



# 生活クラブ

## 福祉クラブ



申込締切

5/ 29・30・31 6/ 1・2・3

配達

6/ 5・6・7・8・9・10

集金 / 7月

6月1回配達 6月5日～6月9日

えくらぶ インターネットでも注文できます!  
https://shop.seikatsclub.coop/ecub\_top.html



### ワーカーズそうざい

届いたその日にお召し上がりください。



W.Co クックふじさわ

生産者 (W.Co) :  
ぼと・クックふじさわ・  
キッチンかまくら・  
なご味・ばかばか  
このみ

夏先取りでカレー味のチキンカツと、パンチの効いたナスをおかずにしてはいかがですか。

今週の「よやく・おまかせそうざい」はコレ!  
予約登録すると週替わりで別のそうざいが届きます



盛付例

原材料:鶏むね肉、なたね油、ヨーグルト、パン粉、卵、小麦粉、カレー粉、長葱

799 **よ** 803831  
そうざい: カレー風味チキンカツ  
130g以上

500円(税込540円)

冷蔵

鶏むね肉は低脂肪で疲れにくくなるとされる物質も含むヘルシー食材です。カレー味のカツに仕立てました。パンにはさんで食べても美味しい一品です。1パック626Kcal、塩分0.6g

7/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)



盛付例

原材料:ピーマン、長ネギ、菜種油、葱、丸大豆醤油、食酢、赤ピーマン(赤パプリカ)、生姜、菜精糖、にんにく、豆板腐

800  
そうざい:  
なすのスタミナ中華和え  
140g以上  
640円(税込691円) 冷蔵

にんにくが効いた、夏にぴったりのそうざい。豆板腐も使用し中華風に仕上げました。直前まで冷蔵庫で冷やして召し上がり下さい。1パック194Kcal、塩分1.1g

7/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)



毎週  
801 **GM**  
国産小麦食パン(6枚)  
440g

355円(税込383円)

毎週 803861 344円(税込372円)

主要原材料の小麦粉に、国産の小麦粉を使用しました。使用原材料にこだわった食パンです。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



次 7月1日  
802 **GM**  
国産小麦食パン(10枚)  
440g

355円(税込383円)

サンドウィッチなどにちょうどいい、10枚薄切ります。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



次 6月3日  
803 **GM**  
こだわりの国産小麦白神食パン  
360g

372円(税込402円)

白神こだま酵母使用。油脂を一切配合していない北海道産小麦の香り豊かな食パン。1個(推定値)788.6Kcal、塩分3.79g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



毎週  
804 **NON GM**  
イギリス食パン(3枚)  
221g

265円(税込286円)

トーストするとサクッと軽い食感です。1袋524Kcal、塩分2.0g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



毎週  
805 **GM**  
レーズン食パン(3枚)  
210g

306円(税込330円)

生地の甘さを抑え、国産小麦の風味を生かしました。はちみつや練乳をつけても甘くなりません。1袋500Kcal、塩分1.43g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日

原材料高騰を受け、今回より(予約)国産小麦バターロールを含む一部のパン類が価格改定となります。



毎週  
806 **GM**  
国産小麦バターロール  
41g×4

333円(税込360円)

小麦粉、バター、卵をたっぷりと使用した、オルタフーズの自信作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



次 7月1日  
807 **GM**  
国産小麦ベグル  
100g×3

307円(税込332円)

生地にくせのないプレーンのベグルです。お好みの具材をサンドしてお召し上がりください。1個(推定値)219.5Kcal、塩分1.06g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



次 7月1日  
810 **GM**  
ミルクパン  
51g×5

425円(税込459円)

水を一切使用せず、牛乳で仕込みました。練乳のやさしい甘さが特徴です。1個166.9Kcal、塩分0.27g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



次 6月3日  
812 **GM**  
チョコレートパイ  
397g

1,259円(税込1,360円)

チョコレートと自家製のミルクココアフィリングをたっぷり入れた甘いもの好きの方にオススメのパイです。パイ生地はサクサクして濃厚なフィリングとよく合います。

1袋(推定値)1677Kcal、塩分1.71g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎8日



次 7月1日  
116831 **GM**  
おとなの珈琲クッキー  
16個

668円(税込721円)

ほんのりコーヒー味の生地にチョコチップを混ぜたクッキーです。甘さ控えめでお子さんもおいしく食べられます。1個(推定値)46Kcal、塩分0.01g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎14日



次 7月1日  
127736 **GM**  
甘食  
5個

300円(税込324円)

昔なつかしい山型パン。ホッとするやさしい甘さ。おやつにも軽食にも。1袋656.9Kcal、塩分0.45g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎30日



811 **NON GM**  
ココアクリームデニッシュ  
69g×2

412円(税込445円)

オルタフーズ自家製ココアクリームを使用したデニッシュパンです。1個346.4Kcal、塩分0.76g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎3日



812 **GM**  
チョコレートパイ  
397g

1,259円(税込1,360円)

チョコレートと自家製のミルクココアフィリングをたっぷり入れた甘いもの好きの方にオススメのパイです。パイ生地はサクサクして濃厚なフィリングとよく合います。

1袋(推定値)1677Kcal、塩分1.71g

7/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ◎8日

