

# 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～



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4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙3/提出	15	16	17	18	19
定番品3/のお届け	22	23	24	25	26
特別企画品3/のお届け	29	30	31	4/1	2

# 3.11震災から10年 この先の未来へ繋げよう

3月1日から1ヶ月にわたり、震災で被害を受けた、また復興に関わった生産者をフォーカスしてきましたが、今週3月4回で最終となります。これまでの経験や想いが詰まった食べ物を消費する事、それこそが私たちの「美味しい笑顔」と生産者の「うれしい笑顔」あふれる未来へ繋がります。

## 千倉水産加工販売 女川工場 (宮城県・女川町)



### 一歩ずつ、確実に前へ

女川町自体は震災当時より人口が約3割減少、水産加工業社も廃業や移転で減少しています。しかし女川町では早い段階で復興に向けて動き出し、震災翌月にはあらゆる事業者が集まった復興連絡協議会を発足。その結果、基幹産業である水産加工業は少しずつ震災前の状況に戻りつつあります。ですが、いざ再稼働してみると、一番重要である人材の不足と女川魚市場の主力であるさんまの大不漁が続き、大変厳しい環境下ではありますが、工場再開当初よりも生産品目、生産数量なども順調に伸びてきている状況です。今後も組合員の皆様には、これまで以上に、安心、安全、そして美味しく食べていただけるような商品づくりを目指して、従業員一同、日々努力を続け、一歩ずつ前に進んで参ります。



千倉水産加工販売(株)女川工場・永沼俊也



**11 骨までやわらかさんまみぞれ煮**  
加圧処理済みで湯煎10分で骨まで食べられます。粗目の大根おろしを加えたタレでみぞれ煮にしました。

千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

75g×2 **380円(税込410円)** 通常税込430円

さんま(国内産)



**12 塩さんま**  
さんまの頭と内臓をとり、1尾ずつの個包装にしました。必要な量だけ使えて便利です。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

75g×3 **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

※生産者からのメッセージ全文はNews Letterに掲載しています

## 二本松有機農業研究会 (福島県・二本松市)



### 福島を地をあきらめない

父と二人で汚染された野菜を全て抜き取り畑の隅に捨てた時には野菜に対して申し訳ない気持ちと、今後二本松で有機農業はできないのではないかと不安でいっぱいだった。とにかく、野菜を作り、検査をしてデータを見せることを徹底していた結果、少しずつお客様も増え、小さな子を持つ若いお母さんたちも利用してくれているので、益々しっかりとしたものを作らなくてはと励みになっています。また、他に何かできないかとエネルギー部会を設置し勉強会を重ね、2018年に営農型発電所を完成させた。本場に小さな発電所だが、原発に頼らない安全な社会のためにこれからも我々にできることを実践していきたい。これからも安全な食べ物と安全なエネルギーの生産を心掛けて、この地で有機農業を続けていきたい。



二本松有機農業研究会・大内督



**13 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。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

3枚300g **680円(税込734円)** 通常税込754円

さば(国内産) [放]不検出<3.7<3.9



**14 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、大きいサイズのものをお届けします。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

7~12尾 **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)

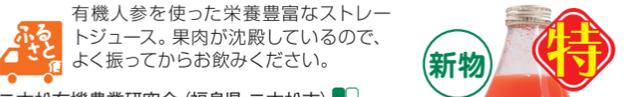


**15 さんまチーズサンド**  
開いたさんまによつ葉のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。

千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

6~8個 **380円(税込410円)** 通常税込427円

さんま(国内産)



**16 有機人参まるごとジュース**  
有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているので、よく振ってからお飲みください。

二本松有機農業研究会(福島県・二本松市)

200ml **250円(税込270円)** 通常税込288円

人参(福島県)



## 春休みのおうちごはん



**18 焼き鳥もも串セット**  
こんがりジュシーに焼き上げたもも肉と甘い醤油だれの組合せが美味しい焼き鳥。湯煎またはレンジで。

秋川牧園(山口県・山口市)

150g(5本) **593円(税込640円)** 通常税込665円

鶏肉(山口県、他)



**19 徳用チキンナゲット**  
飼育から加工まで一貫生産。開放鶏舎で育った若鶏を使用(主にムネ肉)。加熱するとカリッと仕上がります。油揚げ。

秋川牧園(山口県・山口市)

400g **704円(税込760円)** 通常税込784円

鶏肉(山口県、他)



**20 黒豚メンチカツ**  
秋川牧園の黒豚ミンチにたっぷりの国産玉葱、秋川牧園の卵と牛乳も加え味付けをし牛乳で包み揚げました。

秋川牧園(山口県・山口市)

120g(4個) **352円(税込380円)** 通常税込397円

豚肉(国内産)



**21 マム海老とオーガニックペンのグラタン**  
オーガニックペンネマカロニと天然海老を入れホワイトソースで仕上げました。レンジで温めて。

大進食品(神奈川県・横浜市)

170g×2 **537円(税込580円)** 通常税込594円

海老(マレーシア)



**22 オムライス**  
国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを生乳を加えた玉子で包み込みました。レンジで温めて。加工澱粉:1%

西川食品(和歌山県・紀の川市)

180g×2 **466円(税込503円)** 通常税込517円

鶏卵・米(国内産)



**23 近江牛のこだわり牛丼**  
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。

デリカ横綱(愛知県・春日井市)

140g×2 **583円(税込630円)** 通常税込664円

牛肉(滋賀県)



**24 中華丼の具(醤油)**  
鶏がら(静岡県・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。

三ツコー(神奈川県・大和市)

180g×2 **440円(税込475円)** 通常税込491円

鶏(静岡県)



**25 ライスバーガー**  
醤油をつけ焼きあげたライスプレートに特製生姜醤油だれで味付した豚肉をサンド。加工でん粉:約1%使用

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

6個690g **952円(税込1028円)** 通常税込1058円

米(国内産)



**26 味付いなり揚げ 2個組**  
肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりとろりきかせて家庭煮の味付けに。湯せんして温めると口が開けやすいです。

丸和食品(東京都・練馬区)

10枚×2 **750円(税込810円)** 通常税込853円

大豆(国内産) [放]不検出<0.9<1.0



**677 COライトツナフレーク**  
きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬け込み、まろやかな味に仕上げました。

日本生活協同組合連合会

70g×3 **380円(税込410円)** 通常税込421円

きはだまぐろ(タイ、他)



**754 CO ただの炭酸水**  
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

200ml×24 **1200円(税込1296円)** 通常税込1344円

## 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
茨城県	[放] <sup>137</sup> Cs=7.5
宮城県	[放] <sup>137</sup> Cs=9.4 <sup>134</sup> Cs=3.6

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  
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載  
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

美味しいだけじゃない! **果実・野菜は栄養たっぷり♪**

果実・野菜には美味しさはもちろんですが、様々な効能があります。「旬」、収穫して間もない「鮮度」の違いでも、その効能は明確に異なります。旬のもの、鮮度が良いものを食べて健康で経済的なくらしを心がけましょう。



**27 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ーり詰まっています。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

**ビタミンC**  
骨や腱などの結合タンパク質である「コラーゲン」の生成に必須な栄養分です。最近では抗酸化作用が注目され、がんや動脈硬化の予防に有効であるとされています。

**28 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

組合員さんからの **クチコミ**  
無茶々園の甘夏、甘くて美味しいです。酸っぱいと思いつつ刻んで冷凍しておけば贅沢なマーマレードが簡単に手作りができます。甘さも好みのまま、時間のある時に手間をかけてあげれば長く楽しめます。(龍ヶ崎市:Sさん)

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。

**29 1kg** **398円**(税込**430円**)  
**30 3kg** **1100円**(税込**1188円**)  
愛媛県

クエン酸、リンゴ酸等の **有機酸**  
腸内細菌のバランスを整える作用のほかにも、大腸の中の悪玉菌を抑える力があるとされています。



**31 りんご(ふじ)**  
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

**葉酸**  
「造血のビタミン」とも呼ばれる、赤血球を生成する成分を多く含んでいます。ポリフェノールの一種で視力回復や眼精疲労改善に役立つ「アントシアニン」も。



**32 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

**食物繊維**  
腸内環境を整える「善玉菌」のエサとなる食物繊維を多く含んでいます。



**33 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)

**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

**35 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

**36 無茶々園のせとこ**  
内皮は極薄で、かんき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。  
700g **850円**(税込**918円**)  
愛媛県

**37 渥美さんのグレープフルーツ**  
大変貴重な国産のグレープフルーツ。半分に切ってスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。  
1kg(3~5玉) **609円**(税込**658円**)  
静岡県 [放] 不検出 <3.3 <3.0

**38 400g** **410円**(税込**443円**)  
**39 1kg** **824円**(税込**890円**)  
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

**39 1kg** **824円**(税込**890円**)  
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

**40 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

**41 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

**42 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

**43 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

**44 りんご(ピンクレディー)訳あり**  
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。  
3玉 (450~500g) **330円**(税込**356円**)  
長野県

**45 にんにく**  
ホワイト種より外皮は紫がかったいます。味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。  
約100g **220円**(税込**238円**)  
熊本県

**46 しょうが**  
爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。  
100g **159円**(税込**172円**)  
高知県

**47 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

**48 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

**49 もやし**  
筑波山産の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。  
250g **51円**(税込**55円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

**50 ベビーリーフ**  
クセがなく食べやすく、袋からサッと取り出し盛り付けるだけで色鮮やかなサラダの完成です。農薬無散布。  
35g **130円**(税込**140円**)  
茨城県

**51 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

**52 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

**53 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

**54 大木さんの中玉トマト**  
大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。  
300g **368円**(税込**397円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3

**55 長島さんのレタス**  
完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農業を使用せずに栽培しています。農薬無散布。  
1玉 **250円**(税込**270円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

**56 長島さんのサニーレタス**  
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。農薬無散布。  
1玉 **170円**(税込**184円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

**産地応援**  
豊作につき、**今だけ30g増量!**

**57 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

**58 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。農薬無散布。  
1束(約200g) **190円**(税込**205円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

**59 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

**60 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。農薬無散布。  
1束(約200g) **176円**(税込**190円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

**61 おきたまの莖立菜**  
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。農薬無散布。  
約200g **225円**(税込**243円**)  
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

**62 サラダスナップ**  
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薬使用を最小限に。  
約100g+30g **263円**(税込**284円**)  
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

組合員さんからの **クチコミ**  
ゆでるとほくほくでサラダがおいしいです。(Oさん)

井上さん(埼玉県)、岩下さん(熊本県)

リコピン

「カロテノイド」とよばれる天然色素の一種で、がん予防・血流の改善などの効果が期待されます。また収穫鮮度が良いものほど栄養価が高いです。
※日本食品分析センター調べより



通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい

JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

63 柏田中の完熟トマト

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

1kg 698円(税込754円)

千葉県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

カルシウム

骨や葉の主要な構成成分になるほか、筋肉収縮・神経興奮の抑制に関与しています。



旬

木村農園(茨城県・つくば市)

64 木村さんの菜花

特有のほろ苦さがありますが、ゆでると甘味が出てお浸しや和え物などにするとおいしい食材です。減農薬栽培。

1束 140円(税込151円)

茨城県

ビタミンE

「若返りのビタミン」と呼ばれるビタミンEは、血行促進作用、抗酸化作用、血管の老化を抑える作用など多岐に含まれています。



旬

井上さん(埼玉県・美里町)

65 春ブロッコリー

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。農薬無散布。

1個 250円(税込270円)

埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

ムチン

オクラ・納豆などネバネバの素となる成分です。消化器の粘膜のほか、肝機能を高める効果もあるとされています。



素材の味とムチムチの食感が大好評!

微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

66 高柳さんのれんこん

歯ざわりが良く、それでいてムチッ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

野菜サポート会員(継続募集)

間もなく地場野菜の端境期に入り、野菜セットを5月までお休みする生産者も出てきます。登録者は2021年2月で180名を超えました。4~5月に向けて登録者を増やしていきたいです。みんなで地場野菜を食べて健康な身体をつくっていきましょう。



野菜サポート会員申込書

登録者数は2021年2月までで180名です。これから春にかけて余剰がでやすい時期です。みんなで地場野菜を食べて健康な体を作っていきましょう!



Application form fields: 組合員番号, 組合員名, 希望口数 (1回のお届けで300円以下)

切り取ってご提出下さい



石毛さん(千葉県・旭市)

67 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



井上さん(埼玉県・溝口さん(北海道))

68 グリーンアスパラ

甘みがあり、きめが細かく、繊維が粗くない、食味良好のアスパラです。農薬無散布。

約100g 275円(税込297円)

埼玉県、北海道 [放] 不検出 <4.2 <3.4



福山さん(宮崎県・新富町)

69 ピーマン

肉詰めで、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g 194円(税込210円)

宮崎県



上野さん(栃木県・上三川町)

70 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



井上さん(埼玉県・美里町)

71 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。農薬無散布。

約350g 240円(税込259円)

埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



三須さん(千葉県・富里市)

72 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) 190円(税込205円)

千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

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。



73 木村さんのかぶ

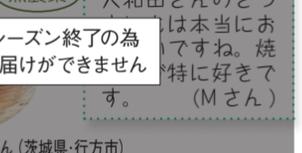
1束(4~5玉) 183円(税込198円)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

組合員さんからのクチコミ

木村農園のかぶ、とてもおいしかったです。「おおきなかぶ」が3コ位入ってびっくりしました。もちろん葉も皮も全部食べました。(Sさん)

品種は紅はるか又はシルクスイート。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。



74 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 <3.9 <3.6

切ってサラダに、すってとろろにも◎



75 長芋

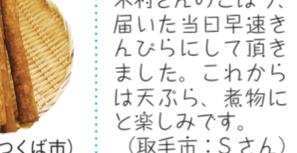
200g 220円(税込238円)

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

組合員さんからのクチコミ

細切りにして薄切りの豚肉で巻いて焼くのがおすすめです!肉の脂と長芋の相性もバッチリです!(守谷市:Kさん)

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。



76 木村さんのごぼう

400g 192円(税込207円)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



78 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

10ヶ月かけて作った“天然”スイーツ

79 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

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。



80 500g

205円(税込221円)

81 1kg 390円(税込421円)

青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

あゆみの会・加納さん(北海道・士幌町)

82 じゃがいも

品種は男爵。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

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。



83 1kg

210円(税込227円)

84 3kg 598円(税込646円)

北海道

まごころの里(北海道・栗山町)

83 1kg

210円(税込227円)

84 3kg 598円(税込646円)

北海道

What's 新玉ねぎ?

通常の玉ねぎは日持ちをよくする為に、収穫から1ヶ月ほど乾燥させますが、「新玉ねぎ」は収穫後すぐ出荷します。みずみずしく柔らかな食感で辛みが少ないです。生食用としてはもちろん、炒め物や煮物にも使えます!



軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。



林田さん(長崎県・南島原市)

85 1kg

440円(税込475円)

86 3kg 1200円(税込1296円)

長崎県

きのこで食物繊維たっぷり!



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。



あゆみの会・水谷さん(三重県・尾鷲市)

91 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、日持ちするものが特長です。

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)

87 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

白えのきにはない、コクのある味が特徴



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。

88 ブラウンえのき茸

200g 218円(税込235円)

長野県

独自の栄養素をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。



安田さん(福島県・郡山市)

89 安田さんのなめこ

70g 115円(税込124円)

福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

村上さん(栃木県・高根沢町)



90 舞茸

100g 196円(税込212円)

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



山田さん(茨城県・つくば市)

92 山田さんのしめじ

ひらたけのしめじです。おがくす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



江藤さん(大分県・珠珠町)

93 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菌を育てています。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

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

94 A品

100g 210円(税込227円)

茨城県

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。



95 B品

200g 225円(税込243円)

茨城県



## 春の無茶々園・里海の幸



### 網元：祇園丸

漁師の佐藤吉彦さんは地元漁協の理事で、漁場の 祇園丸の佐藤さん親子環境改善に積極的に取り組んでいます。ワカメを植えて海の緑地化を推進する運動、真珠貝を利用した漁礁づくり、合成洗剤不使用運動などを漁協と協力しながら行っています。



無茶々園 (愛媛県・西予市)  
**96 無茶々園のちりめん (宇和海産)**

無茶々園の前浜、宇和海のちりめんです。塩を加えずミネラル分を含む海水で茹で、天日で乾燥させました。

冷蔵 賞30日 80g **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **545円**  
かたくちいわしの稚魚 (愛媛県)



無茶々園 (愛媛県・西予市)  
**97 無茶々園のわかめ (塩蔵)**

無茶々園の前浜、宇和海で旬の時期に採れたわかめを湯通し、塩蔵しました。サラダやスープ、酢の物などに。

冷蔵 賞180日 100g **310円** (税込 **335円**) 通常税込 **350円**  
わかめ (愛媛県)

## 鮮魚のきびなごをすぐに衣つけ!



やまた水産 (鹿児島県・阿久根市)  
**98 生から作ったきびなごフライ**

鹿児島県阿久根漁港に水揚げされたきびなごを、高鮮度のまま衣つけしました。油で揚げてください。

凍 米 大 小 180g **298円** (税込 **322円**) 通常税込 **346円**  
きびなご (鹿児島県)

## 夕食のあと一品に!



タイセイフーズ (青森県・むつ市)  
**125 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** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
アカイカ (国内産)

## 南房総の郷土料理!



スズ市水産 (千葉県・南房総市)  
**124 房州あじさんが焼き**

房州の伝統的な漁師料理。あじ、このしらのすり身に、味噌、玉ねぎ、馬鈴薯澱粉を加え、大葉で巻きました。

凍 賞180日 米 大 小 8個160g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
真あじ (千葉県)

### 凍ったまま調理してください



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**99 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 **440円** (税込 **475円**)  
しじみ (島根県)



大粒で食べ応えあり!  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**100 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 賞30日 150g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **448円**  
やまとしじみ (北海道)



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**101 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 賞30日 200g **386円** (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



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**102 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 **548円** (税込 **592円**)  
真あじ (佐賀県)



ヤマフ (佐賀県・唐津市)  
**103 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 賞30日 2枚160g **398円** (税込 **430円**)  
真あじ (九州)



丸一商店 (千葉県・南房総市)  
**104 さば一夜干し 2枚**

片身2枚200g **398円** (税込 **430円**)

**105 3枚** 片身3枚300g **588円** (税込 **635円**)  
真さば (ノルウェー)



カネヘイ下谷商店 (千葉県・銚子市)  
**106 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 賞120日 2枚170g **398円** (税込 **430円**)  
さんま (北海道)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**107 香ばし味噌のさばフィーレ**

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 賞30日 米 大 200g(片身2枚入) **465円** (税込 **502円**) 通常税込 **518円**  
さば (長崎県、佐賀県)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**108 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 **645円** (税込 **697円**)  
ぶり (長崎県)



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 賞180日 米 大 小 4枚240g **398円** (税込 **430円**)  
さば (宮城県) [放]不検出<3.4<2.9



東北トクスイ (宮城県・塩釜市)  
**110 しまほっけ 黒糖みりん漬 3切**

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 賞30日 3切210g **415円** (税込 **448円**)  
しまほっけ (アメリカ)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**111 雄武産 秋鮭塩みりん漬**

北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自調合した塩みりに漬け込みました。塩角がなく柔らかです。

凍 賞30日 米 約50g x 4 **478円** (税込 **516円**) 通常税込 **538円**  
秋鮭 (北海道)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**112 雄武秋鮭みりん漬**

北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自調合した塩みりに漬け込みました。とても柔らかです。

凍 賞30日 米 大 小 140g(2切) **548円** (税込 **592円**)  
秋鮭 (北海道)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)  
**113 ロシア産紅鮭切身 (中辛) 2切**

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

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



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)  
**114 ロシア産紅鮭切身 (甘塩)**

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。

凍 賞180日 3切165g **498円** (税込 **538円**)  
紅鮭 (ロシア)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**115 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 賞30日 70g x 3 **548円** (税込 **592円**)  
秋鮭 (北海道)



ダイマツ (鳥取県・米子市)  
**116 氷温造り 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、脂のっています。

凍 賞120日 4切260g **450円** (税込 **486円**)  
さば (ノルウェー)



ダイマツ (鳥取県・米子市)  
**117 氷温造り 生姜焼き用シルバー切身**

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)を生姜醤油に漬けて氷温熟成させました。

凍 賞180日 米 大 小 2切140g **335円** (税込 **362円**) 通常税込 **378円**  
シルバー (主にニュージーランド)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**118 真あじフィーレ**

長崎産の旬の真あじを食べやすく3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 賞30日 片身5~8枚前後 200g **440円** (税込 **475円**)  
真あじ (長崎県)



ヤマボシ (静岡県・焼津市)  
**119 めばちまぐろカマ**

遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。

凍 賞60日 3個300g **450円** (税込 **486円**)  
めばちまぐろ (太平洋)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
**120 素干し桜小アミ**

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

凍 賞180日 50g **198円** (税込 **214円**)  
ツノナシオキアミ (三陸沖)



共和水産 (岩手県・宮古市)  
**121 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 賞30日 300g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **462円**  
カナダマツイカ (アメリカ)



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**122 魚屋さんの混ぜちりめん**

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 賞30日 60g **310円** (税込 **335円**) 通常税込 **356円**  
しらす (遠州灘~伊勢湾)



共和水産 (岩手県・宮古市)  
**123 三陸産するめいか つぼ抜き**

三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してつぼ抜きにしました。炒め物、煮物などに。

凍 賞30日 3~6枚230g **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

### ※調理例



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。

いつものお魚 春の感謝セール 第4弾

**特**

お茶漬、おにぎり、チャーハンに!

**特**



**特**



**特**



カネキ水産(兵庫県・神戸市)

**126** 明石蛸たこめしの素 (2合用)

年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召し上がれます。

凍 90日 米 大 小

240g(箱100g液140g) **640円(税込691円)** 通常税込713円

真だこ(兵庫県)

雄武漁協(北海道・雄武町)

**127** 雄武 寒風干し焼鮭ほぐし身

雄武沖のオホーツク海で漁獲した旬の秋鮭を、焼いてほぐし身にしました。原材料:秋鮭、食塩

冷

180g **880円(税込950円)** 通常税込1058円

秋鮭(北海道)

大新(鳥取県・境港市)

**128** 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 小

180g **320円(税込346円)** 通常税込362円

いわし(国内産)

丸千水産(千葉県・南房総市)

**134** サラダ用 ポイルむきえび

タイ産のパナメイエビを塩付けを使って茹で上げました。自然解凍、または袋のまま流水解凍し、サラダ等で。

凍 100g **435円(税込470円)**

パナメイエビ(タイ)

淡水産(宮城県・石巻市)

**135** 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ないで味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。

凍 30日 米

60g **340円(税込367円)**

すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)

淡水産(宮城県・石巻市)

**136** 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

60g **340円(税込367円)**

すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)

16ページの「マストミ特集」もお見逃しなく!

マストミ(徳島県・徳島市)

**140** 紀州勝浦産 まぐろの漬け井用

近海の延縄漁(釣り)により漁獲されたきはだまぐろを使用。タレは近海まぐろに合う特別仕立てです。

凍 15日 米 大 小

70g×2 **480円(税込518円)** 通常税込540円

きはだまぐろ(和歌山県)

少し唐辛子が入っています

ダイマツ(鳥取県・米子市)

**141** 氷温造り 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

220g **335円(税込362円)**

さわら(国内産、韓国)

ダイマツ(鳥取県・米子市)

**142** 氷温造り 秋鮭の南蛮漬

北海道産の秋鮭を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 米 大

200g **398円(税込430円)**

秋鮭(北海道)

大黒淡水(静岡県・焼津市)

**143** うなぎ蒲焼 70g×2

愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。

凍 米 大 小

70g×2、たれ・山椒付 **1880円(税込2030円)** 通常税込2138円

うなぎ(愛知県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

**129** 甘塩縹ほっけ開き

脂の乗りがよい縹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

縹ほっけ(アメリカ)

使切りパックで便利

海泉水産(静岡県・浜松市)

**130** 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 **435円(税込470円)** 通常税込486円

しらす(遠州灘～伊勢湾)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**131** えび・いかミックス

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 30日

180g **365円(税込394円)** 通常税込410円

えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

**特**

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井用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。

2食入

共和水産(岩手県・宮古市)

**132** おらがつつた宮古の磯井

凍 180日 米 大 小

50g×2 **398円(税込430円)** 通常税込451円

するめいか・めかぶ・いくら(岩手県) [放] 不検出<3.5<4.0

個包装で便利! 湯煎でOK!

ダイマツ(鳥取県・米子市)

**133** 氷温造り 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(固形量50g)×4袋 **535円(税込578円)** 通常税込594円

さば(ノルウェー)

丸三水産(千葉県・南房総市)

**137** 生からつったあじ刺身 生姜醤油漬

鮮度良い鮮魚あじを厳選し、一口サイズにカットして醤油に漬け込み、生姜、ねぎ、ごまを乗せました。

凍 180日 米 大 小

80g **390円(税込421円)**

真あじ(千葉県) [放] 不検出<2.8<2.9

三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたいかに短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。

共和水産(岩手県・宮古市)

**138** 三陸岩手いかに糸造り

凍 180日

80g **448円(税込484円)**

するめいか(三陸)

ヤマモリ(静岡県・焼津市)

**139** 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

100g **565円(税込610円)**

めばちまぐろ(太平洋)

12ページの特集も併せてご覧ください!

**タイム缶詰**  
(岩手県・陸前高田市)

タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)

**144** モックイナイ魚・めかじき切落とし煮付

凍 90日 米 大 小

100g(固形60g)×2袋 **398円(税込430円)**

めかじき(太平洋)

ここがモックイナイ!  
味は変わらないのに、切り落としは確保できる量が少なく形も不揃いで使いにくいので…。美味しいのにモックイナイ!

2袋

めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。

タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)

**145** ふっくら煮魚 八戸前沖さば煮付

脂のりの良い「八戸前沖さば」を、オリジナルの無添加タレで煮付けました。湯煎で食べられます。

凍 90日 米 大 小

100g(固形60g)×2 **365円(税込394円)** 通常税込410円

さば(青森県)

タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)

**146** ふっくら煮魚 まぐろカマ煮付

まぐろのカマ部分を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。湯煎で。

凍 90日 米 大 小

250g **430円(税込464円)**

まぐろ(太平洋)

高橋徳治商店直伝!

ほたてしんじょすり身のボリューム満点

◆材料(2~3人前)  
 ホタテしんじょすり身 1パック  
 えのき 1/2株  
 卵 1個  
 パン粉 大さじ3  
 塩、こしょうも加え混ぜる。  
 コショウ 少々  
 調味液  
 ぽん酢 50cc  
 A 砂糖 小さじ2  
 L 水溶き片栗粉 適量

◆作り方  
 ① 解凍したホタテしんじょすり身をボウルに入れる。  
 ② えのきは上半分を使う(バラバラにし易いので)。1cm程の長さにザクザク切り、①に加える。卵、パン粉、塩、こしょうも加え混ぜる。  
 ③ 中火で熱したフライパンに油を引き、食べやすい大きさに形成した②を乗せる。  
 ④ 水30cc位をフライパンのふちから入れ、蓋をして弱火で水が無くなり、焼き色が付くまで蒸し焼きにする。  
 ⑤ 裏返し、蓋をして焼き色が付くまで焼いたら皿に盛る。  
 ⑥ 空いたフライパンにAの調味料を入れ、水溶き片栗粉をかき混ぜながら少しずつ入れ、程よくとろみをつける。  
 ⑦ ⑥に⑥をかけたら出来上がり。

和風帆立ハンバーグ  
ステーキ

切り取ってご活用ください

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)

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

紹介者特典 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

# 自然のままに育てる「能勢農場」の牛肉

能勢農場では極力自然のままに育てたいという思いから、ホルモン剤・抗生物質は不使用。ワクチンも基本的に投与しません。一般には生後→450～500kgになるまで25ヶ月と言われていたのですが、能勢農場はさらに1～2ヶ月丁寧に育てて出荷します。



出荷(体重450～500kg)までの飼育期間

- ・安価な輸入牛肉 約20ヶ月
- ・一般的な国産の牛肉 25ヶ月
- ・能勢農場 26～27ヶ月

## 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ヶ月。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

### 149 ローズポーク モモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使え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

### 150 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



能勢農場(大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

### 147 牛切り落とし(3分割)

いろいろな部位を使用。炒め物などの料理にどうぞ。使いやすい分割トレー。

冷蔵 賞6日 190g **970円**(税込 **1048円**)

大阪府



能勢農場(大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

### 148 牛ミンチ

2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。

冷蔵 賞6日 200g **870円**(税込 **940円**)

大阪府



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

### 151 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



### 152 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



### 153 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。

冷凍 賞30日

300g **460円**(税込 **497円**)

茨城県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

### 154 中津豚ロースしょうが焼用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。厚さ5mm。

冷蔵 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)

### 155 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



中津ミート(神奈川県・愛川町)

### 156 中津豚ヒレ一口カツ用

希少なヒレ肉を一口カツのサイズにカットしました。

冷蔵 賞4日 200g(5～6切) **735円**(税込 **794円**)

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

### 157 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)

### 158 中津トントロ焼肉用

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。

冷蔵 賞120日 200g **498円**(税込 **538円**)

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

### 159 中津豚小間切

各部位から集めています。火の通りが良いので野菜炒め、カレーなどに。

冷蔵 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)

### 160 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。豚そぼろ、肉団子などに。

冷蔵 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)

### 161 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。

冷蔵 賞4日 200g **425円**(税込 **459円**)

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

### 162 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。

冷蔵 賞30日 300g **210円**(税込 **227円**)

国内産



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

### 163 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。

冷蔵 賞90日 400g **650円**(税込 **702円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)野口商店

### 166 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、炒め物に。

冷蔵 賞180日 250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県

## 鶏肉

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



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 164 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。

冷蔵 賞180日 300g **370円**(税込 **400円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 165 つくば茜鶏 モモ

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。

冷蔵 賞180日 300g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 166 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、炒め物に。

冷蔵 賞180日 250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 167 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。

冷蔵 賞180日 250g **490円**(税込 **529円**)

茨城県

## バジル風味で洋風に

手羽先バジル風味



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 168 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。

冷蔵 賞180日 400g **515円**(税込 **556円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 169 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

冷蔵 賞180日 400g **525円**(税込 **567円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 170 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。

冷蔵 賞180日 300g **560円**(税込 **605円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 171 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。

冷蔵 賞180日 250g **240円**(税込 **259円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

### 172 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。

冷蔵 賞180日 500g **660円**(税込 **713円**)

茨城県



秋川牧園(山口県・山口市)

### 173 若鶏手羽中ハーフ(バラ凍結)

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。

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



福永産業(福岡県・遠賀町)

### 174 徳用 鹿児島 坊津黒牛 モモしゃぶしゃぶ用

程良い霜降りが入った赤身主体のモモ肉をうす切りにしました。

冷蔵 賞30日 300g **1450円**(税込 **1566円**)

鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

### 175 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。

冷蔵 賞30日 300g **1680円**(税込 **1814円**)

鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

### 176 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。

冷蔵 賞30日 170g×2 **1770円**(税込 **1912円**)

鹿児島県

**177 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 賞30日  
170g×2 **1370円**(税込**1480円**)  
鹿児島県

**178 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が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

**179 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

**180 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。

**181 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)

**182 鎌倉マイルド ポークウインナー×2**  
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。  
冷 賞10日  
94g×2 **335円**(税込**362円**)  
豚肉(国内産) [放]不検出<4.4<4.1

**183 鎌倉 Chorizo**  
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 Chorizo です。  
冷 賞15日  
30g×5 **385円**(税込**416円**)  
豚肉(国内産)

**184 鎌倉相挽 ロングウインナー**  
野菜と一緒にドッグパンにはさんで。  
冷 賞10日  
27g×5 **280円**(税込**302円**)  
豚肉(国内産)

**185 鎌倉 ロースハム 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

**186 中津皮なし和風ミニウインナー**  
お子様でも食べやすい皮なしタイプ! 温めると醤油の控え目な旨味が広がります。  
冷 賞7日 大 小  
120g **277円**(税込**299円**) 通常税込**310円**  
豚肉(神奈川県)

**187 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)

**187 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)

**188 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)

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

**味付け肉で手軽にあと1品♪**

**193 ローズポーク小間切(タレ付)**  
ローズポークの豚小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。  
冷 賞14日 米 大 小  
250g **415円**(税込**448円**) 通常税込**459円**  
豚肉(茨城県)

**194 中津豚ヒレ 塩こうじ漬**  
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 米  
5~7枚 200g **690円**(税込**745円**) 通常税込**756円**  
豚肉(神奈川県)

**195 中津豚ロース味噌漬**  
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 米 大 小  
200g(固形量約80g×2) **544円**(税込**588円**) 通常税込**598円**  
豚肉(神奈川県)

**190 村山さんの チャシュー**  
村山さんがじっくり煮込みました。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 米 大 小  
200g **480円**(税込**518円**)  
豚肉(茨城県)

**191 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン**  
つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。  
凍 賞180日 乳  
160g **350円**(税込**378円**)  
鶏肉(茨城県)

**192 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分程度温めてお召し上がりください。  
冷 賞60日 米 大 小  
180g **426円**(税込**460円**)  
牛肉(滋賀県)

**193 ローズポーク小間切(タレ付)**  
ローズポークの豚小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。  
冷 賞14日 米 大 小  
250g **415円**(税込**448円**) 通常税込**459円**  
豚肉(茨城県)

**194 中津豚ヒレ 塩こうじ漬**  
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 米  
5~7枚 200g **690円**(税込**745円**) 通常税込**756円**  
豚肉(神奈川県)

**195 中津豚ロース味噌漬**  
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 米 大 小  
200g(固形量約80g×2) **544円**(税込**588円**) 通常税込**598円**  
豚肉(神奈川県)

**鈴木牧場** **ビン**は洗ってお返しく下さい  
ビンを再利用いたしますので、**食べ終わったらビン**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。

**ヨーグルトを使って さわやか ポテトサラダ**  
マヨネーズの代わりにヨーグルトを使うと、口当たりさっぱり、カロリーもひかえめに仕上がります。

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

**196 プレーン** 400g **361円**(税込**390円**)  
**197 微糖** 400g **370円**(税込**400円**)  
生乳(茨城県) [放]不検出<3.4<3.4

**198 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ**  
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。  
冷 賞届いて7~11日 乳  
100g **500円**(税込**540円**)  
生乳(茨城県) [放]不検出<3.5<3.2

**199 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

**200 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。手で裂いてお召し上がりください。  
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。

**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

**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。  
**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)

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。  
**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

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

**サツラク低温殺菌牛乳**  
**3 1ℓ 302円**(税込**326円**)  
**10 500ml 178円**(税込**192円**)  
生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.5

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

**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

有機農業の循環の中から産まれた卵です  
**契約「やさとの仲間」平飼卵**  
開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。  
冷 賞6個入り 卵  
6個 **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)

**201 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)

**202 腸内活性ヨーグルメイト(加糖)**  
ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

冷蔵 賞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)

**203 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)

**204 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

日本生活協同組合連合会

**205 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

北海道酪農公社 (北海道・江別市)

**210 北海道 チャンバター 2個組**  
北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチェーン(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。長期保存は冷凍で。

冷蔵 賞60日 乳

100g×2 **550円**(税込**594円**)  
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.1

酪王乳業(福島県・郡山市)

**206 生乳たっぷりのおヨーグルト**  
生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

冷蔵 賞19日 乳

180ml×2 **256円**(税込**276円**)  
生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5

おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

**207 豆乳ぶりん 黒ごま**  
国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらも濃厚な黒ごまの風味が活かした黒ごまプリンです。

冷蔵 賞30日 卵大

80g×4 **298円**(税込**322円**)  
豆乳(国内産)

おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

**208 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です。ゼラチン(豚由来)使用。

冷蔵 賞30日 卵乳大

100g×2 **250円**(税込**270円**)  
牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5

創健社 (神奈川県・横浜市)

**209 ペに花 ハイプラスマーガリン**  
ペに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まるやかでコクのあるマーガリンです。

冷蔵 賞乳大

180g **290円**(税込**313円**)

創健社 (神奈川県・横浜市)

**209 ペに花 ハイプラスマーガリン**  
ペに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まるやかでコクのあるマーガリンです。

冷蔵 賞乳大

180g **290円**(税込**313円**)

**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)

**211 おかべや 宴もめん**  
国産大豆100%。南大東島の天然にかり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)

おかべや (神奈川県・相模原市)

**212 おかべや 雅きめ**  
国産大豆100%。南大東島の天然にかり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)

**216 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)

**217 きめ豆腐**  
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。

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

丸和食品 (東京都・練馬区)

**218 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。

冷蔵 賞21日 大

220g **235円**(税込**254円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1

おかべや (神奈川県・相模原市)

**213 おかべや 萬歳豆腐**  
国産大豆100%。南大東島の天然にかり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)

**214 おかべや 一口生揚げ**  
青森県産大豆・天然にかり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。

冷蔵 賞届いて2日 大

6個 **250円**(税込**270円**)  
大豆(青森県) [放] 不検出 <3.9 <4.0

おかべや (神奈川県・相模原市)

**215 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。

冷蔵 賞届いて3日 大 小

1個 **150円**(税込**162円**)  
銀杏(新潟県)

丸和食品 (東京都・練馬区)

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

冷蔵 賞届いて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)

**220 きざみ揚げ(冷凍)**  
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 賞大

100g **208円**(税込**225円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

丸和食品 (東京都・練馬区)

**221 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。

冷蔵 賞届いて4日 大

230g **205円**(税込**221円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5

JAやさと (茨城県・石岡市)

**224 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付)**  
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

冷蔵 賞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)

**225 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)

**226 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)

**222 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 **280円**(税込**302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)

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

冷蔵 賞30日 米 大 小

10個 **298円**(税込**322円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.0

登喜和食品 (東京都・府中市)

**227 遊作納豆 (タレ・カラシ付)**

冷蔵 賞9日 米 大 小

80g **198円**(税込**214円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.7

登喜和食品 (東京都・府中市)

**228 黒大豆てんべ**  
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)

鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

**229 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)

**230 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。肉じゃがやすきやきなどに。

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)

**231 洗いもすく**  
沖縄・伊平屋島産の良質なもすくです。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**)  
もすく(沖縄県)

武田食品 (兵庫県・洲本市)

**232 淡路島 天然わかめ (塩蔵)**

冷蔵 賞90日

150g **410円**(税込**443円**)  
わかめ(兵庫県)

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

**233 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 賞10日 卵

4個(タレ無) **185円**(税込**200円**)  
卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

共生食品 (神奈川県・相模原市)

**234 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 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

共生食品 (神奈川県・相模原市)

**234 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 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

共生食品 (神奈川県・相模原市)

**234 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 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

3.11震災から **10年** 趙さんの味

(宮城県・仙台市)



工場を建て替えて1ヶ月後に震災、津波にあり、全て流されました。私ができることというのは、皆さんが安心して食べられるもの、それも美味しいものを作る事だと思います。いい素材を使ってキムチを作りたい。これからも趙さんの味をよろしくおねがいします。

キムチ好きの方は1本物がおすすめ!

こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と、白菜を漬け込んだ本格発酵キムチ。



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

**235** 趙さんの味 はさみ込みキムチ

冷蔵 賞14日 米 350g **535円** (税込 **578円**) 通常税込 **589円**  
白菜 (国内産)

りんごの甘み、ゆずの香り、にんにくをちょっと利かせた風味豊かな松前白菜漬。趙さんのオリジナルの味付けです。



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

**236** 趙さんの味 松前白菜漬

冷蔵 賞14日 米 大小 150g **370円** (税込 **400円**)  
白菜 (国内産)

人気の国産原料シリーズ

コリコリした食感がやみつきに!



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

**237** 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。

冷蔵 賞90日 大小 90g **450円** (税込 **486円**) 通常税込 **498円**  
山くらげ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.5

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。

冷蔵 賞90日 米 大小 100g **305円** (税込 **329円**) 通常税込 **340円**  
ザーサイ (神奈川県・茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1

貴重な国産たけのこを使用



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

**239** 国産味付メンマ

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。

冷蔵 賞90日 大小 90g **450円** (税込 **486円**) 通常税込 **498円**  
たけのこ (愛媛県)



共生食品 (神奈川県・相模原市)

**240** 内麦生ラーメン醤油 (3食入)

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具材で補って。

冷蔵 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



たむらのたまご (徳島県・阿南市)

**241** 味付けゆで玉子

非遺伝子組換え、自家配合飼料で健康に育てた養鶏卵を使用。化学合成調味料を使わずに味付け。

冷蔵 賞13日 卵 大小 M3個 **198円** (税込 **214円**)  
卵 (徳島県)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

**242** 揚げだし豆腐 (特製つゆ付)

国産大豆100%の揚げ出し豆腐と特製つゆをセットにしました。つゆをかけて電子レンジで約2分温めて。

冷蔵 賞届いて2日 米 大小 揚げ出し豆腐 4個、つゆ 25g **240円** (税込 **259円**)  
大豆 (国内産)

シーズン最終



たむらのたまご (徳島県・阿南市)

**243** 茶碗蒸し

遺伝子組換えのない飼料を養鶏に使用した卵を使用。化学調味料を使用せず、素材の持ち味を生かしました。

冷蔵 賞12日 卵 米 大小 150g×2 **440円** (税込 **475円**) 通常税込 **486円**  
卵 (徳島県)



菊田商店 (東京都・練馬区)

**244** 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、ふっくらと仕上がっています。

冷蔵 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)

**245** 煮豆 とら豆

北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で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。

冷蔵 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)

**246** しらすくろみ

瀬戸内海産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くるみ(有機JAS認定)を加えました。えぐ味の少ないくるみとしらすが後を引くおいしさです。

冷蔵 賞90日 米 大小 100g **580円** (税込 **626円**)  
しらす (瀬戸内海)



樽の味 (和歌山県・御坊市)

**247** すっぱいいなか漬 (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。

冷蔵 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)

**248** べったら漬

手剥きした大根を低温でゆっくり漬込み、米と合わせ熟成。歯切れの良さどさらりとした漬上げが特徴。

冷蔵 賞30日 米 ハーフ2本入 **457円** (税込 **494円**)  
大根 (国内産)

南薩摩ならではの味わい 『松野下蒲鉾』のさつま揚げ

主原料の魚は枕崎港に水揚げされる「つむぶり・しいら等」の地場の魚を自社にて加工した原料をふんだんに使用しています。



そのまま、オープンなどで少し温めたり焼いても



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

**253** こだわりさつま揚げ (磯の香)

鹿児島産の魚で作る自家製すり身を使用し、オキアミとおおさ粉の風味を効かせました。

冷蔵 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)

**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 賞30日 米 3枚90g **250円** (税込 **270円**)  
すけそうだら (北海道)

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。

シーズン初



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

**255** 長崎 野菜の香味揚げ

冷蔵 賞30日 米 3枚 **276円** (税込 **298円**) 通常税込 **310円**  
スケトウダラ・野菜 (国内産)

甘酢しょうがの風味でお祭りの屋台の雰囲気を感じるところが懐かしい味わい。そのままはもちろん、麺類のトッピングにも◎。まずはお試しあれ!



煮物や炒め物、うどん・そばの具材に



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

**256** 長崎 もずく天

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。

冷蔵 賞8日 米 2枚 **368円** (税込 **397円**)  
魚肉 (国内産・タイ)、もずく (国内産)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

**257** 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。

冷蔵 賞7日 卵 米 25g×5 **368円** (税込 **397円**)  
甘鯛 (長崎県)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

**258** 長崎 いか天

いかの胴部分のカットと、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。

冷蔵 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)

高橋徳治商店 こだわりの練り物



高橋徳治商店 (宮城県・石巻市)

**259** ホタテしんじょすり身

北海道産の刺身用ほたてを70%以上使用。濃縮エキス等使わず、ほたて本来の濃厚な旨みを引き出しました。

凍 賞180日 米 卵 米 150g **375円** (税込 **405円**) 通常税込 **420円**  
ホタテ (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

**260** おでん種セット

国産の無リンすり身を使用、魚の旨味を追求したおでん種セット。だしがスープに溶け込み、絶妙な味わい。

凍 賞60日 卵 米 大 7種13品380g **752円** (税込 **812円**) 通常税込 **842円**  
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

**261** 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。

凍 賞180日 米 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)

**262** 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種の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。

凍 賞180日 米 大 5個175g **312円** (税込 **337円**)  
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

**263** 焼ちくわ

石巻港水揚げの小魚と北海道無リンスケソウダラすり身を混ぜ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわ。

凍 賞180日 卵 米 7本224g **360円** (税込 **389円**)  
スケソウダラ (北海道)

# 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。



イズックス (東京都・中央区)  
**264 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**)  
かぼちゃ (北海道)



日本生活協同組合連合会  
**265 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**)  
とうもろこし (北海道)



サラダやスープ、煮込み料理などに  
日本生活協同組合連合会  
**266 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**)  
大豆 (北海道)

鍋の出番です...  
また寒い日は...

お好みの野菜を加えて  
シーズン最終  
**270 鶏鍋セット(塩)**  
秋川牧園 (山口県・山口市)  
鶏モモ・ムネ、つくね、若鶏をじっくり煮出した鶏がらスープに鰹と昆布の旨味をきかせた塩味スープのセット。  
凍 180日 卵 米 大 小  
550g **991円** (税込 **1070円**) 通常税込 **1111円**  
(鶏肉・つくね各200g、スープ150g)  
鶏肉 (山口県、他)

海藻で腸内環境を整えて



リアス (千葉県・船橋市)  
**267 国産あかもくめかぶミックス**  
あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感に粘りが加わり食べやすい。お好みのたれで。  
凍 40g×3 **311円** (税込 **336円**) 通常税込 **356円**  
あかもく (国内産)、めかぶ (三陸)



注目のフコイダンがたっぷり  
リアス (千葉県・船橋市)  
**268 松島湾産おさしみあかもく**  
ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、種類の具などにどうぞ。  
凍 100g **250円** (税込 **270円**)  
あかもく (宮城県) 【放】不検出<3.8<4.0



ハンバーグやカレーなどの料理に  
デリカ横綱 (愛知県・春日井市) 2袋  
**269 ローストオニオン**  
国産の玉ねぎを薄くスライスし時間をかけとろ火で水分を飛ばしあめ色になるまでローストしました。  
凍 180日  
100g×2 **422円** (税込 **456円**)  
玉ねぎ (国内産)



鍋物、煮物、炒め物、カレーやシチューに  
秋川牧園 (山口県・山口市)  
**271 鶏つくね**  
若鶏のムネ肉に鶏皮を加えてジューシーさを出し塩麹で旨味を引き出した柔らかい食感の鶏だんご。加熱調理済みなのですぐに使えます。  
凍 卵 米 大 小  
200g **315円** (税込 **340円**) 通常税込 **356円**



おでん・鍋にも  
ニッコー (神奈川県・大和市) 8個入  
**272 ごぼうと白身魚の磯辺揚**  
白身魚のすり身とおでんや鍋に合わせた揚げました。こしょう風味が美味。お弁当にも。レンジかトースターで。  
凍 米 大 小  
160g **336円** (税込 **363円**) 通常税込 **373円**  
ごぼう (国内産)

お弁当におかず



秋川牧園 (山口県・山口市)  
**273 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て揚げました。  
凍 卵 米 大 小  
150g **436円** (税込 **471円**)  
鶏肉 (山口県、他)



レンジかトースターで  
パイオニアフーズ (北海道・宗極町)  
**274 ミニポテト オープトースター用**  
北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。  
凍 卵 米 大 小  
500g **298円** (税込 **322円**)  
じゃがいも (北海道)



オープントースターがレンジで  
秋川牧園 (山口県・山口市)  
**275 スパイシー ささみカツ**  
開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツにしました。フライ済。  
凍 卵 米 大 小  
160g **396円** (税込 **428円**)  
鶏肉 (山口県、他)



鶏肉の美味しさと醤油タレの優しい風味がよくマッチ  
秋川牧園 (山口県・山口市) 3種×各2本  
**276 やきとりセット**  
軟らかくジューシーに焼き上げ醤油たれを絡めた、もも、むね、つくねの各2本セット。湯煎またはレンジで。  
凍 卵 米 大 小  
180g(3種各2本) **630円** (税込 **680円**) 通常税込 **698円**  
鶏肉 (山口県、他)



日本生活協同組合連合会  
**277 CO北海道のそのまま枝豆250g**  
北海道十勝産のえだまめを茹で急凍凍結しました。塩味がついていすのでそのまま召し上がれます。  
凍 卵 米 大 小  
250g **296円** (税込 **320円**)  
枝豆 (北海道)



ニッコー (神奈川県・大和市) 4個入  
**278 エビカツフライ**  
魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。  
凍 卵 米 大 小  
4個152g **395円** (税込 **427円**)  
えび (インドネシア、ベトナム、タイ)



お得12個  
ニッコー (神奈川県・大和市)  
**279 お弁当用根菜コロッケ**  
ホクホクの国産じゃが芋に、人参、玉ねぎ、れんこん、ごぼうを加えました。野菜の甘みをお楽しみ下さい。  
凍 卵 米 大 小  
12個240g **417円** (税込 **450円**) 通常税込 **470円**



大進食品 (神奈川県・横浜市) 5本入  
**280 ママ 焼いて簡単手巻きじゃがバター**  
国内産の男爵芋をたっぷり使用しています。バターの風味がよく合った春巻です。フライパンで焼いて。  
凍 卵 米 大 小  
5本200g **403円** (税込 **435円**)  
じゃがいも (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市) 2個入  
**281 ふわふわ豆腐煮込みハンバーグ**  
豆腐ハンバーグをイタリア産バルサミコ酢を使った甘酢ソースで煮込みました。湯煎かレンジで加熱して。  
凍 卵 米 大 小  
90g×2 **356円** (税込 **384円**) 通常税込 **400円**  
大豆・鶏肉 (国内産)



秋川牧園 (山口県・山口市)  
**282 フライドチキン (骨なし)**  
塩麹で若鶏むね肉に柔らかさと旨みを加えコーンフレークの衣でサクサク食感をプラス。骨なしタイプ。  
凍 卵 米 大 小  
300g **858円** (税込 **927円**)  
鶏肉 (国内産)



しっとりホクホク食感の紅はるか使用  
農事組合法人マルツボ (茨城県・かすみがうら市)  
**283 焼きいもスティック**  
茨城県産さつまいも100%使用したスティックタイプの焼きいも。お弁当・サラダに。レンジか自然解凍でも。  
凍 卵 米 大 小  
300g **300円** (税込 **324円**)  
さつまいも (茨城県) 【放】不検出<3.5<3.7



ジュシーな手羽中のからあげです  
秋川牧園 (山口県・山口市)  
**284 チキンバー**  
秋川牧園の若鶏の手羽中を2つにカットした食べやすいサイズ。解凍後フライパンで手軽に調理できます。  
凍 卵 米 大 小  
200g **438円** (税込 **473円**)  
鶏肉 (国内産)

おうちで本格中華・アジア料理  
次週セールの予定です  
大進食品 (神奈川県・横浜市) 25個入  
**285 ヨコハマの餃子**  
国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。  
凍 卵 米 大 小  
18g×25 **568円** (税込 **613円**)  
豚肉 (国内産) 【放】不検出<3.3<4.0



皮がもちり  
ニッコー (神奈川県・大和市) 10個入  
**286 えびにら餃子**  
にらとえびの旨みがマッチした餃子。ごま油の風味がきいています。皮は国産小麦粉使用。焼いて。  
凍 卵 米 大 小  
18g×10 **385円** (税込 **416円**)  
えび (インドネシア、ベトナム、他)



多めの油で焼いて  
大進食品 (神奈川県・横浜市) 5本入  
**287 ママ 卵の花ころころ春巻き**  
国産大豆使用のおからを使用した具材を国産大豆の豆乳入り春巻の皮で巻き上げました。  
凍 卵 米 大 小  
5本200g **318円** (税込 **343円**)  
大豆・鶏肉・小麦 (国内産) 【放】不検出<3.5<3.9

## 自家製スープでより家庭の味に

(株)ニッコー  
ニッコーさんの商品作りの基本は、安心な材料、という点と共に、手間をかけて自社できちんとダシを取る点にあります。ダシも栄養であり、ダシをしっかり取れば醤油等の使用量も少なくでき、また子供の味覚形成の面からも重要です。一般的な冷凍食品では各種エキスが多用されています。ニッコーさんでは商品によって天然エキス等を用いることもありますが、極力自社の出汁スープを併用しています。



あんかけ焼きそばにしても美味しい  
ニッコー (神奈川県・大和市) 2食入  
**24 中華丼の具(醤油)**  
凍 米 大 小  
180g×2 **440円** (税込 **475円**) 通常税込 **491円**



スープ作りの様子  
かつお・さば節から煮出す魚スープ  
国産の鶏がらから煮出す鶏がらスープ  
鶏がら (静岡・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。  
凍 米 大 小  
2食入  
例えば鶏がらであれば、一日の最後に仕込み、一晩ねかせ、翌朝そのスープを使って製品作りに使用しています。



カラミフーズ (東京都・新宿区) 2食入  
**288 ブルコギ丼の具(国産牛)**  
甘辛い韓国風の焼肉「ブルコギ」を丼用の具にしました。湯煎してご飯にかけて。炒めた野菜を添えても。  
凍 米 大 小  
100g×2 **574円** (税込 **620円**) 通常税込 **656円**  
牛肉 (国内産)



お得2個組  
カラミフーズ (東京都・新宿区) 2食入  
**289 冷凍ナムルセット (2個組)**  
もやし、小松菜、ぜんまい、大根の4種。解凍後、ほぐして、和え直してから盛り付けて。ぜんまいは中国産。  
凍 米 大 小  
150g×2 **870円** (税込 **940円**) 通常税込 **994円**



手軽に本格的なチャプチェを楽しめます  
カラミフーズ (東京都・新宿区) 2食入  
**290 チャプチェ**  
ブルブルの春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。湯煎して。  
凍 米 大 小  
180g×2 **599円** (税込 **647円**)  
春雨 (国内産)



カラミフーズ (東京都・新宿区) 2食入  
**291 食べるユッケジャンスープ**  
牛肉・野菜・トック(韓国風餅)が入った辛味のあるスープ。様々な素材の旨味が絡み濃厚な味わい。湯煎で。  
凍 米 大 小  
250g×2 **646円** (税込 **698円**)  
牛肉 (国内産)



カラミフーズ (東京都・新宿区) 2食入  
**292 ソルロンタン(雪濃湯)**  
じっくり煮込んだ牛肉の旨味とコクが味わえる、韓国を代表するスープ。トック(韓国餅)、大根入り。ご飯を入れてクッパとしても。湯煎して。  
凍 米 大 小  
200g×2 **599円** (税込 **647円**)  
牛肉 (国内産)



レンジかトースターで温めて

**293 天ぷらセット(濃縮たれ付)**

5種の野菜(南瓜、さつまいも、舞茸、茄子、野菜かきあげ)を米油で揚げた天ぷらセット。たれは希釈して。

2人前

200g(2人前、5種×2個) **537円(税580円)** 通常税込594円

かぼちゃ、さつまいも(国内産)

国産野菜・小麦使用  
トースター仕上げでサクサクに

**294 野菜かき揚げ**

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。

4個入

4個260g **430円(税464円)**

玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)

電子レンジで温めて

**295 太巻寿司**

干びょう煮、厚焼き卵、椎茸煮、桜でんぶ、三つ葉の具を太巻に。レンジで解凍して。椎茸、干びょうは中国産。

8切入

8切300g **446円(税482円)**

米(国内産)

電子レンジで温めて

**296 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグお惣菜セット**

徳島県産蓮根と鶏肉のハンバーグ・茄子の湯浸し・ひじきと大豆の煮物・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。

230g

230g **685円(税740円)** 通常税込756円

鶏ひき肉・れんこん(徳島県)

レンジで温めて

**297 鶏五目中華ちまき**

国産もち米に鶏肉・牛蒡・人参・椎茸等を混ぜ、醤油・オイスターソースで味付したおこわを竹皮で包みました。

4個入

320g(4個入) **640円(税691円)**

もち米・鶏肉(国内産)

まだ在庫がありました!  
今回でシーズン最終

**298 具たっぷりけんちんうどん**

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。

2食入

2食610g **538円(税581円)** 通常税込596円

小麦(国内産)

**299 関西風きつねうどん**

国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。

2食入

2食520g **320円(税346円)**

小麦(国内産)

**300 冷凍 稲庭風うどん(5食入)**

国産小麦粉使用。喉ごしよい強いコシのゆで麺。1食分を更に半分にできる切込み付。加工澱粉:約5.5%

200g×5

200g×5 **408円(税441円)**

小麦(国内産)

大阪のB級グルメ☆食べ応えあります

**301 大阪の味 イカ焼き**

国産小麦粉と卵・青森県産いかを使い、味付にオーガニックとんかつソースをたっぷり使用。レンジで温めて。

2個入

130g(2個入) **499円(税539円)** 通常税込559円

いか(青森県)

ふっくら仕上げ  
1枚ずつの手焼きです

**302 関西風お好み焼き**

国産小麦使用ミックス粉にキャベツ・卵・豚肉・天玉を加えたカツオ風味のお好み焼き。レンジで温めて。

2枚

160g×2枚 **536円(税579円)**

小麦(北海道)、キャベツ(福岡県)

**303 CO 牛乳70%アイスパバー 10本**

鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。乳化剤、安定剤、香料を使用せずミルクの風味を生かしたアイスパバー。

10本入

30ml×10本 **241円(税260円)**

生乳(鳥取県)

**304 ミニたい焼き(あずき)**

国産小麦を使用し、北海道産小豆を製糖して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。

10個入

10個400g **400円(税432円)**

小豆(北海道) [放]不検出<3.3<3.3

冷凍和菓子の先駆者  
岩手阿部製粉

**305 芽吹き屋 柏もち(こし)**

北海道産小豆のこし餡を、国産の上質な上新粉を使ったコシのある生地で包みました。常温で自然解凍して。

6個入

6個300g **542円(税585円)** 通常税込610円

小豆(北海道)

組合員さんからのクチコミ

**306 芽吹き屋 三色だんご**

よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。

4本入

4本180g **410円(税443円)**

**食品調味料**

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

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

通常の砂糖と同じようにお使い下さい

**508 粗精糖(自然派style)**

鹿児島島のサトウキビから直接作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。

1kg **340円(税367円)**

さとうきび(鹿児島県)

様々なお料理に、便利なぶんまつタイプです

**307 波照間島特産黒糖ふんまつ**

沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。

200g **300円(税324円)**

さとうきび(沖縄県)

**515 海の子 240g**

伊豆大島の海水を太陽と風の自然力で濃縮し、ゆるやかな火の力で丹念に炊き上げて作られます。

240g **598円(税646円)**

海水(伊豆大島近海) [放]不検出<1.9<1.6

味付けはこれだけでもOK!

平釜でじっくり煮詰めた沖縄の海水塩と香味豊かなホワイト&ブラックペッパーの粗びきをブレンド。

**308 粗びき塩胡椒(詰替え用)**

塩(沖縄県)、胡椒(マレーシア)

150g **460円(税497円)**

煮物の素材の色が引き立ちます  
火入れをしない生醤油。色は薄口、味は濃い口。

**524 入正生しぼり醤油**

1L **550円(税594円)**

大豆(アメリカ、ブラジル)

お刺身、卵かけご飯に、食卓に置いて便利です

**309 入正超特選醤油「落つきし」**

濃厚な旨味が味わえる純天然醸造のしょう油。

360ml **450円(税486円)** 通常税込497円

大豆(アメリカ、ブラジル)

**526 丸大豆減塩しょうゆ**

丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。一般のしょうゆに比べて食塩50%カット。

1L **440円(税475円)**

大豆(アメリカ、他)

**310 しじみだし醤油**

穴子湖産の大和しじみ、北海道産利尻昆布、枕崎産荒節の旨味を純米酒「蔵の素」で最大限に引き出しました。

500ml **625円(税675円)**

組合員さんからのクチコミ

毎朝のドレッシングに使用しています!

無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、コクとのびのある純米酢に仕上げました。

**518 純米富士酢**

500ml **670円(税724円)**

米(京都府)

**311 やまこ味噌(濃・中辛)**

国産原料を使用し、1年間熟成させた。塩分11%。原材料:米、大豆、塩

1kg **600円(税648円)**

大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.5

**312 味噌「母ごころ」(中辛)**

国産大豆・国産米を原料に杉の大樽でじっくり約1年熟成させた、中辛口のみそです。原材料:大豆、米、塩

750g **510円(税551円)**

大豆(国内産) [放]不検出<3.1<3.2

**505 三州三河みりん**

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

700ml **1025円(税1128円)**

もち米(佐賀県)

**313 CO虹の宴 料理酒 1.8L**

お料理の隠し味として欠かせません。

1.8L **730円(税803円)**

米(国内産)

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料などに

**314 米油**

国産米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でくせのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでいます。

910g **698円(税754円)**

米糠(国内産)

おいしい甘酒ができます!

**316 甘酒用 乾燥こうじ**

お届けは3月5日になります

500g **925円(税999円)** 通常税込1026円

米(岡山県)

組合員さんからのクチコミ

初めて甘酒を手作りしました。作り方を参考に作りましたが、大成功!! お米と米こうじだけとは思えない程コクのある甘味でびっくり。娘も1歳の息子もゴクゴクおいしそうにいただきます。

**553 COオリーブオイル 400g**

400g **520円(税562円)**

オリーブ(スペイン)

バターの代わりとしてお菓子作りにも

**317 九鬼太白 純正胡麻油**

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

340g **630円(税680円)**

胡麻(ナイジェリア、他)

生しぼりしょうゆにアセロラ、ゆず果汁を加えたほんず

**543 アセロラほんず(360ml)**

360ml **560円(税605円)** 通常税込616円

アセロラ(国内産)

下味付けにも! 万能調味料です

**539 国産野菜ウスターレストランソース**

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400円)**

234 焼きそばと一緒に広島風で!

小麦粉は岐阜県産を使用し、その他、山いも粉、澱粉、昆布、しいたけも国内産使用。だし入り。



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

623 お好み焼粉

400g 430円(税込) 464円(税込) 通常税込 475円

おうちでお好み焼きパーティー♪

国産有機野菜、果実を使用。香辛料は胡椒、ナツメグ、クローブ、ローレル、桂皮等を使用。



ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

540 お好みソース

360ml 350円(税込) 378円(税込)

国産の有精卵と圧搾一番搾りべに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。

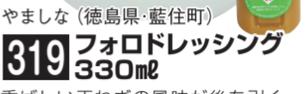


創健社 (神奈川県・横浜市)

532 有精卵マヨネーズ

300g 370円(税込) 400円(税込)

やまなし (徳島県・藍住町)



319 フォロドレッシング

330ml 430円(税込) 464円(税込)

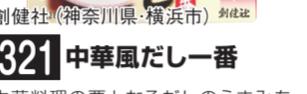
遺伝子組換え原料を使用しないで作りました



320 CO野菜たっぷり和風ドレ

195ml 300円(税込) 324円(税込)

化学調味料・たん白加水分解物不使用



321 中華風だし

8g x 10 353円(税込) 381円(税込)



リアス (千葉県・船橋市)

318 きりいか

無漂白の北海道産スルメイカを細い糸切りにしたものです。

180日 18g 315円(税込) 340円(税込)



伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

565 削り節パック 徳用

かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼きそばなどに手軽に使える蛋白源。徳用タイプです。

3g x 20 480円(税込) 518円(税込) 通常税込 529円



長谷川商店 (東京都・中央区)

592 青のり

瀬戸内海でとれるアオコノリを細かくもんだもの。焼きそば、お好み焼き、みそ汁に。

35g 220円(税込) 238円(税込)



リアス (千葉県・船橋市)

559 丸ごと食べられる昆布カットタイプ

利尻昆布の徳用タイプを12cmにカット。澄んだダシが特長。湯豆腐や椀物のダシに。

44g 490円(税込) 529円(税込)



リアス (千葉県・船橋市)

568 丸ごと食べられる割烹だし

鹿児島県産の荒節、北海道産の真昆布、宮崎県産の椎茸を合わせた割烹だし。だしとして使い、そのまま具材として食べられます。

22g 500円(税込) 540円(税込)



金庄 (千葉県・船橋市)

322 徳用千葉産石焼のり

草の目がタテ目に入っているのが千葉のりの特長。熱した石を使い、低温で時間をかけてじっくり焼きました。

180日 全型20枚 598円(税込) 646円(税込)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

323 しその葉ふりかけ

大紀コープファームの生産者が栽培した農業不使用のしそをもみしそにし、乾燥させて細かくしたものです。

90日 50g 190円(税込) 205円(税込)



和田萬商店 (大阪府・大阪市)

598 のりとたまごごまとかつおのふりかけ

胡麻専門店が作った無添加のふりかけ。のり、卵、かつおに胡麻をたっぷり、少し甘めのやさしい味です。

30g 300円(税込) 324円(税込)



丸和食品 (東京都・練馬区)

324 うの花料理 (乾燥おから)

国産大豆使用の豆腐のおからを乾燥させたもの。うの花料理、ハンバーグやお菓作りにも。

125g 150円(税込) 162円(税込)



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

626 国産パン粉

若手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。

200g 265円(税込) 286円(税込)



リアス (千葉県・船橋市)

325 宮崎県産どんこしいたけ

宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。

55g 910円(税込) 994円(税込) 通常税込 994円



おきたま興農舎 (山形県・高島町)

326 タカノツメ

山形・おきたま興農舎の伊藤さん達より。農業無散布。

約10本入 200円(税込) 216円(税込)



カラミフーズ (東京都・新宿区)

327 国産鶏もも肉のトマトソース煮 2袋

柔らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチ食品にしました。

110g x 2 780円(税込) 842円(税込) 通常税込 864円



女性に大人気の韓国の鍋料理「スンドゥップ」。

328 スンドゥップの素

鍋に入れ豆腐半丁と卵1つでお手軽に本格的な味を楽しめます。

200g (100g x 2) 450円(税込) 486円(税込)



長野森林組合 (長野県・長野市)

329 まいたけご飯の素

まいたけに地産産のえのき茸を加え、だしのきいた調味料で味付け。お米といっしょに炊き上げて。3合用。

220g 350円(税込) 378円(税込)



アルファフードスタッフ (愛知県・名古屋)

619 パン用粉(強力粉)

北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。

1kg 420円(税込) 454円(税込)



サラ秋田白神 (東京都・八王子市)

330 白神こだま酵母ドライ

白神山から発見された、純天然酵母。無添加の酵母で発酵力に優れ、本格的なパンを短時間で焼き上げます。

10g x 5 670円(税込) 724円(税込) 通常税込 734円



ホームベーカリー de 簡単レシピ

- White bread recipe ingredients and instructions: 白神こだま酵母 5g, パン用粉(強力粉) 280g, 砂糖 14g, 塩 4g, 水またはぬるま湯(35℃) 180g. Includes 4 steps for preparation.



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

331 庄内 白切り餅

減農薬、無化学肥料栽培。

500g 645円(税込) 697円(税込)



はたけなか製麺 (宮城県・白石市)

332 白石温麺 2袋

油を入れずに小麦粉と塩、水だけで練り上げた細麺。麺が短いので食べやすくなっています。

100g x 3 x 2袋 340円(税込) 368円(税込) 通常税込 388円



ニューオークボ (千葉県・柏市)

333 イタリアンスパゲティ (1.6mm)

デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲッティ。つるつとした舌触りのパスタ。

300g 235円(税込) 254円(税込)



ナガノトマト (長野県・松本市)

334 トマトのソース (トマト&バジル)

イタリア産完熟トマトをふんだんに使用し、バジルの味わいを効かせたソースです。

390g 350円(税込) 378円(税込)



創健社 (神奈川県・横浜市)

335 博多風らーめん 2袋

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

106g x 2 320円(税込) 346円(税込)



創健社 (神奈川県・横浜市)

336 塩らーめん 2袋

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 x 2 296円(税込) 320円(税込)

10年 タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)



東日本大震災以降も大きな災害が各地で発生しているにもかかわらず、常総生活協同組合の皆様には継続してご支援いただいていることに心から感謝いたします。震災から10年が経過し、これからは地域経済の本当の自立がますます重要になってきます。陸前高田でも地域のメンバーが連携し、あらためて地域にある資源を見直しながら、地域経済の自立に向けて協力しています。タイム缶詰でも、地元産の広田湾漁協をはじめ三陸の生産者とともに、お客様にとっても私たち自身にとっても価値のある商品づくりに一生懸命取り組んでいきます。タイム缶詰 専務 吉田和生



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

337 国産さば水煮缶

旬の時期に漁獲した生食グレードの国産さばを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。

160g 350円(税込) 378円(税込) 通常税込 389円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

338 三陸産いわし水煮缶

三陸産の脂のりの良いいわしを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。

180g(固形量115g) 350円(税込) 378円(税込) 通常税込 389円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

339 国産いわし煮付け缶

脂のりの良い厳選した国産の大羽いわしを、オリジナルの無添加タレで煮付けました。

175g(固形量115g) 350円(税込) 378円(税込) 通常税込 389円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

340 陸奥湾産ほたて缶(水煮)

陸奥湾産のベビーホタテを、シンプルに赤穂の天塩のみで味付けしました。

80g 420円(税込) 454円(税込) 通常税込 464円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

331 切り餅

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

160g 225円(税込) 243円(税込) 通常税込 257円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

341 国産さんま水煮缶

国産産のさんまを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。

160g(固形量115g) 410円(税込) 443円(税込) 通常税込 454円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

342 国産ツナフレーク(水煮)

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

80g 235円(税込) 254円(税込) 通常税込 268円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

343 国産ツナフレーク(オイル漬)

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

80g 235円(税込) 254円(税込) 通常税込 268円



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

344 国産ゆであずき缶

国内産の小豆を、赤穂の天塩と洗双糖でふくらりと仕上げました。甘さ控えめで、飽きのこない味です。

160g 225円(税込) 243円(税込) 通常税込 257円

菓子

・化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。

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。

お子様の歯固めにもおすすめ



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

345 きらず揚げ しお 4連 20g×4 230円(税込248円)
346 きらず揚げ 黒砂糖 4連 20g×4 230円(税込248円)

693 黒ごまかりん糖 135g 150円(税込162円)

特 347 芋けんぴ 90g 165円(税込178円)

348 スイートポリコーン 85g 150円(税込162円)

349 CO国産小麦の野菜バー 85g 100円(税込108円)

350 こぐまのビスケット 12g×5 215円(税込232円)

690 きな粉ウエハース 30個 173円(税込187円)

351 天日干しさやいり落花生300g 300g 1185円(税込1280円)

352 うす皮煎り落花生 170g 680円(税込734円)

353 CO ピーナッツチョコ70g 70g 100円(税込108円)

354 十穀シリアル 150g 530円(税込572円)

355 麩菓子(国産原料100%) 12本 170円(税込184円)

356 黒棒 8本 247円(税込267円)

357 干し柿寒天 110g 230円(税込248円)

358 トコゼリー みかん 130g 175円(税込189円)

果実の自然な味わいが美味しい

359 トコゼリー パイン 130g 175円(税込189円)

360 トコゼリー ピーチ 130g 175円(税込189円)

361 アップルグミ 20g×4連 280円(税込302円)

362 梅エキスキャンディー 75g 305円(税込329円)

363 いちごジャム 180g 420円(税込454円)

615 ブルーベリージャム 180g 600円(税込648円)

364 醸酵カシスの魅力 130g 500円(税込540円)

365 スペイン産オレンジはちみつ 350g 910円(税込983円)

366 けんちん汁みそ仕立て 10g×4 560円(税込605円)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう!

・合成界面活性剤を含むものは扱いません。

OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。

857 パックス化粧石けんE 95g×3 260円(税込286円)

778 粉石けん せっけんの街 2kg 730円(税込803円)

367 本体 300ml 320円(税込352円)

846 パックスオリー 詰替用シャンプー 500ml 840円(税込924円)

850 パックスオリー 詰替用リンス 500ml 840円(税込924円)

894 ミニ 40m 22cm×40m 100円(税込110円)

895 レギュラー 40m 30cm×40m 110円(税込121円)

892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー) 130m×6ロール 480円(税込528円)

369 ピュアブラウン(トイレトペーパー) 37.5m×8 390円(税込429円)

370 花束ペーパータオル(ハード)200枚 200枚 130円(税込143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

**371 半斤3枚**  
 原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩  
 ◎届いて2日 米大小  
 半斤3枚 **185円**(税込**200円**)  
 小麦(北海道)

**372 1斤6枚**  
 ◎届いて2日 米大小  
 1斤6枚 **353円**(税込**381円**)  
 小麦(北海道)

### おかべや天然パン工房

おかべや角型食パン。少々高めですが、我が家最大ファンなのでいつもいただいています。オリーブオイルで食べます!!

### 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

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩  
 ◎届いて2日 米大小  
 1斤 **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 もっちり玄米五穀パン

原材料：小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち粟、もちきび、もち麦、ういろう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩  
 ◎届いて2日 米大小  
 3個 **387円**(税込**418円**)  
 小麦(北海道)

### おかべや(神奈川県・相模原市)

#### おかべや くるみのプチパン

原材料：小麦粉(北海道)、くるみ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、天日塩  
 ◎届いて2日 乳米大小  
 2個 **352円**(税込**380円**)  
 小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

### おかべや(神奈川県・相模原市)

#### おかべや クロワッサン

原材料：小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、塩  
 ◎届いて2日 乳米小  
 2個 **353円**(税込**381円**)  
 小麦(北海道)

### おかべや(神奈川県・相模原市)

#### 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  
 ◎届いて2日 米小  
 1個 **176円**(税込**190円**)  
 小麦(北海道)、紅茶(スリランカ)

### おかべや(神奈川県・相模原市)

#### おかべや 豆ぱん

原材料：小麦粉(北海道)、金時豆、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳  
 ◎届いて2日 乳米大小  
 2個 **333円**(税込**360円**)  
 金時豆(国内産)

### おかべや(神奈川県・相模原市)

#### おかべや 豆乳ショコラ

原材料：小麦粉(北海道)、豆乳、種子島の粗糖、チョコレート、胡麻油、天然酵母、塩  
 ◎届いて2日 乳米大小  
 3個 **361円**(税込**390円**)  
 小麦(北海道)

### おかべや(神奈川県・相模原市)

#### 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  
 ◎届いて4日 卵大小  
 3個 **412円**(税込**445円**)  
 小麦(北海道)

## 自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)

◎届いて1~2日 小  
 Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

#### パン・ド・ミ(食パン) 1斤

**381 6枚**  
**270円**(税込**292円**)

#### ノースライス

**382 260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

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

※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。

◎届いて1~2日 小 ◎  
 Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

#### パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

**383 8枚**  
**425円**(税込**459円**)

#### ノースライス

**384 415円**(税込**448円**)  
 小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.7

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

### Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

#### 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  
 ◎届いて1~2日 小  
 1斤 **616円**(税込**665円**)  
 小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

### Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

#### 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  
 ◎届いて1~2日 小  
 3個 **300円**(税込**324円**)  
 小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9

### 常備しておく朝食やランチに大活躍!

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)

#### 387 内麦クロワッサン

◎届45日 卵乳米大小  
 10個 **580円**(税込**626円**)  
 小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

## 飲料

- ・緑茶：無農薬です。
- ・ジュース類：果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。

※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

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

### 童仙房茶舗(京都府・南山城村)

#### 388 童仙房茶舗 有機煎茶

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

### 童仙房茶舗(京都府・南山城村)

#### 389 童仙房茶舗 有機玄米茶

有機栽培の宇治煎茶と有機玄米をブレンドしました。さわやかなお茶の香りと煎り玄米の香ばしい味を楽しんで頂けます。  
 120g **550円**(税込**594円**)  
 緑茶(京都府)、玄米(国内産)

### 童仙房茶舗(京都府・南山城村)

#### 390 童仙房茶舗 有機抹茶

農業・化学肥料を使用しない茶園で育てたお茶を石臼で丁寧に挽いた、宇治抹茶(お茶)です。さわやかな香りとさっぱりした味をお楽しみください。  
 30g **1350円**(税込**1458円**)  
 緑茶(京都府)

### 常陸屋本舗(東京都・江東区)

#### 727 六条麦茶 ティーパック

国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎り上げた、まろやかな味の麦茶。  
 10g×5×8 **305円**(税込**329円**)  
 大麦(国内産)

### 小川生薬(徳島県・東みよし町)

#### 735 有機ルイボスティ

有機ルイボスの中でも最高等級であるスーパーアランクの葉を使用。煮出し、水出しどちらでも。ノンカフェイン。  
 2g×24 **430円**(税込**464円**)  
 ルイボス(南アフリカ共和国)

### 伊那食品(長野県・伊那市)

#### 729 韃靼そば茶

ルチンを多く含む韃靼そばの実を焙煎した香ばしいお茶です。  
 200g **680円**(税込**734円**)  
 韃靼そば(中国)

### ランカスター(千葉県・千葉市)

#### 391 凍頂烏龍茶(リーフ)

烏龍茶の中でも発酵が浅い、台湾の代表的なお茶。まろやかな甘さとコクがあり、香り高く優雅な味わいです。  
 100g **980円**(税込**1058円**)  
 烏龍茶(台湾)

### ランカスター(千葉県・千葉市)

#### 392 アッサムティー(リーフ)

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。農業無散布。  
 100g **550円**(税込**594円**)  
 紅茶(インド)

### ランカスター(千葉県・千葉市)

#### 393 ジャスミン茶(ティーバッグ)

中国を代表する花茶の1つ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひたひたします。  
 2g×30 **398円**(税込**430円**)  
 ジャスミン(中国)

### ランカスター(千葉県・千葉市)

#### 394 ジンジャーティー(ティーバッグ)

セイロン紅茶にスリランカ産の生姜を乾燥させてブレンドしました。生姜の鮮烈な風味。体を温めます。  
 2g×20 **500円**(税込**540円**)  
 紅茶・生姜(スリランカ)

### プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

#### 395 簡単カフェパック

水出しできるパック入りレギュラーコーヒーです。一晩、水にコーヒーパックを入れておくだけで出来上がり。  
 90g(15g×6包) **580円**(税込**626円**)  
 コーヒー豆(グアテマラ・ブラジル)

### ひこばえ(大阪府・茨木市)

#### アップルキャロット

新農業研究会の減農薬栽培のりんご果汁70%に、くまもと有機の会の減農薬栽培の人参果汁30%を加えました。  
**396 5缶** 190g×5 **670円**(税込**724円**)  
**397 30缶** 190g×30 **3900円**(税込**4212円**)  
 りんご(青森県)、人参(熊本県)

### 光食品(徳島県・上坂町)

#### 398 レモンサイダー

国内産ビート糖(遺伝子組換えでない)を使用しています。着色料、保存料、酸味料、香料は使っていません。果汁3%  
 250ml **140円**(税込**151円**)  
 レモン(スペイン・イタリア他)

### 光食品(徳島県・上坂町)

#### 399 信州まるごとりんごジュース

長野県産りんご「ふじ」を100%使用のストレート果汁。酸化防止剤等一切添加していません。  
 160g×30 **2880円**(税込**3110円**)  
 りんご(長野県)

### 長野興農(長野県・長野市)

#### 400 信州生まれの美味しいトマト(低塩)

信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果(まなか)」を100%使用した、低塩タイプのトマトジュース。  
 190g×30 **3000円**(税込**3240円**)  
 トマト(長野県)

### ナガノトマト(長野県・松本市)

#### 401 国産大豆の無調整豆乳

国産大豆(非遺伝子組換え)と水だけで作りました。大豆本来のおいしさを追求した無調整豆乳です。  
 ◎120日 大  
 1000ml **320円**(税込**346円**)  
 大豆(国内産)

### 天領酒造(岐阜県・下呂市)

#### 747 造り酒屋の濃厚甘酒

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。冷やしても、温めても。  
 ◎120日 大  
 500g **550円**(税込**594円**)  
 米(国内産)

### 岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

#### 757 龍泉洞の水 2ℓ×6本

岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。  
 ◎120日 大  
 2ℓ×6 **1300円**(税込**1404円**)  
 岩手県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

### 井筒ワイン(長野県・塩尻市)

#### 767 井筒ワイン プレスラン 白(やや甘口)

ぶどう(長野県)  
**720ml 850円**(税込**935円**)

### エチゴビール(新潟県・新潟市)

#### 402 エチゴビール ピルスナー

麦芽(イギリス、ドイツ)、ホップ(チェコ)  
**350ml 266円**(税込**293円**)

### エチゴビール(新潟県・新潟市)

#### ピルスナー

麦芽(イギリス、ドイツ)、ホップ(チェコ)  
**350ml 266円**(税込**293円**)

**今週のイチオシ!**

年明けの柑橘でも特に高い評価を受ける

**お試しサイズの「せとか」**

「清見」×「アンコール」×「マーコット」を掛け合わせて生まれた「せとか」。驚くほど果皮が薄く、びっしりとつまった果肉が顔を出します。「柑橘をゴクゴク飲む」といわれるほど果汁が多く、甘味も抜群。年末～年明けの温州みかんとは一線を画す味わいをぜひお楽しみください。



シーズン初

木下さん達 (愛媛県・西予市)

**403 せとか**

600g(2~4玉) **598円**(税込 **646円**) 「柑橘の大トロ」と言われるほど濃厚でジューシー。減農薬栽培。



人気の商品がリニューアル

**蕎麦の味、香りが特徴です**

皆さんにも人気だった「そばかりん糖」がリニューアルして再登場! そば粉の風味を感じられる、ポリポリッと食感の良かりんとうです。油切れがよく、カリッと仕上げているので、つつい手が進みます。



リニューアル

国産の小麦粉、そば粉を使用。

サンコー(愛知県・豊橋市)

**404 そば粉のかりんとう**

¥90日 小米 80g **185円**(税込 **200円**)  
小麦・そば(国内産)

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(てん菜(国産))、植物油(米油)、そば粉(そば(国産))、水飴、イースト、食塩

茎わかめの食感が楽しい

**彩りも豊かな揚げ蒲鉾**

茎わかめのシャキシャキした食感と磯の風味が楽しめます。他の具材には枝豆、人参、豆腐を加えた彩りも豊かな春にピッタリの揚げ蒲鉾です。



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

**405 長崎 彩り茎わかめ天**

冷蔵30日 米大 **248円**(税込 **268円**)  
5枚100g **248円**(税込 **268円**)  
スケトウダラ・茎わかめ(国内産)

素材の美味しさと茎わかめの「コリコリ感」が絶妙に。醤油を垂らしておつまみに、肴やみそ汁にも入れて食べたいです



具材に枝豆、茎わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。

原材料:魚肉、茎わかめ、豆腐(大豆を含む)、枝豆(大豆)、でん粉、にんじん、食用植物油(なたね油)、食塩、砂糖、魚介エキス、みりん

**今週のらくうまごはん♪**

**エビの旨味と野菜がマッチ!**

1食当り **470円**  
もやしが付きます。目安は200~250gですので1袋お使いください

調理時間 **約4分** 準備品 **油**

セット内容:カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、人参)、もやし、具材入り添付たれ

食塩相当量:1.5g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

2人前

**406 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め**

新鮮でおいしい野菜と本格海鮮ソースのセットです。下処理カット済みです。

冷蔵届いて1~2日 卵大 小 大

2人前(約460g) **940円**(税込 **1015円**)  
白菜(国内産)、えび(ベトナム)

**黒酢で味に深みをプラス**

1食当り **432円**

調理時間 **約6分** 準備品 **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)

2人前

**407 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) **864円**(税込 **933円**)  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

**もっちり麺に絡む野菜と海鮮の旨味**

1食当り **360円**

調理時間 **約5分** 準備品 **油**

セット内容:カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、パプリカ)、海鮮ソース、麺2袋(3人前)、もやし、野菜フイヨン

食塩相当量:2.28g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

3人前

**408 5種野菜の海鮮焼きそば**

新鮮な野菜がたっぷり入った野菜セットと麺と海鮮ソースと野菜フイヨンがついた海鮮焼きそばセットです。

冷蔵届いて1~2日 卵大 小

3人前(約465g) **1079円**(税込 **1165円**)  
小麦粉(東京都)、白菜(国内産)

**えび・イカの旨味がたっぷり**

1食当り **525円**

調理時間 **約7分** 準備品 **ごま油・白飯**

セット内容:海鮮塩炒めソース、カット野菜(白菜、玉ねぎ、人参、ニラ)、野菜フイヨン

食塩相当量:1.82g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

2~3人前

**409 海鮮中華丼の具(塩)**

野菜セットとえびやイカ入りの本格海鮮ソース、味が決まる野菜フイヨンが入った塩ベースの中華丼です。

冷蔵届いて1~2日 卵大 小

2~3人前(約430g) **1050円**(税込 **1134円**)  
ハクサイ(国内産)、スルメイカ(青森県)

**スタミナ肉でご飯がすすむ!**

1食当り **550円**

調理時間 **約5分** 準備品 **卵3~4個・油**

セット内容:タレ漬け肉、野菜セット(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品もやし、野菜フイヨン

食塩相当量:1.41g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

2人前

**410 生きくらげと豚肉の野菜炒め**

新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。カット済みの野菜はそのまま調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約245g) **1100円**(税込 **1188円**)  
きくらげ(群馬県)、豚肉(鹿児島県)

**お米**

ご注文の6ヶ欄に記載をお願いします



こう見るといかがでしょう?  
ご飯はとて経済的で家計の強い見方にもなります。

ご飯1杯 **31円**

31円 120円 150円 200円

菓子パン1つ (ごはん3.9杯)  
ごはん1杯  
ペットボトル1本 (ごはん4.9杯)  
カップラーメン1つ (ごはん6.5杯)

金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円で試算した場合です

鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励む水海道東町特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**(税込 **2538円**)  
502003 白米 2kg **945円**(税込 **1021円**)  
502002 玄米 5kg **2250円**(税込 **2430円**)  
JA常総ひかり・東町特裁米組合(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、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

**宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)**

502011 白米 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
502012 玄米 5kg **3200円**(税込 **3456円**)  
502013 7分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
502014 5分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

**宮城・黒澤さんのコシヒカリ**

502015 白米 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
502016 白米 2kg **1400円**(税込 **1512円**)  
502017 玄米 5kg **3200円**(税込 **3456円**)  
502018 7分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
502019 5分 5kg **3500円**(税込 **3780円**)  
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

**やさとのお米(コシヒカリ)**

502031 白米 5kg **2314円**(税込 **2499円**)  
502032 玄米 5kg **2165円**(税込 **2338円**)  
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

**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**(税込 **1242円**)  
米(岩手県)

**てわのち**

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

411 もち米  
減農薬、無化学肥料栽培。  
米 2kg **1100円**(税込 **1188円**)  
もち米(山形県)

**炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に**



**502071 白山紫黒(有機栽培紫黒米)**

300g **670円**(税込 **724円**)  
山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

ミネラル補給の為に塩を散布したり、ヒノキエキスなど天然の素材を使った自家製忌避剤を使用。3合のお米に、大さじ1杯からどうぞ。農薬無散布。

**502074 白米用雑穀セット**

500g **1048円**(税込 **1132円**)  
[放] 不検出 <0.5 <0.5



**502077 玄米用雑穀セット**

500g **1143円**(税込 **1234円**)  
[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	おきたま農倉	ひとめぼれ 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。)

春のご利用 感謝祭

マストミ (徳島県・徳島市)

全品特価

食べて応援! まぐろ漁師さんを支えよう

コロナ禍で対飲食店向け売上減で困っています。ご協力をお願いします!



412 イカのオイスターソース炒め

凍 90日 米 大 小 150g 369円(税) 399円(通常税込) 430円

新 青森県産の柔らかく肉厚なイカに、特製タレを合わせました。お好みの野菜と一緒に炒めてどうぞ。

原材料:アカイカ(青森県)、醤油(小麦・大豆を含む)、オイスターソース(小麦・大豆・イカを含む)、砂糖、酒、馬鈴薯澱粉、生薑、ニンニク



413 ふぞろいの天然南まぐろ中トロ

凍 15日 130g 907円(税) 980円(通常税込) 1134円

上品な脂の甘みと赤身の旨味を味わえる天然南まぐろの中トロ。形が揃いやすい分、価格は抑えました。



414 徳用 つぶつぶまぐろたたき身

凍 20日 50g×4 895円(税) 967円(通常税込) 1058円

流水で約5分解凍して下さい。船上凍結した鮮度の良いバチマグロを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残し、手作業でスジの除去も行っています。



415 徳用 つぶつぶまぐろ丼セット

凍 20日 米 大 小 50g×4 タレ×4 978円(税) 1056円(通常税込) 1183円

太平洋で漁獲しためばちまぐろを使用し、つぶつぶ感を残してネギト口用に加工しました。※台湾船籍船漁獲



416 まぐろ漬け丼用(メバチマグロ)

凍 30日 米 大 小 70g×2 498円(税) 538円(通常税込) 583円

鮮度の良いメバチマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に良く合います。



417 まぐろ団子甘酢ソース

凍 90日 卵 米 大 小 280g(4個×2) 398円(税) 430円(通常税込) 454円

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



418 ソースじゅわっとひとくちまぐろカツ

凍 90日 卵 米 大 小 130g(5個) 370円(税) 400円(通常税込) 430円

光食品のウスターソースを使用しフルーティーに仕上げたソースに揚げたての鰯カツをぐらさせ、たっぷりと浸み込ませました。ソースかつ丼、またお弁当に。



419 神山鶏やわらか揚げ 親子丼の素

凍 90日 米 大 小 160g×2 446円(税) 482円(通常税込) 497円

徳島県の山間部で放し飼いをされた神山鶏を使用。内袋ごと湯煎して鍋にかけ、溶き卵を加えれば親子丼が完成。

全品特価 ニッコー 特集

山崎社長

全品対応です



420 大きな豆腐肉団子(黒酢あん)

凍 卵 米 大 小 8個 340g(固形量208g) 454円(税) 490円(通常税込) 515円

団子の豆腐は国産大豆・天然にがりを使用、タレは玄米原料の黒酢を使用。湯煎かレンジで温めて。



421 ごぼうとひじきの豆腐団子

凍 卵 米 大 小 8個 144g 329円(税) 355円(通常税込) 373円

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。



422 ふんわり豆腐ハンバーグ2パック

凍 卵 米 大 小 (90g×3)×2 842円(税) 910円(通常税込) 940円

消化剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグ。



423 徳用北京餃子 2パック

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

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。



424 鶏ごぼうシュウマイ

凍 卵 米 大 小 27g×8 343円(税) 370円(通常税込) 383円

削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。



425 天津包子(肉まん)

凍 乳 米 大 小 275g(5個入) 384円(税) 415円(通常税込) 432円

皮はふっくらで具たっぷり! 国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醗酵させた皮で、肉と野菜をたっぷり包み込みました。



426 天津包子(あんまん)

凍 180日 乳 小 55g×5 384円(税) 415円(通常税込) 432円

国産小麦粉を使用した皮で、北海道産のあすきに黒ごまを練りこんだ中華あんを包み込みました。

これで最終です 第4弾

日頃のご愛顧に感謝して...

年度末 感謝セール

全品特価



428 わけありはっさく(はねだし)

凍 3kg箱入 599円(税) 647円(通常税込) 699円

生育過程で若干のキズや模様は表面に付きましたが味は問題ないものを大小込みの徳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相です。



429 渥美さんの畑まるごとグレープフルーツ

凍 1kg(3~5玉) 535円(税) 578円(通常税込) 605円

大変貴重な国産のグレープフルーツ。半分に切ってスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。



430 よつ葉シュレッドチーズ 2個組

冷 90日 乳 250g×2 1096円(税) 1184円(通常税込) 1242円

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



439 かに風味かまぼこ

冷 60日 10本125g 298円(税) 322円(通常税込) 346円

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。



440 鎌倉ボンレスハム×3

冷 15日 60g×3 640円(税) 691円(通常税込) 729円

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。



441 食菜酢 2本組

米 360ml×2 960円(税) 1036円(通常税込) 1070円

純米酢と純粋はちみつに沖縄の塩を加えた調味酢。甘酢漬、ドレッシング、マリネ、南蛮漬、ピクルスなどに。



442 国産豚の回鍋肉セット

冷 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

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

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