

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・おうちゴハン!

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>



登録QRコードから  
ネット注文登録

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

2019年 11月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙11/ 提出	11	12	13	14	15
定番品11/ のお届け	18	19	20	21	22
特別企画品11/ のお届け	25	26	27	28	29



創健社(神奈川県・横浜市)

11 さば水煮2個組

190g(固形量140g) ×2 516円(税込558円) 通常税込584円

さば(長崎県、他)



岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

12 徳用 岩瀬さんの豚焼肉セット

冷(賞6日) 200g×3種 1180円(税込1274円) 通常税込1296円

茨城県

みんなで作ろう! お家で「絆巻き風」



黒澤さん(宮城県・涌谷町)

宮城・黒澤さんのコシヒカリ 白米

16 2kg

1298円(税込1402円) 通常税込1512円

17 5kg

3298円(税込3562円) 通常税込3780円

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

新米

無農薬

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

米

18 はねだし焼きのり 全型10枚×2袋

厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物の中から、小穴や破れ、縮みなどをはね出したもの。

(賞180日)

全型10枚 ×2袋 460円(税込497円) 508円

のり(有明海、瀬戸内海)

20g増量

価格はそのままで

20g増量

21 国内産冷凍あさり (增量)

熊本、愛知、三重、千葉の4产地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し、熟処理をして凍結しました。

さっと洗った後、冷凍のまま加熱調理してください。

(賞30日)

200g+20g 386円(税込417円)

あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

22 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。

(賞180日) 米大小

3枚 240g 598円(税込646円) 670円

さば(国内産)

23 800g

800g(7~9玉) 358円(税込387円) 430円

24 2kg

2kg 760円(税込821円) 842円

静岡県

[放] 不検出 <3.3 <4.0

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

【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。】

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。主原料産地もご参考ください。

・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(計測器でこれ以上測れないレベル)

インターネット注文受付中  
<http://www.coop-joso.jp>

QRコードから  
ネット注文登録

登録QRコードから  
ネット注文登録

## 農産

・地産地消が基本です。土づくりを大切に考える生産者の農産物です。  
・野菜についてはネオニコチノイド系農薬は使用しておりません。



特

## 27 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 167円(税込180円) 通常税込190円  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

## 28 浅野さんの人参

風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬使用は夜盗虫大量発生時のみ。

500g 165円(税込178円) 通常税込188円  
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.5

## 富有柿はシーズン終盤

今年の“訳あり”のご協力をお願いします

果実は大きく、歯ざわりの良さとその甘さで人気の柿。減農薬栽培。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

## 富有柿

33 約900g 390円(税込421円)

34 わけあり 1.8kg お得! 450円(税込486円)

奈良県

歯ざわりと甘さが人気です

お待たせしました! 人気の品種「ふじ」の登場です!



シーズン初

おきたま興農舎・本田さん達(山形県・高畠町)  
りんご(ふじ)  
35 3玉 特  
36 5kg  
2700円(税込2916円)  
[放] 不検出 <3.4 <4.8

濃厚な味わいが特徴です!



無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園の温州みかん

37 1kg

38 3kg

愛媛県

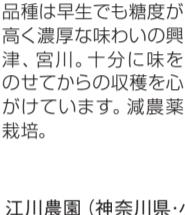


極早生に比べ、甘みが濃厚な味わいが特徴です。農薬は0~3回。

498円(税込538円)

1460円(税込1577円)

神奈川県



品種は早生でも糖度が高く濃厚な味わいの興津、宮川。十分に味をのせてからの収穫を心がけています。減農薬栽培。

江川農園(神奈川県・小田原市)

江川さんのみかん

39 1kg

40 5kg

山形県



みかん

315円(税込340円)

1550円(税込1674円)

[放] 不検出 <3.3 <4.2



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡町)

41 庄内柿(平核無柿)

産地にて脱渋してお届け。農薬は慣行栽培の半分以下、化学肥料を一切使用しない栽培方法で作りました。

約800g 462円(税込499円)

山形県

もっちりした食感と甘味が



麺類、お刺身、お肉にも♪

無茶々園(愛媛県・西予市)

46 無茶々園のゆず

皮を削ったり、果汁をしぼって香りと風味をお楽しみ下さい。はちみつ漬けもおすすめです。有機JAS認定。減農薬栽培。

2玉 250円(税込270円)

愛媛県

あゆみの会・吉田さん達(茨城県・行方市)

47 大葉

独自の芳香を生かして葉味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策を行っています。減農薬栽培。

10枚 95円(税込103円)

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2



無農薬

48 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が、味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。

約100g 206円(税込222円) 通常税込238円

熊本県



大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

49 しょうが

爽やかな香りは葉味として。しょうが湯にも安心してお使い下さい。減農薬栽培。

100g 159円(税込172円)

高知県



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

50 もやし

緑豆もやし  
鮮度が良い  
シヤキシヤキの  
歯ごたえ

200g 245円(税込265円)

茨城県



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

51 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。

約450~600g 310円(税込335円)

ペルー(トゥンベス地域)

サバッとする場合では



52 葉ねぎ(小ねぎ)

刻んで麺類の葉味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめにもおすすめです。減農薬栽培。

約50g 117円(税込126円)

千葉県 [放] 不検出 <4.1 <4.1



右田さん達(熊本県・芦北町)

53 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



藤嶋、瀧本さん(熊本県・天草市)

54 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あります。減農薬栽培。

約200g 276円(税込298円)

熊本県



メキシコ・ベストプロデュース社

55 アボカド

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。

1玉 310円(税込335円)

メキシコ



木村農園(茨城県・つくば市)

56 中村さんのベビーリーフ

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がり下さい

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

57 きゅうり

ハウス栽培にて農薬ができるだけ減らして栽培しました。そのまま、またはぬか漬け、三五八漬けなどでどうぞ。減農薬栽培。

3本 230円(税込248円)

熊本県



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

58 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 142円(税込153円)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



木村農園(茨城県・つくば市)

59 木村さんの春菊

特有の風味、香りで鍋物には欠かせません。和え物にも。減農薬栽培。

1束 170円(税込184円)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.1



茨城県



茨城県

60 木村さんのキャベツ

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。

1玉 183円(税込198円)

茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.4



茨城県

61 木村さんのピーマン

肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。

150g 155円(税込167円)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.6

清水農園さん

旬の野菜セットで健康な体づくりを

野菜セット生産者の中でも最も長く常総生協とお付き合いがあります。“畑の姿をそのまま味わって欲しい”と自家製堆肥や露地栽培にこだわり、野菜を提供していただいている。



新規で野菜セットの契約者を募集しています  
3ページ右上の要項をご記入下さい



## 組合員さんから教えてもらいました

寒さも厳しくなってくるこの時期の、おいしい葉もの野菜を一工夫で、おたすけアイテムに。

ほうれん草などの青菜をさっと茹でて小分けにし冷凍しておくと、ちょっと青みが欲しい時に便利です。また、椎茸なども薄切りにして冷凍しています。野菜炒めなどにちょっと入れる時に助かっています。



無農薬

特

シーズン初

特



微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)

微生物農法の会・木村さん(つくば市)

62 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 165円(税込 178円) 通常税込 190円

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.1 &lt;4.5

62 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株 150円(税込 162円) 通常税込 173円

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.3 &lt;3.4



木村農園(茨城県・つくば市)

63 木村さんのターサイ

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1株 150円(税込 162円) 通常税込 173円

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.1 &lt;4.5



木村農園(茨城県・つくば市)

64 長島さんのレタス

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1玉 250円(税込 270円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.7 &lt;4.1



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

64 長島さんのレタス

1玉 250円(税込 270円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.7 &lt;4.1

1玉 170円(税込 184円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.2 &lt;3.6

65 長島さんのサニーレタス

1玉 170円(税込 184円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.2 &lt;3.6

66 ミニ白菜

1玉に使いきれるお手軽サイズ(長さ20~25cm、重さ600~800g)。農薬は病害虫の発生がある場合にのみ使用。減農薬栽培。

1玉 210円(税込 227円)

群馬県 [放] 不検出 &lt;3.5 &lt;4.2

67 木村さんの白菜

1玉に使いきれるお手軽サイズ(長さ20~25cm、重さ600~800g)。農薬は病害虫の発生がある場合にのみ使用。減農薬栽培。

1個 198円(税込 214円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.5 &lt;4.2

68 ブロッコリー

1個 310円(税込 335円)

青森県 [放] 不検出 &lt;3.4 &lt;3.5

500g 220円(税込 238円)

栃木県 [放] 不検出 &lt;4.1 &lt;3.7

69 長ねぎ

井上さん(埼玉県・美里町)

70 深谷ネギ(根深白ネギ)

1玉に使いきれるお手軽サイズ(長さ20~25cm、重さ600~800g)。農薬は病害虫の発生がある場合にのみ使用。減農薬栽培。

約350g 240円(税込 259円)

埼玉県 [放] 不検出 &lt;4.4 &lt;4.1

71 天池さんのバターナッツ

ひょうたん形の小型南瓜です。スープやボタージュにするとコクのある味が出ます。素揚げや、炒めても、煮物には不向きです。農薬無散布・化成肥料不使用。

1個 368円(税込 397円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;0.5 &lt;0.5

72 天池さんのテーブルビーツ

NO(エヌオ)成分を含む、希少な野菜です。NOは血液の流れをよくするだけでなく、血管自体の筋肉をしなやかにして拡張させる作用があるとされています。農薬無散布・無化成肥料栽培。

450g 340円(税込 367円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;0.5 &lt;0.5

73 田中農園の野菜セット

ハ・ホ・ホの有機農業生産者(田中さん)より旬の野菜をお届け。農薬無散布・無化成肥料栽培。

4品目 720円(税込 778円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;0.5 &lt;0.5

74 木村さんのごぼう

まごころの里・山本さん達(北海道・栗山町)

75 大根

76 ぽっちゃんかぼちゃ

ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニカボチャです。農薬無散布。

1~2玉約280g 230円(税込 248円)

北海道 [放] 不検出 &lt;3.8 &lt;3.6

77 木村さんの里芋

品種は土垂(どだれ)。肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。

800g 298円(税込 322円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;3.8 &lt;3.6

78 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g 214円(税込 231円)

青森県 [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;4.0

79 大和田さんのさつまいも

微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)

80 1kg

茨城県 [放] 不検出 &lt;0.5 &lt;0.5

81 1kg

199円(税込 215円) 通常税込 232円

千葉県 [放] 不検出 &lt;3.3 &lt;4.2

82 3kg

585円(税込 632円) 通常税込 643円

北海道 [放] 不検出 &lt;3.8 &lt;3.6

83 1kg

220円(税込 238円) 通常税込 270円

84 3kg

655円(税込 707円) 通常税込 788円

北海道 [放] 不検出 &lt;3.8 &lt;3.6

85 木村さんのかぶ

木村農園(茨城県・つくば市)

1束(4~5玉) 183円(税込 198円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;3.7

86 士別のかぼちゃ

微生物農法の会・士別さん(北海道・士別市)

87 山田さんのしめじ(増量)

山田さん(茨城県・つくば市)

88 えのき茸

丸金(長野県・長野市)

89 プラウンえのき茸

江藤さん(大分県・玖珠町)

安田さん(福島県・郡山市)

90 舞茸

村上さん(栃木県・高根沢町)

91 エリンギ

あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

92 江藤さんの原木生しいたけ

江藤さん(大分県・玖珠町)

93 安田さんのなめこ

安田さん(福島県・郡山市)

94 A品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;3.9

95 B品

100g 196円(税込 212円)

栃木県 [放] 不検出 &lt;4.1 &lt;3.9

96 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)

飯泉さんの生しいたけ

97 A品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

98 B品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

99 C品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

100 D品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

101 E品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

102 F品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

103 G品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

104 H品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

105 I品

100g 210円(税込 227円) 200g 225円(税込 243円)

茨城県 [放] 不検出 &lt;4.3 &lt;4.3

106 J品

## 水産品

- ・近海・天然ものを中心に扱っています。
- ・給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰻とエビを扱っています。
- ・干物、漬魚には、酸化防止剤、化学調味料は不使用です。

### 旬の野菜をたっぷり添えて! 特

かき260g、すけそうだら切身2切50g、秋鮭切身2切50g、味噌スープ120gのセット。3~4人前。  
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**96 かきたっぷり海鮮鍋(スープ付)**

凍賞180日 米大  
3種360g+スープ120g 1180円(税込1274円)通常税込1382円  
かき(広島県、岡山県、兵庫県)、すけそうだら(ロシア、アメリカ)、秋鮭(国内産)



鍋ものに便利なブツ切り!



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

### 97 雄武産 秋鮭ブツ切り(無塩)

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

凍賞30日 約250g 528円(税込570円)通常税込592円  
秋鮭(北海道)

身が美味しい  
おししゃも!



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)  
**101 からふとししゃも丸干(おす)**

身を食べるならオスのししゃもがおすすめです。焼いてどうぞ。

凍賞180日

300g 298円(税込322円)通常税込378円  
からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

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

丸一商店(千葉県・南房総市)

さば一夜干し

**106 2枚** 片身2枚200g 350円(税込378円)

**107 3枚** 片身3枚300g 500円(税込540円)

真さば(ノルウェー)

国産の秋鮭を特製のバジルオリーブの調味液に漬け込み、バラ凍結しました。秋鮭とバジルのコラボレーションがお楽しみ頂けます。



マルイ(千葉県・南房総市)  
**111 秋鮭バジルオリーブ**

凍賞180日 4切240g 498円(税込538円)

秋鮭(国内産)

産地直送! 山陰・浜坂のうまいもん



山米(兵庫県・新温泉町)  
**117 さわらの生塩麹漬け**

凍賞90日 米 2切120g 498円(税込538円)通常税込562円  
さわら(兵庫県)

上品な白身で地元で人気です

浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。



兵庫県浜坂港で水揚げされた鮮魚をその日のうちに生塩麹に漬け込みました。解凍後、さっと塩麹を拭いグリル等で。



山米(兵庫県・新温泉町)  
**119 山陰浜坂産 甘えび**

日本海で漁獲し、山陰浜坂港で水揚げした高鮮度のあまえびです。酸化防止剤(黒変防止剤)は不使用です。

凍賞90日 え 11~13尾 150g 698円(税込754円)通常税込772円  
あまえび(日本海)

ほほ子持ち! 鮮度抜群です  
秋においしい白いか!

夏から秋にかけての日本海の特産、白いかを細切りにして「蔵の素」をはじめこだわりの調味料で素材の味を活かしました。



山米(兵庫県・新温泉町)  
**120 白いかの醤油漬け**

凍賞90日 米大小 100g 598円(税込646円)通常税込660円  
白いか(兵庫県)



価格はそのまま  
20g増量

ふるさと  
塩屋(茨城県・ひたちなか市)  
**21 国内産冷凍あさり(增量)**

熊本、愛知、三重、千葉の4产地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し、熟処理して冷凍しました。さっと洗った後、冷凍のまま加熱調理してください。

凍賞30日 200g+20g 386円(税込417円)  
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

鍋やお吸いものに  
かにの持ち味をしっかり味わえるつみれです。つなぎに山芋を使いふんわりした仕上がりです。



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**97 雄武産 秋鮭ブツ切り(無塩)**

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

凍賞30日 約250g 528円(税込570円)通常税込592円  
秋鮭(北海道)



味噌汁以外にも使える大粒!  
北海道網走湖で漁獲した大粒のやまとしじみです。砂抜き後、冷凍してお届けします。



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**98 かにつみれ**

かに(アメリカ、日本、その他)

塩屋(茨城県・ひたちなか市)  
**99 網走湖産 冷凍しじみ(大粒)**

凍賞30日 150g 398円(税込430円)通常税込448円  
やまとしじみ(北海道)

チャック付きなので必要量使って便利です  
全国でも有数のやまとしじみの産地、涸沼(ひぬま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。

塩屋(茨城県・ひたちなか市)  
**100 徳用 涸沼のしじみ(冷凍)**

凍賞30日 500g 765円(税込826円)  
しじみ(茨城県)  
[放] 不検出 <3.6 <3.8

余計な水分は除き旨味凝縮!  
下谷平次郎商店(千葉県・銚子市)  
**105 さんま開き2枚**

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

凍賞120日 2枚200g 350円(税込378円)  
さんま(北海道)

お弁当・たっぷり野菜と一緒にホイル焼きでも!  
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)  
**109 香ばし味噌のさばフィレ**

ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬けです。野菜をたっぷり加えてホイル焼きも美味。

凍賞30日 米大  
さば(長崎県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)  
**110 香ばし味噌のぶり切身**

九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬け。ご飯のお供に、冷めても柔らかいでお弁当にも。

凍賞30日 米大  
ぶり(長崎県)  
5~6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。中辛味で仕上げました。お茶漬け、おにぎりにもどうぞ。  
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)  
**115 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)**

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

凍賞30日 80g×3 498円(税込538円)  
秋鮭(北海道)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)  
**116 真あじフィレ**

長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。

凍賞30日 片身5~8枚前後 200g 461円(税込498円)  
真あじ(長崎県)

天ぷら・フライに  
共和水産(岩手県・宮古市)  
**121 国産ムラサキイカ短冊**

国産のムラサキイカ(アカイカ)を一口サイズにカットして、バラ凍結にしました。炒め物、焼きそばの具、かき揚げなどに。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**122 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。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
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、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。



山米(兵庫県・新温泉町)  
**118 山かれい切り身**

凍賞90日 米 150g 268円(税込289円)  
山かれい(兵庫県)



夏から秋にかけての日本海の特産、白いかを細切りにして「蔵の素」をはじめこだわりの調味料で素材の味を活かしました。

山米(兵庫県・新温泉町)  
**120 白いかの醤油漬け**

凍賞90日 米大小 100g 598円(税込646円)通常税込660円  
白いか(兵庫県)



丸千水産(千葉県・南房総市)  
**123 サラダ用ボイルむきえび**

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、サラダ等で。

凍賞え 100g 435円(税込470円)  
バナメイエビ(タイ)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**124 エビ・ホタテ・タコミックス**

むきエビ、タコ、ホタテ貝柱を使いやすいようにバラ凍結しました。スパゲティ、ピラフ、かき揚げ、シーフードサラダ等に。

凍え 180g 398円(税込430円)通常税込454円  
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

焼いてそのままはもちろん、焼いて身をほぐし、みょうが、大葉、叩いた梅干しと一緒にごはんに混ぜて、仕上げにごまを振った「混ぜご飯」もおいしいですよ!  
(鳴門魚類・山本)

トレーにかきを入れ、旨味を逃さないように蒸してあります。中心まで熱が通っていますが、濃厚なかきの旨味はそのまま! そのままで美味しいですが、スープや鍋の具材でもOKです。  
(高橋徳治商店・千葉)

塩のみで味付けし、桜のチップで「冷燻」(高温にしないで燻す)しました。紅鮭は秋鮭よりも旨味が濃いのでサラダなどにぴったりです。  
(トクスイコーポレーション・松浦)

しらす、オキアミ、小女子に、7種の海藻(干し昆布、とろろ昆布、わかめ、ふのり、ばらのり、めかぶ、青のり)を混ぜました。ごはんに混ぜる以外にも、パスタにもよく合いますよ!  
(塩屋・藤田)

この味は、常総生協の醤油(製造:沼屋本店)だから出せる味です。ご飯にかけてさらに温めたまごをのっけてかづむべし!  
(センシン食品・高橋)

手軽に炊飯器で炊けます。残ったら、耐熱皿に入れチーズをたっぷり乗せてトースターで焼くと美味しいドリアができますよ!  
(千倉水産加工販売・師資田)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

## 125 天日干しあじ

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」しました。干物の定番です。

凍 円(税込)

4枚 210g以上 480円(税込518円)通常税込538円  
真あじ(佐賀県)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

## 126 高橋徳治商店の蒸しかき

旨味成分グリコーゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので身が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。レンジ、自然解凍でどうぞ。

凍 円(税込)

105g 380円(税込410円)通常税込430円  
かき(宮城県)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

## 127 紅鮭スマーケサーモン(2パック)

塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスマーケした本格スマーケサーモンです。

凍

70g×2 900円(税込972円)通常税込1016円  
紅鮭(アラスカ)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

## 128 魚屋さんの混ぜちらりめん

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 円(税込)

60g 315円(税込340円)通常税込356円  
しらす(遠州灘～伊勢湾)



センシン食品(宮城県・名取市)

## 129 「ねばうま」(松前漬)

全国からの支援で相馬の皆さんができる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 円(税込)

100g 398円(税込430円)通常税込464円  
するめいか(北海道)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

## 130 パエリアセット(魚介類とスープのセット)

サフランが入ったパエリア用スープと、するめいかリング、パーナ貝、ブラックタイガー、ボイルホタテ、あけ貝むき身のセット。

凍 円(税込)

5種 400g 960円(税込1037円)通常税込1058円  
するめいか(三陸)、パーナ貝(ユージーランド)、ブラックタイガー(インドネシア)

## 新米でまぐろ丼!



身質の良いひんちゅ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。

## 131 びんちょうまぐろ(丼用)

凍 円(税込)  
70g×2 398円(税込430円)通常税込448円  
びんちょうまぐろ(太平洋)



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

凍 円(税込)  
70g×2 415円(税込448円)  
きはだまぐろ(南太平洋)



133 おらがつくった宮古の磯丼  
三陸産のいか、めかぶ、いくらを独自の調味液で味付けした磯丼用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。

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



134 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 円(税込)  
40g 660円(税込713円)  
いくら(北海道、青森県) [放] 不検出 <3.5 <3.3



135 生からつくったあじ刺身生姜醤油漬  
千葉県の定置網で漁獲した鮮度の良いあじを厳選し、一口サイズにカットして醤油に漬け込み、生姜、ねぎ、ごまをのせました。

凍 円(税込)  
80g 390円(税込421円)  
真あじ(千葉県) [放] 不検出 <2.8 <2.9



手巻きずしにも  
山菱水産(福島県・いわき市)



136 三陸岩手いかの糸造り  
3陸の宮古市場と周辺の市場に水揚されたいかを短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。流水が自然解凍でどうぞ。

凍 円(税込)  
50g×2 398円(税込430円)  
するめいか(三陸)



137 やわ乾タイプ  
海泉水産(静岡県・浜松市)



138 うなぎ蒲焼  
千葉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 円(税込)  
20g×3 450円(税込486円)  
しらす(遠州灘～伊勢湾)



139 金あげしらす  
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 円(税込)  
40g×2 460円(税込497円)  
しらす(遠州灘～伊勢湾)

簡単解凍!

## 133 一本釣りのきはだまぐろ

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

凍 円(税込)

120g 500円(税込540円)

きはだまぐろ(斐リピン)



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 円(税込)

7～9個 180g 395円(税込427円)  
さんま(国内産)



142 さんま梅サンド

開いて腹骨を除いたさんまに梅肉ペーストをはさみ、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 円(税込)

7～9個 160g 385円(税込416円)  
さんま(国内産)



143 フライパンでできる鮭とチーズのカリカリ包

北海道産の秋鮭の落とし身とチーズを合わせた具を、春巻きの皮で包みました。フライパンで両面を焼いてください。

凍 円(税込)

150g (6個) 380円(税込410円)通常税込430円  
秋鮭(北海道)



144 フライパンでできるおにぎり(生姜醤油味)

三枚におろし、腹骨を取り除いた国産の真あじを独自の調味液にじっくりと漬け込み、国産馬鈴薯でんぶんをまぶしました。

凍 円(税込)

6～8枚 200g 379円(税込409円)  
真あじ(国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0



145 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 円(税込)

200g 600円(税込648円)  
するめいか(国内産)



146 うなぎ蒲焼

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 円(税込)  
70g×2 2180円(税込2354円)通常税込2452円  
うなぎ(愛知県)

手羽先は二度揚げ  
カリッと  
はちみつのまろやかな  
甘味がポイント

## 手羽先の甘辛揚

◆材料  
鶏手羽先 ..... 10本  
人参 ..... 1本(100g)  
玉ねぎ ..... 1個  
にんにく ..... 1片  
砂糖 ..... 大2  
酒 ..... 大3  
A 醤油 ..... 大4  
みりん ..... 大3  
Lはちみつ ..... 小1

◆作り方

- 1 手羽先は骨の裏に沿って2ヶ所隠し包丁を入れる。人参は3～4mm厚さの輪切り、玉ねぎはくし形に切る。
- 2 にんにくをすりおろし、Aと混ぜ合わせ火を入れる。
- 3 野菜を素揚げし、熱いうちに②にからめ、皿に盛る。
- 4 手羽先を二度揚げし、熱いうちに②にからめる。



●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

意外な相性のよさを  
楽しんで  
とろ~りチーズが  
美味しい

## ◆材料(2人分)

れんこん ..... 1節(200～250g)  
ベーコン ..... 50g  
こしょう ..... 少々  
シュレッドチーズ ..... 30g  
クリームソース  
生クリーム ..... 1/2カップ  
牛乳 ..... 1/4カップ  
にんにくすりおろし ..... 少々  
塩 ..... 小1/4

## ◆作り方

- 1 れんこんは皮をむき、長さを4等分に切る(幅2.5～3cmの輪切り)。ベーコンは横に幅1cmに切る。
- 2 直径16～20cm(れんこんのサイズに合わせる)のスキレットまたはフライパンにれんこんを並べ、すきまにベーコンを詰める。
- 3 クリームソースの材料を混ぜて②に加える。
- 4 中火にかけ、ふつふつしたら弱火にする。ふたをして、れんこんが柔らかくなるまで15～20分蒸し煮にする。
- 5 チーズを散らして中火にし、再度ふたをして30秒ほど加熱する。チーズが溶けたら、こしょう少々をふる。

切り取ってご活用ください。



# 11月23日は勤労感謝の日

良質なたんぱく質に加え、鉄分や亜鉛などのミネラルも豊富に含まれている牛肉。特にたんぱく質は不足することで体力がなくなり、いざという時の踏ん張りがきかなくなります。たまにはごちそうステーキで日頃の労をねぎらってみてはいかがですか?



## 豚肉

- 岩瀬さん: 開放豚舎で発酵飼料を食べて元気に育った豚です。飼育期間は約8か月(一般的には6か月)。
- ローズポーク: 茨城県の銘柄豚です。飼育期間は約6か月。



岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山  
149 岩瀬さんの豚 ロースしゃぶしゃぶ用  
100gあたり 約283円  
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  
150 岩瀬さんの豚 ロースしょうが焼き用  
100gあたり 約276円  
冷 ●賞6日  
250g 640円(税込 691円)  
茨城県

特

ふるさと

福永産業(福岡県・遠賀町)

147 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用170g

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。手軽にステーキが楽しめます。

凍 ●賞30日 170g 880円(税込 950円) 通常税込 972円  
鹿児島県

特

ふるさと

福永産業(福岡県・遠賀町)

148 鹿児島 坊津黒牛 ロースステーキ用 1枚

適度な霜降りの入ったロースをステーキ用にカットしました。

凍 ●賞30日 180g 1950円(税込 2106円) 通常税込 2160円  
鹿児島県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

153 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 ●賞6日

250g 445円(税込 481円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

154 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 ●賞6日

150g×2 400円(税込 432円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

155 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 ●賞30日

300g 400円(税込 432円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

156 ローズポーク モモブロック

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

151 岩瀬さんの豚 肩プロック(ネット巻き)

豚肩プロックをチャーシュー用にネット巻きしてあります。

冷 ●賞6日 300g 495円(税込 535円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

157 ローズポーク 小間切

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

152 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

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

158 ローズポーク 徳用小間切

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

159 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

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

160 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 ●賞120日

200g 498円(税込 538円)  
神奈川県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

中津ミート(神奈川県・愛川町)

161 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 ●賞6日

5~7枚200g 700円(税込 756円)  
豚肉(神奈川県)

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

中津ミート(神奈川県・愛川町)

162 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 ●賞6日

200g 554円(税込 598円)  
豚肉(神奈川県)

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

中津ミート(神奈川県・愛川町)

163 豚レバー

ビタミン、鉄分豊富なレバー。牛乳につけたり、ニラレバ炒め等に。

冷 ●賞30日

300g 210円(税込 227円)  
国内産 [放] 不検出 <4.1 <4.2

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

164 豚挽肉(バラ凍結)

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

165 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 ●賞90日

400g 650円(税込 702円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

166 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経的なムネ。蒸しへり、唐揚げ、煮物に。

冷 ●賞180日

300g 370円(税込 400円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

田仲さん達(茨城県・桜川市)

167 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

特

甘酒を調味料に使って♪

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 ●賞180日

250g 490円(税込 529円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

田仲さん達(茨城県・桜川市)

168 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

田仲さん達(茨城県・桜川市)

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 ●賞180日

250g 490円(税込 529円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円

ふるさと

田仲さん達(茨城県・桜川市)

169 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 ●賞180日

300g 560円(税込 605円)  
茨城県

100gあたり 約193円

100gあたり 約144円



生協まつり  
でも  
大好評♪

## 中津ミート太田さん イチオシの加工品



人気No.1!  
お得な増量パック

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしワインナー。

中津ミート（神奈川県・愛川町）

**177 中津皮なしベビーウィンナー  
(徳用)**

冷 (賞7日) 240g 546円(税込590円) 通常税込600円  
豚肉（神奈川県）



福永産業（福岡県・遠賀町）

**182 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。

冷 (賞30日)

300g 1680円(税込1814円)  
鹿児島県



鎌倉ハムクラウン商会（神奈川県・横浜市）

**187 鎌倉チョリソー**

国内産豚肉を粗挽きして、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リーです。

冷 (賞15日)

30g×5 385円(税込416円)  
豚肉（国内産）



福永産業（福岡県・遠賀町）

**183 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。

冷 (賞30日)

160g 445円(税込481円)  
福岡県、大分県



鎌倉ハムクラウン商会（神奈川県・横浜市）

**188 鎌倉ロースハム  
スライス×2**

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷 (賞15日)

60g×2 500円(税込540円)  
豚肉（国内産）[放]不検出<3.1<3.7



中津ミート（神奈川県・愛川町）

**178 中津皮なし  
和風ミニワインナー**

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) 大小

120g 277円(税込299円) 通常税込310円  
豚肉（神奈川県）

## 畜産加工品

- ・発色剤、結着剤、保存料、化学調味料不使用です。
- ・リン酸塩による増量もしていません。

### 野菜たっぷりのスープで温まろう♪

合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。

鎌倉ハムクラウン商会（神奈川県・横浜市）

**189 鎌倉ボンレスハム×3**

合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。

冷 (賞15日)

60g×3 646円(税込698円) 通常税込729円  
豚肉（茨城県）

ペーコンの旨味を活かして 特



中津ミート（神奈川県・愛川町）

**179 中津バラベーコン  
スライス**

甘みがあり、とても美味しい、安心な無添加ペーコンです。いろいろな料理に使えます。

冷 (賞7日)

100g 370円(税込400円) 通常税込410円  
豚肉（神奈川県）



中津ミート（神奈川県・愛川町）

**180 中津ボンレスハム  
スライス**

自社農場の豚肉を、発色剤、增量剤等を使用せず、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) 通常税込380円  
豚肉（神奈川県）



中津ミート（神奈川県・愛川町）

**181 中津ミートの  
ミートソース 2パック**

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

冷 (賞24日) 大

250g ×2 796円(税込860円) 通常税込880円  
豚肉（神奈川県）

野菜と一緒にドッ  
グパンにはさん  
で。



鎌倉ハムクラウン商会（神奈川県・横浜市）

**184 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）

**185 鎌倉マイルド  
ポークウインナー×2**

焼き塩を使用しているので塩カドがとれてマイルドに仕上がってます。

冷 (賞10日)

94g×2 325円(税込351円) 通常税込362円  
豚肉（国内産）

野菜やお好みのお料理に♪



秋川牧園（山口県・山口市）

**191 サラダチキン  
(プレーン)**

若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。お肉本来のうまみを味わいたいだけるよう薄味に仕上げています。自然が流れ凍で、お好みのサイズに切り分けてお召し上がりください。

冷 (賞) 米

100g 359円(税込388円)  
鶏肉（国内産）

## 牛乳1㍑からチーズは どれくらいできる?

正解は100g。残りの9割はホエーと呼ばれる液体で、一般には廃棄してしまうそうです。しかし、ミネラルなどの栄養が豊富なこともあり、鈴木牧場では近隣の有機農家の方に分けて、鶏のエサに混ぜたり、肥料として活用してもらっています。出来る限り無駄を出さず、使い切ることも大切にしています。



鈴木牧場（茨城県・石岡市）

**192 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) 7~11日 乳

100g 500円(税込540円)  
生乳（茨城県）[放]不検出<3.5<3.2



鈴木牧場（茨城県・石岡市）

**193 石岡 鈴木牧場  
スカモルツァ(フレーン)**

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 292円(税込315円)  
生乳（茨城県）[放]不検出<3.8<4.1



鈴木牧場（茨城県・石岡市）

**194 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 199円(税込215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。

おいしく牛乳は、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**

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

北海道の自然が育てた良質な生乳。

おいしく牛乳は、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）

**197 よつ葉  
ミルクコーヒー**

冷 (賞) 6~10日 乳

1l 277円(税込299円)  
生乳（北海道）

北海道の自然が育てた良質な生乳。

おいしく牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

よつ葉乳業（北海道・音更町）

**198 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 卵

10個 145円(税込157円)  
埼玉県 [放]不検出<4.1<3.4

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に自家プランで作りました。ノンホモ(脂肪球を碎いていない)なのでツツツと脂肪のかたまりができるますが、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）

**195 プレーン  
ヨーグルト**

冷 (賞) 10~11日 乳

400g 361円(税込390円)  
生乳（茨城県）[放]不検出<3.4<3.4

鈴木牧場（茨城県・石岡市）

**196 加糖  
ヨーグルト**

冷 (賞) 10~11日 乳

400g 370円(税込400円)  
生乳（茨城県）[放]不検出<3.4<3.4

ピンは再利用します。キャップ内側の白い円ブタを取って、必ずご返却下さい





ホリ乳業(石川県・金沢市)

**199 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 乳

380g 550円(税込 594円)

生乳(石川県) [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;4.0



ホリ乳業(石川県・金沢市)

**200 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。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

冷 乳

90g×3 465円(税込 502円)

生乳(石川県) [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;4.0



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(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 乳

500g 265円(税込 286円)

生乳(北海道) [放] 不検出 &lt;3.9 &lt;3.1



サツラク農協(北海道・札幌市)

**202 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 乳

80g×3 212円(税込 229円)

生乳(北海道) [放] 不検出 &lt;3.9 &lt;3.1



酪王乳業(福島県・郡山市)

**203 生乳たっぷりのむヨーグルト**

2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 乳

180ml×2 256円(税込 276円)

生乳(福島県) [放] 不検出 &lt;3.7 &lt;4.5

**204 5本組**

180ml×5 593円(税込 640円)通常税込680円

生乳(福島県) [放] 不検出 &lt;3.7 &lt;4.5

**205 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 乳

65ml×10 178円(税込 192円)

[放] 不検出 &lt;3.4 &lt;4.1

**206 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 卵 乳 大

100g×2 250円(税込 270円)

牛乳(愛知県) [放] 不検出 &lt;3.8 &lt;3.5

**207 まめぞう豆乳プリン**

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

冷 卵 乳 大

110g×2 230円(税込 248円)

豆乳(国内産) [放] 不検出 &lt;3.6 &lt;3.6

**208 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 乳

200g 433円(税込 468円)

生乳(北海道) [放] 不検出 &lt;3.9 &lt;3.1

**209 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 乳

100g 285円(税込 308円)

生乳(北海道) [放] 不検出 &lt;3.9 &lt;3.1

**210 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 乳

200ml 455円(税込 491円)

生乳(北海道) [放] 不検出 &lt;3.9 &lt;3.1

**大豆加工品**

- ・国産大豆 100% 使用。
- ・豆腐は海水にがりで固め、消泡剤も不使用です。

**211 おかべや 奴もん**

熊本県産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。

冷 大

330g 189円(税込 204円)

大豆(熊本県) [放] 不検出 &lt;3.4 &lt;4.1

**212 おかべや 雅きぬ**

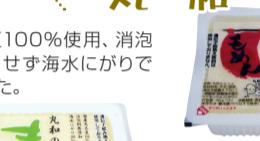
冷 大

330g 189円(税込 204円)

大豆(熊本県) [放] 不検出 &lt;3.4 &lt;4.1

**215 もん豆腐**

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;4.0

**217 ミニもん豆腐**

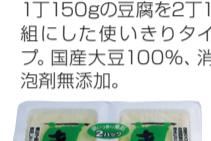
丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;4.0 &lt;4.0

300g 176円(税込 190円)

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.2 &lt;1.2

300g 165円(税込 178円)

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.2 &lt;1.2

**218 ミニきぬ豆腐**

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.2 &lt;1.2

150g×2 180円(税込 194円)

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.2 &lt;1.2



塩麹で漬けるとチーズのような風味に♪

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。日々持ちもします。炒め物、白和えなどに。

押し豆腐の塩麹漬け

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.4 &lt;1.1

**219 押し豆腐**

冷 大

220円(税込 238円)通常税込254円

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.4 &lt;1.1

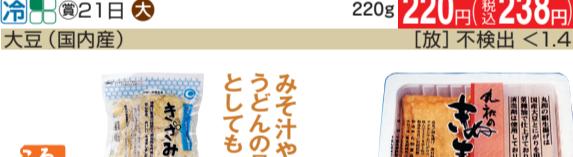
**220 油揚げ**

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 大

3枚 165円(税込 178円)

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.5 &lt;1.5



丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.2 &lt;1.2

100g 208円(税込 225円)

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.2 &lt;1.2

**222 紬生揚げ**

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

230円(税込 221円)通常税込221円

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

**223 味付いなり揚げ**

肉厚の油揚げを、かつおだしをしきり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。

冷 米 大 小

10枚×2 780円(税込 842円)通常税込853円

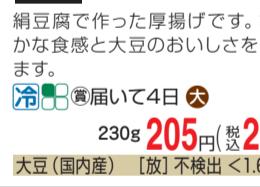
大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;0.9 &lt;1.0



丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

100g 205円(税込 221円)

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

**224 おでん**

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

230円(税込 221円)通常税込221円

大豆(国内産) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

**225 八郷小粒納豆**

おでん2個組

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出 &lt;1.6 &lt;1.5

2袋

丸和食品(東京都・練馬区) [放] 不検出

**生協まつり特集**

# 今日は各ブース賑わいました♪

長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。アミキャベツボール4個、ミニごぼう天2個、さつま揚げ2個、あじ半月2個、野菜天2個、つゆのセット。

長崎蒲鉾（長崎県・長崎市）  
238 長崎漁師町おでんだね（つゆ付）  
冷 賞30日 卵 米 大小  
たら（国内産）、えぞ（タイ）、あじ（長崎県）、雑魚（長崎県、熊本県）  
5種12個254g 639円(税込690円)通常税込  
つけ80g 713円

菊田商店（東京都・練馬区）  
241 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、しつかり豆のコシを残した直火炊きです。  
冷 賞90日 米  
150g 324円(税込350円)  
とら豆（北海道）

貴重な国産だけのこを使用  
遠忠食品（埼玉県・越谷市）  
246 国産味付メンマ  
国産（愛媛県）のだけのこを使用し、食感を生かした旨がたえのある味付けメンマです。ラーメンのトッピングにはもちろん、そのままでもごはんのおかずや箸休めにも最適な逸品です。  
冷 賞90日 大小  
90g 461円(税込498円)  
たけのこ（愛媛県）

藤巻商店（千葉県・印西市）  
250 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け床。野菜に軽くぬでつけて、ひと晩置くだけでおいしく漬かれます。  
冷 賞 米  
700g 435円(税込470円)  
米（国内産）

**魚肉練り製品**

- リン酸塩による增量はせず、魚肉たっぷりの練り製品です。
- 化学調味料も不使用です。

上品な味わいのぜいたくな練物です  
長崎蒲鉾（長崎県・長崎市）  
257 長崎 白天（桜えび・いかしそ）  
白身魚に近海の雑魚（アジ、タチウオ、コノシロ他）を使ったすり身をベースにした桜えび天といかしそ天をセットにしました。  
冷 賞30日 え 卵 大小  
2枚160g 420円(税込454円)

長崎蒲鉾（長崎県・長崎市）  
255 長崎 ブリッと海老天  
白身魚（タラ、エソ、イトリヨリ）のすり身に海老をたっぷり入れました。海老の食感がしっかり味わえます。  
冷 賞30日 え 卵 大小  
4個100g 270円(税込292円)  
えび（インドネシア）

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、いかのミニ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 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）

長崎蒲鉾（長崎県・長崎市）  
259 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 賞7日 卵 米  
25g×5 368円(税込397円)  
甘鯛（長崎県）

生産者・リアス・常総の「絆」です  
震災復興で立ち上がった漁師が品質にもこだわったわかめです。水戻してご利用ください。  
**特**  
236 石巻十三浜産絆わかめ  
冷 賞90日 100g 370円(税込400円)通常税込  
わかめ（宮城県）  
[放] 不検出 <4.2 <4.6

千葉県木更津の盤石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。  
遠忠食品（埼玉県・越谷市）  
237 江戸前でい！生のり佃煮  
冷 賞180日 米 大小  
85g 350円(税込378円)通常税込  
85g 350円(税込378円)通常税込

白鷹農産加工研究会（山形県・白鷹町）  
239 甘酒セット（白米&黒米）  
冷 賞30日 米 各250g 730円(税込788円)通常税込  
米（山形県）

細かく刻んでチャーハンの具やサラダのトッピングにも  
遠忠食品（埼玉県・越谷市）  
244 国産味付ザーサイ  
国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。  
冷 賞90日 米 大小  
100g 315円(税込340円)  
ザーサイ（神奈川県、茨城県）  
[放] 不検出 <3.7 <4.1

コリコリした食感がやみつきに!  
遠忠食品（埼玉県・越谷市）  
245 国産山くらげたまり漬  
国産（茨城県）で栽培・収穫された山くらげを醤油だれで漬け込みました。コリコリとした食感が特徴です。  
冷 賞90日 大 小  
90g 461円(税込498円)  
山くらげ（茨城県）

近江農産（滋賀県・東近江市）  
247 千枚漬  
近江特産の聖護院かぶらを薄く輪切りにし、塩漬けの後、昆布、砂糖、醸造酢、みりんで漬け込みました。  
冷 賞15日 米  
150g 360円(税込389円)通常税込  
400円  
聖護院かぶら（滋賀県）

趙さんの味（宮城県・仙台市）  
248 趙さんの味 熟成カクテキ  
1年以上熟成、発酵させた鮭の魚醤を使い旨味を引き出した濃厚でつるつるしたキムチ。こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と大根を漬け込みました。  
冷 賞14日 え 米 大 小  
200g 370円(税込400円)  
大根（国内産）

八幡屋（茨城県・古河市）  
249 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 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

※調理例  
手作り甘酒にも  
茨城産コシヒカリ100%。使いきりサイズの300g。塩こうじ作りや甘酒作りに。  
やまこみそ（茨城県・守谷市）  
252 米こうじ 300g  
冷 賞届いて15日前後 米  
300g 370円(税込400円)  
米（茨城県）  
[放] 不検出 <0.5 <0.6

趙さんの味（宮城県・仙台市）  
253 趙さんのキムチ鍋セット  
キムチ、トック（韓国風の餅）、スープ、コチュジャンをセットにしました。豚肉や長ねぎ、豆腐など加えてどうぞ。  
冷 賞14日 え 米 大 小  
4人前 620円(税込670円)  
白菜（国内産）  
200g 365円(税込394円)  
白菜（国内産）、唐辛子（中国）

高橋徳治商店 こだわりの練り物  
「東北人でしか作れないおでん種を作ろう」と宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩手県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。  
**特**  
260 三陸おでん種セット  
冷 賞60日 卵 米 大  
6種10品326g 602円(税込650円)通常税込  
すけそうだら（北海道）

煮物にも♪椎茸の旨味が広がります  
高橋徳治商店（宮城県・東松島市）  
262 椎茸入おとうふ揚げ  
岩手県近郊の大豆をつかつた豆腐と北海道の助宗タラすり身をベースにした、ふんわりした食感の練製品。国产の干し椎茸を入れ、さらに旨味がアップしました。  
冷 賞180日 米 大  
5個150g 300円(税込324円)  
すけそうだら（北海道）  
[放] 不検出 <3.9 <3.5

化学調味料・保存料は不使用  
高橋徳治商店（宮城県・東松島市）  
263 こめぼこ  
無理にたらすり身を主原料に、国产の米粉を練りこんだ揚げぼこ。お米のしつりもっちりとした食感が特徴です。加熱後は急速凍結しているので、出来立ての美味しさを味えます。  
冷 賞180日 米  
120g（プレーン3個） 280円(税込310円)通常税込  
コーン入3個 280円(税込302円)  
すけそうだら（北海道）

高橋徳治商店（宮城県・東松島市）  
264 ささがき ごぼうさつま揚げ  
北海道のすけそうだらのすり身に国产ささがきごぼうを混ぜ、食べやすいサイズに揚げました。  
冷 賞180日 米  
130g 360円(税込389円)  
すけそうだら（北海道）

## 冷凍食品

・化学調味料は不使用です。  
・原材料の素性がわかる、  
何より「家庭での手作り」  
に近いものが基本です。



イズクス(東京都・中央区)

**265 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。煮物やステーキに。

凍 500g 315円(税込340円)  
かぼちゃ(北海道)



日本生活協同組合連合会

**266 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)



日本生活協同組合連合会

**267 COアボカドスライス 150g**

皮むき、種取りしたアボカドをスライスにしました。解凍するだけでサラダなどに使用できます。凍ったまま皿に広げ、室温で解凍して。(20℃で約30~40分)

凍 150g 297円(税込321円)  
アボカド(ペルー)



日本生活協同組合連合会

**268 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 大

300g 262円(税込283円)  
大豆(北海道)



カインズ(神奈川県・秦野市) 2袋

**269 ローストオニオン**

国産の玉ねぎを薄くスライスし時間かけとろ火で水分を飛ばしあめ色になるまでローストしました。

凍 大

100g×2 422円(税込456円)  
玉ねぎ(国内産)

### 注目のフコイダンがたっぷり



アラス(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、麺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



アラス(千葉県・船橋市)  
**271 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はがりがわり、とても食べやすい商品です。解凍後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)



日本生活協同組合連合会  
**272 COとろろ芋(大和芋入り) 40g×4袋入**

国産の長芋と大和芋を2対3で配合し、1袋40gの使い切りサイズにしました。解凍してそのまま、そばやうどんにどうぞ。

凍 40g×4袋 314円(税込339円)  
長芋・大和芋(国内産)



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

豚肉、キャベツ等、国产の具材のみを、国产小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。

凍 米大小 14本420g 400円(税込432円)443円  
小麦(国内産)

### お弁当にピッタリ♪を集めました



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**275 照り焼きミートボール**

凍 卵米大小

12個180g 377円(税込407円)427円

鶏肉・豚肉(国内産)



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 卵米大小

150g 436円(税込471円)

鶏肉(山口県、他)



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**283 えびにら餃子**

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

凍 卵米大小 18g×10 367円(税込396円)416円

えび(インドネシア、ベトナム、他)



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**277 ごぼうとひじきの豆腐団子**

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。

凍 卵米大小

8個144g 345円(税込373円)

ごぼう(国内産)



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**278 プチカレーコロッケ**

素材のじや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。お弁当のおかずに便利。

凍 米小

20g×6 260円(税込281円)

じゃがいも(国内産)



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**279 れんこんえびの寄せ揚げ**

シャキッとしたれんこんの食感と、魚肉とえびの旨味が美味しいさを引き立てます。

凍 卵米大小

6個120g 360円(税込389円)

れんこん(茨城県)



カラミノフーズ(東京都・新宿区) 2枚入  
**285 コリアンチヂミ(たれ付)**

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

凍 卵米大小

チヂミ115g×2たれ8g×2 460円(税込497円)

小麦(国内産)



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**280 ママのミニハンバーグ**

お弁当に便利な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 398円(税込430円)

豚肉(国内産)



ニッキー(神奈川県・大和市)  
**281 ひとくち味噌かつ**

名古屋名物味噌かつをお弁当用にアレンジ。鰯だしのきいた豆味噌ダレは甘さ控えめ。トレーごとレンジOK。

凍 米小

6個108g 400円(税込432円)

豚肉(国内産)



バイオニアフーズ(北海道・京極町)  
**282 ミニポテトオーブントースター用**

北海道のじやがいも使用。シユ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 米小

500g 298円(税込322円)

じゃがいも(北海道)



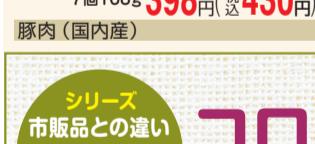
カラミノフーズ(東京都・新宿区) 2食入  
**286 チャプチェ**

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。ブルブ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 米大小

180g×2 599円(税込647円)

春雨(国内産)



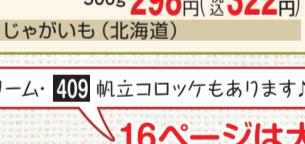
秋川牧園(山口県・山口市)  
**288 若鶏ささみ天**

ささみを使用したやわらかいとりの天ぷらです。薄味に仕上げていますのでお肉本来の美味しさを味わっていただけます。

凍 卵米大小

200g 423円(税込457円)

若鶏ささみ(国内産)



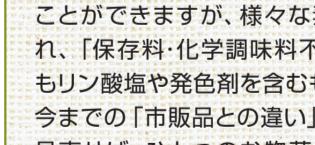
秋川牧園(山口県・山口市) 3種各2本  
**289 やきとりセット**

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 卵米大小

180g 646円(税込698円)

鶏肉(山口県、他)



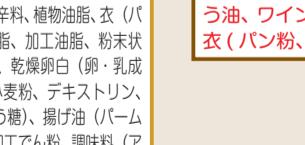
秋川牧園(山口県・山口市)  
**290 スパイシーささみカツ**

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。

凍 卵米小

160g 396円(税込428円)

鶏肉(山口県、他)



408 カニクリーム 409 帆立コロッケもあります♪

16ページは大進特集!!

市販品との比べてみました

市販品の例

野菜(ぱれいしょ)(北海道)、たまねぎ、糖類(砂糖、水あめ)、しょうゆ、小麦粉、牛肉、牛脂、食塩、パン粉(大豆を含む)、香辛料、植物油脂、衣(パン粉、植物油脂、加工油脂、粉末状植物性たん白、乾燥卵白(卵・乳成分を含む)、小麦粉、デキストリン、デン粉、ふどう糖)、揚げ油(パーム油、米油) / 加工デン粉、調味料(アミノ酸)、乳化剤、増粘剤(グーガム)、着色料(アナトーラ色素)

大進食品 コロッケ

2人前にパックしました



カインズ（神奈川県・秦野市）

296 海老天ぷら

塩竈の天ぷら専門メーカーが衛生的な工場で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 ● ● 米 小

3本入 426円(税込 460円)

海老（ベトナム、インドネシア）

組合員さんから  
のお便りあと少しおかずを足したい時  
にも便利ですよ。薄めて使うた  
れもついているので、パパッと  
出来て、簡単美味しい！

(つくばみらい市：

ひーたんさんよ！)

カインズ（神奈川県・秦野市）

295 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 ● ● 米 大 小

200g(2人前) 536円(税込 579円) 通常税込

5種×2個) 594円

かぼちゃ、さつまいも（国内産）

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。

カラミノフーズ（東京都・新宿区）

306 鶏五目中華ちまき

凍 ● ● 米 大 小

80g×4 625円(税込 675円) 通常税込

691円

鶏肉（国内産）

4個入

お得 6 個入



ニッキーフーズ（大阪府・大阪市）

308 ライスバーガー

ポーク生姜焼（増量）

凍 ● ● 米 大 小

6個690g 961円(税込 1038円) 通常税込

1058円

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、コ  
クとのびのある純米酢に  
仕上げました。

小車ロゴ

前日OK!

飯尾醸造（京都府・宮津市）

518 純米富士酢

＊ 500ml 670円(税込 724円)

米（京都府）

丸大豆を原料に  
した減塩しょう  
ゆ。一般的のしょ  
うゆに比べて食  
塩50%カット。

小車ロゴ

前日OK!

キノエネ醤油（千葉県・野田市）

526 丸大豆減塩しょうゆ

大小 1l 440円(税込 475円)

大豆（アメリカ、他）

300日以上の長  
期熟成と、三河伝  
統の製法で作っ  
た本みりん。

小車ロゴ

前日OK!

相生ユニビオ（愛知県・西尾市）

506 三河伝統製法

「古式 本みりん」

＊ 500ml 534円(税込 587円)

616円

酒類

1l 560円(税込 605円) 通常税込

616円

みりんのうま味  
と爽やかな清酒  
の風味を調合し  
た発酵調味料。

小車ロゴ

前日OK!

キノエネ醤油（千葉県・野田市）

504 酒みりん

＊

1l 560円(税込 605円) 通常税込

616円

酒類

1l 560円(税込 605円) 通常税込

616円



カインズ（神奈川県・秦野市）

297 国産麦豚ロースの串カツ

厳選された国産麦豚のロースを一口大にカットし、国産小麦を使用した無添加パン粉を使い手作業で仕上げました。卵は不使用。

凍 ● ● 小

25g×10本 929円(税込 1003円)

麦豚ロース（国内産）



ニッコー（神奈川県・大和市） 10個入

300 ミニたい焼き

国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。

凍 ● ● 小

10個400g 400円(税込 432円)

小豆（北海道） [放] 不検出 &lt;3.3 &lt;3.3



春雪さぶーる（北海道・小樽市）

301 ガトーショコラ

贅沢にクーベルチュールチョコレートを使用したガトーショコラです。冷蔵庫で解凍しお召し上がりください。(完全に解凍する前にナイフを入れるとカットしやすくなります)

凍 卵 乳 大 小

270g 980円(税込 1058円) 通常税込

チョコレート（国内産）



ニッキーフーズ（大阪府・大阪市）

299 大きめえび天の鍋焼きうどん

大きめえび天に三角揚げ、椎茸、人参等の具材をコシのあるうどんにつけました。さば、かつお等のだしを効かせたつゆ付き。

2食入

凍 え 卵 米 大 小

2食586g 500円(税込 540円)

小麦（国内産）



大進食品（神奈川県・横浜市）

307 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグ

よもぎ（粒あん）、人参（ごまあん）、くるみ（くるみあん）の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。

凍 米 大

4本180g 410円(税込 443円)

4個220g 289円(税込 312円) 通常税込

小豆（北海道）



日本生活協同組合連合会

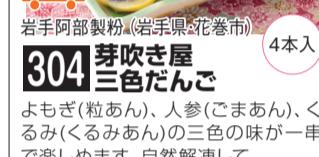
302 CO 牛乳70% アイスバー 10本

鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。乳化剤、安定剤、香料を使用しないでミルクの風味を生かしたアイスバー。

凍 乳

30ml×10本 241円(税込 260円)

生乳（鳥取県）



岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

304 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。

4本入

4本180g 410円(税込 443円)

4個220g 289円(税込 312円) 通常税込

小豆（北海道）



小林さん（長野県・高山村）

303 冷凍ブルーベリー 2パック

品質のすぐれた寒冷地栽培適種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。たっぷり使える2パックです。農薬無散布。

凍 南

110g×2 694円(税込 750円) 通常税込

ブルーベリー（長野県）



岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

305 芽吹き屋 大福

国産もち米、北海道産小豆を使ったシンプルな大福餅（粒あん）です。

4個220g 289円(税込 312円) 通常税込

小豆（北海道）



食品調味料

・常総生協がおすすめする調味の基本は「さ・さしぐれそ（酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌）」です。

・昔ながらの長期熟成させた発酵調味料を基本に扱っています。

[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



309 国産粗糖 2袋

鹿児島県産さとうきびから作ったザラメタイプの料理用砂糖です。ミネラル分を含んだ上品な甘さです。

700g×2 820円(税込 886円) 通常税込

さとうきび（鹿児島県）

908円

500g 250円(税込 270円)

海水（長崎県）



513 ipponの海塩

長崎県崎戸島周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。

500g 250円(税込 270円)

海水（長崎県）

55g 480円(税込 518円)

海水（伊豆大島近海）



食菜酢

野菜を漬け込んだり、こめ油と卵でマヨネーズに

純米酢と純粹はちみつに沖縄の塩を加えた調味酢。甘酢漬、ドレッシング、マリネ、南蛮漬、ピクルスなどに。

[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



522 食菜酢

純米酢と純粹はちみつに沖縄の塩を加えた調味酢。甘酢漬、ドレッシング、マリネ、南蛮漬、ピクルスなどに。

360ml 495円(税込 535円)

米（国内産）

360ml 495円(税込 535円)

535円

360ml 385円(税込 416円) 通常税込



日本生活協同組合連合会

## 318 CO-OP おいしいご飯3個パック

山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

米(山形県)

200g×3 340円(税込367円)  
[放]不検出<3.3<3.7

日本生活協同組合連合会

## 319 CO-OP おいしい赤飯 160g×3個パック

国内産水稻もち米と北海道産小豆を使用したレトルト包装米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

米(北海道)

160g×3 330円(税込356円)



九鬼産業(三重県・四日市市)

## 599 九鬼ごましお

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

ごま(ミヤンマー、他)

30g 120円(税込130円)



リアス(千葉県・船橋市)

## 320 打ち豆

国産の青大豆を水に浸した後、たたいてつぶし、乾燥させたもの。

豆(180日 大)

80g 210円(税込227円)



沖縄アロエ(沖縄県・那覇市)

## 321 シークワーサー 100

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。

360ml 915円(税込988円)1000円



川光商事(東京都・中央区)

## 322 ねりあん

北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

260g 285円(税込308円)



川光商事(東京都・中央区)

## 323 つぶあん

北海道産小豆を使用。砂糖のみを加えた自然な味です。おしゃれ、ホットケーキ、パン、デザートにどうぞ。

260g 285円(税込308円)



日本生活協同組合連合会

## 669 CO-ゆであずき(北海道) 190g

北海道小豆100%使用。糖度を38~42%におさえました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。

190g 145円(税込157円)167円



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

## 648 きな粉(大豆)

無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。

豆(180日 大)

130g 210円(税込227円)



長谷川商店(東京都・中央区)

## 583 寿司はねのり

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

豆(180日)

全型10枚 270円(税込292円)



瀬戸内海でとれるアオノリを細かくもんだもの。焼そば、お好み焼き、みそ汁に。

豆(180日) 35g 198円(税込214円)

アオノリ(瀬戸内海)

そば湯もお楽しみいただけます

国内産の原料のみを使用し、食塩を加えず、そば粉八割で作った「二八そば」です。茹で時間3分半。

茹で時間3分半  
三上製麺(埼玉県・所沢市)

## 324 二八の匠 八割そば

豆(小)

200g×2 420円(税込454円)

そば(国内産)

宮城県白石市名産  
白石温麺

はたけなか製麺(宮城県・白石市)

## 325 白石温麺

油を入れずに小麦粉と塩、水だけで練り上げた細麺。胃に負担が少なく、麺が短いので食べやすくなっています。

豆(小)

100g×3 170円(税込184円)194円

小麦(オーストラリア)



長崎皿うどん

創健社(神奈川県・横浜市)

## 643 長崎皿うどん

国産小麦粉使用。パリッとした揚げ麺にあんかけスープが合います。シーフード、肉、野菜をたっぷり入れて。

豆(120日) 卵大小

2食×2袋(スープ付) 595円(税込643円)

小麦(国内産)



642 無かんすいソース焼きそば 5袋

創健社(神奈川県・横浜市)

## 326 お湯かけ麺 カレーうどん 3袋

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

豆(150日) 米大小

81g×3 495円(税込534円)567円

小麦(北海道)



639 無かんすいラーメン 塩味 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。

豆(180日) 卵大小

99g×5 670円(税込724円)

小麦(北海道)



ニューオークボ(千葉県・柏市)

## 327 スパゲティブロンズタイプ 1.9mm 2袋

デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲッティ。ソースに絡みやすい、ざらつきがあるパスタ。

豆(小)

300g×2 470円(税込508円)

小麦(カナダ、アメリカ)



631 ペンネマカロニ

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

豆(小)

100g 110円(税込119円)

小麦(カナダ、アメリカ)



328 トマトのソース(トマト&amp;バジル)

ナガノトマト(長野県・松本市)

## 535 国産つぶ野菜入り 信州生まれのケチャップ

トマト(イタリア)

390g 335円(税込362円)378円

トマト(イタリア)



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」。

豆(小)

1kg 330円(税込356円)

小麦(北海道)



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。

豆(小)

400g 340円(税込367円)378円

小麦(岐阜県)



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。

豆(180日) 小

200g 265円(税込286円)

小麦(岩手県)

[放]不検出&lt;1.0&lt;1.0

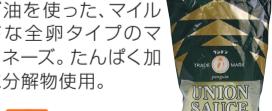


329 深大寺薬味 七味唐がらし

唐辛子(中国、他)

25g 315円(税込340円)

唐辛子(中国、他)



330 練りからし

豆(180日) 米

40g 330円(税込356円)

からし(カナダ)



332 沼屋 烧肉のたれ

豆(大小)

8g×18 440円(税込475円)

さば(国内産)

[放]不検出&lt;3.8&lt;3.5



573 だしパック

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。

豆(180日)

8g×18 440円(税込475円)

さば(国内産)



333 青森県田子町産100% おろしにんにく

豆(大小)

3g×20 490円(税込529円)

かつお(国内産)

[放]不検出&lt;4.0&lt;4.0



565 削り節パック 德用

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

豆(180日)

8g×18 440円(税込475円)

さば(国内産)



571 煮干

豆(180日) 小

200g 480円(税込518円)

かたくちいわし(国内産)

[放]不

雑穀としてご飯と一緒に  
炊き込んで、ソバ粥としても  
特別栽培の常陸秋そばです。甘皮が付いた状態です。



酢のものやサラダが  
おすすめ



無茶々園（愛媛県・西予市）

**336 無茶々園  
切り干し大根**

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

賞180日

20枚90g 545円(税込589円)

大豆（宮城県）【放】不検出 <2.7 <2.9

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）

**337 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。

賞180日

40g 255円(税込275円)

大根（愛媛県）

20g 255円(税込275円)

大根（愛媛県）



※ガレット

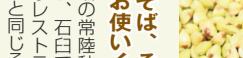
中田農園（茨城県・坂東市）

**338 そば粉**

賞90日 500g 970円(税込1048円)通常税込1080円

そば（茨城県）

手打ちそば、そばがき、クレープなどにお使いください。



市内の農家レストラン「どんぐりてい」

のお蕎麦と同じそば粉です。

特別栽培の常陸秋そばです。石臼でひいています。甘皮を付けてます。

坂東のそば粉「どんぐりてい」

500g 970円(税込1048円)通常税込1080円

そば（茨城県）



中田農園（茨城県・坂東市）

**339 そばの実**

賞90日 500g 1060円(税込1145円)

そば（茨城県）

## 菓子

・化学調味料は全て不使用。  
シンプルな内容のものを中  
心に扱います。  
※お子さんが食べる機会が多い為、原  
材料を表記しています。

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



おとうふ工房いしかわ（愛知県・高浜市）

**340 きらす揚げ しお**

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）

賞90日 大小

160g 270円(税込292円)

小麦（国内産）【放】不検出 <4.1 <4.3



おとうふ工房いしかわ（愛知県・高浜市）

**341 きらす揚げ 黒砂糖**

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）

賞90日 大小

160g 270円(税込292円)

小麦（国内産）【放】不検出 <4.2 <3.3



創健社（神奈川県・横浜市）

**706 ポテトチップス  
(うす塩)**

原材料：馬鈴薯、植物油脂（バーム油）、  
バター粉末、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、  
食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳

賞120日 米

60g 155円(税込167円)

じゃがいも（国内産）



創健社（神奈川県・横浜市）

**704 ポテトチップス  
(バター・しょうゆ)**

原材料：馬鈴薯、植物油脂（米油、バーム油）、  
バターバター、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、  
食塩、発酵調味料、酵母エキス、粉末醤油

賞120日 米大小

60g 155円(税込167円)

じゃがいも（国内産）



創健社（神奈川県・横浜市）

**705 ポテトチップス  
(野菜コンソメ)**

原材料：馬鈴薯、植物油脂（米油、バ  
ーム油）、ぶ  
どう糖、デキストリル、野菜エキスパウダー、食  
鹽、香辛料、発酵調味料、酵母エキス、粉末醤油

賞120日 米大小

60g 155円(税込167円)

じゃがいも（国内産）

3種類の海の素材（昆  
布、ひじき、わかめ）  
をさっくり軽い食感の  
生地に練り込んだ  
スティックビスケット  
です。



日本生活協同組合連合会

**342 CO国産小麦の  
海藻バー 85g**

乳 小

85g 95円(税込103円)通常税込108円

小麦粉（国内産）

原材料：うるち  
米、醤油、麦芽  
糖、でんぶん



ムソー（大阪府・大阪市）

**698 草加せんべい  
しょうゆ**

賞120日 米大小

7枚 350円(税込378円)

小麦粉（国内産）

原材料：うるち  
米、ごま、醤油、  
麦芽糖、でんぶん



ムソー（大阪府・大阪市）

**697 草加せんべい ごま**

賞120日 米大小

7枚 340円(税込367円)通常税込378円

小麦粉（国内産）

原材料：うるち  
米、ごま、醤油、  
麦芽糖、でんぶん



ムソー（大阪府・大阪市）

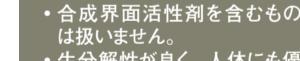
**343 CO国産小麦の  
野菜バー 85g**

米 小

85g 95円(税込103円)通常税込108円

小麦粉（国内産）

原材料：うるち  
米、ごま、醤油、  
麦芽糖、でんぶん



ムソー（大阪府・大阪市）

**344 CO南部せんべい  
落花生 6枚**

賞90日 落 小

6枚 150円(税込162円)

小麦（オーストラリア、アメリカ、日本、カナダ）

原材料：小麦粉、ショートニング（バーム油、ヤシ油）、砂糖、きな粉（遺伝子組み換えでない）、澱粉、玄米粉、植物油脂（バーム油）、モルトエキス

賞120日 米大小

6枚 155円(税込167円)

じゃがいも（国内産）

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

賞45日 卵 米 小

4個 350円(税込378円)通常税込389円

黒糖（沖縄県）【放】不検出 <3.3 <3.0

6枚 285円(税込308円)

卵（国内産）【放】不検出 <3.1 <3.6

原材料：卵、三温糖、国産小麦粉、蜂蜜

賞45日 卵 小

6枚 285円(税込308円)

馬鈴薯（北海道）【放】不検出 <3.9 <3.8

55g 175円(税込189円)





## 4年間じっくり育った ほたてです!



今年は少し  
お値打ちです

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**394 猿払産 刺身用ほたて貝柱**

凍賞180日  
ほたて貝柱(北海道)

オホーツク海に面する猿払(さるふつ)は、海流や地形などの自然環境に恵まれ、美味しいほたてを育てます。大粒で甘い帆立をお刺身、ステーキで!

たっぷり10切入り!

## 煮付け、照り焼き、 バター醤油焼きに!

インドネシア船籍の延縄船で漁獲し、船内で急速凍結したばしょくかじきです。国内で切身加工しました。

イメージ



**東北トクスイ(宮城県・塩釜市)**

**395 徳用 かじき切身**

凍賞180日 10切 500g 924円(税込998円)通常税込1026円  
ばしょくかじき(インドネシア)

特

10切

ふわっと広がるふきの香り

## かえりちりめんの出汁が決め手

ふきとの相性が良いかえりちりめんの旨さが決め手。口の中にふわっと広がるふきの香りもお楽しみください。

新



ふきは、農業で栽培したもので地元  
使用しました。

**427 ふきのジャコ煮**

冷賞30日米大小 100g 330円(税込356円)  
ふき(山形県)

原材料: ふき、油揚げ、  
かえりちりめん、出汁、  
こいくち醤油、料理酒、  
発酵調味料(味の母)、  
ごま油、菜種油、洗浄糖

素材の甘みがギュッと凝縮

## 濃厚だけどやさしい味わい

りんごを煮た時に出た汁をさらに煮詰めて作ったシロップです。素材の甘みがギュッと凝縮されているので、濃いけれど優しい甘さに仕上がっています。

新

ホットケーキや  
トースト、クラッカー、  
ヨーグルトに



糖で煮て出た汁を、さらに煮  
詰めました。

しらたかノラの会(山形県・白鷹町)

**428 アップルシロップ**

冷賞90日 150g 300円(税込324円)  
りんご(山形県)

原材料: りんご(低農  
薬)、砂糖

今回1回限りの限定企画!

## 知る人ぞ知る、貴重な力ニ



セリの様子

資源保護から漁期が2か月しかない希少な松葉ガニの雌。雄に比べて小さく可食部分は少ないですが、外子と内子と呼ばれる卵と味噌がとても美味でファンが多いです。目利きの山本さんがプロの技で茹であげました。



食べ方のリーフレットを  
同封します

山米(兵庫県・新温泉町)

**396 浜坂のセコガニ(松葉ガニの雌)**

冷賞4日か 2~3杯 1850円(税込1998円)通常税込2106円  
ズワイガニの雌(兵庫県)

お米

・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。  
・土づくりを行い、農薬・化学肥料に頼らない栽培方法を基本としています。



**契約(定期購入)  
登録者募集中!**

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)

■契約特別価格について

・「めぐみちゃん」5kgは、通常組合員価格から70円(税込76円)引き。2kgは25円(税込27円)引き。  
・「黒澤さんのお米」は、通常組合員価格から100円(税込108円)引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者にのみご要望の際は1kg 180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栽米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。



**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・東町特栽米組合(茨城県・常総市)

炊く時にお酢を少し加えると  
鮮やかな紫色に



庄内協同ファーム・富樫さん(山形県・鶴岡市)  
**404 白山紫黒  
(有機栽培紫黒米)**

300g 670円(税込724円)  
[放] 不検出 <1.2 <1.1

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。農葉無散布。

無農葉

ふさと



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)

ふさと



4代50年にわたって農葉や化学肥料を使用せず、自家堆肥

を利用。無農葉栽培。

ふさと



4代50年にわたって農葉や化学肥料を使用せず、自家堆肥

を利用。無農葉栽培。

4代50年にわたって農葉や化学肥料を使用せず、自家堆肥

ママ(母)の手作りを食卓に

# 大進食品 特集



## ■大進食品 宮澤さんより

旨味がしっかりある素材を使えば、添加物は自然と少なくなります。食べて甘味たっぷりの野菜なら刺激の強い甘味料はいりません。添加物や調味料をたくさん使うと、素材のもつ本来の味が見えなくなってしまいます。シンプルで飽きのこないものだからこそ、10年来みなさんに愛されるAmom(ママ)シリーズだと感じています。お母さんが「ちょっと楽したい!」とき、手作りの代わりになれば嬉しいです。



### 408 北海道ハ雲発ママのカニクリームコロッケ

北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。

**凍 か 乳 米 小** 40g×6 380円(税込410円) 通常税込430円  
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.6

### 409 北海道ハ雲発ママの帆立クリームコロッケ

北海道の酪農発祥の地・八雲町産の生乳で作った帆立入りクリームコロッケです。凍ったまま揚げて。

**凍 乳 米 小** 40g×6 380円(税込410円) 通常税込435円  
生乳(北海道) [放] 不検出 <2.9 <3.7



### 415 マム 焼いて簡単ピザ巻きイタリアン

北海道よつ葉乳業のナチュラルチーズとトマトソースで仕上げたピザ風の春巻。フライパンで焼いて。

**凍 乳 米 小** 5本200g 389円(税込420円) 通常税込440円  
ナチュラルチーズ(北海道)



### 416 マム 焼いて簡単手巻きじゃがバター

国内産の男爵芋をたっぷりと使用しています。バターの風味がよく合った春巻です。フライパンで焼いて。

**凍 乳 小** 5本200g 384円(税込415円) 通常税込435円  
じゃがいも(国内産)



## 常総生協 第4弾 「秋のおいしさ伝え隊」

ジャキシャキ  
ほくほくフワフワ れんこん七変化!

切り方、調理法で変わります

職員の試食でも  
好評でした!



## チームれんこん!

れんこんは調理方法で色々な食感が楽しめる食材です。

私たちレンコンチームが自分たちで作ってみて美味しいかったオススメレシピをご紹介します!今が旬のれんこん、たくさん食べてくださいね♪



微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

高柳さんのれんこん

**419** 400g 400g 460円(税込497円) 通常税込518円

**420** 1本 (1.2~1.5kg) 1210円(税込1307円) 通常税込1366円  
茨城県 [放] 不検出 <2.2 <1.1



### 425 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。

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山

新発売の商品

特別価格商品

## 全品特価



### 410 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 大 小** 18g×25 540円(税込583円) 通常税込613円  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

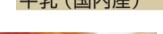
オーガニックベンネマカロニと自家製ホワイトソースに、相性抜群の鮭とチーズがよく合います。



大進食品(神奈川県・横浜市)

### 411 マム 北海サーモンたっぷりグラタン

**凍 乳 小** 170g×2 500円(税込540円) 通常税込570円  
牛乳(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6



大進食品(神奈川県・横浜市)

### 414 マム 海老とオーガニックベンネのグラタン

オーガニックベ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。



**凍え乳小** 170g×2 531円(税込573円) 通常税込594円  
海老(マレーシア)



大進食品(神奈川県・横浜市)

### 413 オーガニックベンネのトマトソースグラタン

濃厚なバターをたっぷりと使い、さらにオーガニックのベンネマカロニと共に国産玉ねぎを使用しています。



**凍え乳小** 170g×2 518円(税込559円) 通常税込580円  
小麦(イタリア)



大進食品(神奈川県・横浜市)

### 417 マム おいしい肉海老シューまい

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。

**凍え大小** 6個210g 491円(税込530円) 通常税込540円  
豚肉(群馬県)



大進食品(神奈川県・横浜市)

### 418 ママン モチモチ手のはしナン

外はカリッと中はモチモチした食感が楽しめます

**凍 小** 210g(3枚入り) 273円(税込295円) 通常税込308円  
小麦粉(北海道)



大進食品(神奈川県・横浜市)

### 421 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(chedar、モッツァレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(着色防止剤)不使用。

**冷 90日 乳** 250g×2 1096円(税込1184円) 通常税込1242円  
生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)

### 422 鎌倉バラベーコン 割れ欠け 2個組

バラベーコン製造工程で出たね出しを特別価格で供給します。スーパー等にお使い下さい。

**冷 190日 2019年2月15日以降**

250g×2 680円(税込734円) 通常税込778円  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.7



鎌倉ハムクラウド商会(神奈川県・横浜市)

### 423 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 180日**

500g 640円(税込691円) 通常税込713円  
茨城県



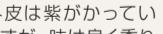
田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 424 九鬼 純正胡麻油 こいくち

ごまの種子を強く炒り、圧搾製法で仕上げました。焙煎したごま油の香りを強く引き出しました。

**瓶 120日**

600g 900円(税込972円)  
胡麻(ナイジェリア、他)



九鬼産業(三重県・四日市市)

### 426 やまと味噌 (粒・粒口)

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

**冷 120日**

1kg 600円(税込648円)  
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5



やまとみそ(茨城県・守谷市)

### 427 やまと味噌 (粒)

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

**冷 120日**

400g 370円(税込400円)  
生乳(茨城県)



やまとみそ(茨城県・守谷市)

## 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

新発売の商品

特別価格商品

### お届け時の温度帯

**冷** 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。

### アレルゲン表示

卵 卵乳米 米米 大豆そば 小小麦 落花生 ええび 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。

※コンタミネーションとは同じ工場でアレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性があります。

・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。

### アレルゲン表示

卵 卵乳米 米米 大豆そば 小小麦 落花生 ええび 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。

※コンタミネーションとは同じ工場でアレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性があります。

・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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

000 石岡 鈴木牧場

ヨーグルト(加糖)

鶏卵を含む新鮮な生乳を乳酸菌で発酵させたものです。

ノホリを産卵をむけている卵の殻でパウチと