

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2018年度 みんなで取り組む活動テーマ
素材を活かして、わが家の味

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

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

2018年4月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	9	10	11	12	13
定番品のお届け	16	17	18	19	20
特別企画品のお届け	23	24	25	26	27

週末はみんなで作る

おうちごはん



今週のトピック!



11ページ
わが家のひと工夫。エビを美味しくいただきます。



15ページ
新生活スタート応援企画! 鳴門魚類特集。



16ページ
お好みの具材を包んで。家族で餃子パーティー!

家族が揃う週末は、お子さんと一緒に作る「おうちごはん」はいかがですか。一緒に作る事で「いただきます」をいつもよりちょっとワクワクするものにできるはず。今回は大人から子供まで大好きなカレーにぴったりの商品を揃えました。

常総生協オリジナル

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ック状のカレールウ。牛脂は和牛生脂使用。7皿分



常総生協(茨城県・守谷市)

655 甘口カレールウ 7皿分

150g 280円(税込302円) 通常税込313円

656 中辛カレールウ 7皿分

150g 290円(税込313円) 通常税込324円

甘口

特



中辛

前日OK!



11 ロースポーク 徳用小間切

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 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 [放]不検出<3.7<3.8



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。



田仲さん達(茨城県・桜川市)

12 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

凍 賞180日 250g 490円(税込529円) 茨城県 [放]不検出<3.6<3.4



久保さん(鹿児島県・伊仙町)

13 新じゃがいも(ニシユタカ)

新じゃがいもならではの風味をお楽しみ下さい。減農薬栽培。

800g 528円(税込570円) 鹿児島県

3kgは3ページへ



林田さん達(長崎県・南島原市)

14 新玉ねぎ

軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。

1kg 398円(税込430円) 通常税込448円 長崎県

特

無農薬



加瀬さん達・園川さん達(千葉県・熊本県)

15 人参(洗い)

土作りから始まり、農薬に頼らない栽培をしています。農薬無散布。

1kg 348円(税込376円) 通常税込389円 千葉県・熊本県 [放]不検出<4.0<4.3

特



ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ボイルしてどうぞ。炒め物にも。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

16 中津粗挽ウインナー

冷蔵 賞7日 120g 280円(税込302円) 豚肉(神奈川県)



お得2個組

よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モツアレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。

よつ葉乳業(北海道・音更町)

17 よつ葉シュレッドチーズ 2個組

冷蔵 賞90日 250g×2 1096円(税込1184円) 通常税込1242円 生乳(北海道)



登喜和食品(東京都・府中市)

18 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、臭みがないため、色々な料理に使えます。

冷蔵 賞11日 米大 100g 230円(税込248円) 通常税込259円 大豆(北海道)



登喜和食品(東京都・府中市)

19 黒生てんべ

ゆでた北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させ、全体が白い菌糸に覆われています。癖がなく甘みがあります。

冷蔵 賞11日 米大 100g 320円(税込346円) 通常税込356円 大豆(北海道)



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

20 やさとの半熟たまご(温玉)

非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。

冷蔵 賞10日 卵 4個(タレ無) 188円(税込203円) 通常税込211円 卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4



三里塚物産(千葉県・成田市)

21 三里塚らっきょう 田舎漬

干葉に伝わる「ころがし法」をヒントに、低塩で下漬。乳酸発酵させたものを醸造酢と三温糖で漬込みました。

冷蔵 賞150日 米 100g 415円(税込448円) らっきょう(千葉県・茨城県) [放]不検出<2.3<2.5



士別農園(北海道・士別市)

22 士別農園 福神漬

自給肥料を施した畑で栽培した野菜をすべて手きざみし、農園独自の調味液で漬込みました。

冷蔵 賞180日 米大 150g 320円(税込346円) 通常税込356円 きゅうり・白瓜・他野菜(北海道)

水揚げ後すぐに下処理、凍結したえびに、国産小麦のパン粉をまぶしました。大きくて満足感あり。油で揚げて。



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

23 えびフライ特大(2L)

凍 賞180日 米小 6尾250g 958円(税込1035円) 通常税込1058円 ブラックタイガー(インドネシア)



カレーの隠し味に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。



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

555 アルゼンチン産はちみつ

1kg 1550円(税込1674円) 通常税込1728円 是ちみつ(アルゼンチン)



シマダヤ(東京都・渋谷区)

24 冷凍 稲庭風うどん(5食入)

国産小麦粉使用。のどごしのよさと強いコシを兼ね備えたゆで麺。1食分をさらに半分にできる切り込み付き。

凍 小 200g×5 380円(税込410円) 通常税込421円 小麦(国内産)

【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

ご不明な点がありましたら上記、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] ¹³⁷ Cs=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] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ Cs=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	

ピクルス

届いた野菜、すぐに食べられない分はピクルスにするのもひとつの手。そのまま食べるほか、刻んでポテトサラダの具にも◎。



赤谷さん(千葉県・旭市)

25 きゅうり

化学肥料を使わず米糠、粉殻薫炭ボカシを土に。きめ細かい栽培をすることで農薬使用を最小限に。

3本 **225円(税込243円)** 通常税込259円
千葉県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



加瀬さん達・園川さん達(千葉県・熊本県)

15 人参(洗い)

土作りから始まり、農業に頼らない栽培をしています。農薬無散布。

1kg **348円(税込376円)** 通常税込389円
千葉県・熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



太田酢店(福島県・須賀川市)

27 りんご酢

契約栽培による樹上完熟のスターキングを使用。1年以上熟成して瓶詰めしました。

360ml **550円(税込594円)**
りんご(福島県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



竹村さん(茨城県・かすみがうら市)

28 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薬使用回数を減らし、自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。

200g×2 **660円(税込713円)**
茨城県 [放] 不検出 <1.0 <1.0



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

30 甘夏

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。減農薬栽培。

1.2kg(3~5玉) **416円(税込449円)**
三重県



松永農園(静岡県・静岡市)

29 松永さんの甘夏

駿河湾から駆け上がりの年中温暖な急斜面に、レモン、ピワと混植しています。農薬無散布。

3玉 **360円(税込389円)**
静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2



無茶々園(愛媛県・西予市)

31 無茶々園のジュシーフルーツ(河内晩柑)

文旦(サボン)の枝変わりとして、果肉は軟らかくて多汁。苦味が少しありますが食味は良好です。農薬3回まで。

3kg **1350円(税込1458円)**
愛媛県



濱上さん(鹿児島県・出水市)

32 ジューシーフルーツ

果肉は軟らかく多汁で爽やかな柑橘。落果防止剤は使用していません。農薬無散布。

800g **398円(税込430円)**
鹿児島県



渥美農園(静岡県・浜松市)

33 渥美さんのグレープフルーツ

大変貴重な国産のグレープフルーツ。毎年収穫量が少しずつ増えています。半分に切ってスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。

1kg(3~5玉) **595円(税込643円)**
静岡県 [放] 不検出 <3.2 <2.7

シーズン初

白いワタ部分に苦味が少ないので黄色い皮だけをむき、一緒に食べると美味しい。減農薬栽培。



安心の無農薬栽培レモン

親子3代にわたり農薬を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。

松永農園(静岡県・静岡市)

35 400g

36 1kg

398円(税込430円)
824円(税込890円)
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



無農薬



岩川さん達(鹿児島県・屋久島町)

440 屋久島タンカン

皮がむきやすく果肉はやわらかくて多汁。甘みが強く、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。農薬無散布。

約550g **550円(税込594円)**
鹿児島県

バラが入る場合があります



岩間さん達(青森県)

38 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかっていますが見た目は悪いです。味は良く香りが強いのが特長です。減農薬栽培。

約70g **220円(税込238円)**
青森県



あゆみの会・吉田さん達(茨城県・行方市)

39 大葉

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。

10枚 **94円(税込102円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2



あゆみの会・遠藤さん達(千葉県・旭市)

40 パセリ

栄養価の高いパセリ。添えるだけでなく、刻んで料理に加えると風味もアップ。農薬無散布。

35g **95円(税込103円)**
千葉県 [放] 不検出 <4.3 <4.0

加熱する場合はサッと短時間で



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

41 ルッコラ

ほのかにゴマのような香りがします。サラダ、炒め物等で。農薬無散布。

50g **190円(税込205円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.1



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

42 中村さんのベビーリーフ 2袋

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g×2 **300円(税込324円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



おきたま農産・和田さん達(山形県・高島町)

439 チリメン五月菜(莖立菜)

雪国山形の春をつけるほろ苦いアブラナ科の葉物です。おひたし、漬物、煮びたし、炒め煮などでどうぞ。農薬無散布。

約200g **250円(税込270円)**
山形県 [放] 不検出 <4.6 <4.2



おきたま農産・丹野さん達(山形県・高島町)

441 おかひじき

ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布。

約100g **194円(税込210円)**
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0



おきたま農産・本田さん達(山形県・高島町)

43 あさつき

ビタミン、ミネラル、食物繊維豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布。

100g **213円(税込230円)**
山形県 [放] 不検出 <3.1 <3.7



あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)

44 葉ねぎ(小ねぎ)

刻んで種類の野菜にどうぞ。かつおなどぐせのあるお刺身にも。軟らかいのでぬたにもおすすめです。減農薬栽培。

約50g **117円(税込126円)**
千葉県 [放] 不検出 <4.1 <4.1



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

45 もやし

緑豆もやし。筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用しじっくり育てた歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。

250g **50円(税込54円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



福山さん達(宮城県・新富町)

46 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g **185円(税込200円)**
宮城県



福山さん達(宮城県・新富町)

47 赤ピーマン

肉厚な赤ピーマン専用種主体。糖度は約10度前後と高めです。減農薬・無化学肥料栽培。

約130g **220円(税込238円)**
宮城県



JAIちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

48 柏田中の完熟トマト

1kg **585円(税込632円)** 通常税込718円
千葉県 [放] 不検出 <3.6 <3.6



大木さん(茨城県・常総市)

49 大木さんのトマト

自家製堆肥を使用。太陽熱消毒を実施して薬剤になるべく頼らない栽培をしています。減農薬栽培。

400g **330円(税込356円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



大木さん(茨城県・常総市)

50 大木さんの中玉トマト

大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。

300g **320円(税込346円)**
茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



金棒さん・山本さん(熊本県・天草市)

51 初恋スマートミニトマト

平均糖度9~11度のフルーツ感覚のミニトマトです。日持ちがよいだけでなく酸味もある甘酸バランスよいトマトです。ヘタの取れた果実も入ります。減農薬栽培。

約170g **276円(税込298円)**
熊本県



右田さん達(熊本県・芦北町)

52 ミニトマト

有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。

約150g **220円(税込238円)**
熊本県



メキシコ・ベストプロデュース社

53 1玉

54 2玉

259円(税込280円)
491円(税込530円)
メキシコ



井上さん達(埼玉県)、溝口さん達(北海道)

55 グリーンアスパラ

甘みがあり、きめが細かく、繊維が粗くない、食味良好のアスパラです。農薬無散布。

約100g **275円(税込297円)**
埼玉県、北海道 [放] 不検出 <4.2 <3.4



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

56 長島さんのレタス

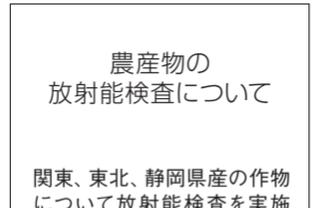
1玉 **195円(税込211円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



長島さん(茨城県・行方市)

57 長島さんのサニーレタス

1玉 **165円(税込178円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

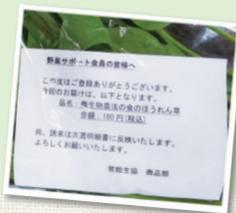


農産物の放射能検査について

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。

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) の入力欄



389 微生物農法の会のキャベツ

ビタミンC豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜の一つ。農業無散布。

1玉 220円(税込238円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <4.0



58 スイートバジル

独特の香りは生のバジルならではの。冷気にあてると低温障害で黒くなりますので冷蔵庫には入れないで下さい。農業無散布。

約30g 184円(税込199円) 熊本県



59 サラダスナップ

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業使用を最小限に。

約100g 256円(税込276円) 通常税込298円 埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



60 木村さんの小松菜(みずき)

軟らかく、甘みがあり、味も濃い品種。減農薬栽培。

1束 165円(税込178円) 茨城県 [放] 不検出 <3.3 <4.1



61 微生物農法の会の小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農業無散布。

1束 167円(税込180円) 茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



62 浅野さんのほうれん草

秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農業無散布。

1束 約200g 175円(税込189円) 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



63 かき菜

ビタミン、ミネラルを豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。農業無散布。

250g 205円(税込221円) 栃木県 [放] 不検出 <3.7 <4.2



64 木村さんのかき菜

ビタミン、ミネラルも豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。減農薬栽培。

1束 160円(税込173円) 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



65 水菜

サラダ、おひたし、浅漬け、鍋物と幅広く使える野菜です。減農薬栽培。

150g 160円(税込173円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.7



66 チンゲン菜

軟らかくてクセがない中国野菜。サイズが小さい時は3株になる場合もあります。減農薬栽培。

2~3株 140円(税込151円) 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



67 かぼちゃ(カット)

ホクとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

500g前後 480円(税込518円) 沖縄県



37 しょうが

爽やかな香りは薬味として。肉料理の風味付けに。しょうが湯にも安心してお使い下さい。減農薬栽培。

100g 158円(税込171円) 高知県



68 ニラ

栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農業無散布。

1束 120円(税込130円) 栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



69 長ねぎ

地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農業無散布。

500g 220円(税込238円) 栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



14 1kg 新玉ねぎ

軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。

1kg 398円(税込430円) 通常税込448円 長崎県



70 3kg

軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。

3kg 1150円(税込1242円) 鹿児島県



13 新じゃがいも(ニシユタカ)

新じゃがいもならではの風味をお楽しみ下さい。減農薬栽培。

800g 528円(税込570円) 鹿児島県



442 里芋

小型で、軟らかく粘りがある芋です。馬糞堆肥等の有機質肥料を使い、味良く仕上げています。農業無散布。

約400g 220円(税込238円) 通常税込259円 熊本県



71 木村さんのかぶ

漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

1束 175円(税込189円) 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.2



72 大根

煮物、大根おろし等に。農業無散布。

1本 198円(税込214円) 愛知県



73 木村さんの長芋

山芋の中では水分が多めで比較的粘りも少なめ。千切りにしてサラダに。減農薬栽培。

300g 170円(税込184円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



74 人参

米糠などの自家製ぼかし肥を使い、農業を使用せずに栽培しています。農業無散布。

500g 187円(税込202円) 茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.4



75 大和田さんのさつまいも

甘みがあり、毎シーズン好評です。農業無散布。

1kg 380円(税込410円) 茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



445 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g 190円(税込205円) 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



76 山田さんのしめじ

青葉としめじのオイスターソース炒め

200g 240円(税込259円) 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.5



77 えのき茸

日持ちがよく、シャッキリとしたしっかり食感

200g 208円(税込225円) 長野県



78 ブラウンえのき茸

白えのきにはない、コクのある味が特徴

200g 218円(税込235円) 長野県



79 安田さんのなめこ

カサがしっかりし、ぬめりも一級品です。

70g 115円(税込124円) 福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



80 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g 195円(税込211円) 栃木県 [放] 不検出 <4.4 <4.4



81 エリンギ

肉質はきめ細かなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするのが特長です。



82 ホワイトマッシュルーム

床土には馬厩肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず殺菌菌です。

100g 237円(税込256円) 千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



83 江藤さんの原木生しいたけ

通常は干しいたけに使われる品種

150g 369円(税込399円) 大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



84 A品 飯泉さんの生しいたけ

最新の放射能検査結果は職員のおすそめ裏面をご覧ください

100g 210円(税込227円) 茨城県



85 B品

原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。

200g 225円(税込243円) 茨城県

わが家の常備菜 さばフレーク

焼いて、まずはそのまま楽しんで。残った分はほぐして炒め、酒やみりんなどを加えてフレークに。ご飯にのせて丼ものにしたり、おにぎりの具にもぴったりです。忙しい朝にもあると重宝します。



86 国産塩さば切身(厚切り)
寒の時期に日本海で漁獲された脂のりの良いサイズ大きめのさばを三枚におろして切身にし、程良く塩味をつけました。
凍 180日 4切320g **428円**(税込462円) 通常税込486円
さば(国内産)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

特

鮮魚

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。



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

87 あさり
冷 30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

パック内の白い液や水分はあさりのエキスです

熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し、熱処理をして凍結しました。



ふるさと

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

88 国内産冷凍あさり
凍 30日 200g **386円**(税込417円)
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)



またたか水産(宮城県・石巻市)

89 狭浜湾で育ったプリプリ冷凍かき
三陸・狭浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。

凍 90日 200g **430円**(税込464円)
かき(宮城県) [放]不検出<3.3<4.2



またたか水産(宮城県・石巻市)

90 三陸潮ゆで牡蠣
グリコーゲンが一番多くなる春に漁獲した牡蠣を厳選し、殻をむいてすぐに何も加えず茹でました。

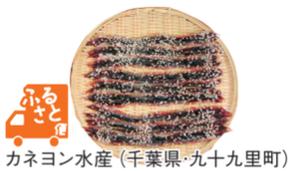
凍 90日 150g **460円**(税込497円)
かき(宮城県) [放]不検出<3.6<3.7



またたか水産(宮城県・石巻市)

91 三陸産かきハーブソース
ぶくくして身入りの良いかきを厳選使用し、自社製のハーブソースで味付け。加熱調理済なので解凍してそのままどうぞ。

凍 90日 90g **420円**(税込454円)
かき(宮城県) [放]不検出<3.6<4.0



ふるさと カネヨ水産(千葉県・九十九里町)

92 いわしみりん干し
銚子・九十九里産のかたくちいわしをみりん干しに仕上げました。タレは70年間継ぎ足して熟成を重ねました。
凍 90日 80g **298円**(税込322円)
かたくちいわし(千葉県) [放]不検出<3.8<3.6



今季は大きめサイズで脂のりの良い原料が確保できました

ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

93 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 **320円**(税込346円)
からふとししゃも(アイスランド)



小ぶりですが、さんまの旨みがしっかり味わえます

ふるさと 及川冷蔵(岩手県・大船渡市)

94 骨抜きさんま天日干し
小ぶりなさんまの頭、内臓、中骨を取り除き、塩麴に漬けて天日干ししました。ご飯のお供に、お酒のおつまみにも。
凍 180日 4尾150g **395円**(税込427円)
さんま(岩手県)



揚げて南蛮漬け、マリネなどにも

ふるさと センシン食品(宮城県・名取市)

95 めひかり一夜干し
三陸、常盤産のめひかりを塩だけで干しました。塩焼きや素揚げで。頭から内臓、骨まで全て食べられます。
凍 180日 150g **395円**(税込427円)
めひかり(宮城県、福島県) [放]不検出<3.4<3.9



ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

96 手振り塩真ほっけ開き
北海道沿岸で漁獲した真ほっけを手振り塩し、脱水シートで吸水しました。旨味が凝縮しています。
凍 180日 2枚500g **639円**(税込690円)
真ほっけ(北海道)



ふるさと 塩屋(茨城県・ひたちなか市)

97 しまほっけ一夜干し
アメリカ産の大きなしまほっけを塩水漬けして一夜干ししました。解凍して焼いてどうぞ。
凍 30日 2枚330g **620円**(税込670円)
しまほっけ(アメリカ)



プリに食感が似て、身離れがよい魚です

ふるさと ニュージランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を甘口のみりん醤油に漬けて氷温熟成させました。
ダイマツ(鳥取県・米子市)

98 氷温造り シルバー醤油漬
凍 180日 4切220g **480円**(税込518円)
シルバー(ニュージーランド、他)



ふるさと 山栄(兵庫県・新温泉町)

99 真だら西京漬け
身はやわらかで、品の良い脂のりがついています。地元産の丸大豆味噌、料理酒「蔵の素」を使い、まろやかな味に仕上げました。
凍 90日 2切約100g **347円**(税込375円)
真だら(兵庫県)



ふるさと 城ヶ島水産(神奈川県・三浦市)

100 銀だらみりん漬
アラスカ産の脂のりが良い銀だらを、みりん醤油に漬け込みました。
凍 180日 3切180g **730円**(税込788円)
銀だら(アラスカ)



ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

101 寒さば西京漬
長崎産の脂のりの良い真さばを使用。鳴門魚類特製の西京味噌床に2日間漬け込み、熟成させました。
凍 30日 片身2枚約200g **480円**(税込518円)
真さば(長崎県)



ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

102 ぶりの生塩漬け
刺身でいただける鮮度のぶりを生塩に漬けました。酵素の力で旨味が引き出され、身も程よく柔らかです。
凍 90日 2切140g **458円**(税込495円)
ぶり(兵庫県)



ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

103 はたはた西京漬
日本海側の兵庫県、浜坂港に水揚げされたはたはたを西京漬に。脂のりは抜群です。
凍 90日 2尾約110g **570円**(税込616円)
はたはた(兵庫県)



ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

104 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 30日 片身5~8枚前後200g **461円**(税込498円)
真あじ(長崎県)



ふるさと 武田食品(兵庫県・洲本市)

105 前浜真いわし下処理済み
兵庫県由良港に水揚げされた鮮度の良い真いわしを、ハラワタ、ウロコを処理してお届けします。脂は少なめですが、旨味はしっかりあります。
凍 60日 約8尾200g **320円**(税込346円)
真いわし(兵庫県)



ふるさと つかさ食品(千葉県・南房総市)

106 赤魚切身
アラスカ産の赤魚を1切約40gの切身にしました。塩焼き、煮物、フライ、竜田揚げなどに。
凍 30日 5~7切240g **475円**(税込513円)
赤魚(アラスカ産)



ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

107 子持ち浅羽かれい切身(2切)
漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。
凍 180日 2切200g **340円**(税込367円)
浅羽かれい(アラスカ)



ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

108 子持ち浅羽かれい切身(3切)
凍 180日 3切300g **485円**(税込524円)



ふるさと 城ヶ島水産(神奈川県・三浦市)

109 めかじき切身(一口カット)
めかじきの切身過程で出る端材を、一切あたり10~15gにカットしたお徳用です。
凍 90日 180g **440円**(税込475円)
めかじき(インドネシア、台湾)



ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

110 雄武産秋鮭ブツ切り(無塩)
オホーツク海に面する港町、雄武(おうむ)産の秋鮭をブツ切りしました。鍋、フライ、焼物等に。
凍 30日 約250g **460円**(税込497円)
秋鮭(北海道)



ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

111 紅鮭切身(中辛塩)3切
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り、うまさ格別です。
凍 120日 3切180g **590円**(税込637円)
紅鮭(アラスカ)



ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

112 白いかの醤油漬け
夏から秋にかけての日本海の特産、白いかを細切りして「蔵の素」をはじめこだわりの調味料で素材の味を活かしました。そのままお召し上がりください。
凍 90日 100g **530円**(税込572円)
白いか(兵庫県)



特 春の浜坂の旬、新物ほたるいかをお届けします
山陰・浜坂産の生ほたるいか。早朝浜に揚がったばかりの鮮度抜群で急速凍結しました。解凍してそのままお刺身で。サッと湯引きして酢味噌和えでも美味。氷水解凍するとまるで獲りたての鮮度で刺身が楽しめます
山米(兵庫県・新温泉町)

113 生ほたるいか
凍 90日 120g **285円**(税込308円) 通常税込319円



ふるさと 佐井村漁協(青森県・佐井村)

114 いくら醤油漬
9月上旬~11月下旬に北海道東海岸から青森県沿岸の定置網で漁獲・厳選された秋鮭のいくらです。
凍 180日 40g **715円**(税込772円)
いくら(北海道、青森県) [放]不検出<3.5<3.3



ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

115 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)
フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。
凍 180日 6~11枚150g+タレ50g **375円**(税込405円)
真あじ(千葉県) [放]不検出<3.3<3.7



ふるさと ダイマツ(鳥取県・米子市)

116 氷温造り あじの南蛮漬
凍 180日 220g **358円**(税込387円) 通常税込410円



特 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。



ご家庭で簡単に料理出来る状態に調理済みです

特

お好みの野菜をたっぷり加えてどうぞ

センシン食品(宮城県・名取市)

117 高橋さんの「喰ってみろー!」セット

三陸、常磐産のとびっきり鮮度の良い魚を刺身、切り身、煮物、揚げ物など一番美味しく食べられるように高橋さんが調理した商品の詰合せ。その時期「一番のおススメ」が高橋さんのおまかせで届きます。

凍 180日

5~7種詰合せ **3180円(税込3434円)** 通常税込3499円

旬の地魚(三陸、常磐産)



センシン食品(宮城県・名取市)

118 真イカ甘酒麹漬

国産の真イカを食べやすい大きさにカットし、甘酒としょうつるに漬け込みました。解凍後、焼いてお召し上がり下さい。

凍 180日 米

130g **480円(税込518円)**

真イカ(国内産)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

123 ブラックタイガー 2L

インドネシアスラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。

凍 180日 8尾前後180g **845円(税込913円)**

ブラックタイガー(インドネシア)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

124 いわしチーズはさみ

5~6個

真いわしを開いて腹骨を取り、よつ葉乳業のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。フライパンで焼いて。

凍 180日 乳小

5~6個 200g **420円(税込454円)**

真いわし(国内産)



旬の真いわしを使用。料理酒「蔵の素」を使用し、やや薄めに味付けし、魚本来の旨味を引き出しました。

武田食品(兵庫県・洲本市)

127 前浜真いわしのふくら煮

冷 60日 米大

3~5尾120g **320円(税込346円)**

真いわし(徳島県)



やまた水産(鹿児島県・阿久根市)

128 きびなごさっぱり漬

地元で「黒潮のしずく」と呼ばれるほど美しい魚体のきびなご。頭、内臓を除去してマイルドな甘酢漬けに。

凍 米

80g **320円(税込346円)**

きびなご(鹿児島県)

愛知県産を中心とした、指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

129 とれとれあじたたき身

日本近海で5~8月に漁獲した鮮度の良い生のあじをタタキ身に。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。

凍 120日

150g×2 **390円(税込421円)**

真あじ(鳥取県) [放] 不検出<3.5<3.5

130 うなぎ蒲焼(たれ・山椒付)

大黒淡水(静岡県・大井川町)

凍 180日 米大

70g×2 **2720円(税込2938円)**

たれ・山椒付

131 100g×2

凍 180日 米大

100g×2 **3500円(税込3780円)**

たれ・山椒付



センシン食品(宮城県・名取市)

119 さば甘酒醤油漬

ノルウェー産のさばを、甘酒、国産丸大豆醤油、しょうつるを加えた自家製タレに3日間漬け込みました。

凍 180日 米大

4~6切 200g **398円(税込430円)**

さば(ノルウェー)



1回凍結品

刺身で食べられる鮮度のアジを使用した1回凍結品

センシン食品(宮城県・名取市)

121 アジフライ

水揚げされたばかりの肉厚なアジを鮮魚の状態からすぐに加工し、急速凍結。

凍 120日 米小

2枚 **395円(税込427円)**

アジ(宮城県、福島県) [放] 不検出<3.7<3.5



職員の試食会では人気No.1でした

センシン食品(宮城県・名取市)

120 金頭(カナガシラ)フライ

三陸、常磐産のカナガシラを水揚げ後すぐに切身加工し、生パン粉をまぶして急速凍結しました。上品で旨味のしっかりある白身が特徴の魚です。油で揚げてどうぞ。

凍 180日 小

150g **400円(税込432円)**

カナガシラ(三陸、常磐産)



全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。旨味、ねばりが絶品。

センシン食品(宮城県・名取市)

122 ぐるっと日本浜街道「ねぼうま」(松前漬)

凍 米大

100g **380円(税込410円)**

するめいか(北海道)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

125 小いわし唐揚げ

三重県の定置網で水揚げされた小いわしの頭と内臓を除去し、塩水に漬け馬鈴薯でん粉をまぶしました。冷凍のまま油で揚げて下さい。

凍 180日

240g **400円(税込432円)**

真いわし(三重県)



塩、醤油、レモン、大根おろしなどお好みの味付けでどうぞ

関東では出回らない希少なシラサ海老の丸ごと食べられるサイズの物を唐揚げ用に粉付きにしました。海老本来の味を楽しめるよう味付けはしていません。

武田食品(兵庫県・洲本市)

126 シラサ海老の唐揚げ用(粉付き)

凍 90日 小

100g **369円(税込399円)**

シラサ海老(兵庫県)

じっくり手間暇かけて作りました

武田食品 自慢の逸品

武田食品(兵庫県・洲本市)

132 小鯛甘燗煮

淡路島近海でとれた真鯛を、醤油、粗糖、酢で12時間かけて炊き上げました。骨までやわらかく仕上げています。

冷 90日 米大

3~4尾150g **420円(税込454円)** 通常税込464円

真鯛(淡路島近海)

わが家の常備菜

シンプルな味付けにするのが吉

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

37 しょうが **67 かぼちゃ** **151 鶏挽肉**

443 「鶏塩そばろ」レシピセット

かぼちゃ しょうが 鶏挽肉

1270円(税込1372円) 通常税込1402円

トマトの酸味とつみれがビックリするほど合う

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

48 柏田中の完熟トマト **74 人参**

129 とれとれあじタタキ身

444 「トマト入りあじのつみれ汁」レシピセット

トマト 人参 とれとれあじタタキ身

1116円(税込1205円) 通常税込1341円

◆材料

鶏挽肉 300g

しょうが(すりおろし) 1片

みりん 大2

塩 小1

◆作り方

① フライパンを熱し、しょうがを入れて香りが出たら鶏挽肉、調味料を入れる。

② 全体に火が通り、ぱらぱらにほぐれたら出来上がり。

鶏塩そばろ

そぼろ 餡かけ

ちょい足し アレンジ

醤油などで味を足し、とろみをつけた餡をかぼちゃの煮ものにかけてアレンジも。

◆材料(4人分)

あじタタキ身 150g

人参 1/2本

ごぼう 1/2本

トマト 小4コ

長ねぎ 1本

「にんにく」 1片

A しょうが 1片

し味噌 小1

水 700ml

醤油 小2

塩 小1/2

黒こしょう 適宜

◆作り方

① トマトはへたを取り湯むきする。人参は5mm幅のいちょう切り、ごぼうはさがきにする。長ねぎは白い部分で白髪ねぎを作り、水にさらす。にんにくとしょうがはみじん切りにする。

② あじタタキ身にAを加えてつみれを作る。

③ 鍋に人参、ごぼう、水を入れて煮る。野菜が柔らかくなったら②のつみれを丸めて入れる。再び沸騰したら①のトマトを丸ごと入れて更に煮て、醤油、塩、黒こしょうで味を調える。

④ 器によそい白髪ねぎをのせる。

トマト入りあじのつみれ汁

わが家の常備菜

塩鶏

鶏ムネ肉一枚に対し、砂糖小さじ1/2、塩小さじ1程度の順にすりこみます。使う際は、周りについた塩や砂糖を洗い落してから茹でて茹で鶏に。茹で汁はスープに、鶏肉はサラダやサンドイッチの具などに使えて便利です。



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

133 つくば茜鶏 ムネ

凍 賞180日 300g **360円**(税込**389円**) 通常税込400円

茨城県

特 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。

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日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

134 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 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

135 ローズポーク ヒレブロック

最も軟らかい、脂のほとんどない部位です。カツ等に。

冷 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

136 ローズポーク モモ赤身カレー用

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

冷 賞6日

200g **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

137 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 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

11 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 賞6日

200g×2 **510円**(税込**551円**)

茨城県

中津ミート(神奈川県・愛川町)

138 中津トントロ焼肉用

1頭から約300gしか取れない希少部位のトントロを、焼肉用にカットしました。焼肉、炒め物に。

凍 賞120日

200g **480円**(税込**518円**)

神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)

139 中津豚カシラ(ホホ)肉

豚のカシラ(ホホ)肉です。1頭から約300gしかとれない希少な部位です。しっかりとした肉質。

凍 賞120日

200g **460円**(税込**497円**)

神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)

140 中津豚こま味噌漬

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。

冷 賞6日 米*大

200g **398円**(税込**430円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

141 中津豚ローズ塩こうじ漬

豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。

冷 賞6日 米*

2枚200g **535円**(税込**578円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

142 中津ひれ豚漬

ひれ肉を、ピリ辛味噌ダレに漬けました。隠し味にピーナッツバターを使い、深みのある味に仕上げました。

冷 賞6日 米*大

200g(固形量約150g) **700円**(税込**756円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

143 中津もつのスタミナ焼き(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 賞120日 米*大

200g **350円**(税込**378円**)

豚モツ(神奈川県)

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

388 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 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

144 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 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)

145 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 賞180日

300g **490円**(税込**529円**)

茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

146 つくば茜鶏 ササミ

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。

凍 賞180日

300g **560円**(税込**605円**)

茨城県

手羽先餃子

田仲さん達(茨城県・桜川市)

147 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 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

148 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

149 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、炒め物に。

凍 賞180日

250g **480円**(税込**518円**) 通常税込529円

茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

150 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 賞180日

250g **240円**(税込**259円**)

茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

151 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 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)

152 特大 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用

霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りにしました。

凍 賞30日

モモ、バラ 500g **2580円**(税込**2786円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

153 徳用 鹿児島 坊津黒牛 モモ鉄板焼用

モモ肉を鉄板焼用に少し厚めに手切りしました。たっぷり使える徳用規格。

凍 賞30日

400g **2150円**(税込**2322円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

154 鹿児島 坊津黒牛 赤身ブロック

坊津黒牛のモモ肉をブロックでお届けします。ご自宅でローストビーフやタタキでどうぞ。

凍 賞30日

300g **1600円**(税込**1728円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

155 鹿児島 坊津黒牛 角切りビーフシチュー用

モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカット。

凍 賞30日

300g **1235円**(税込**1334円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

156 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用170g

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。手軽にステーキが楽しめます。

凍 賞30日

170g **900円**(税込**972円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

157 鹿児島 坊津黒牛 牛丼・肉じゃが用

脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。

凍 賞30日

200g **950円**(税込**1026円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

158 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし170g×2

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。たっぷり使える2パック組でお届けします。

凍 賞30日

170g×2 **1370円**(税込**1480円**)

鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

159 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用

霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

凍 賞30日

180g **1030円**(税込**1112円**)

鹿児島県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

160 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 賞6日

200g **645円**(税込**697円**)

茨城県

福永産業(福岡県・遠賀町)

161 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。ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 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)

162 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 賞30日

200g **390円**(税込**421円**)

福岡県、大分県

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)
163 鎌倉つかいっきりポークウインナー×3
使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。
冷蔵 賞10日
49g×3 **275円**(税込**297円**)
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
164 鎌倉マイルドポークウインナー×2
焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。
冷蔵 賞10日
94g×2 **335円**(税込**362円**)
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
165 鎌倉チョコリソー
国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョコリソーです。
冷蔵 賞15日
30g×5 **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)
166 鎌倉串ざしフランクフルト
豚肉、塩、香辛料のみ使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。
冷蔵 賞10日
40g×5 **370円**(税込**400円**)
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
167 鎌倉ローズハムスライス×2
ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。
冷蔵 賞15日
60g×2 **500円**(税込**540円**)
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
169 鎌倉バラベーコンスライス×2
豚バラを塩漬、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)
170 中津ボンレスハムスライス
自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。
冷蔵 賞7日
100g **340円**(税込**367円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
171 中津生ウインナー(トマトバジル)
生ウインナーならではの美味しさ。豚肉の旨味とトマトのほのかな甘みやバジルの香りのバランスが最高です。
凍結 賞180日
6本120g **360円**(税込**389円**)
豚肉 (神奈川県)

地元酒沼より
新生活の疲れにしじみパワー

特

新学期や新生活が始まり、ストレスと疲労がたまりやすいこの時期に疲労回復にもピッタリのしじみはいかがですか。地元酒沼のしじみを「少抜きに技あり」の塩屋さんからお届けします。

塩屋 (茨城県・ひたちなか市) 全国でも有数の産地、地元酒沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。
168 酒沼のしじみ(冷凍)
凍結 賞30日 200g **350円**(税込**378円**)
通常税込**389円**
やまとしじみ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8

供給部 佐藤の おすすめ



中津ミート (神奈川県・愛川町)
175 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)
176 村山さんのチャーシュー
村山さんがじっくり漬込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。
冷蔵 賞7日 米大小
200g **480円**(税込**518円**)
豚肉 (茨城県)



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
177 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。
凍結 賞180日 乳
160g **350円**(税込**378円**)
鶏肉 (茨城県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
172 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)
173 中津ミートのハンバーグ(ミニ)3パック
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。
凍結 賞180日 卵 乳 小
(30g×6)×3 **960円**(税込**1037円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町) 9個入
174 中津肉団子(甘酢タレ)
中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美しく、安心できる肉団子です。
冷蔵 賞24日 米大小
240g(9個入) **405円**(税込**437円**)
豚肉 (神奈川県)

土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

サツラク農協 (北海道・札幌市)
サツラク低温殺菌牛乳
冷蔵 賞届いて3日 乳
3 1ℓ **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

北海道酪農公社 (北海道・江別市)
サツラク牛乳
冷蔵 賞15日 乳
5 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)
サツラク低脂肪牛乳
冷蔵 賞15日 乳
9 500ml **138円**(税込**149円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

北海道酪農公社 (北海道・江別市)
牧場で飲むおいしさ低脂肪牛乳
冷蔵 賞届いて8日 乳
4 1ℓ **211円**(税込**228円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
よつ葉ミルクコーヒー
冷蔵 賞届いて6~10日 乳
179 1ℓ **275円**(税込**297円**)
生乳 (北海道)

500250 特別増資 (一口500円) 受付中



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
181 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 (茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場ヨーグルト
冷蔵 賞届いて10~11日 乳
178 プレーン 400g **345円**(税込**373円**)
180 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)
182 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン)
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。
冷蔵 賞7日以上 乳
40g **278円**(税込**300円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
183 石岡 鈴木牧場さけるチーズ(バジル)
鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召し上がりください。
冷蔵 賞14日以上 乳
30g **204円**(税込**220円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

ピンは繰り返し使えますので必ずご返却下さい
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のでフツツと脂肪のかたまりができますが、口当たりは違和感なく、なめらかでやさしい味です。

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求し、乳脂肪分を1.0%に調整。

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。

サツラク農協 (北海道・札幌市)
サツラク低脂肪牛乳
冷蔵 賞15日 乳
9 500ml **138円**(税込**149円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

北海道酪農公社 (北海道・江別市)
牧場で飲むおいしさ低脂肪牛乳
冷蔵 賞届いて8日 乳
4 1ℓ **211円**(税込**228円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
よつ葉ミルクコーヒー
冷蔵 賞届いて6~10日 乳
179 1ℓ **275円**(税込**297円**)
生乳 (北海道)



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



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

ヒト由来の
乳酸菌から
できた

ヨーグルト



ヒト由来の乳酸菌を14種類、その他の乳酸菌が3種類、合計17種類の乳酸菌を使用し、ヒトの腸内で減少してしまう有用な乳酸菌をできるだけ摂取できるようにと作り出された、プロバイオティクスヨーグルトです。



ホリ乳業 (石川県・金沢市)
188 腸内活性ヨーグルト(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 賞味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)
189 腸内活性ヨーグルト(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 賞味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)
184 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン)
サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。
冷蔵 賞味18日 乳
500g **256円**(税込**276円**)
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



サツラク農協(北海道・札幌市)
185 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 賞味18日 乳
80g×3 **206円**(税込**222円**)
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



酪王乳業(福島県・郡山市)
186 生乳たっぷりのおもヨーグルト
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
冷蔵 賞味19日 乳
180ml×2 **248円**(税込**268円**)
生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



日本生協連合会
187 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 賞味15日 乳
65ml×10 **178円**(税込**192円**)
[放] 不検出 <3.4 <4.1

大豆加工品



おかべや(神奈川県・相模原市)
193 おかべや きめ生揚げ
北海道産大豆・天然にがり100%使用。風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。
冷蔵 賞味3日 大豆
2個 **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**
大豆(北海道)



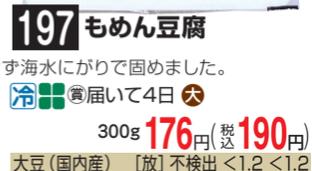
おかべや(神奈川県・相模原市)
194 おかべや 宴もめん
熊本県産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。
冷蔵 賞味3日 大豆
330g **189円**(税込**204円**)
大豆(熊本県)



おかべや(神奈川県・相模原市)
195 おかべや 雅きぬ
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 賞味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)
196 きぬ豆腐
国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。
冷蔵 賞味4日 大豆
300g **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



丸和食品(東京都・練馬区)
197 もめん豆腐
国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。
冷蔵 賞味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)
199 手揚げ油揚げ
国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚丁寧に手揚げた油揚げ。
冷蔵 賞味3日 大豆
2枚 **220円**(税込**238円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.7



丸和食品(東京都・練馬区)
200 焼いて食べる油揚げ
国産のキャベツ、ニラ、長ねぎ、生姜を油揚げで包みひとつずつ手揚げしました。フライパンなどで温めて、おでんや鍋にも。
冷蔵 賞味7日 大豆
4個 **295円**(税込**319円**)
大豆(国内産)



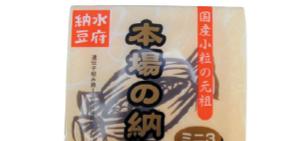
丸和食品(東京都・練馬区)
198 揚げ
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふつくと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。
冷蔵 賞味6日 大豆
3枚 **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



丸和食品(東京都・練馬区)
201 味付いなり揚げ
肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。
冷蔵 賞味90日 大豆
10枚 **395円**(税込**427円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0



JAやさと(茨城県・石岡市)
204 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、糸引きがよく、風味のよい納豆です。
冷蔵 賞味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



水府納豆(茨城県・常陸太田市)
205 水府納豆ミニ3(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。糸引き、風味ともよい納豆です。
冷蔵 賞味10日 大豆
40g×3 **140円**(税込**151円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4



登喜和食品(東京都・府中市)
206 遊作納豆(タレ・カラシ付)
茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。
冷蔵 賞味9日 大豆
80g **206円**(税込**222円**)
大豆(茨城県) [放] 137Cs=3.7



丸和食品(東京都・練馬区)
202 一口厚揚げ
厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれしにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。
冷蔵 賞味3日 大豆
8個 **225円**(税込**243円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2



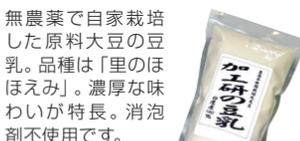
丸和食品(東京都・練馬区)
203 青大豆 寄せ豆腐
青大豆で作ったコクのある甘味の寄せ豆腐です。
冷蔵 賞味4日 大豆
270g **240円**(税込**259円**)
大豆(国内産)



登喜和食品(東京都・府中市)
207 十勝の息吹大粒2P(タレ・カラシ付)
北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。
冷蔵 賞味9日 大豆
40g×2 **160円**(税込**173円**)
大豆(北海道)



白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)
208 しらたか納豆糍漬(山形県大豆)
山形県産大豆を使った納豆を、三五八漬けにした白鷹地方の郷土食。
冷蔵 賞味15日 大豆
130g **330円**(税込**356円**)
大豆(山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.4



白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)
209 加工研の豆乳
無農薬で自家栽培した原料大豆の豆乳。品種は「里のほほえみ」。濃厚な味わいが特長。消泡剤不使用です。
冷蔵 賞味15日 大豆
300g **255円**(税込**275円**)
大豆(山形県) [放] 不検出 <4.0 <3.6

日配品



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)
210 上州産徳用
群馬県産のこんにやく粉で作りまし。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。
冷蔵 賞味60日
450g **110円**(税込**119円**)
こんにやく粉(群馬県) [放] 不検出 <4.2 <3.7



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)
211 上州産徳用しらたき
群馬県産のこんにやく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。
冷蔵 賞味60日
400g **110円**(税込**119円**)
こんにやく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)
212 こんにやくみそおでん(特製タレ付)
国産こんにやく粉を使用。白、黒の2色が串にさしてあります。特製のみそだれを添付しました。
冷蔵 賞味60日 大豆
10本入 **270円**(税込**292円**)
こんにやく粉(群馬県、栃木県)



またたか水産(宮城県・石巻市)
213 三陸べっぴんわかめ
三陸の外洋産。薄く、シャキシャキしながらも軟らかく、程よい歯ごたえが特長の塩蔵わかめ。
冷蔵 賞味30日
100g **240円**(税込**259円**)
わかめ(宮城県) [放] 不検出 <4.3 <3.8



リアス(千葉県・船橋市)
214 探ってそのまま生めかぶ
茶褐色をしためかぶが届きます。鍋に湯を沸かし、塩少々を加えて湯通しし、冷水にとり、細かく刻んでお好みのタレで。
冷蔵 賞味5日
250g **368円**(税込**397円**) 通常税込**410円**
めかぶ(宮城県) [放] 不検出 <0.5 <0.3



ニッカンフーズ(大分県・日田市)
215 たけのこ水煮(スライス)
掘りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。
冷蔵 賞味180日
300g **475円**(税込**513円**)
たけのこ(国内産)



遠忠食品(埼玉県・越谷市)
216 ひじき五目煮
大豆、ひじき、こんにやく、油揚げ、人参を、節麩のダシをとって煮付けました。
冷蔵 賞味30日 大豆
100g **325円**(税込**351円**)
ひじき(長崎県)

生パスタ独特のもちもちとした食感がやみつきに



デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。



217 生フェットチーネ

原材料：小麦粉、食塩

冷蔵 届いて6~8日 小

260g(130g×2) 310円(税込335円) 通常税込356円

小麦(カナダ、アメリカ)



221 生スパゲティ

原材料：小麦粉、食塩、卵白粉

冷蔵 届いて6~8日 卵小

260g(130g×2) 310円(税込335円) 通常税込356円

小麦(カナダ、アメリカ)



222 ほうれん草入り 生フェットチーネ

原材料：小麦粉、ほうれん草ピューレ、食塩

冷蔵 届いて6~8日 小

260g(130g×2) 345円(税込373円) 通常税込400円

ほうれん草(北海道)



225 煮豆 金時豆

北海道十勝産の大正金時豆を使用。直火炊きで軟らかさの中にも豆のコシを残して歯ごたえよく仕上げました。

冷蔵 届いて90日 米

150g 235円(税込254円)

大正金時豆(北海道)



226 ピーナッツみそ

八街・増田商店の落花生をポーソー油脂の菜種油で揚げ、味噌、水飴、砂糖、ごま、寒天で仕上げました。

冷蔵 届いて90日 米 米 米 米

80g 250円(税込270円)

落花生(千葉県) [放]不検出<3.0<3.1



227 江戸前でい! 生のり佃煮

千葉県木更津の盤州干潟で養殖された黒のりを、鮮度良く生のまま昔ながらの直火炊きで時間をかけて炊き上げました。

冷蔵 届いて180日 米 米 米

85g 320円(税込346円)

のり(千葉県)



228 一口昆布巻

北海道産の昆布を栃木県産無漂白かんぴょうで一口サイズに巻きました。もう一品のおかずにも、お茶請けにも。

冷蔵 届いて60日 米 米 米

80g 280円(税込302円) 通常税込313円

昆布(北海道)



229 たらこ昆布煮

アラスカ産のたらこ北海道産の昆布をシンプルな調味料のみで軟らかく炊きあげました。ごはんのお供にも、おにぎりの具にも。

冷蔵 届いて60日 米 米 米

90g 260円(税込281円)

昆布(北海道)、たらこ(アメリカ)



230 いいだこと里芋の煮付

国産の里芋と一口サイズのいいだこを醤油をベースに昆布だしを効かせてやわらかく炊きあげました。

冷蔵 届いて60日 米 米 米

120g 310円(税込335円)

里芋(国内産)、いいだこ(タイ、ミャンマー、ベトナム)



231 高菜ちりめん

高菜漬を細かく刻み、ちりめんとゴマを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。

冷蔵 届いて30日

40g 250円(税込270円)

ちりめん(鹿児島県)



232 甲南なら漬(瓜、守口大根)

灘の酒粕をふんだんに使い、昔ながらの伝統技術で丁寧に漬けました。

冷蔵 届いて90日 米

130g 370円(税込400円)

瓜(徳島県)、守口大根(愛知県)



233 ベジタブルサワー

塩・砂糖・酢で調味した夏向きのお漬物です。調味液ごと生野菜と和えればサラダにも。

冷蔵 届いて10日 米

150g 250円(税込270円) 通常税込281円

大根・きゅうり・パプリカ(国内産)



234 月山赤かぶ漬(スライス)

庄内産の温海かぶらを、酢、食塩、砂糖のみで漬け込みました。独特の辛味があり、歯ごたえの良い漬物です。

冷蔵 届いて30日 米

120g 165円(税込178円)

赤かぶ(山形県) [放]不検出<3.2<4.1



235 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。

冷蔵 届いて30日 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



236 高きび甘酒

食物繊維が豊富な雑穀の高きびと、糴のみで糖化させた甘酒。原材料：糴、高きび

冷蔵 届いて30日 米

250g 350円(税込378円)

高きび(山形県) [放]不検出<3.0<3.6



237 三五八漬の素

自社栽培米から作った米こうじを使用した硬めの漬床。野菜に適量まがして袋に入れるだけでまろやかな甘さの漬物ができます。

冷蔵 届いて15日前後 米

400g 370円(税込400円)

米(北海道)



238 米こうじ 300g

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。

冷蔵 届いて15日前後 米

300g 370円(税込400円)

米(茨城県) [放]不検出<4.3<4.0

佃煮の老舗「遠忠食品」の自信作



国内産のごぼうを細くカットし、菜種油でサッと揚げて、りんご酢ベースの甘酢でからめました。



ご飯のお供にも、お茶請け、おつまみにも

239 揚げごぼう(甘酢漬)

冷蔵 届いて90日 米 米

80g 310円(税込335円) 通常税込346円

ごぼう(国内産)

そのままでも、煮物など料理素材としても



240 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 届いて30日 米 米 米 米

4個100g 270円(税込292円)

えび(インドネシア)



241 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 届いて7日 卵 米

130g 280円(税込302円)

あじ(長崎県)



244 長崎じゃこ天

長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。

冷蔵 届いて30日 卵 米

2枚100g 244円(税込264円) 通常税込274円

雑魚(長崎県)



245 焼ちくわ

無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、イトヨリダイ)を主原料にいわし魚露、食塩、みりんだけでシンプルな味わいに仕上げ焼きました。

冷蔵 届いて15日 米

4本104g 220円(税込238円)

スケソウダラ(アメリカ)

高橋徳治商店の無添加練り製品



242 おとうふ揚げ

国産大豆の豆腐と、北海道のすけそうだらのすり身を半々に練りこんだ、ふんわり軟らかなおとうふ揚げです。

凍 届いて180日 米 米

5個175g 285円(税込308円) 通常税込319円

すけそうだら(北海道)



243 わかめはんぺん

わかめの深緑色と磯の香りが特長です。凍ったまま食べやすい大きさに切って温めてどうぞ。離乳食にも。

凍 届いて180日 卵 米

4枚200g 338円(税込365円) 通常税込378円

わかめ(岩手県)



246 ミニ笹かまぼこ

旨味の濃い宮城県産の小魚と北海道のスケソウダラすり身で笹かまぼこに焼き上げました。

凍 届いて180日 卵 米

8枚136g 310円(税込335円)

小魚すり身(宮城県)、タラすり身(北海道) [放]不検出<3.7<3.9



247 菱わかめのボール揚げ

北海道の無リンタラすり身に菱わかめを加え、お団子にして揚げました。解凍後そのままおつまみや具材にどうぞ。

凍 届いて180日 卵 米

150g 290円(税込313円)

すけそうだら(北海道)、菱わかめ(国内産)



248 ネギちりめん揚げ

ネギの自然な甘さとちりめん塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常溫で解凍後そのまま、または軽く炙って。

凍 届いて180日 米

100g 305円(税込329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



249 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。



250 CO北海道つぶコーン
北海道十勝産のスイートコーンを収穫後、加工・凍結しました。保存に便利なチャック付き。



251 宮城県産めかぶ(タレ付)
宮城県産のめかぶを食べやすいように細切りにし、小分けパックしました。醤油ベースの別添タレ付きです。



252 フジワラの青汁
有機栽培ケールにクマザサ、シソ葉エキスを配合。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。



253 ビビンバの具
国産野菜と国産牛肉を使用した「ビビンバの具」です。湯煎後ご飯にかけてどうぞ。国産味噌の کوچュジャン使用。



254 ミニポテト
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。



255 エビカツフライ
魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めてお召し上がり下さい。



256 ママのミニハンバーグ
お弁当に便利のように小さなハンバーグを作りました。レンジ加熱。またはフライパンでゆっくり温めて。



257 からあげ
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。



258 やきとりセット
醤油たれで軟らかくジューシーに焼き上げました。もも、むね、つくねの各2本組セット。湯煎またはレンジで。



259 ピリ辛チキンバー
持ちやすく食べやすい大きさのスティック状ナゲット。レッドペッパーが後を引く美味しさ。



260 フライドチキン(チュリリップ)
自社で育てた若鶏の手羽元をチュリ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。



261 若鶏手羽元
若鶏手羽元を九州特産「ゆずしょう油」と国産大豆醤油を使った特製ダレに漬け、じっくり焼きました。



262 若鶏焼きつくね
香ばしく焼いた大きめのつくねに、濃厚醤油タレをからめました。お弁当やおかずの一品に。加熱して。



263 チキンソースカツ
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで温めて。



264 烏天
若鶏ムネ肉の天ぷら。ふんわりとした衣が新食感。ポン酢、塩等との相性よし。トースター、電子レンジで加熱。



265 徳用北京餃子
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。



266 ヨコハマの餃子
国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子です。



267 神鳥のぼくぼく餃子(国産しそ入り)
神鳥を使用しただけで何個でも食べられるくせない食べやすい餃子です。国産大豆味噌、国産しそを使い焼いても茹でてでも美味しい餃子です。



268 国産原料にこだわったお徳用春巻
豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。



269 点心えびしゅうまい
国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。



270 大きな豆腐しゅうまい(れんこん入り)
豆腐のふんわりとした食感と、れんこんのシャキシャキ感が楽しめます。食べ応えのある大きなしゅうまいです。



271 ごぼうとひじきの豆腐団子
鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。



272 ふんわり豆腐ハンバーグ
消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグです。



273 北海道八雲発マムの帆立クリームコロッケ
北海道の酪農発祥の地・八雲町産の生乳で作った帆立入りクリームコロッケです。凍ったまま揚げて。



274 北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ
北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。



275 国産揚げごぼうの甘辛煮
国産ごぼうを歯ごたえ良く仕上げました。なたね油で揚げたごぼうを鹿児島産砂糖と国産大豆醤油で味付け。



276 食べるユッケジャンスープ
牛肉・野菜・トック(韓国風のもち)が入った辛味のあるスープ。様々な素材の旨味が絡み合う濃厚な味わい。湯煎して。



277 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)
鶏肉(国産産)



278 無茶々園お子さまじゃこ天
八幡濱港で水揚げされた小魚(ぼたるじゃこなど)を骨・皮ごと粗くすり潰した物を主原料に作りました。



279 生冷凍 長野県産石臼挽十割そば
長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。生のまま冷凍する事で、香りが損なわれず、手打ちそばに勝るとも劣らない風味が楽しめます。



280 関西風きつうどん
国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。



281 讃岐かき揚げうどん
国産小麦使用のコシの強い麺に、ごぼう、玉ねぎ、人参、いんげんを使った野菜のかき揚げが入っています。つゆ付。



282 えび天そば
国産小麦粉と北米産そば粉で作ったそばに、大きめのえびの天ぷらをのせ急速凍結。鯉とさば節のだしがきいたつゆ付。



283 えび天そば
国産小麦粉と北米産そば粉で作ったそばに、大きめのえびの天ぷらをのせ急速凍結。鯉とさば節のだしがきいたつゆ付。



278 無茶々園お子さまじゃこ天
八幡濱港で水揚げされた小魚(ぼたるじゃこなど)を骨・皮ごと粗くすり潰した物を主原料に作りました。



279 生冷凍 長野県産石臼挽十割そば
長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。生のまま冷凍する事で、香りが損なわれず、手打ちそばに勝るとも劣らない風味が楽しめます。



280 関西風きつうどん
国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。



281 讃岐かき揚げうどん
国産小麦使用のコシの強い麺に、ごぼう、玉ねぎ、人参、いんげんを使った野菜のかき揚げが入っています。つゆ付。



282 えび天そば
国産小麦粉と北米産そば粉で作ったそばに、大きめのえびの天ぷらをのせ急速凍結。鯉とさば節のだしがきいたつゆ付。



283 えび天そば
国産小麦粉と北米産そば粉で作ったそばに、大きめのえびの天ぷらをのせ急速凍結。鯉とさば節のだしがきいたつゆ付。

283 **ねぎ入りたこ焼**
 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。
 凍 賞 180日 卵小
 15個300g **380円**(税込 **410円**)
 たこ(バトナム) [放] 不検出 <3.7 <4.4

284 **オムライス** (2食入)
 国内産のお米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを、牛乳を加えた玉子でふんわりと包みました。
 凍 賞 卵乳米大小
 180g×2 **460円**(税込 **497円**)
 鶏卵・米(国内産)

285 **COフローズン ヨーグルト105ml×3個**
 乳酸菌が生きています。さくとした口当たりとさっぱりした後味。
 凍 賞 乳
 105ml×3 **275円**(税込 **297円**)
 日本生協連合会

286 **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は不使用。国内産原料主体で作りました。
 凍 賞 30日 卵乳小
 2個 **700円**(税込 **756円**)
 弁天堂(兵庫県・淡路市)
 クリームチーズ(北海道)

291 **モンブラン 4号サイズ**
 熊本県産の栗を使用。栗そのものの美味しさが味わえます。自然解凍して。直径約12cm
 凍 賞 60日 卵乳小
 190g **798円**(税込 **862円**) 通常税込 **896円**
 弁天堂(兵庫県・淡路市)

287 **豆乳カステラ**
 新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用して焼き上げました。しっとりとした食感をお楽しみください。
 凍 賞 卵大 小
 5切 **335円**(税込 **362円**)
 大豆(国内産)

288 **芽吹き屋 大福セット**
 人気の大福「黒豆塩大福」「よもぎ大福」「くるみ大福」の3種を詰め合わせました。自然解凍で。
 凍 賞 米大
 6個310g **585円**(税込 **632円**) 通常税込 **648円**
 もち米(国内産)

289 **芽吹き屋 すんだもち**
 コシのあるなめらかなお餅を、青豆をすりつぶして作ったあんであみました。
 凍 賞 米大
 6個300g **570円**(税込 **616円**)
 青大豆(中国、台湾)

290 **芽吹き屋 よもぎだんご**
 国産の上新粉で作ったコシのある生地にもぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包みました。自然解凍で。
 凍 賞 米
 4本180g **400円**(税込 **432円**)
 よもぎ(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

292 **味噌「母ごころ」(中辛)**
 国産大豆・国産米を原料に杉の大樽でじっくり約1年熟成させた、中辛口のみそです。原材料：大豆、米、塩
 冷 賞 150日 米大
 750g **510円**(税込 **551円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出 <3.1 <3.2

293 **しべつみそ**
 北海道の士別農園で栽培した大豆と米を使用して仕込みました。大豆の煮汁を加え風味豊かに仕上げられています。塩分12%。
 冷 賞 180日 米大
 1kg **700円**(税込 **756円**)
 大豆(北海道)

508 **国産粗糖** 前日OK!
 鹿児島県産さとうきびから作ったザラメタイプの料理用砂糖。ミネラル分を含んだ上品な甘さです。
 冷 賞 700g **390円**(税込 **421円**)
 さとうきび(鹿児島県)

沼屋本店 × 常総生協
オリジナルの調味料

295 **常総醤油で作った福来ぼんす**
 筑波山特産の福来(ふくれ)みかんの果汁に常総醤油を加えて作ったぼんす。やわらかい酸味の味に仕上げました。
 冷 賞 米大 小
 360ml **378円**(税込 **408円**) 通常税込 **430円**
 福来みかん(茨城県) [放] 不検出 <3.9 <4.3

515 **海の精 240g** 前日OK!
 伊豆大島の海水を太陽と風の自然力で濃縮し、ゆるやかな火の力で丹念に炊き上げて作られます。製法：天日、平釜
 240g **598円**(税込 **646円**)
 海水(伊豆大島近海) [放] 不検出 <1.9 <1.6

294 **「海の精」やきしお 詰替用**
 日本特有の伝統的製法で作られた「海の精」を焙煎して焼塩にしました。ゆで卵やサラダ、天ぷらなどに
 60g **238円**(税込 **257円**)
 海水(伊豆大島近海)

502 **CO虹の宴 料理酒**
 お料理の隠し味として欠かせません。原材料：米、米こうじ、醸造アルコール、糖類、酸味料
 冷 賞 900ml **370円**(税込 **400円**)
 米(国内産)

507 **CO本みりん** 前日OK!
 原料にもち米、米麹を使用し、じっくり糖化熟成させたみりんです。醸造アルコール、糖類を添加しています。
 冷 賞 1ℓ **390円**(税込 **421円**)
 もち米(タイ、他)

296 **生** 360ml **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **494円**
297 **火入れ** 500ml **548円**(税込 **592円**) 通常税込 **669円**
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

299 **無茶々園 れもんストレート果汁** 前日OK!
 自社栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。ドレッシングやお菓子作りなどに。
 冷 賞 180日
 150ml **535円**(税込 **578円**)
 レモン(愛媛県)

519 **有機純米酢** 前日OK!
 くせないまるやかな味が何にでも合います。
 冷 賞 500ml **395円**(税込 **427円**)
 米(国内産)

298 **すし梅酢** 前日OK!
 梅干しの副産物「梅酢」と砂糖だけで作りました。香りのよいすし飯が作れます。
 冷 賞 90日
 200ml **280円**(税込 **302円**)
 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

530 **白だし** 前日OK!
 無添加本醸造薄口醤油をベースに、焼酎産かつお本節と利尻産昆布を使った、濃厚で薄色タイプのダシ入り調味料。
 冷 賞 400ml **395円**(税込 **427円**)
 チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

300 **ハロードレッシング** 前日OK!
 香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。野菜だけでなく肉や魚介にも合います。
 冷 賞 60日 米大 小
 380ml **420円**(税込 **454円**) 通常税込 **464円**

548 **圧搾一番しほりなたねサラダ油(大)** 前日OK!
 オーストラリア産なたねが原料の圧搾一番搾りの油。天ぷらの揚げ油としてもコシが強く、繰り返し使えます。
 冷 賞 1400g **900円**(税込 **972円**)
 なたね(オーストラリア)

550 **ごま油** 前日OK!
 料理に風味を持たせます。
 冷 賞 450g **990円**(税込 **1069円**)
 胡麻(ナイジェリア、他)

わが家の「ひと工夫」
 たっぷりのにんにくオリーブオイルで×サッと火を通し、塩こしょうします。残ったオリーブオイルはトーストにつけて食べます。
 ※にんにくオリーブオイル...一度に大量にみじん切りにしたにんにくを、オリーブオイルに浸し、瓶に入れて冷蔵保存。イタリア料理に簡単に料理を美味しくするし、かなり持ち持ちして便利。(ごま油でもOKで、中華料理に便利) (柏市・フクダさん)

301 **天然むきエビ(特大)** 前日OK!
 マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然えびを、現地工場場で急速バラ凍結した1回凍結品です。
 冷 賞 180日 元
 160g **548円**(税込 **592円**)
 えび(マレーシア)

574 **CO野菜たっぷり和風ドレッシング500** 前日OK!
 たっぷりの生玉ねぎの風味に、生醤油のこく。生にこだわったドレッシングです。具材は全て国内産原料です。
 冷 賞 500ml **440円**(税込 **475円**)
 日本生協連

532 **有精卵マヨネーズ** 前日OK!
 九州久住山麓の荒牧農場の有精卵と圧搾一番しほりべに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。
 冷 賞 180日 卵米
 300g **370円**(税込 **400円**)
 なたね(オーストラリア)

538 **国産(野菜・果実)中濃ソース** 前日OK!
 国産のりんご、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中濃ソース。化学調味料、着色料不使用。
 冷 賞 200g **330円**(税込 **356円**)
 ボールスタア(東京都・東村山市)

550 **ごま油** 前日OK!
 料理に風味を持たせます。
 冷 賞 450g **990円**(税込 **1069円**)
 胡麻(ナイジェリア、他)

302 南高梅干(白)
 豊かな香りと果皮、果肉の軟らかさを生かして、うす味で仕上げた白梅干です。漬込塩分15%。
 160g **550円**(税込**594円**)
 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

303 手作り佃煮の素「混ぜるだけ」
 かつお節、いりこ、塩吹昆布、胡麻がセットになっています。添付のタレを混ぜるだけで出来上がり。原材料にはちみつを含みます。
 60g+タレ50ml **580円**(税込**626円**)
 リアス(千葉県・船橋市)

304 徳用 三陸岩手のカットわかめ
 岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。肉厚でやわらかいのが特長。
 50g **548円**(税込**592円**)
 わかめ(岩手県)

305 羅臼切り出し昆布
 濃厚でコクのあるだしが特長の徳用昆布。肉しゃぶ、鍋物、めんつゆ、煮物、みそ汁など幅広いだしとりに。
 47g **405円**(税込**437円**)
 昆布(北海道)

306 無茶々園乾燥ひじき
 採れたての宇和島産ひじきを釜茹でし、天日乾燥しました。自然の風味が味わえます。
 40g **460円**(税込**497円**)
 ひじき(愛媛県)

307 煮干粉
 酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。
 100g **180円**(税込**194円**)
 かねの水産(千葉県・大網白里市)

589 きざみ昆布
 日高昆布を細かくきざんであります。数分で煮上がります。
 30g **298円**(税込**322円**)
 昆布(北海道)

306 無茶々園乾燥ひじき
 採れたての宇和島産ひじきを釜茹でし、天日乾燥しました。自然の風味が味わえます。
 40g **460円**(税込**497円**)
 ひじき(愛媛県)

571 煮干
 生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干しし、冷風乾燥させました。
 200g **400円**(税込**432円**)
 かねの水産(千葉県・大網白里市)

307 煮干粉
 酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。
 100g **180円**(税込**194円**)
 かねの水産(千葉県・大網白里市)

308 素干し桜えび
 水揚げした桜えびをそのまま天日干したものです。かき揚げ、お好み焼き等に。開封後は冷蔵庫で保管して。
 25g **650円**(税込**702円**)
 友和丸(静岡県・静岡市)

309 徳用 千葉産石焼のり
 草の目がタテ目に入っているのが千葉のりの特長。熱した石を使い、低温で時間をかけてじっくり焼きました。
 全型20枚 **548円**(税込**592円**)
 のり(千葉県)

309 徳用 千葉産石焼のり
 草の目がタテ目に入っているのが千葉のりの特長。熱した石を使い、低温で時間をかけてじっくり焼きました。
 全型20枚 **548円**(税込**592円**)
 のり(千葉県)

310 万能汁物の具
 岩手産わかめ、芽かぶ、ふりのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。
 30g **370円**(税込**400円**)
 わかめ(岩手県)

572 こだわりのだしパック
 かつお節の良品を砕いたものに、細かくしたいけと昆布をブレンドしました。*かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。
 8g×18 **575円**(税込**621円**)
 伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

579 洋風だし一番
 野菜とほたての旨みたっぷりのスープを、使いやすい顆粒状にしました。
 8g×10 **345円**(税込**373円**)
 創健社(神奈川県・横浜市)

311 国内産 炒りごま 黒
 長野県産の黒ごまを直火焙煎で香ばしく仕上げました。保存に便利なチャック付き袋。
 45g **480円**(税込**518円**)
 黒ごま(長野県)

572 こだわりのだしパック
 かつお節の良品を砕いたものに、細かくしたいけと昆布をブレンドしました。*かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。
 8g×18 **575円**(税込**621円**)
 伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

624 ホットケーキミックス(無糖)
 岐阜県産の農林61号小麦を使用。膨張剤に重曹を使用し、砂糖は使っていませんので、お好みで甘味を加えて。
 400g **345円**(税込**373円**)
 小麦(岐阜県)

621 薄力粉(北海道産小麦使用)
 北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。
 1kg **330円**(税込**356円**)
 小麦(北海道)

601 鬼無里五目寿司の素
 蓮根、人参、えのき、干びょう、椎茸、筍をこだわりの調味料で味付け。炊いたご飯にまぜるだけ。米3合分。
 210g **350円**(税込**378円**)
 長野森林組合(長野県・長野市)

312 山菜味くらべ
 そば、うどんの具に山ぶき、わらび、しいたけ、姫竹をうすく味付けし、ピン詰めにした。長野の地場産を中心に国産原料を使用。
 140g **200円**(税込**216円**)
 長野森林組合(長野県・長野市)

618 強力全粒粉(北海道産小麦使用)
 北海道産のハルユタカ、ホロシリ、ホクシンのブレンド。食物繊維、ミネラルを含んだ全粒粉。
 500g **320円**(税込**346円**)
 江別製粉(北海道・江別市)

582 士別農園 小豆
 北海道士別農園の減農薬栽培あずき(品種エリモ)です。皮が軟らかく、ふくらみ煮上がります。
 300g **395円**(税込**427円**)
 小豆(北海道)

624 ホットケーキミックス(無糖)
 岐阜県産の農林61号小麦を使用。膨張剤に重曹を使用し、砂糖は使っていませんので、お好みで甘味を加えて。
 400g **345円**(税込**373円**)
 小麦(岐阜県)

621 薄力粉(北海道産小麦使用)
 北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。
 1kg **330円**(税込**356円**)
 小麦(北海道)

618 強力全粒粉(北海道産小麦使用)
 北海道産のハルユタカ、ホロシリ、ホクシンのブレンド。食物繊維、ミネラルを含んだ全粒粉。
 500g **320円**(税込**346円**)
 江別製粉(北海道・江別市)

313 無かんすいラーメンしょうゆ5袋
 かんすい、酸化防止剤なし。揚げ油は植物油100%。スープに化学調味料、たんぱく加水分解物不使用。
 99g×5 **620円**(税込**670円**)
 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

641 無かんすいラーメンごま5袋
 北海道産小麦粉を使用した無かんすい麺を植物油100%で揚げました。スープは化学調味料・たんぱく加水分解物不使用。
 100g×5 **620円**(税込**670円**)
 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

637 国産の十割そば
 北海道産そば100%で打ったそばです。麺を細めにし、香りと味を楽しめるようにしました。食塩無添加なのでそば湯も美味しくいただけます。
 200g **480円**(税込**518円**)
 そば(北海道)

314 白石温麺
 油を入れずに小麦粉と塩、水だけで練り上げた細麺。胃に負担が少なく、麺が短いので食べやすくなっています。
 100g×3 **180円**(税込**194円**)
 小麦(オーストラリア)

633 COスパゲッティ 1.6mm 1kg
 デュラム小麦のセモリナ100%使用。太さ1.6mm、茹で時間の目安は7分です。
 1kg **380円**(税込**410円**)
 小麦(カナダ、アメリカ、他)

635 パスタ 北海道産小麦マカロニタイプ
 北海道産100%。外国産の小麦を使用したものより軟らかな食感で、スープ仕立てや和風の味付け向き。茹で時間目安12~13分。
 200g **190円**(税込**205円**)
 小麦(北海道)

634 パスタ 北海道産小麦スパゲッティタイプ
 北海道産100%。外国産の小麦で作られたものより軟らかな食感で、スープパスタや和風パスタにも。茹で時間目安7~8分。
 500g **320円**(税込**346円**)
 小麦(北海道)

603 ごま和えの素
 ごま、砂糖、和風だしが調味されています。茹でた素材にまぶすだけ。乾燥タイプ。
 8g×6 **230円**(税込**248円**)
 けんこう舎(東京都・調布市)

637 国産の十割そば
 北海道産そば100%で打ったそばです。麺を細めにし、香りと味を楽しめるようにしました。食塩無添加なのでそば湯も美味しくいただけます。
 200g **480円**(税込**518円**)
 そば(北海道)

315 オニオンスープ
 淡路島産のたまねぎをじっくりローストした、野菜の旨みが出たスープです。
 6g×4 **491円**(税込**530円**)
 日本生協連合会

677 COライトツナフレーク まぐろ油漬4P
 きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬け込み、まろやかな味に仕上げました。
 70g×4 **510円**(税込**551円**)
 きはだまぐろ(タイ、他)

670 CO フルーツみつ豆 205g×3P
 寒天、黄桃、りんご、みかん、さくらんぼ、赤えんどうが入っています。あずきやアイスクリームを添えて。
 205g×3 **465円**(税込**502円**)
 はちみつ(国内産)

316 国産百花はちみつ
 ミツバチが国内のいろいろな花から集めたはちみつです。まろやかな味で食べやすいです。
 450g **2700円**(税込**2916円**)
 はちみつ(国内産)

317 カナダ産 ブルーベリーの花はちみつ
 カナダ(ケベック州)は世界有数のブルーベリーの産地で、花粉交配をしながら採れる珍しいはちみつです。
 500g **1100円**(税込**1188円**)
 はちみつ(カナダ)

317 カナダ産 ブルーベリーの花はちみつ
 カナダ(ケベック州)は世界有数のブルーベリーの産地で、花粉交配をしながら採れる珍しいはちみつです。
 500g **1100円**(税込**1188円**)
 はちみつ(カナダ)

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

個装
原材料:卵、砂糖、国産小麦粉、植物性油脂(パーム油、米油)、蜂蜜、ベーキングパウダー

318 自然派 パウムクーヘン(ミニ)
大興食品(東京都・豊島区) 12個入
賞30日 卵米大 小
12個 **257円**(税込**278円**)
卵(国内産) [放]不検出<4.1<3.9

319 黒蜜カステラ
大興食品(東京都・豊島区)
原材料:卵、三温糖、国産小麦粉、黒糖、蜂蜜
賞45日 卵小
6枚 **290円**(税込**313円**)
黒糖(沖縄県) [放]不検出<3.0<3.5

320 だら焼き
大興食品(東京都・豊島区)
原材料:三温糖、小麦粉、卵、小豆(北海道)、蜂蜜、みりん、寒天、ベーキングパウダー、塩
賞45日 卵米小
4個 **345円**(税込**373円**)
小麦(国内産) [放]不検出<3.2<3.4

321 ぱりまる プレーン
おとふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)
原材料:水煮大豆、米粉、おから、砂糖、食塩
賞120日 米大
20g×3 **280円**(税込**302円**)
大豆(国内産)

322 ぱりまる 黒糖風味
サンコー(愛知県・豊橋市)
原材料:大豆、米粉、砂糖(粗糖)、黒糖、おからパウダー、食塩
賞100日 米大
30g **230円**(税込**248円**)
大豆(国内産)

原材料:小麦粉、砂糖、植物性油脂(パーム油、米油)、練乳、塩、重曹

323 動物自然派 ビスケット
大興食品(東京都・豊島区)
賞150日 乳米大 小
140g **148円**(税込**160円**)
小麦(国内産) [放]不検出<3.9<3.8

原材料:カシューナッツ、甜菜糖、卵、豆乳(国産大豆)、膨張剤(重曹)

324 豆乳入り カシューナッツコロシ
大興食品(東京都・豊島区)
賞120日 卵大
85g **220円**(税込**238円**)
カシューナッツ(インド、他) [放]不検出<3.5<4.0

国産(京都府)の宇治抹茶を使用

325 抹茶のカシューナッツコロシ
大興食品(東京都・豊島区)
賞90日 卵
85g **220円**(税込**238円**)
カシューナッツ(インド、他)

原材料:カシューナッツ、甜菜糖、卵、抹茶、膨張剤(重曹)

326 有機コーヒーのカシューナッツコロシ
大興食品(東京都・豊島区)
賞120日 卵
80g **220円**(税込**238円**)
コーヒー(コロンビア)

原材料:カシューナッツ、甜菜糖、卵、有機インスタントコーヒー、膨張剤(重曹)

原材料:馬鈴薯澱粉、米油、えび、オキアミ、いか、食塩、アオサ、粗糖

702 えびまるせん
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米米
50g **155円**(税込**167円**)
馬鈴薯(北海道)

原材料:馬鈴薯澱粉、植物油(米油、醤油、えび、みりん、小麦(カタクチイシ)、粗糖、食塩、胡麻(白すりごま、黒すりごま)、アオサ、ハトムギ粉末、小麦胚芽、酵母エキス

701 小魚スナック
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米米大 小
55g **175円**(税込**189円**)
馬鈴薯(北海道) [放]不検出<3.9<3.8

原材料:馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、食塩

703 ポテトチップス じゃがいも
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米
58g **135円**(税込**146円**)
じゃがいも(国内産)

原材料:馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、食塩、青のり

707 ポテトチップス のり味
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米
58g **135円**(税込**146円**)
じゃがいも(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

327 国産野菜のチップス
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米
45g **395円**(税込**427円**)

328 根昆布あられ
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米大 小
55g **198円**(税込**214円**)

原材料:もち米、醤油、植物性油脂(パーム)、甜菜糖、根昆布、馬鈴薯澱粉

金箔の丸大豆醤油で作ったタレで味付けしました

原材料:うるち米、しょうゆ、ごま、キビ砂糖、馬鈴薯澱粉、醸酵調味料、醸酵調味液、カツオブシエキス

694 醤油屋のせんべい われせん
大興食品(東京都・豊島区)
賞150日 米大 小
135g **350円**(税込**378円**)
米(国内産) [放]不検出<4.2<4.2

原材料:ばれいしよでん粉、てんさい糖、卵黄、国産小麦粉、脱脂粉乳、かぼちゃ粉末、にんじん粉末

691 国産やさいのポーロ
太田油脂(愛知県・岡崎市)
賞180日 卵乳小
15g×4 **195円**(税込**211円**)
じゃがいも(国内産)

692 はとむぎおこし
サンコー(愛知県・豊橋市)
賞120日 米
10枚 **200円**(税込**216円**)
はと麦(タイ、ラオス) [放]不検出<4.1<4.2

賞味期限が短い為、特価です!!

原材料:ヘーゼルナッツ、砂糖、全粉乳、ココアバター、カカオマス、バニラ

329 ヘーゼルナッツチョコレート
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
賞2018.8.27 乳
100g **639円**(税込**690円**)
カカオ(ドミニカ共和国、ペルー)

レーズン、クランベリー、クルミ、アーモンドのミックス。おやつ、おつまみ、お茶請けやケーキの材料にも。

330 ドライフルーツナッツミックス
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
賞150日
90g **520円**(税込**562円**)

原材料:砂糖、丸大豆テンペ、カカオマス、植物油、乳糖、ココアパウダー、ココアバター、全粉乳、小麦粉、乳化剤、香料

331 大豆テンペチョコ
寺沢製菓(茨城県・取手市)
賞120日 米大 小
70g **350円**(税込**378円**)
大豆(北海道) [放]不検出<4.0<3.6

砂糖不使用。メープルシロップの自然な甘さ

原材料:ローストアーモンド、メープルシロップ、食塩

716 メープルアーモンド
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
賞180日 40g **430円**(税込**464円**)
アーモンド(アメリカ)

秘伝のスパイスが効いた風味豊かなカレー味

原材料:カシューナッツ、小麦粉、砂糖、コーンスターチ、食塩、菜種油、ターメリック、カレー粉

715 カシューナッツカレー味
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
賞180日 小
60g **500円**(税込**540円**)
カシューナッツ(スリランカ) [放]不検出<3.5<4.1

718 緑茶くるみ
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
賞180日 乳
85g **560円**(税込**605円**)
緑茶(静岡県・山口県)、抹茶(京都府) [放]不検出<3.3<3.5

717 黒糖くるみ
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
賞180日 110g **580円**(税込**626円**)
くるみ(アメリカ)、さとうきび(沖縄県) [放]不検出<3.8<4.2

レンゲ蜂蜜を25%使用し、さっぱりとした甘さに仕上げました。原材料:砂糖、レンゲ蜂蜜、水あめ、麦芽糖

332 はちみつキャンディー
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
賞120日 小
80g **200円**(税込**216円**)
レンゲはちみつ(中国)

日用雑貨

前日OK! は
別冊「くらしの雑貨」にも掲載されています是非ご覧ください!
※紛失された場合は供給担当まで

778 粉石けん せっけんの街
せっけんの街(千葉県・柏市)
賞120日 小
2kg **690円**(税込**745円**)

廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです

812 台所用粉石けん「萌moe」(重曹入り)
せっけんの街(千葉県・柏市)
賞120日 小
150g **315円**(税込**340円**)

822 固形せっけん うてなちゃん
せっけんの街(千葉県・柏市)
賞120日 小
250g **300円**(税込**324円**)

石けんカスが残りにくいジェル状の液体石けん。ドラム式洗濯機にも適しています。水で薄めて台所使いにも。

794 本体
せっけんの街(千葉県・柏市)
賞120日 小
1000ml **686円**(税込**741円**)

795 詰替用
せっけんの街(千葉県・柏市)
賞120日 小
1000ml **467円**(税込**504円**)

不動化学(大阪府・大阪市)

858 美の友 浴用石けん
賞120日 小
120g×3 **450円**(税込**486円**)

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

827 詰替用 パックスナチュロンシャンプー
賞120日 小
500ml **650円**(税込**702円**)

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

831 詰替用 パックスナチュロンリンス
賞120日 小
500ml **650円**(税込**702円**)

ヘナの赤みを抑え黒っぽく染めたい方のための染髪料。黒茶に近い状態になります。

878 天然染髪料 ヘナ+木藍
ナイアード(東京都・福生市)
賞120日 小
100g **1476円**(税込**1594円**)
ヘナ(インド)

丸富製紙(静岡県・富士市)

896 モーリ ティッシュペーパー
賞120日 小
200w×5箱 **405円**(税込**437円**)

丸富製紙(静岡県・富士市)

892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)
賞120日 小
130m×6ロール **460円**(税込**497円**)

パン

ふるさと
藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

333 紅玉ジャム
長野県産の紅玉りんごを使用。糖度40度に仕上げ、あっさりとした甘さが味わえます。原材料にはちみつを含みます。
180g **380円**(税込**410円**)
りんご (長野県)

ふるさと
無茶々園 (愛媛県・西予市)

334 無茶々園甘夏と伊予柑のマーマレード
伊予柑と甘夏の果皮がたっぷり入り、ほど良い甘さとほろ苦さが楽しめます。(旧商品名: 無茶々園のマーマレード)
300g **665円**(税込**718円**) 通常税込**734円**
甘夏・伊予柑 (愛媛県)

おかげや天然パン工房

原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

おかげや (神奈川県・相模原市) **届いて2日**
340 半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
341 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)
342 おかげや 豆乳ノースライスパン
(旧商品名: ノースライスパン) 原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
届いて2日 **1斤 350円**(税込**378円**)
小麦 (北海道)

自家製酵母パン Le・Lourdes

※通常より横長のパンのため、厚切の切りが混じります。

原材料: 小麦粉、自家製天然酵母、塩

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

335 パンドミ(食パン) 1斤 8枚 **届いて1~2日** **270円**(税込**292円**)
336 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

※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。

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

337 パンドミ(全粒粉食パン) ノースライス **届いて1~2日** **1斤 300円**(税込**324円**)
小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

338 ドッグパン
原材料: 小麦粉、自家製天然酵母、塩
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

ふるさと
オリオンベーカリー (岩手県・花巻市)

339 内麦クロワッサン
原材料: 小麦粉(国産小麦粉99%)、マーガリン、上白糖、卵、ショートニング、ブドウ糖、パネト種、パン酵母、食塩、濃縮ホエイ、小麦グルテン、モルトエキス、水飴、乳化剤、香料、酸化防止剤(V.E、V.C)、安定剤
届いて45日 **卵乳米大** **10個 580円**(税込**626円**)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

おかげや (神奈川県・相模原市)

343 おかげや 素焼きパン
原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、塩
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)

344 おかげや いちじくカンパーニュ
原材料: 小麦粉、干しいちじく、天然酵母、塩
届いて2日 **1個 350円**(税込**378円**)
小麦 (北海道)、いちじく(トルコ)

おかげや (神奈川県・相模原市)

345 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、ういろう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩
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)

346 おかげや くるみのプチパン
原材料: 小麦粉、くるみ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、天日塩
届いて2日 **乳米大** **2個 310円**(税込**335円**)
小麦 (北海道)、くるみ(アメリカ)

おかげや (神奈川県・相模原市)

347 おかげや 豆ぱん
原材料: 小麦粉、金時豆、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳
届いて2日 **乳米大** **2個 330円**(税込**356円**)
金時豆(国内産)

おかげや (神奈川県・相模原市)

348 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
届いて4日 **卵大** **3個 365円**(税込**394円**)
小麦 (北海道)

飲料

前日OK!
大石さんのお茶は、別冊「わが家の基礎調味料」に掲載しています。

※紛失された場合は、供給担当まで

冷たい麦茶 はいかが?

国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎り上げた、まろやかな味の麦茶。

新陳代謝を活性にするカリウムを多く含んだおいしいお茶です。タイ産のはと麦100%使用。

ふるさと
常陸屋本舗 (東京都・江東区)

727 六条麦茶 ティーパック **10g×5×8 305円**(税込**329円**)
大麦(国内産)

ふるさと
常陸屋本舗 (東京都・江東区)

726 はと麦茶 ティーパック **8g×50 430円**(税込**464円**)
はと麦(タイ)

冷凍パン

凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

ふるさと
ハッコー食品(千葉県・千葉市)

349 国産発芽玄米スティックパン
原材料: 小麦粉、玄米、天然酵母種、てんさい糖、生イースト、塩、醤油、植物油(ごま)
凍 **届いて180日** **米大** **約30g×8 460円**(税込**497円**)
小麦(国内産)

ふるさと
ハッコー食品(千葉県・千葉市)

350 よもぎプチパン
原材料: 小麦粉、よもぎ(茨城県)、天然酵母種、綿実油、トレハロース、塩、イースト、モルトエキス
凍 **届いて180日** **小** **約40g×5 300円**(税込**324円**)
小麦(北海道)

ふるさと
ハッコー食品(千葉県・千葉市)

351 プリュッセルワッフル
原材料: 小麦粉、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料
凍 **届いて180日** **卵大** **約65g×6 550円**(税込**594円**)
小麦(カナダ、他)

インド・シングル農場より。ヒマラヤの麓の、日中と夜間の寒暖の差が大きいこの地域ならではの逸品。

ふるさと
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

352 ダージリンティ(リーフ) **80g 770円**(税込**832円**)
紅茶(インド)

ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる、濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。農業無散布。

ふるさと
ランカスター(千葉県・千葉市)

353 アッサムティー(リーフ) **100g 550円**(税込**594円**)
紅茶(インド)

香り高いのでアイ스티ーがおすすめ
柑橘系のベルガモットの香りが爽やかなフレーバーティーです。農業無散布。

ふるさと
ランカスター(千葉県・千葉市)

354 アールグレイティー(ティーバッグ) **2g×20 480円**(税込**518円**)
紅茶(スリランカ)、香料(スリランカ)

龍崎さん、香取さんを中心に、千葉県の生産者が無農薬栽培した人参のみを搾った100%ストレートジュース。

ふるさと
三里塚物産(千葉県・成田市)

356 無農薬の にんじんジュース100% **冷** **届いて30日** **320g 450円**(税込**486円**)
人参(千葉県) [放] 不検出 <3.6 <4.1

無農薬栽培のしそ、粗糖、醸造酢が原料。ポリフェノールを多く含みます。

ふるさと
三里塚物産(千葉県・成田市)

357 しそジュース(希釈用) **米** **210g 370円**(税込**400円**)
しそ(千葉県) [放] 不検出 <3.2 <3.9

福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。

ふるさと
日本生協連合会

754 COただの炭酸水 200ml **届いて24日** **200ml×24 1248円**(税込**1344円**)

出羽三山の地下水を170mの深井戸からくみ上げました。くせない飲みやすいミネラルウォーターです。

ふるさと
日本生協連合会

756 CO山の水2ℓ <<PET>> **届いて24日** **2ℓ 125円**(税込**135円**)
山形県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

手軽に野菜を摂りましょう
毎日一杯の青汁習慣、

今週折込の別チラシをご覧ください

有機栽培ケール100%。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。携帯に便利な粉末タイプ。

ふるさと
フジワラ化学(愛媛県・西条市)

740 フジワラの青汁(粉末タイプ) **届いて30日** **3g×10包 359円**(税込**394円**)
ケール(愛媛県)

無茶々園こだわりの栽培の柑橘を原料にした果汁100%ストレートジュース。みかん90%、伊予柑10%の混合。

ふるさと
無茶々園(愛媛県・西予市)

355 無茶々園みかん伊予柑ジュース **720ml 728円**(税込**786円**)
温州みかん・伊予柑(愛媛県)

ブラジル・サンパウロ近郊のパウリーニョ農園より。完熟した実のみを使用。中深煎り焙煎です。無農薬・無化学肥料栽培。

ふるさと
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

740 パウリーニョコーヒー(粉) **届いて30日** **200g 870円**(税込**940円**)
コーヒー豆(ブラジル)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

358 ドリップコーヒーパウリーニョ
ブラジル・サンパウロ近郊のパウリーニョ農園より。完熟した実のみを使用。中深煎り焙煎です。無農薬・無化学肥料栽培。
届いて30日 **8g×5包 550円**(税込**594円**)
コーヒー豆(ブラジル)

有機栽培ケール100%。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。携帯に便利な粉末タイプ。

ふるさと
フジワラ化学(愛媛県・西条市)

359 3g×10包 **360 3g×30包** **2500円**(税込**2700円**) 通常税込**3078円**

新生活スタート応援企画! 鳴門魚類 **全品特価**
魚食の大切さ 改めて見直そう
 お弁当から旬の味覚も **大SALE!**
 お花見まで!



新生活が始まるこの季節、お肉だけでなく魚をしっかり食べてバランスの良い食事を摂ってほしいと、鳴門魚類の山本社長より全品特価のご協力をいただきました。魚の旨み、山本さんが扱うお魚をこの機会にご利用下さい。

「朝ご飯をしっかり食べて」と 鳴門魚類の山本社長から

361 鳴門魚類の朝食セット
 凍 30日
 真あじフィール200g 798円(税862円) 通常税込1037円
 穴道湖産冷凍しじみ200g
 真あじ(佐賀県)、しじみ(島根県)

朝食の定番「真あじフィール」と穴道湖産の冷凍しじみをセットにしました。

たっぷりの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。

364 香ばし味噌のぶり切身
 凍 30日 米大
 5~6切170g 498円(税538円) 通常税込697円
 ぶり(長崎県)

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、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。

大特価

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

362 徳用 大きな真アジフィーレ(無塩)
 凍 30日 片身5枚 798円(税862円) 通常税込1242円
 約550~600g
 真あじ(佐賀県)

五島・対馬沖で初夏から夏場に獲れた真アジの中から、ボリューム感のある大きいサイズの物を使用。無塩ですので、どんな味付けも可。フライパン調理も可能です。塩焼き、唐揚げ、南蛮漬、ホイル焼きなどに。

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

363 天日干しアジ
 凍 30日
 4枚 448円(税484円) 通常税込538円
 210g以上
 真あじ(佐賀県)

佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。

魚体1メートル前後の本さわらを、独自の西京味噌床に漬け込みました。

367 さわら西京漬
 凍 30日 米大
 2切140g以上 498円(税538円) 通常税込745円
 本さわら(九州沖)

鮮度の良い真さばを甘塩仕立てに漬け込みました。

368 さばフィーレ(甘塩)
 凍 30日 片身2枚 348円(税376円) 通常税込430円
 200g
 真さば(長崎県、佐賀県)

369 天然寒ぶり切身
 凍 30日 約80g×3 498円(税538円) 通常税込698円
 ぶり(九州近海)

焼いたお魚にの字に かけるだけ

少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。アレンジして、わが家の味をつけて下さい。

373 料理の名人(万能調味タレ)
 冷 60日 米大 250cc 498円(税538円) 通常税込562円

370 寒さわら切身(無塩)
 凍 30日 約70g×2 480円(税518円) 通常税込594円
 さわら(五島列島、済州島海域)

五島列島、済州島海域で漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身に。無塩なのでアレンジ自在です。

371 雄武産 秋鮭切身(無塩)
 凍 30日 4切210g 460円(税497円) 通常税込513円
 秋鮭(北海道)

北海道・雄武(おむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。

372 雄武産 ほたて貝柱(生食用)
 凍 30日 約100g+10g増量 598円(税646円) 通常税込734円
 ほたて貝柱(北海道)

北海道・雄武産の甘いほたて貝柱です。お刺身でどうぞ。

水海道のめぐみちゃん 黒澤さんのひとめぼれ

契約(定期購入) 登録者募集中!

★登録して頂くと、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」については契約者の方にのみご希望の際は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裁米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

431 白米 5kg 2450円(税2646円)
432 玄米 5kg 2350円(税2538円)
434 白米 2kg 995円(税1075円)
381 玄米 30kg 14100円(税15228円)
 JA常総ひかり・東町特裁米組合(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)

435 白米 5kg 3500円(税3780円)
436 玄米 5kg 3200円(税3456円)
437 7分 5kg 3500円(税3780円)
438 5分 5kg 3500円(税3780円)
 黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

374 白米 5kg 3500円(税3780円)
375 玄米 5kg 3200円(税3456円)
376 7分 5kg 3500円(税3780円)
377 5分 5kg 3500円(税3780円)
378 白米 2kg 1400円(税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。

やさとのお米(コシヒカリ)

379 白米 5kg 2314円(税2499円)
380 玄米 5kg 2165円(税2338円)
 JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

農業の専門学校で学生達が日々の実習の中で栽培したお米です。減農薬・減化学肥料栽培で、特別栽培米基準の内容です。

鯉淵学園のコシヒカリ

382 白米 5kg 1980円(税2138円)
383 玄米 5kg 1885円(税2036円)
 鯉淵学園(茨城県・水戸市)

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい

粉の状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。

384 有機発芽玄米「ぐるめくらぶ」
 冷 米(岩手県) 1kg 1150円(税1242円)

ひきわりハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。

385 白米用雑穀セット
 500g 1048円(税1132円) [放] 不検出<0.5<0.5

ハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。

386 玄米用雑穀セット
 500g 1143円(税1234円) [放] 不検出<0.7<0.7

2017 年産お米放射能検査結果 検出限界 0.2Bq/kg 以下

産地	名称	品種	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)。



金子製麺 (神奈川県・中井町)
387 地粉餃子の皮
 自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。
 冷蔵 賞14日 20枚 **178円** (税込192円) 通常税込221円
 小麦 (国内産)



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
388 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。
 冷蔵 賞30日 300g **460円** (税込497円) 通常税込497円
 茨城県 [放] 不検出<3.7<3.8



無農薬
 ビタミンC豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜の一つ。農業無散布。
 微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)
389 微生物農法の会のキャベツ
 1玉 **220円** (税込238円) 通常税込238円
 茨城県 [放] 不検出<3.4<4.0



植物飼料で育てた健康な若鶏のガラを原料とした個包装タイプの5倍濃縮スープ。スープやカレー、鍋物などにどうぞ。
 秋川牧園 (山口県・山口市)
390 とりがらすープ
 凍 5袋250g **398円** (税込430円) 通常税込454円
 鶏骨 (国内産)



子供も大好き
668 ツナ&コーン
 北海道十勝産のもぎたてのスイートコーンの味と香りを逃さないように、短時間で缶詰にしました。
 110g x2 **270円** (税込292円) 通常税込302円
 スイートコーン (北海道)



みんなで作る
餃子パーティー
 基本の材料をメインに、色々なアレンジができるのが魅力。家族みんなで楽しみましょう!
676 COライトツナフレーク まぐろ油無添加4P
 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。
 70g x4 **480円** (税込518円) 通常税込529円
 きはだまぐろ (台湾、他)



乾物を使った
和風餃子
391 無茶々園 切り干し大根
 農薬、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の大根を天日で乾燥させました。
 40g **245円** (税込265円) 通常税込275円
 大根 (愛媛県)



シーフードたっぷり
海鮮餃子
 シーフードたっぷり
 変わり種まで勢揃い
396 白丸もち
 もち米は庄内産のでわもち。減農薬・無化学肥料栽培。
 庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
 冷蔵 賞90日 500g **610円** (税込659円) 通常税込670円
 もち米 (山形県) [放] 不検出<1.7<1.3



393 サラダ用ポイルむきえび
 タイ産のパナメイエビを塩だけを使って茹で上げました。自然解凍、または袋のまま流水解凍し、サラダ等で。
 100g **418円** (税込451円) 通常税込470円
 パナメイエビ (タイ)



お徳15g増量
394 たらこ(切れ子)増量
 ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬、パスタの具材などに。
 55g+15g **298円** (税込322円) 通常税込397円
 すけそうだらの卵 (ロシア)



395 徳用白菜キムチ
 唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味を、国内産白菜の葉一枚一枚に塗り込んで作った本格発酵キムチ。
 冷蔵 賞30日 450g **715円** (税込772円) 通常税込788円
 白菜 (国内産)、唐辛子 (韓国)



お徳2個組
 茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。
400 本味納豆 (タレ・カラシ無) 2個組
 冷蔵 賞7日 (40g x 3) x2 **248円** (税込268円) 通常税込302円
 大豆 (茨城県)



変わり種!?
デザート餃子はいかが
405 江川さんのキウイフルーツ
 樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農業無散布。
 500g **398円** (税込430円) 通常税込430円
 神奈川 [放] 不検出<4.0<4.4



403 サツラク北海道純生クリーム
 乳脂肪分47%のフレッシュで純粋な生クリーム。サツラクの新鮮なノンホモ生乳100%使用。
 冷蔵 賞届いて4~7日 200ml **395円** (税込427円) 通常税込473円
 生乳 (北海道)



404 ペルーバナナ
 小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。
 約450~600g **310円** (税込335円)
 ペルー (トゥンベス地域)



401 かに風味かまぼこ
 無リンのスケソウダラすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。
 冷蔵 賞60日 10本125g **320円** (税込346円) 通常税込346円
 スケソウダラ (アメリカ)



402 梅びしお (チューブ入り)
 梅干しの果肉をペースト状にしたもの。甘味料などは不使用。使いやすいチューブ状。
 100g **310円** (税込335円) 通常税込346円
 梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



無農薬
406 冷凍ブルーベリー2パック
 品質のすぐれた寒冷地栽培品種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。たっぷり使える2パックです。農業無散布。
 110g x2 **668円** (税込722円) 通常税込756円
 ブルーベリー (長野県)



日本生協連合会
669 COゆであずき (北海道) 190g
 北海道小豆100%使用。糖度を38~42%におさえました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。
 190g **141円** (税込152円)
 小豆 (北海道)