

はじめよう!
健康で経済的なくらし

2017年度 みんなで取り組む活動テーマ
地元のやさいを食べよう!!
～日々の台所から地域を変えていこう～

joso
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます
ネット注文登録

tel: 0297-48-4911
fax: 0297-45-6675

2018年3月4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙3/提出	19	20	21	22	23
定番品3/のお届け	26	27	28	29	30
特別企画品4/のお届け	2	3	4	5	6

2017年度をプレイバック



今年度もたくさんの場所で、
数多くの組合員活動を開催しました。
生産者と共にみんなで学び、考えてきた
一年を振り返ってご紹介します。



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
56 長島さんのサニーレタス
1玉 **165円(税178円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

大和しじみとあさりを100gずつセットにしました。味噌汁で、洋風料理のスープにも。冷凍のまま水から煮出して。
12 塩屋のおすすめ貝汁セット
凍 30日
2種200g **358円(税387円)** 通常税込432円
大和しじみ・あさり(国内産)



「本物の味」はイベントでも大好評
14 おとうふ揚げ
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)
凍 180日 5個175g **295円(税319円)**
すけそうだら(北海道)



千葉八街産。今ではめずらしくなくなった天日干し乾燥。香りが高く、甘みも強いです。
原材料:落花生
15 天日干し さやいり落花生300g
ますだ(千葉県・八街市)
90日 300g **1185円(税1280円)**
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4



鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励んでいます。初期除草剤1回のみ使用。
JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)
16 めぐみちゃんコシヒカリ
5kg x2 **4500円(税4860円)** 通常税込5292円
441 玄米
30kg **12500円(税13500円)** 通常税込15228円
茨城県



組合員が意見を出しあい、使用原料のどこまで品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレーク状のカレールウ。牛脂は和牛生脂を使用。
656 中辛カレールウ
前日OK!
150g **290円(税313円)** 通常税込324円
常総生協オリジナル



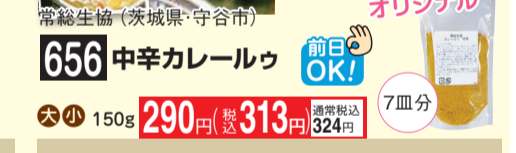
岩手県沖で漁獲されたスケソウダラを主原料にナチュラルチーズ、砂糖、馬鈴薯でん粉、食塩のみで作りました。
17 さかな屋さんの焼きまぼこ(チーズ入)
丸友しまか(岩手県・宮古市)
冷 15日 3枚 **385円(税416円)** 通常税込427円
スケソウダラ(岩手県) [放] 不検出 <3.8 <3.6



オレシノイルを配合し、ほのかな柑橘の香りが漂う台所用の液体石けん。そのままスポンジにつけて、または少し薄めてご利用ください。
18 本体
300ml **290円(税313円)**
19 詰替用
600ml **330円(税356円)**



中津ミートで人気の加工品3種類をセットにしました。皮なしベービーウインナー、ロースハムスライス、バラベーコンスライスのセットです。
22 コタニの海藻セット
若手県沖で採取した良質なわかめとめかぶをそれぞれ使い切りパックに。解凍してそのままお使いください。
凍 180日 わかめ40g x3 **398円(税430円)** 通常税込454円
めかぶ40g x3
わかめ・芽かぶ(岩手県) [放] 不検出 <3.6 <3.2



アルゼンチンの大草原の中のいろいろな花から採れたはちみつです。はちみつ漬におすすめ。
23 中津ミートの加工品セット
中津ミート(神奈川県・愛川町)
冷 7日 3種 **980円(税1058円)** 通常税込1102円



国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。
20 内麦焼そば(ソース無)増量
1袋増量で価格はそのままのお買い得企画
共生食品(神奈川県・相模原市)
冷 6日 150g x 3+1食 **190円(税205円)**



無農薬栽培の新米を100%使用した純米富士酢には、はちみつと粗糖と塩を合わせました。
21 富士すし酢
飯尾醸造(京都府・宮津市)
冷 360ml **560円(税605円)** 通常税込616円
米(京都府)



普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セットでお届け。
24 徳用北京餃子2パック
ニッコー(神奈川県・大和市)
凍 6日 (18g x 15) x 2 **768円(税830円)** 通常税込864円
豚肉(国内産)



1kgでこの価格はお買い得です
555 アルゼンチン産はちみつ
1kg **1550円(税1674円)** 通常税込1728円
はちみつ(アルゼンチン)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の主原料について、順次放射能自主検査を進めています。主原料産地もご参照ください。
・調査完了したものについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。
・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。
・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。
・空欄になっている商品は以下の通りです。
①検査対象地域外
②記載が間に合わなかった商品
ご不明な点がございましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)
千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
茨城県 [放] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

2017「地元の野菜を食べよう」という年度は活動テーマに基づき、様々な活動を行いました

生産者交流会(援農)
1年を通して、地域の野菜セット生産者のところへお手伝いに行きました。



参加者の感想

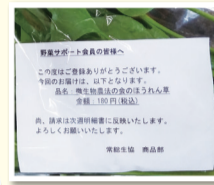
清水さんご夫婦がどのように野菜を作り、土や自然や社会に対してどのような考え方をもちかが分かって、野菜セットを購入する際も商品に対する理解が生まれます。虫を手作業でとっていたりする姿に安全への思いも深まると思います。息子もたくさんの野菜と虫に囲まれ、毎回やさしい気持ちや農作物への興味を持って帰るようです。
(守谷市 E・Nさん)

野菜サポート会員(継続募集)

新たな試みとして、野菜サポート会員がスタートしました!これは、地場野菜に余剰が出た場合のたすけあいの制度です。消費することで、地場産物を無駄にせず、また生産者の野菜を知るきっかけにもなります。



野菜サポート会員に登録!



野菜サポート会員申込書

サポート会員は2018年3月の時点で65名ですが、これから春～夏にかけて余剰が出やすい時期です。みんなで地場野菜を食べて健康な体を作っていきましょう!

組合員番号
組合員名
希望口数 (1回のお届けで300円以下)
QRコード
QRコード
こちらも登録可能!



自家製堆肥を使い、健康な土づくりをおこなっています。甘みと酸味のバランスが絶妙です。減農薬栽培。

25 いちご(とちおとめ)
200g **650円**(税込**702円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7



竹村さん(茨城県・かすみがうら市)

27 竹村さんのいちご

自分の子供に食べさせられるものをモットーに農業使用回数減らし、自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。

200g×2 **810円**(税込**875円**)
茨城県 [放] 不検出 <0.9 <1.0



樹にならして置き、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。

28 江川さんのキウイフルーツ
500g **398円**(税込**430円**)
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4



黄色い果皮に小さめサイズですが、味と香りのバランスは良くオレンジに近い風味。無化学肥料、減農薬栽培。
29 黄金柑
700g **440円**(税込**475円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.5 <4.1



適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。
30 ジューシーフルーツ
800g **398円**(税込**430円**)
鹿児島県



無茶々園(愛媛県・西予市)
31 無茶々園の甘夏
1kg **375円**(税込**405円**)
愛媛県



木下ささん(愛媛県・西予市)
32 デコボン
800g **500円**(税込**540円**)
愛媛県



岩川さん(鹿児島県・屋久島町)
33 屋久島タンカン
約550g **550円**(税込**594円**)
鹿児島県



親子3代にわたり農薬を使用せずレモンを育てています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。
34 400g **398円**(税込**430円**)
35 1kg **824円**(税込**890円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



安心の無農薬栽培レモン
松永農園(静岡県・静岡市)
35 1kg **824円**(税込**890円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
36 ペルーバナナ
約450~600g **310円**(税込**335円**)
ペルー(トゥンベス地域)



大紀コブファーム(愛媛県・喜多郡)が生産者グループ(奈良県)
37 しょうが
100g **158円**(税込**171円**)
高知県



岩間さん(高知県)
38 にんにく
約70g **220円**(税込**238円**)
青森県



あゆみの会・吉田さん(茨城県・行方市)
39 大葉
10枚 **94円**(税込**102円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2



あゆみの会・遠藤さん(千葉県・旭市)
40 パセリ
35g **95円**(税込**103円**)
千葉県 [放] 不検出 <4.3 <4.0



山本さん(熊本県・不知火町)
41 スイートバジル
約30g **184円**(税込**199円**)
熊本県



イバラキ食品(茨城県・石岡市)
42 もやし
250g **50円**(税込**54円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農薬使用を最小限に。
井上さん(埼玉県)、岩下さん(熊本県)
43 約100g **276円**(税込**298円**)
44 約200g **395円**(税込**427円**)
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



浅野さん(茨城県・常総市)
442 浅野さんのほうれん草
1束約200g **175円**(税込**189円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



赤谷さん(千葉県・旭市)
45 きゅうり
3本 **240円**(税込**259円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



福山さん(宮城県・新富町)
46 ピーマン
約130g **185円**(税込**200円**)
宮城県



福山さん(宮城県・新富町)
47 赤ピーマン
約130g **220円**(税込**238円**)
宮城県



金棒さん・山本さん(熊本県・天草市)
48 初恋スマートミニトマト
約170g **276円**(税込**298円**)
熊本県



右田さん(熊本県・芦北町)
49 ミニトマト
約150g **220円**(税込**238円**)
熊本県



大木さん(茨城県・常総市)
50 大木さんの中玉トマト
300g **320円**(税込**346円**)
茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)
51 柏田中の完熟トマト
1kg **665円**(税込**718円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.6 <3.6



通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい

農産物の放射能検査について
関東、東北、静岡県産の作物について放射能検査を実施しています。掲載の放射能数値はカタログ作成時のものです。最新の情報は「商品情報」をご覧ください。



52 グリーンアスパラ

吉澤さん達 (群馬県・昭和村)

約100g 286円(税込309円)



53 ホワイトアスパラ

群馬県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



54 ブロッコリー

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



55 中村さんのペーリーフ

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



56 長島さんのサニーレタス

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



57 やさとの仲間のいろいろ野菜の葉花

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



60 木村さんの小松菜(みずき)

茨城県 [放] 不検出 <3.3 <4.1



61 微生物農法の会の小松菜

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



62 ニラ

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9

野菜セット 隨時募集中! 地元の貴重な無農薬野菜セットです



57 やさとの仲間のいろいろ野菜の葉花

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.1



58 おきたまの莖立菜

山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8



59 チンゲン菜

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



66 木村さんのごぼう

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



67 木村さんの太ごぼう

茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



68 大根

千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



69 人参

茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.4



70 人参(洗い)

青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5



71 高柳さんのれんこん

茨城県 [放] 不検出 <2.2 <1.1



72 干しいも

茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.3



73 大和田さんのさつまいも

茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



74 木村さんの長芋

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



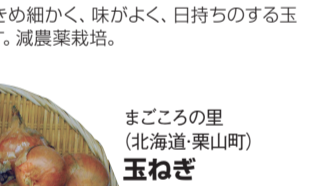
75 1kg

290円(税込313円)



76 3kg

800円(税込864円)



77 1kg

190円(税込205円)



79 山田さんのきのこセット

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



80 山田さんのしめじ

茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.9



81 えのき茸

長野県 [放] 不検出 <2.08 <2.25



82 ブラウンえのき茸

長野県 [放] 不検出 <2.18 <2.35



83 舞茸

栃木県 [放] 不検出 <4.4 <4.4



84 安田さんのなめこ

福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



85 エリンギ

三重県 [放] 不検出 <1.00 <2.60



86 ホワイトマッシュルーム

千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



87 江藤さんの原木生しいたけ

大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



88 A品

茨城県 [放] 不検出 <1.21 <2.27



89 B品

茨城県 [放] 不検出 <2.25 <2.43

お届け時の温度帯 冷蔵品 表記のないものについては常温でのお届けです。農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

フライパンで作る たらのホイル焼き



きのこ類、葉野菜など好みの具材を入れたらアルミ箔の端を閉じます。フライパンに並べて水をカップ1弱入れたら蓋をして加熱し、7分ほど蒸したらできあがり。ポン酢醤油など、好みのたれをかけてどうぞ。



90 鮮魚 真だら切身
岩手県宮古に水揚げされる旬の真だらを切身にして鮮魚でお届けします。
冷蔵 賞4日
2切120g **528円**(税込 **570円**)
真だら(岩手県)



91 あさり
熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。大粒で、身の入り、旨味共に良いあさりです。
冷蔵 賞お届け日含め2日
220g **305円**(税込 **329円**)
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県) [放]不検出<4.0<3.6



92 大羽いわし丸干し
脂ののった大ぶりのいわしを程よく塩をきかせて乾燥させました。焼いてそのまま、煮付けても。
凍 賞180日
2尾200g **300円**(税込 **324円**)
真いわし(青森県、岩手県)



93 朝食用 近海真あじ開き
九州近海産の真あじを開き、塩のみで仕上げました。朝食用にちょうどいい大きさです。
凍 賞30日
3枚220g **398円**(税込 **430円**)
真あじ(九州近海)



94 ふっくら やわらかあじ開き
主に九州産の真あじを、塩水に漬け込み、低温で12時間以上干し上げました。冷めてもふっくらしています。
凍 賞30日
2枚150g **330円**(税込 **356円**)
真あじ(国内産)



95 さんま天日寒風干し
三陸北部沖で漁獲した脂のりの良い生さんまを使用。一尾ずつ手作業で串刺し、寒の時期に天日干ししました。
凍 賞90日
2尾160g **220円**(税込 **238円**)
さんま(三陸北部沖) [放]不検出<3.8<3.9



96 氷温造り 国産赤かれい一夜干し
国内産(山陰沖、北陸沖)の赤かれいを、天日塩のみで一晩干しにしました。焼き、煮付け、唐揚げで。
凍 賞60日
4尾360g **398円**(税込 **430円**)
赤かれい(国内産)

長崎産の真サバを三枚におろし、塩水に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り仕上げました。解凍後焼いてどうぞ。



97 真サバ桜葉香仕上げ
凍 賞45日
2枚160g **338円**(税込 **365円**)
真さば(長崎県)

静岡県伊東産のカマスを開き、塩水に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り仕上げました。解凍後焼いてどうぞ。



98 伊豆のカマス桜葉香仕上げ
凍 賞45日
2枚110g **288円**(税込 **311円**)
カマス(静岡県)



99 カマス丸干し
静岡県伊東産のカマスを水揚げ後すぐに塩水に漬け込んで天日干しし、丸干しに仕上げました。
凍 賞45日
5~6本120g **320円**(税込 **346円**)
カマス(静岡県)



100 国産さば一夜干し
主に山陰、千葉県産のさばを三枚におろし、塩のみで仕上げました。夕食のメインになる大きさです。
凍 賞30日
4枚300g **398円**(税込 **430円**)
さば(国内産) [放]不検出<3.9<3.7



101 真ほっけ開き(備長炭仕込み)
7~8月に礼文島近海で漁獲した脂のりの良い真ほっけ。備長炭入りの塩水に漬け、まろやかに仕上げました。
凍 賞180日
2枚500g **780円**(税込 **842円**)
真ほっけ(北海道)



102 鱈の西京漬
北海道産のたらを、オリジナルの西京漬液に漬けました。フライパンで焼けます。
凍 賞90日 米大
4切200g **480円**(税込 **518円**)
たら(北海道)

三枚におろして腹骨を取り、「やまこ味噌」の粒味噌を使用した甘味噌タレに2晩漬け込みました。



103 さば甘味噌漬
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
凍 賞180日 米大小
3切165g **380円**(税込 **410円**)
真さば(ノルウェー)

たっぷり野菜といっしょにホイル焼きにも
九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬。ご飯のお供に、冷めても柔らかいのでお弁当にも。



104 香ばし味噌のぶり切身
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 5~6切
凍 賞30日 米大
5~6切170g **645円**(税込 **697円**)
ぶり(長崎県)



105 真いわし三枚おろし
千葉県沖で漁獲される真いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結。アレンジ自在の経済的な素材です。
凍 賞120日
8~11枚150g **298円**(税込 **322円**)
真いわし(千葉県) [放]不検出<3.3<3.5



106 真あじフィーレ
長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。
凍 賞30日
片身5~8枚前後200g **461円**(税込 **498円**)
真あじ(長崎県)



107 千葉県産 真あじ三枚おろし
凍 賞120日
12~16枚170g **370円**(税込 **400円**)
真あじ(千葉県) [放]不検出<3.9<3.9



108 もったいない魚 鱈のはらみ
札幌中一(北海道・札幌市)
凍 賞90日
500g **445円**(税込 **481円**)
真だら(北海道)



109 日戻り船のさんま(冷凍・キズ)
札幌中一(北海道・札幌市)
凍 賞90日
5尾 **558円**(税込 **603円**)
さんま(北海道)



110 北海道産にしん(3尾)
札幌中一(北海道・札幌市)
凍 賞90日
約200g×3 **640円**(税込 **691円**)
にしん(北海道)



111 天然寒ぶり切身
九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けて美味しくいただけます。
凍 賞30日
約80g×3 **646円**(税込 **698円**)
ぶり(九州近海)



112 鮮魚セット(下処理済)
丸友しまか(岩手県・宮古市)
冷蔵 賞2日
2~3種 **1480円**(税込 **1598円**)
鮮魚(岩手県)



113 北海道産 秋鮭切身(甘塩)
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
北海道産の秋鮭を切身にし、甘塩で仕上げました。
凍 賞180日
4切280g **580円**(税込 **626円**)
秋鮭(北海道)



114 紅鮭切身(中辛塩)5切
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
アラスカ産の紅鮭を現地で生から加工しました。塩が身に均等にいきわたっており、格別の旨さです。
凍 賞120日
5切350g **1050円**(税込 **1134円**)
紅鮭(アラスカ)



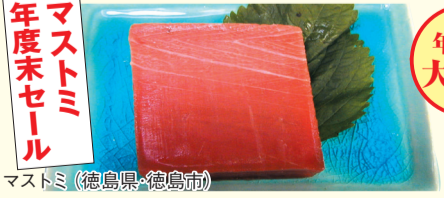
115 北海道産 スモークサーモン
松岡水産(千葉県・銚子市)
※盛付例
北海道産の秋鮭を塩のみで味付け。素材の旨味を生かす為、桜のチップを使い、「冷燻方式」で仕上げました。
凍 賞180日
40g×2 **398円**(税込 **430円**)
秋鮭(北海道)



116 あぶり焼しめさば
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
三枚におろして骨を取り、一晩じっくり調味液に漬け込みました。表面を軽くあぶり、香ばしく仕上げました。
凍 賞180日 米大小
2枚160g **480円**(税込 **518円**)
真さば(三陸沖) [放]不検出<3.5<3.7



117 小あじささ漬
小浜海産物(福井県・小浜市)
小あじを塩と米酢で調味しました。解凍後そのままお召上がりいただけます。
凍 賞180日 米
40g **460円**(税込 **497円**)
あじ(国内産)



118 本まぐろ中トロ
マストミ(徳島県・徳島市)
地中海で漁獲された本まぐろを船内にて急速凍結しました。きめの細かい脂、風味は本まぐろならではのよう皮、骨、血合い除去済みです。
凍 賞20日
100g **1180円**(税込 **1274円**)
本まぐろ(地中海)



119 トロびんちようまぐろ
マストミ(徳島県・徳島市)
びんちようまぐろの中でも太平洋の高緯度で漁獲されます。脂のり良く身質も極めてやわらかいのが特徴です。
凍 賞20日
2切200g **725円**(税込 **783円**)
びんちようまぐろ(太平洋)

水産品の放射能検査について
・調査対象漁獲海域：関東1都6県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。
主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

年度末大特価 マストミ 年度末セール



流水で約5分解凍して下さい
船上凍結した鮮度の良いメバチマグロを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残し、手作業でスジの除去も行っています。

120 徳用 つぶつぶまぐろたたき身

冷凍20日 50g×4 **928円(税込1002円)** 通常税込1059円
めばちまぐろ(台湾)



鮮度の良いピンチョウマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に合います。

121 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)

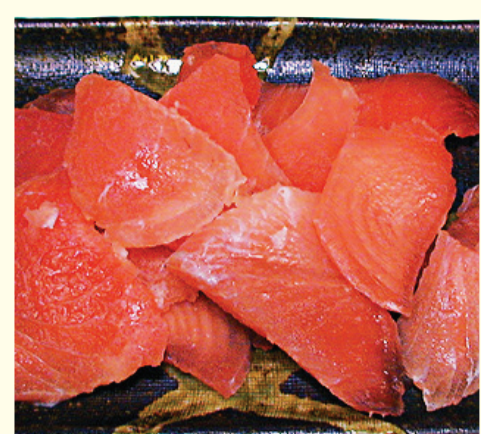
冷凍30日 80g×2 **458円(税込495円)** 通常税込540円
ピンチョウマグロ(太平洋)



クセがなくあっさりした味わいのキハダまぐろを使用。あたたかいご飯にのせて添付のタレをかけてどうぞ。

122 キハダまぐろのたたき丼

冷凍20日 (40g、タレ20g)×2 **338円(税込365円)** 通常税込410円
キハダまぐろ(太平洋)



太平洋上で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して丼などで美味しく召し上がれます。

123 めばちまぐろ切り落としスライス

冷凍15日 100g **458円(税込495円)** 通常税込518円
めばちまぐろ(太平洋)



124 真だこぶつ切り(瀬戸内産)

瀬戸内海・明石海峡で漁獲された真だこをボイルし、ブツ切りに。ビタミン、ミネラル豊富なだこをお刺身で。

冷凍120日 120g **710円(税込767円)**
真だこ(瀬戸内海、明石海峡)

三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたいかに最短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。流水か自然解凍でどうぞ。

125 三陸岩手いかに糸造り

冷凍180日 80g **398円(税込430円)**
するめいか(三陸)



126 雄武産 ほたて貝柱(生食用)

北海道・雄武産の甘いほたて貝柱です。お刺身でどうぞ。

冷凍30日 5〜7粒約100g **680円(税込734円)**
ほたて貝柱(北海道)



下処理済みなでの料理に便利

127 三陸産するめいか 3〜6枚

三陸北部沖で水揚げされた小型のするめいかの内臓と下足を除去してつぼ抜きにしました。炒め物、煮物などに。

冷凍60日 3〜6枚230g **410円(税込443円)**
するめいか(岩手県、青森県)



128 もったいない カットスルメイカ

胴体部分に傷があったりするものをカットしました。炒め物、揚げ物、煮物などに。

冷凍60日 200g **398円(税込430円)**
スルメイカ(三陸)



129 ベビーほたて(加熱用)

北海道・噴火湾産の小型のほたてをボイルしました。生産者限定のほたてです。

冷凍90日 150g **450円(税込486円)**
ほたて(北海道)



130 天然えび(ホワイト種)

インドネシア沖で漁獲した食味の良い天然えびをバラ凍結。漁獲〜製品化まで薬品処理(黒変防止剤等)なし。

冷凍60日 200g **785円(税込848円)** 通常税込886円
ホワイトえび(インドネシア)



131 エビホタテミックス

天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出せて便利です。

冷凍60日 200g **420円(税込454円)**
えび(ミャンマー)、ほたて(北海道、青森県)



132 無添加たらこ(切子込み)

すけそうだらを卵を着色料や化学調味料を使わないで味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。

冷凍30日 60g **340円(税込367円)**
すけそうだらの卵(アメリカ、ロシア)



133 無添加明太子(切子込み)

着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。

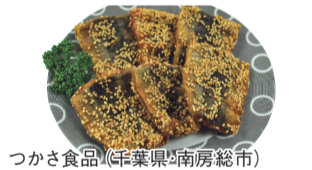
冷凍30日 60g **340円(税込367円)**
すけそうだらの卵(アメリカ、ロシア)



135 みやぎざき日向灘 しらす干し

日向灘産のしらす干しです。ませごはん、酢のものなど幅広く使えます。

冷凍180日 60g **350円(税込378円)**
いわしの稚魚(宮崎県)



136 フライパンで簡単! さんま照りゴマ

北海道産のさんまを蒲焼のタレに漬け込み、小麦粉とゴマをまぶしました。お弁当にも、夕食の一品にも。

冷凍180日 6〜7個160g **410円(税込443円)**
さんま(北海道)



137 どうして小女子

三陸産の漁期限定の小さめの小女子を使用。生の原料をそのまま炊き上げた、産地ならではの佃煮です。

冷凍90日 60g **400円(税込432円)**
小女子(宮城県) [放] 不検出<3.9<4.1



138 ほたてしぐれ煮

北海道産ほたての風味を活かす為、醤油、みりん、三温糖、酒、生姜でシンプルに炊き上げました。

冷凍30日 約100g **390円(税込421円)**
ほたて貝柱(北海道)



139 いわしごぼうつみれ

国内産(主に九州、山陰近海)の真いわし、うるめいわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。

冷凍120日 180g **320円(税込346円)**
いわし(国内産)



140 津軽海峡 鮭フレーク

鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料:秋鮭、菜種油、食塩

冷凍90日 100g **490円(税込529円)**
秋鮭(青森県) [放] 不検出<4.0<4.4

お弁当の一品にも 醤油と黒酢の風味が絶妙



ヤマホンベイフーズ(宮城県・女川町)
141 さんま黒酢煮
冷凍90日 120g **410円(税込443円)** 通常税込454円
さんま(岩手県) [放] 不検出<3.5<4.1

岩手県産の脂のりの良いさんまを使用して、醤油と黒酢を加えて風味良く仕上げられています。骨まで軟らかいので、年配の方からお子様まで喜んでいただけます。お弁当のおかずの一品にもなります。

トマトの酸味が活きた あっさりしたクリームソース

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
51 柏田中の完熟トマト **320** スパゲッティ **676** ライトツナフレーク



ツナのトマトクリームパスタ
◆材料
スパゲッティ……………260g
にんにく……………1片
玉ねぎ……………1個
しめじ……………1房
トマト……………2個
オリーブオイル……………適宜
小麦粉……………大1/2
「ツナ缶」……………1缶
A ケチャップ……………大2
L 牛乳……………100cc
塩・こしょう……………適宜
◆作り方
① にんにくはみじん切り、玉ねぎは薄切り、しめじは小房に分ける。トマトはザク切りにする。
② フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて熱する。香りが立ったら玉ねぎ、きのこを加える。
③ 野菜がしんなりしたら、小麦粉を加えて全体に混ぜる。
④ トマトとAを入れて、少しとろみがつくまで煮る。塩・こしょうで味をととのえる。
⑤ パスタを茹でて皿に盛り、④をかける。

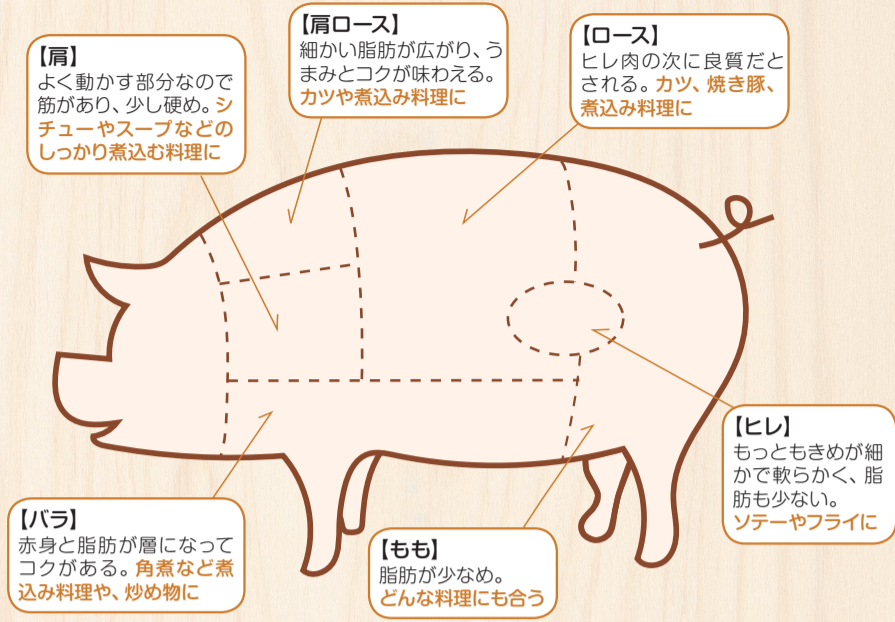
439 「ツナのトマトクリームパスタ」レシピセット

完熟トマト中の完熟トマト
フライドオリーブオイル
スパゲッティ
1424円(税込1538円) 通常税込1588円

知っていますか?

豚肉の部位

(改めて部位ごとの特徴を紹介) 特徴を知ってさらに料理上手を目指しましょう。



豚肉

ローズポーク
[放] 不検出<3.7 <3.8
中津ミート
[放] 不検出<3.0 <3.0

岩瀬さんの豚肉は4月3回までお休みとなります。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

143 ローズポーク
バラブロック

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷蔵 賞6日
300g **580円**(税込 **626円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

144 ローズポーク
モモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

冷蔵 賞6日
500g **980円**(税込 **1058円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

145 ローズポーク
肩ブロック

味の濃い部位。焼き豚を作るのに最適。じっくり煮込む料理にも。

冷蔵 賞6日
400g **610円**(税込 **659円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

146 ローズポーク
スペアリブ

バーベキューには欠かせません。部位は味の濃いローズポークの豚肩バラ。

冷蔵 賞6日
4本500g **1150円**(税込 **1242円**)

茨城県

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

147 ローズポークモモ赤身カレー用

冷蔵 賞6日
200g **390円**(税込 **421円**)

茨城県

赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。

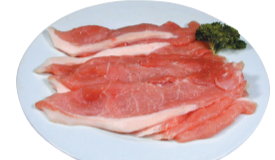


JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

148 ローズポーク肩ロース切身

冷蔵 賞6日
2枚200g **470円**(税込 **508円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

149 ローズポーク
モモスライス

赤身主体の部位。巻き物にも重宝します。厚さ3mm。

冷蔵 賞6日
250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

151 ローズポーク
ヒレブロック

最も柔らかい、脂のほとんどない部位です。カツ等に。

冷蔵 賞6日
250g **850円**(税込 **918円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

152 ローズポーク
肩スライス

脂身の少ない、味の濃い部位です。すじ切りして、厚さ3mm。

冷蔵 賞6日
300g **460円**(税込 **497円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

153 ローズポーク
パラスライス

脂と赤身が層になったバラ肉を厚さ3~3.5mmにスライスしました。

冷蔵 賞6日
250g **515円**(税込 **556円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

154 ローズポーク
小間切

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚「ローズポーク」を、生産者限定でお届けします。

冷蔵 賞6日
150g×2 **390円**(税込 **421円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

155 ローズポーク
徳用小間切

たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞6日
200g×2 **510円**(税込 **551円**)

茨城県

野菜を入れてちょうどいい、少し濃い味付けになっています



中津ミート(神奈川県・愛川町)

156 中津豚こま生姜焼き用(味付)

自社牧場の豚のこま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。共に、野菜を加えて炒めても。

冷蔵 賞5日 希米大
200g **390円**(税込 **421円**)

豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

157 中津もつ stamina 焼き(味噌味)

自社農場の豚のモツを、自家製の味噌だれに漬け込みました。お好みの野菜を入れて炒めてどうぞ。

凍結 賞120日 希米大
200g **350円**(税込 **378円**)

豚もつ(神奈川県)



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

158 ローズポーク 挽肉

茨城県の銘柄豚「ローズポーク」の挽肉。赤身率8割です。

凍結 賞30日
300g **460円**(税込 **497円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)野口商店

159 豚挽肉(バラ凍結)

茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。

凍結 賞90日
400g **650円**(税込 **702円**)

茨城県

鶏肉

つくば茜鶏
[放] 不検出<3.6 <3.4



田仲さん達(茨城県・桜川市)

160 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ。蒸しどり、唐揚げ、煮物に。

凍結 賞180日
300g **370円**(税込 **400円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

161 つくば茜鶏 モモ

肉質は少し硬めですが、脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。

凍結 賞180日
300g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

162 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

ムネ肉とモモ肉を一口大にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。煮物、炒めものにも。

凍結 賞180日
250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

163 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

ムネ肉とモモ肉を唐揚げ用にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞180日
250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県

※調理例



田仲さん達(茨城県・桜川市)

164 つくば茜鶏 ササミ

凍結 賞180日
300g **560円**(税込 **605円**)

茨城県

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茹でてサラダに。バラ凍結。



田仲さん達(茨城県・桜川市)

165 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。塩焼き、唐揚げに。だしがでるので煮物にも。

凍結 賞180日
400g **525円**(税込 **567円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

166 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍結 賞180日
400g **525円**(税込 **567円**)

茨城県



鶏レバーフライ

田仲さん達(茨城県・桜川市)

167 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍結 賞180日
250g **240円**(税込 **259円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

168 つくば茜鶏 挽肉

ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

凍結 賞180日
500g **660円**(税込 **713円**)

茨城県

牛肉

茨城牛(山方)
[放] 不検出<3.0 <4.0
鹿児島 坊津黒牛
[放] 不検出<3.5 <3.7
国産牛(福岡・大分)
[放] 不検出<3.8 <3.8



福永産業(福岡県・遠賀町)

169 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用170g×2

モモ肉をすき焼き用にスライスしました。

凍結 賞30日
モモ170g×2 **1760円**(税込 **1901円**)

鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

170 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

凍結 賞30日
170g **690円**(税込 **745円**)

鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

171 国産牛小間切

肉じゃが、カレー、シチューなどの煮物、炒め物、焼肉と幅広く使えます。ウテ、モモ、バラ肉を使用。

凍結 賞30日
160g **445円**(税込 **481円**)

福岡県、大分県



福永産業(福岡県・遠賀町)

172 国産牛挽肉

福岡県、大分県の3名の生産者のホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。

凍結 賞30日
200g **390円**(税込 **421円**)

福岡県、大分県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

173 茨城牛(山方) 切り落とし

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

冷蔵 賞6日
200g **645円**(税込 **697円**)

茨城県

取り扱いサイクル・価格表記

4週に1回お届け

4週に3回お届け

隔週お届け

毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新発売の商品

特別価格商品

畜産加工品

中津ミート
[放] 不検出<3.0 <3.0
鎌倉ハム
[放] 不検出<3.9 <3.0
※加工品については原料を
検査しています



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
174 鎌倉 あらびきウインナー×2
無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。
冷蔵 賞15日
85g×2 **350円(税込378円)**
豚肉(国内産)

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
175 鎌倉ポークソーセージ
冷蔵 賞20日
200g **350円(税込378円)**
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
176 鎌倉ボンレスハム×2
合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。
冷蔵 賞15日
60g×2 **450円(税込486円)**
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
177 鎌倉バラベコンスライス×2
豚バラを塩漬け、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。
冷蔵 賞15日
85g×2 **560円(税込605円)**
豚肉(国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
178 中津皮なしノンスライスウインナー
皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。
冷蔵 賞5日
120g **270円(税込292円)**
豚肉(神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
179 中津ポークウインナー
海塩の旨味と香辛料が引きだしたシンプルな味。
冷蔵 賞7日
120g **280円(税込302円)**
豚肉(神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
180 中津生ウインナー
原材料は通常のポークウインナーと同じ豚肉、食塩、砂糖、香辛料です。生なので加熱調理して下さい。
凍結 賞180日
6本120g **300円(税込324円)**
豚肉(神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
181 中津ロースハムスライス
安全な肉を原料とした無添加ハムです。豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げてあります。
冷蔵 賞7日
100g **370円(税込400円)** 通常税込421円
豚肉(神奈川県)

じゃがいもにいかの旨みがしみこみます ホクホク食感で箸が進む

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
75 じゃがいも **77** 玉ねぎ
128 カットスルメイカ

440 「いかじゃが」
レシピセット **特**
じゃがいも 玉ねぎ カットスルメイカ
850円(税込918円) 通常税込948円

いかじゃが

- ◆材料
スルメイカ……………1袋(200g)
玉ねぎ……………1個
人参……………1本
じゃがいも……………3個
だし……………カップ2
砂糖……………大2
A醤油……………大3
し酒……………大2
グリーンピースなど……………適宜

◆作り方

- 玉ねぎはくし切り、人参は乱切り、じゃがいもはひと口大に切って水にさらす。
- 鍋にだし汁、玉ねぎ、人参、じゃがいもを入れて火にかけ、ひと煮したらAで調味する。
- いかを加え、アクを取りながら煮合わせる。
- 器に盛り、青物をちらす。



切り取ってご活用ください

豚ウテ肉と、食塩、砂糖、香辛料のみを使い、国産チップで丁寧にスモークした風味豊かな逸品です。



中津ミート (神奈川県・愛川町)
182 中津ショルダーベーコンスライス
冷蔵 賞7日
100g **370円(税込400円)**
豚肉(神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
183 中津プチサラミ
豚肉を粗挽きし、腸詰してスモークしました。無添加で作った小ぶりのサラミ風ソーセージです。
凍結 賞180日
80g **300円(税込324円)**
豚肉(神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)
184 中津スモークレバー
中津ミートの豚レバーを海塩、三温糖、香辛料のみで味付けし、スモークしました。スライスどうぞ。
凍結 賞180日
100g **320円(税込346円)**
豚肉(神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
185 ポロニアソーセージスライス(レッドベル)
豚肉の旨味と自社指定ブレンド香辛料、レッドベルベツパーミックスの甘みの組み合わせが絶妙です。
凍結 賞180日
120g **330円(税込356円)**
豚肉(神奈川県)

つくば酉鶏を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。玉ねぎを加えて煮込み、卵でとじてどうぞ。



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
186 つくば酉鶏親子丼の素 2袋
凍結 賞180日 米大
130g(鶏肉40g、タレ90g)×2 **300円(税込324円)**
鶏肉(茨城県)

牛乳工房

着々と工事が進んでいます!

工房は二階建て。一階が牛乳製造室で、二階は体験教室になります。二階は木の香りが漂う無垢材が使われているので柔らかく明るいお部屋になります。皆さんお楽しみに♪



500250 特別増資(一口500円) 受付中

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に自家プラントで作りました。ノンホモ(脂肪球を砕いていない)なのでプツツと脂肪のかたまりができますが、口当たりに違和感なく、なめらかでやさしい味です。

ピンは繰り返し使いますので必ずご返却下さい

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場ヨーグルト 賞届いて10~11日 乳
187 プレーン 400g **345円(税込373円)**
188 加糖 400g **360円(税込389円)**
生乳(茨城県) [放] 不検出<3.4 <3.4



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。
冷蔵 賞届いて7~11日 乳
100g **481円(税込519円)**
生乳(茨城県) [放] 不検出<3.5 <3.2

鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召上がりください。
鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場 さけるチーズ 冷蔵 賞14日以上 乳
190 プレーン 30g **176円(税込190円)**
191 ペッパー 30g **185円(税込200円)**
生乳(茨城県) [放] 不検出<3.3 <3.1



サツラク農協 (北海道・札幌市)
5 サツラク牛乳
北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。
冷蔵 賞15日 乳
1ℓ **237円(税込256円)**
生乳(北海道) [放] 不検出<0.5 <0.4



サツラク農協 (北海道・札幌市)
9 サツラク低脂肪牛乳
脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。
冷蔵 賞15日 乳
500ml **138円(税込149円)**
生乳(北海道) [放] 不検出<0.4 <0.5

サツラク農協 (北海道・札幌市)
サツラク低温殺菌牛乳 賞届いて3日 乳
3ℓ **288円(税込311円)**
10 500ml **170円(税込184円)**
生乳(北海道) [放] 不検出<0.5 <0.5

石狩平野の生乳のみを使用。牛乳の成分をできるだけこだわらず、乳脂肪分のみを1.0%に低減しました。
北海道酪農公社 (北海道・江別市)
4 牧場で飲むおいしさ低脂肪牛乳 賞届いて8日 乳
1ℓ **211円(税込228円)**
生乳(北海道) [放] 不検出<0.5 <0.5



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)
7 八郷の卵 賞7日 卵
10個 **236円(税込255円)**
茨城県 [放] 不検出<3.7 <4.2



宇治田農場 (茨城県・石岡市)
8 宇治田さんの平飼卵 賞7日 卵
6個 **330円(税込356円)**
茨城県 [放] 不検出<3.3 <3.4



オム焼きそば

契約者、募集中です!

有機農業の循環の中から産まれた卵です
有機農業の生産者が自家製堆肥を作る為に飼っている鶏の卵です。自家栽培の野菜を与え、健康に育てました。
天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)
契約 自給飼料農家養鶏卵 賞7日 卵
6個 **330円(税込356円)**
茨城県 [放] 不検出<3.5 <3.7



ホリ乳業 (石川県・金沢市)
192 腸内活性
ヨーグルメイト(プレーン)
ホリ牧場で搾乳した良質な生乳
100%使用。腸内で有用菌をふや
し、抵抗力を高めるのに役立ちます。
冷蔵賞 21日 乳
400g **550円** (税込 **594円**)
生乳(石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0



ホリ乳業 (石川県・金沢市)
193 腸内活性
ヨーグルメイト(加糖)
ホリ牧場の良質な生乳を使用した加
糖タイプ。ヒト由来の有用定住腸内
細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。
冷蔵賞 21日 乳
90g×3 **465円** (税込 **502円**)
生乳(石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0



サツラク農協(北海道・札幌市)
194 サツラク酪農家限定
ヨーグルト(加糖)
11戸の生産牧場限定の生乳を90%
以上使用。香料、安定剤不使用。原材
料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)
冷蔵賞 18日 乳
80g×3 **206円** (税込 **222円**)
生乳(北海道) 【放】不検出 <3.9 <3.1



よつ葉乳業 (北海道・音更町)
195 よつ葉
プレーンヨーグルト
北海道の原乳使用。糖分を加えてい
ないので、お料理やお菓子作りにも。
酸味をおさえたマイルドタイプ。
冷蔵賞 賞届いて7日前後 乳
400g **219円** (税込 **237円**)
生乳(北海道) 【放】不検出 <3.3 <3.3



日本生協連合会
196 CO乳酸ドリンク
65ml×10本
柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸
菌飲料。
冷蔵賞 15日 乳
65ml×10 **178円** (税込 **192円**)
【放】不検出 <3.4 <4.1



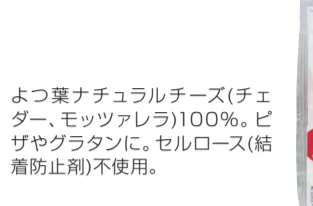
モンテール(東京都・足立区)
197 牛乳と卵の
デザートワッフル
自家製カスタードクリームとホイップ
クリームのミックスを、ワッフルで包
みました。
冷蔵賞 賞届いて4日 卵乳大小
5個 **255円** (税込 **275円**)
【放】不検出 <3.4 <3.6



茨城乳業 (茨城県・石岡市)
198 タマゴプリン
牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固
めています。凝固剤、安定剤不使用。
冷蔵賞 14日 卵乳
85g×3 **212円** (税込 **229円**) (通常税込 **240円**)
牛乳・卵(茨城県) 【放】不検出 <3.7 <3.8



よつ葉乳業 (北海道・音更町)
199 よつ葉カマンベールチーズ
非遺伝子組換え飼料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて
熟成させました。
冷蔵賞 180日 乳
90g **395円** (税込 **427円**)
生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)
200 よつ葉シュレッドチーズ
よつ葉ナチュラルチーズ(チェ
ダー、モッツアレラ)100%。ピ
ザやグラタンに。セルロース(結
着防止剤)不使用。
冷蔵賞 90日 乳
250g **548円** (税込 **592円**)
生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)
201 よつ葉 パンにおいしい発酵バター
北海道産生乳を100%使用した発酵バター。ミルクの風
味に、ヨーグルトのような爽やかな後味が特長。
冷蔵賞 180日 乳
100g **306円** (税込 **330円**)
生乳(北海道)



丸和食品 (東京都・練馬区)
202 おかべや 宴もめん
熊本県産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の
旨味が味わえます。消泡剤無添加。
冷蔵賞 賞届いて3日 大豆
330g **189円** (税込 **204円**)
大豆(熊本県)



丸和食品 (東京都・練馬区)
203 おかべや 雅きぬ
丸和食品(東京都・練馬区)
206 もめん豆腐
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。
冷蔵賞 賞届いて4日 大豆
300g **176円** (税込 **190円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.2 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)
207 きぬ豆腐
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、
ふくらと仕上げました。揚げ油は菜種一
番搾り。遺伝子組み換えはしていません。
冷蔵賞 賞届いて6日 大豆
3枚 **165円** (税込 **178円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.5 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)
208 絹とうふ(充填豆腐)
青森県、秋田県産大豆をブレンド。消
泡剤を使用せず、にがりで固めた白
持ちする充填豆腐。
冷蔵賞 賞届いて30日 大豆
300g×3 **395円** (税込 **427円**)
大豆(青森県、秋田県) 【放】不検出 <3.6 <3.4

大豆加工品



北海道産大豆で作った
豆腐。大豆の風味、甘み
が際立つ味わいです。消
泡剤無添加。
おかべや (神奈川県・相模原市)
204 おかべや おぼろとうふ
冷蔵賞 賞届いて3日 大豆
300g **154円** (税込 **166円**) (通常税込 **177円**)
大豆(北海道)



白ごまと葛粉、鏝だ
し、粗糖、塩を昔な
がらの直火で練り上
げた風味豊かなごま
とうふ。
おかべや (神奈川県・相模原市)
205 おかべや 白ごま葛とうふ
冷蔵賞 賞届いて3日 葛粉
100g **340円** (税込 **367円**)
葛粉(鹿児島県)



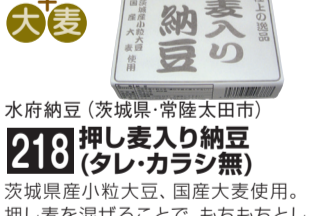
丸和食品 (東京都・練馬区)
209 有機国産大豆
寄せ豆腐
秋田県産有機大豆と海水にがりのみで
作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。豆乳濃
度が高く、大豆の味わいが深い豆腐。
冷蔵賞 賞届いて4日 大豆
100g×2 **240円** (税込 **259円**)
大豆(秋田県) 【放】不検出 <0.9 <1.0



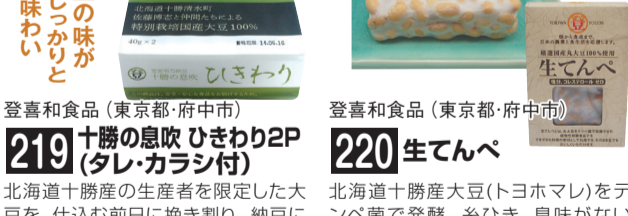
丸和食品 (東京都・練馬区)
210 油揚げ
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、
ふくらと仕上げました。揚げ油は菜種一
番搾り。遺伝子組み換えはしていません。
冷蔵賞 賞届いて6日 大豆
3枚 **165円** (税込 **178円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.5 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)
211 厚揚げ
国産大豆100%、にがり使用の生地
をなたね油で揚げました。
冷蔵賞 賞届いて4日 大豆
90g×2 **155円** (税込 **167円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.1 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)
212 竹の子がんに
も
がんもどきの中に旬のたけのこを加
えました。さつとあぶって生薑醤油や
大根おろしポン酢でさっぱりと。
冷蔵賞 賞届いて5日 大豆
80g×2枚 **265円** (税込 **286円**) (通常税込 **313円**)
たけのこ(京都府) 【放】不検出 <2.2 <2.0



丸和食品 (東京都・練馬区)
213 白和え
絹ごし豆腐に、こんにゃく、人参、椎
茸、白ごまを加え、自社で煮出した
だしで味付けしました。
冷蔵賞 賞届いて21日 大豆
150g **210円** (税込 **227円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.4 <1.4



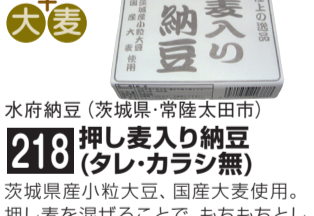
丸和食品 (東京都・練馬区)
214 水煮大豆
国産の大豆を水煮にしました。ほん
のり塩味がついています。サラダや
筑前煮、カレーにも。
冷蔵賞 賞届いて21日 大豆
200g **240円** (税込 **259円**)
大豆(国内産)



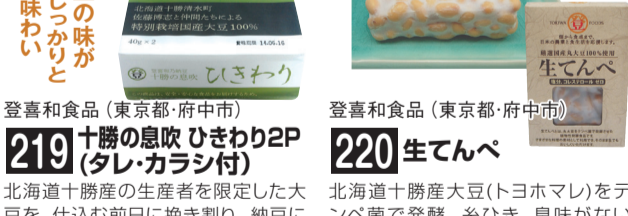
JAやさと (茨城県・石岡市)
215 八郷小粒納豆3連
(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、
糸ひきがよく、風味のよい納豆で
す。
冷蔵賞 賞届いて7日 大豆
35g×3 **148円** (税込 **160円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <3.3 <3.1



JAやさと (茨城県・石岡市)
216 本味納豆
(タレ・カラシ無)
茨城県産大豆使用。小粒納豆より少
し大きめの大豆で作りました。タレ、
カラシ無し。
冷蔵賞 賞届いて7日 大豆
40g×3 **140円** (税込 **151円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <3.4 <3.0



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)
217 水府納豆ミニ2
(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆100%。軟らかめ
の豆を風味よくねかせました。
冷蔵賞 賞届いて10日 大豆
40g×2 **100円** (税込 **108円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <2.9 <3.7



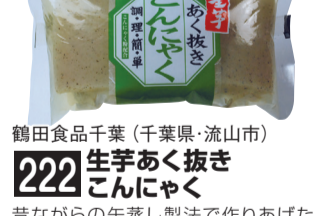
水府納豆 (茨城県・常陸太田市)
218 押し麦入り納豆
(タレ・カラシ無)
茨城県産小粒大豆、国産大麦使用。
押し麦を混ぜることで、もちもちと
した食感が加わります。
冷蔵賞 賞届いて10日 大豆
40g×2 **165円** (税込 **178円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2



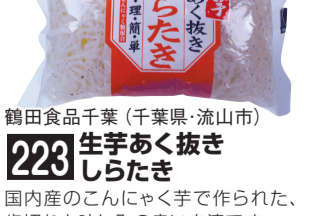
登喜和食品 (東京都・府中市)
219 十勝の息吹 ひきわり2P
(タレ・カラシ付)
北海道十勝産の生産者を限定した大
豆を、仕込む前日に挽き割り、納豆に
しました。
冷蔵賞 賞届いて9日 大豆
40g×2 **160円** (税込 **173円**)
大豆(北海道)



登喜和食品 (東京都・府中市)
220 生てんべ
北海道十勝産大豆(トヨホマレ)をテン
ペ菌で発酵。糸ひき、臭いがな
いため、色々な料理に使えます。
冷蔵賞 賞届いて11日 大豆
100g **240円** (税込 **259円**)
大豆(北海道)



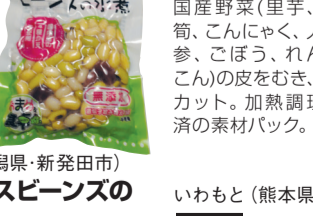
白鷹産加工研究会 (山形県・白鷹町)
221 加工研の豆乳
冷蔵賞 15日 大豆
300g **255円** (税込 **275円**)
大豆(山形県) 【放】不検出 <4.0 <3.6



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
222 生芋あく抜き
しらたき
国内産のこんにゃく芋で作られた、
歯切れと味しみの良い白濁です。
冷蔵賞 賞届いて90日
180g **140円** (税込 **151円**)
こんにゃく芋(国内産) 【放】不検出 <3.6 <3.6



白鷹産加工研究会 (山形県・白鷹町)
223 生てんべ
白鷹産加工研究会 (山形県・白鷹町)
224 白鷹こだわり生芋こんにゃく(玉)
地元産の生芋を使い、芋の良さが生きる加水割合に抑え
ました。昔ながらの味わいのあるこんにゃくです。
冷蔵賞 賞届いて30日
200g **270円** (税込 **292円**) (通常税込 **302円**)
こんにゃく芋(山形県)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)
225 ミックスビーンズの
水煮
冷蔵賞 賞届いて90日 大豆
150g **235円** (税込 **254円**)
豆(新潟県、北海道)



いわもと (熊本県・南関町)
226 お煮しめセット(素材)
冷蔵賞 賞届いて90日
6種250g **290円** (税込 **313円**)
里芋・こんにゃく・他野菜(国内産)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)
227 切昆布の煮物
食感の良い切昆布を巻節、宗田巻節、椎茸、昆布、
鯖の5種の天然だしで優しい味付けに仕上げま
した。そのまま、または温めてお召し上がり下さい。
冷蔵賞 賞届いて90日 大豆
120g **275円** (税込 **297円**)
昆布(北海道)

アレルゲン表示 卵 卵牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認ください。コンタミの詳細情報については



シーズン初



たけのご、椎茸、人参、切昆布を椎茸の戻し汁やかつおだし、砂糖、醤油、みりんで調味。洗った米に加えて炊いて。

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)
228 国産たけのご飯の素 2合用
 冷蔵90日 米 大 小
 170g(2合用) **298円**(税込 **322円**) 通常税込 **340円**
 たけのご (和歌山県)



天然のわらび、ふき、うどを使い、かつおと昆布、椎茸でとったダシと醤油をベースにした炊き込みご飯の素。

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)
229 山菜ご飯の素 3合用
 冷蔵30日 大 小
 170g(3合用) **370円**(税込 **400円**) 通常税込 **410円**
 わらび (山形県) [放] 不検出 <3.6 <3.5

研いだお米に混せて炊くだけ



しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)
235 鶏五目ご飯の素 3合用
 冷蔵30日 大 小
 170g(3合用) **380円**(税込 **410円**)
 鶏肉 (山形県) [放] 不検出 <3.5 <3.4

シーズン最終



たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)
236 茶碗蒸し
 遺伝子組換えのない飼料を養鶏に使用した卵を使用。化学調味料を使用せず、素材の持ち味を生かしました。
 冷蔵12日 卵 米 大 小
 150g×2 **450円**(税込 **486円**)
 卵 (徳島県)



菊田商店 (東京都・練馬区)
237 煮豆 お福豆(紫花豆)
 北海道の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。
 冷蔵90日 米
 120g **240円**(税込 **259円**)
 紫花豆 (北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)
238 煮豆 青豆
 北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいなうぐいす色。軟らかさの中にしっかりコシを残した仕上がり。
 冷蔵90日 米
 120g **230円**(税込 **248円**)
 青えんどう豆 (北海道)



リアス (千葉県・船橋市)
239 山椒ちりめん
 上乾ちりめんを醤油、みりんで味付けし、山椒の実を加えました。
 冷蔵60日 米 大 小
 20g **320円**(税込 **346円**)
 ちりめん (鹿児島県)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)
240 紅生姜(きざみ)
 高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。
 冷蔵90日
 80g **170円**(税込 **184円**)
 生姜 (高知県)



伊那食品 (長野県・松川町)
241 野沢菜塩漬
 契約農家で栽培した野沢菜を塩のみで漬けた浅漬です。
 冷蔵7日
 200g **190円**(税込 **205円**)
 野沢菜 (長野県、他)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)
242 糖しぼり大根
 砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。
 冷蔵30日 米
 250g **350円**(税込 **378円**)
 大根 (国内産)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)
243 農家で漬けた白菜漬
 添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間をかければ酸味のある漬物に。好みの召し上がり方でどうぞ。
 冷蔵9日 米
 250g **280円**(税込 **302円**)
 白菜 (国内産)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)
244 昆布だしで漬けた浅漬三昧
 国内産の白菜、きゅうり、大根、人参をシンプルな原料で浅漬にしました。一度にいろいろな野菜が楽しめます。
 冷蔵6日 米 大 小
 200g **305円**(税込 **329円**)
 白菜 (国内産)

食感楽しい

お好みの厚さに切ってどうぞ

旬の大根をかつお節を使った醤油ベースの漬け汁で浅漬にしました。

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)
248 かつお入り大根のたまり漬
 冷蔵7日 米 大 小
 200g **298円**(税込 **322円**) 通常税込 **335円**
 大根 (国内産)



カラミノフーズ (東京都・新宿区)
245 白菜キムチ(刻み)
 韓国の伝統的なキムチに、日本古来のしょうつつや煮干し粉を加えて、甘みと旨みのあるキムチに仕上げました。
 冷蔵10日 米
 200g **380円**(税込 **410円**)
 白菜 (国内産)、唐辛子 (韓国、中国)



カラミノフーズ (東京都・新宿区)
246 キムチの素
 唐辛子にエビの塩辛とだし汁で旨味を加えました。下漬けした野菜に絡めるだけでキムチの出来上がり。料理の味付けにも。
 冷蔵90日 米
 200g **465円**(税込 **502円**)
 唐辛子 (韓国)



ドレッシングや料理の隠し味に
 山形・米沢の野菜レストランのレシピを製品化しました。りんごと野菜の甘みに、カレーの風味がきいています。
 しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)
247 野菜風味の万能だれ
 冷蔵30日 米 大 小
 150g **338円**(税込 **365円**)
 りんご (山形県)



そのままで、煮物など料理素材としても

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
249 長崎ブリッと海老天
 白身魚(タラ、エソ、イトヨリ)のすり身に海老をたっぷり入れました。海老の食感がしっかり味わえます。
 冷蔵30日 卵 米 大 小
 4個100g **260円**(税込 **281円**) 通常税込 **292円**
 えび (インドネシア)



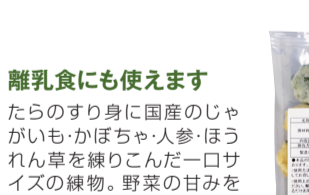
汁物に、煮物に、フライパンで焼いても
 いわしやあじを主原料の無リンすり身にいわしほくし身を加え、合わせ味噌でいわしの風味を活かしました。汁物に入れると良いダシが出ます。
 長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
250 長崎いわし団子
 冷蔵29日 卵 米 大
 5個140g **300円**(税込 **324円**)
 いわし (国内産)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
253 長崎漁師揚げ
 あじ、さわらなど長崎近海の魚100%を主原料に、食感に弾力を出し、薄く揚げた蒲鉾。そのままでも、あぶっても。
 冷蔵7日 卵
 100g **290円**(税込 **313円**)
 雑魚 (長崎県)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
254 長崎あじの一口揚げ
 長崎近海でとれたあじに、ごぼう、玉ねぎを混ぜ、一味唐辛子でピリッと仕上げた一口サイズの揚げ物。
 冷蔵7日 卵 米
 130g **280円**(税込 **302円**)
 あじ (長崎県)



離乳食にも使えます
 たらすり身に国産のじゃがいも、かぼちゃ・人参・ほうれん草を練りこんだ一口サイズの練物。野菜の甘みを味わえます。
 高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
251 お魚あられ
 凍 冷蔵180日 180g **298円**(税込 **322円**) 通常税込 **335円**
 すけそうだら (北海道)



無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かま発祥の地である宮城の、昔ながらの笹かまの味が楽しめます。解凍後そのままどうぞ。
 高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
252 笹かまぼこ
 凍 冷蔵180日 卵 米
 5枚140g **315円**(税込 **340円**) 通常税込 **351円**
 すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
255 お好みさつま揚げ
 北海道のすけそうだらすり身をベースにキャベツ、人参、ホタテをふんだんに使った揚げかまぼこです。
 凍 冷蔵180日 卵 米
 2枚160g **370円**(税込 **400円**)
 すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
256 ネギちりめん揚げ
 ネギの自然な甘さとちりめんの塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍後そのまま、または軽く炙って。
 凍 冷蔵180日 米
 100g **305円**(税込 **329円**)
 すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
257 つまみ揚げ(野菜)
 国内産(北海道)のすけそうだらすり身に、国内産野菜とイカを練り合わせた一口大のさつま揚げです。
 凍 冷蔵180日 米 卵
 140g **310円**(税込 **335円**)
 すけそうだら (北海道)



生協までご連絡ください。アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

冷凍食品



イソックス (東京都・中央区)

258 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g **315円**(税込**340円**)
かぼちゃ(北海道)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

259 冷凍ほうれん草

九州地方の高品質のほうれん草を栄養分と風味を大切に素早く下処理し冷凍しました。お浸し、和え物等に。

凍 200g **300円**(税込**324円**)
ほうれん草(国内産)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

260 冷凍小松菜

宮崎の契約農家で栽培された小松菜を新鮮なうちに下処理。使いやすい5cmカット。幅広い料理に。

凍 200g **280円**(税込**302円**)
小松菜(宮崎県)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

261 冷凍千切りごぼう

宮崎の契約農家で栽培された、新鮮で風味のよいごぼうを千切りにしました。煮物、炒め物に。

凍 200g **360円**(税込**389円**)
ごぼう(宮崎県)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

262 冷凍さといも

九州産の里芋を素早く皮をむき、処理しました。下ゆでしてあります。

凍 300g **585円**(税込**632円**)
さといも(国内産)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

263 ミックスベジタブル

北海道産のとうもろこし、人参、いんげんをダイスカットにしました。ピラフ、炒め物、サラダ等に。

凍 200g **335円**(税込**362円**)
野菜(北海道)



2月~3月の早い時期に採取した生こんぶ。早く煮て柔らかいのが特徴。水で戻して煮物や炒め物などにどうぞ。

リアス (千葉県・船橋市)

264 北海道厚岸産早採り天然生こんぶ

凍 180日 200g **315円**(税込**340円**) 通常税込432円
こんぶ(北海道) [放]不検出<4.6<4.9



ニッコー (神奈川県・大和市)

265 ハッシュドブラウンポテト

北海道・美瑛産のジャガイモ「北海こがね」を使用し、素材の旨みを生かした惣菜。パン食、おやつにも。

凍 卵米 40g×10 **480円**(税込**518円**)
ジャガイモ(国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

266 お弁当当用ソースメンチカツ

具材の鶏肉、豚肉、キャベツ、玉ねぎは全て国産。油調味み。レンジ加熱または自然解凍で。

凍 米 20g×6 **310円**(税込**335円**)
鶏肉・豚肉(国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

267 プチカレーコロッケ

素材のじゃがいもを活かしたシンプルで飽きのこない味。揚げてあるので温めるだけ。お弁当のおかずにも便利。

凍 米 20g×6 **260円**(税込**281円**)
じゃがいも(国内産)

持ちやすく食べやすい!

自社で育てた若鶏の手羽元をチューリップのフライドチキンにしました。トースターで加熱するとカリッと仕上がります。



秋川牧園 (山口県・山口市)

268 フライドチキン(チューリップ)

凍 米 500g **950円**(税込**1026円**)
鶏肉(島根県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)

269 砂肝からあげ

若鶏の砂肝を醤油風味のからあげにしました。コリコリとした食感が楽しめます。レンジかトースターで温めて。

凍 米 120g **260円**(税込**281円**)
若鶏砂肝(山口県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)

270 鶏レバー甘辛焼き(加熱)

開放鶏舎で健康に育った若鶏のレバーを蒸気でふくら焼き、甘辛いたれをからめました。

凍 米 120g **365円**(税込**394円**)
鶏肉(山口県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)

271 フライパンで簡単若鶏塩麹漬

ムネ肉を塩麹に漬け、柔らかさと旨みを引き出しました。生姜とごま油の香りを活かしています。解凍後焼いて。

凍 米 150g **330円**(税込**356円**)
鶏肉(山口県、他)



マストミ (徳島県・徳島市)

272 神山人鶏ひとくちチキンカツ

山間部の湧水で育てた「神山人鶏」を、一口サイズのチキンカツにしました。レンジのみ、またはトースターで仕上げてもOK。

凍 90日 卵 150g **370円**(税込**400円**)
鶏肉(徳島県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

273 トクスイ餃子

凍 米 540g(18g×30) **580円**(税込**626円**)
豚肉・キャベツ(国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

274 しそさっぱり餃子

具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。タレなしでも召し上がれます。

凍 米 10個180g **375円**(税込**405円**)
しそ(国内産)



飛鳥食品 (東京都・葛飾区)

275 飛鳥の黒豚肉の焼き餃子

黒豚肉と野菜をたっぷり入れ、にんにくを利かせた焼き餃子に仕上げました。ひとつひとつ手包みした一品。

凍 米 16個280g **460円**(税込**497円**)
豚肉(国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

276 肉しゅうまい

国産豚肉、玉ねぎがたっぷり入ったしゅうまいです。皮も国産小麦粉使用。ポークエキス、かつおエキス使用。

凍 卵 米 16g×15 **410円**(税込**443円**)
豚肉(国内産)



飛鳥食品 (東京都・葛飾区)

277 フライパンでミニ春巻

豚肉に春雨、エビ、ニラを加えたあんを包んだ春巻。お弁当にぴったりな大きです。フライパンまたはオーブンで焼いて。

凍 米 6本120g **340円**(税込**367円**)
豚肉(国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

278 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ2パック

人気の豆腐ハンバーグに、国産の野菜とひじきを加えました。消泡剤を使用せず、天然にがりを使用した豆腐を使用。レンジまたは焼いて。

凍 180日 卵 米 70g×3)×2 **850円**(税込**918円**)
大豆・鶏肉(国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

279 ふわふわ豆腐煮込みハンバーグ

豆腐ハンバーグをイタリア産バルサミコ酢を使った甘酢ソースで煮込みました。湯煎かレンジで加熱して。

凍 卵 米 90g×2 **370円**(税込**400円**)
大豆・鶏肉(国内産)



飛鳥食品 (東京都・葛飾区)

280 飛鳥の手作りミニ肉まん

国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理して、もちもちとした国産小麦の生地で包み込みました。おやつにちょうどいい大きさです。

凍 120日 米 5個250g **380円**(税込**410円**) 通常税込427円
小麦(国内産)



飛鳥食品 (東京都・葛飾区)

281 飛鳥のカレーまん

手でほぐした鶏肉と野菜を薬膳カレーでじっくり煮込み、国産小麦の皮で包みました。

凍 120日 米 3個270g **415円**(税込**448円**)
小麦(国内産)



マストミ (徳島県・徳島市)

282 白身魚の甘酢あんかけ

シイラを食べやすい大きさの切り身にしてお揚げ、さっぱりとした特製甘酢あんを絡めました。湯煎して。

凍 90日 米 2切80g×2 **380円**(税込**410円**)
シイラ(長崎県)



マストミ (徳島県・徳島市)

283 黒酢の酢豚

北海道で育った健康な豚肉を使用。3種の野菜に黒酢を加え、まろやかな風味の酢豚に仕上げました。湯煎して。

凍 90日 卵 米 330g **595円**(税込**643円**)
豚肉(北海道)



マストミ (徳島県・徳島市)

284 マグロの塩麹竜田

塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロを、竜田揚げにしました。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げてもOK。

凍 90日 卵 米 150g **420円**(税込**454円**)
びんちょうまぐろ(太平洋)



ポークラスター (石川県・白山市)

285 いなり寿司

黒ごまを混ぜ込んだ酢飯を、甘辛く軟らかな油揚げに詰めました。自然解凍約4時間で美味しく召し上がれます。

凍 米 6個240g **345円**(税込**373円**)
米(国内産)



ポークラスター (石川県・白山市)

286 太巻寿司

干びょう煮、厚焼き卵、椎茸煮、桜でんぶ、三つ葉の具を太巻に。レンジで解凍して。椎茸、干びょうは中国産。

凍 卵 米 8切300g **395円**(税込**427円**)
米(国内産)



マルマス (北海道・森町)

287 森町のいかめし

北海道産のするめいか、もち米、うるち米を使用していかめしを作りました。凍ったまま袋ごと湯煎して。

凍 180日 米 2個200g **600円**(税込**648円**)
するめいか(北海道)



ニッコー (神奈川県・大和市)

288 中華丼の具(醤油)

鶏から(静岡・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。

凍 米 180g×2 **455円**(税込**491円**)



東京コールドチェーン (神奈川県・川崎市)

289 パエリアセット(魚介類・サフランライス)

凍 180日 米 790g **1390円**(税込**1501円**)
米(国内産)



ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

290 ライスバーガーポーク生姜焼(増量)

凍 卵 米 6個690g **960円**(税込**1037円**) 通常税込1058円
米(国内産)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

291 冷凍うどん

国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったままの麺を沸騰したお湯で1分半ほど茹でて下さい。温でも冷でもOK。

凍 180日 米 200g×3玉 **380円**(税込**410円**)
小麦粉(国内産)



ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

292 わかめどっさりうどん

国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鰹、昆布ダシの関西風つゆ。

凍 卵 米 2食556g **350円**(税込**378円**)
わかめ(韓国)



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 2食入
293 具たっぷりけんちんうどん
 国産小麦で作った麺にたっぷりの具をのせたけんちんうどんです。関西風つゆ添付。

凍(米)大 2食610g **552円**(税込**596円**)
 小麦(国内産)



鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) **294 芋棒**
 徳島県産鳴門金時芋を使ったスティック状の大学芋。中はほっくり、外はカリッとした食感。半解凍でも美味。

凍(米)大 180日 大 280g **420円**(税込**454円**)
 鳴門金時芋(徳島県)



鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) **295 ごまポテ**
 鳴門金時芋を程よい甘さに味付け。食べやすい2cm角にカットし、ごまをまぶしました。半解凍でも美味。

凍(米)大 180日 大 280g **500円**(税込**540円**)
 鳴門金時芋(徳島県)



弁天堂(兵庫県・淡路市) **296 半熟とろりん ティラミス**
 北海道産マスカルポーネとクリームチーズを使用してトロトロの食感に仕上げました。冷蔵庫で解凍してそのままどうぞ。

凍(米)大 30日 卵乳小 2個 **695円**(税込**751円**)(通常税込**767円**)
 チーズ(北海道)



弁天堂(兵庫県・淡路市) **297 国産レモンのレアチーズケーキ**
 国産レモンの酸味を活かしたレアチーズケーキ。香料や酸味料などの添加物不使用。国内産原料主体で作りました。

凍(米)大 30日 卵乳小 2個 **685円**(税込**740円**)(通常税込**756円**)
 クリームチーズ(北海道)



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) **298 芽吹き屋 田舎風あんだんご**
 国産うるち米が主原料。こしあは北海道小豆使用。1串2玉で食べやすいサイズ。自然解凍で。

凍(米)大 5本200g **328円**(税込**354円**)(通常税込**367円**)
 小豆(北海道)



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) **299 芽吹き屋 よもぎ大福**
 国産餅米と天然よもぎ、北海道産小豆の粒あんを使用しました。着色料や防腐剤等不使用。自然解凍で。

凍(米)大 4個220g **332円**(税込**359円**)
 よもぎ(国内産)



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) **300 芽吹き屋 黒みつ抹茶大福**
 抹茶あんの中に黒みつを包んだ大福。常温で自然解凍(2時間が目安)してどうぞ

凍(米)大 4個220g **400円**(税込**432円**)
 もち米(国内産)

食品調味料

前日OK! は
 別冊「わが家の基礎調味料」にも掲載されています。

※紛失された場合は供給担当まで

国産大豆と茨城県産コシヒカリの麴で作りました。塩分9%です。原材料：米、大豆、塩

やまこみそ(茨城県・守谷市) **301 やまこ味噌(粒・甘口)**
 冷(米)大 1kg **600円**(税込**648円**)
 大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.5

国産原料を使用し、1年間熟成させました。塩分11%。原材料：米、大豆、塩

やまこみそ(茨城県・守谷市) **302 やまこ味噌(濃・中辛)**
 冷(米)大 1kg **600円**(税込**648円**)
 大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.5

時間をかけて作られた旨み成分が、煮物にコクと風味を添えます。原材料：脱脂大豆、小麦、食塩、アルコール

前日OK! **523 入正特醸醤油**
 入正醤油(千葉県・東庄町) **1L 350円**(税込**378円**)
 大豆(アメリカ、ブラジル)

煮物の素材の色が引き立ちます

前日OK! **524 入正生しぼり醤油**
 入正醤油(千葉県・東庄町) **1L 550円**(税込**594円**)
 大豆(アメリカ)

青い海(沖縄県・糸満市) **512 「シママース」**
 前日OK!
 原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。製法：溶解、平釜
 1kg **240円**(税込**259円**)
 海水(沖縄県)、天日塩(オーストラリア、メキシコ)

北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。

前日OK! **510 てんさい糖**
 650g **450円**(税込**486円**)
 てん菜(北海道)

300日以上長期熟成と、徹底的にこだわった自信作。原材料：もち米、醸造アルコール、米こうじ、焼酎

前日OK! **506 三河伝統製法「古式本みりん」**
 相生ユニビオ(愛知県・西尾市) **500ml 534円**(税込**577円**)

素材の旨味を引き出します ※調理例

けんこう舎(東京都・調布市) **503 うまみ酒**
 前日OK!
 料理にコクと風味を添える本醸造調理専用酒。(加塩タイプ)
 900ml **520円**(税込**562円**)

お米と厳選した酢酸菌を使用した、すっきりした風味の米酢。原材料：米

前日OK! **520 純米酢**
 私生醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **500ml 233円**(税込**252円**)
 米(国内産)

オーストラリア産菜種から搾取により搾り取ったサラダ油です。

前日OK! **547 一番しぼり菜種油**
 ボーソー油脂(東京都・中央区) **910g 510円**(税込**551円**)
 菜種(オーストラリア)

産直卵となたねサラダ油を使った、マイルドな全卵タイプのマヨネーズ。たんぱく加水分解物使用。

前日OK! **533 マヨネーズ**
 ユニオンソース(栃木県・日光市) **500g 340円**(税込**367円**)
 なたね(オーストラリア)

バターの代わりとしてお菓子作りにも

前日OK! **303 九鬼純正胡麻油太白**
 九鬼産業(三重県・四日市市) **340g 615円**(税込**664円**)(通常税込**680円**)
 胡麻(ナイジェリア、他)

くせがなくマイルドな風味のオリーブオイルです。パスタ料理や煮込み料理、揚げ物など幅広く使えます。

前日OK! **553 COオリーブオイル**
 日本生協連合会 **400g 520円**(税込**562円**)
 オリーブ(スペイン)

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したぼん酢醤油。マイルドな味わいなので、いろいろなお料理に合います。

前日OK! **544 ゆず醤油 かけぼん**
 チョーコー醤油(長崎県・長崎市) **400ml 400円**(税込**432円**)

棒棒鶏サラダ

前日OK! **304 えごま一番 胡麻ドレッシング**
 創健社(神奈川県・横浜市) **150ml 400円**(税込**432円**)

えごまのみから搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかなコクのある味に。サラダや、しゃぶしゃぶにも。

前日OK! **538 一番しぼりえごま油**
 えごま(オーストラリア)

産直卵となたねサラダ油を使った、マイルドな全卵タイプのマヨネーズ。たんぱく加水分解物使用。

前日OK! **533 マヨネーズ**
 ユニオンソース(栃木県・日光市) **500g 340円**(税込**367円**)
 なたね(オーストラリア)

国産のりご、トマト、玉ねぎ、人参、セロリをじっくり煮込み、12種類のスパイスで仕上げた濃厚ソース。化学調味料、着色料不使用。

前日OK! **537 国産(野菜・果実)とんかつソース**
 ボールスタア(東京都・東村山市) **200g 330円**(税込**356円**)

前回大好評 手で開けられる紙容器入り

前日OK! **574 CO味バック合わせだし**
 日本生協連合会 **10.5g×6×5 555円**(税込**599円**)

国産いわし煮干、いわし、あじ煮干し、かつおぶし、昆布、椎茸を使った合わせだしです。食塩・化学調味料不使用。

前日OK! **575 和風クックかつおと昆布だし**
 けんこう舎(東京都・調布市) **110g 510円**(税込**551円**)

料理の味付けにも

前日OK! **308 カレーパウダー**
 けんこう舎(東京都・調布市) **55g 350円**(税込**378円**)
 スパイス(インド、中国、他)

みんな大好き カレー味

お料理の幅が広がります

ドライカレー

18種のスパイスをブレンドした、さわやかで切れ味のよい辛味と香りのパウダー。

けんこう舎(東京都・調布市) **55g 350円**(税込**378円**)
 スパイス(インド、中国、他)

完熟トマトの甘みを活かして、酢・玉ねぎ・スパイスなどをバランスよく配合したトマトケチャップです。

前日OK! **534 あらどし 完熟ケチャップ**
 ユニオンソース(栃木県・日光市) **300g 360円**(税込**389円**)
 トマト(国内産)

イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ピュアに仕上げました。トマトを切らずに使えます。

前日OK! **305 あらくつぶしたトマトピュアレづけ**
 ナガノトマト(長野県・松本市) **390g 220円**(税込**238円**)
 トマト(イタリア)

国産の天然芽ひじきです。ふっくら軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。

前日OK! **307 国産天然芽ひじき**
 リアス(千葉県・船橋市) **30g 380円**(税込**410円**)
 ひじき(国内産)

炊きたてのご飯に混ぜたり、おにぎりやおつまみ等にもどうぞ



鳴門産のわかめに国内産の白ごまと石川県珠洲産の海塩を加えました。わかめの風味がおいしいふりかけ。



リアス (千葉県・船橋市) **596 わかめご飯の素** 前日OK! 賞1年 30g **475円** (税込 **513円**) 通常税込 **540円** わかめ(徳島県)



リアス (千葉県・船橋市) **568 丸ごと食べられる割烹だし** 前日OK! 鹿児島県産の荒節、北海道産の真昆布、宮崎県産の椎茸を合わせた割烹だし。だしとして使い、そのまま具材として食べられます。 22g **440円** (税込 **475円**) かつお (鹿児島県)

質の良いふりを厳選。歯ごたえの良さと磯の香りが特徴です。お味噌汁、酢の物、お刺身、種類の具など、さつと水で戻してお使い下さい。



リアス (千葉県・船橋市) **310 国産天然磯ふのり** 前日OK! 賞180日 10g **235円** (税込 **254円**) 通常税込 **265円** ふのり (長崎県、他)



リアス (千葉県・船橋市) **585 素干しばらのり** 前日OK! 熊本県有明海産、磯の香り豊かな海苔です。刻まずにそのまま干しているため、歯触りがよく、とろけません。 賞180日 10g **310円** (税込 **335円**) のり (熊本県)



リアス (千葉県・船橋市) **311 根こんぶ入り とろろ** 昆布を薄くすいたもの。根こんぶも入り、よいダシがでます。即席の吸物に、ラーメンに、おにぎりにまぶして。 50g **380円** (税込 **410円**) 昆布 (北海道、青森県)



伊豆海産 (静岡県・西伊豆町) **564 花かつお** 前日OK! かつお節をうすく削り、おいしさと風味をそのままパックしました。おひたし、冷奴に。 賞180日 50g **320円** (税込 **346円**) かつお (静岡県) [放] 不検出 <3.9 <4.1



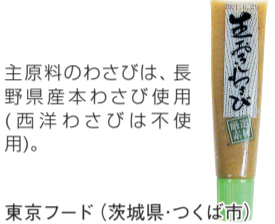
ヤマト食品 (静岡県・静岡市) **312 瀬戸内産 無着色小えび** 前日OK! 瀬戸内海で獲れた透明な小えび(アカアミ)を素干しにしました。風味をお楽しみください。 賞180日 35g **275円** (税込 **297円**) えび (瀬戸内海)



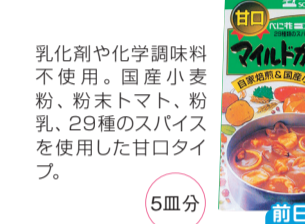
日本製粉工業 (鹿児島県・鹿児島市) **653 はるさめ** 前日OK! 九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。サラダ、酢の物、鍋物、炒め物等に。 100g **110円** (税込 **119円**) 甘藷 (国内産)



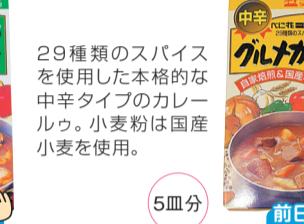
お麩ラスク 北海道産小麦粉ハルユタカを原料とした小麦たんぱくと小麦粉を使って作った焼麩。 ミサワ食品 (東京都・足立区) **649 こまちふ 国産小麦使用** 前日OK! 小麦 (北海道) 40g **215円** (税込 **232円**)



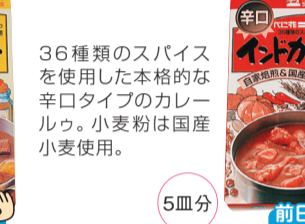
主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。 東京フード (茨城県・つくば市) **313 生おろしわさび** 前日OK! 賞180日 40g **370円** (税込 **400円**) 本わさび (長野県)



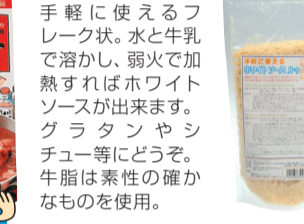
創健社 (神奈川県・横浜市) **657 マイルドカレールー (甘口)** 前日OK! 5皿分 創健社 (神奈川県・横浜市) 5皿分 創健社 (神奈川県・横浜市) 5皿分



29種類のスパイスを使用した本格の中辛タイプのカレールー。小麦粉は国産小麦を使用。 創健社 (神奈川県・横浜市) **658 グルメカレールー (中辛)** 前日OK! 賞180日 115g **320円** (税込 **346円**)



36種類のスパイスを使用した本格の中辛タイプのカレールー。小麦粉は国産小麦を使用。 創健社 (神奈川県・横浜市) **659 インドカレールー (辛口)** 前日OK! 賞180日 115g **320円** (税込 **346円**)



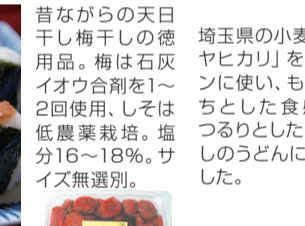
せいでい (神奈川県・横浜市) **314 ホワイトソースルー** 前日OK! 賞180日 150g **260円** (税込 **281円**) 小麦 (国内産)



九鬼産業 (三重県・四日市市) **315 九鬼 国産ごまふりかけ** 前日OK! 国産素材で作った、ふりかけです。金ごまのはじける食感と香ばしい香り、かつお節と海苔の旨味がご飯に合います。 賞180日 25g **210円** (税込 **227円**) 金ごま (国内産)



大紀コープファーム (奈良県・五條市) **316 徳用 梅干し** 前日OK! 賞180日 800g **1800円** (税込 **1944円**) 梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用し、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無選別。 創健社 (神奈川県・横浜市) **657 マイルドカレールー (甘口)** 前日OK! 賞180日 115g **320円** (税込 **346円**)



宮城県白石市名産 **317 白石温麺 2袋** 前日OK! 賞180日 (100g x 3) x 2袋 **340円** (税込 **368円**) 通常税込 **388円** 小麦 (オーストラリア)



はたけなが製麺(宮城県・白石市) **317 白石温麺 2袋** 前日OK! 賞180日 (100g x 3) x 2袋 **340円** (税込 **368円**) 通常税込 **388円** 小麦 (オーストラリア)



創健社 (神奈川県・横浜市) **318 塩らーめん 2袋** 前日OK! 賞180日 102g x 2 **280円** (税込 **302円**) 小麦 (国内産)



創健社 (神奈川県・横浜市) **319 博多風らーめん 2袋** 前日OK! 賞180日 106g x 2 **300円** (税込 **324円**) 小麦 (国内産)



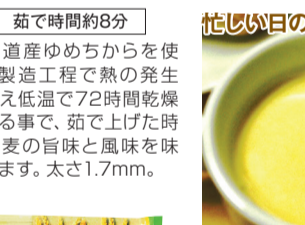
ニューオークボ (千葉県・柏市) **629 スクリューマカロニ** 前日OK! 賞180日 100g **110円** (税込 **119円**) 小麦 (カナダ、アメリカ)



ニューオークボ (千葉県・柏市) **627 プロスパゲッティ (1.6mm)** 前日OK! 賞180日 450g **345円** (税込 **373円**) 小麦 (カナダ、アメリカ)



ニューオークボ (千葉県・柏市) **320 国産小麦スパゲッティ (ゆめちから)** 前日OK! 賞180日 300g **315円** (税込 **340円**) 小麦粉 (北海道)



北海道産ゆめちからを使用。製造工程で熱の発生を抑え低温で72時間乾燥させる事で、茹で上げた時に小麦の旨味と風味を味わえます。太さ1.7mm。 ポールスタワ (東京都・東村山市) **644 北海道 カップコーンスープ** 前日OK! 賞180日 136g (17g x 8袋) **380円** (税込 **410円**) 乳米 大小



日本生協連合会 **667 COひじきドライパック 110g** 前日OK! 賞180日 110g **195円** (税込 **211円**) 芽ひじき (国内産)



水戻し不要の素材缶。そのまま調理に使えます。油揚げや厚揚げ、大豆ドライパック、人参などと炒め煮に。



日本生協連合会 **676 COライトツナフレーク まぐろ油無添加4P** 前日OK! 賞180日 70g x 4 **490円** (税込 **529円**) きはだまぐろ (台湾、他)



化学調味料を使用しないオイル無添加タイプのツナ缶詰。料理の素材など幅広く使えます。 福岡八女農業協同組合 (福岡県・八女市) **672 甘夏みかん缶** 前日OK! 賞180日 295g (固形量170g) **265円** (税込 **286円**) 甘夏 (福岡県、熊本県)



ケーキの素材にどうぞ 福岡県・熊本県産の甘夏をシロップ漬けにしました。



賞180日 300g **315円** (税込 **340円**)



賞180日 102g x 2 **280円** (税込 **302円**) 小麦 (国内産)



賞180日 136g (17g x 8袋) **380円** (税込 **410円**) 乳米 大小



シープロ (東京都・渋谷区) **556 メープルシロップ** 前日OK! 賞180日 250g **850円** (税込 **918円**) 楓樹液 (カナダ)



メープル(砂糖楓)の樹液を煮詰めてつくったもの。カロリーが低くミネラルが多い、ヘルシー甘味料です。



丸和油脂 (東京都・品川区) **321 デキシー チョコレートクリーム** 前日OK! 賞180日 200g **320円** (税込 **346円**)



賞180日 300g **315円** (税込 **340円**)



賞180日 220g **340円** (税込 **367円**) 通常税込 **378円** 3合用



賞180日 140g **190円** (税込 **205円**) 通常税込 **216円**

長野のうまいもん お届けします!

まいたけに地産産のえのき茸を加え、だしのきいた調味料で味付け。お米といっしょに炊き上げて。 長野森林組合 (長野県・長野市) **323 まいたけご飯の素** 前日OK! 賞180日 220g **340円** (税込 **367円**) 通常税込 **378円** 3合用

賞180日 140g **190円** (税込 **205円**) 通常税込 **216円**

久々登場! 特 野沢菜

長野県無里の野沢菜に人参を加えて味付けし、油で炒めました。そのまま、野沢菜チャーハンにして。 長野森林組合 (長野県・長野市) **322 野沢菜の油いため** 前日OK! 賞180日 130g **220円** (税込 **238円**) 通常税込 **248円** 野沢菜 (長野県)

賞180日 140g **190円** (税込 **205円**) 通常税込 **216円**

菓子

前日OK! は
別冊「わが家の基礎調味料」のお菓子のページ(15・16ページ)もぜひご覧ください!
※紛失された場合は供給担当まで



原材料:小麦粉、植物油(米油、パーム油)、三温糖、ショートニング(パーム油)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重炭酸アンモニウム)

サンコー(愛知県・豊橋市)

330 ミレービスケット

賞90日 米小
165g **190円**(税込**205円**)
小麦(国内産) [放]不検出<3.8<4.0

原材料:小麦粉(国内産)、砂糖(てん菜糖)、植物油(パーム油)、おからパウダー(国内産大豆)、食塩、膨張剤(重曹)

サンコー(愛知県・豊橋市)

335 おから堅揚しお

賞150日 大
80g **150円**(税込**162円**)
小麦粉(国内産)

原材料:馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、ぶどう糖、デキストリン、野菜エキスパウダー、食塩、香料、発酵調味料、酵母エキス、粉末醤油

創健社(神奈川県・横浜市)

705 ポテトチップス(野菜コンソメ)

賞120日 米大
60g **145円**(税込**157円**)
じゃがいも(国内産)

原材料:インド産カシューナッツ、米粉、小麦粉、ビートルグラニュー糖、醤油、唐辛子

池田食品(北海道・札幌市)

711 匠の味 焼カシュー

前日OK!
賞180日 米大
98g **330円**(税込**356円**)
カシューナッツ(インド)

原材料:砂糖、甘藷でん粉、果汁(レモン、オレンジ)、いちご、リンゴ、香料、着色料(べにばな黄色素、アナトール色素、紫コーン色素)

創健社(神奈川県・横浜市)

714 フルーツラムネの森

前日OK!
賞180日 110g **188円**(税込**203円**)
[放]不検出<3.2<3.6

原材料:砂糖、水飴、梅エキス、黒糖、菜種油

創健社(神奈川県・横浜市)

343 梅エキスキャンディー

賞75g **290円**(税込**313円**)



おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

325 SOYドーナツ

旧商品名:豆腐ドーナツ 原材料:砂糖、小麦粉、鶏卵、植物油(菜種油、パーム油)、米粉、豆乳、おからパウダー、膨張剤(重曹)
賞90日 米大
4個 **300円**(税込**324円**)
小麦・大豆(国内産)

ノンフライのビスケットです
原材料:小麦粉(国内産)、三温糖、ショートニング(パーム)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重炭酸アンモニウム)

サンコー(愛知県・豊橋市)

331 ミレービスケット(ノンフライ)

賞180日 米小
100g **160円**(税込**173円**)
小麦粉(国内産)

原材料:大豆、米粉、砂糖(粗糖)、黒糖、おからパウダー、食塩

サンコー(愛知県・豊橋市)

336 ぱりまる 黒糖風味

賞100日 米大
30g **230円**(税込**248円**)
大豆(国内産)

原材料:馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳

創健社(神奈川県・横浜市)

704 ポテトチップス(バター・しょうゆ)

賞120日 米大
60g **145円**(税込**157円**)
じゃがいも(国内産)

すべての原材料を国産100%にこだわりました。原材料:黒糖、小麦たん白(グルテン)、小麦粉

ミサワ食品(東京都・足立区)

339 麩菓子(国産原料100%)

賞90日 小
12本 **170円**(税込**184円**)
黒糖(沖縄県) [放]不検出<3.5<3.5

お気軽に取り入れましょう
お菓子でも雑穀を

原材料:国産小麦粉、粗糖、ショートニング、卵、大麦、ひえ、はとむぎ、アマランサス、粉乳、重曹、レシチン

創健社(神奈川県・横浜市)

346 五穀ドライワッフル

賞180日 卵乳大
8枚 **284円**(税込**307円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.0<4.1

原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)

おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

326 きらす揚げしお

賞90日 大
160g **270円**(税込**292円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.1<4.3

原材料:国産小麦粉、牛乳、三温糖、米油、加糖練乳、水飴、イースト、塩

サンコー(愛知県・豊橋市)

332 牛乳かりんとう

賞90日 乳米小
125g **160円**(税込**173円**)
小麦(国内産) [放]不検出<3.5<4.5

原材料:馬鈴薯澱粉、えび、植物油(米油)、三温糖、食塩、ごま、酵母エキス、唐辛子、着色料(紅麴色素、パブリカ色素)

サンコー(愛知県・豊橋市)

699 荒挽きえびせん

前日OK!
賞150日 米
60g **175円**(税込**189円**)
馬鈴薯(国内産) [放]不検出<3.9<3.4

原材料:大豆(遺伝子組換えでない)、植物油(米油)、食塩、あおさ

サンコー(愛知県・豊橋市)

337 大豆チップス のり塩味

賞米大
50g **185円**(税込**200円**)
大豆(国内産)

原材料:きなこ、水飴、粗糖、食用植物油(ごめ油)

創健社(神奈川県・横浜市)

340 きなこねじり菓子

賞90日 米大
8本 **300円**(税込**324円**)
大豆(国内産)

原材料:うるち玄米、アマランサス、白胡麻、はと麦、ひえ、菜種油、胡麻油、食塩

創健社(神奈川県・横浜市)

344 五穀せんべいしお味

賞90日 米
90g **260円**(税込**281円**)
玄米(岩手県)

原材料:小麦粉、ショートニング(パーム油、米油、大豆を含む)、乳糖、ココアバター、甜菜糖、はと麦、玄米、大麦、アマランサス、小麦胚芽、粉乳、卵殻カルシウム

創健社(神奈川県・横浜市)

347 五穀ウエハース

賞180日 卵乳米大
30枚 **284円**(税込**307円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.2<4.0

原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、粉末醤油、食塩、膨張剤(重曹)

おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

327 きらす揚げしょうゆ

賞90日 大
160g **270円**(税込**292円**)
小麦(国内産) [放]不検出<3.9<3.6

原材料はすべて国内産
原材料:小麦粉、小麦たん白、植物油(米油)、黒糖、膨張剤

サンコー(愛知県・豊橋市)

333 カリカリ丸

賞120日 米小
25g **220円**(税込**238円**)

原材料:馬鈴薯澱粉、米油、乾燥ごぼう、粗糖、食塩、白すりごま、黒いりごま、発酵調味料、鰹節粉末、ハトムギ粉末、小麦胚芽、酵母エキス

サンコー(愛知県・豊橋市)

686 ごぼうスナック

前日OK!
賞120日 米大
55g **175円**(税込**189円**)
ごぼう(国内産)

原材料:さつまいも、紫いも、植物油(米油)、砂糖(粗糖)、馬鈴薯、にんじん、南瓜、水飴、食塩

サンコー(愛知県・豊橋市)

338 国産野菜のチップス

賞120日 米
45g **395円**(税込**427円**)

原材料:ピーチグラニュー糖、小豆、黒糖、水あめ、寒天

峯岸商店(東京都・江戸川区)

713 一口ようかん黒糖

賞50g×5 **540円**(税込**583円**)
小豆(北海道)

原材料:うるち玄米(国内産)、アマランサス、白胡麻、はと麦、ひえ、たまり醤油、醤油、麦芽糖、澱粉

創健社(神奈川県・横浜市)

345 五穀せんべい醤油味

賞120日 米大
90g **260円**(税込**281円**)
玄米(岩手県)

五種類の国産穀類を種子島産粗糖で、甘さ控えめに煮上げました。素材の色を活かした黒いせんべいで、冷しても温めても美味しく召し上がれます。

創健社(神奈川県・横浜市)

348 五穀黒ぜんざい

賞180g **370円**(税込**400円**)
小豆(北海道)

原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、膨張剤(重曹)

おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

328 きらす揚げ黒砂糖

賞90日 大
160g **270円**(税込**292円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.2<3.3

原材料:小麦粉(国内産100%)、砂糖(てん菜糖)、植物油(米油)、穀物パウダー(国内産:発芽玄米、丸麦、胚芽押麦、もち玄米、もち麦、もち黒米、青大豆、もちあわ、黄大豆、黒大豆、小豆、ひえ、とうもろこし)、水あめ、イースト、食塩

サンコー(愛知県・豊橋市)

334 国産十六穀揚

賞120日 米大
50g **210円**(税込**227円**)
小麦(国内産)

原材料:馬鈴薯、植物油(パーム油、米油)、食塩

創健社(神奈川県・横浜市)

706 ポテトチップス(うす塩)

前日OK!
賞120日 米
60g **145円**(税込**157円**)
じゃがいも(国内産)

原材料:片口いわし、砂糖(三温糖)、水飴、ごま

サンコー(愛知県・豊橋市)

709 ごま入り味付けいりこ

賞150日
2.5g×12 **260円**(税込**281円**)
片口いわし(瀬戸内海) [放]不検出<4.1<4.7

製造終了により今回で終売になります
レンジが蒸してあたためてどうぞ
原材料:小麦粉、黒糖、植物油(パーム油)、玄米粉、イースト、小麦たんぱく、食塩

創健社(神奈川県・横浜市)

341 玄米パン(あんなし)

賞40日 米小
3個 **350円**(税込**378円**)
小麦(国内産)

原材料:小麦粉、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、小麦全粒粉、食塩、小麦胚芽、麦芽エキス、甜菜糖、イースト、膨張剤(重曹)

サンコー(愛知県・豊橋市)

329 全粒粉クラッカー

賞180日 米大
100g **185円**(税込**200円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.0<3.2

日用雑貨

別冊「くらしの雑貨」を是非ご覧ください!
※紛失された場合は供給担当まで

始めよう! 家計簿で支出入をチェック

日付書き込み式なので、いつからでも使えて便利!

費目を自由に決定でき、家計簿を初めてつける方も使いやすく、自分流で楽しみながら記帳できます。

全国の組合員の英知を集め1977年に開発されたロングヒット商品。

日本生協連合会

349 COわが家のかけいほ

賞1冊 **378円**(税込**408円**)

日本生協連合会

350 CO生協の家計簿

賞1冊 **400円**(税込**432円**)

パン



松永農園 (静岡県・静岡市)
351 松永さんのレモンジャム
 松永さんが無農薬栽培したレモンを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。原材料:レモン、砂糖
 190g **480円**(税込**518円**)
 レモン(静岡県) [放] 不検出<2.8<3.0



大紀コープファーム (奈良県・五條市)
352 完熟梅ジャム
 完熟の南高梅をビートグラニュー糖とこんにやく粉で炊き上げました。トーストやヨーグルトに。
 賞60日 150g **410円**(税込**443円**)
 梅(奈良県、和歌山県、三重県)



おかげや天然パン工房

おかげや (神奈川県・相模原市)
362 半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
363 1斤6枚 **350円**(税込**378円**)
 小麦(北海道)



おかげや (神奈川県・相模原市)
364 おかげや フランスパン
 原材料:小麦粉、天然酵母、天日湖塩
 賞届いて2日 **1本(30cm以内) 325円**(税込**351円**)
 小麦(北海道)

自家製酵母パン Le・Lourdes



※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないことがあります。食味に影響はありません。
 原材料:小麦粉、自家製天然酵母、塩
353 パンド・ミ(食パン) 1斤 賞届いて1~2日 **270円**(税込**292円**)
354 ノースライス **260円**(税込**281円**)
 小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出<3.9<3.8



原材料:小麦粉、自家製天然酵母、レーズン、塩
355 パンド・ミ(レーズン食パン) 1斤 賞届いて1~2日 **425円**(税込**459円**)
356 ノースライス **415円**(税込**448円**)
 小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出<4.0<4.7



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)
357 パンズ
 原材料:小麦粉、自家製天然酵母、塩
 賞届いて1~2日 **3個 300円**(税込**324円**)
 小麦(北海道、神奈川県、熊本県) [放] 不検出<3.5<3.9



おかげや (神奈川県・相模原市)
365 おかげや 素焼きパン(いちじく・くるみ)
 原材料:小麦粉、いちじく、くるみ、天然酵母、種子島の粗糖、塩
 賞届いて3日 **1個 515円**(税込**556円**)
 小麦(北海道)



おかげや (神奈川県・相模原市)
366 おかげや もっちり玄米五穀パン
 原材料:小麦粉、玄米、黒米、もち粟、もちきび、もち麦、いろいろな豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩
 賞届いて2日 **3個 385円**(税込**416円**)
 小麦(北海道)



おかげや (神奈川県・相模原市)
367 おかげや クロワッサン
 原材料:小麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、塩
 賞届いて2日 **2個 350円**(税込**378円**)
 小麦(北海道)



おかげや (神奈川県・相模原市)
368 おかげや もち麦ロール
 原材料:小麦粉、もち麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、豆乳、天日湖塩
 賞届いて2日 **5個 350円**(税込**378円**)
 小麦(北海道)



田中さんの**畑の天然酵母パン**
358 カランツ・ノア
 田中農園・ペトラン (茨城県・石岡市)
 原材料:国産小麦、自家製天然酵母(人参)、塩、クルミ、カランツ
 賞届いて1~2日 **1個 580円**(税込**626円**)
 小麦(北海道、茨城県) [放] 不検出<4.0<4.6

361 発芽玄米入りクロワッサン
 10個入 1個あたり税込**61円**
 オリオンズベーカリー (岩手県・花巻市)
 原材料:小麦粉、マーガリン、砂糖、卵、パネトネ種、発芽玄米粉、脱脂粉乳、食塩、酵母、米麹、モルトエキス(人参)、塩、酸化防止剤(V.E.V.C)、安定剤、着色料
 賞35日 **10個 600円**(税込**648円**)
 小麦(岩手県) [放] 不検出<3.8<4.2

北海道産小豆を使った自家製あんがたっぷり
369 おかげや 小倉あんぱん
 原材料:小倉あん、国産小麦、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳、黒ごま
 賞届いて2日 **2個 370円**(税込**400円**)
 小麦(北海道)

レモン味のさわやかなさやかなさやパン
370 おかげや メロンパン
 原材料:小麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、卵、塩、レモンピール、豆乳
 賞届いて2日 **2個 330円**(税込**356円**)
 小麦(北海道)

371 おかげや おから甘食(ごま油使用)
 原材料:小麦粉、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹
 賞届いて4日 **3個 365円**(税込**394円**)
 小麦(北海道)

359 キャンペニュー
 田中農園・ペトラン (茨城県・石岡市)
 原材料:国産小麦、国産ライ麦、自家製天然酵母(人参)、塩
 賞届いて1~2日 **1個 520円**(税込**562円**)
 小麦(北海道、茨城県) [放] 不検出<3.9<4.1

360 リッチビスコッティ
 田中農園・ペトラン (茨城県・石岡市)
5本 500円(税込**540円**)
 小麦(茨城県)

飲料

前日OK!は別冊「わが家の基礎調味料」にも掲載されています。
 ※紛失された場合は供給担当まで

農業が一番多いと言われる日本茶。静岡の大石さんは農業を使わないお茶栽培を頑固に守り続けています。
722 やぶ北茶 上茶
 大石製茶 (静岡県・静岡市)
 賞180日 **80g 1000円**(税込**1080円**)
 茶葉(静岡県) [放] 不検出<0.5<0.5

大石製茶の緑茶を粉末にしました。まるやかな味をどうぞ。農業無散布。
724 粉茶
 大石製茶 (静岡県・静岡市)
 賞180日 **80g 620円**(税込**670円**)
 茶葉(静岡県) [放] 不検出<0.5<0.5

大石製茶 (静岡県・静岡市)
372 粉末緑茶 葵の昔
 石臼で丁寧に挽いた微粒の緑茶。お菓子の色づけや、お湯で溶いてお飲み下さい。農業無散布。
 賞60日 **20g 650円**(税込**702円**)
 茶葉(静岡県) [放] 不検出<0.4<0.5

食物繊維を多く含む、ごぼうを生かした香ばしいお茶
734 国産ごぼう茶
 小川生業 (徳島県・東みよし町)
 国内産のごぼうを100%使用。ごぼうの風味が豊かで、ほのかな甘みのあるお茶です。
1.5g×18 480円(税込**518円**)
 ごぼう(国内産)

みんなのはと麦茶
373 みんなのはと麦茶
 小川生業 (徳島県・東みよし町)
 100%国内産のはと麦使用。3分~5分、弱火で煮出してお飲みください。水出しもおすす。
8g×20 580円(税込**626円**)
 はと麦(栃木県、徳島県)

ナガノトマト (長野県・松本市)
374 信州生まれの美味しいトマト(無塩)
 信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果(まなか)」を100%使用した、食塩無添加のトマトジュース。
190g×20 1700円(税込**1836円**)
 トマト(長野県)

長野県産りんご「ふじ」を100%使用のストレート果汁。酸化防止剤等一切添加していません。
375 信州りんごジュース 成分無調整
 長野県産りんご(長野県・長野市)
160g×30 2880円(税込**3110円**)
 りんご(長野県)

国産のふじりんごを使用した果汁100%のストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。
376 国産ふじりんご100
 ナガノトマト (長野県・松本市)
125ml×3 315円(税込**340円**)
 りんご(国内産)

国産の温州みかんを搾った果汁100%ストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。
377 国産温州みかん100
 ナガノトマト (長野県・松本市)
125ml×3 315円(税込**340円**)
 りんご(国内産)

アップルキャロット
378 190g×5缶 730円(税込**788円**)
379 190g×30缶 3400円(税込**3672円**)
 りんご(青森県)人参(熊本県)

同量の水や牛乳、ヨーグルトなどを加えて
 原料は米と米麹のみ。酒造好適米「ひだほまれ」を100%使用した濃厚な甘みが特長。冷やしても、温めても。
747 500g 550円(税込**594円**)
380 900g 880円(税込**950円**)
 大豆(北海道)

米と水だけで発酵させた、乳酸菌をたくさん含む発酵飲料。糖が醸した甘みと乳酸菌の酸味が特長。
381 寺田本家のマイグルト
 寺田本家 (千葉県・神崎町)
160g 280円(税込**302円**)
 米(千葉県) [放] 不検出<3.9<4.0

韓国において古来飲まれてきた活性にこり酒風の、発泡性日本酒。アルコール度数8~9度。要冷蔵。
382 マッコリ風の酒「白」
 末廣酒造 (福島県・会津美里町)
720ml 950円(税込**1026円**)
 米(国内産)

岩泉産業開発 (岩手県・岩泉町)
757 龍泉洞の水 2ℓ×6本 **1300円**(税込**1404円**)
 岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
 岩手県 [放] 不検出<0.5<0.5

新学期準備!!
毎日のお弁当に
役立つ商品
大集合

豚肉と鶏肉で作ったミートボールにあんをかけ、お弁当にも使いやすい小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。

ニッコー(神奈川県・大和市) **12個入**

383 照り焼きミートボール

凍卵米(大) 12個180g **378円(税込408円)** 通常税込427円

鶏肉・豚肉(国内産)

遺伝子組換えのない飼料で育てた鶏肉を、醤油、味の母、砂糖で味付け。お弁当やチャーハンに。

たむらのタマゴ(徳島県・阿南市)

384 地鶏そぼろ

冷 90日 米(大) 小

100g **245円(税込265円)** 通常税込275円

鶏肉(徳島県)

大紀コープファームの生産者が栽培した農業不使用のしそをもみしそにし、乾燥させて細かくしたものです。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

385 しその葉ふりかけ

90日

50g **180円(税込194円)** 通常税込205円

しそ(和歌山県)

化学調味料、保存料不使用

胡麻専門店が作った無添加のふりかけ。のり、卵、かつおに胡麻をたっぷり加え、少し甘めのやさしい味に仕上げました。

和和萬商店(大阪府・大阪市)

598 のりとたまごごまとかつおのふりかけ

前日OK!

90日 卵(大) 小

30g **270円(税込292円)** 通常税込302円

胡麻(エチオピア、他)

じゃがいもと黒豚肉の素朴でやさしい味わい。国産原料の醤油やノンホモ牛乳など、素材にこだわりました。揚げて。

日岡商事(兵庫県・加古川市)

386 黒豚ポテトコロッケ 2パック

凍 180日 卵(大) 小

3個180g×2 **528円(税込570円)** 通常税込594円

じゃがいも(北海道)、豚肉(鹿児島県)

解凍後そのまま食べても美味しくいただけます

石巻港に水揚げされた小魚と北海道の無リンスケソウタラすり身を混ぜあわせ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわを作りました。

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

387 焼ちくわ

凍 180日 卵(米) 7本

224g **348円(税込376円)** 通常税込389円

スケソウタラ(北海道)

根室産のさんまをそぼろ風に味付けしました。そのままご飯にかけて。お弁当にもどうぞ。

平庄商店(北海道・根室市)

388 さんまぼろぼろ

凍 180日 米(大) 小

110g **275円(税込297円)** 通常税込322円

さんま(北海道)

お弁当にもピッタリ

秋川牧園(山口県・山口市)

389 徳用 チキンナゲット

飼育から加工まで一貫生産。開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉を使用。加熱するとカリッと仕上がります。油調整。

凍卵(米) 小

400g **678円(税込732円)** 通常税込778円

鶏肉(山口県、他)

丸和食品(東京都・練馬区)

390 味付いなり揚げ 2個組

肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりとろかかせて家庭煮の味付けに。湯せんで温めると口が開けやすいです。

冷 90日 米(大) 小

10枚×2 **738円(税込797円)** 通常税込853円

大豆(国内産)

大紀の小梅を低農薬栽培のしそ、沖縄の塩で漬けた梅干し。天日干しをしています。塩分16~18%。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

391 小梅干し

冷 90日

120g **350円(税込378円)**

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

飛鳥食品(東京都・葛飾区)

392 飛鳥の黒豚シュウマイ

凍 120日 米(大) 小

12個180g **368円(税込397円)** 通常税込410円

豚肉(国内産)

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひとロサイズの皮なしウィンナー。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

393 中津皮なしベービーウィンナー

冷 7日

120g **270円(税込292円)**

豚肉(神奈川県)

ニッコー(神奈川県・大和市)

394 お好みお弁当セット

小分けのお弁当惣菜。凍ったままお弁当箱に。きんぴらごぼう、ひじき五目煮、小松菜の煮びたしのセット。

凍 米(大) 小

3種×2個120g **385円(税込416円)** 通常税込443円

バイオニアフーズ(北海道・京極町)

395 ミニポテトオーブントースター用

北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。

凍 米

500g **298円(税込322円)**

じゃがいも(北海道)

厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物の中から、小穴や破れ、縮みなどはね出したもの。

長谷川商店(東京都・中央区)

584 はねだし焼きのり

冷 180日

全型10枚 **215円(税込232円)**

のり(有明海、瀬戸内海)

水海道のめぐみちゃん 黒澤さんのひとめぼれ

子育てクーポン対象

契約(定期購入)登録者募集中!

★登録して頂く、ご希望のスケジュール通りにお米が届きます。
★年間1回からでも受け付けています。(詳細は生協、または配達担当者までお問い合わせください。電話:0297-48-4911)
■契約者特別価格について
・「めぐみちゃん」5kgは、通常組員価格から70円(税込76円)引き。2kgは25円(税込27円)引き。
・「黒澤さんのお米」は、通常組員価格から100円(税込108円)引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者へのみご希望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励む水海道東町特産米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米) **無農薬**

435 白米 5kg **3500円(税込3780円)**

436 玄米 5kg **3200円(税込3456円)**

437 7分 5kg **3500円(税込3780円)**

438 5分 5kg **3500円(税込3780円)**

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

山形・おきたま興農舎

401 ひとめぼれ(白米) **5kg 2750円(税込2970円)**

402 つや姫(白米) **2kg 1630円(税込1760円)**

403 つや姫(玄米) **2kg 1565円(税込1690円)**

404 つや姫(胚芽精米) **2kg 1690円(税込1825円)**

おきたま興農舎(山形県・高島町)

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ) **無農薬**

431 白米 5kg **2450円(税込2646円)**

432 玄米 5kg **2350円(税込2538円)**

434 白米 2kg **995円(税込1075円)**

JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ **無農薬**

396 白米 5kg **3500円(税込3780円)**

397 玄米 5kg **3200円(税込3456円)**

398 7分 5kg **3500円(税込3780円)**

399 5分 5kg **3500円(税込3780円)**

400 白米 2kg **1400円(税込1512円)**

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

減農薬・減化学肥料栽培(ネオニコチノイド系農薬不使用)のお米です。JAやさと稲作部会の精鋭66名よりお届け。

やさとお米(コシヒカリ)

405 白米 5kg **2314円(税込2499円)**

406 玄米 5kg **2165円(税込2338円)**

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

雑穀 食事に雑穀を取り入れて、食物繊維とミネラルを摂取

希少な国内産ハトムギです。お米と一緒に炊く場合、ハトムギを一晩水に漬けてから炊いて下さい。

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

407 国内産ハトムギ

150g **540円(税込583円)**

国内産

国内産 **ハトムギ**

2017年産お米放射能検査結果

産地	名称	品種	検出限界0.2Bq/kg以下	
			白米	玄米
茨城県	めぐみちゃん(生産者10名) JA やさと 鯉淵学園	コシヒカリ	最高値0.2Bq/kg	最高値0.4Bq/kg
			不検出	0.3Bq/kg
			0.2Bq/kg	0.4Bq/kg
千葉県	荒井さんのもち米	不検出	0.9Bq/kg	
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	不検出	0.2Bq/kg
		つや姫	不検出	不検出
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ/コシヒカリ	不検出	不検出 (検出限界0.1Bq/kg 同位体研究所)

・検査機関: 常総生活協同組合・判定法: ゲルマニウム半導体γ線スペクトルメーターによる核種判定
※生協では引き続き精度の高い検査をしています(生産者が外部機関で検査をしている場合はそちらの結果を掲載)。

特

チャック付きなので必要量使えて便利
全国でも有数の大和しじみの産地、酒沼(ひめま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

408 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)

500g **698円**(税込) **754円**(通常税込826円)

しじみ(茨城県) [放]不検出 <3.6 <3.8

特

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

409 香ばし味噌のさばフィーレ

ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬けです。野菜をたっぷり加えてホイル焼きも美味。

凍 30日 米 片身2枚 **405円**(税込) **437円**(通常税込454円)

さば(長崎県)

特

ご飯のお供に、パスタなどの味付けにも

原料が美味しい昆布だから、化学調味料を使わずに作れないかとメーカーと相談して生まれました。

前日OK!

リアス(千葉県・船橋市)

590 塩吹昆布

180日 大小 35g **250円**(税込) **270円**(通常税込281円)

昆布(北海道)

特

ご飯はもちろん、パスタ、トースト等にも良く合います

木更津市の盤州干潟で収穫した海苔を生きた状態から使用、昔ながらの直火釜でじっくり炊き上げました。

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

413 江戸前生のり佃煮(砂糖不使用)

90日 米 大小 60g **280円**(税込) **302円**(通常税込313円)

生のり(千葉県)

特

今季は大きめサイズで脂の切のよい原料が確保できました

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

7~9尾

410 子持ちからふとししゃも

今季の北欧アイスランド産のからふとししゃもは大型サイズで脂のりが良く、抱卵率が高いのが特徴です。

凍 180日 7~9尾180g **298円**(税込) **322円**(通常税込346円)

からふとししゃも(アイスランド)

特

しめさば、しめさば昆布締め、かぶら漬のセット

真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍後、適当な大きさに切って下さい。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

411 しめさば3種セット

180日 米 大小 3枚240g **625円**(税込) **675円**(通常税込702円)

さば(国内産)

特

酪王乳業(福島県・郡山市)

414 生乳たっぷりのむヨーグルト5本組

生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

凍 19日 乳 180ml x 5 **498円**(税込) **538円**(通常税込570円)

生乳(福島県) [放]不検出 <3.7 <4.5

特

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

415 長崎 さつま揚げ

長崎近海のおじ、たちうおなどを主原料に、ソフトな食感に仕上げました。

凍 8日 米 5枚100g **198円**(税込) **214円**(通常税込243円)

あじ・たちうお(長崎県)

特

無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

416 鎌倉あらびきウインナー(増量)

15日 400g **720円**(税込) **778円**(通常税込890円)

豚肉(国内産)

特

田仲さん達(茨城県・桜川市)

417 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン

つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 180日 乳 160g **340円**(税込) **367円**(通常税込378円)

鶏肉(茨城県)

2017年度

みんなのおすすめ

大集合!!

今年度、各部門で特に人気のあった商品をご紹介します。

みなさんのお気に入りは何ですか?

特

飛鳥食品(東京都・葛飾区)

420 徳用 飛鳥の黒豚水餃子

国産小麦粉を使用した厚めの皮で具材を包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。

凍 120日 米 大小 25個 **698円**(税込) **754円**(通常税込799円)

小麦(国内産)

特

秋川牧園(山口県・山口市)

421 からあげ 2パック

開放鶏舎で全植物性の飼料で育てた若鶏のムネ肉を、醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。トースター、レンジで。

凍 卵米 大小 150g x 2 **796円**(税込) **860円**(通常税込918円)

鶏肉(山口県、他)

特

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

418 中津ミートのハンバーグ(ミニ)3パック

凍 180日 卵 乳 小 (30g x 6) x 3 **950円**(税込) **1026円**(通常税込1037円)

豚肉(神奈川県)

特

豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

419 中津豚こま味噌漬

凍 6日 米 大小 200g **398円**(税込) **430円**(通常税込)

豚肉(神奈川県)

特

2袋でお届け。ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて、油で揚げてもおいしいです。

ニッコー(神奈川県・大和市)

422 ねぎ入りたこ焼 2パック

凍 180日 卵 小 15個300g x 2 **716円**(税込) **774円**(通常税込820円)

たこ(ベトナム)

特

ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、麺類の具などにどうぞ。

リアス(千葉県・船橋市)

423 松島湾産おさしみあかもく

凍 100g **240円**(税込) **259円**(通常税込270円)

あかもく(宮城県) [放]不検出 <3.8 <4.0

特

湯戻しせずそのままお鍋に入れるだけ

リアス(千葉県・船橋市)

424 凍り豆腐 みそ汁用

国産大豆100%使用の凍り豆腐。味噌汁はもちろん、ちらし寿司や五目寿司などに。

凍 180日 大 70g **390円**(税込) **421円**(通常税込432円)

大豆(国内産)

特

二度干ししてあるので甘みがあり、戻りも良いです。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

425 切干大根

90日 50g **230円**(税込) **248円**(通常税込)

大根(国内産)

特

茨城産コシヒカリ100%。使いきりサイズの300g。塩こうじ作りや甘酒作りに。

やまこみそ(茨城県・守谷市)

427 米こうじ

凍 米 300g **360円**(税込) **389円**(通常税込400円)

米(茨城県)

特

うまみたっぷり、食べる麺

麦と大豆の麺です。麺の発酵で生まれる自然な甘みがあります。醤油と水を加えて醤油こじりに。

名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市)

428 ひしおの蕎(はな)

凍 180日 大 550g **768円**(税込) **829円**(通常税込845円)

大麦(佐賀県)

特

完熟トマトの甘みを活かして、酢・玉ねぎ・スパイスなどをバランスよく配合したトマトケチャップです。

ユニオンソース(栃木県・日光市)

426 あらごし完熟ケチャップ 2本組

300g x 2 **696円**(税込) **752円**(通常税込778円)

トマト(国内産)

特

水揚げ後すぐのまいわしを使い、こだわりの調味料で薄味に仕上げました。

信田缶詰(千葉県・銚子市)

674 まいわし和風煮

前日OK!

凍 100g x 2 **270円**(税込) **292円**(通常税込324円)

いわし(銚子沖) [放]不検出 <4.0 <3.1

特

白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)

429 甘酒

除草剤1回のみ使用のもち米を原料に、自ら仕込んだ箱糴で作りました。糴の糖化力だけで甘酒にしています。

凍 米 250g **340円**(税込) **367円**(通常税込378円)

もち米(山形県) [放]不検出 <3.6 <3.5

特

各100gの食べきりサイズ! 色々な味が楽しめます

カラミノーズ(東京都・新宿区)

430 キムチ3種セット

白菜キムチ(刻み)、オイキムチ、カクテキのセット。日本古来のしょつるや煮干粉を加えて甘みと旨みのあるキムチに仕上げました。

凍 10日 米 3種各100g **545円**(税込) **589円**(通常税込605円)

白菜・大根・きゅうり(国内産)