

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2019年度 みんなで取り組む活動テーマ
JOSO食材でかんたん・おうちごはん!

co-op mail
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

2019年4月4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	4/15	4/16	4/17	4/18	4/19
定番品のお届け	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26
特別企画品のお届け	4/29	4/30	5/1	5/2	5/3

お家で楽しくプレートパーティー



これ1本で味が決まります!

新特

少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。国産大豆のみそを加えまろやかに仕上げました。チャンチャン焼き、各種炒め物に。

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
11 料理の名人・みそ味 (万能調味タレ)

原材料: 国産丸大豆醤油、国産大豆味噌、国産粗糖、発酵調味料(味の母)、本みりん

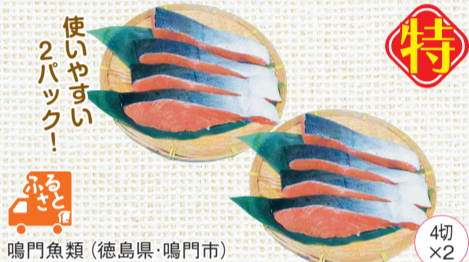
冷蔵 60日 米 大 小 250cc **580円(税別) 626円(税込)** 通常税込 646円
大豆 (国内産)



ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。

木村農園 (茨城県・つくば市)
13 木村さんのキャベツ

1玉 **183円(税別) 198円(税込)**
茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.4



使いやすい2パック!
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
12 雄武産 秋鮭切身(無塩)2パック

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

凍 30日 (4切210g)×2 **916円(税別) 990円(税込)** 通常税込 1026円
秋鮭 (北海道)



お得 + 50g
山田さん (茨城県・つくば市)
14 山田さんのしめじ (増量)

香り・風味が良い、こだわりのひらたけしめじを栽培しています。

凍 200g+50g **250円(税別) 270円(税込)**
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.5



バーベキュー



チャンチャン焼き



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
15 ローズポーク徳用焼肉セット

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

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



福永産業 (福岡県・遠賀町)
16 特大 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用

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

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



タイセイフーズ (青森県・むつ市)
19 国産やわらかいかステーキカット

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

凍 3枚220g **465円(税別) 502円(税込)** 通常税込 518円
紫いか (国内産)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
20 天然むきエビ(特大)

マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然えびを、現地工場で急速バラ凍結した1回凍結品です。

凍 180日 160g **528円(税別) 570円(税込)** 通常税込 592円
えび (マレーシア)



福永産業 (福岡県・遠賀町)
17 鹿児島 坊津黒牛 焼肉用 (モモ、バラ)

モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。

凍 30日 300g **1630円(税別) 1760円(税込)** 通常税込 1814円
鹿児島県 [放] 不検出 <3.5 <3.7



福永産業 (福岡県・遠賀町)
18 特大 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用

坊津黒牛のモモ・肩肉をダイス状にカットしました。今回はお得な増量規格です。

凍 30日 300g **1520円(税別) 1642円(税込)** 通常税込 1674円
鹿児島県 [放] 不検出 <3.5 <3.7



軽く焼くと風味が増して◎
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
21 長崎 いか天

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

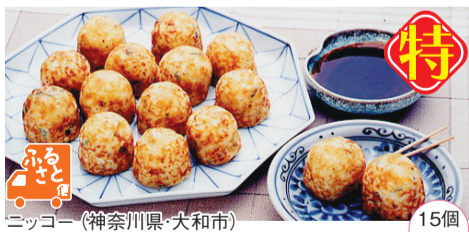
冷蔵 7日 米 30g×4 **254円(税別) 274円(税込)** 通常税込 285円
すけそうだら (北海道、アメリカ)



1袋増量で価格はそのままのお買い得企画
お買得企画
みは焼きそばで決まり!
※調理例
共生食品 (神奈川県・相模原市)
22 内麦焼そば(ソース無)増量

国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。

冷蔵 6日 卵小 150g×3+1食 **197円(税別) 213円(税込)**
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



ニッコー (神奈川県・大和市)
23 ねぎ入りたこ焼 2パック

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

凍 180日 卵小 15個300g×2 **720円(税別) 778円(税込)** 通常税込 820円
たこ (ベトナム)



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)
24 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

凍 180日 卵乳 大 小 約65g×6 **580円(税別) 626円(税込)** 通常税込 653円
小麦 (カナダ、他)



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。農業無散布。
小林さん (長野県・高山市)
25 冷凍ブルーベリー 2パック

凍 110g×2 **694円(税別) 750円(税込)** 通常税込 774円
ブルーベリー (長野県)



食後はひんやりデザートをどうぞ♪
日本生協連合会
26 COフローズンヨーグルト 105ml×6個

乳酸菌が生きています。サクッと一口当たりとさっぱりした後味。お得な6個パック。
原材料: 牛乳、砂糖、脱脂粉乳、クリーム/安定剤(ペクチン、グァーガム)

凍 105ml×6 **520円(税別) 562円(税込)**
牛乳 (国内産)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

- 東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、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

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

- 千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
- 茨城県 [放] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
- 宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載



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



吉澤さん達 (群馬県・昭和村)
58 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**(税込**302円**)
 群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



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



浅野さん (茨城県・常総市)
60 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**(税込**190円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



あゆみの会・川嶋さん達 (茨城県・茨城町)
61 小松菜
 アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。
 1束 (約200g) **183円**(税込**198円**)
 茨城県



木村農園 (茨城県・つくば市)
62 木村さんのかき菜
 ビタミン、ミネラルも豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。減農薬栽培。
 1束200g **165円**(税込**178円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



おきたま興農舎 (山形県・高島町)
63 あさつき
 ビタミン、ミネラル、食物繊維豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。からし醤油でどうぞ。農薬無散布。
 100g **213円**(税込**230円**)
 山形県 [放] 不検出 <3.1 <3.7



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)
64 チンゲン菜
 柔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



木村農園 (茨城県・つくば市)
65 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**(税込**198円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.8



上野さん達 (栃木県・上三川町)
66 長ねぎ
 地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農薬無散布。
 500g **220円**(税込**238円**)
 栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



おきたま興農舎・和田さん達 (山形県・高島町)
67 チリメン五月菜 (莖立菜)
 雪国山形の春をつるほろ苦いアブラナ科の葉物です。おひたし、漬物、煮びたし、炒め煮などでどうぞ。農薬無散布。
 約200g **250円**(税込**270円**)
 山形県 [放] 不検出 <4.6 <4.2



井上さん (埼玉県・美里町)
68 春ブロッコリー
 ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。農薬無散布。
 1個 **260円**(税込**281円**)
 埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7



無農薬
 無茶々園 (愛媛県・西予市)
400 無茶々園の絹さや
 お吸い物の具、茹でてサラダ、炒め物等幅広くご利用下さい。農薬無散布。
 50g **206円**(税込**222円**)
 愛媛県



木村農園 (茨城県・つくば市)
69 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 **155円**(税込**167円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



木村農園 (茨城県・つくば市)
70 木村さんのごぼう
 食物繊維、ミネラル豊富なおぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
 400g **180円**(税込**194円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



木村農園 (茨城県・つくば市)
71 木村さんの太ごぼう
 軟らかいのが特長で、食物繊維、ミネラルも豊富。大きく育っているが故に「す」の入っている場合がありますが、そのままご利用頂けます。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
 500g **150円**(税込**162円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <4.8



熊崎さん達 (愛知県・南知多町)
72 大根
 ※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。
 1本 **198円**(税込**214円**)
 愛知県



福田さん達 (沖縄県・宮古島)
73 かぼちゃ (カット)
 ホクッとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。
 500g前後 **480円**(税込**518円**)
 沖縄県



加瀬さん達 (千葉県・香取市)
74 400g 人参(洗い)
 農薬に頼らない栽培をしています。農薬無散布。
 400g **213円**(税込**230円**)
 千葉県



無農薬
75 1kg
 1kg **365円**(税込**394円**)
 千葉県



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)
76 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**(税込**410円**)
 茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



林田さん達 (長崎県・南島原市)
77 1kg 新玉ねぎ
 軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。
 1kg **415円**(税込**448円**)
 長崎県



78 3kg
 3kg **1150円**(税込**1242円**)
 長崎県

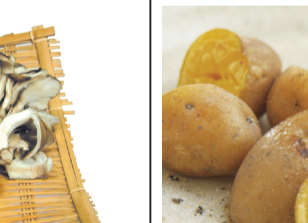
きのこ
「きのこは木の子」
 丸金のえのきは風味が違います
 近隣山林の間伐材を粉砕したオガ粉を畑(培地)として、自然環境にとことん近づけて、本来の美味しいえのき茸を栽培しています。グリルなどで焦げ目がつく位に焼いて、ポン酢や醤油でシンプルに頂くと違いが分かります。



山田さん (茨城県・つくば市)
14 山田さんのしめじ (増量)
 香り・風味が良い、こだわりのひらたけしめじを栽培しています。
 200g+50g **250円**(税込**270円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.5



村上さん (栃木県・高根沢町)
82 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



久保さん (鹿児島県・伊仙町)
79 新じゃがいも(ニシユタカ)
 新じゃがいもならではの風味をお楽しみ下さい。減農薬栽培。
 800g **528円**(税込**570円**)
 鹿児島県



鹿野さん (長野県・長野市)
80 えのき茸
 地元長野県、および近隣の山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成し、広島県産カキガラ粉末で畑づくりをしています。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
 200g **183円**(税込**198円**)
 長野県



日持ちがよく、シャキッと食感
80 えのき茸
 200g **183円**(税込**198円**)
 長野県



白えのきにはない、コクのある味が特徴
81 ブラウンえのき茸
 200g **193円**(税込**208円**)
 長野県



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)
394 エリンギ
 肉質はきめ細かくなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするのが特長です。
 100g **260円**(税込**281円**)
 三重県



安田さん (福島県・郡山市)
395 安田さんのなめこ
 独自の栄養素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 **115円**(税込**124円**)
 福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



飯泉さん (茨城県・つくば市)
396 A品 飯泉さんの生しいたけ
 最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください
 100g **210円**(税込**227円**)
 茨城県



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

「料理の名人(みそ味)」をかけて
包んで焼くだけ!



84 雄武産 秋鮭ブツ切り(無塩)
凍 賞30日 約250g **460円(税込497円)**
秋鮭(北海道)

ホイルで
チャンチャン焼き!

オホーツク海に面する港町、雄武(おうむ)産の秋鮭をブツ切りにしました。鍋、フライ、焼物等に。

特 新

「料理の名人」にちよこつと甘めの
「みそ味」が新登場!

●豚肉とお野菜の炒め物に!
●ちょっと酢を加えてさっぱり野菜炒めに!
魚以外にも!



原材料: 国産丸大豆醤油、国産大豆味噌、国産粗糖、発酵調味料(味の母)、本みりん
11 料理の名人・みそ味(万能調味タレ)
少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。国産大豆のみそを加えまるやかに仕上げました。チャンチャン焼き、各種炒め物に。
冷 賞60日 米 大 小
250cc **580円(税込626円)** 通常税込646円
大豆(国内産)



旬! 鮮魚 特
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
87 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 賞お届け日含め2日
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

さっと洗って冷凍のまま使えます!



塩屋(茨城県・ひたちなか市)
88 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 賞30日
200g **386円(税込417円)**
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)



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



85 真あじフィーレ 5~8枚
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 賞30日
片身5~8枚前後200g **440円(税込475円)** 通常税込498円
真あじ(長崎県)



86 寒さわら切身(無塩)
五島列島、済州島海域で漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身に。無塩なのでアレンジ自在です。
凍 賞30日
約70g×2 **550円(税込594円)**
さわら(五島列島、済州島海域)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
90 秋浜湾で育ったプリプリ冷凍かき
三陸・秋浜(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



まるたか水産(宮城県・石巻市)
91 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。解凍してそのまま食べられます。
凍 賞90日
150g **445円(税込481円)** 通常税込497円
かき(宮城県) [放]不検出<3.6<3.7



まるたか水産(宮城県・石巻市)
92 三陸産かきハーブソテー
ば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。
凍 賞90日 米 小
90g **420円(税込454円)**
かき(宮城県) [放]不検出<3.6<4.0



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



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
93 からふとししゃも丸干(おし)
卵に栄養が奪われず身がおいしいオスのししゃもです。
凍 賞180日
400g **298円(税込322円)** 通常税込378円
からふとししゃも(アイスランド)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
95 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ました。解凍して焼いてどうぞ。
凍 賞30日
2枚330g **620円(税込670円)**
しまほっけ(アメリカ)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)
96 骨抜きさんま天日干し
小ぶりなさんまの頭、内臓、中骨を取り除き、塩麹に漬けて天日干しました。ご飯のお供に、お酒のおつまみにも。
凍 賞180日 米 大 小
4尾150g **395円(税込427円)**
さんま(岩手県)



丸一商店(千葉県・南房総市)
97 さば一夜干し 2枚
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。
凍 賞120日
片身2枚200g **350円(税込378円)**
真さば(ノルウェー)



丸一商店(千葉県・南房総市)
98 3枚
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。
凍 賞120日
片身3枚300g **500円(税込540円)**
真さば(ノルウェー)



丸一商店(千葉県・南房総市)
99 塩屋の干物セット
塩屋自慢の3種の干物をセットにしました。朝食にも夕食にも重宝する組み合わせです。
凍 賞30日
さんま2枚、さば2枚、子持ちししゃも6尾 **543円(税込586円)**
さんま(北海道)、さば(国内産)、ししゃも(アイスランド)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)
100 利尻昆布漬赤魚
北海道で獲れた天然利尻昆布より抽出した出し液に、赤魚を漬込み乾燥にしました。利尻昆布の、上品な風味が薫る本格干物で、ご飯のおかず、お酒の肴に。
凍 賞180日 米 大 小
2枚260g **450円(税込486円)**
アラスカメヌケ(アメリカ)



ヤマハイフーズ(宮城県・塩釜市)
101 氷温造り えてかれい一夜干し
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。
凍 賞60日
2枚200g **520円(税込562円)**
えてかれい(鳥取県)



ダイマツ(鳥取県・米子市)
102 氷温造り シルバー醤油漬
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。
凍 賞180日 米 大 小
4切220g **480円(税込518円)**
シルバー(ニュージーランド、他)



ダイマツ(鳥取県・米子市)
103 さわら西京漬
魚体1メートル前後の本さわらを、独自の西京味噌床に漬込みました。
凍 賞30日 米 大
2切140g以上 **690円(税込745円)**
本さわら(九州沖)



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



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
105 2切
東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。お茶漬け、おにぎりにもどうぞ。
凍 賞180日
2切140g **380円(税込410円)**
紅鮭(ロシア)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
106 3切
東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。お茶漬け、おにぎりにもどうぞ。
凍 賞180日
3切210g **545円(税込589円)**
紅鮭(ロシア)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)
109 国産塩さば切身(厚切り)
寒の時期に日本海で漁獲された脂のりの良いサイズ大きめのさばを三枚におろして切身にし、程良く塩味をつけました。
凍 賞180日
4切320g **450円(税込486円)**
さば(国内産)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)
110 骨取り秋さけ切身
北海道で漁獲される秋さけを国内で骨取り加工し、約60gの切身にカットしました。
凍 賞180日
2切120g **430円(税込464円)**
秋鮭(北海道)



三米商店(静岡県・浜松市)
111 真たら切身
北海道で漁獲した真たらを使用し、選別後、鮮度の良いものを選び、1切約60gの調理しやすい大きさの切身にカットし、バラ凍結しました。ムニエル、バター焼き、鍋材などにお使いいただけます。
凍 賞180日
2切120g **360円(税込389円)**
真たら(北海道)



三米商店(静岡県・浜松市)
112 メカジキ切身
気仙沼港で水揚げされたメカジキを、約60gの切身にカットしました。バター焼き、ムニエル、煮付け等様々な料理にお使いいただけます。
凍 賞180日
2切120g **425円(税込459円)**
メカジキ(宮城県)



三米商店(静岡県・浜松市)
113 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 賞180日 米 大
210g **398円(税込430円)** 通常税込464円
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
107 子持ち浅羽かれい切身(2切)
漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。
凍 賞180日
2切200g **340円(税込367円)**
浅羽かれい(アラスカ)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
108 子持ち浅羽かれい切身(3切)
漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。
凍 賞180日
3切300g **485円(税込524円)**
浅羽かれい(アラスカ)



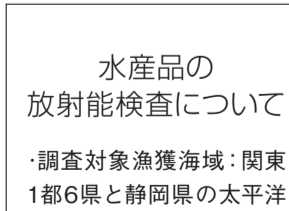
カネキ水産(愛知県・蒲郡市)
114 ブラックタイガー 2L
インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品です。えびの旨味、食感が違います。
凍 賞180日 米 大
8尾前後180g **845円(税込913円)**
ブラックタイガー(インドネシア)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
114 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。えびの旨味、食感が違います。
凍 賞180日 米 大
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)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
114 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。えびの旨味、食感が違います。
凍 賞180日 米 大
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)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
114 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。えびの旨味、食感が違います。
凍 賞180日 米 大
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)

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。

相馬にも春がきた!



高橋さんセレクト! すぐに食べられる美味しいお魚のセットです!

センシン食品 (宮城県・名取市)
115 相馬のおんちやまセット

凍 90~180日
※内容は「高橋さんの喰ってみろーセット」(3~5種)と同じです。
旬の地魚 (三陸、常盤)
3~5種詰合せ **1450円**(税込 **1566円**) 通常税込 **1598円**

特

刺身で食べられる鮮度のアジを使用しました!



センシン食品 (宮城県・名取市)
116 アジフライ

水揚げされたばかりの肉厚なアジを鮮魚の状態からすぐに加工し、急速凍結しました。
凍 120日 米 小
2枚 **380円**(税込 **410円**) 通常税込 **427円**
アジ (宮城県、福島県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



センシン食品 (宮城県・名取市)
117 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、しょつたるを加えた自家製タレに3日間漬け込みました。
凍 180日 米 大 小
4~6切200g **398円**(税込 **430円**)
さば (ノルウェー)



センシン食品 (宮城県・名取市)
118 「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、ねばりが絶品です。
凍 米 大 小
100g **380円**(税込 **410円**)
するめいか (北海道)

旬! 相馬の青のり (ひとえぐさ種)



相馬の青のりは9月に海中にあみを張り、12月から春先まで収穫します。季節に応じてあみの高さを変えるなど、香り高いひとえぐさを収穫するために手間暇かけます。



センシン食品 (宮城県・名取市)
119 松川浦産 天日干し青のり

凍 20g **455円**(税込 **491円**) 通常税込 **508円**
ひとえぐさ (福島県) [放] 不検出 <3.7 <3.4

特

相馬・松川浦で養殖された青のり(ひとえぐさ)を天日干しに。汁ものに散らすと磯の風味が楽しめます。



ヒトエグサの香り高い佃煮!



センシン食品 (宮城県・名取市)
120 松川浦産 青のり佃煮

アオサとは品種が違う「ヒトエグサ」という香りの高い青のりを料理酒、はちみつ、醤油、薬塩とシンプルな調味料で佃煮にしました。
凍 180日 米 大 小
100g **472円**(税込 **510円**)
ヒトエグサ (福島県) [放] 不検出 <3.7 <3.4

天ぷら、酢のものに!



センシン食品 (宮城県・名取市)
121 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**(税込 **399円**)
ヒトエグサ (福島県) [放] 不検出 <3.7 <3.4



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
122 しめさば3種セット

真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍後、適当な大きさに切って下さい。
凍 180日 米 大 小
3枚 240g **598円**(税込 **646円**) 通常税込 **670円**
さば (国内産)



共和水産 (岩手県・宮古市)
123 三陸岩手 いかの糸造り

凍 180日
80g **398円**(税込 **430円**)
するめいか (三陸)



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
124 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 米
120g **495円**(税込 **535円**)
真だこ (モロッコ、モーリタニア)



海泉水産 (静岡県・浜松市)
125 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**(税込 **486円**)
しらす (遠州灘~伊勢湾)



海泉水産 (静岡県・浜松市)
126 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 **445円**(税込 **481円**) 通常税込 **497円**
しらす (遠州灘~伊勢湾)



佐井村漁協 (青森県・佐井村)
127 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 米 大 小
40g **660円**(税込 **713円**)
いくら (北海道、青森県) [放] 不検出 <3.5 <3.3



ダイマツ (鳥取県・米子市)
128 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、国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まるやかな甘酢です。
凍 180日 米 大
220g **380円**(税込 **410円**)
真あじ (日本海)



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。
凍 180日 米 大 小
6~11枚150g +タレ50g **375円**(税込 **405円**)
真あじ (千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.7



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)
130 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。
凍 180日 乳 小
5~6個200g **420円**(税込 **454円**)
真いわし (国内産)



平庄商店 (北海道・根室市)
131 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 **280円**(税込 **302円**) 通常税込 **322円**
さんま (北海道)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
132 とれとれあじ たたき身

日本近海で5~8月に漁獲した鮮度の良い生のあじをタタキ身に。
凍 120日
150g×2 **390円**(税込 **421円**)
真あじ (鳥取県) [放] 不検出 <3.5 <3.5



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。
凍 米 大 小
70g×2 **2270円**(税込 **2452円**)
たれ・山椒付
うなぎ (愛知県)

厚揚を入れて、コクとボリュームをUP トマトたっぷりの甘酸あんでご飯が進む

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
66 長ねぎ 134 豚挽肉 197 生揚 667 ひじき

398 ひじきと厚揚の肉団子 トマト酢あんレシピセット



凍 1072円(税込 **1158円**) 通常税込 **1183円**

- ◆材料(4人分)
- ひじき.....1缶
 - こんにゃく.....1/2枚
 - 生揚.....2個
 - 長ねぎ.....10cm
 - 豚挽肉.....200g
 - 片栗粉.....大1
 - みそ.....大1
 - 油.....適量
 - トマト.....1個
 - 葉ねぎ.....適量
 - 「酢」.....カップ1
 - A 砂糖.....大3
 - L 醤油.....大1
 - 水溶き片栗粉.....30cc



ひじきと厚揚の肉団子 トマト酢あん

- ◆作り方
- ひじき、こんにゃく、厚揚、長ねぎはみじん切りにする。
 - ボウルに豚挽肉、①、みそを入れてよく混ぜ、さらに片栗粉をたして軽く混ぜる。
 - ②を一口大に丸め180℃の油で4分揚げます。
 - フライパンに1cm角に切ったトマトとAを入れ火にかけ、沸騰したら③を入れて絡める。水溶き片栗粉を加えてとろみが出たら火を止め、小口切りにした葉ねぎを散らす。

切り取ってご活用ください

乾物を上手に使って ふんわり春色のしゅうまい

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
13 キャベツ 126 釜あげしらす 159 鶏挽肉 301 切干大根

399 しらすシューマイ レシピセット



凍 1496円(税込 **1616円**) 通常税込 **1699円**

しらすシューマイ

- ◆材料(10個分)
- しらす.....10g
 - 鶏挽肉.....150g
 - 玉ねぎ(みじん切り).....1/4個
 - キャベツ.....2~3枚(大きさによる)
 - 切干大根.....20g
 - 塩、こしょう.....各少々
 - 片栗粉.....各少々
 - 醤油.....各少々



- ◆作り方
- キャベツの葉は芯を取る。葉はさっと茹で、塩、こしょうをふる。芯はみじん切りにする。
 - 切干大根は水で軽く戻し、水気をきりみじん切りにする。戻し汁は取っておく。
 - 鶏挽肉、玉ねぎ、切干大根、キャベツの芯、片栗粉、②の戻し汁(大2)を混ぜ、醤油で調味する。
 - ③を10等分し、包める大きさに切ったキャベツの葉で包む。
 - 蒸気の上があった蒸し器に入れて中火にし、10分ほど蒸す。上にしらすをのせていただく。

切り取ってご活用ください

始まりの季節4月に疲れをためない カルシウム×クエン酸パワー

ひじきの肉団子トマト酢あん

作り方は5ページ



ふるさと

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

134 岩瀬さんの豚挽肉
凍 賞30日
300g **400円**(税込**432円**)
茨城県

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。

日本生協連合会

667 COひじきDP 国産芽ひじき 110g
水戻し不要の素材缶。そのまま調理に使えます。油揚げや厚揚げ、大豆ドライパック、人参などと炒め煮に。
110g **195円**(税込**211円**)
芽ひじき (国内産)

前日OK!

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



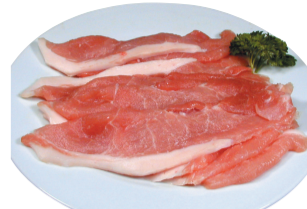
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
135 岩瀬さんの豚 ローズしょうが焼き用
きめが細かく脂が程よく入ったローズ肉を、しょうが焼き用にスライスしました。
冷 賞6日
250g **640円**(税込**691円**)
茨城県



岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
136 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 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
137 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、そのまま塩焼き等でもおいしいです。
冷 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
138 岩瀬さんの豚 モモスライス
赤身主体にも重宝します。厚さ3mm。
冷 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
139 岩瀬さんの豚 パラスライス
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 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
140 岩瀬さんの豚小間切
野菜と炒めて、カレーやシチュー等の煮込みに。すぐ火が通るので、時間がない時でも便利です。
冷 賞6日
150g×2 **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
141 ローズポーク スペアリブ
バーベキューには欠かせません。部位は味の濃いローズポークの豚肩バラ。
冷 賞6日
4本500g **1150円**(税込**1242円**)
茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
142 ローズポーク 肩ブロック
味の濃い部位。焼き豚を作るのに最適。じっくり煮込む料理にも。
冷 賞6日
400g **610円**(税込**659円**)
茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
143 ローズポーク 小間切
飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚「ローズポーク」を、生産者限定でお届けします。
冷 賞6日
150g×2 **390円**(税込**421円**)
茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
144 ローズポーク 徳用小間切
たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。
冷 賞6日
200g×2 **510円**(税込**551円**)
茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
145 ローズポーク 挽肉
茨城県の銘柄豚「ローズポーク」の挽肉。赤身率8割です。
凍 賞30日
300g **460円**(税込**497円**)
茨城県

飼料価格高騰の為、中津ミートの商品は5月1日より値上げとなります



中津ミート (神奈川県・愛川町)
146 中津トントロ 焼肉用
1頭から約300gしか取れない希少部位のトントロを、焼肉用にカットしました。焼肉、炒め物に。
凍 賞120日
200g **480円**(税込**518円**)
神奈川県



中津ミート (神奈川県・愛川町)
147 中津豚カシラ(ホホ)肉
豚のカシラ(ホホ)肉です。1頭から約300gしかとれない希少な部位です。しっかりとした肉質。
凍 賞120日
200g **460円**(税込**497円**)
神奈川県



中津ミート (神奈川県・愛川町)
148 中津豚ロース 塩こうじ漬
豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。
冷 賞6日
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)
149 中津豚こま味噌漬
豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。
冷 賞6日 賞米大
200g **398円**(税込**430円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
149 中津豚こま味噌漬
豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。
冷 賞6日 賞米大
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
150 豚挽肉(バラ凍結)
茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。
凍 賞90日
400g **650円**(税込**702円**)
茨城県

鶏肉

つくば茜鶏
[放] 不検出<3.6 <3.4



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



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
151 つくば茜鶏 ムネ
あっさり味で消化も良く、経済的なムネ。蒸しどり、唐揚げ、煮物に。
凍 賞180日
300g **370円**(税込**400円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
152 つくば茜鶏 モモ
肉質は少し硬めですが、脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。
凍 賞180日
300g **490円**(税込**529円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
153 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、炒めものに。
凍 賞180日
250g **490円**(税込**529円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
154 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用
ムネ肉とモモ肉を唐揚げ用にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
凍 賞180日
250g **470円**(税込**508円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
155 つくば茜鶏 手羽先
ゼラチン質に富み、コクのある部位。塩焼き、唐揚げに。だしがでるので煮物にも。
凍 賞180日
400g **525円**(税込**567円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
157 つくば茜鶏 ササミ
脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茹でてサラダに。バラ凍結。
凍 賞180日
300g **560円**(税込**605円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
158 つくば茜鶏 レバー
生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。
凍 賞180日
250g **240円**(税込**259円**)
茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
159 つくば茜鶏 挽肉
ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。
凍 賞180日
500g **660円**(税込**713円**)
茨城県

牛肉

茨城牛 (山方)
[放] 不検出<3.0 <4.0
鹿児島 坊津黒牛
[放] 不検出<3.5 <3.7
国産牛 (福岡・大分)
[放] 不検出<3.8 <3.8



福永産業 (福岡県・遠賀町)
160 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 賞30日
300g **1600円**(税込**1728円**)
鹿児島県



161 鹿兒島 坊津黒牛カルビ焼肉用
霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。
凍 賞30日
180g **1000円** (税込 **1080円**) (通常税込 **1112円**)
鹿兒島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)
162 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



福永産業 (福岡県・遠賀町)
163 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



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

畜産加工品
中津ミート
[放] 不検出<3.0 <3.0
鎌倉ハム
[放] 不検出<3.9 <3.0
※加工品については原料を検査しています



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
165 鎌倉つかいっきりポークウインナー×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 **275円** (税込 **297円**)
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
166 鎌倉マイルドポークウインナー×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**) (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)
167 鎌倉チオリソー
国内産豚肉で肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチオリソーです。
冷 賞15日
30g×5 **385円** (税込 **416円**)
豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
168 鎌倉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 **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)
169 鎌倉串ざしフランクフルト2袋
豚肉、塩、香辛料のみ使用した。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。
冷 賞10日 (40g×5)×2 **720円** (税込 **778円**) (通常税込 **799円**)
豚肉 (国内産)

飼料価格高騰の為、中津ミートの商品は5月1日より値上げとなります



中津ミート (神奈川県・愛川町)
170 中津粗挽ウインナー
ジュシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ボイルしてどうぞ。炒め物にも。
冷 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)
171 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)



甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。
中津ミート (神奈川県・愛川町)
172 中津バラベーコンスライス
冷 賞7日
100g **360円** (税込 **389円**)
豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
173 中津肉団子(甘酢タレ)
牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。
凍 賞180日 卵乳小
(30g×6)×3 **960円** (税込 **1037円**)
豚肉 (神奈川県)



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



中津ミート (神奈川県・愛川町) 9個
175 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 米大小
200g **480円** (税込 **518円**)
豚肉 (茨城県)



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
176 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 乳
160g **350円** (税込 **378円**)
鶏肉 (茨城県)

**ヨーグルトを使ってお手軽デザート
フローズンヨーグルト**

- ◆材料
プレーンヨーグルト…400g
牛乳…80cc
砂糖…80g
レモン果汁…大2

- ◆作り方
① 鍋に牛乳と砂糖を入れて煮溶かし、粗熱をとる。
② ボウルにヨーグルトを入れて①を加え混ぜ、レモン汁を加えて混ぜる。
③ ステンレスなど金属製の容器に流し入れ、ふたをして冷凍庫で冷やし固める。
④ 柔らかめに固まった頃取り出し、泡立器で空気を入れるようにかき混ぜ、再度冷凍庫に入れて凍らせる。

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

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場ヨーグルト 賞届いて10~11日 乳
177 プレーン 400g **345円** (税込 **373円**)
178 加糖 400g **360円** (税込 **389円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4



ピンは繰り返し使いますので必ずご返却下さい



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
180 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。
冷 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)
181 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 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)
182 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 乳
30g **204円** (税込 **220円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)
5 サツラク牛乳
冷 賞15日 乳
1ℓ **250円** (税込 **270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 乳
500ml **146円** (税込 **158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)
冷 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)
3 サツラク低温殺菌牛乳
冷 賞届いて3日 乳
302円 (税込 **326円**)
10 500ml
178円 (税込 **192円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

北海道酪農公社 (北海道・江別市)
8 宇治田さんの平飼卵
冷 賞7日 卵
6個 **330円** (税込 **356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

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。

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、乳製品のみに作りました。
パッケージが変わりました
お届けは5月1日になります

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
179 よつ葉ミルクコーヒー
冷 賞届いて6~10日 乳
1ℓ **277円** (税込 **299円**)
生乳 (北海道)

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

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
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。
冷 賞7日 卵
6個 **330円** (税込 **356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

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 卵
6個 **330円** (税込 **356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

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 卵
10個 **236円** (税込 **255円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



サツラク農協(北海道・札幌市)
183 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 **212円**(税込**229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)
184 サツラク酪農家限定
 ヨーグルト(プレーン)
 サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。
 冷蔵 賞18日 乳
 500g **265円**(税込**286円**)
 生乳(北海道) [放] 不検出<3.9<3.1



ホリ乳業(石川県・金沢市)
185 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



ホリ乳業(石川県・金沢市)
186 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



酪王乳業(福島県・郡山市)
187 2本組
 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、フラクトオリゴ糖
 冷蔵 賞19日 乳
 180ml×2 **256円**(税込**276円**)
 生乳(福島県)



酪王乳業(福島県・郡山市)
188 5本組
 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖
 冷蔵 賞19日 乳
 180ml×5 **630円**(税込**680円**)
 生乳(福島県) [放] 不検出<3.7<4.5



日本生活協同組合連合会
189 CO乳酸ドリンク
 65ml×10本入
 柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。
 冷蔵 賞15日 乳
 65ml×10 **178円**(税込**192円**)
 [放] 不検出<3.4<4.1



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)
190 濃厚豆乳プリン
 愛知県産の豆乳、牛乳、国産卵を使って作った本格派カスタードプリンです。ゼラチン(豚由来)使用。
 冷蔵 賞20日 卵乳大
 100g×2 **250円**(税込**270円**)
 牛乳(愛知県) [放] 不検出<3.8<3.5



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)
191 まめぞう豆乳プリン
 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
 冷蔵 賞20日 卵大
 110g×2 **230円**(税込**248円**)
 豆乳(国内産) [放] 不検出<4.1<4.4



よつ葉乳業(北海道・音更町)
192 よつ葉
 シュレッドチーズ
 よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モッツアレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。
 冷蔵 賞90日 乳
 250g **575円**(税込**621円**)
 生乳(北海道)



創健社(神奈川県・横浜市)
193 べに花
 ハイプラスマーガリン
 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。
 冷蔵 賞乳大
 180g **290円**(税込**313円**)



サツラク農協(北海道・札幌市)
194 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 **455円**(税込**491円**)
 生乳(北海道)

大豆加工品

おかべや



おかべや(神奈川県・相模原市)
195 おかべや 宴もめん
196 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。
 冷蔵 賞届いて3日 大
 330g **189円**(税込**204円**)
 大豆(熊本県)

丸和



丸和食品(東京都・練馬区)
199 もめん豆腐
200 きめ豆腐
203 手揚げ油揚げ
 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
 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
 冷蔵 賞届いて3日 大
 2枚 **220円**(税込**238円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出<1.6<1.7



おかべや(神奈川県・相模原市)
197 おかべや きめ生揚げ
 北海道産大豆・天然にがり100%使用。風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。
 冷蔵 賞届いて3日 大
 2個 **280円**(税込**302円**)
 大豆(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
198 おかべや
 白ごま葛とうふ
 白ごまと葛粉、鰹だし、粗糖、塩を昔ながらの直火で練り上げた風味豊かなごまとうふ。
 冷蔵 賞届いて3日
 100g **328円**(税込**354円**)
 葛粉(鹿児島県)

組合員さんからの
 お便り
 若かりし頃、営業時代に神楽坂の甘味処でよく食べていた美味しいうとうふの味なんです。コクがあって、風味豊かで大好きです。濃厚なので1/4サイズで満足。上にちよんこんとわさびを乗せて、めんつゆをかけるのが私のおすすめの食べ方です。(松江市・Kさん)



丸和食品(東京都・練馬区)
201 ミノもめん豆腐
202 ミノきめ豆腐
 1丁150gの豆腐を2丁1組にした使い切りタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。
 冷蔵 賞届いて4日 大
 150g×2 **180円**(税込**194円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2
 冷蔵 賞届いて4日 大
 150g×2 **175円**(税込**189円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



丸和食品(東京都・練馬区)
204 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



JAやさと(茨城県・石岡市)
208 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 小
 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)
209 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 小
 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)
210 遊作納豆
 (タレ・カラシ付)
 茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。
 冷蔵 賞9日 米大 小
 80g **206円**(税込**222円**)
 大豆(茨城県) [放] 197Cs=3.7



丸和食品(東京都・練馬区)
205 きざみ揚げ(冷凍)
 2袋
 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。
 凍大 100g×2 **416円**(税込**449円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.9



丸和食品(東京都・練馬区)
206 一口厚揚げ
 厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。
 冷蔵 賞届いて3日 大
 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)
207 お好み風がんも
 国産大豆使用の豆腐生地に、具材をたくさん加え、一番搾り菜種油で揚げました。さっと焼いても、煮物でも。
 冷蔵 賞届いて5日 大
 5個 **270円**(税込**292円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出<1.6<1.6



登喜和食品(東京都・府中市)
211 十勝の息吹 大粒2P
 (タレ・カラシ付)
 北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。
 冷蔵 賞9日 米大 小
 40g×2 **172円**(税込**186円**)
 大豆(北海道)



登喜和食品(東京都・府中市)
212 黒生てんべ
 ゆでた北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させ、全体が白い菌糸に覆われています。癖がなく甘みがあります。
 冷蔵 賞11日 米大
 100g **350円**(税込**378円**)
 大豆(北海道)



白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町)
213 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

日配品



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)
214 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)
215 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

そのままはもちろん、炊き込みご飯にも

焼いて食べるのも美味しいですが、炊飯器にお米と一緒に... 炊き込みご飯にすると、たけのこの風味が引き立ちます。



丸和食品 (東京都・練馬区) 216 竹の子がんとも 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。



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 225 やさと半熟たまご (温玉) 非遺伝子組換え飼料で育てたやさと産の産卵鶏を温泉たまごにしました。



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 231 江戸前で! 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。

そのまま、オープンなどで少し温めたり焼いても



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市) 237 こだわりさつま揚げ(磯の香) すけそうだら、いとよりだいのすり身に鹿児島産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。



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市) 239 長崎 いわし団子 いわしやあじを主原料の無リンすり身にいわしほくし身を加え、合わせ味噌でいわしの風味を活かしました。汁物に入ると良いダシが出ます。



沖繩・伊平屋島の良質なもすくです。塩抜きする必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。



ニューオークボ(千葉県・柏市) 221 生スパゲティ 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。



三陸べっぴんわかめ 三陸の外洋産。薄く、シャキシャキしながらも軟らかく、程よい歯ごたえが特長の塩蔵わかめ。



たけのこ水蒸 (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。



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。



ニューオークボ(千葉県・柏市) 222 生フェットチーネ 茹で時間3分 原材料:小麦粉、食塩、卵白粉



ニューオークボ(千葉県・柏市) 223 ほうれん草入り生フェットチーネ 茹で時間3分 原材料:小麦粉、食塩



ニューオークボ(千葉県・柏市) 224 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。味噌味スープを添付。



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 229 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。



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 230 ひじき五目煮 大豆、ひじき、こんにゃく、油揚げ、人参を、鰯節のダシをとって煮付けました。



高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 234 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。



高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 235 趙さんの味水キムチ 汁ごと食べる辛いキムチ、貝よりも汁がメインです。お届けてからも発酵が進みますので、お好みの酸味でお召し上がり下さい。



士別農園(北海道・士別市) 236 士別農園 三五八漬の素 自社栽培米から作った米こうじを使用した硬めの漬床。野菜に適量ま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) 233 士別農園 福神漬 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。



高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 234 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。



高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 235 趙さんの味水キムチ 汁ごと食べる辛いキムチ、貝よりも汁がメインです。お届けてからも発酵が進みますので、お好みの酸味でお召し上がり下さい。



高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 243 笹かまぼこ 無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かま発祥の地である宮城の、昔ながらの笹かまの味が楽しめます。解凍後そのままどうぞ。



松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 240 焼ちくわ 無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、イトヨリダイ)を主原料にいわし魚露、食塩、みりんだけでシンプルな味わいに仕上げ焼き上げました。



松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 241 かに風味かまぼこ 無リンのスケソウダラすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚露で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。



高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 242 おとふ揚げ 5個175g 295円(税319円) すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 244 焼ちくわ 石巻港に水揚げされた小魚と北海道の無リンスケソウダラすり身を混ぜあわせ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわを作りました。



松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 239 長崎 いわし団子 5個140g 300円(税324円) いわし(国内産)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 245 ソフトはんぺん 4枚200g 395円(税427円) すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 246 ネギちりめん揚げ 100g 315円(税340円) すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 247 笹かまぼこ 5枚125g 340円(税367円) すけそうだら(北海道)

冷凍食品



イズックス (東京都・中央区)
247 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
248 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)

サラダやスープ、煮込み料理などに
 CO-OP
249 CO5種のお豆ミックス300g
 北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。
 凍 300g **262円**(税込**283円**)
 大豆 (北海道)

小分けパックで食べやすいめかぶです
250 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

ポテトサラダやコロケのベースとしてどうぞ
251 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)

揚げてお召し上がりください

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)
252 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。
 凍 14本420g **410円**(税込**443円**)
 小麦 (国内産)

ニッコー (神奈川県・大和市)
253 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 90g×3 **435円**(税込**470円**)
 大豆・鶏肉 (国内産)

おつまみにも!
 ニッコー (神奈川県・大和市)
254 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。電子レンジで温めて。
 凍 8個144g **345円**(税込**373円**)
 ごぼう (国内産)

秋川牧園 (山口県・山口市)
255 レバー入りミートボール
 栄養満点のレバー(割合約13%)を加えたミートボールです。お好みのソースで絡めたり、カレーやシチューの具としても。トースター、レンジで温めて。
 凍 400g **550円**(税込**594円**)
 鶏肉 (山口県、他)

ニッコー (神奈川県・大和市)
256 エビカツフライ
 魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めてお召し上がり下さい。
 凍 4個152g **380円**(税込**410円**)
 えび (インドネシア、ベトナム、タイ)

特
 ニッコー (神奈川県・大和市)
257 からあげ
 開放鶏舎で全植物性の飼料で育てた若鶏のムネ肉を、醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。トースター、レンジで。
 凍 150g **425円**(税込**459円**)
 鶏肉 (山口県、他)

秋川牧園 (山口県・山口市)
257 からあげ
 開放鶏舎で全植物性の飼料で育てた若鶏のムネ肉を、醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。トースター、レンジで。
 凍 150g **425円**(税込**459円**)
 鶏肉 (山口県、他)

秋川牧園 (山口県・山口市)
258 ピリ辛チキンバー
 持ちやすく食べやすい大きさのスティック状ナゲット。レッドペッパーが後を引く美味しさ。
 凍 8本150g **365円**(税込**394円**)
 鶏肉 (山口県、他)

秋川牧園 (山口県・山口市)
259 フライパンで簡単チキンバー
 秋川牧園の若鶏の手羽中を2つにカットして、食べやすいサイズにしました。味付きの衣をつけていますので、解凍後そのままフライパンで手軽に調理できます。
 凍 200g **429円**(税込**463円**)
 鶏肉 (国内産)

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

秋川牧園 (山口県・山口市)
261 チキンソースカツ
 厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで温めて。
 凍 150g **386円**(税込**417円**)
 鶏肉 (山口県、他)

特
 組合員さんからの
 お便り
 食が進みます!
 (つくば市:
 はらボンさんより)
**266 若鶏手羽元
 ゆずこしょう焼き**
 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 250g **450円**(税込**486円**)
 鶏肉 (山口県、他)

特
 ドリームフーズ (大阪府・八尾市)
262 神山鶏のばくばく餃子 (国産しそ入り)
 神山鶏を使用したばくば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 18g×20 **444円**(税込**480円**)
 キャベツ (国内産)

組合員さんからの
 お便り
 とてもおいしかったです。水餃子にして食べました。是非また取り扱ってください。
 (柏市・Yさん)

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

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

パイオニアフーズ (北海道・京極町)
265 ミニポテト オープントースター用
 北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。
 凍 500g **298円**(税込**322円**)
 じゃがいも (北海道)

西川食品 (和歌山県・紀の川市)
267 オムライス
 国内産のお米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを、牛乳を加えた玉子でふんわりと包みました。
 凍 180g×2 **479円**(税込**517円**)
 鶏卵・米 (国内産)

特
 ランチに
 夕食の一品に!
 3月から
 味を
 リニューアル
 大進食品 (神奈川県・横浜市)
269 マム 北海サーモン たっぷりグラタン
 オーガニックペンネマカロニと自家製ホワイトソースに、相性抜群の鮭とチーズがよく合います。
 凍 170g×2 **468円**(税込**505円**)
 牛乳 (国内産) [放]不検出 <3.2 <3.6

カラミンフーズ (東京都・新宿区) 2食入
270 キムチ屋の造る テグタン麺セット
 韓大(テグ)地方の郷土料理で辛味スープのうどんです。とろみがある本格的辛味ながら、辛さの中にも旨味を出し、のど越しのよい麺がマッチしています。(加工デンプン: 麺の3.5%)
 凍 麺170g×2 スープ47g×2 **470円**(税込**508円**)
 小麦 (国内産)

カラミンフーズ (東京都・新宿区) 2食入
271 アジア薫るグリーンカレー
 パンチの効いた辛さ、ココナッツミルクのまろやかさ、ハーブの風味が癖になる味わい。レンジ又は湯煎して。
 凍 160g×2 **580円**(税込**626円**)
 ココナッツ(タイ)、鶏肉(国内産)

特
 目玉焼きを添えて
 混ぜながら食べるのが本場流
 カラミンフーズ (東京都・新宿区) 2食入
274 アジア薫るガバオ丼 (鶏肉のバジル炒め)
 赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。
 凍 100g×2 **389円**(税込**420円**)
 鶏肉(国内産)

具だけでなく衣もこだわりの国産でカリッとサクッ!
 カインズ (神奈川県・秦野市) 6種×3本
268 バラエティー串揚げセット
 北海道産のペビーホタテ、柔らかいイカ、鶏むね肉、エリンギ、カボチャ、ねぎまど6種類の具材を丁寧に一本一本手作業で串刺しました。衣は国産小麦粉と国産無添加パン粉のみ。揚げて、お好みの味でどうぞ。
 凍 6種×3本 **926円**(税込**1000円**)
 ペビーホタテ、いか、鶏肉、エリンギ、かぼちゃ、豚肉、長ネギ(全て国内産)

カラミンフーズ (東京都・新宿区) 2食入
272 食べる ユッケジャンスープ
 牛肉・野菜・トック(韓国風のもち)が入った辛味のあるスープ。様々な素材の旨味が絡み合う濃厚な味わい。湯煎して。
 凍 250g×2 **599円**(税込**647円**)
 牛肉(国内産)

カラミンフーズ (東京都・新宿区) 2食入
273 ビビンバの具
 国産野菜と国産牛肉を使用した「ビビンバの具」です。湯煎後ご飯にかけてどうぞ。国産味噌のコチュジャン使用。
 凍 100g×2 **448円**(税込**484円**)

カラミンフーズ (東京都・新宿区) 2食入
274 アジア薫るガバオ丼 (鶏肉のバジル炒め)
 赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。
 凍 100g×2 **389円**(税込**420円**)
 鶏肉(国内産)



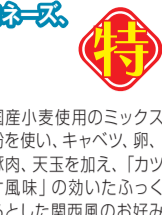
シマダヤ (東京都・渋谷区)
275 冷凍 稲庭うどん (5食入)
 国産小麦粉使用。のごごしのよさと強いコシを兼ね備えたゆで麺。1食分をさらに半分にできる切り込み付き。
 凍 200g×5 **408円(税込441円)**
 小麦 (国内産)



ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)
276 讃岐かき揚げうどん (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 2食560g **420円(税込454円)** 通常税込464円
 小麦 (国内産)



国産小麦使用のミックス粉を使い、キャベツ、卵、豚肉、天玉を加え、「かつお風味」の効いたふっくらとした関西風のお好みに仕上げました。お皿に移しラップをしないで(500w)約5~6分程度加熱して下さい。
 カインズ (神奈川県・秦野市)
279 関西風お好み焼き (2枚)
 凍 卵 大小 160g×2枚 **526円(税込568円)** 通常税込579円
 小麦 (北海道)、キャベツ (福岡県)



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)
280 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よもぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包み込みました。自然解凍で。
 凍 4本180g **400円(税込432円)**
 よもぎ (国内産)



カインズ (神奈川県・秦野市)
281 大判焼き 小倉 (5個入)
 皮は国産小麦主体に砂糖、米粉、重層、塩のみをブレンドしたミックス粉で、餡は十勝産小豆にこだわった、ボリュームのある今川焼です。
 凍 85g×5個 **430円(税込464円)**
 小麦粉 (北海道、九州)



国産の上新粉、もち米粉をベースにした白玉団子6個と北海道産小豆のぜんざいを合わせた一人前(100g)パックが5袋入っています。(注)レンジ使用時は必ず容器に移してください。
 ニッキー (神奈川県・大和市)
282 豆乳カステラ (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 卵 大小 5切 **324円(税込350円)** 通常税込362円
 大豆 (国内産)



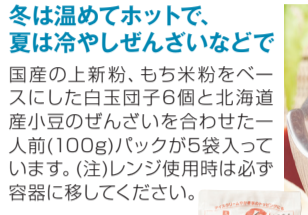
ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)
277 関西風きつねうどん (2食入)
 国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。
 凍 2食520g **320円(税込346円)**
 小麦 (国内産)



大進食品 (神奈川県・横浜市)
278 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグ お惣菜セット (2食入)
 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 230g **690円(税込745円)** 通常税込756円
 鶏ひき肉・れんこん (徳島県)



丸さんまんじゅう (佐賀県・佐賀市)
283 冷凍白玉ぜんざい (5袋500g)
 冷凍白玉ぜんざい、美味しかったです。(取手市・Nさん)
 凍 米 大 5袋500g **590円(税込637円)** 通常税込648円
 小豆 (北海道)



組合員さんからの便り
 冷凍白玉ぜんざい、美味しかったです。(取手市・Nさん)



伊藤商店 (愛知県・武豊町)
286 傳右衛門 生みそ (豆) (500g)
 国産丸大豆と豆麹だけで作った3年熟成の赤みそ。他のみそと合わせてみそ汁に使うとおいしさが増します。
 冷 500g **800円(税込864円)**
 大豆 (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



やまこみそ (茨城県・守谷市)
284 やまこ味噌 (濃・中辛) (1kg)
 国産原料を使用し、1年熟成させた。塩分11%。原材料:米、大豆、塩
 冷 120日 米 大 1kg **600円(税込648円)**
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5



やまこみそ (茨城県・守谷市)
285 やまこ味噌(麦みそ) (1kg)
 国産麦使用、風味豊かです。塩分11%。原材料:大麦、大豆、塩
 冷 120日 大 1kg **540円(税込583円)**
 大麦 (国内産)



伊藤商店 (愛知県・武豊町)
286 傳右衛門 生みそ (豆) (500g)
 国産丸大豆と豆麹だけで作った3年熟成の赤みそ。他のみそと合わせてみそ汁に使うとおいしさが増します。
 冷 150日 大 500g **800円(税込864円)**
 大豆 (国内産)



海はいのち (長崎県・南島原市)
513 にっぽんの海塩 (500g)
 長崎県南島原周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。
 500g **250円(税込270円)**
 海水 (長崎県)



海はいのち (長崎県・南島原市)
515 海はいのち 海塩 (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。
 240g **598円(税込646円)**
 海水 (伊豆大島近海) [放] 不検出 <1.9 <1.6

石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原材料:大豆、小麦、塩 ※アルコール添加はしていません。
 沼屋本店 (茨城県・つくば市)
287 常総寒仕込みしょうゆ (火入れ) (500ml)
 大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

2年間杉桶で発酵熟成させた天然醸造醤油から、食塩のみ50%カット。
 前日OK!
 竹木醤油 (埼玉県・川島町)
527 金笛減塩醤油 (600ml)
 大豆 (国内産、アメリカ、カナダ)

2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただしの素。
 前日OK!
 竹木醤油 (埼玉県・川島町)
529 金笛 春夏秋冬だしの素 (1L)
 大豆 (国内産、アメリカ、カナダ)

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

産直卵となたねサラダ油を使った、マイルドな全卵タイプのマヨネーズ。たんぱく加水分解物使用。
 前日OK!
 ユニオンソース (栃木県・日光市)
533 マヨネーズ (500g)
 なたね (オーストラリア)

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



393 採ってそのまま生めかぶを使って めかぶで、九州とろろご飯 (利根町:1さん)

手にはいたら、毎日食べてます!九州地方で「とろろごはん」と言います。

① めかぶの芯をとり、両サイドのふりふりを水洗いした後、ザルにとり熱湯をたっぷり素早くかけます(鮮やかなグリーンになる)
 ② めり目がなくないうちに、素早くミキサーで攪拌してとろとろにします
 ③ ②にお好みでだし(お好みで酢を入れたり)を加え、ご飯にかけます

ゆず&かぼすのダブル果汁に、経節だしと昆布だしをプラス。本醸造再仕込み醤油と、純米富士酢使用。
 飯尾醸造 (京都府・宮津市)
289 富士ゆずぽん酢 (360ml)
 ゆず (徳島県)、かぼす (大分県)

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

無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、kokoroのある純米酢に仕上げました。
 前日OK!
 飯尾醸造 (京都府・宮津市)
518 純米富士酢 (500ml)
 米 (京都府)

契約栽培による樹上完熟のスターキングを使用。1年以上熟成して瓶詰めしました。
 前日OK!
 太田酢店 (福島県・須賀川市)
290 りんご酢 (360ml)
 りんご (福島県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

お料理の隠し味として欠かせません。
 前日OK!
 日本生協連合会
502 CO虹の宴 料理酒 (900ml)
 米 (国内産)

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!
 日本生協連合会
507 CO本みりん (1L)
 もち米 (タイ、他)

300日以上長期熟成と、三河伝統製法で作った本みりん。
 前日OK!
 相生ユニオ (愛知県・西尾市)
506 三河伝統製法「古式本みりん」 (500ml)
 米 (愛知県)

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

**おいしい米粉が
コンセントです**



おきたま興農舎 (山形県・高島町)

291 ライスフラワー (米粉)
お菓子やパン作りに使えるように微粒粉末に加工しました。通常使われるくす米ではなく正米として使えるお米を使用しました。

500g **600**円(税込**648**円)
うるち米 (山形県)



江別製粉 (北海道・江別市)

621 薄力粉 (北海道産小麦使用)
北海道産小麦から。品種は北海道産の「ホクシン」。

1kg **330**円(税込**356**円)
小麦 (北海道)



江別製粉 (北海道・江別市)

618 強力全粒粉 (北海道産小麦使用)
北海道産のハルコタカ、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、砂糖は使っておりませんので、お好みで甘味を加えて。

400g **350**円(税込**378**円)
小麦 (岐阜県)

適量出せる便利なボトル
国産のりんご、トマト、玉ねぎ、人参、セロリをじっくり煮込み、12種類のスパイスで仕上げた濃厚ソース。化学調味料、着色料不使用。



ポールスタア (東京都・東村山市)

537 国産(野菜・果実)とんかつソース

200g **330**円(税込**356**円)

東京都東村山市の町おこしとして開発された焼そばソース。ウスターソースにイカ墨、黒酒、香辛料を加えて旨みを引き出しました。



ポールスタア (東京都・東村山市)

292 東村山黒焼そばソース

200ml **450**円(税込**486**円)

茹で時間目安12~13分



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)

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)

茹で時間目安7~8分



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)

国内産完熟トマトを100%使用して作りました。トマトの味を生かした煮込み料理などに。



ユニオンソース (栃木県・日光市)

536 トマトピューレ

200g **290**円(税込**313**円)
トマト (国内産)

きざみ野菜入りで、いろいろな料理に使えます



信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。

ナガノトマト (長野県・松本市)

535 国産つぎ野菜入り信州生まれのケチャップ

295g **320**円(税込**346**円)
トマト (長野県)

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料など



国産油脂原料である米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でさらっとくせのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでいます。ビタミンE、植物ステロール、γオリザノールやトコリエノールなども含んでいます。

ポーソー油脂 (千葉県・船橋市)

293 米油

910g **698**円(税込**754**円)
米糠 (国内産)



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を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。

100g **180**円(税込**194**円)
かたくちいわし (国内産) [放] 不検出<4.0<4.0

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。



東京かじの (東京都・小平市)

637 国産の十割そば

200g **480**円(税込**518**円)
そば (北海道)

便利なチャック付き



金庄 (千葉県・船橋市)

295 徳用 干菜産石焼のり
草の目がタテ目に入っているのが干菜のりの特長。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



ポールスタア(東京都・東村山市)

296 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



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)

料理に風味を持たせます。



米澤製油 (埼玉県・熊谷市)

550 ごま油

450g **990**円(税込**1069**円)
胡麻 (ナイジェリア、他)



かねの水産 (千葉県・大網白里市)

571 煮干
生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干しし、冷風乾燥させました。

200g **400**円(税込**432**円)
かたくちいわし (国内産) [放] 不検出<4.0<4.0



コタニ (岩手県・大船渡市)

297 万能汁物の具
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。

30g **380**円(税込**410**円)
わかめ (岩手県) [放] 不検出<4.1<4.3

15~20分しっかりと水戻ししてからお使いください



無茶々園 (愛媛県・西予市)

298 無茶々園の乾燥大根葉
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の葉を刻んで天日で乾燥させました。

20g **255**円(税込**275**円)
大根 (愛媛県)



リアス (千葉県・船橋市)

589 きざみ昆布
日高昆布を細かくきざんであります。数分で煮上がります。

30g **298**円(税込**322**円)
昆布 (北海道)



リアス (千葉県・船橋市)

557 だし昆布(カット)
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 **390**円(税込**421**円)
昆布 (北海道)

厳選した胡麻原料を強く煎り、胡麻特有の香りをより引き出した胡麻油です。



九鬼産業 (三重県・四日市市)

299 九鬼純正胡麻油 こいくち

340g **580**円(税込**626**円)
胡麻 (ナイジェリア、他)



コタニ (岩手県・大船渡市)

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

50g **600**円(税込**648**円)
わかめ (岩手県) [放] 不検出<3.5<3.5



リアス (千葉県・船橋市)

301 切干大根
宮崎県産。大根の栄養がぎっしりつまっています。酢の物、煮物、炒め物、味噌汁の具にと広く使って下さい。

60g **270**円(税込**292**円)
大根 (宮崎県)



コタニ (岩手県・大船渡市)

594 田舎グルメ
宮崎産切干大根に、人参、岩手産わかめ、北海道・道南産のダシの出る真昆布を加え、サラダ用に仕上げました。

40g **365**円(税込**394**円)
大根 (宮崎県)



リアス (千葉県・船橋市)

591 桜えび
駿河湾産の無着色桜えびです。強い旨みをもっているため、料理の味を引き立てます。

6g **480**円(税込**518**円)
桜えび (駿河湾) [放] 不検出<4.5<4.4



伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

572 こだわりのだしパック
かつお節の良品を砕いたものに、細かくしたい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。

8g×18 **575**円(税込**621**円)
かつお (静岡県) [放] 不検出<2.9<2.7



創健社 (神奈川県・横浜市)

302 オニオンスープ
淡路島産のたまねぎをじっくりローストした、野菜の旨みが詰まったスープです。

6g×4 **491**円(税込**530**円)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

303 南高梅干(白)
豊かな香りと果皮、果肉の軟らかさを生かして、うす味で仕上げた白梅干です。漬込塩分15%。

160g **550**円(税込**594**円)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

304 無かんすいラーメンしょうゆ5袋
かんすい、酸化防止剤なし。揚げ油は植物油100%。スープに化学調味料、たんぱく加水分解物不使用。

99g×5 **670**円(税込**724**円)
小麦 (北海道)



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 **670**円(税込**724**円)
小麦 (北海道)



日本生協連合会

677 COライトツナフレーク まぐろ油漬70×3
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×3 **380**円(税込**410**円)
きはだまぐろ (タイ、他)



藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

305 国産百花はちみつ
ミツバチが国内のいろいろな花から集めたはちみつです。まろやかな味で食べやすいです。

150g **800**円(税込**864**円)
はちみつ (国内産)



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め。

1kg **1600**円(税込**1728**円)
はちみつ (アルゼンチン)

焼いたお餅にも
ホットケーキや



ポールスタア (東京都・東村山市)

306 桃花林 大学いものたれ
水あめ、砂糖、しょうゆ
【大】
たれ100g×3袋 **200円**(税込**216円**)



ポールスタア (東京都・東村山市)

307 おばあちゃんの油なすのたれ
炒めたなすにからめるだけで、手軽に一品が完成します。好みでピーマンを加えて。
【大】
100g×2 **220円**(税込**238円**)



けんこう舎 (東京都・調布市)

603 ごま和えの素
ごま、砂糖、和風だしが調味されています。茹でた素材にまぶすだけ。乾燥タイプ。
【大】
8g×6 **230円**(税込**248円**)



ポールスタア (東京都・東村山市)

308 桃花林 棒棒鶏ソース
【大】
215g **370円**(税込**400円**)



日本生協連合会

670 CO フルーツみつ豆
205g×3 **465円**(税込**502円**)



無茶々園 (愛媛県・西予市)

309 無茶々園れもんストレート果汁
【大】
150ml **535円**(税込**578円**)
レモン (愛媛県)

菓子

前日OK! は
保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで



大興食品 (東京都・豊島区)

310 動物自然派ビスケット
原材料:小麦粉、砂糖、植物性油脂(パーム油、米油)、練乳、塩、重曹
【大】
140g **148円**(税込**160円**)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.8



太田油脂 (愛知県・岡崎市)

691 国産やさいのポーロ
原材料:ばれいしょでん粉、てんさい糖、卵黄、国産小麦粉、脱脂粉乳、かぼちゃ粉末、にんじん粉末
【大】
15g×4 **195円**(税込**211円**)
じゃがいも (国内産)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

313 きらず揚げ しょうゆ
原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、粉末醤油、食塩、膨張剤(重曹)
【大】
160g **270円**(税込**292円**)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.6



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

314 きらず揚げ 黒ごま
原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒ごま、食塩、膨張剤(重曹)
【大】
160g **270円**(税込**292円**)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.9



大興食品 (東京都・豊島区)

317 黒蜜カステラ
原材料:卵、三温糖、国産小麦粉、黒糖、蜂蜜
【大】
6枚 **290円**(税込**313円**)
黒糖 (沖縄県) [放] 不検出 <3.0 <3.5

今回のみ



精華堂穀本舗 (東京都・江東区)

311 鯉のぼりあられ(青)
原材料:有機もち米(国産)、有機醤油(国産大豆、国産小麦を含む)、有機砂糖、有機白醤油(大豆、小麦を含む)、有機植物油、みりん、アオサ、海苔、昆布、かつお節
【大】
25g×2 **390円**(税込**421円**)
もち米 (国内産)



精華堂穀本舗 (東京都・江東区)

312 鯉のぼりあられ(赤)
原材料:有機もち米(国産)、有機砂糖、有機醤油(国産大豆、国産小麦を含む)、有機白醤油(大豆、小麦を含む)、有機植物油、みりん、アオサ、海苔、かつお節、食塩、クエン酸
【大】
25g×2 **390円**(税込**421円**)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

315 きらず揚げ 黒砂糖 4連
原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒砂糖、食塩、膨張剤(重曹)
【大】
20g×4 **230円**(税込**248円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

316 きらず揚げ しお 4連
原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)
【大】
20g×4 **230円**(税込**248円**)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.3



まさだ (千葉県・八街市)

318 バターピー (ほそ美)
原材料:落花生、フレッシュバター、植物油(パーム核油)、食塩(原材料の一部に大豆を含む)
【大】
120g **420円**(税込**454円**)
落花生 (千葉県) [放] 不検出 <3.7 <3.7



まさだ (千葉県・八街市)

322 うす皮煎り落花生
うす皮がついたまま塩水につけ味付け。香ばしくて止まらないおいしさです。原材料:落花生、食塩
【大】
170g **680円**(税込**734円**)
落花生 (千葉県) [放] 不検出 <3.8 <4.2



ノースクラス (北海道・札幌市)

319 純国産北海道パリパリ昆布
原材料:昆布、砂糖大根糖、米黒酢、さんま魚醤、昆布だし、かつおだし、しいたけだし
【大】
22g **315円**(税込**340円**)
昆布 (北海道)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

320 ぱりまる プレーン
原材料:水煮大豆、米粉、おから、砂糖、食塩
【大】
20g×3 **280円**(税込**302円**)
大豆 (国内産)



大興食品 (東京都・豊島区)

321 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(甘酒)、醸造アルコール、もち米、米粉、ベーキングパウダー(アルミ不使用)
【大】
6個 **278円**(税込**300円**)
小麦粉 (国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)

709 ごま入り 味付けいりこ
原材料:片口いわし、砂糖(三温糖)、水飴、ごま
【大】
2.5g×12 **260円**(税込**281円**)
片口いわし (瀬戸内海) [放] 不検出 <4.1 <4.7



サンコー (愛知県・豊橋市)

700 小魚せんべい
原材料:馬鈴薯澱粉、醤油、小魚(カタクチイワシ)、みりん、えび、胡麻(黒いりごま、白すりごま)、食塩、粗糖、アオサ、酵母エキス
【大】
60g **180円**(税込**194円**)
馬鈴薯澱粉 (国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.5



まさだ (千葉県・八街市)

322 うす皮煎り落花生
うす皮がついたまま塩水につけ味付け。香ばしくて止まらないおいしさです。原材料:落花生、食塩
【大】
170g **680円**(税込**734円**)
落花生 (千葉県) [放] 不検出 <3.8 <4.2



ノースクラス (北海道・札幌市)

323 純国産北海道かぼちゃラスク
原材料:小麦粉、砂糖大根糖、バター、米油、かぼちゃ粉末、パン酵母、食塩
【大】
10枚 **380円**(税込**410円**)
小麦・かぼちゃ (北海道)



藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

324 はちみつキャンディー
レング蜂蜜を25%使用し、さっぱりとした甘さに仕上げました。原材料:砂糖、レング蜂蜜、水あめ、麦芽糖
【大】
80g **270円**(税込**292円**)
レングはちみつ (中国)



藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

327 マヌカはちみつ
抗菌性に優れたはちみつとして有名です。ニュージーランドのはじめヨーロッパでは医薬品としても使われています。
【大】
180g **6000円**(税込**6480円**)
はちみつ (ニュージーランド)

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



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

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



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

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



サンコー (愛知県・豊橋市)

692 はとむぎおこし
原材料:水飴、玄米、黒砂糖、麦芽糖、砂糖(てんさい糖含蜜糖)、はと麦、パーム油、イソマルトオリゴ糖、食塩
【大】
10枚 **208円**(税込**225円**)
はと麦(タイ、ラオス) [放] 不検出 <4.1 <4.2



大興食品 (東京都・豊島区)

325 豆乳入りカシューナッツコロ
原材料:カシューナッツ、甜菜糖、卵、豆乳(国産大豆)、膨張剤(重曹)
【大】
85g **220円**(税込**238円**)
カシューナッツ(インド、他) [放] 不検出 <3.5 <4.0



フジワラ化学 (愛媛県・西条市)

328 フジワラの青汁(粉末タイプ)
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。
【大】
3g×30包 **2850円**(税込**3078円**)
ケール (愛媛県)

液体洗濯用石けん。溶けやすいヤシ、パーム脂肪酸にコメ脂肪酸を配合。溶け残りの心配なし。柑橘系の香り。

ポーソー油脂 (東京都・中央区)

789 安心生活洗濯用液体石けん
【大】
1L **550円**(税込**594円**)

326 詰替用
900ml **390円**(税込**421円**)



ポーソー油脂 (東京都・中央区)

789 安心生活洗濯用液体石けん
【大】
1L **550円**(税込**594円**)

326 詰替用
900ml **390円**(税込**421円**)

パン

4月4回のみ自家製酵母パンLe-Lourdesはお休みとなります



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



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

おかべや天然パン工房

原材料:小麦粉(北海道)、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)
335 半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
336 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)
337 おかべや 素焼きパン
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、塩
1個 **515円**(税込**556円**)
小麦(北海道)

野菜ベニグル 専門店 いばらきベーグル

331 プレーンベーグル
原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
1個 **167円**(税込**180円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

332 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)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

333 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)

おかべや(神奈川県・相模原市)
338 おかべや いちじくカンパニユ
原材料:小麦粉(北海道)、干しいちじく、天然酵母、塩
1個 **350円**(税込**378円**)
小麦(北海道)、いちじく(トルコ)

おかべや(神奈川県・相模原市)
339 おかべや もっちり玄米五穀パン
原材料:小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち粟、もちきび、もち麦、ういろう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩
3個 **387円**(税込**418円**)
小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)
340 おかべや 豆乳ノースライスパン
(旧商品名:ノースライスパン)原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
1斤 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)

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
※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

お子様からお年寄りまで、家族みんなで楽しめます

346 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)

10個入り 1個あたり税込約65円

334 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 **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)
341 おかべや くるみのプチパン
原材料:小麦粉(北海道)、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)
342 おかべや 豆ぱん
原材料:小麦粉(北海道)、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)
343 おかべや おから甘食(ごま油使用)
原材料:小麦粉(北海道)、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹
3個 **412円**(税込**445円**)
小麦(北海道)

344 ダージリンティ(ティーバッグ)
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。便利なティーバッグタイプ。
1.8g×10包 **480円**(税込**518円**)
紅茶(インド)

蘭カスター(千葉県・千葉市)
345 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。
2g×30 **398円**(税込**430円**)
ジャスミン(中国)

創健社(神奈川県・横浜市)
753 丹沢サイダー
神奈川県中西部に広がる丹沢山系に湧くおいしい水からつくりました。甘さ控えめでさわやかな後味です。
250ml×30 **2400円**(税込**2592円**)
[放]不検出<3.3<4.0

三里塚物産(千葉県・成田市)
347 しそジュース(希釈用)
無農薬栽培のしそ、粗糖、醸造酢が原料。ポリフェノールを多く含みます。
210g **370円**(税込**400円**)
しそ(千葉県) [放]不検出<3.2<3.9

三里塚物産(千葉県・成田市)
348 無農薬のにんじんジュース100%
320g **450円**(税込**486円**)
人参(千葉県) [放]不検出<3.6<4.1

岩崎さん、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。

童仙房茶舗(京都府・南山城村)
349 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)

長野興農(長野県・長野市)
351 信州りんごジュース(シナノスイート)
長野県産のオリジナル品種であるシナノスイートのみを使用しております。シナノスイートはふじとつがるの交配によって生まれました。果実本来の風味を変化させてしまう酸化防止剤不使用。
160g×6 **740円**(税込**799円**)
りんご(長野県)

エチゴビール(新潟県・新潟市)
353 エチゴビール ビルスナー
350ml **266円**(税込**287円**)
麦芽(デンマーク、ドイツ)、ホップ(チェコ)

エチゴビール(新潟県・新潟市)
760 エチゴビール スタウト(黒ビール)
350ml **266円**(税込**287円**)
麦芽(デンマーク、フランス)

岩泉の雑穀

岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)
355 アマランサス(岩泉産)
小麦や米に比べてたんぱく質や鉄、カルシウム、リンなどのミネラルが豊富。お米に2割程度混ぜて炊いて。
200g **465円**(税込**502円**)
岩手県 [放]不検出<1.0<1.0

岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)
356 えごま(じゅうね・岩泉産)
えごまの種子。煎ってすりつぶし、砂糖、醤油、味噌等で味を調え、もちやだんごにつけてどうぞ。
200g **420円**(税込**454円**)
岩手県 [放]不検出<0.6<0.5

童仙房茶舗(京都府・南山城村)
350 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)

長野興農(長野県・長野市)
352 信州りんごジュース(シナノゴールド)
長野県産のオリジナル品種であるシナノゴールドのみを使用しております。シナノゴールドはゴールデンリシャと千秋の交配によって生まれました。果実本来の風味を変化させてしまう酸化防止剤不使用。
160g×6 **740円**(税込**799円**)
りんご(長野県)

群馬県榛名山麓で生産された白加賀梅を、独自の製法で漬込みました。原材料にはちみつを含みます。
354 蔵出しまるやか梅酒
1ℓ **640円**(税込**691円**)
梅(群馬県) [放]不検出<3.5<2.8

地元で契約栽培のさつまいも(コガネセンガン)、米、黒麹で仕込み、素焼きの麹で熟成させた本格焼酎。
761 小正謹醸 いも焼酎25
720ml **1210円**(税込**1307円**)
さつまいも(鹿児島県)

岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)
357 きび(岩泉産)
白米と混ぜて炊くとほのかな甘みと香りが加わり、黄金色の綺麗なご飯になります。卵のようなコクのある味。
200g **380円**(税込**410円**)
岩手県 [放]不検出<0.6<0.6

岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)
358 無農薬のにんじんジュース100%
320g **450円**(税込**486円**)
人参(千葉県) [放]不検出<3.6<4.1

今週のイチオシ!

低温でじっくりじっくり煎り上げた 香ばしさとうまみがたっぷり



農薬を使わずに育てた大麦を、低温でじっくりと煎った麦茶です。色は淡いですが、しっかりとしたコクとうまみを感じられます。漢方では、大麦は余分な熱を冷ますといわれています。これからの時季の水分補給にどうぞ。

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
725 低温焙煎 庄内の麦茶
500g **450円**(税込**486円**)
大麦 (山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.5



無農薬の大麦を低温でじっくり煎り上げた麦茶。1袋から2Lを約5回煮出せます。〈同一製造ライン上で大豆と米の使用あり〉

無農薬・無化学肥料で丹精込めました サラダや和えものに大活躍!

葉の様子が海藻の「ひじき」に似ていることから「ひじき」と名づけられました。シャキシャキの食感とクセのない味わいで、サラダや和えものに大活躍。カルシウム、リン、鉄分など多く含む為、健康を維持するのにもとても役立つ野菜です。



おきたま興農舎・丹野さん達 (山形県・高島町)
358 おかひじき
100g **184円**(税込**199円**)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0

素材にこだわった手わざのキムチ じっくり煮だした5種の魚介だし

祖母の代から伝わる本場韓国の味を守りながらも、地域とのつながりを大切に、地元産の原料を優先して使うキムチ作りを続けてきました。うまみの秘密はホタテのひも、スルメ、エビ、カツオ節、昆布などを煮出しただし。甘みの強い唐辛子を使い、辛さは控えめ。味わい深いキムチです。



こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の葉と、白菜を漬けた本格発酵キムチ。
趙さんの味 (宮城県・仙台市)
392 趙さんの味 はさみ込みキムチ
冷 14日 米 え
350g **530円**(税込**572円**)
白菜 (国内産)

美しい海で育った『もずく』

さっぱり味で これからの季節にオススメ

伊平屋島は、沖縄最北端にあり、「沖縄原風景の島」と言われるほど自然豊かな離島です。そんな美しい海で育ったもずくを純米酢や丸大豆醤油等でさっぱりと味付けしました。



浜食 (東京都・調布市)
359 味付もずく
冷 15日 米 大 小 200g **265円**(税込**286円**)
もずく (沖縄県)

採ってそのままシリーズ最終

独特の食感と磯の香りを楽しんで

めかぶは、わかめの根本部分。コリコリとした食感が快く、磯の香りが豊か。生長点であり、胞子を出す部分であるため栄養も豊富です。冷凍や味付けしたものは通年出荷しますが、生のものは今の時季しか食べられません。



リアス (千葉県・船橋市)
393 採ってそのまま生めかぶ
冷 5日 250g **410円**(税込**443円**)
めかぶ (宮城県) [放] 不検出 <0.5 <0.3

無塩発酵バターと粗製糖で味付け



いばらきベーグル (茨城県・常総市)
360 ベーグルラスク (種類おまかせ)
冷 20日 米 大 小 35g **250円**(税込**270円**)
小麦 (北海道)

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 **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
365 白米 5kg **3500円**(税込**3780円**)
366 玄米 5kg **3200円**(税込**3456円**)
367 7分 5kg **3500円**(税込**3780円**)
368 5分 5kg **3500円**(税込**3780円**)
369 白米 2kg **1400円**(税込**1512円**)
黒澤さん (宮城県・涌谷町)

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

鯉淵学園のコシヒカリ
363 白米 5kg **1980円**(税込**2138円**)
364 玄米 5kg **1885円**(税込**2036円**)
鯉淵学園 (茨城県・水戸市)

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

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)
370 荒井さんのもち米
冷 2kg **1280円**(税込**1382円**)
千葉県

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

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)

自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎)
372 白米用 雑穀セット
500g **1048円**(税込**1132円**)
[放] 不検出 <0.5 <0.5

ハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちあわ、ひえ(全て国内産)

373 玄米用 雑穀セット
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) JA やさと 鯉淵学園	コシヒカリ	最高値0.2Bq/kg	最高値0.4Bq/kg
			不検出	0.3Bq/kg
			0.3Bq/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)

お買い得
G.W.前に買っておこう
ボリュームパック 企画

原材料：小麦粉（国内産）、マーガリン、液全卵、上白糖、ショートニング、ブドウ糖、パネトーネ種、パン酵母、油脂加工食品、食塩、乳等を主要原料とする食品、モルトエキス/乳化剤、香料、酸化防止剤（V.E）、安定剤（ペクチン）、着色料（アナトー）

人気のクロワッサンを20個入りでお届け
パネックス（長野県・伊那市）
376 内麦クロワッサン 20個入
賞45日 卵乳米大豆 20個 **1150円** (税込 **1242円**)
小麦（国内産） [放] 不検出 <4.3 <4.2

煮付、バジル&オリーブオイル漬などに!
インドネシア船箱のまぐろ延縄船で漁獲し船内で急速凍結したばしょかじきを国内で切身加工しました。
東北トクスイ（宮城県・塩釜市）
380 徳用 かじき切身 10切
凍 賞180日 10切500g **924円** (税込 **998円**) 通常税込 **1026円**
ばしょかじき（インドネシア）

もうすぐ5月の節句です (来週も同じ価格で企画予定)

特
岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）
芽吹き屋 柏もち **384 (こし)** 6個入
凍 米 6個300g **540円** (税込 **583円**) 通常税込 **594円**
小豆（北海道）

福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにお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 24缶
200ml×24 **1200円** (税込 **1296円**) 通常税込 **1344円**

文旦(ザボン)の枝変わりとなされ、果肉は軟らかく多汁。苦味が少しありますが食味は良好です。農業3回まで。
無茶々園（愛媛県・西予市）
377 無茶々園のジュシーフルーツ (河内晩柑) 3kg **1420円** (税込 **1534円**) 通常税込 **1560円**
愛媛県

お徳2袋
青森県、秋田県産大豆使用。消泡剤を使わず、にがりで固めた日持ちする豆腐。
丸和食品（東京都・練馬区）
381 絹とうふ(充填豆腐)2袋セット 冷 賞30日 大 (300g×3)×2 **748円** (税込 **808円**) 通常税込 **853円**
大豆（青森県、秋田県） [放] 不検出 <3.6 <3.4

特
北海道産小豆の餡を、国産の上質な上新粉を使ったコシのある生地で包みました。常温で自然解凍して。
岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）
385 (粒あん) 6個300g **540円** (税込 **583円**) 通常税込 **594円**

特
岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）
386 芽吹き屋 柏もち(みそあん) 6個入
凍 米 大 6個300g **540円** (税込 **583円**) 通常税込 **594円**
米（国内産）

特
長野県産りんご「ふじ」を100%使用のストレート果汁。酸化防止剤等一切添加していません。
長野県農（長野県・長野市）
374 信州りんごジュース 成分無調整 20缶
160g×20 **1950円** (税込 **2106円**)
りんご（長野県）

シーズン最終
江川農園（神奈川県・小田原市）
378 江川さんのクワイフルーツ 1kg(10~12玉) **730円** (税込 **788円**) 通常税込 **815円**
神奈川県

お徳2パック
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。たっぷり使える2袋セットでお届け。
ヒッコリー（神奈川県・大和市）
382 徳用北京餃子 2パック 15個×2 (18g×15)×2 **768円** (税込 **830円**) 通常税込 **864円**
豚肉（国内産）

端午の節句には欠かせません
華桔梗（愛知県・名古屋市中）
388 ちまき 4本入
凍 米 大 4本200g **450円** (税込 **486円**) 通常税込 **497円**
米（国内産）

特
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。
長野県農（長野県・長野市）
375 信州無塩野菜ジュース缶 30缶
190g×30 **2480円** (税込 **2678円**)
トマト（長野県）

お徳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。
田仲さん達（茨城県・桜川市）
379 つくば茜鶏 ムネモ唐揚げ用 2パック 凍 賞180日 250g×2 **930円** (税込 **1004円**) 通常税込 **1058円**
茨城県

特
シンプルな素材のピザ台に、オーガニックのトマトピューレ・ケチャップ等でゆっくり煮込んだ無添加で家庭的なピザソースを塗り、こだわりの北海道産シュレットチーズをトッピングしました。
カインズ（神奈川県・秦野市）
383 こだわりのピザ(プレーン)2パック 凍 賞180日 乳小 約180g(2枚入)×2 **1026円** (税込 **1108円**) 通常税込 **1140円**
小麦粉・シュレッドチーズ（国内産）

特
旬の筍を使った筍おこわを地元竹で包んだちまき。筍の風味と干し椎茸、油揚げの旨味が生きています。しらたかノラの会（山形県・白鷹町）
389 筍ちまき 3個 **590円** (税込 **637円**) 通常税込 **648円**
冷 賞15日 米 大 小 3個 **590円** (税込 **637円**) 通常税込 **648円**
筍（山形県）

お徳2個組
肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりときかせて家庭煮の味付けに。湯せんで温めると口が開けやすいです。
丸和食品（東京都・練馬区）
390 味付いなり揚げ 2個組 10枚×2 **738円** (税込 **797円**) 通常税込 **853円**
大豆（国内産） [放] 不検出 <0.9 <1.0

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記**
 - 4週に1回お届け 4週に3回お届け
 - 隔週お届け 毎週お届け
 - シーズン最終** 季節商品につき今回で最終
 - シーズン初** 今季初登場
 - 新** 新発売の商品
 - 特** 特別価格商品
- お届け時の温度帯**
 - 凍 冷凍品
 - 冷 冷蔵品
 - 表記のないものについては常温でのお届けです。
 - 農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。
- アレルギー表示**
 - 卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに
 - 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
 - ※コンタミネーションとは同じ工場アレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。
 - アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。
- その他**
 - 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。
 - は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。
 - は無農薬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。
- 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しょう!