

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
ネット注文登録

tel: 0297-48-4911
fax: 0297-45-6675

2020年 9月2回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	8/31	9/1	2	3	4
定番品 のお届け	9/7	8	9	10	11
特別企画品 のお届け	9/14	15	16	17	18

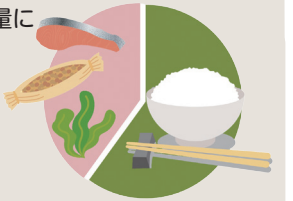
日本型食生活のススメ

常総生協がおすすめする「日本型食生活」とは、お米を主食にしながら主菜、副菜に加え、適度に牛乳や乳製品を取り入れるバランスのとれた食事のこと。9月に入る今、改めて自分の食生活を見直してみませんか?

健康で経済的な暮らしって?

日本の伝統的食文化と「粗食」をオススメしています

- 動物性たんぱく質は良質なものを適量に
- 主食(ごはん)は雑穀を混ぜて、副菜より多めに
- ミネラルや食物繊維の摂取を心がけましょう(海藻や乾物)
- 味噌・納豆など発酵食品を常食しましょう etc.



詳しくは 今週配布のNews letterをご覧ください



古米消費にご協力ください!

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回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。



JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)
502001 水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

5kg **2300円**(税込**2484円**) 通常税込**2538円**
茨城県 [放] 不検出 <0.1 <0.1



JAやさと(茨城県・石岡市)
11 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)2個組

冷賞7日 米大小 (35g×3)×2 **268円**(税込**290円**) 通常税込**320円**
大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.0 <3.9

特
ロシア産の紅鮭を切り身にして10切パックにしました。バラ凍結。
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
12 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

凍賞180日 10切 550g **1480円**(税込**1598円**) 通常税込**1663円**
紅鮭(ロシア)

特
佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
13 天日干しアジ

凍賞30日 4枚 210g以上 **528円**(税込**570円**) 通常税込**592円**
真あじ(佐賀県)

特
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
14 子持ちからふとししゃも

凍賞180日 7~12尾 150g **298円**(税込**322円**) 通常税込**346円**
からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

特
塩屋(茨城県・ひたちなか市)
15 徳用 潤沼のしじみ(冷凍)

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

1日1杯が元気の源
お味噌汁
かつお節等のだしと具材と混ぜて味噌玉を作っておいても

とろろ里布 + しょうが
ごま+ねぎ
大根葉+葉
豚のり+鮭

塩分9%
やまこみそ(茨城県・守谷市)
16 やまこ味噌(粒・甘口)

凍賞120日 米大 1kg **600円**(税込**648円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

塩分11%
やまこみそ(茨城県・守谷市)
17 やまこ味噌(濃・中辛)

凍賞120日 米大 1kg **600円**(税込**648円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

特
生産者・リアス常総の「絆」です
リアス(千葉県・船橋市)
18 石巻十三浜産 絆わかめ

凍賞90日 100g **370円**(税込**400円**) 通常税込**410円**
わかめ(宮城県) [放] 不検出 <4.2 <4.6

特
お鍋、炒め物にもどうぞ!
無農薬
上野さん達(栃木県・上三川町)
19 長ねぎ

凍賞90日 500g **206円**(税込**222円**) 通常税込**238円**
栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7

旬の根菜をたっぷり入れて
「豚汁」

木村さん
木村農園(茨城県・つくば市)
21 木村さんのごぼう

凍賞180日 400g **192円**(税込**207円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8

煮物でどうぞ!
無農薬
小型で、軟らかく粘りがある芋です。栽培管理を徹底することで味良く仕上げられています。農業無散布。
西岡さん達(熊本県)・加瀬さん達(千葉県)
20 里芋

約400g **307円**(税込**332円**)
熊本県、千葉県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山
22 ローズポーク 徳用小間切

凍賞6日 200g×2 **510円**(税込**551円**)
茨城県

今年も「おでん」
シーズンスタートです!

シーズン初
長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)
23 長崎 漁師町おでんだね(つゆ付)

凍賞30日 卵米大小 5種12個254g、つゆ80ml **639円**(税込**690円**) 通常税込**713円**
たら(国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)

おでんと一緒に煮込んでホロホロ食感!
特
肉質は少し硬めですが、脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。
田仲さん達(茨城県・桜川市)
24 つくば茜鶏 モモ

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

シーズン初 おでんと一緒にきのこご飯!
特
鶏肉と秋の味覚きのこ5種類を使った、ボリュームのある炊き込みご飯の素。生きのこで作りました。
かじか農場(新潟県・新発田市)
25 炊き込みご飯の素きのこ五目

凍賞90日 米大小 (2合用) 170g(2合用) **389円**(税込**420円**) 通常税込**430円**
ぶなしめじ(国内産)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

ご不明な点が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	

農産

・地産地消が基本です。土づくりを大切に考える生産者の農産物です。
 ・野菜についてはネオニコチノイド系農薬は使用しておりません。

今週のテーマは

「食生活を見直そう」です。果菜類が終盤を迎え、根菜類が主役になってきます。ぜひ旬のものを取り入れて健康的に過ごしましょう。



無農薬



上村さん達 (青森県・おいらせ町)

26 人参(洗い)

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。

500g **205円**(税込**221円**)
 青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



中村さん達 (群馬県・長野原町)

27 キャベツ

うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農薬に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。

1玉 **210円**(税込**227円**)
 群馬県 [放] 不検出 <0.3 <0.3

豚汁は 具たくさん でいこう♪



シーズン初

まごころの里 (北海道・栗山町)

28 玉ねぎ

丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。

1kg **200円**(税込**216円**)
 北海道



ケーアイ農産 (青森県・八戸市)

29 じゃがいも

サラダ、粉ふきいも、マッシュポテト、味噌汁の具材等何にでも。品種は男爵(だんしゃく)、減農薬栽培。

約1kg **340円**(税込**367円**)
 青森県

ご存じでしたか?

千葉県 松戸発祥

二十世紀梨!

シーズン初

山梨や近畿地方が主産地の梨ですが、発祥は「松戸市」という事をご存じでしたか?明治21年に千葉県八柱村(現・松戸市)の松戸覚之助によって発見されました。現在は「幸水」「豊水」が有名ですが、この両品種とも二十世紀の血を受け継いだ子孫に当たります。



甘さ★★★★
 酸味★
 食感シャリシャリ

青梨系の代表品種。程よい甘さと豊富な果汁が人気の梨。奈良県五條市の6人の生産者から。減農薬栽培。

大紀コープファーム (奈良県・五條市) **梨(二十世紀)**

30 3玉 3玉800g以上 **680円**(税込**734円**)

31 2kg箱 (6~8玉) **1250円**(税込**1350円**)
 奈良県

お買い得な 2kg箱も!



別名、水晶梨とも言われるほど透明感があり、多汁です。「甘さ」に特化した品種が多い中、甘味と酸味のバランスが良く、根強いファンも多いです。

農産担当より

シーズン最終・ご利用ありがとうございました

栄養果実

ブルーベリーはドライフルーツとして有名ですが、そのまま果実としても美味しくお召し上がりいただけます。食物繊維、ビタミンEが多く「肌荒れ防止」に、鉄分が多く「貧血防止」の効果など各栄養成分が高いことから、「ミラクルフルーツ」とも呼ばれています。



全体的にシワができたら熟したサイン。濃厚でねっとりしたブルーベリーをお楽しみいただけます。



長野県



畑さか達 (長野県・小布施町)

32 ブルーベリー

ビタミン、鉄分豊富。程よい甘味と酸味があります。減農薬栽培。

約500g **598円**(税込**646円**)

From おきたま興農舎



生産者の本田さん達

シーズン初



おきたま興農舎・尾箸さん (山形県・高島町)

34 りんご(さんざ)

3玉 (600~800g) **426円**(税込**460円**)
 [放] 不検出 <4.0 <4.1
 山形県



33 りんご(あかね)

晩夏~初秋にかけて収穫される早生品種。紅玉系で、やや小振りで酸味が強いりんご。アップルパイ等のお菓子作りにも。減農薬栽培。

4玉 (800g~1kg) **490円**(税込**529円**)
 [放] 不検出 <3.5 <3.7
 山形県



おきたま興農舎・横山さん (山形県・高島町)

35 レッドハートレット(洋梨)

3玉 **462円**(税込**499円**)
 [放] 不検出 <3.6 <4.1
 山形県



36 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。

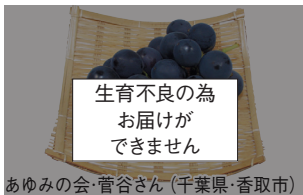
3個入り **370円**(税込**400円**)
 ニュージーランド



37 梨(豊水)

梨園の土作り、環境作りを重視し、健全な樹、食べて元気になるような梨作りに取り組んでいます。減農薬栽培。

約1kg **825円**(税込**891円**)
 [放] 不検出 <3.8 <3.1
 栃木県



生育不良の為 お届けができません

巨峰

甘くて豊富な果汁が人気のぶどうです。1房単位ではなく400g規格のご案内です。減農薬栽培。

約400g **731円**(税込**789円**)
 [放] 不検出 <3.6 <2.9
 千葉県

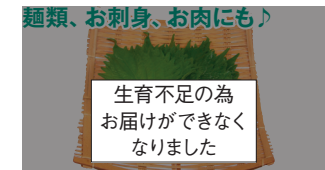


ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)

40 ペルーバナナ

小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。

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



あゆみの会・吉田さん達 (茨城県・行方市)

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**)
 [放] 不検出 <4.4 <4.2
 茨城県



櫻谷さん達 (熊本県)

42 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかったいます。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



竹村さん (茨城県・かすみがうら市)

43 竹村さんのにんにく

自分の子供に食べさせられるものをモットーに自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。

300g **580円**(税込**626円**)
 茨城県



大紀コープファーム・しょうが生産者グループ (奈良県)

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



とさやま開発公社 (高知県・高知市)

45 みょうが

この香りで夏を実感。季節を感じることができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。

50g **200円**(税込**216円**)
 高知県



渥美農園 (静岡県・浜松市)

46 渥美さんのすだち

酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。旬のさんま等の焼き魚に最適。減農薬栽培。

約150g **185円**(税込**200円**)
 静岡県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



あゆみの会・吉田さん達 (茨城県・行方市)

47 ベビーリーフ

クセがなく食べやすく、袋からサッと取り出し盛り付けるだけで色鮮やかなサラダの完成です。農薬無散布。

35g **130円**(税込**140円**)
 茨城県



イバラキ食品 (茨城県・石岡市)

48 もやし

筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。

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



木村農園 (茨城県・つくば市)

49 木村さんのきゅうり

サラダ、漬物、炒めものなどあると便利な野菜です。夏の水分補給にも。害虫が大量発生した場合のみ農薬対応。

3本 **165円**(税込**178円**)
 茨城県



おきたま興農舎・丹野さん達 (山形県・高島町)

50 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**)
 [放] 不検出 <4.1 <4.0
 山形県



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

51 チンゲン菜

柔らかくてクセがない中国野菜。サイズが小さい時は3株になる場合もあります。減農薬栽培。

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

JOSOのトマトで美味しくリコピンチャージ!

鮮度と歯ごたえが良いです。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。



あゆみの会・篠塚さん達 (千葉県・香取市)

52 ミニトマト

150g **230円**(税込**248円**)
 [放] 不検出 <4.0 <3.6
 千葉県

パリッとした食感です。果肉は緻密でかちりちりしていて、酸味が少なく甘みの強いトマトです。減農薬栽培。



木村農園 (茨城県・つくば市)

53 木村さんのアイコトマト

200g **220円**(税込**238円**)
 茨城県

大玉で食べ応え抜群! 完全させた大き目のトマトです。多少スレがあります。減農薬栽培。



木村農園 (茨城県・つくば市)

54 木村さんの大玉トマト

500g **277円**(税込**299円**)
 茨城県

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。



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

55 長島さんのトマト

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



中村さん達 (群馬県・長野原町)
56 レタス
高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。農業無散布。

1玉 200円(税込216円)
群馬県 [放] 不検出 <3.6 <3.8



中村さん達 (群馬県・長野原町)
57 サニーレタス
サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がり下さい。農業無散布。

1玉 183円(税込198円)
群馬県 [放] 不検出 <2.7 <3.1



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城市)
60 小松菜
アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) 150円(税込162円)
茨城県



林さん達 (千葉県・多古町)
61 小松菜
ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農業無散布。

1束(250g) 220円(税込238円)
千葉県 [放] 不検出 <3.8 <4.4



樺沢さん (群馬県・前橋市)
58 つる菜
クセや苦みが少なく、シャキッとした食感です。熱湯にて4~5分ゆで、冷水にひたすと一層美味しく召し上がれます。減農薬栽培。

200g 192円(税込207円)
群馬県



木村農園 (茨城県・つくば市)
59 木村さんのモロヘイヤ
エジプト原産でめるとした粘りが特長の、栄養価の高い野菜です。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。

100g 152円(税込164円)
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)
64 長島さんのきゅうり
旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農業無散布・無化学肥料栽培。

500g(4~6本) 276円(税込298円)
茨城県



土れ味農園 (茨城県・石岡市)
65 天池さんのきゅうり(黒さんご)
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。農業無散布。

3本 218円(税込235円)
茨城県



松浦さん達 (山形県・鶴岡市)
66 枝豆
品種は「湯あがり娘」他。枝から外した状態でお届けします。減農薬・無化学肥料栽培。

約200g 390円(税込421円)
山形県



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
67 だだちゃまめ
庄内地方では枝豆の最高峰です。昔から作られてきた在来の品種で、味わい深い豆です。農業無散布。

250g 480円(税込518円)
山形県 [放] 不検出 <2.3 <2.9

野菜サポート会員 (継続募集)
これは、地場野菜に余剰が出た場合のたすけあいの制度です。消費することで、地場産物を無駄にせず、また生産者の野菜を知るきっかけにもなります。

野菜サポート会員申込書
サポート会員は2020年8月の時点で150名ですが、これから秋作が始まり余剰がやすい時期です。みんなで地場野菜を食べて健康な体を作っていきましょう!



央戸さん (北海道・士別市)
69 スイートコーン
品種は高糖度の「ゆめのコーン」を主に作付け。お届け当日に湯通しして下さい。減農薬栽培。

2本 500円(税込540円)
北海道



木村農園 (茨城県・つくば市)
70 木村さんのなす
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

3本 162円(税込175円)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2



稲葉さん達 (茨城県・結城市)
71 なす
少し遅く定植し、晩秋まで収穫する作型。気温差が大きくなるにつれ、実の糖度が増えてきます。減農薬栽培。

5本 276円(税込298円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9



米内口さん達 (青森県)
72 ブロッコリー
樹に応じたバランスの良い栽培で、きめ良く、酸化しにくく、後味のよいブロッコリーです。減農薬栽培。

1個 310円(税込335円)
青森県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



まごころの里山本さん達 (北海道・栗山町)
73 ぼっちゃんかぼちゃ
ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農業無散布。

1~2玉約280g 230円(税込248円)
北海道



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)
74 微生物農法の会のかぼちゃ
栗系でホクホク感、甘みのある美味しいかぼちゃです。蒸して。天ぷらやスープでも。農業無散布。

1玉 495円(税込535円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.2



川島さん達 (群馬県・長野原町)
75 大根
自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬・無化学肥料栽培。

1本(900g以上) 192円(税込207円)
群馬県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



微生物農法の会・大和田さん達 (茨城県・行方市)
76 大和田さんのさつまいも
品種は紅はるか。ネットリした食感で甘みがあり、毎シーズン好評です。農業無散布。

1kg 398円(税込430円)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



上村さん達 (青森県・八戸市)
77 長芋
産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

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



上村さん達 (青森県・おいらせ町)
78 人参(洗い)
炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農業無散布。

1kg 380円(税込410円)
青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5



まごころの里 (北海道・栗山町)
79 玉ねぎ
丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。

3kg 570円(税込616円)
北海道



まごころの里・吉田さん達 (北海道・栗山町)
80 サラダ白玉ねぎ
真っ白な品種の玉ねぎ。甘みがあり、さっと水に通すだけで食べられます。減農薬栽培。

500g 250円(税込270円)
北海道



山田さん (茨城県・つくば市)
81 山田さんのしめじ
ひらたけのしめじです。おがくずに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。

200g 226円(税込244円)
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7



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

200g 208円(税込225円)
長野県



丸金(長野県・長野市)
83 ブラウンえのき茸
白えのきにはない、コクのある味が特徴。

200g 218円(税込235円)
長野県



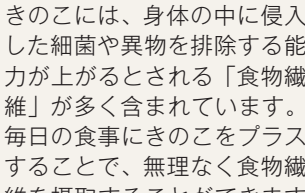
村上さん (栃木県・高根沢町)
84 舞茸
衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

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



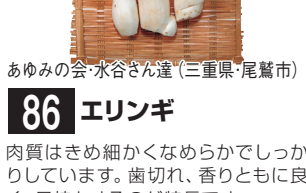
村上さん (栃木県・高根沢町)
85 生きくらげ
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダどうぞ。

100g 250円(税込270円)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)
86 エリンギ
肉質はきめ細かくなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするが特長です。

100g 261円(税込282円)
三重県



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

70g 115円(税込124円)
福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



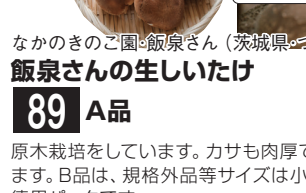
江藤さん (大分県・玖珠町)
88 江藤さんの原木生しいたけ
江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。

100g 322円(税込348円)
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4

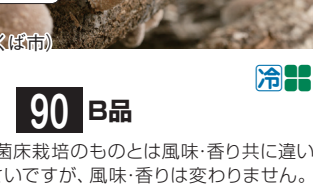


なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)
89 A品
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。

100g 210円(税込227円)
茨城県



200g 225円(税込243円)
茨城県



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

常総生協がおすすめする

「食生活のこころがけ」

青魚を意識的に食卓へ
秋も青魚で元気!

夏の疲れが出てくるこの季節、
体にいいこといっぱい
青魚を食べて元気に過ごしましょう!

ところで「青魚」ってなに?

- 「青背の魚」の略で、文字通り「背が青い魚」の総称です。
- 代表的な魚種としてはあじ、さば、いわし、さんまなどです。

すごいぞ青魚!

- 青魚の多くは、EPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)という不飽和脂肪酸が豊富です。
- EPAやDHAは体内ではほとんど作られないため必須脂肪酸と呼ばれ、体の機能維持にとっても大切な成分です。



「冷凍しじみ」は表紙に掲載

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熟処理後、凍結しました。



塩屋(茨城県・ひたちなか市)
97 国内産冷凍あさり

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

食べやすい腹骨取り



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
102 北海道産バクッと真ほっけ一夜干し
北海道噴火湾で4~6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。
凍 180日 4~6枚220g **398円**(税込**430円**)
真ほっけ(北海道)



つかさ食品(千葉県・南房総市)
91 さんまイタリアンサンド
よつ葉のチーズ、玉ねぎ、ピーマンをケチャップで味付けした具をさんまで挟み、国産小麦粉をまぶしました。
凍 6~8個150g **380円**(税込**410円**)
さんま(国内産)



つかさ食品(千葉県・南房総市)
94 いわし蒲焼用(タレ付)
国内で漁獲された真いわしを三枚におろして腹骨を取り、国産小麦粉をまぶしました。別添タレ付き。
凍 180日 6~12枚180g+タレ50g **380円**(税込**410円**)
真いわし(国内産)



中村海産(富山県・氷見市)
98 ししゃもみりん干し
オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬込み。冷めても軟らかです。
凍 180日 60g **330円**(税込**356円**)
カラフトししゃも(アイスランドまたはノルウェー)



つかさ食品(千葉県・南房総市)
103 バクッと食べられるさんまみりん醤油漬
6~7枚160g **398円**(税込**430円**)
さんま(国内産)

生臭さなし!お弁当にも!

つかさ食品(千葉県・南房総市)
92 フライパンで簡単!いわし竜田揚
境港産の真いわしを、国産丸大豆醤油で下味を付け、北海道産ばれいしよでん粉で粉付けしました。
凍 7~10枚160g **365円**(税込**394円**)
真いわし(鳥取県)



千倉水産加工販売(宮城県・女川町)
95 ごはんがすすむ!さんま蒲焼(タレ付)
主に北海道沖で漁獲したさんまを半分に切り、国産小麦粉をまぶし蒲焼用のタレを添付しました。
凍 180日 6~8枚160g+タレ50g **445円**(税込**481円**)
さんま(国内産)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
93 寒さばフィーレみりん干し
長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんたれにじっくりひと晩漬込み、天日で干し上げました。
凍 30日 2枚160g以上 **480円**(税込**518円**)
真さば(長崎県)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
96 とれとれいわしたたき身
日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたいき身です。
凍 120日 150g×2 **380円**(税込**410円**)
いわし(鳥取県、千葉県、他) [放] 不検出 <3.8 <3.9



まるしち水産(千葉県・大網白里市)
99 真いわし丸干し(大)
千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。
凍 30日 3尾約300g **380円**(税込**410円**)
真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.6 <3.9



塩麹(茨城県・ひたちなか市)
100 朝食用近海真あじ開き
九州近海産の真あじを開き、塩のみで仕上げました。朝食用にちょうどいい大きさです。
凍 30日 3枚220g **438円**(税込**473円**)
真あじ(九州近海)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
101 無頭さんま開き(中骨取り)
北海道沖で漁獲したさんまの頭、中骨を除去し、開き加工しました。解凍後、グリル等で焼いて下さい。
凍 180日 4枚220g **448円**(税込**484円**)
さんま(北海道)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
104 銀だら味噌漬
アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。
凍 180日 2切120g **380円**(税込**410円**)
銀だら(アメリカ)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
105 紅鮭塩麹漬
ロシア産の紅鮭を切身にし、塩麹に24時間漬け込みました。冷めても比較的軟らかなので、お弁当にもどうぞ。
凍 180日 3切150g **498円**(税込**538円**)
紅鮭(ロシア)



京都やま六(京都府・京都市)
106 さわら西京漬
東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。
凍 2切140g **435円**(税込**470円**)
さわら(韓国)



京都やま六(京都府・京都市)
107 紅鮭西京漬
紅鮭を、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。
凍 2切150g **598円**(税込**646円**)
紅鮭(ロシア)



千倉水産加工販売 女川工場(宮城県・女川町)
109 さんま糠漬け
国内産(北海道沖漁獲)のさんまの頭、内臓を除去し、塩のみでこしらえた糠床にじっくり漬け込みました。
凍 180日 4尾230g **428円**(税込**462円**)
さんま(国内産)



マストミ(徳島県・徳島市)
110 増量・めばちまぐろカマぶつ切り(焼物用)
めばちまぐろのカマを調理しやすい大きさにカットしました。焼いて酒の肴に、またバーベキューの素材にも。
凍 30日 400g **398円**(税込**430円**)
めばちまぐろ(太平洋)



宮古市場にて
111 島香さんの鮮魚セット(下処理済)
宮古港とその周辺の浜に水揚げされる旬の鮮魚です。水揚げ当日に料理しやすいように下処理します。
冷 2~3種 **1138円**(税込**1229円**)
季節の鮮魚(若手県)



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



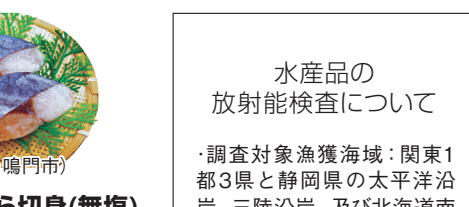
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
115 ロシア産紅鮭切身(甘塩)
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。
凍 180日 3切165g **498円**(税込**538円**)
紅鮭(ロシア)



丸友しまか(岩手県・宮古市)
112 ミスダコボイル(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ボ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 4日 150g **498円**(税込**538円**)
ミスダコ(岩手県沖)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
117 脂のった真いわし三枚おろし
入梅時期に千葉県沖で漁獲される大羽いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結しました。
凍 180日 6~10枚200g **370円**(税込**400円**)
真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.4 <3.7



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
118 寒さわら切身(無塩)
五島列島、済州島海域で漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身に。無塩なのでアレンジ自在です。
凍 30日 約70g×2 **550円**(税込**594円**)
さわら(五島列島、済州島海域)

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。

肉厚でお得感が
あります!



中村商店 (北海道・函館市)

119 生干いか

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

凍 賞90日
1枚 **360円** (税込**389円**) (通常税込**405円**)
すめいか (北海道)

北海道の秋の丼!



札幌中一 (北海道・札幌市)

120 秋鮭漬け丼

北海道産の秋鮭を醤油ベースのオリジナルのタレに漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、ご飯にのせて。

凍 賞90日 米大
160g (80g×2) **628円** (税込**678円**) (通常税込**697円**)
秋鮭 (北海道)

お刺身!
マリネ!ノテで!



札幌中一 (北海道・札幌市)

121 訳あり帆立貝柱

北海道産の帆立貝柱の割れ品。見た目が欠けているだけで鮮度は抜群です。解凍してそのままお刺身でも。

凍 賞90日
200g **728円** (税込**786円**) (通常税込**810円**)
帆立貝柱 (北海道)

希少部位の為あまり出回りません!



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

122 モッタイナイ魚・めかじき尾肉煮付け

めかじきの尾部分を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。コラーゲン豊富。湯煎で。

凍 賞90日 米大 200g **418円** (税込**451円**) (通常税込**464円**)
めかじき (太平洋)

煮魚屋さんの「モッタイナイ」シリーズ 湯煎でOK!

「名前がへん!」「量が無く加工に向かない!」「加工が大変!」等々の理由であまり利用されませんが「おいしい!」魚を煮付けにしました。

無添加です! タレ仕様(共通): 醤油、砂糖、発酵調味料、酒、片栗粉、生姜、昆布

たっぷり2人前。夕飯の「あと1品」にも!

ちょっと変わった名前のお魚。でも美味しい!



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

123 モッタイナイ魚・白身魚切り落としの煮付け

ねずみざめ(別名:毛鹿鮫)を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。湯煎で。

凍 賞90日 米大 220g **430円** (税込**464円**)
ねずみざめ (太平洋)

マンボウに似た魚で、ハワイではよく食される様です



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

124 モッタイナイ魚・まんたい切り落とし煮付け

まんたいを食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。臭みなく軟らかです。湯煎で。

凍 賞90日 米大 200g **430円** (税込**464円**)
まんたい (インド洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

125 まぐろ漬け丼用(メバチマグロ)

鮮度の良いメバチ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よく合います。

凍 賞30日 米大 70g×2 **498円** (税込**538円**) (通常税込**583円**)
メバチマグロ (太平洋)



※半解凍でスライスするときれいに切れます。

マストミ (徳島県・徳島市)

126 炭火焼まぐろタタキ

焼津港に水揚げされた鮮度の良いまぐろを炭火で香ばしくタタキにしました。袋のまま10分間流水解凍。

凍 賞30日 140g **530円** (税込**572円**)
きはだまぐろ (太平洋)

青魚を酢でさっぱり

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



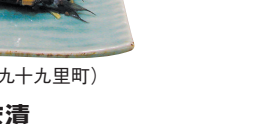
130 しめさば(あぶり)

音丸水産 (長崎県・長崎市)

凍 賞90日 米大 1枚95g **390円** (税込**421円**)
さば (長崎県)



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



131 いわしごま漬

カネヨン水産 (千葉県・九十九里町)

凍 賞90日 米小 100g **280円** (税込**302円**)
かたくちいわし (千葉県) [放] 不検出<3.1<3.9

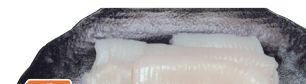


マストミ (徳島県・徳島市)

127 つぶつぶまぐろたたき身

高鮮度のめばちまぐろを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残しました。

凍 賞20日 50g×2 **498円** (税込**538円**) (通常税込**583円**)
めばちまぐろ (台湾)



札幌中一 (北海道・札幌市)

128 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 賞180日 100g **528円** (税込**570円**)
いか (北海道)



松岡水産 (千葉県・銚子市)

129 北海道さけスモークサーモン

北海道産の秋鮭を塩のみで味付け。素材の旨味を生かす為、桜のチップを使い、「冷燻方式」で仕上げました。

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



三河屋 (愛知県・岡崎市)

132 愛知産しらす干し徳用

大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をパック詰めしました。

凍 賞60日 60g **290円** (税込**313円**)
いわし稚魚 (愛知県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

133 たらこ(切れ子)

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 賞55日 55g **298円** (税込**322円**)
すけそうだらの卵 (ロシア)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

134 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えびを、現地工場ですばやく凍結した1回凍結品です。

凍 賞180日 160g **548円** (税込**592円**)
えび (マレーシア)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

135 エビホタテミックス

天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出せて便利です。

凍 賞200日 200g **398円** (税込**430円**) (通常税込**454円**)
えび(ミャンマー)、ほたて (北海道、青森県)



共和水産 (岩手県・宮古市)

136 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3~6枚230g **410円** (税込**443円**)
するめいか (岩手県、青森県) [放] 不検出<3.8<3.9



三米商店 (静岡県・浜松市)

137 フライパンでできる白身魚の蒲焼風

北海道産のすけそうだらをカットし、パリッと仕上がるでんぷん主体の粉をまぶしました。甘めのタレ付き。

凍 賞180日 米大 210g (粉付魚180g+タレ30g) **498円** (税込**538円**)
すけそうだら (北海道)



桃屋食品 (北海道・札幌市)

138 チーズ入り鮭フライ

北海道産の秋鮭にチーズをはさみ衣をつけて揚げました。トースターや電子レンジで凍ったまま温めて下さい。

凍 賞90日 卵乳小 2枚120g **480円** (税込**518円**)
秋鮭 (北海道)



佐井村漁協 (青森県・佐井町)

139 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

冷 賞90日 100g **520円** (税込**562円**)
秋鮭 (青森県) [放] 不検出<4.0<4.4



大黒淡水 (静岡県・焼津市)

140 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 賞70g×2 **2180円** (税込**2354円**) (通常税込**2452円**)
うなぎ (愛知県)

冷めてもモチモチ、ひと口サイズのドーナツ おやつにどうぞ

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。



203 きぬ豆腐 624 ホットケーキミックス(無糖) 348 はちみつ

豆腐ドーナツ

- ◆材料
- 豆腐 150g
 - ホットケーキミックス(無糖) 200g
 - はちみつ 50g
 - 揚げ油 適量
 - 水 適宜

- ◆作り方
- ボウルに豆腐を入れ、手でよくつぶす。残りの油以外の材料を加えてだまがなくなるまで混ぜる。水気が足りなければ水を少量ずつ足す。
 - 180度に熱した油の中に、スプーンで①を落としてきつね色になるまで揚げる。



甘味が薄い時は好みで砂糖をまぶしたり、メイプルシロップをかけても

切り取ってご活用ください

おかずは 貝だくさんのお味噌汁 お鍋ひとつで栄養満点!!

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。



7 卵 17 みそ 177 ベーコン

落とし卵のお味噌汁

- ◆材料(2人分)
- 人参 30g
 - 大根 30g
 - 里芋 30g
 - かぼちゃ 30g
 - ベーコン 40g
 - 卵 2個
 - みそ 大さじ2

- ◆作り方
- 野菜は火が通りやすいように薄切りに、ベーコンは食べやすい大きさに切る。
 - 鍋に水300cc(お椀2杯分くらい)を入れ、野菜とベーコンを入れて火にかける。
 - 野菜に火が通ったらみそを溶き入れる。
 - 卵を落とし入れ、ふたをして弱火で3分くらい煮る。
 - 白身が固まったら火を止め、お椀によそう。



貝だくさんのお味噌汁は、お好みで、いろいろアレンジしてみてください

切り取ってご活用ください

豚肉に、しょうがをきかせた甘辛いタレをからめて

新米の季節
ご飯がどんどん進む
味わい



お肉などの動物性たんぱく質は良いものを適量(食べすぎず腹八分目)でとりましょう!



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。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

141 ロースポーク
ロースしょうが焼き用

250g **580円**(税込**626円**) 通常税込**637円**
茨城県



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。
- ・ロースポーク：茨城県の銘柄豚です。飼育期間は約6か月。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

144 ロースポーク
モモスライス

赤身主体部位であるモモ肉をスライスしました。厚さ3mm。

250g **490円**(税込**529円**)
茨城県

豚の角煮



三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

142 ロースポーク
バラブロック 300g

300g **580円**(税込**626円**)
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

143 ロースポーク
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。

300g **460円**(税込**497円**)
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

145 ロースポーク
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「ロースポーク」を、生産者限定でお届けします。

150g×2 **390円**(税込**421円**)
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

22 ロースポーク
徳用小間切

たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。

200g×2 **510円**(税込**551円**)
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

146 ロースポーク
挽肉

茨城県の銘柄豚「ロースポーク」の挽肉。赤身率8割です。

300g **460円**(税込**497円**)
茨城県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

147 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。とんかつやステーキに。

2枚200g **549円**(税込**593円**)
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

148 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。

200g **471円**(税込**509円**)
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

149 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。

200g **460円**(税込**497円**)
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

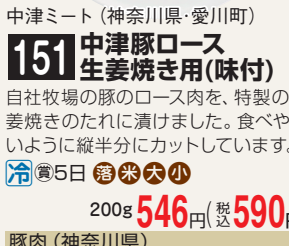
150 中津豚
モモしゃぶしゃぶ用

脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。

200g **445円**(税込**481円**)
神奈川県



※調理例



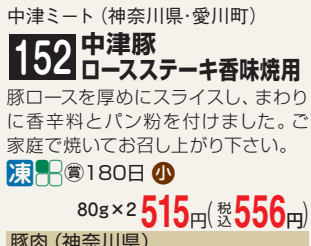
151 中津豚
ロース生姜焼き用(味付)

自社牧場の豚のロース肉を、特製の生姜焼きのたれに漬けました。食べやすいように縦半分カットしています。

200g **546円**(税込**590円**)
豚肉(神奈川県)



※調理例



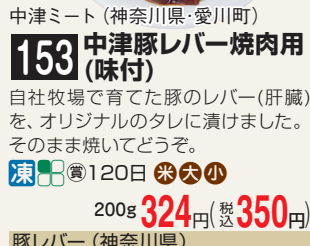
152 中津豚
ロースステーキ香味焼用

豚ロースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。ご家庭で焼いてお召上がり下さい。

80g×2 **515円**(税込**556円**)
豚肉(神奈川県)



※調理例



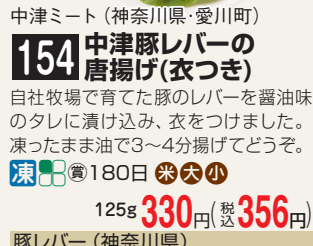
153 中津豚
レバー焼肉用(味付)

自社牧場で育てた豚のレバー(肝臓)を、オリジナルのタレに漬けました。そのまま焼いてどうぞ。

200g **324円**(税込**350円**)
豚レバー(神奈川県)



※調理例
レバーが苦手な方にもおすすめ



154 中津豚
レバーの唐揚げ(衣つき)

自社牧場で育てた豚のレバーを醤油味のタレに漬け込み、衣をつけました。凍ったまま油で3~4分揚げてください。

125g **330円**(税込**356円**)
豚レバー(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

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。

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。

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、ロースポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。

400g **650円**(税込**702円**)
茨城県

鶏肉

- ・つくば茜鶏：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)

158 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。

300g **370円**(税込**400円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

24 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。

300g **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)

159 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。

250g **490円**(税込**529円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

160 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。

250g **490円**(税込**529円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

161 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。

400g **525円**(税込**567円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

162 つくば茜鶏
手羽元

唐揚げやスープ煮に。

400g **525円**(税込**567円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

163 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。

300g **560円**(税込**605円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

164 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。

250g **240円**(税込**259円**)
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

165 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。

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。



福永産業(福岡県・遠賀町)

166 鹿児島
坊津黒牛
切り落とし

肉じゃが、カレー、シチューなどの煮炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

170g **690円**(税込**745円**)
鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

167 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。ウテ、モモ、バラ肉を使用。

160g **445円**(税込**481円**)
福岡県、大分県



福永産業(福岡県・遠賀町)

168 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。

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

169 茨城牛(山方)
モモスライス

山方のF-1牛の赤身のやわらかいモモ肉を、拍子木切りにしやすい厚さにスライスしました。

200g **1100円**(税込**1188円**)
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

170 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。

冷蔵 賞6日

200g **645円**(税込**697円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

171 茨城牛(山方)牛豚合挽肉

茨城牛(山方)とローズポーク使用。風味の良さを併せ持った合挽肉。牛・豚比率5:5。

冷凍 賞30日

250g **525円**(税込**567円**)

茨城県

味の濃い赤身はシンプルにソテーがおすすめ!!



能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター

172 牛スライス分包

ウデ肉を90gずつ包んでいます。料理に合わせて使い分けたい分だけ解凍できて便利。

冷凍 賞30日

90g×3包 **1654円**(税込**1786円**)

大阪府

組合員さんからのクチコミ

先日、能勢農場の牛肉を使ったら、いつもより料理が美味しかったです。たしかに料理していて香りがいいなあって思っていました。(龍ヶ崎市:Sさん)

人気の商品をセットでお届け♪



鎌倉ハムの人気商品を少しずつお試し。ローズハムスライス、バラベーコンスライス、つかいっきりポークウインナー

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

176 鎌倉つかいっきりセット

冷蔵 賞10日

3種174g **480円**(税込**518円**) 通常税込540円

豚肉(国内産)



能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター

173 焼肉屋さん上たれ付焼肉用

ローズ、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。

冷凍 賞6日

300g **1580円**(税込**1706円**) 通常税込1825円

牛肉(大阪府)

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。

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。

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

174 2袋

85g×2 **350円**(税込**378円**)

175 3袋

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



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

177 鎌倉バラベーコンスライス×2

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

冷蔵 賞15日

85g×2 **560円**(税込**605円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出<3.5<4.7



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

178 鎌倉ボンレスハム×2

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

冷蔵 賞15日

60g×2 **450円**(税込**486円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出<3.9<3.9

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

179 鎌倉ポークソーセージ

200g **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出<3.7<4.2



中津ミート(神奈川県・愛川町)

180 中津皮なしベーウインナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウインナー。

冷蔵 賞7日

120g **278円**(税込**300円**)

豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

181 中津ショルダーベーコンスライス

豚肉(神奈川県)

冷蔵 賞7日

100g **380円**(税込**410円**)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

182 中津ローズハムスライス

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。

冷蔵 賞7日

100g **398円**(税込**430円**)

豚肉(神奈川県)

美味しい新米で丼



大進食品(神奈川県・横浜市)

183 神戸満る里の牛生ハンバーグ

国産牛肉の旨みがいっぱい残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。※ビニールが挟まっているので冷凍時でも割がせませず。

冷凍 賞180日 卵乳大小

130g×4個 **898円**(税込**970円**) 通常税込998円

牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)



田仲さん達(茨城県・桜川市)

184 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。

冷蔵 賞180日 米大小

130g(鶏肉40g×2) **290円**(税込**314円**) 通常税込324円

鶏肉(茨城県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

185 中津麻婆豆腐の素

鶏ガラからじっくりダシ取りをしました。豆腐、なすなどを好みに加えて。

冷蔵 賞24日 米大小

200g **351円**(税込**379円**) 通常税込390円

豚肉(神奈川県)

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。



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

189 プレーン

30g **181円**(税込**195円**)

生乳(茨城県)

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。

190 ペッパー

30g **190円**(税込**205円**)

[放] 不検出<3.3<3.1

「さけるチーズ」

写真のように、同じ方向に伸ばす作業を繰り返すことで、裂くことができ、独特の食感も生まれるのです。



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

188 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。

冷蔵 賞届いて7~11日 乳

100g **500円**(税込**540円**)

生乳(茨城県) [放] 不検出<3.5<3.2

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。

冷蔵 賞届いて10~11日 乳

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場ヨーグルト

186 プレーン 400g **361円**(税込**390円**)

187 微糖 400g **370円**(税込**400円**)

生乳(茨城県) [放] 不検出<3.4<3.4

牛乳・卵

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

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

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

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。

サツラク農協(北海道・札幌市)

4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳(北海道)

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

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・大豆等)を鶏に与えています。

冷蔵 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。

冷蔵 賞7日 卵

6個 **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放] 不検出<3.3<3.4

契約者、募集中です!

有機農業の循環の中から産まれた卵です

天海さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさと」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。

冷蔵 賞7日 卵

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)

191 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



よつ葉乳業(北海道・音更町)

192 よつ葉 濃厚ヨーグルト(プレーン)
北海道産ミルクの濃厚なおいしさで、濃密な食感の濃厚なヨーグルト。満足感のあるおいしさです。

冷蔵 賞味22日 乳

80g **160円**(税込 **173円**)
生乳(北海道)



ホリ乳業(石川県・金沢市)

193 腸内活性 ヨーグルト(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)

194 腸内活性 ヨーグルト(加糖)
ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用定住腸内細菌(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)

195 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

117 いわし三枚おろしを使って!



いわしセンター



日本生活協同組合連合会

196 CO乳酸ドリンク 65mL×10本入
柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷蔵 賞味15日 乳

65mL×10 **178円**(税込 **192円**)
[放] 不検出 <3.4 <4.1



モンテール(東京都・足立区) 4個入

197 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



茨城乳業(茨城県・石岡市)

198 タマゴプリン
牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固めています。凝固剤、安定剤不使用。

冷蔵 賞味14日 卵 乳

85g×3 **235円**(税込 **254円**)
牛乳・卵(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8



よつ葉乳業(北海道・音更町)

199 よつ葉北海道十勝十勝 チーズ
十勝産チeddarチーズ100%を国産桜チップで燻製。子供でも食べやすいひと口サイズ。おやつ、おつまみに。

冷蔵 賞味180日 乳

45g **210円**(税込 **227円**)
生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)

200 よつ葉 シュレットチーズ
よつ葉ナチュラルチーズ(チeddar、モツアレラ)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)

201 よつ葉バター ホワイト加塩
北海道産生乳100%の加塩バターです。

冷蔵 賞味180日 乳

150g **298円**(税込 **322円**)
生乳(北海道)

大豆加工品

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

おかべや



おかべや(神奈川県・相模原市)

202 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 大豆

330g **189円**(税込 **204円**)

203 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 大豆

330g **189円**(税込 **204円**)

丸和

16ページの「丸和食品特集」もぜひご覧ください!




丸和食品(東京都・練馬区)

206 もめん豆腐
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりて固めました。

冷蔵 賞味4日 大豆

300g **176円**(税込 **190円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

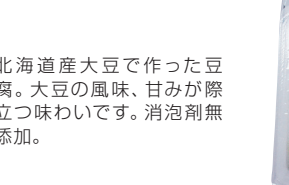


丸和食品(東京都・練馬区)

207 きぬ豆腐
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりて固めました。

冷蔵 賞味4日 大豆

300g **165円**(税込 **178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



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)

204 おかべや おぼろ豆腐

冷蔵 賞味3日 大豆

300g **164円**(税込 **177円**)
大豆(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)

205 おかべや 枝豆入り野菜がんも
国産大豆使用の生地に枝豆、にんじん、ごぼう、玉ねぎを加えて、味よく仕上げました。

冷蔵 賞味3日 大豆 小

1個 **150円**(税込 **162円**)
枝豆(北海道)



丸和食品(東京都・練馬区)

208 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 大豆

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)

209 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 大豆

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)

210 油揚げ
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。

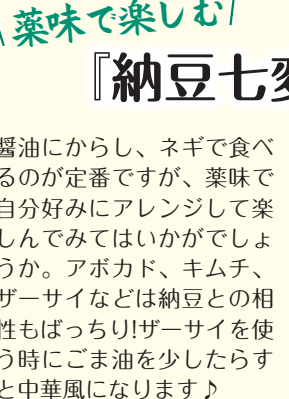
冷蔵 賞味6日 大豆

3枚 **165円**(税込 **178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

薬味で楽しむ!

『納豆七変化』

醤油にからし、ネギで食べるのが定番ですが、薬味で自分好みにアレンジして楽しんでみてはいかがでしょうか。アボカド、キムチ、ザーサイなどは納豆との相性もばっちり!ザーサイを使う時にごま油を少し加えると中華風になります♪



お徳 2個組

JAやさと(茨城県・石岡市)

11 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)2個組

冷蔵 賞味7日 大豆 大小

(35g×3)×2 **268円**(税込 **290円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.0 <3.9



JAやさと(茨城県・石岡市)

216 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 大豆

40g×3 **140円**(税込 **151円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.0

納豆の味が強くなり、しつかりとした味わい。

登喜和食品(東京都・府中市)

217 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 大豆 大小

40g×2 **172円**(税込 **186円**)
大豆(北海道)



丸和食品(東京都・練馬区)

211 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 大豆 大小

10枚 **375円**(税込 **405円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

丸和食品(東京都・練馬区) 10個入

213 豆腐からあげ
国産大豆の生地を、にんにく醤油で下漬けした、からあげ風のがんもどき。お肉を控えている方にもおすすめです。

冷蔵 賞味4日 大豆 大小

10個 **210円**(税込 **227円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.2



丸和食品(東京都・練馬区)

212 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 大豆

90g×2 **155円**(税込 **167円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。

丸和食品(東京都・練馬区)

214 豆乳

冷蔵 賞味30日 大豆

300cc **210円**(税込 **227円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6

おでんに入れるときのこの出汁が良く出ます!



丸和食品(東京都・練馬区)

215 きのこがんも
がんもどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますので、そのままでも、煮物にも。

冷蔵 賞味5日 大豆 大小

2個 **235円**(税込 **254円**)
大豆(国内産) [放] 不検出 <2.1 <2.2



水府納豆(茨城県・常陸太田市)

218 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 大豆 大小

40g×2 **100円**(税込 **108円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出 <2.9 <3.7



水府納豆(茨城県・常陸太田市)

219 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 大豆

40g×2 **155円**(税込 **167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)

220 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 大豆

100g **265円**(税込 **286円**)
大豆(北海道)

日配品

- ・こんにやく:国産のこんにや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)

221 生芋あく抜きこんにやく
昔ながらの缶詰製法で作ったあげたこんにやくです。

冷蔵 賞味90日

220g **140円**(税込 **151円**)
こんにやく(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
222 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、歯切れと味の良い白滝です。
 冷蔵 賞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)
223 洗いもずく
 200g **240円**(税込**259円**)
 もずく(沖縄県)



くわがめのきんぴら風
 リアス (千葉県・船橋市)
224 三陸産カットくわがめ
 100g **260円**(税込**281円**)
 わかめ(三陸) [放] 不検出 <3.8 <4.1



わかめの茎の部分をカットして塩蔵しました。コリコリとした食感が特長。塩抜きをして炒め物や煮物などに。

食物繊維豊富な「おから」を上手に活用



ハンバーグやメンチなどお肉と一緒に混ぜることでボリュームUPでお腹も満足。食物繊維も摂れるので腸内環境を整えるのにも◎。

長期保存は冷凍で!

熊本県産大豆と南大東島の天然にがりで作ったおかべや豆腐のおから。

おかべや (神奈川県・相模原市)

229 おかべや 生おから
 300g **110円**(税込**119円**)
 大豆(熊本県)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)
225 ミックスビーンズの水煮
 4種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。
 冷蔵 賞90日
 150g **265円**(税込**286円**)
 豆(新潟県、北海道)



共生食品 (神奈川県・相模原市)
226 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 賞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)
227 あしがら車屋 醤油らーめん(2食入)
 地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。
 冷蔵 賞21日 卵大 小
 麺120g×2 スープ47g×2 **365円**(税込**394円**)
 小麦(国内産)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)
228 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 賞90日 米大 小
 180g(2合用) **398円**(税込**430円**)
 鶏肉(国内産)

2合用



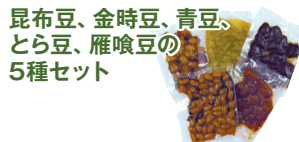
仁徳 (千葉県・船橋市)
230 甘口昆布
 刻んだ北海道産の昆布を入正醤油と砂糖のみで時間をかけてふっくらと炊き上げました。
 冷蔵 賞30日 大 小
 80g **225円**(税込**243円**)
 昆布(北海道)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)
231 国産しょうがとおかかのふりかけ
 千切りにしたしょうがと、おかかを一緒に炊きました。ピリ辛のしょうがとおかかの旨みが食欲をそそります。
 冷蔵 賞180日 米大 小
 60g **430円**(税込**464円**)
 しょうが(高知県、他)



菊田商店 (東京都・練馬区)
232 煮豆 黒豆(雁喰豆)
 岩手県特産の平べったい黒豆。直火で炊きあげ、豆本来の味と、芯まで染み込んだ甘みを味わえます。
 冷蔵 賞90日 米大 小
 150g **380円**(税込**410円**)
 黒大豆(岩手県)



菊田商店 (東京都・練馬区)
233 菊田煮豆小袋セット
 開放釜による、昔ながらの直火炊きを行う老舗煮豆屋「菊田商店」の煮豆小袋セット。
 冷蔵 賞90日 米大 小
 40g×5種 **440円**(税込**475円**)
 豆(国内産)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)
234 国産味付ザーサイ
 国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。
 冷蔵 賞90日 米大 小
 100g **305円**(税込**329円**)
 ザーサイ(神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1



漬物も手作りで!

野菜にまぶして



発酵食品でもある漬物。毎日の食卓にのせて腸内環境を整えましょう。『三五八漬の素』なら好みの野菜にまぶして冷蔵庫で一晩、美味しいお漬物の出来上がりです♪

ビニール袋に入れて冷蔵庫で1晩

塩3、麹5、蒸し米8の割合で熟成させた漬け床。野菜に軽くつけて、ひと晩置くだけでおいしく漬かります。



藤巻商店 (千葉県・印西市)
235 三五八漬の素
 700g **425円**(税込**459円**)
 米(国内産)



リアス (千葉県・船橋市)
236 高菜ちりめん
 高菜漬を細かく刻み、ちりめんとうまを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。
 冷蔵 賞30日
 40g **250円**(税込**270円**)
 ちりめん(鹿児島県)



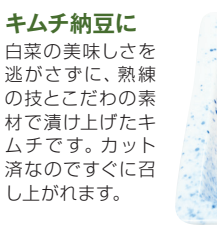
グリシリーラ (群馬県・昭和村)
237 糖しほり大根
 砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。
 冷蔵 賞30日 米
 250g **320円**(税込**346円**)
 大根(国内産)



グリシリーラ (群馬県・昭和村)
238 農家で漬けた白菜漬
 添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間をかければ酸味のある漬物に。好みの召し上がり方でどうぞ。
 冷蔵 賞9日 米
 250g **260円**(税込**281円**)
 白菜(国内産)



グリシリーラ (群馬県・昭和村)
239 農家で漬けたゆず白菜
 添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間をかければ酸味のある漬物に。
 冷蔵 賞9日 米
 250g **260円**(税込**281円**)
 白菜(国内産)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)
240 白菜キムチ「頂」
 300g **485円**(税込**524円**)
 白菜(国内産)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)
241 エゴマの葉キムチ
 国産のエゴマの葉を使ったキムチです。独特の風味が食欲をそそります。あつあつのご飯にのせてどうぞ。
 冷蔵 賞30日 米大 小
 150g **430円**(税込**464円**)
 エゴマ(愛知県)



丸山園 (静岡県・河津町)
242 わさび漬
 天城の深山に湧く清水で育ったわさびを、充分熟成させた酒粕で漬けました。(茎20%、根10%、酒粕55%)
 冷蔵 賞14日 米大
 100g **265円**(税込**286円**)
 わさび(静岡県) [放] 不検出 <3.7 <3.8



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。



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
243 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 賞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)
244 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ
 スティック状にカットしたごぼうを甘辛く煮込み、まわりにすり身を付けて揚げました。
 冷蔵 賞7日 米小
 90g **268円**(税込**289円**)
 ごぼう(国内産)



いちろうこ (静岡県・静岡市)
245 うすら卵天
 うすらの卵をすけそうだらのすり身で包んで揚げました。プリプリの食感とうすらの卵の美味しさが楽しめます。
 冷蔵 賞10日 卵米
 4個 **306円**(税込**330円**)
 うすら卵(愛知県)



いちろうこ (静岡県・静岡市)
246 小判揚
 すけそうだらのすり身を使った小判型のさつま揚げ。香ばしく揚がった魚肉の旨味をお楽しみください。
 冷蔵 賞14日 米
 5枚150g **315円**(税込**340円**)
 すけそうだら(アメリカ、北海道)



いちろうこ (静岡県・静岡市)
247 小竹輪
 石臼ですったすけそうだらのすり身を使った素朴な味わいのちくわです。魚肉の味がしっかり味わえます。
 冷蔵 賞10日 米
 5本 **310円**(税込**335円**)
 すけそうだら(アメリカ、北海道)

高橋徳治商店 こだわりの練り物



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
248 「高橋徳治商店」のごぼう揚
 味噌漬のごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。
 凍 賞180日 米大
 3枚117g **375円**(税込**405円**)
 ごぼう(国内産)・すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
249 ごろう茶豆ちぎり揚
 北海道産たらの無リンすり身とたっぷりの茶豆(全体の60%以上)の練り物。自然解凍でレンジで温めて。
 凍 賞180日 米大
 100g **329円**(税込**355円**)
 茶豆(国内産)・すけそうだら(北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
252 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 賞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)
250 焼ちくわ
 石巻港水揚げの小魚と北海道無リンスケソウダラすり身を混ぜ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわ。
 凍 賞180日 卵米
 7本224g **360円**(税込**389円**)
 スケソウダラ(北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
251 7種の野菜揚げ
 無リンすり身に、キャベツやじゃがいも等7種の国産野菜をたっぷり混ぜ込みました。自然解凍でもOK。
 凍 賞180日 米
 5個165g **315円**(税込**340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。



253 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)

サラダ・あえもの・丼に!

254 COアボカドスライス 150g
日本生活協同組合連合会
皮むき、種取したアボカドをスライスにしました。凍ったまま皿に広げ室温で解凍して。(20℃で約30~40分)
150g **297円**(税込**321円**)
アボカド(ペルー)



255 冷凍小松菜
宮崎の契約農家で栽培された小松菜を新鮮なうちに下処理。使いやすい5cmカット。幅広い料理に。
200g **310円**(税込**335円**)
小松菜(宮崎県)

海藻をたっぷり摂って
ミネラル不足を補おう♪

水戻しによる手間や戻し具合に自信のない方、切る手間もなく、戻し過ぎのロスもありません。手軽に摂取できるので是非ご利用ください。

259 冷凍めかぶ(岩手県産)
岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、使い易く小分けしました。解凍してそのまま使えます。
40g×5パック **324円**(税込**350円**)
わかめ(岩手県) [放]不検出<2.8<3.0

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

組合員さんからの
クチコミ
お味噌汁の具に困った時の助けアイテムです。冷凍のまま味噌汁に入れられるので手軽で美味しいです。

手軽にご家庭で手造りの味が楽しめます



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



257 ニッコーの冷凍揚げ茄子
自社農園の茄子を使いやすい大きさにカット。煮びたしや炒めものに便利。ラップせずレンジで温めて。
200g **369円**(税込**399円**)
茄子(熊本県)



258 ママ学校帰りのコロッケ
北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げて。
60g×5 **380円**(税込**410円**)
じゃがいも(北海道)

260 すぐに使える生わかめ(岩手県産)
40g×5パック **380円**(税込**410円**)
わかめ(岩手県) [放]不検出<0.6<0.6

お弁当におかずに♪

261 神山鶏の塩麹竜田
自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げ。
150g **350円**(税込**378円**)
鶏肉(徳島県)

262 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)

263 とり南蛮
徳島の神山鶏ムネ肉使用。唐揚げを甘酢に漬けました。トースター、レンジで温めて。
200g **364円**(税込**393円**)
鶏肉(徳島県)

264 ミニアメリカンドック
衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウイナー使用。ミニタイプでお子さんにぴったり。
6本150g **400円**(税込**432円**)

265 焼きいもスティック
茨城県産さつまいも100%使用したスティックタイプの焼きいも。お弁当・サラダに。レンジか自然解凍でも。
300g **300円**(税込**324円**)
さつまいも(茨城県) [放]不検出<3.5<3.7

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

267 フライパンで簡単 ささみハーブカツ
ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。
200g **412円**(税込**445円**)
鶏肉(山口県、他)

268 チキンカツ(和風にんにく醤油味)
若鶏むね肉に下味をつけ、にんにく・生姜・醤油が薫る和風のチキンカツ。フライパンでカラッと焼き上げて。
200g **414円**(税込**447円**)
鶏肉(国内産)

269 チキンソースカツ
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。
150g **389円**(税込**420円**)
鶏肉(山口県、他)

270 鶏ごぼうハンバーグ
国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。お弁当やおつまみに。レンジまたは焼いて。
26g×8 **400円**(税込**432円**)
鶏肉(国内産)

271 お弁当用メンチカツ(ツナ)
マグロと鶏肉、キャベツと玉ねぎの絶妙な配合でジューシーで柔らかいミニメンチカツ。レンジで温めて。
120g(5個) **315円**(税込**340円**)
ピンチョウマグロ(太平洋)

272 ひとくちソースとんかつ
粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをからめました。お弁当のおかずに最適。レンジ加熱または自然解凍で。
6個120g **395円**(税込**427円**)
豚肉(国内産)

273 大きな豆腐肉団子
国産の鶏肉と国産大豆を使用した豆腐を主体に、少し大きめの肉団子を作り、特製のタレをからめました。
340g **455円**(税込**491円**)
鶏肉(国内産)

274 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ
消泡剤を使わず天然にがりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。
3個210g **412円**(税込**445円**)
大豆・鶏肉(国内産)

275 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 **401円**(税込**433円**)
小麦(国内産)

276 ヨコハマの餃子
国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。
18g×25 **568円**(税込**613円**)
豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0

277 ジャンボ餃子
国内産小麦粉の皮で具をたっぷり包み、コクとボリューム感をだしました。焼いても揚げても。
45g×5個 **343円**(税込**370円**)
キャベツ・豚肉・玉葱(国内産)

281 中華丼の具(塩)
新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。
180g×2 **481円**(税込**519円**)
鶏肉(山口県、他)

278 ママ 焼いて簡単ピザ巻きイタリアン
北海道よつ葉乳業のナチュラルチーズとトマトソースで仕上げたピザ風の春巻。フライパンで焼いて。
5本200g **407円**(税込**440円**)
ナチュラルチーズ(北海道) [放]不検出<4.3<4.4

279 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。
280g(4個×2) **420円**(税込**454円**)
まぐろ(台湾、日本)

280 天然えびのチリソース
厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めても。
130g **370円**(税込**400円**)
えび(インドネシア、ミャンマー)

282 鶏肝のコンフィ
ごま油で肝の臭みが抑えられトロツとしたレバーと柔らかいハツの食感が楽しめます。湯煎かレンジで温めて。
106g **250円**(税込**270円**)
鶏肉(山口県、他)



283 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 350円(税込378円)



288 国産鮭の塩焼き お惣菜セット
北海道産の鮭の塩焼きをメインに野菜炒め・切干大根・ひじきと大豆の煮ものを詰めました。

230g 690円(税込745円)

292 豆乳カステラ
新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用して焼き上げました。

5切 324円(税込350円)



292 豆乳カステラ
大豆(国内産) 5切 324円(税込350円)

296 芽吹き屋 黒豆塩大福
岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地...

4個入 400円(税込432円)



296 芽吹き屋 黒豆塩大福
黒豆(岩手県) 4個220g 400円(税込432円)



298 梅紫蘇塩(しそ入)
沖縄の塩「シママス」に赤梅酢を漬け込み、乾燥させました。

25g 250円(税込270円)



301 傳右衛門 生みそ(豆)
国産丸大豆と豆麹だけで作った3年熟成の赤みそ。

500g 785円(税込848円)



547 一番しぼり菜種油 910g
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。

910g 510円(税込551円)

305 九鬼純正胡麻油
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。

340g 565円(税込610円)

553 COオリーブオイル 400g
オリーブ(スペイン) 400g 520円(税込562円)

306 金箔 胡麻ドレッシング
ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。

390ml 890円(税込961円)

307 CO野菜たっぷり 和風ドレ(瓶)195ml
生玉葱の風味と生醤油のこく。生に拘ったおいしいドレッシング。

195ml 300円(税込324円)

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

284 冷凍うどん
日岡商事(兵庫県・加古川市) 200g×3玉 412円(税込445円)

285 桜えびかきあげ
駿河湾産桜えび、国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用...

160g(2枚入) 522円(税込564円)

286 助六寿司
ポーラスター(石川県・白山市) 2種×4個 280g(2種×4個) 430円(税込464円)

287 おこわおにぎり(赤飯・ひじき五目)
おこわ赤飯と五目おにぎり(鶏肉、ひじき、牛蒡、筍、人参)のセット。

376g(2種×4個) 410円(税込443円)

289 ライスバーガー 国産牛焼肉
醤油で焼きあげたライスプレートに特製焼肉をたれて仕上げた国産牛と玉葱をサンド。

5個600g 1028円(税込1110円)

290 有機フジリパスタ トマトソース
ジロロモーニ有機フジリをオリジナルトマトソースで和えしました。

200g 361円(税込390円)

291 オーガニックペンネの トマトソースグラタン
濃厚なバターをたっぷりを使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用。

170g×2 528円(税込570円)

293 産直カットレモン
減農薬の国産レモンB品を8等分にくり切りカットして急速凍結。

150g 217円(税込234円)

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

90ml×7 1097円(税込1185円)

299 富士玄米黒酢
飯尾醸造(京都府・宮津市) 500ml 1430円(税込1544円)

524 入正生しぼり醤油
入正醤油(千葉県・東庄町) 1ℓ 550円(税込594円)

300 入正超特選醤油「濁つくし」
入正醤油(千葉県・東庄町) 360ml 460円(税込497円)

303 富士ゆずぽん酢
飯尾醸造(京都府・宮津市) 360ml 780円(税込842円)

530 白だし
チョーコー醤油(長崎県・長崎市) 400ml 395円(税込427円)

304 かつお香る ごまみそめんつゆ
ボールスター(東京都・東村山市) 455g 420円(税込454円)

305 九鬼純正胡麻油
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。

340g 565円(税込610円)

553 COオリーブオイル
オリーブ(スペイン) 400g 520円(税込562円)

306 金箔 胡麻ドレッシング
ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。

390ml 890円(税込961円)

307 CO野菜たっぷり 和風ドレ(瓶)195ml
生玉葱の風味と生醤油のこく。生に拘ったおいしいドレッシング。

195ml 300円(税込324円)

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

297 芽吹き屋 ごまとろり
とろりとした黒ごまあんを、国産上新粉を使用した生地...

12個216g 488円(税込527円)

515 海ノ精 240g
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。

240g 598円(税込646円)

517 地蔵ノ塩
「地蔵(ちくら)ノ塩」は、何億年も山の中で熟成されたヒマラヤの岩塩。

500g 730円(税込788円)

529 CO牛乳70% アイスバー 10本
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。

30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

515 海ノ精 240g
海水(伊豆大島近海) [放]不検出<1.9<1.6

517 地蔵ノ塩
岩塩(パキスタン) 500g 730円(税込788円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

529 CO牛乳70% アイスバー
生乳(鳥取県) 30ml×10本 241円(税込260円)

手で開けられる紙容器入り

308 あらくつぶしたトマトピューレづけ
イタリア産完熟トマトを使用し、ピューレ漬けにしました。トマトを切らずに使えます。

390g **220円**(税込**238円**)
トマト(イタリア)

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

390g **350円**(税込**378円**)
トマト(イタリア)

主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。

312 生おろしわさび
東京フード(茨城県・つくば市)

40g **370円**(税込**400円**)
本わさび(長野県)

313 マリオさんのペッパー 黒ホール
スリランカの太陽をたっぷり浴びて育った黒こしょう。ピリッとした爽やかで野性的な辛味が特長。無農薬栽培。

20g **360円**(税込**389円**)
黒こしょう(スリランカ)

使い方レシピ付

315 おかべやの鯉だし
かつお荒節とかつお本枯節をたっぷり使い、北海道の羅臼昆布、てんさい糖、国産の椎茸など、厳選した素材を顆粒にした「かつおだし」です。

60g(5g×12袋) **620円**(税込**670円**)
荒節(静岡県)、本枯節(鹿児島県)

316 凍り(しみ)豆腐
岩出山農協(宮城県・大崎市)

20枚90g **545円**(税込**589円**)
大豆(宮城県) [放] 不検出<2.7<2.9

化学調味料、保存料不使用

598 のりとたまごとごまとかつおのふりかけ
胡麻専門店が作った無添加のふりかけ。のり、卵、かつおに胡麻をたっぷり加え、少し甘めのやさしい味に仕上げました。

30g **290円**(税込**313円**)
胡麻(エチオピア、他)

620 つくば産小麦 ユメシホウ
つくば市の草間さんより。品種はユメシホウで、中かタイプ。無農薬・無化学肥料栽培。

1kg **580円**(税込**626円**)
小麦(茨城県) [放] 不検出<0.9<1.0

322 小豆島手延べオリーブそうめん
国産小麦粉、伯方の塩、小豆島のオリーブオイルを使い、小豆島の湧き水で練り込み、熟成させました。

300g(50g×6束) **380円**(税込**410円**)
小麦(国内産)

323 玉三よもぎ入り白玉粉
国内産のもち米とよもぎを使用。1袋で約15個のよもぎ白玉が作れます。

100g **250円**(税込**270円**)
もち米・よもぎ(国内産)

乳剤や化学調味料不使用。国産小麦粉、粉末トマト、粉乳、29種のスパイスを使用した甘口タイプ。5皿分。

657 マイルドカレールー(甘口)
創健社(神奈川県・横浜市)

115g **320円**(税込**346円**)

658 グルメカレールー(中辛)
創健社(神奈川県・横浜市)

115g **320円**(税込**346円**)

659 インドカレールー(辛口)
創健社(神奈川県・横浜市)

115g **320円**(税込**346円**)

ポールスタア(東京都・東村山市)

310 花亭ビストロ ガーリックステーキソース
風味豊かなにんにくとレモン果汁をふんだんに使用しました。ステーキ以外にも野菜炒めや魚に、ムニエルのソースにも。

230g **470円**(税込**508円**)
通常税込**518円**

311 CO手すり風すりごま金 65g
日本生活協同組合連合会
鉄釜焙煎で旨味・香りを引き出したごまを、すり鉢ですったように仕上げました。

65g **145円**(税込**157円**)
金ごま(トルコ、エジプト等)

かねの水産(千葉県・大網白里市)

571 煮干
生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干しし、冷風乾燥させました。

200g **470円**(税込**508円**)
通常税込**518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。湯豆腐や椀物のダシに。

44g **490円**(税込**529円**)
昆布(北海道)

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

317 つぶれ梅干
しそと塩のみで漬けた昔ながらの天日干し梅干。塩分16~18%。製造工程で漬れたりしたものを合せました。

800g **1530円**(税込**1652円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

318 岩手産 きざみ芽かぶ
岩手県産の良質な乾燥めかぶ。海藻のぬめりは水溶性の食物繊維といわれ、体により成分がたくさん含まれています。

22g **260円**(税込**281円**)
めかぶ(岩手県) [放] 不検出<4.4<4.4

創健社(神奈川県・横浜市)

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

75g×3 **525円**(税込**567円**)

321 博多風らーめん 2袋
化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。

106g×2 **320円**(税込**346円**)
小麦(国内産)

けんこう舎(東京都・調布市)

603 ごま和えの素
ごま、砂糖、和風だしが調味されています。茹でた素材にまぶすだけ。乾燥タイプ。

8g×6 **230円**(税込**248円**)

324 野沢菜の油いため
長野県無里の野沢菜に人参を加えて味付けし、油で炒めました。そのまま、野沢菜チャーハンにします。

130g **230円**(税込**248円**)
野沢菜(長野県)

常温でストックできて料理のもう一品にお役立ち!

671 COみかん缶5号(305g)×3
みかんのおいしさが生きる、甘さを抑えたライトシロップ漬の缶詰です。

305g×3 **710円**(税込**767円**)
みかん(国内産) [放] 不検出<4.2<3.9

瀬戸内海の内海で丹精込めて育てた つやつやで美味しい 味付け海苔

314 広島県産 熟成味付け海苔
海苔自身も里くつやつやして、とても美味しく、甘みもから味もバランスよく、とてもおいしいです。子どももおやつかわりに食べています。

板のり7枚(8切56枚) **485円**(税込**524円**)
通常税込**540円**
乾海苔(広島県)

EM(有効微生物)を使い1年熟成させることで海苔の旨味を引き出しました。無酸処理。

リアス(千葉県・船橋市)

319 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具
海藻と野菜が一緒になった便利な乾燥物ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。

26g **398円**(税込**430円**)
切干大根(宮崎県産)、素干しぼうり(有明産)

584 はねだし焼きのり
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、縮みなどはね出したもの。

全型10枚 **235円**(税込**254円**)
のり(有明海、瀬戸内海)

創健社(神奈川県・横浜市)

325 大分県産有機竹の子細切り
自社農場の大分県産有機竹の子を使用して、カット・ボイルを済ませています。無添加・高pHで仕上げられています。

80g **385円**(税込**416円**)
通常税込**430円**
竹の子(大分県)

633 COスパゲッティ 1.6mm 1kg
デュラム小麦のセモリナ100%使用。太さ1.6mm、茹で時間の目安は7分です。

1kg **380円**(税込**410円**)
小麦(カナダ、アメリカ、他)

クロバー食品(大分県・豊後高田市)

326 大分県産有機竹の子スライス
自社農場の大分県産有機竹の子を使用して、カット・ボイルを済ませています。無添加・高pHで仕上げられています。そのまま食べる他、パン・製菓材料としても。

80g **385円**(税込**416円**)
通常税込**430円**
竹の子(大分県)

お届けは9月3回になります

328 CO十勝スイートコーン うらごし180g
北海道十勝平野で収穫したスイートコーンをうらごしにし、味と香りを楽しめるように缶詰にしました。

180g **135円**(税込**146円**)
通常税込**154円**

329 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)

330 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(三陸産) [放] 不検出<3.6<4.4

331 陸奥産ほたて缶(水煮)
陸奥産のベビーホタテを、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(陸奥産) [放] 不検出<3.6<3.4

332 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

333 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。

160g(固形115g) **420円**(税込**454円**)
さんま(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。

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

708 アーモンドじゃこ
 原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま
 賞120日
 7g×5 **190円**(税込**205円**) 通常税込**216円**
 片口いわし(日本近海)

334 カマンベールチーズおかし
 原材料:有機もち米、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
 賞100日 乳米大
 9個 **465円**(税込**502円**)
 もち米(宮城県) [放]不検出<4.1<4.3

706 ポテトチップス(うす塩)
 原材料:馬鈴薯、植物油脂(パーム油、米油)、食塩
 賞120日 米
 60g **155円**(税込**167円**)
 じゃがいも(国内産)

704 ポテトチップス(バター・しょうゆ)
 原材料:馬鈴薯、植物油脂(米油、パーム油)、バター(バター、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳)
 賞120日 乳米大
 60g **155円**(税込**167円**)
 じゃがいも(国内産)

702 えびまるせん
 原材料:馬鈴薯澱粉、米油、えび、オキアミ、いかに、食塩、アオサ、粗糖
 賞120日 米
 50g **180円**(税込**194円**)
 馬鈴薯(北海道)

335 国産野菜のチップス
 原材料:さつまいも、紫いも、植物油脂(米油)、砂糖(粗糖)、馬鈴薯、にんじん、南瓜、水飴、食塩
 賞120日 米
 45g **385円**(税込**416円**) 通常税込**427円**

336 きらず揚げ黒砂糖4連
 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)
 賞90日 大
 20g×4 **230円**(税込**248円**)
 大豆(国内産) [放]不検出<4.2<3.3

337 甘納豆(落花生)
 天日干しの落花生をむき身にし、しっかりとやわらかく甘納豆にしました。原材料:落花生、砂糖
 賞60日 落
 120g **329円**(税込**355円**)
 落花生(千葉県) [放]不検出<3.0<3.4

338 千葉のかほり
 近隣の契約農家の落花生を、独自の製法でゆで落花生にしました。
 賞90日 落
 100g **360円**(税込**389円**) 通常税込**405円**
 落花生(千葉県)

339 バターピー(ほそ実)
 原材料:落花生、フレッシュバター、植物油脂(パーム核油)、食塩(原材料の一部に大豆を含む)
 賞90日 乳落大
 120g **420円**(税込**454円**)
 落花生(千葉県) [放]不検出<3.7<3.7

340 生しょうが飴
 大紀コープファームの生姜を、京都の大文字飴本舗で飴に。原材料:麦芽水飴、砂糖(粗糖)、生姜、ごま
 賞80日 米
 80g **265円**(税込**286円**)

341 大豆チップスのり塩味
 原材料:大豆(遺伝子組換えでない)、植物油脂(米油)、食塩、あおさ
 賞50日 米大
 50g **210円**(税込**227円**)
 大豆(国内産)

342 CO国産小麦の海藻バー 85g
 3種類の海の素材(昆布、ひじき、わかめ)をさっぱり軽い食感の生地練り込んだスティックビスケットです。
 賞85日 米大
 85g **100円**(税込**108円**)
 小麦粉(国内産)

685 ひじきスティック
 原材料:小麦粉、三温糖、植物油脂(パーム油)、ショートニング(パーム油)、加糖脱脂粉乳、昆布パウダー、食塩、ひじき、脱脂粉乳、膨張剤(重炭酸アンモニウム、重曹)
 賞115日 米大
 115g **230円**(税込**248円**)
 小麦(国内産) [放]不検出<4.0<4.2

685 ひじきスティック
 原材料:小麦粉、三温糖、植物油脂(パーム油)、ショートニング(パーム油)、加糖脱脂粉乳、昆布パウダー、食塩、ひじき、脱脂粉乳、膨張剤(重炭酸アンモニウム、重曹)
 賞115日 米大
 115g **230円**(税込**248円**)
 小麦(国内産) [放]不検出<4.0<4.2

345 5切
346 10切
 さかえ屋(千葉県・松戸市)
 蜂蜜かすてら 卵小
 5切 約225g **480円**(税込**518円**)
 10切 約450g **840円**(税込**907円**)
 卵・小麦粉(国内産)

350 けんちん汁みそ仕立て
 岩手県産の丸大豆と国内産米で仕込んだ味噌を使用。野菜たっぷり、味噌の風味豊かなけんちん汁です。
 賞10日 米大
 10g×4 **540円**(税込**583円**) 通常税込**605円**
 大豆(岩手県)

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

608 黒ごまペースト
 黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。原材料にはちみつを含みます。
 賞145日 米大
 145g **420円**(税込**454円**)
 ごま(ミャンマー、他)

347 デキシーチョコレートクリーム
 カカオのおいしさたっぷりのチョコレート味。甘さ控えめ。
 賞200日 米大
 200g **310円**(税込**335円**) 通常税込**346円**
 丸和油脂(東京都・品川区)

348 ミャンマー産ひまわりはちみつ
 ミャンマーのひまわり畑のはちみつです。藤井養蜂場は、厳しい品質管理のもとで高品質なはちみつを輸入しています。くせのすくないさわやかな風味のはちみつです。
 賞1kg 米大
 1kg **1500円**(税込**1620円**)
 はちみつ(ミャンマー)

349 ハンガリー産アカシアはちみつ
 ハンガリーに咲くアカシアの花から採れたはちみつ。すっきりとした品のある味わいです。
 賞350g 米大
 350gポリ容器 **910円**(税込**983円**)
 はちみつ(ハンガリー)

350 けんちん汁みそ仕立て
 岩手県産の丸大豆と国内産米で仕込んだ味噌を使用。野菜たっぷり、味噌の風味豊かなけんちん汁です。
 賞10日 米大
 10g×4 **540円**(税込**583円**) 通常税込**605円**
 大豆(岩手県)

日用雑貨
 家庭から化学物質を排除しましょう!
 ・合成界面活性剤を含むものは扱いません。
 ・生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。
 前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
 ※紛失された場合は供給担当まで

351 水車杉線香
 天然杉のやさしい香りが好評
 100年変わらない伝統の製法を続ける駒村清明堂より。筑波山周辺の杉の葉を水車で挽いて粉にして作ります。
 賞約190g 米大
 約190g **1200円**(税込**1320円**)
 サイズ13cm
 駒村清明堂(茨城県・石岡市)

842 パックスソルティエーはみがき
 塩のちからで歯周炎(歯槽膿漏・歯肉炎)を予防して歯ぐきを健やかに保つ、塩入り石けんはみがき。
 賞120g 米大
 120g **390円**(税込**429円**)
 太陽油脂(神奈川県・横浜市)

879 ヘナ 100%
 ラジャスタン州のヘナ100%。無添加。水またはお湯でといて髪に塗ると、白髪がオレンジ系の赤色に。
 賞100g 米大
 100g **1000円**(税込**1100円**)
 ヘナ(インド)

890 ペンギン芯なし(トイレットペーパー)
 牛乳パック30%を含む再生紙100%のトイレットペーパー。無漂白、セミソフトタイプ。130m巻シングル。
 賞130m 米大
 130m×6ロール **460円**(税込**506円**)
 丸富製紙(静岡県・富士市)

布マスク
 洗って使える環境にもやさしい!
 イトダネームの布マスク
 耳ゴムはサイズ調整可能なようにカットした状態でお届けです。長さを調節し、結んでご使用ください

353 女性・子ども用
 イトダネーム(大分県・大分市)ガーゼ布マスク(国内産)
 肌ざわり抜群のガーゼ地のマスク。
 賞10枚 米大
 約17cm×9cm **3700円**(税込**4070円**) 通常税込**4180円**

354 大人用
 イトダネーム(大分県・大分市)タオル布マスク(国内産)
 今治産のタオル生地を使用した肌触り抜群のマスク。
 賞10枚 米大
 約18cm×10cm **3700円**(税込**4070円**) 通常税込**4180円**

357 和綿せっけん不要タオル
 つくば市で無農薬・自然栽培した日本古来の和綿を岐阜県のマインド松井・CHICAの紡績で製糸、石けん不要のハンカチ・タオルにしました。石けんを使わずに全身を包み込むように洗えます。
 賞1枚 米大
 1枚 **1200円**(税込**1320円**)
 和綿(茨城県)、紡績(岐阜県)

358 和綿せっけん不要ハンカチ
 つくば市で無農薬・自然栽培した日本古来の和綿を岐阜県のマインド松井・CHICAの紡績で製糸、石けん不要のハンカチ・タオルにしました。石けんを使わずに全身を包み込むように洗えます。
 賞1枚 米大
 1枚 **500円**(税込**550円**)
 和綿(茨城県)、紡績(岐阜県)

359 米ぬかボカシ肥料
 米ぬかに麹菌を混ぜて発酵させたもの。分解が早いので肥料効果も早いです。
 賞約2kg 米大
 約2kg **410円**(税込**451円**) 通常税込**473円**
 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

360 佐藤さんの竹酢液
 坂東市のどんぐりてい敷地内の竹林の竹からとった竹酢液。畑の土壌改良や害虫防除、消臭、入浴剤などに。
 賞500ml 米大
 500ml **610円**(税込**671円**) 通常税込**693円**
 どんぐりてい(茨城県・坂東市)

パン

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



おかべや(神奈川県・相模原市)
361 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
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)
362 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
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)
363 おかべや いちじくカンパニー
1個
原材料:小麦粉(北海道)、干しいちじく、天然酵母、塩
届いて2日 米小
1個 **350円**(税込 **378円**)
小麦(北海道)、いちじく(トルコ)



おかべや(神奈川県・相模原市)
364 おかべや 素焼きパン
1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
届いて4日 卵大 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)
365 おかべや おから甘食
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
届いて4日 卵大 小
3個 **412円**(税込 **445円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
366 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
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)
367 おかべや ぎっしりオーガニックレーズン
1個
原材料:小麦粉(北海道)、オーガニックレーズン、バター、砂糖、天然酵母、塩、豆乳、ラム酒、卵
届いて2日 卵米大 小
1個 **171円**(税込 **185円**)
小麦(北海道)、レーズン(アメリカ)



おかべや(神奈川県・相模原市)
368 おかべや もち麦ロール
5個
原材料:小麦粉(北海道)、もち麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、豆乳、天日塩
届いて2日 乳米大 小
5個 **352円**(税込 **380円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
369 おかべや 小倉あんぱん
2個
原材料:小倉あん、国産小麦(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日塩、豆乳、黒ごま
届いて2日 乳米大 小
2個 **370円**(税込 **400円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
370 おかべや とうふ丸パン
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
届いて2日 米大 小
3個 **260円**(税込 **281円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
371 おかべや おから甘食
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
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

届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
372 パンド・ミ(食パン) 1斤
6枚
270円(税込 **292円**)
373 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)
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
届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
374 パンド・ミ(レーズン食パン) 1斤
8枚
425円(税込 **459円**)
375 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。
※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
届いて1~2日 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
376 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
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

内麦小麦を使用した、朝食やおやつにぴったりのクロワッサン。
届いて1~2日 小
10個入
バネックス(長野県・伊那市)
377 内麦クロワッサン
10個 **580円**(税込 **626円**)
小麦(国内産) [放]不検出 <4.3 <4.2

有機栽培のほうじ茶と有機玄米をブレンドした日本茶です。香り高い飲み口とすっきりした後味をお楽しみいただけます。
届いて1~2日 小
100g **700円**(税込 **756円**)
緑茶(京都府)

有機栽培したお茶の茎の部分を主体に香ばしく焙じた三年宇治番茶です。
届いて1~2日 小
120g **475円**(税込 **513円**)
緑茶(京都府)

冷凍パン

凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

届いて180日 小
ハッコー食品(千葉県・千葉市)
378 国産全粒粉プチパン
約40g×5 **415円**(税込 **448円**)
小麦(国内産)

届いて180日 卵米大 小
ハッコー食品(千葉県・千葉市)
379 ブリュッセルワッフル
約65g×6 **605円**(税込 **653円**)
小麦(カナダ、他)

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)
380 童仙房茶舗 有機煎茶
有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。
100g **700円**(税込 **756円**)
緑茶(京都府)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)
381 童仙房 有機ほうじ茶玄米茶
150g **530円**(税込 **572円**) 通常税込 **594円**
緑茶(京都府)、玄米(国内産)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)
382 童仙房茶舗 三年宇治番茶
有機栽培したお茶の茎の部分を主体に香ばしく焙じた三年宇治番茶です。
120g **475円**(税込 **513円**)
緑茶(京都府)

茨城産六条大麦を使用。風味の良い、きれいなあめ色のむぎ茶を楽しめます。
届いて前日OK!
常陸屋本舗(東京都・江東区)
728 釜いり江戸麦茶
350g **205円**(税込 **221円**) 通常税込 **232円**
大麦(茨城県) [放]不検出 <0.5 <0.4

ランカスター(千葉県・千葉市)
383 ジャスミン茶(リーフ)
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)
384 ダーリンティー(ティーバッグ)
さわやかな芳香の紅茶です。農業無散布。
2g×30袋 **495円**(税込 **535円**)

ランカスター(千葉県・千葉市)
385 ローズヒップティー(ティーバッグ)
ローズヒップとはドッグローズの花の実でビタミンが豊富。抽出時間が長めでも渋味がなく美味しいです。
2g×30 **580円**(税込 **626円**)
ローズヒップ(チリ)

プレス・オルターサティフ(東京都・目黒区)
386 チャイ・パック
1人分の茶葉にスパイス6種(生姜、シナモン、ナツメグ、レモングラス、クローブ、カルダモン)を詰めました。
3g×12パック **430円**(税込 **464円**) 通常税込 **475円**
紅茶(インド)

創健社(神奈川県・横浜市)
387 醗酵カシス(飲料)
ニュージーランドで育った果実、カシスをおいしい飲料にしました。このカシスにはポリフェノールがたっぷり含まれており、なかでもブルーベリーにはない2種類のアントシアニンを含有しています。
565ml **1890円**(税込 **2041円**)
カシス(ニュージーランド)

森乳業(埼玉県・行田市)
388 わたしとほくの コーヒーミルク
生乳90%を使用した無香料、無着色のホームメイドタイプのコーヒーミルクです。
200ml **115円**(税込 **124円**)
生乳(国内産)

お子様からお年寄りまで、家族みんなで楽しめます
南蛮屋(神奈川県・厚木市)
389 コーヒー牛乳のもと
珈琲専門店が作った「コーヒー牛乳のもと」。牛乳に混ぜるだけで美味しいコーヒー牛乳が出来上がります。牛乳で5倍に希釈して。
275ml **600円**(税込 **648円**) 通常税込 **670円**
インスタントコーヒー(マレーシア)

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

山形食品(山形県・南陽市)
391 山形代表 りんご
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

ナガノトマト(長野県・松本市)
392 信州生まれの おいしいトマト(低塩)
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、低塩タイプのトマトジュース。
190g×30 **3000円**(税込 **3240円**)
トマト(長野県)

日本生活協同組合連合会
393 COただの炭酸水 500mlPET
ノンシュガー、ノンカロリー。糖分の気になる方、炭酸水をたくさん使用したい方、一度には使い切れない方に特におすすめです。
500ml×6 **468円**(税込 **504円**)

九州産大豆の旨味を引き出し、飲みやすく仕上げました
ふくれん(福岡県・朝倉市)
394 成分無調整豆乳(九州産ふくゆたか)
無菌充填の完全密封包装ですので、開栓前は常温でも保存できます。
1000ml **240円**(税込 **259円**) 通常税込 **270円**
大豆(九州)

寺田本家(千葉県・神崎町)
395 寺田本家のマイグルト
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。米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

酸化防止剤無添加
信州・桔梗ヶ原で農業をほとんど使用せずに栽培されたコンコード種が原料です。甘口。
井筒ワイン(長野県・塩尻市)
768 井筒ワイン 赤甘口
720ml **1200円**(税込 **1320円**)
ぶどう(長野県)

地元で契約栽培のさつまいも(コガネセンガン)、米、黒麹で仕込み、素焼きの麹で熟成させた本格焼酎。
小正醸造(鹿児島県・日置市)
396 小正醸造 いも焼酎25
720ml **1210円**(税込 **1331円**)
さつまいも(鹿児島県)

奄美の豊富な地下水と良質な黒糖と国産の米を原料に、伝統的なカメ仕込み常圧蒸留で製造した、こだわりの本格焼酎。
西平酒造(鹿児島県・奄美市)
762 黒糖焼酎 珊瑚 30度
1.8ℓ **2678円**(税込 **2946円**)
黒糖(鹿児島県、沖縄県)

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
757 龍泉洞の水 2ℓ×6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。
2ℓ×6 **1300円**(税込 **1404円**)
岩手県 [放]不検出 <0.5 <0.5

嬉しい 美味しいの 声が届いています! **組合員さんの声広場**

小さな粒に秘める、大きなパワー



特 岩泉産業開発 (岩手県・岩泉町)
502061 アマランサス (岩泉産)
 小麦や米に比べてたんぱく質や鉄、カルシウム、リンなどのミネラルが豊富。お米に2割程度混ぜて炊いて。
 180日
 200g **450円** (税込 **486円**) 通常税込 **502円**
 岩手県 【放】不検出 <1.0 <1.0

カラダの中から元気に!



特 岩泉産業開発 (岩手県・岩泉町)
502062 きび(岩泉産)
 白米と混ぜて炊くとほのかな甘みと香りが加わり、黄金色の綺麗なご飯になります。卵のようなコクのある味。
 180日
 200g **350円** (税込 **378円**) 通常税込 **410円**
 岩手県 【放】不検出 <0.6 <0.6

牛肉3×豚肉7、中津ミートの黄金比!



特 中津ミート (神奈川県・愛川町)
397 中津ミートのハンバーグ
 牛豚の割合3対7の挽肉使用。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。
 180日 卵乳小
 200g (100g×2) **340円** (税込 **367円**) 通常税込 **389円**
 豚肉 (神奈川県)

84歳の母も大好きです!
 中津ミートのハンバーグ、シンプルな美味しさがとても好きです。和食にもイタリアンにもアレンジがきいてとても良い商品だと思います。84歳になる母も大好きです。登場ありがとうございます。(利根町:Sさん)

モチモチ食感がやみつきに…!



特 池田食品 (埼玉県・所沢市)
398 ママンモチモチ手のぼしナン
 北海道産の小麦を使用し、手のぼしで焼き上げたもちもち食感のナン。本場のタンドール窯で焼くように高温で素早く焼き上げました。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼くと一層美味しいです。
 210g (3枚入り) **290円** (税込 **313円**) 通常税込 **324円**
 小麦粉 (北海道)

「カレーの壺」のカレーとの相性がいいです!



特 プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)
399 カレーの壺とろっとナスのポークカレー
 豚肉にとろとろのナスとココナッ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。
 180g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **421円**

今週のらくうまゴハン♪ 全品特価

魚介の旨味が効いた海鮮丼



1食当り (税別) 473円
 調理時間: 準備品 約6分 油
 セット内容: カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、塩タレ(えび、いかげそ入り)、だし醤油タレ
 グリンリーフ (群馬県・昭和村)
400 海鮮中華丼の具(醤油)
 新鮮な野菜と本格海鮮塩炒めソース、だし醤油タレが入った中華丼の具が作れるセットです。
 届いて1~2日 米 大 小
 2~3人前(約455g) **945円** (税込 **1021円**) 通常税込 **1134円**
 キャベツ (国内産)、スルメイカ (青森県)

カシューナッツの歯ごたえが魅力



1食当り (税別) 450円
 調理時間: 準備品 約7分 油
 セット内容: カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、タレ漬け鶏肉、カシューナッツ
 グリンリーフ (群馬県・昭和村)
401 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。
 届いて1~2日 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)

黒酢で味に深みをプラス



1食当り (税別) 432円
 調理時間: 準備品 約6分 油
 セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉
 グリンリーフ (群馬県・昭和村)
402 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚
 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。
 届いて1~2日 卵 米 大 小
 2人前(約410g) **864円** (税込 **933円**) 通常税込 **1037円**
 玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

カラフルな定番中華炒め



1食当り (税別) 448円
 調理時間: 準備品 約5分 油
 セット内容: カット野菜(チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ)、タレ漬け豚肉
 グリンリーフ (群馬県・昭和村)
403 チンゲン菜のスタミナ炒め
 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。
 届いて1~2日 卵 米 大 小
 2人前(約440g) **896円** (税込 **968円**) 通常税込 **1075円**
 チンゲン菜 (国内産)、豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

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ヶ番号欄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おのみご要望の際は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)。

めぐみちゃん白米5kg 502001 は1ページ

水海道のめぐみちゃん (コシヒカリ)

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)。

シーズン在庫がなくなりました。新米は10月3日スタートとなります。今しばらくお待ち下さい。

山形・おきたま興農舎

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

雑穀 白米に混ぜて、食物繊維とミネラル類を摂取!

米に混ぜて炊くことで、より栄養バランスのとれたものとなります。食物繊維も豊富。国内産大麦100%。

日本生活協同組合連合会

502073 CO 米粒状麦
 800g **320円** (税込 **346円**)
 大麦 (国内産)

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。

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

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

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)。

丸和食品 特集

全品 特価

トッピング次第でアレンジ自在! 「変わり冷奴」で毎日の食卓にお豆腐を♪



日持ちするのでストックにおすすめ!
青森県、秋田県産大豆使用。消泡剤を使わず、にがりで固めた日持ちする豆腐。

404 絹とうふ(充填豆腐)2袋セット

冷 賞30日 大 (300g×3)×2 **748円(税)808円** 通常税込 853円
大豆(青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

丸和食品(東京都・練馬区)

405 押し豆腐 2袋

国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。

冷 賞21日 大 220g×2 **430円(税)464円** 通常税込 508円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1

人気商品

丸和食品(東京都・練馬区)

407 きざみ揚げ(冷凍) 2袋

国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の揚げを細かく刻み、冷凍しました。

凍 賞6日 大 100g×2 **380円(税)410円** 通常税込 449円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



丸和食品(東京都・練馬区)

406 ごま入り寄せ豆腐

寄せ豆腐の中に練りごまを加え、栄養価と風味をアップ。しつこくない後味のよい甘みです。

冷 賞届いて4日 大 200g **173円(税)187円** 通常税込 194円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.3

久々登場!

シーズン初



おでんに最適!

丸和食品(東京都・練馬区)

409 豆腐屋が作った揚げ物セット

人気の「きつねがんも」、「一口厚揚げ」、「一口京がんも」を合わせたバラエティ豊かなお得セット。

冷 賞届いて3日 大 3種7品 **215円(税)232円** 通常税込 259円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6



丸和食品(東京都・練馬区)

410 青豆入り具だくさんがんも

丸和の豆腐に人参、ごぼう、青大豆、生姜、山芋粉、切昆布、黒ごまを加え、菜種一番搾りの油で揚げました。

冷 賞届いて5日 大 80g×2 **265円(税)286円** 通常税込 319円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.4

一口サイズなので煮物やお弁当にも便利です



丸和食品(東京都・練馬区)

411 ひじき入り京がんも

国産大豆使用の生地に野菜やひじきを加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。

冷 賞届いて5日 大 7個(140g) **245円(税)265円** 通常税込 297円
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.1



丸和食品(東京都・練馬区)

412 味噌えび入京がんも 2袋

具に干えび、人参、ごぼう、玉ねぎ等使用。自社製造のだしスープで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷 賞30日 大 米 大 小 10個×2 **580円(税)626円** 通常税込 680円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.0

具に干えび、人参、ごぼう、玉ねぎ等使用。自社製造のだしスープで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

丸和食品(東京都・練馬区)

413 豆乳ドーナツセット(白蜜1袋・黒糖1袋)

原材料:小麦粉、黒砂糖(黒糖のみ)、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー、カラメル色素(黒糖のみ)

賞60日 大 小 2種各155g **410円(税)443円** 通常税込 475円
小麦(国内産)

組合員さんからのクチコミ
豆乳ドーナツ(黒糖)を初めて試してみましたが、とっても美味しかったです。期待以上でした。

本場中国での作り方を日本で!

飛鳥食品 特集

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



419 飛鳥の黒豚水餃子

国産小麦粉を使用した厚めの皮で包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。

凍 賞120日 大 小 15個250g **458円(税)495円** 通常税込 535円
豚肉(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

414 飛鳥の黒豚シュウマイ 2パック

九州産の黒豚肉をたっぷり使用。ジューシーで味わい豊かな一品。蒸すかレンジで温めて。2パックでのお届け

凍 賞120日 大 小 12個180g×2 **724円(税)782円** 通常税込 842円
豚肉(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

415 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 賞120日 大 小 6個192g **491円(税)530円** 通常税込 583円
帆立(青森県、北海道)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

416 飛鳥のえびシューマイ

国産たらのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふくら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。

凍 賞120日 大 小 12個180g **389円(税)420円** 通常税込 451円
すげとうだら(北海道)、えび(ベトナム)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

417 フライパンでキーマ春巻

豚肉、玉葱、トマトピューレ、スパイスを使った本格キーマカレーを春巻に。フライパンでオープンで。

凍 賞120日 大 小 6本150g **352円(税)380円** 通常税込 403円
豚肉(国内産) [放] 不検出 <4.2 <2.6



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

418 飛鳥の黒豚肉まん

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

凍 賞120日 大 小 3個270g **417円(税)450円** 通常税込 489円
豚肉(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

421 飛鳥の手作りミニ肉まん

国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで温めて。

凍 賞120日 大 小 5個250g **385円(税)416円** 通常税込 451円
小麦(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

422 飛鳥のカレーまん

手でほぐした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み、国産小麦の皮で包みました。

凍 賞120日 大 小 3個270g **407円(税)440円** 通常税込 477円
小麦(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

423 飛鳥のあんまん

ごまの風味がしっかりと利いた甘さ控えめの餡を、国産小麦の生地で包みました。蒸してお召し上がりください。

凍 賞120日 大 小 4個240g **370円(税)400円** 通常税込 444円
小麦(国内産)

一つひとつ丁寧に手作りで作っています



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

420 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包みました。

凍 賞120日 大 小 15個250g **458円(税)495円** 通常税込 534円
小麦(国内産)、えび(ベトナム)

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

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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

000 石岡 鈴木牧場

000 ヨーグルト(微糖)

・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!