

だいでこログで、お悩み解決アレンジレシピ紹介中!

手軽でおいしい 冷凍食品 -活用術-

便利な冷凍食品だけど、意外と献立に生かすづらい...組合員から寄せられたお悩みを、プロの料理家のアイデアで解決! レシピサイト『だいでこログ』では、商品にひと工夫を加えたアレンジレシピを紹介しています。



特集ページはコチラ!

たとえば...

冷凍食品だと主役にならない...



国産若鶏甘酢唐揚げ

ほかにも...

漬け魚は焼くだけだからマンネリに...



漬け魚と野菜のホイル焼き

冷凍野菜は少しだけ余っちゃおう...

冷凍野菜とハムのキッシュ風



レンチンした唐揚げに好みの野菜を入れて炒め合わせるだけ。野菜が加わってボリュームアップ、バランスが整う一品。

鶏肉と野菜の甘酢ケチャップ炒め



「カタログ」に掲載されているマークについて

■遺伝子組換え表示 遺伝子組換え対象外の商品には表示しません。

※この表示の適用範囲は、水産、畜産、惣菜食品、冷凍食品、パン、牛乳、加工食品、調味料、飲料、菓子です。 ※遺伝子組換え対象作物:大豆、とうもろこし、じゃがいも、菜種、綿実、アルファルファ、てん菜、トウモロコシ

Table with 2 columns: Mark (e.g., GMO不使用, 主原料不使用) and Description (e.g., 原料のすべてにおいて遺伝子組換え原料を使用していない).

■アレルゲンの表示 アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

Table with 2 columns: Item (e.g., 表示品目, 表示方法) and Allergen (e.g., 卵, 乳, 小麦).

青果・米・卵・酒・非食品を除くすべての商品のうち、原材料に特定原材料7品目と大豆が含まれている商品には、その品目名を略称で表示しています。

Icons and descriptions for various marks: pal (オリジナル商品), リニューアル (仕様改善), 2コ得 (税引額), 特別価格 (今値引き), 産直 (産直の精肉), 産直原料 (主原料), 日本生活協同組合連合会 (日本生活協同組合連合会), 回数 (回数), 環境 (リユース), フラ (容器), 今限り (原則), 値下げ (値下げ).

放射能検査についてはこちらへ

放射能検査 パルシステム 検索



ひとことメール

あなたの声をお寄せください

お気に入りの商品や商品への要望、誌面についての感想はもちろん、誰かに伝えたい、話したいことなど、どんなことでもOKです。たくさんの声をお待ちしています。

インターネットでも受付中! パルシステム ひとこと 検索

商品名もしくはタイトル ※何についてのご意見かをご記入ください。

Large text area for writing feedback or comments.

※ご記入ありがとうございます。ひとことメールは今後の商品開発・改善、誌面作り、パルシステムの事業運営に役立ててまいります。

Form for registration information: お名前(フリガナ), 組合員番号, ご利用の生協名・センター名, 差しかえなければ該当する年代に○をつけてください.

※お預かりする組合員情報は、パルシステムが責任をもって管理します。2022年10月3回

Table with 5 columns: 生協使用欄, センター受付日, 対応, センター長印, パル受付日, 管理番号.

所属センター→生協本部→組合員の声推進課

「こんな商品あったらいいな」「改善してほしい」は、ひとことメールへ

どんなことでもお寄せください。インターネットでも受付中! パルシステム ひとこと 検索

配達・利用についてのお問い合わせ ※通話料は無料です。

■配達、交換、返品、請求関係、休止、住所変更など
パルシステム東京・パルシステム神奈川・パルシステム千葉・パルシステム埼玉
パルシステム茨城 栃木・パルシステム福島・パルシステム静岡・パルシステム新潟ときめき
【パルシステム問合せセンター】
0120-868-014 月～金曜日:9時～20時 土曜日:9時～17時

パルシステム山梨
甲斐センター ■0120-28-5891
西桂センター ■0120-32-1061
一宮センター ■0120-21-9898
パルシステム群馬
高崎センター ■0120-60-5118
渋川センター ■0120-36-3315
東毛センター ■0120-63-3735

商品についてのお問い合わせ
■原材料、賞味期間、使い方、レシピ など
【商品情報ダイヤル】
0570-011-099 レシピはこちらで検索
月～金曜日:10時～17時
お問い合わせをいただいた際、お名前、組合員番号、電話番号を伺います。

その他のお問い合わせ ※通話料は無料です。
■CO・OP共済
コープ共済センター 0120-50-9431
■各種保険
共済連保険事務センター 0120-201-342
■カタログ「Caica(かいか)」チケット、雑誌年間購読、教材、国内旅行など
■カタログ「スクエア住まいとくらし」新築・リフォーム、太陽光発電、シロアリ防駆除、エアコンクリーニングなど住まいとくらしのサービス
サービス事業課 0120-114-312

日常生活の悩みや困りごとに関するご相談
くらしの相談ダイヤル
一般社団法人くらしサポート・ウィズ 03-6205-6720

Table with 2 columns: 松本美代子弁護士による電話無料相談, 田中記代美弁護士による電話無料相談.

子育て相談ダイヤル
NPOママ・サポート 0120-410-227
※通話料は無料です。火～金曜日:10時～16時30分 月・土・日・祝はお休み

※ナビダイヤルは有料です。パルシステムの配送エリアからは固定電話の場合、一律1分10円+消費税でご利用いただけます。携帯電話の場合は、ご本人の利用プランにより料金が異なります。

パルシステムの商品は転売禁止です。
【商品の返品・交換について】
●返品・交換ができる場合 ●食品以外の商品でカタログとのイメージ違い ●代替品がお気に召さない ●商品不良 ●返品・交換ができない場合 ●食品、衛生用品(ティッシュペーパー、オーラル用品など)、化粧品、肌着、植物・種、ペットフード、ポイント景品、チケット ●指定により加工した商品(名前シールなど) ●購入者の責任により傷や汚れが生じた商品 ●返品・交換の方法 ●商品お届け後8日以内にパルシステムにご連絡ください。

だいでこログで、お悩み解決アレンジレシピ紹介中!

手軽でおいしい 冷凍食品 -活用術-

便利な冷凍食品だけど、意外と献立に生かすづらい...組合員から寄せられたお悩みを、プロの料理家のアイデアで解決! レシピサイト『だいでこログ』では、商品にひと工夫を加えたアレンジレシピを紹介しています。



特集ページはコチラ!

たとえば...

冷凍食品だと主役にならない...

ロールキャベツと卵とベーコンの甘辛煮



煮込んでおいしいロールキャベツ

ほかにも...

漬け魚は焼くだけだからマンネリに...



漬け魚と野菜のホイル焼き

冷凍野菜は少しだけ余っちゃおう...

冷凍野菜とハムのキッシュ風



ロールキャベツを煮込んだら、うまがしみ出た煮汁でゆで卵を煮込んで。コクが豊かな一品に仕上がります。

「カタログ」に掲載されているマークについて

■遺伝子組換え表示 遺伝子組換え対象外の商品には表示しません。

※この表示の適用範囲は、水産、畜産、惣菜食品、冷凍食品、パン、牛乳、加工食品、調味料、飲料、菓子です。
※遺伝子組換え対象作物:大豆、とうもろこし、じゃがいも、菜種、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ

Table with 2 columns: Mark (e.g., GMO Not Used, GMO Used) and Description (e.g., All raw materials are GMO-free, etc.).

■アレルゲンの表示 アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

Table with 2 columns: Item (Egg, Milk, Wheat, etc.) and Method (Egg, Milk, etc.).

青果・米・卵・酒・非食品を除くすべての商品のうち、原材料に特定原材料7品目と大豆が含まれている商品には、その品目名を略称で表示しています。

※大豆を除く特定原材料に準ずる20品目については、表示しておりません。
※コンタミネーション表示については、特定原材料7品目と大豆で、かつ製造者から情報提供をいただいた商品のみの表示となっています。(乳)(卵)のように()で表示しています。

- List of icons and their meanings: pal (Original), リニューアル (Improved), 2点得 (2 for 1), 特別価格 (Special Price), 産直 (Direct), 産直原料 (Direct Raw Materials), 日本生活協同組合連合会 (NACS), 回数 (Frequency), 環境 (Environment), プラ削減 (Plastic Reduction), 期間 (Period), 価格 (Price), いっしょ (Together).

放射能検査についてはこちらへ

放射能検査 パルシステム 検索



Kinari ひとつメール

あなたの声をお寄せください

お気に入りの商品や商品への要望、誌面についての感想はもちろん、誰かに伝えたい、話したいことなど、どんなことでもOKです。たくさんの声をお待ちしています。

インターネットでも受付中! パルシステム ひとつ 検索

●商品名もしくはタイトル ※何についてのご意見かをご記入ください。

Large text area for writing feedback or comments.

※ご記入ありがとうございます。ひとつメールは今後の商品開発・改善、誌面作り、パルシステムの事業運営に役立ててまいります。
※いただいたひとつメールについては、基本的に個別回答は行いませんのでご了承ください。
なお、誌面で紹介する場合は、必ず事前に連絡いたします。

Form for registration information: Name, Member ID, Center Name, Age Group.

※お預かりする組合員情報は、パルシステムが責任をもって管理します。2022年10月3回

Table with 5 columns: Center Name, Correspondence, Center Manager, Reception Date, Management Number.

所属センター⇒生協本部⇒組合員の声推進課

「こんな商品あったらいいな」「改善してほしい」は、ひとことメールへ

どんなことでもお寄せください。インターネットでも受付中! パルシステム ひとつ 検索

配達・利用についてのお問い合わせ ※通話料は無料です。

■配達、交換、返品、請求関係、休止、住所変更 など
パルシステム東京・パルシステム神奈川・パルシステム千葉・パルシステム埼玉
パルシステム茨城 栃木・パルシステム福島・パルシステム静岡・パルシステム新潟ときめき

【パルシステム問合せセンター】
0120-868-014 月～金曜日：9時～20時 土曜日：9時～17時

※お問い合わせ内容の確認とサービス向上のために、通話の内容を録音しております。

Table of regional contact numbers for various centers like 山梨, 群馬, 甲斐, etc.

商品についてのお問い合わせ

■原材料、賞味期間、使い方、レシピ など
【商品情報ダイヤル】
0570-011-099 レシピはこちらで検索
※通話料は無料です。

その他のお問い合わせ

■CO・OP共済 ■各種保険
コープ共済センター 共済連保険事務センター
0120-50-9431 0120-201-342
■カタログ「Caica(かいか)」チケット、雑誌年間購読、教材、国内旅行など
■カタログ「スクエア住まいとくらし」新築・リフォーム、太陽光発電、シロアリ防除、エアコンクリーニングなど住まいとくらしのサービス

日常生活の悩みや困りごとに関するご相談

くらしの相談ダイヤル 一般社団法人 03-6205-6720

Table with 2 columns: Service (e.g., Social Welfare, Legal Consultation) and Contact Info (Phone Number, Hours).

子育て相談ダイヤル NPOママ・サポート 0120-410-227
※通話料は無料です。

※ナビダイヤルは有料です。パルシステムの配送エリアからは固定電話の場合、一律1分10円+消費税でご利用いただけます。
携帯電話の場合は、ご本人の利用プランにより料金が異なります。

パルシステムの商品は転売禁止です。
【商品の返品・交換について】 ●返品・交換ができる場合 ●食品以外の商品でカタログとのイメージ違い ●代替品がお気に召さない ●商品不良 ●返品・交換ができない場合 ●食品、衛生用品(ティッシュペーパー、オーラル用品など)、化粧品、肌着、植物・種、ペットフード、ポイント景品、チケット ●指定により加工した商品(名前シールなど) ●購入者の責任により傷や汚れが生じた商品 ●返品の方法 ●商品お届け後8日以内にパルシステムにご連絡ください。