

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

**残りの夏も
元気に過ごす**

**しっかり食べて
パワーチャージ**

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



登録QRコードから
登録出来ます

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

2018年8月4回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	6	7	8	9	10
定番品 のお届け	20	21	22	23	24
特別企画品 のお届け	27	28	29	30	31

今週のトピック!

夏こそ甘酒!!
疲れた体に
飲む点滴

9ページ

夏休みのランチに!!
お役立ち食材
大集合

15ページ

備えあれば憂いなし
防災特集

16ページ



特
ローズポークの豚バラ焼肉用、ローススライス焼肉用、モモスライス焼肉用をセットにしました。

JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山

11 **ローズポーク徳用焼肉セット**

冷蔵賞6日 200g×3種 **1150円(税込1242円)** 通常税込1296円
茨城県 [放]不検出<3.7<3.8

組合員さんからの
お便り

焼き肉で食べましたがめちゃうまい味があって美味しかった。気のせいかもしれませんが、翌日肉の疲労感がなくなり、元気になった自分に自分ビックリ(笑)あまり牛肉を食べないのですが、これからは食べるようにします。(つばみらい市・ひーたん)

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山

12 **茨城牛(山方)切り落とし**

冷蔵賞6日 200g **645円(税込697円)**
茨城県 [放]不検出<3.0<4.0

特
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。

福永産業(福岡県・遠賀町)

13 **特大 鹿児島坊津黒牛カルビ焼肉用**

鹿児島県 鹿児島 鹿兒島・坊津地区の生産者3名よりお届け。霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

凍賞30日 500g **2700円(税込2916円)** 通常税込3218円
鹿児島県 [放]不検出<3.5<3.7

特
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。

田仲さん達(茨城県・桜川市)

14 **つくば茜鶏 モモ**

茨城県 茨城 茨城県つくば市

凍賞180日 300g **480円(税込518円)** 通常税込529円
茨城県 [放]不検出<3.6<3.4

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

シーズン最終!
お見逃しなく!

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

15 **鎌倉あらびきウインナー(増量)**

冷蔵賞15日 400g **720円(税込778円)** 通常税込890円
豚肉(国内産)

特
香ばしく焼いた大きめのつくねに、濃口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。

秋川牧園(山口県・山口市)

16 **若鶏焼きつくね**

山口県 山口 山口県山口市

凍賞卵米大小 180g **338円(税込365円)** 通常税込378円
鶏肉(山口県、他)

特
青森県八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノコ目を入れてあります。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。

タニセイフーズ(青森県・むつ市)

17 **国産やわらかいかステーキカット**

青森県 青森 青森県八戸市

凍賞 3枚220g **458円(税込495円)** 通常税込518円
紫いか(国内産)

特
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。

日本生協連合会

18 **CO北海道つぶコーン300g**

北海道 北海道 北海道十勝産

凍賞 300g **235円(税込254円)** 通常税込265円
とうもろこし(北海道)

特
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。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

19 **ブラックタイガー 2L**

凍賞賞180日 8尾前後180g **798円(税込862円)** 通常税込913円
ブラックタイガー(インドネシア)

いつもより
1本増量!

木村農園(茨城県・つくば市)

20 **木村さんのなす(増量)**

茨城県 茨城 茨城県つくば市

焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

3本+1本 **150円(税込162円)**
茨城県

シーズン最終
ホクッ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。

添野さん(栃木県・小山市)

21 **かぼちゃ(カット)**

栃木県 栃木 栃木県小山市

500g前後 **369円(税込399円)**
栃木県

いつもより
50g増量!

木村農園(茨城県・つくば市)

22 **木村さんのオクラ(増量)**

茨城県 茨城 茨城県つくば市

おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。

100g+50g **150円(税込162円)**
茨城県 [放]不検出<4.1<4.5

唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の葉味を、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。

カラミノフーズ(東京都・新宿区)

23 **白菜キムチ**

冷蔵賞賞30日 300g **515円(税込556円)**
白菜(国内産)

お得2
パック

ニッコー(神奈川県・大和市)

24 **徳用北京餃子 2パック**

神奈川県 神奈川 神奈川県大和市

普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国内産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セットでお届け。

凍賞大小 (18g×15)×2 **756円(税込816円)** 通常税込864円
豚肉(国内産)

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

ニッコー(神奈川県・大和市)

25 **ねぎ入りたこ焼 2パック**

神奈川県 神奈川 神奈川県大和市

凍賞賞180日 卵小 15個300g×2 **716円(税込774円)** 通常税込820円
たこ(ベトナム)

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。

日本生協連合会

754 **COただの炭酸水 200ml**

福岡県 福岡 福岡県甘木市

200ml×24 **1200円(税込1296円)** 通常税込1344円
前日OK!

【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・静岡県産の原材料について、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] 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	

夏の水菓子の代表果

シーズン初



懐かしい品種も含め十数種類の梨を栽培。土作り、梨園の環境作りを重視し、健全な樹、食べて元気の出るような梨作りに取り組んでいます。減農薬栽培。

27 梨(幸水)
3~4玉 約1kg 740円(税込799円)
栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.1



26 枝豆
200g 370円(税込400円)
山形県

品種は「湯あがり娘」他。枝から外した状態でお届けします。減農薬・無化学肥料栽培。



28 大塚さんのぶどう(デラウェア)種なし
3~5房400g 554円(税込598円)
山形県 [放] 不検出 <4.2 <4.3



29 巨峰
約400g 730円(税込788円)
千葉県 [放] 不検出 <3.6 <2.9

甘くて豊富な果汁が人気のぶどうです。1房単位ではなく400g規格のご案内です。減農薬栽培。



30 すもも(太陽)
約500g 713円(税込770円)
山梨県

シーズン最終



31 キウイフルーツ グリーン
3個入り 370円(税込400円)
ニュージーランド

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。



32 木村さんのマクワウリ
2玉 274円(税込296円) 通常税込320円
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.2

丁度良い甘さ。昔から親しまれている黄色いマクワウリ。食べる前に冷やしてお召上がり下さい。減農薬栽培。



33 ペルーバナナ
約450~600g 310円(税込335円)
ペルー(トゥンベス地域)



34 しょうが
100g 158円(税込171円)
高知県



35 にんにく
約100g 220円(税込238円)
熊本県



36 竹村さんのにんにく
300g 574円(税込620円)
茨城県



37 みょうが
50g 199円(税込215円)
高知県



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



39 中村さんのベビーリーフ
40g 155円(税込167円)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



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



41 木村さんのピーマン
150g 154円(税込166円)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.6



42 薄皮丸茄子
400g 389円(税込420円)
山形県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



43 なす
3本 200円(税込216円)
群馬県 [放] 不検出 <3.6 <3.5



44 なす
5本 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9



45 ベビーズッキーニ
250g以上(1本または2本) 171円(税込185円)
茨城県



46 4本 198円(税込214円)
47 8本 360円(税込389円)
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7



48 やさとの仲間のきゅうり(黒さんご)
3本 210円(税込227円) 通常税込235円
茨城県



49 おかひじき
100g 194円(税込210円)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0



50 ブロッコリー
1個 300円(税込324円)
青森県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



51 とうもろこし
1本 180円(税込194円)
千葉県、群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



52 だだちゃまめ
250g 450円(税込486円)
山形県 [放] 不検出 <2.3 <2.9



53 枝豆(袋入)
300g 426円(税込460円)
山形県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



54 微生物農法の会のかぼちゃ
1玉 495円(税込535円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.2



55 ミニトマト
150g 220円(税込238円)
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.6



56 木村さんのアイコトマト
200g 220円(税込238円)
茨城県



57 500g 361円(税込390円)
茨城県



58 1kg 665円(税込718円)
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5



59 レタス
1玉 190円(税込205円)
群馬県 [放] 不検出 <3.6 <3.8

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。



中村さん達 (群馬県・長野原町)
60 サニーレタス
 サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がり下さい。農薬無散布。

1玉 **180円**(税込**194円**)
 群馬県 [放] 不検出 <2.7 <3.1



中村さん達 (群馬県・長野原町)
61 キャベツ
 うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農薬に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。

1玉 **210円**(税込**227円**)
 群馬県 [放] 不検出 <0.3 <0.3



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)
62 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



林さん達 (千葉県・多古町)
63 小松菜
 ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農薬無散布。

1束 **210円**(税込**227円**)
 千葉県 [放] 不検出 <3.8 <4.4



横山ふぁーむ (茨城県・つくば市)
64 エンツアイ
 無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。

100g **156円**(税込**168円**)
 茨城県



エジプト原産でめるとした粘りが特長の、栄養価の高い野菜です。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。

木村農園 (茨城県・つくば市)
65 木村さんのモロヘイヤ

100g **150円**(税込**162円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



味にクセのない青菜です。おひたしにしてもクセや苦みが少なく、シャキッとした食感です。熱湯にて4~5分ゆで、冷水にひたすと一層美味しく召し上がれます。減農薬栽培

樺沢さん (群馬県・前橋市)
66 つる菜

200g **190円**(税込**205円**)
 群馬県

野菜セット 随時募集中! 地元の貴重な無農薬野菜セットです。畑の恵みをいただきます。

マイ生産者に会いに行こう!

生協では、ただ頂くだけの関係から生産者と交流し、その中で互いを思いあう関係づくりを進めています。いつも美味しい野菜をありがとうと言ってくださったことがうれしくて1品おまけしましたなんて事もあるかもものだけの取り組みではない、私たちの健康まで考えて、食卓が豊かになるようにいつも汗を流して美味しい野菜を作ってくれています。ぜひ畑と一緒に行ってみませんか? 供給担当、本部へお気軽にご連絡下さい。

↓ここからでも登録を承ります!! ①ご希望の野菜セット、②配達週:毎週・隔週・4週に1度に①をつけて、注文書と一緒に提出ください。

①	無農薬野菜セット	①	無農薬野菜セット
	清水さんの野菜セット 7~9品目 1210円 (税込 1372円)		天池さんの野菜セット 6~8品目 1350円 (税込 1458円)
②	毎週 隔週 4週に1度	②	毎週 隔週 4週に1度
	清水さんの野菜セット 5~6品目 910円 (税込 983円)		天池さんの野菜セット 5~6品目 940円 (税込 1015円)
②	毎週 隔週 4週に1度	②	毎週 隔週 4週に1度
	清水さんの野菜セット 3~4品目 635円 (税込 686円)		桑原さんの野菜セット 5~6品目 940円 (税込 1015円)
②	毎週 隔週 4週に1度	②	毎週 隔週 4週に1度
	宇治田さんの野菜セット 6~8品目 1838円 (税込 1985円)		微生物農法の会野菜セット 5~6品目 1250円 (税込 1350円)
②	毎週 隔週 4週に1度	②	毎週 隔週 4週に1度

キリトリ線



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)
67 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



上野さん達 (栃木県・上三川町)
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。農薬無散布。
 1束 **120円**(税込**130円**)
 栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



畑の状況で内容は毎回変わります

やさととの仲間 (茨城県・石岡市)

421 やさととの仲間野菜セット
 3品目 **554円**(税込**598円**)
 茨城県

八郷の3人の有機農業生産者(天池さん、田中さん、桑原さん)より旬の野菜をお届け。農薬無散布。



あゆみの会・嶋田さん達 (千葉県・旭市)
69 葉ねぎ(小ねぎ)

刻んで麺類の薬味にどうぞ。かつおなどく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



上野さん達 (栃木県・上三川町)
70 長ねぎ

地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘いのあるねぎです。農薬無散布。
 500g **220円**(税込**238円**)
 栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



上村さん達 (青森県・おいらせ町)
71 人参(洗い)

500g **185円**(税込**200円**)
 青森県



72 1kg

360円(税込**389円**)
 [放] 不検出 <4.2 <3.9



川島さん達 (群馬県・長野原町)
73 大根

1本 **190円**(税込**205円**)
 群馬県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬・無化学肥料栽培。

福葉さん達 (茨城県・結城市)
74 玉ねぎ

サラダ、炒め物、煮物と何にでも使える便利な野菜。減農薬栽培。
 1kg **285円**(税込**308円**)
 茨城県



玉ねぎの肉はさみ揚げ

福葉さん達 (茨城県・結城市)
75 玉ねぎ

自家製ボカシ肥料を施肥。作物を健康に育てることにこだわっています。減農薬栽培。
 3kg **815円**(税込**880円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1

いつものじゃがいもがお買い得!

色んな料理に使える常備野菜。忘れずにストックを



アコーディオンポテト



サラダ、マッシュポテト、じゃがバター等で。農薬無散布。



上野さん達 (栃木県・上三川町)
76 じゃがいも

1kg **248円**(税込**268円**)
 通常税込299円
 栃木県



77 3kg

700円(税込**756円**)
 通常税込810円
 [放] 不検出 <4.3 <4.1



浅野さん (茨城県・常総市)
78 浅野さんのじゃがいも

品種はワセシロか、キタアカリ。掘りたての新じゃがをお届けします。農薬無散布。
 1kg **220円**(税込**238円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.6



山田さん (茨城県・つくば市)
80 山田さんのしめじ

ひらたけのしめじです。おがくすに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。
 200g **225円**(税込**243円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7



丸金(長野県・長野市)
81 えのき茸

地元長野県、および近隣の間伐材から造ったオガ粉(木の粉)と、栄養源はすべて国内産で作られ、広島県産カキガラ粉末で畑づくりをしています。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
 200g **208円**(税込**225円**)
 長野県



82 ブラウンえのき茸

200g **218円**(税込**235円**)



安田さん (福島県・郡山市)
83 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



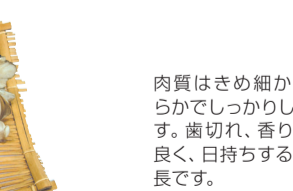
上村さん達 (青森県・八戸市)
79 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。
 200g **213円**(税込**230円**)
 青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



村上さん (栃木県・高根沢町)
84 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



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)
85 エリンギ

肉質はきめ細く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。
 100g **260円**(税込**281円**)
 三重県



86 A品

100g **210円**(税込**227円**)
 茨城県



87 B品

200g **225円**(税込**243円**)



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)
飯泉さんの生しいたけ

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。
 100g **210円**(税込**227円**)
 茨城県

あると便利な
鮭の切り身



鮭のムニエル

ロシア産の紅鮭を切り身にして10切パックにしました。バラ凍結。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

88 ロシア産紅鮭切り身(甘塩)10切

凍 180日

10切550g **1395円**(税込) **1507円**(税込) 通常税込1566円

紅鮭(ロシア)



お得な価格でど〜んと
10切お届けです!

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



7~9尾

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

96 子持ちからふとししゃも

凍 180日

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

からふとししゃも(アイスランド)

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。



ふるさと

凍 米 大 小

大黒淡水(静岡県・焼津市)
うなぎ蒲焼

90 70g×2

70g×2
たれ・山椒付

2650円(税込) **2862円**(税込) 通常税込2938円

うなぎ(愛知県)

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。



たっぷり食べられる
100g規格で

91 100g×2

うなぎ(愛知県)

100g×2
たれ・山椒付 **3425円**(税込) **3699円**(税込) 通常税込3780円



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

92 あさり

冷 30日 お届け日含め2日

220g **295円**(税込) **319円**(税込) 通常税込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

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。



しじみの中華風スープ

93 酒沼のしじみ(冷凍)

凍 30日 200g **360円**(税込) **389円**(税込)

やまとしじみ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8



塩屋(茨城県・ひたちなか市)



水永水産(宮崎県・門川町)

97 うるめいわし丸干し

日向灘で漁獲される高鮮度のうるめいわしを塩水に漬け、一昼夜乾燥しました。焼いて丸かじりでどうぞ。

凍 180日 5~7尾250g **398円**(税込) **430円**(税込)

うるめいわし(宮崎県)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

98 天日干しアジ

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。

凍 30日

4枚210g以上 **498円**(税込) **538円**(税込)

真あじ(佐賀県)



ヤマフ(佐賀県・唐津市)

99 九州産真あじの生開き干し

厳選した九州産の鰯(あじ)を鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いて下さい。

凍 30日

2枚160g **400円**(税込) **432円**(税込)

真あじ(九州)



下谷平次郎商店(千葉県・銚子市)

102 さんま開き2枚

北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。

凍 120日

2枚200g **350円**(税込) **378円**(税込)

さんま(北海道)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

103 甘塩縮ほっけ開き

脂の乗りがよい縮ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。

凍 30日

約350g **630円**(税込) **680円**(税込)

縮ほっけ(アメリカ)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

104 秋鮭(雄宝)塩みりん漬

北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自調合した塩みりんに漬け込みました。塩角がなく柔らかです。

凍 30日

約50g×4 **470円**(税込) **508円**(税込)

秋鮭(北海道)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

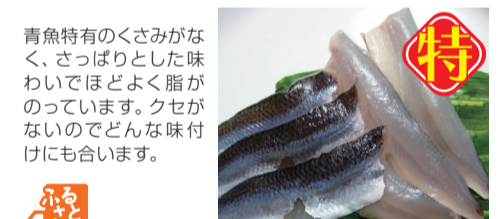
105 さば生姜味噌漬

ノルウェー産の真さばを使用。「やまご味噌」の粒味噌と国産生姜を加えた味噌ダレに漬け込みました。

凍 180日

3切165g **390円**(税込) **421円**(税込)

真さば(ノルウェー)



山米(兵庫県・新温泉町)

106 とび魚三枚おろし(フィーレ)

青魚特有のくさみがなく、さっぱりとした味わいでほどよく脂がのっています。クセがないのでどんな味付けにも合います。

凍 90日

6枚約140g **342円**(税込) **369円**(税込) 通常税込383円

とび魚(兵庫県)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

107 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**(税込)

真あじ(長崎県)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

108 雄武産秋鮭(雄宝)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にしました。鍋、フライ、焼物等に。

凍 30日

約250g **460円**(税込) **497円**(税込)

秋鮭(北海道)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

109 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)

北海道・雄武(おうむ)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。

凍 30日

80g×3 **461円**(税込) **498円**(税込)

秋鮭(北海道)



城ヶ島水産(神奈川県・三浦市)

110 めかじき切身2切

脂のりの良いインドネシア産のめかじきです。漁獲後船内に急速凍結したので、鮮度が違います。

凍 90日

2切140g **430円**(税込) **464円**(税込)

めかじき(インドネシア)



ダイマツ(鳥取県・米子市)

111 水温甘塩さば切身4切

ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂がのっています。

凍 120日

4切270g **480円**(税込) **518円**(税込)

さば(ノルウェー)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

112 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**(税込)

紅鮭(アラスカ)



山菱水産(福島県・いわき市)

113 簡単解凍!一本釣りのきはだまぐろ

フィリピン近海で一本釣りされたきはだまぐろを、水揚げ後すぐ現地指定工場にて加工し、急速凍結しました。

凍 20日

120g **450円**(税込) **486円**(税込)

きはだまぐろ(フィリピン)



山菱水産(福島県・いわき市)

114 生からつくったねぎとろ用

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。

凍 20日

60g×2 **398円**(税込) **430円**(税込)

きはだまぐろ(フィリピン)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

115 しめさばかぶら漬

国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし独自の調味液に漬け、かぶ、人参、生姜をのせ、かぶら漬に。

凍 180日

2枚160g **430円**(税込) **464円**(税込)

真さば(国内産)



丸三水産(千葉県・南房総市)

116 生からつくったあじ刺身生姜醤油漬

千葉県の本定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。

凍 180日

80g **390円**(税込) **421円**(税込)

真あじ(千葉県)

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。

海と食卓をつなぐ

(土佐佐賀産直出荷組合)



土佐の鯉船団が伝統漁法「一本釣り漁」で獲った「上り鯉」

119 土佐のわら焼きかつおたたき
水揚げ当日にさばいて、高知県産稲わらの強火で豪快に手焼きして仕上げました。お好みの厚さに切ってどうぞ。

凍 賞30日 130g **895円**(税込**967円**) 通常税込1015円
かつお (高知県)



126 ほたるいかの沖漬け(常総醤油)
高鮮度のうちに特製の醤油だれ(常総寒仕込み醤油、本みりん、料理酒「蔵の素」)に漬け込みました。もろみの風味豊かな沖漬けをどうぞ。

凍 賞90日 米大 100g **360円**(税込**389円**)
ほたるいか (山陰)



131 氷温造り さわらの雪見おろし(南蛮柚子)
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。

凍 賞180日 米 220g **380円**(税込**410円**)
さわら (韓国)



134 さんまチーズサンド
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。

凍 賞180日 乳小 7~9個 180g **395円**(税込**427円**)
さんま (国内産)

味付けはタレ1本だけ カンタン、おいしい

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
60 サニーレタス **161** つくば茜鶏 手羽元 **314** ヤンニョムジャン



◆作り方
ジッパー付きの袋に手羽元を入れ、全体が浸るぐらいヤンニョムジャンを注ぐ。半日ほど置いたら、220℃のオーブンで20分程度焼く。ちぎったサニーレタスとともに皿に盛る。
切り取ってご活用ください

手羽元の
ヤンニョムジャン
グリル

朝仕込んで、夕飯にちょうど良い味になります。

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)
土佐の色々セット 凍 賞40日
117 2種セット 2種 400g以上 **900円**(税込**972円**)
118 3種セット 3種 600g以上 **1320円**(税込**1426円**) 通常税込1458円

お弁当のおかずにも、オードブルにも
白身魚のしいらを食べやすい大きさにカットして、その上に玉ねぎ、マヨネーズを乗せてオープンで焼き上げました。

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町) 4個入
120 白身魚のペッパーマヨ 凍 賞40日 卵小 4個120g **580円**(税込**626円**)
しいら (高知県)

121 きびなごの唐揚げ
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。

凍 賞40日 140g **470円**(税込**508円**)
きびなご (高知県)

センシン食品 (宮城県・名取市)
127 ぐるっと日本 浜街道「なばうま」(松前漬)
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、なばりが絶品。

凍 賞60日 米大 100g **380円**(税込**410円**)
するめいか (北海道)

城ヶ島水産 (神奈川県・三浦市)
132 フライパンでできるごまたっぷりめかじき
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。

凍 賞180日 米大 190g **540円**(税込**583円**)
めかじき (インドネシア)

武田食品 (兵庫県・洲本市) 2~4切
135 さば味噌煮
厳選した調味料を使い、かつ使用量も抑えて真さば本来の旨味を生かしました。湯煎してお召し上がりください。

冷 賞60日 米大 2~4切130g **390円**(税込**421円**)
真さば (国内産)

武田食品 (兵庫県・洲本市)
136 天然ぶりのあら炊き
鮮度、脂のりともに良い長崎産の天然ぶりのあらを使用。軽く湯煎してどうぞ。

冷 賞60日 米大 200g **398円**(税込**430円**)
ぶり (長崎県)

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)
121 きびなごの唐揚げ
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。

凍 賞40日 140g **470円**(税込**508円**)
きびなご (高知県)

山菱水産 (福島県・いわき市) 2食入
124 まぐろ大葉みそ(丼用)
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。

凍 賞20日 米大 70g×2 **380円**(税込**410円**)
きはだまぐろ (南太平洋)

通常よりも大粒です。カレー、シチュー、スープにぴったりサイズです。
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
129 大粒シーフードミックス
凍 賞90日 340g **930円**(税込**1004円**)
するめいか・ほたて (北海道、青森県)、天然エビ (マレーシア)

山米 (兵庫県・新温泉町)
133 山かれい唐揚げ用
山陰の浜坂で水揚げされた山かれいを唐揚げ用に片栗粉を付けました。少量の油で揚げられます。フライパンで焼くだけでも調理出来ます。

凍 賞90日 150g **360円**(税込**389円**)
山かれい (兵庫県)

武田食品 (兵庫県・洲本市) 3~4尾
137 小鯛甘露煮
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がっています。

冷 賞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)

武田食品 (兵庫県・洲本市)
138 ほたるいかの麴漬け
獲れたてのほたるいかを、極めて鮮度が良いうちに山米オリジナルのタレに漬け込み、4日間熟成させました。

凍 賞90日 米大 100g **430円**(税込**464円**)
ほたるいか (兵庫県)

漬け汁もドレッシングとして使えます
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
122 やわらか酸味の酢だこ
蒸した真だこを、食べやすい大きさにぶつ切りし、特製酢で味付けしました。

凍 賞90日 米 120g **495円**(税込**535円**)
真だこ (モロッコ、モーリタニア)

山菱水産 (福島県・いわき市) 2食入
123 びんちょうまぐろ(丼用)
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。

凍 賞20日 米大 70g×2 **398円**(税込**430円**)
びんちょうまぐろ (太平洋)

山菱水産 (福島県・いわき市) 2食入
125 おらがつつた宮古の磯丼
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丼用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。

凍 賞180日 米大 50g×2 **375円**(税込**405円**)
するめいか・めかぶ・いくら (岩手県) [賞] 不検出<3.5<4.0

佐井村漁協 (青森県・佐井村)
130 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 賞60日 米大 40g **715円**(税込**772円**)
いくら (北海道、青森県) [賞] 不検出<3.5<3.9

山米 (兵庫県・新温泉町)
138 ほたるいかの麴漬け
獲れたてのほたるいかを、極めて鮮度が良いうちに山米オリジナルのタレに漬け込み、4日間熟成させました。

凍 賞90日 米大 100g **430円**(税込**464円**)
ほたるいか (兵庫県)

武田食品 (兵庫県・洲本市)
137 小鯛甘露煮
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がっています。

冷 賞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)

422 「手羽元のヤンニョムジャン」レシピセット
ヤンニョムジャン 1181円(税込1275円) 通常税込1355円
サニーレタス 手羽元

423 「鶏肉のソテー 甘酒ソース」レシピセット
甘酒 980円(税込1058円) 通常税込1078円
しょうが 鶏 モモ

鶏肉のソテー 甘酒ソース
◆材料(2人分)
鶏もも肉 1枚
黒こしょう 適量
「甘酒」 75ml
A 醤油 大1
L しょうが(すりおろし) 1片分

◆作り方
① 鶏肉は皮にとりところどころフォークを刺し、熱の通りをよくしておく。
② ボウルにAを入れ、鶏肉を10分ほど漬けておく。
③ フライパンを熱し、汁気をきった鶏肉を皮目を下にし、蓋をしてじっくり焼く。焼けたら蓋をはずし、もう片面も焼く。焼けたら②の汁を加えて軽く煮つめる。
④ 鶏肉を食べやすい大きさに切って皿に盛り、黒こしょうをふる。

好みで醤油の代わりに味噌や、にんにくを足しても美味しいです

クセがなくて食べやすい 栄養豊富な鶏レバーで夏バテ防止

特



8月の暑い毎日乗り越えるためにもレバーをおすすめします。植物性素材で育てられた鶏の新鮮なレバーは生臭さも少なく、豚や牛のレバーに比べて癖がなく食べやすいです。レバーにはたんぱく質、鉄分、ミネラル、ビタミン類が豊富に含まれていて、夏バテ防止に有効です。レバー炒め、甘辛煮は絶品でご飯すすみます。私の健康維持に欠かせない一品、ぜひお試しください。

ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

163 つくば茜鶏 レバー

凍 賞6日 250g **230円**(税込**248円**)
通常税込**259円**

茨城県

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。

組織部
**大岩の
おすすめ**

豚肉

岩瀬さんの豚肉
[放] 不検出<4.1 <3.4
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



岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

142 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。

凍 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

140 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。

凍 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

141 岩瀬さんの豚

ロースしゃぶしゃぶ用
きめが細かく脂が適度に入った部位。しゃぶしゃぶ用にスライスしました。

凍 賞30日 300g **785円**(税込**848円**)
茨城県



岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

143 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。

凍 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

144 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。

凍 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

145 岩瀬さんの豚

バラスライス
脂と赤身が層になったバラ肉を、厚さ3~3.5mmにスライスしました。

凍 賞6日 250g **425円**(税込**459円**)
茨城県



岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

146 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、時間がなくても便利です。

凍 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

147 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 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

148 ローズポーク

モモブロック
モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えようにブロックでお届け。

凍 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

149 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。

凍 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

150 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。

凍 賞6日 200g×2 **510円**(税込**551円**)
茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

151 ローズポーク

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



中津ミート (神奈川県・愛川町)

139 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。

凍 賞6日 5~7枚200g **700円**(税込**756円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

152 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)

153 中津豚ロース味噌漬

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。

凍 賞6日 200g **540円**(税込**583円**)
(固形量約80g×2)
豚肉 (神奈川県)



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

154 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 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) 野口商店

155 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)

14 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 **480円**(税込**518円**)
通常税込**529円**



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

156 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 賞180日 300g **370円**(税込**400円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

157 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 **490円**(税込**529円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

158 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 賞180日 250g **490円**(税込**529円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

159 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

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。



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

160 つくば茜鶏

手羽先
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)

161 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)

162 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)

164 徳用 鹿児島

坊津黒牛
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 賞30日 300g **1480円**(税込**1598円**)
鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

165 鹿児島

坊津黒牛
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 賞30日 300g **1680円**(税込**1814円**)
鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

166 鹿児島

坊津黒牛
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 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)

167 鹿児島

坊津黒牛
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 賞30日 150g×2 **1640円**(税込**1771円**)
鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

168 鹿児島

坊津黒牛
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)

169 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

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)

**170 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)

**171 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ので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 **320円(税込346円)** 通常税込362円
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

172 鎌倉チオリソ
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オリソです。

冷蔵 賞15日
30g×5 **385円(税込416円)**
豚肉 (国内産)



野菜と一緒にドッグパンにはさんで。

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**173 鎌倉粗挽
ロングウインナー**

冷蔵 賞10日
27g×5 **280円(税込302円)**
豚肉 (国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

**174 中津皮なし
和風ミニウインナー**
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)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**175 鎌倉ロースハム
スライス×2**

冷蔵 賞15日
60g×2 **480円(税込518円)** 通常税込540円
豚肉 (国内産)

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。



中津ミート (神奈川県・愛川町)

176 中津ボンレスハムスライス

冷蔵 賞7日
100g **340円(税込367円)**
豚肉 (神奈川県)

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。



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**179 つくば茜鶏
蒸し焼きスライスチキン**

凍蔵 賞180日 乳
160g **350円(税込378円)**
鶏肉 (茨城県)



ミートバル村山 (茨城県・土浦市)

180 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)

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、又はロースポーク使用。

サツラク農協が掲げる「健土健民」思想
(天地自然循環の法則)

- よい生乳は健康な牛からしぼられる。それにはまず良い土をつくること。
- 良い土には良い草が育ち、良い草を食べる牛は健康になる。
- 健康な牛からしぼられた牛乳を飲み、人は健康になり幸せになる。
- 原料(生乳)に優る製品(牛乳)はなし。
- 牛乳はどんなに最新の設備を使っても生乳を越えることは出来ず、良い牛乳を作るためにはまず良い生乳を生産することが必要。



500250 特別増資(一口500円)受付中

ご協力
ください

使用後の容器を
回収しています

ヨーグルトを入れている瓶と蓋はリサイクルしています。中身がなくなった後は、よく洗って生協にお戻しください。限りある資源、かつ不必要な経費を減らすためにも、ご協力をお願いします。



白い中ぶたは必ず取ってくださいね



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

181 プレーン 400g **345円(税込373円)**

182 加糖 400g **360円(税込389円)**
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りしました。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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

**183 石岡 鈴木牧場
フレッシュモッツアレラ**

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)

**184 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) [放] 不検出 <3.8 <4.1

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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

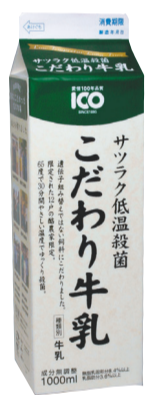
**185 石岡 鈴木牧場
さけるチーズ(バジル)**

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



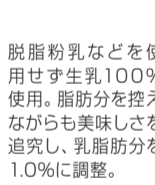
北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

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



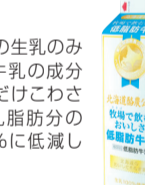
土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

サツラク農協(北海道・札幌市)
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



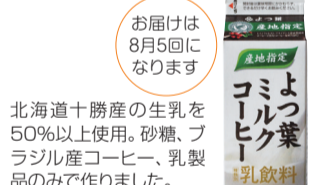
脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。

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



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。

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



お届けは8月5回になります
北海道十勝産の生乳を50%以上使用。砂糖、ブラジル産コーヒー、乳製品のみで作りました。
よつ葉乳業(北海道・音更町)
**186 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)



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 宇治田さんの平飼い卵
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)
187 うずらの卵(じゅんらん)
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。
賞卵 10個 **130円(税込140円)**
埼玉県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



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
賞卵 6個 **330円(税込356円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

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。

ホリ乳業 (石川県・金沢市)

188 腸内活性
ヨーグルメイト(プレーン)

ホリ牧場で搾乳した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。

冷蔵 賞21日 乳

400g **550円**(税込**594円**)
生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

ホリ乳業 (石川県・金沢市)

189 腸内活性
ヨーグルメイト(加糖)

ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

冷蔵 賞21日 乳

90g×3 **465円**(税込**502円**)
生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

サツラク農協(北海道・札幌市)

190 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)

191 サツラク酪農家限定
ヨーグルト(加糖)

11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)

冷蔵 賞18日 乳

80g×3 **206円**(税込**222円**)
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

酪王乳業(福島県・郡山市)

192 生乳たっぷり
のむヨーグルト

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

日本生活協同組合連合会

193 CO乳酸ドリンク
65ml×10本入

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷蔵 賞15日 乳

65ml×10 **178円**(税込**192円**)
[放] 不検出 <3.4 <4.1

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

194 濃厚豆乳プリン

愛知県産の豆乳、牛乳、国産卵を使って作った本格派カスタードプリンです。ゼラチン(豚由来)使用。

冷蔵 賞20日 卵乳大

100g×2 **250円**(税込**270円**)
牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

195 まめぞう豆乳プリン
まったり黒ゴマ

原料に牛乳を使わず、豆乳を使って作ったプリン。原材料:豆乳、鶏卵、ビートグラニュー糖、黒ごま、食塩

冷蔵 賞20日 卵大

110g×2 **230円**(税込**248円**)
豆乳(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.6

北海道酪農公社(北海道・江別市)

196 北海道クリームチーズ

北海道の生乳クリーム100%。チーズケーキや料理のベースに。パンやクラッカーにつけても。原材料:牛乳、クリーム、食塩、安定剤

冷蔵 賞60日 乳

200g **433円**(税込**468円**)
生乳(北海道)

北海道酪農公社(北海道・江別市)

197 北海道チャーンバター

北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャーン(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。

冷蔵 賞60日 乳

100g **277円**(税込**299円**)
生乳(北海道)

サツラク農協(北海道・札幌市)

198 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 乳

200ml **438円**(税込**473円**)
生乳(北海道)

大豆加工品

おかべや(神奈川県・相模原市)

199 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 賞届いて3日 大

330g **189円**(税込**204円**)
大豆(熊本県)

200 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 賞届いて3日 大

330g **189円**(税込**204円**)
大豆(熊本県)

201 おかべや 一口生揚げ

青森県産大豆・天然にがり100%使用。おかべや自慢の木綿豆腐を、風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。

冷蔵 賞届いて2日 大

6個 **240円**(税込**259円**)
大豆(青森県) [放] 不検出 <3.9 <4.0

202 おかべや 银杏入り野菜がんも

国産大豆使用の生地に银杏、にんじん、ごぼう、玉ねぎを加えて、味よく仕上げました。

冷蔵 賞届いて3日 大 小

1個 **150円**(税込**162円**)
银杏(新潟県)

丸和食品(東京都・練馬区)

203 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 賞届いて4日 大

300g **176円**(税込**190円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

204 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 賞届いて4日 大

300g **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

206 油揚げ

国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふっくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。

冷蔵 賞届いて6日 大

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)

207 お好み風がんも

国産大豆使用の豆腐生地に、具材をたくさん加え、一番搾り菜種油で揚げました。さっと焼いても、煮物でも。

冷蔵 賞届いて5日 大 小

5個 **270円**(税込**292円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.6

208 青豆入り
具だくさんがんも

丸和の豆腐に人参、ごぼう、青大豆、生姜、山芋粉、切昆布、黒ごまを加え、菜種一番搾りの油で揚げました。

冷蔵 賞届いて5日 大

80g×2 **295円**(税込**319円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.4

丸和食品(東京都・練馬区)

209 絹生揚げ

絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。

冷蔵 賞届いて4日 大

230g **205円**(税込**221円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5

219 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15日 大

300g **255円**(税込**275円**)
大豆(山形県) [放] 不検出 <4.0 <3.6

丸和食品(東京都・練馬区)

210 しそ寄せ豆腐

国内産の青じそを丁寧に刻み、豆腐に合わせた一品。ほのかに青じその風味が広がる、さっぱりとしたお豆腐。

冷蔵 賞届いて4日 大

200g **230円**(税込**248円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

丸和食品(東京都・練馬区)

211 きざみ揚げ(冷凍)

1袋

100g **208円**(税込**225円**)

212 2袋

100g×2 **398円**(税込**430円**)
通常税込**449円**
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

JAやさと(茨城県・石岡市)

213 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7日 米大 小

35g×3 **148円**(税込**160円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.5

216 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9日 米大 小

40g×2 **160円**(税込**173円**)
大豆(北海道)

水府納豆(茨城県・常陸太田市)

214 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10日 米大 小

40g×3 **140円**(税込**151円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4

217 ひきわりてんぺ

ひきわりタイプのてんぺ。そのままはもちろんですが、カットしやすく、調理用に適しています。

冷蔵 賞30日 米大

80g **250円**(税込**270円**)
大豆(北海道)

登喜和食品(東京都・府中市)

215 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9日 米大 小

80g **206円**(税込**222円**)
大豆(茨城県) [放] 137Cs<3.7

218 しらたか納豆粧漬
(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15日 米大

130g **330円**(税込**356円**)
大豆(山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.4

丸和食品(東京都・練馬区)

222 青のり入り
さしみこんにやく

青のり入りのさしみこんにやく。ぶりぶりとした食感がやみつきに。酢味噌付け。お好みでわさび醤油でも。

冷蔵 賞60日 米大

さしみこんにやく150g×2
酢味噌20g×2 **300円**(税込**324円**)
こんにやく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

市川食品(群馬県・高崎市)

222 青のり入り
さしみこんにやく

青のり入りのさしみこんにやく。ぶりぶりとした食感がやみつきに。酢味噌付け。お好みでわさび醤油でも。

冷蔵 賞60日 米大

さしみこんにやく150g×2
酢味噌20g×2 **300円**(税込**324円**)
こんにやく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

武田食品(兵庫県・洲本市)

223 淡路島 天然わかめ
(塩蔵)

淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。

冷蔵 賞90日

150g **410円**(税込**443円**)
わかめ(兵庫県)

日配品

鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

220 上州産 徳用こんにやく

群馬県産のこんにやく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。

冷蔵 賞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)

221 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。肉じゃがやずきやきなどに。

冷蔵 賞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

市川食品(群馬県・高崎市)

222 青のり入り
さしみこんにやく

青のり入りのさしみこんにやく。ぶりぶりとした食感がやみつきに。酢味噌付け。お好みでわさび醤油でも。

冷蔵 賞60日 米大

さしみこんにやく150g×2
酢味噌20g×2 **300円**(税込**324円**)
こんにやく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

武田食品(兵庫県・洲本市)

223 淡路島 天然わかめ
(塩蔵)

淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。

冷蔵 賞90日

150g **410円**(税込**443円**)
わかめ(兵庫県)

浜食(東京都・調布市)

224 洗いもずく

もずく(沖縄県)

冷蔵 賞10日 米

200g **240円**(税込**259円**)
もずく(沖縄県)

沖繩・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きが必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。

冷蔵 賞10日 米

200g **240円**(税込**259円**)
もずく(沖縄県)

シーズン最終



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

225 炊き込みご飯の素 ピリ辛豚ごぼう

冷 90日 米 大 小 2合用

180g(2合用) 348円(税 376円) 通常税込 389円

豚肉(国内産)

特

国内産の豚肉・野菜を使い、ピリ辛に仕上げました。食欲が落ちる夏場にぴったりです。



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

226 炊き込みご飯の素 新潟茶豆の枝豆ご飯

冷 90日 米 大 小 160g(2合用) 330円(税 356円) 2合用

枝豆(新潟県)

お茶漬以外にご飯のお供、お弁当、おにぎりの具などに



特

227 お茶漬昆布(砂糖不使用)

冷 90日 米 大 小 50g 268円(税 289円) 通常税込 302円

昆布(北海道)

シーズン最終



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

228 夏おでん

冷 90日 卵 米 大 小

430g(うち固形量290g) 570円(税 616円) 通常税込 626円

大根・キャベツ・卵(国内産)

特

国産原料にこだわった大根、ロールキャベツ、ゆで卵、しらたき、焼ちくわ、油揚げをいわず煮干しと昆布のだし汁で炊きました。そのまま冷やしたままでも、温めても。



遠忠食品(埼玉県・越谷市)

229 国産葉唐辛子(砂糖不使用)

冷 90日 米 大 小

30g 280円(税 302円)

葉唐辛子(国内産)

使いやすい少量パック

瀬戸内産のちりめんと京都丹波産の山椒の実を醤油、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。



230 ちりめん山椒(砂糖不使用)

冷 90日 米 大 小 30g 400円(税 432円)

カタクチワシ(瀬戸内産)

ご飯のお供に、お茶請け、おつまみにも



特

231 揚げごぼう(甘酢漬)

冷 90日 米 大 小 80g 310円(税 335円) 通常税込 346円

ごぼう(国内産)

細かく刻んでチャーハンの具やサラダのトッピングにも



遠忠食品(埼玉県・越谷市)

232 国産味付ザーサイ

冷 90日 米 大 小

100g 315円(税 340円)

ザーサイ(神奈川県・茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1



4個

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

233 やさとの半熟たまご(温玉)

冷 10日 卵

4個(タレ無) 195円(税 211円)

卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4



共生食品(神奈川県・相模原市)

234 内麦焼そば(ソース付)

冷 6日 卵 大 小

麺150g×3 ソース30g×3 250円(税 270円)

小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



金子製麺(神奈川県・中井町)

235 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)

冷 21日 卵 米 大 小

麺120g×2 スープ47g×2 375円(税 405円)

小麦(国内産)



金子製麺(神奈川県・中井町)

236 地粉生ラーメン冷やし味(2食入)

冷 21日 卵 大 小

麺120g×2、スープ45g×2 380円(税 410円)

小麦(国内産)



菊田商店(東京都・練馬区)

237 煮豆 とら豆

冷 90日 米

150g 270円(税 292円)

とら豆(北海道)



菊田商店(東京都・練馬区)

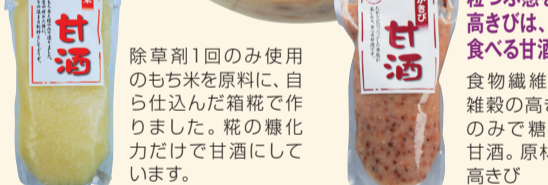
238 昆布豆

冷 90日 米 大 小

130g 200円(税 216円)

大豆(秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2

夏の疲れに 飲む点滴の甘酒を♪



白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)

239 甘酒

冷 30日 米

250g 350円(税 378円)

もち米(山形県) [放] 不検出 <3.6 <3.5

特

粒つぶ感を残した高きびは、まさに食べる甘酒

食物繊維が豊富な雑穀の高きびと、糯のみで糖化させた甘酒。原材料：糯、高きび

240 高きび甘酒

冷 30日 米

250g 340円(税 367円) 通常税込 378円

高きび(山形県) [放] 不検出 <3.0 <3.6



遠忠食品(埼玉県・越谷市)

241 しらすくるみ

冷 90日 米 大 小

100g 580円(税 626円)

しらす(瀬戸内海)



まるしょう(石川県・小松市)

242 ベジタブルサワー

冷 10日 米

150g 260円(税 281円)

大根・きゅうり・パプリカ(国内産)



八幡屋(茨城県・古河市)

243 福神漬(2個組)

冷 90日 米 大 小

100g×2 320円(税 346円)

大根(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.0



河野食品(福岡県・みやま市)

244 べつ甲色のたかな漬

冷 120日 米 大 小

200g 245円(税 265円)

高菜(福岡県)



樽の味(和歌山県・御坊市)

245 すっぱいいなか漬(寒干し沢庵・糠漬)

冷 120日 米

140g 260円(税 281円)

大根(宮崎県)



月山農場(山形県・酒田市)

246 月山赤かぶ漬(スライス)

冷 30日 米

120g 165円(税 178円)

赤かぶ(山形県) [放] 不検出 <3.2 <4.1



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

248 長崎 あじの一口揚げ

冷 7日 卵 米

130g 270円(税 292円) 通常税込 302円

あじ(長崎県)



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

249 長崎 野菜棒天(さわら入)

冷 30日 卵 大 小

9個90g 248円(税 268円) 通常税込 281円

さわら(国内産)



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

252 長崎 じゃこ天

冷 30日 卵 米

2枚100g 254円(税 274円)

雑魚(長崎県)



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

253 長崎 いか天

冷 7日 米

30g×4 264円(税 285円)

すけそうだら(北海道、アメリカ)



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

254 長崎甘鯛入り さつま揚げ

冷 7日 卵 米

25g×5 368円(税 397円)

甘鯛(長崎県)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

250 おとうふ揚げ

凍 180日 米 大

5個175g 285円(税 308円) 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)

251 ネギちりめん揚げ

凍 180日 米

100g 315円(税 340円)

すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

255 焼ちくわ

凍 180日 卵 米

7本224g 360円(税 389円)

スケソウタラ(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

256 わかめはんぺん

凍 180日 卵 米

4枚200g 350円(税 378円)

わかめ(岩手県)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

257 ソフトはんぺん

凍 180日 卵 米

4枚200g 395円(税 427円)

すけそうだら(北海道)

冷凍食品



イズックス (東京都・中央区)

258 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g 315円(税込340円) かぼちゃ (北海道)



リラス (千葉県・船橋市)

259 松島湾産 おさしみあかもく

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

凍 100g 250円(税込270円) あかもく (宮城県) [放] 不検出<3.8<4.0



パイオニアフーズ (北海道・京極町)

260 ミニポテト オープントースター用

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

凍 500g 298円(税込322円) じゃがいも (北海道)



ハッコー食品 (千葉県・千葉市)

261 ラザニア皮

乾燥のものに比べてソフトでコシがあります。冷蔵庫で自然解凍し、たっぷりの湯で茹でてご使用下さい。

凍 180日 卵小 20枚 (9cm×9cm) 345円(税込373円) 小麦 (カナダ、オーストラリア、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)

262 フライパンで簡単 ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 卵乳米小 200g 400円(税込432円) 鶏肉 (山口県、他)



263 徳用 チキンナゲット

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

凍 卵米小 400g 698円(税込754円) 鶏肉 (山口県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)

264 スパイシー ささみカツ

開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツにしました。フライ済。オープントースターでレンジで。

凍 卵米小 160g 383円(税込414円) 鶏肉 (山口県、他)



265 チキンソースカツ

厚めにそぎ切っ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。

凍 卵米大 150g 376円(税込406円) 鶏肉 (山口県、他)



268 豚こぼろひじきハンバーグ

豚肉と食物繊維の豊富なごぼう、ひじきを使用し、お弁当用に適した形のミニハンバーグです。

凍 卵米大 8個208g 415円(税込448円) 豚肉 (国内産)



269 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。

凍 卵米大 8個144g 345円(税込373円) ごぼう (国内産)



270 ふんわり豆腐ハンバーグ 2パック

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。

凍 卵米大 (90g×3)×2 828円(税込894円) 大豆・鶏肉 (国内産)



271 プチカレーコロッケ

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

凍 卵米小 20g×6 260円(税込281円) じゃがいも (国内産)



272 お魚屋さん作った厚切フィッシュフライ

クセの無い白身魚のホキを厚切りにし衣を薄く付けました。フライパンで両面を焼いてどうぞ。

凍 卵米小 5枚300g 400円(税込432円) 鶏肉 (山口県、他)



273 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。

凍 卵米大 180g (3種各2本) 629円(税込679円) 鶏肉 (山口県、他)



274 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。

凍 卵米大 18g×15 400円(税込432円) 豚肉 (国内産)



275 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。

凍 卵米大 18g×25 540円(税込583円) 豚肉 (国内産) [放] 不検出<3.3<4.0



276 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。

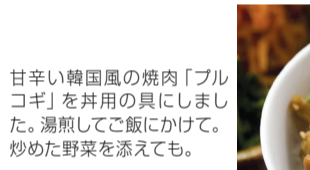
凍 卵米大 14本420g 410円(税込443円) 小麦 (国内産)



277 コリアンチヂミ (たれ付)

韓国風お好み焼き。フライパンまたはトースターで焼くと、外はパリパリ、中はもっちり食感を楽しめます。

凍 卵米大 ちヂミ115g×2 たれ8g×2 460円(税込497円) 小麦 (国内産)



278 ブルコギ丼の具 (国産牛)

もやし、小松菜、ぜんまい、大根の4種。解凍後、ほくして、和え直してから盛り付けて。ぜんまいは中国産。

凍 卵米大 100g×2 558円(税込603円) 牛肉 (国内産)



283 冷凍ナムルセット (2個組)

もやし、小松菜、ぜんまい、大根の4種。解凍後、ほくして、和え直してから盛り付けて。ぜんまいは中国産。

凍 卵米大 150g×2 896円(税込968円) 一六穀米 (国内産)



279 鶏ごぼうシュウマイ

削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。

凍 卵米大 27g×8 355円(税込383円) 鶏肉 (国内産)



280 ママ おいしい肉海老シューマイ

芽吹き屋でおなじみ岩手阿部製粉の小麦粉で皮を作り、豚肉に海老を加えて包みました。レンジで温めて。

凍 卵米大 6個210g 475円(税込513円) 豚肉 (群馬県)



281 えびにら餃子

にらとえびの旨みがマッチした餃子。ごま油の風味がきいています。皮は国産小麦粉使用。

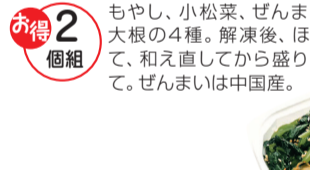
凍 卵米大 18g×10 385円(税込416円) えび (インドネシア、ベトナム、他)



282 チャブチェ

湯煎するだけで、手軽に本格的なチャブチェを楽しめます。フルフルの春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。

凍 卵米大 180g×2 570円(税込616円) 春雨 (国内産)



288 一六穀米ご飯と麻婆豆腐お弁当セット

なる和金時とひじきのかき揚げをメインに鮭わかめご飯、小松菜のじゃこ和えを詰めたお弁当です。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。

凍 卵米大 215g 515円(税込556円) さつまい芋 (国内産)



292 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグお惣菜セット

徳島県のれんこんと鶏肉で作ったハンバーグをメインに、茄子の揚げ浸し・ひじきと大豆の煮もの・青菜とじゃこの浸しを詰めました。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。

凍 卵米大 230g 700円(税込756円) 鶏ひき肉・れんこん (徳島県)



284 門前おやき (じゃがバター)

千切りにしてから蒸かしたジャガイモとバターの風味が生地のやわらかさと良く合います。

凍 180日 乳小 4個 640円(税込691円) じゃがいも (国内産)



285 門前おやき (切干大根)

切干大根に信州産のきと油揚げを加えました。生地は長野県産小麦「更級のめくみ」と長野県産長芋を使用。

凍 180日 大 4個 640円(税込691円) 切干大根 (宮崎県)



286 鶏五目中華ちまき

国産もち米、鶏肉、野菜の五目煮に、鶏ガラスープやごま油を加えて蒸した本格中華ちまき。本竹皮で包みました。レンジで温めて。

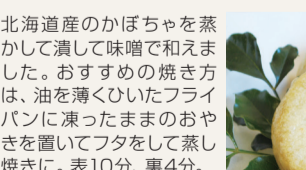
凍 卵米大 80g×4 640円(税込691円) 鶏肉 (国内産)



287 鮭わかめご飯とひじきかき揚げお弁当セット

北海道産の鮭の塩焼きをメインに野菜炒め・切干大根・ひじきと大豆の煮ものを詰めました。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。

凍 卵米大 230g 700円(税込756円) 鮭 (北海道)



北海道産のかぼちゃを蒸かして漬して味噌で和えました。おすすめの焼き方は、油を薄くひいたフライパンに凍ったままのおやきを置いてフタをして蒸し焼きに。表10分、裏4分。

凍 180日 米大 4個 630円(税込680円) かぼちゃ (北海道)



290 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 卵米大 200g×5 390円(税込421円) 小麦 (国内産)



291 国産鮭の塩焼きお惣菜セット

北海道産の鮭の塩焼きをメインに野菜炒め・切干大根・ひじきと大豆の煮ものを詰めました。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。

凍 卵米大 230g 700円(税込756円) 鮭 (北海道)



徳島県のれんこんと鶏肉で作ったハンバーグをメインに、茄子の揚げ浸し・ひじきと大豆の煮もの・青菜とじゃこの浸しを詰めました。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。

凍 卵米大 230g 700円(税込756円) 鶏ひき肉・れんこん (徳島県)

293 ミニたい焼き
国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡して、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 小
10個400g **400円**(税込**432円**)
小豆(北海道) [放]不検出<3.3<3.3

294 芽吹き屋 ごまとろり
とろりとした黒ごまあんを、国産上新粉を使用した生地で一口サイズに包みました。
凍 米 大 小
12個216g **498円**(税込**538円**)
上新粉(国内産)

298 芽吹き屋 田舎あんだんご
国産うるち米が主原料。こしあんは北海道小豆使用。1串2玉で食べやすいサイズ。自然解凍で。
凍 米 大 小
5本200g **340円**(税込**367円**)
小豆(北海道)

299 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 米 大
4本180g **410円**(税込**443円**)

“混ぜて凍らせただけ”の
無添加 アイスキャンデー
特
家族でわけあえる たっぶりサイズ
ネージュ(大阪府・八尾市) 6本入
295 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 **558円**(税込**603円**) 通常税込626円
オレンジ(愛媛県)

ネージュ(大阪府・八尾市) 6本入
301 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 乳
65cc×6 **558円**(税込**603円**) 通常税込626円
ココア(東南アジア)

ネージュ(大阪府・八尾市) 6本入
302 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作りました。
凍
65cc×6 **558円**(税込**603円**) 通常税込626円
小豆(北海道)

ネージュ(大阪府・八尾市) 6本入
303 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作った宇治金時パーです。
凍 乳
65cc×6 **558円**(税込**603円**) 通常税込626円
小豆(北海道)

ネージュ(大阪府・八尾市) 6本入
296 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作りしました。
凍
65cc×6 **558円**(税込**603円**) 通常税込626円
ブルーベリー(カナダ)

ネージュ(大阪府・八尾市) 6本入
297 ミルクキャンデー
乳化剤、安定剤を使用せずに作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を使用しました。
凍 乳
65cc×6 **558円**(税込**603円**) 通常税込626円
牛乳(北海道)

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

やまこみそ(茨城県・宇谷市)
304 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 前日OK!
90日 大
1kg **540円**(税込**583円**)
大麦(国内産)

沼屋本店(茨城県・つくば市)
305 沼屋 手造りみそ
冷 前日OK!
180日 米 大
1kg **530円**(税込**572円**)
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いません。
沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総寒仕込みしょうゆ 冷 前日OK!
6大 小
306 生 360ml **457円**(税込**494円**)
307 火入れ 500ml **619円**(税込**669円**)
大豆(茨城県) [放]不検出<3.0<3.3

ゆず&かぼすのダブル果汁に、経節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。
飯尾醸造(京都府・宮津市)
310 富士ゆずぼん酢
6大 小
360ml **758円**(税込**819円**) 通常税込842円
ゆず(徳島県)、かぼす(大分県)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
沼屋本店(茨城県・つくば市)
528 常総だし醤油 前日OK!
6大 小 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
キノエネ醤油(千葉県・野田市)
504 酒みりん 前日OK!
米 1ℓ **570円**(税込**616円**)

海はいのち(長崎県・南島原市)
513 にっぼんの海塩
長崎県南島原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
前日OK!
500g **250円**(税込**270円**)
海水(長崎県)

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。
けんこう舎(東京都・調布市)
308 焼塩胡椒
63g **320円**(税込**346円**)
食塩(オーストラリア、日本、他)

みかんでおなじみの渥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。
たちばなファーム(静岡県・浜松市)
309 国産レモン果汁
100ml **465円**(税込**502円**)
レモン(静岡県) [放]不検出<4.1<4.6

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。
飯尾醸造(京都府・宮津市)
312 富士玄米黒酢
500ml **1450円**(税込**1566円**)
玄米(京都府)

原料の米作りから自分たちで
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、コクと旨みのある純米酢に仕上げました。
飯尾醸造(京都府・宮津市)
518 純米富士酢 前日OK!
米 500ml **655円**(税込**707円**) 通常税込724円
米(京都府)

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。
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
552 エキストラバージンオリーブ油
前日OK!
2018.9.30
430g **2770円**(税込**2992円**)
オリーブ(イタリア)

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

全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。
Kisaichi Mayonnaise
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
531 マヨネーズ(キサイチ) 前日OK!
卵 330g **475円**(税込**513円**)
なたね(オーストラリア)

適量出せる便利なボトル
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。
ボールスタア(東京都・東村山市)
538 国産(野菜・果実)中濃ソース
200g **330円**(税込**356円**)

水で5~8倍に薄めてお飲みください
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、コクと旨みのある純米酢に仕上げました。
飯尾醸造(京都府・宮津市)
518 純米富士酢 前日OK!
米 500ml **655円**(税込**707円**) 通常税込724円
米(京都府)

水で5~8倍に薄めてお飲みください
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、コクと旨みのある純米酢に仕上げました。
飯尾醸造(京都府・宮津市)
518 純米富士酢 前日OK!
米 500ml **655円**(税込**707円**) 通常税込724円
米(京都府)

たっぶりの生玉ねぎの風味に、生醤油のkokoro。生にこだわったドレッシングです。食材は全て国内産原料です。
日本生協連合会
313 CO野菜たっぶり和風ドレッシング300
前日OK!
300ml **310円**(税込**335円**)

とりガラ、ポークをベースに帆立の風味を加えた中華味の調味料。
けんこう舎(東京都・調布市)
576 中華クック 前日OK!
とりがらと帆立の風味
110g **510円**(税込**551円**)

岡村製油(大阪府・柏原市)
549 あげもの油 前日OK!
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。
1380g **948円**(税込**1024円**) 通常税込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)

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)
573 だしパック 前日OK!
8g×18 **440円**(税込**475円**)
さば(国内産) [放]不検出<3.8<3.5

かねの水産(千葉県・大網白里市)
571 煮干 前日OK!
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、冷風乾燥させました。
180日 200g **400円**(税込**432円**)
かたくいわし(国内産) [放]不検出<4.0<4.0

わが家の「ひと工夫」
かぼちゃは薄めに切り、衣を少ずつけて(塩味を少し加えて)揚げます! 薄いのですく揚がるし、美味しいですよ!! (取手市 料理好きの敏子さん!?)

白ごまをていねいに煎り、よい頃にすりあげました。和え物、つけダレやドレッシングに。



けんこう舎 (東京都・調布市)

604 すりごま(白)

◎180日 4g×16 **300円**(税込**324円**)
白ごま(グアテマラ、ニカラグア、他)



カナダ産オーガニックからしを使用。香料、着色料、酸味料、乳化剤不使用。



東京フード(茨城県・つくば市)

315 練りからし

◎180日 米 40g **330円**(税込**356円**)
からし(カナダ)



～防災食に 常備食に～

なんと常温保存で1年!
味も美味しいと評判です♪



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

318 ひじきと大豆の煮物

大分県産のひじき、大豆、こんにゃく、人参、油揚げを自社の天然だし汁で煮含めました。
◎180日 米 120g **280円**(税込**302円**)
ひじき(大分県)

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



宮城県岩出山産大豆「ミヤギシロメ」を使用し、重曹や消泡剤などを使わず、昔ながらの製法で作りました。



岩出山農協(宮城県・大崎市)

316 凍り(しみ)豆腐

◎150日 米 20枚90g **545円**(税込**589円**)
大豆(宮城県) [放] 不検出 <2.7 <2.9



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

317 肉じゃが

◎180日 米 170g **390円**(税込**421円**)
じゃがいも(国内産)

国内産の原料野菜を使用し、肉と野菜を炒めてから自然だしで煮込みました。



味と原材料にこだわったレトルト食品です



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

319 切り昆布の煮物

◎180日 米 120g **275円**(税込**297円**)
昆布(北海道)

北海道産の昆布、人参、油揚げ、椎茸を自社で煮出しただし汁で煮込みました。便利な食べきりサイズ。



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

320 筑前煮

◎180日 米 170g **415円**(税込**448円**)
鶏肉(国内産)

肉と野菜を炒めてから、自社の天然だしで煮込んでいるので、水っぽくなくダシの旨味が感じられます。



コタニ(岩手県・大船渡市)

586 三陸岩手のカットわかめ

◎180日 米 14g **270円**(税込**292円**)
わかめ(岩手県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

早採り品を使用。肉厚で軟らかいのが特長。水戻しすると15~20倍に増えます。みそ汁、スープ、サラダに。



リアス(千葉県・船橋市)

559 徳用利尻昆布カットタイプ

◎180日 米 50g **490円**(税込**529円**)
昆布(北海道)

利尻昆布の徳用タイプを12cmにカット。澄んだダシが特長。湯豆腐や椀物のダシに。



長谷川商店(東京都・中央区)

583 寿司はねのり

◎180日 米 全型10枚 **255円**(税込**275円**)
のり(国内産)

軟らかで歯切れがよく、甘みのあるのり。寿司用に焼いた物の中からはねた若干難点があるのりです。



日本生協連合会

710 CO 食べる煮干

◎180日 米 42g **190円**(税込**205円**)
片口いわし(瀬戸内海)

瀬戸内産の小鱼を100%使用。カルシウム豊富な、まるごと食べられる煮干です。原材料:片口いわし、食塩



伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

565 削り節パック 徳用

◎180日 米 3g×20 **490円**(税込**529円**)
かつお(国内産)

かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼そばなどに手軽に使える蛋白源。徳用タイプです。



リアス(千葉県・船橋市)

590 塩吹昆布

◎180日 米 35g **260円**(税込**281円**)
昆布(北海道)

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



リアス(千葉県・船橋市)

596 わかめご飯の素

◎180日 米 30g **480円**(税込**518円**)
わかめ(徳島県)

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



九鬼産業(三重県・四日市市)

599 九鬼ごましお

◎180日 米 30g **120円**(税込**130円**)
ごま(ミャンマー、他)

厳選した黒ごまを独自の技術で焙煎し、香りとコクを引き出しました。赤穂産の塩100パーセント使用。



川光商事(東京都・中央区)

321 生きりもち シングルパック

◎180日 米 400g **490円**(税込**529円**)
もち米(国内産)

国内産水稲もち米100%使用の餅。保存に便利な1切れパック包装。



江別製粉(北海道・江別市)

619 北海道産小麦粉 ノースランド(強カタイプ)

◎180日 米 500g **230円**(税込**248円**)
小麦(北海道)

北海道産のホロシロとホクシンをブレンドした強カタイプの小麦粉。北海道小麦100%のパン作りを。



江別製粉(北海道・江別市)

621 薄力粉(北海道産小麦使用)

◎180日 米 1kg **330円**(税込**356円**)
小麦(北海道)

北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

626 国産パン粉

◎180日 米 200g **255円**(税込**275円**)
小麦(岩手県) [放] 不検出 <1.0 <1.0

岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

322 月桂樹(ローリエ)

◎180日 米 13枚 **180円**(税込**194円**)
月桂樹(山形県) [放] 不検出 <4.4 <4.1

半乾燥でお届けするため香りが少なく感じられますが、乾燥させたり調理に用いると清々しく香り立ちます。農薬無散布。



三上製麺(埼玉県・所沢市)

323 二八の匠 八割そば

◎180日 米 200g×2 **420円**(税込**454円**)
そば(国内産)

そば湯もお楽しみいただけます



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

625 ホットケーキミックス(加糖)

◎180日 米 400g **345円**(税込**373円**)
小麦(岐阜県)

お好み焼き風ホットケーキ



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

625 ホットケーキミックス(加糖)

◎180日 米 400g **345円**(税込**373円**)
小麦(岐阜県)

お好み焼き風ホットケーキ



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

642 無かんすいソース焼きそば 5袋

◎180日 米 114g×5 **660円**(税込**713円**)
小麦(北海道)

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。ソースは化学調味料・たんぱく加水分解物不使用。



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

639 無かんすいラーメン 塩味 5袋

◎180日 米 99g×5 **620円**(税込**670円**)
小麦(北海道)

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。



田仲さん達(茨城県・桜川市)

161 つくば茜鶏 手羽元

◎180日 米 400g **525円**(税込**567円**)
茨城県

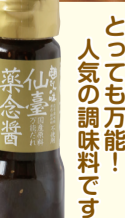
唐揚げやスープ煮に。

超さんの味(宮城県・仙台市)

314 超さんの味 薬念醬(ヤンニョムジャン)

◎180日 米 240g **498円**(税込**538円**)
米 240g **498円**(税込**538円**)
通常税込 **594円**

野菜や魚、肉と一緒に煮込んだり、炒めたりして使える万能調味料です。お酢を加えてドレッシングとしても。



味付けはタレ1本だけ
カンタン、おいしい



ニューオークボ(千葉県・柏市)

324 スパゲティ ブロンスタイプ(1.9mm)

◎180日 米 300g **235円**(税込**254円**)
小麦(カナダ、アメリカ)

デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲティ。ソースに絡みやすい、ざらつきがある pasta。茹で時間約9分。



ニューオークボ(千葉県・柏市)

631 ペンネマカロニ

◎180日 米 100g **110円**(税込**119円**)
小麦(カナダ、アメリカ)

手打製法のマカロニ。高熱をかけていないので麺体は透き通っていません。ペン先の形をしたマカロニです。

411 「白身魚と野菜の中華あんかけ」をのせても!



創健社(神奈川県・横浜市)

382 長崎皿うどん 5袋

◎120日 米 2食×5袋(スープ付) **1350円**(税込**1458円**)
小麦(国内産)

国産小麦粉を使った無かんすい麺。パリッとした揚げ麺にあんかけスープが良く合います。シーフードやお肉、野菜をたっぷり入れて。

◎120日 米 2食×5袋(スープ付) **1350円**(税込**1458円**)
通常税込 **1512円**



防災食としても大活躍★

「お湯をかけるだけ」シリーズ

あると便利な

16ペーシでケース内に入ります

特

無かんすい麺。スープは丸鶏だしと野菜、醤油の旨味で仕上げたスッキリとした味わいです。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。

創健社(神奈川県・横浜市)

325 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋

¥150日 6大小 75g×3 **486円(税込525円)** 通常税込552円

特

無かんすい麺。魚介類や玉ねぎのおいしさが凝縮されたスープに、のど越しの良い麺がよく合います。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。

創健社(神奈川県・横浜市)

326 お湯かけ麺 シーフードしおラーメン 3袋

¥150日 6大小 73g×3 **486円(税込525円)** 通常税込552円

特

創健社(神奈川県・横浜市)

327 お湯かけ麺 カレーうどん 3袋

動物性の油脂、エキスを使用せず、スパイスの香り豊かな和風仕立て。

¥150日 6大小 81g×3 **498円(税込537円)** 通常税込567円

特

創健社(神奈川県・横浜市)

328 お湯かけ麺 わかめうどん 3袋

かつおと昆布だしを効かせ、飽きのこないあっさりとした味わい。

¥150日 6大小 72g×3 **498円(税込537円)** 通常税込567円

特

創健社(神奈川県・横浜市)

329 お湯かけ麺 わかめそば 3袋

かつおと昆布だしを効かせ、甘さ控えめの味わい。

¥150日 6大小 72g×3 **498円(税込537円)** 通常税込567円

前日OK!

山田養蜂場(茨城県つくば市)

554 アルゼンチン産 百花蜜はちみつ

アルゼンチンでとれるクローバー、アルファルファなどの百花蜜はちみつ。さわやかな香りで、ケセの少ないはちみつです。

500g **1080円(税込1166円)** はちみつ(アルゼンチン)

前日OK!

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)

ほたて貝柱とごぼうのサラダ

日本生協連合会

330 COほたて貝柱水煮ほぐし身 3缶

国産の帆立貝柱を料理に使いやすいほぐし身(フレーク状)に仕上げました。

70g×3 **1120円(税込1210円)** ほたて貝柱(国内産)

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

前日OK!

大興食品(東京都・豊島区)

331 プレーンバーム

原材料:卵、砂糖、国産小麦粉、植物性油脂(バーム油、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

前日OK!

大興食品(東京都・豊島区)

332 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個入 **278円(税込300円)** 小麦粉(国内産)

前日OK!

大興食品(東京都・豊島区)

333 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

前日OK!

大興食品(東京都・豊島区)

334 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

前日OK!

大興食品(東京都・豊島区)

335 ごま棒ビス

原材料:小麦粉、三温糖、植物性ショートニング(バーム油、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

前日OK!

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(バーム油、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(バーム油)、モルトエキス

30個 **154円(税込166円)** 大豆(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

前日OK!

サンコー(愛知県・豊橋市)

700 小魚せんべい

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

60g **180円(税込194円)** 馬鈴薯澱粉(国内産) [放]不検出<3.9<3.5

前日OK!

サンコー(愛知県・豊橋市)

707 ポテトチップスのり味

原材料:馬鈴薯、植物性油脂(米油、バーム油)、食塩、青のり

58g **135円(税込146円)** ジャがいも(国内産)

前日OK!

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

336 ポン玄米(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

前日OK!

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

337 ポン玄米(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

前日OK!

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

338 玄米おこし

原材料:玄米、黒砂糖、水飴、菜種油、きな粉<製造ラインで落花生の使用あり>

150g **340円(税込367円)** 米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8

前日OK!

ムソー(大阪府・大阪市)

697 草加せんべいごま

原材料:うるち米、ごま、醤油、麦芽糖、でんぷん

10枚 **405円(税込437円)** うるち米(国内産)

前日OK!

ムソー(大阪府・大阪市)

698 草加せんべいしょうゆ

原材料:うるち米、醤油、麦芽糖、でんぷん

10枚 **405円(税込437円)** うるち米(国内産)

前日OK!

ますだ(千葉県・八街市)

339 天日干しざやいり落花生300g

千葉県八街産。今ではめずらしくなった天日干し乾燥。香りが高く、甘みも強いです。原材料:落花生

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

前日OK!

ますだ(千葉県・八街市)

340 うす皮煎り落花生

うす皮がついたまま塩水につけて味付け。香ばしくて止まらないおいしさです。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

前日OK!

ますだ(千葉県・八街市)

341 バターピー(ほそ実)

原材料:落花生、フレッシュバター、植物性油脂(バーム油、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

前日OK!

みぞ半(長崎県・南島原市)

342 琥珀しお飴

原材料:砂糖、水飴、食塩

90g **240円(税込259円)** 塩(長崎県)

前日OK!

野中(山梨県・甲府市)

343 あんこ屋野中のなめらか水ようかんセット

原材料:ビートグラニュー糖、小豆、寒天、塩

¥90日 こし80g×2、小倉80g×1 **540円(税込583円)** 小豆(北海道) [放]不検出<3.7<4.1

前日OK!

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

876 バックスナチュロン UVクリーム

まだまだ日差しが強い季節、日焼け対策は万全に! 合成紫外線吸収剤、合成界面活性剤を使わず、石けんで乳化したシンプルなクリーム。SPF15、PA++。

45g **700円(税込756円)** 通常税込810円

前日OK!

あゆみの会(茨城県・稲敷市)

889 EMボカシペレット

ナラ材100%。1年間熟成させた蒸留木酢液。植物の病気予防、虫の忌避剤として。ペットのにおい取りにも。

500g **200円(税込216円)**

前日OK!

野中(山梨県・甲府市)

344 あんこ屋野中の手作りぜんざいセット

原材料:小豆、ビートグラニュー糖、栗

¥120日 豆120g×2、栗120g×1 **650円(税込702円)** 小豆(北海道) [放]不検出<3.1<3.0

前日OK!

フジヤマスライサー(宮崎県・日向市)

345 T-Forest 楠しょうのう

家の中から合成化学物質を排除しましょう 国産の楠(くすのき)のチップから抽出した楠油です。付着した楠油臭は空気に触れると抜けます。天然楠油は強い成分を含むので、取り扱いの説明をよく読んでからご使用下さい。

10g×8 **1600円(税込1728円)** くすのき(宮崎県)

前日OK!

丸富製紙(静岡県・富士市)

890 ピュアコアレス(トイレトペーパー)

◎芯の小さいタイプ 牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレトペーパー。無漂白、セミアタイプ。130m巻シングル。

130m×6ロール **460円(税込497円)**

前日OK!

あゆみの会(茨城県・稲敷市)

346 木酢液

EM、キトサン、ミネラルを米ぬかに混ぜて発酵させたボカシです。生ゴミの減量に。

1ℓ **1080円(税込1166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

前日OK!
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)

前日OK!
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)

352 おがべや 豆乳角型食パン
半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
おがべや(神奈川県・相模原市)

353 おがべや 1斤6枚
1斤6枚 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

354 おがべや 素焼きパン
1個 **515円**(税込**556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)

347 パン・ド・ミ(食パン) 1斤 8枚
賞届いて1~2日 **270円**(税込**292円**)

348 ノースライス
賞届いて1~2日 **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)

349 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス
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)

350 ドッグパン
原材料:小麦粉、自家製天然酵母、塩

賞届いて1~2日 **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)

351 発芽玄米入りクロワッサン
原材料:小麦粉(岩手県産小麦粉99%)、マーガリン、上白糖、卵、ぶどう糖、パネー種、パン酵母、食塩、乳等を主要原料とする食品、小麦グルテン、モルトエキス、蛋白質濃縮ホエイパウダー、水あめ、乳化剤、香料、酸化防止剤(V.C.V.E)、安定剤(ペクチン)、着色料(アトナー)(一部に大豆を含む)

賞届いて2日 **332円**(税込**359円**)
小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

355 おがべや フランスパン
原材料:小麦粉、天然酵母、天日湖塩

賞届いて2日 **332円**(税込**359円**)
小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

356 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

賞届いて2日 **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)

357 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

賞届いて2日 **352円**(税込**380円**)
小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

田中さんの 畑の天然酵母パン

田中農園・ベトラン(茨城県・石岡市)

361 カランツ・ノア
原材料:国産小麦、自家製天然酵母(人参)、塩、クルミ、カランツ

賞届いて1~2日 **580円**(税込**626円**)
小麦(北海道、茨城県) [放]不検出<4.0<4.6

田中農園・ベトラン(茨城県・石岡市)

362 カンパーニュ
原材料:国産小麦、国産ライ麦、自家製天然酵母(人参)、塩

賞届いて1~2日 **520円**(税込**562円**)
小麦(北海道、茨城県) [放]不検出<3.9<4.1

おがべや(神奈川県・相模原市)

358 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

賞届いて2日 **310円**(税込**335円**)
小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

359 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

賞届いて4日 **412円**(税込**445円**)
小麦(北海道)

おがべや(神奈川県・相模原市)

360 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

賞届いて2日 **333円**(税込**360円**)
金時豆(国内産)

冷凍パン

凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

原料高騰のため次回より値上げとなります

製造終了のため今度で終売となります

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

364 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、塩

凍賞届いて2日 **360円**(税込**389円**)
小麦(国内産)

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

365 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)

凍賞届いて2日 **460円**(税込**497円**)
小麦(国内産)

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

上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴です。普段用にも。農業無散布。

かわはた園(静岡県・静岡市)

720 煎茶
賞180日

200g **1350円**(税込**1458円**)
茶葉(静岡県)

煎茶をつくるとき、ふりにかけて分けられた副産物。一番茶のみを使用。農業無散布。

かわはた園(静岡県・静岡市)

366 くき茶
賞180日

100g **660円**(税込**713円**)
茶葉(静岡県)

秋に収穫したお茶を主体に、鉄釜で焙じたお茶です。香りが強く、味はさっぱりとしていて、特に食後におすすめです。農業無散布。

かわはた園(静岡県・静岡市)

722 ほうじ茶
賞180日

200g **640円**(税込**691円**)
茶葉(静岡県)

ランカスター(千葉県・千葉市)

367 ジャスミン茶(リーフ)
中国を代表する花茶のひとつ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひきたちます。

賞180日 **398円**(税込**430円**)
緑茶・ジャスミン(中国)

ランカスター(千葉県・千葉市)

368 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。農業無散布。

賞180日 **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)

369 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。農業無散布。

賞180日 **480円**(税込**518円**)
紅茶(インド)

カルシウムやビタミンCを豊富に含むアフリカの健康茶。ノンカフェインなので、飲みやすいお茶です。

ランカスター(千葉県・千葉市)

371 ルイボスティ(ティーバッグ)
賞180日 **570円**(税込**616円**)
ルイボス茶(南アフリカ)

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。

常陸屋本舗(東京都・江東区)

727 六条麦茶(ティーバッグ)
賞180日 **305円**(税込**329円**)
大麦(国内産)

すっきり無糖

日本生協連合会

752 CO無糖ジャワティー AB1&2
無糖タイプなので、すっきりした味わい。食事やおやつに。

賞180日 **100円**(税込**108円**)
紅茶(インドネシア)

おいしい冬にんじんをシーズンバック

有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているので、よく振ってからお飲みください。

二本松有機農業研究会(福島県・二本松市)

372 有機人参まるごとジュース 200ml
賞180日 **260円**(税込**281円**)
人参(福島県)

日本生協連合会

374 COりんごジュース100 AB1&2国産混濁
賞90日 **250円**(税込**270円**)
りんご(国内産)

信州・結梗ヶ原で農業をほとんど使用せずに栽培されたコンコード種が原料です。甘口。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

768 井筒ワイン 赤甘口
720ml **1200円**(税込**1296円**)
ぶどう(長野県)

信州・結梗ヶ原で栽培されたナイアガラ種のぶどうで作ったフルーティーなワイン。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

769 井筒ワイン 白辛口
720ml **1200円**(税込**1296円**)

信州・結梗ヶ原で農業をほとんど散布せずに栽培したコンコード種を使用。さわやかな香り味のワインです。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

770 井筒ワイン ロゼ甘口
720ml **1330円**(税込**1436円**)

信州・結梗ヶ原で農業をほとんど散布せずに栽培したコンコード種を使用。さわやかな香り味のワインです。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

770 井筒ワイン ロゼ甘口
720ml **1330円**(税込**1436円**)

信州・結梗ヶ原で農業をほとんど散布せずに栽培したコンコード種を使用。さわやかな香り味のワインです。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

770 井筒ワイン ロゼ甘口
720ml **1330円**(税込**1436円**)

夏休みも残りわずか ランチにおすすめの お役立ち食材 大集合!

磯辺焼きで



375 白丸もち
もち米は庄内産のでわのもち。減農薬・無化学肥料栽培。
◎90日米 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

人気のクロワッサンを20個入りでお届け



376 内麦クロワッサン
◎45日 卵乳米大小 20個 **1100円**(税込**1188円**) 通常税込**1242円**
小麦(岩手県) [放] 不検出 <4.3 <4.2

特 原料高騰により次回より値上げになります



377 プリュッセルワッフル
◎180日 卵乳米大小 約65g×6 **540円**(税込**583円**) 通常税込**594円**
小麦(カナダ、他)

おいしい!パンに塗るタイプのミルククリームを添えて、メイプルシロップをかけて食べるのが好きです。子供たちにも好評です。(つくばみらい市・0さん)

ワッフルのトッピングにも



378 冷凍ブルーベリー 2パック
品質のすぐれた寒冷地栽培適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。農薬無散布。
凍 ◎110g×2 **668円**(税込**722円**) 通常税込**756円**
ブルーベリー(長野県)

温めるだけでOK



379 牛乳グラタン(鶏肉とポテト)
自社の牛乳と鶏肉を使い、コクのあるホワイトソースで包みました。トースターかオーブンで約15~20分を目安に温めて。
凍 卵乳米小 100g×2 **508円**(税込**549円**) 通常税込**565円**
牛乳(山口県、他)

**「少しずつでも多種類食べたい」の
声に応えて**



380 門前おやき 4種アソート
野沢菜、切干大根、かぼちゃ、じゃがバターを1個ずつセットにしました。
凍 ◎180日 卵乳米大小 4個 **630円**(税込**680円**) 通常税込**691円**
小麦粉(長野県)

おやきの定番、人気No.1



381 門前おやき(野沢菜)
浅漬の野沢菜に人参、椎茸、キャベツ、切干大根を加え、醤油で味付け。大釜でコトコト煮上げました。生地は信州産小麦と長野産長芋使用。
凍 ◎180日 卵乳米大小 4個 **640円**(税込**691円**) 通常税込**691円**
野沢菜(国内産)

特



382 長崎うどん 5袋
国産小麦粉を使った無かんすい麺。パリッとした揚げ麺にあんかけスープが良く合います。シーフードやお肉、野菜をたっぷり入れて。
◎120日 卵乳米大小 2食×5袋(スープ付) **1350円**(税込**1458円**) 通常税込**1512円**
小麦(国内産)

お鍋ひとつでお手軽ランチ!



383 野菜たっぷりあんかけラーメン
鍋で作るお手軽ラーメン。沸騰したお湯に凍ったままの本品を入れて湯がくだけで完成。モンゴルかんすい使用。
凍 ◎卵乳米大小 450g(麺160g) **385円**(税込**416円**) 通常税込**416円**
小麦(国内産)

特



384 関西風さきみうどん
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 2食入
凍 ◎卵乳米大小 2食556g **338円**(税込**365円**) 通常税込**378円**
小麦(国内産)

特



**目玉焼きを添えて混ぜながら
食べるのが本場流**

茹で時間約4分



636 挽きたてのざるそば
国産のそばを石臼製粉し、挽きたてを練り込み、小麦粉、でんぷんを加えて打っています。茹で時間約4分。
◎卵乳米小 200g×2 **430円**(税込**464円**) 通常税込**475円**

特



386 魚屋さんの混ぜちりめん
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。
凍 ◎卵乳米小 60g **320円**(税込**346円**) 通常税込**356円**
しらす(遠州灘~伊勢湾)

お徳3パック



387 鎌倉あらびきウインナー×3
無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。
◎15日 85g×3 **500円**(税込**540円**) 通常税込**567円**
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.8

特



385 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)
赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。
カラミノフーズ(東京都・新宿区) 2食入
凍 ◎卵乳米大 100g×2 **368円**(税込**397円**) 通常税込**432円**
鶏肉(国内産)

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要望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

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

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・東町特産米組合(茨城県・常総市)

特

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)

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)

388 白米 5kg 2314円(税込**2499円**)
389 玄米 5kg 2165円(税込**2338円**)
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

特

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

390 白米 5kg 3500円(税込**3780円**)
391 玄米 5kg 3200円(税込**3456円**)
392 7分 5kg 3500円(税込**3780円**)
393 5分 5kg 3500円(税込**3780円**)
394 白米 2kg 1400円(税込**1512円**)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

3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。注文を受けてからもみ摺、精米をしてお届け

宮城・黒澤さんのササニシキ

395 白米 5kg 3500円(税込**3780円**)
黒澤さん(宮城県・涌谷町) [放] 不検出 <0.1 <0.1

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」。

396 荒井さんのもち米
◎卵乳米大 2kg **1280円**(税込**1382円**)
千葉県

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に



397 白山紫黒(有機栽培紫黒米)
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、大きい杯からどうぞ。農薬無散布。
◎卵乳米大 300g **650円**(税込**702円**)
山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

特

ひきわりハトムギ、丸麦、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)

399 白米用雑穀セット
◎卵乳米大 500g **1048円**(税込**1132円**) [放] 不検出 <0.5 <0.5

400 玄米用雑穀セット
◎卵乳米大 500g **1143円**(税込**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)	コシヒカリ	最高値0.2Bq/kg	最高値0.4Bq/kg	
			JAやさと	不検出	0.3Bq/kg
			鯉淵学園	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)

自宅の備えは万全ですか? 9月1日は防災の日 防災特集

置いてある保存食も、一年に一回は
賞味期限をチェックしましょう。



405 いwashimozumi アーモンドペースト入 4缶セット
千葉県産の白みそを使用し、砂糖は奄美諸島のさとうきび。アーモンドペーストを加え、コクのある味に。増粘剤使用。

100g×4 **560円** (税込 **604円**) 通常税込 **648円**
真いわし (日本、アメリカ、メキシコ)



401 COおいしいご飯 200g×3
山形産米はえぬぎを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

200g×3 **315円** (税込 **340円**) 通常税込 **356円**
米 (山形県) [放] 不検出 <3.3 <3.7



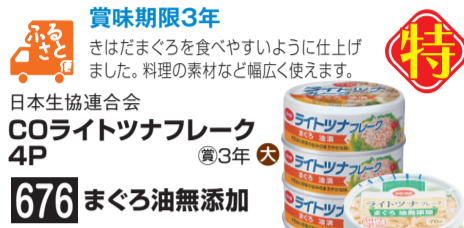
406 いwashimozumi 油漬唐辛子入り 4缶セット
真いわしを、紅花油と塩で油漬にし、唐辛子でアクセントをつけました。イージーオープン缶。

100g×4 **560円** (税込 **604円**) 通常税込 **648円**
真いわし (日本、アメリカ、メキシコ)



402 COおいしい赤飯 160g×3
国内産水稲もち米と北海道産小豆を使用したレトルト包装米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

160g×3 **315円** (税込 **340円**) 通常税込 **356円**
小豆 (北海道)



676 まぐろ油無添加
70g×4 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **529円**

677 まぐろ油漬
70g×4 **495円** (税込 **535円**) 通常税込 **551円**

賞味期限3年
きはだまぐろを食べやすいように仕上げました。料理の素材など幅広く使えます。



403 まいわし和風煮 4缶
100g×4 **560円** (税込 **604円**) 通常税込 **648円**

404 まいわし和風煮 12缶
100g×12 **1650円** (税込 **1782円**) 通常税込 **1944円**

まいわしを天然醸造醤油ときび糖で薄味に仕上げました。1缶3尾前後。



407 信州無塩野菜ジュース缶 30缶
信州の野菜とトマトをベースにした、無塩タイプの飲みやすい飲料です。

190g×30 **2450円** (税込 **2646円**) 通常税込 **2678円**
トマト (長野県)



408 保存用一口羊羹 (本煉・小倉)
長期保存可能な、北海道産小豆を使用した本格的ようかんの詰合せ。保存料不使用。

本煉50g×5 **910円** (税込 **983円**) 通常税込 **1004円**
小倉50g×5 **910円** (税込 **983円**) 通常税込 **1004円**
小豆 (北海道)



555 アルゼンチン産 はちみつ
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。

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



409 梅エキス
大紀コープファームの青梅100%。梅汁をとり、それを8~10時間煮詰めたもの。疲労回復、整腸作用があります。

65g **1850円** (税込 **1998円**) 通常税込 **2030円**
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



410 国産鶏もも肉のトマトソース煮 2袋
カラミソラーヌ(東京都・新宿区)

110g×2 **682円** (税込 **736円**) 通常税込 **778円**
鶏肉 (国内産)



411 白身魚と野菜の中華あんかけ 2袋
蒸した魚(ホキ)と国産野菜で作った中華あんかけをレトルト野菜にしました。しょうがとごま油の香りが生かされています。

140g×2 **682円** (税込 **736円**) 通常税込 **778円**
ホキ (ニュージーランド、アルゼンチン、他)



412 お湯かけ麺 5種アソートセット
お湯かけ麺の5種(しょうゆ、しお、わかめそば、わかめうどん、カレーうどん)セット。お湯を注いで3分で出来上がり。

5種 **798円** (税込 **862円**) 通常税込 **929円**
小豆 (北海道)



413 ベジタブルカレー 中辛 10パック
動物性の調味料は一切不使用のベジタリアン向けのレトルトカレー。国内産小麦使用。化学調味料、保存料不使用。

210g×10 **2350円** (税込 **2538円**) 通常税込 **2592円**
野菜 (国内産)



414 甘さ控えめ金時豆
北海道産の金時豆と奄美大島産のきび砂糖だけを使った金時豆の甘煮です。ストックしておいても何かと便利。

120g **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**
金時豆 (北海道)



644 北海道 カップコーンスープ
北海道のスイートコーンをたっぷり使った、まろやかなコーンスープです。ホットミルクでのばすと一層美味しく召上れます。

136g (17g×8袋) **380円** (税込 **410円**)
コーン (北海道)



415 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、野菜の旨みがつまったスープです。

6g×4 **491円** (税込 **530円**)
たまねぎ (淡路島)



757 龍泉洞の水 2ℓ×6本
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。

2ℓ×6 **900円** (税込 **972円**) 通常税込 **1404円**
岩手県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

リアスの工場見学を終えて

私の選ぶ「新商品」はコチラ!

7月、三陸のわかめで復興支援に尽力をそそぎ、三陸産をメインに全国各地のわかめ・海藻を専門に扱う「(株)リアス」の工場見学に行ってきました。その際、新商品の試食もおこない、組合員さんから「これは!」という商品をおすすめしてもらいました♪

416 ねばりこんぶ茶

リアス (千葉県・船橋市)

がごめ昆布、真昆布、羅臼昆布をブレンドし風味豊かなこんぶ茶にしました。

30g **398円** (税込 **430円**)
がごめ昆布 (北海道)

組合員さんからの
「ねばりのあるがごめ昆布と旨みのある真昆布、コクのある羅臼昆布を組み合わせました。昆布の良さを活かしています!」
(牛久市・Y・Aさん)

417 国産あかもくめかぶミックス

リアス (千葉県・船橋市)

あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリの食感になじり加わり、とても食べやすい商品です。解凍後お好みのたれをかけてお召上がりください。

40g×3 **330円** (税込 **356円**)
あかもく (国産)、めかぶ (三陸産)

組合員さんからの
「あかもく(キハバサ)だけでは物足りないな」と思っていたんですが、リアスさん「混ぜたんです!」の食感合わせの食感は最高です! 離乳食にも刻んで使います!」
(守谷市・U・Kさん)

418 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具

リアス (千葉県・船橋市)

海藻と野菜が一緒になった便利な乾物ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。

26g **398円** (税込 **430円**)
切干大根 (宮崎産)、素干しばらのり (有明産)

組合員さんからの
「海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具は、とても便利で、これ1つで食べられるお弁当として自宅常備しておきたいです!」
(つくば市・M・Aさん)

419 生海藻サラダ

リアス (千葉県・船橋市)

本商品は国内産のわかめ、こんぶ、赤とさか、白みるの4種類の海藻が入っています。彩りの良い海藻が入った海藻サラダは、シャキシャキとした歯応えが特徴です。

80g **210円** (税込 **227円**)
わかめ (徳島産)

組合員さんからの
「彩りもよく、食卓も映えますね!」
(常総市・S・Oさん)

259 松島湾産おさしみあかもく

リアス (千葉県・船橋市)

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

100g **250円** (税込 **270円**)
あかもく (宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0

596 わかめご飯の素

リアス (千葉県・船橋市)

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

30g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**
わかめ (徳島県)

420 すき昆布

リアス (千葉県・船橋市)

細切り昆布を板状に乾燥させたもの。水で戻すとカサが増えます。サラダや酢の物、炒め物、煮物料理などに。

15g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **421円**
真昆布 (岩手県) [放] 不検出 <3.9 <3.6

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記**
 - 4週に1回お届け
 - 4週に3回お届け
 - 隔週お届け
 - 毎週お届け
- シーズン最終** 季節商品につき今回で最終
- シーズン初** 今季初登場
- 新** 新発売の商品
- 特** 特別価格商品

お届け時の温度帯

- 凍 冷凍品
- 冷 冷蔵品

・表記のないものについては常温でのお届けです。

・農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。

・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。

その他

「ふるさと便」対象商品です。ふるさと便は専用の用紙でご注文ください。

「前日OK!」は供給前日の17:00までに電話かFAXで注文できます。

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

・原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農産物の消費をすすめてください!