

# 【食材セット】甘&旨おかず

## 生協のミールキット 食材セット

下ごしらえ済みの材料と調味料で、  
献立をサポートする食材セット。  
組合員からも支持が厚く、愛用の声がぞくぞく届いています。  
今回は子どもも喜ぶ甘くて美味しい2品をピックアップ!

甘めの味噌味で毎年人気!  
野菜たっぷりも嬉しい♪

好きすぎて  
すぐなくなっちゃう。  
もっと増やしてほしいな〜。  
yukiさん

自然派 Style

コープ食材(兵庫) 煮る

### みそ鍋(甘口)

2~3人前

[糸こんにゃく]こんにゃく芋精粉(国産)、海藻粉末/水酸化Ca(こんにゃく用凝固剤)、  
[味噌だれ(甘口)] 米みそ、砂糖、しょうゆ、  
水あめ、発酵調味料、食塩、でん粉、酵母  
エキス

麦豆 不使用 冷

調理  
15分

セット内容

大根	100g
もやし	100g
しめじ	50g
にら	50g
にんじん	30g
ごぼう	30g
糸こんにゃく	120g
自然豚バラ切落	120g
味噌だれ	2袋

ご用意していただくもの  
なし



# ご飯がすすむ、 甘&旨おかず!!

さつまいもメテリヤキ味  
間違いなしの甘辛おかず。

子どもが好きだから、  
翌日のお弁当に  
入れたい!  
知子さん

自然派 Style

コープ食材(兵庫) 炒める 蒸し焼き

### さつまいもと鶏肉の 照り焼き

2~3人前

[照り焼きのたれ] 砂糖、しょうゆ、みりん、  
加工黒糖、清酒、でん粉、食塩

麦豆 不使用 冷

調理  
15分

セット内容

さつまいも	150g
れんこん	100g
しめじ	50g
いんげん	20g
鶏もも肉	150g
照り焼きのたれ	1袋

ご用意していただくもの  
油(あればごま油)、こしょう、塩、  
炒り白ごま(お好みで)

