

# 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

co-op mail  
**josso**  
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

2019年3月2回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 3/提出	4	5	6	7	8
定番品 3/お届け	11	12	13	14	15
特別企画品 3/お届け	18	19	20	21	22

# 防災特集

3月11日で東日本大震災発生から丸8年。非常時の対策は常に怠らずに! 備えあれば憂いなし『防災特集』

素材の味をより楽しみたい方  
のためのおみそ汁です



**415** 化学調味料無添加  
おみそ汁

4種類の化学調味料無添加おみそ汁が  
味わえるおみそ汁セットです。小袋の  
中身をお椀に入れ熱湯を約160ml注  
いで軽くかき混ぜてください。

卵乳大小米

8袋 **920円**(税込**994円**) 通常税込**1080円**

京都伏見の吟醸酒粕を使用



**416** 甘酒  
(フリーズドライ10P)

吟醸酒粕の芳醇な香りとコク、上品  
な甘味をお楽しみいただけるフリー  
ズドライ甘酒です。中身をうつわに  
入れ、熱湯を約100ml注いでよくか  
き混ぜてください。

卵乳大小米

12g  
×10袋 **910円**(税込**983円**) 通常税込**1026円**

国産野菜をつかった化学調味料  
無添加のおみそ汁です



**417** 国産野菜のおみそ汁  
(3種アソート)

国産の野菜を使ったおいしいおみそ汁  
です。ほうれん草のおみそ汁、たまね  
ぎのおみそ汁、しめじのおみそ汁の  
3種類の味が楽しめます。小袋の中  
身をお椀に入れ、熱湯を約160ml注  
いで軽くかき混ぜてください。

卵乳大小米

8袋 **960円**(税込**1037円**) 通常税込**1069円**

お米本来のおいしさをどうぞ



**418** 白かゆ  
(フリーズドライ6P)

お米のもつ旨みを大切に、じっくりと  
仕上げた、おなか本来の味です。コシ  
ヒカリ100%使用でシンプルなお  
米のおいしさが味わえます。

卵乳大小米

16g  
×6袋 **850円**(税込**918円**) 通常税込**994円**



**11** とろさば 水煮  
(缶詰)

脂が一番のり、旨味が増す秋さばを  
純国産平釜塩と純米富士酢で水煮に  
しました。厳選された素材の美味し  
さが味わえます。

卵乳大小米

180g  
(固形量135g) **417円**(税込**450円**)  
さば(国内産) [放] 不検出<1.0<0.8



**12** とろさば みそ煮  
(缶詰)

脂が一番のり、旨味が増す秋さばを  
こだわりの調味料で味付けしまし  
た。国産産を使用した甘めのコク  
のあるみそ使用。

卵乳大小米

180g  
(固形量135g) **417円**(税込**450円**)  
さば(銚子港) [放] 不検出<0.8<0.9

アサヒグループ食品株式会社(東京都)

アサヒグループ食品株式会社(東京都)

アサヒグループ食品株式会社(東京都)

アサヒグループ食品株式会社(東京都)

日本生協連合会

日本生協連合会

5年以上の賞味期間を残して、組合員  
さんのお手元にお届けします。保存性  
の高いボトルに充填しているため、家  
庭内での長期保管が可能です。

日本生活協同組合連合会

**15** CO長期保存水  
1900ml

1900ml **120円**(税込**130円**)

群馬県みなかみ町

信田缶詰(千葉県・銚子市)

**16** まいわし和風煮 12缶セット

100g×12 **1800円**(税込**1944円**)

いわし(銚子沖) [放] 不検出<4.0<3.1

信田缶詰(千葉県・銚子市)

**17** いわしみそ味  
アーモンドペースト入 12缶

100g×12 **1800円**(税込**1944円**)

いわし(銚子沖) [放] 不検出<3.1<3.8

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。

信田缶詰(千葉県・銚子市)

**18** いわし油漬唐辛子入り 12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。

100g×12 **1800円**(税込**1944円**)

いわし(銚子沖) [放] 不検出<3.7<3.6

信田缶詰(千葉県・銚子市)

信田缶詰(千葉県・銚子市)

長野県産(長野県・長野市)

**19** 信州無塩野菜ジュース缶

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 **2480円**(税込**2678円**)

トマト(長野県)

化学調味料を使用  
しないオイル無添  
加タイプのツナ缶  
詰。料理の素材な  
ど幅広く使えます。

日本生協連合会

**676** COライトツナフレーク  
まぐろ油無添加4P

70g×4 **490円**(税込**529円**)

きはだまぐろ(台湾、他)

日本生協連合会

**20** CO おいしい赤飯  
160g×3個パック

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、  
湯せんして調理可能。  
賞180日 \*

160g×3 **330円**(税込**356円**)

小豆(北海道)

便利なチャック付き

茹で時間目安7分

日本生協連合会

**633** CO スパゲッティ  
1.6mm 1kg

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

1kg **380円**(税込**410円**)

小麦(カナダ、アメリカ、他)

田中製菓(東京都・大田区)

**21** 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、小倉50g×5 **930円**(税込**1004円**)

小豆(北海道)

田中製菓(東京都・大田区)

川光商事(東京都・中央区)

**22** 生きもち  
シングルパック

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。

400g **490円**(税込**529円**)

もち米(国内産)

創健社(神奈川県・横浜市)

**23** 玄米パン あん入り

原材料: つぶあ  
ん、小麦粉(国  
産)、黒糖、玄  
米粉(国産)、パ  
ーム油、パン酵  
母、水飴、食塩

3個 **400円**(税込**432円**)

小麦粉(国内産)

創健社(神奈川県・横浜市)

**24** 玄米パン あんなし

原材料: 小麦粉  
(国産)、黒糖、玄  
米粉(国産)、パ  
ーム油、パン酵  
母、水飴、食塩

3個 **380円**(税込**410円**)

小麦粉(国内産)

日本生活協同組合連合会

**25** CO風味豊かな  
発酵バターのSB12本

発酵バター21%、北海道バター  
10%を使用し、風味豊かに焼き上  
げたショートブレッドです。

卵乳小 2本×6袋 **258円**(税込**279円**)

小麦粉(日本、アメリカ)

日本生活協同組合連合会

**26** CO ファミリー  
チョコレート 200g

一口タイプのミルクチョコレート  
を食べやすく一つ一つ包装につ  
つみました。

卵乳小 200g **276円**(税込**298円**)

丸富製紙(静岡県・富士市)

**892** ワンタッチコアレス  
(トイレトペーパー)

丸富製紙(静岡県・富士市)

130m×6ロール **460円**(税込**497円**)

## 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出<1.1<0.9
茨城県	[放] <sup>137</sup> Cs=7.5
宮城県	[放] <sup>137</sup> Cs=9.4 <sup>134</sup> Cs=3.6

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  
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載  
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載



甘夏の  
クリーミー  
サラダ

市場で人気の  
ある高級品種。  
甘味が強く、皮  
もむきやすく食  
べやすい。清見  
(きよみ)とポン  
カンとの掛け  
合わせ。農薬0~  
3回。



無茶々園 (愛媛県・西予市)  
**無茶々園の  
不知火(デコボン)**  
**29** 1kg **690円(税745円)**  
**30** 3kg **1950円(税2106円)**  
愛媛県



木下さん達 (愛媛県・西予市)  
**31** しらめい(デコボン)  
甘みが強く人気の晩柑。果頂部のデ  
コは樹齢と共に低くなるものもあり  
ます。減農薬栽培。  
800g **600円(税648円)**  
愛媛県



あゆみの会・菅谷さん達 (茨城県・かすみがうら市)  
**32** いちご(とちおとめ)  
自家製堆肥を使い、健康な土づくり  
をおこなっています。甘みと酸味のバ  
ランスが絶妙です。減農薬栽培。  
200g **650円(税702円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7



竹村さん (茨城県・かすみがうら市)  
**33** 竹村さんのいちご  
自分の子供に食べさせられるものをモ  
ットーに農薬使用回数を減らし、自家製肥料  
・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。  
200g×2 **810円(税875円)**  
茨城県 [放] 不検出 <0.9 <1.0



適度な甘味と酸味  
の爽やかな柑橘で  
す。除草剤、化学肥  
料不使用。

無茶々園 (愛媛県・西予市)  
**無茶々園の甘夏**  
**27** 3kg **1100円(税1188円)**  
**28** 1kg **375円(税405円)**  
愛媛県



江川農園 (神奈川県・小田原市)  
**江川さんの青島みかん**  
**34** 1kg **350円(税378円)** 通常税込410円  
**35** 5kg **1720円(税1858円)** 通常税込1944円  
神奈川県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



岩川さん達 (鹿児島県・屋久島町)  
**36** 屋久島タンカン  
皮がむきやすく果肉はやわらかで多  
汁。甘みが強く、酸味は少なく、香  
り豊かな柑橘です。農薬無散布。  
約550g **550円(税594円)**  
鹿児島県



無茶々園 (愛媛県・西予市)  
**無茶々園の  
清見オレンジ**  
みかんとおレンジの掛け合わせ品  
種。たっぷりの果汁と芳醇な香りが  
特長的。農薬0~3回。  
3kg **1625円(税1755円)**  
愛媛県



無茶々園 (愛媛県・西予市)  
**無茶々園のせとか**  
「清見」に「アンコール」を掛け合わせたものに、更に「マ  
コト」を掛けて出来た品種。糖度が高く、外皮が手でむ  
け、薄皮も軟らかくそのまま食べられます。農薬0~3回。  
700g **924円(税998円)**  
愛媛県



濱上さん (鹿児島県・出水市)  
**39** ジューシーフルーツ  
果肉は軟らかく多汁で爽やかな柑  
橘。落果防止剤は使用していません。  
農薬無散布。  
800g **398円(税430円)**  
鹿児島県



海瀬農園 (静岡県・沼津市)  
**40** 黄金柑  
黄色い果皮に小さめサイズですが、味  
と香りのバランスは良くオレンジに近  
い風味。無化学肥料、減農薬栽培。  
700g **449円(税485円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.5 <4.1



江川農園 (神奈川県・小田原市)  
**江川さんの  
キウイフルーツ**  
樹にならして置き、十分に味をのせて  
から収穫、追熟しています。農薬無散  
布。  
500g **398円(税430円)**  
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4



松永農園 (静岡県・静岡市)  
**松永さんのレモン**  
**42** 400g **398円(税430円)**  
**43** 1kg **824円(税890円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



渥美農園 (静岡県・浜松市)  
**渥美さんの  
グレープフルーツ**  
大変貴重な国産のグレープフルーツ。毎年  
収穫量が少しずつ増えています。半分につ  
てスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。  
1kg(3~5玉) **609円(税658円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.2 <2.7



ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)  
**46** 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335円)**  
ペルー(トゥンベス地域)

バラが入る場合があります



岩間さん達 (青森県)  
**47** にんにく  
ホワイト種より外皮は紫がかって  
いて見た目は悪いです。味は良く香  
りが強いのが特長です。減農薬栽培。  
約70g **220円(税238円)**  
青森県



あゆみの会・吉田さん達 (茨城県・行方市)  
**48** 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102円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2



大紀コブファーム・しょうが生産者グループ (奈良県)  
**49** 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171円)**  
高知県

土耕栽培なので水洗いして  
からお召上がり下さい



中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)  
**中村さんの  
ペビーリーフ**  
約20種類の品種を使って作ったペ  
ビーリーフです。食味・彩りにこだわ  
りました。農薬無散布。  
40g **155円(税167円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



あゆみの会・富田さん達 (茨城県・鉾田市)  
**51** 水菜  
サラダ、おひたし、浅漬け、鍋物と幅  
広く使える野菜です。減農薬栽培。  
150g **160円(税173円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.7

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)  
**52** 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205円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.1



あゆみの会・嶋田さん達 (千葉県・旭市)  
**53** 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126円)**  
千葉県 [放] 不検出 <4.1 <4.1



イバラキ食品 (茨城県・石岡市)  
**54** もやし  
緑豆もやし。筑波山麓の綺麗な湧水をたっ  
ぷりと使用しじっくり育てた歯ごたえが  
良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。  
250g **50円(税54円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



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



福山さん達 (宮崎県・新富町)  
**56** ピーマン  
肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬  
栽培。  
約130g **194円(税210円)**  
宮崎県



赤谷さん (千葉県・旭市)  
**57** きゅうり  
化学肥料を使わず米糠、粉殻薫炭が  
カシを土に。きめ細かい栽培をする  
ことで農薬使用を最小限に。  
3本 **230円(税248円)**  
千葉県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



右田さん達 (熊本県・芦北町)  
**58** ミニトマト  
有機資材を豊富に加え、保肥力のある  
土作りを行っています。木酢液等  
を使用し、農薬使用を最小限に。  
約150g **220円(税238円)**  
熊本県



JAIちかわ・寺田さん、鈴木さん (千葉県・柏市)  
**59** 柏田中の完熟トマト  
時季を絞り、距離の近さも活かした  
完熟トマトをお届けします。1kgでお  
得です。減農薬栽培。  
1kg **665円(税718円)**  
千葉県 [放] 不検出 <3.6 <3.6



大木さん (茨城県・常総市)  
**60** 大木さんの  
中玉トマト  
大玉トマトより甘みがある中玉系ト  
マト。ピー玉からピンポン玉位まで大  
きさは色々です。減農薬栽培。  
300g **370円(税400円)**  
茨城県 [放] 不検出 <5.2 <4.3



藤嶋さん、瀧本さん (熊本県・天草市)  
**61** 初恋スマート  
ミニトマト  
平均糖度8~10度のフルーツ感覚のミニ  
トマトです。日持ちがよく甘いだけでなく酸  
味もある甘酸バランスよいトマトです。ヘ  
タの取れた果実も入ります。減農薬栽培。  
約200g **276円(税298円)**  
熊本県



吉澤さん達 (群馬県・昭和村)  
**62** グリーンアスパラ  
日中は40℃近く、夜は-10℃以下で育つ寒締め栽培。糖度が高く、甘みの強  
いアスパラです。農薬無散布。  
約100g **280円(税302円)**  
群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



グリーンアスパラ  
よりも長めに茹で  
て下さい。4~5分  
が目安です  
**63** ホワイトアスパラ  
約100g **270円(税292円)**  
群馬県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)  
**64** 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151円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



無農薬

浅野さん(茨城県・常総市)

**65 浅野さんのほうれん草**

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

1束 約200g **176円(税190円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



無農薬

微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)  
**66 微生物農法の会の小松菜**

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1束 **176円(税190円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



無農薬

おきたま興農舎・高橋さん達(山形県・高島町)

**67 おきたまの茎立菜**

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

約200g **225円(税243円)**  
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8



無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

**68 長島さんのレタス**

1玉 **210円(税227円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



無農薬

**69 長島さんのサニーレタス**

1玉 **170円(税184円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



木村農園(茨城県・つくば市)

**70 木村さんのかぶ**

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

1束 **183円(税198円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.8



無農薬

手のひらサイズの白菜です

※小さい場合は2玉入る場合がございます

藤島さん・石山さん達(熊本県・天草市)

**71 ミニ白菜**

外葉から芯までやわらかい葉質で手のひらサイズの大きさ。鍋はもちろん、サラダでもおいしくお召し上がりいただけます。農薬無散布。

400g以上 **280円(税302円)**  
熊本県



無農薬

上野さん達(栃木県・上三川町)

**72 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238円)**  
栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



シーズン最終

特

木村農園(茨城県・つくば市)

**73 木村さんの白菜**

漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。

1玉 **206円(税222円)** 通常税込238円  
茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5



福田さん達(沖縄県・宮古島)

**74 かぼちゃ(カット)**

ホクホクとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

500g前後 **480円(税518円)**  
沖縄県



カットしてお届けします

木村農園(茨城県・つくば市)

**75 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205円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



無農薬

宮本さん達(熊本県・山都町)

**76 里芋**

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

約400g **306円(税330円)**  
熊本県



無農薬

木村農園(茨城県・つくば市)

**77 木村さんの里芋(洗い・小)**

どうしても出てしまう小玉の里芋をご提案。洗ってお届けします。ほとんど皮が向いているので、そのまま使えます。農薬無散布。

300g **115円(税124円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8



あゆみの会・村野さん達(鹿児島県・中種子町)

**78 みつき(安納紅)**

安納芋は種子島だけで作られている甘みの強いさつまいもです。ねっとりした食感が特長です。減農薬栽培。

500g **400円(税432円)**  
鹿児島県



無農薬

※できるだけ葉付きでお届けします

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

三須さん達(千葉県・富里市)

**79 大根**

1本 **180円(税194円)**  
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



木村農園(茨城県・つくば市)

**80 木村さんの長芋**

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

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



天然の極甘スイーツ

あゆみの会・白鳥干しいも生産組合(茨城県・鉾田市)

**81 干しいも**

あゆみの会・羽成さん達より。農薬無散布で栽培した紅はるかを使って、丁寧に干し上げました。

60日 150g **505円(税545円)**  
さつまいも(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)

**82 干し柿(市田柿)**

市田柿は、約600年前から長野県南部の伊那谷に多く見られた渋柿で、昭和20年代から干し柿として商品化されました。今では長野県を代表する干し柿です。

60日 7~8個200g **780円(税842円)**  
長野県



無農薬

微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)

**83 大和田さんのさつまいも**

甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。

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



無農薬

微生物農法の会・飯田さん達(茨城県・行方市)

**84 人参**

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

500g **183円(税198円)**  
茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.4



無農薬

加瀬さん達(千葉県)

**85 人参(洗い)**

土作りから始まり、農薬に頼らない栽培をしています。農薬無散布。

1kg **360円(税389円)**  
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



無農薬

渡部さん(北海道・上士幌町)

**じゃがいも**

煮物、サラダ、じゃがバター等に。農薬無散布。

1kg **290円(税313円)**  
3kg **800円(税864円)**  
北海道



丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。

まごころの里(北海道・栗山町)

**玉ねぎ**

1kg **183円(税198円)**

3kg **540円(税583円)**  
小玉サイズでお届けとなります  
北海道



村上さん(栃木県・高根沢町)

**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211円)**  
栃木県 [放] 不検出 <4.4 <4.4

きのこ 震災から8年



最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

**90 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 **195円(税211円)** 通常税込227円  
茨城県



**91 B品**

独自の栄養元をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。

200g **207円(税224円)** 通常税込243円  
福島県



安田さん(福島県・郡山市)

**92 安田さんのなめこ**

独自の栄養元をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。

70g **108円(税117円)** 通常税込124円  
福島県



山田さん(茨城県・つくば市)

**93 山田さんのしめじ**

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。

200g **250円(税270円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.9



あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

**94 エリンギ**

肉質はきめ細くなめらかでしっかりとっています。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281円)**  
三重県



村上さん(栃木県・高根沢町)

**95 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211円)**  
栃木県 [放] 不検出 <4.4 <4.4



目持ちがよく、シャキッとした食感

丸金(長野県・長野市)

**96 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、広島県産力カガリ粉末で燻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225円)**  
長野県



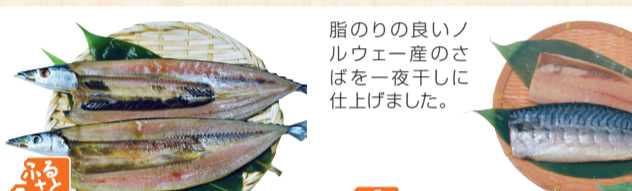
白えのきにはない、コクのある味特徴

味えのき

**97 ブラウンえのき茸**

200g **218円(税235円)**

# 豊かな海が育んだ 万石浦の牡蠣 をどうぞ!!



**99 大粒かきフライ**  
まるたか水産 (宮城県・石巻市)  
凍 90日 米小  
かき (宮城県)  
4~8個 三陸牡蠣半島の清浄海域で育った良質の大粒生かきを使用し、パン粉をまぶして仕上げました。揚げて。  
4~8個220g **440円**(税別 **475円**)

**98 三陸潮ゆで牡蠣**  
まるたか水産 (宮城県・石巻市)  
凍 90日  
150g **460円**(税別 **497円**)  
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.6 <3.7  
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。

**100 三陸産かきハーブソテー**  
まるたか水産 (宮城県・石巻市)  
凍 90日 米小  
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.6 <4.0  
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。加熱調理済なので解凍してそのままどうぞ。

**101 あさり**  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
凍 90日  
220g **305円**(税別 **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  
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。

**102 潤沼のしじみ(冷凍)**  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
凍 30日  
200g **360円**(税別 **389円**)  
やまとしじみ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8  
全国でも有数の産地、地元潤沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。

**103 うるめいわし丸干し**  
水永水産 (宮城県・門川町)  
凍 180日  
5~7尾250g **398円**(税別 **430円**)  
うるめいわし (宮城県)  
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。

**104 子持ちからふとししゃも**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日  
8~10尾180g **320円**(税別 **346円**)  
からふとししゃも (アイスランド)  
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。

**105 天日干しアジ**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
4枚210g以上 **498円**(税別 **538円**)  
真あじ (佐賀県)  
佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。

**106 九州産真あじの生開き干し**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
2枚160g **400円**(税別 **432円**)  
真あじ (九州)  
厳選した九州産の真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。

**107 さんま開き2枚**  
下谷平次郎商店 (千葉県・銚子市)  
凍 120日  
2枚200g **350円**(税別 **378円**)  
さんま (北海道)  
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。

**108 2枚**  
丸一商店 (千葉県・南房総市)  
凍 120日  
2枚200g **350円**(税別 **378円**)  
さんま (北海道)  
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。

**109 3枚**  
丸一商店 (千葉県・南房総市)  
凍 120日  
3枚300g **500円**(税別 **540円**)  
真さば (ノルウェー)  
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。

**110 氷温造り えてかれい一夜干し**  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
凍 60日  
2枚200g **498円**(税別 **538円**)  
えてかれい (鳥取県)  
山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。

**111 甘塩縞ほっけ開き**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
約350g **630円**(税別 **680円**)  
縞ほっけ (アメリカ)  
脂の乗りがよい縞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。

**112 秋鮭(雄宝)塩みりん漬**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日 米  
約50g×4 **470円**(税別 **508円**)  
秋鮭 (北海道)  
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。塩角がなくなるやかです。

**113 さば生姜味噌漬**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日 米大 小  
3切165g **390円**(税別 **421円**)  
真さば (ノルウェー)  
ノルウェー産の真さばを使用。「やまこ味噌」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。

**114 真あじフィーレ**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
片身7~10枚前後200g **461円**(税別 **498円**)  
真あじ (長崎県)  
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。

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

**116 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
80g×3 **461円**(税別 **498円**)  
秋鮭 (北海道)  
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。

**117 氷温甘塩さば切身4切**  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
凍 120日  
4切270g **480円**(税別 **518円**)  
さば (ノルウェー)  
ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂ののっています。

**118 紅鮭切身(中辛塩)3切**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 120日  
3切180g **590円**(税別 **637円**)  
紅鮭 (アラスカ)  
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。

**119 北海道産ソフト身欠きにしん**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍  
4~6枚200g **390円**(税別 **421円**)  
にしん (北海道)  
脂のりの良いにしんをソフト乾燥。昆布巻はもちろん、焼いてレモン汁をかけた、大根おろしを添えても。

**120 簡単解凍!一本釣りのきはだまぐろ**  
山菱水産 (福島県・いわき市)  
凍 20日  
120g **450円**(税別 **486円**)  
きはだまぐろ (フィリピン)  
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。

**121 生からつったねぎとろ用**  
山菱水産 (福島県・いわき市)  
凍 20日  
60g×2 **398円**(税別 **430円**)  
きはだまぐろ (フィリピン)  
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。

**122 生からつったあじ刺身 生姜醤油漬**  
丸三水産 (千葉県・南房総市)  
凍 180日 大 小  
80g **390円**(税別 **421円**)  
真あじ (千葉県) [放] 不検出 <2.8 <2.9  
千葉県で定置網で漁獲した鮮度の良いあじを厳選し、一口サイズにカットして醤油に漬け込み、生姜、ねぎ、ごまをのせました。

**123 しめさばかぶら漬**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日 米大 小  
2枚160g **430円**(税別 **464円**)  
真さば (国内産)  
国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし独自の調味酢に漬け、かぶ、人参、生姜をのせ、かぶら漬に。

**124 びんちょうまぐろ(丼用)**  
山菱水産 (福島県・いわき市)  
凍 20日 米大 小  
70g×2 **398円**(税別 **430円**)  
びんちょうまぐろ (太平洋)  
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。

**125 まぐろ大葉みそ(丼用)**  
山菱水産 (福島県・いわき市)  
凍 20日 米大 小  
70g×2 **380円**(税別 **410円**)  
きはだまぐろ (南太平洋)  
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。

**126 おらがつった宮古の磯丼**  
共和水産 (岩手県・宮古市)  
凍 180日 米大 小  
50g×2 **375円**(税別 **405円**)  
するめいかめかひいら(岩手県) [放] 不検出 <3.5 <4.0  
三陸産のいか、めかひい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。

**127 えび・いかミックス**  
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
凍 20日  
180g **365円**(税別 **394円**)  
えび (インド)、アカイカ (北太平洋)  
生の、むきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。

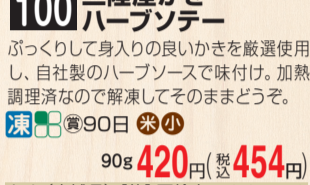
**128 サラダ用ボイルむきえび**  
丸千水産 (千葉県・南房総市)  
凍 20日  
100g **435円**(税別 **470円**)  
バナメイエビ (タイ)  
タイ産のバナメイエビを塩だけを使って茹で上げました。自然解凍、または袋のまま流水解凍し、サラダ等で。



**101 あさり**  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
凍 90日  
220g **305円**(税別 **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  
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。



**100 三陸産かきハーブソテー**  
まるたか水産 (宮城県・石巻市)  
凍 90日 米小  
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.6 <4.0  
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。加熱調理済なので解凍してそのままどうぞ。



**109 3枚**  
丸一商店 (千葉県・南房総市)  
凍 120日  
3枚300g **500円**(税別 **540円**)  
真さば (ノルウェー)  
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。



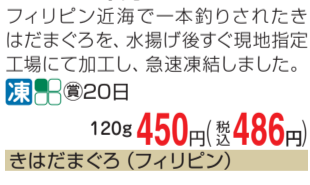
**110 氷温造り えてかれい一夜干し**  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
凍 60日  
2枚200g **498円**(税別 **538円**)  
えてかれい (鳥取県)  
山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。



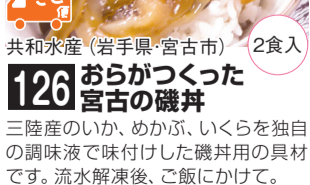
**111 甘塩縞ほっけ開き**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
約350g **630円**(税別 **680円**)  
縞ほっけ (アメリカ)  
脂の乗りがよい縞ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。



**112 秋鮭(雄宝)塩みりん漬**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日 米  
約50g×4 **470円**(税別 **508円**)  
秋鮭 (北海道)  
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。塩角がなくなるやかです。



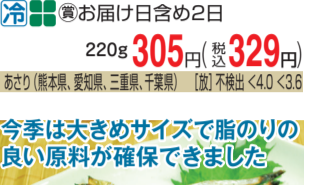
**113 さば生姜味噌漬**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日 米大 小  
3切165g **390円**(税別 **421円**)  
真さば (ノルウェー)  
ノルウェー産の真さばを使用。「やまこ味噌」の粒味噌と国産生姜を加えた味噌ダレに漬け込みました。



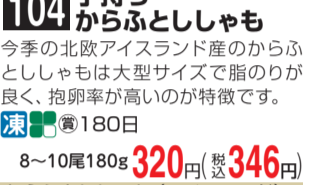
**114 真あじフィーレ**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
片身7~10枚前後200g **461円**(税別 **498円**)  
真あじ (長崎県)  
長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。



**101 あさり**  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
凍 90日  
220g **305円**(税別 **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  
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。



**100 三陸産かきハーブソテー**  
まるたか水産 (宮城県・石巻市)  
凍 90日 米小  
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.6 <4.0  
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。加熱調理済なので解凍してそのままどうぞ。



**109 3枚**  
丸一商店 (千葉県・南房総市)  
凍 120日  
3枚300g **500円**(税別 **540円**)  
真さば (ノルウェー)  
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。



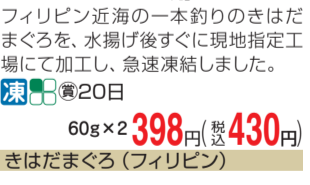
**110 氷温造り えてかれい一夜干し**  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
凍 60日  
2枚200g **498円**(税別 **538円**)  
えてかれい (鳥取県)  
山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。



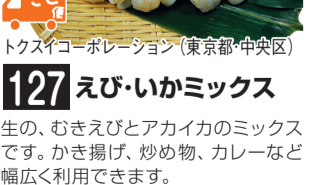
**111 甘塩縞ほっけ開き**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
約350g **630円**(税別 **680円**)  
縞ほっけ (アメリカ)  
脂の乗りがよい縞ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。



**112 秋鮭(雄宝)塩みりん漬**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日 米  
約50g×4 **470円**(税別 **508円**)  
秋鮭 (北海道)  
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。塩角がなくなるやかです。



**113 さば生姜味噌漬**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日 米大 小  
3切165g **390円**(税別 **421円**)  
真さば (ノルウェー)  
ノルウェー産の真さばを使用。「やまこ味噌」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。



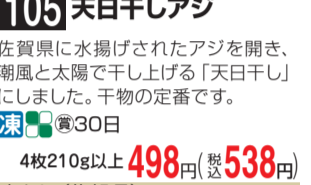
**114 真あじフィーレ**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
片身7~10枚前後200g **461円**(税別 **498円**)  
真あじ (長崎県)  
長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。



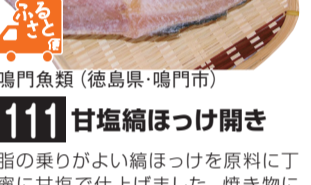
**102 潤沼のしじみ(冷凍)**  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
凍 30日  
200g **360円**(税別 **389円**)  
やまとしじみ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8  
全国でも有数の産地、地元潤沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。



**105 天日干しアジ**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
4枚210g以上 **498円**(税別 **538円**)  
真あじ (佐賀県)  
佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。



**106 九州産真あじの生開き干し**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
2枚160g **400円**(税別 **432円**)  
真あじ (九州)  
厳選した九州産の真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。



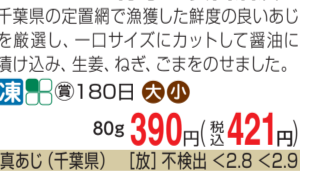
**109 3枚**  
丸一商店 (千葉県・南房総市)  
凍 120日  
3枚300g **500円**(税別 **540円**)  
真さば (ノルウェー)  
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。



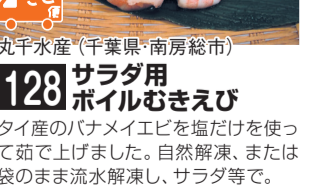
**110 氷温造り えてかれい一夜干し**  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
凍 60日  
2枚200g **498円**(税別 **538円**)  
えてかれい (鳥取県)  
山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。



**111 甘塩縞ほっけ開き**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
約350g **630円**(税別 **680円**)  
縞ほっけ (アメリカ)  
脂の乗りがよい縞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。



**112 秋鮭(雄宝)塩みりん漬**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日 米  
約50g×4 **470円**(税別 **508円**)  
秋鮭 (北海道)  
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。塩角がなくなるやかです。



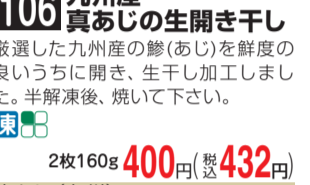
**113 さば生姜味噌漬**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日 米大 小  
3切165g **390円**(税別 **421円**)  
真さば (ノルウェー)  
ノルウェー産の真さばを使用。「やまこ味噌」の粒味噌と国産生姜を加えた味噌ダレに漬け込みました。



**103 うるめいわし丸干し**  
水永水産 (宮城県・門川町)  
凍 180日  
5~7尾250g **398円**(税別 **430円**)  
うるめいわし (宮城県)  
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。



**106 九州産真あじの生開き干し**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
2枚160g **400円**(税別 **432円**)  
真あじ (九州)  
厳選した九州産の真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。



**109 3枚**  
丸一商店 (千葉県・南房総市)  
凍 120日  
3枚300g **500円**(税別 **540円**)  
真さば (ノルウェー)  
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。



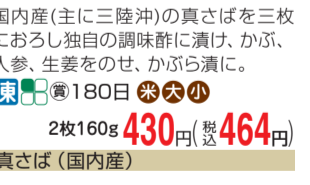
**110 氷温造り えてかれい一夜干し**  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
凍 60日  
2枚200g **498円**(税別 **538円**)  
えてかれい (鳥取県)  
山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。



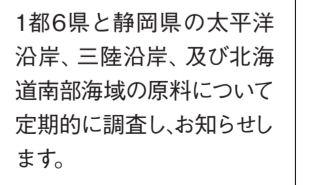
**111 甘塩縞ほっけ開き**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
約350g **630円**(税別 **680円**)  
縞ほっけ (アメリカ)  
脂の乗りがよい縞ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。



**112 秋鮭(雄宝)塩みりん漬**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日 米  
約50g×4 **470円**(税別 **508円**)  
秋鮭 (北海道)  
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。塩角がなくなるやかです。



**113 さば生姜味噌漬**  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
凍 180日 米大 小  
3切165g **390円**(税別 **421円**)  
真さば (ノルウェー)  
ノルウェー産の真さばを使用。「やまこ味噌」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。



**114 真あじフィーレ**  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
凍 30日  
片身7~10枚前後200g **461円**(税別 **498円**)  
真あじ (長崎県)  
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。

**128 サラダ用ボイルむきえび**  
丸千水産 (千葉県・南房総市)  
凍 20日  
100g **435円**(税別 **470円**)  
バナメイエビ (タイ)  
タイ産のバナメイエビを塩だけを使って茹で上げました。自然解凍、または袋のまま流水解凍し、サラダ等で。

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、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。

三陸・常磐の海の幸  
センシン食品  
水産加工品の



センシン食品 高橋さん

新物  
お届けします！



センシン食品 (宮城県・名取市)

**130 松川浦産 生冷青のり**  
アオサとは品種が違う「ヒトエグサ」という香りの高い品種の青のりを乾燥していない生の状態でお届けします。酢の物、汁物の具などに。かき揚げにしても青のりの風味が楽しめます。

凍 180日 120g **369円**(税 **399円**)  
ヒトエグサ(福島県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

**133 ブラックタイガー 2L**  
インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。

凍 180日 8尾前後180g **845円**(税 **913円**)  
ブラックタイガー (インドネシア)



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

**134 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 90日 120g **495円**(税 **535円**)  
真だこ (モロッコ、モーリタニア)



佐井村漁協 (青森県・佐井村)

**135 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 60日 40g **660円**(税 **713円**)  
いくら (北海道、青森県) 【放】不検出<3.5<3.3



センシン食品 (宮城県・名取市)

**129 ヤリイカ ベタ (刺身用)**  
ヤリイカをきれいに下処理し、1枚ずつ細胞を壊さない電磁場凍結しました。解凍してお刺身で。

凍 180日 80g **395円**(税 **427円**)  
ヤリイカ (宮城県、福島県)



センシン食品 (宮城県・名取市)

**131 めひかり一夜干し**  
三陸、常磐産のめひかりを塩だけで干しました。塩焼きや素揚げで。頭から内臓、骨まで全て食べられます。

凍 180日 150g **395円**(税 **427円**)  
めひかり (宮城県、福島県) 【放】不検出<3.4<3.9



センシン食品 (宮城県・名取市)

**132 ぐるっと日本 浜街道「ねばうま」(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、ねばりが絶品。

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



海泉水産 (静岡県・浜松市)

**136 しらす干し**  
遠州灘～伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。

凍 120日 20g×3 **450円**(税 **486円**)  
しらす (遠州灘～伊勢湾)



海泉水産 (静岡県・浜松市)

**137 釜あげしらす**  
遠州灘～伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でしました。

凍 120日 40g×2 **460円**(税 **497円**)  
しらす (遠州灘～伊勢湾)



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

**138 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 30日 60g **330円**(税 **356円**)  
しらす (遠州灘～伊勢湾)



共和水産 (岩手県・宮古市)

**139 国産いかリングフライ**  
国産のするめいかをリング状にカットし国産小麦を使用した白パン粉で仕上げました。

凍 200g **600円**(税 **648円**)  
するめいか (国内産)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

**140 水温造り 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 180日 220g **380円**(税 **410円**)  
さわら (韓国)



※イメージ

**特**

海と食卓をつなぐ (土佐佐賀産直出荷組合)



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。

凍 40日

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

**144 2種セット**  
2種 セット例  
400g以上 **900円**(税 **972円**)

**145 3種セット**  
3種 セット例  
600g以上 **1320円**(税 **1426円**)  
通常税込 **1458円**



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

**141 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 180日 7～9個 180g **395円**(税 **427円**)  
さんま (国内産)



大黒淡水 (静岡県・焼津市)

**142 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。

凍 60日 70g×2 たれ・山椒付 **2270円**(税 **2452円**)  
うなぎ (愛知県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

**143 かにとえびのやわらかしんじょ**  
蟹と海老を白身魚のすり身などと合わせ、ふんわりとしたしんじょに仕上げました。※山芋が入っています

凍 180日 6個 180g **398円**(税 **430円**)  
かに (国内産)



土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

**146 あじフライ**  
土佐沖で獲れたあじを丁寧に下処理後、フィレーにして衣をつけてフライ用に使いました。凍ったまま揚げて。

凍 40日 3～5枚100g **520円**(税 **562円**)  
あじ (高知県)



土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

**147 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 40日 140g **470円**(税 **508円**)  
きびなご (高知県)



土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

**148 白身魚の梅しそチーズ焼き**  
高知ではなじみ深い白身でクセの無い淡泊なしらにマヨネーズ、チーズ、ねりしそ梅を乗せてオープンで焼き上げました。

凍 40日 4個 120g **560円**(税 **605円**)  
しら (高知県)

湯をかけることで臭みなく作れます  
ご飯がすすむ定番おかず

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

**49** しょうが **72** 長ねぎ  
**117** さば切身 **305** みそ

**412 さばの味噌煮 レシピセット**



みそ **1328円**(税 **1434円**)  
通常税込 **1499円**

牛乳パックで簡単！  
お好みの具をつめて  
お子さんと一緒にいかがですか？

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

**57** きゅうり **142** うなぎ蒲焼 **179** 牛小間切

**413 お好み押し寿司 レシピセット**



うなぎ蒲焼 きゅうり 牛小間切  
**2908円**(税 **3141円**)  
通常税込 **3181円**

さばの味噌煮

◆材料  
さば切身(甘塩でも可) …… 4切  
しょうが …… 1片  
酒 …… 大1  
しょうゆ …… 小2  
A 砂糖 …… 大3  
水 …… カップ1  
みそ …… 50g  
ねぎ …… 1本



◆作り方  
① さばは3つに切る。  
② さばをザルにのせ、熱湯をたっぷりかけて脂抜きをする。  
③ しょうがは1/2をせん切りにし、水にさらして針しょうがにする。残りは薄切りにする。  
④ 鍋にAとしょうがの薄切りを入れて煮立て、さばを並べて入れ弱火で15～20分煮る。  
⑤ ねぎは4cm長さに切り、網で焼く。  
⑥ 器にさばを盛り、針しょうがをのせる。ねぎを添えて煮汁をかける。

切り取ってご活用ください

お好み押し寿司

◆材料(4人分)  
酢飯 …… 3合分  
うなぎ蒲焼 …… 1パック  
牛肉 …… 100g  
白菜キムチ …… 100g  
菜の花 …… 適量  
サラダスナップ …… 適量  
きゅうり …… 1/2本  
錦糸卵 …… 適量  
塩、こしょう …… 少々



◆作り方  
① うなぎは牛乳パックの幅に合わせて切る。牛肉は塩、こしょうをしてさっと焼く。キムチは食べやすく切る。きゅうりは千切りにする。菜の花とサラダスナップは下茹でして刻む。  
② 牛乳パックに、うなぎと菜の花→酢飯→錦糸卵ときゅうり→酢飯の順に入れて重しをする。  
③ もう一つは、牛肉、サラダスナップ、キムチ→酢飯→牛肉とキムチ→酢飯の順に入れ重しをする。  
④ ひっくり返して取り出して、食べやすい幅に切る。  
※お好みで茹でた菜の花やミニトマトなど添えて。

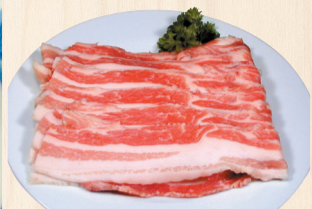
切り取ってご活用ください

# 野菜をたっぷり加えて 焼肉サラダ

葉野菜、根菜などさまざまな種類の野菜を組み  
合わせると、食感のコントラストが楽しめます。



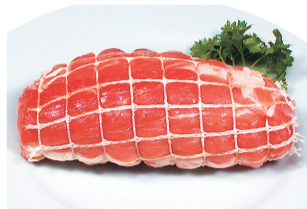
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**149 茨城牛(山方)切り落とし**  
用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。  
冷蔵 賞6日  
200g **645円**(税込 **697円**)  
茨城県



岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山  
**150 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

## 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  
**153 岩瀬さんの豚肩ブロック(ネット巻き)**  
豚肩ブロックをチャーシュー用にネット巻きしてあります。  
冷蔵 賞6日  
300g **495円**(税込 **535円**)  
茨城県



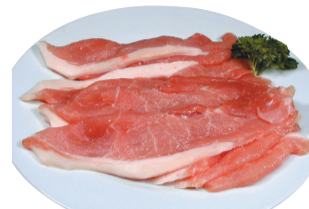
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山  
**151 岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用**  
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。  
冷蔵 賞6日  
250g **640円**(税込 **691円**)  
茨城県



岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山  
**154 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  
**152 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。  
冷凍 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  
**155 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  
**156 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  
**157 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。  
冷凍 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  
**158 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。  
冷蔵 賞6日  
500g **980円**(税込 **1058円**)  
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**159 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  
**160 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  
**161 ローズポーク挽肉**  
茨城県の銘柄豚「ローズポーク」の挽肉。赤身率8割です。  
冷凍 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)  
**162 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。  
冷凍 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)  
**163 中津豚ヒレ塩こうじ漬**  
豚ヒレ肉の切身を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。  
冷蔵 賞6日  
5~7枚200g **700円**(税込 **756円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**164 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。  
冷蔵 賞6日 希米大  
200g(固形量約80g×2) **540円**(税込 **583円**)  
豚肉(神奈川県)



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**165 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。  
冷凍 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  
**166 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。  
冷凍 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)  
**167 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。  
冷蔵 賞180日  
300g **370円**(税込 **400円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**168 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。  
冷蔵 賞180日  
300g **490円**(税込 **529円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**169 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。  
冷蔵 賞180日  
250g **490円**(税込 **529円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**170 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。  
冷蔵 賞180日  
250g **490円**(税込 **529円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**171 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。  
冷蔵 賞180日  
300g **560円**(税込 **605円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**172 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。  
冷蔵 賞180日  
400g **525円**(税込 **567円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**173 つくば茜鶏 手羽元**  
唐揚げやスープ煮に。  
冷蔵 賞180日  
400g **525円**(税込 **567円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**174 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。  
冷蔵 賞180日  
250g **240円**(税込 **259円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**175 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。  
冷蔵 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)  
**176 鹿児島 坊津黒牛サイコロステーキ用×2**  
モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。  
冷蔵 賞30日  
170g×2 **1800円**(税込 **1944円**)  
鹿児島県



**177 鹿兒島 坊津黒牛**  
切り落とし170g×2  
炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。たっぷり使える2パック組でお届けします。  
凍 賞30日  
170g×2 **1370円**(税込**1480円**)  
鹿兒島県



**178 鹿兒島 坊津黒牛**  
特選切り落とし150g×2  
モモ、ウデ等の鮮やかな霜降りの入った部分のみを厳選した黒牛の切り落とし。2パック組のお徳用です。  
凍 賞30日  
150g×2 **1640円**(税込**1771円**)  
鹿兒島県



**179 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)  
**180 鎌倉マイルドポークウインナー×2**  
焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。  
冷 賞10日  
94g×2 **320円**(税込**346円**)  
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**181 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 賞10日  
49g×3 **265円**(税込**286円**)  
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**182 鎌倉チョリソー**  
国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。  
冷 賞15日 30g×5 **375円**(税込**405円**)  
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**183 鎌倉粗挽ロングウインナー**  
野菜と一緒にドッグパンにはさんで。  
冷 賞10日 27g×5 **280円**(税込**302円**)  
豚肉(国内産)



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



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**185 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 賞7日 120g **276円**(税込**298円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**186 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 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)  
**187 中津ボンレスハムスライス**  
自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。  
冷 賞7日 100g **340円**(税込**367円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**188 中津麻婆豆腐の素(甘口)**  
豚肉本来の味を大切にシンプルな味付け。豆板醤を使っていないので、辛いのが苦手な方でも。  
冷 賞24日 200g **355円**(税込**383円**)  
豚肉(神奈川県)



ミートパル村山(茨城県・土浦市)  
**189 村山さんのチャーシュー**  
村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。  
冷 賞7日 200g **480円**(税込**518円**)  
豚肉(茨城県)



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**190 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン**  
つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。  
凍 賞180日 160g **350円**(税込**378円**)  
鶏肉(茨城県)

**茨城県自給飼料コンクール 最優秀賞を受賞しました!**

トウモロコシサイレージを対象に募集し、県内各地の酪農家から申し込みのあった合計9点について、県自給飼料分析センターでの成分分析及び審査員7名による官能評価審査を行いました。平成30年12月20日に開催された総合審査会において、鈴木牧場が最優秀賞を受賞しました! 受賞後は、会場で鈴木牧場の取組について鈴木昇さんがプレゼンを行いました。

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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**石岡 鈴木牧場ヨーグルト**  
**191 プレーン** 400g **345円**(税込**373円**)  
**192 加糖** 400g **360円**(税込**389円**)  
生乳(茨城県) [放] 不検出<3.4 <3.4

ピンは再利用しますので必ずご返却下さい



鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**193 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 賞届いて7~11日 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)  
**194 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 賞7日以上 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)  
**195 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 賞14日以上 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**  
1ℓ **237円**(税込**256円**)  
生乳(北海道) [放] 不検出<0.5 <0.4

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

北海道酪農公社(北海道・江別市)  
**4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)**  
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。  
冷 賞届いて8日 1ℓ **219円**(税込**237円**)  
生乳(北海道)

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

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

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)  
**196 よつ葉ミルクコーヒー**  
お届けは3月3回になります  
冷 賞届いて6~10日 1ℓ **275円**(税込**297円**)  
生乳(北海道)



鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**193 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 賞届いて7~11日 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)  
**194 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 賞7日以上 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)  
**195 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 賞14日以上 30g **204円**(税込**220円**)  
生乳(茨城県) [放] 不検出<3.3 <3.1



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)  
**7 八郷の卵**  
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。  
冷 賞11日 10個 **236円**(税込**255円**)  
茨城県 [放] 不検出<3.7 <4.0



宇治田農場(茨城県・石岡市)  
**8 宇治田さんの平飼卵**  
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。  
冷 賞7日 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)  
**197 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。  
冷 賞 10個 **130円**(税込**140円**)  
埼玉県 [放] 不検出<4.0 <4.0



ホリ乳業 (石川県・金沢市)  
**198** 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)  
**199** 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)  
**200** 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)  
**201** 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



日本生活協同組合連合会  
**202** 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



サツラク農協(北海道・札幌市)  
**203** 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)



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  
 酪王乳業(福島県・郡山市)  
**204** 2本組  
 180ml×2 **240円**(税込**260円**)  
**205** 5本組  
 180ml×5 **578円**(税込**624円**)  
 生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**206** 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



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**207** 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



よつ葉乳業(北海道・音更町)  
**209** よつ葉北海道十勝  
 スモークチーズ2個組  
 十勝産チーターチーズ100%を国産桜チップで燻製。子供でも食べやすいひと口サイズ。おやつ、おつまみに。  
 冷蔵 賞180日 乳  
 45g×2 **396円**(税込**428円**)  
 生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)  
**210** よつ葉  
 カマンベールチーズ  
 非遺伝子組換え原料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて熟成させました。  
 冷蔵 賞180日 乳  
 90g **415円**(税込**448円**)  
 生乳(北海道)



北海道酪農公社(北海道・江別市)  
**211** 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)  
**212** 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)

## 大豆加工品



丸和食品(東京都・練馬区)  
**217** 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



丸和食品(東京都・練馬区)  
**218** きめ豆腐  
 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



丸和食品(東京都・練馬区)  
**221** きざみ揚げ(冷凍)  
 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 賞大  
 100g **208円**(税込**225円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**213** おかべや 雅きめ  
 熊本県産大豆100%。南大東島の天然にかり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)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**214** おかべや 宴もめん  
 熊本県産大豆100%。南大東島の天然にかり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)



丸和食品(東京都・練馬区)  
**219** 押し豆腐  
 国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。  
 冷蔵 賞21日 大  
 220g **235円**(税込**254円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



丸和食品(東京都・練馬区)  
**220** 油揚げ  
 国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。  
 冷蔵 賞届いて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)  
**222** 竹の子がんと  
 がんもどきの中に旬のたけのこを加えました。さつとあぶって生醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。  
 冷蔵 賞届いて5日 大  
 80g×2枚 **290円**(税込**313円**)  
 たけのこ(京都府) [放] 不検出 <2.2 <2.0



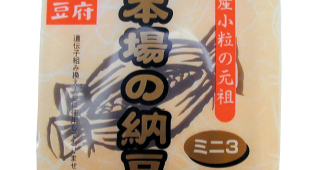
丸和食品(東京都・練馬区)  
**223** 豆腐屋が作った  
 揚げ物セット  
 人気の「きつねがんも」、「一口厚揚げ」、「一口京がんも」を合わせたバラエティ豊かなお得セット。  
 冷蔵 賞届いて3日 大  
 3種7品 **240円**(税込**259円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**216** おかべや 銀杏入り  
 野菜がんも  
 国産大豆使用の生地に銀杏、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  
 1個 **150円**(税込**162円**)  
 銀杏(新潟県)



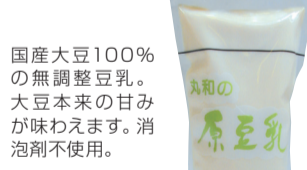
おかべや(神奈川県・相模原市)  
**215** おかべや  
 一口生揚げ  
 青森県産大豆・天然にかり100%使用。おかべや自慢の木綿豆腐を、風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。  
 冷蔵 賞届いて2日 大  
 6個 **250円**(税込**270円**)  
 大豆(青森県) [放] 不検出 <3.9 <4.0



水府納豆(茨城県・常陸太田市)  
**226** 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。  
 冷蔵 賞10日 米大  
 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)  
**227** 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  
 80g **206円**(税込**222円**)  
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.7



丸和食品(東京都・練馬区)  
**229** 豆乳  
 国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。  
 冷蔵 賞30日 大  
 300cc **210円**(税込**227円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6



丸和食品(東京都・練馬区)  
**230** 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



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

組合員さんからの  
**クチコミ**  
 小粒で柔らかくてこれが一番♪大箱有ると良いのに…娘の豪華ダブル、トリプル食べに容器勿体無いと思う事ばかりです (土浦市:T・Uさん)



JAやさと(茨城県・石岡市)  
**224** 八郷小粒納豆3連  
 (タレ・カラシ付)  
 茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。  
 冷蔵 賞7日 米大  
 35g×3 **148円**(税込**160円**)  
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.5



登喜和食品(東京都・府中市)  
**225** 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  
 40g×2 **172円**(税込**186円**)  
 大豆(北海道)

## 日配品



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)  
**232** 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)  
**233 上州産徳用しらたき**  
 群馬県産のこんにやく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。  
 冷蔵 賞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



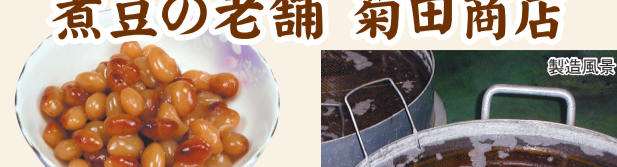
市川食品(群馬県・高崎市) 2袋  
**234 青のり入り さしみこんにやく**  
 青のり入りのさしみこんにやく。ぶりぶりとした食感がやみつきに。酢味噌付き。お好みでわさび醤油でも。  
 冷蔵 賞60日 **米大**  
 さしみこんにやく150g×2 **300円**(税込**324円**)  
 酢味噌20g×2  
 こんにやく粉(群馬県) [放]不検出<3.7<4.2



武田食品(兵庫県・洲本市)  
**235 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)



沖繩・伊平屋島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。  
 浜食(東京都・調布市)  
**236 洗いもずく**  
 200g **240円**(税込**259円**)  
 もずく(沖繩県)



菊田商店(東京都・練馬区)  
**237 煮豆 とら豆**  
 北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。  
 冷蔵 賞90日 **米**  
 150g **270円**(税込**292円**)  
 とら豆(北海道)



**特**  
 5種セット  
 とら豆、金時豆、青豆、黒豆、鷹豆



菊田商店(東京都・練馬区)  
**243 昆布豆**  
 秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふくらりと仕上がっています。  
 冷蔵 賞90日 **米大 小**  
 130g **200円**(税込**216円**)  
 大豆(秋田県) [放]不検出<2.9<3.2

菊田商店(東京都・練馬区)  
**244 菊田煮豆小袋セット**  
 開袋釜による、昔ながらの直火炊きを行う老舗煮豆屋「菊田商店」の煮豆小袋セット。  
 冷蔵 賞90日 **米大 小**  
 40g×5 **375円**(税込**405円**) **通帯税込 421円**  
 豆(国内産)



シーズン初  
 リアス(千葉県・船橋市)  
**238 探ってそのまま生めかぶ**  
 冷蔵 賞5日  
 250g **398円**(税込**430円**) **通帯税込 448円**  
 めかぶ(宮城県)



金子製麺(神奈川県・中井町) **特**  
**241 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)**  
 地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。  
 冷蔵 賞21日 **卵米大 小**  
 麺120g×2 **375円**(税込**405円**)  
 スープ47g×2  
 小麦(国内産)



富士山麓の湧き水を使用し、丹念に練り上げた麺。コシが強く、煮くずれしにくいです。  
 平井屋(山梨県・西桂町)  
**242 ほうとう**  
 冷蔵 賞20日 **小**  
 300g **230円**(税込**248円**)  
 小麦(国内産)



秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふくらりと仕上がっています。  
 菊田商店(東京都・練馬区)  
**243 昆布豆**  
 冷蔵 賞90日 **米大 小**  
 130g **200円**(税込**216円**)  
 大豆(秋田県) [放]不検出<2.9<3.2



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



リアス(千葉県・船橋市)  
**240 石巻十三浜 絆生切り昆布**  
 湯通し塩蔵昆布を使いやすく細切りにしました。15分程塩抜きしたらそのまま使えます。サラダ、炒め物、煮物、麺の具などに。  
 冷蔵 賞90日  
 150g **280円**(税込**302円**)  
 昆布(宮城県)



共生食品(神奈川県・相模原市)  
**245 内麦焼そば(ソース付)**  
 国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。  
 冷蔵 賞6日 **卵大 小**  
 麺150g×3 **250円**(税込**270円**)  
 ソース30g×3  
 小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 4個  
**246 やさとの半熟たまご(温玉)**  
 非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。  
 冷蔵 賞10日 **卵**  
 4個(タレ無) **195円**(税込**211円**)  
 卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4



金沢錦(石川県・金沢市) **そのままで、袋ごと1~2分湯煎しても**  
**248 能登産 焼きそば味噌煮**  
 能登で水揚げされる真さばを素焼きしてから加賀味噌、丸大豆醤油などで味噌煮にしました。  
 冷蔵 賞60日 **米大 小**  
 140g **350円**(税込**378円**)  
 真さば(石川県)



金沢錦(石川県・金沢市)  
**254 いいだこ 里芋の煮付**  
 国産の里芋と一口サイズのいいだこを醤油をベースに昆布だしを効かせてやわらかく炊きあげました。  
 冷蔵 賞60日 **米大 小**  
 120g **320円**(税込**346円**)  
 里芋(国内産)、いいだこ(タイ、ミャンマー、ベトナム)



遠慮食品(埼玉県・越谷市)  
**249 しらすくすみ**  
 瀬戸内産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くるみ(有機JAS認定)を加えました。えぐ味の少ないくすみしらすが後引くおいしさです。  
 冷蔵 賞90日 **米大 小**  
 100g **580円**(税込**626円**)  
 しらす(瀬戸内海)



遠慮食品(埼玉県・越谷市) **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**  
**250 国産味噌ゲージサイ**  
 国内で栽培、収穫されたゲージサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。  
 冷蔵 賞90日 **米大 小**  
 100g **315円**(税込**340円**)  
 ゲージサイ(神奈川県、茨城県) [放]不検出<3.7<4.1



藤巻商店(千葉県・印西市)  
**251 三五八漬けの素**  
 塩3、麹5、蒸し米8の割合で熟成させた漬床。野菜に軽くなでつけて、ひと晩置くだけでおいしく漬かります。  
 冷蔵 賞 **米**  
 700g **435円**(税込**470円**)  
 米(国内産)



鈴木食品(埼玉県・北本市)  
**252 べったら漬**  
 新鮮な大根の皮を手むきし塩漬け後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。  
 冷蔵 賞20日 **米**  
 200g **285円**(税込**308円**)  
 大根(国内産)



八幡屋(茨城県・古河市)  
**253 福神漬(2個組)**  
 国内産の大根、茄子、蓮根、しその葉、生姜、なた豆、ごまを、砂糖、醤油、食塩、酢、みりん、かつおだしで漬込み。  
 冷蔵 賞90日 **米大 小**  
 100g×2 **320円**(税込**346円**)  
 大根(国内産) [放]不検出<3.5<3.0



金沢錦(石川県・金沢市)  
**247 たらこ昆布煮**  
 アラスカ産のたらこ北海道産の昆布をシンプルな調味料のみで軟らかく炊きあげました。ごはんのお供に、おにぎりの具にも。  
 冷蔵 賞60日 **米大 小**  
 90g **260円**(税込**281円**)  
 昆布(北海道)、たらこ(アメリカ)

飲む点滴♪ **ビタミン・ミネラル豊富な甘酒で温まろう!**

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

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

白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)  
**255 甘酒**  
 冷蔵 賞30日 **米**  
 250g **350円**(税込**378円**)  
 もち米(山形県) [放]不検出<3.6<3.5

白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)  
**256 黒米甘酒**  
 冷蔵 賞30日 **米**  
 250g **390円**(税込**421円**)  
 黒米(山形県) [放]不検出<3.3<4.1

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)  
**257 長崎甘鯛入り さつま揚げ**  
 長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感です。そのままでも、軽くあぶっても。  
 冷蔵 賞7日 **卵米**  
 25g×5 **368円**(税込**397円**)  
 甘鯛(長崎県)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)  
**258 長崎 いか天**  
 いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。  
 冷蔵 賞7日 **米**  
 30g×4 **264円**(税込**285円**)  
 すけそうだら(北海道、アメリカ)

**こだわり抜いた練り物**

高橋徳治商店  
 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。  
 高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**259 おとうふ揚げ**  
 凍 賞180日 **米大**  
 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)  
**262 いかげそ揚げ**  
 北海道の助宗タラすり身といかのゲソを使ったおつまみなどにピッタリな商品です。いかげそは食べやすい大きさにカットしてありますので、お子様にもお召上がりいただけます。  
 凍 賞180日 **米**  
 120g **368円**(税込**397円**)  
 いか(国産)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**260 ネギちりめん揚げ**  
 ネギの自然な甘さとちりめん塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍後そのまま、または軽く炙って。  
 凍 賞180日 **米**  
 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)  
**263 お魚あられ**  
 たららのすり身に国産のじゃがいも、かぼちゃ、人参、ほうれん草を練りこんだ一口サイズの練物。野菜の甘みを味わえます。  
 凍 賞180日  
 180g **310円**(税込**335円**)  
 すけそうだら(北海道)

離乳食にも使えます

冷凍食品



イズックス (東京都・中央区)  
**264 冷凍かぼちゃ**  
 北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。  
 凍 500g **315円**(税込**340円**)  
 かぼちゃ (北海道)



日本生協連合会  
**265 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)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**266 冷凍ちや豆**  
 ちや豆は普通の枝豆と違い小ぶりですが、香りが高く甘味が強いのが特徴です。ちや豆の甘さを最大限に引き立て、美味しさを通い蒸気加熱・連続式のトンネルフリーザーで、蒸したてを急速凍結しています。  
 凍 200g **362円**(税込**391円**)  
 ちや豆 (国内産)



ムソー (大阪府・大阪市)  
**267 冷凍オーガニック いんげん**  
 農業や肥料に頼らずヨーロッパの大地で大切に育てられたオーガニックいんげん。いんげん本来の美しい色と味を損なうことなく、収穫から加工までを短時間で一気にこなしています。※軽く加熱済  
 凍 250g **322円**(税込**348円**)  
 有機いんげん (フランス)



ムソー (大阪府・大阪市)  
**268 冷凍オーガニック マンゴー**  
 豊かな大地で有機栽培されたアルフォンソマンゴーです。適度に熟したマンゴーを一口サイズにカットし、瞬間冷凍しました。ヨーグルトやケーキのトッピングや手作りジュースなどに。【有機JAS認定品】  
 凍 200g **430円**(税込**464円**)  
 マンゴー (インド)



リアス (千葉県・船橋市)  
**269 国産あかもくめかぶミックス**  
 あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感にねばりが加わり、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し上がりください。  
 凍 40g×3 **330円**(税込**356円**)  
 あかもく (国内産)、めかぶ (三陸)



リアス (千葉県・船橋市)  
**270 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



ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)  
**271 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 14本420g **410円**(税込**443円**)  
 小麦 (国内産)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)  
**272 お魚屋さんが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 5枚300g **400円**(税込**432円**)



秋川牧園 (山口県・山口市)  
**273 やきとりセット**  
 軟らかくジューシーに焼き上げ、醤油たれを絡めました。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 180g (3種各2本) **629円**(税込**679円**)  
 鶏肉 (山口県、他)



小林さん (長野県・高山村)  
**274 冷凍ブルーベリー2パック**  
 品質のすぐれた寒冷地栽培品種のハイブッシュブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。たっぷり使える2パックです。農業無散布。  
 凍 110g×2 **716円**(税込**774円**)  
 ブルーベリー (長野県)

**忙しいときのお役立ち商品 柔らかくて食べやすい**

お弁当にピッタリ! 子ども達にも大人気☆

若鶏のムネ肉を使っていて柔らかく、食べやすいサイズに小分けされているので、必要な分だけ冷凍のままレンジまたはトースターを使ってすぐに頂けます。忙しい時、お弁当、おつまみなどいかがですか。塩分控えてお肉の味がしっかりしていて、私の大好きな商品です。是非お試しください。

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。油調済。

秋川牧園 (山口県・山口市)  
**275 徳用 チキンナゲット**  
 凍 卵米小 400g **674円**(税込**728円**) 通常税込**778円**  
 鶏肉 (山口県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)  
**276 からあげ**  
 開放鶏舎で全植物性の飼料で育てた若鶏のムネ肉を、醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。トースター、レンジで。  
 凍 卵米大 150g **415円**(税込**448円**) 通常税込**459円**  
 鶏肉 (山口県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)  
**277 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 **389円**(税込**420円**) 通常税込**432円**  
 鶏肉 (山口県、他)



秋川牧園 (山口県・山口市)  
**278 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。オーブントースターでレンジで。  
 凍 卵米小 160g **383円**(税込**414円**)



ニッコー (神奈川県・大和市)  
**279 プチカレーコロッケ**  
 素材のじゃがいもを活かしたシンプルで飽きのこない味。揚げてあるので温めるだけ。お弁当のおかずにも便利。  
 凍 卵米小 20g×6 **260円**(税込**281円**)  
 じゃがいも (国内産)



天進食品 (神奈川県・横浜市)  
**281 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



天進食品 (神奈川県・横浜市)  
**282 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)



ハッコー食品 (千葉県・千葉市)  
**284 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 卵 20枚 (9cm×9cm) **415円**(税込**448円**)  
 小麦 (カナダ、オーストラリア、他)



大進食品 (神奈川県・横浜市)  
**285 マッシュポテトベース**  
 北海道産の美味しいじゃがいもを、皮ごと蒸してから、皮むき、裏ごししたものを、そのまま、型抜きして冷凍しました。使いやすいジッパー付の袋です。  
 凍 375g(3個入) **264円**(税込**285円**)  
 馬鈴薯 (北海道)

ハンバーグやカレーなどの料理に

カインズ (神奈川県・秦野市)  
**300 ローストオニオン**  
 国産の玉ねぎを薄くスライスし時間をかけると水分を飛ばしあめ色になるまでローストしました。  
 凍 卵 180日 100g×2 **422円**(税込**456円**)  
 玉ねぎ (国内産)

2人前にパックしました

カインズ (神奈川県・秦野市)  
**286 天ぷらセット (濃縮たれ付)**  
 5種類の野菜(かぼちゃ、さつまいも、舞茸、茄子、野菜かきあげ)を米油で揚げた天ぷらセットです。添付の濃縮天つゆはお好みの濃度に希釈して。  
 凍 卵米大 200g(2人前) 5種×2個 **541円**(税込**584円**) 通常税込**594円**  
 かぼちゃ、さつまいも (国内産)

カインズ (神奈川県・秦野市)  
**287 海老天ぷら**  
 塩辛の天ぷら専門メーカーが衛生的な工場徹底した品質管理の下で国産小麦の天ぷら粉と米油を使い加工しました。  
 凍 卵米小 3本入 **426円**(税込**460円**)  
 海老 (ベトナム、インドネシア)

ご家庭で手造りの味が手軽に楽しめます

サンフレッセ (埼玉県・伊奈町)  
**290 冷凍小麦ピザ生地**  
 国産小麦粉を使用、イーストフード不使用のピザ生地。作り方は、自然解凍(室温で2~3時間)して伸ばし、お好きな具をトッピングしてオーブントースターなどで焼くだけ。  
 凍 卵乳小 480g(4個入) **333円**(税込**360円**)  
 小麦 (国内産)

久々登場!

大進食品 (神奈川県・横浜市)  
**291 マム 海老とオーガニックペンネのグラタン**  
 オーガニックペンネマカロニを使用し、天然海老を入れてホワイトソースで仕上げました。ラップを外し電子レンジ(500wの場合)で1個あたり約6分を目安に加熱しお召し上がりください。  
 凍 卵乳小 170g×2 **504円**(税込**544円**) 通常税込**564円**  
 海老 (マレーシア)

パイオニアフーズ(北海道・京極町)  
**280 ミニポテト オーブントースター用**  
 北海道のじゃがいも使用。シュレット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 卵米 500g **298円**(税込**322円**)  
 じゃがいも (北海道)

忙しい時のお役立ち商品「お弁当とお惣菜プレート」

大進食品 (神奈川県・横浜市)  
**288 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)

大進食品 (神奈川県・横浜市)  
**289 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)

カラミフーズ (東京都・新宿区)  
**292 コリアンチチミ (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 2チミ115g×2 たれ8g×2 **460円**(税込**497円**)  
 小麦 (国内産)

カラミフーズ (東京都・新宿区)  
**293 チャプチェ**  
 湯煎するだけで、手軽に本格的なチャプチェを楽しめます。フル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 **599円**(税込**647円**)  
 春雨 (国内産)

お得 2個組

カラミフーズ (東京都・新宿区)  
**294 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 **920円**(税込**994円**)



**295 冷凍 稲庭風うどん (5食入)**  
 国産小麦粉使用。のごごしよ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** 200g×5 **408円**(税込**441円**)  
 小麦(国内産)



**296 みそ煮込みうどん**  
 国産小麦使用のうどんに肉団子、きざみ揚げ、人参、椎茸、ねぎ、蒲鉾をのせました。赤みそスープ付。  
**凍** 2食 592g **543円**(税込**586円**)  
 小麦(国内産)



**297 細打ち野菜あんかけうどん**  
 細めに仕上げた麺に、たっぷりの具材(キャベツ、いたけ、きざみ揚げ、ほうれん草、人参、ねぎ)をトッピング。\*麺つゆに加工でん粉を使用(全重量の約6%)  
**凍** 596g(2食) **398円**(税込**430円**)  
 小麦粉(国内産)



**283 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** 80g×4 **640円**(税込**691円**)  
 鶏肉(国内産)



**298 芽吹き屋 おはぎ**  
 無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げられています。  
**凍** 6個300g **520円**(税込**562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** 4本180g **410円**(税込**443円**)  
 小麦粉(国内産)

**全品リニューアル** おやきや総本家 **門前おやき**

当店は信州おやき専門店としては最も古い昭和46年より商標登録「門前おやき」を以て法人登記した、今日のおやき販売業界の先駆者でございます。北信濃で古くから食されてきた門前おやきは、味噌や醤油で和えたり煮込んだりしたそれぞれの野菜が主役です。おやきや総本家は善光寺平の農家・民家で古くから伝わる野菜を美味しく頂く習慣を引き継ぎ、今も毎日毎朝作り続け、北信の地の人々の食文化を支えています。

地元の原料にこだわって、生地に長野産の小麦(更級のめぐみ)と長芋を使用しています。

少しずつでも多量種類 食べたいの声に応えて

※イメージ  
 おやきや総本家(長野県・長野市) 4種×1個  
**301 門前おやき 4種アソート**  
 野沢菜、菜花、じゃがバター、かぼちゃを1個ずつセットにしました。  
**凍** 180日 乳米大 4個 **630円**(税込**680円**)  
 小麦粉(長野県)



**302 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。大釜でトコトコ煮上げました。生地は信州産小麦と長野産長芋使用。  
**凍** 4個 180日 大 4個 **640円**(税込**691円**)  
 野沢菜(国内産)



**303 門前おやき(菜花)**  
 長野県産小麦「更級のめぐみ」と松代産の長芋で作った生地のおやき。あんは菜花を茹でて味噌で味付けしました。  
**凍** 4個 180日 大 4個 **630円**(税込**680円**)  
 菜花(三重県、岐阜県)



**304 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** 4個 180日 乳小 4個 **640円**(税込**691円**)  
 じゃがいも(国内産)

**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

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

**306 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** 1kg **540円**(税込**583円**)  
 大麦(国内産)

**549 あげもの油**  
 岡村製油(大阪府・柏原市)  
**前日OK!** 1380g **990円**(税込**1069円**)  
 綿実(トルコ、ギンジャ、菜種(オーストラリア)、米ぬか(国内産))

**309 CO みりん風調味料 1000ml**  
 日本生活協同組合連合会  
**前日OK!** 1000ml **210円**(税込**227円**)  
 原材料:水あめ、米・米麴の醸造調味液、醸造酢/酸味料

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

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

**528 常総だし醤油**  
 希釈して 麵つゆには2~3倍に  
**前日OK!** 360ml **540円**(税込**583円**)  
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.1

**552 エキストラバージンオリーブ油**  
 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
**前日OK!** 430g **2500円**(税込**2700円**)  
 オリーブ(イタリア)

**590 塩吹昆布**  
 リアス(千葉県・船橋市)  
**前日OK!** 35g **260円**(税込**281円**)  
 原料が美味しい昆布だから、化学調味料を使わずに作れないかとメーカーと相談して生まれました。  
**前日OK!** 180日 大 50g **490円**(税込**529円**)  
 昆布(北海道)

**559 徳用利尻昆布カットタイプ**  
 リアス(千葉県・船橋市)  
 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。  
**前日OK!** 50g **490円**(税込**529円**)  
 昆布(北海道)

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

**310 富士ゆずぼん酢**  
 飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**前日OK!** 360ml **780円**(税込**842円**)  
 ゆず(徳島県)、かぼす(大分県)

**518 純米富士酢**  
 飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**前日OK!** 500ml **670円**(税込**724円**)  
 米(京都府)

**311 富士玄米黒酢**  
 飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**前日OK!** 500ml **1450円**(税込**1566円**)  
 玄米(京都府)

**599 徳用利尻昆布**  
 リアス(千葉県・船橋市)  
 原料が美味しい昆布だから、化学調味料を使わずに作れないかとメーカーと相談して生まれました。  
**前日OK!** 180日 大 50g **490円**(税込**529円**)  
 昆布(北海道)

**538 国産(野菜・果実)中濃ソース**  
 日本生活協同組合連合会  
**前日OK!** 200g **330円**(税込**356円**)  
 ボールスタア(東京都・東村山市)

**312 CO野菜たっぷり和風ドレッシング300**  
 日本生活協同組合連合会  
**前日OK!** 300ml **310円**(税込**335円**)  
 たっぴりの生玉ねぎの風味に、生醤油のコク。生にこだわったドレッシングです。具材は全て国内産原料です。

**571 煮干**  
 かねの水産(千葉県・大網白里市)  
**前日OK!** 200g **400円**(税込**432円**)  
 かたくいわし(国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0

**573 だしパック**  
 伊豆海産(静岡県・西伊豆町)  
 さば節、かつお節、いわし煮干し、しいたけ、昆布の混合で作った、だしパックです。全て国内産。  
**前日OK!** 8g×18 **440円**(税込**475円**)  
 さば(国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.5

**710 CO 食べる煮干 42g**  
 日本生活協同組合  
 瀬戸内産の小魚を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  
**前日OK!** 180日 42g **190円**(税込**205円**)  
 片口いわし(瀬戸内海)

**565 削り節パック 徳用**  
 伊豆海産(静岡県・西伊豆町)  
 かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼きそばなどに手軽に使える蛋白源。徳用タイプです。  
**前日OK!** 3g×20 **490円**(税込**529円**)  
 かつお(国内産)

**538 国産(野菜・果実)中濃ソース**  
 日本生活協同組合連合会  
**前日OK!** 200g **330円**(税込**356円**)  
 ボールスタア(東京都・東村山市)

**312 CO野菜たっぷり和風ドレッシング300**  
 日本生活協同組合連合会  
**前日OK!** 300ml **310円**(税込**335円**)  
 たっぴりの生玉ねぎの風味に、生醤油のコク。生にこだわったドレッシングです。具材は全て国内産原料です。



313 北海道産 純粋はちみつ
北海道で採れたクローバー、シナなどの花はちみつです。まろやかな味なので、何にでも合います。
1kg 3700円(税) 3996円(税込)



576 中華クック
とりがらと帆立の風味
とりがら、ポークをベースに帆立の風味を加えた中華味の調味料。
110g 510円(税) 551円(税込)



513 海塩
長崎県島周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。
500g 250円(税) 270円(税込)



314 焼塩胡椒
ニガリを含む焼塩の旨味と黒コショウの香り、白コショウの辛味に、隠し味のローレルを加えました。
63g 320円(税) 346円(税込)



625 ホットケーキミックス(加糖)
岐阜県産の農林61号小麦の粉を使用。膨張剤にはベーキングパウダーではなく、内モンゴル産の重曹を使っています。
400g 345円(税) 373円(税込)



626 国産パン粉
岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。
200g 255円(税) 275円(税込)



315 凍り(しみ)豆腐
大豆(宮城県) [放] 不検出 <2.7 <2.9
20枚90g 545円(税) 589円(税込)



316 練りからし
からし(カナダ)
40g 330円(税) 356円(税込)



317 そばつゆ(ストレート)
そば(国内産)
360ml 340円(税) 367円(税込)



318 二八の匠 八割そば
そば(国内産)
200g x 2 420円(税) 454円(税込)



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) 356円(税込)



619 北海道産小麦粉(ノースランド)
北海道産のホロシリとホクシンをブレンドした強力タイプの小麦粉。北海道小麦100%のパン作りを。
500g 230円(税) 248円(税込)



319 かわばた園の自家製梅干し
梅、しそ(静岡県)
300g 700円(税) 756円(税込)



677 COライトツナフレーク
まぐろ油漬70x3
70g x 3 365円(税) 394円(税込)



508 国産粗糖
さとうきび(鹿児島県)
700g 390円(税) 421円(税込)



643 長崎皿うどん
小麦(国内産)
2食 x 2袋(スープ付) 560円(税) 605円(税込)



642 無かんすい
小麦(北海道)
114g x 5 660円(税) 713円(税込)



639 無かんすいラーメン
小麦(北海道)
99g x 5 620円(税) 670円(税込)



583 寿司はねのり
のり(国内産)
全型10枚 255円(税) 275円(税込)



604 すりごま(白)
白ごま(グアテマラ、ニカラグア、他)
4g x 16 300円(税) 324円(税込)



586 三陸岩手のカットわかめ
わかめ(岩手県) [放] 不検出 <0.5 <0.5
14g 270円(税) 292円(税込)



320 青森県田子町産100%
にんにく(青森県) [放] 不検出 <3.4 <3.6
80g 390円(税) 421円(税込)



631 ペンネマカロニ
小麦(カナダ、アメリカ)
100g 110円(税) 119円(税込)



321 スパゲティ
小麦(カナダ、アメリカ)
300g 235円(税) 254円(税込)



322 月桂樹(ローリエ)
月桂樹(山形県) [放] 不検出 <4.4 <4.1
13枚 180円(税) 194円(税込)



323 ビーフン
米(タイ)
300g 405円(税) 437円(税込)



570 欠け葉干し椎茸
しいたけ(宮崎県、他)
50g 520円(税) 562円(税込)



325 いその納豆ふりかけ
大豆(宮城県) [放] 不検出 <5.0 <4.6
33g 498円(税) 538円(税込)



596 わかめご飯の素
わかめ(徳島県)
30g 500円(税) 540円(税込)



326 COおいしい
米(山形県) [放] 不検出 <3.3 <3.7
200g x 3 330円(税) 356円(税込)



327 蜂蜜梅肉エキス
はちみつ(国内産)
150g 2800円(税) 3024円(税込)



648 きな粉(大豆)
大豆(国内産) [放] 不検出 <2.7 <2.5
130g 200円(税) 216円(税込)



328 白丸もち
もち米(山形県) [放] 不検出 <1.7 <1.3
500g 620円(税) 670円(税込)



669 COゆであずき
小豆(北海道)
190g 141円(税) 152円(税込)



599 九鬼ごま油
ごま(ミャンマー、他)
30g 120円(税) 130円(税込)



329 にんにく味噌
にんにく(山形県) [放] 不検出 <3.2 <3.9
100g 290円(税) 313円(税込)

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

330 寒天コーヒーゼリー
原材料:水飴、砂糖、寒天、有機インスタントコーヒー、オブラート、レシチン(大豆由来)
135g 200円(税込216円)

331 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)

332 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)



天日干し

お豆腐屋さん
が作る
豆乳ドーナツ

原材料:小麦粉、黒砂糖、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー、カラメル色素



原材料:小麦粉、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー

335 豆乳ドーナツ(黒糖)
170g 220円(税込238円)

336 豆乳ドーナツ(白蜜)
170g 220円(税込238円)

337 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(甘糖澱粉、醸造アルコール、もち米、米麴)、ベーキングパウダー(アルミ不使用)
6個 278円(税込300円)

338 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)

340 バターピー (ほそ実)
原材料:落花生、フレッシュバター、植物油(パーム油)、食塩(原材料の一部に大豆を含む)
120g 420円(税込454円)

333 天日干しさやいり
落花生300g
千葉八街産。今ではめずらしくなくなった天日干し乾燥。香りが高く、甘みも強いです。原材料:落花生
300g 1185円(税込1280円)

334 うす皮煎り落花生
うす皮がついたまま塩水につけ付け。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)

341 プレーンバーム
原材料:卵、砂糖、国産小麦粉、植物油(パーム油、米油)、蜂蜜、脱脂粉乳、ベーキングパウダー
約150g 237円(税込256円)

342 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)

698 草加せんべい
しょうゆ
10枚 405円(税込437円)

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)

339 ごま棒ビス
原材料:小麦粉、三温糖、植物性ショートニング(パーム油、米油)、加糖練乳、黒ごま、脱脂粉乳、塩、重曹
150g 210円(税込227円)

341 プレーンバーム
約150g 237円(税込256円)

697 草加せんべい
ごま
10枚 405円(税込437円)

707 ポテトチップス
のり味
58g 135円(税込146円)

690 きな粉ウエハース
原材料:小麦粉、ショートニング(パーム油、ヤシ油)、砂糖、きな粉(遺伝子組み換えでない)、澱粉、玄米粉、植物油(パーム油)、モルトエキス
30個 154円(税込166円)

828 本体
880ml 1480円(税込1598円)

日用雑貨

前日OK! は

保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。

※紛失された場合は供給担当まで

778 粉石けんの街
2kg 690円(税込745円)

844 パックスナチュロン
ジェルはみがき
100g 490円(税込529円)

871 パックスお肌しあわせ
ハンドクリーム
50g 600円(税込648円)

829 詰替用
500ml 650円(税込702円)

890 ピュアコアレス
(トイレトペーパー)
130m×6ロール 460円(税込497円)

888 かや生地折り重ね
台ふきん
5枚組 665円(税込718円)

843 パックスナチュロン
子どもジェルはみがき
50g 280円(税込302円)

869 本体
330ml 420円(税込454円)

856 マルセイユ石けん
LR
120g 780円(税込842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



**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)



**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)

## おかべや天然パン工房

原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

おかべや(神奈川県・相模原市)  
**351 半斤3枚** **185円**(税込**200円**)  
**352 1斤6枚** **353円**(税込**381円**)  
小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)  
**353 おかべや フランスパン**  
原材料: 小麦粉、天然酵母、天日湖塩  
1本(30cm以内) **332円**(税込**359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)  
**343 パンド・ミ(食パン) 1斤 8枚** **270円**(税込**292円**)  
**344 ノースライス** **260円**(税込**281円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)  
**345 パンド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス** **300円**(税込**324円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes(神奈川県・相模原市)  
**354 おかべや 素焼きパン**  
原材料: 小麦粉、天然酵母、種子島の粗糖、塩  
1個 **515円**(税込**556円**)  
小麦(北海道)

Le・Lourdes(神奈川県・相模原市)  
**355 おかべや 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  
1個 **350円**(税込**378円**)  
小麦(北海道)、いちじく(トルコ)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)  
**346 ドッグパン**  
原材料: 小麦粉、自家製天然酵母、塩  
3個 **300円**(税込**324円**)  
小麦(北海道、神奈川県、熊本県) [放] 不検出 <3.5 <3.9

池田食品(埼玉県・所沢市)  
**347 ママン モチモチ手のぼしナン**  
北海道産の小麦を使用し、手のぼして焼き上げたもちもち食感のナン。本場のタンドール窯で焼くように高温で素早く焼き上げました。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼くと一層美味しいです。  
210g(3枚入り) **285円**(税込**308円**)  
小麦粉(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)  
**356 おかべや 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、天日塩  
2個 **352円**(税込**380円**)  
小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

おかべや(神奈川県・相模原市)  
**357 おかべや チーズロール**  
原材料: 小麦粉、ナチュラルチーズ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、塩、豆乳  
2個 **310円**(税込**335円**)  
小麦(北海道)

### 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)  
**348 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  
約40g×5 **415円**(税込**448円**)  
小麦(国内産)

ハッコー食品(千葉県・千葉市)  
**349 ブリュッセルワッフル**  
原材料: 小麦粉、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料  
約65g×6 **605円**(税込**653円**)  
小麦(カナダ、他)

オリオンベーカリー(岩手県・花巻市)  
**350 発芽玄米入りクロワッサン**  
原材料: 小麦粉、マーガリン、砂糖、卵、パネトーネ種、発芽玄米粉、脱脂粉乳、食塩、酵母、米麹、モルトエキス、乳化剤、香料、酸化防止剤(V.E.V.C)、安定剤、着色料  
10個入 **600円**(税込**648円**)  
小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.8 <4.2

おかべや(神奈川県・相模原市)  
**358 おかべや 豆ぱん**  
原材料: 小麦粉、金時豆、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳  
2個 **333円**(税込**360円**)  
金時豆(国内産)

おかべや(神奈川県・相模原市)  
**359 おかべや 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、麦芽アめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹  
3個 **412円**(税込**445円**)  
小麦(北海道)

野菜ペニグル専門店  
**360 いちごベーグル**  
原材料: 国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、いちご(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母  
1個 **222円**(税込**240円**)

**361 全粒粉ベーグル**  
原材料: 小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母  
1個 **194円**(税込**210円**)  
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

## 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

日本生協連合会  
**362 COりんごジュース 100AB12国産混濁**  
国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもこぼれません。濃縮還元果汁使用。  
1ℓ **290円**(税込**313円**)  
りんご(国内産)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
**363 簡単カフェパック**  
パウリーニョ農園とサン・タフェリサ農園のコンビヒー豆をブレンドして作った、水出しできるバック入りレギュラーコーヒーです。一晩、水にコーヒーバックを入れておくだけで出来上がり。250ml~350mlに1袋が目安。  
90g(15g×6包) **580円**(税込**626円**)  
コーヒー豆(グアテマラ・ブラジル)

九鬼産業(三重県・四日市市)  
**364 九鬼 黒ごまラテ**  
たっぷり使用した黒ごまと国産きなこの香ばしい風味と、素焚糖の優しい甘みの黒ごまラテです。牛乳や豆乳に溶かして、ほっと息つきたい時の一杯にどうぞ。  
150g **400円**(税込**432円**)  
黒ごま(ミャンマー、他)

ランカスター(千葉県・千葉市)  
**365 アールグレイティー(リーフ)**  
柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。  
100g **550円**(税込**594円**)  
紅茶(スリランカ)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)  
**366 童仙房茶舗 有機煎茶**  
有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。  
100g **700円**(税込**756円**)  
緑茶(京都府)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)  
**414 童仙房 有機上煎茶**  
有機栽培宇治茶の一番茶のみを使用した煎茶です。新芽の中からさらに厳選した逸品です。  
100g **1100円**(税込**1188円**)  
緑茶(京都府)

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。  
100g **398円**(税込**430円**)  
緑茶・ジャスミン(中国)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
**368 パウリーニョ 缶コーヒー 30缶**  
自家製堆肥で育てた完熟の実を手摘みして乾燥させ、森林のような爽やかな香り立つマイルドな味わいに。無糖。  
190g×30 **4200円**(税込**4536円**)  
コーヒー(ブラジル)

日本生協連合会  
**752 CO無糖ジャワティー(LP) AB12**  
無糖タイプなので、すっきりした味わい。食事やおやつに。  
1ℓ **100円**(税込**108円**)  
紅茶(インドネシア)

今週のイチオシ!

# 震災8年 応援号

まずは食べてみて!

## 旬の地魚お試し少量企画

センシン食品・高橋さんがセレクトしたその時期「一番のオススメ」をセットでお届けします。まずは食べてもらいたいという思いからお試しサイズの少量企画が実現しました!何が届くかはお楽しみ、三陸・常磐の恵みをご堪能ください。

三陸、常磐産のとびっきり鮮度の良い魚を刺身、切り身、煮物、揚げ物用など一番美味しく食べられるように調理した商品の話合せ。



センシン食品 (宮城県・名取市) **411** 【お試し】高橋さんの「喰ってみろー!」セット ※セット例  
凍 賞90~180日 3~5種話合せ **1480円**(税込 **1598円**)  
旬の地魚 (三陸、常磐)

宮城 まるたか水産

## 三陸の豊かな海と共に生きる「真心」を届ける海の幸

※イメージ



まるたか水産 (宮城県・石巻市) **369** 荻浜湾で育ったプリプリ冷凍かき 三陸・荻浜(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 賞90日 200g **430円**(税込 **464円**)  
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.3 <4.2

高橋徳治商店

## 魚の旨味が出汁になります



まだまだ寒い...そんなときには、おでん! 冷凍のまま、煮込んでおいた大根などと一緒に15分程度中火~弱火でコトコト煮てからお召し上がりください。沸騰はさせないで仕上げると具材の旨みが逃げずに美味しくお召し上がりいただけます。また、煮物の具としても。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市) **370** おでん種セット 凍 賞60日 卵米大 7種13品380g **780円**(税込 **842円**)  
すけそうだら (北海道)

採ってすぐに海水ポイル♪

## 鮮度抜群の美味しさ

全体の1割にも満たない希少なわかめ。シャキシャキと食べられる軽やかな食感が特徴です。



わかめ収穫風景 4月の収穫期に向けて1~2月に間引いたわかめを湯通し・塩蔵したもので、軟らかく、茎ごと食べられます。

漁師の間でしか食されていなかった希少なわかめ **371** 岩手一番採り 幼わかめ 凍 賞60日 120g **342円**(税込 **369円**) 通常税込 **389円**  
わかめ (岩手県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

福島 二本松有機農業研究会

## 福島 二本松、まじめな農家さんたちからの贈り物です



無農薬で育てた小麦で作りました。かおりゆたかなうどんをご賞味ください。

二本松有機農業研究会 (福島県・二本松市) **372** 地粉うどん 小麦 (福島県) [放] 不検出 <3.6 <3.8  
**373** 200ml 有機人参まるごとジュース 二本松有機農業研究会 (福島県・二本松市) **267円**(税込 **288円**)  
**374** 1ℓ 有機人参 (福島県) [放] 不検出 <0.5 <0.4

山形 しらたかノラの会

## 農家のお母さんたちが自分たちで育てた野菜でつくる加工品



旬の筍を使った筍おこわを地元で元気の笹で包んだちまき。筍の風味と干し椎茸、油揚げの旨味が生きています。蒸し器で7分、もしくはラップに包んでレンジで40~1分加熱。



無農薬・無化学肥料でつくったバジルと風味豊かなオリーブオイル、まるやかなグラウンド塩の組み合わせ。ゆでたスパゲティ(100g)に大きい1のペーストを混ぜるだけで本格派のバジリコスパゲティに。

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町) **375** 筍ちまき 凍 賞15日 米大 3個入 **590円**(税込 **637円**) 通常税込 **648円**  
筍 (山形県)  
**376** バジリペースト 凍 賞30日 80g **282円**(税込 **305円**) 通常税込 **313円**  
バジル (山形県)

## 水海道のめぐみちゃん 黒澤さんのひとめぼれ

★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」については契約者におまかせの際は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 **2350円**(税込 **2538円**)  
**432** 玄米 5kg **2250円**(税込 **2430円**)  
**434** 白米 2kg **945円**(税込 **1021円**)  
JA常総ひかり・東町特産米組合 (茨城県・常総市)

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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ (今摺米) **435** 白米 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
**436** 玄米 5kg **3200円**(税込 **3456円**)  
**437** 7分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
**438** 5分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
黒澤さん (宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ **377** 白米 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
**378** 玄米 5kg **3200円**(税込 **3456円**)  
**379** 7分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
**380** 5分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
**381** 白米 2kg **1400円**(税込 **1512円**)  
黒澤さん (宮城県・涌谷町)

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

やさとのお米(コシヒカリ) **383** 白米 5kg **2314円**(税込 **2499円**)  
**384** 玄米 5kg **2165円**(税込 **2338円**)  
JAやさと稲作部会 (茨城県・石岡市)

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい。粉の状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。中村商店 (神奈川県・横浜市) **385** 有機発芽玄米「ぐるめくらぶ」 凍 賞1ヶ月 1kg **1150円**(税込 **1242円**)  
米 (岩手県)  
品種は「フサノモチ」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「フサノモチ」。荒井農園 (千葉県・印西市) **382** 荒井さんのもち米 凍 賞1ヶ月 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



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

庄内協同ファーム・富樫さん (山形県・鶴岡市) **386** 白山紫黒 (有機栽培紫黒米) 凍 賞30日 300g **650円**(税込 **702円**)  
山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

## ひとめぼれ



自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市) **387** 白米用雑穀セット 凍 賞30日 500g **1048円**(税込 **1132円**)  
[放] 不検出 <0.5 <0.5  
自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市) **388** 玄米用雑穀セット 凍 賞30日 500g **1143円**(税込 **1234円**)  
[放] 不検出 <0.7 <0.7

## 2018 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		0.3Bq/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 つや姫	検査中です。別途お知らせに掲載しています。	
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)。

# 年度末決算セール!

## ニッコー特集



全品 特価

出汁からこだわりの

茄子を素揚げしただけ! とろっと美味しい



ニッコー (神奈川県・大和市)

**389 ニッコーの冷凍揚げ茄子**

ニッコーの自社農園の茄子を使いやすい大きさにカットしてありますので煮びたしや炒めものに便利です。ラップをせずレンジで温めるだけ。

凍 200g **315円**(税) **340円** 通常税込 409円  
茄子 (熊本県)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**390 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 小 (90g×3) ×2 **824円**(税) **890円** 通常税込 940円  
大豆・鶏肉 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**391 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 小 18g ×10 **364円**(税) **393円** 通常税込 416円  
えび (インドネシア、ベトナム、他)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**392 鶏さぼろシュウマイ**

削り節の煮出し汁でさぼろを煮、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 小 27g×8 **340円**(税) **367円** 通常税込 383円  
鶏肉 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**393 お弁当用根菜コロケ**

ホクホクの国産じゃが芋に、人参、玉ねぎ、れんこん、ごぼうを加えました。野菜の甘みをお楽しみ下さい。

凍 卵米大 小 12個 240g **417円**(税) **450円** 通常税込 470円



ニッコー (神奈川県・大和市)

**394 ママのミニハンバーグ**

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

凍 卵乳米小 7個 168g **361円**(税) **390円** 通常税込 430円  
豚肉 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**395 天津包子(肉まん)**

国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醗酵させた皮で、肉と野菜をたっぷり包みました。

凍 卵米大 小 55g×5 **372円**(税) **402円** 通常税込 432円  
小麦 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**396 天津包子(あんまん)**

国産小麦粉を使用した皮で、北海道産のあずきに黒ごまを練りこんだ中華あんを包みました。

凍 卵米大 小 180日 乳小 55g ×5 **372円**(税) **402円** 通常税込 432円  
小麦 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

**397 大判焼き(カスタード)**

はちみつが入ったしっとりとした国産小麦粉使用の皮で、牛乳、卵黄をたっぷり使ったカスタードクリームを包みました。

凍 卵乳小 4個 320g **402円**(税) **434円** 通常税込 454円  
小麦 (国内産)

# 年度末決算セール! 全品特価



上品な脂の甘みと赤身の旨味を味わえる天然南まぐろの中トロ。形が揃い、価格は抑えました。



マストミ (徳島県・徳島市)

**398 ふぞろいの天然南まぐろ中トロ**

2冊130g **907円**(税) **980円** 通常税込 1134円  
ミナミマグロ (インド洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

**399 徳用つぶつぶまぐろ丼セット**

太平洋で漁獲しためばちまぐろを使用し、つぶつぶ感を残してネギトロ口用に加工しました。※台湾船籍船漁獲

凍 賞20日 卵米大 小 50g×4 タレ×4 **980円**(税) **1058円** 通常税込 1183円  
めばちまぐろ (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

**400 まぐろ漬け丼用(メバチマグロ)**

鮮度の良いメバチマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に良く合います。

凍 賞30日 卵米大 小 70g×2 **498円**(税) **538円** 通常税込 583円  
メバチマグロ (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

**401 かつお漬け丼用**

モチリとした身質のかつおを適度な厚さにスライスしています。食べ応えのある一品です。

凍 賞15日 卵米大 小 80g×2 **470円**(税) **508円** 通常税込 540円  
かつお (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

**402 つぶつぶまぐろたたき身**

船上凍結した鮮度の良いめばちまぐろを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残し、手作業でスジの除去も行っています。

凍 賞20日 卵米大 小 50g×2 **450円**(税) **486円** 通常税込 540円  
めばちまぐろ (台湾)



マストミ (徳島県・徳島市)

**403 増量・めばちまぐろのカマぶつ切り(焼物用)**

めばちまぐろのカマを調理しやすい大きさにカットしました。焼いて酒肴に、またバーベキューの素材にも。

凍 賞30日 400g **365円**(税) **394円** 通常税込 441円  
めばちまぐろ (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

**404 まぐろ団子甘酢ソース**

栄養豊富なまぐろを団子にし、自家製ソースをからめました。ソースは栽培法まで吟味したこだわり素材使用。

凍 賞90日 卵米大 小 280g(4個×2) **383円**(税) **414円** 通常税込 454円  
まぐろ (台湾、日本)



マストミ (徳島県・徳島市)

**405 神山鶏の塩麹電田**

自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げてください。

凍 賞90日 卵米大 小 150g **332円**(税) **359円** 通常税込 389円  
鶏肉 (徳島県)



マストミ (徳島県・徳島市)

**406 黒酢の酢豚**

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

凍 賞90日 卵米大 小 330g **565円**(税) **610円** 通常税込 643円  
豚肉 (北海道)



マストミ (徳島県・徳島市)

**407 野菜で仕上げる回鍋肉**

コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。キャベツやピーマンを炒めたあとに加えて混ぜれば完成。

凍 賞90日 卵米大 小 110g **345円**(税) **373円** 通常税込 394円  
豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

お徳 2個組

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**208 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、モッツァレラ)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 ×2 **1096円**(税) **1184円** 通常税込 1242円  
生乳 (北海道)

春の感謝祭 第1弾

シーズン最終

伊予柑の小玉を徳用価格で。みかんとオレンジの交配から生まれた伊予柑の芳香と甘く軟らかい果肉。農薬0~3回。

無茶々園 (愛媛県・西予市)

**419 無茶々園の伊予柑小玉**

3kg **1050円**(税) **1134円**

愛媛県

お徳 2個組

長野・大倉さんの紅玉を搾りました。紅玉の風味、味わいを楽しめるジュースです。

大倉さん(長野県・安曇野市)

**長野 大倉さんの紅玉りんごジュース**

約2019.11

**409 6本**

1ℓ×6本 **4250円**(税) **4590円** 通常税込 5378円

**410 1本**

1ℓ **750円**(税) **810円** 通常税込 896円

りんご (長野県)

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

OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

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。

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ましょう!