

Palnote 連絡用紙

商品に関することやご意見・ご要望などをこの用紙でお寄せください！  
(太枠内のご記入をお願いします)

所属センター				組合員番号 ※必須(番号の記入間違いにご注意ください)									
<input type="checkbox"/> 柏	<input type="checkbox"/> 印西	<input type="checkbox"/> 松戸	<input type="checkbox"/> 習志野										
<input type="checkbox"/> 千葉	<input type="checkbox"/> 東金	<input type="checkbox"/> 野田	<input type="checkbox"/> 稲毛(キューブ館山含む)										
コース		用紙提出日	年	月	日	回答 要 ・ 不要							
記入欄													
<div>QRコード</div> <div>こちらからもお問い合わせできます</div>													
商品についてのご連絡は、以下もご記入ください。													
配達日 カタログ企画回		年 月 日 ( 月 回 )				(パルシステム記入欄)							
商品名 青果は産地名も													
商品分類		青果 / 冷蔵 / 冷凍 / 常温 / 雑貨 / その他 ( )				受付		リーダー/担当者		電算		責任者	
注文番号		単価(税込)				数量							

めざせ 100% ! リユース・リサイクルにご協力をお願いします。

パルシステムでは資源の国内循環と廃棄物の削減のため、リユース・リサイクルに取り組んでいます。

お届けした商品から下記を回収していますので、配送員にお渡しいただくか、通い箱に入れてお戻しください♪

STEP 1

STEP 2

商品に付いている Rマークを探そう!

135097 1

を記入・入力

注文番号 135097 と、数量 1

を記入して、リユース・リサイクル対象商品を 1 点以上パルシステムに戻すと、パルシステムポイントが 1 週につき 1 ポイント付与されます。

詳しくはこちら→

QRコード

【パルシステム千葉の 2025 年 4 月～2025 年 12 月の累計回収率】

商品カタログ

89.0%

リユースびん

63.7%

米 袋

35.7%

たまごパック

75.5%

ペットボトル

58.5%

資源プラスチック

27.4%

お料理セットトレイ

78.9%

紙パック

57.1%

AB パック  
ヨーグルトカップ

23.0%

マークが回収対象の目印です。詳細や戻し方はココでチェック→

QRコード

総務部 TEL : 047-420-2600 (月～金 9 : 00～17 : 00) メール palchiba-kankyo@pal.or.jp

もっといい明日へ 超えてく

QRコード

VEGETABLE OIL INK

FSC 責任ある森林管理を支えています FSC® C022524

パルシステムは第1回「ジャパンSDGsアワード」を受賞しました

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

パルノート

Palnote

生活協同組合パルシステム千葉 <https://www.palsystem-chiba.coop>

2026年 3月1回 2026.2.16発行 vol.205

QRコード

旬を味わう今コレ!

パルシステムのおすすめ商品を使った、組合員にとっておきのレシピをご紹介します! これまでのレシピはこちら▶

QRコード

簡単ドライカレー

miyoさんのレシピ! / レーズンの代わりに砕いたミックスナッツでも

材料【4人分】

北海道産直ミックスベジタブル .....1袋  
好みのひき肉..... 300～400g  
使えるカレー(フレークタイプ) ..... 大さじ4  
あればレーズン..... 適量

作り方

1 肉と野菜を炒める。  
2 具材が少し見えるくらいの水を足して煮込む。  
3 カレーフレークとレーズンを入れ、時々かき回しながら水分を飛ばして完成。

簡単ドライカレー

今回のテーマ

ミックスベジタブルを使ったレシピ

北海道産直ミックスベジタブル 300g

北海道の産直産地で育てられた「コーン・人参・玉ねぎ・枝豆」を使用。  
3月2回 コトコト・Kinari 398円(税込430円)

おすすめ商品はコレ!

4種の国産ミックスビーンズ (産直大豆・産直黒大豆使用) 60g×3

4種の国産ミックスビーンズ (産直大豆・産直黒大豆使用) 60g×3  
3月1回 コトコト・Kinari 398円(税込430円)

おすすめ商品はコレ!

たっぷり野菜のスープ

miyoさんのレシピ! / 夏は冷製で、冬は沸騰寸前まで温めて

材料【4人分】

北海道産直ミックスベジタブル .....半袋  
4種の国産ミックスビーンズ ..... 2袋  
北海道コーンがおいしいスープ..... 4袋(1袋17g)  
牛乳(または豆乳)..... 400cc

作り方

1 ミックスベジタブルをかぶるくらいの水で、ぶくぶく具材が浮いてくるまでゆでる。  
2 ミックスビーンズを加え好みのゆで加減になったら火を止め、コーンスープを入れよく混ぜる。  
3 仕上げに牛乳を少しずつ加える。

たっぷり野菜のスープ