



ご予約
承ります

ご予約承り期間 1月28日(火)まで
商品お渡し日 1月31日(金)~2月2日(日)店頭にて
A・コープ友の会 会員様限定
ご予約商品に限り 友の会特別ポイントプレゼント



1/20 月限り **お惣菜** ぶっくらうなぎのちらし寿司

本体価格 8% **499**円
参考税込 **538**円

1人前 1パック

寒の土用丑 2~3人前 1パック

本体価格 8% **990**円
参考税込 **1,069**円

1/21 火限り 長野県A・コープ 信州産 信州ポークのジンギスカン

本体価格 8% **199**円
参考税込 **214**円

100g当り

長野県A・コープ A・コープ オリジナル ジンギスカン

本体価格 8% **299**円
参考税込 **322**円

100g当り

1/22 水限り 長野の名店、山小屋監修 カレーライス

本体価格 8% **399**円
参考税込 **430**円

カレーの日 1パック

お惣菜 欧風ビーフカレーコロツケ

本体価格 8% **399**円
参考税込 **430**円

3コ 1パック

1/23 木限り **本日** 友の会ポイント **3倍** サービス

JAオイルミルズ こめ油

本体価格 8% **549**円
参考税込 **592**円

900g 1本

友の会会員様 限定価格 **499**円
参考税込 **538**円

農協直販 デザートJヨーグルト

本体価格 8% **129**円
参考税込 **139**円

75g×3 1パック

友の会会員様 限定価格 **99**円
参考税込 **106**円

熊本県産 ミニとまと

本体価格 8% **89**円
参考税込 **96**円

100g当り

静岡県・太平洋産 他 かつおたたき (解凍)

本体価格 8% **199**円
参考税込 **214**円

100g当り

信州産 紅はるかの 焼き芋

本体価格 8% **159**円
参考税込 **171**円

100g当り

農協直販 温泉たまご たれ付

本体価格 8% **119**円
参考税込 **128**円

4コ 1パック

北海道産 たまねぎ

本体価格 8% **239**円
参考税込 **258**円

6~8玉 1ネット

伊藤ハム こてっちゃん 各種

本体価格 8% **249**円
参考税込 **268**円

100g当り

フィリピン・エクアドル産 バナナ

本体価格 8% **199**円
参考税込 **214**円

1袋

タカノフーズ カリッと焼ける 絹厚揚げ

本体価格 8% **139**円
参考税込 **150**円

2枚 1袋

国内産原料 しらす干し

本体価格 8% **399**円
参考税込 **430**円

100g当り

ペルー産原料 生食用煮いか スライス

本体価格 8% **199**円
参考税込 **214**円

100g当り

明治 十勝とろける スライスチーズ

本体価格 8% **229**円
参考税込 **247**円

7枚 1袋

インドネシア産原料 生食用ポイル むきエビ (バナメイ・養殖)

本体価格 8% **299**円
参考税込 **322**円

100g当り

セイメイファーム 朝採りたまごの 焼きプリン

本体価格 8% **99**円
参考税込 **106**円

150g 1コ

たらみ 濃いOkcal ゼリー各種

本体価格 8% **119**円
参考税込 **128**円

195g 1コ

本体価格 8% **330**円
参考税込 **356**円

3コ

UCC ザ・ブレンド

本体価格 8% **299**円
参考税込 **322**円

90g 各1本

インドネシア産原料 かじき

本体価格 8% **129**円
参考税込 **139**円

50g 各1切

丸美屋 釜めしの素

本体価格 8% **189**円
参考税込 **204**円

3合用 (3~4人前) 各1箱

マック食品 うちの焼そば

本体価格 8% **119**円
参考税込 **128**円

3食 1袋

ヤマキ だしの素、太徳

本体価格 8% **459**円
参考税込 **495**円

750g 1箱

信州産 信州ポーク味噌漬

本体価格 8% **199**円
参考税込 **214**円

各100g当り

日清食品 日清焼そばU.F.O.

本体価格 8% **139**円
参考税込 **150**円

各1コ

信州産豚肉と信州産 白甘ねぎの五穀酢炒め

本体価格 8% **229**円
参考税込 **247**円

100g当り

本体価格 8% **990**円
参考税込 **1,069**円

440g 1パック

日清食品 カップヌードル

本体価格 8% **139**円
参考税込 **150**円

各1コ

愛知県・栃木県 茨城県・佐賀県産 いちご

本体価格 8% **499**円
参考税込 **538**円

1パック

国産 豚挽肉

本体価格より レジにて **2**割引

トルコ産原料 定塩サーモン

本体価格 8% **249**円
参考税込 **268**円

100g当り

紀文食品 肉ワンタン

本体価格 8% **199**円
参考税込 **214**円

12粒 1パック

フジパン つぶピーナツ サンドW

本体価格 8% **89**円
参考税込 **96**円

1袋

エーコープ 煎茶宝玉

本体価格 8% **999**円
参考税込 **1,078**円

100g 1袋

信州産豚ロースの 炙りチャーシュー丼

本体価格 8% **499**円
参考税込 **538**円

1パック

からだを整えるヘルシー鍋

セール期間 1/20(月)~23(木)

韓国・太平洋産(他) びん長まぐろ お刺身(解凍) 100g当り **229円** 参考税込 247円

信州産信州ボーク・国産 豚モモ肉切落し 100g当り **159円** 参考税込 171円

信州産信州福味鶏・国産 若鶏ササミ肉 若鶏モモ肉角切り(煮込み用) 若鶏手羽元

千葉県・茨城県 埼玉県産 こんにんじん 500g 1袋 **139円** 参考税込 150円

mizkan メまで美味しい 鍋つゆ各種 ストレートタイプ **279円** 参考税込 301円

AJINOMOTO 鍋ギョーニョ 鯛と帆立の極みだし鍋 鶏だし・うま塩 **269円** 参考税込 290円

ハナマルキ 液体塩こうじ 300g 1本 **279円** 参考税込 301円

調味料 シャンタン粉末タイプ 50g 1袋 **159円** 参考税込 171円

アメリカ産 銀だら切身(解凍) 100g当り **259円** 参考税込 279円

信州産 生かき(加熱調理用) 90g 1パック **279円** 参考税込 301円

recipe 皮までひらひらリボンのごま豆腐鍋 おうちレシピはこちらから▶▶▶

recipe まぐろの焼あごだし鍋 おうちレシピはこちらから▶▶▶

recipe 鶏と白菜のフライパン鍋 おうちレシピはこちらから▶▶▶

recipe わなぎと白身魚のおろしキムチ鍋 おうちレシピはこちらから▶▶▶

お鍋におすすめ! 信州産福味鶏使用 鶏だんご 210g 1パック **299円** 参考税込 322円

長野県A・コープ 信州の豆腐 生もめん 生きぬ **149円** 参考税込 160円

信州のうどん 信州のうどん平打ち **119円** 参考税込 128円

高知県産 しょうが 80g 1袋 **149円** 参考税込 160円

新潟県産 まいたけ 白まいたけ 各100g当り **119円** 参考税込 128円

新潟県産 しょうが 80g 1袋 **149円** 参考税込 160円

長野県A・コープ 信州の豆腐 生もめん 生きぬ **149円** 参考税込 160円

信州のうどん 信州のうどん平打ち **119円** 参考税込 128円

高知県産 しょうが 80g 1袋 **149円** 参考税込 160円

新潟県産 まいたけ 白まいたけ 各100g当り **119円** 参考税込 128円

営業時間のご案内 日曜日は各店 朝9時開店

※9:30~18:00 ※各店の記載時間は月~木曜日の営業時間です。このチラシは緑文字の店舗が対象となります。※その他の店舗は別チラシにて実施しております。

マーク: インストアベカリー取扱店舗

- ファーマーズ佐久平店 10月~18日30日 ペイコ ☎(0267)88-8141
- ファーマーズうえだ店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0268)27-5580
- コアしおだ店 9月30日~18日 ☎(0268)38-3828
- ファーマーズ松代店 9月30日~18日 ペイコ ☎(026)290-6655
- ファーマーズ篠ノ井店 9月30日~18日 ☎(026)290-7272
- ファーマーズ南長野店 9月30日~18日 ☎(026)214-8877
- しんまち店 9月30日~17日30日 ☎(026)262-3429
- あんす店 9月30日~18日 ☎(026)274-2800
- ファーマーズびんぐし店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0268)81-3334
- すこう店 9月30日~18日 ☎(026)248-8888
- みゆき店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0269)81-2222
- 白馬店 9月30日~17日30日 ペイコ ☎(0261)72-6000
- ファーマーズおおまち店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0261)85-4710
- おみ店 9月30日~17日 ☎(0263)67-2009
- きそ店 9月30日~17日30日 ペイコ ☎(0264)23-3271
- 原村店 9月30日~18日 ☎(0266)79-4995
- ファーマーズ富士見店 9月30日~18日 ☎(0266)62-2090
- ファーマーズピアみどり店 9月30日~17日30日 ペイコ ☎(0266)82-2200
- ファーマーズサン・ライフ店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0266)73-1111
- 伊那中央店 9月30日~18日 ☎(0265)72-9644
- 美すす店 9月30日~17日30日 ☎(0265)72-3005
- ファーマーズこまがね店 9月~18日 ペイコ ☎(0265)81-1107
- 七久保店 9月30日~17日30日 ☎(0265)86-3735
- 宮田店 9月30日~18日 ☎(0265)84-1202
- リカまつかわ店 9月30日~18日 ☎(0265)36-2577
- たがぎ店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0265)33-4488
- ファーマーズいいた店 9月30日~18日 ☎(0265)23-7788
- あいばいいた店 9月30日~18日 ペイコ ☎(0265)26-8320
- ラックあち店 9月30日~17日30日 ☎(0265)43-2003

こだわりのポイント!

瀬戸内海の海水を赤穂漬士(赤穂蔵)で有名な高尾漬物産地で汲みあげて製造しています。製造過程で得られるにがりを含んだ味を調えています。そのにがりも赤穂市の海水を使用したオール赤穂産の塩です。

使い勝手にこだわって粒の大きさが異なる3種類の塩(並塩、白塩、平塩)を選んでいます。

大粒(白塩): ゆっくり溶けてなじみます。
中粒(並塩): 適度ににがりを含んだ塩です。
小粒(平塩): サラサラのフレーク状で早く溶けてしみ込みます。

信州産 しょうが 1kg 1袋 **219円** 参考税込 236円

信州産 しょうが 80g 1袋 **149円** 参考税込 160円

信州産 しょうが 80g 1袋 **149円** 参考税込 160円

信州産 しょうが 80g 1袋 **149円** 参考税込 160円

食卓応援

千葉県産(全農ちばより) 落花生 90g 1袋 **459円** 参考税込 495円

大袋 300g 1袋 **1,390円** 参考税込 1,501円

米久 ロースハムベーコン 他各種 100g 1パック **159円** 参考税込 171円

丸大豆製品 プチハッシュドポテト 100g 1パック **99円** 参考税込 106円

千葉県産原料 大羽いわし丸干し 3尾 1パック **299円** 参考税込 322円

長崎県産原料 真あじ開き 2枚 北海道産原料 真ほろけ開き 2枚 国内産原料 塩では開き(半身) 2枚 金目鯛開き 1枚 アメリカ産原料 赤魚開き 2枚 各1パック **499円** 参考税込 538円

宮崎県産原料 うなぎ蒲焼(養殖) 140g 1尾 **2,590円** 参考税込 2,797円

23日はアーモンドの日 クリコアーモンド効果! 各種 200ml 1本 **119円** 参考税込 128円

フジリン ネオバターロール各種 62 1パック **169円** 参考税込 182円

雪印メグミルク 恵ガゼリ菌SP株ヨーグルトドリンクタイプ 100g 1本 **109円** 参考税込 117円

お惣菜

信州味噌で煮込んだ信州産もつ煮 100g当り **249円** 参考税込 268円

信州産 紅はるかの大学芋 100g当り **199円** 参考税込 214円

旬を食べよう! たらすの芽の天ぷら 1パック **399円** 参考税込 430円

ほうれん草入り ささみフライ 6枚 1パック **399円** 参考税込 430円

ビーフシチュー コロッケ 5コ 1パック **299円** 参考税込 322円

冷凍食品 ニッスイ ほうれん草入りほうれん草 3種のおがす 6カップ 1パック **259円** 参考税込 279円

日用品

エースベカリー 厚切りバウムクーヘン(63入) ●くちどけチョコがけバウムクーヘン 63入 **299円** 参考税込 322円

フジッコ ふじっ子大袋 46g 1袋 **199円** 参考税込 214円

花王 柔軟剤ハミング つめかえ用 各種 450g 1パック **189円** 参考税込 207円

大王製紙 ビーチキッチンタオル 40~50 1枚 **189円** 参考税込 207円