

# 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・おうちごはん!  
～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 8月4回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	8/17	8/18	8/19	8/20	8/21
定番品 のお届け	8/24	8/25	8/26	8/27	8/28
特別企画品 のお届け	8/31	9/1	9/2	9/3	9/4

2020年デビュー



夏休みもそろそろ終盤となり、今年も残り4カ月…早いですね。  
新しく仲間として加わった商品から人気者をご紹介します!



# 人気の新商品!! 集めました

**坂東市の新しい仲間の青木さん!  
生命力あるトマトをどうぞ**

青木さん

農薬無散布・  
化学肥料不使用  
自家製堆肥&ER菌で  
育てます

無農薬

※ER菌とは…発酵食品を  
ベースにした土壌改良剤で  
す。菌に含まれる酵素と微  
生物の力で、植物が本来持  
つ生命力を高めます。

FarmERS BandO青木農-en (茨城県・坂東市)

**11 青木さんのミニトマト**

微生物農法の力  
を使って土から健  
康に育てました。  
農薬無散布、化学  
肥料不使用。

150g (11~16個) **277円(税299円)**  
茨城県

**1尾から取れる量が限られる  
旨味濃い部位です!**

**12 紅鮭かま(甘塩)**

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)

6~8月にアラスカ湾で漁獲した紅鮭のかま部分です。脂  
のりも程よいです。甘塩タイプ(塩分2~3%)。

凍 300g(3~5切) **398円(税430円)** 通常税込 464円

紅鮭(アメリカ)

パリッと焼いて!  
おにぎりや  
お茶漬けにも!

**黒糖のほどよい甘さと  
銀だらが相性抜群♪  
じわじわ人気上昇中↑↑**

**13 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 2切120g **398円(税430円)** 通常税込 454円

銀だら(アメリカ)

ちょっと甘めで  
ご飯がすすむ!

**玉ねぎスライスを  
たっぷり敷いて**

**14 薫焼き鯉タキ  
「龍馬タタキ」**

一本釣りの脂のりの良い鯉を、四万十川流域の稲藁を  
使ってあぶりました。別添の無添加たれ付き。

凍 60日 1本300g、天日塩6g **1280円(税1382円)** 通常税込 1490円

かつお(三陸東沖太平洋)

「龍馬タタキ」  
おいしさのヒミツ  
★三陸のはるか東の太  
平洋上で一本釣りし  
た鯉のみを使用!  
★釣り上げたすぐに船内で  
急速凍結。だから新鮮!  
★1節ごと薫焼き。香  
ばしさが違います!

**ミールキットで一番人気!  
黒酢で味に深みをプラス**

**15 彩り野菜と  
国産豚の黒酢豚**

新鮮な野菜と豚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一つで簡単調理できます。

冷 2人前(約410g) **864円(税933円)** 通常税込 1037円

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

調理時間 準備品  
約6分 油

セット内容: 豚豚、カット野菜

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

**だしを活かした薄味仕立て  
体にうれしい5種の  
素材がたっぷり**

**16 五目豆煮**

遠慮食品 (埼玉県・越谷市)

大豆、蒟蒻、ごぼう、人参、昆布をかつおだしをベースに  
醤油、砂糖で味付。直火炊きのふくら仕上げ。

冷 90日 100g **298円(税322円)** 通常税込 329円

大豆(北海道)

**薬味の風味がクセになる!  
さっぱりした味わいの  
揚げ蒲鉾**

**17 長崎 野菜の香味揚げ**

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

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。

冷 30日 3枚 **277円(税299円)** 通常税込 310円

スケトウダラ・野菜(国内産)

**どこか懐かしさを感じる  
素朴な味わいのデザート**

**18 牛乳寒天 2個組**

酪王乳業 (福島県・郡山市)

生乳を60%以上使用し、練乳でコクをプラスした懐かし  
い味わいの牛乳寒天。

冷 19日 乳(70g×3)×2 **300円(税324円)** 通常税込 346円

生乳(福島県)

**常総生協オリジナル  
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。**

**19 ローズポーク小間切  
(タレ付)**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

冷 14日 250g **415円(税448円)** 通常税込 459円

豚肉(茨城県)

**ほどよい生姜が一口食べるとクセになる**

**20 香港黄金しょうが餃子**

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

一般的な生姜よりも辛み  
と香り成分が強い黄金生  
姜と国産野菜・豚肉・小麦  
使用で仕上げました。

凍 20個入 360g(18g×20) **398円(税430円)** 通常税込 442円

野菜・豚肉・小麦(国内産)

**おかずに・豆ごはんにも 重宝します**

**21 CO十勝の青えんどう豆  
200g**

日本生活協同組合連合会

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。

凍 200g **248円(税268円)** 通常税込 288円

青えんどう豆(北海道)

**一切れごとにカット済  
みです。蜂蜜の香りが  
ほんのり、しっとりお  
いしいカステラです。**

**22 5切 (約225g) 460円(税497円)** 通常税込 518円

**23 10切 (約450g) 820円(税886円)** 通常税込 907円

卵・小麦粉(国内産)

さかえ屋 (千葉県・松戸市)

**蜂蜜かすてら**

**ほんのり優しい甘さです  
国内産の小豆を、赤穂の天  
塩と洗双糖でふくらと仕  
上げました。甘さ控えめ  
で、飽きのこない味です。**

**24 国産ゆであずき缶**

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

お届けは  
9月1回に  
なります

160g **225円(税243円)** 通常税込 257円

小豆(国内産)

**まるやかで食べやすい蜂蜜**

**25 ブルガリア産  
菜の花はちみつ**

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

Non-GMO栽培ブルガ  
リア産ナタネ蜂蜜。結  
晶しやすい特徴があ  
りますが結晶しても栄養  
成分は変化  
ありません。

450g **1450円(税1566円)** 通常税込 1620円

はちみつ(ブルガリア)

## 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

ご不明な点が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] <sup>137</sup> 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] <sup>137</sup> Cs=9.4 <sup>134</sup> 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	



産地直送! 鈴木さんの梨 品種リレー第3弾

食味No.1とも「あきづき」が登場!

あきづきは「新高」×「豊水」×「幸水」を掛け合わせた、まさに良いとこどりの品種。比較的新しい品種ですが、生産者の間では「あきづきが1番美味しい」と言われるほど、評価が高い梨です。



お届けは9月中旬頃(お彼岸頃)の予定です

豊水 甘みと酸味のバランスがとれた品種。  
あきづき 酸味が少なく、上品な甘み特徴的。

※減農薬栽培

★同封の「宅配用紙」にも必ずお届け情報をご記入ください。

55 宅配 鈴木さんの梨 (あきづき)

3L13玉~14玉 5kg 4611円(税込4980円)



旬のおすすめ野菜大集合



オクラ クセ少なく、刻むと粘りができます。夏バテ予防にも良いとされる「ムチン」をふくみます。

なす 生でよし、加熱してよし、どんな味付けにも向く万能野菜です。



きゅうり 爽やかな香気と歯ごたえを楽しまししょう。皮には、抗酸化作用がある「カロテン」があります。

56 木村さんのオクラ

100g 156円(税込168円)

57 薄皮丸茄子

400g 389円(税込420円)

58 長島さんのきゅうり

500g(4~6本) 276円(税込298円)

59 天池さんのきゅうり (黒さんご)

3本 218円(税込235円)

60 木村さんのかぼちゃ

1玉(1.5kg~2kg) 400円(税込432円)

61 木村さんのピーマン

150g 155円(税込167円)

62 木村さんのなす

3本 162円(税込175円)

63 なす

5本 276円(税込298円)

64 枝豆(袋入)

300g 435円(税込470円)

65 枝豆

約200g 390円(税込421円)

66 だだちゃまめ

250g 480円(税込518円)

秋の味覚が早くも! ねっとり美味しい「里芋」



67 里芋

約400g 307円(税込332円)

生でバリバリサラダとしても美味!



72 長芋

200g 220円(税込238円)

炒め物にどうぞ!



73 500g

185円(税込200円)

70 ブロccoli



74 1kg

361円(税込390円)

71 大根



75 1kg

298円(税込322円)



77 1kg 310円(税込335円)  
78 3kg 888円(税込959円)



きのこを食べてよう  
79 えのき茸 200g 208円(税込225円)  
80 ブラウンえのき茸 200g 218円(税込235円)



81 舞茸 100g 196円(税込212円)  
82 生きくらげ 100g 250円(税込270円)



83 山田さんのしめじ 200g 226円(税込244円)  
84 エリンギ 100g 261円(税込282円)



85 安田さんのなめこ 70g 115円(税込124円)  
86 A品 100g 210円(税込227円)



87 B品 200g 225円(税込243円)





鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

118 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 米大少
約100g 418円(税込451円)
ほたて貝柱 (北海道)



またたか水産 (宮城県・石巻市)

119 がぜみそ (うに味噌漬)
旬の時期(6月~8月)の宮城県産天然きたむらさきうにを使用。仙台味噌、砂糖、日本酒で味付けしました。
凍 90日 米大
80g 598円(税込646円)
きたむらさきうに (宮城県)



センシン食品 (宮城県・名取市)

120 「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。
凍 米大少
100g 438円(税込473円)
するめいか (北海道)



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

121 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貝を、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 米大少
150g (6個) 380円(税込410円)
秋鮭 (北海道)



つかさ食品 (千葉県・南房総市)

122 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 米大少
6~7個 398円(税込430円)
さんま (北海道)



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。梅肉がさわやかです。
凍 180日 米大少
6~8個 385円(税込416円)
さんま (国内産)



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

124 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、ふくらみとしており、臭みありません。揚げてください。
凍 米大少
5~6枚 380円(税込410円)
真いわし (国内産)



共和水産 (岩手県・宮古市)

125 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 米大少
180g 380円(税込410円)
するめいか (三陸北部沖)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

126 エビ・ホタテ・タコ ミックス
むきエビ、タコ、ホタテ貝柱を使いやすいようにバラ凍結しました。スパゲティ、ピラフ、かき揚げ、シーフードサラダ等に。
凍 米大少
180g 398円(税込430円)
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)



マストミ (徳島県・徳島市)

127 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、グリソ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 米大少
80g x 2 480円(税込518円)
ピンチョウマグロ (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

128 かつお漬け丼用
モチリとした身質のかつおを適度な厚さにスライスしていただきます。食べ応えのある一品です。
凍 15日 米大少
80g x 2 480円(税込518円)
かつお (太平洋)



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 米大少
2枚180g 498円(税込538円)
さば (国内産)



松岡水産 (千葉県・銚子市)

133 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 米大少
40g x 2 480円(税込518円)
秋鮭 (北海道)



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 米大少
100g 480円(税込518円)
めばちまぐろ (太平洋)



札幌中一 (北海道・札幌市)

130 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 米大少
100g 528円(税込570円)
いか (北海道)



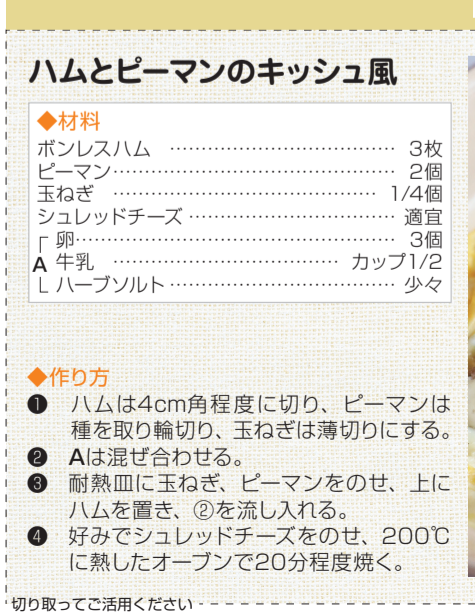
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

134 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、お茶漬け、パスタの具材などに。
凍 米大少
55g+15g 368円(税込397円)
すけそうだらの卵 (ロシア)



三河屋 (愛知県・岡崎市)

135 愛知産釜揚げしらす 徳用
大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げ(加熱蒸気加工)しました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。
凍 米大少
60g 290円(税込313円)
いわし稚魚 (愛知県)



丸友しまか (岩手県・宮古市)

136 丸友しまかのハンバーグ
気仙沼港に水揚げされたメカジキをハンバーグに。直径5cmでアレンジ自在。フライパン調理がおすすめ。
凍 60日 米大少
120g(4個) 380円(税込410円)
めかじき (太平洋)



またたか水産 (宮城県・石巻市)

137 冷凍あかもく
石巻・万石浦のあかもくです。粘り成分のフコイダンが豊富。味噌汁や吸い物、酢の物、天ぷらなどでどうぞ。
凍 90日 米大少
100g 330円(税込356円)
あかもく (宮城県)



松岡水産 (千葉県・銚子市)

138 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 米大少
180g(固形量120g) x 2 450円(税込486円)
さば (ノルウェー)



大黒淡水 (静岡県・焼津市)

139 うなぎ蒲焼 70g x 2
愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。糖とシンプルなお味。
凍 米大少
70g x 2、たれ・山椒付 2180円(税込2354円)
うなぎ (愛知県)

ハムのうまみでいただきます ふわふわの生地
●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
61 ピーマン 179 ポンレスハム 205 シュレッドチーズ

香ばしい香りが食欲をそそる 豆板醤を加えてパンチのある味に
●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
39 大葉 77 玉ねぎ 224 本味納豆

ハムとピーマンのキッシュ風
◆材料
ボンレスハム 3枚
ピーマン 2個
玉ねぎ 1/4個
シュレッドチーズ 適宜
卵 3個
A 牛乳 カップ1/2
L ハーブソルト 少々
◆作り方
1 ハムは4cm角程度に切り、ピーマンは種を取り輪切り、玉ねぎは薄切りにする。
2 Aは混ぜ合わせる。
3 耐熱皿に玉ねぎ、ピーマンをのせ、上にハムを置き、②を流し入れる。
4 好みにシュレッドチーズをのせ、200℃に熱したオーブンで20分程度焼く。

納豆チャーハン
◆材料
納豆 80g
玉ねぎ 1/4個
大葉 4枚
卵 1個
にんにく(薄切り) 1片
ご飯 400g
豆板醤 小1
醤油 大1
塩 適量
黒こしょう 適量
ごま油 適量
◆作り方
1 玉ねぎはみじん切り、大葉は細めに切り、納豆と卵は混ぜ合わせておく。
2 熱したフライパンににんにくと油を入れ、にんにくの香りが出たら一旦取り出しておく。
3 フライパンに豆板醤を入れて香りを出し、卵と納豆と玉ねぎを加えてほぐすように炒める。
4 ご飯を加え全体が混ざるように炒め、にんにくを戻して醤油、塩、黒こしょうで調味する。
5 皿に盛り、大葉を飾る。

## 鮮度、味の良い豚肉を使うから 余計なものは要らない



調理方法は、ほぼ家庭での調理と同じです。この豚どんの具に使っている玉ねぎも、加工してあるものではなく青果のまま仕入れ、玉ねぎの皮むきの段階から調理をしています。

化学調味料を使わないで、安全で美味しい豚肉を使い、シンプルな味付けにしました。お湯で温めてどうぞ。

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**140 中津豚どんの具 3パック**

冷蔵 賞6日 米大 小

135g×3 **801円** (税込 **864円**) (通常税込 **930円**)

豚肉 (神奈川県)

原材料: 豚肉、たまねぎ、醤油(丸大豆醤油)、純米酒、砂糖(粗糖)、みりん(味の母)、ワイン、しょうが

お得3パック

## 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。

ローズポークの豚バラ焼肉用、ローズスライス焼肉用、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

**141 ローズポーク徳用焼肉セット**

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

茨城県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

**142 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。

冷蔵 賞6日

250g **850円** (税込 **918円**)

茨城県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

**147 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

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**148 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。

冷蔵 賞4日

2枚200g **549円** (税込 **593円**)

神奈川県

しょうがをたっぷり使って「生姜焼き」

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。

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**149 中津豚ロースしょうが焼用**

冷蔵 賞4日

200g **545円** (税込 **589円**)

神奈川県

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**

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚「ローズポーク」を、生産者限定でお届けします。

冷蔵 賞6日

150g×2 **390円** (税込 **421円**)

茨城県

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**150 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。

冷蔵 賞4日

200g **471円** (税込 **509円**)

神奈川県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

**146 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。

冷蔵 賞6日

200g×2 **510円** (税込 **551円**)

茨城県

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**151 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。

冷蔵 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)

**152 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。

冷蔵 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)

**153 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。

冷蔵 賞4日

400g **900円** (税込 **972円**)

神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**154 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。

冷蔵 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)

**155 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。

冷蔵 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)

**156 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。

冷蔵 賞4日

200g **355円** (税込 **383円**)

神奈川県

JA全農いばらき (茨城県) 野口商店

**157 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

トトト回に煮込んで

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**158 豚なんこつ**

自社農場の豚のなんこつ。軟骨のまわりに肉がたくさんついているのでお買い得。バラ肉に近い場所です。

凍 賞120日

450g **450円** (税込 **486円**) (通常税込 **498円**)

豚なんこつ (神奈川県)

野菜を入れてちょうどいい、少し濃い味付けになっています

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**159 中津豚こま生姜焼き用(味付)**

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。

冷蔵 賞5日 米大 小

200g **407円** (税込 **440円**)

豚肉 (神奈川県)

※調理例

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**160 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 米大

200g **361円** (税込 **390円**)

豚モツ (神奈川県)

鶏肉

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

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**161 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 **370円** (税込 **400円**)

茨城県

100gあたり約176円

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**162 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 **490円** (税込 **529円**)

茨城県

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**163 つくば茜鶏 ムネモ小間切**

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

トマトと一緒に煮込んで!

若鶏のトマト煮

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**164 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用**

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

茨城県

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**165 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

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**166 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)

**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

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**168 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)

**169 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

福永産業 (福岡県・遠賀町)

**170 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)

**171 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

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。

**ふるさと**  
福永産業 (福岡県・遠賀町)  
**172 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

**ふるさと**  
福永産業 (福岡県・遠賀町)  
**173 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  
**174 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

**ふるさと**  
能勢農場 (大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
**175 焼肉屋さん上たれ付焼肉用**  
コース、モモなどの表面にオリジナルの中辛タレをぬっています。漬け込みと違うあっさり味です。  
凍 米 大小 300g **1650円**(税込**1782円**) 通常税込1825円  
牛肉(大阪府)

**ふるさと**  
能勢農場 (大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
**176 牛バラ切落し**  
旨みがたっぷりのバラ肉を使いやすい切り落としにしました。袋入りでお届けになります。  
凍 250g **1180円**(税込**1274円**)  
大阪府

**ふるさと**  
能勢農場 (大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
**177 牛ミンチ**  
2度挽きしている肉質がまるやかなミンチです。  
凍 200g **870円**(税込**940円**)  
大阪府

**ふるさと**  
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。

**ふるさと**  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**179 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 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

中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**180 中津皮なしペビーウィンナー**  
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ィンナー。  
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)  
**181 中津皮なしノンスパイスウィンナー**  
皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。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)

**ふるさと**  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**182 中津ポークウィンナー**  
海塩の旨味と香辛料が引きだしたシンプルな味。  
冷 賞7日  
120g **287円**(税込**310円**)  
豚肉(神奈川県)

**ふるさと**  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**183 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 賞180日  
6本120g **310円**(税込**335円**)  
豚肉(神奈川県)

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。  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**184 中津ショルダーベーコンスライス**  
冷 賞7日  
100g **380円**(税込**410円**)  
豚肉(神奈川県)

お弁当や朝食にぴったり!

**ふるさと**  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**188 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 賞20日  
200g **340円**(税込**367円**) 通常税込376円  
豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<4.2

**ふるさと**  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**189 鎌倉バラベーコンスライス×2**  
豚バラを塩漬、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 **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

**ふるさと**  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**190 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 **390円**(税込**421円**) 通常税込430円  
豚肉(神奈川県)

**ふるさと**  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**185 中津ミートのハンバーグ**  
牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。飽きのこないシンプルなおいしさのハンバーグです。  
凍 賞180日 卵乳小  
200g (100g×2) **360円**(税込**389円**)  
豚肉(神奈川県)

**ふるさと**  
秋川牧園(山口県・山回市)  
**186 サラダチキン(プレーン)**  
若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。お肉本来のうまみを味わっていただけるよう薄味に仕上げています。自然が流水解凍。お好みのサイズに切り分けてお召し上がりください。  
凍 米  
100g **359円**(税込**388円**)  
鶏肉(国内産)

**ふるさと**  
田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**187 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、卵でとじてどうぞ。  
凍 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)

**鈴木牧場**  
ピンは洗ってお返しく下さい  
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。



酪農家であっても自然分娩をモットーに

鈴木牧場では自然分娩を基本とし、人間はなるべく介助しないようにしています。ちなみに牛は産まれてから2年経つと成牛になり、子牛を産んで初めてお乳が出せます。妊娠、出産、搾乳。この繰り返しを管理しているのが酪農家の大切な仕事なのです。

ピンは再利用します。キャップ内側の白い円ボタンを取って、必ずご返却下さい

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

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に自家プラントで作りました。ノンホモ(脂肪球を砕いていない)なのでプツツと脂肪のかたまりができますが、口当たりに違和感なく、なめらかでやさしい味です。  
**石岡 鈴木牧場 さけるチーズ**  
**194 プレーン** 30g **181円**(税込**195円**)  
**195 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(茨城県・石岡市)  
**193 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ**  
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。  
冷 賞届いて7~11日 乳  
100g **500円**(税込**540円**)  
生乳(茨城県) [放]不検出<3.5<3.2

鈴木牧場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。  
**石岡 鈴木牧場 さけるチーズ**  
**194 プレーン** 30g **181円**(税込**195円**)  
**195 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。

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

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

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)

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。

サツラク低温殺菌牛乳  
**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

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。  
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  
6個入り **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)

**196** 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)

**197** 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)

**198** 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)

**199** 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)

**200** 2本組 生乳たっぷりのむヨーグルト

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

冷蔵 賞味19日 乳

180ml×2 **256円** (税込 **276円**)

生乳 (福島県)



酪王乳業 (福島県・郡山市)

**201** 5本組 生乳たっぷりのむヨーグルト

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

冷蔵 賞味19日 乳

180ml×5 **630円** (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

**202** 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)

**203** 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) 4個入

**204** 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)


**205** 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)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**206** 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)

**207** 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)

**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)

**208** おかべや 宴もめん

国産大豆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 (国内産)

**209** おかべや 雅きぬ

国産大豆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 (国内産)

丸和食品 (東京都・練馬区)

**212** 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)

**213** 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)

**216** 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)

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。

おかべや (神奈川県・相模原市)

**210** おかべや おぼろとうふ

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)

おかべや (神奈川県・相模原市)

**211** おかべや 白ごま葛とうふ

白ごまと葛粉、軽だし、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 大

100g **340円** (税込 **367円**)

葛粉 (鹿児島県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

**214** 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)

**215** 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)

**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 大 小

10枚 **395円** (税込 **427円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

JAやさと (茨城県・石岡市)

**223** 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)

**224** 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)

**225** 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** 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

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)

**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

水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

**226** 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)

**227** 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、仕込む前日に挽き割り、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)

登喜和食品 (東京都・府中市)

**228** 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)

丸和食品 (東京都・練馬区)

**220** 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)

**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 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

**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)

**229** 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)

**230** 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)

**231** 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 大

200g **240円** (税込 **259円**)

もずく (沖縄県)

まるたか水産 (宮城県・石巻市)

**232** 三陸べっぴんわかめ

三陸の外湾産。薄く、シャキシャキしながらも軟らかく、程よい歯ごたえが特長の塩蔵わかめ。

冷蔵 賞味50日

100g **280円** (税込 **302円**)

わかめ (宮城県)

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 大 小

150g **210円** (税込 **227円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.4



夏に食べたいさっぱりメニュー



**特**

地粉、契約卵を練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みできゅうり、ハム、卵などを添えて。

金子製麺 (神奈川県・中井町)  
**233 あしがら車屋 冷やし中華(2食入)**  
冷蔵21日 卵大 小  
麺120g×2 スープ745g×2 **370円(税込400円)** 通常税込410円  
小麦(国内産)



**特**

庄内名産の温海かぶらを、酢、食塩、砂糖のみで漬け込みました。独特の辛味があり、歯ざわりの良い漬物です。

たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)  
**234 卵豆腐**  
遺伝子組換えでない飼料を使用した養鶏卵。調味料も国内産原料使用。  
冷蔵12日 卵大 小  
120g×2 **280円(税込302円)** 通常税込313円  
卵(徳島県)



**特**

庄内名産の温海かぶらを、酢、食塩、砂糖のみで漬け込みました。独特の辛味があり、歯ざわりの良い漬物です。

月山農場 (山形県・酒田市)  
**235 月山赤かぶ漬(スライス)**  
冷蔵30日 米  
120g **160円(税込173円)** 通常税込178円  
赤かぶ(山形県) [放]不検出<3.2<4.1

熟練の職人技が冴える 直火釜炊き

日々変わる気温や湿度、素材の状態にあわせ、微妙な火加減が欠かせない直火釜。その加減を調整できるのは、創業以来の変わらぬ製法を受け継いだ職人の技術と経験がすべて。一般的には、操作が容易で生産効率の高いスチーム蒸気釜が主流ですが、醤油の香ばしさを素材にのせ、ふっくら上げることができる直火釜は遠忠食品の味の原点です。



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**236 国産葉唐辛子(三河みりん使用)**  
冷蔵90日 米大 小 30g **270円(税込292円)** 通常税込302円  
葉唐辛子(国内産)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**237 きゃらぶき(三河みりん使用)**  
冷蔵90日 米大 小 40g **255円(税込275円)** 通常税込292円  
ぶき(岩手県)

岩手県産の山ぶきを素材の風味を生かして醤油、水あめ、国産さつまいも使用、みりんのみで仕上げました。ご飯のおかず、お弁当、おにぎりの具などに。



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)  
**238 切昆布の煮物**  
食感の良い切昆布を鯉節、宗田鯉節、椎茸、昆布、鰯の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。  
冷蔵90日 米大 小  
120g **310円(税込335円)**  
昆布(北海道)



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。  
金子製麺 (神奈川県・中井町)  
**239 地粉餃子の皮**  
冷蔵14日 小  
20枚 **205円(税込221円)**  
小麦(国内産)



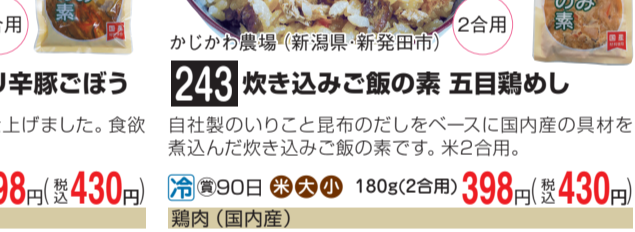
共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**240 内麦焼そば(ソース無)**  
国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。  
冷蔵6日 卵小  
150g×3 **197円(税込213円)**  
小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



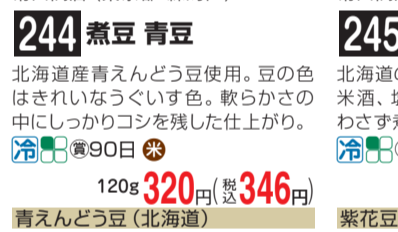
金子製麺 (神奈川県・中井町)  
**241 あしがら車屋 味噌ラーメン(2食入)**  
地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。  
冷蔵21日 卵大 小  
麺120g×2 スープ47g×2 **375円(税込405円)**  
小麦(国内産)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市) 2合用  
**242 炊き込みご飯の素 ピリ辛豚ごぼう**  
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) **398円(税込430円)**  
豚肉(国内産)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市) 2合用  
**243 炊き込みご飯の素 五目鶏めし**  
自社製のいりごと昆布のだしをベースに国内産の具材を煮込んだ炊き込みご飯の素です。米2合用。  
冷蔵90日 米大 小 180g(2合用) **398円(税込430円)**  
鶏肉(国内産)



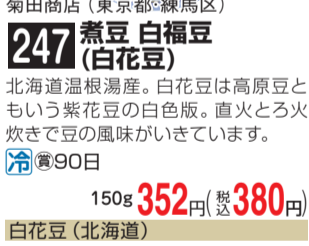
菊田商店 (東京都・練馬区)  
**244 煮豆 青豆**  
北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいなうぐいす色。軟らかさの中にしっかりとコシを残した仕上がり。  
冷蔵90日 米  
120g **320円(税込346円)**  
青えんどう豆(北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)  
**245 煮豆 お福豆(紫花豆)**  
北海道産の紫花豆を、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)



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した魚肉ソーセージ。  
山九水産 (山口県・長門市)  
**246 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)



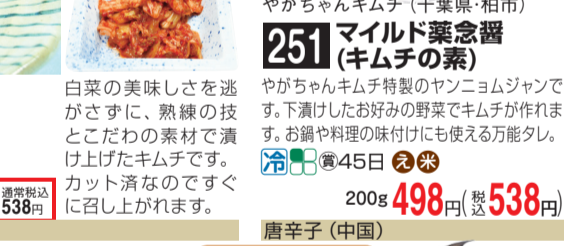
菊田商店 (東京都・練馬区)  
**247 煮豆 白福豆(白花豆)**  
北海道温根湯産。白花豆は高原豆ともいう紫花豆の白色版。直火とろ火炊きで豆の風味がいきています。  
冷蔵90日  
150g **352円(税込380円)**  
白花豆(北海道)



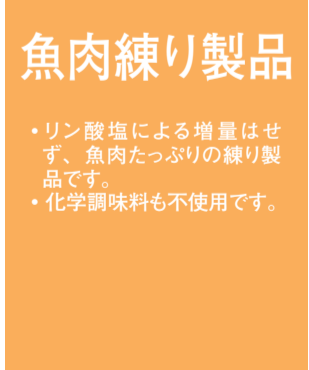
たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)  
**248 地鶏そぼろ**  
遺伝子組換えのない飼料で育てた鶏肉を、醤油、味の母、砂糖で味付け。お弁当やチャーハンに。  
冷蔵13日 米大 小  
100g **255円(税込275円)**  
鶏肉(徳島県)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)  
**249 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。  
冷蔵90日  
80g **170円(税込184円)**  
生姜(高知県)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)  
**251 マイルド薬念醬(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。  
冷蔵45日 米  
200g **498円(税込538円)**  
唐辛子(中国)



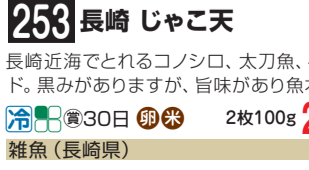
**魚肉練り製品**  
・リン酸塩による増量はせず、魚肉たっぷりの練り製品です。  
・化学調味料も不使用です。



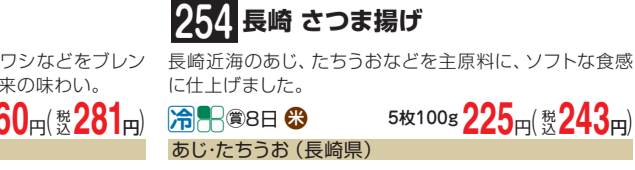
トマトと一緒にみれ汁で  
いわしやあじを主原料の無リンすり身にいわしほぐし身をを加え、合わせ味噌でいわしの風味を活かしました。汁物に入ると良いダシが出ます。  
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**252 長崎 いわし団子**  
冷蔵29日 卵米大  
4個112g **300円(税込324円)**  
いわし(国内産)



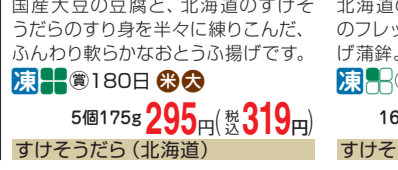
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**255 ささがきごぼう さつま揚げ**  
北海道のすけそうだらのすり身に国産ささがきごぼうを混ぜ、食べやすいサイズに揚げました。  
凍蔵180日 米  
130g **347円(税込375円)** 通常税込389円  
すけそうだら(北海道)



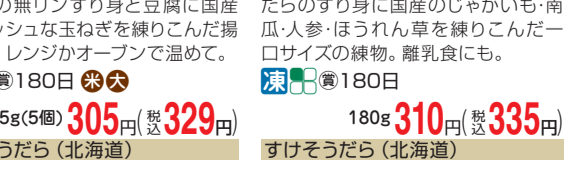
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**253 長崎 じゃこ天**  
長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。  
冷蔵30日 卵米  
2枚100g **260円(税込281円)**  
雑魚(長崎県)



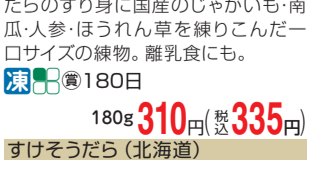
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**254 長崎 さつま揚げ**  
長崎近海のあじ、たちうおなどを主原料に、ソフトな食感に仕上げました。  
冷蔵8日 米  
5枚100g **225円(税込243円)**  
あじ・たちうお(長崎県)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**257 おとうふ揚げ**  
国産大豆の豆腐と、北海道のすけそうだらのすり身を半々に練りこんだ、ふんわり軟らかなおとうふ揚げです。  
凍蔵180日 米大  
5個175g **295円(税込319円)**  
すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**258 玉ねぎ揚げ**  
北海道の無リンすり身と豆腐に国産のフレッシュな玉ねぎを練りこんだ揚げ蒲鉾。レンジかオーブンで温めて。  
凍蔵180日 米大  
165g(5個) **305円(税込329円)**  
すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**259 お魚あられ**  
たらのすり身に国産のじゃがいも・南瓜・人参・ほうれん草を練りこんだ一口サイズの練物。離乳食にも。  
凍蔵180日  
180g **310円(税込335円)**  
すけそうだら(北海道)

冷凍食品

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

かぼちゃ イズックス (東京都・中央区)
260 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)

ミックスベジタブル 日岡商事 (兵庫県・加古川市)
261 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 417円(税込450円) 通常税込462円
野菜(北海道)

サラダやまぐろ丼に COアボカド(ダイスカット)150g 日本生活協同組合連合会
262 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。
150g 297円(税込321円)
アボカド(ペルー)

ランチや小腹の わかめ(韓国)
266 わかめどっさりうどん
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。鯉、昆布ダシの関西風つゆで。
2食入
2食556g 341円(税込368円) 通常税込378円

COとろろ芋(大和芋入り)40g×4袋入 日本生活協同組合連合会
263 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。
40g×4袋 314円(税込339円)
長芋・大和芋(国内産)

マッシュポテトベース 大進食品(神奈川県・横浜市)
264 マッシュポテトベース
北海道産の美味しいじゃがいもを皮ごと蒸し、皮むき後に裏ごしして冷凍。解凍はレンジで1個約3分(500W)。
375g(3個入) 273円(税込295円) 通常税込308円
馬鈴薯(北海道)

北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ 大進食品(神奈川県・横浜市)
265 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) 通常税込430円
生乳(北海道) [放]不検出<3.4 <4.6

冷凍うどん 日岡商事(兵庫県・加古川市)
267 冷凍うどん
国産小麦粉と食塩のみで作りまし。凍ったまま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。
200g×3玉 412円(税込445円)
小麦粉(国内産)

野菜たっぷりチャンポン 本場九州産のちゃんぽん麺! 日岡商事(兵庫県・加古川市)
268 野菜たっぷりチャンポン
沸騰した湯に凍ったまま入湯がくだけ。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。
280g(麺130g) 380円(税込410円)
小麦(国内産)

お弁当におかずにおかず! ニッコー(神奈川県・大和市)
271 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ
白身魚のすり身とごぼうを合わせて揚げました。こしょう風味が美味。お弁当にも、レンジかトースターで。
8個入 160g 327円(税込353円) 通常税込373円
ごぼう(国内産)

鶏のから揚げ マストミ(徳島県・徳島市)
272 鶏のから揚げ
無投葉の山神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。
200g 425円(税込459円)
鶏肉(徳島県)

マム海老とオーガニックペンネのグラタン 大進食品(神奈川県・横浜市)
273 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×2 550円(税込594円)
海老(マレーシア)

太巻寿司 ポニラスター(石川県・白山市)
269 太巻寿司
干びょう煮、厚焼き卵、椎茸煮、桜でんぶ、三つ葉の具を太巻に。レンジで解凍して。椎茸、干びょうは中国産。
8切300g 446円(税込482円)
米(国内産)

プチ焼きおにぎりしょう油味 日岡商事(兵庫県・加古川市)
270 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。
276g(12個入り) 474円(税込512円)
[放]不検出<4.1 <4.5

お弁当用ソースメンチカツ ニッコー(神奈川県・大和市)
274 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。
20g×6 310円(税込335円)
鶏肉・豚肉(国内産)

マグロの塩麹竜田 マストミ(徳島県・徳島市)
275 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。
150g 420円(税込454円)
びんちょうまぐろ(太平洋)

鶏レバー甘辛焼き 秋川牧園(山口県・山口市)
276 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、甘辛いたれをからめました。湯煎かレンジで。
120g 378円(税込408円)
鶏肉(山口県、他)

生姜とごま油の風味が香ります 若鶏塩麹漬け 秋川牧園(山口県・山口市)
281 フライパンで簡単若鶏塩麹漬け
ムネ肉を塩麹に漬け、軟らかさと旨みを引き出しました。解凍後焼いて。
150g 315円(税込340円) 通常税込360円
鶏肉(山口県、他)

家庭で作るような優しい味わい 若鶏手羽先煮物 秋川牧園(山口県・山口市)
282 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、味よく染み込ませた煮物に仕上げました。レンジか湯煎で。
180g 468円(税込505円) 通常税込526円
鶏肉(山口県、他)

芋棒 鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市)
277 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) 通常税込499円
鳴門金時芋(徳島県)

ごまポテ さつまいも(国内産)
278 ごまポテ
さつまいも(国内産紅はるか)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)

鳥天 秋川牧園(山口県・山口市)
279 鳥天
若鶏ムネ肉の天ぷら。ふんわりとした衣が新食感。ポン酢、塩等との相性よし。トースターかレンジで温めて。
200g 435円(税込470円)
鶏肉(山口県、他)

彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ2パック ニッコー(神奈川県・大和市)
280 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。
(70g×3)×2 850円(税込918円)
大豆・鶏肉(国内産)

フライパンで簡単若鶏塩麹漬け 秋川牧園(山口県・山口市)
281 フライパンで簡単若鶏塩麹漬け
ムネ肉を塩麹に漬け、軟らかさと旨みを引き出しました。解凍後焼いて。
150g 315円(税込340円) 通常税込360円
鶏肉(山口県、他)

若鶏手羽先煮物 秋川牧園(山口県・山口市)
282 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、味よく染み込ませた煮物に仕上げました。レンジか湯煎で。
180g 468円(税込505円) 通常税込526円
鶏肉(山口県、他)

白海老の甘みが美味しい仕上げはトースターかグリルで! 日岡商事(兵庫県・加古川市)
286 白えびかきあげ
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。
160g(2枚入) 504円(税込544円) 通常税込564円
野菜(国内産)

一口ほおばれば舌の上に館のスープが! 飛鳥食品(東京都・江戸川区)
283 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 280g 472円(税込510円) 通常税込526円
豚肉(国内産)

トクスイ餃子 トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
284 トクスイ餃子
豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りしました。ニラの風味が控えて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)

しそさっぱり餃子 ニッコー(神奈川県・大和市)
285 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)

黒酢の酢豚 マストミ(徳島県・徳島市)
290 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 595円(税込643円)
豚肉(北海道)

パリッと本格春巻(国産さくらげ入) 大進食品(神奈川県・横浜市)
287 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、パリッとした食感が楽しめます。
5本200g 391円(税込422円)
さくらげ・豚肉・小麦(国内産) [放]不検出<4.0 <4.0

国産原料にこだわったお徳用春巻 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
288 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420g 410円(税込443円)
小麦(国内産)

飛鳥の手作り帆立シューマイ 飛鳥食品(東京都・江戸川区)
289 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)

黒酢の酢豚 マストミ(徳島県・徳島市)
290 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 595円(税込643円)
豚肉(北海道)

※盛付け例

### すいたときに

#### ランチ おやつにどうぞ

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

**291 ライスバーガー てりやきチキン**  
 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。加工濃粉：全体の0.6%

凍 米 大 小 5個575g **787円** (税込 **850円**) (通常税込 862円)

米 (国内産)・鶏肉 (国内産)

### クリーミーで ちょうどいい甘さです

ニッコー (神奈川県・大和市)

**294 大判焼き(白あん)**

4個入 4個340g **380円** (税込 **410円**) (通常税込 430円)

凍 卵 小 小麦 (国内産)

### おやつや夜食 弁当などに

アイケイ食品 (埼玉県・川口市)

**292 国産豚角煮ちまき**  
 国産もち米をサワラ材せいでじっくり蒸し国産干ししいたけを混ぜたおこわに国産豚角煮をトッピング。

凍 米 大 小 320g(4個入) **958円** (税込 **1035円**) (通常税込 1065円)

米・豚肉 (国内産)

### 組合員さんの声!!

大判焼きの白あんを企画してください

はちみつが入ったしつとりとした皮で、大手亡豆から作った口当たりの良い甘さの白あんを包みました。

### オレンジキャンデー

無茶々園の柑橘果汁を使用。ビート糖のみを使った無添加のアイスキャンデー。

ネージュ (大阪府・八尾市)

**295 オレンジキャンデー** 6本入

凍 65cc×6 **565円** (税込 **610円**) (通常税込 634円)

オレンジ (愛媛県)

### ネージュのアイス★

使用したブルーベリーを、砂糖を加えずにそのまま使用しています。

ネージュ (大阪府・八尾市)

**296 ブルーベリーキャンデー** 6本入

凍 65cc×6 **565円** (税込 **610円**) (通常税込 634円)

ブルーベリー (カナダ)

### 阿波鶏のあんかけ唐揚げお惣菜プレート

徳島県ブランドの阿波すだち鶏の唐揚げ、茄子の揚げ浸し、ひじきと大豆の煮物、青菜とちりめんお浸しをセット

大進食品 (神奈川県・横浜市)

**293 阿波鶏のあんかけ唐揚げお惣菜プレート**

凍 米 大 小 250g **691円** (税込 **746円**) (通常税込 756円)

鶏肉 (徳島県)

### オレンジアイス

北海道のよつ葉牛乳をベースによつ葉生クリーム、蜜糖、秋川牧園の卵白だけのシンプルなアイスクリーム。

ネージュ (大阪府・八尾市)

**297 (小) 120ml** 120ml **216円** (税込 **233円**) (通常税込 242円)

120ml **298 450ml** 450ml **728円** (税込 **786円**) (通常税込 836円)

牛乳 (北海道)

### 阿波鶏のあんかけ唐揚げお惣菜プレート

徳島県ブランドの阿波すだち鶏の唐揚げ、茄子の揚げ浸し、ひじきと大豆の煮物、青菜とちりめんお浸しをセット

大進食品 (神奈川県・横浜市)

**293 阿波鶏のあんかけ唐揚げお惣菜プレート**

凍 米 大 小 250g **691円** (税込 **746円**) (通常税込 756円)

鶏肉 (徳島県)

### ネージュのアイスクリーム

北海道のよつ葉牛乳をベースによつ葉生クリーム、蜜糖、秋川牧園の卵白だけのシンプルなアイスクリーム。

ネージュ (大阪府・八尾市)

**297 (小) 120ml** 120ml **216円** (税込 **233円**) (通常税込 242円)

120ml **298 450ml** 450ml **728円** (税込 **786円**) (通常税込 836円)

牛乳 (北海道)

### 腸内環境を整えて

毎日のスプーン1杯で お腹がすっきり!と リビーター増加中★

プレマラボ (東京都・中央区)

**豆汁グルト** 凍 120日 大 小

**299 1個** 450g **1200円** (税込 **1296円**)

**300 4個セット** 450g×4個 **4320円** (税込 **4666円**)

大豆 (北海道)

大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品。毎日大さじ1杯食べることで腸内細菌が増え、腸の力を高めます。

大豆 (北海道)

私はこちらの風に乗って食べてます

半解凍で小分け後、再凍結可

お届けは9月1回になります

### 芽吹き屋

#### 冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

**303 芽吹き屋 田舎風あんだんご**

国産うるち米が主原料。こしあんは北海道産小豆使用。1串2玉で食べやすいサイズ。自然解凍で。

凍 米 大 小 5本200g **340円** (税込 **367円**)

小豆 (北海道)

### 食品調味料

常総生協がおすすめる調味料の基本は「さ・さすせそ(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。

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

**304 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 米 大 小 4個220g **332円** (税込 **359円**)

よもぎ (国内産)

### 食品調味料

通常のお砂糖と同じようにお使い下さい

常総生協がおすすめる調味料の基本は「さ・さすせそ(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。

常総生協 (愛知県・名古屋)

**508 粗精糖 (自然派style)** 1kg **340円** (税込 **367円**)

砂糖 (鹿児島県)

常総生協 (愛知県・名古屋)

**511 波照間島特産 黒糖かちわり** 200g **290円** (税込 **313円**) (通常税込 324円)

黒糖 (沖縄県)

### 海の精

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。

海の精 (東京都・大島町)

**516 海の精 500g**

500g **1200円** (税込 **1296円**)

海水 (伊豆大島近海) [放] 不検出 <1.9 <1.6

### 有機純米酢

利尻昆布と枕崎の鰹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。

飯尾醸造 (京都府・宮津市)

**519 有機純米酢**

創健社 (神奈川県・横浜市)

500ml **395円** (税込 **427円**)

米 (国内産)

### 富士ピクル酢

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。

飯尾醸造 (京都府・宮津市)

**307 富士ピクル酢**

360ml **580円** (税込 **626円**)

米 (京都府)

入正醤油 (千葉県・東庄町)

**523 入正特醸醤油**

1ℓ **350円** (税込 **378円**)

大豆 (アメリカ、ブラジル)

### 丸大豆減塩しょうゆ

丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。一般のしょうゆに比べて食塩50%カット。

キノエネ醤油 (千葉県・野田市)

**526 丸大豆減塩しょうゆ**

大 小 1ℓ **440円** (税込 **475円**)

大豆 (アメリカ、他)

### 手造りみそ

茨城県産大豆と、国産米こうじを使い、3ヶ月熟成で色を白く仕上げました。塩分12%。

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

**308 沼屋 手造りみそ**

1kg **530円** (税込 **572円**)

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <2.5 <2.9

### 三州三河みりん

「米一升・みりん一升」の本場三河の伝統製法で作られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさです。

角谷文治郎商店 (愛知県・碧南市)

**505 三州三河みりん**

700ml **1025円** (税込 **1128円**)

米 (国内産)

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

**552 エキストラ パージンオリーブ油**

430g **2300円** (税込 **2484円**) (通常税込 2700円)

オリーブ (イタリア)

### 常総だし醤油

「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。

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

**528 常総だし醤油**

大 小 360ml **540円** (税込 **583円**)

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.1

### 二八の匠 八割そば

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

三上製麵 (埼玉県・所沢市)

**310 二八の匠 八割そば**

200g×2 **420円** (税込 **454円**)

そば (国内産)

### 純正胡麻油太白

厳選した胡麻を炒らずに低温圧搾しました。胡麻本来の旨味が活き、無色無臭で普段使いできる油です。

九鬼産業 (三重県・四日市市)

**312 九鬼 純正胡麻油太白**

340g **630円** (税込 **680円**)

胡麻 (ナイジェリア、他)

バターの代わりにもして

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料などに

国産油原料である米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でさらさらとせいのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでいます。ビタミンE、植物ステロール、γオリザノールやトコフェールなどを含んでいます。

ポーソー油脂 (千葉県・船橋市)

**313 米油**

910g **675円** (税込 **729円**) (通常税込 754円)

米糠 (国内産)

### ゆず醤油 かけぼん

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したぼん酢醤油。マイルドな味わいなので、いろいろな料理に合います。

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

**309 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

### 2倍希釈タイプ かつお香るごまみそめんとつゆ

鰹だしをきかせたつゆに、ねぎごま、すりごま、信州みそを加えました。香り豊かでコクのあるつゆです。

ポールスタア (東京都・東村山市)

**311 かつお香るごまみそめんとつゆ**

455g **410円** (税込 **443円**) (通常税込 454円)

### 九鬼 純正胡麻油太白

厳選した胡麻を炒らずに低温圧搾しました。胡麻本来の旨味が活き、無色無臭で普段使いできる油です。

九鬼産業 (三重県・四日市市)

**312 九鬼 純正胡麻油太白**

340g **630円** (税込 **680円**)

胡麻 (ナイジェリア、他)

バターの代わりにもして

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料などに

国産油原料である米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でさらさらとせいのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでいます。ビタミンE、植物ステロール、γオリザノールやトコフェールなどを含んでいます。

ポーソー油脂 (千葉県・船橋市)

**313 米油**

910g **675円** (税込 **729円**) (通常税込 754円)

米糠 (国内産)

残暑もカレーでのりきろう!!

常総生協オリジナル

組合員が意見を出しあい、使用原料のどこと品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレーク状のカレールウ。牛脂は和牛生脂使用。



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)



314 カレーパウダー 18種のスパイスをブレンドした、さわやかで切れ味の良い辛味と香りのパウダー。 340円(税込367円)

冷やしてもおいしく召し上がれます

318 おばあちゃんのなすのごまびたしのたれ 焼いた茄子にかけただけで簡単に作れます。 220円(税込238円)

炒め物料理(チャンプルー)やポークたまごに

319 らくちん沖縄ポーク(ランチョンミート) 「沖縄県産豚肉」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。 340円(税込367円)

320 天ぷら粉 岐阜県産小麦粉を主原料に、北海道産契約栽培馬鈴薯でんぷ、膨張剤には内モンゴル産(中国産)天然素材の重曹を使用しています。 375円(税込405円)

小麦粉、化学調味料不使用

315 カレーの壺 ひよこ豆カレー 辛さ控えめ スリランカ独特のスパイスで調味されたカレー味のペースト「カレーの壺」の配合を元、具とココナツミルクを入れて調味し、「あとは食べるだけ」の状態にした本格的なスリランカカレーです。 390円(税込421円)

316 カレーの壺ピリッとスパイスチキンカレー 平飼いたまねぎとココナツミルクを合わせ、パンチのあるスパイスで仕上げました。 390円(税込421円)

317 カレーの壺とろとろのナスのポークカレー 豚肉にとろとろのナスとココナツミルクを合わせて、絶妙なスパイスで程よい辛さに仕上げました。 390円(税込421円)

321 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。 150円(税込162円)

322 利尻とろろ昆布 味の良い利尻昆布と真昆布、米酢を使用して仕上げたふんわり優しい食感のとろろ昆布です。 350円(税込378円)

559 徳用利尻昆布カットタイプ 利尻昆布の徳用タイプを12cmにカット。澄んだダシが特長。 490円(税込529円)

323 桃花林 棒棒鶏ソース ねりごまの香りと程よい酸味が食欲をそそります。 360円(税込389円)

324 ハロードレッシング 香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。 430円(税込464円)

325 昆布旨辛ばんす ビ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、だいたい果実がたっぷり。 600円(税込648円)

326 有機 シナモンスティック 有機栽培。シナモンティヤカプチーノ、チャイはもちろん、お菓子や料理のアクセントに幅広く使えます。 280円(税込302円)

654 いらぬか 蒸気を使用しているため、均一に煎らせています。 500g 110円(税込119円)

327 お湯で溶ける粉末寒天 食物繊維が豊富な海藻を粉末状にしました。 330円(税込356円)

328 小豆島手延べオリブそうめん 国産小麦粉、伯方の塩、小豆島のオリブオイルを使い、小豆島の湧き水で練り込み、熟成させました。 380円(税込410円)

329 ひもかわうどん 1.5cmの幅広麺です。季節の野菜と煮込んだり、冷たい「ざる」でもつるつるとなめらかな舌ざわり、もちもちの歯ごたえを楽しめます。 160円(税込173円)

586 三陸岩手のカットわかめ 早採り品を使用。肉厚で軟らかいのが特長。 270円(税込292円)

330 はねだし焼きのり全型10枚×2袋 厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物の中から、小穴や破れ、縮みなどはお出ししたものを。 470円(税込508円)

331 タカノツメ(おきたま) 山形・おきたま興農舎の伊藤さん達より。 200円(税込216円)

332 一味 国産のとうがらしを職人がていねいに、じっくりと煎り上げました。 375円(税込405円)

532 有精卵 マヨネーズ 九州久住高原の有精卵と压榨一番しほりべに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。 360円(税込389円)

333 乾燥まいたけ 新鮮な舞茸をまるごと乾燥しました。 550円(税込594円)

334 宮崎県産 どんこしいたけ 宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。 920円(税込994円)

634 パスタ 北海道産小麦スパゲティタイプ 北海道産100%。 320円(税込346円)

653 はるさめ 九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。 110円(税込119円)

597 ねばり昆布と 経節のふりかけ 鹿儿島産の本枯れ経節、北海道産の粘りのある昆布などをブレンド。 430円(税込464円)

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。 345円(税込373円)

335 南高梅干(白) 豊かな香りと果皮、果肉の軟らかさを生かして、うす味で仕上げた白梅干です。 550円(税込594円)

336 きのこと山菜 炊き込みご飯の素 長野森林組合(長野県・長野市) 220g 340円(税込367円)

577 チキンコンソメ 国産鶏を原料にした、化学調味料不使用のコンソメパウダー。 348円(税込376円)

667 COひじきドライパック 110g 水戻し不要の素材任。 190円(税込205円)

337 さらしあん 小豆の風味が活きた、さらしあんです。 290円(税込313円)

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。 320円(税込346円)

338 いらごま(金ごま) 栽培期間、無農薬、無肥料の自然栽培の金ごまです。 575円(税込621円)

339 趙さんの味 コチュジャン 料理にひとさじ加えれば、まるやかな辛味でコクのある味わいに仕上がります。 520円(税込562円)

340 焼き塩さば 銚子港で水揚げされた旬のさばに純米酒をふりかけ、直火であぶってから缶に詰め加熱しました。 349円(税込377円)

341 アーモンド(無塩) カリフォルニア産のアーモンドを、国内でロースト。 580円(税込626円)

342 ヨーグルトと食べるドライフルーツ 砂糖を加えずにもしっかり甘味が感じられるよう、ドライマンゴー、ドライクランベリー、レーズン、ドライパイナップルの4種をミックスしました。 570円(税込616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

**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 卵乳小

15g×4 **215円**(税込**232円**)  
じゃがいも(国内産)

**698** 草加せんべいしょうゆ

原材料：うるち米、醤油、麦芽糖、てんぷん  
◎120日 米大 小

7枚 **350円**(税込**378円**)

**710** CO 食べる煮干42g

瀬戸内産の小麦を100%使用。カルシウム豊富な、まるごと食べられる煮干です。原材料：片口いわし、食塩  
◎180日 42g **190円**(税込**205円**)  
片口いわし(瀬戸内海)

**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(にばな黄色素、アナトー色素、紫コーン色素)  
◎180日

110g **188円**(税込**203円**)  
【放】不検出 <3.2 <3.6

# 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

**343** 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)  
◎90日 大 小

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  
◎180日 米大 小

20枚 **175円**(税込**189円**) 通常税込 **204円**  
小麦(国内産) 【放】不検出 <3.7 <4.4

**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(にばな黄色素、アナトー色素、紫コーン色素)  
◎180日

110g **188円**(税込**203円**)  
【放】不検出 <3.2 <3.6

**354** 豆かんてん・黒糖

原材料：天草、赤えんどう、黒糖  
◎90日

155g **270円**(税込**292円**)  
天草(国内産)

**356** マヌカはちみつ

抗菌性に優れたはちみつとして有名です。ニュージーランドをはじめヨーロッパでは医薬品としても使われています。

180g **6000円**(税込**6480円**)  
はちみつ(ニュージーランド)

**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(カタクチイワシ)、粗糖、食塩、胡麻(白すりごま、黒すりごま)、アサヒ、ハトムギ粉末、小麦胚芽、酵母エキス  
◎120日 米大 小

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

**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  
◎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

**350** CO 南部せんべい 落花生 6枚

東北地方の伝統的焼き菓子です。小麦粉を練り上げて成型し、片面に落花生をまぶして焼き上げました。  
◎90日 米小

6枚 **150円**(税込**162円**)  
小麦(オーストラリア、アメリカ、日本、カナダ)

**355** きな粉黒みつ寒天

原材料：天草、黒糖、きな粉  
◎90日 大

160g **270円**(税込**292円**)  
天草(国内産)

**556** メープルシロップアンバー

サウワエア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ヨーグルト、紅茶に。

250g **850円**(税込**918円**)  
楓樹液(カナダ)

**344** 玄米おこし

原材料：玄米、黒砂糖、水飴、菜種油、きな粉(製造ラインで落花生の使用あり)  
◎90日 米大

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

**347** 麩菓子(国産原料100%)

原材料：砂糖、水飴、黒糖、梅肉エキス  
◎90日 小

12本 **170円**(税込**184円**)  
黒糖(沖縄県) 【放】不検出 <3.5 <3.5

**351** 梅エキス飴

原材料：砂糖、水飴、黒糖、梅肉エキス  
◎90日 小

80g **265円**(税込**286円**)

**738** みんなのお茶

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。

8g×30 **740円**(税込**799円**)  
はと麦(栃木県、徳島県)

**345** スweet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)  
◎120日 85g

**150円**(税込**162円**)  
とうもろこし(アメリカ)

**348** 天日干しさいり 落花生300g

千葉八街産。今ではめずらしくなった天日干し乾燥。香りが高く、甘みも強いです。原材料：落花生  
◎90日 米

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

**353** トコゼリー ピーチ

原材料：砂糖、水飴、黒糖、梅肉エキス  
◎120日

130g **175円**(税込**189円**)  
天草(国内産)

**736** 山野草配合 どくだみ茶

どくだみを始め10種類の野草をバランスよくブレンドし、日常のお茶として飲みやすく仕上げています。  
◎90日 米

4.5g×40 **550円**(税込**594円**)  
どくだみ(中国)

**346** 国産野菜のかりんとう

原材料：小麦粉、植物油(米油、菜種油)、砂糖(粗糖、てん菜糖)、水飴、野菜粉末(にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、ごぼう)、食塩、イースト  
◎90日 米小

20g×4 **240円**(税込**259円**) 通常税込 **268円**  
小麦(国内産) 【放】不検出 <3.8 <3.7

**358** 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。小袋の中身をお椀に入れ熱湯を約160ml注いで軽くかき混ぜてください。  
◎90日 米大 小

8袋 **980円**(税込**1058円**) 通常税込 **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

**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。  
◎90日 米大 小

500g **420円**(税込**462円**)

**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。  
◎90日 米

900ml **390円**(税込**429円**)

**842** パックス ソルティーはみがき

塩のちからで歯肉炎(歯槽膿漏、歯肉炎)を予防して歯ぐきを健康やかに保つ、塩入り石けんはみがき。  
◎90日 米

120g **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。  
◎90日 米

1.8ℓ **700円**(税込**770円**)

**888** かや生地折り重ね台ふきん

1枚布のカヤ生地を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。  
◎90日 米

5枚組 **665円**(税込**732円**)

# 重曹

## を上手に使って お掃除!

### 重曹が掃除に向く理由

重曹は弱アルカリ性。酸性の汚れに出会うと中和、分解をはじめ、汚れが落ちやすくなります。酸性の汚れは油污れの他にも代表的な汚れで言えば皮脂汚れがあり、キッチンだけでなく、お風呂の湯アカ、部屋の手アカ、フローリングの汚れなどにも効果的です。

### 重曹の主な使い方

- ① 重曹水 (日常的なお掃除に)**  
重曹水は水100mlに対して粉末の重曹小さじ1杯をよく混ぜれば完成です。空のスプレーボトルに入れて使いやすい場所に置いておけば、使い勝手がよく便利。キッチンの油污れやお風呂の皮脂汚れ、フローリングの汚れなどにスプレーして雑巾で拭き取るだけ。
- ② 粉のまま**  
研磨効果が高く得られるのが、粉末のまま重曹を使うことです。湯呑の茶渋や鍋の焦げ付きの上に直接粉の重曹を振りかけてスポンジですれば、重曹の高い研磨作用によって、ごびりついた汚れを磨き落とすことができます。
- ③ ベースト状**  
重曹水を使った掃除では落とせなかった汚れにおすすめなのが、重曹ペースト。重曹3の分量に対して水1を混ぜ合わせて作ります。落としたい汚れの箇所に重曹ペーストを塗り、しばらく放置して重曹と汚れを中和させたあと、スポンジなどでこすると、頑固な汚れも落とすことができます。

**823** パックス 重曹

細かく柔らかな粒子が食器を傷つけず汚れを落とします。水に溶かすと弱アルカリ性になり汚れを分解して、洗浄します。  
◎90日 米

600g **250円**(税込**275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。

## おかべや天然パン工房



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**359 おかべや 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  
賞届いて2日 米 大 小  
半斤3枚 **185円**(税込 **200円**)  
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**361 おかべや 豆乳ノースライスパン**  
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)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**362 おかべや くるみのプチパン**  
2個  
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  
賞届いて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)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**363 おかべや 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)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**364 おかべや もっちり玄米五穀パン**  
3個  
原材料:小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち栗、もちきび、もち麦、ういろう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩  
賞届いて2日 米 大 小  
3個 **387円**(税込 **418円**)  
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**365 おかべや クロワッサン**  
2個  
原材料:小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、塩  
賞届いて2日 乳 米 小  
2個 **353円**(税込 **381円**)  
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**366 おかべや 豆ぱん**  
2個  
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  
賞届いて2日 乳 米 大 小  
2個 **333円**(税込 **360円**)  
金時豆(国内産)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**367 おかべや 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/酒精、香料  
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)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**368 おかべや 豆乳ショコラ**  
3個  
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  
賞届いて2日 乳 米 大 小  
3個 **361円**(税込 **390円**)  
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)  
**369 おかべや 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)

### 自家製酵母パン

賞届いて1~2日 小  
Le Lourdes(神奈川県・中井町)  
**370 パン・ド・ミ(食パン) 1斤**  
6枚  
**270円**(税込 **292円**)  
**371 ノースライス**  
**260円**(税込 **281円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

(レ・ルルド)  
**Le Lourdes**  
※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります  
賞届いて1~2日 小  
Le Lourdes(神奈川県・中井町)  
**372 パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤**  
8枚  
**425円**(税込 **459円**)  
**373 ノースライス**  
**415円**(税込 **448円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

※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。  
賞届いて1~2日 小  
Le Lourdes(神奈川県・中井町)  
**374 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

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります  
賞届いて1~2日 小  
Le Lourdes(神奈川県・中井町)  
**375 内麦クロワッサン**  
10個  
賞届いて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

お徳な20個入りは16ペーシ  
10個入り  
バネックス(長野県・伊那市)  
**376 内麦クロワッサン**  
賞届いて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

お徳な20個入りは16ペーシ  
10個入り  
バネックス(長野県・伊那市)  
**377 内麦クロワッサン**  
賞届いて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

童仙房茶舗(京都府・南山城村)  
**376 童仙房 有機上煎茶**  
100g **1100円**(税込 **1188円**)  
緑茶(京都府)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)  
**377 童仙房茶舗 有機茶玄米茶**  
120g **550円**(税込 **594円**)  
緑茶(京都府)、玄米(国内産)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)  
**378 童仙房茶舗 有機抹茶**  
30g **1300円**(税込 **1404円**)  
緑茶(京都府)

ランカスター(千葉県・千葉市)  
**379 アールグレイティー(ティーバッグ)**  
2g×20 **480円**(税込 **518円**)  
紅茶(スリランカ)、香料(スリランカ)

ランカスター(千葉県・千葉市)  
**380 アッサムティー(リーフ)**  
100g **550円**(税込 **594円**)  
紅茶(インド)

ランカスター(千葉県・千葉市)  
**381 ルイボスティー(ティーバッグ)**  
2g×30 **570円**(税込 **616円**)  
ルイボス茶(南アフリカ)

プレス・オールタイム(東京都・目黒区)  
**382 サンタ・フェリサコーヒー(豆)**  
200g **900円**(税込 **972円**)  
コーヒー豆(グアテマラ)

森文醸造(愛媛県・内子町)  
**750 フレッシュアセロラ**  
480ml **1660円**(税込 **1793円**)  
アセロラ(国内産)

ヒカリ食品(徳島県・上坂町)  
**383 有機アップルサイダー+レモン250ml**  
250ml **140円**(税込 **151円**)  
有機りんご(アルゼンチン、セルビア他)

三里塚物産(千葉県・成田市)  
**384 無農薬の にんじんジュース100%**  
320g **450円**(税込 **486円**)  
人参(千葉県) [放]不検出 <3.6 <4.1

三里塚物産(千葉県・成田市)  
**385 しそジュース(希釈用)**  
210g **370円**(税込 **400円**)  
しそ(千葉県) [放]不検出 <3.2 <3.9

天領酒造(岐阜県・羽呂市)  
**747 造り酒屋の甘酒のもと**  
500g **530円**(税込 **572円**)  
米(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 **280円**(税込 **302円**)  
レモン(広島県)

長野興農(長野県・長野市)  
**386 信州まるごとりんごジュース**  
160g×30 **2880円**(税込 **3110円**)  
りんご(長野県)

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

青森県・新農業研究会の減農薬栽培のりんご果汁70%に、熊本県・くまもと有機の会の減農薬栽培のりんご果汁30%を加えました。  
**388 アップルキャロット**  
190g×30 **4100円**(税込 **4428円**)

日本生活協同組合連合会  
**754 CO ただの炭酸水 200ml**  
200ml×24 **1248円**(税込 **1344円**)

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)  
**769 井筒ワイン 白辛口**  
720ml **1200円**(税込 **1320円**)  
ぶどう(長野県)

井筒ワイン(長野県・塩尻市)  
**389 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)

林農園(長野県・塩尻市)  
**390 五一わいん 草生栽培メルロ**  
720ml **1667円**(税込 **1834円**)

末廣酒造(福島県・会津美里町)  
**391 マッコリ風の酒「白」**  
720ml **950円**(税込 **1045円**)  
米(国内産)

寺田本家(千葉県・神崎町)  
**392 五人娘 純米吟醸酒 1800ml**  
1800ml **3500円**(税込 **3850円**)  
米(茨城県) [放]不検出 <3.3 <3.3

ミールキット 1,000食突破! 今週のらくうまごはん♪ 全品特価

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。



利用された方から 美味しいの声が届いています

忙しい時、大変助かります。簡単に調理ができてとてもいいと思いました。味付けが少々濃くしてあるので、次回注文した時には、家にある野菜を少し加えて調理するとボリュームアップするし、味付けも、まろやかになるかと思えます。(牛久市:Nさん)

手早く調理できて、味付けも本格的な照り焼きを作ることができました。たれと具の割合も丁度良い印象です。美味しいいただきました!(龍ヶ崎市:Kさん)



調理時間 準備品 約6分 油

セット内容: 調理肉、カット野菜

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**393 国産豚の回鍋肉セット**

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。

冷蔵届いて1~2日 卵米大小

2人前(約360g) **855円(税込923円)** 通常税込1026円

キャベツ(国内産)、豚肉(香川県、徳島県)



調理時間 準備品 約7分 油

セット内容: 調理肉、カット野菜、カシューナッツ

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**394 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め**

新鮮でおいしい野菜とナッツの食感が絶妙です。下処理、カット済みなので手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵米大小

2人前(約340g) **899円(税込971円)** 通常税込1078円

玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)

白身魚の旨味と野菜がマッチ



調理時間 準備品 約5分 油

セット内容: 調理魚、カット野菜

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**395 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬**

新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。

冷蔵届いて1~2日 卵米大小

2人前(約375g) **899円(税込971円)** 通常税込1078円

玉ねぎ(国内産)、シイラ(長崎県)

豆腐入りでふんわり食感



調理時間 準備品 約5分 油

セット内容: 調理豆腐(鶏)、カット野菜

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**396 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め**

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。

冷蔵届いて1~2日 卵米大小

2人前(約450g) **832円(税込899円)** 通常税込998円

豆腐・玉ねぎ(国内産)

ご飯との相性バッチリ♪



調理時間 準備品 約5分 油

セット内容: 調理肉、カット野菜

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**397 国産豚の野菜炒め**

新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。スタミナ肉入りソースはご飯との相性バッチリ。

冷蔵届いて1~2日 卵米大小

2人前(約510g) **899円(税込971円)** 通常税込1078円

キャベツ(国内産)、豚肉(鹿児島)

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ヶ番号」となりました。注文書の6ヶ番号に記載をお願いします。

**契約(定期購入) 登録者募集中!** 水海道のめぐみちゃん 黒澤さんのひとめぼれ

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

■契約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希望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

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

**水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)**

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) **1630円(税込1760円)**

502042 つや姫(玄米) **1565円(税込1690円)**

502043 つや姫(胚芽精米) **1690円(税込1825円)**

502044 ひとめぼれ(白米) **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。

**502075 雑穀ブレンド** 400g **711円(税込768円)**

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

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	白米	玄米
茨城県	めぐみちゃん(生産者10名)	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	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	不検出	不検出
	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)。

# 非常時の対策は常に怠らずに!

## 防災特集

日常生活で消費しながら備蓄するローリングストックにもぴったりの商品が大集合。



ナガノトマト(長野県・松本市) **30缶**  
**400** 信州生まれの美味しいトマト(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×30 **2600円(税込2808円)**  
 トマト(長野県)

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。



岩手県 **757** 龍泉洞の水 2L×6本 **前日OK!**  
 岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)  
 2L×6 **1100円(税込1188円)** 通常税込1404円  
 [放] 不検出 <0.5 <0.5



日本生活協同組合連合会 **403** CO おいしい赤飯 160g×3個パック **特**  
 国内産水稲もち米と北海道産小豆を使用したレトルト包装米飯。レンジ、湯せんで調理可能。  
 180日 米 160g×3 **330円(税込356円)** 通常税込367円  
 小豆(北海道)

もち米は庄内産のでわのもち。減農薬・無化学肥料栽培。



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) **404** 玄米丸もち **特**  
 90日 米 500g **635円(税込686円)** 通常税込697円  
 玄米もち米(山形県) [放] 不検出 <1.5 <1.4



森乳業(埼玉県・行田市) **407** わたしとぼくのコーヒーミルク **特**  
 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。  
 120日 乳 200ml **110円(税込119円)** 通常税込124円  
 生乳(国内産)



人気のクロワッサンを20個入りでお届け **特**  
 パネックス(長野県・伊那市) **408** 内麦クロワッサン 20個 **特**  
 内麦小麦を使用したクロワッサン。賞味期限45日と日持ちするので、ストックにもおすすめ。  
 45日 卵 米 小麦 20個 **1110円(税込1199円)** 通常税込1242円  
 小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2



まいわしを天然醸造醤油ときび糖で薄味に仕上げました。1缶3尾前後。 **特**  
 信田缶詰(千葉県・銚子市) **まいわし和風煮** **398** 4缶 **特**  
 100g×4 **640円(税込692円)** 通常税込736円  
**399** 12缶 **特**  
 100g×12 **1860円(税込2009円)** 通常税込2074円  
 いわし(銚子沖) [放] 不検出 <4.0 <3.1



日本生活協同組合連合会 **680** COいわし蒲焼 100g×3 **前日OK!**  
 米養豊かないわしを甘さ控えめに味付けしました。そのままおかずにしたり、あたたかいご飯にのせても。  
 米 100g×3 **430円(税込464円)** 通常税込475円  
 いわし(国内産、メキシコ)



茹で時間約4分 **特**  
 日本製麻(富山県・砺波市) **401** 早ゆでローマンスパゲッチ **特**  
 早ゆでパスタ1.8mm 業務サイズ大容量3kg 食感にこだわった早ゆでパスタです。もちもちとした食感です。  
 3kg **980円(税込1058円)** 通常税込1080円  
 小麦(カナダ、他)



日本生活協同組合連合会 **402** COおいしいご飯3個パック **特**  
 山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。  
 200g×3 **330円(税込356円)** 通常税込367円  
 米(山形県) [放] 不検出 <3.3 <3.7



創健社(神奈川県・横浜市) **405** お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋 **特**  
 無かんすい麺。スープは丸鶏だしと野菜、醤油の旨味で仕上げたスッキリとした味わいです。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。  
 150日 米 75g×3 **510円(税込552円)** 通常税込567円



創健社(神奈川県・横浜市) **406** お湯かけ麺 シーフードしおラーメン 3袋 **特**  
 無かんすい麺。魚介類や玉ねぎのおいしさが凝縮されたスープに、のど越しの良い麺がよく合います。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。  
 150日 米 73g×3 **510円(税込552円)** 通常税込567円



ニッコウ(神奈川県・大和市) **411** 照り焼きミートボール **特**  
 鶏肉・豚肉(国内産) **12個** **380円(税込410円)** 通常税込427円  
 180g **418円(税込451円)** 通常税込473円



大人気! 黒豚の旨みたっぷり **特**  
 飛鳥食品(東京都・江戸川区) **413** 飛鳥の黒豚シューマイ **特**  
 豚肉と鶏肉で作ったミートボールにあんをかけ、お弁当にも使いやすい小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。  
 120日 米 12個 180g **393円(税込424円)** 通常税込435円  
 豚肉(国内産)



甘くて美味しい! 鳴門金時芋の味が楽しめます **特**  
 マストミ(徳島県・徳島市) **414** 鳴門金時のお弁当コロquette **特**  
 鳴門金時芋のもっちり食感と甘みに生クリームをコクを加え、甘辛く味付けしたマグロをアクセントにしました。  
 90日 卵 米 小麦 120g(5個入り) **278円(税込300円)** 通常税込340円  
 さつまいも(徳島県)



佐井村漁協(青森県・佐井村) **416** 津軽海峡 鮭フレーク **特**  
 鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料: 秋鮭、菜種油、食塩  
 90日 100g **498円(税込538円)** 通常税込562円  
 秋鮭(青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4



大新(鳥取県・境港市) **415** 4種野菜のおさかなつくね **特**  
 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。  
 180日 卵 米 小麦 330g (つくね10個、タレ40g×2) **418円(税込451円)** 通常税込473円  
 あじ(国内産)



お弁当にもピッタリ **特**  
 秋川牧園(山口県・山口市) **412** チキンナゲット **特**  
 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。  
 15日 卵 米 小麦 200g **412円(税込445円)** 通常税込457円  
 鶏肉(山口県、他)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) **417** 鎌倉あらびきウインナー×3 **特**  
 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。  
 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 <3.4 <4.5



大紀コープファーム(奈良県・五條市) **418** 小梅干し **特**  
 大紀の小梅を低農薬栽培のしそ、沖縄の塩で漬けた梅干し。天日干しをしています。塩分16~18%。  
 90日 120g **340円(税込367円)** 通常税込378円  
 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

### 表示マークのご案内

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

**お届け時の温度帯**  
 凍 冷凍品  
 冷 冷蔵品  
 ・表記のないものについては常温でのお届けです。  
 ・農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。  
**その他**  
**前日OK!** は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。  
**ふるさと便** は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。  
**無農薬** は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

**アレルギー表示**  
 卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに  
 ・「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認ください。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。  
 ※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。  
 ・アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

**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しょう!