

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

MOGMOG

2026
No.493

↑↑↑
CO-OP
東都生協だより

6&7

次回8月号は8月10日からの配付です

組合員の声で実現！ たんぱく加水分解物を使わないハム

今月の産地・
メーカー

信州ハム株

特集 私たち、総代です！

こな○○

あったらいいなあ

MOGMOGレシピ

簡単ハム巻き 大葉・大根おろし

産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。

産直の東都生協