

はじめよう! 健康で経済的なくらし

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

co-op mail
joso
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます

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

2021年3月2回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	1	2	3	4	5
定番品 のお届け	8	9	10	11	12
特別企画品 のお届け	15	16	17	18	19

春の巻きまき

みんなで作って
楽しもう♪

ロールキャベツ、春巻き、肉巻き…。
色んなアレンジで春の食材を美味しくいただきます。
手作りが楽しい、巻きまきレシピ大集合です!

定番のロールキャベツに♪

茨城県の銘柄豚「ローズ
ポーク」の挽肉。赤身率8
割です。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

12 ローズポーク 挽肉

凍 賞30日 300g **460円(税込497円)**
茨城県

お得2
個組



よつ葉乳業(北海道・音更町)

13 よつ葉シュレッドチーズ 2個組

冷 賞90日 乳 250g×2 **1096円(税込1184円)** 通常税込1242円
生乳(北海道)



特

手で開けられる
紙容器入り
イタリア産完熟トマトを使い
やすい大きさにカットして、
ピューレ漬けにしました。ト
マナトマト(長野県・松本市) マトを切らずに使えます。

14 あらくつぶしたトマト
ピューレづけ2個組

390g×2 **420円(税込454円)** 通常税込476円
ナガノトマト(長野県・松本市)



木村農園(茨城県・つくば市)

11 木村さんのキャベツ

1玉 **172円(税込186円)** 通常税込198円
茨城県 [放] 不検出 <0.6 <0.6



吉澤さん達(群馬県・昭和村)

15 グリーンアスパラ

約100g **240円(税込259円)** 通常税込270円
群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



春巻きの皮で
何でもまきまき♪

低温(160℃くら
い)から揚げてい
き、皮が色づきは
じめたら火を強め
て最後は油の温度
を上げるとカリッ
と油切れの良い仕
上がり♪



三立食品(東京都・葛飾区)

16 春巻の皮(みちのく)

国産小麦粉と赤穂の天日塩で作ったシン
ブルな皮。油で揚げたり、焼いても美味し
い。ピザ生地代わりにも。
冷 賞25日 小
10枚 **225円(税込243円)** 通常税込254円
小麦(北海道・岩手県) [放] 不検出 <2.8 <3.9



日本生活協同組合連合会

17 COほたて貝柱水煮ほぐし身
70g×3

国産の帆立貝柱を料理に使いやすいほぐし身(フレーク
状)に仕上げました。
70g×3 **1100円(税込1188円)** 通常税込1210円
ほたて貝柱(国内産)



生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。
通常180gのところ
価格はそのままの
+20g!

凍 賞90日 200g **380円(税込410円)**
えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

センシン食品 (宮城県・名取市開上)



3.11震災から
10年

自分の想いが
届く商品を

震災、津波を受けて沈んで行く社屋を高台から眺めて茫然としました。この時は何も考えていなかったと記憶して居ります。明日の事さえ...どうしたらよいかも...思考が停止して居りました。自分を取り戻すにもかなりの時間を使ったと思います。これから受ける長い長い試練など思いもつきませんでした。半年が過ぎる頃、常総生協様や取引先、地元の有志で物資を運ぶリヤカー隊やはらがま朝市クラブを立ち上げる事になり、これ以後、自分の事より、この仕事に全てを注ぎ込む事で家族、仲間との絆を感じて居りました。その中で創り出してきたものが現在も残る商品です。世の中の流通だけを考える商品ではなく、海に育ち海から自分の想いが届く商品を作る様になりました。「世界三大漁場から超新鮮をお届けできます」を心掛けて皆様のご支援にお応えしたいと日夜お魚と格闘して居ります。



センシン食品(宮城県・名取市)

19 相馬のおんちゃまセット

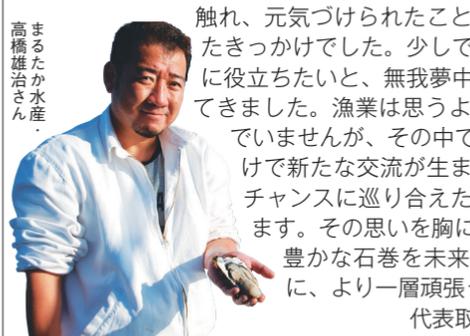
刺身、切身、煮物、揚げ物など「相馬のおんちゃま」こと高橋さんが調理した商品のセットです。
凍 賞90~180日
3~5種
混合 1450円(税込1566円) 通常税込1598円
旬の地魚(三陸、常磐)

まるたか水産 (宮城県・石巻市)

3.11震災から
10年

海産物豊かな石巻を未来につなげたい

情報が何も入ってこない生活の中で毎日工場の片づけをしながら、これから何をどうすれば良いのか考え続けて居ました。そんな中で、友人や取引先の方々から次々に駆けつけてくれ、たくさんの方の優しさに触れ、元気づけられたことが再建を決意したきっかけでした。少しでも水産業界の復興に役立ちたいと、無我夢中で毎日を過ごしてきました。漁業は思うように復興が進んでいませんが、その中でも震災がきっかけで新たな交流が生まれ、素晴らしいチャンスに巡り合えた事に感謝して居ります。その思いを胸に刻んで、海産物豊かな石巻を未来につなげるために、より一層頑張らせてまいります。



代表取締役・高橋雄治



お届けは
3月3回に
なります

まるたか水産(宮城県・石巻市)

23 荻浜湾で育った
プリプリ冷凍かき

三陸・荻浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。
凍 賞90日
200g **415円(税込448円)** 通常税込464円
かき(宮城県) [放] 不検出 <3.2 <4.5



センシン食品(宮城県・名取市)

20 松川浦産
生冷青のり

アオサとは品種が違う「ヒトエグサ」という香りの高い品種の青のりを乾燥していない生の状態でお届けします。酢の物、汁物の具などに、かき揚げにしても青のりの風味が楽しめます。
凍 賞180日
120g **369円(税込399円)**
ヒトエグサ(福島県)



センシン食品(宮城県・名取市)

21 アジフライ

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。
凍 賞120日 米小
2枚 **380円(税込410円)** 通常税込427円
アジ(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.5



センシン食品(宮城県・名取市)

22 「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年仕込み大豆醤油を使用。
凍 賞120日 米大
100g **418円(税込451円)** 通常税込473円
するめいか(北海道)



まるたか水産(宮城県・石巻市)

24 蒸しかき

グリコゲンが一番多くなる春に漁獲した牡蠣を厳選し、殻をむいてすぐに、何も加えず蒸しました。
凍 賞90日
60g **330円(税込356円)** 通常税込373円
かき(宮城県)



まるたか水産(宮城県・石巻市)

25 大粒かきフライ

三陸牡鹿半島の清浄海域で育った良質の大粒生かきを使用し、パン粉をまぶして仕上げました。揚げて。
凍 賞90日 米小
4~8個
220g **425円(税込459円)** 通常税込475円
かき(宮城県)



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

まるたか水産(宮城県・石巻市)

26 伊達漁師のわかめ

冷 賞50日
100g **265円(税込286円)** 通常税込302円
わかめ(宮城県) [放] 不検出 <4.3 <3.8

【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。
・調査完了したもののについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。
・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。
・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。
・空欄になっている商品は以下の通りです。
①検査対象地域外
②記載が間に合わなかった商品
ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)
千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
茨城県 [放] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

シーズン初
甘夏
ほろ苦く…甘酸っぱさ
溢れる爽やかな果肉!

甘酸っぱいプチプチの果肉がとっても爽やか! 生食はもちろん、加工用やサラダのトッピングにも。幅広くアレンジをたのしめる春の柑橘です。ビタミンB1、クエン酸なども摂取でき疲労回復の一役にも。



サラダにも
一役買います♪



甘夏とナッツの
クリームサラダ
(作り方は5ページ)

無茶々園 (愛媛県・西予市)

無茶々園の甘夏

27 1kg 398円(税込430円)

28 3kg 1100円(税込1188円)

愛媛県

甘味★★
酸味★★★★
香り★★★★
タネあり

適度な甘味と酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。

ご協力
ください!!
少し糖度が少ない
りんご!?! ぶじ

通常のリんごより糖度が低いものを通称「青実果」と呼びます。青実果は生育期間中の気温上昇によって、樹体生育が盛んになる事で発生し、温暖化が進むにつれて発生が増えていきます。糖度は落ちるものの、そのまま食べも問題なく、サラダやヨーグルト、ジュースなどにご利用いただけます! 今年も温暖化の影響で1トン以上出ました。安価でお届けしますので、ご協力頂けると幸いです。



甘味★★
酸味★
食感★★★★

りんご(ぶじ)・
ちょっと糖度が低いだけ!

さんさんファーム・宮下さん達 (長野県・松川町)

29 りんご(ぶじ)訳あり

3玉 369円(税込399円)

長野県

果実中の糖度が通常より低いまま成熟期を迎えたりんご。そのままでもヨーグルトやジュースにも。減農薬栽培

圧倒的な果汁により
柑橘の歴史を塗り替えた
「せとか」

「清見×アンコール」×「マーコット」から生まれた新時代のオレンジです。「清見」の果汁の多さと、アンコールの甘さ、マーコットの濃厚さ、さらに口に残ることのない薄皮まで手に入れた、柑橘の「サラブレッド」がせとかです。



甘味★★★★
酸味★
香り★★★★
果汁量★★★★
タネなし
皮ごとOK

お試し
特価

内皮は極薄でかんざつ類屈指のジューシーさを誇ります。「ゴクゴクと食べる」と言われる柑橘。農薬0~3回。

無茶々園 (愛媛県・西予市)

30 無茶々園のせとか

700g 778円(税込840円) 通常税込918円

愛媛県

外皮は固いが
ジューシーな
果肉たっぷり

味はまさに温州みかん、香りは「オレンジ」といったところ。果汁量も適度にあり、甘みと酸味のバランスが良いです。



甘味★★★★
酸味★
香り★★★★
果汁量★★
タネあり
皮ごとOK

無茶々園 (愛媛県・西予市)

31 無茶々園の清見オレンジ

みかんとオレンジの掛け合わせ品種。たっぷりの果汁と芳醇な香りが特長的。農薬0~3回。

1kg 598円(税込646円)

愛媛県



市場で人気のある高級品種。甘味が強く、皮もむきやすく食べやすい。清見(きよみ)とポンカンの掛け合わせ。農薬0~3回。

無茶々園 (愛媛県・西予市)

無茶々園の不知火(デコボン)

32 1kg 739円(税込798円)

33 3kg 1950円(税込2106円)

愛媛県



木下さん達 (愛媛県・西予市)

34 しらぬい(デコボン)

甘みが強く人気の晩柑。果頂部のデコは樹齢と共に低くなるものもあります。減農薬栽培。

800g 600円(税込648円)

愛媛県



無農薬

岩川さん達 (鹿児島県・屋久島町)

35 屋久島タンカン

皮がむきやすく果肉はやわらかで多汁。甘みが強く、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。農薬無散布。

約550g 555円(税込599円)

鹿児島県



海瀬農園 (静岡県・沼津市)

36 黄金柑

黄色い果皮に小さめサイズですが、味と香りのバランスは良くオレンジに近い風味。無化学肥料、減農薬栽培。

700g 461円(税込498円)

静岡県 [放] 不検出 <3.5 <4.1



無農薬

濱上さん (鹿児島県・出水市)

37 ジューシーフルーツ

果肉は軟らかく多汁で爽やかな柑橘。落果防止剤は使用していません。農薬無散布。

800g 399円(税込431円)

鹿児島県



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

38 わけありはさく(はねだし)

生育過程で若干のキズや痕跡が表面に付きましたが味は問題ないものを大小込みの専用規格でお届けします。程よい甘みと酸味がありしゃきっとした歯ごたえの爽やかな晩柑です。

3kg箱入 647円(税込699円)

奈良県



さんさんファーム・宮下さん達 (長野県・松川町)

39 りんご(ピンクレディー)

希少な品種で酸味と甘みのバランスが良く、紅玉に近い味わいのりんごです。減農薬・無化学肥料栽培。

3玉 (450~500g) 398円(税込430円)

長野県



佐々木さん達 (青森県・三戸町)

40 りんご(ぶじ)

果汁が豊富なうえ甘さが際立つ品種です。この時期でも楽しめるよう収穫後低温貯蔵したりんごをお届けします。減農薬栽培。

4玉 498円(税込538円)

青森県



竹村さん (茨城県・かすみがうら市)

41 竹村さんのいちご

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。

200g×2 860円(税込929円)

茨城県



無農薬

赤羽根さん (栃木県・壬生町)

42 赤羽根さんのキウイフルーツ

ホルモン剤不使用の為、比較的小ぶりですが、キウイ本来の甘さがぎゅっと詰まっています。農薬無散布。

200g (3~4玉入り) 260円(税込281円)

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



無農薬

お得な
1kgは
16ページ

江川農園 (神奈川県・小田原市)

43 江川さんのキウイフルーツ

樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。

500g 450円(税込486円)

神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4



無農薬

松永農園 (静岡県・静岡市)

44 松永さんのレモン

親子3代にわたり農薬を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。

45 1kg 824円(税込890円)

静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



無農薬

ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)

46 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)



麺類、お刺身、お肉にも♪

作本さん達 (熊本県・熊本市)

47 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 138円(税込149円)

熊本県



料理の薬味にどうぞ

大紀コープファーム・しょうが生産者グループ (奈良県)

48 しょうが

爽やかな香りは薬味として。しょうがなどに。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。

100g 159円(税込172円)

高知県



無農薬

樫谷さん達 (熊本県)

49 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかっています。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



無農薬

上野さん達 (栃木県・上三川町)

50 ニラ

栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農薬無散布。

1束(約100g) 130円(税込140円)

栃木県

JOSO野菜サラダで美味しく食べて健康に♪



食物繊維

リコピン

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください

中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

51 中村さんのベビーリーフ

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g 160円(税込173円)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



石毛さん (千葉県・旭市)

52 きゅうり

農薬使用を徐々に減らしながら、有機肥料資材を使用しています。そのままでも、サラダにもどうぞ。減農薬栽培。

3本 230円(税込248円)

千葉県



無農薬

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

53 長島さんのレタス

1玉 250円(税込270円)

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



無農薬

54 長島さんのサニーレタス

1玉 170円(税込184円)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



無農薬

メキシコ・ベストプロデュース社

55 アボカド

除草剤や化学合成肥料を使用せず、魚粉や堆肥などの有機肥料を使用して作りました。農薬無散布。

1玉 320円(税込346円)

メキシコ



大きいサイズ

時期を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。

JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん (千葉県・柏市)

56 柏田中の完熟トマト

1kg 698円(税込754円)

千葉県 [放] 不検出 <3.9 <3.2



お好みのサイズに合わせてご利用ください

大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。

大木さん (茨城県・常総市)

57 大木さんの中玉トマト

300g 368円(税込397円)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3



小さいサイズ

右田さん達 (熊本県・芦北町)

58 ミニトマト

有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。

約150g 220円(税込238円)

熊本県



鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ

パリッパリの食感が特徴♪

藤嶋さん、瀧本さん (熊本県・天草市)

59 初恋スマートミニトマト

平均糖度8~10度のフルーツ感覚のミニトマトです。ヘタの取れた果実も入ります。減農薬栽培。

約180g 276円(税込298円)

熊本県



鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ

イバラキ食品 (茨城県・石岡市)

60 もやし

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

250g 51円(税込55円)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

厳しい寒さを超えて甘みが増しました



浅野さん(茨城県・常総市)
61 浅野さんのほうれん草
秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農業無散布。

1束 約200g 190円(税込205円)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



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



微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)
63 微生物農法の会の小松菜
貝化石等資材を工夫しています。農業無散布。

1束(約200g) 176円(税込190円)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)
64 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



おきたま興農舎・高橋さん達(山形県・高島町)
65 おきたまの茎立菜
雪国山形の春をつけるほろ苦いアブラナ科の葉物です。おひたし、漬物、煮びたし、炒め煮などでどうぞ。農業無散布。

約200g 225円(税込243円)
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8



井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)
66 サラダスナップ(増量)
さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農業使用を最小限に。

約100g+30g 263円(税込284円)
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



木村農園(茨城県・つくば市)
67 木村さんの白菜
漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。

1個 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5

生産者に 那須バイオファーム・村上さんフォーカス

(栃木県・高根沢町)

豊かな香り、風味が特徴の舞茸

村上さんより

那須バイオファームの舞茸は、味・香りともに天然ものに近い独自の品種を選んでいきます。傘は肉厚でしっかり歯ごたえがあり、旨味の素であるアミノ酸が豊富に含まれています。天ぷら・炒め物・スープ、鍋、炊き込みご飯など幅広い活用が出来ます。



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

68 舞茸(増量)

100g+30g 196円(税込212円)
栃木県 [放] 不検出 <4.4 <3.7



お得 +30g

ご利用ありがとうございました!

最終シーズン



岡安さん達(愛知県・幸田町)
69 芽キャベツ
シチューや、茹でて温野菜サラダにして、マヨネーズ等をつけてどうぞ。減農薬栽培。

約130g 210円(税込227円)
愛知県



組合員さんからのクチコミ

お鍋やフライパンにポンと入れるだけ。びっくりするほどの甘みで驚きました(守谷市:Kさん)



福山さん達(宮崎県・新富町)
70 ピーマン
肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g 194円(税込210円)
宮崎県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
71 ブロッコリー
ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。農業無散布。

1個 276円(税込298円)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



上野さん達(栃木県・上三川町)
72 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。農業無散布。

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



井上さん(埼玉県・美里町)
73 深谷ネギ(根深白ネギ)
白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農業無散布。

約350g 240円(税込259円)
埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



木村農園(茨城県・つくば市)
74 木村さんのかぶ
漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

1束(4~5玉) 183円(税込198円)
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)
75 高柳さんのれんこん
歯ざわりが良く、それでいてムチっとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

400g 480円(税込518円)
茨城県 [放] 137Cs=4.9



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

500g 220円(税込238円)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



福田さん達(沖縄県・宮古島)
77 かぼちゃ(カット)
ホクホクとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

500g前後 450円(税込486円)
沖縄県



三須さん達(千葉県・富里市)
78 大根
煮物、大根おろし等に。農業無散布。

1本(900g以上) 190円(税込205円)
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



木村農園(茨城県・つくば市)
79 木村さんの里芋
肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れにくいのが特長。農業無散布。

800g 298円(税込322円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



木村農園(茨城県・つくば市)
80 木村さんのごぼう
食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やさんばりに。減農薬栽培。

400g 192円(税込207円)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



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



上村さん達(青森県・おいらせ町)
82 500g
83 1kg
人参(洗い)

205円(税込221円)
380円(税込410円)
青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



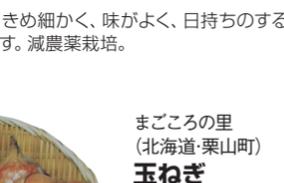
あゆみの会・加納さん達(北海道・士幌町)
84 じゃがいも
品種はキタアカリ。食味の良さに変わらぬ人気を誇ります。肉じゃが、煮込み、サラダ、コロッケ等に。

1kg 276円(税込298円)
北海道



まごころの里(北海道・栗山町)
85 1kg
86 3kg
玉ねぎ

210円(税込227円)
598円(税込646円)
北海道



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。



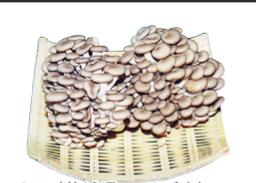
あゆみの会・白鳥しいも生産組合(茨城県・鉾田市)
87 干しいも
ねっとり食感と甘味の強い紅はるかを使って、丁寧に干し上げました。※原料の干しいもは減農薬栽培。

賞60日 150g 540円(税込583円)
さつまいも(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9

きのこ きので 食物繊維をたっぷり



きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がるとされる「食物繊維」が多く含まれています。毎日の食事にきのこをプラスすることで、無理なく食物繊維を摂取することができます。



山田さん(茨城県・つくば市)
89 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 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



丸金(長野県・長野市)
90 えのき茸
一般的に使われている輸入のコーンコブ(とうもろこしの粉)は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。

200g 208円(税込225円)
長野県



丸金(長野県・長野市)
91 ブラウンえのき茸
野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。

200g 218円(税込235円)
長野県



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

70g 115円(税込124円)
福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)
88 干し柿(市田柿)
表面の白い粉はカビではなく糖分で、主としてブドウ糖です。1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。賞60日

7~8個200g 780円(税込842円)
長野県



あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)
93 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



江藤さん(大分県・玖珠町)
94 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。3月~4月は椎茸が大きく、香りの良い露地ものです。

150g 369円(税込399円)
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)
95 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



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

200g 225円(税込243円)
茨城県

3.11震災から 10年 塩屋

(茨城県・ひたちなか市)

当時は丁度、工場の移転をしようとしていたところでした。今稼働している工場に製造機、その他資材の搬入が終わり移転準備が整った時に震災が起り、液状化と地割れにより立ち入り禁止となりました。1ヶ月が過ぎる頃、常総生協様の有志の皆様が突然来訪、手つかずの工場の清掃に来て下さいました。諦めていた工場再開の始まりであり、勇気を頂いた時でした。

情報が錯綜する中で放射能の影響を推し量りながら漁師の生活を守るためにしじみは全量買取り、在庫だけがが増えていきますが出荷は出来ない状況でも買い続けるしかできないもどかしさがあったと記憶しています。茨城に工場があるから企画してもらえないこともありましたが。そんな時でも常総生協様は先陣を切って盛り立ててくれ、心強い存在でした。

10年経って塩屋の立ち位置も随分変わりましたが、今一度震災の苦しくも有り、全力で前を見ていた頃に立ち戻り皆様に喜んで頂ける商品作りに邁進致します。



塩屋・石原社長

株式会社 塩屋

さんま&あじの定番2種セット!



塩屋自慢の2種の干物をお得なセットにしました。朝食にも夕食にも重宝する組み合わせです。

97 塩屋の干物セット(2種) さんま2枚、あじ2枚 555円(税込599円) 通常税込626円



98 ふっくらやわらかあじ開き 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 主に九州産の真あじを、塩水に漬け込み、低温で12時間以上干し上げました。冷めてもふっくらしています。

凍 30日 2枚150g 330円(税込356円) 通常税込378円 真あじ(国内産)



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

凍 30日 200g 370円(税込400円) 通常税込417円 あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県) [放]不検出<3.4<4.0



100 しまほっけ一夜干し 塩屋(茨城県・ひたちなか市) アメリカまたはロシア産の大きなしまほっけを塩水漬けて一夜干ししました。解凍して焼いてどうぞ。

凍 30日 2枚330g 620円(税込670円) しまほっけ(アメリカ、またはロシア)



101 網走湖産冷凍しじみ(大粒) 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 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)



102 魚屋さんの混ぜざしめん 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 国産の小魚と7種類の海藻をブレンド。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 60g 330円(税込356円) しらす(遠州灘~伊勢湾)



103 からふとししゃも丸干(おす) 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) オスのししゃもは、卵に栄養分が取れないので身がおいしいです。焼いてどうぞ。

凍 180日 300g 298円(税込322円) 通常税込378円 からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)



104 骨抜きさんま天日干し 及川冷蔵(岩手県・大船渡市) 小ぶりなさんまの頭、内臓、中骨を取り除き、塩麴に漬けて天日干ししました。

凍 180日 4尾150g 395円(税込427円) さんま(岩手県)



105 氷温造りえてかれい一夜干し 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。

凍 60日 2枚200g 480円(税込518円) えてかれい(日本海)



106 利尻昆布漬赤魚 ヤマハイフーズ(宮城県・塩釜市) 北海道産の天然利尻昆布より抽出しただし汁に赤魚を漬け込み、上乾干ししました。

凍 180日 2枚260g 450円(税込486円) アラスカメヌケ(アメリカ)



107 さば一夜干し 丸一商店(千葉県・南房総市) 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。

凍 120日 2枚 片身2枚200g 398円(税込430円)



108 真さば(ノルウェー) 丸一商店(千葉県・南房総市) 片身3枚300g 588円(税込635円)



109 氷温造り シルバー醤油漬 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 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)を甘口のみりん醤油に漬けました。

凍 180日 4切220g 450円(税込486円) シルバー(主にニュージーランド)

What's シルバー? 南太平洋に生息し、プリに食感が似ているため、かつては「沖ぶり」と呼ばれていた魚です。特に冬季には脂がのり、身がしっとりとしておいしくなります。青魚のような外見ですが、クセのない味わいです。



110 赤魚本仕込み粕漬 ヤマサコウシヨウ(宮城県・石巻市) アイスランド産の赤魚を使用。石巻の墨廻江(すみのえ)酒造の酒粕に、72時間漬けた本仕込みの粕漬です。

凍 180日 2切(約140g) 460円(税込497円) 赤魚(アイスランド)



111 寒さば西京漬 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 長崎産の脂のりの良い真さばを使用。鳴門魚類特製の西京味噌に2日間漬けて、熟成させました。

凍 30日 片身2枚180g以上 480円(税込518円) 真さば(長崎県)



112 金華さば味噌漬 宮城県の金華山沖で漁獲した大型のさばを使用。仙台味噌をベースにした調味味噌に24時間漬けていただきました。

凍 180日 2枚220g 398円(税込430円) さば(宮城県)



113 氷温造り山陰産さばみりん漬 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 山陰産で漁獲されたさばを独自の氷温製法で旨味を凝縮し、甘口のみりん醤油で味付けしました。

凍 180日 5切入 5切285g 350円(税込378円) 通常税込394円 さば(山陰)



114 銀だら切身 塩屋(茨城県・ひたちなか市) アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。

凍 180日 2切160g 398円(税込430円) 通常税込462円 銀だら(アメリカ)



115 真あじフィーレ 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 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 440円(税込475円) 真あじ(長崎県)



116 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩) 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 北海道・雄武(おむ)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 70g×3 548円(税込592円) 秋鮭(北海道)



117 ロシア産紅鮭切身(甘塩) トクスイコーポレーション(東京都・中央区) ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく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)



118 ロシア産紅鮭切身(中辛) 2切 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。

凍 180日 2切140g 380円(税込410円) 紅鮭(ロシア)



119 子持ち浅羽かれい切身 2切 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。

凍 180日 2切200g 390円(税込421円)



120 浅羽かれい(アラスカ) 3切 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 3切300g 554円(税込598円)



121 国産塩さば切身 千倉水産加工販売女川工場(宮城県・女川町) 寒の時期に日本海で漁獲した大きめのさばを三枚におろして切身に。程良く塩味をつけました。

凍 180日 4切320g 480円(税込518円) さば(国内産)



122 ブラックタイガー 2L トクスイコーポレーション(東京都・中央区) インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。

凍 180日 8尾前後180g 845円(税込913円) ブラックタイガー(インドネシア)



123 国産やわらかいかステーキカット 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノコ目を入れてあります。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。

凍 3枚220g 480円(税込518円) 紫いか(国内産)



124 氷温熟成 辛子明太子(切り) 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 厳冬期のロシア産の原料を使用。魚卵業界では唯一の「氷温熟成」で仕上げました。お得な切りです。

凍 180日 90g 380円(税込410円) すけとうだらの卵(ロシア)



125 氷温熟成 たらこ(切り) 塩屋(茨城県・ひたちなか市) ロシア産の鮮度の良いすけとうだらの卵と塩だけを使用し、氷温製法で素材の旨味を引き出しました。

凍 180日 90g 380円(税込410円) すけとうだらの卵(ロシア)



126 いくら醤油漬 佐井村漁協(青森県・佐井村) 9月上旬~11月下旬に北海道東海岸から青森県沿岸の定置網で漁獲。厳選された秋鮭のいくらです。

凍 40g 660円(税込713円) いくら(北海道、青森県) [放]不検出<3.5<3.3

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。

浜の母さんたちが「主婦目線」で加工!

「土佐の旬魚」

土佐佐賀産直出荷組合より

調理法を添付! 簡単な

128 さば竜田揚げ

高知県沖で獲れた鮮度抜群のさばを醤油、みりん、酒に漬け込み竜田揚げにしました。凍ったまま揚げて。

凍 40日 150g **415円** (税 448円) 通常税込 464円

さば (高知県)

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

127 土佐の色々セット(2種セット)

高知県沖で獲れた魚介をその日のうちに下処理、急速冷凍。魚種別に真空にした鮮魚冷凍です。

凍 40日 2種400g以上 **880円** (税 950円) 通常税込 972円

フライパンで少ない油でも調理できます

129 きびなごの唐揚げ

主に高知沖を回遊する旬のきびなごを唐揚げ用に衣をつけました。頭から尾まで丸ごと食べられます。

凍 40日 140g **470円** (税 508円)

きびなご (国内産)

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

127 土佐の色々セット(2種セット)

高知県沖で獲れた魚介をその日のうちに下処理、急速冷凍。魚種別に真空にした鮮魚冷凍です。

凍 40日 2種400g以上 **880円** (税 950円) 通常税込 972円

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

129 きびなごの唐揚げ

主に高知沖を回遊する旬のきびなごを唐揚げ用に衣をつけました。頭から尾まで丸ごと食べられます。

凍 40日 140g **470円** (税 508円)

きびなご (国内産)

使い切りパックで便利

136 しらす干し

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、軟らかく干しました。

凍 120日 20g×3 **450円** (税 486円)

しらす (遠州灘～伊勢湾)

脂のり抜群の一本釣りがつおを使いました!

137 焼津港のとろかつお炭火焼き

日本太平洋沖北部の漁場で1本釣りした鰹を炭火焼きに。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群です。

凍 30日 150g **465円** (税 502円) 通常税込 518円

かつお (日本太平洋沖北部)

三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされ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。流水が自然解凍でどうぞ。

140 三陸岩手いかの糸造り

共和水産 (岩手県・宮古市)

凍 180日 80g **448円** (税 484円)

するめいか (三陸)

大黒淡水 (静岡県・焼津市)

141 うなぎ蒲焼

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 70g×2 1880円 (税 2030円) 通常税込 2138円

たれ・山椒付 うなぎ (愛知県)

大新 (鳥取県・境港市)

143 国産野菜とチーズのおさかなバーグ

いわしで作ったミニハンバーグ。荒挽き感が生きています。チーズ入りで子供も食べやすいです。

凍 180日 卵・乳・米・大豆 **360円** (税 389円)

いわし (国内産)、すけそうだら (国内産)

大新 (鳥取県・境港市)

144 あじごぼうつみれ

国内産のあじとイトヨリダイのすり身に、国産のごぼう、玉ねぎを加えました。

凍 180日 160g **338円** (税 365円)

あじ (国内産)

甘夏の爽やかな酸味 彩りもきれいな 春のサラダ

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

27 甘夏 17 ほたて貝柱 346 ドライフルーツ ナッツミックス

甘夏とナッツのクリーミィサラダ

◆材料

- 甘夏 2個
- A-砂糖 大1
- 白ワイン 大2
- グリーンアスパラ 3本
- ほたて貝柱 3個
- ペピーリーフ 1袋
- ミニトマト 4個
- ドライフルーツナッツミックス 40g
- 生クリーム 100ml

◆作り方

- 甘夏はヘタの部分とお尻の部分の部分を包丁で切り落とし、残りの外皮も果実に沿って上から下に切り落とす。薄皮に沿って果実に包丁を入れ、房から1つずつ外してボウルに入れていく。
- 外皮に残った果実と房を絞り、果汁を①のボウルに入れる。
- 果実と果汁を分け、果実はAでマリネしておき、果汁は濾して大さじ1分のみ取っておき、後はジュースとして飲むか他の料理に利用する。
- グリーンアスパラは袴を取り茹でて斜めに切っておく。ペピーリーフは水洗い、ミニトマトは半分に切っておく。ほたて貝柱をほぐし、③の果汁でマリネしておく。
- 甘夏、④ドライフルーツナッツミックスを混ぜ合わせ、生クリームを加えて頂く。

切り取ってご活用ください

いつものお魚 春の感謝セール 第2弾

しめさば、しめさば昆布締め、かぶら漬のセット

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市) **130 しめさば3種セット** 真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍後、適当な大きさに切って下さい。

凍 300g **680円** (税 734円) 通常税込 754円

さば (国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.9

松岡水産 (千葉県・銚子市) **131 紅鮭 スモークサーモン** 塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。

凍 70g **455円** (税 491円) 通常税込 508円

紅鮭 (アラスカ)

カネキ水産 (愛知県・蒲郡市) **132 シーフードミックス** いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具などに。

凍 210g **415円** (税 448円) 通常税込 464円

いか (チリ)、えび (インド)、ほたて (青森県)

ダイマツ (鳥取県・米子市)

133 氷温造り あじの南蛮漬

日本海産の真あじを食べやすく下処理し、国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。

凍 180日 220g **305円** (税 329円) 通常税込 346円

真あじ (日本海)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

134 いわしチーズはさみ

真いわしを開き腹骨を取り、よつ葉乳業のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。フライパンで焼いて。

凍 180日 5~6個 200g **398円** (税 430円) 通常税込 454円

真いわし (国内産)

平庄商店 (北海道・根室市)

135 さんまぼろぼろ

根室産のさんまをそぼろ風に味付けしました。そのままご飯にかけて。お弁当にもどうぞ。

凍 180日 110g **280円** (税 302円) 通常税込 322円

さんま (北海道)

ヤマボシ (静岡県・焼津市)

138 焼津港のとろかつお炭火焼き炙り丼

110g(固形量80g+たれ30g) **418円** (税 451円)

かつお (日本太平洋沖北部)

やまた水産 (鹿児島県・阿久根市)

139 きびなごさっぱり漬

凍 80g **298円** (税 322円) 通常税込 346円

きびなご (鹿児島県)

組合員さんからのクチコミ

「きびなごさっぱり漬け」おいしいです。特にきびなごは、関東地方ではあまり出回らないのでまた扱って下さい。

地元で「黒潮のしずく」と呼ばれるほど美しい魚体のきびなご。頭、内臓を除去してマイルドな甘酢漬けに。

ご飯のお供に最適!

お届けは3月3回になります

まるたか水産 (宮城県・石巻市)

145 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 80g **630円** (税 680円)

きたむらさきうに (宮城県)

酢の物でさっぱりと!

お届けは3月3回になります

まるたか水産 (宮城県・石巻市)

146 冷凍あかもく

石巻・万石浦のあかもくです。粘り成分のフコイダンが豊富。味噌汁や吸い物、酢の物、天ぷらなどでどうぞ。

凍 90日 100g **330円** (税 356円)

あかもく (宮城県)

今週のおすすめ

北海道のするめいかと昆布、青森の人蔘、秋田のじょつづる、そして常総生協の二年仕込み醤油を繋いで、相馬で培ってきた加工技術で高橋さんが震災後に開発した最初の商品です。アツアツのご飯にのせてどうぞ!

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。

センジン食品 (宮城県・名取市)

22 「ねばうま」(松前漬)

凍 100g **418円** (税 451円) 通常税込 473円

するめいか (北海道)

冬のお友だち 紹介キャンペーン

今回はお友達、組合員さんの両方に、あま〜いチョコをプレゼント!

2021年3月31日(水)お申し込み分まで

紹介いただいた組合員さんも、新しく加入されたお友達にも嬉しい特典がいっぱい!

紹介された方の特典 **お友達にプレゼント!**

冬のおあったかパンシチューセット (通常1700円相当)

- おかべや豆乳角型食パン 1斤6枚
- クリームシチューウ 150g
- つくば茜鶏モモ 300g
- よつ葉シュレッドチーズ 250g

Present ラ・トリュフ(チョコレート) 8g×8粒

紹介者の特典 **組合員にプレゼント!**

3000円分相当の常総生協利用クーポン券をプレゼント

1枚1,000円に相当し、注文提出時に添付していただくと商品代金からご精算致します。出資金への振替も可能です。

ご紹介ありがとうクーポン 3,000円分プレゼント!

今なら! Present ラ・トリュフ(チョコレート) 8g×8粒

野菜をたっぷり加えて 焼肉サラダ

葉野菜、根菜などさまざまな種類の野菜を組み合わせると、食感のコントラストが楽しめます。



147 牛切り落とし(大)
能勢農場(大阪府・能勢町) 能勢食肉センター
いろいろな部位の切り落とし。炒め物など様々な料理にどうぞ。使いやすい分割トレー。

凍 280g **1350円**(税込**1458円**) 通常税込**1490円**
大阪府



148 中津豚バラスライス
中津ミート(神奈川県・愛川町)
脂と赤身が層になったバラ肉を約3mmにスライス。肉巻きや炒め物、鍋など様々な料理に。

凍 200g **460円**(税込**497円**)
神奈川県

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。
- ローズポーク：茨城県の銘柄豚です。飼育期間は約6か月。



150 ローズポークモモスライス
JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山
赤身主体部位であるモモ肉をスライスしました。厚さ3mm。

凍 250g **490円**(税込**529円**)
茨城県

味が濃い部位なので煮込む料理に最適!
中華スープ

149 ローズポーク肩ブロック
JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山
焼き豚を作るのに最適。じっくり煮込む料理にも。



凍 400g **600円**(税込**648円**) 通常税込**659円**
茨城県

151 ローズポーク小間切
JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山
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。



凍 150g×2 **390円**(税込**421円**)
茨城県

152 ローズポーク徳用小間切
JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山
たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。



凍 200g×2 **510円**(税込**551円**)
茨城県

153 中津豚ロースしょうが焼用
中津ミート(神奈川県・愛川町)
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。厚さ5mm。



凍 200g **545円**(税込**589円**)
神奈川県

薄切り肉で旬のアスパラを巻いて♪
154 中津豚ロースしゃぶしゃぶ用
中津ミート(神奈川県・愛川町)
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。



凍 200g **550円**(税込**594円**)
神奈川県

155 中津豚モモブロック
中津ミート(神奈川県・愛川町)
赤身主体でやわらかいモモ肉のブロック。煮物、焼き物、カツ等にどうぞ。



凍 400g **860円**(税込**929円**)
神奈川県

手作りチャーシューに!
156 中津豚カシラ(ホホ)肉
中津ミート(神奈川県・愛川町)
豚のカシラ(ホホ)肉です。しっかりとした肉質。



凍 200g **485円**(税込**524円**)
神奈川県

1頭から約300gしかとれない希少な部位
※調理例
161 つくば茜鶏 ムネ
田仲さん達(茨城県・桜川市)
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 300g **370円**(税込**400円**)
茨城県

157 中津トントロ焼肉用
中津ミート(神奈川県・愛川町)
1頭から約300gしか取れない希少部位のトントロを、焼肉用にカットしました。焼肉、炒め物に。



凍 200g **498円**(税込**538円**)
神奈川県

158 中津豚小間切
中津ミート(神奈川県・愛川町)
各部位から集めています。火の通りが良いので野菜炒め、カレーなどに。



凍 200g **360円**(税込**389円**)
神奈川県

159 中津豚挽肉
中津ミート(神奈川県・愛川町)
赤身率8割以上の挽肉。豚そぼろ、肉団子などに。



凍 200g **355円**(税込**383円**)
神奈川県

160 豚挽肉(バラ凍結)
JA全農いばらき(茨城県) 野口商店
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 400g **650円**(税込**702円**)
茨城県

162 つくば茜鶏 モモ
田仲さん達(茨城県・桜川市)
ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。



凍 300g **490円**(税込**529円**)
茨城県

163 つくば茜鶏 ムネモモ小間切
田仲さん達(茨城県・桜川市)
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、炒め物に。



凍 250g **490円**(税込**529円**)
茨城県

164 つくば茜鶏 手羽先
田仲さん達(茨城県・桜川市)
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 400g **525円**(税込**567円**)
茨城県

ロールキャベツと一緒に煮込んでも美味しい!
165 つくば茜鶏 手羽元
田仲さん達(茨城県・桜川市)
唐揚げやスープ煮に。



凍 400g **510円**(税込**551円**) 通常税込**567円**
茨城県

100gあたり約133円
166 つくば茜鶏 ササミ
田仲さん達(茨城県・桜川市)
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 300g **560円**(税込**605円**)
茨城県

167 つくば茜鶏 レバー
田仲さん達(茨城県・桜川市)
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 250g **240円**(税込**259円**)
茨城県

168 つくば茜鶏 挽肉
田仲さん達(茨城県・桜川市)
ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。



凍 500g **660円**(税込**713円**)
茨城県

牛肉

- 坊津黒牛(鹿児島)：鹿児島県坊津地区の柳木さん、草野さん、渡辺さんからの黒毛和種です。3年かけて育てます。
- 国産牛：大分県、福岡県の生産者(3名)のホルスタイン種です。
- 山方(やまがた)牛：茨城県の銘柄牛です。黒毛和種とホルスタインのかけ合わせです。



凍 200g **645円**(税込**697円**)
茨城県

いつもの肉じゃがをカレー風味にアレンジ!
肉じゃがカレー風味
169 鹿児島 坊津黒牛牛丼・肉じゃが用
福永産業(福岡県・遠賀町)
脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。



凍 200g **900円**(税込**972円**) 通常税込**1026円**
鹿児島県

170 鹿児島 坊津黒牛切り落とし170g×2
福永産業(福岡県・遠賀町)
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 170g×2 **1370円**(税込**1480円**)
鹿児島県

171 茨城牛(山方)モモローストビーフ用
JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山
常陸大宮市(旧山方町)のF-1牛(ホルスタイン種)と黒毛和種の交雑種)のモモ肉をブロックでお届けします。



凍 300g **1800円**(税込**1944円**)
茨城県

172 茨城牛(山方)切り落とし
JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山
用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。



凍 200g **645円**(税込**697円**)
茨城県

173 国産牛小間切
福永産業(福岡県・遠賀町)
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。



凍 160g **445円**(税込**481円**)
福岡県、大分県

174 牛ミンチ
能勢農場(大阪府・能勢町) 能勢食肉センター
2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。



凍 200g **870円**(税込**940円**)
大阪府

56 柏田中の完熟トマトを使って「トマトカレー」
トマト入り挽肉カレー
能勢農場(大阪府・能勢町) 能勢食肉センター



凍 200g **870円**(税込**940円**)
大阪府

人気の定番品がお買い得!

特

JA全農いばらき(茨城県) ミートバル村山

175 ロースポーク
モモしゃぶしゃぶ用

赤身主体部位であるモモ肉をしゃぶしゃぶ用に薄くスライスしました。厚さ1mm。

冷蔵 届いて3日

250g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**

茨城県

特

田仲さん達(茨城県・桜川市)

176 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 届いて180日

250g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**

茨城県

特

田仲さん達(茨城県・桜川市)

177 つくば茜鶏
蒸し焼きスライスチキン

つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍結 届いて180日

160g **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**

鶏肉(茨城県)

特

お得増量パック

中津ミート(神奈川県・愛川町)

178 中津皮なし
ペビーウインナー(徳用)

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 届いて7日

240g **546円**(税込**590円**) 通常税込**600円**

豚肉(神奈川県)

特

中津ミート(神奈川県・愛川町)

179 中津ミートのハンバーグ
(ミニ)3パック

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。

凍結 届いて180日 卵乳小

(30g×6)×3 **980円**(税込**1058円**) 通常税込**1078円**

豚肉(神奈川県)

特

ミートバル村山(茨城県・土浦市)

180 村山さんの
チャーシュー

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、又はロースポーク使用。

冷蔵 届いて7日 米大 小

200g **470円**(税込**508円**) 通常税込**518円**

豚肉(茨城県)

野菜と一緒に! 味付け済なのでお手軽にあと一品

中津ミート(神奈川県・愛川町)

181 中津豚ロース
塩こうじ漬

豚ロース肉を、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。

冷蔵 届いて6日 米

2枚200g **550円**(税込**594円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

182 中津豚こま味噌漬

豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。

冷蔵 届いて6日 米大

200g **415円**(税込**448円**)

豚肉(神奈川県)

肉団子と根菜の酢豚

中津ミート(神奈川県・愛川町)

183 中津肉団子
(甘酢タレ)

中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美味しく、安心できる肉団子です。

冷蔵 届いて24日 米大 小

240g(9個入) **417円**(税込**450円**)

豚肉(神奈川県)

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。

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)

184 鎌倉
ポークソーセージ

冷蔵 届いて20日

200g **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<4.2

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

185 鎌倉串ざし
フランクフルト

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

冷蔵 届いて10日

40g×5 **370円**(税込**400円**)

豚肉(国内産)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

186 中津粗挽ウインナー

ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。

冷蔵 届いて7日

120g **290円**(税込**313円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

187 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に仕上げました。

冷蔵 届いて7日

100g **352円**(税込**380円**)

豚肉(神奈川県)

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

中津ミート(神奈川県・愛川町)

188 中津ショルダー
ベーコンスライス

冷蔵 届いて7日

100g **380円**(税込**410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。

3.11震災から 10年 鈴木牧場

地域の消費者と共に歩いていく

電気も水も止まり、何もできない状況になりました。追い打ちをかけるように牛乳の出荷停止、廃棄も行われ、沈んだ心で作業をしていました。そんな中、生協は鈴木牧場の牛乳を検査して、汚染されていないことが分かるとすぐに出荷の要請がありました。その姿勢に勇気づけられ、意欲が湧きました。その後、地域での乳製品の販売を始めると地域の人達は待っていたかのように購入してくれました。農家はどんどん減っています。ますます農産物が広域流通せざるを得なくなり様々なりリスクが増えます。だからこそ、出来るだけ地域でつながって生産者と消費者が共に歩いていく事が大切。高感度のアンテナを持った人が増えて、地域の農家を支えてくれることを期待します。

鈴木牧場一同



鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。人気のプレーン、ペッパー、クミンをセットにしました。

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

191 石岡 鈴木牧場
さけるチーズ3種セット

冷蔵 届いて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)

煮込み料理におすすめ!

中津ミート(神奈川県・愛川町)

189 中津生ウインナー(トマトバジル)

生ウインナーならではの美味しさ。豚肉の旨味とトマトのほのかな甘みやバジルの香りのバランスが最高です。

凍結 届いて180日

6本120g **370円**(税込**400円**)

豚肉(神奈川県)

旬の野菜でオリジナルハンバーガー!

中津ミート(神奈川県・愛川町)

190 中津ミートのハンバーガー用パティ

中津自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の割合が7:3の合挽肉使用。バーガーパンを使って手作りハンバーガーを。

凍結 届いて180日 卵乳小

200g(50g×4) **398円**(税込**430円**) 通常税込**443円**

豚肉(神奈川県)

ヨーグルトのピンは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)なのでツブツブと脂肪のかたまりができますが、口当たりに違和感なく、なめらかでやさしい味です。

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

192 プレーン

400g **361円**(税込**390円**)

193 微糖

400g **370円**(税込**400円**)

生乳(茨城県) [放]不検出<3.4<3.4

鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。人気のプレーン、ペッパー、クミンをセットにしました。

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

195 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。

冷蔵 届いて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)

194 石岡 鈴木牧場
フレッシュモッツアレラ

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

冷蔵 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

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。

冷蔵 届いて11日 卵

10個 **236円**(税込**255円**)

茨城県 [放]不検出<3.7<4.0

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

冷蔵 届いて15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4

土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

サツラク農協(北海道・札幌市)

3 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

サツラク農協(北海道・札幌市)

9 サツラク低脂肪牛乳

冷蔵 届いて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)

冷蔵 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)

196 よつ葉
ミルクコーヒー

冷蔵 届いて6~10日 乳

1ℓ **277円**(税込**299円**)

生乳(北海道)

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 届いて7日 卵

6個 **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.3<3.4

有機農業の循環の中から産まれた卵です

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさとの間」
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 届いて6日 卵

6個入り **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.5<3.7



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

197 腸内活性
ヨーグルメイト(プレーン)

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

冷蔵 賞21日 乳

380g **550円**(税込**594円**)

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

198 腸内活性
ヨーグルメイト(加糖)

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

冷蔵 賞21日 乳

90g×3 **465円**(税込**502円**)

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



サツラク農協(北海道・札幌市)

199 サツラク酪農家限定
ヨーグルト(プレーン)

サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。

冷蔵 賞18日 乳

500g **265円**(税込**286円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



サツラク農協(北海道・札幌市)

200 サツラク酪農家限定
ヨーグルト(加糖)

11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)

冷蔵 賞18日 乳

80g×3 **212円**(税込**229円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



よつ葉乳業(北海道・音更町)

201 よつ葉のむヨーグルト
(プレーン)

乳原料は100%北海道産。乳原料の美味しさに自信があるからこそこのシンプルな素材で作りました。微糖タイプ。

冷蔵 賞21日 乳

250g **176円**(税込**190円**)

生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)

202 よつ葉のむヨーグルト
(ベリーミックス)

いちご、ブルーベリー、ラズベリーの3種のベリーをミックス。ミルクとフルーツの素材をいかした味わい。

冷蔵 賞21日 乳

250g **176円**(税込**190円**)

生乳(北海道)



日本生活協同組合連合会

203 CO乳酸ドリンク
65ml×10本入

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷蔵 賞15日 乳

65ml×10 **178円**(税込**192円**)

[放] 不検出 <3.4 <4.1



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

204 豆腐ぶりん 抹茶

国産大豆100%の自家製豆腐使用。シンプルな原料ながらもほろ苦い抹茶の風味が活かした抹茶プリンです。

冷蔵 賞30日 卵大

80g×4 **298円**(税込**322円**)

豆腐(国内産)



里芋との相性も◎
さといものクリームチーズ和え

北海道酪農公社(北海道・江別市)

205 北海道クリームチーズ

北海道の生乳クリーム100%。チーズケーキや料理のベースに。パンやクラッカーにつけても。

冷蔵 賞60日 乳

100g **285円**(税込**308円**)

生乳(北海道)



北海道酪農公社(北海道・江別市)

206 北海道
チャーシューバター

北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャーシュー(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。

冷蔵 賞60日 乳

100g **285円**(税込**308円**)

生乳(北海道)



サツラク農協(北海道・札幌市)

207 サツラク
北海道純生クリーム

乳脂肪分47%のフレッシュで純粋な生クリーム。サツラクの新鮮なノンホモ生乳100%使用。

冷蔵 賞届いて4~7日 乳

200ml **455円**(税込**491円**)

生乳(北海道)

大豆加工品

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



おかべや(神奈川県・相模原市)

208 おかべや 宴もめん

国産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。

冷蔵 賞届いて5日 大

330g **189円**(税込**204円**)

大豆(国内産)

209 おかべや 雅きぬ

国産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。

冷蔵 賞届いて5日 大

330g **189円**(税込**204円**)

大豆(国内産)



丸和食品(東京都・練馬区)

212 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。

冷蔵 賞届いて4日 大

300g **176円**(税込**190円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



丸和食品(東京都・練馬区)

213 きぬ豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。

冷蔵 賞届いて4日 大

300g **165円**(税込**178円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

春季限定

春を感じさせる一品



丸和食品(東京都・練馬区)

216 桜寄せ豆腐

国内産大豆に桜の葉を混ぜ込んで固め、桜の花をのせた、春限定のお豆腐。香料、着色料不使用。

冷蔵 賞届いて4日 大

200g **220円**(税込**238円**) 通常税込**248円**

桜の花(国内産) [放] 不検出 <2.2 <2.2



おかべや(神奈川県・相模原市)

210 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。消泡剤無添加。

冷蔵 賞20日 大

75g×4 **189円**(税込**204円**)

大豆(国内産)



おかべや(神奈川県・相模原市)

211 おかべや きぬ生揚

北海道産大豆・天然にがり100%使用。風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。

冷蔵 賞届いて3日 大

2個 **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**

大豆(北海道)



丸和食品(東京都・練馬区)

214 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 賞届いて6日 大

3枚 **165円**(税込**178円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



丸和食品(東京都・練馬区)

215 手揚げ油揚げ

国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。

冷蔵 賞届いて3日 大

2枚 **220円**(税込**238円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.7



丸和食品(東京都・練馬区)

218 おから入り野菜炒めがんも

おからと野菜を炒めることにより、素材の旨みを引き出したヘルシーながんも。

冷蔵 賞届いて5日 大

5個 **210円**(税込**227円**) 通常税込**232円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <2.1 <2.3



JAやさと(茨城県・石岡市)

222 八郷小粒納豆3連
(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

冷蔵 賞7日 米大小

35g×3 **148円**(税込**160円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.2 <4.2



水府納豆(茨城県・常陸太田市)

223 水府納豆ミニ3
(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

冷蔵 賞10日 米大小

40g×3 **140円**(税込**151円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4



登喜和食品(東京都・府中市)

224 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。

冷蔵 賞9日 米大小

40g×2 **172円**(税込**186円**)

大豆(北海道)



丸和食品(東京都・練馬区)

217 竹の子がんも

がんもどきの中に旬のたけのこを加えました。さつとあぶって生姜醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。

冷蔵 賞届いて5日 大

80g×2枚 **290円**(税込**313円**)

たけのこ(京都府) [放] 不検出 <2.2 <2.0



丸和食品(東京都・練馬区)

218 おから入り野菜炒めがんも

おからと野菜を炒めることにより、素材の旨みを引き出したヘルシーながんも。

冷蔵 賞届いて5日 大

5個 **210円**(税込**227円**) 通常税込**232円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <2.1 <2.3



丸和食品(東京都・練馬区)

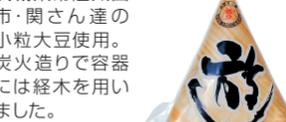
221 黒豆豆乳

国内産黒大豆100%。消泡剤不使用。無調整のため黒豆本来の甘みが味わえます。そのままでも温めても。

冷蔵 賞30日 大

200g **200円**(税込**216円**)

大豆(国内産)



登喜和食品(東京都・府中市)

225 遊作納豆(タレ・カラシ付)

北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させました。発酵終了後、低温加熱処理をし長期保存を実現しました。

冷蔵 賞9日 米大小

80g **206円**(税込**222円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.7



登喜和食品(東京都・府中市)

226 黒大豆てんぺ

北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させました。発酵終了後、低温加熱処理をし長期保存を実現しました。

冷蔵 賞30日 米大

100g **350円**(税込**378円**)

大豆(北海道)



丸和食品(東京都・練馬区)

219 一口厚揚げ

厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれしにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。

冷蔵 賞届いて3日 大

8個 **225円**(税込**243円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2



丸和食品(東京都・練馬区)

220 鍋物種セット

餅入きんちゃく30g×2、ひじき入り京がんも20g×2、えび入り京がんも20g×2のセット。鍋物の種に。

冷蔵 賞届いて3日 米大

3種6個 **375円**(税込**405円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.5



丸和食品(東京都・練馬区)

221 黒豆豆乳

国内産黒大豆100%。消泡剤不使用。無調整のため黒豆本来の甘みが味わえます。そのままでも温めても。

冷蔵 賞30日 大

200g **200円**(税込**216円**)

大豆(国内産)



丸和食品(東京都・練馬区)

221 黒豆豆乳

国内産黒大豆100%。消泡剤不使用。無調整のため黒豆本来の甘みが味わえます。そのままでも温めても。

冷蔵 賞30日 大

200g **200円**(税込**216円**)

大豆(国内産)

日配品

- ・こんにゃく: 国産のこんにゃく芋を使用しています。
- ・麺・皮: 国産小麦 100% です。
- ・煮豆: 調味液に浸して加圧するレトルトではなく、開放釜でゆっくり時間をかけて煮ています。



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

227 上州産 徳用こんにゃく

群馬県産のこんにゃく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。

冷蔵 賞60日

450g **110円**(税込**119円**)

こんにゃく粉(群馬県) [放] 不検出 <4.2 <3.7



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

228 上州産 徳用しらたき

群馬県産のこんにゃく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやずきやきなどに。

冷蔵 賞60日

400g **110円**(税込**119円**)

こんにゃく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



浜食(東京都・調布市)

229 洗いもずく

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

冷蔵 賞10日 米

200g **240円**(税込**259円**)

もずく(沖縄県)



浜食(東京都・調布市)

230 味付太もずく

沖縄県の伊平屋島で収穫された本もずくを、純米酢や丸大豆醤油等でさっぱりと味付けしました。

冷蔵 賞15日 米大小

200g **275円**(税込**297円**) 通常税込**308円**

もずく(沖縄県)



丸和食品(東京都・練馬区)

221 黒豆豆乳

国内産黒大豆100%。消泡剤不使用。無調整のため黒豆本来の甘みが味わえます。そのままでも温めても。

冷蔵 賞30日 大

200g **200円**(税込**216円**)

大豆(国内産)

あると便利な 定番品がお買い得♪

お得2個組

特

めかぶ納豆

特

みそ汁やうどんの具としても

お得2袋

常備しておくとも便利♪

特

お得2袋

※イメージ

そのまま、ほぐしてサラダや手巻き寿司に

特

かに風味かまぼことほうれん草のり巻き

JAやさと(茨城県・石岡市)

231 本味納豆(タレ・カラシ無)2個組

茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。

冷蔵7日

40g×3×2 **260円(税込280円)** 通常税込302円

大豆(茨城県) [放]不検出<3.5<3.4

丸和食品(東京都・練馬区)

232 きざみ揚げ(冷凍)2袋

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

凍30日

100g×2 **398円(税込430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)

233 絹とうふ(充填豆腐)2袋セット

青森県、秋田県産大豆使用。消泡剤を使わず、にがりで固めた日持ちする豆腐。

凍30日

(300g×3)×2 **748円(税込808円)** 通常税込853円

大豆(青森県、秋田県) [放]不検出<3.6<3.4

松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市)

234 かに風味かまぼこ

無リンのスケソウダラすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

冷蔵60日

10本125g **298円(税込322円)** 通常税込346円

すけそうだら(北海道)

素材の良さが堪能できる

山形県在来の 赤かぶ漬け

シーズン最終

農業や化学肥料を使用せず育てた在来種、温海かぶを酢、塩、砂糖のみで漬物にしました。今回はシーズン最終企画となります。お買い忘れなく!



庄内の在来種赤かぶを砂糖、塩、醸造酢で漬けたシンプルな漬物。自然な赤色と歯切れのよさが楽しめます。

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

235 赤かぶ酢漬け

赤かぶ(山形県)

冷蔵30日

250g **458円(税込495円)**

[放]不検出<1.2<0.9

貴重な国産たけのこ 天ぷらにもおすすめ!

ニッカンフーズ(大分県・日田市)

236 たけのこ水煮(スライス)

掘りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。

冷蔵180日

300g **475円(税込513円)**

たけのこ(国内産)

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

237 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。

冷蔵10日

4個(タレ無) **195円(税込211円)**

卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

238 国産とりごぼうご飯の素(2合用)

山口・秋川牧園の鶏肉と国産野菜を使用。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりにも。化学調味料不使用。

冷蔵90日

170g(2合用) **550円(税込594円)**

鶏肉(山口県)

共生食品(神奈川県・相模原市)

239 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。

冷蔵6日

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

共生食品(神奈川県・相模原市)

240 内麦生ラーメン味噌(3食入)

国産小麦粉使用の無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。味噌味スープを添付。わかめ、ねぎなど具だくさんです。

冷蔵7日

麺120g×3 スープ36g×3 **355円(税込383円)**

小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1

菊田商店(東京都・練馬区)

241 煮豆 金時豆

北海道十勝産の大正金時豆を使用。直火炊きで軟らかさの中にも豆のコシを残して歯ごたえよく仕上げました。

冷蔵90日

150g **260円(税込281円)**

大正金時豆(北海道)

菊田商店(東京都・練馬区)

242 煮豆 白福豆(白花豆)

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

冷蔵90日

150g **352円(税込380円)**

白花豆(北海道)

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

243 ピーナッツみそ

八街・増田商店の落花生をポーソー油脂の菜種油で揚げ、味噌、水飴、砂糖、ごま、寒天で仕上げました。

冷蔵90日

80g **285円(税込308円)**

落花生(千葉県) [放]不検出<3.0<3.1

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

244 ひじき五目煮

大豆、ひじき、こんにゃく、油揚げ、人参、鰹節のダシをとって煮付けました。

冷蔵30日

100g **325円(税込351円)**

ひじき(長崎県)

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

245 江戸前でい!生のり佃煮

千葉県木更津の盤干干潟で養殖された黒のりを、鮮度良く生のまま昔ながらの直火炊きで時間をかけて炊き上げました。

冷蔵180日

85g **350円(税込378円)** 通常税込389円

のり(千葉県)

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

246 江戸前でい!梅のり佃煮

昔ながらの直火炊きで時間をかけて炊き上げた海苔に紀州産の南高梅ペーストを加えることで梅の酸味と磯の風味が絶妙に混ざり合う飽きのこないおいしさに仕上げました。

冷蔵180日

85g **385円(税込416円)**

のり(千葉県)、梅(和歌山県) [放]不検出<3.5<3.8

士別農園(北海道・士別市)

251 士別農園 三五八漬の素

自社栽培から作った米こうじを使用した硬めの漬床。野菜に適量まぶして袋に入れるだけでまろやかな甘さの漬物ができます。

冷蔵

400g **370円(税込400円)**

米(北海道)

高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市)

247 甲南なら漬(瓜、守口大根)

灘の酒粕をふんだんに使い、昔ながらの伝統技術で丁寧に漬けました。

冷蔵90日

130g **370円(税込400円)**

瓜(徳島県)、守口大根(愛知県)

趙さんの味(宮城県・仙台市)

248 趙さんの味 熟成白菜キムチ

1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。

冷蔵14日

200g **365円(税込394円)**

白菜(国内産)、唐辛子(中国)

趙さんの味(宮城県・仙台市)

249 趙さんの味 水キムチ

豊富な乳酸菌が腸内環境を整えます

汁ごと食べる辛くないキムチ、具よりも汁がメイン。発酵が進みますので、お好みの酸味でどうぞ。

冷蔵14日

300g **500円(税込540円)**

白菜(国内産)

士別農園(北海道・士別市)

250 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。

冷蔵180日

150g **330円(税込356円)**

きゅうり・白瓜・他野菜(北海道)

士別農園(北海道・士別市)

251 士別農園 福神漬

硬めの漬床で 保存しやすい

士別農園(北海道・士別市)

251 士別農園 福神漬

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。

そばの具材にも!

白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にもずくをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

252 長崎 もずく天

2枚 **368円(税込397円)**

魚肉(国内産・タイ)、もずく(国内産)

高橋徳治商店 こだわりの練り物

汁物に入れると美味しいダシが出ます

特

最シーズン

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

256 いわしだんご

三陸産の真いわしと北海道産のタラのすり身を合わせ、ねぎと味噌を練り込んだ柔らかい食感のだんごです。

凍60日

5個150g **291円(税込314円)** 通常税込324円

いわし(宮城県)

地元宮城の生協と共同開発

レシピは包材にあります

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

257 欲ばりおでん種セット だしパック付

7種15品377g・だしパック2袋 **773円(税込835円)** 通常税込861円

すけそうだら(北海道)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

253 長崎 おつまみれんこん

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

冷蔵30日

110g **260円(税込281円)**

魚肉(国内産・タイ)

松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市)

254 こだわりさつま揚げ(ごぼう天)

すり身の柔らかい食感の中に合わせる、ごぼうのシャキシャキとした食感が心地よいさつま揚げ。

冷蔵30日

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)

255 焼ちくわ

無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、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。

冷蔵15日

5本130g **260円(税込281円)**

すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

258 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。

冷蔵180日

100g **315円(税込340円)**

すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

259 椎茸入おとうふ揚げ

国産の干し椎茸が入った、岩手県近郊大豆の豆腐と北海道助宗タラすり身をふんわりした食感の練り製品。

冷蔵180日

5個150g **300円(税込324円)**

すけそうだら(北海道) [放]不検出<3.9<3.5

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

260 笹かまぼこ

無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かま発祥の地である宮城の昔ながらの味が楽しめます。自然解凍OK。

冷蔵180日

5枚125g **340円(税込367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。



261 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。

凍 500g 327円(税込353円) 通常税込389円
かぼちゃ(北海道)



262 CO北海道 つぶコーン300g

北海道十勝産のスイートコーンを取穫後、加工・凍結しました。保存に便利なチャック付き。

凍 300g 245円(税込265円) 通常税込283円
とうもろこし(北海道)

巻き巻きを 楽しもう♪



チキンバー つくねを海苔巻きに

ロールキャベツを煮込んで

ピザ生地やベーコンやウィンナーを巻いて

手軽にご家庭で手造りの味が楽しめます



265 冷凍内巻ピザ生地

凍 卵乳小 480g(4個入) 324円(税込350円) 通常税込360円
小麦(国内産)

特



263 宮城県産めかぶ(タレ付)

宮城県産のめかぶを食べやすいように細切りにし、小分けパックしました。醤油ベースの別添タレ付きです。

凍 40g×4(タレ4個付) 350円(税込378円) 通常税込389円
めかぶ(宮城県)



264 CO5種のお豆ミックス300g

北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。

凍 300g 262円(税込283円) 通常税込283円
大豆(北海道)



266 ピリ辛チキンバー

持ちやすく食べやすい大きさのスティック状ナゲット。レンジかトースターで温めて。

凍 卵米大 8本 150g 363円(税込392円) 通常税込407円
鶏肉(山口県、他)



267 ロールキャベツ

国産豚もも肉と契約農家の新鮮なキャベツを使用した手作りロールキャベツです。沸騰後30分弱火で煮込んで。

凍 大 4個240g 528円(税込570円) 通常税込586円
キャベツ(国内産)

特



270 ごぼうとひじきの豆腐団子

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。

凍 卵米大 8個144g 329円(税込355円) 通常税込373円
ごぼう(国内産)



271 からあげ

開放鶏舎で植物性主体の飼料で育てた若鶏のムネ肉を醤油ベースの調味液に漬け、じっくり焼きました。

凍 卵米大 150g 436円(税込471円) 通常税込471円
鶏肉(山口県、他)



268 鶏の焼きつくね

香ばしく焼いた大きめのつくねに、濃口醤油タレをからめました。お弁当やおかずの一品に。加熱して。

凍 卵米大 180g 350円(税込378円) 通常税込378円
鶏肉(山口県、他)



269 マッシュポテトベース

北海道産の美味しいじゃがいもを皮ごと蒸し、皮むき後に裏ごしして冷凍。解凍はレンジで1個約3分(500W)。

凍 375g(3個入) 285円(税込308円) 通常税込308円
馬鈴薯(北海道)



272 レバー入りミートボール

レバー入り(約13%)ミートボール。ソースで絡めたり、カレーやシチューにも。トースター、レンジで温めて。

凍 卵米大 400g 546円(税込590円) 通常税込605円
鶏肉(山口県、他)



273 手羽元 ゆずこしょう焼き

若鶏手羽元を九州特産「ゆずこしょう」と国産丸大豆醤油を使った特製タレに漬け、じっくり焼きました。

凍 米大 250g 477円(税込515円) 通常税込515円
鶏肉(山口県、他)



274 CO北海道のそのまま枝豆

北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていますのでそのまま召し上がれます。

凍 大 250g 273円(税込295円) 通常税込320円
枝豆(北海道)



279 オムライス

国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスに牛乳を加えた玉子で包みました。レンジで温めて。加工澱粉：1%

凍 卵乳米大 180g×2 479円(税込517円) 通常税込517円
鶏卵・米(国内産)



275 こだわりのピザ(プレーン)

国内産小麦粉100%の生地に無添加のトマトソース・北海道産シュレッドチーズで仕上げたプレーンピザ。

凍 卵乳小 約180g(2枚入) 528円(税込570円) 通常税込570円
小麦粉・シュレッドチーズ(国内産)



276 ブイヤベースセット(小蟹入り)

助宗たら、バーナ貝、いか、えび、ワタリガニを使用。玉葱やじゃが芋等を足して。加工でん粉：約1%使用。

凍 大 480g 1009円(税込1090円) 通常税込1170円
スナウダ(アメリカ、ロシア)、ワタリガニ(バレーン)



277 ふんわり豆腐ハンバーグ2パック

消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にかりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグ。

凍 卵米大 (90g×3)×2 842円(税込910円) 通常税込940円
大豆・鶏肉(国内産)



278 黒豚ポテトコロケ

揚げだてでサクサクの衣を味わって!

凍 卵乳米大 3個180g 291円(税込314円) 通常税込324円
じゃがいも(北海道)、豚肉(鹿児島県)



279 オムライス

化学調味料、保存料、着色料不使用

凍 卵乳米大 180g×2 479円(税込517円) 通常税込517円
鶏卵・米(国内産)



280 有機パスタのナポリタン

有機デュラム小麦のセモリナの麺、国産玉葱と人参使用。ソーセージは発色剤不使用。袋ごと湯煎かレンジで。

凍 卵米大 400g(2食入) 521円(税込563円) 通常税込563円
小麦(イタリア)

おうちで本格的なアジアン料理



281 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、指定の豚肉を具を使用した無添加の餃子。焼いて。

凍 卵大 18g×25 568円(税込613円) 通常税込613円
豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0



282 徳用北京餃子

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。焼いて。

凍 大 18g×15 400円(税込432円) 通常税込432円
豚肉(国内産)



283 神山鶏のぼくぼく餃子(国産しそ入り)

ぼくぼく何個でも食べられるクセのない食べやすい餃子。国産大豆味噌、国産しそ使用。焼いても茹でても。

凍 米大 18g×20 478円(税込516円) 通常税込516円
キャベツ(国内産)



284 香港黄金しょうが餃子

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

凍 大 360g(18g×20) 398円(税込430円) 通常税込442円
野菜・豚肉・小麦(国内産)



286 ほうれん草餃子

ほうれん草の風味や栄養がたっぷりの餡を国産小麦粉の皮で包みました。

凍 大 20g×10個入 333円(税込360円) 通常税込370円
鶏肉・キャベツ・ほうれん草(国内産)



287 肉しゅうまい

国産豚肉、玉ねぎがたっぷり入ったしゅうまいです。皮も国産小麦粉使用。ポークエキス、かつおエキス使用。

凍 卵米大 16g×15 410円(税込443円) 通常税込443円
豚肉(国内産)



288 点心えびしゅうまい

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

凍 卵米大 27g×7 395円(税込427円) 通常税込427円
えび(インドネシア、ベトナム、他)



289 アジヤ薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)

赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。

凍 米大 100g×2 405円(税込437円) 通常税込467円
鶏肉(国内産)



290 ピビンパの具

国産野菜と国産牛肉を使用したピビンパの具。湯煎してご飯にかけてどうぞ。湯煎で。

凍 卵米大 100g×2 468円(税込505円) 通常税込505円
鶏肉(国内産)

シーズン最終



291 具たっぷりけんちんうどん
 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
 2食入
 国産小麦の麺にたっぷりの具(大根、人参、ごぼう、ねぎ、油揚げ、豚肉)をのせました。関西風つゆ添付。
 凍(米)大 2食610g **538円**(税込**581円**) 通常税込596円
 小麦(国内産)

巻いて天むすにも♪



294 冷凍 稲庭うどん (5食入)
 シマダヤ(東京都・渋谷区)
 200g×5 **408円**(税込**441円**)
 小麦(国内産)

素材にこだわり心をこめて作りました



296 冷凍パイシート
 弁天堂(兵庫県・淡路市)
 凍(賞)60日 乳小 400g **852円**(税込**920円**) 通常税込940円
 小麦(国内産)

特



299 国産レモンのレアチーズケーキ
 国産レモンの酸味を活かしたレアチーズケーキ。香料や酸味料等の添加物不使用。国産原料主体で作りました。
 凍(賞)60日 卵乳小 2個 **685円**(税込**740円**) 通常税込756円
 クリームチーズ(北海道)

特



297 エクレア(2個入)
 食べ応えあるシュー皮にカスタードクリームを詰めクーベルチュールチョコをかけた。冷蔵庫で解凍して。
 凍(賞)60日 卵乳小 2個 **489円**(税込**528円**) 通常税込548円
 生乳(北海道)・小麦粉(国内産)

292 讃岐かき揚げうどん
 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
 2食入
 国産小麦使用のコシの強い麺に、野菜(牛蒡、玉葱、人参、いんげん)のかき揚げをのせうどん。つゆ付。
 凍(米)大 2食560g **430円**(税込**464円**)
 小麦(国内産)

293 海老天ぷら
 菅原食品販売(宮城県・塩竈市)
 3本入 **417円**(税込**450円**) 通常税込460円
 海老(ベトナム、インドネシア)

295 生冷凍 長野県産 石臼挽十割そば
 創健社(神奈川県・横浜市)
 2食入
 長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。生のまま冷凍する事で香りが損なわれていません。
 凍(米)小 130g×2 **590円**(税込**637円**)
 そば(長野県)

298 国産レモンのレアチーズケーキ
 国産レモンの酸味を活かしたレアチーズケーキ。香料や酸味料等の添加物不使用。国産原料主体で作りました。
 凍(賞)60日 卵乳小 2個 **685円**(税込**740円**) 通常税込756円
 クリームチーズ(北海道)

303 COフローズン ヨーグルト105ml×3個
 日本生活協同組合連合会
 3個入
 乳酸菌が生きています。さくとした口当たりとさっぱりした後味。
 凍(米)乳 105ml×3 **284円**(税込**307円**)
 牛乳(国内産)

299 キムチ屋の造る テグタン麺セット
 カラミンフーズ(東京都・新宿区)
 2食入
 辛味どどろみが◎ 体の芯まで温まります 調理イメージ
 鍋一つで作れる本格的辛味のとろろスープに喉ごしよい麺のうどん。好みの野菜を加えて。加工でん粉：麺の3.5%
 凍(米)大 麺170g×2、スープ47g×2 **476円**(税込**514円**) 通常税込544円
 小麦(国内産)

300 韓国風大巻 牛肉ナムルキンパ
 カラミンフーズ(東京都・新宿区)
 300g **700円**(税込**756円**)
 餅飯ではなく、食塩とごまをまぜたご飯に、ナムル等の具材を巻いた韓国風海苔巻き。レンジで解凍して。

301 大判焼き 小倉
 ハマセイ(愛知県・春日井市)
 5個入
 皮は国産小麦主体に砂糖、米粉、重層、塩のみブレンドしたミックス粉で餡は十勝産小豆にこだわった今川焼。
 凍(米)小 85g×5個 **420円**(税込**454円**) 通常税込464円
 小麦粉(北海道、九州)

302 芽吹き屋 よもぎだんご
 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
 4本入
 国産の上新粉で作ったコシのある生地によもぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包みました。自然解凍で。
 凍(米) 4本180g **400円**(税込**432円**)
 よもぎ(国内産)

306 甜菜糖
 東京フード(茨城県・坂東市)
 500g **380円**(税込**410円**)
 甜菜(北海道)

304 ライスバーガー ねぎ塩豚焼肉
 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
 5個575g **889円**(税込**960円**) 通常税込970円
 米・豚肉(国内産)

305 ねぎ入りたこ焼
 ニッキー(神奈川県・大和市)
 15個入
 ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて。油で揚げてもおいしいです。
 凍(米) 180日 卵小 15個300g **380円**(税込**410円**)
 たこ(ベトナム) [放]不検出<3.7<4.4

食品調味料

- 常総生協がおすすめする調味の基本は「さ・さしすせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
- 昔ながらの長期熟成させた発酵調味料を基本に扱います。

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

508 粗精糖(自然派style)
 アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋)
 1kg **330円**(税込**356円**) 通常税込367円
 さとうきび(鹿児島)

306 甜菜糖
 東京フード(茨城県・坂東市)
 500g **380円**(税込**410円**)
 甜菜(北海道)

513 につぼんの海塩
 海はいのち(長崎県・南島原市)
 500g **240円**(税込**259円**) 通常税込270円
 海水(長崎県)

517 地藏ノ塩
 HSコーポレーション(愛知県・豊明市)
 500g **750円**(税込**810円**)
 岩塩(パキスタン)

307 「海の精」 やきしお 詰替用
 海の精(東京都・大島町)
 60g **238円**(税込**257円**)
 海水(伊豆大島近海)

519 有機純米酢
 創健社(神奈川県・横浜市)
 500ml **395円**(税込**427円**)
 米(国内産)

353 国産リンゴの花はちみつと一緒に、パーモンドリンクで♪
 太田酢店(福島県・須賀川市)
 300ml **580円**(税込**626円**) 通常税込648円
 りんご(福島県)

311 寿し酢
 太田酢店(福島県・須賀川市)
 300ml **490円**(税込**529円**) 通常税込540円

523 入正特醸醤油
 入正醤油(千葉県・東庄町)
 大 1ℓ **350円**(税込**378円**)
 大豆(アメリカ、ブラジル)

525 本仕込しょうゆ
 キノエネ醤油(千葉県・野田市)
 大 1ℓ **550円**(税込**594円**)
 大豆(アメリカ)

308 沼屋 手造りみそ
 沼屋本店(茨城県・つくば市)
 1kg **530円**(税込**572円**)
 大豆(茨城県) [放]不検出<2.5<2.9

309 麦こうじ味噌、田中屋
 田中屋(愛媛県・松山市)
 500g **550円**(税込**594円**)
 大麦(愛媛県)

310 りんご酢
 太田酢店(福島県・須賀川市)
 300ml **580円**(税込**626円**) 通常税込648円
 りんご(福島県)

311 寿し酢
 太田酢店(福島県・須賀川市)
 300ml **490円**(税込**529円**) 通常税込540円

502 CO虹の宴 料理酒
 日本生活協同組合連合会
 900ml **370円**(税込**407円**)
 米(国内産)

507 CO本みりん
 日本生活協同組合連合会
 1ℓ **390円**(税込**429円**)
 もち米(タイ、他)

548 圧搾一番しぼりなたねサラダ油(大)
 米澤製油(埼玉県・熊谷市)
 1400g **900円**(税込**972円**)
 なたね(オーストラリア)

312 九鬼 太白純正胡麻油
 九鬼産業(三重県・四日市市)
 600g **1000円**(税込**1080円**)
 胡麻(ナイジェリア、他)

313 有機エキストラバージンオリーブ油シングル
 日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)
 450g **2200円**(税込**2376円**) 通常税込2592円
 オリーブ(スペイン)

314 有機エキストラバージンオリーブ油ブレンド
 日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)
 450g **2200円**(税込**2376円**) 通常税込2592円
 オリーブ(スペイン)

太田酢店 (福島県・須賀川市)

150年間伝統製法で、こだわりぬいた原料からお酢を造っています。生協でも定番の「食酢酢」の製造元です。震災後は、放射能の影響を危惧して、原料の産地を変えるなどして製造をしています。

寿し酢…砂糖の代わりにちみつを使っています。すし飯がかたくなりやすく時間がたってもおいしく食べられます。

りんご酢…国産スターキングを1個1個丁寧に手洗いし、皮ごと粉砕。長い間熟成された香りは、豊かでまろやかです。

時間をかけて静置発酵させて出来た米酢に純粋はちみつをブレンドしました。塩は沖縄の塩を使用。

444 ゆず醤油 かけぼん

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したぼん酢醤油。かつおのたたき、海藻サラダ、焼き魚、お鍋などに。

400ml **400円**(税込 **432円**)

ゆず(国内産)

539 国産野菜ウスターレストランソース

ポールスタア(東京都・東村山市)

国産の野菜、果物とスパイスなど加え芳醇な味わいに仕上げました。

200ml **370円**(税込 **400円**)

531 マヨネーズ(キサイチ)

私市醸造(千葉県・鎌ケ谷市)

全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。

330g **475円**(税込 **513円**)

なたね(オーストラリア)

535 国産つぶ野菜入り信州生まれのケチャップ

ナガノトモ(長野県・松本市)

信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。

295g **310円**(税込 **335円**)

トマト(長野県)

315 えごま一番 胡麻ドレッシング

創健社(神奈川県・横浜市)

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。サラダや、しゃぶしゃぶにも。

150ml **400円**(税込 **432円**)

316 豚バラ焼大根のたれ

ポールスタア(東京都・東村山市)

大根と豚肉と一緒に炒めるだけ。醤油をベースにかきエキス調味料、チキンエキス、昆布エキス、ごま油などを加え、オイスターの風味香るうまみ味わいに仕上げました。1袋2~3人前。

70g×2袋 **220円**(税込 **238円**)

317 オイスターソース

丸新商会(千葉県・市川市)

国産カキエキスで作りました。料理にコクとうま味を加えます。少量で料理素材のあじを引き立てます。

145g **420円**(税込 **454円**)

カキ(国内産)

318 帯広発 豚丼のたれ

ポールスタア(東京都・東村山市)

豚丼は帯広生まれ。本場の味をそのまま再現し、やや甘めのしっかりとしたタレに仕上げました。

250g **395円**(税込 **427円**)

醤油(国内産)

578 和風だし一番

創健社(神奈川県・横浜市)

化学調味料、合成甘味料、保存料不使用の顆粒状のだしの素。

8g×10 **362円**(税込 **391円**)

579 洋風だし一番

創健社(神奈川県・横浜市)

野菜とほたての旨みたっぷりのスープを使いやすい顆粒状にしました。

8g×10 **353円**(税込 **381円**)

319 おかべやの鰹だし

おかべや(神奈川県・相模原市)

かつお荒節とかつお本枯節をたっぷり使い、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)

571 煮干

かねの水産(千葉県・大網白里市)

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 **480円**(税込 **518円**)

かたくちいわし(国内産) [放]不検出<4.0<4.0

春の巻きまき料理にお役立ち!

320 CO生春巻きセット 10本分

日本生活協同組合連合会

ライスペーパー、スイートチリソース、春雨がセットになった生春巻きの調理セットです。

10本分 **300円**(税込 **324円**)

米粉(ベトナム等)

321 無漂白の干びょう

創健社(神奈川県・横浜市)

真夏の太陽熱で干しあげた紐状の干びょう。硫黄燻蒸処理をしていないので軟らかく、香りが格別。

30g **330円**(税込 **356円**)

かんびょう(栃木県) [放]不検出<5.0<4.5

577 チキンコンソメ

コープ自然派事業連合

国産鶏を原料にした、化学調味料不使用のコンソメパウダー。湯をそそいでスープ、煮込み料理のベースに。

80g(4g×20) **340円**(税込 **367円**)

通常税込 **376円**

325 おぼろ昆布

リアス(千葉県・船橋市)

北海道産昆布をすいたもの。おにぎりに巻いても、ラーメンや味噌汁、お吸い物にも。

40g **390円**(税込 **421円**)

昆布(北海道)

326 広島県産 熟成味付け海苔

リアス(千葉県・船橋市)

瀬戸内海の内海で、種付けから摘み取りまで丹精込めて育てました。無酸処理。

板のり7枚(8切56枚) **500円**(税込 **540円**)

乾海苔(広島県)

327 熟成焼き海苔 全形7枚

リアス(千葉県・船橋市)

環境に優しい無酸処理、EM(有効微生物)を使って丹精込めてつくられた海苔です。

板のり7枚 **500円**(税込 **540円**)

乾海苔(広島県)

322 はるさめ 2個組

日本澱粉工業(鹿児島県・鹿児島市)

九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。サラダ、酢の物、鍋物、炒め物等に。

100g×2 **200円**(税込 **216円**)

通常税込 **238円**

323 青森県田子町産100% みじん切りにんにく

ポールスタア(東京都・東村山市)

青森県田子町の「福地ホワイト6片」という最高品種のにんにくを使用。塩とクエン酸を少量添加。みじん切りタイプ。

70g **390円**(税込 **421円**)

にんにく(青森県) [放]不検出<3.2<3.2

324 月桂樹(ローリエ)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

半乾燥でお届け。香りが少なく感じられますが、乾燥させたり調理すると清々しく香り立ちます。無農薬。

13枚 **185円**(税込 **200円**)

月桂樹(山形県) [放]不検出<4.4<4.1

597 ねばり昆布と鰹節のふりかけ

リアス(千葉県・船橋市)

鹿児島産の本枯れ鰹節、北海道産の粘りのある昆布などをブレンド。素材の旨味を生かしたふりかけです。

19g **430円**(税込 **464円**)

通常税込 **475円**

かつお(鹿児島県)

328 青大豆

岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)

緑色系大豆。きな粉は菓子用に使われず。ひたし豆などに。

300g **620円**(税込 **670円**)

通常税込 **680円**

青大豆(岩手県) [放]不検出<0.9<1.0

簡単 ひたし豆

青大豆 …… 1/2カップ
水 …… 3カップ
ポン酢 …… 大3

- 鍋に豆と水を入れて一晩漬ける。
- ①を火にかけ煮汁がなくなる位煮る(15分位)。
- 熱いうちにポン酢をかける。

624 ホットケーキミックス(無糖)

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

岐阜県産の農林61号小麦を使用。膨張剤に重曹を使用し、砂糖は使っていませんので、お好みで甘味を加えて。

400g **350円**(税込 **378円**)

小麦(岐阜県)

629 スクリューマカロニ

ニューオーク(千葉県・柏市)

デュラム小麦のセモリナ粉を使って作ったスクリュー型のマカロニ。

100g **105円**(税込 **113円**)

通常税込 **119円**

小麦(カナダ、アメリカ)

632 パーミセリ神戸(1.4mm)

日本製麻(富山県・砺波市)

デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。ゆで時間約4分。

300g×2 **245円**(税込 **265円**)

小麦(カナダ)

637 国産の十割そば

東京かじの(東京都・小平市)

北海道産そば粉100%で打ったそばです。麺は細めです。食塩無添加、そば湯もどうぞ。

200g **480円**(税込 **518円**)

そば(北海道)

329 醤油らーめん 2袋

創健社(神奈川県・横浜市)

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料・動物性原料不使用の植物性原料で仕上げた醤油味のラーメン。

99.5g×2 **296円**(税込 **320円**)

小麦(国内産)

330 塩らーめん 2袋

創健社(神奈川県・横浜市)

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。

102g×2 **296円**(税込 **320円**)

小麦(国内産)

339 もち米と お彼岸のおはぎ作りに!

川光商事(東京都・中央区)

特別栽培の常陸秋そばです。甘皮が付いた状態であります。

260g **285円**(税込 **308円**)

331 わりあん

川光商事(東京都・中央区)

北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

260g **285円**(税込 **308円**)

332 つぶあん

川光商事(東京都・中央区)

北海道産小豆を使用。砂糖のみを加えた自然な味です。おしるこ、ホットケーキ、パン、デザートにどうぞ。

260g **285円**(税込 **308円**)

582 士別農園 小豆

士別農園(北海道・士別市)

北海道士別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふくらみ煮上がりします。

300g **395円**(税込 **427円**)

小豆(北海道)

648 きな粉(大豆)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。

130g **210円**(税込 **227円**)

大豆(国内産) [放]不検出<2.7<2.5

333 COおいしいご飯 3個パック

日本生活協同組合連合会

山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

200g×3 **330円**(税込 **356円**)

通常税込 **367円**

米(山形県) [放]不検出<3.3<3.7

334 そば粉

農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

特別栽培の常陸秋そばです。甘皮が付いた状態であります。

500g **970円**(税込 **1048円**)

通常税込 **1080円**

335 そばの実

農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

特別栽培の常陸秋そばです。甘皮が付いた状態です。

500g **1030円**(税込 **1112円**)

通常税込 **1145円**

336 焙煎大麦粉(はったい粉)

農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

坂東市産の無農薬の大麦を焙煎し、粉末にしました。砂糖とお湯を混ぜて食べたり、おやつに素材にも

300g **410円**(税込 **443円**)

通常税込 **454円**

大麦(茨城県)

336 げんき玉

はちみつに、はったい粉を混ぜてよく練る。(はちみつを温めると混ぜやすい)

はちみつ …… 100g
きな粉 …… 適量

- はちみつに、はったい粉を混ぜてよく練る。(はちみつを温めると混ぜやすい)
- 食べやすい大きさに切り分けて、丸くまるめる。
- きな粉をまぶして出来上がり。

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。

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。

337 きらず揚げ しお
原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)
160g 270円(税込292円)

339 牛乳かりんとう
原材料：国産小麦粉、牛乳、三温糖、米油、加糖練乳、水飴、イースト、塩
125g 190円(税込205円)

687 畑のクラッカー
原材料：小麦粉、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、乾燥野菜(玉ねぎ、ねぎ、赤ピーマン、人参、キャブ)、食塩、イースト、膨張剤(重曹)
135g 220円(税込238円)

347 黒棒
原材料：黒砂糖、小麦粉、水飴、鶏卵、膨張剤(重曹、重炭酸アンモニウム)
8本 247円(税込267円)

352 完熟梅ジャム
完熟の南高梅をビートグラニュー糖とこんにやく粉で炊き上げました。トーストやヨーグルトに。
150g 410円(税込443円)

355 洗濯用 米ぬか粉せっけん
米ぬか由来の油脂を主原料にした洗浄力が豊富で水に溶けやすい粉せっけん。蛍光増白剤不使用。
3kg 980円(税込1078円)

827 詰替用 バックスナチュロン シャンプー
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
500ml 650円(税込715円)

828 美の友 浴用石けん
浴用から台所まで使える万能石けんです。香料、保存料、着色料不使用。
120g×3 450円(税込495円)

ホワイトデーのお返しにも
341 半熟かすてら プレーン
パンデローというカステラの前身であるポルトガルの伝統菓子を参考に、職人が絶妙の火加減で濃厚な口溶けを追求した三源庵の新境地です。
1個 980円(税込1058円)

689 うの花クッキー
原材料：小麦粉、てんさい糖、ショートニング(パーム油、米油)、おから、豆乳、コーンスターチ、塩、重曹
80g 175円(税込189円)

346 ドライフルーツナッツミックス
プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
90g 520円(税込562円)

349 赤ちゃんせんべい
原材料：うるち米、てんさい糖、食塩
※原材料に牛乳、卵、そば、落花生を使用していません。
2枚×11 200円(税込216円)

353 国産リンゴの花はちみつ
りんご農家との契約で一部の養蜂家だけがとれる蜂蜜。ほのかなりんごの花の香りとまろやかな味が特長です。
180g 1100円(税込1188円)

819 米ぬか台所用 液体せっけん詰替用
ポーソー油脂(東京都・中央区)
400ml 189円(税込208円)

892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)
丸富製紙(静岡県・富士市)
130m×6ロール 480円(税込528円)

898 花束吸収名人 キッチンペーパー
組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。
100w×3箱 390円(税込429円)

342 豆乳入りプチマドレーヌ
国産小麦、卵、バター、ビート糖、アカシアオーガニック蜂蜜、椿き家の豆乳で丁寧に焼き上げました。
20個入 360円(税込389円)

343 珈琲キャラメル
ミルク風味のキャラメル生地に、香り高い有機珈琲を加え、甘さ控えめに仕上げました。
140g(個包装込み) 260円(税込281円)

344 荒挽きえびせんミニ
原材料：馬鈴薯でん粉(馬鈴薯(国産))、植物油(米油)、乾燥えび、えび、砂糖(粗糖)、食塩、白すりこごみ/着色料(紅麹色素、パプリカ色素)
150日 750円(税込810円)

351 かりん蜂蜜飴
大紀コープファームで栽培したかりんを使用。原材料：水飴、粗糖、かりん蜂蜜漬け
80g 265円(税込286円)

354 化学調味料無添加 いろいろみそ汁セット
4種類の即席のみそ汁セットです。お椀に入れ熱湯を約160ml注いで、軽くかき混ぜてください。
8袋 1000円(税込1080円)

822 固形せっけん うてなちゃん
せっけんの街(千葉県・柏市)
250g 335円(税込369円)

357 花束ペーパータオル(ハード)200枚
再生紙100%のハードペーパータオル。220mm×200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭き取れます。
200枚 130円(税込143円)

899 花束吸収名人 キッチンペーパー
組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。
100w×3箱 390円(税込429円)

714 フルーツラムネの森
原材料：砂糖、甘藷でん粉、果汁(レモン、オレンジ、いちご、リンゴ)、香料、着色料(べにばな黄色素、アナトール色素、紫コーン色素)
110g 188円(税込203円)

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。
145g 410円(税込443円)

356 台所用 米ぬか粉せっけん
米ぬか由来の油脂を主原料にした水環境と手肌にやさしい台所用石けん。合成界面活性剤、蛍光増白剤不使用。
330g 360円(税込396円)

831 詰替用 バックスナチュロン リンス
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
500ml 650円(税込715円)

833 根昆布あられ
原材料：もち米、醤油、植物性油脂(パーム)、甜菜糖、根昆布、馬鈴薯澱粉
55g 198円(税込214円)

694 醤油屋のせんべい われせん
原材料：うるち米、しょうゆ、ごま、キビ砂糖、馬鈴薯澱粉、醗酵調味料、醗酵調味液、カツオブシエキス
125g 350円(税込378円)

348 CO国産素材 卵黄ポーロ95g
チャックシール付きで少量ずつ召し上がっていただけるお子様・お年寄りにやさしい食感です。全て国内産原料で作った乳児用規格適用食品です。
95g 145円(税込157円)

353 国産リンゴの花はちみつ
りんご農家との契約で一部の養蜂家だけがとれる蜂蜜。ほのかなりんごの花の香りとまろやかな味が特長です。
180g 1100円(税込1188円)

819 米ぬか台所用 液体せっけん詰替用
ポーソー油脂(東京都・中央区)
400ml 189円(税込208円)

892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)
丸富製紙(静岡県・富士市)
130m×6ロール 480円(税込528円)

899 花束吸収名人 キッチンペーパー
組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。
100w×3箱 390円(税込429円)

346 ドライフルーツナッツミックス
プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
90g 520円(税込562円)

351 かりん蜂蜜飴
大紀コープファームで栽培したかりんを使用。原材料：水飴、粗糖、かりん蜂蜜漬け
80g 265円(税込286円)

354 化学調味料無添加 いろいろみそ汁セット
4種類の即席のみそ汁セットです。お椀に入れ熱湯を約160ml注いで、軽くかき混ぜてください。
8袋 1000円(税込1080円)

822 固形せっけん うてなちゃん
せっけんの街(千葉県・柏市)
250g 335円(税込369円)

357 花束ペーパータオル(ハード)200枚
再生紙100%のハードペーパータオル。220mm×200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭き取れます。
200枚 130円(税込143円)

899 花束吸収名人 キッチンペーパー
組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。
100w×3箱 390円(税込429円)

パン

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

おかべや(神奈川県・相模原市)

おかべや 豆乳角型食パン

358 半斤3枚
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞味期限:2日 米大
半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
小麦(北海道)

359 1斤6枚
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞味期限:2日 米大
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)

おかべや 豆乳ノースライスパン

360 1斤
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞味期限:2日 米大
1斤 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)

361 おかべや 塩フランス
原材料:小麦粉(北海道)、バター、天然酵母、白胡麻油、麦芽水飴、塩
賞味期限:2日 米小
3個 **370円**(税込**400円**)
小麦(北海道)

色々なパンを 少しずつ楽しみたい方に!

セット内容:おから甘食、豆ぱん、くるみのプチパン 各1個

おかべや(神奈川県・相模原市)

362 おかべや フランスパン

原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、天日湖塩
賞味期限:2日 米小
1本(30cm以内) **332円**(税込**359円**)
小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)

363 おかべや チーズロール

原材料:小麦粉(北海道)、ナチュラルチーズ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、塩、豆乳
賞味期限:2日 米大
2個 **310円**(税込**335円**)
小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)

364 おかべや 紅茶オレンジ

原材料:小麦粉(北海道)、オレンジピール、レモンピール、天然酵母、砂糖、紅茶、塩/酒精、香料
賞味期限: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)

365 おかべや メロンパン

原材料:小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、卵、塩、レモンピール、豆乳
賞味期限:2日 卵米大
2個 **352円**(税込**380円**)
小麦(北海道)

おかべや(神奈川県・相模原市)

366 おかべや おから甘食(ごま油使用)

原材料:小麦粉(北海道)、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹
賞味期限:4日 卵大
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)

367 おかべや パラエティーパック

原材料:おから甘食(ごま油使用)[小麦粉、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] 豆ぱん[小麦粉、金時豆、砂糖、バター、豆乳、天然酵母、塩] くるみのプチパン[小麦粉、くるみ、バター、砂糖、豆乳、天然酵母、塩]
賞味期限:2日 卵米大
3個 **525円**(税込**567円**)
小麦(北海道)

自家製酵母パン

ありが普通よりも厚く、ふんわりとモチモチとした食感。小麦の香りがよく、自然の酵母の力で発酵させたパンです。

Le·Lourdes(神奈川県・中井町)

368 パン・ド・ミ(食パン) 1斤 8枚

賞味期限:1~2日 小
270円(税込**292円**)

369 ノースライス

賞味期限:1~2日 小
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

Le·Lourdes (レ・ルルド)

※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないことがあります。食味に影響はありません。

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

Le·Lourdes(神奈川県・中井町)

370 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス

賞味期限:1~2日 小
1斤 **300円**(税込**324円**)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

野菜ベグル専門店 いばらきベグル

期間限定のベグル

生のいちごをたっぷり使用

地元産の採れたて「いちご」をそのまます地に練りこみました。いちごの果汁をたっぷり使った素材そのものの美味しさが特徴のとても贅沢な製法のベグルです。

シーズン初

原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、いちご(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
いばらきベグル(茨城県・常総市)

373 いちごベグル

賞味期限:30日 米小
1個 **215円**(税込**232円**)
小麦(北海道)、いちご(茨城県)

いばらきベグル(茨城県・常総市)

374 プレーンベグル

原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
賞味期限:30日 米小
1個 **167円**(税込**180円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

いばらきベグル(茨城県・常総市)

375 全粒粉ベグル

原材料:小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母
賞味期限:30日 米小
1個 **194円**(税込**210円**)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

プレスオールターナティブのフルーツとナッツを使用

Le·Lourdes(神奈川県・中井町)

371 フルーツナッツ食パン(ノースライス)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、アーモンド、胡桃、いちじく、塩
賞味期限:1~2日 小
1斤 **616円**(税込**665円**)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

ハンバーガー用パティと一緒に

Le·Lourdes(神奈川県・中井町)

372 パンズ

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩
賞味期限: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。

パネックス(長野県・伊那市)

376 内麦クロワッサン

賞味期限:45日 卵米大
10個 **580円**(税込**626円**)
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

飲料

- ・緑茶:無農薬です。
- ・ジュース類:果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。
- ※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

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)

377 童仙房茶舗 有機上煎茶

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

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

378 童仙房茶舗 宇治有機粉末緑茶

農薬・化学肥料を使用しないで育てた有機栽培宇治煎茶を粉末にしました。急須がなくても手軽に緑茶を楽しめます。
30g **460円**(税込**497円**)
緑茶(京都府)

かわばた園(静岡県・静岡市)

722 ほうじ茶

賞味期限:180日
100g **640円**(税込**691円**)
茶(静岡県) [放] 不検出 <0.4 <0.5

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

725 低温焙煎 庄内の麦茶

無農薬の大麦を低温でゆっくり焙じたお茶です。香りが強く、味はさっぱりとしていて、特に食後におすすめです。農薬無散布。
500g **475円**(税込**513円**)
大麦(山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

香り高いのでアイスティーがおすすめ

ランカスター(千葉県・千葉市)

379 アールグレイティー(ティーバッグ)

柑橘系のベルガモットの香りが爽やかなフレーバーティーです。農薬無散布。
2g×20 **480円**(税込**518円**)
紅茶(スリランカ)、香料(スリランカ)

ランカスター(千葉県・千葉市)

380 アップルティー(ティーバッグ)

セイロン紅茶に爽やかなりんごの香りをつけました。ストレートどうぞ。濃い目にだしてアイスティーにも。
2g×20 **480円**(税込**518円**)
紅茶(インド)

小川生業(徳島県・東みよし町)

734 国産ごぼう茶

国内産のごぼうを100%使用。ごぼうの風味が豊かで、ほのかな甘みのあるお茶です。
1.5g×18 **480円**(税込**518円**)
ごぼう(国内産)

黒姫和漢薬研究所(長野県・信濃町)

737 えんめい茶

新潟県及び長野県産のクマ笹の新芽「えんめい草」に、富山県産のハトムギ等をブレンド。胃腸に優しいお茶です。
5g×24 **360円**(税込**389円**)
えんめい草(新潟県、長野県)

創健社(神奈川県・横浜市)

381 有機栽培緑茶(ペットボトル)

長崎県佐々町で契約栽培された有機栽培茶葉使用。マイルドな旨みと深みのある香りです。ビタミンCは添加。
500ml **150円**(税込**162円**)
茶葉(長崎県)

ナガノトマト(長野県・松本市)

382 国産ふじりんご100

国産のふじりんごを使用した果汁100%のストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。
賞味期限:150日
125ml×3 **315円**(税込**340円**)
りんご(国内産)

国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもこぼれません。濃縮還元果汁使用。

日本生活協同組合連合会

383 COりんごジュース100 12国産混濁

賞味期限:90日
1ℓ **285円**(税込**308円**)
りんご(国内産)

日本生活協同組合連合会

742 COミックスキャロット 125ml

7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)に、にんじん汁50%をミックス。
賞味期限:120日
125ml×12 **816円**(税込**876円**)
にんじん(国内産)

三里塚物産(千葉県・成田市)

384 無農薬の にんじんジュース100%

龍崎さん、香取さんを中心に、千葉県の生産者が無農薬栽培した人参のみを搾った100%ストレートジュース。
賞味期限:30日
320g **450円**(税込**486円**)
人参(千葉県) [放] 不検出 <3.6 <4.1

三里塚物産(千葉県・成田市)

385 しそジュース(希釈用)

無農薬栽培のしそ、粗糖、醸造酢が原料。ポリフェノールを多く含みます。
賞味期限:30日
210g **370円**(税込**400円**)
しそ(千葉県) [放] 不検出 <3.2 <3.9

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

386 龍泉洞の水 500ml×24本

岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
賞味期限:30日
500ml×24 **2880円**(税込**3110円**)
岩手県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

東亜酒造(埼玉県・羽生市)

387 蔵出しまるやか ゆず酒

国産ゆずの実を100%使用し、手仕込みで丁寧に漬け込みました。爽やかなゆずの香りと、ほのかに上品な甘さがお楽しみいただけます。
賞味期限:30日
1ℓ **640円**(税込**704円**)
柚子(国内産)

春のお彼岸に



当日の朝打ちでお届け!
自家栽培の「常陸秋そば」8に栃木産小麦粉2を加え、栃木尚仁沢の湧き水を使って打ちました。

麺工房一九 (茨城県・坂東市)
391 麺工房一九 手打そば

280g(2人分) **700円(税756円)** 通常税込778円
そば (茨城県) 【放】不検出 <3.7 <4.1



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)
388 芽吹き屋 おはぎ 6個入

無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げています。
凍米 6個300g **500円(税540円)** 通常税込562円
小豆 (北海道)



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)
389 芽吹き屋 田舎風みたらしだんご 5本入

芽吹き屋より。国産うるち米で作りました。たれは甘さひかえめ。1串2玉で食べやすいサイズ。自然解凍。
凍米 大小 5本200g **321円(税347円)** 通常税込367円



冷やしたままでも、温めても
日本生活協同組合連合会
390 CO白玉ぜんざい3袋入 (100g×3袋)

北海道産小豆を炊き上げたあんを使った白玉ぜんざい。加熱時は必ず容器に移して。加工でん粉:全体の約3%
凍米 大 100g×3袋 **264円(税285円)** 通常税込298円
小豆 (北海道)・米 (アメリカ等)



三上製麺 (埼玉県・所沢市)
638 もっちりつるっとおいしいうどん

埼玉産小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるりとした喉越しのうどんにしました。
小 300g×2 **450円(税486円)** 通常税込508円
小麦 (埼玉県、他) 【放】¹³⁷Cs=5.1



国産野菜・小麦使用 トースター仕上げでサクサクに
ニッコー (神奈川県・大和市)
392 野菜かき揚げ 4個入

国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。
凍米 小 4個260g **411円(税444円)** 通常税込464円
玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん (国内産)



シーズン初
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
393 長崎 白天(桜えび・菜の花コーン)

白身魚のすり身に桜えびを入れた桜えび天と菜の花、コーンを具材に入れた菜の花コーン天のセット。
冷蔵30日 元卵 2枚130g **388円(税419円)** 通常税込430円
桜えび (台湾)、菜の花 (国内産)

今週のらくうまごはん♪

餃子と白湯スープの旨味がたっぷり

1食当り (税別) **365円**

調理時間: 準備品 約8分 油

セット内容: カット野菜(白菜、長ねぎ、人参、きくらげ)、餃子、調味タレ

食塩相当量: 6.3g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

394 白菜と水餃子の白湯スープ

新鮮でおいしい野菜と餃子のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つで手軽に調理できます。
冷蔵届いて1~2日 大小 2人前(約370g) **729円(税787円)** 通常税込875円
白菜 (国内産)、豚肉 (国内産)

黒酢で味に深みをプラス

一番人気!

1食当り (税別) **480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

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

395 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。
冷蔵届いて1~2日 卵米大小 2人前(約410g) **960円(税1037円)**
玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

豆腐入りでふんわり食感

1食当り (税別) **462円**

調理時間: 準備品 約5分 油

セット内容: 具材入りタレ(豆腐団子)、玉ねぎ、ピーマン、人参、水煮たけのこ

食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

396 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

新鮮な野菜と豆腐団子甘酢ソースのセットです。下処理カット済みなので、フライパンで調理できます。
冷蔵届いて1~2日 卵米大小 2人前(約450g) **924円(税998円)**
豆腐・玉ねぎ (国内産)

白身魚の旨味と野菜がマッチ

1食当り (税別) **499円**

調理時間: 準備品 約5分 油

セット内容: 調理魚、カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参、エリンギ、パプリカ)

食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

397 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。
冷蔵届いて1~2日 米大小 2人前(約375g) **998円(税1078円)**
玉ねぎ (国内産)、シラ (長崎県)

甘辛みそタレでご飯がすすむ

1食当り (税別) **428円**

調理時間: 準備品 約6分 油

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(キャベツ、人参、ピーマン)

食塩相当量: 2.28g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

398 国産豚の回鍋肉セット

新鮮な野菜と本格回鍋肉ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパンでどうぞ。
冷蔵届いて1~2日 卵米大小 2人前(約360g) **855円(税923円)** 通常税込1026円
キャベツ (国内産)、豚肉 (香川県、徳島県)

注文書の6ヶ欄に記載をお願いします

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。

子育てクーポン対象

契約(定期購入) 登録者募集中!

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

■契約者特別価格について
・「めぐみちゃん」5kgは、通常組合員価格から70円(税込76円)引き。2kgは25円(税込27円)引き。
・「黒澤さんのお米」は、通常組合員価格から100円(税込108円)引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者におのみご要望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)

502011 白米 5kg **3500円(税3780円)**

502012 玄米 5kg **3200円(税3456円)**

502013 7分 5kg **3500円(税3780円)**

502014 5分 5kg **3500円(税3780円)**

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg **2314円(税2499円)**

502032 玄米 5kg **2165円(税2338円)**

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

399 もち米

減農薬、無化学肥料栽培。

米 2kg **1100円(税1188円)**

もち米(山形県)

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裁米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

502001 白米 5kg **2350円(税2538円)**

502003 白米 2kg **945円(税1021円)**

502002 玄米 5kg **2250円(税2430円)**

JA常総ひかり・東町特裁米組合(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、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015 白米 5kg **3500円(税3780円)**

502016 白米 2kg **1400円(税1512円)**

502017 玄米 5kg **3200円(税3456円)**

502018 7分 5kg **3500円(税3780円)**

502019 5分 5kg **3500円(税3780円)**

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

3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。注文を受けてからもみ摺、精米をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのササニシキ

502020 白米 5kg **3500円(税3780円)**

黒澤さん(宮城県・涌谷町) 【放】不検出 <0.1 <0.1

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい

粉の状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。中村商店(神奈川県・横浜市)

502072 有機発芽玄米「ぐるめくらぶ」

冷蔵 米 1kg **1150円(税1242円)**

米(岩手県)

農業の専門学校で学生達が日々の実習の中で栽培したお米です。減農薬・減化学肥料栽培で、特別栽培米基準の内容です。

鯉淵学園のコシヒカリ

502051 白米 5kg **1998円(税2158円)**

502052 玄米 5kg **1898円(税2050円)**

鯉淵学園(茨城県・水戸市)

ひきわりハトムギ、丸麦、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

502074 白米用 雑穀セット 500g **1048円(税1132円)**

502077 玄米用 雑穀セット 500g **1143円(税1234円)**

【放】不検出 <0.5 <0.5 【放】不検出 <0.7 <0.7

2020年産お米放射能検査結果 (セシウム合計) 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	コシヒカリ	最高値0.1Bq/kg	最高値0.2Bq/kg
山形県	おきたま農舎	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	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)。

お魚で新生活応援! 『鳴門魚類特集』

春も元気に!

山本社長(右)と鈴江工場長

全品 特価

新物

九州近海で寒の時期に魚獲が厚く、照り焼きや煮付けが美味しかったです。

春は照り焼きで!

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

400 天然寒ぶり切身

凍 賞30日 約80g×3 **598円(税646円)** 通常税込698円

ぶり(九州近海)

たっぷり使える5枚入!

新物

長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から3枚おろしに。産地1回凍結品。

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

401 (徳用)寒さばフィレ(無塩 片身5枚)

凍 片身5枚 400~450g前後 **907円(税980円)** 通常税込1037円

真さば(長崎県、佐賀県)

新物

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

402 さばフィレ(甘塩)

鮮度の良い真さばを甘塩仕立てに仕上げました。

凍 賞30日

片身2枚200g **369円(税399円)** 通常税込430円

真さば(長崎県、佐賀県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

403 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 賞30日

4枚 210g以上 **498円(税538円)** 通常税込592円

真あじ(佐賀県)

たっぷりの野菜といっしょにホイル焼きにも

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

404 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。冷めても柔らかいのでお弁当にも。

凍 賞30日 米大

5~6切 170g **598円(税646円)** 通常税込697円

ぶり(長崎県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

405 宍道湖産しじみ(冷凍)

宍道湖で水揚げしたやまとしじみを砂抜きそのまま急速凍結。

凍 賞60日

200g **398円(税430円)** 通常税込475円

しじみ(島根県)

甘い貝柱をぜひお刺身で!

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

406 雄武産 ほどて貝柱(生食用)

北海道のオホーツク海に面する雄武の前浜で4年間じっくり育てました。お刺身どうぞ。

凍 賞30日

5~7粒 約100g **580円(税626円)** 通常税込646円

ほどて貝柱(北海道)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

407 さば味噌煮 2袋

鳴門魚類オリジナルの国産大豆味噌を使用。丁寧にだしを取り、じっくりと煮込んださばの味噌煮です。

凍 賞30日 米大小

片身1枚2切×2 **480円(税518円)** 通常税込562円

さば(長崎県、佐賀県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

408 ほどてしぐれ煮

北海道産ほどての風味を活かす為、醤油、みりん、三温糖、酒、生姜でシンプルに炊き上げました。

凍 賞30日 米大小

約100g **398円(税430円)** 通常税込451円

ほどて貝柱(北海道)

鎌倉ハム クラウン商会 特集

日々の食卓で大活躍!

ウインナー製造風景

全品 特価

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

409 鎌倉わけあり皮なしソーセージ

製造時に出る折れたもの、サイズの大小、色がイマイチなものが入ります。

凍 賞90日

400g **450円(税486円)** 通常税込497円

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

410 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)

焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。

冷 賞10日

400g **680円(税734円)** 通常税込754円

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

411 鎌倉つかいきりセット

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

冷 賞10日 3種174g **480円(税518円)** 通常税込540円

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

412 鎌倉あらびきウインナー×3

無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。

冷 賞15日

85g×3 **498円(税538円)** 通常税込567円

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

413 鎌倉つかい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 **260円(税281円)** 通常税込297円

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

414 鎌倉ロースハムスライス×3

発色剤、結着剤、化学調味料などをいっさい使用しない無添加ハム。40gの使い切りサイズを3Pでお届けです。

冷 賞15日

40g×3 **480円(税518円)** 通常税込540円

豚肉(国内産) [放] 不検出<3.6<3.1

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

415 鎌倉バラベーコンスライス×2

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

冷 賞15日

85g×2 **540円(税583円)** 通常税込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)

416 鎌倉ロースハム 400g

国内産豚肉をじっくり熟成させたロースハム400gをブロックでお届けです。

冷 賞20日 400g **1250円(税1350円)** 通常税込1458円

豚肉(国内産)

今回だけの小玉サイズ!

無茶々園(愛媛県・西予市)

417 無茶々園の伊予柑小玉

伊予柑の小玉を徳用価格で。みかんとオレンジの交配から生まれた伊予柑の芳香と甘く軟らかい果肉。農薬0~3回。

通常3kgより **332円(税)お得!**

3kg **1098円(税1186円)**

愛媛県

人気の商品が お買い得

江川農園(神奈川県・小田原市)

418 江川さんのキウイフルーツ

樹にならして置き、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。

無農薬

500gパックより **120円(税)お得!**

1kg **780円(税842円)**

神奈川県

年度末感謝セール①

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)

419 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

凍 賞180日

10切550g **1480円(税1598円)** 通常税込1663円

紅鮭(ロシア)

お得2個組

サツラク農協(北海道・札幌市)

420 サツラク酪農家限定ヨーグルト 加糖 2個組

11戸の生産牧場限定の生乳使用。生乳を90%以上使用し、まろやかでクリーミーな食感。香料、安定剤不使用。

冷 賞18日 乳

(80g×3)×2 **368円(税398円)** 通常税込458円

生乳(北海道) [放] 不検出<3.4<4.1

指定農場の豚肉を、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。どうしても出てしまう端材を、徳用パックで切り落としにしてお届けです。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

421 徳用 中津ハム切り落とし

凍

100g **290円(税313円)** 通常税込324円

豚肉(神奈川県)

そのままおかずはもちろん、料理の素材としても

創健社(神奈川県・横浜市)

422 さば味噌2個組

長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、本醸造醤油と喜界島産粗糖のみで味付けしました。

大小

190g(固形量140g)×2 **540円(税584円)** 通常税込604円

さば(長崎県、他)

化学調味料を使用しないオイル無添加タイプのツナ缶詰。料理の素材など幅広く使えます。

日本生活協同組合連合会

676 COライトツナフレーク まぐろ油無添加3P

前日OK!

70g×3 **365円(税394円)** 通常税込405円

きはだまぐろ(台湾、他)

福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。

日本生活協同組合連合会

754 CO ただの炭酸水 200ml

前日OK!

24缶

200ml×24 **1200円(税1296円)** 通常税込1344円

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記**
 - 4週に1回お届け 4週に3回お届け
 - 隔週お届け 毎週お届け
 - シーズン最終 季節商品につき今回で最終
 - シーズン初 今季初登場
 - 新 新発売の商品
 - 特 特別価格商品
- お届け時の温度帯**
 - 凍 冷凍品
 - 冷 冷蔵品
 - 表記のないものについては常温でのお届けです。
 - 農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。
- アレルギー表示**
 - 卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに
 - 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
 - ※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性が有ることをいいます。
 - アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。
- その他**
 - 前日OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。
 - ふるさと便! は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。
 - 無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。
- 主原料原産地**
 - 生鮮品については主原料の原産地を表記しています。
 - 原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。
 - ※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめます!