

おやつ カレンダー 2026

1月



ワンポイント アドバイス

にんじんを食べて元気にすごそう

今年は午年ですが、馬と言えばにんじんが思
い浮かびますね。にんじんはカレー、ポテト
サラダ、野菜いため、肉じゃがなど様々な料
理やお菓子にも使われます。にんじんの色の
カロテンは体に入るとビタミンAという栄養
素に変わり、風邪の予防や勉強やゲームの疲
れ目にも大切です。

PROFILE 管理栄養士 早川洋子氏

同会社TONTON代表 東京薬科大学非常勤講師。離乳食講座や健康栄養講座などを主催。コープデリ宅配の子育て層向けチラシ、「きらきら Baby & Kids」の離乳食レシピの作成や商品の月齢監修も手がけている。日本生協連が開発した、コープの乳幼児シリーズ、「きらきらステップ」の開発にも関わる。

co-op
コープみらい

「ともに」の力で、笑顔の明日を

月	火	水	木	金	土	
1週	★★ 今月の商品紹介コーナー ★★ こくさんこむぎ 国産小麦の ちっちゃなにんじんかりんとう 詳しくは こちら! 					
2週	5 福富鯛(チョコレート) 6 かつばえびせんミニ4連 7 PARMチョコレート 8 ポテト丸 うすしお味4連 9 こくさんこむぎ 国産小麦のちっちゃ なにんじんかりんとう 10 モーニングクロワッサン	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	
3週	12	13 乳酸ドリンク 14 ミニキャラメルコーン Ca(生協限定分包ボックス) 15 ぶち歌舞伎揚 16 こつぶポテコ4連包 17 ミニアスパラガスピスケット5パック	12 13 14 15 16 17	12 13 14 15 16 17	12 13 14 15 16 17	12 13 14 15 16 17
4週	19 たべっ子どうぶつビスケットバター味5連 20 おやさい野菜あみじゃが うましお味(生協限定分包ボックス) 21 ベビースターラーメン丸 22 しみチョココーン全粒粉 スティック 23 柄木県産とちあいかアイスバー ^{ぜんりゅうふん} 24 毎日クロワッサン(増量)	19 20 21 22 23 24	19 20 21 22 23 24	19 20 21 22 23 24	19 20 21 22 23 24	19 20 21 22 23 24
5週	26 こつぶポテコ4連包 27 ミニアスパラガスピスケット5パック 28 乳酸ドリンク 29 たべっ子どうぶつビスケットバター味5連 30 ベビースターラーメン丸 31 ポテト丸 うすしお味4連	26 27 28 29 30 31	26 27 28 29 30 31	26 27 28 29 30 31	26 27 28 29 30 31	26 27 28 29 30 31

特定原材料8品目を表示：卵 卵 乳 乳 小 小麦 そ そば 落 落花生 え えび か かに く くるみ

特定原材料8品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)は、商品パッケージにある義務表示を案内しています。

※製造工程上の微量混入(コンタミネーション)は案内していません。

細かい商品情報は裏面にてご確認ください。

