

はじめよう！
健康で経済的なくらし

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



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5回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	22	23	24	25	26
定番品 のお届け	29	30	31	4/1	2
特別企画品 のお届け	5	6	7	8	9



農産
人気No.1!

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。

JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん (千葉県・柏市)

11 柏田中の
完熟トマト

通い箱(ダンボール)は再利
用しますので返却下さい

1kg 698円(税込) 754円

千葉県



JAやさと (茨城県・石岡市)

15 八郷小粒納豆3連
(タレ・カラシ付)2個組

茨城県で採れた
小粒大豆をなか
せた風味のよい
納豆です。

冷蔵7日 米 大 小
(35g×3)×2

268円(税込) 290円 通常税込
320円

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <4.0 <3.9



16 お魚ソーセージ(3本入) 2袋

化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を
使った、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。

冷蔵90日 (40g×3)×2

550円(税込) 594円 通常税込
644円

魚肉 (国内産)



19 ローズポーク徳用焼肉セット

ローズポークの豚バラ焼肉用、ローススライス焼肉用、モ
モスライス焼肉用をセットにしました。

冷蔵6日 200g×3種

1150円(税込) 1242円 通常税込
1296円

茨城県



組合員さんからの
クチコミ

中津ミートソース、
とても美味しいで
す。娘はもりもり食
べています。
(つくば市:Sさん)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

22 中津ミートのミートソース 2パック

中津ミートの豚肉たっぷりのソース。化学調味料を使わ
ない、シンプルな味付け。パスタなら1パックで2人前。

冷蔵24日 米 大 250g×2

796円(税込) 860円 通常税込
880円

豚肉 (神奈川県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

12 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

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。

凍 冷蔵180日 10切550g

1480円(税込) 1598円 通常税込
1663円

紅鮭 (ロシア)



タイセイフーズ (青森県・むつ市)

13 国産やわらかいかステーキカット

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 冷蔵220g

465円(税込) 502円 通常税込
518円

紫いか (青森県)



三河屋 (愛知県・岡崎市)

14 愛知産しらす干し 徳用 2個組

大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分
量をパック詰めしました。

凍 60g×2

556円(税込) 600円 通常税込
626円

いわし稚魚 (愛知県)

2020年度も
ご利用ありがとうございました!!
年度末
みんなのおすすめ
大集合!!
今年度、各部門で特に人気のあった商品をご紹介します。
みなさんのお気に入りにはどれですか?



飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

17 飛鳥の黒豚シュウマイ

豚肉たっぷりのシュウマイです。ジュシーで味わい豊か
に仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。

凍 冷蔵120日 大 小

370円(税込) 400円 通常税込
435円

豚肉 (国内産)



18 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 冷蔵180日 大 小 18g×25

549円(税込) 593円 通常税込
613円

豚肉 (国内産)



21 はねだし焼きのり
全型10枚×2袋

厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物
の中から、小穴や破れ、縮みなどをはね出したもの。

冷蔵180日 全型10枚×2袋

460円(税込) 497円 通常税込
508円

のり (有明海、瀬戸内海)



組合員さんからの
クチコミ

まろやかな味わいで、と
にかく使いやすい!野菜
の和え物、しゃぶしゃぶ、
餃子などに何でも使って
ます!
(守谷市:Kさん)

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

冷蔵400ml

390円(税込) 421円 通常税込
432円

ゆず (国内産)



20 鎌倉あらびきウインナー (増量)

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。

冷蔵15日 400g

798円(税込) 862円 通常税込
900円

豚肉 (国内産)



21 はねだし焼きのり
全型10枚×2袋

厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物
の中から、小穴や破れ、縮みなどをはね出したもの。

冷蔵180日 全型10枚×2袋

460円(税込) 497円 通常税込
508円

のり (有明海、瀬戸内海)



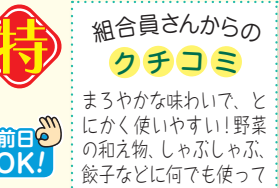
22 中津ミートのミートソース 2パック

中津ミートの豚肉たっぷりのソース。化学調味料を使わ
ない、シンプルな味付け。パスタなら1パックで2人前。

冷蔵24日 米 大 250g×2

796円(税込) 860円 通常税込
880円

豚肉 (神奈川県)



23 やまこ味噌 (粒・甘口)

甘口やまこみそ(粒)とても美
味しいです!粒みそこうじの風
味が苦手な私達にも、とても食
べやすく5歳の次女もやっとお
味噌汁をおいしいと言ってく
れました。(土浦市:Hさん)

冷蔵120日 米 大 1kg

585円(税込) 632円 通常税込
648円

大豆 (国内産)



味噌部門
第1位

組合員さんからの
クチコミ

塩分9%
やまこみそ (茨城県・守谷市)

国産大豆と茨城県産コシ
ヒカリの麴で作まし
た。塩分9%です。原材
料:米、大豆、塩

冷蔵120日 米 大 1kg

585円(税込) 632円 通常税込
648円

大豆 (国内産)



やまこみそ (茨城県・守谷市)

24 やまこ味噌
(濃・辛辛)

国産原料を使用し、1
年間熟成させまし
た。塩分11%。原材
料:米、大豆、塩

冷蔵120日 米 大 1kg

585円(税込) 632円 通常税込
648円

大豆 (国内産)



創健社 (神奈川県・横浜市)

25 さば水煮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、天日塩でさっぱりと
水煮にしました。

190g(固形量140g)×2

520円(税込) 562円 通常税込
584円

さば (長崎県、他)



ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

26 オーガニック
ジンジャーエール 6本組

国産有機しょうがを使用。爽やかな飲
み心地にしょうがの辛みをきかせた
刺激的な味わいのジンジャーエール。

250ml×6

810円(税込) 876円 通常税込
906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・静岡県産の主原料について、順次放射能自主検査を進
めています。主原料産地もご参照ください。
- ・調査完了したものについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報につ
いては配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。
- ・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。
- ・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

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

ご不明な点がございましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位:Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合:セシウム137,134の順で各検出限界値を掲載	
茨城県	[放] ¹³⁷ Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合:検出された数値を掲載	
宮城県	[放] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ Cs=3.6
2種類とも検出された場合:それぞれの検出値を掲載	

農産

年度最後の
企画にあたり

今年度も農産物をご利用いただきありがとうございました。振り返ると春先からコロナが始まり、6月から約1ヶ月半以上連続で雨天が続いた影響で、夏の果実・果菜類が壊滅的な状況でした。年々気候が変わる中、来年度はできる限りリアルタイムで産地情報をお伝えしていきます。

担当：小宮山

年度末・人気のフルーツ大集合！

組合員さんからの
クチコミ

「竹村さんのいちご」とってもおいしかったです！今まで少しお高くても手がでませんでした。が、おひな祭りに！と購入したら、味の違いにびっくり！
(松戸市：Kさん)



竹村さん（茨城県・かすみがうら市）

27 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**(税別) **929円**(税込)

茨城県

組合員さんからの
クチコミ

タンカンがとても甘くておいしかったです。娘たちは、ペロリとたいらけてしまいました。（龍ヶ崎市：Sさん）

シーズン最終



岩川さん達（鹿児島県・屋久島町）

28 屋久島タンカン

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

約550g **555円**(税別) **599円**(税込)

鹿児島県

組合員さんからの
クチコミ

もう、このバナナの美味しさを知ってから、他では買えなくなりました。（つくば市：Iさん）

シーズン最終



ヒロインターナショナル（神奈川県・横浜市）

29 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**(税別) **335円**(税込)

ペルー（トンベス地域）

見た目を裏切る甘み♪ (河内晩柑)
ジューシーフルーツ

無茶々園の柑橘リレー最後を飾るのがジューシーフルーツ(河内晩柑)。見た目はグレープフルーツに似ていますが、苦味は少なく、さっぱりとした甘みのある品種です。



無茶々園（愛媛県・西予市）

30 無茶々園のジューシーフルーツ(河内晩柑)

3kg **1398円**(税別) **1510円**(税込)

愛媛県



文旦(ザボン)の枝変わりとなれ、果肉は軟らかで多汁です。農薬3回まで。

組合員さんからの
クチコミ

河内晩柑、最高の食べごろ、味でした。配達の方、念のために中身確認してくださいましたが、鮮度の落ちたものは一つも無しでした。（利根町：Nさん）

無農薬

駿河湾から駆け上がり、年の中温暖な急斜面に、レモン、ビワと混植しています。農薬無散布。

31 松永さんの甘夏

3玉 **360円**(税別) **389円**(税込)

静岡県

シーズン初



松永農園（静岡県・静岡市）



無茶々園（愛媛県・西予市）

無茶々園の甘夏

1kg **398円**(税別) **430円**(税込)

愛媛県

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。

約550g **555円**(税別) **599円**(税込)

鹿児島県

無農薬



濱上さん（鹿児島県・出水市）

35 ジューシーフルーツ

800g **399円**(税別) **431円**(税込)

鹿児島県

安心の無農薬栽培レモン



松永農園（静岡県・静岡市）

松永さんのレモン

400g **410円**(税別) **443円**(税込)

静岡県

1kg **824円**(税別) **890円**(税込)

静岡県



渥美農園（静岡県・浜松市）

38 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**(税別) **658円**(税込)

静岡県 [放] 不検出 <3.3 <3.0



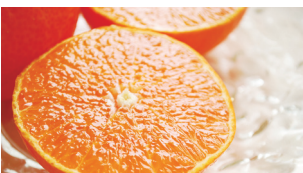
木下さん達（愛媛県・西予市）

39 しらめい(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**(税別) **648円**(税込)

愛媛県



木下さん達（愛媛県・西予市）

40 せとか

「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

600g(2～4玉) **598円**(税別) **646円**(税込)

愛媛県



さんさんファーム・宮下さん達（長野県・松川町）

41 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**(税別) **430円**(税込)

長野県



佐々木さん達（青森県・三戸町）

42 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**(税別) **538円**(税込)

青森県



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**(税別) **486円**(税込)

神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4



赤羽根さん（栃木県・壬生町）

44 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ざっしり詰まっています。農薬無散布。

200g(3～4玉入り) **260円**(税別) **281円**(税込)

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



45 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**(税別) **583円**(税込)

さつまいも(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9



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**(税別) **149円**(税込)

熊本県



岩間さん達（青森県）

48 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかってて見た目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。減農薬栽培。

約70g **240円**(税別) **259円**(税込)

青森県 [放] 不検出 <3.6 <3.4



大紀コープファーム・しょうが生産者グループ（奈良県）

49 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**(税別) **172円**(税込)

高知県



井上さん（埼玉県）、岩下さん達（熊本県）

50 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薬使用を最小限に。

約100g+30g **263円**(税別) **284円**(税込)

埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



上野さん達（栃木県・上三川町）

51 ニラ

米麦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**(税別) **140円**(税込)

栃木県



イバラキ食品（茨城県・石岡市）

52 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**(税別) **55円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



メキシコ・ベストプロデュース社

53 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**(税別) **346円**(税込)

メキシコ



中村農芸・中村さん（茨城県・取手市）

54 中村さんのペーピーリーフ

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

40g **160円**(税別) **173円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



石毛さん（千葉県・旭市）

55 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**(税別) **248円**(税込)

千葉県



右田さん達（熊本県・芦北町）

56 ミノトマト

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**(税別) **238円**(税込)

熊本県



藤嶋さん、瀧本さん（熊本県・天草市）

57 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**(税別) **298円**(税込)

熊本県



無農薬

58 長島さんのレタス

1玉 **250円**(税別) **270円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



無農薬

59 長島さんのサニーレタス

1玉 **170円**(税別) **184円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

果菜部門

第1位

組合員さんからの
クチコミ

大木さんの中玉トマト、あまりの美味しさに驚き！きっと土壌作りに専念されている事と存じます。大自然界と作っている方のハーモニーですね。（つくば市：Yさん）



大木さん（茨城県・常総市）

60 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** (税別 **397円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3

葉菜部門

第1位

組合員さんからの
クチコミ

鮮度が違いますね。お浸しや炒め物、何にでも使えます。（つくば市：Iさん）

無農薬



お手軽
150g

あゆみの会・関さん達（茨城県・茨城町）

61 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** (税別 **162円**)
茨城県

根菜部門

第1位

組合員さんからの
クチコミ

れんこんをポトフにして、とても美味しく出来ました。野菜嫌いの息子もおかわりして食べてくれました！どうもありがとうございました。（我孫子市：Aさん）

素材の味とムチムチの食感が大好評！

シーズン最終



微生物農法の会・高柳さん（茨城県・行方市）

62 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 **460円** (税別 **497円**)
茨城県 [放] ¹³⁷Cs=4.9

きのこ部門

第1位

組合員さんからの
クチコミ

飯泉さんの生しいたけB品でしたが、とても鮮度が良くてB品とは思えない商品でした。おいしくいただきました。飯泉さん、ありがとうございました。（つくば市：Kさん）

最新の放射能検査結果は職員のおすめの裏面をご覧ください

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。

なかのきのこ園・飯泉さん（茨城県・つくば市）

飯泉さんの生しいたけ

63 A品
100g **210円** (税別 **227円**)

64 B品
200g **225円** (税別 **243円**)
茨城県



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！

組合員番号

組合員名

希望口数 (1回のお届けで300円以下)



シーズン最終



木村農園（茨城県・つくば市）

65 木村さんの菜花（ターサイ）

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** (税別 **151円**)
茨城県

無農薬



井上さん（埼玉県・美里町）

71 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** (税別 **270円**)
埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

無農薬



福田さん達（沖縄県・宮古島）

77 かぼちゃ（カット）

ホクッ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** (税別 **486円**)
沖縄県

蒸して温野菜でどうぞ！



あゆみの会・関さん達（茨城県・茨城町）

66 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** (税別 **153円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

お鍋、炒め物にもどうぞ！



無農薬

上野さん達（栃木県・上三川町）

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。農薬無散布。

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

無農薬



微生物農法の会・宮内さん達（茨城県・行方市）

67 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** (税別 **190円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



木村農園（茨城県・つくば市）

73 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** (税別 **198円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。



上村さん達（青森県・おいらせ町）

79 500g

80 1kg

青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

シーズン初



無茶々園（愛媛県・西予市）

68 無茶々園の絹さや

お吸い物の具、茹でてサラダ、炒め物等幅広くご利用下さい。農薬無散布。

50g **218円** (税別 **235円**)
愛媛県



無農薬

三須さん達（千葉県・富里市）

74 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

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

無農薬



あゆみの会・加納さん達（北海道・士幌町）

81 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** (税別 **298円**)
北海道

無農薬



福山さん達（宮城県・新富町）

69 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g **194円** (税別 **210円**)
宮城県



上村さん達（青森県・八戸市）

75 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** (税別 **238円**)
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

無農薬



吉澤さん達（群馬県・昭和村）

70 グリーンアスパラ

日中は40℃近く、夜は-10℃以下で育つ寒締め栽培。農薬無散布。

約100g **250円** (税別 **270円**)
群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



木村農園（茨城県・つくば市）

76 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

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

春の訪れを告げる新じゃがいも



新じゃがいもならではの甘味・風味をお楽しみ下さい。減農薬栽培。

久保さん（鹿児島県・伊仙町）

82 新じゃがいも(ニシユタカ)

800g **554円** (税別 **598円**)
鹿児島県

玉ねぎの特徴

- ★煮もの、炒めもので
- ★ある程度の保存がききます



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。

まごころの里（北海道・栗山町）

玉ねぎ

83 1kg **210円** (税別 **227円**)

84 3kg **598円** (税別 **646円**)
北海道

新玉ねぎの特徴

- ★生食向き
- ★日持ちがしないので、お早めにご利用ください



軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。

林田さん達（長崎県・南島原市）

新玉ねぎ

85 1kg **440円** (税別 **475円**)

86 3kg **1200円** (税別 **1296円**)
長崎県

きのこ



山田さん（茨城県・つくば市）

87 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** (税別 **270円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



あゆみの会・渡辺さん（千葉県・旭市）

91 ホワイトマッシュルーム

床土には馬厩肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。

100g **248円** (税別 **268円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



丸金（長野県・長野市）

88 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。心地良い菌ごたえと風味をどうぞ。

200g **208円** (税別 **225円**)
長野県



安田さん（福島県・郡山市）

92 安田さんのなめこ

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

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



丸金（長野県・長野市）

89 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** (税別 **235円**)



村上さん（栃木県・高根沢町）

93 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りに良好です。

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



あゆみの会・水谷さん達（三重県・尾鷲市）

90 エリンギ

肉質はきめ細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** (税別 **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** (税別 **399円**)
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8

水産品

年度最後の
企画にあたり

春先のコロナの影響により、魚卵、貝（ホタテ）等の価格が上がりましたが、昨年に引き続き秋の「鮮さんま」が企画できないなど、従来当たり前に食べていた魚の入手が難しい状況が続いています。地場のしじみ、漬け魚等「つながろうプロジェクト」の動画で見ていただいた通り、心を込めて丁寧な仕事をしている生産者がたくさんいます。その良さをしっかり伝えて、利用をしてもらいたいと思います。

担当：横関

「料理の名人」で今年の春はお魚料理上手に!

魚以外にも大活躍!

野菜炒めにも! 豚肉の生煮焼きにも! 巻付けのベースにも!

原材料：国産大豆、醤油、国産粗糖、発酵調味料(味の母)、三河みりん

少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。アレンジして、わが家の味を見つけて下さい。

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

95 料理の名人(万能調味タレ)

冷蔵 賞60日 米大 250cc **498円(税込538円)** 通常税込562円

「料理の名人」で今年の春はお魚料理上手に!

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

97 島香さんの切身セット
丸友しまか(岩手県・宮古市)
宮古港とその周辺港に水揚げされた旬の魚を切身にし、急速冷凍しました。3種入りの楽しいセットです。
凍 賞60日 (120g×3種) 1袋 **832円(税込899円)** 通常税込950円
旬の魚(岩手県)

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

99 千葉県産 真あじ三枚おろし
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
千葉県産の鮮度の良い真あじを、ゼイゴ、頭を取り三枚におろして凍結。天ぷら、フライ、塩焼き等でどうぞ。
凍 賞120日 7~16枚170g **370円(税込400円)**
真あじ(千葉県) [放] 不検出 <3.9 <3.9

凍ったまま調理してください

100 国内産冷凍あさり(増量)
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 賞30日
200g+20g **386円(税込417円)**
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

101 穴道湖産しじみ(冷凍)
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
穴道湖で水揚げしたやまとしじみを砂抜きしそのまま急速凍結。
凍 賞60日
200g **440円(税込475円)**
しじみ(島根県)

102 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 賞30日
150g **415円(税込448円)**
やまとしじみ(北海道)

103 真サバ桜葉香仕上げ
島源商店(静岡県・伊東市)
長崎産の真サバを三枚におろし、塩水に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り仕上げました。解凍後焼いてどうぞ。
凍 賞45日 2枚160g **380円(税込410円)** 通常税込430円
真さば(長崎県)

104 伊豆のカマス桜葉香仕上げ
島源商店(静岡県・伊東市)
静岡県伊東産のカマスを開き、塩汁に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り仕上げました。解凍後焼いてどうぞ。
凍 賞45日 2枚110g **350円(税込378円)**
カマス(静岡県)

105 子持ちからふとししゃも
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大き目サイズのものをお届けします。
凍 賞180日
7~12尾150g **298円(税込322円)** 通常税込346円
からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

106 真いわし丸干し(大)
まるしち水産(千葉県・大網白里市)
千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。
凍 賞30日
3尾約300g **398円(税込430円)**
真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.6 <3.9

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

108 北海道産パクッと真ほっけ一夜干し
東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
北海道噴火湾で4~6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。
凍 賞180日
4~6枚220g **380円(税込410円)** 通常税込430円
真ほっけ(北海道)

109 寒さばフィーレみりん干し
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりひと晩漬け込み、天日で干し上げました。
凍 賞30日 米大 小
2枚160g以上 **498円(税込538円)**
真さば(長崎県)

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

111 生干いか
中村商店(北海道・函館市)
北海道で水揚げされたするめいかを鮮度の良い物だけ厳選し塩のみで干しあげました。焼さすぎにご注意!
凍 賞90日
1枚 **375円(税込405円)**
するめいか(北海道)

112 さわら西京漬
京都やま六(京都府・京都市)
東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。
凍 米大 2切140g **435円(税込470円)** 通常税込484円
さわら(韓国)

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

114 かわいい柚子こしょう味噌漬
京都やま六(京都府・京都市)
白身で脂ののったからすかいかいを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。柚子こしょうがきいています。
凍 米大 2切140g **570円(税込616円)**
からすかいかい(デンマーク)

115 三陸産天然ぶり生姜醤油漬
東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けてみました。
凍 賞180日 米大 小 3切180g **398円(税込430円)**
ぶり(三陸南部沖) [放] 不検出 <3.8 <2.9

116 パクッと食べられるさんまみりん醤油漬
つかさ食品(千葉県・南房総市)
国産の脂のりの良いさんまを厳選し、国産丸大豆醤油と濃口醤油をブレンドしたみりん醤油に漬け込みました。
凍 賞180日 米大 小 6~7枚160g **398円(税込430円)**
さんま(国内産)

117 さんま糠漬
千倉水産加工販売 女川工場(宮城県・女川町)
国内産(主に北海道沖漁獲)のさんまの頭、内臓を除去し、塩のみでこしらえた糠床に漬け込みました。
凍 賞180日 米 3尾170g **390円(税込421円)**
さんま(国内産)

118 寒さばフィーレ(無塩)
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。
凍 賞30日 片身2枚 200g前後 **390円(税込421円)**
真さば(長崎県、佐賀県)

119 めばちまぐろのカマぶつ切り(焼物用)
マサトミ(徳島県・徳島市)
めばちまぐろのカマを調理しやすい大きさにカットしました。焼いて酒の肴に、またバーベキューの素材にも。
凍 賞30日 300g **330円(税込356円)**
めばちまぐろ(太平洋)

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

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

122 塩さんま
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
さんま(北海道、三陸)
凍 75g×3 **480円(税込518円)**
[放] 不検出 <3.8 <3.5

123 天然むきエビ(特大)
マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然むきエビを、現地工場で急速バラ凍結した1回凍結品です。
凍 賞180日 米 160g **548円(税込592円)**
えび(マレーシア)

123 天然むきエビ(特大)
マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然むきエビを、現地工場で急速バラ凍結した1回凍結品です。
凍 賞180日 米 160g **548円(税込592円)**
えび(マレーシア)

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。

部門別 人気のお魚大集合！



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

124 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** (税込 **518円**) 通常税込 **562円**

さば (長崎県、佐賀県)



マストミ (徳島県・徳島市)

125 炭火焼まぐろタタキ

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

凍 賞30日

140g **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **572円**

きはだまぐろ (太平洋)



松岡水産 (千葉県・銚子市)

126 北海道さけ スモークサーモン

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

凍 賞180日

40g×2 **468円** (税込 **505円**) 通常税込 **518円**

秋鮭 (北海道)



丸友しまか (岩手県・宮古市)

127 冷凍・ミスダコ ポイル(刺身用)

岩手県宮古に水揚げされたミスダコを食塩のみでポイルしました。旨味がしっかりあります。

凍 賞60日

150g **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **562円**

ミスダコ (岩手県沖) 【放】不検出 <0.4 <0.3



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

128 エビホタテミックス

天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出せて便利です。

凍 賞 200g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **454円**

えび (インド)、ほたて (青森県)



東北トクスイ (宮城県・塩釜市)

129 銀だら味噌漬

アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。

凍 賞180日 米 大

2切 120g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **464円**

銀だら (アメリカ)



共和水産 (岩手県・宮古市)

130 三陸産するめいか つば抜き

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

凍 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



マストミ (徳島県・徳島市)

131 まぐろ丼(イカ入り)

船上凍結処理された鮮度の良いめばちまぐろに、モチモチとした食感のソデイカを合わせました。

凍 賞15日 米 大 小

50g×2、タレ20g×2 **430円** (税込 **464円**)

めばちまぐろ (台湾)、ソデイカ (沖縄県)



マストミ (徳島県・徳島市)

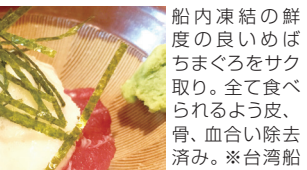
132 めばちまぐろ 短冊

船内凍結の鮮度の良いめばちまぐろをサク取り。全て食べられるよう皮、骨、血合い除去済み。※台湾船籍船漁獲

凍 賞20日

2冊200g **980円** (税込 **1058円**)

めばちまぐろ (太平洋)



三河屋 (愛知県・岡崎市)

14 愛知産しらす干し 徳用 2個組

大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をパック詰めしました。

凍 賞60日

60g×2 **556円** (税込 **600円**) 通常税込 **626円**

いわし稚魚 (愛知県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

137 たらこ(切れ子)

ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬け、パスタの具材などに。

凍 賞 55g **298円** (税込 **322円**)

すけそうだらの卵 (ロシア)



桃屋食品 (北海道・札幌市)

138 チーズ入り鮭フライ

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

凍 賞90日 卵 乳 小

2枚120g **560円** (税込 **605円**)

秋鮭 (北海道)



札幌中一 (北海道・札幌市)

135 函館産いかソーメン

函館近海産のいかを極細切りにしました。いか本来の甘み、歯ごたえをご堪能下さい。

凍 賞180日

100g **528円** (税込 **570円**)

いか (北海道)



丸友しまか (岩手県・宮古市)

136 島香さんの たこ甘酢漬け

丸友しまか (岩手県・宮古市)

9月 好評

岩手県沖で漁獲したミスダコを食塩のみでポイルし、甘酢に漬けました。解凍後、各種お料理に。

水産担当

伊 程よい酸味で食べやすい所が Good です！きゅうりと和えて酢の物にも。

凍 賞60日 米

130g **350円** (税込 **378円**) 通常税込 **397円**

ミスダコ (岩手県沖) 【放】不検出 <4.2 <4.3



つかさ食品 (千葉県・南房総市)

141 フライパンで簡単! いわし電田揚げ

境港産のいいいわしを、国産丸大豆醤油で下味を付け、北海道産ばれいしょでん粉で粉付けしました。

凍 賞180日 大 小

7〜10枚160g **380円** (税込 **410円**)

真いわし (千葉県)



カネヨシ水産 (千葉県・九十九里町)

142 いわしごま漬

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

凍 賞90日 米 小

100g **280円** (税込 **302円**)

かたくちいわし (千葉県) 【放】不検出 <3.1 <3.9



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

143 とれとれいわし タタキ身

日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたたき身です。

凍 賞120日

300g (150g×2) **398円** (税込 **430円**)

いわし (鳥取県、千葉県、他) 【放】不検出 <3.8 <3.9



大黒淡水 (静岡県・焼津市)

144 うなぎ蒲焼 70g×2

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

凍 賞 米 大 小

70g×2 **1880円** (税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**

うなぎ (愛知県)



大新 (鳥取県・境港市)

139 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 賞180日 卵 乳 米 大 小

240g(12個) **360円** (税込 **389円**)

いわし (国内産)、すけそうだら (国内産)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

140 さんま梅サンド

腹骨を除いたさんまに梅肉ペーストをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。梅肉がさわやかです。

凍 賞180日 小

6〜8個140g **398円** (税込 **430円**)

さんま (国内産)



つかさ食品 (千葉県・南房総市)

141 フライパンで簡単! いわし電田揚げ

境港産のいいいわしを、国産丸大豆醤油で下味を付け、北海道産ばれいしょでん粉で粉付けしました。

凍 賞180日 大 小

7〜10枚160g **380円** (税込 **410円**)

真いわし (千葉県)



カネヨシ水産 (千葉県・九十九里町)

142 いわしごま漬

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

凍 賞90日 米 小

100g **280円** (税込 **302円**)

かたくちいわし (千葉県) 【放】不検出 <3.1 <3.9



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

143 とれとれいわし タタキ身

日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたたき身です。

凍 賞120日

300g (150g×2) **398円** (税込 **430円**)

いわし (鳥取県、千葉県、他) 【放】不検出 <3.8 <3.9



大黒淡水 (静岡県・焼津市)

144 うなぎ蒲焼 70g×2

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

凍 賞 米 大 小

70g×2 **1880円** (税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**

うなぎ (愛知県)

お弁当のつめかた

お弁当作りのポイント

Point 1 傷まないようにする。

- ・具材はしっかり加熱して汁気を飛ばす。
- ・少し濃い目の味付けにする。・中身を冷ましてから蓋をする。
- ・梅干など傷みにくい食材を活用する。

Point 2 中身は主食6割! 普段の食事と同じく、主菜+副菜2〜3品で。

例えば…

主菜: 鮭の塩焼き・ウィンナー

副菜: 1. ミニトマト 2. ひじきの煮つけ 3. 卵焼き

Point 3 彩りよく詰めましょう。

白、赤、緑、黄、黒をバランスよく詰めましょう。

Point 4 前日の夕飯を利用する!

例えば…

きんぴらごぼう→マヨネーズで和えてサラダに!

Point 5 きっちりと隙間なく詰める!

中身が寄らないように小さな食材で隙間をうめて。

例えば…

ちくわ、煮豆や漬物、ミニトマトなど

ホットケーキミックス DE ランチはいかが?

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

203 シュレッドチーズ 184 ロースハムスライス

624 ミックス(無糖)ホットケーキ

お好み焼き風ホットケーキ2種

ハム野菜A(4枚分)

ホットケーキミックス(無糖) 200g

牛乳 200ml

ハム 3枚

玉ねぎ 1/4コ

人参 40g

ほうれん草 1株

シュレッドチーズ 100g

◆作り方

- 1 ホットケーキミックスと牛乳を混ぜ合わせる。
- 2 玉ねぎはうす切り、人参はせん切り、ほうれん草は茎は2cm、葉は1cm長さに切る。
- 3 ハムは半分に切り、1cm幅に切る。
- 4 ①に野菜、ハム、チーズを混ぜる。
- 5 フライパンを熱し、種を流して弱火で両面を焼く。

煮豆入りB(4枚分)

ホットケーキミックス(無糖) 200g

牛乳 200ml

煮豆(煮豆) 150g

バター 適宜

◆作り方

- 1 ホットケーキミックスと牛乳を混ぜ合わせる。
- 2 ①に煮豆を加えA同様に焼く。
- 3 食べる時にバターをのせる。

切り取ってご活用ください

畜産

年度最後の
企画にあたり

コロナの影響により学校給食が止まり、出荷ができな
いなど畜産生産者のところでも厳しい状況が続きました。その中でも地場の精肉を中心にたくさん
さんの利用をいただき感謝申し上げます。次年度は、畜産現場やこだわりが伝えられる、より多くの発信をしていきたいと思います。
ご期待ください。

担当：横関

すぐに使える
冷蔵タイプが人気!

牛井



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

145 茨城牛(山方)切り落とし

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

冷蔵 賞6日

200g **640円**(税込 **691円**) 通常税込 **697円**

茨城県

たっぷり使えて
うれしい!

キャベツたっぷり野菜炒め



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

146 ローズポーク徳用小間切

たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞6日

200g × 2 **500円**(税込 **540円**) 通常税込 **551円**

茨城県

やっぱり
モモ肉が人気!

モモ肉の味噌マヨ漬



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

147 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。

凍 賞180日

300g **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **529円**

茨城県

一番人気の
ハンバーグ!

ハンバーグ



大進食品 (神奈川県・横浜市)

148 神戸満る里の牛生ハンバーグ

国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。

凍 賞180日 卵乳 大小

130g × 4個 **898円**(税込 **970円**) 通常税込 **998円**

牛肉・玉ねぎ・卵 (国産産)

みんなの
お気に入り!

ハムサンド



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

149 鎌倉ボンレスハム × 2

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

冷蔵 賞15日

60g × 2 **430円**(税込 **464円**) 通常税込 **486円**

豚肉 (国産産) 【放】不検出 <3.9 <3.9

豚肉

- ・中津ミート：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ・ローズポーク：茨城県の銘柄豚です。飼育期間は約6か月。



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

150 ローズポークバラブロック 300g

冷蔵 賞6日

300g **580円**(税込 **626円**)

茨城県

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

151 ローズポーク肩スライス

脂身の少ない、味の濃い部位です。すじ切りして。厚さ3mm。

冷蔵 賞6日

300g **460円**(税込 **497円**)

茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

152 ローズポーク小間切

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

冷蔵 賞6日

150g × 2 **390円**(税込 **421円**)

茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

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。

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 中津豚ロース切身

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、厚さ1cmの切身にしました。とんかつやソテーに。

冷蔵 賞4日

2枚200g **549円**(税込 **593円**)

神奈川県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

155 中津豚肩ローススライス

肩に近いロース部位。脂身が適度に入り旨みがあります。厚さ3mm。

冷蔵 賞4日

200g **471円**(税込 **509円**)

神奈川県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

156 中津豚モモしゃぶしゃぶ用

脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。

冷蔵 賞4日

200g **445円**(税込 **481円**)

神奈川県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

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)

159 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。豚そぼろ、肉団子などに。

冷蔵 賞4日

200g **355円**(税込 **383円**)

神奈川県



JA全農いばらき (茨城県) 野口商店

160 豚挽肉(バラ凍結)

茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。

凍 賞90日

400g **650円**(税込 **702円**)

茨城県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

161 中津豚ロースステーキ香味焼用

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

凍 賞180日 小

80g × 2 **515円**(税込 **556円**)

豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

162 中津豚レバー焼肉用(味付)

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

凍 賞120日 米 大小

200g **324円**(税込 **350円**)

豚レバー (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

163 中津豚レバーの唐揚げ(衣つき)

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

凍 賞180日 米 大小

125g **330円**(税込 **356円**)

豚レバー (神奈川県)

鶏肉

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



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

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。

凍 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 ムネ肉とモモ肉モモ小間切

ムネ肉とモモ肉を一口大にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。煮物、炒めものに。

凍 賞180日

250g **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 ムネ肉とモモ肉唐揚げ用

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 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 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日

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

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

169 つくば茜鶏 ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茹でてサラダに。バラ凍結。

凍 賞180日

300g **560円**(税込 **605円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

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。

凍 賞180日

400g **525円**(税込 **567円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

170 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 賞180日

250g **240円**(税込 **259円**)

茨城県



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

171 つくば茜鶏 挽肉

ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

凍 賞180日

500g **660円**(税込 **713円**)

茨城県



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。

凍 賞180日

500g **660円**(税込 **713円**)

茨城県

牛肉

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



福永産業 (福岡県・遠賀町)

172 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

凍 賞30日

170g **690円**(税込 **745円**)

鹿児島県



福永産業 (福岡県・遠賀町)

173 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



福永産業 (福岡県・遠賀町)

174 国産牛挽肉

福岡県、大分県の3名の生産者のホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。

凍 賞30日

200g **390円**(税込**421円**)

福岡県、大分県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

175 茨城牛(山方)モモスライス

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

冷 賞30日

200g **1100円**(税込**1188円**)

茨城県



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

176 茨城牛(山方)牛豚合挽肉

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

凍 賞30日

250g **525円**(税込**567円**)

茨城県



中津ミート (神奈川県・愛川町)

182 中津皮なしベビーウインナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウインナー。

冷 賞7日

120g **278円**(税込**300円**)

豚肉 (神奈川県)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

183 中津シュルダールベークコンスライス

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 賞7日

100g **380円**(税込**410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。



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

179 鎌倉バラベーコンスライス×2

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

冷 賞15日

85g×2 **540円**(税込**583円**)

豚肉 (国内産)



177 鎌倉あらびきウインナー×2

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×2 **350円**(税込**378円**)

豚肉 (国内産)



178 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**(税込**538円**)

豚肉 (国内産)

型抜きして
お弁当に♪



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)

181 鎌倉ポークソーセージ

冷 賞20日

200g **340円**(税込**367円**)

豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

180 鎌倉ボンレスハム 400g

脂肪が少なく味が濃い、豚もも肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。

冷 賞20日

400g **1180円**(税込**1274円**)

豚肉 (国内産)

お弁当やランチのあと一品にもおすすめです



中津ミート (神奈川県・愛川町)

189 中津一口カツ

少量の油で揚げられます♪

凍 賞180日

175g **470円**(税込**508円**)

豚肉 (神奈川県)

鈴木牧場

ピンは洗ってお返してください

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



コオ定鈴木申期ラ登牧場はの牛乳

トマト×モッツァレラの最強コンビ

常総生協 1 番人気 11 の「柏田中の完熟トマト」と「鈴木牧場のモッツァレラ」これで決まり！



ピンは再利用します。キャップ内側の白い円フタを取って、必ずご返却下さい

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



石岡 鈴木牧場ヨーグルト

冷 賞届いて10~11日 乳

190 プレーン

400g **361円**(税込**390円**)

191 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 (茨城県・石岡市)

192 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツァレラ

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

冷 賞届いて7~11日 乳

100g **500円**(税込**540円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

193 プレーン

30g **181円**(税込**195円**)

生乳 (茨城県)



鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いて召し上がってください。

194 ペッパー

30g **190円**(税込**205円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

牛乳・卵

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

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。

サツラク農協 (北海道・札幌市)

9 サツラク低脂肪牛乳

冷 賞15日 乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

サツラク農協 (北海道・札幌市)

5 サツラク牛乳

冷 賞15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社 (北海道・江別市)

4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)

冷 賞届いて10日 乳

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳 (北海道)



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

7 八郷の卵

全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物(とうもろこし・大豆等)を鶏に与えています。

冷 賞11日 卵

10個 **236円**(税込**255円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



宇治田農場 (茨城県・石岡市)

8 宇治田さんの平飼い卵

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

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



冷 賞届いて3日 乳

サツラク農協 (北海道・札幌市)

サツラク低温殺菌牛乳

冷 賞届いて3日 乳

1ℓ **302円**(税込**326円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5



天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさと」の仲間」平飼い卵

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

よつ葉乳業（北海道・音更町）

195 よつ葉 プレーンヨーグルト

北海道の原乳使用。糖分を加えていないので、お料理やお菓子作りにも。酸味をおさえたマイルドタイプ。

 賞 届いて12日前後 乳

400g **230円**(税 **248円**)

生乳（北海道）【放】不検出 <3.3 <3.3

ホリ乳業（石川県・金沢市）

196 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。

 賞 届いて21日 乳

380g **550円**(税 **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）

197 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。

 賞 届いて21日 乳

90g×3 **465円**(税 **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）

お得な2個組は**16ページ**

198 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)

 賞 届いて18日 乳

80g×3 **212円**(税 **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

199 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。

 賞 届いて15日 乳

65mL×10 **178円**(税 **192円**)

【放】不検出 <3.4 <4.1

よつ葉乳業（北海道・音更町）

200 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そのシンプルな素材で作りました。微糖タイプ。

 賞 届いて21日 乳

250g **176円**(税 **190円**)

生乳（北海道）

茨城乳業（茨城県・石岡市）

201 タマゴプリン

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

 賞 届いて14日 卵 乳

85g×3 **235円**(税 **254円**)

牛乳・卵（茨城県）【放】不検出 <3.7 <3.8

モンテール（東京都・足立区） 4個

202 牛乳と卵の デザートワッフル

自家製カスタードクリームとホイップクリームのミックスを、ワッフルで包みました。

 賞 届いて4日 卵 乳 大 小

4個 **227円**(税 **245円**)

【放】不検出 <3.4 <3.6

よつ葉乳業（北海道・音更町）

203 よつ葉 シュレッドチーズ

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

 賞 届いて90日 乳

250g **575円**(税 **621円**)

生乳（北海道）

よつ葉乳業（北海道・音更町）

204 よつ葉北海道十勝 スモークチーズ

十勝産チェダーチーズ100%を国産桜チップで燻製。子供でも食べやすいひと口サイズ。おやつ、おつまみに。

 賞 届いて180日 乳

45g **210円**(税 **227円**)

生乳（北海道）

よつ葉乳業（北海道・音更町）

205 よつ葉バター ホワイト加塩

北海道産生乳100%の加塩バターです。

 賞 届いて180日 乳

150g **298円**(税 **322円**)

生乳（北海道）

よつ葉乳業（北海道・音更町）

206 パンにめりやすい よつ葉バター&ひまわりオイル

北海道産バターを60%使用。ひまわり油を使用し、バターそのものの味を活かしながらパンに塗りやすくなっています。

 賞 届いて90日 乳

120g **358円**(税 **387円**)

生乳（北海道）

大豆加工品

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

おかべや（神奈川県・相模原市）

207 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。

 賞 届いて5日 大

330g **189円**(税 **204円**)

大豆（国内産）

おかべや（神奈川県・相模原市）

208 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。

 賞 届いて5日 大

330g **189円**(税 **204円**)

大豆（国内産）

丸和食品（東京都・練馬区）

211 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で固めました。

 賞 届いて4日 大

300g **176円**(税 **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）

212 きぬ豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

 賞 届いて4日 大

300g **165円**(税 **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）

215 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。

 賞 届いて4日 大

200g **220円**(税 **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）

209 おかべや おぼろとうふ

北海道産大豆で作った豆腐。大豆の風味、甘みが際立つ味わいです。消泡剤無添加。

 賞 届いて3日 大

300g **148円**(税 **160円**) 通常税込 **177円**

大豆（北海道）

おかべや（神奈川県・相模原市）

210 おかべや 生おから

熊本県産大豆と南大東島の天然にがりで作ったおかべや豆腐のおから。

 賞 届いて3日 大

300g **120円**(税 **130円**)

大豆（熊本県）

丸和食品（東京都・練馬区）

213 ミニもめん豆腐

1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。

 賞 届いて4日 大

150g×2 **180円**(税 **194円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <1.2 <1.2

丸和食品（東京都・練馬区）

214 ミニきぬ豆腐

1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。

 賞 届いて4日 大

150g×2 **175円**(税 **189円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <0.9 <1.2

丸和食品（東京都・練馬区）

216 絹とうふ(充填豆腐)

青森県、秋田県産大豆をブレンド。消泡剤を使用せず、にがりで固めた日持ちする充填豆腐。

 賞 届いて30日 大

300g×3 **395円**(税 **427円**)

大豆（青森県、秋田県）【放】不検出 <3.6 <3.4

丸和食品（東京都・練馬区）

217 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。

 賞 届いて6日 大

3枚 **165円**(税 **178円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <1.5 <1.5

JAやさと（茨城県・石岡市）

15 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)2個組

茨城県で採れた小粒大豆をねかせた風味のよい納豆です。

 賞 届いて7日 米 大 小

(35g×3)×2 **268円**(税 **290円**) 通常税込 **320円**

大豆（茨城県）【放】不検出 <4.0 <3.9

JAやさと（茨城県・石岡市）

222 本味納豆(タレ・カラシ無)

茨城県産大豆使用。小粒納豆より少し大きめの大豆で作りました。タレ、カラシ無し。

 賞 届いて7日 大

40g×3 **140円**(税 **151円**)

大豆（茨城県）【放】不検出 <3.4 <3.0

水府納豆（茨城県・常陸茨田市）

223 水府納豆ミニ2(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

 賞 届いて10日 米 大 小

40g×2 **100円**(税 **108円**)

大豆（茨城県）【放】不検出 <2.9 <3.7

丸和食品（東京都・練馬区）

216 絹とうふ(充填豆腐)

青森県、秋田県産大豆をブレンド。消泡剤を使用せず、にがりで固めた日持ちする充填豆腐。

 賞 届いて30日 大

300g×3 **395円**(税 **427円**)

大豆（青森県、秋田県）【放】不検出 <3.6 <3.4

丸和食品（東京都・練馬区）

217 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。

 賞 届いて6日 大

3枚 **165円**(税 **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）

218 味付いなり揚げ

肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。

 賞 届いて90日 米 大 小

10枚 **395円**(税 **427円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <0.9 <1.0

水府納豆（茨城県・常陸茨田市）

224 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)

茨城県産小粒大豆、国産大麦使用。押し麦を混ぜることで、もちもちとした食感が加わります。

 賞 届いて10日 大

40g×2 **165円**(税 **178円**)

大豆（茨城県）【放】不検出 <3.5 <3.2

登喜和食品（東京都・府中市）

225 十勝の息吹 ひきわり2P(タレ・カラシ付)

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前日に挽き割り、納豆にしました。

 賞 届いて9日 米 大 小

40g×2 **172円**(税 **186円**)

大豆（北海道）

登喜和食品（東京都・府中市）

226 丸大豆てんべ

北海道十勝産大豆(トヨホマレ)をテンペ菌で発酵。発酵終了後に低温加熱処理をして長期保存を実現。

 賞 届いて30日 米 大

100g **265円**(税 **286円**)

大豆（北海道）

丸和食品（東京都・練馬区）

219 厚揚げ

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

 賞 届いて4日 大

90g×2 **155円**(税 **167円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <1.1 <1.2

丸和食品（東京都・練馬区） 10個入

220 豆腐からあげ

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

 賞 届いて4日 米 大 小

10個 **210円**(税 **227円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <1.4 <1.2

丸和食品（東京都・練馬区）

221 豆乳

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。

 賞 届いて30日 大

300cc **210円**(税 **227円**)

大豆（国内産）【放】不検出 <0.5 <0.6

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。

こんにゃくのピリ辛炒め

鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

227 生芋あく抜き板こんにゃく 2個組

こんにゃく芋のアクや不純物を原料の段階で除去しました。アク抜きせずに使えます。

 賞 届いて90日

220g×2 **260円**(税 **281円**) 通常税込 **302円**

こんにゃく芋（国内産）

鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

228 生芋あく抜きしらたき 2個組

国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のみの良い白滝です。

 賞 届いて90日

180g×2 **260円**(税 **281円**) 通常税込 **302円**

こんにゃく芋（国内産）

生産者・リアス・常総の「絆」です

リアス（千葉県・船橋市）

229 石巻十三浜産絆わかめ

震災復興で立ち上がった漁師が品質にもこだわったわかめです。水戻ししてご利用ください。

 賞 届いて90日

100g **380円**(税 **410円**)

わかめ（宮城県）【放】不検出 <4.2 <4.6

三陸産 カットくきわかめ

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

 賞 届いて90日

100g **270円**(税 **292円**)

わかめ（三陸）【放】不検出 <3.8 <4.1

リアス（千葉県・船橋市）

230 三陸産 カットくきわかめ

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

 賞 届いて90日

100g **270円**(税 **292円**)

わかめ（三陸）【放】不検出 <3.8 <4.1

部門別 人気の商品大集合！



浜食（東京都・調布市）

231 洗いもずく 2個組

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

冷 賞10日 米 200g×2 **460円** (税 込) **496円** (通常税込 518円) もずく（沖縄県）



共生食品（神奈川県・相模原市）

232 内麦焼そば（ソース無）

国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。

冷 賞6日 卵小 150g×3 **187円** (税 込) **202円** (通常税込 213円) 小麦（岩手県）【放】不検出 <3.4 <4.1



やがちゃんキムチ（千葉県・柏市）

233 白菜キムチ「頂」

白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬けたキムチです。カット済です。

冷 賞14日 米 大 小 300g **485円** (税 込) **524円** (通常税込 538円) 白菜（国内産）



菊田商店（東京都・練馬区）

234 菊田煮豆小袋セット

開放釜による、昔ながらの直火炊きを行う老舗煮豆屋「菊田商店」の煮豆小袋セット。

冷 賞90日 米 大 小 40g×5種 **430円** (税 込) **464円** (通常税込 475円) 豆（国内産）



松野下蒲鉾（鹿児島県・枕崎市）

235 かに風味かまぼこ

無リンのスケン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 賞60日 小 10本 125g **298円** (税 込) **322円** (通常税込 346円) すけそうだら（北海道）



高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

236 おとうふ揚げ

国産大豆の豆腐と、北海道のすけそうだらのすり身を半々に練りこんだ、ふんわり軟らかなおとうふ揚げです。

凍 賞180日 米 大 5個175g **287円** (税 込) **310円** (通常税込 319円) すけそうだら（北海道）



かじかわ農場（新潟県・新発田市）

237 ミックスビーンズの水煮

4種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。

冷 賞90日 大 150g **265円** (税 込) **286円** (通常税込 300円) 豆（新潟県、北海道）



かじかわ農場（新潟県・新発田市）

238 北海道産ほたての五目炊き込み御飯

北海道産ほたてと豊富な具材でボリューム感のある炊き込み御飯の素。いりこ昆布の天然だしを使用。

冷 賞90日 米 大 小 200g(2合用) **420円** (税 込) **454円** (通常税込 464円) ほたて（北海道）



かじかわ農場（新潟県・新発田市）

239 炊き込みご飯の素

徳島県産たけのこを使用し、素材の旨味を活かした薄味に仕上げました。

冷 賞90日 米 大 小 150g(2合用) **350円** (税 込) **378円** (通常税込 392円) たけのこ（徳島県）



かじかわ農場（新潟県・新発田市）

239 炊き込みご飯の素

徳島県産たけのこを使用し、素材の旨味を活かした薄味に仕上げました。

冷 賞90日 米 大 小 150g(2合用) **350円** (税 込) **378円** (通常税込 392円) たけのこ（徳島県）



金子製麺（神奈川県・中井町）

240 あしがら車屋 醤油らーめん(2食入)

地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。

冷 賞21日 卵 大 小 麺120g×2 スープ47g×2 **365円** (税 込) **394円** (通常税込 408円) 小麦（国内産）



リアス（千葉県・船橋市）

241 高菜ちりめん

高菜漬を細かく刻み、ちりめんとゴマを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。

冷 賞30日 40g **250円** (税 込) **270円** (通常税込 284円) ちりめん（鹿児島県）

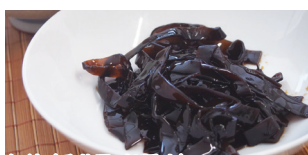


菊田商店（東京都・練馬区）

242 煮豆 黒豆(雁喰豆)

岩手県特産の平べったい黒豆。直火で炊きあげ、豆本来の味と、芯まで染み込んだ甘みを味わえます。

冷 賞90日 米 大 小 150g **380円** (税 込) **410円** (通常税込 424円) 黒大豆（岩手県）



仁徳（千葉県・船橋市）

243 甘口昆布

刻んだ北海道産の昆布を入正醤油と砂糖のみで時間をかけてふっくらと炊き上げました。

冷 賞30日 大 小 80g **225円** (税 込) **243円** (通常税込 257円) 昆布（北海道）



グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

244 糖しぼり大根

砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。

冷 賞30日 米 250g **320円** (税 込) **346円** (通常税込 360円) 大根（国内産）



グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

245 昆布だしで漬けた浅漬け三昧

国内産の白菜、きゅうり、大根、人参をシンプルな原料で浅漬けにしました。

冷 賞6日 米 大 小 200g **285円** (税 込) **308円** (通常税込 322円) 白菜（国内産）



246 農家で漬けたゆず白菜

添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬け、時間をおけば酸味のある漬物に。

冷 賞9日 米 250g **260円** (税 込) **281円** (通常税込 295円) 白菜（国内産）



鈴木食品（埼玉県・北本市）

247 べったら漬

大根の皮を手むきし塩漬け後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。

冷 賞20日 米 200g **275円** (税 込) **297円** (通常税込 308円) 大根（国内産）



やがちゃんキムチ（千葉県・柏市）

248 かぶカクテキ

地元柏市の名産「豊四季かぶ」をキムチにしました。かぶの甘みとヤンニョムジャンの辛みが相性抜群です。

冷 賞14日 米 大 小 200g **410円** (税 込) **443円** (通常税込 457円) かぶ（千葉県）



丸山園（静岡県・河津町）

249 わさび漬

天城の深山に湧く清水で育ったわさびを、充分熟成させた酒粕で漬けました。（茎20%、根10%、酒粕55%）

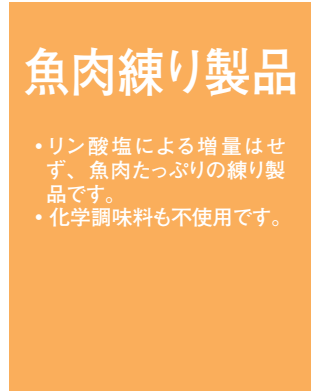
冷 賞14日 米 大 100g **265円** (税 込) **286円** (通常税込 299円) わさび（静岡県）【放】不検出 <3.7 <3.8



250 ソフトさつまあげ

豆乳をすり身に混ぜ合わせたふわふわ食感のさつま揚げ。素材の旨味を引き出した薄味の上品な味わい。

冷 賞30日 米 大 6個156g **276円** (税 込) **298円** (通常税込 312円) すけそうだら（国内産）



- ・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。

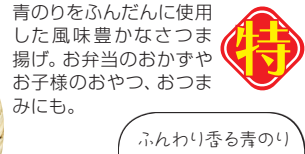


いちろうこ（静岡県・静岡市）

251 青のり小判

すけそうだらのすり身を使った小判型のさつま揚げ。香ばしく揚げた魚肉の旨味をお楽しみください。

冷 賞10日 米 3枚 **220円** (税 込) **238円** (通常税込 248円) すけそうだら（アメリカ、北海道）、青のり（静岡県）

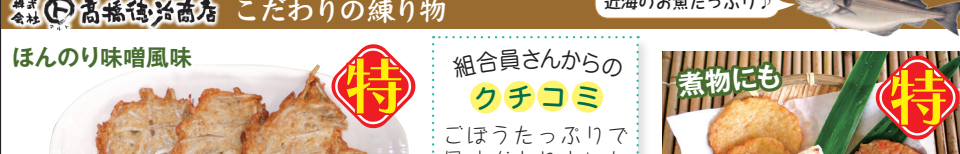


いちろうこ（静岡県・静岡市）

252 黒はんぺん

駿河湾で獲れた新鮮ないわしを丸ごと使用しました。いわし本来の風味と歯ごたえが楽しめます。

冷 賞14日 米 5枚150g **369円** (税 込) **399円** (通常税込 413円) いわし（駿河湾）

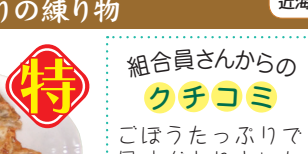


高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

255 「高橋徳治商店」のごぼう揚

味噌漬のごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。

凍 賞180日 米 大 3枚117g **375円** (税 込) **405円** (通常税込 420円) ごぼう（国内産）、すけそうだら（北海道）



高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

256 7種の野菜揚げ

無リンすり身に、キャベツやじゃがいも等7種の国産野菜をたっぷり混ぜ込みました。自然解凍でもOK。

凍 賞180日 米 5個165g **315円** (税 込) **340円** (通常税込 354円) すけそうだら（北海道）



高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

257 チヂミ風さつま揚げ

北海道タラすり身に国産ニラ・人参、イカ、オキアミを練りこんだ揚げかまぼこ。程よい食感で香ばしい。

凍 賞180日 米 3枚126g **296円** (税 込) **320円** (通常税込 334円) すけそうたら（北海道）

高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

258 おでん種4種セット

従来のおでん種セットより少量の、ぼたんちくわ、小魚つみれ、玉ねぎ揚げ、ごぼう天の4種を2個ずつセット。

凍 賞60日 米 大 4種8品 242g **528円** (税 込) **570円** (通常税込 592円) すけそうだら（北海道）

冷凍食品

年度最後の
企画にあたり

おうちごはんが増え、更にニーズが高まった冷凍食品。



こんな時こそ、シンプルで安心できる「JOSOの冷食」を選んで頂きたく、色んな商品を試して頂けるよう心がけています。食卓を彩る一つの素材としてご利用ください。

担当：稲垣



日本生活協同組合連合会
259 CO+勝の青えんどう豆200g
北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。

凍 200g **267円(税込288円)**
青えんどう豆(北海道)

サラダ・あえもの・丼に!



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

凍 150g **297円(税込321円)**
アボカド(ペルー)

冷凍野菜部門

第1位

ほっこりした甘さ
サッと加熱で
すぐ食べられる



イズックス(東京都・中央区)
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)**
かぼちゃ(北海道)

洋風おかず部門

第2位

ほどよいハーブの
香ばしさとほんのり
チーズがちょうど良い



秋川牧園(山口県・山口市)
262 ささみハーブカツ
ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 卵乳米小 200g **412円(税込445円)**
鶏肉(山口県、他)

春巻き部門

第1位

たっぷり14本入りで
この価格!そして飽きの
こない美味しさで
リピーター続出



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
263 国産原料にこだわったお徳用春巻
豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。

凍 米大小 14本 420g **398円(税込430円)** 通常税込443円
小麦(国内産)

丼の具部門

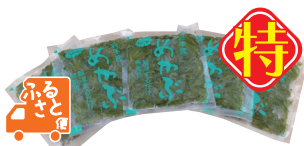
第1位

ゴハンにも麺にも
出汁の旨味が効いている
あと助かる一品です



ニッコー(神奈川県・大和市) 2食入
264 中華丼の具(塩)
新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。

凍 180g x2 **481円(税込519円)** 通常税込535円
えび(タイ)



コタニ(岩手県・大船渡市)
265 冷凍めかぶ(岩手県産)
岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、使い易く小分けしました。解凍してそのまま使えます。

凍 40g x5パック **324円(税込350円)** 通常税込365円
わかめ(岩手県) 【放】不検出<2.8 <3.0



コタニ(岩手県・大船渡市)
266 すぐに使える生わかめ(岩手県産)
岩手県沖で、3月に収穫したわかめをボイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍 40g x5パック **390円(税込421円)**
わかめ(岩手県) 【放】不検出<0.6 <0.6



秋川牧園(山口県・山口市)
267 とりがらスープ
植物飼料で育てた健康な若鶏のガラを原料とした個包装タイプの5倍濃縮スープ。スープやカレー、鍋物等に。

凍 5袋250g **430円(税込464円)**
鶏骨(国内産)



日岡商事(兵庫県・加古川市)
268 ロールキャベツ
国産豚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 4個240g **543円(税込586円)**
キャベツ(国内産)



秋川牧園(山口県・山口市)
269 いろいろ使える鶏つみれ
若鶏のムネ肉のミンチを生姜をきかせて味付けしました。つみれ鍋、焼きつくね、豆腐ハンバーグなどアイデア次第で何にでも。

凍 卵米大小 200g **315円(税込340円)** 通常税込351円
鶏肉(山口県、他)



秋川牧園(山口県・山口市)
270 砂肝 ゆずこしょう炒め
若鶏の砂肝をスライスし、ゆずこしょうと醤油ベースの特製タレにつけました。解凍後フライパンで炒めて。

凍 120g **239円(税込258円)**
鶏肉(山口県、他)



ニッコー(神奈川県・大和市)
271 鶏ごぼうハンバーグ
国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。お弁当やおつまみに。レンジまたは焼いて。

凍 卵米大小 26g x8 **384円(税込415円)** 通常税込432円
鶏肉(国内産)



マストミ(徳島県・徳島市)
272 神山鶏の塩麹竜田
自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げてください。

凍 150g **360円(税込389円)**
鶏肉(徳島県)



マストミ(徳島県・徳島市)
273 とり南蛮
徳島の神山鶏ムネ肉使用。唐揚げを甘酢に漬けました。一口サイズでお弁当に便利。トースター、レンジで温めて。

凍 卵米大小 200g **373円(税込403円)**
鶏肉(徳島県)



ニッコー(神奈川県・大和市)
274 中華風根菜煮・青椒肉絲風カップ入おかず
ピリッと辛みが効いた根菜煮と、青椒肉絲の国産原料にこだわったお弁当用中華総菜。

凍 米大小 120g (2種 x3個) **394円(税込426円)** 通常税込449円
ごぼう・人参・ピーマン・たけのこ(国内産)



ニッコー(神奈川県・大和市) 6個入
275 プチカレーコロッケ
素材のじゃがいもを活かしたシンプルで飽きのこない味。揚げてあるので温めるだけ。お弁当のおかずに便利。

凍 米小 20g x6 **260円(税込281円)**
じゃがいも(国内産)

食べて応援! 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!!
鶏肉 生産者を支えよう



ニッコー(徳島県・石井町)
276 阿波すだち鶏軟骨入つくねスティック
阿波すだち鶏ムネ肉ミンチで作ったつくねスティック。鶏の飼料は遺伝子組換え不使用です。

凍 米小 200g **370円(税込400円)** 通常税込430円
鶏肉(徳島県)



マストミ(徳島県・徳島市)
277 鶏のから揚げ
無投薬の神山鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかくジューシーな唐揚げ。レンジかトースターで温めて。

凍 卵米大小 200g **425円(税込459円)**
鶏肉(徳島県)



秋川牧園(山口県・山口市)
278 チキンナゲット
開放鶏舎で育てた若鶏のムネ肉を使用。トースターで加熱するとカリッと仕上がります。

凍 卵米小 200g **409円(税込442円)** 通常税込457円
鶏肉(山口県、他)



大進食品(神奈川県・横浜市)
279 マム 学校帰りのコロッケ
北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げて。

凍 乳米大小 60g x5 **370円(税込400円)** 通常税込410円
じゃがいも(北海道)



ニッコー(神奈川県・大和市)
280 大きな豆腐肉団子
国産の鶏肉と国産大豆を使用した豆腐を主体に、少し大きめの肉団子を作り、特製のタレをからめました。

凍 卵米大小 340g **455円(税込491円)**
鶏肉(国内産)



ニッコー(神奈川県・大和市)
281 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ
消泡剤を使わず天然にがりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。

凍 卵米大小 3個210g **412円(税込445円)** 通常税込459円
大豆・鶏肉(国内産)



日岡商事(兵庫県・加古川市)
282 ペパロニピザ
北海道産小麦粉使用のピザ生地にソフトラミ、ニュージーランド産ナチュラルチーズ、ピーマンをトッピング

凍 90日 乳米大小 3枚145g **500円(税込540円)**
小麦粉(北海道)



日岡商事(兵庫県・加古川市) 5個入
285 ジャンボ餃子
国内産小麦粉の皮で具をたっぷり包み、コクとボリューム感をだしました。焼いても揚げても。

凍 卵米大小 45g x5個 **343円(税込370円)**
キャベツ・豚肉・玉葱(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区) 15個入
286 飛鳥の黒豚水餃子
国産小麦粉を使用した厚めの皮で包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。

凍 卵米大小 15個250g **495円(税込535円)**
豚肉(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区) 12個入
287 飛鳥のえびシューマイ
国産たらのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふっくら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。

凍 卵米小 12個180g **418円(税込451円)**
すけとうだら(北海道)、えび(ベトナム)



秋川牧園(山口県・山口市)
283 牛乳グラタン(鶏肉とポテト)
自社の牛乳と鶏肉を使いコクのあるホワイトソースで包みました。トースターかオーブンで約15~20分温めて。

凍 乳米小 100g x2 **518円(税込559円)** 通常税込575円
牛乳(山口県、他)



大進食品(神奈川県・横浜市)
284 オーガニックペンネのトマトソースグラタン
濃厚なバターをたっぷり使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用。レンジで温めて。

凍 卵米小 170g x2 **537円(税込580円)**
小麦(イタリア)



飛鳥食品(東京都・江戸川区) 6本入
288 フライパンでキーマ春巻
豚肉、玉葱、トマトピューレ、スパイスを使った本格キーマカレーを春巻に。フライパンかオーブンで。

凍 卵米小 6本150g **373円(税込403円)**
豚肉(国内産) 【放】不検出<4.2 <2.6



マストミ(徳島県・徳島市)
289 天然えびのチリソース
厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めても。

凍 卵米大小 130g **380円(税込410円)**
えび(インドネシア、ミャンマー)



マストミ(徳島県・徳島市)
290 野菜で仕上げる回鍋肉
コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。キャベツやピーマンを炒めた後に加えて混ぜれば完成。

凍 卵米大小 90日 110g **365円(税込394円)**
豚肉(鹿児島県、宮崎県)

鍋で作るお手軽ラーメン

特

ふさと 日岡商事 (兵庫県・加古川市)

ミッコー (神奈川県・大和市)

291 野菜たっぷりあんかけラーメン

沸騰した湯に凍ったまま入れて湯がくだけ。モンゴルかんすい使用。具はもやし・キャベツ・玉葱・人参等。

凍卵米大小 450g (麺160g) 361円(税) 390円(通常税込 416円)

小麦 (国内産)

特

組合員さんからのクチコミ

冷凍とは思えない美味しさでした!! 子供の軽食にぴったり!! 是非また取り扱いをお願いします!

ポークスター (石川県・白山市)

2種×4

293 助六寿司

太巻きと五目いなりを4個ずつ詰め合わせました。自然解凍またはレンジで解凍して。保存料不使用。

凍卵米大小 280g(2種×4個) 420円(税) 454円(通常税込 464円)

米 (国内産)

特

ふさと 大進食品 (神奈川県・横浜市)

299 国産鮭の塩焼き お惣菜セット

北海道産の鮭の塩焼きをメインに野菜炒め・切干大根・ひじきと大豆の煮ものを詰めました。レンジで温めて。

凍米大小 230g 690円(税) 745円(通常税込 756円)

鮭 (北海道)

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

ふさと フジワラ化学 (愛媛県・西条市)

303 フジワラの青汁

90ml×7 1190円(税) 1285円(通常税込)

ケール (愛媛県)

ストック用にご購入おすすめです!!

ユニオンソースとナガノトマトの商品は原料高騰のため、次回から全品値上げになります

トマト調味料部門 第1位

特

ふさと ユニオンソース (栃木県・日光市)

305 あらごし完熟ケチャップ 2本組

完熟トマトの甘みを活かして、酢・玉ねぎ・スパイスなどをバランスよく配合したトマトケチャップです。

300g×2 690円(税) 746円(通常税込 776円)

トマト (国内産)

手で開けられる紙容器入り

特

ふさと ナガノトマト (長野県・松本市)

306 あらくつぶしたトマトピューレづけ2個組

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。トマトを切らずに使えます。

390g×2 420円(税) 454円(通常税込 476円)

トマト (長野県)

原材料は国産小麦粉と食塩のみ

ふさと 日岡商事 (兵庫県・加古川市)

292 冷凍うどん

国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったまま麺を沸騰したお湯で1分半ほど茹でてください。温でも冷でも。

凍 200g×3玉 180円(小) 412円(税) 445円(通常税込)

小麦粉 (国内産)

ふさと 日岡商事 (兵庫県・加古川市)

294 桜えびかきあげ

駿河湾産桜えび、国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用し、non-GMO菜種油で揚げました。

凍え小 160g(2枚入) 522円(税) 564円(通常税込)

野菜 (国内産)

おやつにちょうどいい大きさ

ふさと 飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

300 飛鳥の手作りミニ肉まん

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

凍 120日 大 5個250g 418円(税) 451円(通常税込)

小麦 (国内産)

食品調味料

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

年度最後の企画にあたり

この1年、お家で調理をする機会が増えたのではないでしょ

うか。じっくりと時間をかけて作られた調味料は、素材の味を引き出しうまみになります。確かな食は体も心も整えてくれます。皆さんの健康を食卓から、一緒に作っていただきたいと思います。

担当: 小西

産直卵となたねサラダ油を使った、マイルドな全卵タイプのマヨネーズ。たんぱく加水分解物使用。

ふさと ユニオンソース (栃木県・日光市)

533 マヨネーズ

賞180日 卵米小 500g 340円(税) 367円(通常税込)

なたね (オーストラリア)

きざみ野菜入りで、いろいろな料理に使えます

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。

ふさと ナガノトマト (長野県・松本市)

535 国産つぶ野菜入り信州生まれのケチャップ

米 295g 320円(税) 346円(通常税込)

トマト (長野県)

総菜麺部門 第1位

魚だしがしっかり効いてるわかめ沢山で人気です

ふさと ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

295 わかめどっさりうどん

国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鰹、昆布ダシの関西風つゆで。

凍え米大小 2食 556g 341円(税) 368円(通常税込 378円)

わかめ (韓国)

ふさと 岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

296 芽吹き屋 黒豆塩大福

岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍米大 4個220g 372円(税) 402円(通常税込 432円)

黒豆 (岩手県)

ふさと ミッコー (神奈川県・大和市)

301 豆乳カステラ

新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用して焼き上げました。しっとりとした食感をお楽しみください。

凍卵米大小 5切 335円(税) 362円(通常税込)

大豆 (国内産)

人気の定番調味料

ふさと 前日OK! アルファフードスタッフ (愛知県・名古屋市)

508 粗精糖 (自然派style)

鹿児島県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(通常税込)

さとうきび (鹿児島県)

特

酒類

ふさと 前日OK! 大和川酒造店 (福島県・喜多方市)

501 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)

天然の旨味成分が格段に多い料理酒。少量の使用で素材の持ち味を引き出し、料理に旨味とコクを与えます。

米 720ml 990円(税) 1089円(通常税込 1100円)

米 (福島県)

製造終了のため今回で終売となります

ストック用に、ご購入おすすめです!!

イメージ

ふさと ユニオンソース (栃木県・日光市)

533 マヨネーズ

賞180日 卵米小 500g 340円(税) 367円(通常税込)

なたね (オーストラリア)

特

ふさと ナガノトマト (長野県・松本市)

307 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 340円(税) 367円(通常税込 378円)

トマト (イタリア)

冷凍和菓子部門 第1位

芽吹き屋の中でもダントツ人気! 黒豆とほんのり塩味の相性がちょうどいい

ふさと 岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

296 芽吹き屋 黒豆塩大福

岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍米大 4個220g 372円(税) 402円(通常税込 432円)

黒豆 (岩手県)

ふさと 岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

296 芽吹き屋 黒豆塩大福

岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍米大 4個220g 372円(税) 402円(通常税込 432円)

黒豆 (岩手県)

ふさと 小林さん (長野県・高山村)

302 冷凍ブルーベリー 2パック

品質のすぐれた寒冷地栽培適種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。農業無散布。

凍 110g×2 694円(税) 750円(通常税込 774円)

ブルーベリー (長野県)

ふさと 前日OK! 青い海 (沖縄県・糸満市)

512 沖縄の塩「シママース」

原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。

1kg 300円(税) 324円(通常税込)

海水 (沖縄県、天日塩 (オーストラリア、メキシコ)

組合員さんからのクチコミ

ご飯を炊くときにキャップ1杯入れて炊くと、お弁当のご飯がおいしいし、食中毒予防にもなります。吸い物、煮物などにかく毎日使っています。

ふさと 前日OK! 大和川酒造店 (福島県・喜多方市)

501 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)

天然の旨味成分が格段に多い料理酒。少量の使用で素材の持ち味を引き出し、料理に旨味とコクを与えます。

米 720ml 990円(税) 1089円(通常税込 1100円)

米 (福島県)

特

ふさと ユニオンソース (栃木県・日光市)

536 トマトピューレ

国内産完熟トマトを100%使用して作りました。トマトの味を生かした煮込み料理などに。

200g 280円(税) 302円(通常税込 313円)

トマト (国内産)

特

ふさと ナガノトマト (長野県・松本市)

308 トマトのソース (トマト&ガーリック)

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

390g 340円(税) 367円(通常税込 378円)

トマト (イタリア)

小腹のすいたときに自然解凍可

特

ふさと ミッコー (神奈川県・大和市)

297 ミニたい焼き(ずんだあん)

自社製ずんだ餡は枝豆の食感が残るように、国産小麦を使用した生地はふわふわに仕上げました。

凍卵米大小 8個272g 407円(税) 440円(通常税込 470円)

小麦粉 (国内産)・枝豆 (タイ)

シーズン初

特

ふさと 岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

298 芽吹き屋 柏もち(みそあん)

国産の上新粉を使い、コシのある生地に。ほんのり甘いみそあんを中に閉じ込めました。常温で自然解凍して。

凍米大 6個300g 542円(税) 585円(通常税込 610円)

米 (国内産)

たっぷり使える2パック

特

ふさと 小林さん (長野県・高山村)

302 冷凍ブルーベリー 2パック

品質のすぐれた寒冷地栽培適種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。農業無散布。

凍 110g×2 694円(税) 750円(通常税込 774円)

ブルーベリー (長野県)

石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原材料:大豆、小麦、塩

ふさと 前日OK! 沼屋本店 (茨城県・つくば市)

304 常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)

2年間熟成丸大豆醤油につかつお、昆布、しいたけのだしを加えただしの素。

冷米大小 500ml 619円(税) 669円(通常税込)

大豆 (茨城県)

ふさと 前日OK! 笛木醤油 (埼玉県・川島町)

529 金笛 春夏秋冬だしの素

2年間熟成丸大豆醤油につかつお、昆布、しいたけのだしを加えただしの素。

米 1ℓ 910円(税) 983円(通常税込)

大豆 (国内産、アメリカ、カナダ)

洋風だし部門 第1位

特

ふさと 前日OK! コープ自然派事業連合

577 チキンコンソメ

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

80g (4g×20) 340円(税) 367円(通常税込 376円)

パスタ部門 第1位

特

ふさと 前日OK! ミセリ (長野県・松本市)

632 パーミセリ神戸 (1.4mm)

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。

小麦 (カナダ)

菓子

・化学調味料は全て不使用。
シンプルな内容のものを中心に扱います。

※お子さんが食べる機会が多い為、原材料を表記しています。

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



サンコー (愛知県・豊橋市)

699 荒挽きえびせん

原材料：馬鈴薯澱粉、えび、植物油脂(米油)、三温糖、食塩、ごま、酵母エキス、唐辛子、着色料(紅麴色素、パブリカ色素)

賞150日 え米

50g 175円(税込189円)
馬鈴薯(国内産) 【放】不検出 <3.9 <3.4



創健社 (神奈川県・横浜市)

696 玄米せんべい黒胡麻

原材料：うるち玄米(国内産)、黒胡麻、醤油、麦芽糖、馬鈴薯澱粉

賞120日 米大小

100g 265円(税込286円)
黒胡麻(ミャンマー)



プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

342 干しいちじく

有機栽培認証のいちじくを天日乾燥したもの。添加物、オイルコーティング無し。そのまま、素材としても。

賞120日

140g 580円(税込626円)
いちじく(アメリカ)



ますだ (千葉県・八街市)

334 うす皮煎り落花生 (Qなっつ)

うす皮がついたまま塩水につけて味付。はっきりした甘み、あっさりした食べやすい味が特徴。

賞90日 落大

120g 520円(税込562円)
落花生(千葉県)



サンコー (愛知県・豊橋市)

336 ミニミレービスケット

原材料：小麦粉、植物油脂(パーム油、米油)、三温糖、ショートニング(パーム油)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重炭酸アンモニウム)

賞150日 米小

23g×5連 220円(税込238円)
小麦(国内産)



創健社 (神奈川県・横浜市)

695 玄米せんべい白胡麻

原材料：うるち玄米(国内産)、白胡麻、醤油、麦芽糖、馬鈴薯澱粉

賞120日 米大小

100g 265円(税込286円)
白胡麻(パラグアイ、中南米)



リアス (千葉県・船橋市)

343 まろやか酢昆布

尾札部産真昆布と、飯尾醸造の無農薬米使用の富士酢で作った、自然な酸味の酢昆布。原材料：真昆布、米酢

米 20g 265円(税込286円)
昆布(北海道)



ますだ (千葉県・八街市)

335 彩り(いろいろ)

原材料：落花生、砂糖、粉末コーヒー、植物油脂(パーム核油)、マーガリン(パーム油、菜種油、ラード、魚油)、抹茶、食塩、カラメル色素、ミルクフレーバー(原材料の一部に大豆を含む)

賞90日 乳落大

100g 354円(税込382円)
落花生(千葉県)



サンコー (愛知県・豊橋市)

337 ミレービスケット(ノンフライ)

原材料：小麦粉(国内産)、三温糖、ショートニング(パーム)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重炭酸アンモニウム)

賞180日 米小

100g 175円(税込189円)
小麦粉(国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)

709 ごま入り味付けいりこ

原材料：片口いわし、砂糖(三温糖)、水飴、ごま

賞150日

2.5g×12 285円(税込308円)
片口いわし(瀬戸内海) 【放】不検出 <4.1 <4.7



サンコー (愛知県・豊橋市)

344 寒天コーヒーゼリー

原材料：水飴、砂糖、寒天、有機インスタントコーヒー、オブラート、レシチン(大豆由来)*

レシチンはオブラートに含まれています。

賞180日 大

135g 215円(税込232円)
コーヒー(コロンビア)

人気のお菓子TOP3 勢ぞろい♪



しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

338 三色煎り豆

原材料：大豆、青大豆(秘伝)、黒大豆

賞60日 大

75g 298円(税込322円)
大豆(山形県)



サンコー (愛知県・豊橋市)

341 アーモンドじゃこ2個組

原材料：アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま

賞120日

(7g×5)×2 400円(税込432円)
片口いわし(日本近海)



田中製餡 (東京都・大田区)

345 保存用一口羊羹(本煉・小倉)

長期保存可能な、北海道産小豆を使用した本格的ようかんの詰合せ。保存料不使用。

本煉50g×5 950円(税込1026円) 通常税込1037円
小倉50g×5 950円(税込1026円) 通常税込1037円
小豆(北海道)



Factory5x5 (大阪府・枚方市)

339 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。

賞60日 卵乳大小

20個 360円(税込389円) 通常税込410円
鶏卵(国内産)



キング製菓 (愛知県・小牧市)

340 うの花クッキー 2袋

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

賞180日 米大小

80g×2 340円(税込368円) 通常税込388円
小麦(国内産) 【放】不検出 <3.7 <4.4



精華堂霰総本舗 (東京都・江東区)

346 玄米揚げ塩

原材料：有機もち米、有機植物油(紅花・菜種)、食塩

賞100日 米

30g 240円(税込259円) 通常税込265円
もち米(国内産)



精華堂霰総本舗 (東京都・江東区)

347 深川巻

原材料：有機もち米、有機醤油(大豆・小麦を含む)、有機砂糖、のり、みりん、昆布、かつお節

賞160日 米大小

38g 335円(税込362円)
もち米(国内産)



精華堂霰総本舗 (東京都・江東区)

348 あんこおかき

原材料：有機もち米、有機白醤油、砂糖、有機植物油、小豆、みりん、昆布、かつお節、塩

賞100日 米大小

9個 420円(税込454円)
もち米(宮城県) 【放】不検出 <3.7 <3.5



松永農園 (静岡県・静岡市)

349 松永さんのレモンジャム

松永さんが無農薬栽培したレモンを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。原材料：レモン、砂糖

190g 515円(税込556円) 通常税込567円
レモン(静岡県) 【放】不検出 <2.8 <3.0



ますだ (千葉県・八街市)

609 香るピーナツクリーム(スイートタイプ)

落花生100%のピーナツクリーム(加糖タイプ)です。

賞180日 落大

230g 720円(税込778円) 通常税込799円
落花生(千葉県) 【放】不検出 <4.1 <4.2



デイリーフーズ(長野県・坂城町)

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 420円(税込454円)
ごま(ミャンマー、他)



味日本(広島県・広島市)

645 国産野菜入りコーンポタージュスープ

3種の国産野菜を使ったコーンポタージュスープの素。北海道産スイートコーン使用。

乳小 104.4g(17.4g×6袋) 450円(税込486円)
とうもろこし(北海道)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう！

・合成界面活性剤を含むものは扱いません。

・生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

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



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

842 パックスソルティエーはみがき

塩のちからで歯周炎(歯槽膿漏・歯肉炎)を予防して歯ぐきを健やかに保つ、塩入り石けんはみがき。

120g 390円(税込429円)

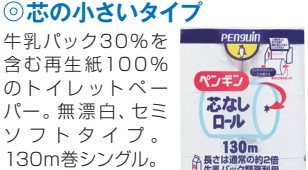


ボーソー油脂 (東京都・中央区)

818 米ぬか台所用液体せっけん本体

米ぬか脂肪酸とヤシ脂肪酸を組み合わせた手肌にやさしい液体石けん。さわやかな柑橘系の合成香料使用。

500mlボトル 238円(税込262円)



丸富製紙 (静岡県・富士市)

890 ペンギン芯なし(トイレットペーパー)

130m×60ロール 480円(税込528円)



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

802 パックス洗濯槽&排水パイプクリーナー

酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの作用で、洗にくい部分の汚れを落とします。ドラム式は使えません。

300g×3袋 750円(税込825円)



ナイアード (東京都・福生市)

879 ヘナ 100%

ラジャスタン州のヘナ100%・無添加。水またはお湯でといて髪に塗ると、白髪がオレンジ系の赤色に。

100g 1000円(税込1100円)
ヘナ(インド)



ベにばな野草園 (山形県・酒田市)

350 野草茶

胃腸の調子を整え、利尿作用や身体を温める働きのある野草をブレンド。季節によって野草の種類が変わります。

賞180日



ベにばな野草園 (山形県・酒田市)

352 よもぎ水

賞90日

100ml 1800円(税込1980円)
ヨモギ(山形県)



ベにばな野草園 (山形県・酒田市)

351 女葉月茶

整腸、利尿作用や婦人病予防など、女性に嬉しい野草をブレンド。シソの香りが気分をリラックスさせてくれます。

賞180日



ベにばな野草園 (山形県・酒田市)

353 どくだみ水

賞90日

100ml 1800円(税込1980円)
ドクダミ(山形県)



ベにばな野草園 (山形県・酒田市)

354 かみつれ水

カミツレ、スギナ、カキドオシの成分が毛穴をひきしめ、しっかり保湿します。カモミールの香りにはリラックス効果があります。



ベにばな野草園 (山形県・酒田市)

354 かみつれ水

賞90日

100ml 1800円(税込1980円)
カミツレ(山形県)

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okaベヤ (神奈川県・相模原市)

359 おokaベヤ 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

賞届いて2日 乳米小

3個 **370円**(税**400円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

355 半斤3枚

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

賞届いて2日 米大小

半斤3枚 **185円**(税**200円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

356 1斤6枚

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩

賞届いて2日 米大小

1斤6枚 **353円**(税**381円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

357 おokaベヤ 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

賞届いて2日 米大小

1斤 **353円**(税**381円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

358 おokaベヤ 素焼きパン

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、塩

賞届いて3日 米小

1個 **515円**(税**556円**)

小麦(北海道)

ほんのり甘い
大粒の豆が入っていて
食べ応え◎





おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

360 おokaベヤ 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

賞届いて2日 乳米大小

2個 **310円**(税**335円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

361 おokaベヤ 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

賞届いて2日 米小

1個 **176円**(税**190円**)

小麦(北海道)、紅茶(スリランカ)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

362 おokaベヤ 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

賞届いて2日 卵乳米大小

2個 **352円**(税**380円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

363 おokaベヤ 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

賞届いて4日 卵大小

3個 **412円**(税**445円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

364 おokaベヤ 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

賞届いて2日 乳米大小

2個 **333円**(税**360円**)

金時豆(国内産)

自家製酵母パン Le・Lourdes

※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。



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

365 パン・ド・ミ(食パン) 1斤 8枚

賞届いて1~2日 小

270円(税**292円**)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

366 ノースライス

賞届いて1~2日 小

260円(税**281円**)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

367 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス

賞届いて1~2日 小

1斤 **300円**(税**324円**)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

368 バンズ

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

賞届いて1~2日 小

3個 **300円**(税**324円**)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

369 フルーツナッツ食パン(ノースライス)

賞届いて1~2日 小

1斤 **610円**(税**659円**)通常税込665円

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

一度食べたら
ファンになる!
人気の商品です♪



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



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

370 プレーンベーグル

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

凍賞30日 米小

1個 **167円**(税**180円**)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

371 全粒粉ベーグル

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

凍賞30日 米小

1個 **194円**(税**210円**)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

372 いちごベーグル

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

凍賞30日 米小

1個 **222円**(税**240円**)

小麦(北海道)、いちご(茨城県)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!



池田食品(埼玉県・所沢市)

373 ママン モチモチ手のぼしナン

手のぼして焼き上げたもちり食感。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

凍小

210g(3枚入り) **300円**(税**324円**)

小麦粉(北海道)



オリオンベーカリー(岩手県・花巻市)

374 発芽玄米入りクロワッサン

岩手県産の小麦を使ったクロワッサンです。

賞35日 卵乳米大小

10個 **600円**(税**648円**)

小麦(岩手県) [放]不検出<3.8<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

前日OK!は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。

※紛失された場合は供給担当まで



かわばた園(静岡県・静岡市)

719 上煎茶

若い葉を茶刈り機で収穫したお茶です。渋みの少ない香りある若芽のお茶をお楽しみください。農薬無散布。

賞180日

100g **1310円**(税**1415円**)

茶葉(静岡県) [放]不検出<0.5<0.5



童仙房茶舗(京都府・南山城村)

375 童仙房茶舗 宇治有機ほうじ茶

有機栽培一番茶の刈り残しを遠赤外線香ばしく焙じたほうじ茶です。香り高い飲み口とすっきりした後味をお楽しみください。

120g **550円**(税**594円**)

緑茶(京都府)



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

376 低温焙煎 庄内の麦茶(ティーバッグ)

無農薬の大麦を低温でゆっくり煎り上げた麦茶。500mlの熱湯を入れた水筒に一袋入れて、2時間程度で美味しい麦茶に。

30g×10 **550円**(税**594円**)

大麦(山形県)



ランカスター(千葉県・千葉市)

377 アールグレイティー(リーフ)

柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。

100g **550円**(税**594円**)

紅茶(スリランカ)



ランカスター(千葉県・千葉市)

733 セイロン紅茶(ティーバッグ)

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

2g×50 **320円**(税**346円**)

紅茶(スリランカ)

現地の味そのままに再現した本格的チャイ



ランカスター(千葉県・千葉市)

378 チャイバ이스ティー(ティーバッグ)

セイロン紅茶にジンジャー、シナモン、カルダモン、クローブ、ナツメグ、ペッパーの6種のスパイス入り。

2g×20 **500円**(税**540円**)

紅茶(スリランカ)



プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

379 ブレンドコーヒー(粉)

ブラジルのパウリーニョさん、グアテマラのサンタフェリサ農園、フルボン農園の豆を使い、コク深く香り高く仕上げました。

200g **900円**(税**972円**)

コーヒー豆(ブラジル、グアテマラ)



ナガノトマト(長野県・松本市)

380 国産温州みかん 100

国産の温州みかんを搾った果汁100%ストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。

賞150日

125ml×3 **405円**(税**437円**)



長野興農(長野県・長野市)

381 信州りんごジュース(シナゴールド)

長野県産のオリジナル品種シナゴールドのみを使用。酸化防止剤不使用。

160g×6 **740円**(税**799円**)

りんご(長野県)

季節・数量限定のフルーティーで飲みやすいにがりワイン



ワイン工場での発酵途中のモロミを何も手を加えずに瓶詰め。工場でしか飲めなかった、搾った直後の正に『旬』の味わいを楽しめるワイン。未発酵の糖分を含み、液も濁っていて、ガスも少し含んでいます。出来たて搾りたてのフレッシュさを楽しんで頂けます。

酸化防止剤無添加

アルコール度数が低めで、ジュースに近いデザートワイン。非加熱で瓶詰め、酵母や酵素が生きています。

林農園(長野県・塩尻市)

384 五・ヴァンブーリュにがり(白・甘口)

720ml **1458円**(税**1604円**)

山形県 [放]不検出<0.5<0.5

水やお湯で約5倍に希釈してお召上がりください



創健社(神奈川県・横浜市)

382 醗酵生姜(飲料)

国産生姜を酵母発酵技術を用い、飲みやすい発酵飲料に仕上げました。生姜粉末を加える事により生姜のパンチも効かせております。

565ml **1980円**(税**2138円**)

生姜(国内産)



ゴールドバック(長野県・松本市)

383 北海道トマト 100%(無塩)

北海道の大地で真っ赤に育ったトマトを収穫して直ぐ搾ったストレートタイプのトマトジュースです。食塩無添加。

160g×20 **2850円**(税**3078円**)

トマト(北海道)

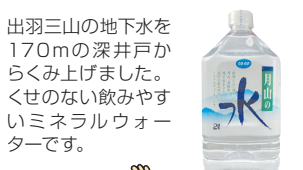


日本生活協同組合連合会

754 CO ただの炭酸水 200ml

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。

200ml×24 **1248円**(税**1344円**)



日本生活協同組合連合会

756 CO月山の水2ℓ<<PET>>

2ℓ **125円**(税**135円**)

山形県 [放]不検出<0.5<0.5





組合員さんの声広場

無リンでしあげた 素材の味わい

一般の魚肉練製品の多くには、原料となる魚のすり身の段階で添加物『重合リン酸塩(ポリリン酸ナトリウム)』が添加されています。リン酸塩を添加すると、水をどんどん吸ってふくれます。だから少しの原料でたくさんの製品ができ、安く作ることができ、またシコシコした歯ごたえも良くなります。鹿児島県・松野下蒲鉾は、重合リン酸塩を使わず魚肉のすりみ(スケソウダラ、エソ)を主原料に素材の味を最大限活かして作っています。



焼ちくわ、一味違う美味しさです。(龍ヶ崎市・Sさん)

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

386 焼ちくわ

冷蔵 賞15日 米

すけそうだら (北海道)

5本130g

250円(税込270円) 通常税込281円

無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、イトヨリタイ)を主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。



春の訪れを告げる

きたちな 茎立菜

越冬性のアブラナ科植物で、春になり茎が伸びたものの総称です。ほろ苦い味わいが特徴で、さっと茹でて、おひたし、煮びたし、また炒め物などでお召し上がりください。



なつかしい茎立菜をカタクダロクで見かけて、すぐ申し込みました。やわらかくて少し苦味のある春の味です。また食べた事の無い方にもおすすめしたいです。(つくばみらい市・Iさん)

無農薬

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、炒め煮などどうぞ。農薬無散布。

おきたま興農舎・高橋さん達 (山形県・高島町)

387 おきたまの茎立菜

約200g 225円(税込243円)

山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

まさに名店で食べる 美味しさ

レトルトカレー部門 人気商品

ゴロっと2本入った手羽元は、骨から身がほろりとほどける柔らかさ。さらりとした口当たりの辛口カレーです。夕食の一品や来客時にも使えます。



秋川牧園のチキンカレーに待ちに待っていました。本当に美味しいです! (取手市・Nさん)



秋川牧園 (山口県・山口市)

388 秋川牧園の本格チキンカレー

米 大 小

220g 425円(税込459円) 通常税込473円

秋川牧園の若鶏手羽元をまるごと2本使用したチキンカレーです。



レトルトパウチ 食品です

今週のらくうまゴハン♪

タケノコと豚肉のハーモニー



調理時間 約4分 準備品 油

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(ピーマン、タケノコ、パプリカ、玉ねぎ) 2人前

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

389 国産野菜の青椒肉絲

ご家庭では手間の多い細切野菜とタケノコとタレ漬け豚肉のセットです。下処理済なのでフライパン1つでOKです。

冷蔵 賞届いて2日 卵米 大 小

2人前(約320g) 864円(税込933円) 通常税込1037円

玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

スタミナメニューの定番品



調理時間 約4分 準備品 油

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(人参、ニラ)、もやし 2人前

食塩相当量: 1.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

390 国産豚のニラレバ炒め

新鮮でおいしい野菜と本格ニラレバソースのセットです。野菜は下処理カット済みです。

冷蔵 賞届いて2日 米 大 小

2人前(約280g) 960円(税込1037円)

ニラ (国内産)、豚レバー (神奈川県)

カシューナッツの歯ごたえが魅力



調理時間 約7分 準備品 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、タレ漬け鶏肉、カシューナッツ 2人前

食塩相当量: 1.9g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

391 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め

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

冷蔵 賞届いて2日 米 大 小

2人前(約340g) 998円(税込1078円)

玉ねぎ (国内産)、鶏肉 (山口県)

白身魚の旨味と野菜がマッチ



調理時間 約5分 準備品 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) 2人前

食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

392 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 賞届いて2日 米 大 小

2人前(約375g) 998円(税込1078円)

玉ねぎ (国内産)、シイラ (長崎県)

黒酢で味に深みをプラス



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 2人前

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

393 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 賞届いて2日 卵米 大 小

2人前(約410g) 960円(税込1037円)

玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

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。

こう見るといかがでしょう?

ご飯はとても経済的で家計の強い見方にもなります。



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年にわたって農薬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年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。



宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015 白米 5kg 3500円(税込3780円)
502016 白米 2kg 1400円(税込1512円)
502017 玄米 5kg 3200円(税込3456円)
502018 7分 5kg 3500円(税込3780円)
502019 5分 5kg 3500円(税込3780円)

黒澤さん (宮城県・涌谷町)

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



やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg 2314円(税込2499円)
502032 玄米 5kg 2165円(税込2338円)

JAやさと稲作部会 (茨城県・石岡市)



ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

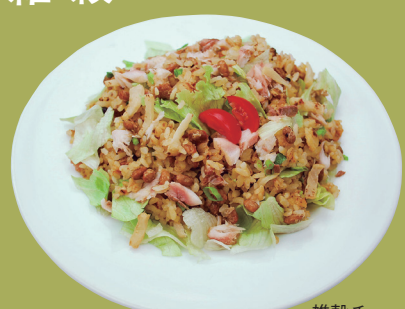
山形・おきたま興農舎

502041 つや姫(白米) 2kg 1630円(税込1760円)
502042 つや姫(玄米) 2kg 1565円(税込1690円)
502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 2750円(税込2970円)
502045 ひとめぼれ(胚芽精米) 2kg 1250円(税込1350円)

おきたま興農舎 (山形県・高島町)

雑穀

白米に混ぜて、食物繊維とミネラル類を摂取!



雑穀チャーハン

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



日本生活協同組合連合会

502073 CO 米粒状麦

800g 320円(税込346円) 大麦 (国内産)



アマランサス・そば・キビはとむぎ・大麦・キヌワの6種をブレンド。ミネラル、食物繊維の補給に。



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

502075 雑穀ブレンド

400g 711円(税込768円)



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	おきたま興農舎	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)。

春休みの
ランチやごはん

鳥幸商店 (千葉県・茂原市)

394 天津丼の具

凍卵か乳米大小 300g(150g×2) **375円(税405円)** 通常税込430円

卵 (国内産)

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

397 ライスバーガー 国産牛焼肉

醤油で焼きあげたライスプレートに特製焼肉たれで仕上げた国産牛と玉葱をサンド。加工澱粉：全体の0.5%以下

凍米大小 5個600g **1018円(税1099円)** 通常税込1126円

米・牛肉 (国内産)

新年度直前!

お弁当の準備に

瓶の回いっぱい!に身が詰まっています!

佐井村漁協 (青森県・佐井村)

404 津軽海峡 鮭フレーク

鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩

冷賞90日 100g **498円(税538円)** 通常税込562円

秋鮭 (青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

春のおやつ時間に
デザート&飲みもの

ちょっとひんやり

サツラク農協 (北海道・札幌市)

406 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

フレッシュで甘酸っぱい苺と練乳の味がベストマッチ

久保田食品 (高知県・南国市)

409 苺とミルクのアイスクャンデー

凍乳 80ml **180円(税194円)**

生乳 (北海道)・苺 (高知県)

ごま油香るあん
湯煎で温めて

鳥幸商店 (千葉県・茂原市)

394 天津丼の具

凍卵か乳米大小 300g(150g×2) **375円(税405円)** 通常税込430円

卵 (国内産)

国産野菜とお米で作りました

ニッキーフーズ (大阪府・泉佐野市)

398 香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン

凍卵米大小 230g×2 **389円(税420円)** 通常税込435円

米 (国内産)

ニッコー (神奈川県・大和市)

401 ひとくちソースとんかつ

粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをからめました。お弁当のおかずにも最適。レンジ加熱または自然解凍で。

凍米大小 6個120g **380円(税410円)** 通常税込427円

豚肉 (国内産)

厚切りきゅうりのパリパリした食感が楽しめます

浜食 (東京都・調布市)

405 ピリ辛きゅうり醤油漬

厚切りしたきゅうりを醤油、白だし、純米酢、唐辛子などの調味液で、パリパリした食感に仕上げました。

冷賞60日 米大小 200g **280円(税302円)** 通常税込313円

きゅうり (国内産)

お得2個組

サツラク農協 (北海道・札幌市)

406 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

香り立つバニラピーンズを使用した無添加アイスです

久保田食品 (高知県・南国市)

410 夢中熱中 バニラとあずきの最中

凍卵乳小 110ml **120円(税130円)**

生乳・小豆 (北海道)

原材料：かに玉(鶏卵(国産)、かに、椎茸、筍、ねぎ、砂糖、植物油、小麦粉、醸造酢、チキンブイヨン、食塩)、あん(醤油、チキンブイヨン、砂糖、発酵調味料、ごま油)/増粘剤(加工澱粉)

卵と蟹、筍、椎茸、葱を混ぜ、ふんわりと仕上げました。ほのかな甘さが美味しい。加工澱粉：全体の約2.4%

マスドミ (徳島県・徳島市)

395 まぐろ漬け丼(胡麻ダレ)

「ご飯に合う」をコンセプトに仕上げた漬け丼です。醤油ベースのタレに練ごま、白ごまを加えまろやかに。

凍賞30日 米大小 80g×2 **461円(税498円)** 通常税込538円

びんちょうまぐろ (太平洋)

煮干し・鯖・鯉のだしがきいたつゆ付

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

399 えび天そば

国産小麦粉と北米産そば粉の蕎麦にえび天やねぎの具材を盛り付けました。加工でん粉：具の約0.2%

凍米え卵米そ大小 2食496g **468円(税505円)** 通常税込538円

えび (インドネシア、ベトナム他)

茶豆が鮮やかで香ばしい

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

402 ごろごろ茶豆ちぎり揚

北海道産たらの無リンすり身とたっぷりの茶豆(全体の60%以上)の練り物。自然解凍レンジで温めて。

凍賞180日 米大 100g **329円(税355円)** 通常税込368円

茶豆 (国内産)・すけそうだら (北海道)

お弁当や軽食、おやつに!

リアス (千葉県・船橋市)

596 わかめご飯の素

石巻十三浜のわかめに国内産の白ごまと石川県珠洲産の海塩を加えました。わかめの風味がおいしいふりかけ。

20g **490円(税529円)** 通常税込551円

わかめ (宮城県)

大倉さん

大倉さん (長野県・安曇野市)

407 長野 大倉さんのりんごジュース

1L **660円(税713円)** 通常税込734円

りんご (長野県)

厳選抹茶の香りと味わいを
楽しんで

久保田食品 (高知県・南国市)

411 抹茶アイスクリーム

上質の抹茶を使用し、コクのある濃厚な味わいに仕上げました。

凍乳 110ml **190円(税205円)**

生乳 (北海道)・茶 (京都府)

フライパンで簡単!

秋川牧園 (山口県・山口市)

396 チキンカツ (和風醤油)

若鶏むね肉に下味をつけ、にんにく・生姜・醤油が香る和風のチキンカツ。フライパンでカラッと焼き上げて。

凍米卵米大小 200g **400円(税432円)** 通常税込447円

鶏肉 (国内産)

ラーメン部門
第3位

創健社 (神奈川県・横浜市)

400 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋

賞150日 大 75g×3 **510円(税552円)** 通常税込567円

乳・卵不使用でアレルギーの方にも安心

ニッコー (神奈川県・大和市)

403 ミニアメリカンドック

衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウイナー使用。ミニタイプでお子さんにぴったり。

凍米小 6本150g **384円(税415円)** 通常税込432円

そのままは勿論、サラダや煮物に

マルユウ (北海道・根室市)

683 さけ中骨水煮 2缶

北海道根室海峡で獲れた新鮮な秋鮭の中骨を水煮にしました。

180g×2 **710円(税767円)** 通常税込788円

鮭 (北海道)

次回から値上げになります

信州りんごジュース

信州りんごジュース (長野県・長野市)

408 信州りんごジュース 成分無調整

160g×20 **1950円(税2106円)**

りんご (長野県)

一度吸い始めたら、やめられない
(噴き出し注意!)

久保田食品 (高知県・南国市)

412 おっぱい アイスミルク

牛乳の素朴なおいしさをベースにバニラピーンズのほのかな甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。

凍乳 80ml **100円(税108円)**

生乳 (北海道)

表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記

4週に1回お届け 4週に3回お届け 隔週お届け 毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新 新発売の商品

特 特別価格商品

お届け時の温度帯

凍 冷凍品 冷 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

アレルギー表示

卵 卵 乳牛乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かに かに

「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アレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性を指します。

アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

主原料原産地

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

000 石岡 鈴木牧場 ヨーグルト(無糖)

生乳(茨城県) 400g **370円(税400円)**

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめましょう!