

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2020年度 みんなで取り組む活動テーマ
JOSO食材でかんたん・うちごハン!
～食卓から笑顔あふれる未来へ～

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 6月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	25	26	27	28	29
定番品のお届け	1	2	3	4	5
特別企画品のお届け	8	9	10	11	12

青梅・梅干し・その他材料の企画スケジュール表は別紙newsletterをご覧ください

梅 しごと

家族で楽しむ

梅を始めとする保存食作りの季節到来です。青梅、漬梅(熟した梅)、らっきょう、赤しそ…。その時期だけの旬の素材を保存食にして年間通して活用し、健康に過ごしたいものですね。

梅に含まれている主な栄養成分は、カリウム、Bカロテン、クエン酸、リンゴ酸が挙げられます。その中でも、これからの季節注目したい栄養素はクエン酸です。

From 江川農園



※江川さん

品種は白加賀。果肉が厚く多汁で、梅酒に適した品種です。減農薬栽培。

シーズン初 **特**

江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんの青梅(白加賀)

11 500g
465円(税込502円) 通常税込518円

12 1kg
850円(税込918円) 通常税込940円

神奈川県



なぜ「クエン酸」がこれからの季節に大切な?
●疲労回復に効果的なのでこれから暑くなる季節にぴったりです。
●殺菌効果もありますので、食中毒予防の期待ができます。

定番の梅酒作りに

玄米を長時間水につけ、2度蒸した後、仕込み。低温で時間をかけて発酵させ、蒸留しました。梅酒作りに。

一味違うコクのある果実酒に仕上がります

13 特製 玄米焼酎35度
1.8L 2890円(税込3179円) 米(鹿児島県)

アイオイホワイトリカー紙パック
764 アイオイ ホワイトリカー紙パック
1.8L 1350円(税込1485円) 通常税込1540円

氷砂糖 1kg
430円(税込464円) 通常税込486円

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。

梅シロップを割って梅ソーダ

754 CO ただの炭酸水 200ml
24缶
200ml×24 1248円(税込1344円)

手作り梅サワーに

国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。

520 純米酢
500ml 233円(税込252円) 米(国内産)

梅みそ作りに

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

15 やまこ味噌(粒・甘口)
1kg 600円(税込648円) 大豆(国内産)

梅酒や梅シロップ作りに

アルゼンチンの大草原の中のいろいろな花から採れたはちみつです。はちみつ漬におすすめ。

555 アルゼンチン産はちみつ
1kg 1550円(税込1674円) 通常税込1728円

梅じょうゆで焼いて丼に

肩に近いロース部位。脂身が適度に入り旨みがあります。厚さ3mm。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

16 中津豚肩ローススライス
200g 460円(税込497円) 通常税込509円

腹骨を除いた後、梅肉ペーストをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて下さい。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

17 さんま梅サンド
6~8個 140g 385円(税込416円) 通常税込430円

炭酸水で4~5倍に割って

梅のエキスたっぷりの蜂蜜飲料。5~7倍に薄めて飲んで下さい。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

18 梅ハニー
500ml 720円(税込778円)

梅シロップ・梅ジュース

シンプルな材料であっという間に仕込みができ、あとはおいしいまで待つだけ。水で割れば、おいしい梅ジュースになってくれます。一度作れば、夏の間ずっと楽しむ、健康づくりの強い味方に!

江川さんの青梅(白加賀) 1kg、アルゼンチン産はちみつ1kgのセットです。

常総生協(茨城県・守谷市)

23 梅ジュース手作りセット
青梅1kg はちみつ1kg 2300円(税込2484円) 通常税込2657円

今が最盛期!!
美味しいトマトをたくさん食べてください

寺田さん(千葉県・柏市)

21 柏田中の完熟トマト
1kg 598円(税込646円) 通常税込754円

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。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

19 徳用梅干し
800g 1800円(税込1944円) 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

昔から疲労回復、整腸作用のある民間薬として常備されています

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。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

20 梅エキス
65g 1880円(税込2030円) 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

梅酒をタイムカプセルとして楽しむ!

梅酒は長期保存が可能なので、「子どもの成人の記念に」、「数年後の結婚記念日に」など「タイムカプセル」として楽しむのも◎。

江川さんの青梅(白加賀)1kg、ホワイトリカー1.8L、氷砂糖1kgのセットです。

常総生協(茨城県・守谷市)

22 梅酒作りセット
青梅1kg、ホワイトリカー1.8L 氷砂糖1kg 2600円(税込2808円) 通常税込2905円

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。
・空欄になっている商品は以下の通りです。
①検査対象地域外
②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載

茨城県 [放] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載

宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

野菜セット登録者募集のお知らせ!

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)	限定数量のため、お待ち頂くこともありますが、ご連絡下さい。またそれぞれの産地についての資料をご希望の場合は生協までご連絡下さい。
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)	

清水農園からのメッセージ
春野菜はいま順調に育成しています。朝晩の気温差、日変わりの天気、電気が降りやすい季節で心配は尽きませんが、播種→育苗→定植→除草と一連の作業が、リズム良く回転しています。今年の自然の営みの中で生まれる野菜に感謝し、“畑そのままに”今年も野菜セットをお届けしたいと思います。

南国西表島からお届けします!
樹上で完熟させました。芯まで食べられると毎年好評。減農薬栽培。
農産担当 **イチゴ** この時期にはありがたいさっぱりした柑橘! 緻密な果肉で食べ応えもあります。スマイルカットでお召し上がりください!

26 バレンシアオレンジ
700g **554円(税込598円)**
愛媛県

27 4S サイズ 約500g~600g **520円(税込562円)**
28 2S サイズ 約800g~1kg **720円(税込778円)**
沖縄県

無茶々園 (愛媛県・西予市)
30 無茶々園のジューシーフルーツ (河内晩柑)
文旦(ザボン)の枝変わりとして、果肉は軟らかで多汁です。農業3回まで。
3kg **1498円(税込1618円)**
愛媛県

冷蔵庫にも入る大きいです
松永農園 (静岡県・静岡市)
31 松永さんの甘夏
駿河湾から駆け上がりの年中温暖な急斜面に、レモン・ピワと混植しています。農業無散布。
3玉 **360円(税込389円)**
静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

甘さ★★★★
酸味★★★
香り★★★★
木下農園 (愛媛県・三瓶町)
29 ニューサマーオレンジ
白いワタ部分に苦味が少ないので黄色い皮だけをむき、一緒に食べると美味しい。減農薬栽培。
約600g **398円(税込430円)**
愛媛県

もちもちとした食感と甘味が◎
ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)
33 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 (トゥンベス地域)

梅シロップ、梅酒にどうぞ
5月5回
6月1回のみ
大紀コブファーム (奈良県・五條市)
34 青梅(梅酒用)
1kg **899円(税込971円)**
和歌山県、奈良県、三重県

梅干しとしてどうぞ
今回のみ
無茶々園 (愛媛県・西予市)
35 無茶々園の梅(梅干用)
1kg **1180円(税込1274円)**
愛媛県

とさやま開発公社 (高知県・高知市)
36 みょうが
この香りで夏を実感。季節を感じることができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。
50g **200円(税込216円)**
高知県

無農薬
椋谷さん達 (熊本県)
37 にんにく
ホワイト種より外皮は紫がかっていて見た目は悪いです。味は良く香りが強いのが特長です。農業無散布。
約100g **220円(税込238円)**
熊本県

料理の薬味にどうぞ
大紀コブファーム・しょうが生産者グループ (奈良県)
38 しょうが
爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使い下さい。減農薬栽培。
100g **159円(税込172円)**
高知県

種類、お刺身、お肉にも♪
あゆみの会・吉田さん達 (茨城県・行方市)
39 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

鮮度が良い歯ごたえシャキシャキの
イバラキ食品 (茨城県・石岡市)
40 もやし
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し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

からし醤油でどうぞ
おきたま興農舎・丹野さん達 (山形県・高島町)
41 おかひじき
ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキとした歯ざわりとクセのない味が特長。農業無散布。
100g **198円(税込214円)**
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0

木村農園 (茨城県・つくば市)
42 木村さんのいんげん
茹でてサラダ、ゴマ和え、炒め物、肉巻き、ベーコン巻き等にどうぞ。減農薬栽培。
100g **156円(税込168円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がり下さい
中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)
43 中村さんのペピーリーフ
約20種類の品種を使って作ったペピーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農業無散布。
40g **157円(税込170円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

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

バリッととした食感です
木村農園 (茨城県・つくば市)
45 木村さんのアイコトマト
果肉は緻密でかっちりしていて、酸味が少なく甘みの強いトマトです。減農薬栽培。
200g **220円(税込238円)**
茨城県

大木さん (茨城県・常総市)
46 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 <3.5 <3.9

無農薬
浦本さん達 (熊本県・熊本市)
52 にんにくの芽
にんにくのほのかな香りと甘みがあり、歯ごたえが良いのが特長。炒め物や煮物などに。農業無散布。
約70g **160円(税込173円)**
熊本県

木村農園 (茨城県・つくば市)
47 木村さんのきゅうり
サラダ、漬物、炒めものなどあると便利な野菜です。夏の水分補給にも。害虫が大量発生した場合のみ農業対応。
3本 **165円(税込178円)**
茨城県

無農薬
あゆみの会・川嶋さん達 (茨城県・茨城町)
48 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

蒸して温野菜でどうぞ
あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)
49 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)
50 木村さんのズッキーニ
肉料理やトマトとも相性がよく、イタリア料理に欠かせない野菜です。炒め物におすすめ。減農薬栽培。
2本 **200円(税込216円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

木村農園 (茨城県・つくば市)
51 木村さんのピーマン
肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。
150g **155円(税込167円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.6

無農薬
約70g **160円(税込173円)**
熊本県

たまには家で贅沢も... **糖度18度にもなる**
高品質メロン シーズン初
熊本県産の新しい品種で、一般市場にも広く出回っていません。しかし糖度は極めて高く、贈答用として名高い「クラウンメロン」と同じ、「1つの木に1個の実」をつけて育てます。メロン通や市場関係者の中では人気急上昇中のメロンです。
入田さん (熊本県・八代市)
24 メロン(肥後グリーン)
1玉(約1.6kg前後) **1370円(税込1480円)**
熊本県

旬の農産物を産地から直接お届けします
宅配 産地直送 注文書と宅配用紙の両方に記入ください。ご自宅用も提出をお願いします。
根本さんが手掛ける 巨峰
★巨峰の特徴★
果肉はしまっていて多汁。香りがよく、甘みが強くやさしい酸味があります。ぶどうは次々と新品種が登場していますが、巨峰は長年に渡って根強い人気を誇っています。
根本さん (栃木県・矢板市)
25 宅配 根本さんの巨峰
約1kg **3998円(税込4318円)**
栃木県

梅シロップ、梅酒にどうぞ
5月5回
6月1回のみ
大紀コブファーム (奈良県・五條市)
34 青梅(梅酒用)
1kg **899円(税込971円)**
和歌山県、奈良県、三重県

梅干しとしてどうぞ
今回のみ
無茶々園 (愛媛県・西予市)
35 無茶々園の梅(梅干用)
1kg **1180円(税込1274円)**
愛媛県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) 自家製ポカシ肥料 無農薬

53 長島さんのきゅうり 旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農薬無散布・無化学肥料栽培。



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



土れ味農園(茨城県・石岡市) 肥育している鶏(ケツ) 無農薬

56 天池さんのテーブルビーツ 400g 340円(税込367円) 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1

57 天池さんのフローレンスフェネル 株元をお届け。サラダ、スープ、クリームなどに。農薬無散布・化学肥料不使用。

58 天池さんのズッキーニ 1本 140円(税込151円) 茨城県



田中農園(茨城県・石岡市) 田中農園の“大人”のサラダセット 3品 約180g 210円(税込227円) 茨城県

旬の野菜の詰合せ! 田中農園通信 11月3日

60 田中農園の野菜セット 8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。

61 無茶々園のそらまめ 500g 498円(税込538円) 愛媛県

旬を味わおう 香り高く柔らかい そらまめ



春~初夏にかけて収穫されるそらまめ。香り高く、ほくほくと甘味があり一度食べたらやみつきになること間違いなし!

62 木村さんのキャベツ 1玉 183円(税込198円) 茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.4

63 ブロccoli 1個 277円(税込299円) 埼玉県 [放] 不検出 <3.6 <3.5

65 ニラ 1束(約100g) 115円(税込124円) 栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9

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

64 長島さんの絹さや 100g 213円(税込230円) 茨城県

67 大根 1本 198円(税込214円) 愛知県

68 長芋 200g 220円(税込238円) 青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



69 新じゃがいも(ニシユタカ) 800g 450円(税込486円) 鹿児島



70 浅野さんのじゃがいも 1kg 220円(税込238円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.7



71 浅野さんの玉ねぎ 1kg 220円(税込238円) 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



72 浅野さんの人参 500g 174円(税込188円) 茨城県



73 1kg 311円(税込336円) 茨城県



74 1kg 270円(税込292円) 75 5kg 1200円(税込1296円) 神奈川県 [放] 不検出 <3.4 <4.3



76 1kg 369円(税込399円) 77 3kg 998円(税込1078円) 長崎県



きのこを 食べよう きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がるとされる「食物繊維」が多く含まれています。

78 山田さんのしめじ 200g 226円(税込244円) 茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7

82 舞茸 100g 196円(税込212円) 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

79 えのき茸 200g 208円(税込225円) 長野県

83 安田さんのなめこ 70g 115円(税込124円) 福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

80 ブラウンえのき茸 200g 218円(税込235円)

84 A品 100g 210円(税込227円) 茨城県

81 エリンギ 100g 261円(税込282円) 三重県

85 B品 200g 225円(税込243円) 茨城県

春漁新物! 駿河湾の生しらす

- 静岡県吉田港水揚げのしらすを限定!
- 「1番競り」ものは、水揚げ→競りまでの時間が短いので鮮度抜群!
- 特殊な凍結技術の効果で、生臭み、苦みなくプリプリの食感!

「駿河湾産しらす」ができるまで



解凍後そのまま生姜醤油でどうぞ



86 駿河湾産しらす(1番競り限定)
福昭水産(静岡県・吉田町)
凍 120日 70g **480円(税込518円)** 通常税込538円
いわし稚魚(駿河湾)

今が旬! 入梅いわしで元気!

脂ののった大ぶりのいわしを程よく塩をきかせて乾燥させました。焼いてそのまま、煮付けても。



87 大羽いわし丸干し
下園薩男商店(鹿児島県・川内市)
凍 180日 2尾200g **315円(税込340円)** 通常税込356円
真いわし(青森県、岩手県)



89 真いわし三枚おろし
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
凍 120日 8~11枚150g **298円(税込322円)**
真いわし(千葉県) [放] 不検出<3.3 <3.5



88 フライパンで簡単! いわし電田揚
つかさ食品(千葉県・南房総市)
凍 180日 7~10枚 **365円(税込394円)** 通常税込410円
境港産の真いわしを、国産丸大豆醤油で下味を付け、北海道産ばれいしょでん粉で粉付けしました。

組合員さんからの
のべり
火の通りも早
い上、わしの生臭
みもありません。
蒲焼き風の味付
けをして、お弁
当にぴったりです。



90 生から作ったいわしフライ
千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)
凍 60日 5~6枚280g **380円(税込410円)** 通常税込430円
鮮魚のいわしを使用しているため、身がやわらかく、ふっくらとしており、臭みもありません。揚げてください。

冷凍のまま加熱してください



91 国内産冷凍あさり(増量)
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し若干の熱処理後、凍結しました。
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)



92 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
全国でも有数のやまとしじみの産地、酒沼より。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



93 宍道湖産大粒しじみ(冷凍)
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
宍道湖で水揚げした大粒のやまとしじみを砂抜きしそのまま急速凍結。大粒です。
凍 60日 180g **498円(税込538円)**
しじみ(島根県)



94 氷見産まいわし(冷凍)
中村海産(富山県・氷見市)
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晩漬込みました。
凍 180日 80g **330円(税込356円)**
まいわし(富山県)



95 ふっくらやわらか あじ開き
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
主に九州産の真あじを、塩水に漬け込み、低温で12時間以上干し上げました。冷めてもふっくらしています。
凍 30日 2枚150g **350円(税込378円)**
真あじ(国内産)



96 北海道産 真ほっけ開き
乙浜シーフーズ(千葉県・南房総市)
北海道産の中~大型の真ほっけを開き、塩のみで味付けししっとり感を残しつつ干し上げました。
凍 180日 2枚400g **498円(税込538円)**
真ほっけ(北海道)



97 赤魚切身一夜干し
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
アメリカ産(主にアラスカ沖ペーリング漁獲)の大型の赤魚を切身にし、食塩のみで仕上げました。
凍 30日 2枚(約300g) **498円(税込538円)**
赤魚(アメリカ)



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



99 真だら バジルオリーブ
千倉水産加工販売(宮城県・女川市)
北海道産の真だらの切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬込みました。
凍 180日 4切240g **498円(税込538円)**
真だら(北海道)



100 銀だら黒糖みりん漬け
東北トクスイ(東京都・中央区)
アメリカ産(主にアラスカ)の銀だらを切身にし、黒糖を加えた甘めの調味液にじっくり24時間漬込みました。
凍 180日 2切120g **398円(税込430円)** 通常税込454円
銀だら(アメリカ)



101 金華さば醤油漬け
東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
金華山周辺海域で漁獲された大型のさばを切身加工後、醤油をベースのタレに漬込みました。
凍 60日 3切(180g) **398円(税込430円)**
さば(宮城県)

お弁当にも!
網走沖で漁獲された秋鮭を、酒粕、白味噌、みりん、食塩、昆布だして作ったオリジナルの漬床に漬けました。



102 秋鮭の粕漬
札幌中一(北海道・札幌市)
凍 90日 4切200g **475円(税込513円)** 通常税込529円
秋鮭(北海道)

103 鱈の西京漬
札幌中一(北海道・札幌市)
北海道産のたらを、オリジナルの西京漬床に漬けました。フライパンで焼けます。
凍 90日 4切200g **480円(税込518円)**
たら(北海道)

104 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
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。
凍 180日 2切140g **380円(税込410円)**
紅鮭(ロシア)



105 ロシア産紅鮭切身(甘塩)
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい1切約55gにしました。甘塩です。
凍 180日 3切165g **498円(税込538円)**
紅鮭(ロシア)



106 北海道産にしん(2尾)
札幌中一(北海道・札幌市)
12月下旬~1月の一番味が乗った時季のにしんをそのまま急速凍結。大きめサイズで、旨味抜群です。
凍 2尾(360g) **480円(税込518円)**
にしん(北海道)

料理の名人(万能調味タレ)



107 料理の名人(万能調味タレ)
少量で濃厚な調合済みの調味タレです。アレンジして、わが家の味を見つけて下さい。
凍 60日 250cc **498円(税込538円)** 通常税込562円
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

カンタン照り焼き作ろう!



108 天然寒ぶり切身
九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けてどうぞ。
凍 30日 約80g×3 **599円(税込647円)** 通常税込698円
ぶり(九州近海)

109 千葉県産 真あじ三枚おろし
千葉県産の鮮度の良い真あじを、ゼイゴ、頭を取り三枚におろして凍結。天ぷら、フライ、塩焼き等でどうぞ。
凍 120日 7~16枚170g **370円(税込400円)**
真あじ(千葉県) [放] 不検出<3.9 <3.9

110 まぐろカプト肉切身
DHAが豊富なめばちまぐろ頭部の肉です。脂分が多く、煮ても焼いても柔らかいです。※台湾船籍の船で漁獲。
凍 30日 300g **370円(税込400円)**
めばちまぐろ(太平洋)



111 天然むきエビ(特大)
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
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、現地工場が急速バラ凍結した1回凍結品です。
凍 180日 160g **548円(税込592円)**
えび(マレーシア)



112 エビ・ホタテ・タコ ミックス
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
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 180日 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)



113 プチむきえび
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
小型の天然えびをすばやく加工処理して急速凍結しました。チャーハン、お好み焼きなど幅広く使えます。
凍 200g **398円(税込430円)**
天然えび(ミャンマー)



114 フライパンで出来る! 三陸いか一夜干カット
共和水産(岩手県・宮古市)
三陸北部沖で漁獲した新鮮なするめいかを一夜干しにし、食べやすいようにカット。フライパンで焼いて。
凍 180日 180g **398円(税込430円)**
するめいか(三陸北部沖)



115 三陸産するめいか つぼ抜き
共和水産(岩手県・宮古市)
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 200g **410円(税込443円)**
するめいか(岩手県、青森県) [放] 不検出<3.8 <3.9

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3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。

夕食のあと一品、お弁当にも!



116 4種野菜のおさかなつくね
国産のあじに4種の国産野菜(玉ねぎ、人参、ごぼう、長芋)を混ぜたつくね。仕上げに添付たれをからめて。

凍 180日 卵米大
330g(つくね10個×30g×2) **418円**(税込 **451円**) 通常税込 **473円**
あじ(国内産)

ごはんにと〜んとのっけて!



117 「ねばうま」(松前漬)
全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。旨味、ねばりが絶品。

凍 米大
100g **415円**(税込 **448円**) 通常税込 **473円**
するめいか(北海道)

無茶々の里海・宇和海より



118 無茶々園のちりめん(宇和海産)
無茶々園の前浜、宇和海のちりめんです。塩を加えずミネラル分を含む海水で茹で、天日で乾燥させました。

冷 30日
80g **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **545円**
かたくちいわしの稚魚(愛媛県)

備えて便利なお徳用



119 徳用 かじき切身
インドネシア船籍のまぐろ延縄船で漁獲し船内で急速凍結したばしょかじきを国内で切身加工しました。

凍 180日 10切500g **899円**(税込 **971円**) 通常税込 **1026円**
ばしょかじき(インドネシア)



120 キハダまぐろのたたき(徳用)
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。

凍 20日 40g×4 **580円**(税込 **626円**) 通常税込 **648円**
キハダまぐろ(太平洋)



121 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します。

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)



122 日戻り船のさんま(冷凍・キズ)
北海道厚岸(あつけし)の日戻り小型船で漁獲したさんまです。1尾120g以上の大型のさんまを選別しました。

凍 90日 5尾 **598円**(税込 **646円**) 通常税込 **670円**
さんま(北海道)



124 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)
鮮度の良いピンチョウマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に合います。

凍 30日 米大
80g×2 **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **540円**
ピンチョウマグロ(太平洋)



125 かつお味噌漬丼
大型でもっちりとした良質の鯨に、鯨節と昆布のダシ汁を加えた特製味噌だれを合わせました。

凍 20日 米大
80g×2 **498円**(税込 **538円**)
かつお(太平洋)



126 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 **528円**(税込 **570円**)
いか(北海道)



127 雄武産 ほたて貝柱(生食用)
北海道のオホーツク海に面する雄武の前浜で4年間じっくり育てました。お刺身でどうぞ。

凍 30日 5〜7粒約100g **598円**(税込 **646円**)
ほたて貝柱(北海道)



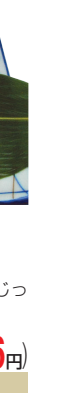
128 あぶり焼しめさば
三枚におろして骨を取り、一晩じっくり調味酢に漬け込みました。表面を軽くあぶり、香ばしく仕上げました。

凍 180日 米大
2枚180g **498円**(税込 **538円**)
さば(国内産)



129 北海道さけスモークサーモン
北海道産の秋鮭を塩のみで味付け。素材の旨味を生かす為、桜のチップを使い、「冷燻方式」で仕上げました。

凍 180日 40g×2 **480円**(税込 **518円**)
秋鮭(北海道)



130 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 60g **290円**(税込 **313円**)
いわし稚魚(愛知県)



132 フライパンでできる 鮭とチーズのかりかり包
北海道産の秋鮭とチーズを合わせた具を、春巻きの皮で包みました。フライパンで両面を焼いてください。

凍 180日 米大
150g(6個) **398円**(税込 **430円**)
秋鮭(北海道)



133 フライパンで簡単! さんま照りゴマ
北海道産のさんまを蒲焼のタレに漬け込み、小麦粉とゴマをまぶしました。お弁当にも、夕食の一品にも。

凍 180日 米大
6〜7個160g **410円**(税込 **443円**)
さんま(北海道)



134 ほたてしぐれ煮
北海道産ほたての風味を活かす為、醤油、みりん、三温糖、酒、生姜でシンプルに炊き上げました。

凍 30日 米大
約100g **418円**(税込 **451円**)
ほたて貝柱(北海道)



135 さばのみぞれ煮
うまみを逃がさない真空調理法により仕上げました。加熱調理済みの個食パックです。

凍 180日 米大
180g(固形量120g)×2 **450円**(税込 **486円**)
さば(ノルウェー)



136 ししゃもの甘酢あんかけ
ししゃもに少し甘めの甘酢あんをかけました。野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン)は全て国産です。湯煎で食べられます。

凍 米大
200g(2袋) **398円**(税込 **430円**)
からふとししゃも(ノルウェー)



137 うなぎ蒲焼 70g×2
愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。

凍 米大
70g×2 たい山椒付 **2148円**(税込 **2320円**) 通常税込 **2452円**
うなぎ(愛知県)

いわしの煮物は おふくろの味! 丸干しは煮ても美味しい



いわしの梅干煮

- ◆材料
- いわし……………4尾
- しょうが……………1片
- 梅干し……………2コ
- だし汁(昆布水)…カップ1
- 砂糖……………大1
- A みりん……………大1
- 酒……………大2
- 醤油……………大2



- ◆作り方
- ① いわしは3〜4切れに切る。しょうがは薄切りにする。
- ② 鍋にAの材料を入れ、煮立ったらいわし、しょうが、梅干しを加える。
- ③ ひと煮立ちしたら弱火にし煮含める。※木の芽があれば添えて。

切り取ってご活用ください

梅の風味で食欲UP ピリ辛のキムチがアクセント



豚肉の梅じょうゆ焼き丼

- ◆材料
- 豚ローススライス……………200g
- 「梅肉肉……………大1
- A しょうゆ……………大1
- みりん……………大1
- 酒……………大1
- 白菜キムチ……………100〜150g
- 大葉……………2枚



- ◆作り方
- ① 豚肉は半分切る。ボウルでAを混ぜ合わせ、肉を加えてもみ、しばらくおく。
- ② 熱したフライパンに油をなじませ、肉を広げて両面をこんがり焼く。
- ③ キムチは2〜3cm長さに切る。
- ④ 器にごはんを盛り、肉とキムチをのせ、大葉のせん切りを添える。

切り取ってご活用ください



鶏モモの梅酒煮

昨年の梅酒を使って

アルコールは加熱するので気になりません。ぜひお試しください。

梅酒を加えて煮ると、梅がほのかに香り、柔らかい仕上がりになります。

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。

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
138 つくば茜鶏 モモ
 凍 賞180日 300g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**
 茨城県

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

常総生協オリジナル
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
145 ローズポーク小間切(タレ付)
 ローズポークの豚小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。
 凍 賞14日 250g **425円**(税込**459円**)
 茨城県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
146 中津豚ロース切身
 きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、厚さ1cmの切身にしました。とんかつやソテーに。
 凍 賞4日 2枚200g **549円**(税込**593円**)
 神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
147 中津豚ロースしょうが焼用
 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。厚さ5mm。
 凍 賞4日 200g **545円**(税込**589円**)
 神奈川県

くるくる巻いて食べ応えUP!
 巻きまぎやわらか酢豚
 中津ミート(神奈川県・愛川町)
148 中津豚バラスライス
 脂と赤身が層になったバラ肉を約3mmにスライス。肉巻きや炒め物、鍋など様々な料理に。
 凍 賞4日 200g **460円**(税込**497円**)
 神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
149 中津豚モモスライス
 脂身の少ない赤身の多い部位です。厚さ3mm。
 凍 賞4日 200g **430円**(税込**464円**)
 神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
150 中津豚モモしゃぶしゃぶ用
 脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。
 凍 賞4日 200g **445円**(税込**481円**)
 神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
151 中津豚小間切
 各部位から集めています。火の通りが良いので野菜炒め、カレーなどに。
 凍 賞4日 200g **360円**(税込**389円**)
 神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
152 中津豚挽肉
 赤身率8割以上の挽肉。豚そぼろ、肉団子などに。
 凍 賞4日 200g **355円**(税込**383円**)
 神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)
153 中津もつのスタミナ焼き(味噌味)
 自社農場の豚のモツを、自家製の味噌だれに漬け込みました。お好みの野菜を入れて炒めてどうぞ。
 凍 賞120日 200g **361円**(税込**390円**)
 豚モツ(神奈川県)

JA全農いばらき(茨城県)野口商店
154 豚挽肉(バラ凍結)
 茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。
 凍 賞90日 400g **650円**(税込**702円**)
 茨城県

鶏肉

つくば茜鶏：動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼鶏です。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)。
 手羽先・ササミは7ページでご案内しています

田仲さん達(茨城県・桜川市)
401 つくば茜鶏 ムネ
 ムネ肉とモモ肉を一口大にカットしました。必要量だけ使えるバラ凍結で便利。煮物、炒めものに。
 凍 賞180日 300g **360円**(税込**389円**) 通常税込**400円**
 茨城県

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

田仲さん達(茨城県・桜川市)
156 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用
 ムネ肉とモモ肉を唐揚げ用にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
 凍 賞180日 250g **490円**(税込**529円**)
 茨城県

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

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

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

牛肉

坊津黒牛(鹿児島)：鹿児島県坊津地区の柳木さん、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)
160 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。
 凍 賞30日 モモ170g×2 **1760円**(税込**1901円**)
 鹿児島県

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

福永産業(福岡県・遠賀町)
162 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。ウエ、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

福永産業(福岡県・遠賀町)
163 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。
 凍 賞30日 200g **390円**(税込**421円**)
 福岡県、大分県

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

味噌を使って和風ハンバーグ! 味噌煮込みハンバーグ
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
165 茨城牛(山方)牛豚合挽肉
 茨城牛(山方)とローズポーク使用。風味の良さを併せ持った合挽肉。牛豚比率5:5。
 凍 賞30日 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)
鎌倉あらびきウィンナー
166 2袋
 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。
 凍 賞15日 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)
167 3袋
 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。
 凍 賞15日 85g×3 **515円**(税込**556円**) 通常税込**567円**
 豚肉(国内産) [放]不検出<3.4<4.5

特

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

168 鎌倉バラベーコンスライス×2

豚バラを塩漬け、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。

冷蔵 賞15日

85g×2 **540円**(税込**583円**) 通常税込605円

豚肉(国内産) [放]不検出<3.5<4.7

特

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

169 鎌倉ボンレスハム×2

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

冷蔵 賞15日

60g×2 **430円**(税込**464円**) 通常税込486円

豚肉(国内産) [放]不検出<3.9<3.9

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

170 鎌倉ポークソーセージ

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。

冷蔵 賞20日

200g **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<4.2

中津ミート (神奈川県・愛川町)

171 中津皮なしペビーウインナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひとロサイズの皮なしウインナー。

冷蔵 賞7日

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)

175 中津皮なしノンパイスウインナー

皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りまし。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。

冷蔵 賞5日

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)

176 中津ポークウインナー

海塩の旨味と香辛料が引きだてるシンプルな味。

冷蔵 賞7日

120g **287円**(税込**310円**)

豚肉(神奈川県)

燻製 **燻すだけで**

素材がもっとおいしく変身

茶葉の香りをつけると、食材がまた違うおいしさに生まれ変わります。お肉以外にもお好みの食材をスモークして楽しんで♪

◆作り方

- 鉄製の鍋にアルミ箔をひき、その上に砂糖(大3)を振り入れたらお茶の葉を均等にのせる。さらに餅焼き用の網をのせ、食材を並べる。
- ①にアルミ箔をかぶせ、しっかりと蓋をしたら強火にかける。煙が出てきたら弱火にして燻製にする。燻煙時間は、たこ、はんぺん、たくあんなどそのまま食べられる食材は10分で充分。スモーク感のある味わいが楽しめます。生の肉など中まで火を通す必要のある食材は、弱火でじっくり煙をかけます。骨付き鶏肉は30分位が目安になります。

※茶葉はほうじ茶、煎茶など何でもよい。

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

173 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。塩焼き、唐揚げに。だしがでるので煮物にも。

冷蔵 賞180日

400g **515円**(税込**556円**) 通常税込567円

茨城県

中津ミート (神奈川県・愛川町)

172 中津生ウインナー

原材料は通常のポークウインナーと同じ豚肉、食塩、砂糖、香辛料です。生なので加熱調理して下さい。

凍結 賞180日

6本120g **310円**(税込**335円**)

豚肉(神奈川県)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

174 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。

凍結 賞180日

300g **550円**(税込**594円**) 通常税込605円

茨城県

中津ミート (神奈川県・愛川町)

179 中津ミートのハンバーグ

豚肉(神奈川県)

凍結 賞180日 卵乳小

200g(100g×2) **360円**(税込**389円**)

秋川牧園 (山口県・山口市)

180 サラダチキン(プレーン)

鶏肉(国内産)

凍結 賞*

100g **359円**(税込**388円**)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

177 中津ロースハムスライス

安全な肉を原料とした無添加ハムです。豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げてあります。

冷蔵 賞7日

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)

178 中津ショルダーベーコンスライス

豚ウデ肉と、食塩、砂糖、香辛料のみを使い、国産チップで丁寧にスモークした風味豊かな逸品です。

冷蔵 賞7日

100g **380円**(税込**410円**)

豚肉(神奈川県)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

181 つくば茜鶏 親子丼の素 2袋

つくば茜鶏を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。玉ねぎを加えて煮込み、卵でとどうぞ。

1~2人前 ×2袋

凍結 賞180日 米大小

130g(鶏肉40g、タレ90g)×2 **300円**(税込**324円**)

鶏肉(茨城県)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

182 鎌倉ボンレスハム×3

合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。

冷蔵 賞15日

60g×3 **640円**(税込**691円**) 通常税込729円

豚肉(国内産)

鈴木牧場 **ピンは洗ってお返しください**

ピンは再利用いたしますので、食べ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。

227 生スパゲティを使って 鈴木牧場のチーズを簡単アレンジ トマトとモッツアレラの冷製パスタ

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)なのでプツツと脂肪のかたまりができますが、口当たりは違和感なく、なめらかでやさしい味です。

ピンは再利用しますので必ずご返却下さい

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りまし。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ

冷蔵 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)

石岡 鈴木牧場 ヨーグルト

冷蔵 賞届いて10~11日 乳

183 プレーン 400g **361円**(税込**390円**)

184 微糖 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

冷蔵 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

冷蔵 賞15日 乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

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)

冷蔵 賞届いて10日 乳

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳(北海道)

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

冷蔵 賞14日以上 乳

186 プレーン 30g **181円**(税込**195円**)

187 ペッパー 30g **190円**(税込**205円**) 生乳(茨城県) [放]不検出<3.3<3.1

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)

石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

冷蔵 賞14日以上 乳

186 プレーン 30g **181円**(税込**195円**)

187 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

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)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

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさと」の仲間 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

6個入り **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.5<3.7

卵パックは再利用しますので必ず返却下さい



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

188 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



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

189 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)

ホリ牧場で搾乳した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。

冷蔵 賞味21日 乳

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)

190 腸内活性ヨーグルメイト(加糖)

ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

冷蔵 賞味21日 乳

90g×3 **465円** (税込 **502円**)

生乳 (石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



サツラク農協 (北海道・札幌市)

191 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



酪王乳業 (福島県・郡山市)

192 2本組 生乳たっぷりのヨーグルト

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 **256円** (税込 **276円**)

生乳 (福島県)



酪王乳業 (福島県・郡山市)

193 5本組 生乳たっぷりのヨーグルト

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×5 **590円** (税込 **637円**)

生乳 (福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



日本生活協同組合連合会

194 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



モンテール (東京都・足立区)

195 牛乳と卵のデザートワッフル

自家製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)

196 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)

197 よつ葉 シュレッドチーズ

よつ葉ナチュラルチーズ(チeddar、モッツアレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。

冷蔵 賞味90日 乳

250g **575円** (税込 **621円**)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

198 よつ葉 パンにいい発酵バター

北海道産生乳を100%使用した発酵バター。ミルクの風味に、ヨーグルトのような爽やかな後味が特長。

冷蔵 賞味180日 乳

100g **306円** (税込 **330円**)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

199 よつ葉 カマンベールチーズ

非遺伝子組換え飼料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて熟成させました。

冷蔵 賞味180日 乳

90g **415円** (税込 **448円**)

生乳 (北海道)

大豆加工品

- ・国産大豆 100% 使用。
- ・豆腐は海水にかりて固め、消泡剤も不使用です。

おかべや (神奈川県・相模原市)

200 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5日 大

330g **189円** (税込 **204円**)

大豆 (熊本県)

201 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5日 大

330g **189円** (税込 **204円**)

大豆 (熊本県)

丸和

16ページの「丸和食品特集」もぜひご覧ください!

丸和食品 (東京都・練馬区)

204 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。

冷蔵 賞味4日 大

300g **176円** (税込 **190円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

205 きぬ豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。

冷蔵 賞味4日 大

300g **165円** (税込 **178円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

丸和食品 (東京都・練馬区)

206 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4日 大

150g×2 **180円** (税込 **194円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

207 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4日 大

150g×2 **175円** (税込 **189円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

丸和食品 (東京都・練馬区)

208 有機国産大豆寄せ豆腐

秋田県産有機大豆と海水にかりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。豆乳濃度が高く、大豆の味わいが深い豆腐。

冷蔵 賞味4日 大

100g×2 **240円** (税込 **259円**)

大豆 (秋田県) [放] 不検出 <0.9 <1.0

おかべや (神奈川県・相模原市)

202 おかべや おぼろとうふ

北海道産大豆で作った豆腐。大豆の風味、甘みが際立つ味わいです。消泡剤無添加。

冷蔵 賞味3日 大

300g **164円** (税込 **177円**)

大豆 (北海道)

おかべや (神奈川県・相模原市)

203 おかべや 白ごま葛とうふ

白ごまと葛粉、鰹だし、粗糖、塩を昔ながらの直火で練り上げた風味豊かなごまとうふ。

冷蔵 賞味3日

100g **340円** (税込 **367円**)

葛粉 (鹿児島県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

209 油揚げ

国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふっ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6日 大

3枚 **165円** (税込 **178円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

210 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4日 大

90g×2 **155円** (税込 **167円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2

丸和食品 (東京都・練馬区)

211 白和え

絹ごし豆腐に、こんにゃく、人参、椎茸、白ごまを加え、自社で煮出しただしで味付けしました。

冷蔵 賞味21日 大 小

150g **210円** (税込 **227円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.4

212 水煮大豆

国産の大豆を水煮にしました。ほんのり塩味がついています。サラダや、カレーにも。

冷蔵 賞味21日 大

200g **240円** (税込 **259円**)

大豆 (国内産)

丸和食品 (東京都・練馬区)

213 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

冷蔵 賞味30日 大

200g **147円** (税込 **159円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

JAやさと (茨城県・石岡市)

214 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 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)

215 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)

216 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10日 大 小

40g×2 **100円** (税込 **108円**)

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <2.9 <3.7

丸和食品 (東京都・練馬区)

217 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10日 大

40g×2 **165円** (税込 **178円**)

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

丸和食品 (東京都・練馬区)

218 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9日 大 小

40g×2 **172円** (税込 **186円**)

大豆 (北海道)

丸和食品 (東京都・練馬区)

219 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。

冷蔵 賞味30日 大 小

100g **265円** (税込 **286円**)

大豆 (北海道)

水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

220 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)

221 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

登喜和食品 (東京都・府中市)

222 洗いもずく

沖縄・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きの必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。

冷蔵 賞味10日 大

200g **240円** (税込 **259円**)

もずく (沖縄県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

223 無茶々園のわかめ (塩蔵)

無茶々園の前浜、宇和海で旬の時期に採れたわかめを湯通し、塩蔵しました。サラダやスープ、酢の物などに。

冷蔵 賞味180日

100g **310円** (税込 **335円**)

わかめ (愛媛県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

224 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

冷蔵 賞味30日 大

200g **147円** (税込 **159円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

丸和食品 (東京都・練馬区)

225 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

冷蔵 賞味30日 大

200g **147円** (税込 **159円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

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)

220 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

丸和食品 (東京都・練馬区)

221 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

冷蔵 賞味30日 大

200g **147円** (税込 **159円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

丸和食品 (東京都・練馬区)

222 洗いもずく

沖縄・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きの必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。

冷蔵 賞味10日 大

200g **240円** (税込 **259円**)

もずく (沖縄県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

223 無茶々園のわかめ (塩蔵)

無茶々園の前浜、宇和海で旬の時期に採れたわかめを湯通し、塩蔵しました。サラダやスープ、酢の物などに。

冷蔵 賞味180日

100g **310円** (税込 **335円**)

わかめ (愛媛県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

224 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

冷蔵 賞味30日 大

200g **147円** (税込 **159円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

手作りのお豆腐で食卓の一品 家族で一緒に楽しみましょう

※イメージ



国産大豆100%の豆乳に海水にがりと作り方を添付。家庭で作れた豆腐が簡単に楽しめます。

丸和食品(東京都・練馬区)
224 豆腐作りセット(豆乳とにがり)

冷 賞30日 大豆 300cc 198円(税込) 214円(通常税込) 238円(通常税込)
大豆(国内産) [放]不検出<0.5<0.6

作り方 レシピ付

豆腐の材料は、豆乳とにがり。基本のコツさえ押さえれば誰でも簡単に豆腐を作ることができます。手作りの味は格別。ぜひ自分で作って味わいましょう。

日記担当 横関より

薫り高い茶豆の風味と天然ダシのコク 時季限定の炊き込みご飯をどうぞ!



初夏限定

組合員さんからの **クチコミ**
かじかわ農場の枝豆ごはんのもと、おいしかったです! 娘たちにもひっぱりゴコでした!

かじかわ農場(新潟県・新発田市)

225 炊き込みご飯の素 新潟茶豆の枝豆ご飯

冷 賞90日 米 大 小 160g(2合用) 340円(税込) 367円(通常税込) 378円(通常税込)

2合用

新潟県産の茶豆の枝豆を使用し、かつおダシの風味を生かした味付けにしました。通常の水加減で炊くだけ。

枝豆(新潟県)

爽やか風味で初夏にぴったり 生野菜を加えてサラダ風にも



初夏限定

サラダ感覚で食卓に彩りを添えるお漬物。調味液ごと生野菜と和えればサラダにも。

まるしょう(石川県・小松市)

226 ベジタブルサワー

冷 賞10日 米 150g 250円(税込) 270円(通常税込) 281円(通常税込)

塩・砂糖・酢で調味した夏向きのお漬物です。

大根・きゅうり・パプリカ(国内産)

生パスタ独特のモチモチ食感がやみつき!

トマトとモzzarellaの冷製パスタ



特

茹で時間3分
デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。茹で時間3分。

ニューオークボ(千葉県・柏市)

227 生スパゲティ

冷 賞届いて6~8日 卵 小 260g(130g×2) 298円(税込) 322円(通常税込) 356円(通常税込)

小麦(カナダ、アメリカ)

ボロネーゼ



特

茹で時間3分
デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。茹で時間3分。

ニューオークボ(千葉県・柏市)

228 生フェットチーネ

冷 賞届いて6~8日 小 260g(130g×2) 298円(税込) 322円(通常税込) 356円(通常税込)

小麦(カナダ、アメリカ)



金子製麺(神奈川県・中井町)

229 地粉餃子の皮

自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。

冷 賞14日 小 20枚 205円(税込) 221円(通常税込)

小麦(国内産)



共生食品(神奈川県・相模原市)

230 内麦焼そば(ソース無)

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

冷 賞6日 卵 小 150g×3 197円(税込) 213円(通常税込)

小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



金子製麺(神奈川県・中井町)

231 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)

地粉にこだわって練上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れます。

冷 賞21日 卵 米 大 小 麺120g×2 スープ47g×2 375円(税込) 405円(通常税込)

小麦(国内産)



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

232 切昆布の煮物

食感の良い切昆布を鰯節、宗田鰯節、椎茸、昆布、鱈の5種の天然だしで優しい味付けに仕上げました。そのまま、または温めてお召し上がり下さい。

冷 賞90日 米 大 小 120g 310円(税込) 335円(通常税込)

昆布(北海道)



リアス(千葉県・船橋市)

233 山椒ちりめん

上乾ちりめんを醤油、みりんで味付けし、山椒の実を加えました。

冷 賞60日 米 大 小 20g 320円(税込) 346円(通常税込)

ちりめん(国内産)



菊田商店(東京都・練馬区)

234 煮豆 青豆

北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいなうぐいす色。軟らかさの中にしっかりとコシを残した仕上げ。

冷 賞90日 米 120g 320円(税込) 346円(通常税込)

青えんどう豆(北海道)



菊田商店(東京都・練馬区)

235 煮豆 白福豆

北海道温根湯産。白花豆は高原豆ともいう紫花豆の白色版。直火とろ火炊きで豆の風味がいきています。

冷 賞90日 150g 352円(税込) 380円(通常税込)

白花豆(北海道)



菊田商店(東京都・練馬区)

236 煮豆 お福豆(紫花豆)

北海道の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。

冷 賞90日 米 120g 320円(税込) 346円(通常税込)

紫花豆(北海道)



梅干し作りに

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

237 もみしそ

赤しそを塩でもみ、白梅酢に漬け込みました。梅干し約1kgの色付け、大根やみょうが、生姜漬けにも。

冷 300g 345円(税込) 373円(通常税込)

しそ(和歌山県)



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

238 紅生姜(きざみ)

高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。

冷 賞90日 80g 170円(税込) 184円(通常税込)

生姜(高知県)

アツアツのご飯にのせて!

国産のエゴマの葉を使ったキムチです。独特の風味が食欲をそそります。あつあつのご飯にのせてどうぞ。

やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)

239 エゴマの葉キムチ

冷 賞30日 米 大 小 150g 420円(税込) 454円(通常税込) 464円(通常税込)

エゴマ(愛知県)



やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)

240 マイルド葉念醬(キムチの素)

やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けしたお好みの野菜でキムチが作れます。お鍋や料理の味付けにも使える万能タレ。

冷 賞45日 米 200g 498円(税込) 538円(通常税込)

唐辛子(中国)



山九水産(山口県・長門市)

241 お魚ソーセージ(3本入)

化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使った、素材の風味を大切に肉ソーセージ。

冷 賞90日 40g×3 298円(税込) 322円(通常税込)

魚肉(国内産)

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。

お子さまのおやつにも最適



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

242 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ

冷 賞7日 米 小 90g 258円(税込) 279円(通常税込) 289円(通常税込)

ごぼう(国内産)

特

スティック状にカットしたごぼうを甘辛く煮込み、まわりにすり身を付けて揚げました。



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

243 長崎 おつまみれんこん

れんこんを食材に使用した、一口タイプのちぎり揚げ。れんこんの食感と一味唐辛子がアクセント。

冷 賞30日 米 110g 260円(税込) 281円(通常税込)

魚肉(国内産・タイ)



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

244 長崎 さつま揚げ

長崎近海のあじ、たちうおなどを主原料に、ソフトな食感に仕上げました。

冷 賞8日 米 5枚100g 225円(税込) 243円(通常税込)

あじ・たちうお(長崎県)



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

245 長崎 じゃこ天

長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。

冷 賞30日 卵 米 2枚100g 260円(税込) 281円(通常税込)

雑魚(長崎県)

高橋徳治商店 こだわりの練り物

焼いても美味しい! 子どもにも人気です



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

246 わかめはんぺん

冷 賞180日 卵 米 4枚200g 341円(税込) 368円(通常税込) 378円(通常税込)

わかめ(岩手県)

特

わかめの深緑色と磯の香りが特長です。凍ったまま食べやすい大きさに切って温めてどうぞ。離乳食にも。



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

247 玉ねぎ揚げ

冷 賞180日 米 大 165g(5個) 295円(税込) 319円(通常税込) 329円(通常税込)

すけそうだら(北海道)

玉ねぎの甘さがたまらない



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

249 お好みさつま揚げ

冷 賞180日 米 2枚160g 370円(税込) 400円(通常税込)

すけそうだら(北海道)



離乳食にも使えます

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

250 お魚あられ

冷 賞180日 米 180g 310円(税込) 335円(通常税込)

すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

248 おとうふ揚げ

冷 賞180日 米 大 5個175g 295円(税込) 319円(通常税込)

すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

249 お好みさつま揚げ

冷 賞180日 米 2枚160g 370円(税込) 400円(通常税込)

すけそうだら(北海道)

北海道のすけそうだらすり身をベースにキャベツ、人参、ホタテをふんだんに使った揚げかまぼこです。

冷 賞180日 米 180g 310円(税込) 335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。



251 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 **327円**(税込**353円**)
かぼちゃ(北海道)



252 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。
200g **428円**(税込**462円**)
野菜(北海道)



253 冷凍ほうれん草
九州地方の高品質のほうれん草を栄養分と風味を大切に素早く下処理し冷凍しました。お浸し、和え物等に。
200g **330円**(税込**356円**)
ほうれん草(国内産)



254 松島産おさしみあかもく
めり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



255 COとろろ芋(大和芋入)
国産の長芋と大和芋を7対3で配合。1袋40gの使い切りサイズ。解凍してそのまま蕎麦やうどんにどうぞ。
40g×4袋 **314円**(税込**339円**)
長芋・大和芋(国内産)



256 冷凍内麦ピザ生地
国産小麦粉使用、イーストフード不使用の内麦ピザ生地。2~3時間室温で自然解凍後、のばしてトッピングして。
480g(4個入) **324円**(税込**350円**)
小麦(国内産)



257 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。
14本入 **401円**(税込**433円**)
小麦(国内産)



258 トクスイ餃子
豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りました。ニラの風味が控えめで脂っぽさの少ないあっさり味。焼いて。
540g(18g×30) **580円**(税込**626円**)
豚肉・キャベツ(国内産)



259 飛鳥の黒豚肉の焼き餃子
黒豚肉と野菜をたっぷり入れ、にんにくを利かせた焼き餃子。ひとつひとつ手包みしました。焼いて。
16個入 **487円**(税込**526円**)
豚肉(国内産)



260 しそさっぱり餃子
具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。タレなしでも召し上がれます。
10個180g **375円**(税込**405円**)
しそ(国内産)



261 パリッと本格春巻(国産さくらげ入)
さくらげなど国内産原料にこだわった中華あん、手作りの皮で巻き方を工夫、パリッと食感が楽しめます
5本入 **380円**(税込**410円**)
さくらげ・豚肉・小麦(国内産)



262 飛鳥の黒豚シューマイ
豚肉たっぷりのシューマイです。ジュシーで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。
12個180g **403円**(税込**435円**)
豚肉(国内産)



263 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シーでコクのある味わい。大きめに食べ応え満点です。蒸すか、レンジで温めて。
6個192g **540円**(税込**583円**)
帆立(青森県、北海道)



264 飛鳥の手作りミニ肉まん
国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで温めて。
5個250g **407円**(税込**440円**)
小麦(国内産)



265 鶏のから揚げ
無投薬の神山鶏の肉を特製旨味タレに漬けた柔らかくジュシーな中華風唐揚げ。レンジかトースターで温めて。
200g **425円**(税込**459円**)
鶏肉(徳島県)



266 マグロの塩麹竜田
塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロを、竜田揚げにしました。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。
150g **420円**(税込**454円**)
びんちょうまぐろ(太平洋)



267 チキンナゲット
開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉を使用。トースターで加熱するとカリッと仕上がります。
200g **423円**(税込**457円**)
鶏肉(山口県、他)



268 鶏レバー甘辛焼き
開放鶏舎で健康に育った若鶏のレバーを蒸気でふくら焼き、甘辛いタレをからめました。湯煎かレンジで。
120g **378円**(税込**408円**)
鶏肉(山口県、他)



269 北海道八雲発 マムのカニクリームコロッケ
北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。
40g×6 **388円**(税込**419円**)
生乳(北海道)



275 若鶏手羽先煮物
若鶏手羽先を特製タレと一緒にじっくり加熱し、味よく染み込んだ煮物に仕上げました。レンジか湯煎で。
180g **487円**(税込**526円**)
鶏肉(山口県、他)



276 白えびかきあげ
富山県産白えびを加え、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。
160g(2枚入) **509円**(税込**550円**)
野菜(国内産)



272 甘酢のやわらかチキン南蛮
ふわ衣に特製甘酢タレを染み込ませ、柔らかな食感に仕上げました。電子レンジで温めて。包材に相性抜群のタルタルソースのレシピあり。
150g **359円**(税込**388円**)
鶏肉(国内産)



273 ごまポテ
さつまいも(国産紅はるか)を程よい甘さに味付け。食べやすい2cm角にカットし、ごまをまぶしました。
280g **528円**(税込**570円**)
さつまいも(国内産)



274 芋棒
徳島県産鳴門金時芋を使ったスティック状の大学芋。中はほっこり、外はカリッとした食感。半解凍でも美味。
280g **453円**(税込**489円**)
鳴門金時芋(徳島県)



277 マム 海老とオーガニックペンネのグラタン
オーガニックペンネマカロニと天然海老を入れホワイトソースで仕上げました。レンジで温めて。
170g×2 **537円**(税込**580円**)
海老(マレーシア)



278 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ2パック
消泡剤を使わず天然にがりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。
180日 卵米大 **824円**(税込**890円**)
大豆・鶏肉(国内産)



279 フライパンで簡単若鶏塩麹漬
ムネ肉を塩麹に漬け、柔らかさと旨味を引き出しました。生姜とごま油の香る味付けです。解凍後焼いて。
150g **333円**(税込**360円**)
鶏肉(山口県、他)



280 黒酢の酢豚
北海道育ちの健康な豚肉と3つの野菜(玉ねぎ・ピーマン・人参)に黒酢を加えたまろやか風味の酢豚。湯煎して。
330g **568円**(税込**613円**)
豚肉(北海道)



281 野菜で仕上げる回鍋肉
コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。キャベツやピーマンを炒めたあとに加えて混ぜれば完成。
110g **346円**(税込**374円**)
豚肉(鹿児島県、宮崎県)

野菜をたせば、さらにボリュームUP



279 フライパンで簡単若鶏塩麹漬
ムネ肉を塩麹に漬け、柔らかさと旨味を引き出しました。生姜とごま油の香る味付けです。解凍後焼いて。
150g **333円**(税込**360円**)
鶏肉(山口県、他)



280 黒酢の酢豚
北海道育ちの健康な豚肉と3つの野菜(玉ねぎ・ピーマン・人参)に黒酢を加えたまろやか風味の酢豚。湯煎して。
330g **568円**(税込**613円**)
豚肉(北海道)



281 野菜で仕上げる回鍋肉
コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。キャベツやピーマンを炒めたあとに加えて混ぜれば完成。
110g **346円**(税込**374円**)
豚肉(鹿児島県、宮崎県)

きざみ野菜入りで、いろいろな料理に使えます

ナガノトマト (長野県・松本市)
535 国産つぎ野菜入り 信州生まれのケチャップ
信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。
295g 320円(税込346円)
トマト(長野県)

丸大豆寒仕込みしょう油がベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。
沼屋本店(茨城県・つくば市)
303 沼屋 焼肉のたれ
260g 395円(税込427円)
大豆(国内産) [放] 不検出<3.8<3.8

冷やしてもおいしく召し上がれます
ポールスタア(東京都・東村山市)
304 おばあちゃんのなすのごまびたしのため
焼いた茄子にかけただけで簡単に作れます。こまごまの酸味が食欲をそそります。冷やしてもおいしく召し上がれます。化学調味料、増粘剤無添加のなすのごまびたしのため。1袋2~3人前。
80g×2 220円(税込238円)
東村山市

ねりごまの香りと程よい酸味が食欲をそそります。冷し中華、冷しゃぶ、春雨サラダなどにも。
ポールスタア(東京都・東村山市)
305 桃花林 棒棒鶏ソース
215g 370円(税込400円)

日本生活協同組合連合会
306 CO手すり風すりごま金 65g
鉄釜焙煎で旨味・香りを引き出したごまを、すり鉢ですったように仕上げました。
65g 137円(税込148円)
金ごま(トルコ、エジプト等)

鶏もも肉2枚分
井上スパイス(埼玉県・上尾市)
307 王様のタンドリーチキンスパイス
ヨーグルトにこのスパイスを混ぜ、鶏肉を漬け込んでおけば、あとは焼くだけ。手軽に作れるのにしっかりスパイスの効いた本格的な味です。
15g 200円(税込216円)

井上スパイス(埼玉県・上尾市)
308 ソーセージスパイス
挽肉にこのスパイスを混ぜ、フライパンで焼くだけ。スパイスでありながらお子様にも喜ばれる絶妙な味です。挽肉500gに一袋。
13g 200円(税込216円)

ポールスタア(東京都・東村山市)
309 青森県田子町産100%みじん切りにんにく
青森県田子町の「福地ホワイト6片」という最高品種のにんにくを使用。塩とクエン酸を少量添加。みじん切りタイプ。
70g 390円(税込421円)
にんにく(青森県) [放] 不検出<3.2<3.2

梅酒にコクをプラス
沖縄物産企業連合(沖縄県・那覇市)
511 波照間島特産 黒糖かちわり
さとうきびの汁を煮詰めただけの伝統的な製法で作られた黒糖。舌の上でさらさらと溶け、甘味と苦味の両方が口に広がります。
200g 290円(税込313円)
さとうきび(沖縄県)

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
310 有機シナモンパウダー
有機栽培シナモン100%。お菓子やコーヒー、マリネや肉料理の香り付けに。シナモントーストにもどうぞ。
20g 260円(税込281円)
シナモン(スリランカ)

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

上品な風味のだしが取れます
鯉節のカネイ(兵庫県・神戸市)
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。
150g 390円(税込421円)
さば(鹿児島県、熊本県、愛媛県)

創健社(神奈川県・横浜市)
579 洋風だし一番
野菜とほたての旨みたっぷりのスープを、使いやすい顆粒状にしました。
8g×10 335円(税込362円)
丸大豆

丸和食品(東京都・練馬区)
311 うの花料理(乾燥おから)
国産大豆使用の豆腐のおからを乾燥させたもの。うの花料理、ハンバーグやお菓子作りにも。
125g 150円(税込162円)
大豆(国内産) [放] 不検出<3.7<3.6

岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)
312 青大豆
緑色系大豆。きな粉は菓子用に使われます。ひたし豆などに。
300g 630円(税込680円)
青大豆(岩手県) [放] 不検出<4.2<4.5

コタニ(岩手県・大船渡市)
313 徳用 三陸岩手のカットわかめ
岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。肉厚でやわらかいのが特長。
40g 600円(税込648円)
わかめ(岩手県) [放] 不検出<3.5<3.5

リアス(千葉県・船橋市)
314 国産天然芽ひじき
国産の天然芽ひじきです。ふっくら軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。
30g 380円(税込410円)
ひじき(国内産)

コタニ(岩手県・大船渡市)
315 万能汁物の具
岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。
30g 380円(税込410円)
わかめ(岩手県) [放] 不検出<4.1<4.3

日本生活協同組合連合会
710 CO 食べる煮干 42g
瀬戸内産の小鱼を100%使用。カルシウム豊富で、まるごと食べられる煮干です。原材料:片口いわし、食塩
42g 190円(税込205円)
片口いわし(瀬戸内海)

長谷川商店(東京都・中央区)
316 焼のり(有明産)
有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼き上げました。口溶けが良く、甘みがあるのが一番摘みの特長。
全型10枚 360円(税込389円)
のり(有明海)

和田萬商店(大阪府・大阪市)
598 のりとたまごとごまかつおのふりかけ
丸新商会(千葉県・市川市)
317 豆板醤
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。
30g 300円(税込324円)
唐辛子(中国)

化学調味料、保存料不使用
胡麻専門店が作った無添加のふりかけ。のり、卵、かつおに胡麻をたっぷり加え、少し甘めのやさしい味に仕上げました。
丸新商会(千葉県・市川市)
317 豆板醤
130g 315円(税込340円)

日本初のRSPO認証ラーメン リニューアル
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
321 さくらのラーメン しお
麺は国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。天日塩にチキンエキスを加えたスープです。
99g 145円(税込157円)
小麦粉(国内産)

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
322 さくらのラーメン とんこつ
麺は国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。魚介の風味ある和風とんこつスープです。
103g 155円(税込167円)
小麦粉(国内産)

日本生活協同組合連合会
319 CO パルメザンチーズ 70g
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パ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。
70g 332円(税込359円)
生乳(ニュージーランド・オーストラリア)

江別製粉(北海道・江別市)
634 パスタ 北海道産小麦スパゲティタイプ
北海道産100%。外国産の小麦で作られたものより軟らかな食感で、スープパスタや和風パスタにも。茹で時間目安7~8分。
500g 320円(税込346円)
小麦(北海道)

埼玉県の小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるりとした喉越しのうどんにしました。
三上製麵(埼玉県・所沢市)
638 もっちりつるっこおいしいおうどん
300g×2 470円(税込508円)
小麦(埼玉県、他) [放] 137Cs<5.1

茹で時間4分半
国産原料のみ使用。爽やかなお茶の香りと茹で上がりの美しく深い緑色を極めました。
おびなた(長野県・長野市)
320 抹茶そば
240g 440円(税込475円)
そば(国内産)、小麦(国内産)

日本生活協同組合連合会
667 COひじきドライパック 110g
水戻し不要の素材缶。そのまま調理に使えます。油揚げや厚揚げ、大豆ドライパック、人参などと炒め煮に。
110g 190円(税込205円)
芽ひじき(国内産)

沖縄物産企業連合(沖縄県・那覇市)
324 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。発色剤や保存料は使用していませんので安心しておいしくいただけます。
140g 340円(税込367円)
豚肉(沖縄県)

無茶々園(愛媛県・西予市)
323 無茶々園 ゆずストレート果汁
自社栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。焼き魚やおひたし、鍋物に。
150ml 535円(税込578円)
ゆず(愛媛県)

常総生協オリジナル
組合員が意見を出しあい、使用原料のどこまで品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレック状のカレールウ。牛脂は和牛生脂肪使用。
常総生協(茨城県・守谷市)
655 甘口カレールウ
150g 290円(税込313円)
656 中辛カレールウ
150g 300円(税込324円)

福岡八女農業協同組合(福岡県・八女市)
672 甘夏みかん缶
福岡県・熊本県産の甘夏をシロップ漬けにしました。
295g(固形量170g) 305円(税込329円)
甘夏(福岡県、熊本県)

日本生活協同組合連合会
327 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大豆を使用したレトルト包装赤飯。レンジ、湯せんで調理可能。
160g×3 340円(税込367円)
小豆(北海道)

北海道産の小麦100%です
アルファフードスタップ(愛知県・名古屋市)
328 パン用粉(強力粉)
北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。
1kg 420円(税込454円)
小麦(北海道)

サラ秋田白神(東京都・八王子市)
329 白神天然酵母ドライ
白神山から発見された、純天然酵母。無添加の酵母で発酵力に優れ、本格的なパンを短時間で焼き上げます。
10g×5 680円(税込734円)

千葉県直サービス(千葉県・千葉市)
325 いわしの白焼き風
焼く直前に酒を振りかけ直火で白焼きにした真いわしを缶詰にしました。塩と酒で骨まで軟らかく仕上げられています。
100g(固形量80g) 350円(税込378円)
真いわし(千葉県)

信田任詰(千葉県・銚子市)
681 銚子産いわししょうゆ味
脂のりのよい銚子産のまいわしを厳選し、入正醤油(千葉県)で煮ました。
200g 290円(税込313円)
まいわし(銚子沖) [放] 不検出<3.3<3.9

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
326 玄米パックご飯(黒米入り)
平成30年山形県でデビューした新品種「雪若丸」を使い、パックご飯にしました。有機栽培の黒米も少し混ぜ、手軽に玄米ご飯が食べられるようにしました。
160g 250円(税込270円)
うるち玄米・有機黒米(山形県庄内地方)

日本生活協同組合連合会
327 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大豆を使用したレトルト包装赤飯。レンジ、湯せんで調理可能。
160g×3 340円(税込367円)
小豆(北海道)

北海道産の小麦100%です
アルファフードスタップ(愛知県・名古屋市)
328 パン用粉(強力粉)
北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。
1kg 420円(税込454円)
小麦(北海道)

サラ秋田白神(東京都・八王子市)
329 白神天然酵母ドライ
白神山から発見された、純天然酵母。無添加の酵母で発酵力に優れ、本格的なパンを短時間で焼き上げます。
10g×5 680円(税込734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。

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

330 **きらす揚げ 黒ごま**
 原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒ごま、食塩、膨張剤(重曹)
 賞90日 **大**
 160g **270円**(税込**292円**)
 小麦(国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.9

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 **米** **大** **小**
 20枚 **189円**(税込**204円**)
 小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.4

331 **バターピー**
 植物油でカラッと揚げたバターピーです。
 賞90日 **乳** **活** **大**
 120g **426円**(税込**460円**)
 落花生(千葉県) [放] 不検出 <4.2 <4.4

332 **天日干しさやいりQなっつ 150g**
 賞90日 **落**
 150g **650円**(税込**702円**)
 落花生(千葉県)

今ではめずらしくなった天日干し乾燥。はっきりした甘み、あっさりした食べやすい味が特徴。

333 **スイートポリコーン**
 原材料：とうもろこし(遺伝子組み換えでない)、砂糖(てん菜糖)、植物油(パーム油)、食塩、膨張剤(重曹)
 賞120日
 85g **140円**(税込**151円**) **通常税込162円**
 とうもろこし(アメリカ)

690 **きな粉ウエハース**
 原材料：小麦粉、ショートニング(パーム油、ヤシ油)、砂糖、きな粉(遺伝子組み換えでない)、澱粉、玄米粉、植物油(パーム油)、モルトエキス
 賞120日 **米** **大** **小**
 30個 **173円**(税込**187円**)
 大豆(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

334 **麩菓子(国産原料100%)**
 すべての原材料を国産100%にこだわりました。原材料：黒糖、小麦たん白(グルテン)、小麦粉
 賞90日 **小**
 12本 **170円**(税込**184円**)
 黒糖(沖縄県) [放] 不検出 <3.5 <3.5

714 **フルーツラムネの森**
 原材料：砂糖、甘藷でん粉、果汁(レモン、オレンジ、いちご、リンゴ)、香料、着色料(べにばな黄色素、アナトー色素、紫コーン色素)
 賞180日
 110g **188円**(税込**203円**)
 [放] 不検出 <3.2 <3.6

335 **CO国産素材 卵黄ポーロ95g**
 チャックシール付きで少量ずつ召し上がっていただけのお子様・お年寄りやすい食感です。全て国内産原料で作った乳児用規格適用食品です。
 賞90日 **卵**
 95g **145円**(税込**157円**)

336 **CO風味豊かな発酵バター**
 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。
 賞90日 **乳** **小**
 2本×6袋 **290円**(税込**313円**) **通常税込321円**
 小麦粉(日本、アメリカ)

694 **醤油屋のせんべいわれせん**
 原材料：うるち米、しょうゆ、ごま、キビ砂糖、馬鈴薯澱粉、醗酵調味料、醗酵調味液、カツオブシエキス
 賞150日 **米** **大** **小**
 125g **350円**(税込**378円**)
 米(国内産) [放] 不検出 <4.2 <4.2

337 **蜂蜜かすてら 5切**
 原材料：鶏卵、砂糖、小麦粉、蜂蜜、水飴、米飴、インマルトオリゴ糖
 賞30日 **卵** **小**
 5切(約225g) **460円**(税込**497円**) **通常税込518円**
 卵・小麦粉(国内産)

338 **半熟かすてら プレーン**
 カステラの前身であるポルトガルの伝統菓子を参考に、職人が絶妙の火加減で濃厚な口溶けを追求しました。
 賞45日 **卵** **小**
 1個 **1000円**(税込**1080円**)
 卵(国内産)

339 **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。
 賞90日 **卵** **小**
 84g **600円**(税込**648円**)
 プロポリスエキス(ブラジル)

341 **トコゼリー ピーチ**
 ピーチと数種類の果物の果肉を漬け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**) **通常税込189円**
 天草(国内産)

342 **国産果汁のりんごゼリー**
 原材料：濃縮りんご果汁、砂糖、ゲル化剤(増粘多糖類)
 賞120日
 22g×7個 **210円**(税込**227円**) **通常税込238円**
 りんご(長野県) [放] 不検出 <3.6 <4.0

343 **小粒水ようかん**
 原材料：三温糖、生餡、水飴、蜂蜜、寒天、塩
 賞150日
 16g×12 **250円**(税込**270円**)
 [放] 不検出 <3.1 <3.7

344 **ラム酒漬ドライフルーツナッツ**
 レーズン(アメリカ)
 賞90日 **大**
 120g **610円**(税込**659円**) **通常税込691円**

ラムレーズンアイス
 レーズン、ドライクランベリー、くるみを、粗糖とラム酒で漬け込みました。お菓子作りに。
 ◆作り方
 ① バニラアイスを冷凍庫から出して少しやわらかくする。
 ② ラム酒漬ドライフルーツナッツをバニラアイスと混ぜる。
 ③ 冷凍庫に戻し固める。

ジャム・蜂蜜
みそ汁
 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。
 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

345 **松永さんのキウイジャム**
 松永さんが無農薬栽培したキウイを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。原材料：キウイ、ビートグラニュー糖
 賞90日 **大**
 190g **640円**(税込**691円**)
 キウイ(静岡県) [放] 不検出 <3.5 <3.3

556 **メープルシロップアンバー**
 サウワエワの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメープルシロップ。上品な甘みと香りはホットケーキやパンケーキにかけただけでなく、プレーンヨーグルトや珈琲、紅茶に。
 賞90日 **大**
 250g **850円**(税込**918円**)
 楓樹液(カナダ)

346 **北海道産 純粋はちみつ**
 北海道で採れたクローバー、シナなどはちみつです。まろやかな味なので、何にでも合います。
 賞90日 **大**
 1kg **3700円**(税込**3996円**)
 はちみつ(北海道)

347 **木の実セット**
 ミネラル豊富な木の実や豆を独自配合しました。原材料：ココの実(中国)、クルミ(アメリカ)、松の実(中国)、大豆、黒豆、昆布
 賞90日 **大**
 200g **940円**(税込**1015円**)

348 **化学調味料無添加 いろいろみそ汁セット**
 4種類の化学調味料無添加みそ汁が味わえるおみそ汁セットです。小袋の中身をお碗に入れ熱湯を約160ml注いで軽くかき混ぜてください。
 賞90日 **卵** **米** **大** **小**
 8袋 **1000円**(税込**1080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。
 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

788 **安心生活洗濯用 液体石けん無香料 詰替用**
 米ぬかから取れたコメ脂肪酸を最大限配合(主原料ヤシ、コメ)した無香料タイプの植物性液体石けん。溶け残りの心配なし。
 賞90日 **大**
 900ml **390円**(税込**429円**)

790 **安心生活洗濯用 液体石けん詰替用1.8ℓ**
 溶けやすいヤシ、パーム脂肪酸にコメ脂肪酸を配合。溶け残りや衣類への付着の心配はありません。
 賞90日 **大**
 1.8ℓ **700円**(税込**770円**)

857 **パックス化粧石けんE**
 無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
 賞90日 **大**
 95g×3 **260円**(税込**286円**)

梅酒・梅シロップ作り
 自分好みのドレッシングを作るときに便利。合わせ調味料入れにも。合わせ調味料のレシピ付。
 冷蔵庫のドアポケットに入るサイズ
 星硝(東京都・港区)
350 **これは便利 調味料ビン 500ml**
 1個 **1100円**(税込**1210円**)

801 **詰替用 パックス 酸素系漂白剤**
 酸素の漂白作用で黄ばみ防止、黒ずみ、しみ、赤ちゃんの肌着、おむつの漂白、除菌等にも安心して使えます。
 賞90日 **大**
 500g **420円**(税込**462円**)

878 **天然染髪料 ヘナ+木藍**
 ヘナの赤みを抑え黒っぽく染めたい方のための染髪料。黒茶に近い状態になります。
 賞90日 **大**
 100g **1500円**(税込**1650円**)
 ヘナ(インド)

888 **かや生地折り重ね 台ふきん**
 1枚布のキャ生地を8枚重ねに折り、ていねいに縫い上げた台ふきん。吸水性、水切れ抜群です。
 賞90日 **大**
 5枚組 **665円**(税込**732円**)

349 **パックスナチュロン お風呂洗いスポンジ**
 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。
 賞90日 **大**
 15g **388円**(税込**427円**) **通常税込438円**

351 **密封ビン 1ℓ**
 胴径10.6cm、高さ17.7cm。梅みそ、梅酢漬、梅シロップ漬等を少量作るのに便利。乾物入れにも。
 賞90日 **大**
 1個 **1200円**(税込**1320円**)

352 **取っ手付 密封ビン 4ℓ**
 胴径17.5cm、高さ29.5cm。梅1kgを使った梅酒作りにピッタリなサイズです。
 賞90日 **大**
 1個 **1800円**(税込**1980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。



おokaべや(神奈川県・相模原市)
353 おokaべや 豆乳角型食パン
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
届いて2日 米大 小
半斤3枚 **185円(税込200円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
354 1斤6枚
届いて2日 米大 小
1斤6枚 **353円(税込381円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
355 おokaべや 豆乳ノースライスパン
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
届いて2日 米大 小
1斤 **353円(税込381円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
356 おokaべや 素焼きパン(いちじく・くるみ)
原材料:小麦粉(北海道)、いちじく、くるみ、天然酵母、種子島の粗糖、塩
届いて3日 米小
1個 **535円(税込578円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
357 おokaべや もっちり玄米五穀パン
原材料:小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち粟、もちきび、もち麦、うるち豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩
届いて2日 米大 小
3個 **387円(税込418円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
358 おokaべや くるみのプチパン
原材料:小麦粉(北海道)、くるみ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、天日塩
届いて2日 乳米大 小
2個 **352円(税込380円)**
小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
359 おokaべや 豆ぱん
原材料:小麦粉(北海道)、金時豆、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳
届いて2日 乳米大 小
2個 **333円(税込360円)**
金時豆(国内産)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
360 おokaべや 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
届いて2日 乳米大 小
3個 **361円(税込390円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
361 おokaべや クロワッサン
原材料:小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、塩
届いて2日 乳米小
2個 **353円(税込381円)**
小麦(北海道)



おokaべや(神奈川県・相模原市)
362 おokaべや 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
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okaべや(神奈川県・相模原市)
363 おokaべや おから甘食(ごま油使用)
原材料:小麦粉(北海道)、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹
届いて4日 卵大 小
3個 **412円(税込445円)**
小麦(北海道)

自家製酵母パン

ありぱ※通常より厚さが約1.5倍、もちもちとした食感が特徴です。

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
364 パンド・ミ(食パン) 1斤 8枚
届いて1~2日 小
270円(税込292円)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
365 ノースライス
届いて1~2日 小
260円(税込281円)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
366 パンド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス
届いて1~2日 小
1斤 **300円(税込324円)**
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
367 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
届いて1~2日 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

プレスオルターナティブのフルーツとナッツを使用
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
368 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
届いて1~2日 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、モノトキス/乳化剤、香料、酸化防止剤(V.E)、安定剤(ケチン)、着色料(アナトール)
パネックス(長野県・伊那市)
369 内麦クロワッサン
届いて45日 卵乳米大 小
10個 **580円(税込626円)**
小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

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



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



童仙房茶舗(京都府・南山城村)
371 童仙房茶舗 有機抹茶
農薬・化学肥料を使用しない茶園で育てたお茶を石臼で丁寧に挽いた。宇治抹茶(お茶)です。さわやかな香りとさっぱりした味をお楽しみください。
30g **1350円(税込1458円)**
緑茶(京都府)



童仙房茶舗(京都府・南山城村)
372 童仙房茶舗 有機茶玄米茶
有機栽培の宇治煎茶と有機玄米をブレンドしました。さわやかなお茶の香りと煎り玄米の香ばしい味を楽しんで頂けます。
120g **550円(税込594円)**
緑茶(京都府)、玄米(国内産)



ランカスター(千葉県・千葉市)
373 ジャスミン茶(ティーバッグ)
中国を代表する花茶の1つ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひたひたします。
2g×30 **389円(税込420円)** 通常税込430円
ジャスミン(中国)



ランカスター(千葉県・千葉市)
374 ピーチティー(ティーバッグ)
無農薬栽培のセイロン紅茶に、中国で桃の香りをつけています。
2g×20 **490円(税込529円)**
紅茶(スリランカ)、香料(中国)



ランカスター(千葉県・千葉市)
375 ローズティー(ティーバッグ)
薔薇の花びらを乾燥させたハーブティー。香り高くほのかな甘みがあります。ホットでもアイスでも。
2g×20 **580円(税込626円)**
ローズ(パキスタン)



黒姫和漢薬研究所(長野県・信濃町)
737 えんめい茶
新潟県及び長野県産のクマ笹の新芽“えんめい草”に、富山県産のハトムギ等をブレンド。胃腸に優しいお茶です。
5g×24 **350円(税込378円)** 通常税込389円
えんめい草(新潟県、長野県)



小川生業(徳島県・東みよし町)
734 国産ごぼう茶
国内産のごぼうを100%使用。ごぼうの風味が豊かで、ほのかな甘みのあるお茶です。
1.5g×18 **480円(税込518円)**
ごぼう(国内産)



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
725 低温焙煎 庄内の麦茶
無農薬の大麦を低温でゆっくり焙煎上げた麦茶。1袋から2Lを約5回煮出せます。同一製造ライン上で大豆と米の使用あり。
500g **475円(税込513円)**
大麦(山形県) [放]不検出<0.5<0.5



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



森乳業(埼玉県・行田市)
377 わたしとぼくのコーヒーミルク
生乳90%を使用した無香料、無着色のホームメイドタイプのコーヒーミルクです。
200ml **110円(税込119円)** 通常税込124円
生乳(国内産)



ひこばえ(大阪府・茨木市)
378 アップルキャラット
アップルキャラット
5缶
190g×5 **850円(税込918円)**
りんご(青森県)、人参(熊本県)



アップルキャラット
30缶
190g×30 **4100円(税込4428円)**



ナガノトマト(長野県・松本市)
380 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。
190g×20 **1915円(税込2068円)**
トマト(長野県)



長野県農(長野県・長野市)
381 信州りんごジュース 成分無調整
長野県産りんご「ふじ」を100%使用のストレート果汁。酸化防止剤等一切添加していません。
160g×30 **2880円(税込3110円)**
りんご(長野県)



ヒカリ食品(徳島県・上坂町)
382 レモンサイダー
国内産ビート糖(遺伝子組換えでない)を使用しています。着色料、保存料、酸味料、香料は使っていません。果汁3%
250ml **140円(税込151円)**



岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
383 龍泉洞の水 500ml×24本
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
500ml×24 **2880円(税込3110円)**
岩手県 [放]不検出<0.5<0.5



井筒ワイン(長野県・塩尻市)
384 井筒ワイン 果汁発酵生「白」
ぶどうをワインに仕込み、発酵が終わる前に塩酸にしたりんごを加えていない無添加の生ワイン。秋に収穫したぶどうの果汁を低温貯蔵して春先に仕込みました。
720ml **1571円(税込1728円)**
ぶどう(長野県)



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)
385 井筒ワイン ケルナー白(やや辛口)
桔梗ヶ原で栽培したドイツワインの代表ケルナー種を使用。ほのかなぶどうの香りと切れのある酸味が特長。
720ml **1330円(税込1463円)**
ぶどう(長野県)



末廣酒造(福島県・会津美里町)
386 マッコリ風の酒「白」
韓国において古来飲まれてきた活性にごり酒風の、発酵性日本酒。アルコール度数8~9度。要冷蔵。
720ml **950円(税込1045円)**
米(国内産)



寺田本家(千葉県・神崎町)
387 五人娘 純米吟醸生酒
冷やしてお召し上がり下さい
五人娘の無濾過、生酒。昔ながらの生もと造りでゆっくりと発酵熟成。お米の旨味とコクがある芳醇なお酒。
300ml **750円(税込825円)**
米(茨城県) [放]不検出<3.6<3.4



東亜酒造(埼玉県・羽生市)
388 蔵出しまるやかゆず酒
1L **640円(税込704円)**
柚子(国内産)

今週のらくうまごはん♪

玉ねぎ+豚こま生姜焼き用で
「柔らかジューシー、
しっかり味でご飯が進む」

約2~3人前
調理時間 約10分

- ◆作り方
- 1 玉ねぎをスライス(またはくし形に切る)
 - 2 油をひいて熱したフライパンで本品を炒める
 - 3 豚肉に火が通ったら、①を加えてたまねぎがしんなりしたら出来上がり



※調理例

中津ミート(神奈川県・愛川町)

389 中津豚こま生姜焼き用(味付)

冷蔵 賞5日 鶏米大中小

200g **397円**(税込**429円**) 通常税込**440円**

豚肉(神奈川県)



自社牧場の豚のこま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。共に、野菜を加えて炒めても。

ピーマン+玉ねぎ+大きな豆腐団子で
「ふんわり食感、
黒酢の酸味がいい」

約2~3人前
調理時間 約20分

- ◆作り方
- 1 お好みの野菜を準備します
 - 2 レンジで本品を加熱します(500Wで7分から7分半)
※湯煎なら約16分
 - 3 ①の野菜を炒めて火が通ったら、②を加えて出来上がり



※調理例

8個入

ニッコー(神奈川県・大和市)

390 大きな豆腐肉団子(黒酢あん)

凍卵米大中小

8個340g(固形量208g) **454円**(税込**490円**) 通常税込**515円**

野菜・豆腐・鶏肉(国内産)



団子の豆腐は国産大豆・天然にがり使用、タレは玄米原料の黒酢を使用。湯煎かレンジで温めて。

今週のイチオシ!

青梅ならではの爽やかな風味
あと味すっきりで初夏にぴったり!

梅の実をまるごと入れ、たっぷりの果汁で仕上げた青梅ゼリー。ひと口食べれば、甘酸っぱく爽やかな梅の香りが口いっぱい広がります!



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

391 青梅ゼリー(梅実入り)

梅果汁の中に梅の甘露煮を丸ごと入れ、寒天、こんにゃく粉で寄せました。

冷蔵 80g×2 **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**

梅(奈良県、和歌山県、三重県)



日配担当 横関より

そのまま冷やして食べるのも良いですが、一度凍らせて半解凍でシャーベット代わりに食べるのが私のお気に入りです♪

減農薬の国産レモンのB級品使用
ドリンクや料理のつけ合わせに

新鮮なうちに薄切り(8等分)にカット、急速凍結のため解凍後のドリップが少なく、レモン本来の味・香りが味わえる一品となりました。低温に強くビタミンCが失われることはありません。

※B級品使用のため、大きさにバラつきや果皮に傷(黒点やキズを除去する為)があることも。
※解凍する場合の目安:500Wレンジ1分後に5分置いて、常温解凍は30分、冷蔵庫は4時間

◆残った皮はピールやお菓子などに

皮まで安心して使えるよう農薬を減らし栽培。農薬は栽培の工程で虫除けや病気予防に使用されていますが、塩もみなどでしっかりと表面を洗うと落ちるものとなります。

※レモンの皮に多く含まれているのが、ヘスペリジンなどのポリフェノール。ヘスペリジンには、血液サラサラ作用や生活習慣病の予防効果などがあると言われています。



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

392 産直カットレモン

凍 150g **217円**(税込**234円**) 通常税込**244円**

レモン(国内産)

フライパン一つでラクラク!
オリーブオイル漬けなので
焦げにくい!

北海道沖で漁獲した秋鮭の切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。夕食にもぴったりです。



千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

393 サーモンバジルオリーブ

凍 賞180日 4切 **470円**(税込**508円**) 通常税込**527円**

秋鮭(北海道)

原材料:秋鮭(北海道)、オリーブオイル、食塩、にんにく、こしょう、バジル

お米 ・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。
・土づくりを心掛けた生産者さんたちが作っています。

4月1回からお米・雑穀が「6ケタ番号」となりました。注文書の6ケタ欄に記載をお願いします。

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ごみご要望の際は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北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)。

お得な2袋組(白米5kg)は**16ページ**

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

502001	白米	5kg	2350円	(税込)2538円
502003	白米	2kg	945円	(税込)1021円
502002	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年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)

502011	白米	5kg	3500円	(税込)3780円
502012	玄米	5kg	3200円	(税込)3456円
502013	7分	5kg	3500円	(税込)3780円
502014	5分	5kg	3500円	(税込)3780円

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015	白米	5kg	3500円	(税込)3780円
502016	白米	2kg	1400円	(税込)1512円
502017	玄米	5kg	3200円	(税込)3456円
502018	7分	5kg	3500円	(税込)3780円
502019	5分	5kg	3500円	(税込)3780円

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

やさとのお米(コシヒカリ)

502031	白米	5kg	2314円	(税込)2499円
502032	玄米	5kg	2165円	(税込)2338円

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

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

502041	つや姫(白米)	2kg	1630円	(税込)1760円
502042	つや姫(玄米)	2kg	1565円	(税込)1690円
502043	つや姫(胚芽精米)	2kg	1690円	(税込)1825円
502044	ひとめぼれ(白米)	5kg	2750円	(税込)2970円

おきたま興農舎(山形県・高島町)

雑穀 雑穀を食べよう



雑穀ミートソース

アマランサス・そば・キビ・はとむぎ・大麦・キノワの6種をブレンド。ミネラル、食物繊維の補給に。



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

502075 雑穀ブレンド

400g **711円**(税込**768円**)

希少な国内産ハトムギです。お米と一緒に炊く場合、ハトムギを一晩水に漬けてから炊いて下さい。



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

502076 国内産ハトムギ

150g **540円**(税込**583円**) 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)。

入梅前に **パワーチャージ**



季節の変わり目、しっかり食べて体調を整えよう

粒食のお米でパワーチャージ



JAやさと (茨城県・石岡市)
394 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付) 2個組
 茨城県で採れた小粒大豆をわかせた風味のよい納豆です。
 冷蔵7日 米 大 小
 (35g×3)×2 **268円(税290円)** 通常税込320円
 大豆 (茨城県) [放] 不検出 <4.0 <3.9



JA常総ひかり・東町特産米組合 (茨城県・常総市)
398 めぐみちゃんコシヒカリ (白米5kg×2)
 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んでいます。初期除草剤1回のみ使用。
 米 5kg×2 **4600円(税4968円)** 通常税込5076円
 茨城県

やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)
395 白菜キムチ「頂」
 白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬けたキムチです。カット済なのですぐに召し上がれます。
 冷蔵14日 米 大 小
 300g **485円(税524円)** 通常税込538円
 白菜 (国内産)

浜食 (東京都・調布市)
396 洗いもずく 2個組
 沖縄・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きが必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。
 冷蔵10日 米
 200g×2 **460円(税496円)** 通常税込518円
 もずく (沖縄県)

ツアス (千葉県・船橋市)
397 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粘りがわり食べやすい。お好みのたれで。
 冷蔵
 40g×3 **315円(税340円)** 通常税込356円
 あかもく (国内産)、めかぶ (三陸)

シーズン初
 国内産の豚肉・野菜を使い、ピリ辛に仕上げました。食欲が落ちる夏場にぴったりです。
かじかわ農場 (新潟県・新発田市)
399 炊き込みご飯の素 ピリ辛豚ごぼう
 2合用
 冷蔵90日 米 大 小
 180g(2合用) **385円(税416円)** 通常税込430円
 豚肉 (国内産)

ごはんのにおいで
 遺伝子組換えのない飼料で育てた鶏肉を、醤油、味の母、砂糖で味付け。お弁当やチャーハンに。
たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)
400 地鶏そばろ
 100g **255円(税275円)**
 鶏肉 (徳島県)

たたいた梅を 照り焼きのたれに混ぜて
 鶏肉の梅照り焼き
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。
田仲さん達 (茨城県・桜川市)
401 つくば茜鶏 ムネ
 冷蔵180日 300g **360円(税389円)** 通常税込400円
 茨城県

梅酒効果でお肉柔らか
 味わい深い仕上がりに
豚肉の梅酒煮
 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。
JA全農いばらき (茨城県)ミートバル村山
402 ローズポーク バラブロック
 冷蔵6日 300g **570円(税616円)** 通常税込626円
 茨城県

サラダやまぐろ丼に
まぐろとアボカドの温玉丼
 皮むき、種取りしたアボカドをダイスカット。解凍するだけで使用できます。凍ったまま室温で解凍して。
日本生活協同組合連合会
404 COアボカド(ダイスカット)150g
 凍 150g **282円(税305円)** 通常税込321円
 アボカド (ペルー)

マストミ (徳島県・徳島市)
403 めばちまぐろ切り落としライス
 太平洋上で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して丼などで美味しく召し上がれます。
 凍 15日 100g **465円(税502円)** 通常税込518円
 めばちまぐろ (太平洋)

JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)
405 やさとの半熟たまご(温玉)
 4個(タレ無) **185円(税200円)** 通常税込211円
 卵 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

おいしい豆腐、召し上がれ!
丸和食品特集
久々登場!
 寄せ豆腐の中に練りごまを加え、栄養価と風味をアップ。しつこくない後味のよい甘みです。
丸和食品 (東京都・練馬区)
406 ごま入り寄せ豆腐
 冷蔵届いて4日 大 200g **173円(税187円)** 通常税込194円
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.3

梅しょうゆで冷奴に
丸和食品 (東京都・練馬区)
407 絹とうふ(充填豆腐)2袋セット
 青森県、秋田県産大豆使用。消化剤を使わず、にがりで固めた日持ちする豆腐。
 冷蔵30日 大 (300g×3)×2 **748円(税808円)** 通常税込853円
 大豆 (青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

シーズン初
丸和食品 (東京都・練馬区)
410 枝豆がんと
 枝豆を加えた一口サイズのがんもどき。さつとあぶって生姜醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。
 冷蔵届いて5日 大 6個 **255円(税275円)** 通常税込297円
 枝豆 (北海道) [放] 不検出 <1.0 <1.0

みそ汁やうどんの具としても
丸和食品 (東京都・練馬区)
408 きざみ揚げ(冷凍) 2袋
 国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。
 凍 大 100g×2 **398円(税430円)** 通常税込449円
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

具だくさんのがんもを油揚げで包みました。肉厚な油揚げが煮汁をよく含むので、煮物に最適。
丸和食品 (東京都・練馬区)
411 きつねがんも
 4個 **215円(税232円)** 通常税込248円
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3

お得2個組
 肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりきかせて家庭煮の味付けに。湯せんで温めると口が開けやすいです。
丸和食品 (東京都・練馬区)
409 味付いなり揚げ 2個組
 冷蔵90日 米 大 小
 10枚×2 **750円(税810円)** 通常税込853円
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

丸和食品 (東京都・練馬区)
412 丸和の元気セット
 定番商品の有機国産大豆寄せ豆腐100g×2、一口京がんと10g×10、油揚げ2枚のお得なセット。
 冷蔵届いて4~6日 大
 3種 **490円(税529円)** 通常税込583円
 大豆 (国内産)

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記**
 - 4週に1回お届け 4週に3回お届け
 - 隔週お届け 毎週お届け
 - シーズン最終 季節商品につき今回で最終
 - シーズン初 今季初登場
 - 新 新発売の商品
 - 特 特別価格商品
- お届け時の温度帯**
 - 凍 冷凍品
 - 冷 冷蔵品
 - 表記のないものについては常温でのお届けです。
 - 農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。
- アレルギー表示**
 - 卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに
 - 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
 - ※コンタミネーションとは同じ工場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**
 - 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すめます。