

食べものを生命の根源とし、自然・地球を守る運動へ！

19号 2022年 8月2週

8月請求書は17号から20号

# なちゅらる

生活協同組合 ナチュラルコ-opヨコハマ TEL 045(895)2525  
商品クレーム・誤配専用フリーダイヤル FAX 045(895)2331  
お問い合わせ (8:30~17:00、土日除く) 0120(558)380

注文書提出日	8/ 1	2	3	4	5
定例企画配達日	8/ 8	9	10	11	12
特別企画配達日	8/ 15	16	17	18	19

ホームページ、FAX専用紙でのご注文

<https://www.naturalcoop.jp/> 045(895)2331

注文書提出日の翌朝 9:00まで受付、また提出日より事前にご注文いただけます  
ご利用登録も上記アドレスから



栄養満点

## まぐろと納豆の ねばねば丼

食欲がなくてもペロリと食べられる、具材をご飯に載せるだけ。まぐろ、納豆、たくあんやオクラ、それ以外にも長芋、めかぶ、キムチをのせたりと、栄養をつけましょう。

※調理例

**特価**

**316**  
メバチマグロ短冊  
100g 通常税込626円を  
**550円** 税込**594円**

**特価**

**379**  
国産小粒納豆雪こつぶ  
30g×3連(タレ・カラシ付)  
**170円** 税込**184円**

**大特価**

**470**  
たくあん漬  
150g 通常税込486円を  
**420円** 税込**454円**

**特価**

**160**  
千葉さんのオクラ  
約100g 通常税込192円を  
**165円** 税込**178円**

**特価**

**543**  
国産生おろしわび  
40g 通常税込432円を  
**384円** 税込**415円**

**特価**

**583**  
豆かんてん(黒みつ)  
155g 通常税込259円を  
**222円** 税込**240円**

**特価**

**584**  
きな粉黒みつ寒天  
160g 通常税込265円を  
**226円** 税込**244円**

**特価**

**585**  
黒ごまきな粉寒天  
165g 通常税込265円を  
**230円** 税込**248円**

本物の寒天でしか  
味わえない  
磯のかおり  
ひんやり  
おやつ

国内産の天草を直接煮だして作った  
純粋な寒天を使用し、しなやかさと  
コシ、風味のある食感が特長です。

### 特別企画品

特別企画の注文欄に  
6ヶ々番号でご記入ください

- くらしと生協 / ●だんらん / ●日本の旨い / ●第3世界ショップ特集 / ●お酒 / ●本実晴天 / ●ナチュラルケア / ●クワントバスタスタイル
  - うさぎ百貨 / ●守りたい伝えたい職人の道具 / ●Aruto-E / ●すまいる・らいふ
- 翌週配達 ○キャロット931222 / ○スクロール / ○味めぐり