

カスミ × 茨城県 × 雪印メグミルク

茨城県産野菜とカルシウムで

イキイキ茨城 キャンペーン

2023

ビンゴで当たる! 豪華景品

応募締切

2/19日

当日消印有効

2
ビンゴ
応募

おいしく元気コース

レコルト
エアオーブン
Red



20名様

1
ビンゴ
応募

イキイキ茨城コース

TANITA
活動量計
カロリズム
ベーシック



50名様

Wチャンス

カスミ商品券
1,000円分 200名様



【キャンペーン参加方法】

- 裏面のビンゴ表を元に、縦・横・斜めに3マス並ぶように対象商品をご購入いただき、ご購入した商品に○をつけ、応募したいコースに合わせてビンゴ表を完成させてください。
- ハガキ1枚につき1口の応募となります。
- ※1枚のハガキ上で2列ビンゴを完成させても、1ビンゴコースへ2回の応募はできませんのでご注意ください。
- ※レシートの返却は致しかねます。予めご了承ください。

【レシート貼付欄】

レシート有効期限2023年1月19日(木)~2月19日(日)

カスミ各店でお買い上げいただいた対象商品を含むレシートを
テープなどでしっかりと貼り付けてください。



- ※お一人様何口でもご応募いただけますが、はがき1枚につき1口とさせていただきます。
- ※長いレシートは裏面にお貼りください。
- ※レシートのコピーでの応募は無効となります。
- ※カードでお支払いした際のレシートには、個人情報(カード番号、お名前等)が含まれている場合がございますので、該当箇所を切り取ってご応募ください。
- ※レシートの返却は致しかねます。予めご了承ください。

対象商品 裏面ビンゴ内記載商品

応募条件 カスミ各店にて裏面のビンゴ表が完成するようにご購入いただいた対象商品を含むレシートを1口として、専用の応募はがきまたは、郵便はがきに貼り付け、住所、氏名、電話番号、ご利用店名、ご希望コースを明記の上、下記の応募先までお送りください。

レシート有効期間 2023年1月19日(木)~2月19日(日)

宛先 〒171-0022 東京都豊島区南池袋3-18-31 フジビル3F
株式会社カスミ × 茨城県 × 雪印メグミルク共同企画
茨城県産野菜とカルシウムでイキイキ茨城キャンペーン係

応募締切 2023年2月19日(日) [当日消印有効]

抽選・発表 厳正な抽選の上、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

※賞品画像は実際のもものと異なる場合がございます。※お預かりした個人情報は、雪印メグミルク株式が保有し、当キャンペーンの抽選及び賞品発送、本件に関する諸連絡に使用する他、今後のキャンペーンや商品企画の参考にするために個人を特定しないかたちで利用させていただきます。また、景品表示法の制限を超える重複当選を防止するため、別のキャンペーン主催者に当選者情報を提示することがございます。※レシートのコピーでの応募は無効となります。

お問い合わせ 雪印メグミルクキャンペーン事務局

TEL:03-6457-5706(受付時間/土日・祝日除く10:00~17:00)

おそれいますが
所定料金の
郵便切手を
お貼りください。

郵便はがき

171-0022

東京都豊島区南池袋 3-18-31 フジビル 3F
株式会社カスミ × 茨城県 × 雪印メグミルク共同企画
茨城県産野菜とカルシウムでイキイキ茨城キャンペーン係

〒	都道府県	区市郡
フリガナ		
お名前		
電話番号	()	
ご利用店名	応募のコースをチェック☑	
	☑2ピンゴコース ☑1ピンゴコース	

購入商品に
○をつけて
ください。

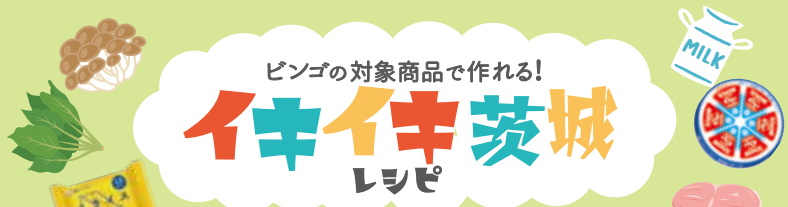
B
I
N
G
O



チーズソース

豚ロール

KS02



ピンゴの対象商品で作れる!

イキイキ茨城 レシピ

韓国風チーズシチュー

【材料】2人分 ※1カップは200ml、大さじ1は15ml、小さじ1は5mlです
 ・スライスチーズ(13枚入り)…4枚
 ・おいしい雪印メグミルク牛乳…200ml
 ・雪印北海道バター…10g
 ・ホイップ 植物性脂肪40%…お好み
 ・雪印北海道100カマンベールチーズ 切れるタイプ…お好み
 ・中華スープの素…大さじ1/2
 ・コチュジャン…大さじ1/2
 ・塩・こしょう…少々
 ・水…100ml
 ・長ねぎ…1本
 ・れんこん…60g
 ・にんじん…40g
 ・白菜…120g
 ・しめじ…30g
 ・鶏もも肉…160g
 ・キムチ…お好み
 ・餅…150g



調理例

【作り方】

①長ねぎ、れんこん、にんじんは薄切り、白菜はざく切りにする。しめじはほらす。鶏肉はひと口大に切り軽く塩、こしょうをふっておく。②鍋にバターを溶かし、鶏肉と白菜以外の野菜を中火で軽く炒め、水と中華スープの素を入れる。③白菜を加えて蓋をして弱火で蒸し煮する。白菜の水分が出たら縦長に切った餅を加えて野菜が煮えたら、牛乳とコチュジャンを加えて加熱する。④スライスチーズ(13枚入り)を1枚ずつ入れて溶かし、カマンベールチーズを加えて軽く温める。味をみて塩、こしょうで味を調えて器に盛る。お好みで軽く泡立てたクリームやキムチを添える。

【6Pチーズ】と野菜の豚ロール

【材料】2人分 ※1カップは200ml、大さじ1は15ml、小さじ1は5mlです
 ・6Pチーズ…4個
 ・豚バラ肉…250g
 ・にんじん…1/2本
 ・ほうれん草…1/2束
 ・れんこん…80g
 ・塩・こしょう…少々

【チーズソース材料】
 ・とろけるスライス(13枚入り)…8枚
 ・おいしい雪印メグミルク牛乳…大さじ3

【作り方】

①にんじんは4~5cm長さの拍子木切り、れんこんは縦に1.5cm角、長さ4~5センチの棒状に切る。それぞれ電子レンジ(600W)で約2分ほど加熱する。ほうれん草はラップに半量のせ、たがい違いになるよう残りのほうれん草をのせて、電子レンジ(600W)で約1分30秒ほど加熱し、水にとる。水気をよく絞り、4~5cm長さ切っておく。②6Pチーズは縦に1/3に切っておく。ラップの上に、豚バラ肉を縦にすきまがないように並べ、全体に塩、こしょうをしておく。肉の手前側に、にんじん、ほうれん草、6Pチーズ、れんこんを並べて、手前から肉を巻いていく。③アルミホイルの上に、②をのせ、オーブントースターで上下返ししながら肉に火が通るまで焼く。

【チーズソース作り方】

①とろけるスライス(13枚入り)8枚を耐熱皿にちぎっていれ、牛乳大さじ3を加える。②電子レンジ(600W)で30秒加熱し、スプーン等でなめらかになるまで混ぜる。③②を豚ロールの上にかけて完成。
 ※電子レンジの機種によって加熱時間を調整してください。



調理例

あなたの骨は
大丈夫?

カルシウム診断

<https://www.meg-snow.com/fun/ca-check/>

