

特集

おいしく食べて、想いつながる
お米育ち豚10周年



● 今月のレシピ

豚肉となすの
レンジ蒸し

● コープ プラス+

知ってエコ！選んでエコ！
「買う」からはじめよう！
コープのエコ活

● パバさん管理栄養士の
食育こ・ら・む

牛乳にまつわる
さまざまな話について