

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 2月4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	17	18	19	20	21
定番品のお届け	24	25	26	27	28
特別企画品のお届け	2	3	4	5	6

3月3日ひな祭り

桃の節句

みんな大好きお寿司。
今年は華やかなちらし寿司で
お祝いしませんか?



特
軽と鯖からとった一番だしのみを使用。酢は入っていないので、お好みに合わせて二杯酢または三杯酢を加えて。

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

13 五目寿司の素 2合用

凍 米 大 小 200g **421円** (税 455円) 通常税込 475円

特
マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然えびを、現地工場ですばやく凍結した1回凍結品です。

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

14 天然むきエビ(特大)

凍 米 大 小 180日 元 160g **525円** (税 567円) 通常税込 592円

特
三河屋 (愛知県・岡崎市)

15 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パック詰めしました。

凍 60g×2 **556円** (税 600円) 通常税込 626円

特
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

11 紅鮭スモークサーモン(2パック)

塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。

凍 70g×2 **898円** (税 970円) 通常税込 1016円

特
塩いけは4ページに掲載

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。

佐井村漁協 (青森県・佐井村)

12 いくら醤油漬

凍 米 大 小 40g **628円** (税 678円) 通常税込 713円

いくら (北海道、青森県) [放] 不検出 <3.5 <3.3

特
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。

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

16 猿払産 刺身用ほたて貝柱

凍 6~8粒100g **480円** (税 518円) 通常税込 538円

ほたて貝柱 (北海道)

特
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。

大黒淡水 (静岡県・焼津市)

17 うなぎ蒲焼 70g×2

凍 米 大 小 70g×2、たれ・山椒付 **2170円** (税 2344円) 通常税込 2452円

うなぎ (愛知県)

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

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

18 かに風味かまぼこ

冷 60日 10本125g **298円** (税 322円) 通常税込 346円

スケソウダラ (アメリカ)

特
はまぐり
3月は磯遊びの季節で、単純に旬であるだけではなく二枚の貝がぴったりと合い、他の貝とは決して合わないその形から夫婦円満を意味し、用いられるようになったという説があります。

はまぐりのお吸い物

千葉県九十九里浜産、又は茨城県鹿島灘産の蛤を砂抜きして凍結しました。お吸い物や料理の素材としてそのまま調理してください。

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

21 冷凍 はまぐり

凍 30日 200g(3~6粒) **750円** (税 810円)

はまぐり (千葉県、茨城県)

特
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、濃厚で薄口タイプのダシ入り調味料。

チョーコー醤油 (長崎県・長崎市)

530 白だし

米 大 小 400ml **385円** (税 416円) 通常税込 427円

特
肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりときかせて家庭煮の味付けに。湯せんで温めると口が開けやすいです。

丸和食品 (東京都・練馬区)

19 味付いなり揚げ 2個組

冷 90日 米 大 小 10枚×2 **780円** (税 842円) 通常税込 853円

大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

特
非遺伝子組換え飼料使用の養鶏卵で製造。味付け調味料も国内産の原材料使用。かつお、昆布だしスープ使用。

たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)

20 だし巻玉子

冷 12日 卵 大 小 270g **335円** (税 362円) 通常税込 373円

卵 (徳島県)

特
翅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)

25 生あま酒 2パック

冷 90日 米 300g×2 **500円** (税 540円)

米 (国内産) [放] 不検出 <3.1 <3.1

特
天然えびを80%近く使用。高級感のある料理素材として幅広く使えます。揚げ物、吸い物、餃子、春巻き等に。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

22 えびしんじょすり身

凍 180日 元 卵 米 150g **417円** (税 450円) 通常税込 470円

えび (インドネシア)

特
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。

長谷川商店 (東京都・中央区)

23 はねだし焼きのり 全型10枚×2袋

冷 180日 全型10枚×2袋 **460円** (税 497円) 通常税込 508円

のり (有明海、瀬戸内海)

特
原材料：うるち精米、砂糖、モロヘイヤ粉末(緑色)、紅麴色素(赤色)、水飴、菜種油<製造ラインで大豆、落花生を使用>

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

24 三色ポンちゃん (ひなあられ)

冷 90日 米 100g **310円** (税 335円)

うるち米 (山形県) [放] 不検出 <4.0 <4.3

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

無茶々園 (愛媛県・西予市)

26 無茶々園の 不知火(デコポン)

3kg **1950円** (税 2106円)

愛媛県

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

- 東北6県・関東1都6県・静岡県産の原材料について、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。



27 花桃
花桃のみのお届けです。約80cmにカットされたものです。これだけでも趣のある、お節句のお飾りになります。
1束(3~5本) **398円**(税込**430円**)
茨城県



28 桃の花セット
花桃1本、菜の花1本、ストック1本、チューリップ1本、スターチス1本のセットです。
1束5本 **698円**(税込**754円**)
茨城県

37 りんご(ふじ)
甘みと酸味のバランスが良く、多汁で香りも高い人気の品種。減農薬栽培。
3玉 **385円**(税込**416円**)
山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

38 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。
500g **398円**(税込**430円**)
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

43 ペルーバナナ
小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。
約450~600g **310円**(税込**335円**)
ペルー(トウンベス地域)

44 松永さんのレモン
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。
400g **398円**(税込**430円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

49 もやし
緑豆もやし。筑波山産の綺麗な湧水をたっぷり使用しじっくり育てた歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。
250g **51円**(税込**55円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

50 セリ
香りを生かして和え物や雑炊の具材にも。オムレツに入れても風味が良く美味。農薬無散布。
1束 **250円**(税込**270円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

45 大葉
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。
10枚 **95円**(税込**103円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2

51 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。日持ちが良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。
約200g **276円**(税込**298円**)
熊本県

54 きゅうり
農業使用を徐々に減らしながら、有機肥料資材を使用しています。そのままでも、サラダにもどうぞ。減農薬栽培。
3本 **230円**(税込**248円**)
千葉県

55 サラダスナップ
さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農業使用を最小限に。
約100g **263円**(税込**284円**)
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

57 中村さんのベビーリーフ
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。
40g **157円**(税込**170円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

58 アボカド
除草剤や化学合成肥料を使用せず、魚粉や堆肥などの有機肥料と天敵やコンクなどの忌避剤を使用して、手間を惜しまず環境に配慮した栽培を行っています。農薬無散布。
1玉 **310円**(税込**335円**)
メキシコ

59 グリーンアスパラ
日中は40℃近く、夜は-10℃以下で育つ寒締め栽培。糖度が高く、甘みの強いアスパラです。農薬無散布。
約100g **250円**(税込**270円**)
群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

56 芽キャベツ
シチューや、茹でて温野菜サラダにして、マヨネーズ等をつけてどうぞ。減農薬栽培。
約130g **200円**(税込**216円**)
愛知県

60 ミニ白菜
外葉から芯までやわらかい葉質で手のひらサイズの大きさ。鍋はもちろん、サラダでもおいしくお召し上がりいただけます。農薬無散布。
400g以上 **220円**(税込**238円**)
熊本県

61 おきたまの茎立菜
越冬性のアブラナ科の植物で、春になり茎が伸びたものの総称です。ほろ苦い味わいが特徴で、代表料理は、軽く湯通ししてから漬ける「ふすべ漬」。まだ産地・高島町は雪野原ですが、ひと足早くハウスものからお届けします。
約200g **225円**(税込**243円**)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

62 じゃがいも
自家製堆肥を使い、健康な土づくりをおこなっています。甘みと酸味のバランスが絶妙です。減農薬栽培。
200g **650円**(税込**702円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

63 しょうが
爽やかな香りは薬味として。しょうが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

64 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

65 大木さんの中玉トマト
大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。
300g **368円**(税込**397円**)
茨城県 [放] 不検出 <5.2 <4.3

シーズン最終
無茶々園(愛媛県・西予市)
29 無茶々園の金柑
生で食べてもおいしいですが、風邪をひきやすい季節には甘露煮にして常備しておくとお便利です。農薬無散布。
300g **498円**(税込**538円**)
愛媛県

シーズン最終
無茶々園(愛媛県・西予市)
30 無茶々園のはっさく
黄色い果肉は爽やかな風味で、果汁は少ないのが特徴。独特の風味が人気の柑橘です。有機許容農薬0~1回。
1kg **450円**(税込**486円**)
愛媛県

甘さ★★★★ 酸味★★★ 香り★★
無茶々園(愛媛県・西予市)
31 無茶々園のはるか
日向夏の偶発品種。レモン色の果皮でやさしい香りと甘さが特徴。皮が厚めなので包丁等で切つて。農薬0~5回。
1kg **554円**(税込**598円**)
愛媛県

地元では「いい予感」で縁起物!
みかんとオレンジの交配から生まれた伊予柑の、芳香と甘く軟らかい果肉をお楽しみ下さい。農薬0~3回。
無茶々園(愛媛県・西予市)
32 無茶々園の伊予柑
1kg **498円**(税込**538円**)
33 3kg **1380円**(税込**1490円**)
愛媛県

甘さ★★★★ 酸味★★★ 香り★★★★
江川農園(神奈川県・小田原市)
34 江川さんの青島みかん
1kg **380円**(税込**410円**)
35 5kg **1800円**(税込**1944円**)
神奈川県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

甘み★★★★★ 酸味★ 食感★★
小林さん(長野県・中野市)
36 長野・小林さんのサンふじ(はねだし)
着色不良、小玉、果皮のこすれ、さび等があるリンゴ。規格無選別。減農薬栽培。*可食出来ないほどに傷んでいた際はご連絡下さい。
3玉 **350円**(税込**378円**)
長野県

甘さ★★★★ 酸味★★★ 香り★★★★
岩川さん達(鹿児島県・屋久島町)
40 屋久島タンカン
皮がむきやすく果肉はやわらかで多汁。甘みが強く、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。減農薬栽培。
約550g **555円**(税込**599円**)
鹿児島県

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

万人に愛される赤い宝石
竹村さん(茨城県・かすみがうら市)
42 竹村さんのいちご
自分の子供に食べさせられるものをモットーに農業使用回数を減らし、自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。
200g×2 **850円**(税込**918円**)
茨城県 [放] 不検出 <0.9 <1.0

無農薬
あゆみの会・吉田さん達(茨城県・行方市)
45 大葉
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。
10枚 **95円**(税込**103円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2

無農薬
りん片バラでお届けする場合があります
榎谷さん達(熊本県)
46 にんにく
ホワイト種より外皮は紫がかって見えた目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。
約100g **220円**(税込**238円**)
熊本県

料理の薬味にどうぞ
大紀コープファームしょうが生産者グループ(奈良県)
47 しょうが
爽やかな香りは薬味として。しょうが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

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
右田さん達(熊本県・芦北町)
52 ミニトマト
約150g **200円**(税込**216円**)
熊本県

無農薬
大木さん(茨城県・常総市)
53 大木さんの中玉トマト
大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。
300g **368円**(税込**397円**)
茨城県 [放] 不検出 <5.2 <4.3

無農薬
藤嶋さん、瀧本さん(熊本県・天草市)
51 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。日持ちが良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。
約200g **276円**(税込**298円**)
熊本県

無農薬
網安さん達(愛知県・幸田町)
56 芽キャベツ
シチューや、茹でて温野菜サラダにして、マヨネーズ等をつけてどうぞ。減農薬栽培。
約130g **200円**(税込**216円**)
愛知県

無農薬
吉澤さん達(群馬県・昭和村)
59 グリーンアスパラ
日中は40℃近く、夜は-10℃以下で育つ寒締め栽培。糖度が高く、甘みの強いアスパラです。農薬無散布。
約100g **250円**(税込**270円**)
群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

無農薬
メキシコ・ベストプロデュース社
58 アボカド
除草剤や化学合成肥料を使用せず、魚粉や堆肥などの有機肥料と天敵やコンクなどの忌避剤を使用して、手間を惜しまず環境に配慮した栽培を行っています。農薬無散布。
1玉 **310円**(税込**335円**)
メキシコ

無農薬
藤島さん・石山さんたち(熊本県・天草市)
60 ミニ白菜
外葉から芯までやわらかい葉質で手のひらサイズの大きさ。鍋はもちろん、サラダでもおいしくお召し上がりいただけます。農薬無散布。
400g以上 **220円**(税込**238円**)
熊本県

無農薬
おきたま興農舎・高橋さん達(山形県・高島町)
61 おきたまの茎立菜
越冬性のアブラナ科の植物で、春になり茎が伸びたものの総称です。ほろ苦い味わいが特徴で、代表料理は、軽く湯通ししてから漬ける「ふすべ漬」。まだ産地・高島町は雪野原ですが、ひと足早くハウスものからお届けします。
約200g **225円**(税込**243円**)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

無農薬
中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)
57 中村さんのベビーリーフ
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。
40g **157円**(税込**170円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

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

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・吉田さん達(茨城県・行方市)
45 大葉
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。
10枚 **95円**(税込**103円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <4.2

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

無農薬
あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

組合員さんからの
クチコミ
本当に香りがよくておいしいです。黒星病、一皮をそだけとりのそばは大丈夫です。味も香りもはまるです。買いつづけます!(我孫子市:Yさん)

小林さん(長野県・中野市)
36 長野・小林さんのサンふじ(はねだし)
着色不良、小玉、果皮のこすれ、さび等があるリンゴ。規格無選別。減農薬栽培。*可食出来ないほどに傷んでいた際はご連絡下さい。
3玉 **350円**(税込**378円**)
長野県

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

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

あゆみの会・嶋田さん達(千葉県・旭市)
48 葉ねぎ(小ねぎ)
刻んで種類の薬味にどうぞ。かつおなどくせのあるお刺身にも。軟らかいのでめたにもおすすめです。減農薬栽培。
約100g **198円**(税込**214円**)
千葉県

From 山形県 置賜市 「おきたま興農舎」より 春の訪れを告げる 茎立菜

越冬性のアブラナ科の植物で、春になり茎が伸びたものの総称です。ほろ苦い味わいが特徴で、代表料理は、軽く湯通ししてから漬ける「ふすべ漬」。まだ産地・高島町は雪野原ですが、ひと足早くハウスものからお届けします。

ふすべ漬の作り方
食べやすい長さに切り、熱湯に2分ほど浸けた後、半日から14日塩漬けて出来上がり。※湯通しすることを、現地では「ふすべ」と言います

おきたま興農舎・高橋さん達(山形県・高島町)
61 おきたまの茎立菜
約200g **225円**(税込**243円**)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

産地 便利

微生物農法の会

(茨城県・行方市)

行方市にある「微生物農法の会」。常総生協でも、もっとも品目数の多い生産者団体でもあります(年間通じて約60品目)。農業や化学肥料を使わず微生物の力を借りながら、「力強い土づくりから作物を育てる」という理念で行っております。今年は産地交流会も企画予定ですので、ぜひ畑に足を運んでみてはいかがでしょうか。



素材の味とムチムチの食感が大好評!



微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

64 高柳さんのれんこん

歯ざわりが良く、それでいてムチッとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

400g **480円**(税込**518円**)
茨城県 [放] 不検出 <2.2 <1.1



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

65 ブロccoli

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。農業無散布。

1個 **276円**(税込**298円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)

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。農業無散布。

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



微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)

63 大和田さんのさつまいも

甘みがあり、毎シーズン好評です。農業無散布。

500g **220円**(税込**238円**)
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.4



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

66 長島さんのレタス

完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農業を使用せずに栽培しています。農業無散布。

1玉 **250円**(税込**270円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

67 長島さんのサニーレタス

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。

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



福山さん達(宮城県・新富町)

69 ピーマン

肉詰めで、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g **194円**(税込**210円**)
宮城県



あゆみの会・川崎さん達(茨城県・茨城町)

70 小松菜

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) **150円**(税込**162円**)
茨城県



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

71 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)

72 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



木村農園(茨城県・つくば市)

73 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)

74 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。豚バラ肉などの重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。

1個 **250円**(税込**270円**)
茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5



上野さん達(栃木県・上三川町)

75 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。農業無散布。

500g **220円**(税込**238円**)
栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



井上さん(埼玉県・美里町)

76 深谷ネギ(根深白ネギ)

白い根深のネギです。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。農業無散布。

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



三須さん達(千葉県・富里市)

77 大根

冬はお鍋にみそ汁にどうぞ。煮物、大根おろし等に。農業無散布。

1本 **190円**(税込**205円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



木村農園(茨城県・つくば市)

78 木村さんの大根(三浦系)

煮物、サラダ、じゃがバター等で。農業無散布。

1本 **205円**(税込**221円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



新村さん達(鹿児島県・大崎町)

79 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)

80 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



浅野さん(茨城県・常総市)

81 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。

500g **160円**(税込**173円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.5



加瀬さん達(千葉県)

82 人参(洗い)

土作りから始まり、農業に頼らない栽培をしています。農業無散布。

1kg **368円**(税込**397円**)
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



渡部さん(北海道・土士幌町)

83 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、ほんのりと甘みがあります。農業無散布。

1kg **290円**(税込**313円**)
北海道



渡部さん(北海道・土士幌町)

84 じゃがいも

煮物、サラダ、じゃがバター等で。農業無散布。

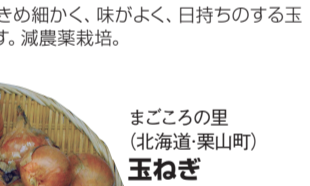
1kg **280円**(税込**302円**)
北海道



まごころの里(北海道・栗山町)

86 玉ねぎ 1kg

1kg **183円**(税込**198円**)



まごころの里(北海道・栗山町)

87 玉ねぎ 3kg

3kg **540円**(税込**583円**)

組合員さんからのクチコミ
1粒1粒が凝縮していて、食べ応えがあります。作る歳月と手間を考えると納得です。(守谷市:Kさん)



10ヶ月かけて作った「天然スイーツ」

さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)

88 干し柿(市田柿)

古くから長野県で作られてきた干し柿。表面の白い粉はカビではなく糖分で、主としてブドウ糖です。1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。賞60日

7~8個 **755円**(税込**815円**)
長野県



90 山田さんのしめじ

ひらたけのしめじです。おがくずに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。

200g **250円**(税込**270円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



91 えのき茸

地元長野県、および近隣の間伐材から造ったオガ粉(木の粉)と、栄養源はすべて国内産で作成、広島県産カキガラ粉末で燻づけりをしています。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



92 ブラウンえのき茸

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

200g **218円**(税込**235円**)
福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



93 エリンギ

肉質はきめ細かくなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするのが特長です。

100g **261円**(税込**282円**)
三重県



94 ホワイトマッシュルーム

床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌剤は殺菌剤を使わず熱殺菌です。

100g **248円**(税込**268円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



89 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。農業無散布。

800g **298円**(税込**322円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.6



95 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g **196円**(税込**212円**)
栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.9



96 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



97 A品

原産栽培をしています。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



98 B品

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

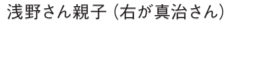
200g **225円**(税込**243円**)
茨城県



旬をフォーカス! 浅野さんのほうれん草

茨城県(常総市)

寒さの厳しい日が続いています。この時期美味しいのが「ほうれん草」。葉も肉厚になり、甘味が増します。おひたしやみそ汁、炒め物などの料理に使えて便利です。浅野さんは長年の経験と勘で、播種のタイミングをずらしながら、また被覆材等を使って生育のスピードを調整して出荷しています。現在では息子の真治(しんじ)さんが後を継いで作業をしています。



浅野さん親子(右が真治さん)

68 浅野さんのほうれん草

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



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。農業無散布。

水産品

常総生協のお魚は

- 急速凍結して鮮度をそのままにお届け。だから酸化防止剤も必要なし。家庭で解凍した時が「できたての鮮度」です。
- 近海、天然ものが中心です。養殖ものは飼料内容が明確なうなぎとえびを扱っています。



表紙掲載の

- 11 スモークサーモン
- 16 ほたて貝柱と一緒に!

ラップで簡単&楽しい♪ 手まり寿司



手まり寿司盛り合わせ

解凍は流水約5分でOK!



100 つぶつぶまぐろたたき身 2食入

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

凍 20日 50g×2 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**
めばちまぐろ (台湾)



99 めばちまぐろ切り落としスライス (増量)

凍 15日 120g **470円** (税込 **508円**) 通常税込 **518円**
めばちまぐろ (太平洋)



101 函館産いかソーメン

函館近海産のいかを極細切りにしました。いか本来の甘み、歯ごたえをご堪能下さい。

凍 180日 100g **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **570円**
いか (北海道)



102 紋別雄武港塩いくら

北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲された秋鮭の卵を、水揚げ後6時間以内に塩のみで加工しました。

凍 60日 25g×3 **1180円** (税込 **1274円**) 通常税込 **1469円**
いくら (北海道)

加熱すると香りが立ちます! ぜひ一度チャーハンで!



103 雄武たらばかに(ポイルむき身)

雄武(おうむ)沖で漁獲された希少なたらばかにをポイル後、丁寧にむき身にしました。サラダや酢の物、チャーハンの具にも。

凍 90日 200g **1850円** (税込 **1998円**) 通常税込 **2084円**
たらばかに (北海道)

特別な日の食卓は エンパフンウニでお祝い!



104 甘塩造り 村上さんのうに一夜漬

ウニのなかでは最高ランクに位置するエノ(フンウニ)の一夜漬。甘塩です。添加物、保存料、アルコール等一切不使用。原材料: エノ(フンウニ(北海道)、塩

凍 180日 60g **2180円** (税込 **2354円**) 通常税込 **2592円**
エンパフンウニ (北海道)



105 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下さい。

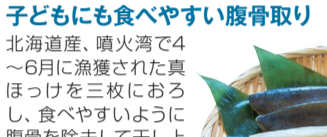
凍 30日 200g+20g **386円** (税込 **417円**) 通常税込 **426円**
あさり (熊本県、愛知県、三重県、千葉県)



106 徳用 酒沼のしじみ (冷凍)

全国でも有数のやまとしじみの産地、酒沼(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。

凍 30日 500g **748円** (税込 **808円**) 通常税込 **826円**
しじみ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8



107 北海道産パックと真ほっけ 一夜干し

北海道産、噴火湾で4~6月に漁獲された真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。

凍 180日 4~6枚220g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **460円**
真ほっけ (北海道)



108 子持ちからふとししゃも(徳用)

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。脂のりが良く、抱卵率が高いです。

凍 180日 250g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **460円**
からふとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)



109 氷見産まいわしみりん干し

富山県氷見産のまいわしを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込みました。

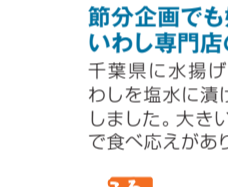
凍 180日 80g **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **370円**
まいわし (富山県)



110 寒さばフィーレみりん干し

長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりと晩漬け込み、天日で干し上げました。

凍 30日 2枚160g以上 **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **570円**
寒さば (長崎県)



111 真いわし丸干し(大)

千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。

凍 30日 3尾約300g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **460円**
真いわし (千葉県) [放] 不検出 <3.6 <3.9



112 朝食用 近海真あじ開き

九州近海産の真あじを開き、塩のみで仕上げました。朝食用にちょうどいい大きさです。

凍 30日 3枚220g **438円** (税込 **473円**) 通常税込 **500円**
真あじ (九州近海)



113 無頭さんま開き (中骨取り)

北海道沖で漁獲したさんまの頭、中骨を除去し、開き加工しました。解凍後、グリル等で焼いて下さい。

凍 180日 4枚220g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **460円**
さんま (北海道)



114 生干いか

北海道で水揚げされたするめいかを鮮度の良い物だけ厳選し塩のみで干しあげました。焼きすぎにご注意!

凍 90日 1枚 **375円** (税込 **405円**) 通常税込 **430円**
するめいか (北海道)

京都の西京漬・味噌漬



115 さわら西京漬

東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。

凍 2枚140g **448円** (税込 **484円**) 通常税込 **510円**
さわら (韓国)



116 紅鮭西京漬

紅鮭を、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。

凍 2枚150g **598円** (税込 **646円**) 通常税込 **680円**
紅鮭 (ロシア)



117 かわいい柚子こしょう味噌漬

白身で脂ののったからすかいかいを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。柚子こしょうがきいています。

凍 2枚140g **570円** (税込 **616円**) 通常税込 **640円**
からすかいかい (デンマーク)

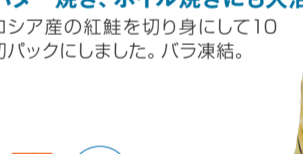


118 さんま糠漬

国内産(北海道沖漁獲)のさんまの頭、内臓を除去し、塩のみでこしらえた糠床にじっくり漬け込みました。

凍 4尾230g **410円** (税込 **443円**) 通常税込 **470円**
さんま (国内産)

バター焼き、ホイル焼きにも大活躍!



119 ロシア産紅鮭切身 (甘塩)10切

ロシア産の紅鮭を切り身に10切パックにしました。バラ凍結。

凍 10切550g **1480円** (税込 **1598円**) 通常税込 **1663円**
紅鮭 (ロシア)



120 宮古の鮮魚セット (下処理済)

岩手県宮古に水揚げされる旬の鮮魚を水揚げ当日に家庭で料理しやすいように下処理し、脱気包装して冷蔵でお届けします。

冷 2~3種 **998円** (税込 **1078円**) 通常税込 **1134円**
季節の鮮魚 (岩手県)

鮮魚



121 ミズダコポイル (刺身用)

岩手県宮古に水揚げされたミズダコを食塩のみでポイルしました。旨味がしっかりあります。冷凍せずに冷蔵でお届けします。

冷 150g **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **562円**
ミズダコ (岩手県沖)



122 鮮魚 真だら切身

岩手県宮古に水揚げされる旬の真だらを切身にして鮮魚でお届けします。

冷 2切120g **425円** (税込 **459円**) 通常税込 **475円**
真だら (岩手県)

鮮魚



123 ロシア産紅鮭切身 (中辛)3切

東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。お茶漬け、おにぎりにどうぞ。

凍 3切210g **545円** (税込 **589円**) 通常税込 **610円**
紅鮭 (ロシア)

鮮魚



124 寒さばフィーレ (無塩)

長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い寒さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。

凍 片身2枚200g前後 **390円** (税込 **421円**) 通常税込 **440円**
寒さば (長崎県、佐賀県)

鮮魚



125 寒さわら切身(無塩)

五島列島、済州島海域で漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身に。無塩なのでアレンジ自在です。

凍 約70g×2 **550円** (税込 **594円**) 通常税込 **620円**
さわら (五島列島、済州島海域)

鮮魚

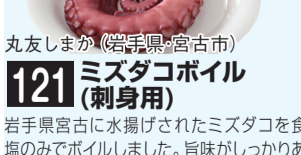


126 脂ののった真いわし 三枚おろし

入梅時期に千葉県沖で漁獲される大羽いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結しました。

凍 6~10枚200g **370円** (税込 **400円**) 通常税込 **430円**
真いわし (千葉県) [放] 不検出 <3.4 <3.7

鮮魚

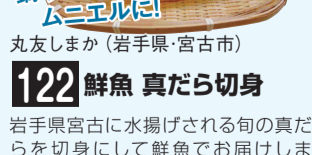


127 増量・めばちまぐろのカマぶつ切り (焼物用)

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

凍 増量 400g **388円** (税込 **419円**) 通常税込 **441円**
めばちまぐろ (太平洋)

鮮魚



128 三陸産するめいか つぼ抜き

三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してつぼ抜きにしました。炒め物、煮物などに。

凍 3~6枚230g **410円** (税込 **443円**) 通常税込 **470円**
するめいか (岩手県、青森県)

水産品の放射能検査について

調査対象漁獲海域: 関東1都6県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

特
あなご好きも
納得の味!



対馬西沖の脂ののったあなごを使って化学調味料を使用せずに作りました。オリジナルのたれでじっくり煮込んでいます。

129 対馬産煮あなご
凍 180日 米 大小
100g **1480円** (税込 **1598円**) 通常税込 **1696円**
対馬地域商社 (長崎県・対馬市)
マアナゴ (長崎県)

玉ねぎスライスを敷き、
たたきを乗せ
**542 「アセローラ
ボン酢」 で!**



130 炭火焼まぐろタタキ
凍 30日
140g **518円** (税込 **559円**) 通常税込 **572円**
マストミ (徳島県・徳島市)
焼津港に水揚げされた鮮度の良いきはだまぐろを炭火で香ばしくタタキにしました。袋のまま10分間流水解凍。

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!



**131 高橋徳治商店の
蒸しかき**
凍 60日
105g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
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、自然解凍どうぞ。

油調済みなので
トースターや
レンジでOK!



**132 チーズ入り
鮭フライ**
凍 90日 卵 乳 小
2枚 120g **465円** (税込 **502円**) 通常税込 **518円**
北海道産の秋鮭にチーズを巻き込み、衣をつけて揚げました。凍ったまま温めてどうぞ。
桃屋食品 (北海道・札幌市)

赤魚切身4切100g、すけそう
たら切身4切100g、カキ4個
72g、ポイルホタテ4個60g、
かにつみれ4個40g、醤油鍋
スープ70gのセットです。



133 だし香る海鮮寄せ鍋(醤油)
凍 180日 卵 米 大小
372g **1120円** (税込 **1210円**) 通常税込 **1240円**
+鍋スープ70g
赤魚(カナダ)、すけそうたら(国内産)、かき(国内産)、ほたて(国内産)
トクスイコーポレーション (福岡県・福岡市)

特
原料高騰につきしば
らく休止になります



134 あじごぼうつみれ
凍 180日 大小
160g **315円** (税込 **340円**) 通常税込 **356円**
国内産のあじとイトヨリダイのすり身に、国産のごぼう、玉ねぎを加えました。
大新 (鳥取県・境港市)

129 対馬産煮あなご
凍 180日 米 大小
100g **1480円** (税込 **1598円**) 通常税込 **1696円**
対馬地域商社 (長崎県・対馬市)
マアナゴ (長崎県)

130 炭火焼まぐろタタキ
凍 30日
140g **518円** (税込 **559円**) 通常税込 **572円**
マストミ (徳島県・徳島市)
焼津港に水揚げされた鮮度の良いきはだまぐろを炭火で香ばしくタタキにしました。袋のまま10分間流水解凍。

**131 高橋徳治商店の
蒸しかき**
凍 60日
105g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
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、自然解凍どうぞ。

**132 チーズ入り
鮭フライ**
凍 90日 卵 乳 小
2枚 120g **465円** (税込 **502円**) 通常税込 **518円**
北海道産の秋鮭にチーズを巻き込み、衣をつけて揚げました。凍ったまま温めてどうぞ。
桃屋食品 (北海道・札幌市)

133 だし香る海鮮寄せ鍋(醤油)
凍 180日 卵 米 大小
372g **1120円** (税込 **1210円**) 通常税込 **1240円**
+鍋スープ70g
赤魚(カナダ)、すけそうたら(国内産)、かき(国内産)、ほたて(国内産)
トクスイコーポレーション (福岡県・福岡市)

134 あじごぼうつみれ
凍 180日 大小
160g **315円** (税込 **340円**) 通常税込 **356円**
国内産のあじとイトヨリダイのすり身に、国産のごぼう、玉ねぎを加えました。
大新 (鳥取県・境港市)

**135 とれとれあじ
たたき身**
凍 120日
150g×2 **390円** (税込 **421円**)
日本近海で5~8月に漁獲した鮮度の良い生のあじをタタキ身に。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。
真あじ (鳥取県) [放] 不検出 <3.5 <3.5

特
お好み焼き、焼きそばにも!



136 素干し桜小アミ
凍 180日 米
50g **180円** (税込 **194円**) 通常税込 **214円**
三陸沖で漁獲した新鮮なツノナシオキアミ(イサダ)をボイル後、遠赤外線乾燥してふっくらと干しあげました。見た目にも鮮やかです。
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

特
天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要なだけ取り出せて便利です。



137 エビホタテミックス
凍 15日 米 大小
200g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **454円**
天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要なだけ取り出せて便利です。
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

特
船上凍結処理された鮮度の良いめばちまぐろに、モチモチとした食感と身の軟らかさをあわせ持つソデイカを合わせました。



138 まぐろ丼(イカ入り)
凍 15日 米 大小
50g×2 **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **464円**
船上凍結処理された鮮度の良いめばちまぐろに、モチモチとした食感と身の軟らかさをあわせ持つソデイカを合わせました。
マストミ (徳島県・徳島市)

特
たっぶり4袋入り!



139 キハダまぐろのたたき(徳用)
凍 20日
40g×4 **558円** (税込 **603円**) 通常税込 **648円**
クセがなくあっさりした味わいのキハダまぐろを使用。なめらかな食感とまぐろの甘みが楽しめます。
マストミ (徳島県・徳島市)

特
本場の鮭丼!



140 秋鮭漬け丼
凍 90日 米 大小
160g(80g×2) **628円** (税込 **678円**) 通常税込 **697円**
北海道産の秋鮭を醤油ベースのオリジナルのタレに漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、ご飯にのせて。
札幌中一 (北海道・札幌市)

特
ちょっと特別な日の
食卓に!



141 めばちまぐろ短冊
凍 20日
2冊 200g **925円** (税込 **999円**) 通常税込 **1058円**
船内凍結の鮮度の良いめばちまぐろをサク取り。全て食べられるよう皮、骨、血合い除去済み。※台湾船籍船漁獲
マストミ (徳島県・徳島市)

特
船内凍結の鮮度の良いめばちまぐろをサク取り。全て食べられるよう皮、骨、血合い除去済み。※台湾船籍船漁獲



141 めばちまぐろ短冊
凍 20日
2冊 200g **925円** (税込 **999円**) 通常税込 **1058円**
船内凍結の鮮度の良いめばちまぐろをサク取り。全て食べられるよう皮、骨、血合い除去済み。※台湾船籍船漁獲
マストミ (徳島県・徳島市)

特
三陸沖でとれた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ください。



142 しめさば
凍 180日 米 大小
2枚160g **395円** (税込 **427円**)
三陸沖でとれた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ください。
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

特
かたくちいわしの頭、内臓を除去して酢漬けにし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。



143 いわしごま漬
凍 90日 米 小
100g **280円** (税込 **302円**)
かたくちいわしの頭、内臓を除去して酢漬けにし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。
カネヨシ水産 (千葉県・九十九里町)

特
鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩



**144 津軽海峡
鮭フレーク**
凍 90日
100g **520円** (税込 **562円**)
鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩
佐井村漁協 (青森県・佐井村)

特
ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬、パスタの具材などに。



145 たらこ(切れ子)
凍 55g **298円** (税込 **322円**)
ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬、パスタの具材などに。
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

特
年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召し上がれます。



146 国産いかリングフライ
凍 小
200g **580円** (税込 **626円**) 通常税込 **648円**
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。
共和水産 (岩手県・宮古市)

特
柔らかなので子どもにも
シニアにも食べやすいです!



146 国産いかリングフライ
凍 小
200g **580円** (税込 **626円**) 通常税込 **648円**
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。
共和水産 (岩手県・宮古市)

特
魚が苦手なお子さんにも食べてほしい!



147 生から作ったいわしフライ
凍 大小
5~6枚280g **398円** (税込 **430円**)
魚のいいわしを使用しているため、身がやわらかくふっくら。臭みもありません。
千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

特
湯せんでOK!



**148 フライパンで簡単!
いわし電田揚**
凍 180日 大小
7~10枚160g **380円** (税込 **410円**)
境港産の真いわしを、下味に国産丸大豆醤油、粉付けに北海道産のばれいしよでん粉を使用し唐揚げ用仕上げました。
つかさ食品 (千葉県・南房総市)

特
国内産のさばを味噌ベースのたれで煮つけました。湯煎で。



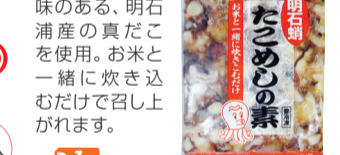
149 国産さばの味噌煮
凍 米 大小
240g(120g×2) **350円** (税込 **378円**) 通常税込 **394円**
国内産のさばを味噌ベースのたれで煮つけました。湯煎で。
みうらや (茨城県・神栖市)

特
3合用



150 明石蛸たこめしの素(3合用)
凍 90日 米 大小
350g(増150g 出汁200g) **775円** (税込 **837円**) 通常税込 **853円**
年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召し上がれます。
カネキ水産 (兵庫県・神戸市)

特
3合用



150 明石蛸たこめしの素(3合用)
凍 90日 米 大小
350g(増150g 出汁200g) **775円** (税込 **837円**) 通常税込 **853円**
年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召し上がれます。
カネキ水産 (兵庫県・神戸市)

材料を混ぜて蒸すだけのお手軽レシピ
彩りが良いので
祝い膳の一品にも

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

7 八郷の卵 18 かに風味かまぼこ 237 絆わかめ

かに入り鳴門蒸し

◆材料(4人分)
卵..... 4個
だし汁..... カップ1
わかめ..... 100g
かに風味かまぼこ... 5本
「塩」..... 小1/2
A醤油..... 小1/2
L酒..... 大1/2



◆作り方
① わかめは塩抜きをして、6~7cm長さに切る。
② かに風味かまぼこは粗くほぐす。
③ 卵を溶きほぐし、だし汁とAを混ぜる。
④ 容器に卵液を流し、わかめとかに風味かまぼこを加える。
⑤ 蒸気の上った蒸し器に④を入れ、強火で3分、その後は弱火で13~14分蒸す。

※蒸し器により火のまわりが違うので、途中で蒸し加減を見てください。

切り取ってご活用ください

**冬のお友だち
紹介キャンペーン**

2020年
2月28日(金)
お申し込み
分まで

紹介いただいた組合員さんも、新しく加入されたお友達にも嬉しい特典がいっぱい!

紹介された方の特典 **お友達にプレゼント!**

紹介者特典 **組合員にプレゼント!**

**3000円相当の常総生協
利用クーポン券をプレゼント**

1枚1,000円に相当し、注文提出時に添付していただく商品代金からご精算致します。出資金への振替も可能です。

常総生協の
ご加入特典
他にもお得な特典が
満載です!

冬のあったかパンシチューセット (通常1700円相当)

セット内容 (通常1700円相当)
おかばや
豆乳角型食パン
1斤6枚
クリームシチュー
150g
つくば茜鶏
モモ 300g
よつ葉シュレッド
チーズ 250g



定番のちらし寿司もいいけど、
ハムを使って洋風にアレンジ!
お好みの具材をのせて
彩りよく華やかに。

151 鎌倉ボンレスハム×3
鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。
冷蔵 15日 60g×3 **640円**(税込**691円**) 通常税込**729円**
豚肉 (国内産)

ひな祭りのごちそうに

ひな祭り特価 特
田仲さん達 (茨城県・桜川市) **152 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用**
ムネ肉とモモ肉を唐揚げ用にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
冷蔵 180日 250g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**
茨城県

ひな祭り特価 特
田仲さん達 (茨城県・桜川市) **153 つくば茜鶏 手羽先**
ゼラチン質に富み、コクのある部位。塩焼き、唐揚げに。だしがでるので煮物にも。
冷蔵 180日 400g **510円**(税込**551円**) 通常税込**567円**
茨城県

ひな祭り特価 特
中津ミート (神奈川県・愛川町) **154 中津豚ロースステーキ香味焼用**
豚ロースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。ご家庭で焼いてお召し上がり下さい。
冷蔵 180日 80g×2 **480円**(税込**518円**) 通常税込**556円**
豚肉 (神奈川県)

ひな祭り特価 特
福永産業 (福岡県・遠賀町) **155 特大 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用**
坊津黒牛のモモ・肩肉をダイス状にカットしました。今回はお得な増量規格です。
冷蔵 30日 300g **1520円**(税込**1642円**) 通常税込**1674円**
鹿児島県

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。

156 岩瀬さんの豚ロースとんかつ用
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
岩瀬さんの黒豚系ロース肉をとんかつ用に切身にしました。
冷蔵 6日 2枚200g **515円**(税込**556円**)
茨城県

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

158 岩瀬さんの豚肩ローススライス
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
赤身の中に適度な脂身が交じる、味の良い部位。一口大に切って焼肉にも。
冷蔵 6日 250g **530円**(税込**572円**) 通常税込**605円**
茨城県

159 岩瀬さんの豚モモスライス
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
赤身主体の部位。巻き物にも重宝します。厚さ3mm。
冷蔵 6日 250g **445円**(税込**481円**)
茨城県

160 岩瀬さんの豚モモしゃぶしゃぶ用
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
赤身主体のモモをしゃぶしゃぶ用にスライス。
冷蔵 届いて3日 250g **475円**(税込**513円**)
茨城県

161 岩瀬さんの豚バラうす切り
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
風味が良く、コクのあるバラを、巻き物にも便利なうす切りにしました。厚さ約1~1.5mm。
冷蔵 6日 250g **465円**(税込**502円**)
茨城県

162 岩瀬さんの豚小間切
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
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、時間が経たない時でも便利です。
冷蔵 6日 150g×2 **400円**(税込**432円**)
茨城県

163 岩瀬さんの豚挽肉
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
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。
冷蔵 30日 300g **400円**(税込**432円**)
茨城県

164 ローズポーク バラブロック 300g
JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。
冷蔵 6日 300g **580円**(税込**626円**)
茨城県

165 ローズポーク 肩スライス
JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
脂身の少ない、味の濃い部位です。すじ切りして。厚さ3mm。
冷蔵 6日 300g **460円**(税込**497円**)
茨城県

166 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
飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚「ローズポーク」を、生産者限定でお届けします。
冷蔵 6日 150g×2 **390円**(税込**421円**)
茨城県

167 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
たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。
冷蔵 6日 200g×2 **510円**(税込**551円**)
茨城県

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

169 豚挽肉(バラ凍結)
JA全農いばらき (茨城県) 野口商店
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。
冷蔵 90日 400g **650円**(税込**702円**)
茨城県

170 中津豚レバー焼肉用(味付)
中津ミート (神奈川県・愛川町)
自社牧場で育てた豚のレバー(肝臓)を、オリジナルのタレに漬けました。そのまま焼いてどうぞ。
冷蔵 120日 200g **324円**(税込**350円**)
豚レバー (神奈川県)

鶏肉

- つくば茜鶏：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）。

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

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

173 つくば茜鶏 ムネモモ小間切
田仲さん達 (茨城県・桜川市)
ムネ肉とモモ肉を一口大にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。煮物、炒めものにも。
冷蔵 180日 250g **490円**(税込**529円**)
茨城県

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

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

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

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

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。

178 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし
福永産業 (福岡県・遠賀町)
炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。
冷蔵 30日 170g **690円**(税込**745円**)
鹿児島県

179 国産牛小間切
福永産業 (福岡県・遠賀町)
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。
冷蔵 30日 160g **445円**(税込**481円**)
福岡県、大分県

180 国産牛挽肉
福岡県、大分県の3名の生産者のホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。
冷蔵 30日 200g **390円**(税込**421円**)
福岡県、大分県

能勢の牛肉でひな祭り!

特
能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

449 牛ロース切り落とし
150g **1450円**(税込**1566円**)
通常税込 **1598円**
大阪府

能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

450 牛ミンチ
200g **870円**(税込**940円**)
大阪府

ピリ辛に味付けして井で用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

181 茨城牛(山方)切り落とし
200g **645円**(税込**697円**)
茨城県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

182 茨城牛(山方)牛豚合挽肉
250g **525円**(税込**567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)

184 鎌倉ポークソーセージ
200g **350円**(税込**378円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

183 鎌倉あらびきウィンナーx2
85g×2 **350円**(税込**378円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

185 鎌倉串ざしフランクフルト
40g×5 **370円**(税込**400円**)
豚肉 (国内産)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

186 鎌倉バラベーコンスライスx2
85g×2 **560円**(税込**605円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.3

中津ミート (神奈川県・愛川町)

187 中津皮なしベビーウィンナー
120g **278円**(税込**300円**)
豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

188 中津生ウィンナー(トマトバジル)
6本120g **370円**(税込**400円**)
豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

189 中津ロースハムスライス
100g **398円**(税込**430円**)
豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

190 中津ショルダーベーコンスライス
100g **380円**(税込**410円**)
豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

196 ボロニアソーセージスライス(レッドベル)
120g **340円**(税込**367円**)
豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

191 中津豚レバーの唐揚げ(衣つき)
125g **330円**(税込**356円**)
豚レバー (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

192 中津もつ煮込み(味噌味)
250g **361円**(税込**390円**)
豚もつ (神奈川県) [放] 不検出 <4.2 <3.7

中津ミート (神奈川県・愛川町)

193 中津麻婆豆腐の素
200g **361円**(税込**390円**)
豚肉 (神奈川県)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

194 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン
160g **350円**(税込**378円**)
鶏肉 (茨城県)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

195 つくば茜鶏 親子丼の素 2袋
130g(鶏肉40g タレ90g)×2 **300円**(税込**324円**)
鶏肉 (茨城県)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

199 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ
100g **500円**(税込**540円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

鈴木牧場 牛乳ピンは洗ってお返ください
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。

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

199 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ
100g **500円**(税込**540円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

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。

5 サツラク牛乳
1ℓ **250円**(税込**270円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

9 サツラク低脂肪牛乳
500ml **146円**(税込**158円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

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

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

197 プレーン
400g **361円**(税込**390円**)

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

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)

3 1ℓ
302円(税込**326円**)

10 500ml
178円(税込**192円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社 (北海道・江別市)

4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)
1ℓ **219円**(税込**237円**)
生乳 (北海道)

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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

200 プレーン
30g **181円**(税込**195円**)

201 ペッパー
30g **190円**(税込**205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
10個 **220円**(税込**238円**)
通常税込 **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
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

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさとの中間」平飼卵
6個入り **330円**(税込**356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

前回好評

北海道産ミルクの濃厚なおいしさ、濃密な食感の濃厚なヨーグルト。満足感のあるおいしさです。

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

202 よつ葉濃厚ヨーグルト(プレーン)

冷蔵 賞味 22日 乳
80g **160円**(税込 **173円**)
生乳 (北海道)



冷蔵 賞味 21日 乳
ホリ乳業 (石川県・金沢市)
腸内活性ヨーグルメイト

203 プレーン
380g **550円**(税込 **594円**)
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。

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

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
205 よつ葉プレーンヨーグルト
北海道の原乳使用。糖分を加えていないので、お料理やお菓子作りにも。酸味をおさえたマイルドタイプ。
冷蔵 賞味 届いて12日前後 乳
400g **230円**(税込 **248円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

サツラク農協 (北海道・札幌市)
206 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)
11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)
冷蔵 賞味 18日 乳
80g×3 **212円**(税込 **229円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

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

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。

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

208 よつ葉のむヨーグルト(プレーン)

冷蔵 賞味 21日 乳
250g **176円**(税込 **190円**)
生乳 (北海道)



酪王乳業 (福島県・郡山市)
209 生乳たっぷりのむヨーグルト
生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖
冷蔵 賞味 19日 乳
180ml×2 **240円**(税込 **260円**)
生乳 (福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5

モンテール (東京都・足立区)
210 牛乳と卵のデザートワッフル
自家製カスタードクリームとホイップクリームのミックスを、ワッフルで包みました。
冷蔵 賞味 届いて4日 卵 乳 大小
4個 **227円**(税込 **245円**)
[放] 不検出 <3.4 <3.6

茨城乳業 (茨城県・石岡市)
211 タマゴプリン
牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固めています。凝固剤、安定剤不使用。
冷蔵 賞味 14日 卵 乳
85g×3 **235円**(税込 **254円**)
牛乳・卵 (茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
212 パンにぬりやすいよつ葉バター&ひまわりオイル
北海道産バターを60%使用。ひまわり油を使用し、バターそのものの味を活かしながらパンに塗りやすくなっています。
冷蔵 賞味 90日 乳
120g **358円**(税込 **387円**)
生乳 (北海道)

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 (神奈川県・相模原市)
215 おかべや 枝豆入り野菜がんも
国産大豆使用の生地に枝豆、にんじん、ごぼう、玉ねぎを加えて、味よく仕上げました。
冷蔵 賞味 届いて3日 大小
1個 **150円**(税込 **162円**)
枝豆 (北海道)

おかべや (神奈川県・相模原市)
213 おかべや 宴もめん
熊本県産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。
冷蔵 賞味 届いて5日 大
330g **189円**(税込 **204円**)
大豆 (国内産)

おかべや (神奈川県・相模原市)
214 おかべや 雅きぬ
熊本県産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。
冷蔵 賞味 届いて5日 大
330g **189円**(税込 **204円**)
大豆 (国内産)

冷蔵庫の残り野菜をたっぷり入れて!
おかからのおやき
熊本県産大豆と南大東島の天然にがりで作ったおかべや豆腐のおから。
おかべや (神奈川県・相模原市)
216 おかべや 生おから
冷蔵 賞味 届いて3日 大
300g **120円**(税込 **130円**)
大豆 (熊本県)

丸和 (東京都・練馬区)
217 もめん豆腐
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。
冷蔵 賞味 届いて4日 大
300g **176円**(税込 **190円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

丸和 (東京都・練馬区)
218 きぬ豆腐
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。
冷蔵 賞味 届いて4日 大
300g **165円**(税込 **178円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

丸和 (東京都・練馬区)
219 ミニもめん豆腐
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。
冷蔵 賞味 届いて4日 大
150g×2 **180円**(税込 **194円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

丸和 (東京都・練馬区)
220 ミニきぬ豆腐
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。
冷蔵 賞味 届いて4日 大
150g×2 **175円**(税込 **189円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

丸和 (東京都・練馬区)
221 絹とうふ(充填豆腐)
青森県、秋田県産大豆をブレンド。消泡剤を使用せず、にがり固めた日持ちする充填豆腐。
冷蔵 賞味 届いて30日 大
300g×3 **395円**(税込 **427円**)
大豆 (青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

丸和 (東京都・練馬区)
222 油揚げ
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。
冷蔵 賞味 届いて6日 大
3枚 **165円**(税込 **178円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

丸和 (東京都・練馬区)
223 味付いなり揚げ
肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。
冷蔵 賞味 届いて90日 米 大小
10枚 **395円**(税込 **427円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

JAやさと (茨城県・石岡市)
228 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。
冷蔵 賞味 7日 米 大小
35g×3 **148円**(税込 **160円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <4.2 <4.2

JAやさと (茨城県・石岡市)
229 本味納豆(タレ・カラシ無)
茨城県産大豆使用。小粒納豆より少し大きめの大豆で作りました。タレ、カラシ無し。
冷蔵 賞味 7日 大
40g×3 **140円**(税込 **151円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.0

水府納豆 (茨城県・常陸太田市)
230 水府納豆ミニ2(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。
冷蔵 賞味 届いて10日 米 大小
40g×2 **100円**(税込 **108円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <2.9 <3.7

料理の素材として大活躍
丸和 (東京都・練馬区)
224 豆腐からあげ
国産大豆の生地を、にんにく醤油で下漬けた、からあげ風のがんとどき。お肉を控えている方にもおすすめです。
冷蔵 賞味 届いて4日 米 大小
10個 **205円**(税込 **221円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.2

丸和 (東京都・練馬区)
225 厚揚げ
国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。
冷蔵 賞味 届いて4日 大
90g×2 **155円**(税込 **167円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2

水府納豆 (茨城県・常陸太田市)
231 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)
茨城県産小粒大豆、国産大麦使用。押し麦を混ぜることで、もちもちとした食感が加わります。
冷蔵 賞味 届いて10日 大
40g×2 **165円**(税込 **178円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

登喜和食品 (東京都・府中市)
232 十勝の息吹 ひきわり2P(タレ・カラシ付)
北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。
冷蔵 賞味 届いて9日 米 大小
40g×2 **172円**(税込 **186円**)
大豆 (北海道)

登喜和食品 (東京都・府中市)
233 丸大豆てんべ
北海道十勝産大豆(トヨホマレ)をテンペ菌で発酵。発酵終了後に低温加熱処理をして長期保存を実現しました。
冷蔵 賞味 届いて30日 米 大
100g **265円**(税込 **286円**)
大豆 (北海道)

シーズン最終
丸和 (東京都・練馬区)
226 きのがんも
がんとどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますので、そのままでも、煮物にも。
冷蔵 賞味 届いて5日 米 大小
2個 **255円**(税込 **275円**)
ぶなしめじ (茨城県、他) [放] 不検出 <2.1 <2.2

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

日配品
・こんにゃく: 国産のこんにゃく芋を使用しています。
・麺・皮: 国産小麦 100% です。
・煮豆: 調味液に浸して加圧するレトルトではなく、開放釜でゆっくり時間をかけて煮ています。

鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
234 生芋あく抜きこんにゃく
昔ながらの缶蒸し製法で作ったこんにゃくです。
冷蔵 賞味 届いて90日
220g **140円**(税込 **151円**)
こんにゃく芋 (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9

鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
235 生芋あく抜きしらたき
国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のの良い白滝です。
冷蔵 賞味 届いて90日
180g **140円**(税込 **151円**)
こんにゃく芋 (国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.6

常緑の「絆」です
生産者リアス
かじかわ農場 (新潟県・新発田市)
238 ミックスビーンズの水煮
4種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。
冷蔵 賞味 届いて90日 大
150g **265円**(税込 **286円**)
豆 (新潟県、北海道)

リアス (千葉県・船橋市)
237 石巻十三浜産 絆わかめ
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。水戻ししてご利用ください。
冷蔵 賞味 届いて90日
100g **380円**(税込 **410円**)
わかめ (宮城県) [放] 不検出 <4.2 <4.6

浜食 (東京都・調布市)
236 洗いもずく
もずく (沖縄県)
冷蔵 賞味 届いて10日 米
200g **240円**(税込 **259円**)

ひな祭りのごちそうに



239 ちらし寿司の素
200g (2合用) 494円(税込) 534円(通常税込) 544円(通常税込)
旬(和歌山県)



241 里ごぼう
100g 398円(税込) 430円(通常税込) 450円(通常税込)
ごぼう(国内産)



242 桜寄せ豆腐
200g 220円(税込) 238円(通常税込) 248円(通常税込)
桜の花(国内産) [放]不検出<2.2<2.2



243 茶碗蒸し
150g x2 440円(税込) 475円(通常税込) 486円(通常税込)
卵(徳島県)



244 地鶏そぼろ
100g 245円(税込) 265円(通常税込) 275円(通常税込)
鶏肉(徳島県)



245 内麦焼そば(ソース無)
150g x3 197円(税込) 213円(通常税込)
小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



246 内麦生ラーメン醤油(3食入)
麺120g x3 スープ30g x3 350円(税込) 378円(通常税込)
小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



247 煮豆 黒豆(雁喰豆)
150g 380円(税込) 410円(通常税込)
黒大豆(岩手県)



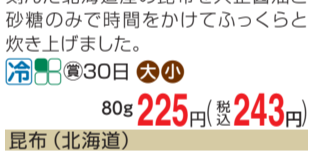
248 煮豆 お福豆(紫花豆)
120g 320円(税込) 346円(通常税込)
紫花豆(北海道)



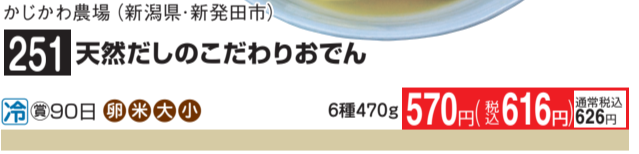
249 茶漬昆布
80g 255円(税込) 275円(通常税込) 286円(通常税込)
昆布(北海道)



249 茶漬昆布 (continued)
80g 255円(税込) 275円(通常税込) 286円(通常税込)
昆布(北海道)



250 甘口昆布
80g 225円(税込) 243円(通常税込)
昆布(北海道)



251 天然だしのこだわりおでん
6種470g 570円(税込) 616円(通常税込) 626円(通常税込)



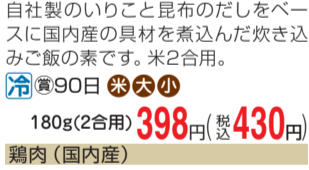
252 筍ちまき
3個入 590円(税込) 637円(通常税込) 648円(通常税込)
筍(山形県)



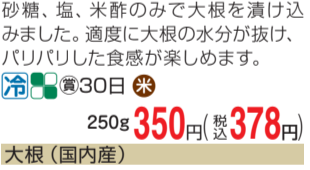
253 お魚ソーセージ(3本入)
40g x3 280円(税込) 302円(通常税込) 322円(通常税込)
魚肉(国内産)



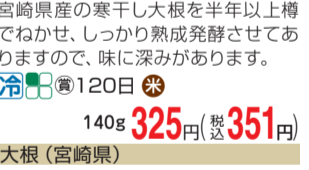
259 アップルシロップ
150g 300円(税込) 324円(通常税込)



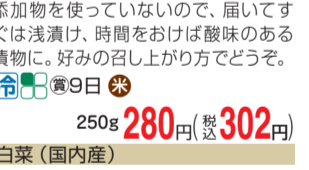
254 炊き込みご飯の素(五目鶏めし)
180g(2合用) 398円(税込) 430円(通常税込)
鶏肉(国内産)



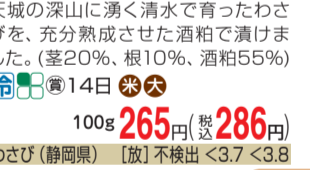
255 糖しぼり大根
250g 350円(税込) 378円(通常税込)
大根(国内産)



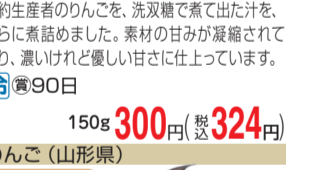
256 すっぱいいなか漬け(寒干し沢庵・糠漬)
140g 325円(税込) 351円(通常税込)
大根(宮崎県)



257 農家で漬けたゆず白菜
250g 280円(税込) 302円(通常税込)
白菜(国内産)



258 わさび漬け
100g 265円(税込) 286円(通常税込)
わさび(静岡県) [放]不検出<3.7<3.8



りんご(山形県)

魚肉練り製品

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



260 静岡おでん種セット
6種13品 520円(税込) 562円(通常税込)
すけそうだら(アメリカ、北海道)



261 うずら卵天
4個 298円(税込) 322円(通常税込) 330円(通常税込)
うずら卵(愛知県)



262 黒はんぺん
5枚150g 369円(税込) 399円(通常税込)
いわし(駿河湾)



263 小判揚
5枚150g 315円(税込) 340円(通常税込)
すけそうだら(アメリカ、北海道)



264 小竹輪
5本 310円(税込) 335円(通常税込)
すけそうだら(アメリカ、北海道)

高橋徳治商店 こだわりの練り物



265 いわしだんご
5個150g 292円(税込) 315円(通常税込) 324円(通常税込)
いわし(宮城県)



266 おとうふ揚げ
5個175g 295円(税込) 319円(通常税込)
すけそうだら(北海道)



269 おでん種セット
7種13品 380g 761円(税込) 822円(通常税込) 842円(通常税込)
すけそうだら(北海道)



267 つまみ揚げ(野菜)
130g 300円(税込) 324円(通常税込)
すけそうだら(北海道)



268 7種の野菜揚げ
5個165g 315円(税込) 340円(通常税込)
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。



イズックス (東京都・中央区)

270 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g **327円** (税込 **353円**)
かぼちゃ (北海道)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

271 ミックスベジタブル

北海道産のとうもろこし、人参、いんげんをダイスカットにしました。ピラフ、炒め物、サラダ等に。

凍 200g **428円** (税込 **462円**)
野菜 (北海道)



ムソー (大阪府・大阪市)

272 冷凍オーガニックいんげん

農業や肥料に頼らずヨーロッパの大地で大切に育てられたオーガニックいんげん。いんげん本来の美しい色と味を損なうことなく、収穫から加工までを短時間で一気にしています。

凍 250g **333円** (税込 **360円**)
有機いんげん (フランス)



日本生活協同組合連合会

273 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)



つみれ鍋、焼きつくね、豆腐ハンバーグなど
アイデア次第

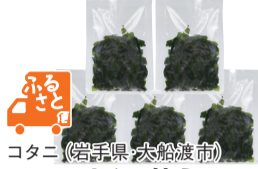


せいふてい (神奈川県・横浜市)

274 冷凍おろし本わさび

長野県安曇野産わさび100%。保存料、香辛料は一切使用していません。わさび本来の味が味わえます。

凍 180日
6袋30g **380円** (税込 **410円**)
わさび (長野県)



コタニ (岩手県・大船渡市)

275 すぐに使える生わかめ(岩手県産)

岩手県沖で、3月に収穫したわかめをボイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍 180日
40g×5パック **390円** (税込 **421円**)
わかめ (岩手県) [放] 不検出 <0.6 <0.6



コタニ (岩手県・大船渡市)

276 冷凍めかぶ(岩手県産)

岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍 180日
40g×5パック **338円** (税込 **365円**)
わかめ (岩手県) [放] 不検出 <2.8 <3.0



277 マム 学校帰りのコロケ

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。町のお肉屋さんの懐かしい味わいです。お弁当にも。

凍 5個入
じゃがいも (北海道) **380円** (税込 **410円**)



秋川牧園 (山口県・山口市)

278 いろいろ使える鶏つみれ

若鶏のムネ肉のミンチを生姜をきかせて味付けしました。成形していないので、どんな用途にも使えます。

凍 卵米大小
200g **315円** (税込 **340円**) (通常税込 **351円**)
鶏肉 (山口県、他)



279 お弁当用根菜コロケ

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

凍 卵米大小
12個240g **435円** (税込 **470円**)



280 鶏ごぼうハンバーグ

国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。お弁当やおつまみに。レンジまたは焼いて。

凍 卵米大小
26g×8 **400円** (税込 **432円**)
鶏肉 (国内産)



281 神山鶏の塩麹電田

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

凍 90日 卵米大小
150g **360円** (税込 **389円**)
鶏肉 (徳島県)



287 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。

凍 卵米大小
15個250g **495円** (税込 **535円**)
豚肉 (国内産)



288 ヨコハマの餃子

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子です。

凍 卵米大小
18g×25 **568円** (税込 **613円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0



282 ヒトクちソースとんかつ

粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをからめました。お弁当のおかずにも最適です。レンジ加熱または自然解凍で。

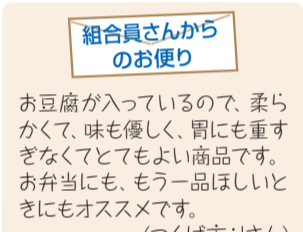
凍 卵米大小
6個120g **395円** (税込 **427円**)
豚肉 (国内産)



283 鶏のから揚げ

無投棄の神山鶏の肉を特製旨味タレに漬け込み、やわらかくジューシーな中華風から揚げに仕上げています。

凍 卵米大小
200g **425円** (税込 **459円**)
鶏肉 (徳島県)



285 お弁当用メンチカツ(ツナ)

マグロと鶏肉、キャベツと玉ねぎの絶妙な配合で、冷めてもジューシーなお弁当サイズのメンチカツに仕上げました。電子レンジで温めてください。

凍 卵米大小
120g(5個) **315円** (税込 **340円**)
ピンチョウマグロ (太平洋)



289 フライパンでキーマ春巻

豚肉、玉ねぎ、トマトピューレ、スパイスをふんだんに使った本格キーマカレーに仕上げ、春巻にしました。フライパンまたはオーブンで。

凍 卵米大小
6本150g **373円** (税込 **403円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <4.2 <2.6



290 マム フライパンで簡単春巻

たっぷりの国産竹の子、長ネギと信州産豚肉を千切りして炒めた具と一緒に巻きました。フライパンで焼いて。

凍 卵米大小
5本200g **380円** (税込 **410円**)
竹の子 (国内産)



284 ぶちプリえびかつ

えびがたっぷりのミニえびかつです。油調理済なのでオープン等であたためるだけですぐに使えて便利です。

凍 卵米大小
6個120g **300円** (税込 **324円**)
小麦 (国内産)



286 大きな豆腐肉団子

国産の鶏肉と国産大豆を使用した豆腐を主体に、少し大きめの肉団子を作り、特製のタレをからめました。

凍 卵米大小
340g **444円** (税込 **480円**) (通常税込 **491円**)
鶏肉 (国内産)



291 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。

凍 卵米大小
12個180g **418円** (税込 **451円**)
すけとうだら (北海道)、えび (ベトナム)



292 飛鳥の黒豚肉まん

国産豚肉を使用した具を国産小麦使用の皮で包みました。是非蒸してお召し上がりください。

凍 卵米大小
3個270g **440円** (税込 **475円**) (通常税込 **489円**)
豚肉 (国内産)



293 神山鶏やわらか揚げ親子丼の素

徳島県の山間部で放し飼いをされた神山鶏を使用。内袋ごと湯煎して鍋にあげ、溶き卵を加えれば親子丼が完成。

凍 卵米大小
160g×2 **460円** (税込 **497円**)
鶏肉 (徳島県)



294 中華丼の具(塩)

新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。

凍 卵米大小
180g×2 **495円** (税込 **535円**)
鶏肉 (国内産)



295 フライドチキン(手羽元)

若鶏手羽元に薄衣を付けて揚げ、数種のスパイスの香りが食欲をそそるジューシーなフライドチキンです。

凍 卵米大小
400g **768円** (税込 **829円**) (通常税込 **849円**)
鶏肉 (国内産)



296 若鶏チーズササミロール

ナチュラルチーズを若鶏ささみ肉で巻きました。油調理済なので、トースターまたはレンジで温めて。

凍 卵米大小
180g **468円** (税込 **505円**) (通常税込 **521円**)
鶏肉 (山口県、他)



297 フライパンで簡単ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 卵米大小
200g **398円** (税込 **430円**) (通常税込 **445円**)
鶏肉 (山口県、他)



298 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ

人気の豆腐ハンバーグに、国産の野菜とひじきを加えました。消泡剤を使用せず、天然にがりを加えた豆腐を使用。レンジまたは焼いて。

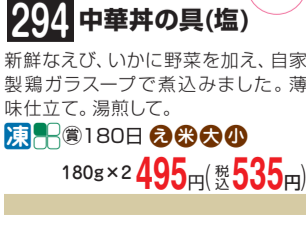
凍 卵米大小
3個210g **417円** (税込 **450円**) (通常税込 **459円**)
大豆・鶏肉 (国内産)



299 オーガニックペンネのトマトソースグラタン

濃厚なバターをたっぷり使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用しています。電子レンジで温めて。

凍 卵米大小
170g×2 **528円** (税込 **570円**) (通常税込 **580円**)
小麦 (イタリア)



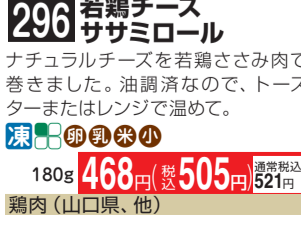
293 神山鶏やわらか揚げ親子丼の素

徳島県の山間部で放し飼いをされた神山鶏を使用。内袋ごと湯煎して鍋にあげ、溶き卵を加えれば親子丼が完成。



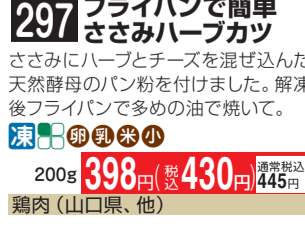
295 フライドチキン(手羽元)

若鶏手羽元に薄衣を付けて揚げ、数種のスパイスの香りが食欲をそそるジューシーなフライドチキンです。



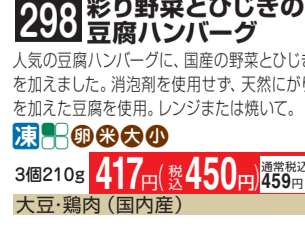
296 若鶏チーズササミロール

ナチュラルチーズを若鶏ささみ肉で巻きました。油調理済なので、トースターまたはレンジで温めて。



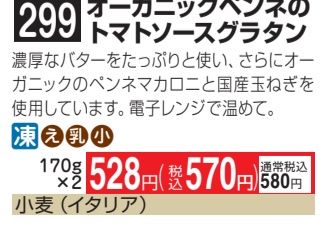
297 フライパンで簡単ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。



298 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ

人気の豆腐ハンバーグに、国産の野菜とひじきを加えました。消泡剤を使用せず、天然にがりを加えた豆腐を使用。レンジまたは焼いて。



299 オーガニックペンネのトマトソースグラタン

濃厚なバターをたっぷり使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用しています。電子レンジで温めて。

うどん・丼にのせても♪

駿河湾産桜えびを加え、国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用し、non-GMO菜種油で揚げました。凍ったままお皿にうつして電子レンジでラップをかけずに温めてお召し上がりください。



日岡商事(兵庫県・加古川市) **300 桜えびかきあげ** 2枚

凍(小) 160g(2枚入) **504円**(税込**544円**) 通常税込**564円** 野菜(国内産)

ボリュームたっぷりな大きいです



日岡商事(兵庫県・加古川市) **301 野菜かきあげ** 2枚

国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用し、菜種油で揚げました。凍ったままお皿にうつして電子レンジでラップをかけずに温めてお召し上がりください。

凍(小) 160g(2枚入) **409円**(税込**442円**) 野菜(国内産)



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) **302 わかめどっさりうどん** 2食入

国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鰹、昆布ダシの関西風つゆ。

凍(大) 2食556g **350円**(税込**378円**) わかめ(韓国)



創健社(神奈川県・横浜市) **303 生冷凍 長野県産 石臼挽十割そば** 2食入

長野県産のそば100%で作った生冷凍十割そば。生のまま冷凍する事で、香りが損なわれず、手打ちそばに勝るとも劣らない風味がお楽しみ頂けます。

凍(大) 130g×2 **590円**(税込**637円**) そば(長野県)

原材料は国産小麦粉と食塩のみ



日岡商事(兵庫県・加古川市) **304 冷凍うどん**

国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったままの麺を沸騰したお湯で1分半ほど茹でて下さい。温でも冷でも。

凍(大) 200g×3玉 **412円**(税込**445円**) 小麦粉(国内産)



フジワラ化学(愛媛県・西条市) **305 フジワラの青汁**

有機栽培ケールにクマザサ、シソ葉エキスを配合。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。

凍(大) 90ml×7 **1190円**(税込**1285円**) ケール(愛媛県)

ヨーグルトのトッピングやジュースに♪



ムソー(大阪府・大阪市) **306 冷凍オーガニック ストロベリー**

豊かな大自然の中で有機栽培された、鮮やかな色合いで香り高く甘みがある特徴のストロベリーです。旬の時期に収穫し、自然の風味を損なうことなくそのまま冷凍しました。【有機JAS認定品】

凍(大) 200g **444円**(税込**480円**) いちご(トルコ)

塩味が全体の風味を引き立てます



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) **307 芽吹き屋 黒豆塩大福** 4個入

岩手産「平黒塩大豆」を国産もち米の生地に粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍(大) 4個 220g **389円**(税込**420円**) 通常税込**432円** 黒豆(岩手県)

組合員さんからのクチコミ

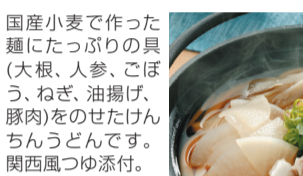
朝、冷凍庫から出して解凍して食べましたが、とっても美味しかったです。また取り扱って下さい。



弁天堂(兵庫県・淡路市) **308 半熟とろりん ティラミス** 2個入

北海道産マスカルポーネとクリームチーズを使用してトロトロの食感に仕上げました。冷凍庫で解凍してそのままどうぞ。

凍(大) 2個 **694円**(税込**750円**) 通常税込**767円** チーズ(北海道)



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) **309 具たっぷりけんちんうどん** 2食入

国産小麦で作った麺にたっぷりの具(大根、人参、ごぼう、ねぎ、油揚げ、豚肉)をのせたくんちんうどんです。関西風つゆ添付。

凍(大) 2食610g **552円**(税込**596円**) 小麦(国内産)



ニッキーフーズ(神奈川県・大和市) **310 野菜たっぷりあんかけラーメン**

沸騰したお湯に凍ったままの本品を入れて湯がだけで完成。モンゴルかんすい使用。具にはもやし・キャベツ・玉ねぎ・人参・いんげん・豚肉と野菜たっぷり。

凍(大) 450g(麺160g) **370円**(税込**400円**) 通常税込**416円** 小麦(国内産)



大進食品(神奈川県・横浜市) **311 阿波鶏のあんかけ唐揚げ お惣菜プレート**

徳島県のブランド鶏、阿波すだち鶏の唐揚げをメインに茄子の揚げ浸し、ひじきと大豆の煮物、青菜とちりめんじゃこのお浸しを詰めました。電子レンジで温めて頂くだけでいつでも便利にお召し上がり頂けます。

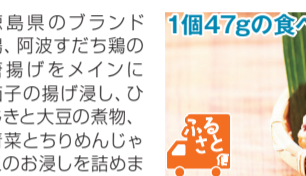
凍(大) 250g **691円**(税込**746円**) 通常税込**756円** 鶏肉(徳島県)



ニッキーフーズ(神奈川県・大和市) **312 おこわおにぎり(赤飯・ひじき五目)** 2種×4

おこわおにぎりの赤飯と五目おにぎり(鶏肉、ひじき、ごぼう、たけのこ、にんじん)のセット。国産もち米と国産うるち米をブレンドしたもちもち食感をお楽しみいただけます。(加工デンプン:全体の0.5%)

凍(大) 376g(2種×4個) **410円**(税込**443円**) もち米(国内産)



青い海(沖縄県・糸満市) **315 沖縄の塩「シママース」** 2袋

原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。

凍(大) 1kg×2 **580円**(税込**626円**) 通常税込**648円** 海水(沖縄県)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **602 すし酢(昆布だし入り)** 360ml

醸造酢に砂糖、塩、昆布だしを加えたバランスのよい寿司酢です。

凍(大) 360ml **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) **313 ライスバーガー 国産牛焼肉** 5個入

醤油をつけてこんがり焼きあげたライスプレートに、特製の焼肉たれで仕上げた国産牛とたまねぎをサンドしました。(加工デンプン:全体の0.5%以下)

凍(大) 5個600g **1033円**(税込**1116円**) 通常税込**1126円** 米・牛肉(国内産)



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) **314 ライスバーガー ねぎ塩豚焼肉** 5個入

醤油をつけて焼きあげたライスプレートに、特製の甘辛塩たれで仕上げたねぎと国産豚肉の焼肉をサンドしました。(加工デンプン:全体の約0.2%)

凍(大) 5個575g **889円**(税込**960円**) 通常税込**970円** 米・豚肉(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

契約栽培による樹上完熟のスターキングを使用。1年以上熟成して瓶詰めしました。

凍(大) 300ml **590円**(税込**637円**) 通常税込**648円** りんご(福島県)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **602 すし酢(昆布だし入り)** 360ml

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **602 すし酢(昆布だし入り)** 360ml

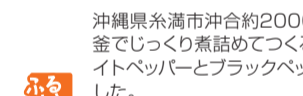
凍(大) 360ml **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **602 すし酢(昆布だし入り)** 360ml

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **602 すし酢(昆布だし入り)** 360ml

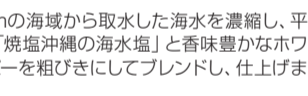
凍(大) 360ml **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**



青い海(沖縄県・糸満市) **316 ビン入り 粗びき塩胡椒** 75g

沖縄県糸満市沖合約2000mの海域から取水した海水を濃縮し、平釜でじっくり煮詰めてつくる「焼塩沖縄の海水塩」と香味豊かなホワイトペッパーとブラックペッパーを粗びきにしてブレンドし、仕上げました。

凍(大) 75g **450円**(税込**486円**) 通常税込**497円**



東京フード(茨城県・坂東市) **318 甜菜糖** 500g

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。

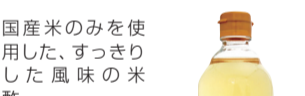
凍(大) 500g **380円**(税込**410円**) 甜菜(北海道)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

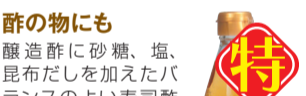
凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

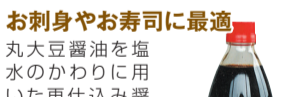
凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

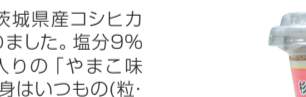
凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

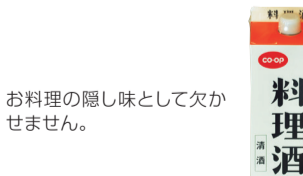
凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) **520 純米酢**

凍(大) 500ml **233円**(税込**252円**) 米(国内産)



日本生活協同組合連合会 **323 CO虹の宴 料理酒1.8ℓ**

お料理の隠し味として欠かせません。

米(国内産) 1.8ℓ **720円**(税込**792円**) 通常税込**803円**



味の醸造(埼玉県・狭山市) **324 味の母**

これ一本でみりんの旨み、お酒の風味を併せ持ちます。米と米麹を原料に日本酒のもろみを造り、さらに糖化の工程を経て本格醸造されたみりん風味調味料。原材料:米、米麹、食塩(酒税法上の酒類ではありません。)

米(国内産) 720ml **750円**(税込**810円**)



チョーコー醤油(長崎県・長崎市) **544 ゆず醤油 かけぼん**

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。

米(大) 400ml **400円**(税込**432円**)



ボールスタア(東京都・東村山市) **325 桃花林 ゆずみそ**

信州みそに愛媛県産ゆずの香りが生きた手作りの味。

米(大) 120g **185円**(税込**200円**) 通常税込**214円**



井ヶ谷醤油(島根県・出雲市) **326 しじみだし醤油**

栄道湖産の大和しじみ、北海道産利尻昆布、枕崎産荒節の旨味を純米酒「蔵の素」で最大限に引き出しました。

米(大) 500ml **625円**(税込**675円**)



井ヶ谷醤油(島根県・出雲市) **326 しじみだし醤油**

栄道湖産の大和しじみ、北海道産利尻昆布、枕崎産荒節の旨味を純米酒「蔵の素」で最大限に引き出しました。

米(大) 500ml **625円**(税込**675円**)

長野森林組合の商品

長野森林組合では、長野市鬼無里の地元産原料にこだわり、旬の味を生かし、食の安全を重視した山菜加工に取り組んでおります。



長野森林組合 (長野県・長野市)
601 鬼無里五目寿司の素
米 210g 350円(税込) 378円(通常税込) 389円



まいたけに地場産のえのき茸を加え、だしのきいた調味料で味付け。お米といっしょに炊き上げて、3合用。

長野森林組合 (長野県・長野市)
327 まいたけご飯の素
米 220g 340円(税込) 367円(通常税込) 378円



長野森林組合 (長野県・長野市)
328 野沢菜の油いため
長野市鬼無里の野沢菜に人参を加えて味付けし、油で炒めました。そのまま、野沢菜チャーハンにして。
米 130g 220円(税込) 238円(通常税込) 248円



長野森林組合 (長野県・長野市)
600 うす塩えのき茸
業界では不可欠とされる酸化防止剤、増粘剤不使用。自社で煮込んだ鰹だしと丸大豆醤油が味付けのベース。固形分80%と自然のおいしさが詰まっています。合成添加物不使用、標準品より塩分20%減。
米 215g 285円(税込) 308円(通常税込) 322円



長野森林組合 (長野県・長野市)
329 山菜味くらべ
山ふき、わらび、しいたけ、姫竹をうすく味付けし、ビン詰めしました。長野の地場産を中心に国産原料を使用。
米 140g 195円(税込) 211円(通常税込) 216円



岡村製油 (大阪府・柏原市)
549 あげもの油
米 1380g 990円(税込) 1069円(通常税込)

くせがなくマイルドな風味のオリーブオイルです。パスタ料理や煮込み料理、揚げ物など幅広く使えます。
日本生活協同組合連合会
553 COオリーブオイル 400g
米 400g 510円(税込) 551円(通常税込) 562円

手で開けられる紙容器入り
イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ピューレ漬けにしました。トマトを切らずに使えます。
ナガノトマト (長野県・松本市)
330 あらくつぶしたトマトピューレづけ
米 390g 220円(税込) 238円(通常税込)

完熟トマトの甘みを活かして、酢・玉ねぎ・スパイスなどをバランスよく配合したトマトケチャップです。
ユニオンソース (栃木県・日光市)
534 あらごし完熟ケチャップ
米 300g 350円(税込) 378円(通常税込) 389円

中華料理には欠かせない唐辛子みそ。麻婆豆腐、炒め物、ラーメンなどに独特の風味と辛みを出せます。
丸新商会 (千葉県・市川市)
332 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。
米 145g 410円(税込) 443円(通常税込) 454円

中華料理用の甘みそです。肉味噌や、甘みを生かして炒め物などの味付けに。
丸新商会 (千葉県・市川市)
334 甜麺醤
米 130g 320円(税込) 346円(通常税込)

私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)
531 マヨネーズ (キサイチ)
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。
卵 330g 475円(税込) 513円(通常税込)

香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。野菜だけでなく肉や魚介にも合います。
シンコー食品 (東京都・八王子市)
331 ハロードレッシング
米 380ml 420円(税込) 454円(通常税込) 464円

適量出せる便利なボトル
国産のりんご、トマト、玉ねぎ、人参、セロリをじっくり煮込み、12種類のスパイスで仕上げた中濃ソース。化学調味料、着色料不使用。
丸新商会 (千葉県・市川市)
538 国産(野菜・果実)中濃ソース
米 200g 330円(税込) 356円(通常税込)

茹で時間約4分
日本製粉 (富山県・砺波市)
632 パーミセリ神戸 (1.4mm)
デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。ゆで時間約4分。
米 300g x 2 235円(税込) 254円(通常税込) 265円

茹で時間10分
ニューオークボ (千葉県・柏市)
630 エルボマカロニ
デュラム小麦の中心だけの粉を使って、麺に負担をかけないよう手打式で時間をかけて作りました。
米 100g 110円(税込) 119円(通常税込)

ニュージーランド産とオーストラリア産原料を100%使用した、豊かな風味とコクのバルメザンチーズです。スパゲッティ、グラタンなどの味をいっそう引き立てます。
日本生活協同組合連合会
336 CO パルメザンチーズ 70g
米 70g 332円(税込) 359円(通常税込)

化学調味料不使用
リアス (千葉県・船橋市)
335 広島県産熟成味付け海苔
瀬戸内海の内海で、種付けから摘み取りまで丹精込めて育てました。EM(有効微生物)を使い11年熟成させることで海苔の旨味を引き出しました。無酸処理。
米 全型7枚(8切56枚) 500円(税込) 540円(通常税込)

片栗粉
川光商事 (東京都・中央区)
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。あんかけ、とろみづけ、唐揚げに。
米 400g 210円(税込) 227円(通常税込)

茹で上がりのおいしさが違います
茹で時間約11分
ニューオークボ (千葉県・柏市)
628 プロスパゲッティ (2.0mm)
麺に熱を加えないよう時間をかけて作りました。小麦の栄養と旨味が熱に破壊されず残っています。
米 450g 345円(税込) 373円(通常税込)

茹で時間約4分
日本製粉 (富山県・砺波市)
632 パーミセリ神戸 (1.4mm)
デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。ゆで時間約4分。
米 300g x 2 235円(税込) 254円(通常税込) 265円

茹で時間10分
ニューオークボ (千葉県・柏市)
630 エルボマカロニ
デュラム小麦の中心だけの粉を使って、麺に負担をかけないよう手打式で時間をかけて作りました。
米 100g 110円(税込) 119円(通常税込)

ニュージーランド産とオーストラリア産原料を100%使用した、豊かな風味とコクのバルメザンチーズです。スパゲッティ、グラタンなどの味をいっそう引き立てます。
日本生活協同組合連合会
336 CO パルメザンチーズ 70g
米 70g 332円(税込) 359円(通常税込)

江藤さん (大分県・玖珠町)
337 江藤さんの干しいたけ
自分の山から切り出した原木に菌類を栽培したいたけを乾燥させました。
米 50g 510円(税込) 551円(通常税込)

リアス (千葉県・船橋市)
338 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具
海藻と野菜と一緒に乾燥させた便利な乾燥物ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。
米 26g 398円(税込) 430円(通常税込)

リアス (千葉県・船橋市)
587 房州ひじき (天然長ひじき)
房州産のひじきです。水で戻すとカサがふえます。油揚げや人参と炒め煮に。ひじきご飯に使っても美味。
米 25g 450円(税込) 486円(通常税込)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)
339 割干大根
青首大根を大きく切り、干しました。しっかりした歯ごたえと甘みがあります。30分水につけて戻してから。
米 80g 320円(税込) 346円(通常税込)

上品な風味のだしが取れます
大紀コープファーム (奈良県・五條市)
561 だし削り(6種混合)
国産の削り節6種(さば、あじ、さんま、いわし、うるめいわし、かつお)をブレンドした削り節です。
米 150g 390円(税込) 421円(通常税込)

濃厚なだしが取れるので、うす味仕上げが可能です。
リアス (千葉県・船橋市)
558 羅臼昆布
米 40g 580円(税込) 626円(通常税込) 643円

プレス・オールターケイブ (東京都・目黒区)
611 レーズン
有機栽培されたぶどうを天日で乾燥しました。オイルコーティングはしていません。
米 165g 400円(税込) 432円(通常税込)

ネオファーム (神奈川県・厚木市)
610 ブルーン(種めき)
有機認証された農場で栽培されたブルーンです。オイルコーティングなし。鉄分、カリウム、繊維質が豊富。
米 120g 455円(税込) 491円(通常税込)

日本生活協同組合連合会
671 COみかん缶5号 (305g) x 3
みかんのおいしさが生きる、甘さを抑えたライトシロップ漬の缶詰です。
米 305g x 3 710円(税込) 767円(通常税込)

日本生活協同組合連合会
666 CO大豆ドライパック 140g x 3
北海道産の粒よりの大豆をふくら煮上げた素材缶。サラダや五目煮等に。
米 140g x 3 420円(税込) 454円(通常税込)

日本生活協同組合連合会
676 COライトツナフレーク まぐろ油無添加3P
化学調味料を使用しないオイル無添加タイプのツナ缶詰。料理の素材など幅広く使えます。
米 70g x 3 375円(税込) 405円(通常税込)

沖縄産豚肉(チャンプルー)やポークだまごに
沖縄物産企業連合(沖縄県・那覇市)
340 らくちん沖縄ポーク(ランチョンミート)
「沖縄産豚肉」をベースに「国産鶏肉」をブレンドしたランチョンミートです。また、発色剤や保存料は使用していませんので安心してお使いいただけます。
米 140g 340円(税込) 367円(通常税込) 378円



常総生協オリジナル
組合員が意見を出しあい、使用原料のどこもと品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレーク状のカレールー。牛脂は和牛生脂肪使用。



常総生協 (茨城県・守谷市)

655 甘口カレールー 150g 290円(税込313円)

656 中辛カレールー 150g 300円(税込324円)



チンジャオロースに
自社農場の大分県産有機竹の子を使用し、カット・ポイルを済ませています。無添加・高pHで仕上げているので竹の子本来の風味・食感が残っています。チンジャオロース2人前の内容量でパック詰めしています。



クローバー食品 (大分県・豊後高田市)

341 大分県産有機竹の子細切り 80g 385円(税込416円)

大分県 [放] 不検出 <3.7 <3.9

田楽きりたんぼも美味!



斎藤昭一商店 (秋田県・秋田市)

342 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。賞120日

65g×5本、スープ200g 965円(税込1042円)

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



サンコー (愛知県・豊橋市)

708 アーモンドじゃこ

原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま

賞120日 7g×5 200円(税込216円)

片口いわし (日本近海)



キング製菓 (愛知県・小牧市)

689 うの花クッキー

原材料:小麦粉、てんさい糖、ショートニング(パーム油、米油)、おから、豆乳、コーンスターチ、塩、重曹

賞180日 20枚 175円(税込189円)

小麦 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.4



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

343 ひしもち

原材料:もち米、よもぎ、紅麴色素

賞60日 160g 415円(税込448円)

もち米 (山形県) [放] 不検出 <1.1 <1.5

344 3色煎り豆
しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)
原材料:大豆、青大豆(秘伝)、黒大豆
賞60日 75g 298円(税込322円)

345 十穀シリアル
旭食品 (山梨県・富士川町)
原材料:甜菜糖、玄米、白米、丸麦、もち玄米、もち黒米、たかきび、食塩、はとむぎ、もちきび、もちあわ、うるち、ひえ
賞150日 150g 530円(税込572円)

346 姫ほっぺもち
サンコー (愛知県・豊橋市)
原材料:米粉(国内産)、砂糖(てんさい糖)、食塩、木苺粉末、抹茶粉末、小麦粉(国内産)
お餅がほっぺのようになめらかで、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子です。
賞90日 110g 280円(税込302円)

347 桜の花のクッキー
サンラピス (静岡県・函南町)
原材料:国産小麦粉、無塩バター、洗双糖、平飼卵、食塩(海の精)、桜の花の塩漬け
賞60日 8枚 335円(税込362円)

348 純国産北海道黒豆の甘納豆
ノースカラース (北海道・札幌市)
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お楽しみください。そのままお召し上がりください。
賞90日 95g 300円(税込324円)

349 ミニミレービスケット
サンコー (愛知県・豊橋市)
原材料:小麦粉、植物油(パーム油、米油)、三温糖、ショートニング(パーム油)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重碳酸アンモニウム)
賞150日 23g×5連 220円(税込238円)

350 国産野菜のかりんとう
サンコー (愛知県・豊橋市)
原材料:小麦粉、植物油(米油、菜種油)、砂糖(粗糖、てんさい糖)、水飴、野菜粉末(にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、ごぼう)、食塩、イースト
賞90日 20g×4 248円(税込268円)

351 CO国産素材卵黄ポーロ95g
日本生活協同組合連合会
卵黄
賞60日 95g 145円(税込157円)

353 うす皮煎り落花生
ますだ (千葉県・八街市)
うす皮がついたまま塩水につけ味付け。香ばしくて止まらないおいしさです。
原材料:落花生、食塩
賞90日 170g 680円(税込734円)

354 スイートポリコーン
サンコー (愛知県・豊橋市)
原材料:とうもろこし(遺伝子組み換えでない)、砂糖、てんさい糖、植物油(パーム油)、食塩、膨張剤(重曹)
賞120日 85g 150円(税込162円)

355 トコゼリー みかん
マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)
みかんと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。国産の天草を使用。無香料、無着色
賞120日 130g 165円(税込178円)

356 トコゼリー パイン
マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)
パインと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。国産の天草を使用。無香料、無着色
賞120日 130g 165円(税込178円)

357 トコゼリー ピーチ
マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)
ピーチと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。国産の天草を使用。無香料、無着色
賞120日 130g 165円(税込178円)

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

818 ボトル(500ml) 238円(税込262円)
819 詰替用(400ml) 189円(税込208円)
ボナー油脂 (東京都・中央区)
米ぬか台所用液体せっけん
詰替用

890 ピュアコアレス (トイレットペーパー)
丸富製紙 (静岡県・富士市)
芯の小さいタイプ
牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレットペーパー。無漂白、セミソフトタイプ。130m巻シングル。
130m×6ロール 460円(税込506円)

892 ワンタッチコアレス (トイレットペーパー)
丸富製紙 (静岡県・富士市)
芯の大きいタイプ
牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレットペーパー。シングルです。ゴミになる紙管がありません。
130m×6ロール 460円(税込506円)

358 ナチュラルアクアクリーム 水の彩 120g カップ 2850円(税込3135円)
359 50g チューブ 1500円(税込1650円)
彩生舎 (滋賀県・近江八幡市)

398 花束吸収名人キッチンペーパー
丸富製紙 (静岡県・富士市)
組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。
100w×3箱 370円(税込407円)

396 モーリティッシュペーパー
丸富製紙 (静岡県・富士市)
組合員から回収した牛乳パックが原料。蛍光染料を使わない2枚重ね。ソフトな肌ざわりです。
200w×5箱 405円(税込446円)

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。

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

特

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

360 ハンガリー産 アカシアはちみつ

ハンガリーに咲くアカシアの花から採れたはちみつ。すっきりとした品のある味わいです。

350g **890円**(税込 **961円**) 通常税込 **983円**
ポリ容器
はちみつ (ハンガリー)

特

ますだ (千葉県・八街市)

609 香るピーナツクリーム (スイートタイプ)

落花生100%のピーナツクリーム (加糖タイプ)です。

230g **720円**(税込 **778円**) 通常税込 **799円**
落花生 (千葉県) [放] 不検出 <4.1 <4.2

おかげや天然パン工房

おかげや (神奈川県・相模原市)

361 半斤3枚

原材料: 小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

5個届いて2日 **米大 小**

半斤3枚 **185円**(税込 **200円**)
小麦 (北海道)

362 1斤6枚

5個届いて2日 **米大 小**

1斤6枚 **353円**(税込 **381円**)
小麦 (北海道)

おかげや (神奈川県・相模原市)

363 おかげや フランスパン

原材料: 小麦粉(北海道)、天然酵母、天日湖塩

5個届いて2日 **米小**

1本(30cm以内) **332円**(税込 **359円**)
小麦 (北海道)

自家製酵母パン Le・Lourdes

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

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

373 パン・ド・ミ(食パン) 1斤 6枚

5個届いて1~2日 **米小**

270円(税込 **292円**)

374 ノースライス

5個届いて1~2日 **米小**

260円(税込 **281円**)
小麦 (北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

375 パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤 8枚

5個届いて1~2日 **米小**

425円(税込 **459円**)

376 ノースライス

5個届いて1~2日 **米小**

415円(税込 **448円**)
小麦 (北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.7

おかげや (神奈川県・相模原市)

364 おかげや もち麦ロール

原材料: 小麦粉(北海道)、もち麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、豆乳、天日湖塩

5個届いて2日 **乳米大 小**

5個 **352円**(税込 **380円**)
小麦 (北海道)

おかげや (神奈川県・相模原市)

365 おかげや メロンパン

原材料: 小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、卵、塩、レモンピール、豆乳

5個届いて2日 **卵乳米大 小**

2個 **352円**(税込 **380円**)
小麦 (北海道)

おかげや (神奈川県・相模原市)

366 おかげや もっちり玄米五穀パン

原材料: 小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち粟、もちきび、もち麦、ういろう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩

5個届いて2日 **米大 小**

3個 **387円**(税込 **418円**)
小麦 (北海道)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

377 パンズ

原材料: 小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

5個届いて1~2日 **米小**

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

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

378 フルーツナッツ食パン (ノースライス)

原材料: 小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、アーモンド、胡桃、いちじく、塩

5個届いて1~2日 **米小**

1斤 **616円**(税込 **665円**)
小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

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

おかげや (神奈川県・相模原市)

379 内麦クロワッサン

パネックス (長野県・伊那市)

10個届いて1~2日 **米大 小**

10個 **580円**(税込 **626円**)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

おかげや (神奈川県・相模原市)

367 おかげや 豆乳ショコラ

原材料: 小麦粉(北海道)、豆乳、種子島の粗糖、チョコレート、胡麻油、天然酵母、塩

5個届いて2日 **乳米大 小**

3個 **361円**(税込 **390円**)
小麦 (北海道)

おかげや (神奈川県・相模原市)

368 おかげや 小倉あんぱん

原材料: 小倉あん、国産小麦(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳、黒ごま

5個届いて2日 **乳米大 小**

2個 **370円**(税込 **400円**)
小麦・小麦 (北海道)

おかげや (神奈川県・相模原市)

369 おかげや おから甘食 (ごま油使用)

原材料: 小麦粉(北海道)、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹

5個届いて4日 **卵米大 小**

3個 **412円**(税込 **445円**)
小麦 (北海道)

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

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

若葉茶を茶刈り機で収穫したお茶です。渋みの少ない香りある若芽のお茶をお楽しみください。農薬無散布。

かわばた園 (静岡県・静岡市)

719 上煎茶

100g **1310円**(税込 **1415円**)
茶葉 (静岡県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

川光商事 (東京都・中央区)

380 玉三 丹波黒豆麦茶

国産六条麦茶に丹波黒豆をブレンドした、香り豊かでコクのある麦茶です。煮出し、水出しどちらでも。

10g×20 **250円**(税込 **270円**)
大麦・黒大豆 (国内産)

おかげや (神奈川県・相模原市)

370 おかげや 塩フランス

原材料: 小麦粉(北海道)、バター、天然酵母、白胡麻油、麦芽水飴、塩

5個届いて2日 **乳米小**

3個 **370円**(税込 **400円**)
小麦 (北海道)

おかげや (神奈川県・相模原市)

371 おかげや 紅茶オレンジ

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

5個届いて2日 **米小**

1個 **176円**(税込 **190円**)
小麦 (北海道)、紅茶 (スリランカ)

おかげや (神奈川県・相模原市)

372 おかげや ぎっしりオーガニックレーズン

原材料: 小麦粉(北海道)、オーガニックレーズン、バター、砂糖、天然酵母、塩、豆乳、ラム酒、卵

5個届いて2日 **卵乳米大 小**

1個 **171円**(税込 **185円**)
小麦 (北海道)、レーズン (アメリカ)

期間限定

ほんのり淡いピンク色

天領酒造 (岐阜県・下呂市)

381 造り酒屋の桃色甘酒のもと

酒造好適米「ひだほまれ」を使用し、濃厚な甘味が特長。淡い桃色は紅麹色素を使っています。冷やしても、温めても。

500g **550円**(税込 **594円**)
米 (国内産)

スリランカ、クルガマ農園オーナーの親族用の貴重な茶葉を分けいただきました。毎日飲んでも飽きのこない味。

ランカスター (千葉県・千葉市)

732 オーナーズティー (リーフ)

100g **400円**(税込 **432円**)
紅茶 (スリランカ)

ランカスター (千葉県・千葉市)

733 セイロン紅茶 (ティーバッグ)

品質を追求し、徹底的に無駄を省いた紅茶。組合員の利用によりこの価格が維持されています。

2g×50 **320円**(税込 **346円**)
紅茶 (スリランカ)

ランカスター (千葉県・千葉市)

731 ウーロン茶 (ティーバッグ)

水仙種烏龍茶をお手軽なティーバッグに。焙煎の香りが芳しく、渋味は少なめに仕上げた飲みやすい味わい。

5g×30 **340円**(税込 **367円**)
水仙 (中国)

リアス (千葉県・船橋市)

382 ねばりこんぶ茶

がごめ昆布、真昆布、羅臼昆布をブレンドし風味豊かなこんぶ茶にしました。

30g **408円**(税込 **441円**)
がごめ昆布 (北海道)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

383 桜の花の塩漬

桜で有名な奈良・吉野山の八重桜の花を塩と白梅酢で漬けました。甘味料、保存料、着色料は不使用。

90日 50g **350円**(税込 **378円**)
桜の花 (奈良県)

オンザロックでもラムレーズン作りにも

OKINAWAN RUM

763 ラム酒 コルコル

色素添加やエッセンス添加はしておらず、無添加無着色のサトウキビの風味が生きたラム酒をお楽しみいただけます。

300ml **1680円**(税込 **1848円**) 通常税込 **1870円**
サトウキビ (南大東島)

エールモルトと最高級アロマホップから生まれた、コクと香りが特長のエールビール。

ヤッホー・ブルーイング (長野県・佐久市)

758 よなよなエール

350ml **248円**(税込 **273円**)
大麦 (イギリス)

キャップに空気穴があるので横にしないで下さい

発芽玄米を使って作ったお酒。酸味が強く、独特の香りがあり、従来の日本酒とは違った発泡性も特長のひとつ。

寺田本家 (千葉県・神崎町)

384 発芽玄米酒「むすび」

720ml **1400円**(税込 **1540円**)
米 (茨城県、千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.0

芳醇で飲み応えのある純米酒。酒本来のコクと味をお楽しみ下さい。農薬不使用米。

寺田本家 (千葉県・神崎町)

385 五人娘 純米酒

720ml **1325円**(税込 **1458円**)
米 (茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.9

芳醇で飲み応えがあります。酒本来のコクと味をお楽しみ下さい。

寺田本家 (千葉県・神崎町)

386 五人娘 純米酒 1800ml

1800ml **2650円**(税込 **2915円**)
米 (茨城県) [放] 不検出 <4.1 <3.9

日本生活協同組合連合会

754 CO ただの炭酸水 200ml

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

200ml×24 **1248円**(税込 **1344円**)

有機肥料で葡萄を育てました。自然のままの優しいワイン

塩尻桔梗ヶ原産のセイベルを100%使用、酸化防止剤不使用の自然派ワイン。雑草と共生させる栽培方法で育てたセイベル。

林農園 (長野県・塩尻市)

387 五一わいん 草生栽培セイベル9110

720ml **1580円**(税込 **1738円**)

塩尻桔梗ヶ原産のメルロを100%使用、酸化防止剤不使用の自然派ワイン。雑草と共生させる栽培方法で育てたメルロ。

林農園 (長野県・塩尻市)

388 五一わいん 草生栽培メルロ

720ml **1667円**(税込 **1834円**)

コンコード種のぶどうの2番搾りジュース(プレスラン)から作りました。フルーティーな香りが特長的。

井筒ワイン (長野県・塩尻市)

766 井筒ワイン プレスラン 赤(甘口)

720ml **840円**(税込 **924円**)
ぶどう (長野県)

ナイアガラ種のぶどうの2番搾りジュースから作ったワインです。後口に心地よい苦味があります。

井筒ワイン (長野県・塩尻市)

767 井筒ワイン プレスラン 白(やや甘口)

720ml **830円**(税込 **913円**)
ぶどう (長野県)

井筒ワイン (長野県・塩尻市)

766 井筒ワイン プレスラン 赤(甘口)

720ml **840円**(税込 **924円**)
ぶどう (長野県)

今週のイチオシ!

桃の節句は 安心のエビフライで!

インドネシア産の粗放養殖(※)のブラックタイガーを使用しています。水揚げ後すぐに下処理、凍結した鮮度の良いえびに、国産小麦のパン粉をまがしました。



389 えびフライ(L)
凍 180日 米 小
6尾 180g **758円**(税込 **819円**)
ブラックタイガー(インドネシア)

特 **(※)粗放養殖ってなに?**
★人工的な餌を与えず、自然のプランクトンを食べて育つ養殖方法です。
★養殖密度を薄くして育てますので運動量が多く身が締り、甘味が濃いえびです。
★もちろん抗生物質などの薬剤は使用しません。



ひな祭りは華やかメニューで チーズフォンデュでパーティー♪

パンやウインナー、ブロッコリー etc...定番の具はもちろん、アボカドや里芋、ちくわなど実はおすすめの変り種も。お子さんと一緒に「わが家のお気に入り」を見つけるのも楽しみの一つです!



特 **北海道十勝100 チーズフォンデュ**
冷 賞90日 乳 小
210g **535円**(税込 **578円**)
生乳(北海道)



特 **よつ葉ナチュラルチーズ**
冷 賞90日 乳 小
250g **575円**(税込 **621円**)
よつ葉北海道十勝100 チーズフォンデュ

まっとうな食材のみで作りました

農業や化学肥料を使わない、契約栽培の国産のもち米を用いています。製造の過程で多くの場面で職人の手を介し、絶妙なさじ加減でベストな状態に仕上げています。

関東風 **ピーツパウダーや抹茶を使って彩りの良い、お馴染みの「関東風」**

393 雑あられ(関東風)
原材料:有機もち米、有機砂糖、紫芋飲料(米麴、紫芋、クエン酸)、有機醤油、有機抹茶、昆布、みりん、かつお節、塩
60g **310円**(税込 **335円**)
もち米(国内産)

関西風 **ひなあられの元祖といわれる、醤油味ベースの「関西風」**

394 雑あられ(関西風)
原材料:有機もち米、有機醤油、有機白醤油、有機砂糖、みりん、海苔、青のり、昆布、かつお節
55g **310円**(税込 **335円**)
もち米(国内産)

温かい「蜂蜜ココア」を作いませんか

牛乳を温めながら、ココアと蜂蜜を入れればできあがり

特 **ランカスター オリジナルココア**
良質のカカオだけを原料にしたオランダ産ヒラココア。少量のお湯で練ってから、砂糖やミルクを加えて、ケーキやお菓子作りにも。

395 ランカスター オリジナルココア
150g **470円**(税込 **508円**)

特 **アルゼンチン産 百花蜜はちみつ**
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、クセの少ないはちみつです。

554 アルゼンチン産 百花蜜はちみつ
500g **1000円**(税込 **1080円**)

ふんわり香る桜の風味 上品な甘さが美味しい

この時期にしか食べられない生菓子(冷凍)です。桜の葉の香り豊かな、季節感ある一品です。少し早めではありますが、春の訪れを体感してみてください。濃いほのお茶と一緒にどうぞ。

特 **芽吹き屋 桜もち**
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
6個入 **396** 芽吹き屋 桜もち
凍 米 6個300g **522円**(税込 **564円**)

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、農業・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もみご要望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

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

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

431 白米 5kg **2350円**(税込 **2538円**)
434 白米 2kg **945円**(税込 **1021円**)
432 玄米 5kg **2250円**(税込 **2430円**)
JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)

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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)

435 白米 5kg **3500円**(税込 **3780円**)
437 7分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)
438 5分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)
436 玄米 5kg **3200円**(税込 **3456円**)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農業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

397 白米 5kg **3500円**(税込 **3780円**)
398 白米 2kg **1400円**(税込 **1512円**)
399 7分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)
400 5分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)
401 玄米 5kg **3200円**(税込 **3456円**)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

山形・おきたま興農舎

406 つや姫(白米) 2kg **1630円**(税込 **1760円**)
407 つや姫(玄米) 2kg **1565円**(税込 **1690円**)
408 ひとめぼれ(白米) 5kg **2750円**(税込 **2970円**)
409 ひとめぼれ(胚芽精米) 2kg **1250円**(税込 **1350円**)
おきたま興農舎(山形県・高島町)

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

やさとお米(コシヒカリ)

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

鯉淵学園のコシヒカリ

404 白米 5kg **1998円**(税込 **2158円**)
405 玄米 5kg **1898円**(税込 **2050円**)
鯉淵学園(茨城県・水戸市)

雑穀ブレンド

410 雑穀ブレンド 400g **711円**(税込 **768円**)

411 CO 米粒状麦 800g **320円**(税込 **346円**)
日本生活協同組合連合会 大麦(国内産)

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)	コシヒカリ	最高値0.2Bq/kg	最高値0.4Bq/kg
	JA やさと		不検出	0.3Bq/kg
	鯉淵学園		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)

ひな祭りのパーティーにピッタリ♪

特

デコレーションしてお使いください



弁天堂 (兵庫県・淡路市)

412 スポンジケーキ台 (プレーン)6号

国内産小麦、「たむらのタマゴ」の養鶏卵、国内産砂糖、よつば乳業の牛乳を使用した6号サイズのスポンジケーキです。

凍 80日 卵乳小 280g **1148円** (税込 **1240円**) 通常税込 **1264円** (直径約18cm) 卵・粗糖・小麦 (国内産)

乳脂肪分47%のフレッシュで純粋な生クリーム。サツラの新鮮なノンホモ生乳100%使用。

サツラク農協 (北海道・札幌市)

413 サツラク北海道純生クリーム

200ml **455円** (税込 **491円**) 冷蔵 届いて4~7日 乳 生乳 (北海道)



秋川牧園 (山口県・山口市) **2パック**

414 からあげ 2パック

凍卵米大小 150g×2 **814円** (税込 **880円**) 通常税込 **942円** 鶏肉 (山口県、他)

特

お弁当にもピッタリ



秋川牧園 (山口県・山口市) **415 徳用 チキンナゲット**

飼育から加工まで一貫生産。開放鶏舎で育てた若鶏を使用 (主にムネ肉)。加熱するとカリッと仕上がります。油調理。

凍卵米小 400g **694円** (税込 **750円**) 通常税込 **784円** 鶏肉 (山口県、他)

炊飯器でも炊けるパエリア用のスープと魚介のセット



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

418 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、パナナ貝、ブラックタイガー、ポイルホタテ、あけ貝むき身のセット。

凍 180日 え 5種 400g **960円** (税込 **1037円**) 通常税込 **1058円** 詳細は別途資料、パエリア用スープ、ブラックタイガー、ポイルホタテ

無添加 (発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用) で、澱粉による増量はしていません。



お好みのソースで絡めたり、カレーやシチューに



秋川牧園 (山口県・山口市)

420 レバー入りミートボール

凍卵米大小 400g **546円** (税込 **590円**) 通常税込 **605円** 鶏肉 (山口県、他)

特



大進食品 (神奈川県・横浜市)

421 マム 北海サーモンたっぷりグラタン

オーガニックペンネマカロニと自家製ホワイトソースに、相性抜群の鮭とチーズがよく合います。電子レンジで温めて。

凍卵乳小 170g×2 **514円** (税込 **555円**) 通常税込 **570円** 牛乳 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6

春を感じる 桜葉入りのあんです



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

422 芽吹き屋 さくらだんご

凍米 4本180g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円** 上新粉 (国内産)

備えて安心! 『ローリングストック』で日々の食事を防災食に

※ローリングストックとは…災害時に備え、日頃利用しているものを少し多めに買って置き、食べたら補充する備蓄方法のこと

423 とろさば 水煮缶

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

凍卵米大小 180g (固形量135g) **405円** (税込 **437円**) 通常税込 **450円** さば (国内産) [放] 不検出 <1.0 <0.8

424 とろさば みそ煮缶

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

凍卵米大小 180g (固形量135g) **405円** (税込 **437円**) 通常税込 **450円** さば (銚子港) [放] 不検出 <0.8 <0.9

425 CO風味豊かな発酵バターのSB12本

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

凍卵米小 2本×6袋 **280円** (税込 **302円**) 通常税込 **321円** 小麦粉 (日本、アメリカ)

426 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋

無かんすい麺。スープは丸鶏だしと野菜、醤油の旨味で仕上げたスッキリとした味わいです。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。

凍卵米小 75g×3 **510円** (税込 **552円**) 通常税込 **567円**

427 お湯かけ麺 シーフードしおラーメン 3袋

無かんすい麺。魚介類や玉ねぎの旨味が凝縮されたスープに、のど越しの良い麺がよく合います。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。

凍卵米小 73g×3 **495円** (税込 **534円**) 通常税込 **567円**

428 国産鶏もも肉のトマトソース煮 2袋

軟らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチ食品にしました。ご飯にはもちろん、パスタにも。

凍卵米小 110g×2 **730円** (税込 **788円**) 通常税込 **820円** 鶏肉 (国内産)

429 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。

凍卵米小 160g×3 **320円** (税込 **346円**) 通常税込 **356円** 小豆 (北海道)

430 国産ゆであずき缶

国内産の小豆を、赤穂の天塩と洗双糖でふくらと仕上げました。甘さ控えめで、飽きのこない味です。

凍卵米小 160g **225円** (税込 **243円**) 通常税込 **257円** 小豆 (国内産)

439 内麦クロワッサン 20個

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

凍卵米小 20個 **1150円** (税込 **1242円**) 小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

440 信州生まれのおいしいトマト (無塩)

信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果 (まなか)」を100%使用した、食塩無添加のトマトジュース。

凍卵米小 190g×30 **2600円** (税込 **2808円**) トマト (長野県)

441 CO長期保存水 1900ml

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

凍卵米小 1900ml **120円** (税込 **130円**) 水 (国内産)

手作りみそ用素材

3月1回まで掲載の予定です

茨城産コシヒカリ 100%。塩こうじ作りや甘酒作りにも。すぐ使わないときは塩をまぜて (塩きり) おいて下さい。賞味期限を10日位のばせます。

冷蔵 届いて15日前後

やまこみそ (茨城県・守谷市)

442 300g **370円** (税込 **400円**)

443 1kg **880円** (税込 **950円**)

米 (茨城県)

444 麦こうじ 1kg

創業安政2年3月 (1855年) 創業以来、味噌、麹の製造販売してきた、我孫子・布佐にある老舗のみそ屋さんです。

冷蔵 届いて60日

1kg 1400円 (税込 **1512円**) 大麦 (国内産)

445 1kg **850円** (税込 **918円**)

446 2kg **1665円** (税込 **1798円**)

山形県

447 1kg **1150円** (税込 **1242円**)

448 2kg **2260円** (税込 **2440円**)

山形県

447 1kg **1150円** (税込 **1242円**)

448 2kg **2260円** (税込 **2440円**)

山形県

447 1kg **1150円** (税込 **1242円**)

448 2kg **2260円** (税込 **2440円**)

山形県

表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記

4週に1回お届け 4週に3回お届け 隔週お届け 毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新 新発売の商品

特 特別価格商品

お届け時の温度帯

凍 冷凍品 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。

農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

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。

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

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

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

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産 (茨城県、千葉県) をピンク色で表記しています。地場農産物の消費をすすめましょう!