

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9月1回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	27	28	29	30	31
定番品 のお届け	3	4	5	6	7
特別企画品 のお届け	10	11	12	13	14

「ご飯と色々なおかずの食卓」



「日本型食生活」とは、お米を主食にしなが主菜、副菜に加え、適度に牛乳や乳製品を取り入れるバランスのとれた食事のこと。9月に入る今、改めて自分の食生活を見直してみませんか?

常総生協がおすすめ! 「食生活の心がけ」

日々の食卓を改めて見直し

① 食事のあり方

- 食事は生命力(いのち)ある旬のものを美味しくしっかりとりましょう。
- 背筋を伸ばし、よく噛んでゆっくり味わって食べましょう。
- できるだけ手作りを心がけ、栄養面で偏らない食事にしましょう。
- 食べるだけではなく、家族みんなで料理を作る楽しさも味わいましょう。

② 食生活の基本的な考え方

- 食生活の欧米化に伴う動物性たんぱく質、脂質の摂り過ぎに注意し、生活習慣病を予防しましょう。
- 主食は白米だけでなく、雑穀を混ぜ副食より多め(6割程度)にとりましょう。
 - 魚は青魚を積極的にとりましょう。
 - 肉、卵、牛乳は質の良いものを適量(食べ過ぎず腹八分目)に。
 - 植物性たんぱく質の大豆、大豆加工品を毎日取り入れましょう。
 - 野菜は緑黄色野菜を組み合わせ、毎食、食卓にのせましょう。
 - 食物繊維豊富な乾物、豆類を上手に取り入れましょう。
 - 海の野菜(海藻)も毎日食べましょう。
 - 味噌、納豆、漬物等の発酵食品を常食しましょう。
 - 油の吸収が多い揚げ物は、衣をつけ過ぎないように注意し、週に1~2回にしましょう。
 - 外食の際は単品でなく定食物にしましょう。

③ 調理技術

- 台所に秤(はかり)を。材料や調味料の目安を知り、無駄の無い使い方を工夫しましょう。
- だしも栄養。昆布、かつお、煮干等でしっかりとり、うす味を心がけましょう。

お米はこまめに洗ってあげよう!

今週のトピック!

毎日の食卓に取り入れよう
乾物・海藻特集

15 ページ

新学期の準備はOKですか?
お弁当商材特集

16 ページ

一定早く秋の気配
秋の味覚大集合

16 ページ

11 天日干しアジ

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

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 賞30日 4枚210g以上 **475円(税込513円)** 通常税込538円

真あじ(佐賀県)

12 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

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。

凍 賞180日

10切 550g **1395円(税込1507円)** 通常税込1566円

紅鮭(ロシア)

13 めぐみちゃんコシヒカリ(白米5kg×2)

JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)

もうすぐ新米! 29年度産の消費のご協力をお願いします!

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んでいます。初期除草剤1回のみ使用。

米 5kg×2 **4500円(税込4860円)** 通常税込5292円

茨城県

14 子持ちからふとししゃも

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

凍 賞180日

7~9尾180g **295円(税込319円)** 通常税込346円

からふとししゃも(アイスランド)

16 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)2個組

JAやさと(茨城県・石岡市)

茨城県で採れた小粒大豆をねかせた風味のよい納豆です。

冷 賞7日 米大 小

(35g×3)×2 **288円(税込312円)** 通常税込320円

大豆(茨城県)

17 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用2パック

田仲さん達(茨城県・桜川市)

唐揚げ用に丁度良い大きさにカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。2パックでお買い得です。

凍 賞180日

250g×2 **930円(税込1004円)** 通常税込1058円

茨城県 [放]不検出<3.6<3.4

19 だし昆布(カット) 2個組

リアス(千葉県・船橋市)

日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとりに。

70g×2 **760円(税込820円)** 通常税込842円

昆布(北海道)

20 きざみ揚げ(冷凍) 2袋

丸和食品(東京都・練馬区)

国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。

凍 賞6日

100g×2 **416円(税込449円)**

大豆(国内産) [放]不検出<1.2<1.9

21 徳用 三陸岩手のカットわかめ

コタニ(岩手県・大船渡市)

岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。肉厚でやわらかいのが特長。

50g **600円(税込648円)**

わかめ(岩手県) [放]不検出<3.5<3.5

22 やまこ味噌(粒・甘口)

やまこみそ(茨城県・守谷市)

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

冷 賞60日 米大

1kg **600円(税込648円)**

大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.5

24 凍り豆腐 みそ汁用

リアス(千葉県・船橋市)

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

冷 賞180日 大

70g **400円(税込432円)**

大豆(国内産)

25 小松菜

林さん達(千葉県・多古町)

茹でて割烹だしと混ぜるだけ

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

568 丸ごと食べられる割烹だし

リアス(千葉県・船橋市)

鹿児島県産の荒節、北海道産の真昆布、宮崎県産の椎茸を合わせた割烹だし。だしとして使い、そのまま具材として食べられます。

22g **500円(税込540円)**

かつお(鹿児島県)

722 ほうじ茶

かわばた園(静岡県・静岡市)

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します。農薬無散布。

前日OK!

賞180日

200g **900円(税込972円)**

茶葉(静岡県)

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

- 以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。
- 空欄になっている商品は以下の通りです。
- ①検査対象地域外
- ②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がございましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載	
茨城県	[放] 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	

微生物農法の会



良質な土作りがモットーの長島さんのトマトは、ひと味違うと毎年好評です。ホルモン剤を含め、農薬無散布。

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

28 長島さんのトマト

500g **361円(税込390円)**
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

長島さんのきゅうり

26 4本 **198円(税込214円)**

27 8本 **360円(税込389円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7



微生物農法の会・長島さん、小林さん(茨城県・行方市)

29 微生物農法の会のかぼちゃ

栗系でホクホク感、甘みのある美味しいかぼちゃです。蒸して、天ぷらやスープでも。農薬無散布。

1玉 **495円(税込535円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.2

やさとの仲間



やさとの仲間(茨城県・石岡市) ※イメージ

30 やさとの仲間 野菜セット

3品目 **554円(税込598円)**

茨城県



やさとの仲間(茨城県・石岡市)

31 やさとの仲間のきゅうり(黒さんご)

3本 **210円(税込227円)** 通常送料込 **235円**

茨城県



西尾農園(山梨県・南アルプス市)

395 すもも(太陽)

サイズが大きな品種で、すももの王様といわれています。果肉は白色で糖度と酸味のバランスが良いです。減農薬栽培。

約500g **713円(税込770円)**

山梨県



本間さん達(長野県・小布施町)

32 ブルーベリー

ビタミン、鉄分豊富。程よい甘味と酸味があります。減農薬栽培。

約500g **555円(税込599円)**

長野県



清明園・大塚さん(山形県・高島町)

33 大塚さんのぶどう(デラウェア)種なし

種無しにするためのジベレリン(植物ホルモン)処理はしています。農薬無散布。

3~5房400g **554円(税込598円)**

山形県 [放] 不検出 <4.2 <4.3



あゆみの会・菅谷さん(千葉県・香取市)

34 巨峰

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規格でのご案内です。減農薬栽培。

約400g **730円(税込788円)**

千葉県 [放] 不検出 <3.6 <2.9



館野さん(栃木県・小山市)

35 梨(豊水)

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製法に取り組んでいます。減農薬栽培。

3~4玉 約1kg **740円(税込799円)**

栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.1



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

36 ペルーバナナ

小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。

約450~600g **310円(税込335円)**

ペルー(トゥンベス地域)



大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

37 しょうが

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

100g **158円(税込171円)**

高知県



桜谷さん達(熊本県)

38 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかっている見た目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。

約100g **220円(税込238円)**

熊本県



とさやま開発公社(高知県・高知市)

39 みょうが

この香りで夏を実感。季節を感じる事ができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。

50g **199円(税込215円)**

高知県



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

40 もやし

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

250g **50円(税込54円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



あゆみの会・吉田さん達(茨城県・行方市)

41 大葉

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

10枚 **94円(税込102円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2



渥美農園(静岡県・浜松市)

42 渥美さんのすだち

酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。旬のさんま等の焼き魚に最適。減農薬栽培。

約150g **185円(税込200円)**

静岡県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

43 中村さんのベビーリーフ 2袋

EM農法を取り入れ、食べで健康になる野菜づくりを行っています。サラダどうぞ。農薬無散布。

40g×2 **300円(税込324円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



木村農園(茨城県・つくば市)

44 木村さんのピーマン

肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。

150g **154円(税込166円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.6



しらたかノラの会・山本さん(山形県・白鷹町)

45 山本さんのピーマン

炒め物にも最適です。農薬無散布。

約170g **220円(税込238円)**

山形県



木村農園(茨城県・つくば市)

46 木村さんのなす

焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

3本 **162円(税込175円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2



あゆみの会・篠塚さん達(千葉県・香取市)

50 ミニトマト

土の中の栄養バランスを大切に土作り。活性液等も使い作物が健康に育つように心掛けています。減農薬栽培。

150g **220円(税込238円)**

千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.6



高野辺さん達(群馬県・榛東村)

47 なす

害虫の天敵を利用した、農業に頼らない栽培を心掛けています。減農薬栽培。

3本 **210円(税込227円)**

群馬県 [放] 不検出 <3.6 <3.5



稲葉さん達(茨城県・結城市)

48 なす

少し遅く定植し、晩秋まで収穫する作型。気温差が大きくなるにつれ、実の糖度が増してきます。減農薬栽培。

5本 **250円(税込270円)**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9



木村農園(茨城県・つくば市)

49 木村さんのオクラ

100g **156円(税込168円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



おきたま興農舎・高橋さん達(山形県・高島町)

54 枝豆(袋入)

品種は黒玉すだれ・湯あがり娘・雪音等を時季に合わせて出荷します。農薬無散布。

300g **426円(税込460円)**

山形県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



横山ふあーむ(茨城県・つくば市)

55 エンツァイ

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



まごころの里・山本さん達(北海道・栗山町)

52 ぼっちゃんかぼちゃ

ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農薬無散布。

1~2玉約280g **210円(税込227円)**

北海道



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

53 だだちゃまめ

庄内地方では枝豆の最高峰です。昔から作られてきた在来品種で、味わい深い豆です。農薬無散布。

250g **450円(税込486円)**

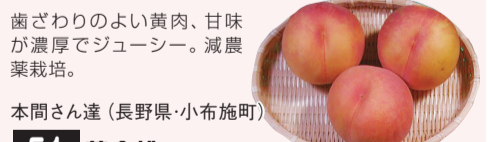
山形県 [放] 不検出 <2.3 <2.9

まるでマンゴーのような濃厚な味わい



シーズン最終

果皮の色は袋掛けされていたものは全体に美しい黄金色をしています。果肉も綺麗な黄色で、強烈な甘みとまるでマンゴーを思わせるような香りと味わいを楽しめます。この黄金桃で桃のシーズンは最後になります。ぜひ最後に美味な桃をお楽しみください!



本間さん達(長野県・小布施町)

51 黄金桃

3~4玉約900g **1200円(税込1296円)**

長野県

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。

シャキシャキの食感をお楽しみください!

からし醤油でどうぞ

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



エジプト原産でめるっ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。



おきたま興農舎・丹野さん達 (山形県・高島町)

木村農園 (茨城県・つくば市)

56 おかひじき

57 木村さんのモロヘイヤ

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

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



無農薬

ほのかにゴマのような香りがします。サラダ、炒め物等で。減農薬無散布。



加熱する場合はサツと短時間で

あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

58 チンゲン菜

59 ルッコラ

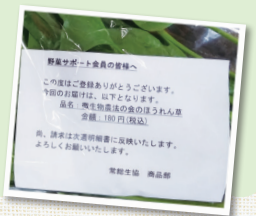
軟らかくてクセがない中国野菜。サイズが小さい時は3株になる場合もあります。減農薬栽培。

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

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

野菜サポート会員 (継続募集)

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



野菜サポート会員申込書

サポート会員は2018年4月の時点で122名ですが、夏場は余剰が出やすい時期です。みんなで地場野菜を食べて健康な体を作っていきましょう!

組合員番号 _____
組合員名 _____
希望口数 (1回のお届けで300円以下) _____

QRコードからも登録可能!



横山ふぁーむ (茨城県・つくば市)

60 ベビーズッキーニ

加熱するとトロツととろける質感と甘みが出ます。無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。
250g以上 (1本または2本) **171円**(税込**185円**)
茨城県



上野さん達 (栃木県・上三川町)

61 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。減農薬無散布。
1束 **120円**(税込**130円**)
栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



中村さん達 (群馬県・長野原町)

62 サニーレタス

サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召上がり下さい。減農薬無散布。
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)

63 レタス

高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。減農薬無散布。
1玉 **190円**(税込**205円**)
群馬県 [放] 不検出 <3.6 <3.8



上野さん達 (栃木県・上三川町)

64 長ねぎ

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



西岡さん達 (熊本県) 加瀬さん達 (千葉県)

65 里芋

小型で、軟らかく粘りがある芋です。栽培管理を徹底することで味良く仕上げられています。減農薬無散布。
約400g **306円**(税込**330円**)
熊本県、千葉県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



川島さん達 (群馬県・長野原町)

66 大根

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



樺沢さん (群馬県・前橋市)

67 つる菜

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。
200g **190円**(税込**205円**)
群馬県



あゆみの会・嶋田さん達 (千葉県・旭市)

68 葉ねぎ(小ねぎ)

刻んで種類の葉味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめ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



上村さん達 (青森県・八戸市)

69 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



上村さん達 (青森県・おいらせ町)

70 人参(洗い)

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。減農薬無散布。
500g **185円**(税込**200円**)
青森県



川島さん達 (群馬県・長野原町)

71 1kg

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。減農薬無散布。
1kg **360円**(税込**389円**)
群馬県 [放] 不検出 <0.6 <0.5



木村農園 (茨城県・つくば市)

72 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
400g **190円**(税込**205円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



微生物農法の会・大和田さん達 (茨城県・行方市)

73 大和田さんのさつまいも

品種は紅あずま。ホクホクとした食感で甘みがあり、毎シーズン好評です。減農薬無散布。
1kg **398円**(税込**430円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



上野さん達 (栃木県・上三川町)

74 じゃがいも

1kg **277円**(税込**299円**)
栃木県



上野さん達 (栃木県・上三川町)

75 3kg

3kg **750円**(税込**810円**)
[放] 不検出 <4.3 <4.1



稲葉さん達 (茨城県・結城市)

76 1kg

1kg **310円**(税込**335円**)
茨城県



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

77 3kg

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 **870円**(税込**940円**)
[放] 不検出 <3.8 <4.1

きのこ

ひらたけのしめじです。おがくず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。



山田さん (茨城県・つくば市)

78 山田さんのしめじ

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)

79 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り、広島県産力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



80 ブラウンえのき茸

200g **218円**(税込**235円**)



81 エリンギ

100g **260円**(税込**281円**)
三重県



村上さん (栃木県・高根沢町)

82 生きらげ

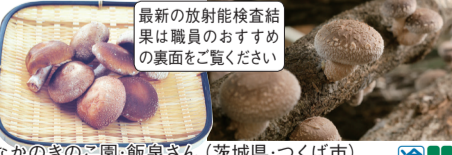
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダどうぞ。
100g **250円**(税込**270円**)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



村上さん (栃木県・高根沢町)

83 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



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

84 A品

原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。
100g **210円**(税込**227円**) 200g **225円**(税込**243円**)
茨城県



86 安田さんのなめこ

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



87 江藤さんの原木生しいたけ

100g **320円**(税込**346円**)
[放] 不検出 <3.4 <3.4

お待たせしました!

白いご飯がいくらでも食べられる 食欲がない時にもおすすめ



手軽に食べられる(自然解凍)のがおすすめ。食欲がない時でも、ごはんの上に乗せれば、するめいかめかぶ・いくらが白いご飯にマッチしていくらでも食べたい美味しさです。ご飯の上に乗せて食べる商品は色々ありますが、この磯井は別格。皆さんも是非お試しあれ。

88 おらが作った宮古の磯井 2食入
共和水産(岩手県・宮古市)
三陸産のいが、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。解凍後、ご飯にかけて。
50g×2 **365円**(税込**394円**)
通常税込 405円
【放】不検出 <3.5 <4.0



ご飯のおとも 大集合!
平庄商店(北海道・根室市)
89 さんまぼろぼろ
根室産のさんまをそぼろ風に味付けしました。そのままご飯にかけて。お弁当にもどうぞ。
凍 180日 米 大 小
110g **278円**(税込**300円**)
通常税込 322円
さんま(北海道)

鮮魚
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
92 あさり
熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。大粒で、身の入り、旨味共に良いあさりです。
冷 90日 米 大 小
220g **295円**(税込**319円**)
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

特
カネヨ水産(千葉県・九十九里町)
91 いわしみりん干し
銚子・九十九里産のかたくちいわしをみりん干しに仕上げました。タレは70年間継ぎ足して熟成を重ねました。
凍 90日 米 大 小
80g **270円**(税込**292円**)
通常税込 322円
かたくちいわし(千葉県) 【放】不検出 <3.8 <3.6

特
蔵の素、三河みりんなど
こだわりの調味料を使用
山米(兵庫県・新温泉町)
90 白いかの醤油漬
夏から秋にかけての日本海の特産、白いかを細切りにして「蔵の素」をはじめこだわりの調味料で素材の味を活かしました。そのままお召し上がりください。
凍 90日 米 大 小
100g **515円**(税込**556円**)
通常税込 572円
白いか(兵庫県)

特
ヤマホンペイラーズ(宮城県・女川町)
97 さんま天日寒風干し
三陸北部沖で漁獲した脂のりの良い生さんまを使用。一尾ずつ手作業で串刺し、寒の時期に天日干ししました。
凍 90日 米 大 小
2尾160g **220円**(税込**238円**)
さんま(三陸北部沖) 【放】不検出 <3.8 <3.9

特
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
98 しまほっけ一夜干し
アメリカ産の大きなしまほっけを塩水漬けて一夜干ししました。解凍して焼いてどうぞ。
凍 30日 米 大 小
2枚330g **620円**(税込**670円**)
しまほっけ(アメリカ)

パック内の白い液や水分はあさりのエキスです
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
93 国内産冷凍あさり
熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し、熱処理をして凍結しました。
凍 30日 米 大 小
200g **386円**(税込**417円**)
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

特
まるたか水産(宮城県・石巻市)
94 狭浜湾で育ったブリブリ冷凍かき
三陸・狭浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。
凍 90日 米 大 小
200g **430円**(税込**464円**)
かき(宮城県) 【放】不検出 <3.3 <4.2

特
まるたか水産(宮城県・石巻市)
95 三陸潮ゆで牡蠣
グリコーゲンが一番多くなる春に漁獲した牡蠣を厳選し、殻をむいてすぐに何も加えず茹でました。
凍 90日 米 大 小
150g **460円**(税込**497円**)
かき(宮城県) 【放】不検出 <3.6 <3.7

特
まるたか水産(宮城県・石巻市)
96 三陸産かきハーブソテー
ぷっくりして身入りの良いかきを厳選使用し、自社製のハーブソースで味付け。加熱調理なので解凍してそのままどうぞ。
凍 90日 米 大 小
90g **420円**(税込**454円**)
かき(宮城県) 【放】不検出 <3.6 <4.0

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
101 寒さば西京漬
長崎産の脂のりの良い真さばを使用。鳴門魚類特製の西京味噌に2日間漬けて、熟成させました。
凍 30日 米 大 小
片身2枚約200g **480円**(税込**518円**)
真さば(長崎県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
102 香ばし味噌のぶり切身
九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬。ご飯のお供に、冷めても美味しいのでお弁当にも。
凍 30日 米 大 小
5~6切170g **625円**(税込**675円**)
通常税込 697円
ぶり(長崎県)

特
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
99 手振り塩 真ほっけ開き
北海道沿岸で漁獲した真ほっけを手で振り塩し、脱水シートで吸水しました。旨味が凝縮しています。
凍 180日 米 大 小
2枚500g **639円**(税込**690円**)
真ほっけ(北海道)

特
城ヶ島水産(神奈川県・三浦市)
100 銀だらみりん漬
アラスカ産の脂のりが良い銀だらを、みりん醤油に漬け込みました。
凍 180日 米 大 小
3切180g **730円**(税込**788円**)
銀だら(アラスカ)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
103 香ばし味噌のさばフィーレ
ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬です。野菜をたっぷり加えてオイル焼きも美味。
凍 30日 米 大 小
片身2枚 **420円**(税込**454円**)
さば(長崎県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
104 はたはた塩麹漬
日本海側の兵庫県、浜坂港に水揚げされたはたはたを塩麹漬に。脂のりは抜群です。
凍 90日 米 大 小
3尾約110g **400円**(税込**432円**)
はたはた(兵庫県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
105 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 米 大 小
片身5~8枚前後200g **461円**(税込**498円**)
真あじ(長崎県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
106 さばフィーレ(甘塩)
鮮度の良い真さばを甘塩仕立てに漬けました。
凍 30日 米 大 小
片身2枚200g **398円**(税込**430円**)
真さば(長崎県、佐賀県)

特
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
107 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 米 大 小
6枚約140g **355円**(税込**383円**)
とび魚(兵庫県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
108 2切
漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かいです。成熟卵を抱えたものを切身に。
凍 180日 米 大 小
2切200g **340円**(税込**367円**)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
109 3切
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
109 3切
浅羽かいらい(アラスカ)
凍 180日 米 大 小
3切300g **485円**(税込**524円**)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
110 国産塩さば切身(厚切り)
寒の時期に日本海で漁獲された脂のりの良いサイズ大きめのさばを三枚おろして切身にし、程良く塩味をつけました。
凍 180日 米 大 小
4切320g **450円**(税込**486円**)
さば(国内産)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
111 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 米 大 小
80g×3 **461円**(税込**498円**)
秋鮭(北海道)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
112 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 米 大 小
80g×3 **461円**(税込**498円**)
秋鮭(北海道)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
113 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 米 大 小
80g×3 **461円**(税込**498円**)
秋鮭(北海道)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
114 紅鮭切身(中辛塩)3切
アラスカ産の紅鮭を現地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 米 大 小
3切180g **590円**(税込**637円**)
紅鮭(アラスカ)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
115 茎わかめ(湯通し塩蔵)
淡路島南端の丸山地区の天然わかめの茎わかめを食べやすい大きさにカットしました。お好みの加減に塩抜きしてご利用下さい。
冷 90日 米 大 小
100g **255円**(税込**275円**)
わかめ(兵庫県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
116 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 90日 米 大 小
100g **348円**(税込**376円**)
通常税込 389円
ほたるいか(山陰)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
117 岩もずく(塩抜き済み)
素潜り漁で収穫した岩もず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。
凍 90日 米 大 小
100g **325円**(税込**351円**)
通常税込 367円
岩もずく(兵庫県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
118 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
119 ブラックタイガー 2L
インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。
凍 180日 米 大 小
8尾前後180g **845円**(税込**913円**)
ブラックタイガー(インドネシア)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
120 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
121 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
122 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
123 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
124 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
125 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
126 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
127 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
128 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
129 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
130 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
131 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
132 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
133 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
134 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
135 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
136 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
137 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
138 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
139 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
140 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
141 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
142 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
143 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
144 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
145 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
146 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
147 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
148 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
149 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
150 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
151 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
152 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
153 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

特
丸門魚類(徳島県・鳴門市)
154 シーフードミックス
いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具など幅広く利用できます。
凍 90日 米 大 小
210g **430円**(税込**464円**)
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

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。



What's シルバー?

南太平洋に生息し、プリに食感が似ているため、かつては「沖プリ」と呼ばれていた魚です。特に冬季には脂がのり、身がしっとりとしておいしくなります。青魚のような外見ですが、クセのない味わいです。

プリに食感が似て、身離れがよい魚です

ニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を甘口のみりん醤油に漬けて氷温熟成させました。

ダイマツ (鳥取県・米子市) **120 氷温造り シルバー醤油漬** 4切220g **470円(税込508円)** (通常税込518円)



佐井村漁協 (青森県・佐井村) **126 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。 **40g 715円(税込772円)** (通常税込772円)



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市) **127 いわしチーズはさみ** 真いわしを開いて腹骨を取り、よつ葉乳業のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。フライパンで焼いて。 **5~6個200g 420円(税込454円)** (通常税込454円)



武田食品 (兵庫県・洲本市) **128 ふか(サメ)唐揚げ用** 淡路島近海に水揚げされるホシザメ、ドチザメを丁寧に下処理してガーリック風味の香辛料をまぶしました。クセが無く鶏ササミのような食感が特徴です。 **150g 410円(税込443円)** (通常税込443円)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市) **129 フライパンでできる あじ南蛮漬(タレ付)** フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。 **6~11枚150g+タレ50g 375円(税込405円)** (通常税込405円)



ダイマツ (鳥取県・米子市) **130 氷温造り あじの南蛮漬** 日本海産の真あじを食べやすく下処理し、国産米油で揚げた南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。 **220g 380円(税込410円)** (通常税込410円)



武田食品 (兵庫県・洲本市) **131 真さばの梅煮** 内容の良い調味料を使い、かつ使用量も抑え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。 **2~4切130g 350円(税込378円)** (通常税込378円)



武田食品 (兵庫県・洲本市) **132 天然ぶりのあらかき** 鮮度、脂のりともに良い長崎産の天然ぶりのあらかきを使用。軽く湯煎してどうぞ。 **200g 398円(税込430円)** (通常税込430円)



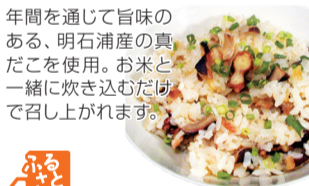
大黒淡水 (静岡県・焼津市) **133 うなぎ蒲焼 70g×2** 愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。 **70g×2 たれ・山椒付 2720円(税込2938円)** (通常税込2938円)



センシン食品 (宮城県・名取市) **136 高橋さんの「喰ってみろー!!」セット** 旬の地魚(三陸、常磐産) **5~7種合計 3180円(税込3434円)** (通常税込3499円)



センシン食品 (宮城県・名取市) **137 真イカもろみ醤油漬** お好みの野菜をたっぷり加えてどうぞ 国産の真イカを食べやすい大きさにカットし、国産原料のみで作ったもろみ醤油をベースにした調味液に漬け込みました。 **150g 458円(税込495円)** (通常税込518円)



カネキ水産 (兵庫県・神戸市) **134 明石蛸たこめしの素(3合用)** 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し上がれます。 **350g(蛸150g、出汁200g) 758円(税込819円)** (通常税込842円)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区) **135 とれとれあじたたき身** あじのつみれのお吸い物 日本近海で5~8月に漁獲した鮮度の良い生のあじをタタキ身に。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。 **150g×2 390円(税込421円)** (通常税込421円)



センシン食品 (宮城県・名取市) **138 さば甘酒醤油漬** ノルウェー産のさばを、甘酒、国産丸大豆醤油、しょつつるを加えた自家製タレに3日間漬け込みました。 **4~6切200g 398円(税込430円)** (通常税込430円)



センシン食品 (宮城県・名取市) **139 金頭(カナガシラ)フライ** 職員の試食会では人気No.1でした 三陸、常磐産のカナガシラを水揚げ後すぐに切身加工し、生パン粉をまぶして急速凍結しました。上品で旨味のしっかりある白身が特徴の魚です。油で揚げてください。 **150g 400円(税込432円)** (通常税込432円)



センシン食品 (宮城県・名取市) **140 ぐるっと日本 浜街道「ねぼうま」(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、ねばりが絶品。 **100g 380円(税込410円)** (通常税込410円)

にんにくを使ってコクをプラス 鶏肉はモモ、ムネお好みでどうぞ

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

74 じゃがいも 76 玉ねぎ 158 つくば茜鶏 モモ

393 「鶏しおじゃが」 レシピセット **1057円(税込1142円)** (通常税込1163円)

甘辛いたれが、ご飯に合う!

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

73 さつまいも 145 岩瀬さんの豚バラスライス 553 COオリーブオイル

394 「さつまいもの豚肉巻き」 レシピセット **1334円(税込1441円)** (通常税込1450円)

鶏しおじゃが

◆材料
鶏肉(モモ) 1枚
玉ねぎ 1/4個
じゃがいも 2個
人参 1/3本
にんにく(すりおろし) 1片
はちみつ 大1
塩 小2/3
植物油 大1/2
黒こしょう 適量

◆作り方
① 鶏肉は皮を取りひと口大に切る。玉ねぎは薄切り、じゃがいもは大きめの乱切り、人参は小さ目の乱切りにする。
② 鶏肉ににんにく、はちみつをもみ込んで10分ほど置いたら、さらに塩をもみ込み5分ほどおく。
③ 鍋に油を入れて熱し、鶏肉と玉ねぎを炒める。全体に油が回ったらじゃがいも、人参を加えて炒める。ひたひたよりも少し少なめの水を入れて落とし蓋をして弱めの中火で15分煮る。
④ 蓋を外して水分が少なくなるまで煮る。味をみて足りなければ塩で調整する。黒こしょうをふる。

さつまいもの豚肉巻き

◆材料
さつまいも 100g
豚バラスライス 4枚
酒 大2
みりん 大2
A 醤油 大2
L 砂糖 小1~2
オリーブオイル 適量

◆作り方
① さつまいもを縦に薄切りにし、それを細く切る。
② 豚肉を二枚、端を重ねて置き、①の半量をのせて豚肉を巻いていく。
③ フライパンに油を入れて熱し、豚肉の巻き終わりの部分を下にして少し押しつけるようにして焼き、転がしながら全面に火を入れて焼く。
④ 全体に火が通ったらAを加えて煮からめる。
⑤ 食べやすい大きさに切り、皿に盛る。

豚肉に、しょうがをきかせた甘辛いタレをからめて

新米の季節
ご飯がどんどん進む
味わい

豚肉の
しょうが
焼き



岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
141 岩瀬さんの豚
ローズしょうが焼き用
冷蔵 賞6日 250g **640円**(税込**691円**)
茨城県

きめが細かく脂が程よく入ったローズ肉を、しょうが焼き用にスライスしました。



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
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
143 岩瀬さんの豚
モモ一口カツ用
赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼きでもおいしいです。
冷蔵 賞6日
250g **465円**(税込**502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。
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
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。
冷蔵 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
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
148 ローズポーク
肩ブロック
味の濃い部位。焼き豚を作るのに最適。じっくり煮込む料理にも。
冷蔵 賞6日
400g **610円**(税込**659円**)
茨城県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
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。
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
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。
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)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。
凍結 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)
152 中津豚カシラ
(ホホ)肉
豚のカシラ(ホホ)肉です。1頭から約300gしかとれない希少な部位です。しっかりとした肉質。
凍結 賞120日
200g **460円**(税込**497円**)
神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
153 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 **480円**(税込**518円**)
神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
154 中津豚
ローズ塩こうじ漬
豚ローズ肉を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。
冷蔵 賞6日 米
2枚200g **535円**(税込**578円**)
豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)
155 中津もつ
のスタミナ焼き(味噌味)
自社農場の豚のモツを、自家製の味噌だれに漬け込みました。お好みの野菜を入れて炒めてどうぞ。
凍結 賞120日 米米大
200g **350円**(税込**378円**)
豚モツ(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)
156 中津豚こま味噌漬
豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。
冷蔵 賞6日 米米大
200g **398円**(税込**430円**)
豚肉(神奈川県)

JA全農いばらき(茨城県)野口商店
157 豚挽肉(バラ凍結)
茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。
凍結 賞90日
400g **650円**(税込**702円**)
茨城県

鶏肉
つくば茜鶏
[放] 不検出<3.6 <3.4

田仲さん達(茨城県・桜川市)
158 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)
159 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)
17 つくば茜鶏
ムネモモ
唐揚げ用2パック
唐揚げ用に丁度良い大きさにカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。2パックでお買い得です。
凍結 賞180日
250g×2 **930円**(税込**1004円**)
通常税込**1058円**
茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)
160 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)
161 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

大根と手羽元の煮物
162 つくば茜鶏
手羽元
唐揚げやすूप煮に。
凍結 賞180日
400g **510円**(税込**551円**)
通常税込**567円**
茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)
163 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)
164 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)
165 鹿児島 坊津黒牛
赤身ブロック
坊津黒牛のモモ肉をブロックでお届けします。ご自宅でローストビーフやタタキどうぞ。
凍結 賞30日
300g **1600円**(税込**1728円**)
鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)
166 鹿児島 坊津黒牛
カルビ焼肉用
霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。
凍結 賞30日
180g **1030円**(税込**1112円**)
鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)
167 鹿児島 坊津黒牛
牛丼・肉じゃが用
脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。
凍結 賞30日
200g **950円**(税込**1026円**)
鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)
168 鹿児島 坊津黒牛
切り落とし170g×2
炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。たっぷり使える2パック組でお届けします。
凍結 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、焼肉幅広く使えます。ウテ、モモ、バラ肉を使用。
凍結 賞30日
160g **445円**(税込**481円**)
福岡県、大分県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
170 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

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
171 茨城牛(山方)
牛豚合挽肉
茨城牛(山方)とローズポーク使用。風味の良さを併せ持った合挽肉。牛豚比率5:5。
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)
**172 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)
**173 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)
**174 鎌倉
串ざしフランクフルト**
冷蔵 賞10日
40g×5 **370円**(税込**400円**)
豚肉 (国内産)



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 賞180日 乳
160g **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**
鶏肉 (茨城県)



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**
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 **480円**(税込**518円**) 通常税込**540円**
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
176 鎌倉 Chorizo
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 Chorizo です。
冷蔵 賞15日
30g×5 **385円**(税込**416円**)
豚肉 (国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
177 中津粗挽ウインナー
ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。
冷蔵 賞7日
120g **280円**(税込**302円**)
豚肉 (神奈川県)



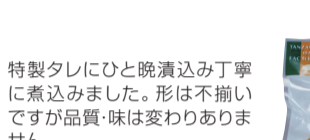
中津ミート (神奈川県・愛川町)
**178 中津生ウインナー
(トマトバジル)**
生ウインナーならではの美味しさ。豚肉の旨味とトマトのほのかな甘みやバジルの香りのバランスが最高です。
凍 賞180日
6本120g **360円**(税込**389円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
**180 中津バラベーコン
スライス**
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。
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)
**181 中津ボレスハム
スライス**
自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。
冷蔵 賞7日
100g **340円**(税込**367円**)
豚肉 (神奈川県)



特製タレにひと晩漬込み丁寧に煮込みました。形は不揃いですが品質・味は変わりありません。
中津ミート (神奈川県・愛川町)
182 中津チャーシュー切り落とし
凍 賞180日 米大小
70g **300円**(税込**324円**)
豚肉 (神奈川県)



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



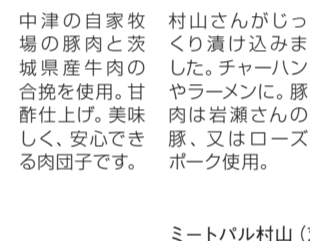
中津ミート (神奈川県・愛川町)
184 中津サラミソーセージ
原材料は豚肉、牛肉、海塩、粗糖、香辛料。国産チップでじっくりスモークしました。お好みの厚さに切って、ピザやおつまみにどうぞ。
凍 賞180日
100g **510円**(税込**551円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
185 中津肉団子(甘酢タレ)
9個入
冷蔵 賞24日 米大小
240g(9個入) **405円**(税込**437円**)
豚肉 (神奈川県)



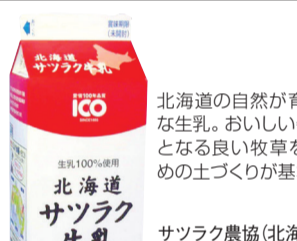
中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美味しく、安心できる肉団子です。
中津ミート (神奈川県・愛川町)
186 村山さんのチャーシュー
冷蔵 賞7日 米大小
200g **480円**(税込**518円**)
豚肉 (茨城県)



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。
中津ミート (神奈川県・愛川町)
**187 中津生ウインナー
(トマトバジル)**
凍 賞180日
6本120g **360円**(税込**389円**)
豚肉 (神奈川県)



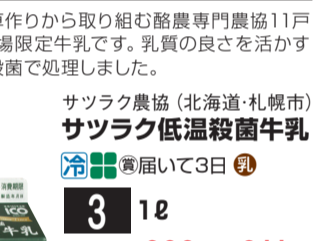
北海道産の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。
北海道酪農公社 (北海道・江別市)
**4 おいしまろやか
(成分調整牛乳)**
冷蔵 賞届いて8日 乳
1ℓ **219円**(税込**237円**)
生乳 (北海道)



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



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



サツラク農協 (北海道・札幌市)
3 低脂肪牛乳
冷蔵 賞届いて3日 乳
3ℓ **288円**(税込**311円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

500250 特別増資 (一口500円) 受付中



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



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
**192 石岡 鈴木牧場
スカモルツァ(プレーン)**
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。
冷蔵 賞7日以上 乳
40g **278円**(税込**300円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1



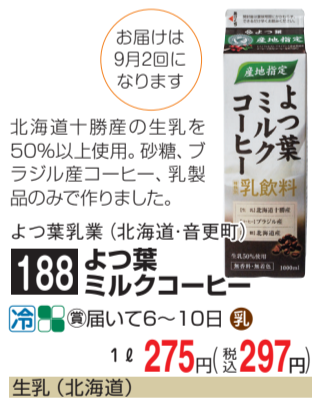
鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
**193 石岡 鈴木牧場
さけるチーズ(バジル)**
鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召し上がりください。
冷蔵 賞7日以上 乳
30g **204円**(税込**220円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1



脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追求し、乳脂肪分を1.0%に調整。
北海道酪農公社 (北海道・江別市)
**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



北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。
北海道酪農公社 (北海道・江別市)
**4 おいしまろやか
(成分調整牛乳)**
冷蔵 賞届いて8日 乳
1ℓ **219円**(税込**237円**)
生乳 (北海道)



お届けは9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、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)
**188 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。太陽と風と草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



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

お腹の中からキレイになる

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。

ホリ乳業(石川県・金沢市)

194 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)

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)

195 腸内活性ヨーグルメイト(加糖)

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

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

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。

サツラク農協(北海道・札幌市)

196 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン)

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)

197 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)

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

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)

お得な2個組は16ページ



創健社(神奈川県・横浜市)

198 ベニ花 ハイブラスマーガリン

べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まろやかでコクのあるマーガリンです。

180g **290円**(税込**313円**)



酪王乳業(福島県・郡山市)

199 生乳たっぷりのおヨーグルト

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

180ml×2 **248円**(税込**268円**)
生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



サツラク農協(北海道・札幌市)

200 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。

200ml **438円**(税込**473円**)
生乳(北海道)



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

201 まめそう豆乳プリン ほろにが抹茶

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、食塩、抹茶

110g×2 **230円**(税込**248円**)
豆乳(国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.4



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

202 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。

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



日本生活協同組合連合会

203 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。

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

大豆加工品

おかべや

おかべや(神奈川県・相模原市)

204 おかべや きめ生揚げ

北海道産大豆・天然にがり100%使用。風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。

2個 **280円**(税込**302円**)
大豆(北海道)



丸和食品(東京都・練馬区)

207 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

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



丸和食品(東京都・練馬区)

208 きめ豆腐

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。

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



丸和食品(東京都・練馬区)

209 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。

3枚 **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

表面にみそを塗って



おかべや(神奈川県・相模原市)

205 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。

330g **189円**(税込**204円**)
大豆(熊本県)



おかべや(神奈川県・相模原市)

206 おかべや 雅きめ

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。

330g **189円**(税込**204円**)
大豆(熊本県)



丸和食品(東京都・練馬区)

210 一口厚揚げ

厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれしにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。

8個 **225円**(税込**243円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2



丸和食品(東京都・練馬区)

211 味付いなり揚げ

肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。

10枚 **395円**(税込**427円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0



丸和食品(東京都・練馬区)

212 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後沸かしてお届け。

200g **157円**(税込**170円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

丸和食品(東京都・練馬区)

213 手揚げ油揚げ

国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。

2枚 **220円**(税込**238円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.7



JAやさと(茨城県・石岡市)

214 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

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



水府納豆(茨城県・常陸太田市)

215 水府納豆ミニ3(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

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



登喜和食品(東京都・府中市)

216 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。

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



登喜和食品(東京都・府中市)

217 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。

40g×2 **160円**(税込**173円**)
大豆(北海道)

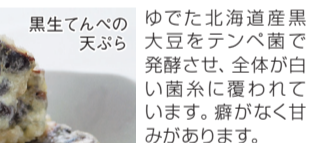


登喜和食品(東京都・府中市)

218 黒生てんべ

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

100g **330円**(税込**356円**)
大豆(北海道)



登喜和食品(東京都・府中市)

219 黒生てんべ

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

100g **330円**(税込**356円**)
大豆(北海道)

製造ができなくなったため、お届けすることができません。

白鷹産 しらたか納豆糍漬(山形県大豆)

山形県産大豆を使った納豆を、三五八漬けにした白鷹地方の郷土食。

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

日配品



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

220 上州産徳用ごんにやく

群馬県産のご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。

450g **110円**(税込**119円**)
ごんにやく粉(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

群馬県産のごんにやく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。

400g **110円**(税込**119円**)
ごんにやく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



またか水産(宮城県・石巻市)

222 三陸べっぴんわかめ

三陸の外海産。薄く、シャキシャキしながらも軟らかく、程よい歯ごたえが特長の塩蔵わかめ。

100g **240円**(税込**259円**)
わかめ(宮城県) [放] 不検出 <4.3 <3.8



浜食(東京都・調布市)

223 洗いもすく

沖縄・伊平屋島産の良質なもすくです。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。

200g **240円**(税込**259円**)
もすく(沖縄県)

貴重な国産たけのこ

たけのこ土佐煮

ニッカンフーズ(大分県・日田市)

224 たけのこ水煮(スライス)

掘りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。

300g **475円**(税込**513円**)
たけのこ(国内産)

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

225 やさとの半熟たまご(温玉)

非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。

4個(タレ無) **195円**(税込**211円**)
卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

山口・秋川牧園の鶏肉と国産野菜を使用。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりにも。化学調味料不使用。

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

226 国産とりごぼうご飯の素

170g(2合用) **550円**(税込**594円**)
鶏肉(山口県)

菊田商店(東京都・練馬区)

227 煮豆 金時豆

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

150g **235円**(税込**254円**)
大正金時豆(北海道)

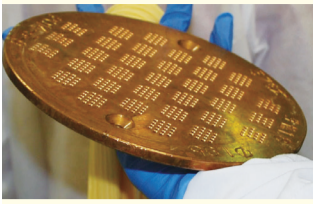
遠忠食品(埼玉県・越谷市)

228 ピーナッツみそ

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

80g **285円**(税込**308円**)
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.0 <3.1

ニューオークボこだわりの製法 手間を惜しまず美味しさを追求する



練りあがった生地をスパゲティの形に押し出す際に使用するダイスは現在の主流であるテフロン加工されたものではなく、古くから使われているブロンズダイス。摩擦に弱く、使っていくうちに磨耗が進むので、ゆっくりと時間をかけて押し出さなければなりません。大量生産には不向きですが、生地とダイスの摩擦が強くなり麺の表面には独特のザラつきが生じ、ソースの絡みがとても良くなります。

〜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

冷製専用のサラダ用生パスタ。茹で上がった後冷水でしめてお召上がりください。原材料：小麦粉、食塩



ニューオークボ (千葉県・柏市)
229 サラダ生スパゲティ

冷蔵 賞味期間 6~8日

260g(130g×2) **330円**(税込**356円**)
小麦 (カナダ、アメリカ)

茹で時間3分

ニューオークボ (千葉県・柏市)

230 生スパゲティ

原材料：小麦粉、食塩、卵白粉

冷蔵 賞味期間 6~8日

260g(130g×2) **330円**(税込**356円**)

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。

ニューオークボ (千葉県・柏市)

231 生フェットチーネ

原材料：小麦粉、食塩

冷蔵 賞味期間 6~8日

260g(130g×2) **330円**(税込**356円**)



りんごとサツマイモで 秋の春巻き♪



りんごとさつまいもの焼き春巻き

三立食品 (東京都・葛飾区)

232 春巻の皮(みちのく)

国産小麦粉と赤穂の天日塩で作ったシンプルな皮。油で揚げたり、焼いても美味しい。ピザ生地代わりに。

冷蔵 賞味期間 25日

10枚 **235円**(税込**254円**)

小麦 (北海道、岩手県) [放] 不検出 <2.8 <3.9



アツアツのご飯に混ぜて 簡単おいしい 混ぜご飯



士別農園 (北海道・士別市)

233 士別農園 福神漬

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

冷蔵 賞味期間 180日

150g **330円**(税込**356円**)

きゅうり・白瓜・他野菜 (北海道)



組合員さんからお便り

共生食品さんの内麦焼きそば(ソース付)は子供も「これが一番美味しい」と絶賛です。市販の安いむし焼きそばはもう買えません…!



共生食品 (神奈川県・相模原市)

234 内麦焼きそば(ソース付)

冷蔵 賞味期間 6日

麺150g×3 ソース30g×3 **250円**(税込**270円**)

小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

国産小麦粉使用の無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。



共生食品 (神奈川県・相模原市)

235 内麦生ラーメン味噌(3食入)

国産小麦粉使用の無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。味噌スープを添付。わかめ、ねぎなど具だくさんで。

冷蔵 賞味期間 7日

麺120g×3、スープ36g×3 **350円**(税込**378円**)

小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



高嶋酒類食品 (兵庫県・神戸市)

237 甲南なら漬(瓜、守口大根)

灘の酒粕をふんだんに使い、昔ながらの伝統技術で丁寧に漬けました。

冷蔵 賞味期間 90日

130g **370円**(税込**400円**)

瓜 (徳島県)、守口大根 (愛知県)

高菜漬を細かく刻み、ちりめんとゴマを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。



リアス (千葉県・船橋市)

236 高菜ちりめん

冷蔵 賞味期間 30日

40g **250円**(税込**270円**)

ちりめん (鹿児島県)

唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の葉を、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)

238 白菜キムチ

冷蔵 賞味期間 30日

300g **515円**(税込**556円**)

白菜 (国内産)

夏は冷やしおでん♪



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

396 夏おでん

冷蔵 賞味期間 90日

430g(うち固形量290g) **580円**(税込**626円**)

大根・キャベツ・卵 (国内産)

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、焼くわ、油揚げをいわし煮干しと昆布のだし汁で炊きました。



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

239 江戸前得意!生のり佃煮

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

冷蔵 賞味期間 180日

85g **360円**(税込**389円**)

のり (千葉県)

創業50年以上、地元で愛される 松野下蒲鉾のさつま揚げ

主原料の魚は枕崎港に水揚げされる「つむぶり・しいら等」の地場の魚を自社にて加工した原料をふんだんに使用。自社製すり身は魚本来の風味たっぷり、南薩摩ならではのさつま揚げの味わいの秘訣はここにあります。

すけそうだら、いとよりだ、鹿児島島の魚を使った自家製すり身にさつま芋と黒ごまを混ぜ込みました。揚げ油は圧搾一番搾り菜種油を使用。

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

243 こだわりさつま揚げ(黒ごま芋)

冷蔵 賞味期間 29日

3枚90g **310円**(税込**335円**)

すけそうだら (北海道)

原材料：魚肉(すけそうだら、いとよりだ、つむぶり、その他)、種物(さつま芋、黒ごま)、粗製糖、でん粉(馬鈴薯、甘薯)、清酒、菜種油、みりん、かつお節エキス、昆布エキス、食塩



すけそうだら、いとよりだのすり身に鹿児島島の魚で作る自家製すり身を加え、オキアミとあおさ粉の風味を効かせました。

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

242 こだわりさつま揚げ(磯の香)

冷蔵 賞味期間 29日

3枚90g **250円**(税込**270円**)

すけそうだら (北海道)

原材料：魚肉(すけそうだら、いとよりだ、つむぶり、その他)、種物(オキアミ、あおさ粉)、粗製糖、でん粉(馬鈴薯、甘薯)、菜種油、かつお節エキス、昆布エキス、食塩

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



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

244 焼くわ

冷蔵 賞味期間 15日

4本104g **220円**(税込**238円**)

スケソウダラ (アメリカ)

そのままで、ほぐしてサラダや手巻き寿司に

無リンのスケソウダラすり身を国内産かのに煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

245 かに風味かまぼこ

冷蔵 賞味期間 60日

10本125g **320円**(税込**346円**)

スケソウダラ (アメリカ)



高橋徳治商店の 無添加練り製品



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

247 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。

凍結 賞味期間 180日

5個175g **295円**(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)

硬めの漬床で保存しやすい

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



士別農園 (北海道・士別市)

241 士別農園 三五八漬の素

冷蔵 賞味期間 30日

100g **325円**(税込**351円**)

ひじき (長崎県)

士別農園 (北海道・士別市)

246 ネギちりめん揚げ

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

凍結 賞味期間 180日

100g **315円**(税込**340円**)

すけそうだら (北海道)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

248 笹かまぼこ

無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かまぼこの地である宮城の、昔ながらの笹かまぼこの味が楽しめます。解凍後そのままどうぞ。

凍結 賞味期間 180日

5枚125g **340円**(税込**367円**)

すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

冷凍食品



249 冷凍かぼちゃ
北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。
凍 500g **315円**(税込**340円**)
かぼちゃ(北海道)



250 CO北海道 つぶコーン300g
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。
凍 300g **245円**(税込**265円**)
とうもろこし(北海道)

ブルーベリー
ソーレに♪



炭酸で割って飲むとさわやかな飲料に。漬け上がった実はヨーグルトのトッピングなどにどうぞ。
氷砂糖・お酢(521食酢がおすすめ)：ブルーベリー=1:1:1で!
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。農業無敵布。
小林さん(長野県・高山村)
251 冷凍ブルーベリー2パック
凍 110g×2 **700円**(税込**756円**)
ブルーベリー(長野県)



252 宮城県産めかぶ(タレ付)
宮城県産のめかぶを食べやすいように細切りにし、小分けパックしました。醤油ベースの別添タレ付きです。
凍 40g×4(タレ4個付) **330円**(税込**356円**)
めかぶ(宮城県) [放]不検出<4.3<4.7



253 ミニポテトオーブントスター用
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)



254 エビカツフライ
魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めてお召上がり下さい。
凍 卵米大 4個152g **395円**(税込**427円**)
えび(インドネシア、ベトナム、タイ)



255 ふんわり豆腐ハンバーグ
消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグです。
凍 卵米大 90g×3 **435円**(税込**470円**)
大豆・鶏肉(国内産)



256 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)



257 ピリ辛チキンバー
秋川牧園(山口県・山口市)
凍 卵米大 8本150g **348円**(税込**376円**)
鶏肉(山口県、他)



258 鳥天
秋川牧園(山口県・山口市)
若鶏ムネ肉の天ぷら。ふんわりとした衣が新食感。ポン酢、塩等との相性よし。トスター、電子レンジで加熱。
凍 卵米大 200g **425円**(税込**459円**)
鶏肉(山口県、他)



259 若鶏焼きつくね
秋川牧園(山口県・山口市)
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。
凍 卵米大 180g **350円**(税込**378円**)
鶏肉(山口県、他)



260 若鶏手羽元 ゆずこしょう焼き
秋川牧園(山口県・山口市)
若鶏手羽元を九州特産「ゆずこしょう」と国産丸大豆醤油を使った特製ダレに漬け、じっくり焼きました。
凍 卵米大 250g **465円**(税込**502円**)
鶏肉(山口県、他)



262 徳用北京餃子
ニッコー(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。皮は国産小麦粉使用。
凍 大 18g×15 **400円**(税込**432円**)
豚肉(国内産)



263 神山鶏のぱくぱく餃子(国産しそ入り)
ドリームフーズ(大阪府・八尾市)
神山鶏を使用したぱくぱく何個でも食べられるくせのない食べやすい餃子です。国産大豆味噌、国産しそを使い焼いても茹でても美味しい餃子です。
凍 卵米大 18g×20 **457円**(税込**494円**)
キャベツ(国内産)



264 ヨコハマの餃子
大進食品(神奈川県・横浜市)
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 大 18g×25 **540円**(税込**583円**)
豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0



261 照り焼きミートボール
ニッコー(神奈川県・大和市)
豚肉と鶏肉で作ったミートボールにあんをかけ、お弁当にも使いやすい小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。
凍 卵米大 12個180g **378円**(税込**408円**)
鶏肉・豚肉(国内産)



265 国産原料にこだわったお徳用春巻
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
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)



266 大きな豆腐しゅうまい(れんこん入り)
ニッコー(神奈川県・大和市)
豆腐のふんわりとした食感と、れんこんのシャキシャキ感が楽しめます。食べ応えのある大きなしゅうまいです。
凍 卵米大 8個240g **400円**(税込**432円**)
大豆(国内産)



267 点心えびしゅうまい
ニッコー(神奈川県・大和市)
国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。
凍 卵米大 27g×7 **395円**(税込**427円**)
えび(インドネシア、ベトナム、他)



268 国産揚げごぼうの甘辛煮
ニッコー(神奈川県・大和市)
国産ごぼうを歯ごたえ良く仕上げました。なたね油で揚げたごぼうを鹿児島産砂糖と国産大豆醤油で味付け。
凍 卵米大 2袋180g **335円**(税込**362円**)
ごぼう(国内産)



269 ビビンバの具
カラミフーズ(東京都・新宿区)
国産野菜と国産牛肉を使用した「ビビンバの具」です。湯煎後ご飯にかけてどうぞ。国産味噌のコチュジャン使用。
凍 卵米大 100g×2 **430円**(税込**464円**)



272 鮭わかめご飯とひじきかき揚 お弁当セット
大進食品(神奈川県・横浜市)
さつま芋(国内産)
凍 卵米大 215g **515円**(税込**556円**)

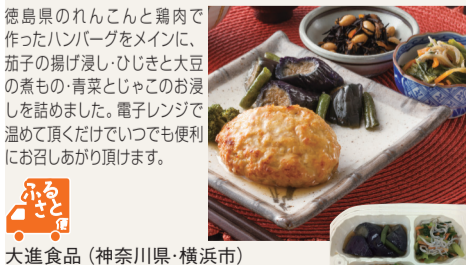
273 一六穀米ご飯と麻婆豆腐 お弁当セット
大進食品(神奈川県・横浜市)
国産の一六穀米と麻婆豆腐、揚げ茄子の煮浸しをセットにしました。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。
凍 卵米大 220g **515円**(税込**556円**)
一六穀米(国内産)



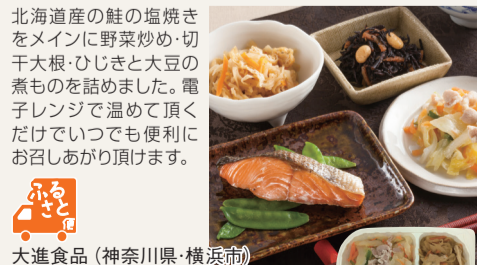
270 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)
カラミフーズ(東京都・新宿区)
赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。
凍 卵米大 100g×2 **400円**(税込**432円**)
鶏肉(国内産)



271 食べるユッケジャンスープ
カラミフーズ(東京都・新宿区)
牛肉・野菜・トク(韓国風のもち)が入った辛いスープ。様々な素材の旨味が絡み合う濃厚な味わい。湯煎して。
凍 卵米大 250g×2 **570円**(税込**616円**)
牛肉(国内産)



274 阿波鶏と徳島産根根ハンバーグお惣菜セット
大進食品(神奈川県・横浜市)
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・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。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)



275 国産鮭の塩焼きお惣菜セット
大進食品(神奈川県・横浜市)
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)



うどんにのせて♪
噛む度に魚の旨みが
ギュッと出てきます!

277 冷凍 稲庭うどん (5食入)
シマダヤ (東京都・渋谷区)
国産小麦粉使用。のどごしのよさと強いコシを兼ね備えたゆで麺。1食分をさらに半分にできる切り込み付き。
凍 小
200g×5 **390円**(税込**421円**)
小麦(国内産)

278 讃岐かき揚げうどん
ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 2食入
国産小麦使用のコシの強い麺に、ごぼう、玉ねぎ、人参、いんげんを使った野菜のかき揚げが入っています。つゆ付。
凍 小 米 大 小
2食560g **430円**(税込**464円**)
小麦(国内産)

279 関西風きつねうどん
ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 2食入
国産小麦使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。
凍 小 米 大 小
2食520g **320円**(税込**346円**)
小麦(国内産)

280 オムライス
西川食品 (和歌山県・紀の川市)
凍 小 卵 米 大 小
180g×2 **460円**(税込**497円**)
鶏卵・米(国内産)

281 フジワラの青汁
フジワラ化学 (愛媛県・西条市)
有機栽培ケールにクマザサ、シソ葉エキスを配合。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。
凍 小
90ml×7 **1190円**(税込**1285円**)
ケール(愛媛県)

276 無茶々園 お子さまじゃこ天
無茶々園 (愛媛県・西予市)
八幡浜港で水揚げされた小魚(ぼたるじゃこなど)を骨・皮ごと粗くすり潰した物を主原料に作りしました。
凍 小 90日
15g×6 **360円**(税込**389円**)
小魚(愛媛県)

282 ねぎ入りたこ焼
ニッコー (神奈川県・大和市) 15個入
ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて、油で揚げてもおいしいです。
凍 小 90日 卵 小
15個300g **380円**(税込**410円**)
たこ(ベトナム) [放] 不検出<3.7<4.4

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

284 COフローズンヨーグルト 105ml×3個
日本生協連合会
凍 小 乳
105ml×3 **275円**(税込**297円**)

組合員さんからのお便り
爽やかなヨーグルトの酸味がアクセントになっていて本当に美味しい。アイスを殆ど食べない私ですが、このフローズンヨーグルトは別。リピ買っています。(つくばみらい市・ひーたんさん)

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

285 味噌「母ごころ」(中辛)
藤巻商店 (千葉県・印西市)
国産大豆・国産米を原料に杉の大樽でじっくり約1年熟成させた、中辛口のみそです。原材料：大豆、米、塩
冷 小 150日 米 大
750g **510円**(税込**551円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<3.1<3.2

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

508 国産粗糖
けんこう舎 (東京都・調布市)
鹿児島産さとうきびから作ったゼラメタイプの料理用砂糖。ミネラル分を含んだ上品な甘さです。
前日OK!
700g **390円**(税込**421円**)
さとうきび(鹿児島)

287 生 360ml **457円**(税込**494円**)
288 火入れ 500ml **619円**(税込**669円**)
大豆(茨城県)

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

289 万能汁物の具
コタニ (岩手県・大船渡市)
岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。
前日OK!
30g **370円**(税込**400円**)
わかめ(岩手県) [放] 不検出<4.1<4.3

572 こだわりのだしパック
伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)
かつお節の良品を砕いたものに、細かくしたしいたけと昆布をブレンドしました。※かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。
前日OK!
8g×18 **575円**(税込**621円**)
かつお(静岡県) [放] 不検出<2.9<2.7

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

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

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

292 りんご酢
太田酢店 (福島県・須賀川市)
水やお湯、炭酸水、はちみつ、れもん：10倍に希釈して
りんご酢(福島県) [放] 不検出<4.0<4.0

290 常総醤油で作った福来ぼんず
沼屋本店 (茨城県・つくば市)
筑波山特産の福来(ふくれ)みかんの果汁に常総醤油を加えて作ったぼんず。やわらかい酸味の味に仕上げました。
前日OK!
360ml **398円**(税込**430円**)
福来みかん(茨城県) [放] 不検出<3.9<4.3

519 有機純米酢
創健社 (神奈川県・横浜市)
くせないまろやかな味が何にでも合います。
前日OK!
500ml **395円**(税込**427円**)
米(国内産)

546 CO野菜たっぷり和風ドレッシング500
日本生協連
たっぷ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。
前日OK!
500ml **440円**(税込**475円**)
米(国内産)

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

292 りんご酢
太田酢店 (福島県・須賀川市)
水やお湯、炭酸水、はちみつ、れもん：10倍に希釈して
りんご酢(福島県) [放] 不検出<4.0<4.0

292 りんご酢
太田酢店 (福島県・須賀川市)
水やお湯、炭酸水、はちみつ、れもん：10倍に希釈して
りんご酢(福島県) [放] 不検出<4.0<4.0

わが家の「ひと工夫」
旬のオクラは、一度にサッと茹でて、スライスして、ラップして冷凍しておくと、いつでもすぐ使えて便利です。(守谷市・Kさん)
おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。
49 木村さんのオクラ
木村農園 (茨城県・つくば市)
100g **156円**(税込**168円**)
茨城県 [放] 不検出<4.1<4.5

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

550 ごま油
米澤製油 (埼玉県・熊谷市)
料理に風味を持たせます。
前日OK!
450g **990円**(税込**1069円**)
胡麻(ナイジェリア、他)

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

532 有精卵マヨネーズ
創健社 (神奈川県・横浜市)
九州久住山麓の荒牧農場の有精卵と圧搾一番しぼりに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。
前日OK!
300g **370円**(税込**400円**)
なたね(オーストラリア)

293 南高梅干(白)
大紀コープファーム (奈良県・五條市)
豊かな香りと果皮、果肉の軟らかさを生かして、うす味で仕上げた白梅干です。漬込塩分15%。
前日OK!
160g **550円**(税込**594円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

589 きざみ昆布
リアス (千葉県・船橋市)
日高昆布を細かくきざんであります。数分で煮上がります。
前日OK!
30g **298円**(税込**322円**)
昆布(北海道)

和食の基本は「だし」

だし取りは難しい…そんなイメージがあるかもしれませんが、まずは簡単な方法からスタートしましょう。



煮干粉イメージ

煮干し粉

煮干しを丸ごと食べられる煮干し粉は便利な一品。お味噌汁を作るときに入れるだけで美味しさがグンとUPします!

昆布水

だし用昆布を一晩水に漬けておくだけで簡単にだし汁の出来上がり♪煮物などに入れると風味が増して◎



かねの水産(千葉県・大網白里市)

294 煮干粉

酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干しを粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。

100g **170円**(税込**184円**) 通常税込**194円**

かたくちいわし(国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0



リアス(千葉県・船橋市)

19 だし昆布(カット) 2個組

日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとり。

70g×2 **760円**(税込**820円**) 通常税込**842円**

昆布(北海道)

お好みの野菜や海藻と和えるだけ 簡単に副菜をもう1品



わかめとたまねぎのごま酢和え

ごま、砂糖、和風だしが調味されています。茹でた素材にまぶすだけ。乾燥タイプ。

603 ごま和えの素

けんこう舎(東京都・調布市)

180日 乳大 8g×6 **220円**(税込**238円**) 通常税込**248円**

旬の素材を煮物で 野菜がたくさん食べられます



大豆の栄養を丸ごと摂れる伝統的な食品です

国産大豆100%使用の凍り豆腐。程よい大きさにカットしており、湯戻しせずにそのまま調理できます。

295 凍り豆腐 煮物用

リアス(千葉県・船橋市)

180日 大 70g **388円**(税込**419円**) 通常税込**432円**

大豆(国内産)



海(東京都・大島町)

515 海(東京都・大島町) 240g

伊豆大島の海水を太陽と風の自然力で濃縮し、ゆるやかな火の力で丹念に炊き上げて作られます。製法: 天日、平釜

240g **598円**(税込**646円**) 海水(伊豆大島近海) [放] 不検出 <1.9 <1.6



海(東京都・大島町)

296 「海(東京都・大島町) やきしお 詰替用

日本特有の伝統的製法で作られた「海(東京都・大島町)」を焙煎して焼塩にしました。ゆで卵やサラダ、天ぷらなどに。

60g **238円**(税込**257円**) 海水(伊豆大島近海)



ポールスタア(東京都・東村山市)

538 国産(野菜・果実) 中濃ソース

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。

200g **330円**(税込**356円**)



創健社(神奈川県・横浜市)

579 洋風だし一番

野菜とほたての旨みたっぷりのスープ、使いやすい顆粒状にしました。

8g×10 **345円**(税込**373円**)



青森県田子町産100% みじん切りにんにく

297 青森県田子町産100% みじん切りにんにく

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使用。塩とクエン酸を少量添加。みじん切りタイプ。

70g **390円**(税込**421円**) にんにく(青森県) [放] 不検出 <3.2 <3.2

便利なチャック付き 自家製佃煮にしても◎



金庄(千葉県・船橋市)

298 徳用 千葉産石焼のり

草の目がタテ目に入っているのが千葉のりの特長。熱した石を使い、低温で時間をかけてじっくり焼きました。

全型20枚 **598円**(税込**646円**) のり(千葉県) [放] 不検出 <4.0 <4.4



江別製粉(北海道・江別市)

618 強力全粒粉(北海道産小麦使用)

北海道産のハルユタカ、ホロシリ、ホクシンのブレンド。食物繊維、ミネラルを含んだ全粒粉。

500g **320円**(税込**346円**) 小麦(北海道)



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

624 ホットケーキ ミックス(無糖)

岐阜県産の農林61号小麦を使用。膨張剤に重曹を使用し、砂糖は使っていませんので、お好みで甘味を加えて。

400g **345円**(税込**373円**) 小麦(岐阜県)

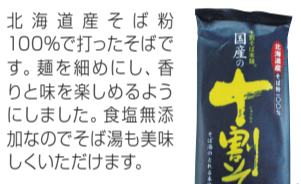


江別製粉(北海道・江別市)

621 薄力粉(北海道産小麦使用)

北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。

1kg **330円**(税込**356円**) 小麦(北海道)



東京かじの(東京都・小平市)

637 国産の十割そば

北海道産そば粉100%で打ったそばです。麺を細めにし、香りと味を楽しめるようにしました。食塩無添加なのでそば湯も美味しくいただけます。

200g **480円**(税込**518円**) そば(北海道)



江別製粉(北海道・江別市)

634 パスタ 北海道産小麦 スパゲティタイプ

北海道産100%。外国産の小麦で作られたものより軟らかな食感で、スープパスタや和風パスタにも。茹で時間目安7~8分。

500g **320円**(税込**346円**) 小麦(北海道)



伊那食品(長野県・松川町)

300 お湯で溶ける粉末寒天

食物繊維が豊富な海藻を粉末状にしました。ところ天、牛乳かんなどが簡単に作れます。分包スティックタイプ。

20g(2g×10袋) **330円**(税込**356円**) 海藻(地中海、他)



日本生協連合会

633 CO スパゲティ 1.6mm 1kg

デュラム小麦のセモリナ100%使用。太さ1.6mm、茹で時間の目安は7分です。

1kg **380円**(税込**410円**) 小麦(カナダ、アメリカ、他)

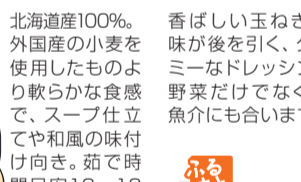


江別製粉(北海道・江別市)

635 パスタ 北海道産小麦 マカロニタイプ

北海道産100%。外国産の小麦を使用したものより軟らかな食感で、スープ仕立てや和風の味付け向き。茹で時間目安12~13分。

200g **190円**(税込**205円**) 小麦(北海道)



シンコー食品(東京都・八王子市)

299 ハロードレッシング

香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。野菜だけでなく肉や魚介にも合います。

380ml **430円**(税込**464円**)



士別農園(北海道・士別市)

582 士別農園 小豆

北海道士別農園の減農薬栽培あすき(品種エリモ)です。皮が軟らかく、ふっくら煮上がります。

300g **395円**(税込**427円**) 小豆(北海道)



日本生協連合会

677 CO ライトツナフレーク まるご油漬4P

きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬け込み、まろやかな味に仕上げました。

70g×4 **510円**(税込**551円**) きはだまぐろ(タイ、他)



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

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。

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



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

641 無かんすいラーメン ごま 5袋

北海道産小麦粉を使用した無かんすい麺を植物油100%で揚げました。スープは化学調味料・たんぱく加水分解物不使用。

100g×5 **620円**(税込**670円**) 小麦(北海道)



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

640 無かんすいラーメン みそ 5袋

北海道産小麦粉を使用した無かんすい麺を植物油100%で揚げました。スープは化学調味料・たんぱく加水分解物不使用。

101g×5 **620円**(税込**670円**) 小麦(北海道)



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

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。

114g×5 **660円**(税込**713円**) 小麦(北海道)



創健社(神奈川県・横浜市)

302 オニオンスープ

淡路島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**)



日本生協連合会

670 CO フルーツみつ豆 205g×3P

寒天、黄桃、りんご、みかん、さくらんぼ、赤えんどうが入っています。あずきやアイスクリームを添えて。

205g×3 **465円**(税込**502円**)



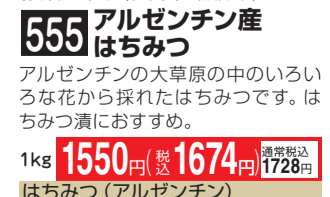
ニチロ十勝食品(北海道・更別村)

668 スイートコーン ドライパック

北海道十勝産のもぎたてのスイートコーンの味と香りを逃さないように、短時間で缶詰にしました。

110g×2 **280円**(税込**302円**) スイートコーン(北海道)

292 のりんご酢と一緒に パーメントドリンクで



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

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。

パン

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

321 無茶々園甘夏と伊予柑のマーマレード
無茶々園(愛媛県・西予市)
伊予柑と甘夏の果皮がたっぷり入り、ほど良い甘さとほろ苦さが楽しめます。(旧商品名:無茶々園のマーマレード)
300g **680円**(税込**734円**)
甘夏・伊予柑(愛媛県)

おかげや天然パン工房

原材料:小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

おかげや(神奈川県・相模原市) **賞**届いて2日 **米六小**

329 半斤3枚 **185円**(税込**200円**)

330 1斤6枚 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市) **賞**届いて2日 **米六小** 1斤 **353円**(税込**381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)

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

323 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

おかげや(神奈川県・相模原市)

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

おかげや(神奈川県・相模原市) **賞**届いて2日 **米六小** 3個 **387円**(税込**418円**)
小麦(北海道)

原材料:小麦粉、自家製天然酵母、塩

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

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

325 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 **小** 3個 **300円**(税込**324円**)
小麦(北海道、神奈川県、熊本県) [放]不検出<3.5<3.9

おかげや(神奈川県・相模原市)

334 おかげや くるみのプチパン
原材料:小麦粉、くるみ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、天日塩
賞届いて2日 **乳米六小** 2個 **352円**(税込**380円**)
小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

おかげや(神奈川県・相模原市) **賞**届いて2日 **乳米六小** 2個 **333円**(税込**360円**)
金時豆(国内産)

おかげや(神奈川県・相模原市) **賞**届いて4日 **卵六小** 3個 **412円**(税込**445円**)
小麦(北海道)

野菜ベニゲル いばらきベーグル

原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

326 プレーンベーグル
賞届いて2~3日 **米小** 1個 **167円**(税込**180円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

327 全粒粉ベーグル
賞届いて2~3日 **米小** 1個 **194円**(税込**210円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(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)

328 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
賞180日 **卵乳六小** 約65g×6 **605円**(税込**653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

煎茶(静岡県) **賞**180日 200g **1350円**(税込**1458円**)

かわばた園の上煎茶を石臼で挽いた粉末のお茶です。お茶の葉全部を安心して飲みたい。農業無散布。

かわばた園(静岡県・静岡市)

337 粉末煎茶「風月茶」
賞180日 50g **610円**(税込**659円**)

煎茶をつくるとき、ふるいにかけて分けた副産物。一番茶のみを使用。農業無散布。

かわばた園(静岡県・静岡市)

338 引き茶
賞180日 100g **660円**(税込**713円**)
茶葉(静岡県)

ランカスター(千葉県・千葉市)

339 アッサムティー(リーフ)
ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる、濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。農業無散布。
賞180日 100g **550円**(税込**594円**)
紅茶(インド)

ランカスター(千葉県・千葉市)

340 ダージリンティ(リーフ)
インド・シングル農場より。ヒマラヤの麓の、日中と夜間の寒暖の差が大きいこの地域ならではの逸品。
賞180日 80g **770円**(税込**832円**)
紅茶(インド)

ランカスター(千葉県・千葉市)

341 アールグレイティー(ティーバッグ)
柑橘系のベルガモットの香りが爽やかなフレーバーティーです。農業無散布。
賞180日 2g×20 **480円**(税込**518円**)
紅茶(スリランカ)、香料(スリランカ)

ランカスター(千葉県・千葉市)

342 ジャスミン茶(ティーバッグ)
中国を代表する花茶の1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30日 2g×30 **398円**(税込**430円**)
ジャスミン(中国)

爽やかで飲みやすいハーブティー
レモンのような清涼感ある風味に、緑茶のまろやかさをプラスしたハーブティー。温、冷どちらでも。

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

343 緑茶入りレモングラスティー
賞30日 2g×10 **440円**(税込**475円**)
レモン(スリランカ)、緑茶(山口県)

水で煮出して牛乳を加えてお召し上がりください
1人分の茶葉にスパイス6種(生姜、シナモン、ナツメグ、レモングラス、クローブ、カルダモン)を詰めました。

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

344 チャイ・バック
賞30日 3g×12バック **440円**(税込**475円**)
紅茶(インド)

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

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

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

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

フジワラ化学(愛媛県・西条市)

345 3g×10包 **1200円**(税込**1296円**)

346 3g×30包 **2850円**(税込**3078円**)
ケール(愛媛県)

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

三里塚物産(千葉県・成田市)

347 無農薬のにんじんジュース100%
賞30日 320g **450円**(税込**486円**)
人参(千葉県)

「にんじんジュース100%」とても美味しかったです。体が欲しかったのはコレ!という感じでした。我が家では普段ジュースをあまり飲まないのでも、この企画がなければ買うことはなかったと思います。

三里塚物産(千葉県・成田市)

348 しそジュース(希釈用)
賞30日 210g **370円**(税込**400円**)
しそ(千葉県) [放]不検出<3.2<3.9

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

日本生協連合会

754 COただの炭酸水200ml
賞30日 200ml×24 **1248円**(税込**1344円**)

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

日本生協連合会

756 CO月山の水2ℓ<PET>
賞30日 2ℓ **93円**(税込**100円**)
山形県 [放]不検出<0.5<0.5

無茶々園(愛媛県・西予市)

349 無茶々園みかん伊予柑ジュース
無茶々園こだわり栽培の柑橘を原料にした果汁100%ストレートジュース。みかん90%、伊予柑10%の混合。
賞30日 720ml **728円**(税込**786円**)
温州みかん・伊予柑(愛媛県)

乾物 dry matter

保存がきくことに加え、乾燥して水分が抜ける分、相対的に栄養価がアップしているのも乾物の魅力。全体的に食物繊維が多く含まれます。上手に乾物を取り入れましょう。



切干大根入り
竹の子ご飯



切干大根の
しじみ汁



日本澱粉工業 (鹿児島県・鹿児島市)

350 はるさめ 2個組

九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。サラダ、酢の物、鍋物、炒め物等に。

100g×2 **200円**(税込**216円**) 通常税込**238円**



かねの水産 (千葉県・大網白里市)

351 煮干 2個組

生協専用釜で煮た後、酸化防止剤を使用せず天日干し、冷風乾燥させました。

賞180日 200g×2 **776円**(税込**838円**) 通常税込**864円**
かたちいわし (国内産) 【放】不検出 <4.0 <4.0



自分の山から切り出した原木に植菌し栽培したいだけ乾燥させました。

352 江藤さんの干しいたけ

しいたけ (大分県)



酢のものやサラダがおすすめ

農薬、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の大根を天日で乾燥させました。

353 無茶々園切り干し大根

大根 (愛媛県)



煮豆はもちろん、煮込み料理やサラダにも。農薬無散布。

354 金時豆

賞180日

300g **465円**(税込**502円**) 通常税込**508円**
金時豆 (北海道)



普通の大きさの黒大豆です。煮豆に。農薬無散布。

355 黒豆

賞180日

300g **465円**(税込**502円**)
黒豆 (北海道)

海藻 seaweed

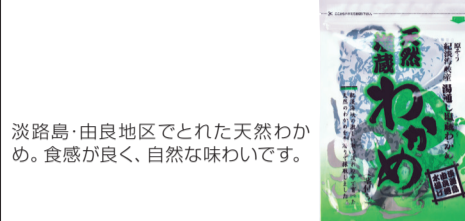
海の野菜、海藻。各種ミネラルや食物繊維を多く含みます。みそ汁を筆頭に、毎日少しずつでも取り入れるのがおすすめです。



わかめの
きんぴら



あかむすび
はるさめ
の
みそ汁
スープ



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。

356 淡路島 天然わかめ(塩蔵)

賞90日 150g **410円**(税込**443円**)

わかめ (兵庫県)



柔らかいので手でちぎって好みの大きさにすることができます

早採りの柔らかい昆布を湯通し塩蔵しました。水に戻してすぐに使えます。そのまま醤油をかけて、酢の物、炒め物、煮物に。

357 岩手産さしみ昆布

賞90日 300g **390円**(税込**421円**)

昆布 (岩手県)



358 洗いもずく 2個組

沖縄・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。

賞10日 200g×2 **480円**(税込**518円**)

もずく (沖縄県)



360 コタニの海藻セット

岩手県沖で採取した良質なわかめとめかぶをそれぞれ使い切りパックに。解凍してそのままお使いください。

賞180日 わかめ40g×3めかぶ40g×3 **380円**(税込**410円**) 通常税込**454円**

わかめ・芽かぶ (岩手県) 【放】不検出 <3.6 <3.2



ぬめり成分フコイタンが豊富。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。

359 松島湾産 おさしみあかもく

賞100日 100g **270円**(税込**292円**)

あかもく (宮城県) 【放】不検出 <3.8 <4.0



適期に収穫した物をフコイタン、アルギン酸、5ミナラン等の成分を損なわないよう天日乾燥と低温乾燥で仕上げました。おにぎりに、汁物、煮物、酢の物、サラダなどに。

361 函館産栽培がごめ昆布(きざみタイプ)

賞20日 20g **290円**(税込**313円**)

がごめ昆布 (北海道)



国産の海苔を丁寧に焼き上げました。そのまま食べても、味噌汁や汁物の具にも。

362 国産地のり

賞10日 10g **370円**(税込**400円**)

のり (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、通常組員価格から70円(税込76円)引き。2kgは25円(税込27円)引き。
・「黒澤さんのお米」は、通常組員価格から100円(税込108円)引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者へのみご希望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

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

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)

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)

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)

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

363 白米 5kg 3500円(税込**3780円**)

364 玄米 5kg 3200円(税込**3456円**)

365 7分 5kg 3500円(税込**3780円**)

366 5分 5kg 3500円(税込**3780円**)

367 白米 2kg 1400円(税込**1512円**)

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

もうすぐ新米シーズンです

2017年産のお米を残さず食べましょう!

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

やさとお米(コシヒカリ)

368 白米 5kg 2314円(税込**2499円**)

369 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。

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)

ハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

371 白米用 雑穀セット 500g 1048円(税込**1132円**) 【放】不検出 <0.5 <0.5

372 玄米用 雑穀セット 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)。

食卓はひと足早く秋の気配

秋の味覚が大集合

※イメージ

鶏肉と秋の味覚きのこ5種類を使った、ボリュームのある炊き込みご飯の素。生きのこで作りました。

かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

374 炊き込みご飯の素 きのこ五目 2合用

冷賞90日 米大 小

170g(2合用) **345円(税込373円)**

ぶなしめじ (国内産)

自社製のいりこ昆布のだしをベースに国内産の具材を煮込んだ炊き込みご飯の素です。米2合用。

かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

375 炊き込みご飯の素 五目鶏めし 2合用

冷賞90日 米大 小 180g(2合用) **360円(税込389円)**

鶏肉 (国内産)

いぼらきベーグル (茨城県・常総市)

376 かぼちゃベーグル 1個

原材料: 国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、かぼちゃ、粗精糖、天日塩、天然酵母

賞届いて2~3日 米小 1個 **222円(税込240円)**

かぼちゃ (茨城県)

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

377 芽吹き屋 くるみ大福 6個入

味噌あんにくるみを加えた上品な甘さのあんを、国産もち米にごまを加えた生地で包みました。

凍米大 6個270g **580円(税込626円)** 通常税込648円

くるみ (アメリカ)

秋の味覚「おいも」を使ってグラタンに

微生物農法の会 大和田さん達 (茨城県・行方市)

73 大和田さんのさつまいも 1kg **398円(税込430円)**

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

無農薬

品種は紅あずま。ホクホクとした食感で甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。

西岡さん達 (熊本県) 加瀬さん達 (千葉県)

65 里芋 約400g **306円(税込330円)**

熊本県、千葉県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

無農薬

小型で、軟らかく粘りがある芋です。栽培管理を徹底することで味良く仕上げられています。農薬無散布。

THE THIRD WORLD SHOP Raisin

有機栽培されたぶどうを天日で乾燥しました。オイルコーティングはしていません。

プレス・オルターナティブ (東京都・目黒区)

611 レーズン 165g **400円(税込432円)**

レーズン (アメリカ)

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

378 芽吹き屋 よもぎだんご 4本入

国産の上新粉で作ったコシのある生地にもよぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包みました。自然解凍で。

凍米 4本180g **388円(税込419円)** 通常税込432円

よもぎ (国内産)

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

379 よつ葉 シュレッドチーズ 2個組

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

冷賞90日 乳 250g x 2 **1096円(税込1184円)** 通常税込1242円

生乳 (北海道)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

380 つくば茜鶏 ムネモモ小間切 250g **480円(税込518円)** 通常税込529円

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.4

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

381 天然むきエビ(特大) 160g **535円(税込578円)** 通常税込592円

えび (マレーシア)

新学期の朝食に♪ お弁当に♪

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

秋川牧園 (山口県・山口市)

382 からあげ 2パック 150g x 2 **796円(税込860円)** 通常税込918円

鶏肉 (山口県、他)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

383 鎌倉あらびきウィンナー×3 85g x 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

日本生協連合会

384 CO スライスチーズ 126g(7枚) 7枚126g **185円(税込200円)**

チェダーチーズとゴーダチーズをブレンドしました。乳化剤にポリリン酸塩、グリセリン脂肪酸エステルを使用。

冷乳 7枚126g

おかべや (神奈川県・相模原市)

385 おかべや 素焼きパン 1個 **515円(税込556円)**

原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、塩

賞届いて3日 米小 小麦 (北海道)

人気のクロワッサンを20個入りでお届け

原材料: 小麦粉(国産小麦粉99%)、マーガリン、上白糖、卵、ショートニング、ブドウ糖、パネト種、パン酵母、食塩、濃縮ホエイ、小麦グルテン、モルトエキス、水飴、乳化剤、香料、酸化防止剤(V.E、V.C)、安定剤

オリオンペーカー (岩手県・花巻市)

386 内麦クロワッサン 20個入 **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

サツラク農協 (北海道・札幌市)

387 サツラク酪農家限定ヨーグルト 加糖 2個組 (80g x 3) x 2 **356円(税込384円)** 通常税込444円

生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.1

瓶の口いっぱい身が詰まっています!

鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料: 秋鮭、菜種油、食塩

佐井村漁協 (青森県・佐井村)

388 津軽海峡 鮭フレーク 100g **545円(税込589円)** 通常税込605円

秋鮭 (青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

中津ミート (神奈川県・愛川町)

389 中津ミートのミートソース 2パック 250g x 2 **760円(税込820円)** 通常税込842円

中津ミートの豚肉たっぷりのソース。化学調味料を使わない、シンプルな味付け。パスタなら1パックで2人前。

冷賞24日 大 豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

390 中津ミートのハンバーグ(ミニ) 3パック 6個 x 3 **950円(税込1026円)** 通常税込1037円

豚肉 (神奈川県)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

391 たらこ(切れ子)増量 55g+15g **298円(税込322円)** 通常税込397円

すけそうだらの卵 (ロシア)

創健社 (神奈川県・横浜市)

741 国産野菜ジュース 200g x 6本 **1080円(税込1166円)**

にんじんをベースに、11種類の国産野菜と国産レモン使用。素材のおいしさをギュッと凝縮しました。

にんじん (宮崎県、大分県、長崎県)

お子様からお年寄りまで、家族みんなで楽しめます

珈琲専門店が作った「コーヒー牛乳」と。牛乳に混ぜるだけで美味しいコーヒー牛乳が出来上がります。牛乳で5倍に希釈して。

南蛮屋 (神奈川県・厚木市)

392 コーヒー牛乳のもと 275ml **620円(税込670円)**

インスタントコーヒー (マレーシア)

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。

- 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。

- 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。

- 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。地場農作物の消費をすすめます。