

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・うちごはん!
～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7月1回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	22	23	24	25	26
定番品 のお届け	29	30	7/1	2	3
特別企画品 のお届け	6	7	8	9	10



夏はプレートパーティー

お家でわいわい楽しみたい食材を
バラエティ豊かに揃えました。
焼肉以外のプレートメニューも
一緒にどうぞ♪



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

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

11 ローズポーク徳用焼肉セット

冷蔵6日 200g×3種 **1150円(税込1242円)** 通常税込1296円
茨城県



稲葉さん達(茨城県・結城市)

15 玉ねぎ

サラダ、炒め物、煮物と何にでも使える便利な野菜。減農薬栽培。

1kg **298円(税込322円)** 通常税込335円
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1



12 特大 鹿児島坊津黒牛カルビ焼肉用

福永産業(福岡県・遠賀町)

凍蔵30日 500g **2750円(税込2970円)** 通常税込3218円
鹿児島県



木村農園(茨城県・つくば市)

16 木村さんのピーマン(増量)

肉厚で軟らかく味のよいピーマンです。いつもより50g増量でお買い得。減農薬栽培。

200g **154円(税込166円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.4



13 つくば茜鶏 モモ

田中さん達(茨城県・桜川市)

凍蔵180日 300g **480円(税込518円)** 通常税込529円
茨城県



14 神戸満る里の牛生ハンバーグ

大進食品(神奈川県・横浜市)

凍蔵180日 卵乳大 130g×4個 **898円(税込970円)** 通常税込998円
牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)



17 国産やわらかいかステーキカット

タイセイフーズ(青森県・むつ市)

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



18 徳用北京餃子 1パック

ニコ(神奈川県・大和市)

凍蔵 18g×15 **400円(税込432円)** 通常税込432円
豚肉(国内産)

シーフードミックスで手軽に「海鮮塩焼きそば」



20 内麦焼きそば(ソース無)増量

共生食品(神奈川県・相模原市)

冷蔵6日 卵小 150g×3+1食 **197円(税込213円)**

ピリ辛味で食欲増進「キムチチャーハン」



23 めくみちゃんコシヒカリ(白米5kg×2)

JA常総ひかり・東町特栽培米組合(茨城県・常総市)

冷蔵 5kg×2 **4600円(税込4968円)** 通常税込5076円
茨城県

変わり種食材「肉まん」



26 飛鳥の手作りミニ肉まん 2パック

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

凍蔵 5個250g×2袋 **806円(税込870円)** 通常税込902円
小麦(国内産)



21 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)

凍蔵 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)



22 鎌倉あらびきウインナー(増量)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

冷蔵 400g **798円(税込862円)** 通常税込900円
豚肉(国内産)



24 村山さんのチャーシュー

ミートバル村山(茨城県・土浦市)

冷蔵 7日 米大 200g **480円(税込518円)**
豚肉(茨城県)



25 白菜キムチ「頂」

やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)

冷蔵 14日 米大 300g **485円(税込524円)** 通常税込538円
白菜(国内産)



27 無茶々園のジューシーフルーツ

無茶々園(愛媛県・西予市)

凍蔵 3kg **1498円(税込1618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

ご不明な点がございましたら上記、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	

初夏の果実が続々登場！ わずかな旬をお見逃しなく

赤い宝石 さくらんぼ

元は「桜桃」と呼び、桜の実を指します。一年の中でも収穫はほんの一時で「赤い宝石」として親しまれています。ぜひ旬をお楽しみください。



あなたはどちらが好き？



ボーマン研究会(山形県・南陽市)

28 さくらんぼ(佐藤錦)

最も人気の高い品種で、きめ細かい身質と高い糖度をもっています。減農薬栽培。

約200g **1185円**(税込**1280円**)
山形県 [放] 不検出 <3.3 <2.7



ボーマン研究会(山形県・南陽市)

29 さくらんぼ(ナポレオン)

さくらんぼの親にあたる品種。大振りややかたく、甘さと酸味のバランスが良いです。減農薬栽培。

約200g **646円**(税込**698円**)
山形県

シーズン初

とろける食感 メロン

メロンは7月~8月中旬までのわずかな期間に収穫されます。メロンに含まれるカリウムやβカロテンの量は果物の中でも特に高く、栄養価が高い果物でもあります。



青肉メロン
(品種:アンデス)
果肉は緑色でややかたく、さっぱりとした爽やかな甘みが特徴です。

甘さ★★★★
食感 やや硬め

30 アンデスメロン(庄内メロン)

砂地の庄内メロンは糖度があり食味も良好。アクの少ない美味しいメロンです。減農薬栽培。

1玉 **755円**(税込**815円**)
山形県 [放] 不検出 <3.5 <3.3

赤肉メロン
(品種:クインシー)
なめらかな口当たりと深みのある甘さが特徴です。

31 夕映メロン

赤肉系のネットメロン。有機活性ケイ素資材等、肥料を工夫し、アクもなく、安定した食味を保っています。減農薬栽培。

1玉 **1010円**(税込**1091円**)
山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.2

夏にしか食べられない、希少な柑橘

パレンシアオレンジ



スマイルカットでどうぞ♪



木下さん達(愛媛県・宇和島市)

32 パレンシアオレンジ

果汁豊富、香りが良く、甘みと酸味のバランスのとれたオレンジです。減農薬栽培。

果汁豊富、香りが良く、甘みと酸味のバランスのとれたオレンジです。減農薬栽培。

700g **554円**(税込**598円**)
愛媛県

芳醇な香りと甘みに富んだ、夏に出現するパレンシアオレンジ。国産のパレンシアオレンジは全国でも珍しく、味や香りに深みがあるのが特徴です。

組合員さんからのクチコミ

この時期サッパリした柑橘は嬉しいですね。実がしまっているのでも食べ応えがあります。(松戸市:Kさん)

農産 産地だより

木村農園 (茨城県つくば市)

すいかを食べよう!

最近「冷蔵庫に入らないから…」「食べ切れないから…」と買い控えられる大玉すいかですが、やはり夏と言えばすいかですよね!暑い夏にすいかを食べると、ほてった身体を冷ましてくれます。さらに利尿作用も高く、身体もすっきりさせてくれます。冷たいもので身体を冷やすのもいいのですが、そればかりでは胃が弱ってしまいます。自然の果物の力を借りて暑い夏をのりきりしましょう。



木村さんの畑には200玉以上の大きなすいかがあります。たくさん召し上がってください。

「すいかの冷やし方・保管方法」

冷蔵庫で冷やす他に、桶に氷水をはり、その中にすいかを浮かべて上からタオルをかけ、タオルの端を水の中へ漬ける事で、タオルから水が蒸散する時の力を使って冷やすという方法もあります。保管方法ですが、一度に食べ切れなかったすいかは、皮をむいてカットし、保存容器に入れて冷蔵庫に入れてと意外と取ります。皮の白い部分を糠漬けにしても美味しいですよ。

33 木村さんの大玉すいか

1玉4.5~5kg **1650円**(税込**1782円**)
茨城県 [放] 不検出 <0.7 <0.8



シーズン初

すっきりした甘さ、爽やかな香りで毎年好評の木村さんのすいか。減農薬栽培。



34 キウイフルーツ(グリーン)

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。

3個入り **370円**(税込**400円**)
ニュージーランド

もっちりした食感と甘味が◎



35 ペルーバナナ

約450~600g **310円**(税込**335円**)
ペルー(トゥンベス地域)

南国西表島からお届けします!



36 2S サイズ

約800g~1kg **720円**(税込**778円**)

37 4S サイズ

約500g~600g **520円**(税込**562円**)
沖縄県

この香りで夏を実感。季節を感じる事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。

41 みょうが

50g **200円**(税込**216円**)
高知県



42 木村さんの赤しそ(桜付)

手作り応援商品です。しそジュース作りにもどうぞ。農薬無散布。

300g **170円**(税込**184円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.4



43 新しょうが

みずみずしく軟らかく、程よい辛味があります。手作りの甘酢漬け等に。減農薬栽培。

300g **690円**(税込**745円**)
高知県、和歌山県

種類、お刺身、お肉にも♪



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



40 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかっていて見た目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。

約100g **220円**(税込**238円**)
熊本県



44 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



45 もやし

筑波山産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



46 おかひじき

ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布。

100g **198円**(税込**214円**)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0



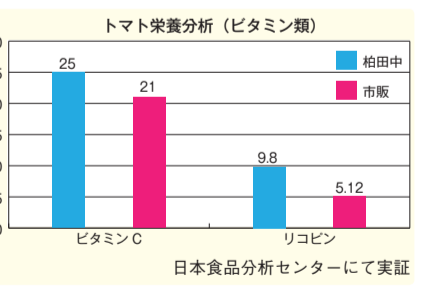
47 中村さんのペーリーフ

約20種類の品種を使って作ったペーリーフです。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

暑い夏には栄養たっぷり&水分補給 柏田中の完熟トマトはシーズン終盤!

いよいよ本格的な夏が始まります。常総生協のトマトは市場流通のトマトとは違い、直前まで熟したものをお届けします。それにより栄養価も高く、味わいも良いです。



鮮度と歯ごたえが良いです



49 ミニトマト

土の中の栄養バランスを大切に土作り。活性液等も使い作物が健康に育つように心掛けています。減農薬栽培。

150g **220円**(税込**238円**)
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.6

パリッとした食感です



50 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)

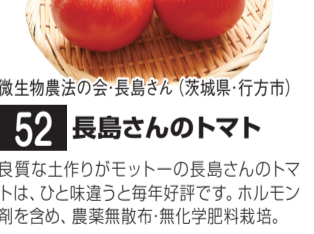


51 大木さんの中玉トマト

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

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)



52 長島さんのトマト

良質な土作りがモットーの長島さんのトマトは、ひと味違うと毎年好評です。ホルモン剤を含め、農薬無散布・無化学肥料栽培。

500g **361円**(税込**390円**)
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5



48 柏田中の完熟トマト

1kg **698円**(税込**754円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.9 <3.2



シーズン終盤 お見逃しなく!

通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい。時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。



53 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 長島さんのきゅうり

500g(4~6本) **276円**(税込**298円**)
茨城県



56 アボカド

1玉 **320円**(税込**346円**)
メキシコ

特
無農薬
品種は黒さんご。イボが多く曲がりもありますが、みずみずしく甘い果肉が特長。農薬無散布。土れ味農園(茨城県・石岡市)

From 土れ味農園
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。

57 天池さんのきゅうり(黒さんご) 3本 **184円**(税込**199円**)
茨城県

58 天池さんのフローレンスフェネル 1~2株 **280円**(税込**302円**)
茨城県

無農薬
土れ味農園(茨城県・石岡市)

無農薬
黄色のズッキーニが混ざることがあります
土れ味農園・天池さん(茨城県・石岡市)

無農薬
土れ味農園(茨城県・石岡市)

59 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

60 天池さんのズッキーニ 2本 **270円**(税込**292円**)
茨城県

61 天池さんのコリンキー 1個 **298円**(税込**322円**)
茨城県

From 田中農園
畑の状況で内容は毎回変わります

無農薬
田中農園(茨城県・石岡市)
62 田中農園の野菜セット 4品目 **720円**(税込**778円**)
茨城県

畑 地場の有機野菜セット
新規契約者募集中です!
1回のお試しからでもOK!!

無農薬野菜セット			
①	清水さんの野菜セット 7~9品目	1270円 (税込 1372円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し
①	清水さんの野菜セット 5~6品目	910円 (税込 983円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し
①	清水さんの野菜セット 3~4品目	635円 (税込 686円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し
①	宇治田さんの野菜セット 6~8品目	1838円 (税込 1985円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し
①	天池さんの野菜セット 5品目	940円 (税込 1015円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し
①	天池さんの野菜セット 7品目	1300円 (税込 1404円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し
①	微生物農法の会野菜セット 5~6品目	1250円 (税込 1350円)	お試し
②	毎週 隔週 4週に1度		お試し

①ご希望の野菜セット、②配達週・毎週隔週4週に1度・お試しを〇をつけて、注文書と一緒に提出ください。

組合員番号
お名前
お届け開始回 月 回~

プレートパーティは旬の野菜を使って!
薄皮で甘いとうもろこしです。7月中旬までは千葉県産、それ以降は群馬県産をお届けの予定です。減農薬栽培。

63 とうもろこし 1本 **190円**(税込**205円**)
千葉県、群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

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)
67 チンゲン菜 2~3株 **142円**(税込**153円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

無農薬
あゆみの会・川嶋さん達(茨城県・茨城町)
68 小松菜(少量サイズ) 1束(約150g) **150円**(税込**162円**)
茨城県

無農薬
原さん達(群馬県・東吾妻町)
69 小松菜 1束(250g) **221円**(税込**239円**)
群馬県

木村農園(茨城県・つくば市)
64 木村さんのなす 3本 **162円**(税込**175円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2

浅野さん(茨城県・常総市)
65 浅野さんの人参 500g **174円**(税込**188円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.5

田口さん(長崎県・南島原市)
66 かぼちゃ(カット) 500g前後 **430円**(税込**464円**)
長崎県

木村農園(茨城県・つくば市)
70 木村さんのモロヘイヤ 100g **152円**(税込**164円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8

木村農園(茨城県・つくば市)
71 木村さんのいんげん 100g **156円**(税込**168円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

無農薬
上野さん達(栃木県・上三川町)
72 ニラ 1束(約100g) **115円**(税込**124円**)
栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9

炒め物にどうぞ!
無農薬
上野さん達(栃木県・上三川町)
73 長ねぎ 500g **220円**(税込**238円**)
栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7

米内口さん達(青森県)
74 ブロッコリー 1個 **310円**(税込**335円**)
青森県 [放] 不検出 <3.4 <3.5

※できるだけ葉付きでお届けします
川島さん達(群馬県・長野原町)
75 大根 1本 **192円**(税込**207円**)
群馬県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

切ってサラダに、すってとろろにも◎
上村さん達(青森県・八戸市)
76 長芋 200g **220円**(税込**238円**)
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

浅野さん(茨城県・常総市)
77 浅野さんの人参 1kg **311円**(税込**336円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.8

無農薬
浅野さん(茨城県・常総市)
78 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

シーズン初
1kgは1ページ
稲葉さん達(茨城県・結城市)
80 玉ねぎ 3kg **888円**(税込**959円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1

きのこを食べてよう
食物繊維たっぷり!
山田さん(茨城県・つくば市)
81 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

あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)
85 エリンギ 100g **261円**(税込**282円**)
三重県

日持ちがよく、シャキッとしたしっかり食感
丸金(長野県・長野市)
82 えのき茸 200g **208円**(税込**225円**)
長野県

白えのきにはない、コクのある味が特徴
安田さん(福島県・郡山市)
83 ブラウンえのき茸 200g **218円**(税込**235円**)
福島県

独自の栄養素をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。
安田さん(福島県・郡山市)
84 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

村上さん(栃木県・高根沢町)
86 生きくらげ 100g **250円**(税込**270円**)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2

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

88 B品 200g **225円**(税込**243円**)
茨城県

岩手県 宮古港より **鮮魚セット シーズン最終です!** 次回は9月の登場予定です

代表の鳥飼向さん(右)と息子の友一さん(左)

鮮魚 特

丸友しまか(岩手県・宮古市)

91 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。

冷蔵 賞4日

2切120g **418円(税込451円)** 通常税込475円

真だら(岩手県)

きざんで混ぜて! お好み焼き!

三陸沖で漁獲した新鮮なツノナシオキアミをボイル後、遠赤外線乾燥してふっくらと干しあげました。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

92 素干し桜小アミ

凍 賞180日 元

50g **198円(税込214円)**

ツノナシオキアミ(三陸沖)

鮮魚 特

※天候不良で水揚げがない時は欠品になります。

※セット例

宮古港に水揚げされる旬の鮮魚を水揚げ当日に料理しやすいように下処理します。脱気包装して冷蔵でお届け。

丸友しまか(岩手県・宮古市)

90 宮古の鮮魚セット(下処理済)

冷蔵 賞2日 2~3種 **1138円(税込1229円)** 通常税込1294円

季節の鮮魚(岩手県)

鮮魚 特

丸友しまか(岩手県・宮古市)

89 ミスダコポイル(刺身用)

岩手県宮古に水揚げされたミスダコを食塩のみでポイルし凍結せず冷蔵でお届け。旨味がしっかりあります。

冷蔵 賞4日

150g **498円(税込538円)** 通常税込562円

ミスダコ(岩手県沖)

鮮魚 特

共和水産(岩手県・宮古市)

93 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 賞30日

3~6枚 230g **398円(税込430円)** 通常税込443円

するめいか(岩手県、青森県) [放]不検出<3.8<3.9

鮮魚 特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

94 天然むきエビ(特大)

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

凍 賞180日 元

160g **548円(税込592円)**

えび(マレーシア)

鮮魚 特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

95 たらこ(切れ子)増量

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。

凍 賞30日

55g+15g **368円(税込397円)**

すけそうだらの卵(ロシア)

冷凍のまま加熱してください

価格はそのまま **20g増量**

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

96 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。手作業で選別し若干の熱処理後、凍結しました。

凍 賞30日

200g+20g **386円(税込417円)**

あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

鮮魚 特

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

97 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)

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 賞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

鮮魚 特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

99 子持ちからふとししゃも

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

凍 賞180日

7~12尾150g **320円(税込346円)**

からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

鮮魚 特

下園薩男商店(鹿児島県・川内市)

100 大羽いわし丸干し

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。

凍 賞180日

2尾200g **330円(税込356円)**

真いわし(青森県、岩手県)

鮮魚 特

中村海産(富山県・氷見市)

101 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晩漬込みました。

凍 賞180日 元

80g **330円(税込356円)**

まいわし(富山県)

鮮魚 特

乙浜シーフーズ(千葉県・南房総市)

102 北海道産真ほっけ開き

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 賞180日 2枚400g **480円(税込518円)** 通常税込538円

真ほっけ(北海道)

鮮魚 特

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

103 ふっくらやわらか あじ開き

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 賞30日

2枚150g **350円(税込378円)**

真あじ(国内産)

鮮魚 特

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

104 赤魚切身一夜干し

アメリカ産(主にアラスカ沖ペーリング海漁獲)の大型の赤魚を切身にし、食塩のみで仕上げました。

凍 賞30日

2枚(約300g) **498円(税込538円)**

赤魚(アメリカ)

鮮魚 特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

105 北海道産 ソフト身欠きにしん

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、大根おろしを添えても。

凍 賞180日

4~6枚200g **390円(税込421円)**

にしん(北海道)

鮮魚 特

東北トクスイ(東京都・中央区)

106 銀だら黒糖みりん漬け

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 賞180日 元

2切120g **398円(税込430円)** 通常税込454円

銀だら(アメリカ)

鮮魚 特

千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

107 真だらバジルオリーブ

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 賞180日 4切240g **498円(税込538円)**

真だら(北海道)

鮮魚 特

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

108 金華さば醤油漬け

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 賞180日 元

3切(180g) **398円(税込430円)**

さば(宮城県)

北海道のお魚屋さんの漬魚

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。

札幌中一(北海道・札幌市)

109 秋鮭の粕漬

凍 賞90日 元

4切200g **490円(税込529円)**

秋鮭(北海道)

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。

札幌中一(北海道・札幌市)

110 鱈の西京漬

凍 賞90日 元

4切200g **480円(税込518円)**

たら(北海道)

焼いた魚にクルッとひと回して「カンタン照り焼き!」

料理の名人(万能調味タレ)

お魚以外にも!
・豚肉生焼き
・野菜炒めの味付け
・佃煮づくり など

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

原材料: 国産大豆 醤油、国産粗糖、発酵調味料(味の母)、三河みりん

冷蔵 賞60日 元

250cc **498円(税込538円)** 通常税込562円

鮮魚 特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

114 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。

凍 賞180日

2切140g **380円(税込410円)**

紅鮭(ロシア)

鮮魚 特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

115 ロシア産紅鮭切身(甘塩)

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 賞180日

3切165g **498円(税込538円)**

紅鮭(ロシア)

鮮魚 特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

116 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 賞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

鮮魚 特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

117 真いわし三枚おろし

千葉県沖で漁獲される真いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結。アレンジ自在の経済的な素材です。

凍 賞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

「料理の名人」でさらにおいしく!

112 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美味しいいただけます。

凍 賞30日

約80g×3 **646円(税込698円)**

ぶり(九州近海)

113 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 賞30日

300g **370円(税込400円)**

めばちまぐろ(太平洋)

鮮魚 特

札幌中一(北海道・札幌市)

118 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 賞90日

5尾 **598円(税込646円)** 通常税込670円

さんま(北海道)

鮮魚 特

札幌中一(北海道・札幌市)

119 北海道産にしん(2尾)

12月下旬~1月の一番味が乗った時期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 賞180日

2尾(360g) **480円(税込518円)**

にしん(北海道)

鮮魚 特

カネキ水産(愛知県・蒲郡市)

120 シーフードミックス

いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具などに。

凍 賞180日 元

210g **430円(税込464円)**

いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(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。



特 バジルと鮭のいいコンビ!
前回好評

千倉水産加工販売(宮城県・女川市)
121 サーモンバジルオリーブ
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。
凍 180日
4切 240g **470円**(税込) **508円**(通常税込) **527円**
秋鮭(北海道)



特 やわらかです!
前回好評

共和水産(岩手県・宮古市)
122 フライパンで出来る! 三陸いか一夜干カット
三陸北部沖で漁獲した新鮮なするめいかに一夜干しにし、食べやすいようにカット。フライパンで焼いて。
凍
180g **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**
するめいか(三陸北部沖)



特 梅肉風味がさわやか!
前回好評

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
123 さんま梅サンド
腹骨を除いたさんまに梅肉ペーストをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。
凍 180日 小
6~8個 140g **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**
さんま(国内産)



特 炊飯器でラクラク! 3~4人前です

千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)
124 パエリアセット(魚介類とスープのセット)
パエリア用スープと、するめいかリング、バーナ貝、ブラックタイガー、ポイル帆立、あけ貝むき身のセット。
凍 180日 大
5種 400g **955円**(税込) **1031円**(通常税込) **1058円**
するめいか(三陸)、バーナ貝(ニュージーランド)、ブラックタイガー(インドネシア)

今週のおすすめ
無茶々園の前浜、宇和海のちりめん!
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。
今回はちょっと訳ありです!
通常のちりめんはかたくちいわしの稚魚ですが、今回のちりめんは黄色っぽいうめいわしの稚魚が混ざっています。しかし、このうめいわしの稚魚、軟らかで味の濃いお魚です。ぜひお試しください!
限定400パック
特
無茶々園(愛媛県・西予市)
125 無茶々園のちりめん(わけあり)
凍 30日
80g **480円**(税込) **518円**(通常税込) **540円**
いわしの稚魚(愛媛県)

特 マストミ(徳島県・徳島市)
126 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)
凍 30日 大 小
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)

流水解凍で海鮮の丼
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。
大型でもっちりとした良質の鰹に、鰹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。
マストミ(徳島県・徳島市) 2食入
127 かつお味噌漬丼
凍 20日 大 小
80g×2 **498円**(税込) **538円**
かつお(太平洋)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
131 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)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
132 あぶり焼しめさば
三枚におろして骨を取り、一晚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 大 小
2枚180g **498円**(税込) **538円**
さば(国内産)

三河屋(愛知県・岡崎市)
133 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)

マストミ(徳島県・徳島市) 4食入
128 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)

マストミ(徳島県・徳島市)
129 めばちまぐろ切り落としスライス
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 **480円**(税込) **518円**
めばちまぐろ(太平洋)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
130 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)

フライパンでOK! 夕食のあと1品にも!
つかさ食品(千葉県・南房総市) 6~7個
134 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 大 小
6~7個160g **410円**(税込) **443円**
さんま(北海道)

千倉水産加工販売(千葉県・南房総市) 6個入
135 フライパンでできる 鮭とチーズのカリカリ包
北海道産の秋鮭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 大 小
150g(6個) **398円**(税込) **430円**
秋鮭(北海道)

大新(鳥取県・境港市) 10個入
136 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)を混ぜたつくねです。仕上げに添付たれをからめて。※タレに加工でんぷんを使用。
凍 180日 大 小
330g(つくね10個 多し40g×2) **438円**(税込) **473円**
あじ(国内産)

魚のフライ部門 人気1位
千倉水産加工販売(千葉県・南房総市) 5~6枚
137 生から作ったいわしフライ
鮮魚のいわしを使用しているので、身がやわらかく、ふっくらとしており、臭みもありません。揚げて下さい。
凍 大 小
5~6枚 280g **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**
真いわし(国内産)

湯煎で出来立ての味
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
138 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 大 小
約100g **418円**(税込) **451円**
ほたて貝柱(北海道)

松岡水産(千葉県・銚子市)
139 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 大 小
180g(固形量120g)×2 **450円**(税込) **486円**
さば(ノルウェー)

佐井村漁協(青森県・佐井村)
140 津軽海峡 鮭フレーク
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
凍 90日
100g **520円**(税込) **562円**
秋鮭(青森県) [放]不検出<4.0<4.4

「常総醤油」使用の完全オリジナル!
センジツ食品(宮城県・名取市)
141 「ねぼうま」(松前漬)
全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。
凍 大 小
100g **415円**(税込) **448円**(通常税込) **473円**
するめいか(北海道)

大黒炭水(静岡県・焼津市)
142 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 大 小
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)

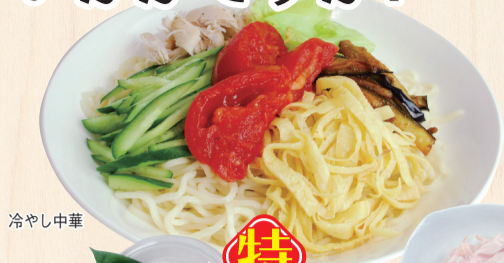
お酢の効果で柔らかく漬けて焼くだけのお手軽メニュー
●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
13 西鶏モモ 534 ケチャップ 539 ウスターソース

簡単! BBQチキン
◆材料(2~3人分)
鶏モモ肉 300g
ケチャップ 大3
砂糖 大1
醤油 大1
A ウスターソース 小1/2
酢 小1/2
おろしにんにく 1かけ
◆作り方
① 鶏肉は皮にフォークで穴をあけ、食べやすい大きさに切る。
② 鶏肉とAをビニール袋に入れよく揉みこみ、冷蔵庫で30分以上漬ける。
③ トースターやグリル、ホットプレートでこんがり焼いて出来上がり。
切り取ってご活用ください

飯尾醸造 飯尾醸造おすすめレシピ
「ピクル酢」でびっくりするほど美味しい
フィリピンの煮込み料理をお家でどうぞ
●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
78 じゃがいも 168 西鶏手羽元 308 富士ピクル酢

鶏肉のアドボ
◆材料(4人分)
鶏手羽元 8本
じゃがいも 3個
玉ねぎ 1個
にんにく 1片
ローリエ 1枚
こしょう 適宜
サラダ油 大1
ピクル酢 100ml
A 醤油 50ml
◆作り方
① 鶏肉をAに漬け、冷蔵庫で半日以上おく。
② じゃがいもは半月切り、玉ねぎはくし形切りにする。
③ フライパンにサラダ油を熱し、①から取り出し火を止めた肉を弱火で炒めて焼き色をつける。
④ 鍋に③の漬けだれ、鶏肉、じゃがいも、にんにく、ローリエを入れ蓋をしてコトコト煮る。
⑤ じゃがいもに火が通ったら、玉ねぎを加えてひと煮立ちして火から下す。お好みでこしょうをかけてどうぞ。
切り取ってご活用ください

蒸し鶏で さっぱり サラダや冷やし中華は いかがですか?



冷やし中華



パンバンジー サラダ

143 つくば茜鶏 ムネ
あっさり味で消化も良く、経済的なムネ。蒸しどり、唐揚げ、煮物に。
凍 賞180日
300g **360円** (税込 **389円**) 通常税込 **400円**
茨城県

144 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン
つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。
凍 賞180日 乳
160g **345円** (税込 **373円**) 通常税込 **378円**
鶏肉 (茨城県)

145 昆布ドレッシング
鶏肉との相性バッチリ! 北海道の真昆布を使用した海藻専門店がつくったドレッシングです。
賞180日 卵 大 小
200ml **445円** (税込 **481円**)
真昆布 (北海道)

豚肉

- 中津ミート：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ローズポーク：茨城県の銘柄豚です。飼育期間は約6か月。

147 ローズポーク パラスライス
脂と赤身が層になったバラ肉を厚さ3~3.5mmにスライスしました。
冷 賞6日
250g **515円** (税込 **556円**)
茨城県

146 ローズポーク ヒレブロック
最も軟らかい、脂のほとんどない部位です。カツ等に。
冷 賞6日
250g **850円** (税込 **918円**)
茨城県



148 ローズポーク 肩スライス
脂身の少ない、味の濃い部位です。すじ切りして、厚さ3mm。
冷 賞6日
300g **460円** (税込 **497円**)
茨城県

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

150 ローズポーク 徳用小間切
たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。
冷 賞6日
200g×2 **510円** (税込 **551円**)
茨城県

151 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

152 中津豚バラブロック
コクのあるバラ肉のブロックです。角煮やシチュー、カレーなどに。
冷 賞4日
400g **900円** (税込 **972円**)
神奈川県

153 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。
冷 賞4日
2枚200g **549円** (税込 **593円**)
神奈川県

154 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。
冷 賞4日
200g **545円** (税込 **589円**)
神奈川県



155 中津豚 肩ローススライス
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。
冷 賞4日
200g **471円** (税込 **509円**)
神奈川県

156 中津豚 パラスライス
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。
冷 賞4日
200g **460円** (税込 **497円**)
神奈川県

157 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。
冷 賞4日
200g **430円** (税込 **464円**)
神奈川県

味付け肉で炒めるだけの簡単cooking



158 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。
冷 賞4日
200g **445円** (税込 **481円**)
神奈川県

159 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。
冷 賞4日
200g **360円** (税込 **389円**)
神奈川県

160 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。
冷 賞4日
200g **355円** (税込 **383円**)
神奈川県

161 中津豚ごま 生姜焼き用(味付)
自社牧場の豚のごま肉を、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。
冷 賞5日 米 米 大 小
200g **407円** (税込 **440円**)
豚肉 (神奈川県)

162 中津もつ の スタミナ焼き(味噌味)
自社農場の豚のもつを、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 米 米 大
200g **361円** (税込 **390円**)
豚もつ (神奈川県)

163 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。
冷 賞14日 米 米 大 小
250g **415円** (税込 **448円**) 通常税込 **459円**
豚肉 (茨城県)

164 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い鶏です。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)。

13 つくば茜鶏 モモ
肉質は少し硬めですが、脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。
凍 賞180日
300g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **529円**
茨城県

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

166 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

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

168 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

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

170 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

171 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。

172 特大 鹿児島坊津黒牛 サイコロステーキ用
坊津黒牛のモモ・肩肉をダイス状にカットしました。今回はお得な増量規格です。
凍 賞30日
300g **1520円** (税込 **1642円**) 通常税込 **1674円**
鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)
173 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)
174 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)
175 国産牛小間切
 肉じゃが、カレー、シチューなどの煮物、炒め物、焼肉と幅広く使えます。ウデ、モモ、バラ肉を使用。
 凍 賞30日
 160g **445円**(税込 **481円**)
 福岡県、大分県



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



福永産業 (福岡県・遠賀町)
177 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
178 茨城牛(山方)
 牛豚合挽肉
 茨城牛(山方)とロースポーク使用。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)
179 鎌倉あらびき
 ウィナー×2
 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。
 冷 賞15日
 85g×2 **350円**(税込 **378円**)
 豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
180 鎌倉あらびき
 ウィナー×3
 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。
 冷 賞15日
 85g×3 **498円**(税込 **538円**)
 通常税込 **567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)
181 鎌倉ポークソーセージ
 ミントマトと一緒に串に刺して
 豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。
 冷 賞20日
 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)
182 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 賞15日
 85g×2 **560円**(税込 **605円**)
 豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.5 <4.7



中津ミート (神奈川県・愛川町)
183 中津皮なし
 ベビーウイナー
 豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウイナー。
 冷 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)
184 中津皮なし
 ノンスパイスウイナー
 皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りしました。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 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)
185 中津生ウイナー
 原材料は通常のポークウイナーと同じ豚肉、食塩、砂糖、香辛料です。生なので加熱調理して下さい。
 凍 賞180日
 6本120g **310円**(税込 **335円**)
 豚肉(神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
186 中津
 ポークウイナー
 海塩の旨味と香辛料が引きだせるシンプルなお味。
 冷 賞7日
 120g **287円**(税込 **310円**)
 豚肉(神奈川県)

プレートパーティーに おすすめです♪



豚肉、塩、香辛料のみを使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)
191 鎌倉串ざしフランクフルト
 冷 賞10日
 40g×5 **360円**(税込 **389円**)
 通常税込 **400円**
 豚肉(国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)
187 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られています。
 冷 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)
188 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 賞7日
 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)
189 中津ミートの
 ハンバーガー用パティ
 中津自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の割合が7:3の合挽肉使用。バーガーパンを使って手作りハンバーガーを。
 凍 賞180日 卵乳小
 200g(50g×4) **410円**(税込 **443円**)
 豚肉(神奈川県)



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
190 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、卵でとろろ。
 凍 賞180日 米大
 130g(鶏肉40g タレ30g)×2 **290円**(税込 **314円**)
 通常税込 **324円**
 鶏肉(茨城県)

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。

モッツアレラ チーズのお刺身!?

鈴木牧場のモッツアレラ、実は和風にアレンジしても◎。

わさび醤油でいただくのもおすすめです

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

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)
194 石岡 鈴木牧場
 フレッシュモッツアレラ
 冷 賞届いて7~11日 乳 100g **500円**(税込 **540円**)
 生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
195 プレーン
 30g **181円**(税込 **195円**)
196 ペッパー
 30g **190円**(税込 **205円**)
 生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

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。

鈴木牧場牛乳 定期登録のお申込みはこちら



※登録については注文書の意見欄またはHP問合せフォームより受付しております。

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)
5 サツラク牛乳
 冷 賞15日 乳
 1ℓ **250円**(税込 **270円**)
 生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

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 サツラク低温殺菌牛乳
 冷 賞届いて3日 乳
 1ℓ **302円**(税込 **326円**)

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

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。

サツラク農協 (北海道・札幌市)
9 サツラク低脂肪牛乳
 冷 賞15日 乳
 500ml **146円**(税込 **158円**)
 生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に自家プラントで作りました。ノンホモ(脂肪球を砕いていない)なのでプツプ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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
192 プレーン
 400g **361円**(税込 **390円**)
193 微糖
 400g **370円**(税込 **400円**)
 生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

ピンは再利用します。キャップ内側の白い円ボタンを取って、必ずご返却下さい

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

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)
192 プレーン
 400g **361円**(税込 **390円**)
193 微糖
 400g **370円**(税込 **400円**)
 生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)
7 八郷の卵
 全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物(とうもろこし・大豆等)を鶏に与えています。
 冷 賞11日 卵
 10個 **236円**(税込 **255円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

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

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



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

197 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)

198 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)

199 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)

200 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)

201 2本組

生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

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)

202 5本組

生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

冷蔵 賞味19日 乳

180ml×5 **590円**(税込 **637円**)

通常税込 680円

生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



日本生活協同組合連合会

203 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



茨城乳業 (茨城県・石岡市)

204 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



モンテール (東京都・足立区)

205 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4日 卵乳大 小

4個 **227円**(税込 **245円**)

[放] 不検出 <3.4 <3.6



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

206 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)

207 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)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

208 よつ葉シュレッドチーズ

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

冷蔵 賞味90日 乳

250g **575円**(税込 **621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)

209 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)



おかべや (神奈川県・相模原市)

210 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)



丸和食品 (東京都・練馬区)

213 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



丸和食品 (東京都・練馬区)

214 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)

217 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 **230円**(税込 **248円**)

通常税込 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)

211 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 **148円**(税込 **160円**)

通常税込 177円

大豆(北海道)

組合員さんからの **クチコミ**

おかべやさんのおぼろとうふがとてもおいしかったです。おかべやとうふに出したら、子ども達がバクバク…パパの分は残りませんでした。次回から楽しみです。



おかべや (神奈川県・相模原市)

212 おかべや 白ごま葛とうふ

白ごまと葛粉、酸だし、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)

215 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



丸和食品 (東京都・練馬区)

216 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)

220 厚揚

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



JAやさと (茨城県・石岡市)

224 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)

225 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)

226 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 米大 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)

218 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



丸和食品 (東京都・練馬区)

219 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



丸和食品 (東京都・練馬区)

220 厚揚

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



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)


227 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)

228 十勝の息吹 ひきわり納豆 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、仕込む前日に挽き割り、納豆にしました。

冷蔵 賞味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)

229 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 米大

100g **265円**(税込 **286円**)

大豆(北海道)



丸和食品 (東京都・練馬区)

221 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 米大 小

150g **210円**(税込 **227円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.4



丸和食品 (東京都・練馬区)

222 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 **157円**(税込 **170円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3



丸和食品 (東京都・練馬区)

223 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。サラダや筑前煮、カレーにも。

冷蔵 賞味21日 大

200g **240円**(税込 **259円**)

大豆(国内産)

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)

230 生芋あく抜きこんにゃく

昔ながらの缶蒸し製法で作られたこんにゃくです。

冷蔵 賞味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)

231 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



浜食 (東京都・調布市)

232 洗いもずく

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 賞味10日 米

200g **230円**(税込 **248円**)

通常税込 259円

もずく(沖縄県)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

233 切昆布の煮物

食感の良い切昆布を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。

冷蔵 賞味90日 米大 小

120g **310円**(税込 **335円**)

昆布(北海道)



特選

浜食 (東京都・調布市)

232 洗いもずく

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 賞味10日 米

200g **230円**(税込 **248円**)

通常税込 259円

もずく(沖縄県)

プレートで焼いて美味しい♪



234 長崎 白天(桜えび・いかしそ)
白身魚に近海の雑魚を使ったすり身をベースにした桜えび天といかしそ天をセットにしました。
冷蔵30日 卵 大 小
2枚130g **388円**(税込 **419円**) 通常税込 **430円**
桜えび(台湾)、いか(タイ、ベトナム、日本)、青しそ(日本)



235 枝豆がんも
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 **265円**(税込 **286円**) 通常税込 **297円**
枝豆(北海道) [放] 不検出 <1.0 <1.0



236 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。
冷蔵14日 小
20枚 **198円**(税込 **214円**) 通常税込 **221円**
小麦(国内産)



237 地粉春巻きの皮
一般の春巻きの皮と違い、生地を焼いていない生タイプで、地粉の香りや旨みが味わえます。18cm角。
冷蔵14日 小
10枚 **310円**(税込 **335円**) 通常税込 **346円**
小麦(国内産)

信州を代表する漬物、野沢菜漬け 次回は10月の予定です

美しい自然に育まれた **鬼無里ブランド**



北アルプスの山々に囲まれた鬼無里村。ブナの原生林に囲まれ、春は80万本の水芭蕉の群生が見られます。この地で育った野沢菜を、漬物にしました。しっかりとした味付けなので、混ぜご飯の具にはもちろんのこと、パスタの具やお肉と一緒に炒めたりと使い勝手も抜群です。

露地栽培の野沢菜を塩で下漬後、かつおだしを主体に醤油、みりん、味噌を使った調味液に漬け込みました。

238 鬼無里 野沢菜漬
冷蔵14日 米 大 小
500g **295円**(税込 **319円**)
野沢菜(長野県)



239 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)
麺120g×2、スープ47g×2 **375円**(税込 **405円**)
小麦(国内産)



240 炊き込みご飯の素 ぶり辛豚ごぼろ
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。
冷蔵90日 米 大 小
180g(2合用) **385円**(税込 **416円**) 通常税込 **430円**
豚肉(国内産)



241 炊き込みご飯の素 新潟茶豆の枝豆ご飯
冷蔵90日 米 大 小 160g(2合用) **350円**(税込 **378円**)
枝豆(新潟県)



242 鶏五目ご飯の素
冷蔵30日 大 小 170g(3合用) **380円**(税込 **410円**)
鶏肉(山形県) [放] 不検出 <3.5 <3.4

会で育てた鶏や野菜を使って作った、素材の旨みたっぷりの鶏五目ご飯の素。米と一緒に炊いて。



243 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コシを残した仕上がりに。
冷蔵90日 米
120g **320円**(税込 **346円**)
青えんどう豆(北海道)



246 山椒ちりめん
上乾ちりめんを醤油、みりん味付けし、山椒の実を加えました。
冷蔵60日 米 大 小
20g **320円**(税込 **346円**)
ちりめん(国内産)



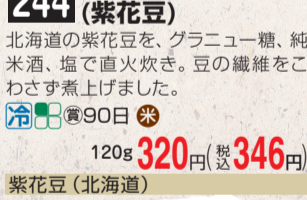
247 紅生姜(きざみ)
冷蔵90日
80g **165円**(税込 **178円**) 通常税込 **184円**
生姜(高知県)



250 マイルド薬念醬(キムチの素)
冷蔵45日 米
200g **490円**(税込 **529円**) 通常税込 **538円**
唐辛子(中国)



255 お魚あられ
凍 180日 卵 米
180g **292円**(税込 **315円**) 通常税込 **335円**
すけそうだら(北海道)



244 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。
冷蔵90日 米
120g **320円**(税込 **346円**)
紫花豆(北海道)



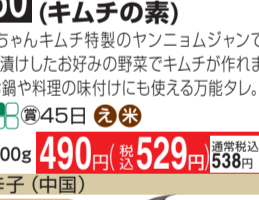
245 煮豆 白福豆(白花生)
北海道温根湯産。白花生は高麗豆ともいう紫花豆の白色版。直火とろ火炊きで豆の風味がいきています。
冷蔵90日
150g **352円**(税込 **380円**)
白花生(北海道)



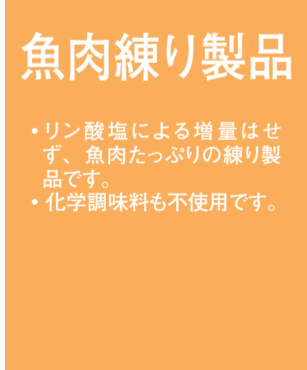
248 お魚ソーセージ(3本入)
冷蔵90日
40g×3 **298円**(税込 **322円**)
魚肉(国内産)



249 オイキムチ
冷蔵14日 米 大 小
200g **410円**(税込 **443円**)
きゅうり(国内産)



256 玉ねぎ揚げ
凍 180日 米 大
165g(5個) **305円**(税込 **329円**)
すけそうだら(北海道)



252 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。
冷蔵30日 卵 米
2枚100g **260円**(税込 **281円**)
雑魚(長崎県)



251 長崎 おつまみれんこん
れんこんを具材に使用した、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。
冷蔵30日 米
110g **260円**(税込 **281円**)
魚肉(国内産、タイ)



254 えびしんじょすり身
凍 180日 卵 米
150g **420円**(税込 **454円**) 通常税込 **470円**
えび(インドネシア)



257 おとろふ揚げ
凍 180日 米 大
5個175g **295円**(税込 **319円**)
すけそうだら(北海道)



258 お好みさつま揚げ
凍 180日 卵 米
2枚160g **370円**(税込 **400円**)
すけそうだら(北海道)



253 長崎 さつま揚げ
長崎近海のおじ、たちおなどを主原料に、ソフトな食感に仕上げました。
冷蔵8日 米
5枚100g **225円**(税込 **243円**)
あじ・たちお(長崎県)



259 和風だし蒸る ぶんわり豆腐あんかけ
凍 180日 米 大 小
130g(臭70g、餡60g) **301円**(税込 **325円**) 通常税込 **337円**
すけそうだら(北海道)



出汁は4種の素材からとった 極上の味わい

高橋徳治商店 こだわりの練り物 近海のお魚たっぷり♪

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。

特

日本生活協同組合連合会

260 COとろろ芋(大和芋入り) 40g×4袋入

国産の長芋と大和芋を7対3で配合した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。

凍 40g×4袋 **314円(税込339円)**

長芋・大和芋(国内産)

サラダやまぐろ丼に

特

日本生活協同組合連合会

261 COアボカド(ダイスカット)150g

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。

凍 150g **282円(税込305円)** 通常税込321円

アボカド(ペルー)

日岡商事(兵庫県・加古川市)

262 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)

16ページ
417に
CO+勝の
青えんどう豆
あります

洗ってカット済、
使いたい分だけで便利!

冷凍野菜使い方のコツ

POINT1
★急速解凍で使う = 凍ったまま加熱

冷凍のまま焼いたり・煮たり・蒸したりする「急速解凍」がおすすめ。(ゆっくり解凍はより水っぽくなりやすい)

※冷凍野菜でもアボカドやとろろ(大和芋)等、非加熱ものは対象外。詳しくは各食材の包装にある表示をご確認ください。

POINT2
★加熱しすぎに注意!

ブランチング処理してから急速凍結しているため、生野菜の3割程度の加熱でOK。スピーディに調理できるのもメリットです。(加熱しすぎに注意)

※ブランチング処理…冷凍する前に熱湯につけたり、蒸気をあてて最低限の加熱処理(7~8割加熱)すること。

大進食品(神奈川県・横浜市)

263 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。

凍 40g×6 **398円(税込430円)**

生乳(北海道) [放]不検出<3.4<4.6

ニックーフーズ(大阪府・大阪市)

264 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。

凍 14本420g **401円(税込433円)** 通常税込443円

小麦(国内産)

組合員さんからのお便り

お弁当の野菜の一品に便利です!!少量の煮物もレンジでできて、チーズをかけて焼くだけでもオッケー!!美味しいです。(つくば市:はらポンさん)

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。

イズックス(東京都・中央区)

265 冷凍かぼちゃ

500g **327円(税込353円)**

かぼちゃ(北海道)

お弁当にピッタリ!

特

ニックー(神奈川県・太和市)

266 照り焼きミートボール

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

凍 12個180g **380円(税込410円)** 通常税込427円

鶏肉・豚肉(国内産)

マストミ自社製塩麹使用

マストミ(徳島県・徳島市)

267 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の竜田揚げ。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。

凍 150g **420円(税込454円)** 通常税込490円

卵米大小

びんちょうまぐろ(太平洋)

ひとつひとつ丁寧に手作りで作っています

特

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

273 飛鳥の海鮮水餃子

豚肉にえび・帆立・干し貝柱を具にたっぷり加え国産小麦粉にほうれん草パウダーを混ぜた皮で手包みしました。

凍 15個250g **476円(税込514円)** 通常税込534円

小麦(国内産)、えび(ベトナム)

ニックー(神奈川県・大和市)

274 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。

凍 10個180g **375円(税込405円)**

しそ(国内産)

268 鶏のから揚げ

無投葉の神山鶏の肉を特製旨味タレに漬けた柔らかくジューシーな中華風唐揚げ。レンジかトースターで温めて。

凍 200g **425円(税込459円)**

鶏肉(徳島県)

半解凍でも美味

鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市)

269 ごまボテ

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。

凍 280g **528円(税込570円)**

さつまいも(国内産)

ニックー(神奈川県・大和市)

270 お弁当用ソースメンチカツ

具材の鶏肉、豚肉、キャベツ、玉ねぎは全て国産。油調済み。レンジ加熱または自然解凍です。

凍 20g×6 **310円(税込335円)**

鶏肉・豚肉(国内産)

トクスイ餃子

トクスイ餃子(東京都・中央区)

275 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。

凍 540g(18g×30) **580円(税込626円)**

豚肉・キャベツ(国内産)

一口ほおばれば舌の上に 餡のスープが!

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

276 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。

凍 16個280g **487円(税込526円)**

豚肉(国内産)

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

277 飛鳥の手作り帆立シューマイ

帆立をたっぷり加えたジューシーでコクのある味わい。大きめで食べ応え満点です。蒸すか、レンジで温めて。

凍 6個192g **540円(税込583円)**

帆立(青森県、北海道)

特

炒めた野菜と一緒に

マストミ(徳島県・徳島市)

271 まぐろ団子甘酢ソース

栄養豊富なまぐろを団子にし、自家製ソースをからめました。ソースは栽培法まで吟味したこだわり素材使用。

凍 280g(4個×2) **380円(税込410円)** 通常税込454円

まぐろ(台湾、日本)

鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市)

272 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。

凍 280g **462円(税込499円)**

鳴門金時芋(徳島県)

ニックー(神奈川県・大和市)

278 点心えびしゅうまい

国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。

凍 27g×7 **395円(税込427円)**

えび(インドネシア、ベトナム、他)

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

279 飛鳥の黒豚シューマイ

豚肉たっぷりのシューマイです。ジュー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。

凍 12個180g **403円(税込435円)**

豚肉(国内産)

盛付け例

マストミ(徳島県・徳島市)

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。

凍 330g **595円(税込643円)**

豚肉(北海道)

AKIKAWA FARM

秋川牧園からのお知らせ

パッケージがリニューアル!

山口県をイメージしたロゴマークやパッケージへ一新することになりました。7月と9・10月に一部商品が新しいデザインに変わります。(7月は以下2商品 **281** **282** と「焼きつくね」のみ)

今まで

新パッケージ

※切替の間、透明袋&ラベル包装になることもあります。ご了承ください。

281 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。

凍 200g **423円(税込457円)**

鶏肉(山口県、他)

282 甘酢のやわらかチキン南蛮

ふんわり衣に特製甘酢たれを染み込ませ、柔らかな食感です。レンジで温めて。タルタルソースレシピあり。

凍 150g **359円(税込388円)**

鶏肉(国内産)

283 フライパンで簡単若鶏塩麹漬

ムネ肉を塩麹に漬けて、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。

凍 150g **333円(税込360円)**

鶏肉(山口県、他)

骨付き肉なのでボリューム満点

秋川牧園(山口県・山口市)

284 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 400g **786円(税込849円)**

鶏肉(国内産)

特

ニックー(神奈川県・大和市)

286 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ2パック

消化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。

凍 180日 卵米大小 (70g×3)×2 **824円(税込890円)** 通常税込918円

大豆・鶏肉(国内産)

レバニラ炒めにも

秋川牧園(山口県・山口市)

285 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っくら焼き、甘辛いたれをからめました。湯煎かレンジで。

凍 120g **378円(税込408円)**

鶏肉(山口県、他)

とろ〜りホワイトソースと海老のコラボがたまらない!

大進食品(神奈川県・横浜市)

287 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。

凍 170g×2 **550円(税込594円)**

海老(マレーシア)

288 えび天そば
 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 2食入
 国産小麦粉と北米産そば粉で作ったそばに大きめのえび天をのせ急凍凍結。鰹とさば節のだしがきいたつゆ付。
凍 2食490g **498円**(税込**538円**)
 えび(ベトナム、インドネシア)

289 わかめどっさりうどん
 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 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で。
凍 2食556g **350円**(税込**378円**)
 わかめ(韓国)

290 冷凍うどん
 日岡商事(兵庫県・加古川市)
 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分半ほど茹で下さい。温でも冷でも。
凍 200g×3玉 **412円**(税込**445円**)
 小麦粉(国内産)

291 野菜たっぷりチャンポン
 ミツコー(神奈川県・大和市)
 沸騰した湯に凍ったまま入れ湯がくだけ。自社製生麺でコシがあり、国産野菜と豚肉など具もたっぷりです。
凍 280g(麺130g) **380円**(税込**410円**)
 小麦(国内産)

毎日スプーン1杯の習慣を
おなかから元気に♪
 組合員さんからのクチコミ
 大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品。毎日大きい1杯食べることで腸内細菌が増え、腸の力を高めます。半解凍で小分け後、再凍結可。
凍 450g **1200円**(税込**1296円**)
296 4個セット 450g×4個 **4320円**(税込**4666円**)
 大豆(北海道)

電子レンジで温めて
 大進食品(神奈川県・横浜市)
292 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグお惣菜セット
 徳島県産蓮根と鶏肉のハンバーグ・茄子の揚げし・ひじきと大豆の煮物・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。
凍 230g **685円**(税込**740円**)
 鶏ひき肉・れんこん(徳島県)

293 助六寿司
 ポーラスター(石川県・白山市)
 太巻きと五目いなりを4個ずつ詰め合わせました。自然解凍またはレンジで解凍して。保存料不使用。
凍 280g(2種×4個) **430円**(税込**464円**)
 米(国内産)

たこ焼きと同じサイズ
 日岡商事(兵庫県・加古川市) 12個入り
294 プチ焼きおにぎりしょう油味
 醤油味であっさりとした味付の小さく丸い焼きおにぎり。形が崩れにくいのでお茶漬けにも。レンジで温めて。
凍 276g(12個入り) **474円**(税込**512円**)
 [放] 不検出 <4.1 <4.5

295 1個 450g **1200円**(税込**1296円**)
296 4個セット 450g×4個 **4320円**(税込**4666円**)
 プレマラボ(東京都・中央区) 大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品。毎日大きい1杯食べることで腸内細菌が増え、腸の力を高めます。半解凍で小分け後、再凍結可。

フジッリのコシと味わいがトマトソースに合う
 創健社(神奈川県・横浜市) 約1人前
297 有機フジッリパスタ トマトソース
 ジロロモ二有機フジッリをオリジナルトマトソースで和えました。湯煎か解凍して。約1人前。
凍 200g **361円**(税込**390円**)
 小麦(イタリア)、鶏肉(国内産)

ランチ、おやつにどうぞ
 ミツコーフーズ(大阪府・大阪市) 5個入り
298 ライスバーガー たりやきチキン
 醤油をつけ焼きあげたライスプレートに、甘辛たれで仕上げた国産若鶏もも肉をサンド。加工澱粉:全体の0.6%
凍 5個575g **787円**(税込**850円**)
 米(国内産)、鶏肉(国内産)

299 CO牛乳70%アイスバー 10本
 日本生活協同組合連合会 10本入り
 鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。乳化剤、安定剤、香料を使用せずミルクの風味を生かしたアイスバー。
凍 30ml×10本 **241円**(税込**260円**)
 生乳(鳥取県)

半解凍で! おいしく召し上がれます
 日本生活協同組合連合会
300 産直カットレモン
 減農薬の国産レモンB品を8等分にくし切りカットして急速凍結。レモン本来の味と風味が楽しめます。
凍 150g **218円**(税込**235円**)
 レモン(国内産)
301 COおいしいカットマンゴー 150g
 ベトナム産マンゴーを現地で熟させひと口大にカット。甘みが強くトロツとなめらが濃厚な味わい。
凍 150g **197円**(税込**213円**)
 マンゴー(ベトナム)

芽吹き屋 冷凍和菓子の先駆者
 岩手阿部製粉
302 芽吹き屋 おはぎ
 無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げています。
凍 6個300g **509円**(税込**550円**)
 小豆(北海道)

303 芽吹き屋 よもぎ大福
 国産餅米と天然よもぎ、北海道産小豆の粒あんを使用しました。着色料や防腐剤等は不使用。自然解凍で。
凍 4個220g **332円**(税込**359円**)
 よもぎ(国内産)

食品調味料
 ・常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さしすせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
 ・昔ながらの長期熟成させた発酵調味料を基本に扱います。
 ※紛失された場合は供給担当まで

通常の砂糖と同じようにお使い下さい
508 粗精糖(自然派style)
 鹿児島県のサトウキビから作られた直接作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。
凍 1kg **340円**(税込**367円**)
 さとうきび(鹿児島県)
304 有機てんさい糖
 お菓子作りの盛んなヨーロッパではキメが細かく舌触りがよいてんさい糖はお菓子作りにピッタリと評判です。活性炭等でろ過し白い結晶のお砂糖です。
凍 400g **480円**(税込**518円**)
 甜菜(リトアニア)

516 海の精 500g
 伊豆大島の海水を太陽と風の自然力で濃縮し、ゆるやかな火の力で丹念に炊き上げて作られます。
凍 500g **1200円**(税込**1296円**)
 海水(伊豆大島近海) [放] 不検出 <1.9 <1.6

305 海の精 ペッパーソルト
 伊豆大島の自然海塩「海の精やきしお」と黒こしょう(オランダ産有機認証)、白こしょう(ドイツ産有機認証)を直前に煎って挽いたものをブレンド。
凍 55g **480円**(税込**518円**)
 海水(伊豆大島近海)

519 有機純米酢
 創健社(神奈川県・横浜市)
 くせないまろやかな味が何にでも合います。
凍 500ml **395円**(税込**427円**)
 米(国内産)

306 りんご酢
 太田酢店(福島県・須賀川市)
 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 300ml **580円**(税込**626円**)
 りんご(福島県)

307 富士すのもの酢 360ml
 飯尾醸造(京都府・宮津市)
 利尻昆布と枕崎の鯉節の一番だしを富士酢に合わせた調味酢。やわらかい酸味は酢が苦手な方にもおすすめ。
凍 360ml **580円**(税込**626円**)
 米(京都府)

308 富士ピクル酢
 飯尾醸造(京都府・宮津市)
ありあわせの野菜を一晩漬けるだけ
 純米富士酢をベースに、粗糖、塩、ドライトマト、香辛料を加えたピクルスの素。お好みの野菜を漬けるだけ。
凍 360ml **560円**(税込**605円**)
 米(京都府)

523 入正特醸醤油
 入正醤油(千葉県・東庄町)
 時間をかけて作られた旨み成分が、煮物にコクと風味を添えます。
凍 1ℓ **350円**(税込**378円**)
 大豆(アメリカ、ブラジル)

309 超特選うすむらさき「生」
 チョーコー醤油(長崎県・長崎市)
塩分が多目なので少量使いで充分!
 厳選した原料をしっかり発酵、熟成させた、特級「超特選」うすくち醤油です。色がうすくち熟成していない生(なま)醤油ですので、丸大豆もろみの風味をそのままお楽しみ頂けます。
凍 1ℓ **741円**(税込**800円**)
 大豆(アメリカ、カナダ)、小麦(カナダ)

310 沼屋 手造りみそ
 沼屋本店(茨城県・つくば市)
 関東のみそと合わせてご利用ください
 鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。塩分8.4%。
凍 1kg **530円**(税込**572円**)
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <2.5 <2.9

311 鹿児島麦みそ
 はつゆき屋(鹿児島県・日置市)
 鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。塩分8.4%。
凍 1kg **820円**(税込**886円**)
 大麦(愛媛県)

502 CO虹の宴 料理酒
 日本生活協同組合連合会
 お料理の隠し味として欠かせません。
凍 900ml **370円**(税込**407円**)
 米(国内産)

504 酒みりん
 キノエ醤油(千葉県・野田市)
 みりんのうま味と爽やかな清酒の風味を調合した発酵調味料。
凍 1ℓ **570円**(税込**616円**)

544 ゆず醤油 かけぼん
 チョーコー醤油(長崎県・長崎市)
 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。
凍 400ml **400円**(税込**432円**)

312 昆布旨辛ぼんず
 リアス(千葉県・船橋市)
ゆず胡椒入り
 ピリリと旨みの効いたゆずこしょうと、米麴を加え、国産のいよかん、ゆず、だいたい果汁がたっぷり
凍 200ml **580円**(税込**626円**)
 いよかん(愛媛県)

528 常総だし醤油
 沼屋本店(茨城県・つくば市)
麺つゆには2~3倍に希釈して
 「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
凍 360ml **540円**(税込**583円**)
 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.1

547 一番しぼり菜種油 910g
 ボーソー油脂(東京都・中央区)
 オーストラリア産菜種から圧搾法により搾り取ったサラダ油です。
凍 910g **510円**(税込**551円**)
 菜種(オーストラリア)

313 九鬼純正胡麻油 こいくち
 九鬼産業(三重県・四日市市)
 厳選した胡麻原料を強く煎り、胡麻特有の香りをより引き出した胡麻油です。
凍 340g **565円**(税込**610円**)
 胡麻(ナイジェリア、他)

552 エキストラバージンオリーブ油
 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
 イタリアで栽培されたオリーブの完熟した実を、低温で圧搾しました。
凍 430g **2500円**(税込**2700円**)
 オリーブ(イタリア)

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。原材料: 植物油、胡麻、醸造酢、醤油、三温糖、卵黄



314 金笛 胡麻ドレッシング 390ml 890円(税込961円) 胡麻(中国)

遺伝子組換え原料を使用しないで作りました



315 CO野菜たっぷり和風ドレ(瓶)195ml 195ml 290円(税込313円) 玉ねぎ(国内産)

産直卵となたねサラダ油を使った、マイルドな全卵タイプのマヨネーズ。たんぱく加水分解物使用。



533 マヨネーズ 500g 340円(税込367円) なたね(オーストラリア)

きざみ野菜入りで、いろいろな料理に使えます



535 国産つぶ野菜入り 信州生まれのケチャップ 295g 320円(税込346円) トマト(長野県)

焼き上げたハンバーグの肉汁と本品を絡ませて



316 ロコモコソース(2人前×2袋) 80g×2袋 220円(税込238円)

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。



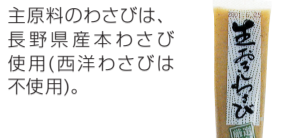
317 沼屋 焼肉のたれ 260g 395円(税込427円) 大豆(国内産)



318 おばあちゃんの油なすのたれ 100g×2 220円(税込238円)



319 豚バラ焼大根のたれ 70g×2袋 220円(税込238円)



320 生おろしわさび 40g 370円(税込400円) 本わさび(長野県)



321 山椒 10g 490円(税込529円) 山椒(和歌山県)



322 有機シナモンスティック 20g 280円(税込302円) シナモン(スリランカ)



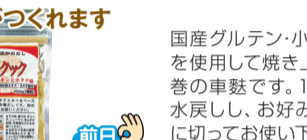
563 だし用厚削り 200g 570円(税込616円) だし(静岡県)



323 羅臼切り出し昆布 40g 405円(税込437円) 昆布(北海道)



576 化学調味料無添加のだし中華クック 100g 450円(税込486円) 小麦(群馬県、北海道)



325 車麩 6枚 560円(税込605円) 小麦(群馬県、北海道)



326 乾燥まいたけ 30g 550円(税込594円) 栃木県



586 三陸岩手のカットわかめ 12g 270円(税込292円) わかめ(岩手県)



621 薄力粉(北海道産小麦使用) 1kg 335円(税込362円) 小麦(北海道)



327 利尻とろろ昆布 20g 350円(税込378円) 昆布(岩手県)



328 岩手産万能サラダ昆布 20g 390円(税込421円) 昆布(岩手県)



329 お湯で溶ける粉末寒天 20g(2g×10袋) 330円(税込356円) 海藻(地中海、他)



584 はなだし焼きのり 全型10枚 235円(税込254円) のり(有明海、瀬戸内海)



596 わかめご飯の素 20g 510円(税込551円) わかめ(宮城県)



621 薄力粉(北海道産小麦使用) 1kg 335円(税込362円) 小麦(北海道)



330 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋 75g×3 525円(税込567円)



331 博多風らーめん 2袋 106g×2 320円(税込346円) 小麦(国内産)



629 スクリューマカロニ 100g 110円(税込119円) 小麦(カナダ、アメリカ)



332 二八の匠 八割そば 200g×2 420円(税込454円) そば(国内産)



333 小豆島 手延べオリブそうめん 300g(50g×6束) 368円(税込397円) 小麦(国内産)



334 つぶあん 260g 285円(税込308円)



335 玉三 よもぎ入り白玉粉 100g 250円(税込270円) もち米・よもぎ(国内産)



336 COおいしいご飯 3個パック 200g×3 340円(税込367円) 米(山形県)



654 いろぬか 500g 110円(税込119円) 米ぬか(国内産)



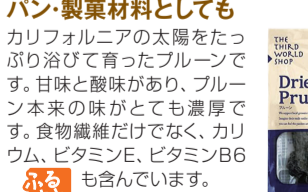
337 野沢菜の油いため 130g 230円(税込248円) 野沢菜(長野県)



338 大分県産有機竹の子細切り 80g 398円(税込430円) 竹の子(大分県)



339 大分県産有機竹の子スライス 80g 398円(税込430円) 竹の子(大分県)



341 プルーン(種抜き) 120g 580円(税込626円) プルーン(アメリカ)



342 梅干し(しそ漬) 200g 510円(税込551円) 梅(奈良県、和歌山県、三重県)



343 焼き塩さば 100g(固形量80g) 339円(税込366円) さば(千葉県)



680 COいわし蒲焼 100g×3 440円(税込475円) いわし(国内産、メキシコ)



344 らくちん沖縄ポーク(ランチョンミート) 140g 350円(税込378円) 豚肉(沖縄県)



344 らくちん沖縄ポーク(ランチョンミート) 140g 350円(税込378円) 豚肉(沖縄県)

タイム缶詰

陸前高田市にある缶詰工場

津波被害から再建し、手作業で丁寧に下処理した食材を缶詰しています。スープや油にもこだわっている。量産缶詰とは一味ちがう缶詰です。

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

345 陸奥湾産ほたて缶(水煮)

陸奥湾産のペビーホタテを、シンプルに赤穂の天塩のみで味付けしました。

80g **430円**(税込 **464円**)
ほたて(陸奥湾) [放] 不検出 <3.6 <3.4

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

346 三陸産いわし水煮缶

三陸産の脂のりの良いいわしを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。

180g **360円**(税込 **389円**)
真いわし(三陸沖) [放] 不検出 <3.6 <4.4

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

347 国産ツナフレーク(オイル漬)

手作業で丁寧にほぐしたメバチマグロを、自家製の野菜スープと菜種油を使って缶詰にしました。

80g **248円**(税込 **268円**)
めばちまぐろ(気仙沼) [放] 不検出 <3.4 <3.9

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

348 国産さんま水煮缶

国産産のさんまを、赤穂の天塩で水煮にしました。手作業で内臓を丁寧に取り除いています。

160g(圆形115g) **420円**(税込 **454円**)
さんま(国内産)

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

349 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っくらと仕上げました。甘さ控えめで、飽きのこない味です。

160g **238円**(税込 **257円**)
小豆(国内産)

菓子

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

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

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

350 きらず揚げ 黒砂糖

原材料: 国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒砂糖、食塩、膨張剤(重曹)

90日 **270円**(税込 **292円**)
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3

精華堂霰総本舗(東京都・江東区)

351 カマンベールチーズおかし

原材料: チーズもち米、ナチュラルチーズ、有機植物油、有機白醤油、砂糖、昆布、かつお節、みりん

100日 **455円**(税込 **491円**)
もち米(宮城県) [放] 不検出 <4.1 <4.3

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

180日 **189円**(税込 **204円**)
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.4

精華堂霰総本舗(東京都・江東区)

352 セタあられ

かわいい星型のあられ(白・緑)と、一口サイズの丸型あられ(白・ピンク・茶色)のセットです。

160日 **340円**(税込 **367円**)
もち米(国内産)

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

356 赤ちゃんせんべい

原材料: うるち米、てんさい糖、食塩 ※原材料に牛乳、卵、そば、落花生を使っています。

180日 **200円**(税込 **216円**)
うるち米(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.4

サンコー(愛知県・豊橋市)

353 荒挽きえびせんミニ

原材料: 馬鈴薯でん粉(馬鈴薯(国産))、植物油(米油)、乾燥えび、えび、砂糖(粗糖)、食塩、白すりごま/着色料(紅麴色素、パプリカ色素)

150日 **740円**(税込 **799円**)
9g×15袋

丸和食品(東京都・練馬区)

354 豆乳ドーナツ(黒糖)

国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わず豆乳だけで練り上げたドーナツです。

60日 **220円**(税込 **238円**)
小麦(国内産)

ますだ(千葉県・八街市)

355 バターピー(ほそ実)

原材料: 落花生、フレッシュバター、植物油(パーム核油)、食塩(原材料の一部に大豆を含む)

90日 **420円**(税込 **454円**)
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <3.7

サンコー(愛知県・豊橋市)

701 小魚スナック

原材料: 馬鈴薯澱粉、植物油(米油)、醤油、えび、みりん、小魚(タチイワシ)、粗糖、食塩、胡麻(白すりごま、黒いりごま)、アオサ、ハトムギ粉末、小麦胚芽、酵母エキス

120日 **175円**(税込 **189円**)
馬鈴薯(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.8

太田油脂(愛知県・岡崎市)

691 国産やさいのポーロ

原材料: ばれいしょでん粉、てんさい糖、卵黄、国産小麦粉、脱脂粉乳、かぼちゃ粉末、にんじん粉末

180日 **215円**(税込 **232円**)
じゃがいも(国内産)

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

356 赤ちゃんせんべい

原材料: うるち米、てんさい糖、食塩 ※原材料に牛乳、卵、そば、落花生を使っています。

180日 **200円**(税込 **216円**)
うるち米(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.4

ノースカラース(北海道・札幌市)

357 純国産 さつま芋ちっぷ

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

120日 **230円**(税込 **248円**)
さつま芋(九州)、米油(国内産)

しらかのの会(山形県・白鷹町)

358 甘夏ケーキ

原材料: 小麦粉、ビートグラニュー糖、甘夏、卵、バター

30日 **460円**(税込 **497円**)
甘夏(熊本県) [放] 不検出 <3.7 <4.7

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

359 珈琲豆チョコレート

原材料: チョコレート(砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス)、コーヒード(焙煎済)

50g **345円**(税込 **373円**)
コーヒー(ペルー)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

360 緑茶チョコ×カシュー

原材料: チョコレート(砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス)、コーヒード(焙煎済)

180日 **300円**(税込 **324円**)
カシューナッツ(スリランカ)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

360 緑茶チョコ×カシュー

原材料: チョコレート(砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス)、コーヒード(焙煎済)

180日 **300円**(税込 **324円**)
カシューナッツ(スリランカ)

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

360 緑茶チョコ×カシュー

原材料: チョコレート(砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス)、コーヒード(焙煎済)

180日 **300円**(税込 **324円**)
カシューナッツ(スリランカ)

ジャム はちみつ類

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

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

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

361 いちごジャム

いちごは九州産の「さがほのか」。はちみつ、レモン果汁を使い、食べやすいあっさり味に仕上げました。糖度40度。

180g **430円**(税込 **464円**)
いちご(九州)

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。

180日 **740円**(税込 **799円**)
落花生(千葉県) [放] 不検出 <4.1 <4.2

山田養蜂場(茨城県・つくば市)

554 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、ケセの少ないはちみつです。

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

創健社(神奈川県・横浜市)

362 醗酵カシスの魅力

醗酵技術により旨みとコクを引出したニュージーランド産カシス。甘味料としてパチミツとオリゴ糖を使い、美味しく仕上げました。カシスの旨みとハチミツの濃厚な味が合わさったとても贅沢な逸品です。

130g **500円**(税込 **540円**)
カシス(ニュージーランド)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

363 花粉

花粉は20種類のアミノ酸やビタミン、ミネラルを豊富に含むので、栄養バランスが崩れがちの方におすすめです。

80g **1950円**(税込 **2106円**)
花粉(スペイン)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう!

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

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

ポーソー油脂(東京都・中央区)

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。

900ml **390円**(税込 **429円**)

ポーソー油脂(東京都・中央区)

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。

1.8ℓ **700円**(税込 **770円**)

7月はしゃぼん玉月間です

せっけんデビューは夏がおすすめ

食器も衣類も、ふんわりやわらかな泡で洗いたい。かつ、環境や肌にもやさしかったら、なお嬉しい。これを叶えてくれるのが、せっけんです。ちなみにせっけんとは、天然の油脂にアルカリ成分を加えて作られているもの。泡立てたせっけんも、水で洗い流すとバクテリアなどによって約1日で水と炭酸ガスに分解されます。

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

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。

500g **420円**(税込 **462円**)

けんこう舎(東京都・調布市)

888 かや生地折り重ね 台ふきん

1枚布のやや生地を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。

5枚組 **665円**(税込 **732円**)

ナイアード(東京都・福生市)

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。大青よりも濃く染まり黒茶に近い状態になります。

100g **1500円**(税込 **1650円**)
ヘナ(インド)

ポーソー油脂(東京都・中央区)

364 台所用米ぬか粉せっけん

米ぬか由来の油脂を主原料にした水環境と手肌にやさしい台所用石けん。合成界面活性剤不使用。

330g **330円**(税込 **363円**)
通常税込 **396円**

ポーソー油脂(東京都・中央区)

365 洗濯用米ぬか粉せっけん

米ぬか由来の油脂を主原料にした洗浄力が豊富で水に溶けやすい粉せっけん。蛍光増白剤不使用。

3kg **900円**(税込 **990円**)
通常税込 **1078円**

ポーソー油脂(東京都・中央区)

365 洗濯用米ぬか粉せっけん

米ぬか由来の油脂を主原料にした洗浄力が豊富で水に溶けやすい粉せっけん。蛍光増白剤不使用。

3kg **900円**(税込 **990円**)
通常税込 **1078円**

おかげや天然パン工房

パン

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

おかげや(神奈川県・相模原市)
366 おかげや 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
賞届いて2日 米大小
半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市)
367 おかげや 豆乳角型食パン
1斤6枚
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞届いて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)
368 おかげや 豆乳ノースライスパン
1斤
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞届いて2日 米大小
1斤 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市)
369 おかげや フランスパン
1本(30cm以内)
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、天日湖塩
賞届いて2日 米小
1本(30cm以内) **332円**(税込**359円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市)
370 おかげや 素焼きパン(いちじく・くるみ)
1個
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
賞届いて3日 米小
1個 **535円**(税込**578円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市)
371 おかげや 塩フランス
3個
原材料:小麦粉(北海道)、バター、天然酵母、白胡椒、麦芽水飴、塩
賞届いて2日 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)
372 おかげや 紅茶オレンジ
1個
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
賞届いて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)
373 おかげや チーズロール
2個
原材料:小麦粉(北海道)、ナチュラルチーズ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、塩、豆乳
賞届いて2日 米大小
2個 **310円**(税込**335円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市)
374 おかげや おから甘食(ごま油使用)
3個
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
賞届いて4日 卵大小
3個 **412円**(税込**445円**)
小麦(北海道)

おかげや(神奈川県・相模原市)
375 おかげや メロンパン
2個
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
賞届いて2日 卵米大小
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)
376 おかげや とろふ丸パン
3個
原材料:小麦粉(北海道)、国産大豆とうふ、種子島の粗糖、天然酵母、胡麻油、塩
賞届いて2日 米大小
3個 **260円**(税込**281円**)
小麦(北海道)

自家製酵母パン
賞届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
377 パン・ド・ミ(食パン) 1斤
6枚
270円(税込**292円**)
378 ノースライス
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

(レ・ルルド)
379 パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤
8枚
425円(税込**459円**)
380 ノースライス
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

※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないことがあります。食味に影響はありません。
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン(レーズン食パンのみ)、塩
賞届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
381 ドッグパン
3個
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩
賞届いて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

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(レーズン食パンのみ)、塩
賞届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
382 内麦クロワッサン
10個
賞届いて1~2日 小
10個 **580円**(税込**626円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

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、モノ工業/乳化剤、香料、酸化防止剤(V.E)、安定剤(ウチナ)、着色料(アナトール)
賞届いて1~2日 小
バネックス(長野県・伊那市)
383 プレーンベーグル
1個
賞届いて1~2日 小
1個 **160円**(税込**173円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

賞届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
384 全粒粉ベーグル
1個
原材料:小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
賞届いて30日 米小
1個 **185円**(税込**200円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

野菜ベーグル 専門店
383 プレーンベーグル
1個
原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
賞届いて30日 米小
1個 **160円**(税込**173円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

野菜ベーグル 専門店
384 全粒粉ベーグル
1個
原材料:小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
賞届いて30日 米小
1個 **185円**(税込**200円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

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)
385 童仙房 有機上煎茶
100g
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)
386 童仙房茶舗 宇治有機粉末緑茶
30g
農業・化学肥料を使用しないで育てた有機栽培宇治煎茶を粉末にしました。急須がなくてもお手軽に緑茶を楽しめます。
30g **460円**(税込**497円**)
緑茶(京都府)

秋に収穫したお茶を主体に、鉄釜で焙じたお茶です。香りが強く、味はさっぱりとしていて、特に食後におすすめします。農薬無散布。
かわばた園(静岡県・静岡市)
722 ほうじ茶
100g
賞届いて180日
100g **640円**(税込**691円**)
茶(静岡県) [放]不検出<0.4<0.5

100%国産原料を使用した風味の良い健康茶
はと麦、はぶ茶、麦茶、玄米、どくだみ、柿の葉、浜茶、ピワの葉の8種類の国内産の原料を使用。ノンカフェイン。
前日OK!
小川生葉(徳島県・東みよし町)
738 みんなのお茶
8g×30
740円(税込**799円**)
はと麦(栃木県、徳島県)

ランカスター(千葉県・千葉市)
387 ジャスミン茶(リーフ)
100g
中国を代表する花茶のひとつ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひきたちます。
100g **398円**(税込**430円**)
緑茶・ジャスミン(中国)

ランカスター(千葉県・千葉市)
731 ウーロン茶(ティーバッグ)
5g×30
水仙種烏龍茶をお手軽なティーバッグに。焙煎の香りが芳ばしく、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)

山形食品(山形県・南陽市)
388 山形代表 りんご
160g×5
山形県産のりんごを贅沢に搾った果汁100%ストレートジュース。酸化防止剤不使用。原材料:りんご
160g×5 **590円**(税込**637円**)
りんご(山形県) [放]不検出<1.0<1.0

寺田本家(千葉県・神崎町)
389 寺田本家のマイグルト
160g
米と水だけで発酵させた、乳酸菌をたくさん含む発酵飲料。糖が醸した甘みと乳酸菌の酸味が特長。
160g **324円**(税込**350円**)
米(千葉県) [放]不検出<3.9<4.0

ナガノトマト(長野県・松本市)
390 信州生まれのおいしいトマト(無塩)
190g×30
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×30 **2600円**(税込**2808円**)
トマト(長野県)

日本生活協同組合連合会
742 COミックスキャロット 125ml
7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)に、にんじん汁50%をミックス。
賞届いて120日
125ml×12 **816円**(税込**876円**)
にんじん(国内産)

日本生活協同組合連合会
755 CO粉末レモネード
17g×10
ホットでもアイスでも、レモンのさわやかな風味を楽しめるレモネード。広島県瀬戸産のレモンを使用。
賞届いて180日
17g×10 **280円**(税込**302円**)
レモン(広島県)

長崎県佐々町で契約栽培された有機栽培茶葉使用。マイルドな旨みと深みのある香りです。ビタミンCは添加。
創健社(神奈川県・横浜市)
392 有機栽培緑茶(ペットボトル)
500ml
500ml **140円**(税込**151円**)
茶葉(長崎県)

長崎県佐々町で契約栽培された有機栽培茶葉使用。マイルドな旨みと深みのある香りです。ビタミンCは添加。
創健社(神奈川県・横浜市)
392 有機栽培緑茶(ペットボトル)
500ml
500ml **140円**(税込**151円**)
茶葉(長崎県)

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**)

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
393 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

フルーティーな香りと小麦特有のkokのある、飲みやすいビール。
ビール酵母によるオリと濁りが特長です。
銀河高原ビール(岩手県・西和賀町)
759 銀河高原 小麦のビール
賞届いて180日 小
350ml **267円**(税込**294円**)
小麦(ドイツ)

自家農園、一部契約栽培のデラウェア種使用。熟成期間を長くとり、さわやかな辛口に仕上げました。
天然ワイン醸造・林真澄(岐阜県・岐阜市)
772 天然葡萄酒 白辛口
720ml **1380円**(税込**1518円**)
ぶどう(岐阜県)

酸化防止剤無添加
長野県産マスカットベリー-Aを100%使用。かすかな渋みとほどよい酸味のきいた、個性豊かな香りのワイン。
井筒ワイン(長野県・塩尻市)
394 井筒ワインマスカットベリー-A 赤(やや辛口)
720ml **1333円**(税込**1466円**)
ぶどう(長野県)

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
塩尻枯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)
395 五一わいん 草生栽培メルロ
720ml **1667円**(税込**1834円**)

久慈川上流の河北酒造の地酒。さらっとした口当たりで好評です。
河北酒造(茨城県・大子町)
775 地酒 奥久慈「湯の里」
1.8ℓ **1480円**(税込**1628円**)
米(国内産)

群馬県榛名山麓で生産された白加賀梅を、独自の製法で漬け込みました。原材料にはちみつを含みます。
東亜酒造(埼玉県・羽生市)
396 蔵出しまるやか梅酒
1ℓ **640円**(税込**704円**)
梅(群馬県) [放]不検出<3.5<2.8

今週のらくうまごはん♪

常総生協の「私が仕上げる10分キット」



包丁、まな板は使わず、全て10分以内で調理可能なミールキットを揃えました。手間なく、無駄なく、作り立ての味わいを楽しめる手作りキット。材料は全て下処理済みです。

野菜 漬物でお馴染み「グリーンリーフ」さんの自社農場の有機野菜や提携産地の減農薬野菜を基本に使用しています。



味付けタレ 化学調味料を使用せず、素材の味を活かしました。肉・魚も国産原料にこだわり、常総生協の仲間であるマストミさん、秋川牧園さんのものを使っているキットもあります。

甘辛みそタレでご飯がすすむ



調理時間 準備品
約6分 油

新鮮な野菜と本格回鍋肉ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパンでどうぞ。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
397 国産豚の回鍋肉セット
冷 賞 届いて1~2日 卵米大 小
360g(2人前) **950円**(税 **1026円**)
キャベツ(国内産)、豚肉(香川県、徳島県)

野菜セット:【キャベツ、人参、ピーマン】、調味肉:【豚バラ肉、赤みそ(大豆を含む)、砂糖、なたね油、しょうゆ(小麦を含む)、鶏卵、酒、コチュジャン、馬鈴薯でん粉、食塩、にんにく、こしょう、生姜】

黒酢で味に深みをプラス



調理時間 準備品
約6分 油

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
398 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚
冷 賞 届いて1~2日 卵米大 小
410g(2人前) **960円**(税 **1037円**)
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

野菜セット:【玉ねぎ、水煮たけのこ、ピーマン、人参】、調味肉:【豚もも肉、砂糖、黒酢、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、馬鈴薯でん粉、なたね油、小麦粉、鶏卵、酒、ごま油、生姜、にんにく、食塩】

鮮やかな野菜に赤味噌タレが決めて



調理時間 準備品
約6分 油

新鮮な野菜とスタミナ肉のセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
399 5種の緑黄色野菜の炒めもの
冷 賞 届いて1~2日 卵米大 小
355g(2人前) **1055円**(税 **1139円**)
小松菜(国内産)

野菜セット:【小松菜、ほうれん草、玉ねぎ、ピーマン、人参、赤パプリカ】、調味肉:【豚バラ肉、赤みそ(大豆を含む)、砂糖、なたね油、しょうゆ(小麦を含む)、鶏卵、酒、コチュジャン、馬鈴薯でん粉、食塩、にんにく、コショウ、生姜】

カラフルな定番中華炒め



調理時間 準備品
約6分 油

新鮮な野菜とスタミナ肉のセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
400 チンゲン菜のスタミナ炒め
冷 賞 届いて1~2日 卵米大 小
440g(2人前) **995円**(税 **1075円**)
チンゲン菜(国内産)、豚肉(鹿児島県、宮崎県)

野菜セット:【チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ】、調味肉:【豚肉、醤油、鶏卵、発酵調味料、馬鈴薯でん粉、コチュジャン、にんにくペースト、酒、ごま油、砂糖、生姜ペースト、食塩、コショウ】

野菜と相性抜群の醤油バター



調理時間 準備品
約8分 油

ほうれん草ときのこの旨みを、もっちりした麺に絡ませて食べる、バター醤油味の Pasta です。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
401 ほうれん草としめじのバター醤油パスタ
冷 賞 届いて1~2日 卵米大 小
376g(2人前) **1030円**(税 **1112円**)
ほうれん草(群馬県)、しめじ(国内産)

野菜セット:【ほうれん草、しめじ、玉ねぎ】、麺【小麦粉、鶏卵、食塩、米粉(打ち粉)/酒精、かん水】、たれ:【しょうゆ(大豆・小麦を含む)、砂糖、かつおエキス、酵母エキス、醸造酢】、バター【生乳、食塩】

豆腐入りでふんわり食感



調理時間 準備品
約5分 油

新鮮な野菜と豆腐団子甘酢ソースのセットです。下処理カット済みなので、フライパンで調理できます。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
402 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め
冷 賞 届いて1~2日 卵米大 小
450g(2人前) **924円**(税 **998円**)
豆腐・玉ねぎ(国内産)

具材入り添付たれ:【たれ(ケチャップ、砂糖、酢、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、馬鈴薯でん粉、食塩、鶏肉、豆腐、玉ねぎ、豚脂、パン粉、揚げ油(なたね油)、液全卵、長ねぎ、馬鈴薯でん粉、しょうゆ、なたね油、清酒、食塩、しょうが、こしょう)、野菜セット:【玉ねぎ、ピーマン、人参、水煮たけのこ】

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はのみご要望の際は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1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)2538円
502003	白米	2kg	945円	(税)1021円
502002	玄米	5kg	2250円	(税)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)

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

502015	白米	5kg	3500円	(税)3780円
502016	白米	2kg	1400円	(税)1512円
502017	玄米	5kg	3200円	(税)3456円
502018	7分	5kg	3500円	(税)3780円
502019	5分	5kg	3500円	(税)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)2499円
502032	玄米	5kg	2165円	(税)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)1760円
502042	つや姫(玄米)	2kg	1565円	(税)1690円
502043	つや姫(胚芽精米)	2kg	1690円	(税)1825円
502044	ひとめぼれ(白米)	5kg	2750円	(税)2970円

おきたま興農舎(山形県・高島町)

雑穀 雑穀を食べよう

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

502075 雑穀ブレンド
400g **711円**(税 **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。

502076 国内産ハトムギ
150g **540円**(税 **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 (検出限界0.1Bq/kg 同位体研究所)	

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

色とりどりの具材を 天の川に見立てて

七夕にそうめんを食べる風習は、無病息災の願いや魔除けとして食べられていた中国の「素餅」という料理がルーツと言われていいます。小麦粉で練られ、縄のような形だった素餅が、やがて日本へ伝来し、それがそうめんとなり、浸透したのが始まり。ほかにもそうめんを織り糸に見立てたことが始まりとも言われています。

みそ半(長崎県・南島原市)
島原手延べそうめん 小

403 250g(5束) **265円**(税込**286円**) 通常税込**292円**

404 1kg(50g×20束) **1000円**(税込**1080円**) 通常税込**1112円**

小麦(国内産)

富山県産白えび入りで
ボリュームたっぷりです

407 白えびかきあげ 2枚入
富山県産白えび、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。

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

そのままおかずはもちろん、
料理の素材としても

678 さば水煮
長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、南イタリアの海水で作られた天日塩でさっぱりと水煮にしました。

260円(税込**281円**) 通常税込**292円**
190g(固形量140g) さば(長崎県、他)

見た目もかわいい♪

415 サラダ用
ポイルむきえび
タイ産のパナメイエビを塩だけを使って茹で上げました。自然解凍、または袋のまま流水解凍し、サラダ等で。

418 地鶏そぼろ
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。

414 五目寿しの素 2合用
ニッコー(神奈川県・大和市)

426円(税込**460円**) 通常税込**475円**
200g

419 寿しおぼろ
無漂白のタラそばろを水飴、砂糖、塩で炊き上げました。紅は紅麹色素使用。

295円(税込**319円**) 通常税込**329円**
80g



そうめんと一緒に 手作りの天ぷら



64 木村さんのなす
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

405 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。

406 木村さんのオクラ
おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。

409 鎌倉ボンレスハム×3
豚肉(国内産)

412 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。

416 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。

417 CO十勝の青えんどう豆 200g
北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。

420 芽吹き屋 笹餅
国産米の上新粉を使用した生地に香り豊かな国産よもぎを練り込みました。あんは北海道産小豆を使用。

418 地鶏そぼろ
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。

419 寿しおぼろ
無漂白のタラそばろを水飴、砂糖、塩で炊き上げました。紅は紅麹色素使用。

420 芽吹き屋 笹餅
国産米の上新粉を使用した生地に香り豊かな国産よもぎを練り込みました。あんは北海道産小豆を使用。

421 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

422 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

423 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

424 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

425 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

素材の旨みを引き出す綿実油と甘みのある香りが特長の米油を使った、風味豊かな油です。非遺伝子組み換え原料使用。

549 あげもの油
1380g **970円**(税込**1048円**) 通常税込**1069円**

405 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。

406 木村さんのオクラ
おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。

409 鎌倉ボンレスハム×3
豚肉(国内産)

412 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。

416 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。

417 CO十勝の青えんどう豆 200g
北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。

420 芽吹き屋 笹餅
国産米の上新粉を使用した生地に香り豊かな国産よもぎを練り込みました。あんは北海道産小豆を使用。

418 地鶏そぼろ
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。

419 寿しおぼろ
無漂白のタラそばろを水飴、砂糖、塩で炊き上げました。紅は紅麹色素使用。

420 芽吹き屋 笹餅
国産米の上新粉を使用した生地に香り豊かな国産よもぎを練り込みました。あんは北海道産小豆を使用。

421 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

422 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

423 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

424 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記**
 - 4週に1回お届け
 - 4週に3回お届け
 - 隔週お届け
 - 毎週お届け
- シーズン最終** 季節商品につき今回で最終
- シーズン初** 今季初登場
- 新** 新発売の商品
- 特** 特別価格商品

お届け時の温度帯

- 凍 冷凍品
- 冷 冷蔵品

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。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

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。

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

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