

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

2020年 1月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	13	14	15	16	17
定番品のお届け	20	21	22	23	24
特別企画品のお届け	27	28	29	30	31

東北育ちの

生牡蠣、本当に美味しいのは今から



※イメージ

生がきは、「海のミルク」と言われる牡蠣の生の食感と甘みを楽しむもの。前年8月に放卵して種付け(ホタテの貝殻に付着させる)、ひと冬越して翌年10月から生牡蠣として収穫するのが「二年子」。一般的には重量を増やし見た目を良くするために、生がきのパック(生食用・加熱用)に水を入れてあります。水の中に牡蠣を入れると、浸透圧でこの水を牡蠣が吸ってふくれて見た目も大きく見えます。これは「水ぶくれの牡蠣」です。またかか水産の生がきは水なしパックでお届けするので牡蠣そのものの濃厚な味わいを味わえるのが特徴。今が旬の味を“そのまま”味わってほしいからこそこのこだわりです。



高橋社長
まるたか水産

特 鮮魚
牡鹿半島の外洋に面した茨城県産中心にお届け。水無しパックなので、かき本来の甘み、食感が楽しめます。またかか水産(宮城県・石巻市)
11 茨城県で育った二年子生がき(生食用)
冷蔵(3日) 100g **555円**(税込) **599円**(通常税込) **621円**
かき(宮城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4



※イメージ

特
パスタ、グラタン、炊き込みご飯などにも!
まるたか水産(宮城県・石巻市)
13 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加熱調理しました。加熱済みなのでそのまま温めてどうぞ。
凍(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

特
まるたか水産(宮城県・石巻市)
12 茨城県で育ったプリプリ冷凍かき
三陸・茨浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。
凍(90日) 200g **415円**(税込) **448円**(通常税込) **464円**
かき(宮城県) [放] 不検出 <3.3 <4.2

特
三陸牡鹿半島の清浄海域で育った良質の大粒生がきを使用し、パン粉をまぶして仕上げました。揚げて。
まるたか水産(宮城県・石巻市)
14 大粒かきフライ
凍(90日) 4~8個 **435円**(税込) **470円**(通常税込) **475円**
かき(宮城県)

特 無農薬
親子3代にわたり農業を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。
松永農園(静岡県・静岡市)
15 松永さんのレモン
400g **387円**(税込) **418円**(通常税込) **430円**
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

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
19 岩瀬さんの豚バラスライス
冷蔵(6日) 250g **425円**(税込) **459円**
茨城県

寒い夜は
アツアツお鍋
湯豆腐
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。
21 おかべや 雅きぬ
330g **180円**(税込) **194円**(通常税込) **204円**
大豆(熊本県)

特 お得 +50g
木村農園(茨城県・つくば市)
16 木村さんの白菜
漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。
1個 **207円**(税込) **224円**(通常税込) **238円**
茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5

特
山田さん(茨城県・つくば市)
17 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。
冷蔵(200g+50g) **250円**(税込) **270円**
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

特 無農薬
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
18 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 **276円**(税込) **298円**
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9

特
おかべや(神奈川県・相模原市) 冷蔵(届いて5日)
20 おかべや 宴もめん
330g **180円**(税込) **194円**(通常税込) **204円**
大豆(熊本県)

特
うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したぼん酢醤油。マイルドな味わいなので、いろいろな料理に合います。
おかべや(長崎県・長崎市) 前日OK!
544 ゆず醤油 かけぼん
400ml **400円**(税込) **432円**

アヒージョにイタリアで栽培されたオリーブの完熟した実を、低温で圧搾しました。
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 前日OK!
552 エキストラバージンオリーブ油
430g **2300円**(税込) **2484円**(通常税込) **2700円**
オリーブ(イタリア)

特
お好みの野菜や豆腐をたっぷり加えてどうぞ
宮城県産の牡蠣を高鮮度の状態で急速凍結。オリジナルのこだわり味噌ダレを添付。鍋に味噌ダレと水300cc、冷凍の牡蠣、お好みの野菜などを加えてどうぞ。
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)
23 牡蠣味噌鍋セット
凍(60日) 米大 250g (牡蠣150g・タレ100g) **690円**(税込) **745円**(通常税込) **756円**
牡蠣(宮城県)

今年も『採ってそのまま』の
シーズンスターターです!
シーズン初
鶏ササミとわかめのしゃぶしゃぶ(作り方は5ページ)
24 採ってそのまま生わかめ
冷蔵(届いて2~3日) 250g **398円**(税込) **430円**(通常税込) **448円**
わかめ(宮城県)

わかめと一緒にしゃぶしゃぶで
25 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(180日) 300g **550円**(税込) **594円**(通常税込) **605円**
茨城県

丸新商会(千葉県・市川市)
22 オイスターソース
国産カキエキスで作りました。料理にコクとうま味を加えます。少量で料理素材のあじを引き立てます。
145g **420円**(税込) **454円**
カキ(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] ¹³⁷ Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合:	検出された数値を掲載
宮城県	[放] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ Cs=3.6
2種類とも検出された場合:	それぞれの検出値を掲載

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。

1年ぶり登場 芽キャベツをスープやお鍋にポン

芽キャベツは甘味の中にほのかな苦みがあり、シチューやバター炒めなど、洋風な料理に向いています。見た目もコロコロかわいので、そのままフライにしても美味。サラダにしても、美味しさを存分に味わえます。



27 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。農業使用は夜盗虫大量発生時のみ。

シチューや、茹でて温野菜サラダにして、マヨネーズをつけてどうぞ。減農薬栽培。岡安さん達(愛知県・幸田町)

26 芽キャベツ
約130g 190円(税込) 205円(通常税込) 216円
愛知県

小林さんのサンふじ登場です



28 長野・小林さんのサンふじ(はねだし)
3玉 350円(税込) 378円
長野県

甘みとコクは温州みかん以上!? 無茶々園の「ポンカン」



29 1kg 540円(税込) 583円
30 3kg 1500円(税込) 1620円
愛媛県

渥美農園(静岡県・浜松市) 渥美さんの温州みかん
31 800g (7~13玉) 398円(税込) 430円
32 2kg 780円(税込) 842円
静岡県 [放] 不検出 <3.3 <4.0

江川農園(神奈川県・小田原市) 江川さんの青島みかん
33 1kg 380円(税込) 410円
34 5kg 1800円(税込) 1944円
神奈川県

35 天草エクセレント(無選別)
700g(7~12玉) 598円(税込) 646円
愛媛県
36 江川さんのキウイフルーツ
500g 398円(税込) 430円
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

37 赤羽根さんのキウイフルーツ
200g(3~4玉入り) 245円(税込) 265円
栃木県

38 竹村さんのいちご
200g x 2 850円(税込) 918円
茨城県 [放] 不検出 <0.9 <1.0

39 いちご(とちおとめ)
200g 650円(税込) 702円
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

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

41 りんご(ふじ)
3玉 410円(税込) 443円
山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

42 にんにく
約100g 220円(税込) 238円
熊本県

43 しょうが
100g 159円(税込) 172円
高知県

44 大葉
10枚 95円(税込) 103円
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2

45 葉ねぎ(小ねぎ)
約50g 117円(税込) 126円
千葉県 [放] 不検出 <4.1 <4.1

46 ルッコラ
50g 192円(税込) 207円
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.1

47 水菜
150g 162円(税込) 175円
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.7

48 中村さんのペペーリーフ 2袋
40g x 2 314円(税込) 340円
茨城県

49 もやし
250g 51円(税込) 55円
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

レンコンチームが高柳さんのところへ取材に行きました!
2019年秋~2020年春にかけて、「れんこん強化チーム」として供給担当の岩野・大橋・伊原・小室・渡邊の5人が組合員の皆さんに地元茨城県行方の高柳さんが作るれんこんをおすすめしています。...

From 微生物農法の会
51 大和田さんのさつまいも
500g 220円(税込) 238円
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.4
52 微生物農法の会の小松菜
1束 176円(税込) 190円
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

54 長島さんのレタス
1玉 250円(税込) 270円
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9
55 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 <3.2 <3.6

53 干しいも(微生物農法の会)
茨城の味覚を微生物農法の会から。さつまいもの栽培から干し加工まで一貫して行っています。
160g 550円(税込) 594円
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.3

56 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。農業無散布。
500g 398円(税込) 430円
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.0

57 浅野さんのほうれん草
秋口はトンネル、以降は露地栽培。人參でおなじみ、常総市の浅野さんより。農業無散布。
1束 約200g 176円(税込) 190円
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

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

JOSOトマトでリコピン・ビタミンEをチャージ

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。



右田さん達(熊本県・芦北町)

59 ミニトマト

熊本県 約150g 220円(税込238円)

中玉で特に甘〜い品種「フルティカ」

大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。



大木さん(茨城県・常総市)

61 大木さんの中玉トマト

茨城県 300g 368円(税込397円) [放] 不検出 <5.2 <4.3

ハリッパリの食感が特徴♪



藤嶋さん、瀧本さん(熊本県・天草市)

60 初恋スマートミニトマト

熊本県 約200g 276円(税込298円)

シーズン最終 食べ応えのある大玉トマト

初穀、鶏糞、米糠に島本微生物の酵素資材を加えたものを使用。減農薬栽培。



62 トマト(産旬系)

熊本県 450g 555円(税込599円) [放] 不検出 <5.2 <4.3

平均糖度8〜10度のフルーツ感覚のミニトマトです。日持ちがよく甘みだけでなく酸味もある甘酸バランスよいトマトです。ヘタの取れた果実も入ります。減農薬栽培。



木村農園(茨城県・つくば市)

63 木村さんのターサイ

クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。減農薬栽培。

1株 160円(税込173円) 茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4



福山さん達(宮崎県・新富町)

64 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

豊作につき 産地応援価格!



さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農薬使用を最小限に。

井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)

66 サラダスナップ

約100g 245円(税込265円) [放] 不検出 <4.0 <4.5



木村農園(茨城県・つくば市)

67 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



木村農園(茨城県・つくば市)

68 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(4〜5玉) 183円(税込198円) 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

冬はお鍋にみそ汁にどうぞ

※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。

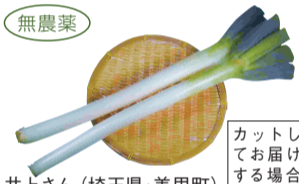
69 大根

3須さん達(千葉県・富里市) 1本 190円(税込205円) 千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

※できるだけ葉付きでお届けします



三浦大根70cmはありそうな大きさ、味もすばらしくおいしかったです。(取手市:Yさん)



井上さん(埼玉県・美里町)

70 深谷ネギ(根深白ネギ)

白い根の深谷ネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。

約350g 240円(税込259円) 埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



上野さん達(栃木県・上三川町)

71 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) [放] 不検出 <4.1 <3.7



新村さん達(鹿児島県・大崎町)

72 かぼちゃ(カット)

エビス主体にお届けします。煮物、ソテー等に。減農薬栽培。

600g前後 554円(税込598円) 鹿児島県

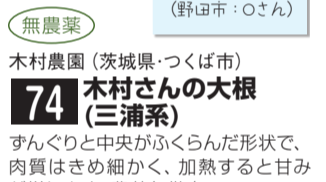


木村農園(茨城県・つくば市)

73 木村さんの黒田五寸人参

収量が少なく作付けする農家が減っている品種です。やわらかくて美味しいと好評です。減農薬栽培。

1kg 218円(税込235円) 茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.9



木村農園(茨城県・つくば市) 74 木村さんの大根(三浦系) すんぐりと中央がふくらんだ形状で、肉質はきめ細かく、加熱すると甘みが増します。農薬無散布。 1本 205円(税込221円) 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



75 干し柿(市田柿)

7〜8個200g 780円(税込842円) 長野県

生柿をじっくり、じっくり凝縮。なんと1/3の重さになるまで自然乾燥。糖度は50〜70%になると言われます。

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



波部さん(北海道・上士幌町)

76 メークイン

舌触りが「男爵」のようなさらさらした感じではなく滑らかで、ほんのりと甘味があります。農薬無散布。

1kg 290円(税込313円) 北海道

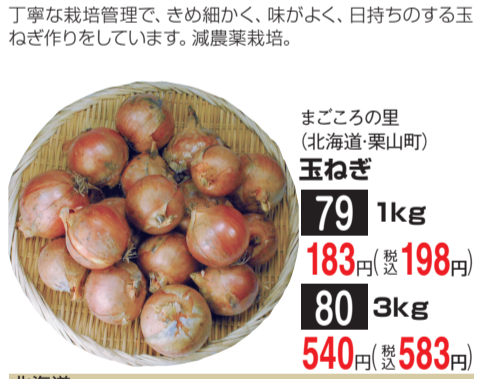


波部さん(北海道・上士幌町)

77 じゃがいも

1kg 280円(税込302円)

78 3kg 800円(税込864円) 北海道



まごころの里(北海道・栗山町)

79 玉ねぎ

1kg 183円(税込198円)

80 3kg

540円(税込583円) 北海道



あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

86 エリンギ

100g 261円(税込282円) 三重県

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。



木村農園(茨城県・つくば市)

81 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g 192円(税込207円) 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



きのこをふんだんに使って牡蠣鍋

1P 12「茨城県で育ったプリプリ冷凍かき」で体を温めよう♪



木村農園(茨城県・つくば市)

82 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 <3.8 <3.6



丸金(長野県・長野市)

83 えのき茸

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

200g 208円(税込225円) 長野県



安田さん(福島県・郡山市)

87 安田さんのなめこ

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

70g 115円(税込124円) 福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

88 A品

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

100g 210円(税込227円) 茨城県

89 B品

200g 225円(税込243円)

畑が丸ごと食卓に届く 農薬無散布・無化学肥料の野菜セット

清水さんの野菜セット 7〜9品目 1270円(税込1372円)	天池さんの野菜セット 7品目 1300円(税込1404円)
清水さんの野菜セット 5〜6品目 910円(税込983円)	微生物農法の会野菜セット 5〜6品目 1250円(税込1350円)
清水さんの野菜セット 3〜4品目 635円(税込686円)	
宇治田さんの野菜セット 6〜8品目 1838円(税込1985円)	
天池さんの野菜セット 5品目 940円(税込1015円)	

石岡市・やさで作る若き生産者「田中農園」

畑の状況で内容は毎回変わります 八郷の有機農業生産者(田中さん)より旬の野菜をお届け。農薬無散布・無化学肥料栽培。

田中農園(茨城県・石岡市)

65 田中農園の野菜セット

4品目 720円(税込778円) 茨城県

冬はお鍋にみそ汁にどうぞ ※できるだけ葉付きでお届けします

組合員さんからの口コミ

大変美味しくなりました。本物の三浦大根でした。(野田市:Oさん)

水産品

- ・近海・天然ものを中心に扱います。
- ・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。

旬のお野菜たっぷり添えて！ カラダ温めカゼ予防！

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）

90 **かきたっぷり海鮮鍋（スープ付）**

凍 30日 180日 **◎** **◎**

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)



たっぷりの野菜といっしょにホイル焼きにも

特 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) **93** **香ばし味噌のさばフィレ**

凍 30日 **◎** **◎**

片身2枚 **398**円(税込 **430**円) 通常税込 **454**円
さば(長崎県)

特 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) **94** **香ばし味噌のぶり切身**

凍 30日 **◎** **◎**

5〜6切 **645**円(税込 **697**円)
ぶり(長崎県)

ふるさと 東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

91 **真だら切身**

北海道・青森県沖で漁獲された真だらを切身加工しました。ホイル蒸しや、鍋の具材に。

凍 3切180g **435**円(税込 **470**円)
真だら(北海道・青森県沖太平洋)

かきの持ち味をしっかり味わえるつまみです。つなぎに山芋を使いふんわりした仕上がります。

ふるさと トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

92 **かにつみれ**

凍 180日 卵か米 **◎** **◎** 160g **400**円(税込 **432**円)
か(アメリカ、日本、その他)

ふるさと 中村海産(富山県・氷見市)

98 **ししゃもみりん干し**

身がうまいオスししゃもをみりん干しに！オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬けて冷めても柔らかいです。

原材料:カラフトししゃも(アイスランドまたはノルウェー産)、砂糖、食塩、ごま、本みりん、澱粉分解物 ※澱粉分解物は国産さつまいも由来の澱粉加工品。

凍 180日 **◎** 60g **315**円(税込 **340**円) 通常税込 **356**円
カラフトししゃも(アイスランドまたはノルウェー)

ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

99 **天日干しアジ**

潮風と太陽で干し上げる「天日干し！」佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。

凍 30日 4枚210g以上 **498**円(税込 **538**円)
真あじ(佐賀県)

ふるさと 塩屋(茨城県・ひたちなか市)

95 **国内産冷凍あさり(増量)**

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。さっと洗った後、冷凍のまま加熱調理してください。

凍 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)

ふるさと 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

97 **子持ちからふとししゃも**

ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から原料の良いものを目利きしてお届け。大型サイズで脂のりが良く、抱卵率が高いです。

凍 180日 7〜10尾180g **298**円(税込 **322**円) 通常税込 **346**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。

ふるさと 丸一商店(千葉県・南房総市)

102 **2枚** 片身2枚200g **350**円(税込 **378**円)
103 **3枚** 片身3枚300g **500**円(税込 **540**円)
真さば(ノルウェー)

ふるさと 下谷平次郎商店(千葉県・銚子市)

104 **さんま開き2枚**

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

凍 120日 2枚200g **350**円(税込 **378**円)
さんま(北海道)

ふるさと ヤマフ(佐賀県・唐津市)

100 **九州産真あじの生開き干し**

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

凍 2枚160g **400**円(税込 **432**円)
真あじ(九州)

ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

101 **甘塩縞ほっけ開き**

脂の乗りがよい縞ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。

凍 30日 約350g **598**円(税込 **646**円) 通常税込 **680**円
縞ほっけ(アメリカ)

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。

ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

108 **真あじフィレ**

凍 30日 片身5〜8枚前後200g **461**円(税込 **498**円)
真あじ(長崎県)

無塩

ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

109 **雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)**

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

凍 30日 80g×3 **498**円(税込 **538**円)
秋鮭(北海道)

ふるさと 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

105 **雄武産 秋鮭(雄宝)西京漬**

雄武沖で漁獲したブランド秋鮭「雄宝(ゆうほう)」を、鳴門魚類独自配合の味噌漬けにしました。

凍 30日 3切160g **498**円(税込 **538**円)
秋鮭(北海道)

身離れが良く食べやすい！

ふるさと ダイヤツ(鳥取県・米子市)

107 **氷温造り シルバー醤油漬**

主に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 180日 4切220g **450**円(税込 **486**円)
シルバー(主にニュージーランド)

山陰 兵庫県 浜坂港より

新春のお魚便り

本年もよろしく お願いいたします！

ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

112 **はたはた下処理済み**

山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて。天ぷらの具材にも。

凍 90日 約100g **288**円(税込 **311**円) 通常税込 **322**円
はたはた(兵庫県)

ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

113 **山かれい切り身**

上品な白身で地元では人気！調理例:ムニエル

凍 90日 150g **268**円(税込 **289**円)
山かれい(兵庫県)

ふるさと 共和水産(岩手県・宮古市)

115 **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。

凍 200g **398**円(税込 **430**円)
ムラサキイカ(国内産)

ふるさと 丸千水産(千葉県・南房総市)

117 **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し、サラダ等で。

凍 100g **435**円(税込 **470**円)
バナメイエビ(タイ)

ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

113 **山かれい切り身**

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。

凍 90日 150g **268**円(税込 **289**円)
山かれい(兵庫県)

ふるさと 山米(兵庫県・新温泉町)

114 **さわらの生塩麹漬け**

兵庫県浜坂港で水揚げされた新鮮魚をその日のうちに生塩麹に漬け込みました。

凍 90日 2切120g **498**円(税込 **538**円) 通常税込 **590**円
さわら(兵庫県)

ふるさと 共和水産(岩手県・宮古市)

118 **そのまま食べられるプリッとほたて**

青森県陸奥湾産のほたてをスチーム加熱し、内臓除去後凍結しました。サラダ、炒め物など幅広く使えます。

凍 100g **398**円(税込 **430**円)
ほたて(青森県)

ふるさと 共和水産(岩手県・宮古市)

119 **そのまま使える!するめいか(リング)**

冷蔵庫内、または流水で解凍後、サラダの具材などですぐに食べられます。※加熱すると硬くなります。

凍 150g **420**円(税込 **454**円)
するめいか(三陸北部沖)

ふるさと トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

110 **ロシア産紅鮭切身(中辛)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、おにぎりにもどうぞ。

凍 180日 2切140g **380**円(税込 **410**円)
紅鮭(ロシア)

ふるさと トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

111 **エビ・ホタテ・タコミックス**

常備して便利！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 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)

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、及び北海道南部地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。

上品な味わいの
白身魚です!



特

キョーワ (香川県・三豊市) 4個入

120 北海道産 白身魚フライ

北海道の定置網で漁獲したクロソイを使用。骨取り後、フライ用に仕上げました。

凍 米 小

4個 (200g) **375円** (税込 **405円**) 通常税込 **419円**

クロソイ (北海道)

酢の漬け込み時間は
短めなのでさっぱり!



特

音丸水産 (長崎県・長崎市)

121 しめさば(あぶり)

長崎県で水揚げされた旬のさばを使用。魚の旨味を逃さぬよう1枚1枚振り塩し、酢めにしてあぶりしました。

凍

1枚95g **375円** (税込 **405円**) 通常税込 **421円**

さば (長崎県)

常総生協
オリジナル醤油で
漬け込みました!



特

山米 (兵庫県・新温泉町)

122 ほたるいかの沖漬け (常総醤油)

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

凍 米 大 小

100g **365円** (税込 **394円**) 通常税込 **410円**

ほたるいか (山陰)

小鍋で
手作りします



特

前回好評

またか水産 (宮城県・石巻市)

123 がぜみそ (うに味噌漬)

最も美味しい時期(6月~8月)の宮城県産天然きたむらさきうにを使用。地元の仙台味噌、砂糖、日本酒で味付けしました。

凍 米 大

80g **615円** (税込 **664円**) 通常税込 **680円**

きたむらさきうに (宮城県)

カンタン!美味しい!
鮭×チーズのコラボ



特

カンタン!美味しい!らくチン!そして満足な一品です。春巻きの皮のバリバリ感と鮭とチーズのしっとりとしたコラボは新発見です。凍ったまま、フライパンで少し焦げ目がつく程度に焼き、ペーパーなどを添えた白い皿に盛り。それだけでとっても幸せな気分の食卓になります。もちろん、お弁当にもおすすめです!

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。

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

124 フライパンでできる 鮭とチーズのカリカリ包

凍 米 大 小

150g(6個) **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**

秋鮭 (北海道)

組織チーム
加藤の
おすすめ

原材料: 秋鮭(北海道)、春巻きの皮(小麦粉、食塩)、ナチュラルチーズ、食塩、コショウ、増粘剤(加工でんぷん)、乳化剤 ※加工でんぷんは馬鈴薯由来(GM分別)。

丸三水産 (千葉県・南房総市)

125 生からつった 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 米 大 小

80g **390円** (税込 **421円**)

真あじ (千葉県) [放] 不検出 <2.8 <2.9

三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたいかに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。



126 三陸岩手 いかの糸造り

共和水産 (岩手県・宮古市)

凍 米 大 小

80g **398円** (税込 **430円**)

するめいか (三陸)

山菱水産 (福島県・いわき市)

127 生からつった ねぎとろ用

フィリピン近海の本釣りのきはだまぐろを、水揚げ後すぐに現地指定工場にて加工し、急速凍結しました。

凍 米 大 小

60g×2 **425円** (税込 **459円**)

きはだまぐろ (フィリピン)

山菱水産 (福島県・いわき市)

128 簡単解凍!一本釣りの きはだまぐろ

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

凍 米 大 小

120g **500円** (税込 **540円**)

きはだまぐろ (フィリピン)

山菱水産 (福島県・いわき市) 2食入

129 びんちょうまぐろ (丼用)

身質の良いびんちょうまぐろを切り落とし風にスライスし、醤油ベースのやや甘めのタレに漬け込みました。

凍 米 大 小

70g×2 **415円** (税込 **448円**)

びんちょうまぐろ (太平洋)

山菱水産 (福島県・いわき市) 2食入

130 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 米 大 小

70g×2 **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **448円**

きはだまぐろ (南太平洋)

共和水産 (岩手県・宮古市) 2食入

131 おらがつった 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 米 大 小

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

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

132 魚屋さんの 混ぜちりめん

国産の小魚と7種類の海藻を混ぜ、色々な風味が楽しめます。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。

凍 米 大 小

60g **330円** (税込 **356円**)

しらす (遠州灘~伊勢湾)

三河屋 (愛知県・岡崎市)

133 愛知産 しらす干し 徳用 2個組

大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をバック詰めしました。

凍 米 大 小

60g×2 **552円** (税込 **596円**) 通常税込 **626円**

いわし稚魚 (愛知県)

三河屋 (愛知県・岡崎市)

134 愛知産釜揚げしらす 徳用

大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げ(加熱蒸気加工)しました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。

凍 米 大 小

60g **290円** (税込 **313円**)

いわし稚魚 (愛知県)

氷温造り



139 氷温造り 秋鮭の南蛮漬

北海道産の秋鮭を国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。

凍 米 大 小

200g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**

秋鮭 (北海道)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市) 7~9個

135 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 米 大 小

7~9個180g **395円** (税込 **427円**)

さんま (国内産)

共和水産 (岩手県・宮古市)

136 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粉を使用した白パン粉で仕上げました。

凍 米 大 小

200g **600円** (税込 **648円**)

するめいか (国内産)

房州の郷土料理

スズ市水産 (千葉県・南房総市) 10個

137 房州あじさんが焼き

房州の伝統的な漁師料理。あじ、このろのすり身に、味噌、玉ねぎ、馬鈴薯澱粉を加え、大葉で巻きました。

凍 米 大 小

10個180g **445円** (税込 **481円**)

真あじ (千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.0

大黒淡水 (静岡県・焼津市)

138 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、砂糖とシンプルなお内容。

凍 米 大 小

70g×2 **2180円** (税込 **2354円**) 通常税込 **2452円**

うなぎ (愛知県)

マイルドなお酢の加減です!

ダイマツ (鳥取県・米子市)

140 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。まろやかな甘酢です。

凍 米 大 小

220g **320円** (税込 **346円**)

真あじ (日本海)

少し唐辛子が入っています

ダイマツ (鳥取県・米子市)

141 氷温造り さわらの雪見おろし(南蛮柚子)

国産(一部韓国産)のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。

凍 米 大 小

220g **335円** (税込 **362円**)

さわら (国内産、韓国)

秋川牧園の
佐藤さんおすすめ
甘辛味でご飯が進む

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。



389 若鶏手羽中 ハーフ(バラ凍結)増量

506 みりん

524 生しほり醤油

名古屋風甘辛チキンバー



◆材料(4人分)
手羽中ハーフカット.....500g
小麦粉.....大4
タレ
醤油.....大4
みりん.....大2
砂糖.....大2
んにくすりおろし...1片分
酒.....大3
ゴマ油.....小1/2
サラダ油.....適量
ゴマ.....適量
こしょう.....適量

◆作り方
① 手羽中に小麦粉をまぶします。
② フライパンを中火で温めサラダ油を熱して鶏肉を焼きます。
③ 焼き目がついたら裏返して全体に火が通るまで焼きます。
④ タレを加えて強火にし、全体に絡むようにとろみがつくまで煮ます。
⑤ 器に盛ってゴマとこしょうをふって出来上がり。

◆下準備: タレの調味料を混ぜ合わせておきます。

切り取ってご活用ください

旬のわかめを
ササミと一緒に
つるっとした喉ごし

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。



24 採ってそのまま生わかめ

25 つくば茜鶏ササミ

71 長ねぎ

鶏ササミとわかめの
しゃぶしゃぶ



◆材料(2人分)
ササミ.....300g
長ねぎ.....1本
わかめ.....50g
「水」.....1ℓ
A酒.....1/2カップ
L昆布.....10cm

◆作り方
① ササミは薄いそぎ切り、長ねぎは斜め切り、わかめは湯通しして一口大に切る。
② 鍋にAを入れて弱火でひと煮立ちさせ、長ねぎとわかめを入れる。
③ 沸騰したらササミをしゃぶしゃぶにして、わかめ、長ねぎと一緒にいただく。

つけダレはポン酢やゴマダレなどお好みでどうぞ。

切り取ってご活用ください

みそを使った和風仕立て みそ煮込み ハンバーグ



味噌とトマトは相性が良いので、ソースにトマトピューレやケチャップを使うのもおすすめ。通常のソースの隠し味として味噌を使うのも味に深みが増すので◎。

岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

142 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。

300g **400円**(税込 **432円**)

茨城県

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

146 岩瀬さんの豚肩ブロック(ネット巻き)

豚肩ブロックをチャーシュー用にネット巻きしてあります。

300g **495円**(税込 **535円**)

茨城県



岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

143 岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。

100gあたり **約276円**

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

144 岩瀬さんの豚ロースしゃぶしゃぶ用

きめが細かく脂が適度に入った部位。しゃぶしゃぶ用にスライスしました。

100gあたり **約283円**

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

145 岩瀬さんの豚肩ロース切身

赤身の中に適度な脂身の交じる美味な部位。とんかつや、ポークソテーも美味。

2枚 200g **440円**(税込 **475円**) 通常税込 **486円**

茨城県



岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山

149 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。

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

150 ローズポークモモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

500g **980円**(税込 **1058円**)

茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

151 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。

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

152 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。

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

153 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。

300g **460円**(税込 **497円**)

茨城県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

154 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。

200g **498円**(税込 **538円**)

神奈川県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

155 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。

200g (固形量約80g×2) **554円**(税込 **598円**)

豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

156 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。

5~7枚200g **700円**(税込 **756円**)

豚肉 (神奈川県)



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

157 豚レバー

ビタミン、鉄分豊富なレバー。牛乳につけて臭みをとって、ニラレバ炒め等につけて。

300g **210円**(税込 **227円**)

国内産 [放] 不検出 <4.1 <4.2



JA全農いばらき (茨城県) 野口商店

158 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。

400g **650円**(税込 **702円**)

茨城県

鶏肉

・つくば苗鶏：動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼いの鶏です。Non-GMO、PHFの飼料を与えます。飼育期間は約80日（一般的には55日）。



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

159 つくば苗鶏 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。

300g **370円**(税込 **400円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

160 つくば苗鶏 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。

300g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

161 つくば苗鶏 ムネモモ小間切

鶏のクリームシチュー

250g **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **529円**

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

162 つくば苗鶏 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。

250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

163 つくば苗鶏 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。

400g **525円**(税込 **567円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

164 つくば苗鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

400g **515円**(税込 **556円**) 通常税込 **567円**

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

165 つくば苗鶏 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。

250g **240円**(税込 **259円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

166 つくば苗鶏 挽肉

ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

500g **660円**(税込 **713円**)

茨城県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

169 鹿児島 坊津黒牛 角切りビーフシチュー用

モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカット。

170g **700円**(税込 **756円**)

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

170 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。

300g **1630円**(税込 **1760円**) 通常税込 **1814円**

鹿児島県

牛肉

・坊津黒牛(鹿児島)：鹿児島県坊津地区の榎木さん、草野さん、渡辺さんからの黒毛和種です。3年かけて育てます。

・国産牛：大分県、福岡県の生産者(3名)のホルスタイン種です。

・山方(やまがた)牛：茨城県の銘柄牛です。黒毛和種とホルスタインのかけ合わせです。



福永産業 (福岡県・遠賀町)

171 鹿児島 坊津黒牛 モモしゃぶしゃぶ用

程良い霜降りの入った赤身主体のモモ肉をうす切りにしました。

300g **1480円**(税込 **1598円**)

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

168 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用170g×2

モモ肉をすき焼き用にスライスしました。

モモ170g×2 **1700円**(税込 **1836円**) 通常税込 **1901円**

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

170 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。

300g **1630円**(税込 **1760円**) 通常税込 **1814円**

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

171 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用×2

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。

170g×2 **1770円**(税込 **1912円**) 通常税込 **1944円**

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

170 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。

300g **1630円**(税込 **1760円**) 通常税込 **1814円**

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

171 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用×2

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。

170g×2 **1770円**(税込 **1912円**) 通常税込 **1944円**

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

171 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用×2

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。

170g×2 **1770円**(税込 **1912円**) 通常税込 **1944円**

鹿児島県

ふるさと
福永産業 (福岡県・遠賀町)
172 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし
170g×2
炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。たっぷり使える2パック組でお届けします。
凍 賞30日 170g×2 **1370円**(税込**1480円**)
鹿児島県

ふるさと
福永産業 (福岡県・遠賀町)
173 鹿児島 坊津黒牛 特選切り落とし
150g×2
モモ、ウデ等の鮮やかな霜降りの入った部分のみを厳選した黒牛の切り落とし。2パック組のお徳用です。
凍 賞30日 150g×2 **1640円**(税込**1771円**)
鹿児島県

ふるさと
福永産業 (福岡県・遠賀町)
174 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

245 のキムチと一緒に
JA全農いばらき (茨城県)ミートバル村山
175 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
・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。

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
176 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)
177 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 **335円**(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)
178 鎌倉粗挽
ロングウインナー
野菜と一緒にドッグパンにはさんで。
冷 賞10日 27g×5 **280円**(税込**302円**)
豚肉 (国内産)

中津ミート (神奈川県・愛川町)
179 中津皮なし
和風ミニウインナー
温めると醤油の控え目な旨味が広がります。食べやすい皮なし。
冷 賞7日 大 小 120g **287円**(税込**310円**)
豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)
180 ベーコン
スライス
甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。
冷 賞7日 100g **380円**(税込**410円**)
豚肉 (神奈川県)

中津自社牧場で健康に育った豚の腸のみを、特製味噌で煮込みました。お好きな具材を足してどうぞ。
中津ミート (神奈川県・愛川町)
181 中津もつ煮込み
(味噌味)
冷 賞24日 大 小 250g **361円**(税込**390円**)
豚モツ (神奈川県) [放] 不検出 <4.2 <3.7

中津ミート (神奈川県・愛川町)
182 中津麻婆豆腐の素
(甘口)
豚肉本来の味を大切にしたシンプルな味付け。豆板醤を使っていないので、辛いのが苦手な方でも。
冷 賞24日 大 小 200g **365円**(税込**394円**)
豚肉 (神奈川県) 通常税込 405円

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

秋川牧園 (山形県・山口市)
185 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っていただけるよう薄味に仕上げています。自然か流水解凍。お好みのサイズに切り分けてお召上がりください。
凍 賞 100g **348円**(税込**376円**)
鶏肉 (国内産) 通常税込 388円

せん切り野菜をハムで巻いて
好みの野菜をせん切りにし、ハムで巻いて食べる新食感のサラダです。野菜には味をつけず、ハムの塩気でいただきます。
鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
183 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 **480円**(税込**518円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.1 <3.7 通常税込 540円

中津ミート (神奈川県・愛川町)
186 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 **342円**(税込**369円**)
豚肉 (神奈川県) 通常税込 380円

鈴木牧場 牛乳ピンは洗ってお返してください
牛乳ピンは再利用いたしますので、飲み終わったらピンを洗って供給担当に返却ください。ご協力のほどお願い致します。

ピンは再利用します。キャップ内側の白い円ボタンを取って、必ずご返却下さい

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ので、ツツツと脂肪のかたまりがでてきませんが、口当たりは違和感なく、なめらかなやさしい味です。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場ヨーグルト
187 プレーン 400g **361円**(税込**390円**)
188 加糖 400g **370円**(税込**400円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

牛乳・卵
・サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛づくりにこだわり、生乳の生産から加工まで一貫しておこなっています。
・卵: 飼料は non-GMO (非遺伝子組換え)、抗生物質や抗菌剤など使用しないものを与えています。

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
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10日 乳 1ℓ **219円**(税込**237円**)
生乳 (北海道)

土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。
冷 賞届いて3日 乳 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10日 500ml **178円**(税込**192円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

北海道十勝産の生乳を50%以上使用。砂糖、ブラジル産コーヒー、乳製品のみで作りました。
よつ葉乳業 (北海道・音更町)
189 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)

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
190 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 **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)
191 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 **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)
192 石岡 鈴木牧場
さけるチーズ(パルジ)
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

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。
賞11日 卵 10個 **236円**(税込**255円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

宇治田農場 (茨城県・石岡市)
8 宇治田さんの
平飼卵
多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬・抗生物質不使用。
賞7日 卵 6個 **330円**(税込**356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

契約者、募集中です!
有機農業の循環の中から産まれた卵です
天海さん、杉山さん(茨城県・石岡市)
契約「やさと」仲間
平飼卵
開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。
賞6個入り 卵 330円(税込356円)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

よつ葉のヨーグルトに 個食タイプが新登場



のむヨーグルトの姉妹品です♪ 15ページでご紹介しています

乳原料は100%北海道産。乳原料の美味しさに自信があるからこそこのシンプルな素材で作りました。



さわやかな甘みと酸味を持つりんごを加えることで、ミルクとフルーツの素材をいかに味わいになっています。香料不使用。



よつ葉乳業 (北海道・音更町) 193 よつ葉のむヨーグルト (プレーン) 250g 176円 (税込190円) 生乳 (北海道)

よつ葉乳業 (北海道・音更町) 194 よつ葉のむヨーグルト (りんご) 250g 176円 (税込190円) 生乳 (北海道)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市) 203 まめぞう豆乳プリン まったり黒ゴマ 110g x 2 230円 (税込248円) 豆乳 (国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.6



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市) 204 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力スタードプリンです。ゼラチン(豚由来)使用。 100g x 2 250円 (税込270円) 牛乳 (愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5



ホリ乳業 (石川県・金沢市) 195 腸内活性ヨーグルメイト (プレーン) 380g 550円 (税込594円) 生乳 (石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



ホリ乳業 (石川県・金沢市) 196 腸内活性ヨーグルメイト (加糖) 90g x 3 465円 (税込502円) 生乳 (石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



サツラク農協 (北海道・札幌市) 197 サツラク酪農家限定ヨーグルト (プレーン) 500g 265円 (税込286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) 198 サツラク酪農家限定ヨーグルト (加糖) 80g x 3 212円 (税込229円) 生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



北海道酪農公社 (北海道・江別市) 199 北海道 チェーンバター 100g 285円 (税込308円) 生乳 (北海道)



日本生活協同組合連合会 200 CO乳酸ドリンク 65ml x 10本入 柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。 65ml x 10 178円 (税込192円) [放] 不検出 <3.4 <4.1



酪玉乳業 (福島県・郡山市) 201 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。 180ml x 2 240円 (税込260円) 生乳 (福島県)



酪玉乳業 (福島県・郡山市) 202 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。 180ml x 5 590円 (税込637円) 生乳 (福島県)

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。

おかべやの豆腐は 1ページでご案内しています

おかべや 208 おかべや 萬歳豆腐 75g x 4 189円 (税込204円) 大豆 (国内産)

丸和食品 211 もめん豆腐 300g 176円 (税込190円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

丸和食品 212 きぬ豆腐 300g 165円 (税込178円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

丸和食品 213 押し豆腐 220g 235円 (税込254円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1

おかべや 209 おかべや 銀杏入り野菜がんも 1個 150円 (税込162円) 銀杏 (新潟県)

おかべや 210 おかべや 一口生揚げ 6個 250円 (税込270円) 大豆 (青森県) [放] 不検出 <3.9 <4.0

丸和食品 214 油揚げ 3枚 165円 (税込178円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

丸和食品 215 きざみ揚げ (冷凍) 100g 208円 (税込225円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

丸和食品 216 絹生揚げ 230g 205円 (税込221円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5

丸和食品 217 豆乳 300cc 210円 (税込227円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6

JAやさと 219 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付) 35g x 3 148円 (税込160円) 大豆 (茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.3

水府納豆 220 水府納豆ミニ3 (タレ・カラシ付) 40g x 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 221 遊作納豆 (タレ・カラシ付) 80g 206円 (税込222円) 大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.7

丸和食品 218 味付いなり揚げ 2個組 10枚 x 2 780円 (税込842円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

丸和食品 219 納豆乳 300cc 210円 (税込227円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6

丸和食品 220 納豆乳 300cc 210円 (税込227円) 大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6

登喜和食品 222 十勝の息吹 大粒2P (タレ・カラシ付) 40g x 2 172円 (税込186円) 大豆 (北海道)

白鷹農産加工研究会 223 しらたか納豆糎漬 (山形県大豆) 130g 330円 (税込356円) 大豆 (山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.4

日配品 224 上州産 徳用ごんにやく 450g 110円 (税込119円) こんにゃく粉 (群馬県) [放] 不検出 <4.2 <3.7

鶴田食品千葉 225 上州産 徳用しらたき 400g 110円 (税込119円) こんにゃく粉 (群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5

市川食品 226 青のり入り さしみこんにゃく 2袋 10枚 x 2 290円 (税込313円) こんにゃく粉 (群馬県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

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。



イズックス (東京都・中央区)

259 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。

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

260 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取穫後、加工・凍結しました。保存に便利なチャック付き。

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

261 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。

300g 262円(税込283円)
大豆(北海道)



リマス(千葉県・船橋市)

262 国産あかもくめかぶミックス

あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感にねばりがわり、とても食べやすい商品です。解凍後お好みのたれをかけてお召し上がりください。

40g×3 330円(税込356円)
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)



リマス(千葉県・船橋市)

263 松島産おさしみあかもく

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。

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

手軽にご家庭で手造りの味が楽しめます



サンフレッセ(埼玉県・伊奈町)

264 冷凍内麦ピザ生地

国産小麦粉を使用、イーストフード不使用の内麦生地。作り方は、自然解凍(室温で2~3時間)して伸ばし、お好きな具をトッピングしてオーブントースターなどで焼くだけ。

480g(4個入) 333円(税込360円)
小麦(国内産)

香りとお味の深みのある甘さが自慢



265 冷凍ただちやまめ

山形県庄内平野で、化学合成農業・化学肥料を使わず、心を込めて育てた茶豆系の枝豆です。さっと湯がいて。

200g 503円(税込543円)
枝豆(山形県)

おうちで中華
272 ヨコハマの餃子
273 徳用北京餃子
餃子の皮は国産小麦粉使用。

朝絞りの生乳を
コトコト煮込んで
作りました



大進食品(神奈川県・横浜市)

268 北海道八雲発マム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。凍ったまま揚げてください。

40g×6 393円(税込424円)
生乳(北海道) [放]不検出<2.9<3.7

ハンバーグやカレーなどの料理に



266 ローストオニオン

国産の玉ねぎを薄くスライスし時間をかけると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。

100g×2 422円(税込456円)
玉ねぎ(国内産)

ボリューム感たっぷりです



267 お魚屋さんが作った厚切フィッシュフライ

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

5枚300g 400円(税込432円)
小麦(国内産)

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)



274 国産原料にこだわったお徳用春巻

豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げてください。

14本420g 410円(税込443円)
小麦(国内産)

大進食品(神奈川県・横浜市)



275 マム おいしい肉海老シューマイ

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

6個210g 500円(税込540円)
豚肉(群馬県)

皮がもちもち



276 えびにら餃子

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

18g×10 385円(税込416円)
えび(インドネシア、ベトナム、他)

ピリ辛くまコリコリ食感!
久々登場



大進食品(神奈川県・横浜市)

269 コリコリ砂肝ゆずこしょう炒め

若鶏の砂肝をスライスして、薬味の「ゆずこしょう」と醤油ベースの特製タレにつけました。解凍後フライパンで炒めて。

120g 239円(税込258円)
鶏肉(山口県、他)

夕飯にも便利な一品!



秋川牧園(山口県・山口市)

270 若鶏ささみ天

若鶏ささみ(国内産)

特
ささみを使用したやわらかいとり



秋川牧園(山口県・山口市)

271 ふんわり豆腐ハンバーグ2パック

消費剤を使用せず、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。

200g 412円(税込445円)
大豆・鶏肉(国内産)

特
お徳用3個×2パック



ニッキー(神奈川県・大和市)

272 鶏肉の簡単調理セット

鶏肉(山口県、他)

特
シンプルなお徳用ソース



ニッキー(神奈川県・大和市)

273 鶏肉の簡単調理セット

鶏肉(山口県、他)

特
お徳用3個×2パック



ニッキー(神奈川県・大和市)

274 鶏肉の簡単調理セット

鶏肉(山口県、他)

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)

277 照り焼きミートボール

豚肉と鶏肉で作ったミートボールにあんをかけ、お弁当にも使いやすい小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。

12個180g 377円(税込407円)
鶏肉・豚肉(国内産)

特
ホロっと 味わい深い仕上がり



ニッキー(神奈川県・大和市)

278 鶏ごぼうシュウマイ

鶏肉(国内産)

特
ほどよい甘酢っぱさ



秋川牧園(山口県・山口市)

285 甘酢のやわらかチキン南蛮

鶏肉(国内産)

特
鶏肉の美味しさと醤油タレの優しい風味がよくマッチ!



秋川牧園(山口県・山口市)

286 やきとりセット

鶏肉(山口県、他)

特
からあげ



秋川牧園(山口県・山口市)

279 からあげ

開放鶏舎で植物性主体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。

150g 436円(税込471円)
鶏肉(山口県、他)

特
スパイシーささみカツ



秋川牧園(山口県・山口市)

280 スパイシーささみカツ

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

160g 387円(税込418円)
鶏肉(山口県、他)

特
ブチカレーコロッケ



ニッキー(神奈川県・大和市)

281 ブチカレーコロッケ

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

20g×6 260円(税込281円)
じゃがいも(国内産)

特
チャプチェ



カラミノフーズ(東京都・新宿区)

287 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。プルプル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。

180g×2 599円(税込647円)
春雨(国内産)

特
冷凍ナムルセット(2個組)



カラミノフーズ(東京都・新宿区)

288 冷凍ナムルセット(2個組)

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

150g×2 898円(税込970円)
鶏肉(国内産)

特
パイオニアフーズ(北海道・京極町)



282 ミニポテトオーブントースター用

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

500g 298円(税込322円)
じゃがいも(北海道)

特
ニッキー(神奈川県・大和市)



283 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。

8個144g 345円(税込373円)
ごぼう(国内産)

特
ニッキー(神奈川県・大和市)



284 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さを引き立てます。

6個120g 360円(税込389円)
れんこん(茨城県)

特
カラミノフーズ(東京都・新宿区)



289 コリアンチチミ(たれ付)

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

チヂミ115g×2 たれ8g×2 460円(税込497円)
小麦(国内産)

特
カラミノフーズ(東京都・新宿区)



290 鶏五目中華ちまき

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

80g×4 630円(税込680円)
鶏肉(国内産)

特



4個入

特
2人前に
パックしました

5種
×2

菅原食品販売(宮城県・塩竈市)

291 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 5種×2個) **541円**(税込**584円**) 通常税込**594円**
かぼちゃ、さつまいも(国内産)

特

2食入

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

292 関西風きつねうどん

凍 米 大 小 2食520g **310円**(税込**335円**) 通常税込**346円**
小麦(国内産)

特

3本入 **426円**(税込**460円**)

菅原食品販売(宮城県・塩竈市)

293 海老天ぷら
塩竈の天ぷら専門メーカーが衛生的な工場徹底した品質管理の下で国産小麦の天ぷら粉と米油を使い加工しました。

凍 米 大 小 3本入 **426円**(税込**460円**)
海老(ベトナム、インドネシア)

特

200g×5 **408円**(税込**441円**)

シマダヤ(東京都・渋谷区)

294 冷凍 稲庭風うどん (5食入)
国産小麦粉使用。のどごしのよさと強いコシを兼ね備えたゆで麺。1食分をさらに半分にできる切り込み付き。

凍 米 小 200g×5 **408円**(税込**441円**)
小麦(国内産)

特

10本入

フードサービスアサヒ(愛知県・大府市)

299 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 米 小 25g×10本 **929円**(税込**1003円**)
麦豚ロース(国内産)

特

230g **685円**(税込**740円**) 通常税込**756円**

大進食品(神奈川県・横浜市)

300 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグ お惣菜セット
徳島県のれんこんと鶏肉で作ったハンバーグをメインに、茄子の揚げ浸し・ひじきと大豆の煮もの・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。電子レンジで温めて頂くだけでも便利です。お召し上がり頂けます。

凍 米 大 小 230g **685円**(税込**740円**) 通常税込**756円**
鶏ひき肉・れんこん(徳島県)

特

110g×2 **694円**(税込**750円**) 通常税込**774円**

小林さん(長野県・高山村)

295 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。農業無散布。

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

特

4本入

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

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

凍 米 大 4本180g **410円**(税込**443円**)

特

10個入

ニッコー(神奈川県・大和市)

297 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 米 小 10個400g **400円**(税込**432円**) 通常税込**430円**
小豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

特

8個入

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

298 芽吹き屋 モチ料理シリーズ くるみ
古来盛岡地方には、もてなし用としてももち料理があります。国産もち米を自社製粉したコシのある一口サイズのお餅を8つ入れ、くるみたっぷりのタレをかけました。

凍 米 大 小 8個150g **389円**(税込**420円**) 通常税込**430円**
もち米(国内産)、くるみ(アメリカ産)

食品調味料

・常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さしすせそ(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

北海道産の甜菜から作られた国産の砂糖。まろやかで上品な甘さが特長。料理はもちろん、コーヒーなどの甘味料にも。

東京フード(茨城県・坂東市)

303 甜菜糖

500g **380円**(税込**410円**)
甜菜(北海道)

優しい塩味が素材の味を引き立てます

前日OK!

HSコーポレーション(愛知県・豊明市)

517 地蔵ノ塩
「地蔵(ちくら)ノ塩」は、何億年も山の中で熟成されたヒマラヤの岩塩。ミネラルが豊富でまろやかな味わい。

500g **750円**(税込**810円**)
岩塩(パキスタン)

特

無農薬栽培の玄米100%使用。米酢に比べ、アミノ酸を多く含みます。料理はもちろん、飲用としても。

飯尾醸造(京都府・宮津市)

304 富士玄米黒酢

500ml **1450円**(税込**1566円**)
玄米(京都府)

煮物の素材の色が引き立ちます
火入れをしない生醤油。色は薄口、味は濃い口。

前日OK!

入正醤油(千葉県・東庄町)

524 入正生しぼり醤油

大 小 1ℓ **550円**(税込**594円**)
大豆(アメリカ、ブラジル)

丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。一般のしょうゆに比べて食塩50%カット。

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)

おいしい減塩 万能調味料
飛騨の蔵元「天領 純米酒」を使用し梅干、麩、昆布を加えて煮詰めた日本伝統の調味料です。上品な旨みと酸味 塩味が素材の味を引き立てます。刺身、卵かけご飯、おひたし、豆腐などお醤油代わりに。

前日OK!

天領食品(岐阜県・下呂市)

305 酒蔵のまかない調味料 煎り酒
賞製造から180日

150ml **730円**(税込**788円**) 通常税込**799円**

塩分9%

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

やまこみそ(茨城県・守谷市)

306 やまこ味噌(粒・甘口)

冷 賞120日 米 大 1kg **600円**(税込**648円**) 通常税込**648円**
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

300日以上長期熟成と、三河伝統の製法で作った本みりん。

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」

米 500ml **534円**(税込**587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。

前日OK!

キノエネ醤油(千葉県・野田市)

504 酒みりん

米 1ℓ **570円**(税込**616円**)

高級料理と梅酒作り用
オンザロックでも
20度以上の純米酒。全量自然米使用。日本酒特有のアミノ酸が奥深いまろやかな梅酒をつくります。料理酒にも。

前日OK!

仁井田家(福島県郡山市)

308 和蔵の稔り

米 1.8ℓ **2832円**(税込**3115円**)

米油(こめあぶら)の原料は、玄米を精米したときに発生する「米ぬか」で、ポーソーの米油は、国産米ぬかを使用しています。風味や香りにクセがなく、素材の旨みをいかす美味しい油で、普段のお料理からパン・スイーツまで、幅広くお使い頂けます。米油は、酸化に強い油として知られており、お料理の美味しさが長持ちするので、つくりおきやお弁当のおかずにも最適です。米ぬか由来の栄養成分を含んでおり、ビタミンEや植物ステロールをはじめ、米油特有の成分である、γオリザノールやトコトリエノールなども含んでいます。

昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無選別。

前日OK!

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

309 徳用 梅干し

賞180日 800g **1800円**(税込**1944円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

梅干しの果肉をペースト状にしたもの。甘味料などは不使用。使いやす。

前日OK!

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

310 梅びしお(チューブ入り)

賞60日 100g **320円**(税込**346円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

オリーブオイルやサラダ油の代わりに、お菓子作りにも
厳選した胡麻原料を煎らずに低温圧搾法でしぼったごま油です。焙煎胡麻油のような色や香りがなく、クセのない風味です。ペットボトル入り。

前日OK!

九鬼産業(三重県・四日市市)

311 九鬼 太白純正胡麻油

600g **980円**(税込**1058円**) 通常税込**1080円**
胡麻(ナイジェリア、他)

特

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。

前日OK!

ポーソー油脂(千葉県・船橋市)

312 米油

米 910g **675円**(税込**729円**) 通常税込**754円**
米糠(国内産)

ぽん酢くらべ



福来みかん... 筑波山に古くから親しまれているみかんで、大きさは2~3センチ位の小粒種。

313 常総醤油で作った福来ぽんず 筑波山特産の福来(ふくれ)みかんの果汁に常総醤油を加えて作ったぽん酢。やわらかい酸味の味に仕上げました。



314 梅ドレぽん酢 青梅から搾った果汁に、国産丸大豆醤油と純米酢を合わせたさわやかなぽん酢です。煮出してとった昆布と鰹のだしが効いています。



315 富士ゆずぽん酢 ゆず&かぼすのダブル果汁に、鰹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。



316 昆布旨辛ぽんず ビリリと旨みの効いたゆずこしょうと、話題の米麹を加え、国産のいよかん、ゆず、だいだいの果汁がたっぷり入った化学調味料不使用のぽんずです。



317 愛媛の果汁たっぷりぽんず 愛媛県産の伊予柑、ゆず、だいだい果汁、梅酢をたっぷり使い、天然だしでさっぱりした味に仕上げました。



543 アセローラぽんず(360ml) 生しぼりしょうゆにアセロラ、ゆず果汁を加えた、さわやかな味のぽん酢。たん白加水分解物使用。

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「ホクソン」。

318 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。通常使われるくすみではなく正品として使えるお米を使いました。

626 国産パン粉 若手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。

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。

622 片栗粉 北海道産馬鈴薯澱粉100%使用。とろみが強く透明度があります。

319 玉三 ぐちどけきなこ 遺伝子組み換えでない大豆を熟湯煎方式で芯まで煮てから粉にしました。

320 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。

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。

321 トマトのソース(トマト&バジル) イタリア産完熟トマトをふんだんに使用し、バジルの味わいを効かせたイタリア仕込みのオーガニックトマトのソースです。

535 国産つぶ野菜入り信州生まれのケチャップ 信州産トマト(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。

522 食菜酢 純米酢と純粋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。

533 マヨネーズ ユニオンソース(栃木県・日光市) 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。

546 CO野菜たっぷり和風ドレッシング500ml たっぷりの生玉ねぎの風味に、醤油のこく。生にこだわったドレッシングです。

322 えごま一番 胡麻ドレッシング えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。サラダや、しゃぶしゃぶにも。

323 コーンクリームシチュールウ 国産小麦粉使用。乳化剤や化学調味料は使用していません。

530 白だし 無添加本醸造薄口醤油をベースに、焼津産かつお本節と利尻産昆布を使った、濃厚で薄色タイプのダシ入り調味料。

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、冷風乾燥させました。

565 削り節パック 徳用 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。

324 宮崎県産 どんこしいたけ 宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。

325 函館産栽培がごめ昆布(きざみタイプ) 週間に収穫した物をフコイダン、アルギン酸、ラミナン等の成分を損なわないよう天日乾燥と低温乾燥で仕上げました。

326 おぼろ昆布 北海道産昆布をすいたもの。おにぎりに巻いても、ラーメンや味噌汁、お吸い物にも。

327 国産あかもくりねばり海藻サラダ すべて国内産の海藻を7種類使用し、水で戻すだけで約10倍に増え、簡単に調理できる便利な商品です。

597 ねばり昆布と鰹節のふりかけ 鹿児島産の本枯れ鰹節、北海道産の粘りのある昆布などをブレンド。素材の旨味を生かしたふりかけです。

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

586 三陸岩手のカトわかめ 早採り品を使用。肉厚で軟らかいのが特長。水戻しすると15~20倍に増えます。

328 瀬戸内産 無着色小えび 瀬戸内海で獲れた透明な小えび(アキアミ)を素干しにしました。風味をお楽しみください。

329 無茶々園 切り干し大根 農業、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。

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。

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。

全型10枚 270円(税込) 292円(税込) のり(国内産)

330 CO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。

200g×3 **340円**(税込**367円**)
米(山形県) [放]不検出<3.3<3.7

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

160g×3 **330円**(税込**356円**)
小豆(北海道)

332 白丸もち
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
もち米は庄内産のでわもち。減農薬・無化学肥料栽培。

500g **645円**(税込**697円**)
もち米(山形県) [放]不検出<1.7<1.3

333 きりたんぼ(比内地鶏スープ付)
米どころ秋田のあきたこまちで作りました。きりたんぼ鍋に。化学調味料を使用しない比内地鶏スープ付。

65g×5本スー720g **950円**(税込**1026円**)
米(秋田県) [放]不検出<3.7<3.9

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

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

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 **390円**(税込**421円**)
きはだまぐろ(タイ、他)

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。

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

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

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

336 きらず揚げ 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)

160g **270円**(税込**292円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.2<3.3

337 きらず揚げ しお
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)

160g **270円**(税込**292円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.1<4.3

338 ポン玄米(砂糖なし)
原材料:玄米(製造ラインで大豆、落花生の使用あり)

100g **280円**(税込**302円**)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8

339 ポン玄米(砂糖付)
原材料:玄米、グラニュー糖(製造ラインで大豆と落花生の使用あり)

100g **280円**(税込**302円**)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8

340 はちみつカステラ
大興食品(東京都・豊島区)
原材料:卵、三温糖、国産小麦粉、蜂蜜

6枚 **285円**(税込**308円**)
卵(国内産) [放]不検出<3.1<3.6

341 黒蜜どら焼
大興食品(東京都・豊島区)
原材料:三温糖、鶏卵、国産小麦粉、小豆、黒糖、加工黒糖、みりん、蜂蜜、寒天、食塩、重曹

4個 **360円**(税込**389円**)
黒糖(沖縄県) [放]不検出<3.3<3.0

342 プレーンバーム
大興食品(東京都・豊島区)
原材料:卵、砂糖、国産小麦粉、植物油(パーム油、米油)、蜂蜜、脱脂粉乳、ベーキングパウダー

約150g **237円**(税込**256円**)
卵(国内産) [放]不検出<3.4<3.5

690 きな粉ウエハース
サンコー(愛知県・豊橋市)
原材料:小麦粉、ショートニング(パーム油、ヤシ油)、砂糖、きな粉(遺伝子組み換えでない)、澱粉、玄米粉、植物油(パーム油)、モルトエキス

30個 **173円**(税込**187円**)
大豆(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

343 ごま棒ビス
大興食品(東京都・豊島区)
原材料:小麦粉、三温糖、植物性ショートニング(パーム油、米油)、加糖練乳、黒ごま、脱脂粉乳、塩、重曹

150g **210円**(税込**227円**)
小麦(国内産) [放]不検出<3.9<3.7

701 小魚スナック
サンコー(愛知県・豊橋市)
原材料:馬鈴薯澱粉、植物油(米油)、醤油、えび、みりん、小魚(カタクチイワシ)、粗糖、食塩、胡麻(白すりごま、黒いりごま)、アオサ、ハトムギ粉末、小麦胚芽、酵母エキス

55g **175円**(税込**189円**)
馬鈴薯(北海道) [放]不検出<3.9<3.8

344 玄米おこし
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
原材料:玄米、黒砂糖、水飴、菜種油、きな粉(製造ラインで落花生の使用あり)

150g **375円**(税込**405円**)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8

345 純国産北海道黒豆の甘納豆
そのままお召し上がりください
北海道産の原材料を100%使用した逸品。独自の製法でふっくら炊き上げた昔ながらの優しい甘さと豆の食感を楽しまってください。

95g **310円**(税込**335円**)
光黒大豆(北海道産)

346 純国産塩けんぴ
九州産のさつまいもを使った芋けんぴに北海道産のオホーツクの塩をまぶした贅沢なお菓子で、国産の米油で揚げ、あっさりとしたあまじょばさに仕上げられています。

125g **230円**(税込**248円**)
さつまいも(九州産)、米油(国産)、てんさい糖、食塩(北海道産)

347 純国産さつまいもちっぷ
国内産にこだわった純国産シリーズです。薄くスライスした九州産さつまいもをパリッとした食感に仕上げました。揚げ油には国産のごめ油を使用し、上品な香りが感じられます。

150g **230円**(税込**248円**)
さつまいも(九州産)、米油(国産)

ジャム はちみつ類
素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

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

348 白桃ジャム
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
長野県産川中島白桃を使用。清涼感のある甘み特徴。糖度40度の低糖度仕上げ。原材料にはちみつを含みます。

180g **430円**(税込**464円**)
桃(長野県)

616 完熟杏ジャム
森食品(長野県・千曲市)
木で完熟した杏を使用。杏特有の酸味と甘さをいかした風味です。人工的にペクチンを使わないので軟らかめでさらさらとしたジャムです。

245g **415円**(税込**448円**)
杏(長野県)

615 ブルーベリージャム
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
熊本県産のブルーベリーの風味を生かした、あっさりとしたジャム。原材料にはちみつを含みます。

180g **600円**(税込**648円**)
ブルーベリー(熊本県)

608 黒ごまペースト
デイリーフーズ(長野県・坂城町)
黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。原材料にはちみつを含みます。

145g **420円**(税込**454円**)
ごま(ミャンマー、他)

554 アルゼンチン産 百花蜜はちみつ
山田養蜂場(茨城県・つくば市)
アルゼンチンでとれるクローバー、アルファルファなどの百花蜜はちみつ。さわやかな香りで、ケセの少ないはちみつです。

500g **1080円**(税込**1166円**)
はちみつ(アルゼンチン)

日用雑貨
家庭から化学物質を排除しましょう!

・合成界面活性剤を含むものは扱いません。
・生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

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

778 粉石けん せっけんの街
せっけんの街(千葉県・柏市)
廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。

2kg **730円**(税込**803円**)

822 固形せっけん うてなちゃん
せっけんの街(千葉県・柏市)
原料油脂のうち7割が、家庭で使用された廃食油。水を含んだスポンジでせっけんをとってお使いください。

250g **335円**(税込**369円**)

804 泡スプレー式
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックス お風呂洗い石けん

500ml **540円**(税込**594円**)

805 詰替用
450ml **360円**(税込**396円**)

350 本体
せっけんの街(千葉県・柏市)

300ml **320円**(税込**352円**)

351 詰替用
650ml **420円**(税込**462円**)

油よれもよく落ちます
オレンジオイルを配合し、ほのかな柑橘の香りが漂う台所用の液体石けん。そのままスポンジにつけて、または少し薄めてご利用ください。

300ml **320円**(税込**352円**)

351 詰替用
650ml **420円**(税込**462円**)

お風呂用のスポンジが新登場

349 パックスナチュロン お風呂洗いスポンジ
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
原材料:軟質ポリウレタン(ひも:ポリエステル)

15g **388円**(税込**427円**)
通常税込**438円**

目の粗いスポンジなので、水切れが良く衛生的です。狭い所にも入りやすく、キズがつきにくい柔らか素材。

油立ち良し! 水切れ良し! 耐久性良し!

パン

- ・国産小麦 100%。
- ・イーストフード不使用。天然酵母で発酵させます。

おかべや(神奈川県・相模原市)

352 おかべや 豆乳角型食パン

半斤3枚 **185円**(税込**200円**)

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

届いて2日 **米大小**

小麦(北海道)

353 おかべや 豆乳角型食パン

1斤6枚 **353円**(税込**381円**)

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

届いて2日 **米大小**

小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)

354 おかべや 豆乳ノースライスパン

1斤 **353円**(税込**381円**)

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

届いて2日 **米大小**

小麦(北海道)

355 おかべや 素焼きパン

1個 **515円**(税込**556円**)

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、塩

届いて3日 **米小**

小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)

356 おかべや いちじくカンパニユ

1個 **350円**(税込**378円**)

原材料：小麦粉(北海道)、干しいちじく、天然酵母、塩

届いて2日 **米小**

小麦(北海道)、いちじく(トルコ)

ほんのり甘い太粒の豆が入っていて食べ応えアリ!

357 おかべや 豆ぱん

2個 **333円**(税込**360円**)

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

届いて2日 **乳米大小**

金時豆(国内産)

358 おかべや くるみのプチパン

2個 **352円**(税込**380円**)

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、天日湖塩

届いて2日 **乳米大小**

小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

359 おかべや もちり玄米五穀パン

3個 **387円**(税込**418円**)

原材料：小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち栗、もちきび、もち麦、うりう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩

届いて2日 **米大小**

小麦(北海道)

360 おかべや おから甘食(ごま油使用)

3個 **412円**(税込**445円**)

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

届いて4日 **卵大小**

小麦(北海道)

361 おかべや チーズロール

2個 **310円**(税込**335円**)

原材料：小麦粉(北海道)、ナチュラルチーズ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、塩、豆乳

届いて2日 **乳米大小**

小麦(北海道)

362 おかべや 紅茶オレンジ

1個 **176円**(税込**190円**)

原材料：小麦粉(北海道)、オレンジピール、レモンピール、天然酵母、砂糖、紅茶、塩

届いて2日 **米小**

小麦(北海道)、紅茶(スリランカ)

自家製酵母パン

ありぱ※りが通常のパンよりなじみやすい。横長の厚切の生地が特徴。

363 パンド・ミ(食パン) 1斤 8枚

270円(税込**292円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

364 ノースライス

260円(税込**281円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes

※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないことがあります。食味に影響はありません。

原材料：小麦粉、自家製天然酵母、塩

365 パンド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス

1斤 **300円**(税込**324円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

366 ドッグパン

3個 **300円**(税込**324円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

367 フルーツナッツ食パン(ノースライス)

1斤 **616円**(税込**665円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

368 発芽玄米入りクロワッサン

10個 **600円**(税込**648円**)

届いて1~2日 **卵米大小**

小麦(岩手県)

10個入 1個あたり **税込約65円**

オリオンペーパー(岩手県・花巻市)

野菜ベーグル専門店

369 全粒粉ベーグル

1個 **194円**(税込**210円**)

届いて2~3日 **米小**

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

370 プレーンベーグル

1個 **167円**(税込**180円**)

届いて2~3日 **米小**

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

浅野さんのほうれん草を使いました

371 ほうれん草ベーグル

1個 **210円**(税込**227円**)

届いて2~3日 **米小**

小麦粉(北海道)、ほうれん草(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!

372 ママン モチモチ手のぼしナン

210g(3枚入り) **285円**(税込**308円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦粉(北海道)

373 プリュッセルワッフル

約65g×6 **605円**(税込**653円**)

届いて1~2日 **卵米大小**

小麦(カナダ、他)

374 国産全粒粉プチパン

約40g×5 **415円**(税込**448円**)

届いて1~2日 **米小**

小麦(国内産)

飲料

- ・緑茶：無農薬です。
- ・ジュース類：果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。
- ※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

【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

375 童仙房 有機上煎茶

100g **1050円**(税込**1134円**)

届いて2~3日 **米小**

緑茶(京都府)

376 童仙房茶舗 有機煎茶

100g **700円**(税込**756円**)

届いて2~3日 **米小**

緑茶(京都府)

721 くき茶

100g **660円**(税込**713円**)

届いて2~3日 **米小**

茶葉(静岡県)

377 アールグレイティー(リーフ)

100g **550円**(税込**594円**)

届いて2~3日 **米小**

紅茶(スリランカ)

378 ルイボスティー(ティーバッグ)

2g×30 **570円**(税込**616円**)

届いて2~3日 **米小**

ルイボスティー(南アフリカ)

379 ジャスミン茶(リーフ)

100g **398円**(税込**430円**)

届いて2~3日 **米小**

緑茶・ジャスミン(中国)

742 COミックスキャロットジュース

125ml×12 **816円**(税込**876円**)

届いて2~3日 **米小**

にんじん(国内産)

380 COりんごジュース100% 1ℓ 国産混濁

1ℓ **285円**(税込**308円**)

届いて2~3日 **米小**

りんご(国内産)

755 CO粉末レモネード

17g×10 **280円**(税込**302円**)

届いて2~3日 **米小**

レモン(広島県)

381 北海道野菜の青汁

160g×5 **700円**(税込**756円**)

届いて2~3日 **米小**

果実(国内産)、野菜(北海道)

771 天然葡萄酒 赤甘口

720ml **1380円**(税込**1518円**)

届いて2~3日 **米小**

ぶどう(岐阜県)

382 信州りんごジュース 成分無調整

160g×30 **2880円**(税込**3110円**)

届いて2~3日 **米小**

りんご(長野県)

383 信州生まれのおいしいトマト(低塩)

190g×30 **2600円**(税込**2808円**)

届いて2~3日 **米小**

トマト(長野県)

754 CO ただの炭酸水 200ml

200ml×24 **1248円**(税込**1344円**)

届いて2~3日 **米小**

水

384 龍泉洞の水 500ml×24本

500ml×24 **2880円**(税込**3110円**)

届いて2~3日 **米小**

水

772 天然葡萄酒 白辛口

720ml **1380円**(税込**1518円**)

届いて2~3日 **米小**

ぶどう(岐阜県)

771 天然葡萄酒 赤甘口

720ml **1380円**(税込**1518円**)

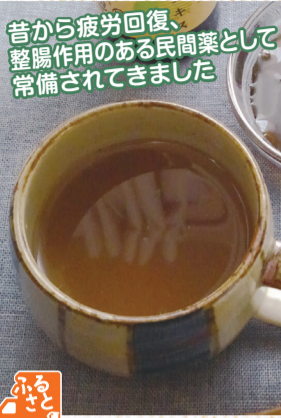
届いて2~3日 **米小**

ぶどう(岐阜県)

イチオシ! 今週のイチオシ!

寒い時期は温かドリンクで

自然の力で体調管理



イチオシ

体がホットする はちみつ入り 梅エキスドリンク

①梅エキス(小豆大)と蜂蜜(大さじ2)を混ぜておく。
②①の小さじ1/2を約50ccのお湯に溶かして出来上がり♪
少し酸っぱいはちみつレモンのような味で飲みやすいです。風邪予防や胃腸がすぐれないとき子ども達に飲ませています。
(組織供給部・小西)

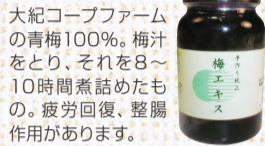
ふるさと

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

385 梅エキス

65g 1880円(税込2030円)

梅(奈良県、和歌山県、三重県)



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

ヨーグルトをぎゅっと濃縮

満足感のあるおいしさ

よつ葉独自の製法で、ヨーグルトをぎゅっと濃縮。北海道産ミルクの濃厚なおいしさと、濃密な食感をお楽しみいただけます。使用している乳原料(脱脂濃縮乳、クリーム)は100%北海道産です。深いコクを醸し出す乳酸菌を選定。一般的なヨーグルトとはひと味違う、満足感のあるおいしさです。



特新

原材料: 脱脂濃縮乳、クリーム、砂糖

よつ葉乳業(北海道・音更町)

386 よつ葉濃厚ヨーグルト(プレーン)

冷蔵22日 乳 80g 155円(税込167円) 通常税込173円
生乳(北海道)



弁天堂さんより

リニューアル!チョコたっぷり



直径約12cm

387 ザッハトルテ

凍食60日 卵乳小

1個 917円(税込990円) 通常税込1030円
生乳(北海道)

原材料: 生クリーム(乳成分を含む)(国内製造)、チョコレート、粗糖、卵、小麦粉、菜種油、牛乳、ココア

根強いファンも多い弁天堂さんのザッハトルテ。この度、原料のバランスを変え、チョコレートたっぷりを使いつつ、スポンジは軽めに仕上げ、再登場!是非ご賞味ください。

乳化剤・香料不使用のチョコレート、オーガニックココアを使用。スポンジは海外認定オーガニックのなたね油で脂肪分を減量して軽い仕上がりに。

皮なしなので、お料理の幅が広がります!

北海道、または三陸沖で漁獲した秋鮭を、皮、腹骨を除去し、切身にしました。フライ、唐揚げ、グラタンなどにどうぞ!



ふるさと

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

388 皮なしサーモン切身

凍食180日 4切200g 480円(税込518円) 通常税込538円
秋鮭(国内産)

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!

★登録して頂くと、ご希望のスケジュール通りにお米が届きます。
★年間1回からでも受け付けています。(詳細は生協、または配達担当者までお問い合わせください。電話:0297-48-4911)

■契約者特別価格について
・「めぐみちゃん」5kgは、通常組合員価格から70円(税込76円)引き。2kgは25円(税込27円)引き。
・「黒澤さんのお米」は、通常組合員価格から100円(税込108円)引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者にのみご希望の際は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裁米耕作者組合より。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・東町特裁米組合(茨城県・常総市)

3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(今搾米) 無農薬
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)

3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。

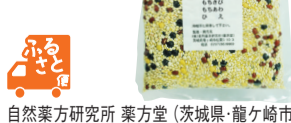
宮城・黒澤さんのコシヒカリ 無農薬
391 白米 5kg 3500円(税込3780円)
392 白米 2kg 1400円(税込1512円)
393 7分 5kg 3500円(税込3780円)
394 5分 5kg 3500円(税込3780円)
395 玄米 5kg 3200円(税込3456円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

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

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい。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」。
402 有機胚芽玄米「ぐるめくらぶ」
冷蔵1kg 1150円(税込1242円) 米(若手県)
398 荒井さんのもち米
冷蔵2kg 1280円(税込1382円) 千葉県

ハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。



自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

399 玄米用雑穀セット

500g 1143円(税込1234円) [放]不検出<0.7<0.7

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・龍ヶ崎市)

400 白米用雑穀セット

500g 1048円(税込1132円) [放]不検出<0.5<0.5

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)

401 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 山形県

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

2019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
			不検出	不検出
千葉県	荒井さんのもち米		不検出	0.9Bq/kg
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	不検出	不検出
		つや姫	不検出	不検出
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ/コシヒカリ	不検出	不検出 (検出限界0.1Bq/kg 同位体研究所)

・検査機関: 常総生活協同組合・判定法: ゲルマニウム半導体γ線スペクトルメーターによる核種判定
※生協では引き続き精度の高い検査をしています(生産者が外部機関で検査をしている場合はそちらの結果を掲載)。

本場中国での作り方を日本で!

飛鳥食品特集

日中国交回復後、旧満州から中国残留孤児たちが引き上げてきた際、その帰国者が日本で自立するための職場として発足。中国の家庭の味を“手作り”に近い製造方法で、1個1個丁寧に作っています。



403 飛鳥の手作り帆立シューマイ
 帆立をたっぷり加えた、ジューシーでコクのある味わい。大きめで食べ応え満点です。蒸すか、レンジで加熱して。
 飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 15個入
 凍 120日 6小
 6個192g **482円**(税込) **521円**(通常税込) **551円**



404 飛鳥の黒豚シューマイ 2パック
 九州産の黒豚肉をたっぷり使用しました。ジューシーで味わい豊かに仕上がっています。2パックでのお届け。
 飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 12個180g x 2
 凍 120日 6小
733円(税込) **792円**(通常税込) **842円**



405 飛鳥のえびシューマイ
 国産たらのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふっくら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。
 飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 12個入
 凍 120日 6小
 12個180g **389円**(税込) **420円**(通常税込) **451円**



406 飛鳥の黒豚水餃子
 国産小麦粉を使用した厚めの皮で包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。
 飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 15個入
 凍 120日 6小
 15個250g **463円**(税込) **500円**(通常税込) **535円**



407 飛鳥の海鮮水餃子
 豚肉にえび、帆立、干し貝柱などを具にたっぷり加え、国産小麦粉にほうれん草パウダーを混ぜた皮で一つずつ手包みました。
 飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 15個入
 凍 120日 6小
 15個250g **435円**(税込) **470円**(通常税込) **508円**



411 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、豆腐などを加えてどうぞ。
 趙さん (宮城県・仙台市) 4人前
 凍 14日 6小
 4人前 **610円**(税込) **659円**(通常税込) **670円**



412 海鮮寄せ鍋(スープ付)
 赤魚切身(4切100g)、すけそうだら切身(4切100g)、かき(4個60g)、ホタテ(4個60g)、かに団子(4個40g)、スープのセットです。
 トクスイコーポレーション (東京都・中央区) 3~4人前
 凍 180日 6小
 5種360g+スープ80g **985円**(税込) **1064円**(通常税込) **1102円**



413 サツラク酪農家限定 ヨーグルト加糖 2個組
 11戸の生産牧場限定の生乳使用。生乳を90%以上使用し、まろやかでクリーミーな食感。香料、安定剤不使用。
 サツラク農協 (北海道・札幌市) 2個組
 凍 18日 6小
 生乳(80g x 3) x 2 **368円**(税込) **398円**(通常税込) **458円**



414 江川さんのキウイフルーツ
 樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。
 江川農園 (神奈川県・小田原市) 1kg
755円(税込) **815円**(通常税込) **842円**



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のはちみつです。はちみつ漬におすすめ。
 藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市) 1kg
1600円(税込) **1728円**(通常税込)



415 生あま酒 2パック
 生姜のしぼり汁を加えて風邪予防にも。麹でご飯を糖化させたものです。米麹もすべて国産米使用。同量の水を加えてあたためてください。
 藤巻商店 (千葉県・印西市) 300g x 2
500円(税込) **540円**(通常税込)



416 国産しょうが湯
 原材料: 洗双糖、生姜、でんぷん粉(馬鈴薯)、吉野本葛、黒砂糖
 大紀コープファーム (奈良県・五條市) 20g x 5
330円(税込) **356円**(通常税込)



417 プロポリスキャンディー
 原材料はプロポリスと水飴、砂糖のみ。天然成分由来のプロポリスキャンディーです。
 甘信堂製菓 (静岡県・藤枝市) 84g
600円(税込) **648円**(通常税込)



418 大豆 1kg
850円(税込) **918円**(通常税込)

419 大豆 2kg
1665円(税込) **1798円**(通常税込)

422 米こうじ 1kg
880円(税込) **950円**(通常税込)



420 蒸し大豆 1kg
420円(税込) **450円**(通常税込)

421 蒸し大豆 2kg
840円(税込) **900円**(通常税込)

423 乾燥麦こうじ、名刀味噌
830円(税込) **896円**(通常税込)

424 沖縄の塩「シママース」2袋
600円(税込) **648円**(通常税込)



425 みそ作りチャレンジセット (蒸し大豆・米こうじ)
2290円(税込) **2473円**(通常税込)

426 みそ作りセット(米こうじ)
1980円(税込) **2138円**(通常税込)

427 蒸し大豆
3140円(税込) **3391円**(通常税込)

428 乾大豆
2850円(税込) **3078円**(通常税込)

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

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ください。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

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

アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

その他

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

ふるさと便 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。

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

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ませましょう!