

KITCHEN MEMO

2026年
4月1回

保存版

このマークが目印!

4月・5月は

えっ!
こんなに!?



お得が150品以上!

※お得な価格での対象期間は商品により異なります ※予告なく商品・価格・規格が変更になる場合があります

「今回企画」欄に●印がついている商品は今回ご注文いただけます! 『くらしのキャンバス』をご覧ください。

対象期間	今回企画	商品名・規格	くらし応援価格	
4月	●	海老・いかかき揚げ 5種の国産野菜入り 260g(4枚)	本体458円(税込495円)	
	●	焼おにぎり 香ばし醤油 450g(10個)	本体358円(税込387円)	
	●	ふんわり包んだオムライス 200g	本体258円(税込279円)	
	●	中華丼の具 180g×2	本体358円(税込387円)	
	●	チキンライス 230g×2	本体398円(税込430円)	
	●	鶏ごぼうピラフ 230g×2	本体398円(税込430円)	
	●	パラッと炒めた本格炒飯 230g×2	本体458円(税込495円)	
	●	銀座梅林のヒレカツ丼の具 180g×2	本体598円(税込646円)	
	●	レンジで!えび天丼の具 180g(2食)	本体458円(税込495円)	
	●	ひとくち五目のれんこんもち 150g(標準9~11個)	本体268円(税込289円)	
	●	しいたけ肉詰め天 144g(6個)	本体358円(税込387円)	
	●	れんこん海老しんじょはさみ揚げ 186g(6個)	本体358円(税込387円)	
	●	便利なクッキングミニ厚揚げ スライス 280g(標準28個)	本体358円(税込387円)	
	●	冷凍 国産大豆のカット絹豆腐 470g	本体278円(税込300円)	
	●	とうふバーグ(ひじき) 270g(3枚)	本体428円(税込462円)	
	●	豆腐バーグ 320g(4枚)	本体358円(税込387円)	
	4月 5月	●	水・油いらずパリッと羽根つきの餃子 300g(12個)	本体178円(税込192円)
		●	冷凍ささみうす揚げ 150g	本体198円(税込214円)
		●	讃岐えび天鍋焼うどん 572g(2食)	本体498円(税込538円)
		●	冷凍讃岐細うどん 200g×5	本体278円(税込300円)
●		長崎風ちゃんぽん 562g(2食)	本体498円(税込538円)	
●		牛挽肉と赤ワインのうまみ広がるポロネーゼ 260g(1食)	本体188円(税込203円)	
●		海老のフリーミートマトスパゲッティ 270g(1食)	本体188円(税込203円)	
●		4種きのこほうれん草の和風醤油スパゲッティ 270g(1食)	本体188円(税込203円)	
●		ナポリタンスパゲッティ 270g(1食)	本体188円(税込203円)	
●		プロッコリー 500g	本体458円(税込495円)	
●		若鶏もものり巻きチキン 250g	本体498円(税込538円)	
●		プチささみフライ(チーズ入り) 400g	本体598円(税込646円)	
●		ごまかぼちゃ 162g(6個)	本体278円(税込300円)	
●		甘辛味のソースとんかつ 240g(標準9~11個入)	本体298円(税込322円)	
●		たこ焼 増量 1kg(40+10個)	本体598円(税込646円)	

対象期間	今回企画	商品名・規格	くらし応援価格	
4月 5月	●	ニラチヂミ 250g(10切)	本体358円(税込387円)	
	●	サーモンたたき身丼の具 40g×4(添付たれ付)	本体698円(税込754円)	
	●	むきえび 170g	本体458円(税込495円)	
	●	骨取りぶりのみぞれ煮 210g(3切) (固形量150g)	本体548円(税込592円)	
	●	手持ちからふとししゃも 160g	本体298円(税込322円)	
	●	豚肩ロース包み焼き 230g(10個)	本体478円(税込516円)	
	●	ピーマン肉詰め 180g(6個)	本体478円(税込516円)	
	●	ふっくらジューシー生ハンバーグ 100g(1個)	本体178円(税込192円)	
	●	九州産若鶏のレバーうま煮 120g	本体218円(税込235円)	
	4月 5月	●	手揚げ風油あげ 2枚	本体98円(税込106円)
		●	乳酸ドリンク 65ml×10	本体198円(税込214円)
		●	とろまろヨーグルト (70g×3)×2	本体258円(税込279円)
●		鉄分とカルシウムがとれるキャンディーチーズ 120g	本体298円(税込322円)	
●		とろけるスライスチーズ 112g(7枚)	本体208円(税込225円)	
●		スライスチーズ 112g(7枚)	本体208円(税込225円)	
●		チーズがとろ〜りミニピザ 5枚	本体298円(税込322円)	
●		国産コーンとベーコンのミニピザ 5枚	本体298円(税込322円)	
●		ごぼうサラダ(マヨネーズ味) 100g×2	本体328円(税込354円)	
●		梅ちりめん 44g	本体328円(税込354円)	
●		野沢菜ちりめん 55g	本体328円(税込354円)	
●		おさかなソーセージ 160g(8本)	本体238円(税込257円)	
●		サラダフレーク 72g×2	本体258円(税込279円)	
●		ちくわ 104g(4本)	本体98円(税込106円)	
●		国産大豆のべんりな木綿豆腐 300g(2個)	本体108円(税込117円)	
●		にがり充てんとうふ(北海道産大豆使用) 200g×2	本体118円(税込127円)	
●		北海道の小粒納豆 40g×3	本体98円(税込106円)	
●		種小粒納豆 40g×3	本体68円(税込73円)	
●		毎日新鮮ロースハム 37g×4	本体298円(税込322円)	
●		パリッとジューシー あらびきポークウィンナー 90g×2	本体278円(税込300円)	
●	テリヤキミートボール 75g×3	本体278円(税込300円)		

対象商品は食品・家庭用品合わせて150品以上! P.8もご覧ください

この機会が
お得だよ!



●このカタログの利用に関しては、ご利用生協の宅配事業に関する約款等に基づきます。
●「税込価格」は目安価格です。本体価格に軽減税率1.08、又は標準税率1.1を掛け、小数点以下を四捨五入した価格です。

●限定数(抽選数)は取り扱い生協全体の数です。
●実際には各生協ごとに割り当て数があるため、全体の当選者数は表示の数を下回る場合があります。

お気に入りを見つけてね コープの食パン

しっとり&甘みのある食パンがお好みの方に

★推しポイント

とっても甘く、小麦の風味しっかり!

そのまま食べたときの
しっとり甘い感じが
気に入りました。



「キッチン・メモ」編集スタッフ 安藤

●生クリーム入り

生地に練り込むことで、ほんのり甘く
焼かなくてもおいしく食べられる味わいに。

●「ゆごね生地」配合

小麦の一部を温水で処理・熟成させた
「ゆごね生地」を配合することで、
もっちり食感を実現しました。

毎週カタログに載っている食パン。
毎日食べるからこそ、
しっかり選びたいですね。
そこでキッチン・メモ編集部で
食べ比べてしてみました。



743 毎週企画 4枚
(226kcal・食塩相当1.0g
/1枚90g(平均重量))

744 毎週企画 5枚
(180kcal・食塩相当0.8g
/1枚72g(平均重量))

745 毎週企画 6枚
(151kcal・食塩相当0.7g
/1枚60g(平均重量))

スリーエスフーズ

co-op 熟仕込食パン 1斤
小麦・乳 消費期限:お届け日を含め4日



小麦粉: 国内製造

A~5月月間特売
本体 158円
(税込 171円)

写真は6枚切です

アレンジして 食べたい方に

★推しポイント

ふんわり系で、甘み少なく
あっさり

トーストや
サンドに
Best!



小麦粉: 国内製造



748 毎週企画 5枚
(190kcal・食塩相当0.8g
/1枚)

749 毎週企画 6枚
(159kcal・食塩相当0.7g
/1枚)

写真は6枚切です

異製粉

生協限定 生協の食パン 1斤
小麦・乳 消費期限:お届け日を含め4日

いつもおトク
本体 100円
(税込 108円)

飽きずに 食べ続けたい方に

★推しポイント

ふんわり&しっとり、
ほどよい甘さ

名前の通り
毎日飽きずに
食べられる



小麦粉: 国内製造

47 毎週企画 4枚
(226kcal・食塩相当1.0g
/1枚87g(平均重量))

48 毎週企画 5枚
(181kcal・食塩相当0.8g
/1枚70g(平均重量))

49 毎週企画 6枚
(151kcal・食塩相当0.7g
/1枚58g(平均重量))

湯ごね配合

スリーエスフーズ

co-op 毎日食パン 1斤 本体 128円
小麦・乳 消費期限:お届け日を含め4日 (税込 138円)

写真は6枚切です

もっちりパンが お好きな方に

★推しポイント

食感もっちり!
焼いたらサクサク

小麦の風味が
感じられる



小麦粉: 国内製造

752 毎週企画 5枚
(194kcal・食塩相当0.8g
/1枚76g(平均重量))

753 毎週企画 6枚
(161kcal・食塩相当0.7g
/1枚63g(平均重量))

写真は6枚切です

YKベーキングカンパニー

co-op 熟成ロイヤル 1斤 本体 248円
小麦・乳 消費期限:お届け日を含め3日 (税込 268円)

香ばしさを 感じたい方に

★推しポイント

見た目に反してしっとり
焼いたらミミがサクサク

ライ麦の
香ばしさと
甘みが
Good



小麦粉: 国内製造

754 毎週企画 5枚 (186kcal・食塩相当0.6g
/1枚69g(平均重量))

755 毎週企画 6枚 (157kcal・食塩相当0.5g
/1枚58g(平均重量))

スリーエスフーズ

co-op 全粒ライ麦ブレッド山型 本体 258円
小麦・乳 消費期限:お届け日を含め3日 (税込 279円)

ライ麦は穀類全体に対して16.6%配合

ふわっと海の香り
おさかな

トースト



しらすチーズトースト



鮭マヨトースト

ごはんはもちろんパンにも合います! /

秋鮭:北海道またはロシア産

塩分 約3%

お一人様 2点まで

小さめサイズ ざる:直径約19cm

1 冷凍 4月 2回 シーサット

塩秋鮭切身 (中辛口) 220g(4切)

スーパープライス
本体 488円
(税込 527円)

1切あたり 本体 122円

(129kcal・食塩相当3.1g / 100g)

秋鮭:北海道またはロシア産

塩分 約1.5%

お一人様 2点まで

小さめサイズ ざる:直径約19cm

2 冷凍 4月 3回 シーサット

塩秋鮭切身 (甘口) 220g(4切)

スーパープライス
本体 488円
(税込 527円)

1切あたり 本体 122円

(131kcal・食塩相当1.6g / 100g)

ネット注文のいいところご紹介! インターネット注文eフレンズ

期間 4月1回・4月2回・4月3回

要エントリー 5商品をお気に入り登録すると 抽選で1,000名様に ポイントプレゼント!

さらに 抽選で200名様にコープ商品つめ合わせが当たる!



キャンペーンのエントリーは「eフレンズ(4月1回・2回・3回)」サイト内から!

カタログに載った時には必ず注文したい商品があるのに注文しそびれちゃった!



そんなあなたに



お気に入り登録がおすすめです!

お気に入り商品の登録で、いつものお買物がもっと便利に!

Before: お気に入りのお菓子、今週はないんだ... (Illustration of a girl looking at a catalog)

After: お気に入り登録しているから買い逃さないもんね! (Illustration of a girl smiling while shopping on a smartphone)

ベビー・キッズの食品や日用品はインターネット注文eフレンズからいつでも注文OK!

ベビー・キッズの必需品あれこれ揃えます

離乳食づくりや手づかみ食べにぴったりな商品も掲載しています。原材料やアレルギー表示、クチコミも見るができます。



ご注文は、インターネット注文サイト eフレンズ をご覧ください



eフレンズでのお買物は簡単・便利・おトクで楽しい! ぜひこの機会に登録してわん!



登録無料

eフレンズ登録はコチラから

きんきeフレンズ

検索

https://efriends.kinki.coop/

※既に登録されていてログインできない方も、「パスワード再通知」や「再登録」の手続きですぐに再開できます。



動画で登録方法をご紹介します





対象商品は全部で150品以上!

表紙でご紹介しきれなかった、
対象商品はこちら!

対象企画回	今回企画	商品名・規格	くらし応援価格	
パン	●	バターロール 6個	本体128円(税込138円)	
		レーズンロール 5個	本体118円(税込127円)	
		● 熟仕込食パン (4枚)1斤	本体158円(税込171円)	
		● 熟仕込食パン (5枚)1斤	本体158円(税込171円)	
		● 熟仕込食パン (6枚)1斤	本体158円(税込171円)	
		● モーニングワッフル 8個	本体278円(税込300円)	
		● モーニングクロワッサン 8個	本体498円(税込538円)	
		● ブラウンサーブロール 10個	本体278円(税込300円)	
		● ブラウンサーブロールクルミ 8個	本体298円(税込322円)	
		ストロップ品	●	4月 ● 味パック (10.5g×8)×3
● きび砂糖 750g	本体358円(税込387円)			
● マヨネーズ(全卵タイプ) 400g	本体238円(税込257円)			
● 野菜たっぷり和風ドレッシング 500mL	本体398円(税込430円)			
● 深煎り胡麻ドレッシング 500mL	本体398円(税込430円)			
● 塩ラーメン(コク塩バター風味) 61g(1食)	本体89円(税込96円)			
● 醤油ラーメン(鶏だししょう油味) 63g(1食)	本体89円(税込96円)			
● クリーミーポロネーゼ 120g(1人前)×3	本体358円(税込387円)			
● ミートソース 220g(2人前)×3	本体428円(税込462円)			
● 麻婆豆腐の素(国産ひき肉入り) 甘口 200g(3~4人前)×2	本体258円(税込279円)			
● 麻婆豆腐の素(国産ひき肉入り) 中辛 200g(3~4人前)×2	本体258円(税込279円)			
● とりそばろ 60g×2	本体298円(税込322円)			
● 味付のり卓上タイプパウチ(韓国産のり使用) 10切100枚(板のり10枚)	本体398円(税込430円)			
● 素材そのまま シーチキンマイルド オイル無添加 70g×3	本体378円(税込408円)			
● ホットケーキミックス 600g(200g×3)	本体268円(税込289円)			
● シナモン&アップルジャム 260g	本体398円(税込430円)			
5月	● ソース焼そば 102g(1食)			本体100円(税込108円)
	● たまごスープ 10食			本体498円(税込538円)
	● 沖縄県産もずくスープ 10食			本体658円(税込711円)
	● 大豆ドライパック 140g×3			本体448円(税込484円)
菓子	●	● チョコアイスボール(ファミリーパック) 20粒×3種(10mL×60)	本体828円(税込894円)	
		MOW3(モウズリー) 75mL×6	本体548円(税込592円)	
		● ふんわり今川焼 北海道小豆の小倉あん 370g(5個)	本体298円(税込322円)	
		● 厚切りバウムクーヘン 8個	本体358円(税込387円)	
		● 厚切りバナナバウム 8個	本体358円(税込387円)	
		● 食塩不使用ピスタチオミックス(食物繊維) 10袋(160g)	本体898円(税込970円)	
		● 果汁100%ミニカップゼリー 15g×20	本体298円(税込322円)	
飲料	●	● オーツ麦たっぷりフルーツグラノーラ 800g	本体880円(税込950円)	
		● 完熟バナナスムージー 125mL×12	本体980円(税込1,058円)	
		● 野菜ジュース 食塩無添加 900g×6	本体1,280円(税込1,382円)	
日用品消耗品	●	4月2回 スコッティ/フラワーパック1.5倍長持ち 8ロール	本体348円(税込383円)	
		4月 ● ネピア/プレミアムトイレトロール 12ロール	本体528円(税込581円)	
		4~5月 ● ネピア/ネビネビティッシュ 150組×5箱	本体278円(税込306円)	
		5月2回 ● クリネックス/クリネックスティッシュ 180組×5箱	本体378円(税込416円)	
		5月 ● アルコール除菌ウェットティッシュ 80枚×3袋	本体278円(税込306円)	
		4~5月 ● ネピア/激吸キッチンタオル 100カット×4ロール	本体358円(税込394円)	
		4月3回 ● 薬用重曹卵殻はみがき 120g	本体880円(税込968円)	
		5月1回 ● ライオン/システムEXハミガキ 130g	本体278円(税込306円)	
		4月 ● ライオン/グリニカアドバンテージ タテ型 130g	本体268円(税込295円)	
		4月 ● 「磨きやすい」歯ブラシしっかり磨けるタイプ ふつうレギュラー 6本組	本体678円(税込746円)	
		5月 ● 「磨きやすい」歯ブラシ 毛先が細いタイプ ふつう 6本組	本体678円(税込746円)	
		5月4回 ● 職人の舌クリーナー やわらかめ 2本組	本体458円(税込504円)	
		4月 ● 高濃度パワー 酸素系漂白剤 つめかえ用 960mL	本体258円(税込284円)	
		5月2回 ● 花王/キュキュット つめかえ用 1250mL	本体498円(税込548円)	
		5月 ● 花王/アタック抗菌EX レギュラー つめかえ用 1590g	本体748円(税込823円)	
		5月 ● 花王/アタック抗菌EX 部屋干し用 つめかえ用 1520g	本体748円(税込823円)	
		5月3回 ● プロの部分汚れ洗剤ウルトラホワイト 200mL	本体980円(税込1,078円)	

対象企画回	今回企画	商品名・規格	くらし応援価格
日用品消耗品	●	4月 ● キッチンブリーチ(塩素系) 600mL	本体88円(税込97円)
		● トイレブリーチ(塩素系) 500mL	本体168円(税込185円)
		4月 ● フローリングクレーシート 2個	本体278円(税込306円)
		5月 ● 業務用除菌ウェットワイパー 30枚	本体358円(税込394円)
		● 簡易フィット手袋 100枚入	本体950円(税込1,045円)
		4月4回 ● 不織布活性炭フィルター 5個組	本体2,280円(税込2,508円)
		4月 ● 再生原料使用水切りゴミ袋エコボンリック 120枚	本体648円(税込713円)
		● 立体使いいきりマスク 30枚入	本体598円(税込658円)
		4月 ● 防水・フィットサニープ 3サイズ50枚 (絆創膏)	本体238円(税込262円)
		5月 ● カラフルお弁当ケース	本体298円(税込328円)
生活雑貨・衣料品	●	5月 ● 薬用レディース加美乃素B C 150mL	本体1,080円(税込1,188円)
		● フリーザーバッグ(デザインタイプ) 箱入	本体218円(税込240円)
		4月1回 ● スゴ切れ 野菜調理器セット	本体980円(税込1,078円)
		● ステンレスゆきひら鍋 植目付 18cm	本体980円(税込1,078円)
		5月3回 ● 目盛り付き ステンレスゆきひら鍋 18cm	本体880円(税込968円)
		4月5回 ● コーヒードリップバッグホルダー	本体1,380円(税込1,518円)
		4月2回、5月3回 ● 三徳包丁 永切れ王	本体1,080円(税込1,188円)
		4月3回 ● パートナー ちっちゃな万能包丁	本体980円(税込1,078円)
		4月4回 ● 関孫六 三徳の友 (包丁)	本体1,980円(税込2,178円)
		4月2回 ● リラカン I H対応広口ケトル 2.5L	本体1,880円(税込2,068円)
日用品消耗品	●	4月4回 ● スリムジャブII 1.1L グリーン	本体980円(税込1,078円)
		● I Hゴールドマーブルフライパン 26cm	本体2,980円(税込3,278円)
		4月3回 ● I Hゴールドマーブルフライパン 24cm深型	本体2,780円(税込3,058円)
		● I Hゴールドマーブルフライパン 28cm深型	本体3,380円(税込3,718円)
		5月3回 ● 燕三条 鉄製フライパン 18cm	本体980円(税込1,078円)
		5月4回 ● 軽量IHダイヤフライパン 26cm	本体2,480円(税込2,728円)
		5月1回 ● グリルのお手入れ簡単焼魚トレー マーブル	本体880円(税込968円)
		● グリルのお手入れ簡単焼魚トレー マーブル ワイド	本体980円(税込1,078円)
		5月2回 ● シリコンふた 3点セット	本体498円(税込548円)
		5月3回 ● 発酵食堂 漬物ポット	本体1,280円(税込1,408円)
日用品消耗品	●	2WA Y 棕櫚束子(しゅろたわし) ささら	本体648円(税込713円)
		4月1回 ● 座ぶとん保存袋	本体780円(税込858円)
		4月2回 ● 綿混座布団カバー 藍空 5枚組	本体2,580円(税込2,838円)
		4月4回 ● 座布団カバー ミモザ 5枚組	本体2,680円(税込2,948円)
		4月3回 ● 綿ガーゼプリントごろ寝座布団	本体2,680円(税込2,948円)
		● ジャンボクリップハンガー 8本組	本体880円(税込968円)
		4月1回 ● 国産徳用白タオル 10枚組	本体1,780円(税込1,958円)
		5月1回 ● 透けて見えにくいロングレースのれん ミモザ	本体1,780円(税込1,958円)
		● 色おまかせロングマット ボーダー 120	本体880円(税込968円)
		5月2回 ● 色おまかせロングマット ボーダー 180	本体1,280円(税込1,408円)
● 色おまかせロングマット ボーダー 240	本体1,580円(税込1,738円)		
日用品消耗品	●	5月3回 ● ウッドスタイルワゴン	本体2,680円(税込2,948円)
		4月1回 ● インド綿五分袖ゆったりTシャツ	本体1,280円(税込1,408円)
		4月4回 ● インド綿半袖Tシャツ	本体880円(税込968円)
		5月4回 ● インド綿想いやりコットンユニセックスTシャツ	本体1,380円(税込1,518円)
		4月3回 ● デイリーコットン7分袖Tシャツ	本体880円(税込968円)
		4月2回 ● ベーシックな7分袖コットンTシャツ	本体980円(税込1,078円)
		● ベーシックなコットンタンクトップ	本体880円(税込968円)
		4月5回 ● 洗えるドライメッシュはなおスリッパ	本体790円(税込869円)
		5月4回 ● 洗えるヌードクッション	本体780円(税込858円)

「今回企画」欄に●印がついている商品は今回ご注文いただけます!

食品は「くらしのキャンパス」を、それ以外は「くらしのパートナー」をご覧ください。
 ※お得な価格での対象企画回は商品により異なります。
 ※予告なく商品・価格・規格が変更になる場合があります。