

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5月1回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	4/23	4/24	4/25	4/26	4/27
定番品 のお届け	4/30	5/1	5/2	5/3	5/4
特別企画品 のお届け	5/7	5/8	5/9	5/10	5/11

5月13日は母の日

いつも忙しく過ごしているお母さんの代わりにお料理を作っておあげるのはいかがでしょうか? お子さんと一緒に作るのはいかがでしょうか? トマトの旨味を味方につければ、ぐんとコクのあるひと皿が出来ます。



シーフードミックスと野菜のトマトスープ

今週のトピック!

原料にこだわって作ったネージュのアイスキャンディー、シーズンスタートです!!

こどもの日には欠かせない、手作り柏餅

感謝の気持ちを込めて、母の日ギフト



時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。



11 柏田中の完熟トマト
千葉県
1kg 560円(税込605円) 通常税込718円
【放】不検出 <3.6 <3.6



12 山田さんのしめじ
茨城県
200g 240円(税込259円)
【放】不検出 <3.7 <4.5



13 とれとれあじたたき身
東京都
150g×2 358円(税込387円) 通常税込421円
【放】不検出 <3.5 <3.5



15 鹿児島 坊津黒牛切り落とし
鹿児島県
170g×2 1370円(税込1480円)
【放】不検出 <3.5 <3.7

522 食菜酢
福岡県
360ml 430円(税込464円) 通常税込475円
米(国内産)



14 えび・いかミックス
東京都
180g 358円(税込387円) 通常税込410円
【放】不検出 <2.8 <3.2



577 チキンコンソメ
千葉県
80g(4g×20) 338円(税込365円) 通常税込376円



411 江川さんの玉ねぎ
神奈川県
約1kg 260円(税込281円)
【放】不検出 <2.8 <3.2



663 植物素材のデミグラス風ソースルー
神奈川県
120g 368円(税込397円) 通常税込432円
小麦(国内産)



17 生スパゲティ
千葉県
260g(130g×2) 310円(税込335円) 通常税込356円
小麦(カナダ、アメリカ)

18 (増量)あさり
茨城県
220g+30g 305円(税込329円)

19 (増量)国内産冷凍あさり
茨城県
200g+20g 386円(税込417円)



20 赤 720ml 1571円(税込1697円)
21 白 720ml 1571円(税込1697円)
22 ロゼ 720ml 1571円(税込1697円)
ぶどう(長野県)



23 無茶々園のジューシーフルーツ(河内晩柑)
愛媛県
3kg 1444円(税込1560円)

23 無茶々園のジューシーフルーツ(河内晩柑)
愛媛県
3kg 1444円(税込1560円)



ぶどうをワインに仕込み、発酵が終わる前に瓶詰めにした無添加にごりワイン。火入れもしていないので、体にやさしい酵素やよすがな炭酸も含まれています。

【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] 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

酢飯になんでも豪快にちらして

贅沢

ちらしずし



切干大根入りちらし寿司

きざみうなぎと海鮮のちらし寿司



82 びんちょうまぐろ(井用) **70g×2 378円(税込408円)** (通常税込430円)
山菱水産(福島県・いわき市)

特

身質の良いびんちょうまぐろを切り落とし風にスライスし、醤油ベースのやや甘めのタレに漬け込みました。



83 サラダ用ボイルむきえび **100g 435円(税込470円)**
丸千水産(千葉県・南房総市)

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。

パナメイエビ(タイ)

愛知県の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。



84 うなぎ蒲焼 70g×2 **2650円(税込2862円)** (通常税込2938円)
大黒淡水(静岡県・焼津市)

特

北海道・雄武(おうむ)沖にて流水が去った春以降に漁獲した毛がに(たけな)です。水揚げ後、浜に隣接する工場ですぐにボイル。身詰まり、旨味は抜群です。



85 紋別雄武港 毛がに(浜ボイル)1杯 **約500g 3500円(税込3780円)** (通常税込3880円)
雄武漁協(北海道・雄武町)

特

身と味噌がぎっしり詰まった500gのお届け



86 酒沼のしじみ(冷凍) **200g 360円(税込389円)**
塩屋(茨城県・ひたちなか市)



87 うるめいわし丸干し **5~7尾250g 398円(税込430円)**
水永水産(宮城県・門川町)



88 子持ちからふとししゃも **7~9尾180g 320円(税込346円)**
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
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)



89 天日干しアジ **4枚210g以上 498円(税込538円)**
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)



90 九州産真あじの生開き干し **2枚160g 385円(税込416円)** (通常税込432円)
ヤマフ(佐賀県・唐津市)



91 さんま開き2枚 **2枚200g 350円(税込378円)**
下谷平次郎商店(千葉県・銚子市)



92 2枚 **片身2枚200g 350円(税込378円)**
丸一商店(千葉県・南房総市)



93 3枚 **片身3枚300g 500円(税込540円)**
真さば(ノルウェー)



94 甘塩縞ほっけ開き **約350g 630円(税込680円)**
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)



95 秋鮭(雄宝)塩みりん漬 **約50g×4 470円(税込508円)**
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)



96 さば生姜味噌漬 **3切165g 390円(税込421円)**
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)



97 にしん西京漬 **2切150g 435円(税込470円)**
山米(兵庫県・新温泉町)



98 さわら西京漬 **2切120g 558円(税込603円)** (通常税込621円)
山米(兵庫県・新温泉町)



99 真あじフィーレ **片身5~8枚前後 200g 461円(税込498円)**
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)



100 はたはた下処理済み **100g約4~6尾 285円(税込308円)**
山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて、天ぷらの具材にも。



101 氷温甘塩さば切身 **4切270g 480円(税込518円)**
ダイヤツ(鳥取県・米子市)



102 山かれい切り身 **150g 250円(税込270円)**
地元では「かれい好きは山かれい!」
浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。特有の風味があり地元で人気のあるかれいです。



103 めかじき切身2切 **2切140g 430円(税込464円)**
城ヶ島水産(神奈川県・三浦市)



104 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩) **約250g 460円(税込497円)**
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)



105 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩) **80g×3 461円(税込498円)**
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)



106 紅鮭切身(中辛塩) **3切180g 590円(税込637円)**
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)



107 簡単解凍!一本釣りのきはだまぐろ **120g 450円(税込486円)**
山菱水産(福島県・いわき市)



108 しめさばかぶら漬 **2枚160g 472円(税込510円)**
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)



109 あじのタタキ **80g 378円(税込408円)** (通常税込421円)
五島水産(長崎県・五島市)



110 やわらか酸味の酢だこ **120g 495円(税込535円)**
塩屋(茨城県・ひたちなか市)

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。

簡単な調理法を添付

高知県沖で獲れた魚介類をその日のうちに下処理、急速冷凍し、魚種別に真空にした鮮魚冷凍セットです。旬のオススメの魚種がおまかせで届きます。

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

111 土佐の色々セット 凍 40日 2種セット 900円(税込) 972円

112 3種セット 凍 40日 3種 600g以上 1320円(税込) 1426円 通常税込 1458円

今が旬の高知の味覚、小魚の凝縮した旨味と栄養が味わえます

高知県宿毛湾に水揚げされる旬の新鮮なぶりぶりのきびなごをバラ凍結しました。塩焼き、唐揚げ、天ぷら、煮付けなどに。

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

113 土佐の生きびなご 凍 40日 150g 415円(税込) 448円 通常税込 464円

きびなご (高知県)

山菱水産 (福島県・いわき市)

117 生からつくったねぎとろ用 凍 20日 60g×2 398円(税込) 430円

フィリピン近海の本釣りのきはだまぐろを、水揚げ後すぐに現地指定工場にて加工し、急速凍結しました。

きはだまぐろ (フィリピン)

丸三水産 (千葉県・南房総市)

118 生からつくったあじ刺身 生姜醤油漬 凍 180日 80g 390円(税込) 421円

千葉県の定置網で漁獲した鮮度の良いあじを厳選し、一口サイズにカットして醤油に漬け込み、生姜、ねぎ、ごまをのせました。

真あじ (千葉県)

フライパンで少ない油でも調理できます

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

114 さば竜田揚げ 凍 40日 150g 430円(税込) 464円

高知県沖で獲れた鮮度抜群のさばを醤油、みりん、酒に漬け込み竜田揚げにしました。凍ったまま揚げて。

さば (高知県)

お弁当にもちょうど良いサイズです

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

115 白身魚のチーズ春巻き 凍 40日 5個100g 600円(税込) 648円

高知では馴染深い白身魚のしいらとよ葉乳業のチーズを春巻の皮で包みました。凍ったまま油で揚げて、フライパン調理可。

しいら (高知県)

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

116 きびなごの唐揚げ 凍 40日 140g 458円(税込) 495円 通常税込 508円

初夏に高知県を回遊する旬のきびなごを唐揚げ用に衣をつけました。頭から尾まで丸ごと食べられます。凍ったまま揚げて。

きびなご (高知県)

きはだまぐろの赤身をスライスし、会津味噌をベースにした大葉味噌をからめました。ほんのり唐辛子風味。

山菱水産 (福島県・いわき市)

119 まぐろ大葉みそ(丼用) 凍 20日 70g×2 380円(税込) 410円

きはだまぐろ (南太平洋)

共和水産 (岩手県・宮古市)

120 おらがつくった宮古の磯井 凍 180日 40g×2 375円(税込) 405円

三陸産のいか、めかぶ、いくらを独自の調味液で味付けした磯井用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。

するめいか・めかぶ・いくら (岩手県)

センジ食品 (宮城県・名取市)

121 ぐるっと日本 浜街道「ねぼうま」(松前漬) 凍 100g 380円(税込) 410円

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。

するめいか (北海道)

ほとんど地元で消費されてしまう貴重な山陰の夏の海藻

山米 (兵庫県・新温泉町)

122 岩もすく(塩抜き済み) 凍 90日 100g 325円(税込) 351円 通常税込 367円

素潜り漁で収穫した岩もすくを浜の女性達が丁寧に塩もみをする事で柔らかな食感に仕上がっています。サッと水洗いしてそのままどうぞ。酢の物、汁物の具、天ぷらなどで。

岩もすく (兵庫県)

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 凍 8尾前後180g 845円(税込) 913円

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。

ブラックタイガー (インドネシア)

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

124 魚屋さんの混ぜちりめん 凍 30日 60g 300円(税込) 324円

国産の小魚と7種類の海藻を混ぜ、色々な風味が楽しめます。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。

しらす (遠州灘～伊勢湾)

城ヶ島水産 (神奈川県・三浦市)

125 フライパンでできるごまたつぶりめかじき 凍 180日 190g 540円(税込) 583円

一口大に切り、醤油ベースのタレに漬け込みました。フライパンで簡単に焼ける厚さです。

めかじき (インドネシア)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

126 さんまチーズサンド 凍 180日 7~9個 180g 385円(税込) 416円 通常税込 427円

開いて腹骨を除いたさんまによつ葉のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。

さんま (国内産)

武田食品 (兵庫県・洲本市)

127 シラサ海老の唐揚げ用(粉付き) 凍 90日 100g 369円(税込) 399円

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。

シラサ海老 (兵庫県)

ダイマツ (鳥取県・米子市)

128 氷温造り さわらの雪見おろし(南蛮柚子) 凍 180日 220g 380円(税込) 410円

韓国産のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。

さわら (韓国)

淡路島沖の真鯛を、1時間かけて鍋に並べ、12時間かけて炊き込みました。まさに職人技の逸品です。

武田食品 (兵庫県・洲本市)

129 天然真鯛のごとこと煮 冷 90日 2尾 330円(税込) 356円

真鯛 (淡路島沖)

湯煎で温めるとより風味が味わえます

武田食品 (兵庫県・洲本市)

130 茎わかめと椎茸の煮物 冷 60日 80g 325円(税込) 351円 通常税込 367円

路島は日本でも稀な天然わかめの産地、山からのミネラルで美味しく育ちます。兵庫県産の椎茸を加え、控えめの味付けに仕上げました。

茎わかめ (淡路島)、椎茸 (兵庫県)

カネキ水産 (兵庫県・神戸市)

131 明石蛸 たごめしの素(3合用) 凍 90日 350g(第150g 出汁200g) 758円(税込) 819円 通常税込 842円

年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召上げられます。

真だこ (兵庫県)

山米 (兵庫県・新温泉町)

132 生ほたるいか 凍 90日 120g 295円(税込) 319円

山陰・浜坂産の新物の生ほたるいか。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ても美味。

山陰・浜坂産の新物の生ほたるいか。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ても美味。

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

こどもの日にチョット可愛いお寿司 家族みんなで作れば楽しい食卓に!

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

398 スモークサーモン **401 中津ロースハム** **583 寿司はねのり**

414 「鯉のぼり寿司」 レシピセット 凍 1109円(税込) 1198円 通常税込 1215円

組合員さんに大好評の一品です 今夜のおかずに困ったらコレ!

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

11 柏田中の完熟トマト **518 純米富士酢** **678 さば水煮**

415 「トマトとさば水煮缶の スープ煮」 レシピセット 凍 1468円(税込) 1585円 通常税込 1734円

鯉のぼり寿司

◆材料(1人分)
 酢飯 お茶碗1杯
 スモークサーモン 2枚
 ハム 1/4枚
 きゅうり 少々
 のり 1枚
 薄焼き卵 少々
 塩 少々

◆作り方
 ① のりは、縦横半分に切り4枚にする。
 ② スモークサーモンを梅の型抜き用の半分を使って10枚作る。ハムは8等分にする。きゅうりは薄い輪切りにして塩もみし、いちよう切りにする。
 ③ のりに1/3の酢飯をひろげ、ぬらした巻きすをのせて裏返し、のりを内側に巻く。同様に3本作る。
 ④ ③に②をそれぞれトッピングして、薄焼き卵とのりで作った目玉をのせて鯉のぼりをつくる。

※酢飯を多めに作り、トッピング用の素材で海苔巻を作っても!

トマトとさば水煮缶の スープ煮

◆材料(4人分)
 トマト 3個
 さば水煮缶 1缶
 玉ねぎ 1/3個
 にんにく 1片
 オリーブオイル 大1
 酢 小2
 A オレガノ 適量
 塩 小1/4
 こしょう 少々

◆作り方
 ① トマトは湯むきして6等分に切る。玉ねぎは粗みじん切りにする。
 ② フライパンにみじん切りにしたのにんにくとオリーブオイルを入れて火にかけて、香りが立ったら玉ねぎを炒める。
 ③ 玉ねぎに火が通ったらトマトを加えて軽く炒める。
 ④ 一旦火を止め、Aを入れて、汁を切ったさばを加えて2~3分煮る。



隠し味はピーナッツバター
 まるやかで深みのある味わい

※調理例

組合員さんからの
クチコミ
 お肉の中でも親子共々一番のお気に入りです。焦がさない様に焼くのが難しいですが。(つくば市・Iさん)

隠し味にピーナッツバターを加えた自家製味噌ダレに豚ロースを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。

中津ミート (神奈川県・愛川町)
133 中津豚ロース味噌漬
 200g(固形量約80g×2) **520円**(税込**562円**) 通常税込**583円**

豚肉 (神奈川県) 2枚入

原材料: 国産豚ロース肉、味噌、粗糖、発酵調味料、ごま油、しょうが、ピーナッツバター、赤唐辛子

豚肉

岩瀬さんの豚肉
 [放] 不検出<4.1 <3.4
 ロースポーク
 [放] 不検出<3.7 <3.8
 中津ミート
 [放] 不検出<3.0 <3.0

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
134 岩瀬さんの豚肩ブロック(ネット巻き)
 豚肩ブロックをチャーシュー用にネット巻きしてあります。
 冷蔵 賞6日
 300g **495円**(税込**535円**)
 茨城県

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
135 岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用
 きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。
 冷蔵 賞6日
 250g **640円**(税込**691円**)
 茨城県

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
137 岩瀬さんの豚モモスライス
 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 **445円**(税込**481円**)
 茨城県

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
138 岩瀬さんの豚肩スライス
 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
 250g **375円**(税込**405円**)
 茨城県

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
140 岩瀬さんの豚小間切
 野菜と炒めて、カレーやシチュー等の煮込みにも。すぐ火が通るので、時間がない時でも便利です。
 冷蔵 賞6日
 150g×2 **400円**(税込**432円**)
 茨城県

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
141 岩瀬さんの豚挽肉
 旧・新治村、岩瀬さんの豚。自家配合飼料を与え、内臓の丈夫な豚を育てています。赤身率8割です。
 凍結 賞30日
 300g **400円**(税込**432円**)
 茨城県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
142 ロース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
143 ロースポーク小間切
 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「ロースポーク」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
144 ロースポーク 徳用小間切
 たっぶ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

JA全農いばらき (茨城県) 野口商店
149 豚挽肉(バラ凍結)
 茨城県の銘柄豚、ロースポークを使用。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

中津ミート (神奈川県・愛川町)
145 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。
 凍結 賞120日
 200g **460円**(税込**497円**) 通常税込**518円**
 神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)
146 中津豚ヒレ塩こうじ漬
 豚ヒレ肉の切身を、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。
 冷蔵 賞6日
 5~7枚200g **700円**(税込**756円**)
 豚肉 (神奈川県)

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
147 豚レバー
 ビタミン、鉄分豊富なレバー。牛乳につけて臭みをとって、ニラレバ炒め等に。
 凍結 賞30日
 300g **210円**(税込**227円**)
 国内産 [放] 不検出 <3.4 <3.6

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
148 ロースポーク 挽肉
 茨城県の銘柄豚「ロースポーク」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
149 豚挽肉(バラ凍結)
 茨城県の銘柄豚、ロースポークを使用。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)
150 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)
151 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)
152 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)
153 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

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
154 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。
 凍結 賞180日
 300g **560円**(税込**605円**)
 茨城県

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
155 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)
156 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

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
157 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)
158 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)
159 徳用 鹿児島 坊津黒牛 モモしゃぶしゃぶ用
 程良い霜降りの入った赤身主体のモモ肉をうす切りにしました。
 凍結 賞30日
 300g **1450円**(税込**1566円**) 通常税込**1598円**
 鹿児島県

福永産業 (福岡県・遠賀町)
160 鹿児島 坊津黒牛焼肉用 (モモ、バラ)
 モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。
 凍結 賞30日
 300g **1630円**(税込**1760円**) 通常税込**1814円**
 鹿児島県

福永産業 (福岡県・遠賀町)
161 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用×2
 モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。
 凍結 賞30日
 170g×2 **1800円**(税込**1944円**)
 鹿児島県

福永産業 (福岡県・遠賀町)
162 鹿児島 坊津黒牛 特選切り落とし150g×2
 モモ、ウデ等の鮮やかな霜降りの入った部分のみを厳選した黒牛の切り落とし。2パック組のお徳用です。
 凍結 賞30日
 150g×2 **1640円**(税込**1771円**)
 鹿児島県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
163 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

母の日は手作りハンバーグ
 茨城牛(山方)とロースポーク使用。風味の良さを併せ持った合挽肉。牛・豚比率5:5。

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
164 茨城牛(山方) 牛豚合挽肉
 チーズ入りハンバーグ
 凍結 賞30日
 250g **525円**(税込**567円**)
 茨城県

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)
**165 鎌倉つかいっきり
ポークウィンナー×3**
使い切りサイズのポークウィンナーを、
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)
**166 鎌倉マイルド
ポークウィンナー×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)
167 鎌倉チョリソー
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)
**168 鎌倉
粗挽ロングウィンナー**
冷蔵 賞10日
27g×5 **280円**(税込**302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)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
**170 中津皮なし
和風ミニウィンナー**
温めると醤油の控え目な旨味が広が
ります。食べやすい皮なし。
冷蔵 賞7日 大 小
120g **276円**(税込**298円**)
豚肉(神奈川県)



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

甘みがあり、とても
美味しく、安心な無
添加ベーコンです。
いろいろな料理に
使えます。



中津ミート(神奈川県・愛川町)
**172 中津バラベーコン
スライス**
冷蔵 賞7日
100g **360円**(税込**389円**)
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
**173 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)



※調理例
豚肉本来の味を
大切にしたいシ
ンプルな味付け。
豆板醤を使っ
ていないので、辛
いのが苦手な方
でも。
中津ミート(神奈川県・愛川町)
**174 中津麻婆豆腐の素
(甘口)**
冷蔵 賞24日 大 小
200g **355円**(税込**383円**)
豚肉(神奈川県)

商品部
小宮山の
おすすめ

後味爽やかな晩柑種
冷蔵庫で冷やしてさっぱりと



文旦(ザボン)の枝変わりとして、果肉は軟らか
で多汁。苦味が少しありますが食味は良好で
す。農薬3回まで。
無茶々園(愛媛県・西予市)

**23 無茶々園のジューシーフルーツ
(河内晩柑)**
3kg **1444円**(税込**1560円**)
愛媛県

ジューシーフルーツは
文旦の血を引く果実。
風味がよく、さっぱりと
した味わいが特徴で
す。気温が高くなるこの
時期に最適です。甘す
ぎず、ベタベタしないの
で後味も爽やか。少し
冷やして食べると、より
美味しくお楽しみが
いだけます。



村山さんがじっくり
漬け込みました。
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。



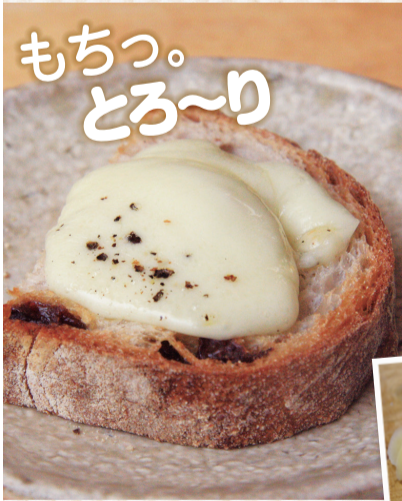
ミートバル村山(茨城県・土浦市)
175 村山さんのチャーシュー
冷蔵 賞7日 大 小
200g **480円**(税込**518円**)
豚肉(茨城県)

サラダに大活躍
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
まサラダどうぞ。



田仲さん達(茨城県・桜川市)
**176 つくば茜鶏
蒸し焼きスライスチキン**
凍結 賞180日 乳
160g **350円**(税込**378円**)
鶏肉(茨城県)

500250 特別増資(一口500円)受付中!
さまざまな顔を持つチーズ



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。
鈴木牧場(茨城県・石岡市)
**177 石岡 鈴木牧場スカモルツァ
(プレーン)**
冷蔵 賞7日以上 乳
40g **278円**(税込**300円**)
生乳(茨城県)

モッツアレラチー
ズを1週間熟成させ
たのが、スカモルツァ。
そのまま食べると、も
ちっとした食感。温
めるととろ〜りまる
やかな味わいが引き
立ちます。トーストや
グラタンなどにのせ
てどうぞ。

鈴木牧場(茨城県・石岡市)
**180 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

茨城産
有機栽培
バジル使用
鈴木牧場(茨城県・石岡市)
**181 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

ピンは繰り返し使い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)なので
プツプ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。

鈴木牧場(茨城県・石岡市)
178 プレーン
400g **345円**(税込**373円**)
179 加糖
400g **360円**(税込**389円**)
生乳(茨城県) [放] 不検出<3.4 <3.4



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。
サツラク農協(北海道・札幌市)
5 サツラク牛乳
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

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
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

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
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
こわさないで、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)
**9 サツラク
低脂肪牛乳**
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

お届けは
5月2回に
なります
北海道十勝産の生乳を
50%以上使用。砂糖、
フラシル産コーヒー、乳
製品のみで作りました。
よつ葉乳業(北海道・音更町)
**182 よつ葉
ミルクコーヒー**
冷蔵 賞届いて6~10日 乳
1ℓ **275円**(税込**297円**)
生乳(北海道)

全て非遺伝子組換
えの原料を使用し
た穀物(とうもろこ
し・大豆等)を鶏に
与えています。
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

多量の自家牧草+地元産
主体の餌を自家配合。
太陽と風の恵み溢れる
卵です。薬・抗生物質
不使用。
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

あゆみの会・本木さん(埼玉県・所沢市)
183 うずらの卵(じゅらん)
ミネラル水と乳酸菌
を与え、うずらの消
化吸収力と免疫力を
アップさせた無投薬、
無洗浄の卵です。
賞7日 卵
10個 **130円**(税込**140円**)
埼玉県 [放] 不検出<4.0 <4.0

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

シーズン初

冷たい麺が おいしい時期になりました!

麺は国産小麦粉、無かんすい、卵つなぎ、無着色。醤油、醸造酢をベースに、ごまの風味がきいたスープ付。

共生食品 (神奈川県・相模原市)

219 内麦生ラーメン冷し(3食入)

麺120g×3 スープ45ml×3

285円(税込) 308円(税込) 通常税込 319円

冷蔵7日 卵米大 小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

生パスタ独特のもちもちとした食感がやみつきに

茹で時間3分

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。原材料:小麦粉、食塩

ニューオークボ (千葉県・柏市)

220 生フェットチーネ

260g(130g×2) 310円(税込) 335円(税込) 通常税込 356円

冷蔵6~8日 小麦(カナダ、アメリカ)

茹で時間3分

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。原材料:小麦粉、ほうれん草、ピューレ、食塩

ニューオークボ (千葉県・柏市)

221 ほうれん草入り生フェットチーネ

260g(130g×2) 345円(税込) 373円(税込) 通常税込 400円

冷蔵6~8日 ほうれん草(北海道)

舞茸をふんだんに使用した炊きこみごはんの素。歯ざわりのよさと舞茸特有の風味が楽しめます。

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

222 まいたけご飯の素

170g(2合用) 385円(税込) 416円(税込) 通常税込 432円

冷蔵90日 米大 2合用

まいたけ(埼玉県) [放] 不検出 <4.8 <3.5

地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。

金子製麺 (神奈川県・中井町)

223 あしがら車屋味噌らーめん(2食入)

麺120g×2、スープ47g×2 375円(税込) 405円(税込)

冷蔵21日 卵米大 小麦(国内産)

共生食品 (神奈川県・相模原市)

224 内麦焼そば(ソース付)

国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。

冷蔵6日 卵大 小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

麺150g×3 ソース30g×3 250円(税込) 270円(税込)

菊田商店 (東京都・練馬区)

225 煮豆 とら豆

北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。

冷蔵90日 米 150g 270円(税込) 292円(税込)

とら豆(北海道)

菊田商店 (東京都・練馬区)

226 昆布豆

秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふっくらと仕上がっています。

冷蔵90日 米大 130g 200円(税込) 216円(税込)

大豆(秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

227 しらすくろみ

瀬戸内産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くろみ(有機JAS認定)を加えました。えく味の少ないくろみとしらすが後を引くおいしさです。

冷蔵90日 米大 100g 580円(税込) 626円(税込)

しらす(瀬戸内海)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

228 お茶漬昆布(砂糖不使用)

細切りした北海道産の肉厚長昆布の食感を活かし、醤油、水あめ(国産さつまいも使用)、みりんのみで味付けしました。

冷蔵90日 米大 50g 280円(税込) 302円(税込)

昆布(北海道)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

229 国産葉唐辛子(砂糖不使用)

国内産の葉唐辛子を使用し、醤油、水あめ(国産さつまいも使用)、みりんのみで炊き上げました。ご飯のおかず、お弁当、おにぎりの具などに。

冷蔵90日 米大 30g 280円(税込) 302円(税込)

葉唐辛子(国内産)

金沢錦 (石川県・金沢市)

230 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、おにぎりの具にも。

冷蔵60日 米大 90g 260円(税込) 281円(税込)

昆布(北海道)、たらこ(アメリカ)

そのままで、1~2分湯煎しても

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。

金沢錦 (石川県・金沢市)

231 いいだこと里芋の煮付

冷蔵60日 米大 120g 310円(税込) 335円(税込)

里芋(国内産)、いいだこ(タイ、ミャンマー、ベトナム)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

232 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、お茶請けに。

冷蔵60日 米大 80g 290円(税込) 313円(税込)

昆布(北海道)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

233 揚げごぼう(甘酢漬)

ご飯のお供に、お茶請け、おつまみにも

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

冷蔵90日 米大 80g 320円(税込) 346円(税込)

ごぼう(国内産)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

234 国産味付ザーサイ

国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。

冷蔵90日 米大 100g 315円(税込) 340円(税込)

ザーサイ(神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1

河野食品 (福岡県・みやま市)

235 ベつ甲色のたかな漬

福岡県瀬高産高菜を使用。国産丸大豆醤油と純米酢で、昔から福岡の家庭で漬けていた高菜漬を再現しました。

冷蔵120日 米大 200g 245円(税込) 265円(税込)

高菜(福岡県)

樽の味 (和歌山県・御坊市)

236 すっぱいいなか漬(寒干し沢庵・糠漬)

宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。

冷蔵120日 米 140g 260円(税込) 281円(税込)

大根(宮崎県)

おばねや (栃木県・小山市)

237 ごぼう味噌漬

国内産の若採り里ごぼうを使用。しょうゆもろみで熟成後、2種類の麹みそでじっくり漬け込みました。

冷蔵180日 米大 150g 398円(税込) 430円(税込)

ごぼう(青森県、関東他)

カラミノフーズ (東京都・新宿区)

238 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30日 米 300g 515円(税込) 556円(税込)

白菜(国内産)

白鷹農産加工研究会 (山形県・白鷹町)

239 甘酒

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

冷蔵30日 米 250g 350円(税込) 378円(税込)

もち米(山形県) [放] 不検出 <3.6 <3.5

白鷹農産加工研究会 (山形県・白鷹町)

240 黒米甘酒

ミネラル豊富な黒米で造った甘酒。白米甘酒に比べてフルーティな味わいが楽しめます。原材料:米糵、黒米

冷蔵30日 米 250g 380円(税込) 410円(税込) 通常税込 421円

黒米(山形県) [放] 不検出 <3.3 <4.1

おやつにも最適

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

241 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ

スティック状にカットしたごぼうを甘辛く煮込み、まわりにすり身を付けて揚げました。

冷蔵7日 米小 90g 248円(税込) 268円(税込) 通常税込 281円

ごぼう(国内産)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

242 長崎甘鯛入りさつま揚げ

長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感です。そのままでも、軽くあぶっても。

冷蔵7日 卵米 25g×5 358円(税込) 387円(税込) 通常税込 397円

甘鯛(長崎県)

高橋徳治商店の無添加練り製品

北海道の無リンタラすり身に荳わかめを加え、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。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

243 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。

凍蔵180日 米大 5個175g 285円(税込) 308円(税込) 通常税込 319円

すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

244 荳わかめのボール揚げ

すけそうだら(北海道)、荳わかめ(国内産)

凍蔵180日 卵米 150g 275円(税込) 297円(税込) 通常税込 313円

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

245 長崎 お造りかまぼこ

長崎で縁起物とされる金頭を主原料に、蒸して表面を焼いた蒲鉾と、あご(飛魚)が主原料の蒸蒲鉾のセット。

冷蔵20日 卵 2種200g 550円(税込) 594円(税込)

飛魚(国内産)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

246 長崎 いか天

いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。

冷蔵7日 米 30g×4 264円(税込) 285円(税込)

すけそうだら(北海道、アメリカ)

汁物に、煮物に、フライパンで焼いても

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

247 長崎 いわし団子

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。汁物に入るとおいしいダシが出ます。

冷蔵29日 卵米大 5個140g 300円(税込) 324円(税込)

いわし(国内産)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

248 ソフトはんぺん

お吸い物や、シンプルな焼き物にどうぞ。チーズ、たらこ等をはさんでも美味。

凍蔵180日 卵米 4枚200g 395円(税込) 427円(税込)

すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

249 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タラすり身で笹かまぼこに焼き上げました。

凍蔵180日 卵米 8枚136g 310円(税込) 335円(税込)

小魚(宮城県)、タラ(北海道) [放] 不検出 <3.7 <3.9

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

250 えびしんじょすり身

天然えびを80%近く使用。高級感のある料理素材として幅広く使えます。揚げ物、吸い物、餃子、春巻き等に。

凍蔵180日 卵米 150g 435円(税込) 470円(税込)

えび(インドネシア)

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。



285 関西風きざみうどん
 国産小麦粉を練り上げたうどんに、揚げ、ねぎ、人参、わかめをトッピング。関西風つゆのさっぱり味。
 凍 2食556g **350円**(税込**378円**)
 小麦(国内産)



287 ミニたい焼き
 国産小麦を使用し、北海道産小豆を製粒して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。
 凍 10個400g **400円**(税込**432円**)
 小豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3



286 中華丼の具(塩)2パック×2個組
 新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。
 凍 180日 **936円**(税込**1010円**)
 (180g×2)×2 通常税込1070円



288 芽吹き屋 三色だんご
 よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。
 凍 4本180g **410円**(税込**443円**)



289 ミルクキャンデー
 乳化剤、安定剤を使用せずにつくったミルクキャンデーです。よつ葉乳業のノンホモと濃縮乳、砂糖、ココアパウダーのみ使用。
 凍 65cc×6 **570円**(税込**616円**)
 牛乳(北海道) 通常税込626円



290 チョコレートキャンデー
 乳化剤、安定剤は一切使っていません。よつ葉乳業のノンホモ牛乳と濃縮乳、砂糖、ココアパウダーのみ使用。
 凍 65cc×6 **570円**(税込**616円**)
 ココア(東南アジア) 通常税込626円



291 オレンジキャンデー
 無茶々園のオレンジの果汁を使用。ビート糖のみを使った無添加のアイスキャンデー。
 凍 65cc×6 **570円**(税込**616円**)
 オレンジ(愛媛県) 通常税込626円



292 ブルーベリーキャンデー
 無農薬のブルーベリーを使用したキャンデー。乳化剤、安定剤、香料その他添加物を使用せずにつくりました。
 凍 65cc×6 **570円**(税込**616円**)
 ブルーベリー(カナダ) 通常税込626円



293 あずきキャンデー
 十勝産小豆を、風味をこわさないように炊き上げてつきました。
 凍 65cc×6 **570円**(税込**616円**)
 小豆(北海道) 通常税込626円



294 宇治金時パー
 よつ葉乳業のノンホモ牛乳、静岡の無農薬緑茶、十勝産あずきなど原料にこだわってつくった宇治金時パーです。
 凍 65cc×6 **570円**(税込**616円**)
 小豆(北海道) 通常税込626円

食品調味料

前日OK! は
 保存版
 「JOSO前日OK商品リスト」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

295 やまこ味噌(麦みそ)
 国産麦使用、風味豊かです。塩分11%。原材料: 大麦、大豆、塩
 冷 90日 **540円**(税込**583円**)
 1kg 大麦(国内産)

296 沼屋 手造りみそ
 茨城県産大豆と、国産米こうじを使い、3ヶ月熟成で色を白く仕上げました。塩分12%。
 冷 180日 **530円**(税込**572円**)
 1kg 大豆(茨城県) [放] 不検出 <2.5 <2.9

石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。
 原材料: 大豆、小麦、食塩
 ※アルコール添加はしておりません。

297 生 360ml **457円**(税込**494円**)
298 火入れ 500ml **619円**(税込**669円**)
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

528 常総だし醤油
 「常総寒仕込みしょうゆ」を使ってつくっただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
 冷 360ml **540円**(税込**583円**)
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.1

濃厚なみりんのうま味と爽やかな清酒の風味を絶妙な割合で調合した発酵調味料。
 原材料: もち米、米、米麹、醸造用糖類、アルコール、食塩
504 酒みりん 1ℓ **570円**(税込**616円**)

513 にっぽんの海塩
 長崎県崎戸島周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。製法: イオン膜、平釜
 冷 500g **250円**(税込**270円**)
 海水(長崎県)

299 焼塩胡椒
 ニガリを含む焼塩の旨味と黒コショウの香り、白コショウの辛味に、隠し味のローレルを加えました。
 冷 63g **320円**(税込**346円**)
 食塩(オーストラリア、日本、他)

毎日使う「だし」を見直しましょう



ひと手間かけて、だしを取って作るお味噌汁は格別な美味しさです。自然な旨味で作られたもので毎日の食事を豊かにしていくことを心がけたいものです。健康にいいことはわかっていても面倒なイメージのあるだしですが、「昆布水」ならあっという間に昆布だしが完成します。忙しい時でも毎日の料理に使えるので、まずはそこからチャレンジしてみるのはいかがでしょうか？

- 昆布水の作り方
- だし昆布を2~5cm角にカット(3mm~5mmの細切りでもOK)
 - ポットにミネラルウォーターか水道水を注ぎ、①の昆布を3時間以上(できれば1晩)漬ければ出来上がり。



わが家の「ひと工夫」



てんぺはスライスしてオリーブオイルで炒めて塩こしょう。これだけでとってもおいしい!! (つくば市のりさん)

ひきわりタイプのてんぺ。そのままでも調理に適しています。

303 ひきわりてんぺ
 冷 30日 **250円**(税込**270円**)
 大豆(北海道)

300 国産レモン果汁
 みかんでおなじみの渾美さん達が育てた低農薬レモンを搾りました。果汁100%です。
 冷 100ml **420円**(税込**454円**)
 レモン(静岡県) [放] 不検出 <4.1 <4.6

301 青森県田子町産100%おろしにんにく
 ボールスタア(東京都・東村山市) 青森県田子町の「福地ホワイト6片」という最高品種のにんにくをおろしました。塩とクエン酸を少量添加。
 冷 80g **390円**(税込**421円**)
 にんにく(青森県) [放] 不検出 <3.4 <3.6

302 CO野菜たっぷり和風ドレッシング300
 日本生協連合会
 たっぴりの生玉ねぎの風味に、生醤油のコク。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 300ml **310円**(税込**335円**)

549 あげもの油
 素材の旨みを引き出す綿実油と甘みのある香りが特長の米油を使った、風味豊かな油です。非遺伝子組み換え原料使用。
 冷 1380g **990円**(税込**1069円**)
 綿実(トルコ、ギリシャ)、菜種(オーストラリア)、米ぬか(国内産)

552 エキストラバージンオリーブ油
 イタリアで栽培されたオリーブの完熟した実を、低温で圧搾しました。
 冷 430g **2370円**(税込**2560円**)
 オリーブ(イタリア) 通常税込2992円

531 マヨネーズ(キサイチ)
 全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。
 冷 330g **475円**(税込**513円**)
 なたね(オーストラリア)

518 純米富士酢
 無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、コクとのびのある純米酢に仕上げました。
 冷 500ml **670円**(税込**724円**)
 米(京都府)

304 富士玄米黒酢
 水で5~8倍に薄めてお飲みください
 無農薬栽培の玄米100%使用。米酢に比べ、アミノ酸を多く含みます。料理はもちろん、飲用としても。
 冷 500ml **1450円**(税込**1566円**)
 玄米(京都府)

305 富士ゆずぼん酢
 ゆず&かぼすのダブル果汁に、酸っぱいだしと昆布だしをプラス。本醸造再仕込み醤油と、純米富士酢使用。
 冷 360ml **780円**(税込**842円**)
 ゆず(徳島県)、かぼす(大分県)

菓子

前日OK! は

保存版 「JOSO前日OK商品リスト」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



大興食品 (東京都・豊島区)
320 はちみつカステラ
原材料: 卵、三温糖、国産小麦粉、蜂蜜

6枚 285円(税込308円)
卵(国内産) [放] 不検出 <3.1 <3.6



大興食品 (東京都・豊島区)
325 黒蜜どら焼
原材料: 三温糖、鶏卵、国産小麦粉、小豆、黒糖、加工黒糖、みりん、蜂蜜、寒天、食塩、重曹

4個 360円(税込389円)
黒糖(沖縄県) [放] 不検出 <3.3 <3.0



サンコー (愛知県・豊橋市)
703 ポテトチップス しお味
原材料: 馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、食塩

58g 135円(税込146円)
じゃがいも(国内産)



ますだ (千葉県・八街市)
330 うす皮煎り落花生
原材料: 落花生、食塩

170g 680円(税込734円)
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.8 <4.2

大興食品 (東京都・豊島区)
318 プレーンパーム
原材料: 卵、砂糖、国産小麦粉、植物性油脂(パーム油、米油)、蜂蜜、脱脂粉乳、ベーキングパウダー

約150g 237円(税込256円)
卵(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.5



丸和食品 (東京都・練馬区)
321 豆乳ドーナツ(白蜜)
原材料: 小麦粉、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー

170g 220円(税込238円)
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8



大興食品 (東京都・豊島区)
326 ごま棒ビス
原材料: 小麦粉、三温糖、植物性ショートニング(パーム油、米油)、加糖練乳、黒ごま、脱脂粉乳、塩、重曹

150g 210円(税込227円)
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.7



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
327 ボン玄米(砂糖付)
原材料: 玄米、グラニュー糖(製造ラインで大豆と落花生の使用あり)

100g 250円(税込270円)
米(山形県) [放] 不検出 <1.2 <0.8



ますだ (千葉県・八街市)
331 天日干しさやいろ落花生300g
原材料: 落花生

300g 1185円(税込1280円)
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4

大興食品 (東京都・豊島区)
319 ココアパンケーキ
原材料: 砂糖(三温糖)、鶏卵、小麦粉(国内産)、ココアパウダー、蜂蜜、みりん(甘露糖、醸造アルコール、もち米、米麹)、ベーキングパウダー(アルミ不使用)

6個 278円(税込300円)
小麦粉(国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)
322 豆乳ドーナツ(黒糖)
原材料: 小麦粉、黒砂糖、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー、カラメル色素

170g 220円(税込238円)
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <3.6



サンコー (愛知県・豊橋市)
690 きな粉ウエハース
原材料: 小麦粉、ショートニング(パーム油、ヤシ油)、砂糖、きな粉(遺伝子組み換えでない)、澱粉、玄米粉、植物油(パーム油)、モルトエキス

120個 149円(税込161円)
大豆(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
328 ボン玄米(砂糖なし)
原材料: 玄米(製造ラインで大豆、落花生の使用あり)

100g 250円(税込270円)
米(山形県) [放] 不検出 <1.2 <0.8



ますだ (千葉県・八街市)
332 バターピー (ほそ美)
原材料: 落花生、フレッシュバター、植物油(パーム油)、食塩(原材料の一部に大豆を含む)

120g 420円(税込454円)
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <3.7

すくすくと元気で健康に育って欲しいと 想いを込めて贈る祝い菓子



原材料: 有機もち米(国産)、有機砂糖、有機醤油(国産大豆、国産小麦を含む)、有機白醤油(大豆、小麦を含む)、紫芋飲料(紫芋)、胡麻、有機植物油、海苔、みりん、抹茶、アオサ、昆布、かつお節、食塩、クエン酸
精華堂穀総本舗 (東京都・江東区)
323 鯉のぼりあられ(青)
25g x 2 390円(税込421円)
もち米(国内産)

特 原材料: 馬鈴薯澱粉、醤油、小魚(カタクチイワシ)、みりん、えび、胡麻(黒いりごま、白すりごま)、食塩、粗糖、アオサ、酵母エキス
サンコー (愛知県・豊橋市)
700 小魚せんべい
60g 175円(税込189円)
馬鈴薯澱粉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.5

特 原材料: うるち米、醤油、麦芽糖、でんぷん
サンコー (愛知県・豊橋市)
707 ポテトチップスのり味
58g 135円(税込146円)
じゃがいも(国内産)

特 原材料: 水飴、砂糖、寒天、有機インスタントコーヒー、オブラート、レシチン(大豆由来)*レシチンはオブラートに含まれています。
サンコー (愛知県・豊橋市)
334 寒天コーヒーゼリー
135g 190円(税込205円)
コーヒー(コロンビア)

日用雑貨

前日OK! は

保存版 「JOSO前日OK商品リスト」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

せっけんの街 (千葉県・柏市)
778 粉石けん
せっけんの街
廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。

2kg 690円(税込745円)

油よごれもよく落ちます
オレンジオイルを配合し、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。
せっけんの街 (千葉県・柏市)
台所用液体せっけん おれんじ
336 本体 300ml 290円(税込313円)
337 詰替用 600ml 330円(税込356円)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)
パックスオリー シャンプー
845 本体 550ml 1180円(税込1274円)
846 詰替用 500ml 840円(税込907円)

コアの大きいタイプ
牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレットペーパー、シングルです。ゴミになる紙管がありません。
丸富製紙 (静岡県・富士市)
892 ワンタッチコアレス(トイレットペーパー)
130m x 6ロール 460円(税込497円)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)
パックスオリー リンス
849 本体 550ml 1180円(税込1274円)
850 詰替用 500ml 840円(税込907円)

日本生協連合会
COポリエチレンラップ
894 ミニ 40m 22cm x 40m 100円(税込108円)
895 レギュラー 40m 30cm x 40m 110円(税込119円)

野菜や果物のみずみずしさを保つ食品保存用ラップです。
丸富製紙 (静岡県・富士市)
896 モーリティッシュペーパー
200w x 5箱 405円(税込437円)

丸富製紙 (静岡県・富士市)
899 EMボカシペレット
500g 200円(税込216円)

パン

前日OK! は
保存版
「JOSO前日OK商品リスト」
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



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

615 ブルーベリージャム

熊本県産のブルーベリーの風味を生かした、あっさりとしたジャム。原材料にはちみつを含みます。

180g **600円**(税込**648円**)
ブルーベリー(熊本県)



デイリーフーズ(長野県・坂城町)

608 黒ごまペースト

黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。原材料にはちみつを含みます。

145g **420円**(税込**454円**)
ごま(ミャンマー、他)

おがべや天然パン工房

原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

おがべや(神奈川県・相模原市)

343 半斤3枚 **185円**(税込**200円**)

344 1斤6枚 **350円**(税込**378円**)

小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

345 おがべや フランスパン

原材料: 小麦粉、天然酵母、天日湖塩

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

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

338 パン・ド・ミ(食パン) 1斤 8枚 **270円**(税込**292円**)

339 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

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

340 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス **300円**(税込**324円**)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

おがべや(神奈川県・相模原市)

346 おがべや 素焼きパン

原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、塩

1個 **515円**(税込**556円**)

小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

347 おがべや 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

1個 **350円**(税込**378円**)

小麦(北海道)、いちじく(トルコ)

おがべや(神奈川県・相模原市)

348 おがべや 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、天日湖塩

2個 **310円**(税込**335円**)

小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

341 ドッグパン

原材料: 小麦粉、自家製天然酵母、塩

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

オリオンベーカリー(岩手県・花巻市)

342 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、パネトーネ種、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

45日 卵 **580円**(税込**626円**)

小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

おがべや(神奈川県・相模原市)

349 おがべや チーズロール

原材料: 小麦粉、ナチュラルチーズ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、塩、豆乳

2個 **310円**(税込**335円**)

小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

350 おがべや 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

2個 **330円**(税込**356円**)

金時豆(国内産)

おがべや(神奈川県・相模原市)

351 おがべや 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

3個 **365円**(税込**394円**)

小麦(北海道)

野菜ベーグル いばらきベーグル

浅野さんの人参を使い、まじりました。

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

352 プレーンベーグル

原材料: 国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗糖、天日塩、天然酵母

1個 **167円**(税込**180円**)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

353 全粒粉ベーグル

原材料: 小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗糖、天日塩、天然酵母

1個 **194円**(税込**210円**)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

354 にんじんベーグル

原材料: 小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、人参(浅野農園)、粗糖、天日塩、天然酵母

1個 **210円**(税込**227円**)

人参(茨城県)

冷凍パン

凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

355 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)

約30g×8 **460円**(税込**497円**)

小麦(国内産)

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

356 国産全粒粉プチパン

原材料: 小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、植物油(ごま)

約40g×5 **360円**(税込**389円**)

小麦(国内産)

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

357 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

約65g×6 **550円**(税込**594円**)

小麦(カナダ、他)

飲料

前日OK! は
保存版
「JOSO前日OK商品リスト」
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



ランカスター(千葉県・千葉市)

358 アールグレイティー(リーフ)

柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。

100g **550円**(税込**594円**)
紅茶(スリランカ)



ランカスター(千葉県・千葉市)

359 アッサムティー(ティーバッグ)

インド、ヒマラヤ山麓のアッサム地方で採れる、濃厚な味わいと香りが特長の紅茶。農薬無散布。

2g×30 **480円**(税込**518円**)
紅茶(インド)

常陸屋本舗(東京都・江東区)

727 六条麦茶(ティーパック)

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。

10g×5×8 **305円**(税込**329円**)
大麦(国内産)

日本生協連合会

752 CO無糖ジャワティー AB1&

無糖タイプなので、すっきりした味わい。食事やおやつに。

1000ml **100円**(税込**108円**)
紅茶(インドネシア)

日本生協連合会

360 COりんごジュース100 AB1&国産混濁

国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもこぼれません。濃縮還元果汁使用。

90日 1ℓ **250円**(税込**270円**)
りんご(国内産)

初夏に楽しむ飲料 & 冷菓特集

有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿してお飲みください。

二本松有機農業研究会(福島県・二本松市)

363 200ml **267円**(税込**288円**)

364 200ml×6本 **1500円**(税込**1620円**)
通常税込**1728円**

365 1ℓ **1027円**(税込**1109円**)

366 1ℓ×6本 **5772円**(税込**6234円**)
通常税込**6655円**

人参(福島県) [放] 不検出 <0.5 <0.4

長野興農(長野県・長野市)

361 信州りんごジュース 成分無調整

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。

160g×20 **1900円**(税込**2052円**)
通常税込**2106円**

りんご(長野県)

果汁成分が、浮遊したり沈殿していることがあります

サンコー(愛知県・豊橋市)

367 サンコーの果汁のドリンクセット

3種(90ml×5) **694円**(税込**750円**)
通常税込**778円**

果汁(国内産)

サンコー(愛知県・豊橋市)

368 りんごのドリンク

90ml×5 **240円**(税込**259円**)
りんご(国内産)

サンコー(愛知県・豊橋市)

369 みかんのドリンク

90ml×5 **240円**(税込**259円**)
みかん(和歌山県・和歌山県近郊)

手作りすると、おいしそむひとしお 柏餅を作るう



- ◆材料 (14個分)
- 上新粉 200g
 - 白玉粉 50g
 - 水 250cc
 - こしあん(又は小倉あん) 250~300g
 - 柏の葉 14枚

◆作り方

- ①粉と水を混ぜる。
- ②少しずつちぎって10分程蒸す。
- ③あんを14等分して丸める。
- ④敷布ごと取り出してこねる。
- ⑤少し冷めたらボールでしっかりこねる。
- ⑥ビニール袋に入れ、水で冷やす。
- ⑦生地を14等分にして精円に伸ばし、あんを包む。
- ⑧周りを押しつけて閉じる。
- ⑨柏の葉で包んで出来上がり。

おきたま興農舎 (山形県・高島町)

372 上新粉(おきたま)
おきたま興農舎の生産者のうるち米を100%使用した米粉(上新粉)です。除草剤1回使用。お菓子作りやお料理に。
◎180日 米

250g **320円**(税込**346円**)
うるち米 (山形県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

おきたま興農舎 (山形県・高島町)

373 玉三 極上白玉粉
新潟産水稲もち米の粉。冷菓作りにも。
◎180日 米

200g **350円**(税込**378円**)
もち米 (新潟県)

国内産のもち米とよもぎを使用。1袋で約15個のよもぎ白玉が作れます。

川光商事 (東京都・中央区)

374 玉三 よもぎ入り白玉粉
◎180日 米

100g **250円**(税込**270円**)
もち米・よもぎ (国内産)

無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

648 きな粉(大豆)
◎180日 米

130g **200円**(税込**216円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <2.7 <2.5

北海道産の小豆を使用し、丹念に練りあげたあんです。開封後は開け口をきっちり閉めて冷蔵保管して下さい。

川光商事 (東京都・中央区)

376 柏の葉
柏葉をボイルして塩漬けにしました。水で洗い流し、水気をふけばすぐに使えます。
◎180日 25枚 **490円**(税込**529円**)
柏葉 (国内産)

川光商事 (東京都・中央区)

377 こしあん
◎90日

500g **440円**(税込**475円**)
小豆 (北海道)

川光商事 (東京都・中央区)

378 小倉あん
◎90日

500g **440円**(税込**475円**)
小豆 (北海道)

もち米粉で作った白玉団子。必要な分だけ取り出して使えます。熱湯で3分、またはレンジで加熱して。

川光物産 (千葉県・千葉市)

379 冷凍白玉
凍米

250g **286円**(税込**309円**)
もち米 (国内産)

日本生協連合会

670 CO フルーツみつ豆 205g×3P
◎180日 米

205g×3 **448円**(税込**484円**) 通常税込**502円**
もち米 (国内産)

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、通常組合員価格から**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、通常組合員価格から**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・東町特裁米組合 (茨城県・常総市)

4代50年にわたって農薬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)

4代50年にわたって農薬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

382 白米 5kg **3500円**(税込**3780円**)

383 玄米 5kg **3200円**(税込**3456円**)

384 7分 5kg **3500円**(税込**3780円**)

385 5分 5kg **3500円**(税込**3780円**)

386 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製66名よりお届け。

やさとのお米(コシヒカリ)

380 白米 5kg **2314円**(税込**2499円**)

381 玄米 5kg **2165円**(税込**2338円**)
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

品種は「ヒメノモチ」粘土鉱物ミネラルを投入した土づくりでおいしいお米を作ります。農薬使用は初期除草剤1回、品種は「ヒメノモチ」。

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。

中村商店(神奈川県・横浜市)

387 荒井さんのもち米
◎180日 米

2kg **1280円**(税込**1382円**)
千葉県

388 有機粉発芽玄米「ぐるめくらぶ」
冷米

1kg **1150円**(税込**1242円**)
米(岩手県)

ひきわりハトムギ、丸麦、丸豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

389 白米用雑穀セット
◎180日 米

500g **1048円**(税込**1132円**)
[放] 不検出 <0.5 <0.5

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

390 玄米用雑穀セット
◎180日 米

500g **1143円**(税込**1234円**)
[放] 不検出 <0.7 <0.7

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に

ミネラル補給の為に塩を散布したり、ヒノキエキスなど天然の素材を使った自家製忌避剤を使用。3合のお米に、大さじ1杯からどうぞ。農薬無散布。

庄内協同ファーム・富樫さん(山形県・鶴岡市)

391 白山紫黒(有機栽培紫黒米)
◎180日 米

300g **650円**(税込**702円**)
山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

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)。

日頃の感謝をギフトに込めて

5月13日は母の日



お届け時期
 班配達 5月2回
 宅配 5月10日(木)~13日(日)
 ※宅配商品をご希望の方は、注文書と別紙宅配用紙の両方にご記入ください。(自宅用も提出をお願いします)



地元評判の
トマトを贈りたい

※調理例
 毎シーズン一番人気のJAいちかわの完熟トマト。寺田さん、鈴木さんが丹精込めて作った完熟トマトを厳選。



※離島、沖縄には配達できません

JAIちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

392 宅配 柏田中の完熟トマト
 4kg **4148円**(税込**4480円**)
 [放] 不検出 <3.6 <3.6



無茶々園(愛媛県・西予市) 適切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。

417 宅配 無茶々園の甘夏
 3kg **2000円**(税込**2160円**)



無茶々園(愛媛県・西予市) 文旦(ザボン)の枝変わりとして、果肉は柔らかくて多汁。苦味が少しありますが食味は良好です。農業3回まで。

416 宅配 無茶々園のジューシーフルーツ(河内晩柑)
 3kg **2296円**(税込**2480円**)

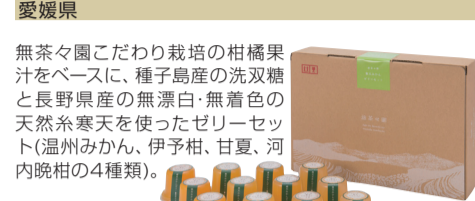


母の日のお土産に、いちごをどうぞ

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。

班配達のみ
 竹村さん(茨城県・かすみがうら市)

29 班配達 竹村さんのいちご
 200g×2 **660円**(税込**713円**)
 [放] 不検出 <1.0 <1.0



無茶々園(愛媛県・西予市)

393 宅配 無茶々園ゼリーセット
 180日 95g×4種×3個 **3100円**(税込**3348円**)

394 班配達 無茶々園ゼリーセット
 180日 95g×4種×3個 **2500円**(税込**2700円**)

こどもの日のお祝い料理

5月5日は子供の日

お子さんと一緒に手作りでお祝い



鯉のぼりいなり寿司



三ツコー(神奈川県・大和市)

395 五目寿司の素
 200g **425円**(税込**459円**)
 [放] 不検出 <0.9 <1.0



雄武漁協(北海道・雄武町)

396 紋別雄武港 塩いくら
 70g **1298円**(税込**1402円**)
 [放] 不検出 <4.0 <4.4



丸和食品(東京都・練馬区)

397 味付いなり揚げ 2個組
 10枚×2 **738円**(税込**797円**)
 [放] 不検出 <0.9 <1.0



松岡水産(千葉県・銚子市)

398 北海道さけ スモークサーモン
 40g×2 **468円**(税込**505円**)
 [放] 不検出 <4.0 <4.4



佐井村漁協(青森県・佐井村)

399 津軽海峡 鮭フレーク
 100g **545円**(税込**589円**)
 [放] 不検出 <4.0 <4.4



中津ミート(神奈川県・愛川町)

400 中津豚こま生姜焼き用(味付)
 200g **390円**(税込**421円**)



いつものかしーも 鯉のぼりいなり Ver.2!!



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

402 えびフライ特大(2L)
 6尾250g **945円**(税込**1021円**)



常総生協(茨城県・守谷市)

655 甘口カレールー
 150g **280円**(税込**302円**)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

401 中津ローズハムスライス
 100g **390円**(税込**421円**)



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。

403 中津ミートのハンバーグ(ミニ) 3パック
 (30g×6)×3 **960円**(税込**1037円**)



ポールスタア(東京都・東村山市)

644 北海道 カップコーンスープ
 136g(17g×8袋) **370円**(税込**400円**)



華桔梗(愛知県・名古屋市)

404 ちまき
 4本200g **460円**(税込**497円**)



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

405 芽吹き屋 柏もち(こし)
 6個300g **540円**(税込**583円**)



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

406 芽吹き屋 柏もち(粒あん)
 6個300g **540円**(税込**583円**)



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

407 芽吹き屋 柏もち(みそあん)
 6個300g **540円**(税込**583円**)