

はじめよう！
健康で経済的なくらし

2021年度 みんなで取り組む活動テーマ
笑顔ではぐくむ免疫力

co-op mail
joso
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます

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

2021年4月4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	4/19	4/20	4/21	4/22	4/23
定番品のお届け	4/26	4/27	4/28	4/29	4/30
特別企画品のお届け	5/3	5/4	5/5	5/6	5/7

簡単なのに
盛り上がる！

おうちで楽しく

プレートパーティー

みんなが楽しめる♪ ホットプレート料理

ホットプレートを使えば、色んな具材を一度にたくさん作ることができ、誰か一人がキッチンに立つのではなくワイワイ楽しみながら食べることが出来ます。また、洗い物が少なく済むというメリットもあります。そして、何と言っても出来立てアツアツの美味しさは格別！ご家族と過ごす楽しいひと時に、ホットプレート料理をぜひ活用してみてくださいね。



特

ローズポークの豚バラ焼肉用、コ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。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

11 ローズポーク徳用焼肉セット

冷蔵(賞6日) 200g×3種 1150円(税1242円) 通常税込1296円 茨城県



特

ふるさと

福永産業(福岡県・遠賀町) 特大 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用

鹿児島・坊津地区の生産者3名よりお届け。霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

凍(賞30日) 500g 2750円(税2970円) 通常税込3218円 鹿児島県



特

福永産業(福岡県・遠賀町) 13 特大 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用

坊津黒牛のモモ・肩肉をダイス状にカットしました。今回はお得な増量規格です。

凍(賞30日) 300g 1520円(税1642円) 通常税込1674円 鹿児島県



特

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

14 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(賞15日) 400g 798円(税862円) 通常税込900円 豚肉(国内産)



特

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 17 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) 30g×4 260円(税281円) 通常税込292円 すけそうだら(北海道、アメリカ)



特

秋川牧園(山口県・山口市) 18 鶏の焼きつくね

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

凍(賞6日) 卵米大小 180g 338円(税365円) 通常税込376円 鶏肉(山口県、他)



山田さん(茨城県・つくば市) 21 山田さんのしめじ(増量)

冷蔵 200g+50g 250円(税270円) 茨城県



吉澤さん達(群馬県・昭和村) 22 グリーンアスパラ

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



特

ニッコー(神奈川県・大和市) 23 ねぎ入りたこ焼 2パック

2袋でお届け。ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて。油で揚げてもおいしいです。 15個×2 凍(賞180日) 卵小 15個300g×2 712円(税768円) 通常税込820円 たこ(ベトナム)



特

ハッコー食品(千葉県・千葉市) 24 ブリュッセルワッフル

原材料:小麦粉、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料 約65g×6 凍(賞180日) 卵乳大小 595円(税643円) 通常税込653円 小麦(カナダ、他)



今回限りの大特価！
インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。



大特価

今回のみ

16 ブラックタイガー 3L

凍(賞180日) 5尾150g 680円(税734円) 通常税込862円 ブラックタイガー(インドネシア)



タイセイフーズ(青森県・むつ市) 15 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(賞6日) 3枚220g 465円(税502円) 通常税込518円 紫いか(青森県)



19 内麦焼そば(ソース無)

冷蔵(賞6日) 卵小 150g×3 187円(税202円) 通常税込213円 小麦(岩手県)



20 えび・いかミックス(増量)

凍(賞6日) 200g 380円(税410円) えび(インド)、アカイカ(北太平洋)



25 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538円) 青森県



26 炭焼き鰯タタキ「龍馬タタキ」

一本釣りした脂のりの良い鰯を、四万十川流域の稲葉を使ってあぶりました。別添の無添加たれ付き。 凍(賞60日) 米大小 300g、たれ15g 1390円(税1501円) 通常税込1598円 かつお(三陸東沖太平洋)

端午の節句は、子どもの成長をお祝いするイベントのため、縁起の良い食材を使った料理を食べるのが一般的。「勝男」とも書ける鰯は端午の節句にぴったりです。



16ページの特集も是非ご覧ください！

【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

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

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

“掘りたて” 今が旬!

竹の子は収穫時期の鮮度によって味わいも全く違います。ひと手間がかかりますが、今年はお家で竹の子料理を堪能してみませんか? 地元守谷市の生産者「アグリ古柿土」横瀬さんの竹の子です。竹の子ご飯、土佐煮等でお楽しみください。

※あく抜きはしていません。
※カタログ制作時点ではまだ掘れていないので、放射能検査はお届け時にお知らせ致します。

横瀬さん (茨城県・守谷市)
横瀬さんの竹の子

27 1.0 ~ 1.6kg

1.0~1.6kg **830円** (税込 **896円**) 通常税込 **1458円**

28 1.6 ~ 2.1kg

1.6~2.1kg **1100円** (税込 **1188円**) 通常税込 **1782円**

茨城県

生協本部まで10分のところに竹林があります。掘りたての竹の子をお届けします。



横瀬さん

組合員さんからの **クチコミ**

横瀬さんの筍はとても美味しかったです。届いてすぐに米ぬかを入れてゆでたのですが、エグミも全くなく柔らかくて春の味を堪能しました。(牛久市: Hさん)

地場の旬をお楽しみ下さい。竹の子ご飯、土佐煮等で。自然物、農薬無散布。



茨城県

ぜひ1度食べてみて! シーズン初

和製グレープフルーツ 無茶々園の「ひょう柑」



ポイント
★糖度がのって甘みが強い!
★ジューシーさを残しつつ引き締まった果肉♪

無茶々園 (愛媛県・西予市)

32 無茶々園のひょう柑

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。

1kg(3~5玉) **554円** (税込 **598円**)

愛媛県

石表島から南国フルーツをお届け

樹上で完熟させました。芯まで食べられると毎年好評。減農薬栽培。



アララガ農園・池村さん (沖縄県・西表島)

池村さんのパイナップル(ピーチ種)

33 2S サイズ 約800g~1kg **720円** (税込 **778円**)

34 4S サイズ 約500g~600g **520円** (税込 **562円**)

沖縄県

無農薬



松永農園 (静岡県・静岡市)

38 松永さんの甘夏

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

3玉 **360円** (税込 **389円**)

静岡県 【放】不検出 <3.9 <3.2

木下さん達 (愛媛県・西予市)



35 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。減農薬栽培。

800g **520円** (税込 **562円**)

愛媛県

甘さ★★★★ 酸味★ 香り★★★★



渥美農園 (静岡県・浜松市)

40 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



竹村さん (茨城県・かすみぐらう市)

43 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 **698円** (税込 **754円**)

茨城県 【放】不検出 <1.0 <1.0



赤羽根さん (栃木県・壬生町)

46 赤羽根さんのキウイフルーツ

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

200g (3~4玉入り) **248円** (税込 **268円**) 通常税込 **281円**

栃木県 【放】不検出 <3.9 <4.0



ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)

47 バナナ

約450~600g **310円** (税込 **335円**)

ペルー (トゥンベス地域)



作本さん達 (熊本県・熊本市)

48 大葉

10枚 **138円** (税込 **149円**)

熊本県



岩間さん達 (青森県)

49 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかって見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** (税込 **259円**)

青森県 【放】不検出 <3.6 <3.4



大紀コブファーム・しょうが生産者グループ (奈良県)

50 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



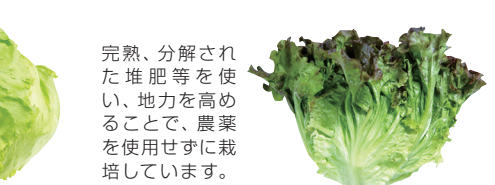
上野さん達 (栃木県・上三川町)

51 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) **115円** (税込 **124円**)

栃木県 【放】不検出 <3.9 <3.9



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

53 長島さんのレタス

1玉 **250円** (税込 **270円**)

茨城県 【放】不検出 <4.4 <3.9



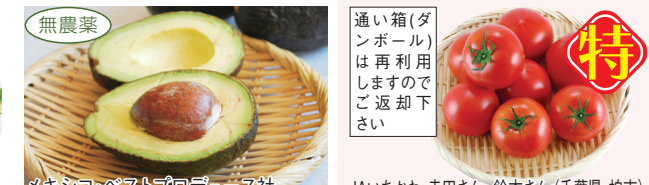
中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

55 中村さんのベビーリーフ

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

40g **160円** (税込 **173円**)

茨城県 【放】不検出 <4.0 <4.3



メキシコ・ベストプロデュース社

56 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作りしました。農薬無散布。

1玉 **320円** (税込 **346円**)

メキシコ



大木さん (茨城県・常総市)

58 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



右田さん達 (熊本県・芦北町)

60 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

ポイント

★糖度がのって甘みが強い!

★ジューシーさを残しつつ引き締まった果肉♪

無茶々園 (愛媛県・西予市)

32 無茶々園のひょう柑

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。

1kg(3~5玉) **554円** (税込 **598円**)

愛媛県

無農薬



松永農園 (静岡県・静岡市)

38 松永さんの甘夏

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

3玉 **360円** (税込 **389円**)

静岡県 【放】不検出 <3.9 <3.2

無農薬



大紀コブファーム (奈良県・五條市)

39 甘夏

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。減農薬栽培。

1.2kg(3~5玉) **416円** (税込 **449円**)

三重県

無農薬



濱上さん (鹿児島県・出水市)

36 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

無茶々園 (愛媛県・西予市)



37 無茶々園のジュシーフルーツ(河内晩柑)

文旦(ザボン)の枝変わりとして、果肉は軟らかく多汁です。農薬3回まで。

3kg **1498円** (税込 **1618円**)

愛媛県

無農薬



木下農園 (愛媛県・三瓶町)

41 ニューサマーオレンジ

白いワタ部分に苦味が少ないので黄色い皮だけをむき、一緒に食べると美味しい。減農薬栽培。

約600g **398円** (税込 **430円**)

愛媛県

無農薬



木下農園 (愛媛県・西予市)

42 南津海(なつみ)

糖度13~14度、酸1%前後と味のバランスがよく、果肉は、柔軟多汁で風味が良好です。減農薬栽培。

600g **520円** (税込 **562円**)

愛媛県

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください

無農薬



中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

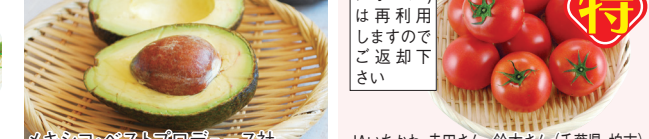
55 中村さんのベビーリーフ

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

40g **160円** (税込 **173円**)

茨城県 【放】不検出 <4.0 <4.3

無農薬



メキシコ・ベストプロデュース社

56 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作りしました。農薬無散布。

1玉 **320円** (税込 **346円**)

メキシコ

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)

57 柏田中の完熟トマト

時季を絞り、距離の近さで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 **630円** (税込 **680円**) 通常税込 **754円**

千葉県 【放】不検出 <3.9 <3.2

無農薬



藤嶋さん、瀧本さん (熊本県・天草市)

59 初恋スマートミニトマト

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

約180g **276円** (税込 **298円**)

熊本県

無農薬



作本さん達 (熊本県・熊本市)

48 大葉

10枚 **138円** (税込 **149円**)

熊本県



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**(税込 **162円**)
茨城県



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)

65 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



無農薬

微生物農法の会・宮内さん達 (茨城県・行方市)

62 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



浅野さん (茨城県・常総市)

66 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



最終
シーズン

木村農園 (茨城県・つくば市)

63 木村さんのかき菜

ビタミン、ミネラルも豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。減農薬栽培。

1束200g **165円**(税込 **178円**)
茨城県 【放】不検出 <4.0 <3.7



特

藤嶋さん (熊本県・天草市)

67 きゅうり

ハウス栽培にて農薬をできるだけ減らして栽培しました。そのまま、またはぬか漬、三五八漬けなどでどうぞ。減農薬栽培。

3本 **198円**(税込 **214円**)
熊本県



最終
シーズン

おきたま興農舎・和田さん達 (山形県・高島町)

64 チリメン五月菜(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 **260円**(税込 **281円**)
山形県 【放】不検出 <4.6 <4.2



井上さん達 (埼玉県)

68 紫アスパラ

生で食べられるアスパラ。薄くスライスしてサラダでどうぞ。茹でると紫色は抜けてしまいます。農薬無散布。

約100g **280円**(税込 **302円**)
埼玉県 【放】不検出 <3.9 <4.2

野菜サポート会員(継続募集)

地場野菜の端境期に入り、野菜セットを5月までお休みの生産者も出ています。登録者は2021年2月で180名を超えました。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。

野菜サポート会員に登録！

育てていた野菜が思ったより収穫できそう...

生産者から生協へ品目と数量の連絡

翌日、供給便でお届け！

収穫したての野菜が生協本部へ

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。これから余剰がしやすい時期です。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)

QRコード

からも登録可能！

今年は暖冬の影響で生育が早まりました！

絶品 長島さんの「きゅうり」

今年は全体的に気温が暖かく、長島さんのきゅうりが早くも登場です。自家製の堆肥・ボカシ肥料で土づくりから丁寧におこない、農薬無散布・化学肥料不使用で作りました。生命力溢れるきゅうりをお召し上がりください。



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

69 長島さんのきゅうり

旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農薬無散布・無化学肥料栽培。

500g(4~6本) **276円**(税込 **298円**)
茨城県



福山さん達 (宮崎県・新富町)

70 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g **194円**(税込 **210円**)
宮崎県

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)

74 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

切ってサラダに、すってろろにも◎



上村さん達 (青森県・八戸市)

80 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g **220円**(税込 **238円**)
青森県 【放】不検出 <4.0 <4.0



井上さん (埼玉県)、岩下さん達 (熊本県)

71 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 **263円**(税込 **284円**)
埼玉県、熊本県 【放】不検出 <4.0 <4.5



木村農園 (茨城県・つくば市)

75 木村さんのかぶ

漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

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



微生物農法の会・長島さん達 (茨城県・行方市)

81 人参

米糠などの自家製ぼかし肥を使い、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布。

500g **220円**(税込 **238円**)
茨城県 【放】不検出 <0.3 <0.4



無農薬

72 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**(税込 **235円**)
愛媛県



熊崎さん達 (愛知県・南知多町)

76 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) **198円**(税込 **214円**)
愛知県



井上さん (埼玉県・美里町)

73 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



木村農園 (茨城県・つくば市)

木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g **192円**(税込 **207円**)
茨城県 【放】不検出 <4.3 <6.9



あゆみの会・白鳥さん達 (茨城県・鉾田市)

78 干しいも(あゆみの会)

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。

150g **498円**(税込 **538円**)
茨城県 【放】不検出 <3.6 <3.9



福田さん達 (沖縄県・宮古島)

79 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。

400g前後 **350円**(税込 **378円**)
沖縄県



上村さん達 (青森県・八戸市)

80 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g **220円**(税込 **238円**)
青森県 【放】不検出 <4.0 <4.0



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

84 1kg

410円(税込 **443円**)

85 3kg

1100円(税込 **1188円**)
長崎県

きのこ...「きのこは木の子」...

丸金のえのきは風味が違います

近隣山林の間伐材を粉碎したオガ粉を畑(培地)として、自然環境にとことん近づけて、本来の美味しいえのき茸を栽培しています。グリルなどで焦げ目がつく位に焼いて、ポン酢や醤油でシンプルに頂くと違いが分かります。



丸金 (長野県・長野市)

86 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 **180円**(税込 **194円**)
長野県



丸金 (長野県・長野市)

87 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 **190円**(税込 **205円**)
長野県

山田さんのしめじ増量は1ページ21に掲載しています

88 舞茸

村上さん (栃木県・高根沢町)

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g **196円**(税込 **212円**)
栃木県 【放】不検出 <3.6 <4.3

89 エリンギ

あゆみの会・氷谷さん達 (三重県・尾鷲市)

100g **261円**(税込 **282円**)
三重県



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

90 安田さんのなめこ

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

70g **115円**(税込 **124円**)
福島県 【放】不検出 <3.7 <4.1

91 A品

原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。

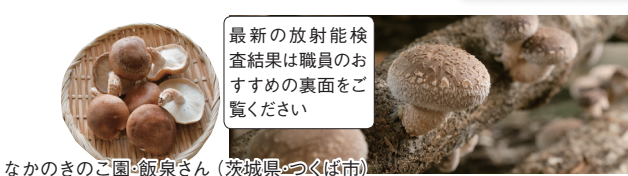
100g **210円**(税込 **227円**)
茨城県

92 B品

200g **225円**(税込 **243円**)

組合員さんからのクチコミ

エリンギ初めて注文しました。シーフードスープセットに入りました。歯ごたえがしっかりあり、とても美味しかったです。スーバー取り扱いに比べ、値段は倍近いですが、品質はとてよく満足しました。(M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

水産品

常総生協のしじみといえば茨城県の涸沼(ひぬま)の大和しじみですね。汽水湖である涸沼はしじみの生育に適していますが、近年漁獲量が減少。通常は他からの稚貝を放流して育てますが、涸沼は水門の無い過酷な自然環境から他からの貝ではうまく育ちません。どうやら遺伝的に違うようです。そこで漁師さんたちは涸沼でしじみの卵を採取し、稚貝から育てて放流しています。「守りながら、育てながら」。そんな貴重なしじみを貝専門「塩屋」さんが「活よりうまい冷凍しじみ」にしてお届けします。

4/23日は「しじみの日」
貝専門・塩屋のしじみ

塩屋のしじみが届くまで



1 鋤簾(しほり)という漁具で人力で獲ります。かなりの重労働です。



2 これが鋤簾。網目は資源保護のため12mmと決めています。



3 砂は抜き、旨味は残します。



4 選別は全て手作業目で見て、貝同士をぶつけて音を聞き、匂いでも選別します。

チャック付きなので
必要量使えて便利

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

93 徳用 涸沼のしじみ(冷凍)

凍 賞30日

しじみ(茨城県)

500g

748円(税込808円)

通常税込826円

【放】不検出 <3.6 <3.8

一昼夜(約12時間)かける緩慢(かんまん)凍結により“じわじわ”としじみに負荷をかけ旨味成分を増やします。

有数のやまとしじみの産地、涸沼(ひぬま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。

ちよつと
特別な日はちらし寿司で
きまり!

マストミ(徳島県・徳島市)

96 ビンチョウまぐろ(スライス)

身質が柔らかいのが特徴のビンチョウまぐろを手軽に使えるようにスライスカットしました。お刺身や丼などに。

凍 賞20日

50g×2

385円(税込416円)

通常税込432円

ビンチョウまぐろ(太平洋)

特

札幌中一(北海道・札幌市)

94 訳あり帆立貝柱

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

凍 賞90日

200g

728円(税込786円)

通常税込810円

帆立貝柱(北海道)

原料高騰により次回より値上げ



佐井村漁協(青森県・佐井村)

97 いくら醤油漬

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

凍 米大 小

40g

628円(税込678円)

通常税込713円

いくら(北海道、青森県) 【放】不検出 <3.5 <3.3

特

松岡水産(千葉県・銚子市)

95 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)



三河屋(愛知県・岡崎市)

98 愛知産しらす干し
徳用

大きめで味の良いいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をバック詰めしました。

凍 賞60日

60g

280円(税込302円)

通常税込313円

いわし稚魚(愛知県)

凍ったままさっと洗って調理してください



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

99 国内産冷凍あさり(増量)

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)



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

415円(税込448円)

やまとしじみ(北海道)



中村海産(富山県・氷見市)

101 ししゃもみりん干し

オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込み。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)



まるしち水産(千葉県・大網白里市)

102 真いわし丸干し(大)

千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。

凍 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



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

103 北海道産バクツと
真ほっけ一夜干し

北海道噴火湾で4～6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。

凍 賞180日

4～6枚220g

398円(税込430円)

真ほっけ(北海道)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

104 朝食用
近海真あじ開き

九州近海産の真あじを開き、塩のみで仕上げました。朝食用にちょうどいい大きさです。

凍 賞30日

3枚220g

438円(税込473円)

真あじ(九州近海)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

105 寒さばフィーレみりん干し

凍 賞30日 米大 小

2枚160g以上

498円(税込538円)

真さば(長崎県)

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と晩漬け込み、天日で干し上げました。



中村商店(北海道・函館市)

106 生干いか

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。焼きすぎにご注意!

凍 賞90日

1枚

375円(税込405円)

するめいか(北海道)



京都やま六(京都府・京都市)

107 さわら西京漬

東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。

凍 米大

2切140g

435円(税込470円)

通常税込484円

さわら(韓国)



京都やま六(京都府・京都市)

108 紅鮭西京漬

紅鮭を、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。

凍 米大

2切150g

598円(税込646円)

紅鮭(ロシア)



京都やま六(京都府・京都市)

109 かわいい柚子こしょう
味噌漬

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)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

110 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

430円(税込464円)

銀だら(アメリカ)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

111 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)

112 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)

113 寒さばフィーレ
(無塩)

長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い寒さばを、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)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

114 寒さわら切身(無塩)

五島列島、済州島海域で漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身に。無塩なのでアレンジ自在です。

凍 賞30日

約70g×2

528円(税込570円)

通常税込594円

さわら(五島列島、済州島海域)

お魚ひとくち

「春」の「魚」と書いて「鰯(さわら)」。でも、食べて美味しいのは実は冬です(春は産卵のため浅場に上がってきますが身はやせています)。鳴門魚類のさわらは、寒の時期に漁獲した原料のみを使用しています。

島香さんが目利きしてお届け!



丸友しまか(岩手県・宮古市)

115 島香さんの鮮魚セット(下処理済)

宮古港とその周辺の浜に水揚げされる旬の鮮魚です。水揚げ当日に料理しやすいように下処理します。

冷 賞2日

2～3種

1138円(税込1229円)

通常税込1294円

季節の鮮魚(岩手県)



丸友しまか(岩手県・宮古市)

116 鮮魚 真だら切身

岩手県宮古に水揚げされる旬の真だらを切身にして鮮魚でお届けします。

冷 賞4日

2切120g

440円(税込475円)

真だら(岩手県)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

117 料理の名人
(万能調味タレ)

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。

冷 賞60日 米大 小

250cc

498円(税込538円)

通常税込562円

旬のお魚と一緒に!
これ1本で味が決まる
万能調味料煮付け、塩焼き、ムニエル、
フライなどに

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

118 脂ののった真いわし
三枚おろし

入梅時期に千葉県沖で漁獲される大羽いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結しました。

凍 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



マストミ(徳島県・徳島市)

119 増量・めばちまぐろ
カマぶつ切り(焼物用)

めばちまぐろのカマを調理しやすい大きさにカットしました。焼いて酒の肴に、またバーベキューの素材にも。

凍 賞30日

400g

398円(税込430円)

通常税込441円

めばちまぐろ(太平洋)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

120 天然むきエビ(特大)

マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然えびを、現地工場で急速バラ凍結した1回凍結品です。

凍 賞180日 元

160g

548円(税込592円)

えび(マレーシア)



共和水産(岩手県・宮古市)

121 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

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



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

122 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 元

200g

420円(税込454円)

えび(インド)、ほたて(青森県)

水産品の
放射能検査について

・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

淡路の海が美味しくする 素材が引き立つ逸品

武田食品

(兵庫県・洲本市)

淡路・由良港



武田食品 (兵庫県・洲本市)

124 天日干し ちりめん上乾

淡路島で水揚げされたちりめんと程よい干し加減と塩加減で仕上げました。

冷蔵 賞60日

50g **460円**(税込**497円**)

ちりめん (兵庫県)

武田食品 (兵庫県・洲本市)

125 淡路島 天然わかめ (塩蔵)

淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。

冷蔵 賞90日

150g **398円**(税込**430円**) 通常税込**443円**

わかめ (兵庫県)

武田食品 (兵庫県・洲本市)

126 真だこやわらか煮

淡路島近海の真だこを使用。料理酒「蔵の素」を使い、たこの旨味を引き出しました。

冷蔵 賞60日 米 大小

80g **739円**(税込**798円**)

真だこ (淡路島近海)

札幌中一 (北海道・札幌市)

130 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)

131 ミズダコボイル (刺身用)

岩手県宮古に水揚げされたミズダコを食塩のみでボイル後、冷蔵でお届け。旨味がしっかりあります。

冷蔵 賞4日

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

ミズダコ (岩手県沖)

マストミ (徳島県・徳島市)

132 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 **530円**(税込**572円**)

きはだまぐろ (太平洋)

春が旬のきびなご! 揚げたてでどうぞ

127 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)

久々登場!

128 海鮮いかキムチ

岩手県産のするめいか、めかぶ、オキアミを使用してキムチにしました。冷蔵庫でカップのまま約2時間で解凍できます。急ぎの時は流水解凍で。

凍 賞180日 米 大小

110g **398円**(税込**430円**) 通常税込**448円**

するめいか (岩手県)

特別な日のごちそうに!

129 甘塩造り 村上さんのうに一夜漬

ウニのなかでは最高ランクに位置するエゾバフンウニの一夜漬。甘塩です。

凍 賞180日

60g **2180円**(税込**2354円**) 通常税込**2592円**

エゾバフンウニ (北海道)

やまた水産 (鹿児島県・阿久根市)

127 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)

共和水産 (岩手県・宮古市)

128 海鮮いかキムチ

岩手県産のするめいか、めかぶ、オキアミを使用してキムチにしました。冷蔵庫でカップのまま約2時間で解凍できます。急ぎの時は流水解凍で。

凍 賞180日 米 大小

110g **398円**(税込**430円**) 通常税込**448円**

するめいか (岩手県)

村上龍二さん (北海道・雄武町)

129 甘塩造り 村上さんのうに一夜漬

ウニのなかでは最高ランクに位置するエゾバフンウニの一夜漬。甘塩です。

凍 賞180日

60g **2180円**(税込**2354円**) 通常税込**2592円**

エゾバフンウニ (北海道)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

136 たらこ(切れ子)

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

凍 賞90日 米 小

55g **298円**(税込**322円**)

すけそうだら卵 (ロシア)

つかさ食品 (千葉県・南房総市)

137 フライパンで簡単! いわし竜田揚げ

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

凍 賞180日 米 大小

7~10枚160g **380円**(税込**410円**)

真いわし (千葉県)

つかさ食品 (千葉県・南房総市)

138 フライパンで簡単! さんま照りゴマ

北海道産のさんまを蒲焼のタレに漬け込み、小麦粉とゴマをまぶしました。お弁当にも、夕食の一品にも。

凍 賞180日 米 大小

6~7個160g **410円**(税込**443円**)

さんま (北海道)

桃屋食品 (北海道・札幌市)

139 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)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

144 骨までやわらか いわし生姜煮

加圧処理済みで骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、生姜などで味付け。加工澱粉：全体の0.6%。

凍 米 大小

75g×2 **355円**(税込**383円**) 通常税込**399円**

真いわし (国内産)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

145 骨までやわらか いわし梅しそ煮

加圧処理済みで骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、梅肉などで味付け。加工澱粉：全体の0.6%。

凍 米 大小

75g×2 **369円**(税込**399円**)

真いわし (国内産)

カネヨシ水産 (千葉県・九十九里町)

140 いわしごま漬

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

凍 賞90日 米 小

100g **280円**(税込**302円**)

かたぐちいわし (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)

141 とれとれいわし たたき身

日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたたき身です。

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

みうらや (茨城県・神栖市)

142 国産さばの味噌煮

国内産のさばを味噌ベースのたれで煮つけました。湯煎で。

凍 米 大小

240g (120g(固形80g)×2) **350円**(税込**378円**) 通常税込**394円**

さば (国内産) 【放】不検出<3.9<3.5

佐井村漁協 (青森県・佐井村)

143 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

冷蔵 賞90日

100g **520円**(税込**562円**)

秋鮭 (青森県) 【放】不検出<4.0<4.4

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

144 骨までやわらか いわし生姜煮

加圧処理済みで骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、生姜などで味付け。加工澱粉：全体の0.6%。

凍 米 大小

75g×2 **355円**(税込**383円**) 通常税込**399円**

真いわし (国内産)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

145 骨までやわらか いわし梅しそ煮

加圧処理済みで骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、梅肉などで味付け。加工澱粉：全体の0.6%。

凍 米 大小

75g×2 **369円**(税込**399円**)

真いわし (国内産)

見た目がかわいい ハンバーグを手作り! 飾り付けをお子さんと一緒に楽しめます♪

◆材料

鶏挽肉	300g
豆腐	1/2丁
切干大根	15g
塩、こしょう	各少々
酒	小2
サラダ油	適宜
人参、コーン、のり	適宜

付け合せ

じゃがいも	3コ
アスパラ	1束
ミニトマト	少々

◆作り方

- 挽肉は解凍し、豆腐は水きりしておく。切干大根は水でもどし、小さく刻む。
- 挽肉をよくこね、塩、こしょうをし、粘りが出たら豆腐、切干大根の順に入れよく混ぜる。
- 4等分し、空気を抜きながら形を整える。フライパンに油を熱し、中火で焼く。焦げ目がついたら返して酒を振り、ふたをして弱火で蒸し焼きにする。
- じゃがいもは皮をむいて四つ割りにし、ゆでて粉吹き芋にする。アスパラは硬い部分から折り、ハカマを取って半分に切りゆでる。
- ハンバーグに人参とコーン、のりで飾りつけ、じゃがいも、アスパラ、ミニトマトを添える。

切り取ってご活用ください

豆腐入りハンバーグ (鯉のぼり)

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

22 グリーンアスパラ	169 鶏挽肉	209 きぬ豆腐
-------------	---------	----------

春のお友だち 紹介 キャンペーン

今回はお友達、組合員さんの両方に ジュークリームをプレゼント♪

2021年 5月31日(月) 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!**

完熟トマトの爽やかマリネセット

セット内容

- 柏田中の完熟トマト 1kg
- 新玉ねぎ 1kg
- 食酢酢 360ml

紹介者の特典 **組合員にプレゼント!**

3000円分相当の常総生協 利用クーポン券をプレゼント

1枚 1,000円に相当し、注文提出時に添付していただく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

アーモンドクッキーシュー 3個

前回
好評



よつ葉乳業（北海道・音更町）

195 よつ葉濃厚ヨーグルト はちみつレモンピール

北海道産ミルクの濃厚な味と濃密な食感。レモンの爽やかさと、蜂蜜の自然な甘さを感じるヨーグルト。

冷蔵賞22日 乳 80g **150円** (税込 **162円**) 通常税込 **173円**
生乳（北海道）・レモン（国内産・チリ他）

特

旬の果物を入れてデザートに♪

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。



よつ葉乳業（北海道・音更町）

196 よつ葉プレーンヨーグルト

冷蔵賞届いて12日前後 乳 400g **230円** (税込 **248円**)
生乳（北海道） [放] 不検出 <3.3 <3.3



ホリ乳業（石川県・金沢市）

197 腸内活性 ヨーグルメイト(プレーン)

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

冷蔵賞21日 乳 380g **550円** (税込 **594円**)
生乳（石川県） [放] 不検出 <4.0 <4.0



ホリ乳業（石川県・金沢市）

198 腸内活性 ヨーグルメイト(加糖)

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

冷蔵賞21日 乳 90g×3 **465円** (税込 **502円**)
生乳（石川県） [放] 不検出 <4.0 <4.0



サツラク農協（北海道・札幌市）

199 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)

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

冷蔵賞18日 乳 80g×3 **212円** (税込 **229円**)
生乳（北海道） [放] 不検出 <3.9 <3.1



よつ葉乳業（北海道・音更町）

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このシンプルな素材で作りました。微糖タイプ。

冷蔵賞21日 乳 250g **176円** (税込 **190円**)
生乳（北海道）



日本生活協同組合連合会

201 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。

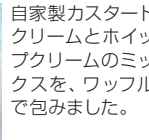
冷蔵賞届いて15日 乳 65ml×10 **178円** (税込 **192円**)



モシテール（東京都・足立区）

202 牛乳と卵のデザートワッフル

冷蔵賞届いて4日 卵 乳 大 小 4個 **227円** (税込 **245円**)
[放] 不検出 <3.4 <3.6



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。

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

4個

大豆加工品

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



おかべや（神奈川県・相模原市）

210 おかべや おぼろとうふ

冷蔵賞届いて3日 大 300g **148円** (税込 **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）

208 おかべや 宴もめん

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

冷蔵賞届いて5日 大 330g **189円** (税込 **204円**)
大豆（国内産）



おかべや（神奈川県・相模原市）

209 おかべや 雅きぬ

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

冷蔵賞届いて5日 大 330g **189円** (税込 **204円**)
大豆（国内産）

組合員さんからの
クチコミ
おかべやさんのおぼろとうふがとてもおいしかったです。おかべやさんで夕食に出したら、子ども達がバクバク…パパの分は残りませんでした。

長期保管は
冷凍で



おかべや（神奈川県・相模原市）

211 おかべや 生おから2袋

国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。

冷蔵賞届いて3日 大 300g **240円** (税込 **260円**)
大豆（国内産）



JAやさと（茨城県・石岡市）

223 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



JAやさと（茨城県・石岡市）

224 本味納豆 (タレ・カラシ無)

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

冷蔵賞7日 大 40g×3 **140円** (税込 **151円**)
大豆（茨城県） [放] 不検出 <3.4 <3.0



水府納豆（茨城県・常陸太田市）

225 水府納豆ミニ2 (タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

冷蔵賞10日 米 大 小 40g×2 **100円** (税込 **108円**)
大豆（茨城県） [放] 不検出 <2.9 <3.7



水府納豆（茨城県・常陸太田市）

226 押し麦入り納豆 (タレ・カラシ無)

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

冷蔵賞10日 大 40g×2 **165円** (税込 **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）

227 十勝の息吹 ひきわり2P (タレ・カラシ付)

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

冷蔵賞9日 米 大 小 40g×2 **172円** (税込 **186円**)
大豆（北海道）



登喜和食品（東京都・府中市）

228 黒大豆てんぺ

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

冷蔵賞30日 米 大 100g **350円** (税込 **378円**)
大豆（北海道）

日配品

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



鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

229 生芋あく抜きこんにゃく

昔ながらの缶蒸し製法で作りました。こんにゃくです。

冷蔵賞90日 220g **140円** (税込 **151円**)
こんにゃく芋（国内産） [放] 不検出 <3.5 <3.9



鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

230 生芋あく抜きしらたき

国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のの良い白滝です。

冷蔵賞90日 180g **140円** (税込 **151円**)
こんにゃく芋（国内産） [放] 不検出 <3.6 <3.6

こどもの日のお祝いに！



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

231 ちらし寿司の素

冷 賞90日 米 大 小

200g(2合用)

484円(税) 523円(税) 通常税込 544円

筍 (和歌山県)



2合用

筍、蓮根、人参、干椎茸、切昆布を、さっぱりした酸味のりんご酢をベースにした調味液で仕上げました。



たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)

232 だし巻玉子

冷 賞12日 卵 米 大 小

270g

335円(税) 362円(税) 通常税込 373円

卵 (徳島県)

特

非遺伝子組換え飼料使用の養鶏卵で製造。味付け調味料も国内産の原材料使用。かつお、昆布だしスープ使用。



特



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。

2合用

かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

236 炊き込みご飯の素 筍ご飯

冷 賞90日 米 大 小

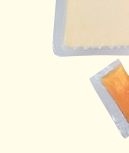
150g(2合用)

340円(税) 367円(税) 通常税込 378円

たけのこ (徳島県)



特



たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)

237 卵豆腐

遺伝子組換えでない飼料を使用した養鶏卵。調味料も国内産原料使用。

冷 賞12日 卵 米 大 小

120g x 2

280円(税) 302円(税) 通常税込 313円

卵 (徳島県)



特

中身は
ぷりぷり
鯖・松・雄武の
ほたて♪

やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)

238 こわれほたてキムチ

北海道(猿払・雄武地方)の生ほたて貝柱(割れ欠け)をオリジナルのヤンニョムジャンでキムチにしました。

冷 賞7日 え 米 大 小

150g

810円(税) 875円(税) 通常税込 896円

ほたて (北海道)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

233 新生姜の甘酢漬

国内産生姜をうす切りにし、甘酢漬にしました。

冷 賞30日 米

100g

250円(税) 270円(税)

新生姜 (国内産)



仁徳 (千葉県・船橋市)

234 黄金でんぶ

タラのすり身と本醸造特選醤油を使って、風味豊かなでんぶに仕上げました。

冷 賞30日 大 小

45g

180円(税) 194円(税)

でんぶ (徳島県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

235 味付かんぴょう

国産無漂白かんぴょうを砂糖、醤油、みりん、水あめを使って調味。手巻寿司やちらし寿司に。

冷 賞90日 米 大 小

100g

425円(税) 459円(税)

かんぴょう (栃木県) [放] 不検出 <3.5 <3.7



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

239 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) 286円(税)

豆 (新潟県、北海道)



浜食 (東京都・調布市)

240 洗いもずく

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

冷 賞10日 米

200g

240円(税) 259円(税)

もずく (沖縄県)



リアス (千葉県・船橋市)

241 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。

冷 賞90日

100g

270円(税) 292円(税)

わかめ (三陸) [放] 不検出 <3.8 <4.1



金子製麺 (神奈川県・中井町)

242 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 x 2
スープ47g x 2

365円(税) 394円(税)

小麦 (国内産)



2合用

かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

243 炊き込みご飯の素 五目鶏めし

自社製のいりこと昆布のだしをベースに国内産の具材を煮込んだ炊き込みご飯の素です。米2合用。

冷 賞90日 米 大 小

180g(2合用)

398円(税) 430円(税)

鶏肉 (国内産)



3合用

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

244 山菜ご飯の素

天然のわらび、ふき、うどを使い、かつおと昆布、椎茸でとったダシと醤油をベースにした炊き込みご飯の素。

冷 賞30日 大 小

170g(3合用)

380円(税) 410円(税)

わらび (山形県) [放] 不検出 <3.6 <3.5



仁徳 (千葉県・船橋市)

245 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) 243円(税)

昆布 (北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)

246 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) 410円(税)

黒大豆 (岩手県)



菊田商店 (東京都・練馬区)

247 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 x 5種

440円(税) 475円(税)

豆 (国内産)



山九水産 (山口県・長門市)

248 お魚ソーセージ(3本入)

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 賞90日

40g x 3

280円(税) 302円(税) 通常税込 322円

魚肉 (国内産)



特

3本入



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

250 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) 346円(税)

大根 (国内産)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

251 農家で漬けた白菜漬

添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬け、時間をおけば酸味のある漬物に。好みの召し上がり方でどうぞ。

冷 賞9日 米

250g

260円(税) 281円(税)

白菜 (国内産)



しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

252 ビリカラ大根

ノラの会で育てた大根に、生姜、赤唐辛子を加えて醤油ベースの調味液で煮ました。ご飯のおともに。

冷 賞30日 大 小

100g

280円(税) 302円(税)

大根 (山形県) [放] 不検出 <3.3 <3.5



浜食 (東京都・調布市)

253 ビリ辛きゅうり 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

290円(税) 313円(税)

きゅうり (国内産)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)

254 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 え 米 大 小

300g

498円(税) 538円(税)

白菜 (国内産)



丸山園 (静岡県・河津町)

255 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) 286円(税)

わさび (静岡県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

魚肉練り製品

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



いちうろこ (静岡県・静岡市)

258 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) 399円(税)

いわし (駿河湾)



いちうろこ (静岡県・静岡市)

259 小判揚

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

冷 賞14日 米

5枚150g

315円(税) 340円(税)

すけそうだら (アメリカ、北海道)



いちうろこ (静岡県・静岡市)

260 小竹輪

石臼ですったすけそうだらのすり身を使った素朴な味わいのちくわです。魚肉の味がしっかり味わえます。

冷 賞10日 米

5本

310円(税) 335円(税)

すけそうだら (アメリカ、北海道)

高橋徳治商店 こだわりの練り物



特

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

261 ささがきごぼうさつま揚げ

北海道のすけそうだらのすり身に国産ささがきごぼうを混ぜ、食べやすいサイズに揚げました。

凍 賞180日 米

130g

347円(税) 375円(税) 通常税込 389円

すけそうだら (北海道)



特

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

262 ソフトはんぺん

凍 賞180日 卵 米

4枚200g

384円(税) 415円(税) 通常税込 427円

すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

263 おとうふ揚げ

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

凍 賞180日 米 大

5個175g

295円(税) 319円(税)

すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

264 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) 340円(税)

すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

265 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

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）

266 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）

サラダ・あえもの・丼に!



日本生活協同組合連合会

267 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）



日岡商事（兵庫県・加古川市）

268 冷凍ほうれん草

九州地方の高品質のほうれん草を栄養分と風味を大切に素早く下処理し冷凍しました。お浸し、和え物等に。

凍 200g **330円**(税込**356円**)
ほうれん草（国内産）



フライパンやプレートで

ハーブとチーズの
香り豊かな味わい



まろやか&スパイスも
しっかり♪



コタニ（岩手県・大船渡市）

269 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 180日

40g×5パック **380円**(税込**410円**)
わかめ（岩手県）



コタニ（岩手県・大船渡市）

270 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 180日

40g×5パック **338円**(税込**365円**)
わかめ（岩手県）

サラダや豆ご飯などに



日本生活協同組合連合会

271 CO十勝の青えんどう豆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。

凍 200g **248円**(税込**268円**)
青えんどう豆（北海道）

お弁当に
おかずに♪



秋川牧園（山口県・山口市）

274 チキンナゲット

凍 卵米小

200g **409円**(税込**442円**)
鶏肉（山口県、他）



フライパンで簡単!



秋川牧園（山口県・山口市）

275 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 卵米大 200g **414円**(税込**447円**)
鶏肉（国内産）

しっかり味で生姜がきいています
溶き卵を加えて



マストミ（徳島県・徳島市）

276 神山人鶏やわらか揚げ親子丼の素

凍 90日 米大 小

160g×2 **446円**(税込**482円**)
鶏肉（徳島県）

特

組合員さんからの
クチコミ
生姜が効いてとてもおいしかったです。



ニッコー（神奈川県・大和市）

277 中華丼の具(醤油)

鶏から（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。

凍 米大 小 180g×2 **455円**(税込**491円**)
鶏肉（国内産）



マストミ（徳島県・徳島市）

278 鶏のから揚げ

無投薬の神山人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）



マストミ（徳島県・徳島市）

279 神山人鶏の塩麹竜田

自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山人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。

凍 90日 卵米大 小 150g **360円**(税込**389円**)
鶏肉（徳島県）



ニッコー（神奈川県・大和市）

280 鶏さばうハンバーグ

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×8 **400円**(税込**432円**)
鶏肉（国内産）



ニッコー（神奈川県・大和市）

281 ひとくちソースとんかつ

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

凍 米大 小 6個120g **395円**(税込**427円**)
豚肉（国内産）



大進食品（神奈川県・横浜市）

282 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 え乳小 170g×2 **537円**(税込**580円**)
小麦（イタリア）



ニッコー（神奈川県・大和市）

283 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 **425円**(税込**459円**)
大豆・鶏肉（国内産）



大進食品（神奈川県・横浜市）

284 北海道八雲発マムの帆立クリームコロッケ

北海道の酪農発祥の地・八雲町産の生乳で作った帆立入りクリームコロッケです。凍ったまま揚げ。

凍 乳米小 40g×6 **389円**(税込**420円**)
生乳（北海道）



大進食品（神奈川県・横浜市）

285 ママ 学校帰りのコロッケ

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げ。

凍 乳米大 小 60g×5 **380円**(税込**410円**)
じゃがいも（北海道）

食べて応援！
まぐろ漁師さんを支援しよう

コロナ禍で飲食店向け
売上減で困っています。
ご協力お願いします！



マストミ（徳島県・徳島市）

286 まぐろ団子甘酢ソース

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

凍 90日 卵米大 小 280g(4個×2) **398円**(税込**430円**)
まぐろ（台湾、日本）



マストミ（徳島県・徳島市）

287 まぐろのしぐれ煮

凍 90日 米大 小 50g×2 **270円**(税込**292円**)
まぐろ（太平洋）



組合員さんからの
クチコミ
お豆腐が入っているので、柔らかくて、味も優しく、胃にも重すぎなくてとてもよい商品です。お弁当にも、もう一品ほしいときにもオススメです。

ニッコー（神奈川県・大和市）

292 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 **440円**(税込**475円**)
鶏肉（国内産）

おうちで本格中華・
アジア料理♪



大進食品（神奈川県・横浜市）

288 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 卵大 小 18g×25 **549円**(税込**593円**)
豚肉（国内産）



飛鳥食品（東京都・江戸川区）

289 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 90日 米大 小 15個250g **495円**(税込**535円**)
豚肉（国内産）



日岡商事（兵庫県・加古川市）

290 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 大 小 45g×5個 **343円**(税込**370円**)
キャベツ・豚肉・玉葱（国内産）



マストミ（徳島県・徳島市）

291 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 90日 卵米大 小 130g **370円**(税込**400円**)
えび（インドネシア、ミャンマー）



飛鳥食品（東京都・江戸川区）

293 飛鳥の彩りシューマイ

彩りがきれいな国産野菜を入れて、お子様にも食べやすいサイズにしました。冷めても美味しく食べられます。

凍 120日 大 小 12個180g **337円**(税込**364円**)
豚肉（国内産）



飛鳥食品（東京都・江戸川区）

294 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 120日 米大 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）



ニッキー・ズ（大阪府・大阪市）

295 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。

凍 米大 小 14本420g **410円**(税込**443円**)
小麦（国内産）



飛鳥食品（東京都・江戸川区）

296 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 120日 乳米小 6本150g **373円**(税込**403円**)
豚肉（国内産）



大進食品（神奈川県・横浜市）

297 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 米大 小 5本200g **318円**(税込**343円**)
大豆・鶏肉・小麦（国内産）

特

おやつに
ちょうどいい大きさ

軽く温めて
ホット
プレートで
かりっと
焼いても

飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

298 飛鳥の手作り
ミニ肉まん

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

凍 賞120日 大 小

5個250g **389円**(税 **420円**) 通常税込 **451円**

小麦 (国内産)

特

駿河湾産桜えび入りで
ボリュームたっぷりです

2枚

日岡商事 (兵庫県・加古川市)

299 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) **504円**(税 **544円**) 通常税込 **564円**

野菜 (国内産)

特

原材料は国産小麦粉と
食塩のみ

200g×3玉 **412円**(税 **445円**)

日岡商事 (兵庫県・加古川市)

300 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 賞180日 小

200g×3玉 **412円**(税 **445円**)

小麦粉 (国内産)

特

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 2食入

2食556g **350円**(税 **378円**)

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

301 わかめどっさり
うどん

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

凍 え 米 大 小

2食556g **350円**(税 **378円**)

わかめ (韓国)

特

煮干し・鯉・鯉のだしがきいたつゆ付

2食入

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

302 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付けました。加工でん粉：具の約0.2%

凍 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)

特

飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

298 飛鳥の手作り
ミニ肉まん

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

凍 賞120日 大 小

5個250g **389円**(税 **420円**) 通常税込 **451円**

小麦 (国内産)

特

ポーラスタニ (石川県・白山市) 2種
×4個

280g
(2種×4個) **430円**(税 **464円**)

ポーラスタニ (石川県・白山市)

303 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) **430円**(税 **464円**)

米 (国内産)

特

小林さん (長野県・高山村)

304 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 卵 大 小

110g×2 **694円**(税 **750円**) 通常税込 **774円**

ブルーベリー (長野県)

特

ニッコー (神奈川県・大和市)

305 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 大 小

5切 **335円**(税 **362円**)

大豆 (国内産)

特

フジワラの青汁

90ml
×7 **950円**(税 **1026円**) 通常税込 **1285円**

フジワラ化学 (愛媛県・西条市)

306 フジワラの青汁

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

凍

90ml
×7 **950円**(税 **1026円**) 通常税込 **1285円**

ケール (愛媛県)

特

ニッコー (神奈川県・大和市)

307 ミニたい焼き(カスタード)

皮は国産小麦粉、クリームは牛乳と卵を使用したコクのあるカスタード(グリシンや乳化剤、着色料不使用)。

凍 卵 乳 小

10個350g **412円**(税 **445円**) 通常税込 **470円**

小麦 (国内産)

特

川光物産 (千葉県・千葉市)

308 冷凍白玉

もち米粉で作った白玉団子。必要な分だけ取り出して使えます。熱湯で3分、またはレンジで加熱して。

凍 米

250g **286円**(税 **309円**)

もち米 (国内産)

特

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

309 庄内産茶豆すんだ

素材の特徴を活かす製法として蒸し加熱で茶豆本来の風味や色合いの鮮やかさを残しました。餅や団子等に。

凍

150g **403円**(税 **435円**) 通常税込 **454円**

茶豆 (国内産)

特

冷凍和菓子の先駆者
岩手阿部製粉

4本入

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

310 芽吹き屋 よもぎだんご

国産の上新粉で作ったコシのある生地によもぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包みました。自然解凍で。

凍 米

4本180g **400円**(税 **432円**)

よもぎ (国内産)

食品調味料

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

【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

特

東京フード (茨城県・坂東市)

311 甜菜糖

北海道産の甜菜から作られた砂糖。まるやかで上品な甘さが特長。料理はもちろん、コーヒーなどにも。

凍 米

500g **380円**(税 **410円**)

甜菜 (北海道)

特

前日OK!

沖縄物産企業連合 (沖縄県・那覇市)

511 波照間島特産
黒糖かちわり

さとうきびの汁を煮詰めただけの伝統的な製法で作られた黒糖。舌の上でさらさらと溶け、甘味と苦味の両方が口に広がります。

凍 米

200g **290円**(税 **313円**) 通常税込 **324円**

さとうきび (沖縄県)

特

前日OK!

海の精 (東京都・大島町)

516 海の精 500g

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。

凍 米

500g **1200円**(税 **1296円**)

海水 (伊豆大島近海) 【放】不検出<1.9<1.6

特

前日OK!

海の精 (東京都・大島町)

312 海の精
ペッパーソルト

伊豆大島の自然海塩「海の精やきしお」と黒こしょう(オランダ産有機認証)、白こしょう(ドイツ産有機認証)を直前に煎って挽いたものをブレンド。

凍 米

55g **470円**(税 **508円**) 通常税込 **518円**

海水 (伊豆大島近海)

特

前日OK!

私市醸造 (千葉県・鎌ケ谷市)

602 すし酢
(昆布だし入り)

醸造酢に砂糖、塩、昆布だしを加えたバランスのよい寿司酢です。

凍 米

360ml **240円**(税 **259円**) 通常税込 **270円**

飯尾醸造

京都の中心地から離れた山間部にある棚田。無農薬での米作り。

特

前日OK!

飯尾醸造 (京都府・宮津市)

518 純米富士酢

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、コクとのかびのある純米酢に仕上げました。

凍 米

500ml **660円**(税 **713円**) 通常税込 **724円**

米 (京都府)

特

前日OK!

飯尾醸造 (京都府・宮津市)

313 富士玄米黒酢

水で5～8倍に薄めてお飲みください
無農薬栽培の玄米100%使用。米酢に比べ、アミノ酸を多く含みます。料理はもちろん、飲用としても。

凍 米

500ml **1450円**(税 **1566円**)

玄米 (京都府)

酒類

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 ※アルコール添加はしていません。
沼屋本店 (茨城県・つくば市)

314 常総寒仕込み
しょうゆ(火入れ)

冷 大 小

500ml **619円**(税 **669円**)

大豆 (茨城県) 【放】不検出<3.0<3.3

特

前日OK!

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。

前日OK!

キノエネ醤油 (千葉県・野田市)

526 丸大豆減塩しょうゆ

大 小

1ℓ **440円**(税 **475円**)

大豆 (アメリカ、他)

特

前日OK!

やまこみそ (茨城県・守谷市)

315 やまこ味噌
(濃・中辛)

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 賞120日 米 大

1kg **600円**(税 **648円**)

米 (国産)、大豆 (国産) 【放】不検出<3.2<3.5

塩分12%

士別農園で栽培した大豆と米を使用して仕込みました。大豆の煮汁を加え風味豊かに仕上げています。

士別農園 (北海道・士別市)

316 しべつみそ

冷 賞180日 米 大

1kg **700円**(税 **756円**)

大豆 (北海道)

特

これ一本でみりんの旨み、
お酒の風味を併せ持ちます

味のー醸造 (埼玉県・狭山市)

317 味の母

米と米麹を醗酵させて生まれた自然な甘みが、素材の旨さを引き出してくれる醗酵調味料。

凍 米

720ml **730円**(税 **788円**) 通常税込 **810円**

米 (国内産)

特

前日OK!

日本生活協同組合連合会

318 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。

凍 米

1.8ℓ **730円**(税 **803円**)

米 (国内産)

特

前日OK!

オーストラリア産菜種から圧搾法により搾り取ったサラダ油です。

前日OK!

ポーソー油脂 (東京都・中央区)

547 一番しぼり菜種油
910g

凍 米

910g **510円**(税 **551円**)

菜種 (オーストラリア)

特

前日OK!

九鬼産業 (三重県・四日市市)

319 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。

凍 米

340g **630円**(税 **680円**)

胡麻 (ナイジェリア、他)

特

前日OK!

森文醸造 (愛媛県・内子町)

543 アセロラぼんず
(360ml)

生しぼりしょうゆにアセロラ、ゆず果汁を加えたぼんず。たん白加水分解物使用。

凍 米 大 小

360ml **560円**(税 **605円**) 通常税込 **616円**

アセロラ (国内産)

特

前日OK!

笛木醤油 (埼玉県・川島町)

320 金笛
胡麻ドレッシング

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。原材料：植物油、胡麻、醸造酢、醤油、三温糖、卵黄

凍 賞100日 卵 米 大 小

390ml **890円**(税 **961円**)

胡麻 (中国)

特

前日OK!

リアス (千葉県・船橋市)

321 昆布ドレッシング

北海道産真昆布を使用した海藻専門店のドレッシングです。遺伝子組換え原材料不使用。

凍 賞180日 卵 米 大 小

200ml **445円**(税 **481円**)

真昆布 (北海道)

特

前日OK!

私市醸造 (千葉県・鎌ケ谷市)

531 マヨネーズ
(キサイチ)

全卵と、圧搾したなたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。

凍 卵

330g **460円**(税 **497円**) 通常税込 **513円**

なたね (オーストラリア)

特

前日OK!

ユニオンソース (栃木県・日光市)

534 あらごし
完熟ケチャップ

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。

凍 米

300g **380円**(税 **410円**)

トマト (国内産)

特

前日OK!

チヨダ (埼玉県・戸田市)

322 ラー油

淡口ごま油と濃口ごま油をブレンドし、国産の無農薬の赤とうがらしを加えました。

凍 米

45g **380円**(税 **410円**)

ごま (アフリカ、中南米諸国)

丸大豆寒仕込みしょう油がベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。



沼屋本店 (茨城県・つくば市)

323 沼屋 焼肉のたれ

大豆 (国内産) 260g **385円** (税 **416円**) 通常税込 **427円**

組合員さんからの

クチコミ
にんにくが効いていて、焼肉屋さんのたれのように、家族みんなが大絶賛です。お肉がより美味しくなって、体も喜ぶうまでです。

プレートパーティーに♪

焼肉、焼きそばにも!
長崎の平釜炊き塩を使い、発酵調味料、醸造酢、にんにくと長ねぎのみじん切り、レモン果汁を加えたさっぱり塩味のたれです。



ポールスタア (東京都・東村山市)

324 桃花林 塩だれ

150ml **270円** (税 **292円**) 通常税込 **308円**

肉料理、サンドイッチに、ソースやドレッシングにも!



創健社 (神奈川県・横浜市)

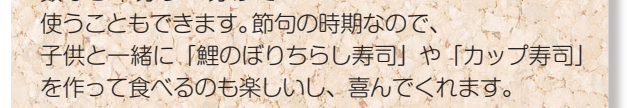
325 オーガニック粒マスタード

有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなオーガニック粒マスタードです。

90g **450円** (税 **486円**)
有機マスタード種子 (カナダ)

今週のおすすめ

簡単に出来て、日持ちも良いです。米3合分なので家族が多くても大丈夫です。少人数なら半分ずつ分けて使うこともできます。節旬の時期なので、子供と一緒に「鯉のぼりちらし寿司」や「カップ寿司」を作って食べるのも楽しいし、喜んでくれます。



蓮根、人参、えのき、干びょう、椎茸、筍をこだわりの調味料で味付け。炊いたご飯にまぜるだけ。米3合分。

長野森林組合 (長野県・長野市)

601 鬼無里五目寿司の素

210g **345円** (税 **373円**) 通常税込 **389円**

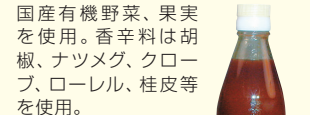


桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

623 お好み焼粉

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。

400g **430円** (税 **464円**) 通常税込 **475円**
小麦 (岐阜県)



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 **378円**)



ボークス (東京都・東村山市)

326 東村山黒焼そばソース

東京都東村山市の町おこしとして開発された焼そばソース。ウスターソースにイカ墨、黒酒、香辛料を加えて旨みを引き出しました。

200ml **430円** (税 **464円**) 通常税込 **486円**



ポールスタア (東京都・東村山市)

327 青森県田子町産100%みじん切りにんにく

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

70g **390円** (税 **421円**)
にんにく (青森県) [放] 不検出 <3.2 <3.2



創健社 (神奈川県・横浜市)

578 和風だし一番

化学調味料、合成甘味料、保存料不使用の顆粒状のだしの素。

8g×10 **362円** (税 **391円**)



創健社 (神奈川県・横浜市)

328 中華風だし一番

中華料理の要となるだしのうまみを凝縮した万能だしです。野菜とオイスターのうまみを効かせた味とコク。

8g×10 **345円** (税 **373円**) 通常税込 **381円**



丸新商会 (千葉県・市川市)

329 豆板醤

中華料理には欠かせない唐辛子みそ。麻婆豆腐、炒め物、ラーメンなどに独特の風味と辛みを出せます。

130g **315円** (税 **340円**)
唐辛子 (中国)



丸新商会 (千葉県・市川市)

330 甜麺醤

中華料理用の甘みそです。肉味噌や、甘みを生かして炒め物などの味付けに。

130g **320円** (税 **346円**)
大豆 (中国)



リアス (千葉県・船橋市)

585 素干しばらののり

熊本県有明海産、磯の香り豊かな海苔です。刻まずにそのまま干しているため、歯触りがよく、とろけません。

6g **330円** (税 **356円**) 通常税込 **373円**
のり (熊本県)



長谷川商店 (東京都・中央区)

331 焼のり(有明産)

有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼き上げました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。

全型10枚 **380円** (税 **410円**)
のり (有明海)



日本生活協同組合連合会

574 CO味バック合わせだし6袋入×5パック

国産いわし煮干、いわしぶし、あじ煮干し、かつおぶし、昆布、椎茸を使った合わせだしです。食塩・化学調味料不使用。

10.5g×6×5 **555円** (税 **599円**)



リアス (千葉県・船橋市)

559 徳利用尻昆布カットタイプ

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

44g **490円** (税 **529円**)
昆布 (北海道)



リアス (千葉県・船橋市)

570 欠け葉干し椎茸(小さめタイプ)

原木栽培の干しいたけ。選別した際に出る欠け葉の部分ですが、味は形の整ったものと変わりありません。

50g **520円** (税 **562円**)
しいたけ (宮崎県、他)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

332 切干大根

二度干ししてあるので甘みがあり、戻りも良いです。

50g **230円** (税 **248円**)
大根 (国内産)



リアス (千葉県・船橋市)

587 房州ひじき(天然長ひじき)

房州産のひじきです。水で戻すとカサがふえます。油揚げや人参と炒め煮に。ひじきご飯に使っても美味。

25g **450円** (税 **486円**)
ひじき (千葉県) [放] 不検出 <4.6 <4.1



無茶々園 (愛媛県・西予市)

333 無茶々園鷹の爪

農業、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の唐辛子を、丸ごと丁寧に乾燥させました。

7g **240円** (税 **259円**) 通常税込 **270円**
唐辛子 (愛媛県)



上新粉200gに白玉粉25gと片栗粉25g、お湯180ccの割合 (10個分)

①蒸し器に布巾を敷き、こねた粉を手でひとにぎりつまみ、間を蒸して並べていく。
②蒸し上がった布巾ごと取出し、15～18回ギュッとともみ込む。
③もみ上がった生地は大きめのビニール袋に入れ、口をあけたまま冷水に30分程度つけて熱をとる。
④冷めたら10等分にちぎり楕円形にのばす。



川光商事 (東京都・中央区)

334 玉三 上新粉

国内産うるち米を100%使用した上新粉です。風味のよいだんごができます。

220g **160円** (税 **173円**) 通常税込 **184円**



川光商事 (東京都・中央区)

335 玉三 極上白玉粉

新潟産水稲もち米の粉。冷菓作りにも。

200g **340円** (税 **367円**) 通常税込 **378円**
もち米 (新潟県)



川光商事 (東京都・中央区)

622 片栗粉

北海道産馬鈴薯澱粉100%使用。とろみが強く透明度があります。あんかけ、とろみづけ、唐揚げに。

400g **210円** (税 **227円**)
じゃがいも (北海道)



日本生活協同組合連合会

710 CO瀬戸内海産食べる煮干 50g

瀬戸内産の小魚を100%使用。カルシウム豊富な、まるごと食べられる煮干です。原材料：片口いわし、食塩

50g **183円** (税 **198円**)
片口いわし (瀬戸内海)



九鬼産業 (三重県・四日市市)

338 九鬼国産ごまふりかけ

国産素材で作ったふりかけです。金ごまの食感と香ばしい香り、かつお節と海苔の旨味がご飯に合います。

25g **240円** (税 **259円**) 通常税込 **270円**
金ごま (国内産)



川光商事 (東京都・中央区)

336 わりあん

北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

260g **270円** (税 **292円**) 通常税込 **308円**



川光商事 (東京都・中央区)

337 つぶあん

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

260g **270円** (税 **292円**) 通常税込 **308円**



士別農園 (北海道・士別市)

582 小豆

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

300g **395円** (税 **427円**)
小豆 (北海道)



ニューオークボ (千葉県・柏市)

339 タリアテレ

幅広の平打ち麺。小麦の風味と抜群のもちもち感が楽しめます。カルボナーラ、ポロネーゼなどの濃厚なソースに合います。

300g **280円** (税 **302円**)
小麦 (カナダ、アメリカ)



ナガノトマト (長野県・松本市)

340 あらくつぶしたトマトピューレづけ

イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ピューレ潰けにしました。トマトを切らずに使えます。

390g **230円** (税 **248円**)
トマト (イタリア)



農家レストランどんぐりてい (茨城県・坂東市)

341 そば粉

特別栽培の常陸秋そばです。甘皮が付いた状態で。す。甘皮を付けたまま、どんぐりていの石臼でひいています。

500g **970円** (税 **1048円**) 通常税込 **1080円**



農家レストランどんぐりてい (茨城県・坂東市)

342 そばの実

特別栽培の常陸秋そばです。甘皮が付いた状態で。

500g **1060円** (税 **1145円**)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

343 つぶれ梅干

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

500g **1120円** (税 **1210円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

344 玄米丸もち

もち米は庄内産のもち米。減農薬・無化学肥料栽培。

500g **610円** (税 **659円**) 通常税込 **697円**
玄米もち米 (山形県) [放] 不検出 <1.5 <1.4



組合員さんからの

クチコミ
市販よりきめ細かく、食感軽く美味しかった～

もち米は庄内産のもち米。減農薬・無化学肥料栽培。

菓子

・化学調味料は全て不使用。
シンプルな内容のものを中心に扱います。
※お子さんが食べる機会が多い為、原材料を表記しています。

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



サンコー (愛知県・豊橋市)
708 アーモンドじゃこ
原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま
賞120日

7g×5 **200円**(税込**216円**)
片口いわし(日本近海)



日本生活協同組合連合会
351 CO風味豊かな発酵バターのSB12本
発酵バター21%、北海道バター10%を使用し、風味豊かに焼き上げたショートブレッドです。
乳小

2本×6袋 **297円**(税込**321円**)
小麦粉(日本、アメリカ)



精華堂霞総本舗(東京都・江東区)
355 カマンベールチーズおかし
原材料:有機もち米、ナチュラルチーズ、有機植物油、有機白醤油、砂糖、昆布、かつお節、みりん
賞100日 乳米大小

9個 **465円**(税込**502円**)
もち米(宮城県) [放]不検出 <4.1 <4.3



360 香るピーナッツクリーム(無糖)
落花生100%のピーナッツクリーム(無糖タイプ)です。
賞180日 落

230g **740円**(税込**799円**)
落花生(千葉県) [放]不検出 <4.1 <4.2



サンコー (愛知県・豊橋市)
685 ひじきスティック
原材料:小麦粉、三温糖、植物油脂(パーム油)、ショートニング(パーム油)、加糖脱脂練乳、昆布パウダー、食塩、ひじき、脱脂粉乳、膨張剤(重碳酸アンモニウム、重曹)
乳米小

115g **230円**(税込**248円**)
小麦(国内産) [放]不検出 <4.0 <4.2



キング製菓(愛知県・小牧市)
689 うの花クッキー
原材料:小麦粉、てんさい糖、ショートニング(パーム油、米油)、おから、豆乳、コーンスターチ、塩、重曹
賞180日 米大小

80g **189円**(税込**204円**)
小麦(国内産) [放]不検出 <3.7 <4.4



サンコー (愛知県・豊橋市)
352 国産野菜のかりとう
原材料:小麦粉、植物油脂(米油、菜種油)、砂糖(粗糖、てん菜糖)、水飴、野菜粉末(にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、ごぼう)、食塩、イースト
賞90日 米小

20g×4 **248円**(税込**268円**)
小麦(国内産) [放]不検出 <3.8 <3.7



サンコー (愛知県・豊橋市)
356 玄米粉入り蒸しパン
原材料:小麦粉(国内産)、砂糖(てん菜糖)、焙煎発芽玄米粉、有機ショートニング、イースト(酵母)、食塩、膨張剤(ベーキングパウダー)
賞60日 米小

3個 **345円**(税込**373円**)
小麦粉(国内産)



ますだ(千葉県・八街市)
360 香るピーナッツクリーム(無糖)
落花生100%のピーナッツクリーム(無糖タイプ)です。
賞180日 落

230g **740円**(税込**799円**)
落花生(千葉県) [放]不検出 <4.1 <4.2



日本生活協同組合連合会
345 CO国産小麦の海藻バー 85g
3種類の海の素材(昆布、ひじき、わかめ)をさっくり軽い食感の生地に練り込んだスティックビスケットです。
乳小

85g **100円**(税込**108円**)
小麦粉(国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
346 ミニミレー
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・重碳酸アンモニウム)
賞150日 米小

23g×5連 **220円**(税込**238円**)
小麦(国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
353 玄米おこし
原材料:水飴、玄米、黒砂糖、麦芽糖、てんさい含蜜糖、落花生、パーム油、インマルトオリゴ糖、食塩
賞120日 落米

10枚 **208円**(税込**225円**)



三源庵(京都府・京都市)
357 半熟かすてら プレーン
バンデローというカステラの前身であるポルトガルの伝統菓子を参考に、職人が絶妙の火加減で濃厚な口溶けを追求した三源庵の新境地です。
賞45日 卵小

1個 **1000円**(税込**1080円**)
卵(国内産)



砂糖がけ、醤油がけの
小粒あられを
ミックス



お子様にも安心してお召し上がりいただける素材にこだわりの商品です。

精華堂霞総本舗(東京都・江東区)
鯉のぼりあられ
賞160日 米大小

40g **390円**(税込**421円**)
347 赤

40g **390円**(税込**421円**)
348 青
もち米(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)



旭食品(山梨県・富士川町)
358 十穀シリアル
原材料:甜菜糖、玄米、白米、丸麦、もち玄米、もち黒米、たかきび、食塩、はとむぎ、もちきび、もちあわ、うるち、ひえ
米

150g **530円**(税込**572円**)
雑穀(国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市)
349 お菓子の詰め合わせ(子どもの日)
子どもの日限定パッケージ。人気のお菓子3種をセットにしました。
賞120日 米小

3種9袋 **290円**(税込**313円**)
通常税込**324円**



ムソー(大阪府・大阪市)
350 のりものクッキー 7枚
有機小麦粉、有機砂糖、有機ココアパウダーなど厳選された原材料で作った、のりもの型のクッキーです。
賞120日 卵乳小

7枚 **360円**(税込**389円**)
通常税込**400円**
有機小麦(オーストラリア)



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)



創健社(神奈川県・横浜市)
359 梅エキスキャンディー
原材料:砂糖、水飴、梅エキス、黒糖、菜種油
賞100日 米

30g **245円**(税込**265円**)
もち米(国内産)



セット内容:フルーツラムネ4袋(8g×4袋)、ミレービスケット4袋(2枚×4袋)、カリボテミニ1袋(7g)

賞120日 米小



ムソー(大阪府・大阪市)
350 のりものクッキー 7枚
有機小麦粉、有機砂糖、有機ココアパウダーなど厳選された原材料で作った、のりもの型のクッキーです。
賞120日 卵乳小

7枚 **360円**(税込**389円**)
通常税込**400円**
有機小麦(オーストラリア)



精華堂霞総本舗(東京都・江東区)
354 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 **245円**(税込**265円**)
もち米(国内産)



創健社(神奈川県・横浜市)
359 梅エキスキャンディー
原材料:砂糖、水飴、梅エキス、黒糖、菜種油
賞100日 米

30g **245円**(税込**265円**)
もち米(国内産)

日用雑貨

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



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**)

200枚 **130円**(税込**143円**)



ポーソー油脂(東京都・中央区)
364 台所用米ぬか粉せっけん
米ぬか由来の油脂を主原料にした水環境と肌にやさしい台所用石けん。合成界面活性剤、蛍光増白剤不使用。
330g **360円**(税込**396円**)

200枚 **130円**(税込**143円**)



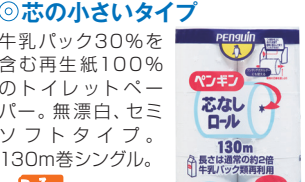
丸富製紙(静岡県・富士市)
365 花束ペーパータオル(ハード)200枚
再生紙100%のハードペーパータオル。220mm×200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭き取れます。
200枚 **130円**(税込**143円**)

200枚 **130円**(税込**143円**)



太陽油脂(神奈川県・横浜市)
842 パックスソルスティーはみがき
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**)

120g **390円**(税込**429円**)

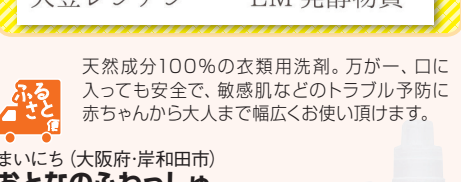


丸富製紙(静岡県・富士市)
890 ペンギン芯なし(トイレトペーパー)
牛乳パック30%を含む再生紙100%のトイレトペーパー。無漂白、セミソフトタイプ。130m巻シングル。
130m×6ロール **480円**(税込**528円**)

130m×6ロール **480円**(税込**528円**)

化学物質不使用の衣類洗い

主原料はたったの4つだけ
ミネラル ハーブエキス(青森ヒバ&オレンジ)
大豆レシチン EM発酵物質



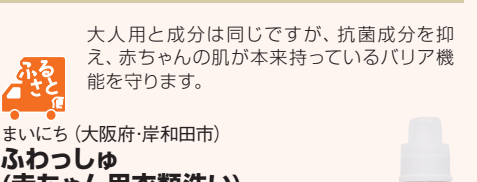
天然成分100%の衣類用洗剤。万が一、口に入っても安全で、敏感肌などのトラブル予防に赤ちゃんから大人まで幅広くお使い頂けます。
まいにち(大阪府・岸和田市)
おとなのふわっしゅ
本体600ml **2119円**(税込**2331円**)
詰替用400ml **1059円**(税込**1165円**)

本体600ml **2119円**(税込**2331円**)

詰替用400ml **1059円**(税込**1165円**)

特価

天然成分100%の衣類用洗剤。敏感肌などのトラブル予防に。少量お試しサイズ。
まずはお試し
まいにち(大阪府・岸和田市)
おとなのふわっしゅ
200ml **980円**(税込**1078円**)
通常税込**1165円**



200ml **980円**(税込**1078円**)
通常税込**1165円**

本体600ml **2119円**(税込**2331円**)

詰替用400ml **1059円**(税込**1165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okaベヤ (神奈川県・相模原市)
おokaベヤ 豆乳角型食パン

372 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**(税込**200円**)

小麦(北海道)



373 1斤6枚

賞届いて2日 米 大 小

1斤6枚 **353円**(税込**381円**)

小麦(北海道)

おokaベヤ天然パン工房



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)

374 おokaベヤ もっちり玄米五穀パン

賞届いて2日 米 大 小

3個 **387円**(税込**418円**)

小麦(北海道)

組合員さんからの
クチコミ

おokaベヤもっちり玄米五穀パンがおいしかったです。パンにあまり興味の無い私がおいしい!?と思い、パンオタクの夫がめったに言わない「おいしい」を言いました。おいしい…。もちもちしてる。



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
380 おokaベヤ フランスパン

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、天日湖塩

賞届いて2日 米 小

1本(30cm以内) **332円**(税込**359円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
375 おokaベヤ もち麦ロール

原材料：小麦粉(北海道)、もち麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、豆乳、天日塩

賞届いて2日 乳 米 大 小

5個 **352円**(税込**380円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
376 おokaベヤ 小倉あんぱん

原材料：小倉あん、国産小麦(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日塩、豆乳、黒ごま

賞届いて2日 乳 米 大 小

2個 **370円**(税込**400円**)

小豆・小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
377 おokaベヤ 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

賞届いて2日 乳 米 大 小

3個 **361円**(税込**390円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
378 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**(税込**380円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
379 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**(税込**445円**)

小麦(北海道)



おokaベヤ (神奈川県・相模原市)
380 おokaベヤ フランスパン

原材料：小麦粉(北海道)、天然酵母、天日湖塩

賞届いて2日 米 小

1本(30cm以内) **332円**(税込**359円**)

小麦(北海道)

自家製酵母パン Le・Lourdes

賞届いて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

賞届いて2日 米 大 小

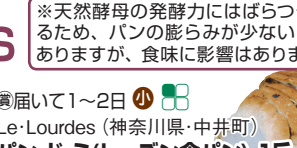
382 ノースライス

賞届いて2日 米 大 小

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



※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



賞届いて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**)

384 ノースライス

415円(税込**448円**)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

※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

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



かわはた園 (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**(税込**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)

387 童仙房茶舗 有機ほうじ玄米茶

有機栽培のほうじ茶と有機玄米をブレンドした日本茶です。香り高い飲み口とすっきりした後味をお楽しみいただけます。

米

150g **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)

388 童仙房茶舗 宇治有機粉末緑茶

農薬・化学肥料を使用しないで育てた有機栽培宇治煎茶を粉末にしました。急須がなくてもお手軽に緑茶を楽しめます。

30g

460円(税込**497円**)

緑茶(京都府)



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

310円(税込**335円**) 通常税込**346円**

紅茶(スリランカ)



ランカスター (千葉県・千葉市)

731 ウーロン茶(ティーバッグ)

水仙種烏龍茶をお手軽なティーバッグに。焙煎の香りが芳ばしく、渋味は少なめに仕上げた飲みやすい味わい。

5g×30

300円(税込**324円**) 通常税込**367円**

水仙(中国)



川光商事 (東京都・中央区)

389 玉三 丹波黒豆麦茶

国産六条麦茶に丹波黒豆をブレンドした、香り豊かでコクのある麦茶です。煮出し、水出しどちらでも。

賞100日

10g×20 **250円**(税込**270円**)

大麦・黒大豆(国内産)



ゴールドバック (長野県・松本市)

390 みかんジュース

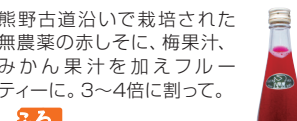
和歌山県産うんしゅうみかんを使用しました。濃厚で甘酸っぱいおいしさの100%ストレートジュース。

賞100日

160g×5 **765円**(税込**826円**)

うんしゅうみかん(和歌山県)

1本で紫蘇の葉150枚分!



熊野鼓動 (和歌山県・田辺市)

391 赤しそドリンク(希釈用)

賞2021.9.21

500ml **1150円**(税込**1242円**) 通常税込**1296円**

赤しそ(和歌山県、三重県)



エチゴビール (新潟県・新潟市)

392 1個

甘酒から作った「乳酸ドリンク」。砂糖や酸味料を加えない米麹だけの自然な甘味と果物のような酸味が特徴。

150g

287円(税込**310円**)

米(岡山県)

腸内環境を整えよう!



名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

392 1個

甘酒から作った「乳酸ドリンク」。砂糖や酸味料を加えない米麹だけの自然な甘味と果物のような酸味が特徴。

150g

287円(税込**310円**)

米(岡山県)



名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

393 2個組

甘酒から作った「乳酸ドリンク」。砂糖や酸味料を加えない米麹だけの自然な甘味と果物のような酸味が特徴。

150g

550円(税込**594円**) 通常税込**620円**

米(岡山県)



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、食塩無添加のトマトジュース。

賞100日

190g×30 **3100円**(税込**3348円**)

トマト(長野県)



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。

賞100日

500g **680円**(税込**734円**)

米(国内産)



日本生活協同組合連合会

396 CO富士山麓 峠の富士水2ℓ

富士・御坂山系「三ツ峠」の山腹から湧き出るミネラルウォーター。硬度36mg/Lの軟水です。

賞100日

2ℓ **130円**(税込**140円**)

山梨県 [放] 不検出 <0.5 <0.4

毎日の健康管理に「青汁」

※今週折り返しみのチラシも併せてご覧ください

今週のイチオシ！

ちらし寿司、手まり寿司にも！
対馬産の新鮮なあなごを使用



対馬地域商社（長崎県・対馬市）

402 対馬産煮あなご

対馬西沖の脂のり良いあなごを使用。無添加のオリジナルのたれでじっくり煮込みました。

凍 賞180日 米 大 小
100g 1480円(税) 1598円(税) 通常税込 1696円
マアナゴ（長崎県）

香ばしい焼きあなごの風味を楽しみたい方

- ①自然解凍したあなごをトレーから出し、アルミホイルの上に乗せます。
- ②オーブントースターで約5分加熱して、うっすら焦げ目が付く位にあたため、タレをかけてどうぞ。

ふんわりしたやわらかさを楽しみたい方

- ①凍ったままあなごをトレーから出し、皿に移します。
- ②ラップをしてレンジで加熱し、タレをかけてどうぞ。

原材料：真あなご（長崎県産）、酒、砂糖、しょうゆ、みりん、（添付タレ）：あなご煮込み液、砂糖、しょうゆ

竹の子のようにすくすく育って
時季限定のがんもどき

焼いて食べるのも美味しいですが、炊飯器にお米と一緒に入れてだし・しょうゆで味付けして炊き込みご飯にすると、たけのこの風味が引き立ちます。



丸和食品（東京都・練馬区）

403 竹の子がんも

冷 賞届いて5日 大
80g×2枚 260円(税) 281円(税) 通常税込 313円

たけのこ（京都府） 賞 賞届いて1～2日 卵 米 大 小
260円(税) 281円(税) 通常税込 313円
【放】不検出 <2.2 <2.0

味が良いと好評の長野・小林さんのりんご
贅沢にもドライフルーツに



小林さん（長野県・中野市）

404 長野・小林さんの干しりんご

賞180日 30g 360円(税) 389円(税)

りんご（長野県）

通常ドライフルーツを加工する際に使われる植物油や、酸化防止等の添加物は一切使用せず、フルーツのおいしさをそのまま乾燥しました。お子様にも安心してお召し上がりいただけます。今シーズン作られたふじ・紅玉・名月のいずれかをお届けします。どの品種が届くかはお楽しみ！

ふじ、紅玉、名月のうちどれが届くかお楽しみです！



今週のらくうまゴハン♪

カシューナッツの歯ごたえが魅力



調理時間 準備品 約7分 油

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

食塩相当量：1.9g

グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

405 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 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前（約340g） 899円(税) 971円(税) 通常税込 1078円

玉ねぎ（国内産）、鶏肉（山口県）

黒酢で味に深みをプラス



調理時間 準備品 約6分 油

セット内容：カット野菜（玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参）、タレ漬け豚肉

食塩相当量：1.21g

グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

406 彩り野菜と国産豚の黒酢豚

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 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前（約410g） 864円(税) 933円(税) 通常税込 1037円

玉ねぎ（国内産）、豚肉（鹿児島県）

タケノコと豚肉のハーモニー



調理時間 準備品 約6分 油

セット内容：カット野菜（玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参）、タレ漬け豚肉

食塩相当量：3.1g

グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

407 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一つでOKです。

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前（約320g） 960円(税) 1037円(税)

玉ねぎ（国内産）、豚肉（鹿児島県）

豆腐入りでふんわり食感



調理時間 準備品 約5分 油

セット内容：具材入りタレ（豆腐団子）、玉ねぎ、ピーマン、人参、水煮たけのこ

食塩相当量：1.5g

グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

408 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

新鮮な野菜と豆腐団子甘酢ソースのセットです。下処理カット済みなので、フライパンで調理できます。

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前（約450g） 924円(税) 998円(税)

豆腐・玉ねぎ（国内産）

スタミナメニューの定番品



調理時間 準備品 約4分 油

セット内容：タレ漬け豚肉、カット野菜（人参、二つ）、もやし

食塩相当量：1.1g

グリーンリーフ（群馬県・昭和村）

409 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 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前（約280g） 960円(税) 1037円(税)

ニラ（国内産）、豚レバー（神奈川県）

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。

岩泉の古来からのパワーフード！「アマランサス」

アマランサスは紀元前6世紀頃、古代アステカなどで主食として栽培されてきました。栄養成分については他の雑穀類と比べ、ビタミンKが多く含まれています。ビタミンKは骨を強くする働きがあるとされ、骨粗しょう症の予防などに効果があるといわれています。骨を強くするためには、カルシウムやビタミンDだけでなく、ビタミンKも必要な栄養素です。アマランサスに含まれる栄養素は他にも、カルシウム・リン・マグネシウム・鉄などがあります。

鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励む水海道東町特裁米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ（ネオニコチノイド系農薬不使用）。

水海道のめぐみちゃん（コシヒカリ）

502001 白米 5kg 2350円(税) 2538円(税)
502003 白米 2kg 945円(税) 1021円(税)
502002 玄米 5kg 2250円(税) 2430円(税)
JA常総ひかり・東町特裁米組合（茨城県・常総市）

宮城・黒澤さんのひとめぼれ（今摺米）

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

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

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

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

やさとのお米（コシヒカリ）

502031 白米 5kg 2314円(税) 2499円(税)
502032 玄米 5kg 2165円(税) 2338円(税)
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) 1760円(税)
502042 つや姫(玄米) 2kg 1565円(税) 1690円(税)
502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 2750円(税) 2970円(税)
502045 ひとめぼれ(胚芽精米) 2kg 1250円(税) 1350円(税)
おきたま興農舎（山形県・高畠町）

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) 346円(税)
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) 768円(税)

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
	やさとのお米		不検出	不検出
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	不検出	不検出
		つや姫	不検出	不検出
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	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）。

旬の素材で
お祝い

遠忠食品（埼玉県・越谷市）

410 国産たけのこ
ご飯の素

たけのこ、椎茸、人参、切昆布を椎茸の戻し汁やかつおだし、砂糖、醤油、みりん、で調味。洗った米に加えて炊いて。

冷蔵90日 米 大 小

170g (2合用) 330円(税) 356円(通常税込 373円)
たけのこ (和歌山県)端午の節句には
欠かせません

華桔梗（愛知県・名古屋市）

417 ちまき

上新粉に甘みをつけた生地を、香り高い笹の葉で包み、イグサで巻きました。自然解凍して。

凍 米 大 小

4本 200g 446円(税) 482円(通常税込 497円)
米 (国内産)

しらたかソラの会（山形県・白鷹町）

421 筍ちまき

旬の筍を使った筍おこわを地元の笹で包んだちまき。筍の風味と干し椎茸、油揚げの旨味が生きています。

冷蔵15日 米 大 小

3個 590円(税) 637円(通常税込 648円)
筍 (山形県)

丸和食品（東京都・練馬区）

411 手揚げ油揚げ 2袋

国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。

冷蔵90日 米 大 小

2枚入 ×2 410円(税) 443円(通常税込 475円)
大豆 (国内産) 【放】不検出 <1.6 <1.7

冷蔵90日 米 大 小

2枚入 ×2 410円(税) 443円(通常税込 475円)
大豆 (国内産) 【放】不検出 <1.6 <1.7おやつや
夜食・弁当などにも

アイケー食品（埼玉県・川口市）

418 国産豚角煮ちまき

国産もち米をサワラ材せいろでじっくり蒸し国産干しいたけを混ぜたおこわに国産豚角煮をトッピング。

凍 米 大 小

320g (4個入) 940円(税) 1015円(通常税込 1065円)
米・豚肉 (国内産)

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

412 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。

凍 米

6個300g 542円(税) 585円(通常税込 610円)
小豆 (北海道)

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

414 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。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)

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

413 芽吹き屋 柏もち(粒あん)

北海道産小豆の粒餡を、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。

凍 米

6個300g 542円(税) 585円(通常税込 610円)
小豆 (北海道)

常温で自然解凍して

北海道産小豆の粒餡を、香り豊かな国産よもぎを練り込んだ国産上新粉を使ってコシのある生地で包みました。

凍 米

6個300g 639円(税) 690円(通常税込 744円)
小豆 (北海道)・よもぎ (国内産)

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

415 芽吹き屋 柏もち(よもぎ・粒あん)

北海道産小豆の粒餡を、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。

凍 米

6個300g 639円(税) 690円(通常税込 744円)
小豆 (北海道)・よもぎ (国内産)

三源庵（京都府・京都市）

416 京かすてらショコラ

熟練の職人が焼き上げたココアパウダーを加えたしっとり食感のショコラ味カステラ。5切にカット済。賞45日 卵 小

5切 650円(税) 702円(通常税込 724円)
卵・小麦 (国内産)

京かすてら

ショコラのカステラは初めて試食しました。カステラ独特のふんわりした食感を残しつつ、上品なショコラの甘さが味わえます。来客用や贈答用としてもピッタリです。（職員：I）

職員で試食した感想

三源庵（京都府・京都市）

416 京かすてらショコラ

熟練の職人が焼き上げたココアパウダーを加えたしっとり食感のショコラ味カステラ。5切にカット済。賞45日 卵 小

5切 650円(税) 702円(通常税込 724円)
卵・小麦 (国内産)

大黒淡水（静岡県・焼津市）

419 70g×2

70g×2 たれ・山椒付 1880円(税) 2030円(通常税込 2138円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

70g×3

70g×3 たれ・山椒付 2780円(税) 3002円(通常税込 3132円)
うなぎ (愛知県)

若竹煮

「若竹煮」

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

若竹煮

お買い得
G.W.前に買っておこう
ボリューム
パック

ランチ、おやつにどうぞ

429 ライスバーガー ねぎ塩豚焼肉

醤油をつけ焼いたライスプレートに特製甘辛塩たれで仕上げた葱と国産豚肉の焼肉をサンド。加工濃粉：0.2%

凍 米 大 小

5個575g 880円(税) 950円(通常税込 970円)
米・豚肉 (国内産)

無茶々園（愛媛県・西予市）

426 無茶々園の
ジュシーフルーツ(河内晩柑)

3kg箱よりも1kg当り 53円お得♪

5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県5kg 2250円(税) 2430円(通常税込 2610円)
愛媛県

中津ミート（神奈川県・愛川町）

427 中津ミートのハンバーグ 2袋

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。飽きのこないシンプルなおいしさのハンバーグです。

凍 米 大 小

200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)200g(100g×2)×2 680円(税) 734円(通常税込 778円)
豚肉 (神奈川県)

200g(10