

# はじめよう! 健康で経済的なくらし

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

co-op mail  
**joso**  
常総生活協同組合

インターネット注文受付中  
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから  
登録出来ます

2020年 9月5回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙9/提出	21	22	23	24	25
定番品9/のお届け	28	29	30 <sup>10/</sup>	1	2
特別企画品10/のお届け	5	6	7	8	9

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

# 今こそ つながろう!

今こそ つながろう  
Coop-joso

新型コロナウイルスの流行により、生産者との交流やイベントが難しい世の中になってしまいました。ですが、そんな時だからこそ私たちの食卓を支えてくれている生産者とのつながりを改めて見直してみたいませんか? 各生産者からのメッセージと共に、自慢の商品をお届けします。

1999年、鈴木牧場が常総生協と出会い、たくさんの組合員さんが牧場を訪れました。それは、堆肥・草牛の良い循環を理解してもらったためです。牧場を訪れる事により、五感でそれを感じ取ってもらいたいと思ったからです。それらが、乳製品という形で皆さんの元に届けられるという事を! コロナ禍、大切な事が奪われてしまいました。ですが、鈴木牧場は組合員さんの近くにいます。世の中がもう少し良くなればすぐに鈴木牧場に来られます。1人増えた家族5人で皆さんとの交流会が出来ると楽しみにしています。



鈴木さんご一家

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)  
**11 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ3種セット**  
冷蔵14日以上 乳 30g×3種 **509円(税込550円)** 通常税込616円  
生乳 (茨城県)

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)なのでツ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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)  
**12 プレーン** 400g **350円(税込378円)** 通常税込390円  
**13 微糖** 400g **360円(税込389円)** 通常税込400円  
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

微生物農法の会  
**大和田さん**  
甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。  
**14 大和田さんのさつまいも**  
500g **220円(税込238円)**  
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.4

今のシーズンは「紅はるか」。火を通すと、ネットリ甘味の濃い味わいです。秋の味覚をお楽しみください。  
**15 無農薬の にんじんジュース100%**  
冷蔵30日 320g **440円(税込475円)** 通常税込486円  
人參 (千葉県) [放] 不検出 <3.6 <4.1

自信を持ってお届けする無農薬の人參ジュースです。皆さんが元気になるような美味しい商品をお届けできるように、これからも頑張ります。  
**16 オイキムチ**  
冷蔵14日 米 大小 200g **398円(税込430円)** 通常税込443円  
きゅうり (国内産) 代表の矢ヶ崎さんと木下さん

やがちゃんキムチ  
国産のきゅうりに、多イコン、にんじん、にら、りんご等をミックスしてスパイスを加えたキムチです。  
**17 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付) 2個組**  
JAやさと (茨城県・石岡市) 茨城県で採れた小粒大豆をねかせた風味のよい納豆です。  
冷蔵7日 米 大小 (35g×3)×2 **268円(税込290円)** 通常税込320円  
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <4.0 <3.9

JAやさと (茨城県・石岡市)  
**18 酒沼のしじみ(冷凍)**  
冷蔵30日 200g **345円(税込373円)** 通常税込389円  
やまとしじみ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**19 塩さんま**  
凍 85g×4 **460円(税込497円)** 通常税込518円  
さんま (北海道、三陸) [放] 不検出 <3.8 <3.5

千倉水産 (千葉県・船橋市)  
**20 ローズポーク 徳用焼肉セット**  
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。  
冷蔵6日 200g×3種 **1150円(税込1242円)** 通常税込1296円  
ミートパルの皆さん

JA全農いばらき (茨城県) ミートパル村山  
**21 つくば茜鶏 モモ**  
冷蔵180日 300g **480円(税込518円)** 通常税込529円  
茨城県 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。 やさと農場の田仲さん

沼屋本店 (茨城県・つくば市)  
**22 国産丸大豆 寒仕込みしょう油**  
6小 500ml **740円(税込799円)**  
大豆 (国内産) 沼屋では国産の丸大豆を使用し創業以来使い続けている木桶で仕込んでいます。丸大豆は皮が分解して発酵するまで2年を要しますが、その間にアミノ酸が溶け出し、旨みが徐々にくっつき増していきます。 2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。 社長の沼屋浩一さん

寺田本家 (千葉県・神崎町)  
**23 粒・甘口** 1kg **600円(税込648円)**  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

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

ますだ (千葉県・八街市)  
**25 天日干しさやいり Qなっつ 150g**  
冷蔵90日 落花生 150g **650円(税込702円)**  
落花生 (千葉県) 今年ではめずらしくなった天日干し乾燥。はっきりとした甘み、あっさりとした食べやすい味が特徴。 増田商店の皆さん

【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。主要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(検出限界値も併記します)。  
・空欄になっている商品は以下の通りです。  
①検査対象地域外  
②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

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

茨城県 [放] <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



# 顔の見えるJOSO野菜



生産者 天池さんご夫妻



生産者 樺沢さん



生産者 木村農園 木村さん



生産者 上野さん

**シーズン最終** (無農薬)

土れ味農園 (茨城県・石岡市)

**58 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。農薬無散布。

3本 **218円**(税込**235円**)

茨城県

味にクセのない青菜です おひたしにしても

樺沢さん (群馬県・前橋市)

**59 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)

**60 木村さんのピーマン**

肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。

150g **155円**(税込**167円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.6

お鍋、炒め物にもどうぞ♪

上野さん達 (栃木県・上三川町)

**61 長ねぎ**

地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農薬無散布。

500g **220円**(税込**238円**)

栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7

蒸して温野菜でどうぞ♪

あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

**62 チンゲン菜**

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

2~3株 **142円**(税込**153円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

お手軽 150g♪

あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

**63 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

たっぷり 250g♪

原さん達 (群馬県・東吾妻町)

**64 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。農薬無散布。

1束(250g) **221円**(税込**239円**)

群馬県

2~3個

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

**65 長島さんの丸なす**

肉質が特に緻密でよくしまり、田楽や煮ナスなどに適します。農薬無散布・無化学肥料栽培。

400g(2~3個) **298円**(税込**322円**)

茨城県

稲葉さん達 (茨城県・結城市)

**66 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、実の糖度が増していきます。減農薬栽培。

5本 **276円**(税込**298円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

※調理例

松浦さん達 (山形県・鶴岡市)

**67 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

米内口さん達 (青森県)

**68 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

煮込み料理で トロトロ甘々♪

中村さん達 (群馬県・長野原町)

**69 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

まごころの里・吉田さん達 (北海道・栗山町)

**70 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

煮物でどうぞ♪

宮本さん達 (熊本県・山都町)

**71 里芋**

馬糞堆肥等の有機質肥料を使い、味よく仕上げています。農薬無散布。

約400g **307円**(税込**332円**)

熊本県

木村農園 (茨城県・つくば市)

**72 木村さんのごぼう**

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g **192円**(税込**207円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8

無農薬

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。農薬無散布。

1~2玉約280g **230円**(税込**248円**)

北海道

※できるだけ葉付きでお届けします

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。

川島さん達 (群馬県・長野原町)

**74 大根**

1本(900g以上) **192円**(税込**207円**)

群馬県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

無農薬

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。

上村さん達 (青森県・おいらせ町)

**75 人参(洗い)**

500g **205円**(税込**221円**)

**76 1kg**

380円(税込**410円**)

青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

士別農園 (北海道・士別市)

**77 1kg**

280円(税込**302円**)

**78 3kg**

798円(税込**862円**)

北海道

From 士別農園 士別農園の特集は16ページに記載しています

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。

実の締まりが良く、甘みが強く、生でも美味しく頂けます。除草剤不使用・減農薬栽培。

士別農園 (北海道・士別市)

**79 1kg**

298円(税込**322円**)

**80 3kg**

850円(税込**918円**)

北海道

切ってサラダに、すってとろろにも◎

上村さん達 (青森県・八戸市)

**81 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

きのこを 食べよう

食物繊維 たっぶり♪

山田さん (茨城県・つくば市)

**82 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

あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

**85 エリンギ**

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

100g **261円**(税込**282円**)

三重県

日持ちがよく、シャキッとしたしっかり食感

丸金 (長野県・長野市)

**83 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られ、広島県産力かき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

白えのきにはない、コクのある味が特徴

江藤さん (大分県・玖珠町)

**87 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。日持ち、香りともに良好です。

100g **322円**(税込**348円**)

大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4

村上さん (栃木県・高根沢町)

**88 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

秋もおいしいお魚お届けします!

センシン食品のお魚惣菜は鮮魚から加工します(ワンフロース)。だから水っぽくなく、フライならふんわりサクサクの食感を楽しめます!



だからウマイ! 水揚げされたばかりの肉厚なアジを鮮魚の状態からすぐに加工し、急速凍結しました。

**89 アジフライ**  
凍 120日 米小 2枚 **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **427円**  
アジ (宮城県、福島県、千葉県) [放] 不検出 <3.7 <3.5

**90 相馬のおんちゃまセット**  
刺身、切身、煮物、揚げ物など「相馬のおんちゃま」こと高橋さんが調理した商品のセットです。  
凍 90~180日 3~5種 合計 **1480円** (税込 **1598円**)  
旬の地魚 (三陸、常磐産)

**91 「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 100g **415円** (税込 **448円**) 通常税込 **473円**  
するめいか (北海道)

**92 国内産冷凍あさり**  
熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し若干の熱処理後、凍結しました。  
凍 30日 200g **386円** (税込 **417円**)  
あさり (熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

**93 網走湖産 冷凍しじみ(大粒)**  
北海道網走湖で漁獲した大粒のやまとしじみです。砂抜き後、冷凍してお届けします。  
凍 30日 150g **415円** (税込 **448円**)  
やまとしじみ (北海道)

**94 子持ちからふとししゃも**  
ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大き目サイズのものをお届けします。  
凍 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)

**95 九州産真あじの生開き干し**  
厳選した九州産の鰯(あじ)を鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いて下さい。  
凍 2枚160g **398円** (税込 **430円**)  
真あじ (九州)

**96 天日干しアジ**  
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。  
凍 30日 4枚210g以上 **548円** (税込 **592円**)  
真あじ (佐賀県)

脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。  
**97 2枚** 片身2枚240g **398円** (税込 **430円**)  
**98 3枚** 片身3枚360g **588円** (税込 **635円**)  
真さば (ノルウェー)

大きいホッケが食べたい!  
**99 甘塩編ほっけ開き**  
脂の乗りがよい編ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。  
凍 30日 約350g **598円** (税込 **646円**) 通常税込 **680円**  
編ほっけ (アメリカ)

さんまの旨味をギュッと凝縮しました!  
**100 さんま開き2枚**  
北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。  
凍 120日 2枚200g **350円** (税込 **378円**)  
さんま (北海道)

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)  
**101 しまほっけ黒糖みりん漬**  
脂ののったアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりごまをブレンドした特製の調味液に低温で漬け込みました。  
凍 米大 3切210g **415円** (税込 **448円**)  
しまほっけ (アメリカ)

秋の野菜といっしょにホイル焼きにも!  
**102 香ばし味噌のさばフィレ**  
ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬けです。野菜をたっぷり加えてホイル焼きも美味。  
凍 30日 米大 片身2枚 **465円** (税込 **502円**) 通常税込 **518円**  
さば (長崎県)

**103 香ばし味噌のぶり切身**  
九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬け。ご飯のお供に、冷めても柔らかいのでお弁当にも。  
凍 30日 米大 5~6切170g **645円** (税込 **697円**)  
ぶり (長崎県)

個包装でとっても便利!  
**104 石巻産さば生姜醤油漬**  
宮城県石巻産のさばを黒糖とすりおろし生姜を加えた醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けてみました。  
凍 180日 米大 4枚240g **398円** (税込 **430円**)  
さば (宮城県) [放] 不検出 <3.4 <2.9

ブリに食感が似て、身離れが良い魚です  
主にニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を生薑醤油に漬けて水温熟成させました。  
**105 水温造り生姜焼き用シルバー切身**  
凍 180日 米大 2切140g **350円** (税込 **378円**)  
シルバー (主にニュージーランド)

夕食にちょうどいいサイズ!  
**106 雄武秋鮭みりん漬**  
北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自開発した塩みりに漬け込みました。とてもまろやかです。  
凍 30日 米大 140g(2切) **598円** (税込 **646円**)  
秋鮭 (北海道)

中辛  
**107 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)

甘塩  
**108 ロシア産紅鮭切身(甘塩)**  
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい1切約55gにしました。甘塩です。  
凍 180日 3切165g **498円** (税込 **538円**)  
紅鮭 (ロシア)

パリッと焼いておにぎりの具などにも!  
**109 紅鮭かま(甘塩)**  
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** (税込 **430円**) 通常税込 **464円**  
紅鮭 (アメリカ)

無塩の秋鮭はアレンジ自在!  
新じゃがで「鮭じゃが」を作ろう!  
**110 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)**  
北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。  
凍 30日 80g×3 **548円** (税込 **592円**)  
秋鮭 (北海道)

無塩  
**111 水温造り 甘塩さば切身4切**  
ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂のりがついています。  
凍 120日 4切260g **435円** (税込 **470円**) 通常税込 **486円**  
さば (ノルウェー)

**112 真あじフィレ**  
長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。  
凍 30日 片身5~8枚前後 200g **461円** (税込 **498円**)  
真あじ (長崎県)

**113 えび・いかミックス**  
生の、むきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。  
凍 180g **380円** (税込 **410円**)  
えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

**114 三陸産するめいかつば抜き**  
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ば抜きにしました。炒め物、煮物などに。  
凍 3~6枚230g **410円** (税込 **443円**)  
するめいか(岩手県、青森県) [放] 不検出 <3.8 <3.9

たっぷり300g!  
**115 いかの一夜干しカット(わけあり)**  
アメリカ産のカナダマツイカを塩のみで味付けし、軽く干しました。製造時に出てしまう端材を徳用パックで。  
凍 300g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **462円**  
カナダマツイカ (アメリカ)

**116 高橋徳治商店の蒸しかき**  
旨味成分グリコゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので身が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。  
凍 60日 105g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
かき (宮城県)

水産品の放射能検査について  
・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。  
主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

夕食のあと一品にもピッタリ!



**117 ごはんがすすむ! 真ほっけ蒲焼(タレ付)**  
骨を取り切身にした後、小麦粉をまぶしました。両面を焼き、添付タレをからめてどうぞ。  
凍 180日 米 大 小  
5~7枚180g 380円(税) 410円(税) 通常税込 430円  
真ほっけ (北海道)

食べ応え満点!



**118 国産やわらかいか 下足電田揚**  
青森県八戸港水揚げのアカイカ(ムラサキイカ)の下足を醤油、砂糖で味付けし、馬鈴薯澱粉をまぶしました。  
凍 大 小  
200g 380円(税) 410円(税) 通常税込 430円  
アカイカ (国内産)

ごはんに 抜群に合う!



**119 かき味噌**  
宮城産のかきを使用。宮城の漁師町の郷土料理です。仙台味噌とかきの旨味がご飯に合います。  
凍 180日 米 大  
80g 380円(税) 410円(税) 通常税込 430円  
かき (宮城県) [放] 不検出 <4.2 <3.7

宮城県 東北の浜応援!

まるたか水産 銅・炒めもの、ホイル焼きなど自由自在!  
三陸、茨浜、おぎのはまの新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。  
凍 90日 米 小  
200g 415円(税) 448円(税) 通常税込 464円  
かき (宮城県) [放] 不検出 <3.3 <4.2

「がぜ」とは「うに」のこと。きゅうりにも合う!

**122 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) 646円(税) 通常税込 680円  
きたむらさきうに (宮城県)

この4品はすべて10月1日のお届け

揚げたてをぜひ!  
**121 大粒かきフライ**  
4~8個  
凍 90日 米 小  
4~8個220g 425円(税) 459円(税) 通常税込 475円  
かき (宮城県)

丼に添えて! 三杯酢でも!

**123 冷凍あかもく**  
石巻・万石浦のあかもくです。粘り成分のフコイタンが豊富。味噌汁や吸い物、酢の物、天ぷらなどでどうぞ。  
凍 90日 米 大 100g 318円(税) 343円(税) 通常税込 356円  
あかもく (宮城県)

流水でできる 海鮮の丼

**124 焼津港の まぐろ漬け丼**  
流水でできる本格まぐろ漬け丼!  
流水解凍で本格的なまぐろ漬け丼! 焼津港に水揚げされた鮮度の良いまぐろはだまぐろをスライスし、無添加の醤油ダレに漬けました。  
凍 30日 米 大 小 2食入  
160g(2パック) 480円(税) 518円(税) 通常税込 538円  
まぐろ (太平洋)

**125 おらがつつ宮古の磯丼**  
三陸産のいか、めかぶ、いくらを独自の調味液で味付けした磯丼用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。  
凍 180日 米 大 小 50g×2 418円(税) 451円(税)  
するめいか・めかぶ・いくら (岩手県) [放] 不検出 <3.5 <4.0

**128 生からつくったあじ刺身 生姜醤油漬**  
千葉県産の定置網で漁獲した鮮度の良いあじを厳選し、一口サイズにカットして醤油に漬け込み、生姜、ねぎ、ごまをのせました。  
凍 180日 米 大 小 80g 390円(税) 421円(税) 通常税込 435円  
あじ (千葉県) [放] 不検出 <2.8 <2.9

**129 あじと3種の野菜マリネ**  
あじ(国内産)と玉ねぎ、人参、ピーマンの3種の野菜(いずれも国内産)をつかった、マイルドなマリネです。  
凍 180日 米 大 小 150g 398円(税) 430円(税)  
あじ (国内産)

**126 焼津港のめばちまぐろ中落ち風**  
めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。  
凍 30日 米 大 小 100g 565円(税) 610円(税)  
めばちまぐろ (太平洋)

**127 三陸岩手 いかの糸造り**  
三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたたいかを短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。  
凍 180日 米 大 小 80g 448円(税) 484円(税)  
するめいか (三陸)

**130 魚屋さんの混ぜちりめん**  
国産の小魚と7種類の海藻を混ぜ、色々な風味が楽しめます。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。  
凍 30日 米 大 小 60g 330円(税) 356円(税) 通常税込 369円  
しらす (遠州灘~伊勢湾)

**131 しらす干し**  
3袋入  
遠州灘~伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、乾からく干しました。  
凍 120日 米 大 小 20g×3 435円(税) 470円(税) 通常税込 486円  
しらす (遠州灘~伊勢湾)

**132 いわしごぼうつみれ**  
国内産(主に九州、山陰近海)の真いわし、うるめいわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。  
凍 120日 米 大 小 180g 335円(税) 362円(税)  
いわし (国内産)

**133 無添加明太子 (切子込み)**  
着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。  
凍 30日 米 大 小 60g 340円(税) 367円(税)  
すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)

**134 無添加たらこ (切子込み)**  
すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わずに味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。  
凍 30日 米 大 小 60g 340円(税) 367円(税)  
すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)

**135 静岡県産 カツオブライ**  
静岡県産の鰹をパン粉(国産小麦使用)で包みました(卵は不使用)。フライパンでの揚げ焼きも可能です。  
凍 米 小 160g(4枚入) 418円(税) 451円(税)  
かつお (静岡県)

**136 水温造り さわらの雪見おろし(南蛮柚子)**  
国産(一部韓国産)のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。  
凍 180日 米 大 小 220g 335円(税) 362円(税)  
さわら (国内産、韓国)

**137 水温造り さばの味噌煮**  
ノルウェー産のさばを信州みそペースのみそ煮にしました。湯煎するだけですぐに食べられます。  
凍 180日 米 大 小 80g(お弁当用50g×4袋) 535円(税) 578円(税) 通常税込 594円  
さば (ノルウェー)

**138 うなぎ蒲焼 70g×2**  
愛知県産の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。  
凍 米 大 小 70g×2 2180円(税) 2354円(税) 通常税込 2452円  
うなぎ (愛知県)

乾物料理講習会で紹介 ごぼう料理の レポートにも

◆材料(3~4人分)  
春雨 100g  
ごぼう 中1本  
昆布だし 100cc  
しょうゆ 大2  
黒砂糖 小2  
胡麻油 大2  
鰹コショウ 少々  
ぞー一味唐辛子 2~3本

◆作り方  
1 春雨を水にひたす。  
2 ごぼうは千切りにする。  
3 胡麻油大さじ1でゴボウを中火以下でゆっくり炒め 醤油大1を加え絡める。  
4 だし汁、醤油大1、春雨を加えて炒め、水分が無くなったら胡麻油大1と黒砂糖で調味する。  
※お好みで最後にコショウと一味をふってまぜる。

切り取ってご活用ください

旬のさつまいもが おかすになります お弁当にも

◆材料(2~3人分)  
さつまいも 100g  
豚モモスライス 4枚  
酒 大2  
みりん 大2  
A 醤油 大2  
砂糖 小1~2  
オリーブオイル 適量

◆作り方  
1 さつまいもを縦に薄切りにし、それを細く切る。  
2 豚肉を二枚、端を重ねて置き、①の半量をのせて豚肉を巻いていく。  
3 フライパンに油を入れて熱し、豚肉の巻き終わりの部分を下にして少し押しつけるようにして焼き、転がしながら全面に火を入れて焼く。  
4 全体に火が通ったらAを加えて煮からめる。  
5 食べやすい大きさに切り、皿に盛る。

切り取ってご活用ください

つながる♡♡♡  
Coop-joso

リン酸塩  
不使用の  
**毎日の食卓やお弁当に  
ハム・ソーセージ!**

冷凍肉を使わず毎日新鮮な肉を仕入れて作っているの  
で、肉のたんぱく質が結合  
し、塩たけて粘り気がたま  
す。なので原料は基本的に  
「豚肉、塩、砂糖、香辛  
料」のみです。

鎌倉ハム・魚住さん

神奈川県 横浜市  
鎌倉ハム  
クラウン商会

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**140 鎌倉マイルド  
ポークウイナー×2**  
焼き塩を使用しているので塩カドが  
とれてマイルドに仕上がっています。  
冷蔵 賞10日  
94g×2 **325円**(税込**351円**) 通常税込**362円**  
豚肉(国内産) [放]不検出<4.4<4.1

**139 鎌倉つかいっきり  
セット**  
鎌倉ハム人気商品を少量お試し。  
ロースハムスライス、バラベーコンス  
ライス、つかいっきりポークウイン  
ナー  
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)

**141 鎌倉ボンレスハム  
×3**  
合成添加物を使わない成形ハム。お  
得な3パック組です。  
冷蔵 賞15日  
60g×3 **640円**(税込**691円**) 通常税込**729円**  
豚肉(国内産)

**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。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**142 ローズポーク  
モモブロック**  
モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使用  
できるようにブロックでお届け。  
冷蔵 賞6日  
500g **980円**(税込**1058円**)  
茨城県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**144 ローズポーク  
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

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**145 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

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**143 ローズポーク  
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。  
冷蔵 賞6日  
250g **490円**(税込**529円**)  
茨城県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**146 ローズポーク 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。  
凍結 賞30日  
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

**147 中津豚ヒレ一口カツ用**  
冷蔵 賞4日  
200g(5~6切) **735円**(税込**794円**)  
神奈川県

**147 中津豚ヒレ一口カツ用**  
冷蔵 賞4日  
200g(5~6切) **735円**(税込**794円**)  
神奈川県

※調理例

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**148 中津豚ロース  
しゃぶしゃぶ用**  
きめが細かく脂が程よく入ったロ  
ース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ約  
2mmにスライスしました。  
冷蔵 賞4日  
200g **550円**(税込**594円**)  
神奈川県

※調理例

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**  
きめが細かく脂が程よく  
入ったロース肉を、しょう  
が焼き用にスライスしまし  
た。厚さ5mm。  
冷蔵 賞4日  
200g **545円**(税込**589円**)  
神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**150 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)

**151 中津豚小間切**  
各部位から集めています。火の通り  
が良いので野菜炒め、カレーなど  
に。  
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)

**152 中津豚挽肉**  
赤身率8割以上の挽肉。豚そぼろ、肉  
団子などに。  
冷蔵 賞4日  
200g **355円**(税込**383円**)  
神奈川県

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**153 中津豚上挽肉**  
モモ肉とスネ肉を主体にした脂肪分  
の少ない豚挽肉です。脂質が気にな  
る方にも。赤身率約9割。  
冷蔵 賞4日  
200g **425円**(税込**459円**)  
神奈川県

疲労回復は「栄養の宝庫」レバーで!

レバー炒め

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

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

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**155 豚レバー**  
ビタミン、鉄分豊富  
なレバー。牛乳につ  
けて臭みをとって、  
ニラレバ炒め等に。  
凍結 賞30日  
300g **198円**(税込**214円**) 通常税込**227円**  
国内産 [放]不検出<4.1<4.2

**鶏肉**

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

100gあたり  
約133円

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**156 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。  
凍結 賞180日  
300g **370円**(税込**400円**)  
茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**21 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。  
凍結 賞180日  
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)

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

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**158 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、炒めものにも。  
凍結 賞180日  
250g **490円**(税込**529円**)  
茨城県

甘辛味の照り焼きが  
おすすめ!

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**159 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。  
凍結 賞180日  
400g **525円**(税込**567円**)  
茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**160 つくば茜鶏 手羽元**  
唐揚げやスープ煮に。  
凍結 賞180日  
400g **525円**(税込**567円**)  
茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

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

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**162 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。  
凍結 賞180日  
250g **240円**(税込**259円**)  
茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

**163 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。  
凍結 賞180日  
500g **660円**(税込**713円**)  
茨城県

秋川牧園(山口県・山口市)

**164 若鶏手羽中(ハラ  
フ)**  
非遺伝子組み換えの飼料を与え、無  
投薬で育てた若鶏の手羽中。ほしい  
分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。  
凍結 賞180日  
300g **580円**(税込**626円**)  
鶏肉(山口県・島根県・福岡県・熊本県)

**牛肉**

・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島  
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。

ごぼうと牛肉は相性抜群♪  
ごぼうの牛肉巻

程良い霜降りの入った  
赤身主体のモモ肉を  
うす切りにしました。

福永産業(福岡県・遠賀町)

**165 徳用 鹿児島 坊津黒牛  
モモしゃぶしゃぶ用**  
凍結 賞30日  
300g **1450円**(税込**1566円**) 通常税込**1598円**  
鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

**166 鹿児島 坊津黒牛  
焼肉用(モモ、バラ)**  
モモとバラ肉を焼肉用にスライスし  
ました。徳用規格でお届け。  
凍結 賞30日  
300g **1680円**(税込**1814円**)  
鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

**167 鹿児島 坊津黒牛  
サイコロステーキ用×2**  
モモ・肩肉をダイス状にカットしま  
した。お得な2パックでお届け。  
凍結 賞30日  
170g×2 **1800円**(税込**1944円**)  
鹿児島県

福永産業(福岡県・遠賀町)

**168 鹿児島 坊津黒牛  
切り落とし170g×2**  
炒め物、煮物等何にでも使える切り  
落としです。たっぷり使える2パッ  
ク組でお届けします。  
凍結 賞30日  
170g×2 **1370円**(税込**1480円**)  
鹿児島県



**169 鹿児島 坊津黒牛 特選切り落とし150g×2**  
モモ、ウデ等の鮮やかな霜降りの入った部分のみを厳選した黒牛の切り落とし。2パック組のお徳用です。  
凍 賞30日  
150g×2 **1640円**(税込**1771円**)  
鹿児島県



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



JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山  
**171 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

**畜産加工品**

- 発色剤、結着剤、保存料、化学調味料不使用です。
- リン酸塩による増量もしていません。



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**172 鎌倉つかいっきり ポークウインナー×3**  
使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。  
冷 賞10日  
49g×3 **275円**(税込**297円**)  
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**173 鎌倉チョリソー**  
国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。  
冷 賞15日  
30g×5 **385円**(税込**416円**)  
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**174 鎌倉粗挽 ロングウインナー**  
冷 賞10日  
27g×5 **280円**(税込**302円**)  
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**175 鎌倉ローズハム スライス×2**  
ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。  
冷 賞15日  
60g×2 **500円**(税込**540円**)  
豚肉(国内産) [放]不検出<3.4<3.3



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**176 中津皮なし 和風ミニウインナー**  
温めると醤油の控え目な旨味が広がります。食べやすい皮なし。  
冷 賞7日 大 小  
120g **287円**(税込**310円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**177 中津バラベーコン スライス**  
甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。  
冷 賞7日  
100g **380円**(税込**410円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**178 中津ボンレスハム スライス**  
自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。  
冷 賞7日  
100g **352円**(税込**380円**)  
豚肉(神奈川県)



近江牛のしぐれ煮  
ブランド牛の近江牛を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分間程度温めてお召上がり下さい。  
冷 賞60日 大 小  
180g **426円**(税込**460円**)  
牛肉(滋賀県)

時短調理にお役立ちの商品を集めました



※調理例  
つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。  
凍 賞180日 乳  
160g **350円**(税込**378円**)  
鶏肉(茨城県)



※調理例  
村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。  
冷 賞7日 大 小  
200g **480円**(税込**518円**)  
豚肉(茨城県)



※調理例  
ブランド牛の近江牛を時間をかけ丁寧に煮込み肉質を柔らかく仕上げました。湯煎で5分程度温めて。  
冷 賞60日 大 小  
140g×2 **583円**(税込**630円**)  
牛肉(滋賀県)



※調理例  
豚ヒレ肉の切身を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。  
冷 賞6日 大 小  
5~7枚200g **700円**(税込**756円**)  
豚肉(神奈川県)



※調理例  
隠し味にピーナッツバターを加えた自家製味噌ダレに豚ロースを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。  
冷 賞6日 大 小  
200g(固形量約80g×2) **554円**(税込**598円**)  
豚肉(神奈川県)



※調理例  
豚肉本来の味を大切にシンプルな味付け。豆板醤を使っていないので、辛いのが苦手な方でも。  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**185 中津麻婆豆腐の素(甘口)**  
冷 賞24日 大 小  
200g **375円**(税込**405円**)  
豚肉(神奈川県)

**鈴木牧場** ビンは洗ってお返してください  
ピンは再利用いたしますので、**食べ終わったらピンを洗って供給担当に返却**ください。ご協力のほどお願い致します。

鈴木牧場ヨーグルトは1ページ12・13に掲載中です。また、特別企画11「さけるチーズ3種セット」もどうぞお見逃しなく!

製造風景

**モッツアレラ チーズの 成形作業**

写真は、作業の最終段階であるチーズを丸める作業風景。熟練のスタッフにもなると、一回で100グラムぴったり丸めることができるというから、これぞプロの技。

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。

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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**187 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン)**  
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。  
冷 賞7日以上 乳 40g **292円**(税込**315円**)  
生乳(茨城県) [放]不検出<3.8<4.1

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**188 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(バジル)**  
鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召上がりください。  
冷 賞14日以上 乳 30g **199円**(税込**215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。

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)  
**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)

よつ葉乳業(北海道・音更町)  
**189 よつ葉 ミルクコーヒー**  
冷 賞届いて6~10日 乳 1ℓ **277円**(税込**299円**)  
生乳(北海道)

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)  
**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)

よつ葉乳業(北海道・音更町)  
**189 よつ葉 ミルクコーヒー**  
冷 賞届いて6~10日 乳 1ℓ **277円**(税込**299円**)  
生乳(北海道)

**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

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

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 賞卵入り 6個入り **330円**(税込**356円**)  
茨城県 [放]不検出<3.5<3.7



190 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...



191 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...



192 サツラク酪農家限定 ヨーグルト(プレーン)
サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用...



193 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...



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



199 牛乳寒天 2個組
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...



195 2本組
生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用...



196 5本組
生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用...



197 濃厚豆乳プリン
愛知県産の豆乳、牛乳、国産卵を使って作った本格派力スタードプリン...



198 べに花ハイプラスマーガリン
べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せず...



199 牛乳寒天 2個組
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...

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。



200 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...



201 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...



205 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。



206 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。



209 しそ寄せ豆腐
国内産の青しそを丁寧に刻み、豆腐に合わせた一品。ほのかに青しその風味が広がる、さっぱりとしたお豆腐。



202 おかべや 萬歳豆腐
国産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。冷蔵庫で長期保存できる充填タイプ...



203 おかべや 一口生揚げ
青森県産大豆・天然にがり100%使用。おかべや自慢の木綿豆腐を、風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。



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



207 押し豆腐
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。



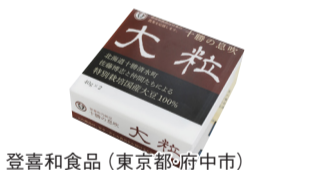
208 だだちゃ豆入寄せ豆腐
国産丸大豆と山形県鶴岡産のだだちゃ豆を使用。だだちゃ豆の甘み、風味が楽しめます。



215 遊作納豆 (タレ・カラシ付)
茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。



213 水府納豆ミニ3 (タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。糸引き、風味ともよい納豆です。



214 十勝の息吹 大粒2P (タレ・カラシ付)
北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。



210 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。



211 きざみ揚げ (冷凍) 2袋
国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。



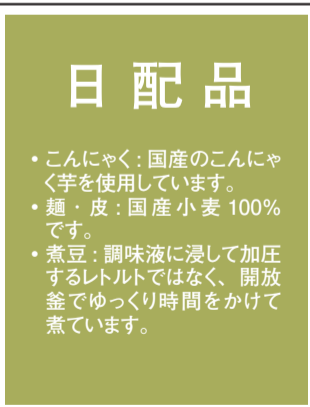
212 絹生揚げ
絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。



219 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。



220 岩手産生わかめ (カット)
岩手県産の湯通し塩蔵わかめ。「岩手わかめ」特有の風味や食感が味わえます。



221 岩手産さしみ昆布
早採りの軟らかい昆布を湯通し塩蔵しました。そのままお醤油をかけて、酢の物、炒め物、煮物に。



217 上州産徳用ごんにやく
群馬県産のごんにやく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。



218 上州産徳用しらたき
群馬県産のごんにやく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。



223 とこそてん (タレ・ふりかけ付)
てん草100%使用の、風味のよいとこそてんです。

219 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。

220 岩手産生わかめ (カット)
岩手県産の湯通し塩蔵わかめ。「岩手わかめ」特有の風味や食感が味わえます。

221 岩手産さしみ昆布
早採りの軟らかい昆布を湯通し塩蔵しました。そのままお醤油をかけて、酢の物、炒め物、煮物に。

222 やさとの半熟たまご (温玉)
非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。

223 とこそてん (タレ・ふりかけ付)
てん草100%使用の、風味のよいとこそてんです。

223 とこそてん (タレ・ふりかけ付)
てん草100%使用の、風味のよいとこそてんです。



## おでんの増量に おすすめの一品!



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**224 長崎 いわし団子**  
 冷 賞29日 卵米大  
 4個112g **290円**(税込**313円**) 通常税込**324円**

いわし (国内産)



無リンの魚肉すりみ(スケノウダラ、イトヨリダイ)を主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。  
 松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)  
**226 焼ちくわ**  
 冷 賞15日 米 5本130g **250円**(税込**270円**) 通常税込**281円**

スケノウダラ (アメリカ)



うすら卵を丸ごとすり身で包んだ揚げ蒲鉾です。おでん種の1品や煮物、お弁当のおかずにも。  
 長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**225 長崎うすら天**  
 冷 賞30日 卵米 3個入 **280円**(税込**302円**) 通常税込**313円**

魚肉、うすら卵 (国内産)



シーズン初  
**227 こんにやくみそおでん(特製タレ付)**  
 国産こんにやく粉を使用。白、黒の2色が串にさしてあります。特製のみそだれを添付しました。  
 冷 賞60日 米大 小  
 10本入 **260円**(税込**281円**) 通常税込**292円**

こんにやく粉 (群馬県、栃木県)



アツアツの **キムチ鍋** で♪  
**228 白菜キムチ「頂」**  
 白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬け上げたキムチです。カット済なのですぐに召し上がれます。  
 冷 賞14日 米大 小  
 300g **498円**(税込**538円**)

白菜 (国内産)

**229 マイルド薬念醤 (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。お鍋や料理の味付けにも使える万能タレ。  
 冷 賞45日 米  
 200g **485円**(税込**524円**) 通常税込**538円**

唐辛子 (中国)

共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**230 内麦焼そば (ソース付)**  
 国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。  
 冷 賞6日 卵大 小  
 麺150g×3 ソース30g×3 **257円**(税込**278円**)  
 小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

国産小麦粉を使った、無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。スープはあっさりタイプなので食材で補って。  
 共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**231 内麦生ラーメン醤油 (3食入)**  
 冷 賞7日 卵大 小  
 麺120g×3 スープ30g×3 **350円**(税込**378円**)  
 小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

菊田商店 (東京都・練馬区)  
**232 昆布豆**  
 秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふくらりと仕上がっています。  
 冷 賞90日 米大 小  
 130g **220円**(税込**238円**)  
 大豆(秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2

菊田商店 (東京都・練馬区)  
**233 煮豆 とら豆**  
 北海道産のとら豆。今では高級煮豆店でも取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。  
 冷 賞90日 米  
 150g **324円**(税込**350円**)  
 とら豆(北海道)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**234 しらすくろみ**  
 瀬戸内海しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くろみ(有機JAS認定)を加えました。えぐ味の少ないくろみしらすが後を引くおいしさです。  
 冷 賞90日 米大 小  
 100g **580円**(税込**626円**)  
 しらす(瀬戸内海)

仁徳 (千葉県・船橋市)  
**235 茶漬昆布**  
 刻んだ北海道産の昆布と焼津産のかつお節を入正醤油と砂糖で炊き合わせ、いりごまを混合して辛口に仕上げました。  
 冷 賞30日 米大 小  
 80g **265円**(税込**286円**)  
 昆布(北海道)

貴重な国産たけのこを使用  
 国産(愛媛県)のたけのこを使用し、食感を生かした歯ごたえのある味付けメンマです。ラーメンのトッピングにはもちろん、そのままでもごはんのおかずや箸休めにも最適な逸品です。  
 遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**236 国産山くらげたまり漬**  
 国産(茨城県)で栽培・収穫された山くらげを醤油だれで漬け込みました。コリコリとした食感が特徴です。  
 冷 賞90日 米大 小  
 90g **461円**(税込**498円**)

山くらげ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.5

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**237 国産味付けメンマ**  
 冷 賞90日 米大 小  
 90g **461円**(税込**498円**)  
 たけのこ(愛媛県)

細かく刻んでチャーハンの具やサラダのトッピングにも  
 遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**238 国産味付けザーサイ**  
 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。ご飯のおかずにも。  
 冷 賞90日 米大 小  
 100g **315円**(税込**340円**)  
 ザーサイ(神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1

樽の味 (和歌山県・御坊市)  
**239 すっぱいいなか漬け (寒干し沢庵・糠漬)**  
 宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。  
 冷 賞120日 米  
 140g **325円**(税込**351円**)  
 大根(宮崎県)

小田原屋 (福島県・郡山市)  
**240 里ごぼう**  
 シャキシャキの国産里ごぼうを、醤油をベースにさっぱりとした味に仕上げました。  
 冷 賞150日 米大 小  
 100g **417円**(税込**450円**)  
 ごぼう(国内産)

藤巻商店 (千葉県・印西市)  
**241 三五八漬けの素**  
 塩3、麴5、蒸し米8の割合で熟成させた漬け床。野菜に軽くなでつけて、ひと晩置くだけでおいしく漬かります。  
 冷 賞 米  
 700g **435円**(税込**470円**)  
 米(国内産)

樽の味 (和歌山県・御坊市)  
**242 熟成めか床**  
 和歌山県の漬物屋が地元の米糠を使い熟成させためか床。きなこ、渋柿の皮、唐辛子、昆布を加えています。  
 冷 賞180日 米大  
 1kg **510円**(税込**551円**)  
 米ぬか(和歌山県)

## 魚肉練り製品

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

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**243 長崎 もすく天**  
 白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にもすくをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。  
 冷 賞8日 米  
 2枚 **368円**(税込**397円**)  
 魚肉(国内産・タイ)、もすく(国内産)

うどん・そばの具材に  
 長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**244 長崎 いか天**  
 いかの胸部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。  
 冷 賞7日 米  
 30g×4 **270円**(税込**292円**)  
 すけそうだら(北海道、アメリカ)

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)  
**245 長崎甘鯛入りさつま揚げ**  
 長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。  
 冷 賞7日 卵米  
 25g×5 **368円**(税込**397円**)  
 甘鯛(長崎県)

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)  
**246 こだわりさつま揚げ (磯の香)**  
 鹿児島島の魚で作る自家製すり身を使い、オキアミとおおさ粉の風味を効かせました。  
 冷 賞29日 米  
 3枚90g **250円**(税込**270円**)  
 すけそうだら(北海道)

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)  
**247 かに風味かまぼこ**  
 無リンのスケノウダラすり身を国内産かのに煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。  
 冷 賞60日 米  
 10本125g **320円**(税込**346円**)  
 スケノウダラ(アメリカ)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**248 お好みさつま揚げ**  
 凍 賞180日 卵米  
 2枚160g **352円**(税込**380円**) 通常税込**400円**  
 すけそうだら(北海道)

つなごう 株式会社 高橋徳治商店  
 16ページの「高橋徳治商店」もぜひ!  
**めざすは地域の光となる会社**

当社は宮城県石巻で明治38年(1905年)に創業。1979年頃より合成添加物を一切使用しない練り製品を作り続けております。東日本大震災では全3工場を津波により失いました。一度は再開を断念しようかと思いましたが、各生協様をはじめ全国の方々のご支援や励ましのお言葉に後押しされ、2011年10月より看板商品である「おとうふ揚げ」の生産を再開。  
 2013年には東松島市に新工場を建設。さらに2018年には「野菜加工工場」を新設。冷凍野菜加工を通して、地域のニート・引きこもりの若者達の就労支援に取り組んでおります。

当社が無添加の練り物をはじめたきっかけは学校給食との出会いから  
 「野菜や魚が苦手な子供達にも安全で味にこだわった練り製品を食べさせたい」との想いから誕生したのが、この「お好みさつま揚げ」。北海道産無リンたらすり身をベースに国産野菜のキャベツ、人参、そしてホタテをふんだんに使った揚げかまぼこ。魚介の旨味と野菜の食感が味わえます。

組合員さんからのクチコミ  
 何もつけずにトースターで焼きそのまま頂きました。具のいっぱい詰ったお母さんのような優しい味がしました。さつま揚げがあまり好きではなかった私が初めてさつま揚げを食べた「おいしい!!」と感じました。

東日本大震災後、製造再開させた際の復興第1号、当社の1番人気商品でもある「おとうふ揚げ」  
 豆腐の風味・甘味はそのままに、5種類の国産野菜を練り込み、旨味や食感を加えて栄養価の高い新たな練り物に仕上げました。  
 ※原料の一部は、新設された「野菜加工工場」で加工処理を行ったものを使用。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**249 おとうふ揚げ(五目)**  
 おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種類の野菜(人参・葱・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。  
 凍 賞180日 米大  
 5個175g **301円**(税込**325円**) 通常税込**337円**  
 すけそうだら(北海道)









おかげや天然パン工房

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

おかげや(神奈川県・相模原市)
おかげや 豆乳角型食パン
356 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

おかげや(神奈川県・相模原市)
357 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

おかげや(神奈川県・相模原市)
358 おかげや 豆乳ノースライスパン
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

おかげや(神奈川県・相模原市)
359 おかげや いちじくカンパニユ
原材料:小麦粉(北海道)、干しいちじく、天然酵母、塩

おかげや(神奈川県・相模原市)
360 おかげや 素焼きパン
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、塩

人気 No.1
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
361 おかげや 紅茶オレンジ
原材料:小麦(北海道)、紅茶(スリランカ)

組合員さんからのクチコミ
おかげやの紅茶オレンジがこのところ毎週ピックアップされています。届くとすぐに食べてしまいます。

原料にラム酒を使っています
362 おかげや ぎゅっしりオーガニックレーズン
原材料:小麦粉(北海道)、オーガニックレーズン、バター、砂糖、天然酵母、塩、豆乳、ラム酒、卵

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

364 おかげや もち麦ロール
原材料:小麦粉(北海道)、もち麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、豆乳、天日塩

北海道産小豆を使った自家製あんがたっぷり
365 おかげや 小倉あんぱん
原材料:小倉あん、国産小麦(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日塩、豆乳、黒ごま

自家製酵母パン Le・Lourdes
366 パンド・ミ(食パン) 1斤 6枚
367 ノースライス
原材料:小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

368 パンド・ミ(レーズン食パン) 1斤 8枚
369 ノースライス
原材料:小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

370 ドッグパン
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

10個入り 1個あたり税込約65円
371 発芽玄米入りクロワッサン
原材料:岩手県産の小麦を使ったクロワッサン

372 国産全粒粉プチパン
原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!
373 ママンモチモチ手のぼしナン
北海道産の小麦を使用し、手のぼして焼き上げたもちもち食感のナン。

374 フリュッセルツッフル
原材料:小麦粉(北海道)、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料

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。

720 煎茶
上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴です。

723 煎茶(ティーバッグ)
かわばた園(静岡県・静岡市)

375 抹茶 一色の緑
かわばた園(静岡県・静岡市)
新芽の時期に20日間程度日光を遮り栽培した茶葉を石臼で時間をかけて丁寧に挽きました。

726 はと麦茶(ティーバッグ)
常陸屋本舗(東京都・江東区)
新陳代謝を活性にするカリウムを多く含んだおいしいお茶です。

376 アッサムティー(リーフ)
ランカスター(千葉県・千葉市)
ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる、濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。

377 ペパーミントティー(ティーバッグ)
ランカスター(千葉県・千葉市)
セイロン紅茶にペパーミントをブレンドしました。

752 CO無糖ジャワティー AB12
日本生活協同組合連合会
無糖タイプなので、すっきりとした味わい。

378 フジワラの青汁(粉末タイプ)
フジワラ化学(愛媛県・西条市)
有機栽培ケール100%。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。

379 ねばりこんぶ茶
リアス(千葉県・船橋市)
がごめ昆布、真昆布、羅白昆布をブレンドし風味豊かなこんぶ茶にしました。

743 CO ミックスキャロット AB200ml
日本生活協同組合連合会
果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン、にんじん汁50%)

380 国産大豆の調整豆乳
マルサンアイ(愛知県・岡崎市)
国産大豆(非遺伝子組換え)を使用し、乳化剤、糖料、香料などは使用していない豆乳です。

381 わたしとぼくのコーヒーマルルク
森乳業(埼玉県・行田市)
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マルルクです。

382 オーガニックぶどうサイダー+レモン
ヒカリ食品(徳島県・上板町)
有機JAS認定商品 有機果汁85%以上 着色料、保存料、酸味料、香料は使っていません。

383 有機ココア
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
砂糖不使用のオーガニックココア。ココア本来の味が楽しめます。

747 造り酒屋の甘酒のもと
天領酒造(岐阜県・下呂市)
原料は米と米麹のみ。酒造好適米「ひだほまれ」を100%使用した濃厚な甘みが特長。

760 エチゴビール(スタウト(黒ビール))
エチゴビール(新潟県・新潟市)
通常に比べて約1.3倍の麦芽を贅沢に使用して仕込み、スタウト(強い)という名の通りアルコール分7%と強い。

761 スパークリング日本酒「すますま」
天領酒造(岐阜県・下呂市)
「かどっこ」「奥まった角」のことを飛騨弁で「すま」といいます。

754 CO ただの炭酸水 200ml
日本生活協同組合連合会
福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。

384 CO富士山麓の湧水2ℓ
富士山麓(静岡県)
富士山系「三ツ峠」の山腹から湧き出るミネラルウォーター。硬度36mg/Lの軟水です。




つながろう  
Coop-joso

# 高橋徳治 商店

味・素材・無添加に  
妥協しないモノづくりを  
続けています

負けない身体作りに、安心  
で良質なたんぱく質を摂取  
しましょう。思いを込めた練  
り物で、ひとときの笑顔を紡  
いでいけたら嬉しいです。



高橋社長

## 新



### 393 おでん種4種セット

凍 60日 米大

4種8品 242g **520円** (税込 **562円**) 通常税込 **592円**

すけそうだら (北海道)

煮物にも  
従来のおでん種セ  
ットより少量の、ぼた  
んちくわ、小魚つま  
れ、玉ねぎ揚げ、ごぼ  
う天の4種を2個す  
つセット。

原材料:【ごぼう天】魚肉(タラ(国産))、ごぼう(国産)、人参(国産)、ばれいしよでん粉(国産)、発酵調味料、砂糖、カツオブシエキス、食塩、米油(揚げ油)【玉ねぎ揚げ】魚肉(タラ(国産))、玉ねぎ(国産)、ばれいしよでん粉(国産)、発酵調味料、砂糖、カツオブシ※ぼたんちくわ・小魚つまれは従来品と同じです。



### 394 ソフトはんぺん

お吸い物や、シンプルな焼き物にどうぞ。チーズ、たらこ等をはさんでも美味。

凍 180日 卵米

4枚200g **386円** (税込 **417円**) 通常税込 **427円**

すけそうだら (北海道)



### 395 曲がりネギちりめん揚げ

曲がりネギの自然な甘さとちりめんの塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍、または軽く炙って。

凍 180日 米

100g **306円** (税込 **330円**) 通常税込 **340円**

すけそうだら (北海道)

# 大紀 コープ ファーム

梅や柿、野菜などの生産から加工までおこなっている生産者団体です。1970年代に添加物や農薬に疑問をもち、地域循環型の農業を旨としています。



大紀コープファームの皆さん



### 396 しその葉ふりかけ

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

90日

しそ (和歌山県)

50g **190円** (税込 **205円**)



### 397 徳用梅干し

昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無差別。

180日

800g **1800円** (税込 **1944円**)

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



### 398 青梅ゼリー(梅実入り)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

80g×2 **250円** (税込 **270円**)

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

組合員さんからの  
**クチコミ**


組合員さんからの「次はいつ企画しますか?」とご要望の多い商品です

凍らせても  
半解凍でも

つながろう  
Coop-joso

# おきたま 興農舎

おきたま興農舎はもうすぐ設立40年を迎える、有機農業を進めてきた生産者団体です。例年に増して天候が不安定ですが、厳選して果実をお届けします。



生産者 沼田さん

今回だけの特別企画!  
伊藤さんのシャインマスカット



今大人気の  
★種無し  
★皮ごと★高糖度の3拍子揃った白ぶどうです!

2~3房

おきたま興農舎・伊藤さん (山形県・高島町)

### 399 ぶどう(シャインマスカット)

2~3房1.5kg **3980円** (税込 **4298円**)

山形県

※通常供給用、化粧箱でお届けします。ご自宅用、お届けものとしてもどうぞ!

「安芸津21号」に「白南」を交配して育成された品種。皮ごと食べられる大粒品種のブドウです。減農薬栽培。



### 400 ぶどう(スチューベン)

果肉が軟らかく多汁で、甘味がとても強い。果皮は黒色で、巨峰を小振りにした感じ。減農薬栽培。

1kg **1050円** (税込 **1134円**)

山形県 [放] 不検出 <3.8 <3.6



### 401 ぶどう(ベリーA)

ベリーAはワイン用の品種ですが、手間ひまかけた管理で、生食でも美味しいぶどうになります。減農薬栽培。

1kg **899円** (税込 **971円**)

山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.6

つながろう  
Coop-joso

# 士別農園

循環型、環境保全農業を行い、創業当初から畑作物には除草剤を使用せず、作物作りを行っています。



士別農園の皆さん



### 402 士別のかぼちゃ

ホクッとした口当たりと程よい甘みで、煮物の他ポタージュやソテー、パイ等にも。減農薬栽培。

1玉 **398円** (税込 **430円**)

北海道



### 403 しべつみそ

北海道の士別農園で栽培した大豆と米を使用して仕込みました。大豆の煮汁を加え風味豊かに仕上げられています。塩分12%。

1kg **685円** (税込 **740円**) 通常税込 **756円**

大豆 (北海道)



### 404 士別農園 福神漬

野菜をすべて手きざみし、農園独自の調味液で漬け込みました。

150g **320円** (税込 **346円**) 通常税込 **356円**

きゅうり・白瓜・他野菜 (北海道)



### 582 士別農園 小豆

北海道士別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふっくら煮上がります。


300g **395円** (税込 **427円**)

小豆 (北海道)

つながろう  
Coop-joso

# ニッコー

コロナ禍でも、ニッコーにてできることは、安心安全でおいしい商品をお届けすることです。しっかり食べて免疫力を高めましょう。



山崎社長

## お得2パック



### 405 徳用北京餃子2パック

ニッコー (神奈川県・大和市)

凍 大 小 (18g×15)×2 **778円** (税込 **840円**) 通常税込 **864円**

豚肉 (国内産)

組合員さんからの  
**クチコミ**

手軽で美味しいので重宝しています。

普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セットでお届け。

## お得2パック



### 406 ミニアメリカンドック2パック

ニッコー (神奈川県・大和市)

凍 小 6本×2 **778円** (税込 **840円**) 通常税込 **864円**

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。



### 407 鶏ごぼうシュウマイ

ニッコー (神奈川県・大和市)

凍 小 27g×8 **343円** (税込 **370円**) 通常税込 **383円**

鶏肉 (国内産)

味わい深い仕上がりのシュウマイ

つながろう  
Coop-joso

# ランカスター

1971年創業以来、紅茶にこだわってきました。原料の買い付けから製造・加工・梱包まで自社で一貫して行い、厳選したもののみ組合員へお届けしています。



ランカスター林さん



### 733 セイロン紅茶(ティーバッグ)

ランカスター (千葉県・千葉市)

2g×50 **320円** (税込 **346円**)

紅茶 (スリランカ)

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



### 732 オーナーズティー(リーフ)

ランカスター (千葉県・千葉市)

100g **400円** (税込 **432円**)

紅茶 (スリランカ)

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

ランカスター (千葉県・千葉市)

### 408 ルイボスティー(ティーバッグ)

ランカスター (千葉県・千葉市)

2g×30 **570円** (税込 **616円**)

ルイボスティー (南アフリカ)

ランカスターのセイロン紅茶は美味しいです。食事と一緒に飲んでも違和感がありません。まろやかな味で、愛用しています。プレゼントしても喜ばれます。

## 表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記	お届け時の温度帯	アレルギー表示	主原料原産地
<p>4週に1回お届け 4週に3回お届け</p> <p>隔週お届け 毎週お届け</p> <p>シーズン最終 季節商品につき今回で最終</p> <p>シーズン初 今季初登場</p> <p>新 新発売の商品</p> <p>特 特別価格商品</p>	<p>凍 冷凍品</p> <p>冷 冷蔵品</p> <p>表記のないものについては常温でのお届けです。</p> <p>農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。</p> <p>その他</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>卵 卵 乳 牛乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かに かに</p> <p>「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。</p> <p>※コンタミネーションとは同じ工場でアレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性が有ることをいいます。</p> <p>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。</p>	<p>生鮮品については主原料の原産地を表記しています。</p> <p>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。</p> <p>※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!</p>