

【商品代金の引き落としスケジュール変更に関するご案内】

いつも夕食サポートをご利用いただきありがとうございます。
コープしがでは、既存システムの老朽化やシステムの抱える諸問題解消のため、2025年2月より宅配システムを変更することとなりました。
システム変更に伴う、「商品代金の引き落としスケジュール変更」について、下記の通りご案内いたします。ご確認のほど、よろしく願いいたします。

商品代金の『再引き落とし』に関するご案内



【引き落とし日について】
これまで通り、引き落とし日は**毎月27日**です。

※引き落とし日が土日祝日の場合は、翌営業日となります。

変更点① 再引き落としについて

27日に預金不足で引き落としができなかった方については、

翌月12日に再度引き落としさせていただきます。

預金不足以外の理由で引き落としができなかった場合は、コンビニ収納はがきを送付しますので、お近くのコンビニエンスストアにてお支払いください。

※12日の引き落とし金額には増資、募金、タスク保険料(次回27日引落予定)は含まれていません。
※引き落とし日が土日祝日の場合は、翌営業日となります。

変更点② 再引き落としでも引き落としができなかった場合

注文受付停止となります

判明日以降の商品のご利用を停止させていただきます。またコープでんきについてはお支払い状況により解約となる場合があります。但し、お支払いが確認できた場合、数日後に注文を再開していただけます。

事務手数料が発生します

事務手数料 330円(税込み)が商品代金に加算されます。
旧手数料 220円 ……→ **新手数料 330円** ※今回より事務手数料の金額を改定させていただきます。
※お支払い方法にかかわらず申し受けます。

コンビニ収納はがきでお支払いください

コンビニ収納はがきを郵送しますので、お近くのコンビニエンスストアにてお支払いください。
コンビニ収納はがきでのお支払い期日は1回目引き落とし日の翌月末となります。

2025年1月27日(月)引き落とし分から変更 しています。

冷凍おかず(土・日・祝日セット)

1食あたり 税込626円

注文締切日 1月22日(水)
お届け日 1月31日(金)

日付	献立	アレルギー	栄養成分	商品特徴	イメージ写真
2月1日 土	たらの中華ねぎごまだれ 豚すき焼き 大根の鶏そぼろあんかけ おくらのおかか和え 小松菜のおひたし れんこんのごま和え	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦・乳成分	エネルギー 347 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 17.6 g 炭水化物 24.8 g 食塩相当量 2.4 g	【たらの中華ねぎごまだれ】たっぷりのねぎと玉ねぎが入ったりんご酢ベースのソースで、ふっくらと揚げたたらをお召し上がりください。 【豚すき焼き】豚バラ肉を白菜・にんじん・玉ねぎなどの野菜と一緒に煮込みました。だし味の効いた甘辛く濃厚な味が、ごはんには合う和風の一品です。	 レンジ目安 500W 3分50秒
2月2日 日	カレイの山菜あん 豚焼肉 がんと椎茸の煮物 小松菜のおひたし れんこんと竹輪のきんぴら 春雨の中華和え	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦・卵 小麦	エネルギー 364 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 18.4 g 炭水化物 30.2 g 食塩相当量 2.6 g	【カレイの山菜あん】身の柔らかいカレイに、山菜と人参の彩りのよいあんをかけました。ほどよい生姜の風味が広がります。 【豚焼肉】本醸造醤油と味噌をベースにしたタレで、豚肉ときゃべつ・玉ねぎ・ピーマンを炒め合わせました。	 レンジ目安 500W 4分

使用している添加物は、お届けする商品包材でご確認ください。

お弁当と一緒にいかがですか？

注文締切日 1月22日(水)

ご飯・サラダ・牛乳はお弁当・おかずとセットでご注文ください。こちらの商品のみの注文はできません。今回のみのご利用もできます。ご注文に関するご相談はお気軽に組合員コールセンターまでお寄せください。

お届け日が選べます。お好きな曜日をお選びください。		毎週木曜日にお届けします。 ※祝日等の関係で曜日が変更になることがあります。	
お届け日: 1月27日(月)~1月31日(金)		お届け日: 1月30日(木)	
注文番号 006	 炊きたて冷やし込みご飯 150g 税込108円 消費期限: お届け日当日22時 甲賀産コシヒカリ・キヌヒカリのブレンド米。	注文番号 293 冷蔵	 野菜1/2日分サラダ 175g 税込213円 消費期限: お届け日翌日 17種類の野菜が入ったサラダ。
注文番号 300 冷蔵	 せいきょう牛乳 200ml x 3本 税込230円 賞味期間: お届け日含め10日		殺菌方法 120℃ 2秒 乳脂肪分 3.6%以上 生乳産地 鳥取県

夕食サポートお届けカレンダー

■枠は、夕食サポートのお届けはありません。

月	火	水	木	金	土	日	
1月			1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		
2月					1	2	
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28		
3月						1	2
	3	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29	30
	31						

お問い合わせ・お申込みはお気軽にお電話ください。
組合員コールセンター 0120-709-502
受付時間 月~金 8:30~20:00 土 8:30~15:00



夕食サポート

※天ぷらの内容はコメント欄に記載しておりますので、ぜひご覧ください。

お弁当コース

今週のコメント

2/2(日)は節分のため、1/31(金)に『大豆のかりかり揚げ』をご用意しました。霊力をもつといわれる豆で、病や災い(=鬼)を祓い、その豆を食べることで力をいただけると考えられたそうです。

1月27日(月)				
献立名	アレルギー			
豚肉とほうれん草のさっぱり炒め	小麦			
揚げ餃子のチリソース	小麦			
さつま芋の甘煮				
カリフラワーとカニカマの和え物	小麦			
きやらぶきごはん	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
528 kcal	12.6 g	17.0 g	75.3 g	1.5 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、炭酸Ca、着色料(カラメル、パプリカ、トマト)、甘味料(ステビア)、増粘多糖類、保存料(ソルビン酸K)、酸化防止剤(V.C.)、pH調整剤、酵素、消泡剤、酸味料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、焼成Ca				

1月28日(火)				
献立名	アレルギー			
白身魚ハンバーグのトマトソース	卵・乳・小麦			
チンゲン菜とピーマンのペペロンチーノ風炒め	卵・乳			
たまごシエルマカロニサラダ	卵・乳・小麦			
人参とツナの中華炒め	小麦			
オクラの梅ごま和え	小麦			
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
457 kcal	11.3 g	13.0 g	71.9 g	1.1 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酢酸Na、増粘多糖類、カゼインNa、リン酸塩(Na)、pH調整剤、酒精、くん液、酸化防止剤(V.C.)、着色料(クチナシ、野菜、カロテン、カラメル)、酸味料、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、リン酸Ca、増粘剤(キサンタン)、消泡剤、香料				

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
カオマンガイ風チキン	小麦			
南瓜コロッケ	乳・小麦			
なすの煮物	小麦			
ピーマンと玉ねぎのコールスローサラダ	卵			
うぐいす豆				
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
583 kcal	17.0 g	20.4 g	78.8 g	1.2 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、着色料(パプリカ)、酸化防止剤(V.C.)、pH調整剤、リン酸Ca、酵素、香料、乳酸Ca、香辛料、増粘多糖類、加工デンプン、酸味料、焼成Ca、消泡剤				

1月30日(木)				
献立名	アレルギー			
アジの南蛮漬け	小麦			
春雨といんげんの塩だれ炒め	小麦			
ミックスナムル	乳・小麦			
れんこんとコーンのコチュジャン炒め	小麦			
わかめのさっと煮	小麦			
青じそごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
525 kcal	15.6 g	13.9 g	79.7 g	2.8 g
使用添加物				
増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、グリシン、酒精、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、加工デンプン、香料、リン酸Ca、消泡剤、酵素、焼成Ca、V.B1、酸化防止剤(V.C.)、酸味料				

1月31日(金)				
献立名	アレルギー			
豚肉のピリ辛炒め	小麦			
ブロッコリーと鶏ひき肉のケチャップ炒め	小麦			
大豆のかりかり揚げ	小麦			
小松菜と人参の塩昆布和え	小麦			
わらび餅				
ごはん				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
508 kcal	16.9 g	14.4 g	74.7 g	1.3 g
使用添加物				
加工デンプン、トレハロース、調味料(アミノ酸等)、酒精、pH調整剤、消泡剤、焼成Ca、酸味料、酵素				

4種類のおかずコース

今週のコメント

1/29(水)の『天ぷら2種』はさつま芋とイカです。抹茶塩をつけてお召し上がりください！
2/2(日)は節分のため、1/31(金)に『南瓜と大豆のサラダ』をご用意しました。

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
豚肉のお好み風炒め	小麦			
サバの塩焼き	小麦			
大根と枝豆のコンソメ炒め	乳・小麦			
カリフラワーと人参のピクルス	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
315 kcal	17.0 g	19.4 g	15.8 g	2.0 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン)、リン酸Ca、酵素、焼成Ca、加工デンプン、消泡剤、着色料(カラメル)、pH調整剤、酸味料				

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
ホッケのレモン竜田揚げ	小麦			
牛肉と小松菜の極旨炒め	小麦			
ひじきといんげんの煮物	小麦			
玉ねぎとピーマンのわさび醤油和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
368 kcal	16.0 g	26.5 g	15.7 g	2.1 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、酸味料、香料、酸化防止剤(V.C.)、pH調整剤、リン酸Ca、酵素、加工デンプン、V.B1、消泡剤、焼成Ca、香辛料				

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
鶏肉のマスタード照焼き	小麦			
天ぷら2種 抹茶塩添え	卵・乳・小麦			
春雨のごまドレサラダ	卵・小麦			
昆布豆	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
431 kcal	19.8 g	25.9 g	26.4 g	2.8 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、クエン酸Na、酒精、貝Ca、香料、ベーキングパウダー、甘味料(ステビア)、着色料(カロテン、コチニール)、増粘剤(キサンタン)、リン酸Ca、pH調整剤、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、乳化剤、消泡剤、焼成Ca、酵素、環状オリゴ糖、香辛料				

1月30日(木)				
献立名	アレルギー			
アジの西京焼き	小麦			
キムチそぼろ豆腐	小麦			
春巻	乳・小麦・えび			
人参シリシリ	卵・乳・小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
302 kcal	19.2 g	16.0 g	17.7 g	3.1 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、酒精、pH調整剤、豆腐用凝固剤、着色料(カラメル)、酸化防止剤(V.C.)、酸味料、リン酸Ca、V.B2、乳化剤、グリシン、焼成Ca、酢酸Na、増粘多糖類、酵素、消泡剤				

1月30日(木)				
献立名	アレルギー			
メンチカツ&ホタテ風味フライ	乳・小麦			
アカウオの煮付け	小麦			
南瓜と大豆のサラダ	卵			
わかめとコーンの柚子風味和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
336 kcal	14.8 g	19.2 g	25.6 g	1.8 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、酒精、増粘剤(グアーガム、キサンタン)、膨張剤、pH調整剤、アルギン、酸化防止剤(V.C.)、塩化Ca、着色料(カラメル、カロテン)、乳酸Ca、香料、リン酸Ca、香辛料、消泡剤、酸味料				

6種類のおかずコース

今週のコメント

1/29(水)の『カオマンガイ風チキン』はタイ料理のひとつでタイのチキンライスとも呼ばれています。通常、鶏肉をご飯の上にのせた料理で「カオ」は米、「マン」は油、「ガイ」は鶏を意味します。

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
豚肉とほうれん草のさっぱり炒め	小麦			
揚げ餃子のチリソース	小麦			
白菜とこんにゃくの金平	小麦			
さつま芋の甘煮				
カリフラワーとカニカマの和え物	小麦			
きやらぶき	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
433 kcal	13.3 g	27.4 g	29.8 g	2.6 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、酒精、炭酸Ca、水酸化Ca、甘味料(ステビア)、着色料(カラメル、パプリカ、トマト)、保存料(ソルビン酸K)、増粘多糖類、pH調整剤、酸化防止剤(V.C.)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、酵素、消泡剤、酸味料、焼成Ca				

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
白身魚ハンバーグのトマトソース	卵・乳・小麦			
チンゲン菜とピーマンのペペロンチーノ風炒め	卵・乳			
切干大根の煮物	小麦			
たまごシエルマカロニサラダ	卵・乳・小麦			
人参とツナの中華炒め	小麦			
オクラの梅ごま和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
355 kcal	13.6 g	20.2 g	31.6 g	2.3 g
使用添加物				
加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、グリシン、酢酸Na、カゼインNa、増粘多糖類、pH調整剤、リン酸塩(Na)、酒精、くん液、酸化防止剤(V.C.)、凝固剤、着色料(クチナシ、野菜、カロテン、カラメル)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料、酸味料、リン酸Ca、増粘剤(キサンタン)、消泡剤、香料				

1月29日(水)				
献立名	アレルギー			
カオマンガイ風チキン	小麦			
南瓜コロッケ	乳・小麦			
ごぼうとさつま揚げの炒め煮	小麦			
なすの煮物	小麦			
ピーマンと玉ねぎのコールスローサラダ	卵			
うぐいす豆				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
447 kcal	19.2 g	25.5 g	32.5 g	2.3 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、着色料(パプリカ、カラメル)、酸化防止剤(V.C.)、pH調整剤、リン酸Ca、酵素、香料、乳酸Ca、香辛料、増粘多糖類、加工デンプン、酸味料、焼成Ca、消泡剤				

1月30日(木)				
献立名	アレルギー			
アジの南蛮漬け	小麦			
春雨といんげんの塩だれ炒め	小麦			
豆腐のおろしあんかけ	小麦			
ミックスナムル	乳・小麦			
れんこんとコーンのコチュジャン炒め	小麦			
わかめのさっと煮	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
401 kcal	17.8 g	19.3 g	37.0 g	3.2 g
使用添加物				
加工デンプン、凝固剤、酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、pH調整剤、グリシン、調味料(アミノ酸等)、酢酸Na、酸化防止剤(V.C.)、リン酸Ca、V.B1、酸味料、着色料(カラメル)、消泡剤、酵素、焼成Ca				

1月30日(木)				
献立名	アレルギー			
豚肉のピリ辛炒め	小麦			
ブロッコリーと鶏ひき肉のケチャップ炒め	小麦			
厚揚げと里芋の煮物	小麦			
大豆のかりかり揚げ	小麦			
小松菜と人参の塩昆布和え	小麦			
わらび餅				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
369 kcal	20.0 g	19.6 g	27.5 g	2.1 g
使用添加物				
加工デンプン、トレハロース、豆腐用凝固剤、酒精、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酵素、酸味料、焼成Ca、消泡剤				

8種類のおかずコース
旬彩御膳

今週のコメント

1/31(金)は『ミニいちご風味大福』です。甘い餡と皮に練り込んだいちごフレーバーの絶妙なハーモニーが楽しめます。

1月31日(金)				
献立名	アレルギー			
チキン南蛮	卵・小麦			
豆腐のきのこあんかけ	小麦			
麻婆春雨	乳・小麦			
白菜コンソメ煮	乳・小麦			
ブロッコリーのピーナツ和え	小麦・落花生			
かぶの含め煮	小麦			
揚げボール	卵・小麦			
生姜の醤油漬け	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
459 kcal	28.4 g	25.3 g	34.0 g	3.4 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酸味料、酒精、酸化防止剤(V.C.)、V.E)、ベーキングパウダー、着色料(V.B2、カロテン、カラメル)、消泡剤、香辛料、香料、乳酸Ca、漂白剤(次亜硫酸Na)、ソルビット、増粘剤(キサンタン、加工デンプン)、甘味料(ステビア)、保存料(ソルビン酸K)				

1月31日(金)				
献立名	アレルギー			
白身魚ハンバーグのトマトソース	卵・乳・小麦			
チンゲン菜とピーマンのペペロンチーノ風炒め	卵・乳			
切干大根の煮物	小麦			
たまごシエルマカロニサラダ	卵・乳・小麦			
人参とツナの中華炒め	小麦			
オクラの梅ごま和え	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
468 kcal	21.7 g	25.1 g	37.8 g	4.1 g
使用添加物				
酒精、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(V.C.)、pH調整剤、着色料(カラメル、クチナシ、コチニール、カロテン)、酸味料、増粘剤(グアーガム、キサンタン、加工デンプン)、加工デンプン、発色剤(亜硝酸Na)、香料、甘味料(アスパルテーム)、増粘多糖類、消泡剤、リン酸塩(Na)、ベーキングパウダー				

1月31日(金)				
献立名	アレルギー			
コープ豚のお好み風炒め	小麦			
アジのガーリックバタームニエル	乳・小麦			
花がんもの煮物	小麦			
カリフラワーのチーズマヨ焼き	卵・乳			
いんげん和え物	小麦			
南瓜の甘辛揚げ	小麦			
こんにゃくの炒め物	小麦			
さくら漬け	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
403 kcal	23.8 g	21.2 g	30.3 g	3.9 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酸味料、増粘剤(加工デンプン、グアーガム、増粘多糖類)、酒精、消泡剤、酸化防止剤(V.C.)、香料、乳化剤、着色料(クチナシ、紅麹、アガロ)、香辛料、水酸化Ca、凝固剤、甘味料(ステビア)				

1月31日(金)				
献立名	アレルギー			
鳥取こめ育ち牛のブルコギ風	小麦			
白身フライ	小麦			
小籠包	小麦			
れんこんゆかり揚げ	小麦			
ウインナーと枝豆の黒胡椒炒め	小麦			
キャロットラペ	小麦			
かんぴょう煮	小麦			
木耳昆布	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
437 kcal	22.3 g	23.1 g	35.4 g	4.1 g
使用添加物				
加工デンプン、pH調整剤、調味料(アミノ酸等)、焼成Ca、酵素、酸味料、酒精、酸化防止剤(V.C.)、エリトリン酸Na)、増粘剤(グアーガム)、乳化剤、着色料(パプリカ)、消泡剤、メタリン酸Na、漂白剤(次亜硫酸Na)、リン酸塩(Na)、発色剤(亜硝酸Na)、ソルビット、香料				

1月31日(金)				
献立名	アレルギー			
マスの塩焼き	卵・乳・小麦・えび			
オムレツ デミグラスソースかけ	卵・小麦			
わかめの胡麻炒め				
春巻	小麦			
オクラサラダ	小麦			
白菜の浸し	小麦			
椎茸の煮物	小麦			
ミニいちご風味大福				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
423 kcal	24.1 g	20.9 g	37.7 g	3.4 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、酸味料、着色料(カラメル、カロテン、紅麹、赤102)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、消泡剤、加工デンプン、pH調整剤、焼成Ca、酵素、ベーキングパウダー、香料、甘味料(アスパルテーム)、凝固剤、酒精、ソルビット、乳化剤、安定剤(ベクチン)				

やわらかおかずコース

今週のコメント

1/27(月)は『麻婆豆腐』です。豆腐は、日本の食卓に昔からよく利用される食材で、良質な植物性たんぱく質を含むため「畑の肉」と表現されることがあります。

1月27日(月)				
献立名	アレルギー			
麻婆豆腐	小麦			
アジの香草焼き	乳・小麦			
キャベツと油揚げのおかか和え	小麦			
キャロットラペ				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
321 kcal	20.0 g	18.8 g	15.8 g	2.4 g
使用添加物				
豆腐用凝固剤、消泡剤、調味料(アミノ酸等)、pH調整剤、酸味料、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、着色料(カラメル、パプリカ)、加工デンプン、焼成Ca、酵素、凝固剤、酒精				

1月27日(月)				
献立名	アレルギー			
サバの味噌煮	小麦			
野菜と牛肉の中華炒め				
白菜とカニカマの和え物	卵・乳・小麦・かに・えび			
なすの揚げ浸し	小麦			
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
344 kcal	18.4 g	21.9 g	13.8 g	2.0 g
使用添加物				
酒精、酸化防止剤(V.C.)、pH調整剤、酸味料、調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、着色料(紅麹)、香料				

1月27日(月)				
献立名	アレルギー			
ハンバーグデミグラスソース	乳・小麦			
アカウオのみりん焼き	小麦			
もやしとツナのサラダ	小麦			
ねぎとイカのお和え				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩相当量
283 kcal	21.0 g	10.5 g	24.6 g	2.5 g
使用添加物				
調味料(アミノ酸等)、リン酸塩(Na)、着色料(ココア、カラメル、ウコン)、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、酸味料、消泡剤、酸化防止剤(V.C.)、加工デンプン、pH調整剤、焼成Ca、酵素、酒精、香料				

1月27日(月)				
献立名	アレルギー			
豚肉のソーセージソース	小麦			