

パルシステム東京限定 くらし応援&長期利用感謝企画

3月3回限定で、
カタログ掲載の

最大!
還元
特価

の商品が

さらに

10% 30% 50%

ポイント
還元

※ビール・発泡酒はポイント還元対象外です

10年以上ご利用の方は感謝を込めて還元率アップ!

ご利用年数が

10年未満の方



税込価格の**10%分ポイント還元**

※上限:200ポイント

10年以上20年未満の方



税込価格の**30%分ポイント還元**

※上限:600ポイント

20年以上の方



税込価格の**50%分ポイント還元**

※上限:1,000ポイント

ポイント還元について詳しくはP4へ→

最大!還元特価
の商品を
2,000円以上
利用すると、
最大上限分の
ポイントゲット!

2024年度最後の感謝企画!

組合員のみなさんのくらし応援と、日ごろのご利用に感謝を込めて。
長期でご利用の方ほどさらにお得な還元企画をご用意しました。
この機会にぜひご利用ください。

世田谷センター

いつもありがとう
ございます

この機会に
ご利用ください

大田センター

足立センター

八王子センター

3月3回の「最大!還元特価」対象商品は100品以上! この見開きのほかにも、くらしに役立つ商品が多数あります。詳しくはカタログをご覧ください。



あっさりとした赤身主体の肉質。
食べ盛りが喜ぶ
がっつりメニューに!

産直 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
413 434 342505
北海道産直牛小間切
140g **538円**(税込581円)
10カ月齢以降は抗生物質を与えず健康を第一に広々とした牛舎で飼育。モモ、カタ、バラなど全部位を使用。炒め物や煮物などに。
※お届け日含む3日間

産直 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
414 435 136450
北海道産直牛小間切徳用
200g **730円**(税込788円)
乳用種の雄牛を肉用に有効活用。輸入飼料に極力頼らない生産をめざしています。赤身主体のあっさりした味わい。
※お届け日含む3日間



個包装で使い勝手◎。
サラダのトッピングや肉巻きにも。
最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
243 180 341312
ベビーチーズ
16個216g **448円**(税込484円)
北海道産チーズ20%以上使用(原料チーズ中)した、コクのあるプロセスチーズ。リン酸塩使用。
※1パック 46kcal/0.4g/1個



紅鮭の脂とうまみ。
皮をパリッと焼いて。
最大!還元特価
冷凍
コトコト きなり きなりセレクト
479 379 136476
アラスカ産紅鮭ハラミ
5〜8枚200g **475円**(税込513円)
アラスカ産紅鮭の脂ののったハラミ部分を食べやすくカット。うまみが強く食べごたえある味わい。
※1パック 134kcal/3.1g/100g ※180日



最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
129 176 341274
おいしく果実いちごヨーグルト
70g×6 **228円**(税込246円)
甘酸っぱいいちご果肉を加え、粒々とした果肉感を楽しめるヨーグルト。L-55乳酸菌使用。
※1パック 52kcal/0.08g/1カップ ※25日



信州味噌ならではのコク。
甘辛味でごはんが
すすみます。

産直 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
404 455 365335
北海道産直豚ロース味噌漬(信州味噌)
2枚175g **388円**(税込419円)
信州味噌をベースに、砂糖、しょうゆを加え、魚介エキスや昆布エキスなどでコクを引き立てます。
※1パック 245kcal/2.0g/100g ※180日

産直 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
405 456 136468
産直豚ロース味噌漬(信州味噌)
3枚263g **582円**(税込629円)
ロースはほどよい脂身ときめ細かな肉質が特徴。濃厚な味噌の味わいが豚肉を引き立てます。
※1パック 245kcal/2.0g/100g ※180日



お湯を注いで混ぜるだけ。
感動のふわふわ感です。
最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
646 660 365394
産直たまごのふわふわスープ
7.5g×10 **745円**(税込805円)
産直の卵を使用したあっさり味のフリーズドライスープ。お湯を注ぐだけ。
※1パック 31kcal/1.1g/1食



解凍してそのまま
食べられます。
最大!還元特価
冷凍
コトコト きなり きなりセレクト
526 400 365301
骨までバクバク北海道産さんまのうま煮
180g(固形量150g) **358円**(税込387円)
北海道産さんまを骨まで食べられるよう煮付けにしました。解凍後そのままでも、温めても。
※1パック 275kcal/0.9g/100g ※180日



最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
351 302 342335
十勝のそのま枝豆
250g **270円**(税込292円)
北海道十勝産枝豆を収穫後ゆでてから塩味をつけ急速凍結。流水解凍で食べられます。
※1パック 140kcal/0.6g/100g



甘めのたれがしみた
びんちょうまぐろ。
流水解凍してごはんに
のせるだけ。

GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
447 341 365271
びんちょうまぐろ漬け丼
70g(固形量50g)×2 **376円**(税込406円)
あっさりしたピンチョウマグロを少し甘めのしょうゆベースのたれにつけ、食感よく仕上げました。
※1パック 72kcal/1.4g/1食70g ※30日

GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
447 341 365271
びんちょうまぐろ漬け丼
70g(固形量50g)×2 **376円**(税込406円)
あっさりしたピンチョウマグロを少し甘めのしょうゆベースのたれにつけ、食感よく仕上げました。
※1パック 72kcal/1.4g/1食70g ※30日



凍ったまま汁に入れるだけ。
冷凍室にあると重宝します。
最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
564 548 341576
桃子産いわしのつみれ
210g **328円**(税込354円)
桃子産いわしと白身魚(国産)のすり身に、国産野菜(玉ねぎ、ごぼう、しょうが)入り。13〜15個。
※1パック 175kcal/1.2g/100g



パツパツとランチに活躍する軽食をストック。
最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
181 566 365343
だしが旨い!カツ丼の具
180g×2 **628円**(税込678円)
国産豚もも肉(成形)使用のカツ丼の具です。PB「素材」に調理できる酸辣湯麺。スープ49g×4。
※1パック 274kcal/2.0g/1食



最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
701 698 136531
エクストラバージンオリーブオイル
400g **1,280円**(税込1,382円)
産直産地「すが野らっきょう部会」(栃木県)のらっきょうを砂糖、醸造酢、食塩のみで味付け。
※1パック 128kcal/2.1g/100g ※120日



ここぞという日のごちそうに。
定番人気の産直うなぎが
お得。

産直
冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
478 368 365254
大隅産うなぎ蒲焼カット
2枚120g **1,708円**(税込1,845円)
大隅地区養ま組合が自前の工場で加工。日生協と共同開発。カット個包装。小骨にご注意ください。
※1パック 300kcal/1.4g/うなぎ蒲焼100g

産直
冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
478 368 365254
大隅産うなぎ蒲焼カット
2枚120g **1,708円**(税込1,845円)
大隅地区養ま組合が自前の工場で加工。日生協と共同開発。カット個包装。小骨にご注意ください。
※1パック 300kcal/1.4g/うなぎ蒲焼100g



何かと便利な顆粒タイプ。
かつおの風味を生かしました。
最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
691 682 343561
和風だしの素かつお風味
6g×24本 **380円**(税込410円)
毎日の料理に手軽に使える顆粒タイプです。本品1本で4人分のだし汁が目安。
※1パック (卵・乳・麦・え・か)



さっと用意できる夕食の「あと一品」。
最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
617 515 341584
国産丹波黒豆食べきりパック
90g(固形量55g)×2 **280円**(税込302円)
国産の丹波黒黒豆の2Lサイズを使用し、ふくらりと炊き上げました。保存に便利な小分けパック。
※1パック 131kcal/0.2g/1パック ※120日



最大!還元特価
GMO 不分別 冷蔵
コトコト きなり きなりセレクト
737 752 136557
ただの炭酸水(ボトル缶)
490ml×24 **1,920円**(税込2,074円)
山形県天童市の水を使った炭酸水です。使い勝手のよい490mlボトル缶容器。
※1パック 87円/1本

具だくさんのサラダが、盛りつけるだけで完成！パンにもごはんにも合うので活躍間違いなしです。きゅうりやピーマンなど緑の野菜をプラスすると彩りも食感もアップしますよ。

多摩センター 杉本担当



P2~3にも
おすすめ
商品多数!

最大!還元特価商品の

税込価格に対してポイント還元します。

調理例



値上げ

原料価格の高騰により、次回から値上げします。

GMO不分別

冷蔵

コトコト

570

じゃがいもとマカロニのサラダ

150g×2

275円(税込297円)

じゃがいもとマカロニ、人参、コーン、玉ねぎを使ったサ

ラダです。彩りにきゅうりなどを加えて。

7777 卵・麦・豆 200kcal(1.3g/100g 41日

きなり

537

きなりセレクト

341681

341681

341681

341681

341681

341681

これもポイント還元!

配達担当のイチオシ商品

最大!
還元
特価



組合員
開発

GMO不分別

冷蔵

コトコト

613

国産玉ねぎ天

4枚180g

210円(税込227円)

無リンのスケトウダラすり身に、国産の玉ねぎを41%と

たっぷり加えて油で揚げました。

7777 (麦・え) 83kcal(1.3g/100g 41日

きなり

505

きなりセレクト

365327

365327

365327

365327

365327

365327

盛りつけ例



最大!
還元
特価



国産玉ねぎを41%配合、シャキシャキ食感と甘みが楽しめます。食べてみると玉ねぎがゴロゴロ入っていて驚くはず!1枚約45gと食べごたえも充分です。

八王子センター 三浦担当



たとえば
この商品の場合...



最大!
還元
特価

北海道産直牛小間切徳用

200g 730円(税込788円)

この
マークが
目印

最大!
還元
特価

注文サイトでは「最大!還元特価」と記載の商品が対象です。

① ご利用年数10年未満の方 (2015年4月1日以降に加入)

10%分ポイント還元→79ポイント

上限:200ポイント

② ご利用年数10年以上20年未満の方 (2005年4月1日~2015年3月31日に加入)

30%分ポイント還元→237ポイント

上限:600ポイント

③ ご利用年数20年以上の方 (2005年3月31日以前に加入)

50%分ポイント還元→394ポイント

上限:1,000ポイント

①②③いずれも、対象商品を2,000円以上利用すると、
最大上限分のポイントがゲットできます!

パルシステム
ポイントについて

通常は、1回の利用代金500円ごとに1ポイントを付与します。
利用代金充当、出資金振替、募金、景品交換などに利用できます。

ご利用年数の
ご確認方法

・3月1回のお届け情報または「お届け内容画面」のお知らせ欄に記載しています。

加入年月日は

注文サイトの ▶メニュー▶組合員情報・設定▶組合員証
パルシステムアプリの ▶メニュー▶設定▶組合員証

からご確認いただけます。

(注意事項)

- 利用500円ごとに付与される通常のパルシステムポイントとは別に、今回の「くらし応援&長期利用感謝ポイント還元企画」の獲得ポイントは3月4回のお届け情報で確認できます。
- インターネット注文の注文内容確認画面(獲得ポイント)に、「くらし応援&長期利用感謝ポイント還元企画」の内容は表示されません。3月24日~3月28日のお届け曜日の翌日にポイントが反映されます。
- 最大還元特価商品をパルくる便で登録されている場合もポイント還元の対象です。
- ビール・発泡酒はポイント還元対象外です。
- 利用代金のお支払いをクレジットカードで登録されている場合も、本企画のポイント還元対象です。

アレルギーの表示を行っています。

※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。

表示品目	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	か	く	豆

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8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19品目については、表示していません。※コンタミネーション表示については、特定原材料8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表示となっています。(乳)(そ)のように()で表示しています。

遺伝子組換え表示

遺伝子組換え対象作物を使用していない商品および青果・酒には表示しません。

※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、パパイア、からしな ※GMOにNO!(飼料)の分別生産流通管理は、とうもろこしが対象。※詳細は「コトコト」[Kinari]の裏表紙をご覧ください。

GMO不分別

＝遺伝子組換え原料不使用

GMOにNO!＝遺伝子組換え原料の混入を防ぐため分別管理

GMOにNO!＝飼料の遺伝子組換え原料の混入を防ぐため分別管理

GMOにNO!＝主原料対象外・副原料不分別

GMO不分別＝遺伝子組換え原料不分別

◎製造日からの賞味期間を表示

(賞味期間が180日以内のもの)。

お届け日からの期間ではありません。飲酒運

ただし、お届け後賞味期間が7日間

以内の商品は、お届け後の賞味

(消費)期間を表示。※天候などの理

由で表示より短くなる場合があります。

生肉は加熱用です。

酒類の20歳未満への販売はして

おりません。20歳未満の飲酒は

法律で禁じられています。飲酒運

転は法律で禁じられています。妊

産婦の飲酒は胎児、乳児の発育

に悪影響を与える恐れがありま

す。酒類販売管理者については

インターネットで公開しています。