルー産 釜ゆで えび 100g当り **258円** (税込278円)

## お肉の市

オーストラリア産 牛肩ロース ●ステーキ用 ●味付一口 ステーキ用 各100g当り **258円** (税込278円)

3種の焼肉 セット 500g (セット内容) ・牛バラ・豚肩ロース・豚肩(トンドロ) **1,280円** (税込1,382円)

たまねぎ たぶり! 牛バラ焼 330g **500円** (税込540円)

味付け牛たん (塩味・解凍) 100g当り **398円** (税込429円)

産直 岩手県産 若鶏もも唐揚げ用 100g当り **128円** (税込138円)

国産 牛豚合挽肉(解凍) 100g当り **128円** (税込138円)

## 青果の市

岩手県産 生じいたけ 1パック **198円** (税込213円)

福岡県産 長なす 1袋 **248円** (税込267円)

北海道産 玉ねぎ 約600g **248円** (税込267円)

熊本県産 しらぬい 1コ **128円** (税込138円)

4コ **498円** (税込537円)

30±31日限り

台湾産 台湾パイン 1/2 カット **398円** (税込429円)

フィリピン産 バナナ 約900g **298円** (税込321円)

## 忙しい毎日を応援! いつものカレーをパワーアップ!

※写真は調理例です。

GOLDEN CURRY ●甘口 ●中辛 ●辛口 各198g **228円** (税込246円)

●ザ・スパイス 4皿分×2

スパイス **10%引** (本体価格よりレジにて)

※割引表示のあるコーナーに限りです。

～春野菜でサラダに～

茨城県・岩手県産 アスパラガス 1束 **248円** (税込267円)

鹿児島県産 新じゃが芋 約500g **248円** (税込267円)

静岡県・熊本県・長崎県産 新玉ねぎ 約500g **248円** (税込267円)

～いわて生協情報誌「ハローコープ」春号でもご案内～

CO-OP レンジでサクッと ロースとんかつ 2枚入(200g) **298円** (税込321円)

簡単! 美味しい! 大きい! レンジ調理でも衣はサクッと、お肉はやわらかくジューシー! かつ丼やかつサンドにもおすすめです。

お肉冷凍コーナー

とんかつ 90g×4 **398円** (税込429円)

国産 若子たけのこ (水煮) 150g **598円** (税込645円)

## 28(木)29(金)限り

### 春の新品

春の味覚を 天ぷらで! **188円** (税込203円)

今年とれたカキを使用。 春採れ! 三陸産カキフライ 4コ入 **358円** (税込386円)

※写真は盛り付け例です。

あじ竜田の ねぎ南蛮あんかけ 100g当り **208円** (税込224円)

※写真はイメージです。

## 30±31日限り

にぎり鮓盛り合わせ (銀鱈) 1人前 **998円** (税込1,077円)

※写真は盛り付け例です。

●やわらか ロースとんかつ ●お肉屋さんの ジャンボチキンカツ 各1枚入 **328円** (税込354円)

よりどり2パック **638円** (税込689円)

中華 オードブル **980円** (税込1,058円)

旨辛 エビチリ ソース 100g当り **348円** (税込375円)

## 毎日日替わりでご夕食応援します!! 夕市 午後4時～

※なくなり次第終了 ※コープ高松・コープ西ヶ丘は除きます。

28(木)限り すけそうだら天の野菜たっぷり南蛮あんかけ 130g **298円** (税込321円)

29(金)限り 彩り野菜のつくね巻 5本入 **298円** (税込321円)

30(土)限り チキンとにんにくのガーリックバター醤油 150g **298円** (税込321円)

31(日)限り あらびき肉団子 6コ入 **298円** (税込321円)

## 酒

※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には酒類を販売しません。飲酒運転は法律で禁止されています。マリンコープDORA酒の二重屋は別企画となります。

麒麟 本麒麟 co-op 金麦 各350ml 6缶1パック **798円** (税込877円)

サントリー サントリー 生ビール 350ml 6缶1パック **978円** (税込1,075円)

麒麟 一番搾り 350ml 6缶1パック **1,068円** (税込1,174円)

メルシャン おいしい 酸化防止剤 無添加ワイシ ふくよか 赤 1.5L **898円** (税込987円)

お買い得! 十勝 カマンベール おつまみに おすすめ! 明治 北海道十勝 カマンベール 90g **278円** (税込300円)

## 米

産直 特別栽培米 ●水沢産 ひとめぼれ ●無洗米水沢産 ひとめぼれ ●10kg **3,780円** (税込4,082円)

●5kg **1,930円** (税込2,084円)

## 焼きたて ベーカリー 恵屋 めぐみや

※向中野・牧野林・西町・アテルイ・コルザ・八幡平・あうる・北上のみの企画で、午前10時30分からの扱いとなります。

かつおだし入りの生地でタマゴサラダを包みました。 **220円** (税込237円)

## 薬

※仙北・山岸・青山・牧野林・まつぞの・アテルイ・コルザのみの扱いです。営業時間は各店舗にお問い合わせください。医薬品は、使用上の注意をよく読んでお使いください。お会計はドラッグレジをお願いします。

胃腸・整腸・便秘薬 **20%引** (本体価格よりレジにて)

小林製薬 サプリメント **10%引** (本体価格よりレジにて)