

# 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

唯一無二の  
大玉トマト

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5月2回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙5/提出	3	4	5	6	7
定番品5/のお届け	10	11	12	13	14
特別企画品5/のお届け	17	18	19	20	21

# 柏田中の完熟トマトが最盛期

一般のトマトはまだ青いまま収穫し、全国からの流通経路の末、スーパーなどの棚に置かれます。棚に置かれる頃には収穫から4~5日経っているトマトに対し、常総生協の契約栽培でおこなっている柏田中の完熟トマトは組合員さんへのお届け前日まで樹上完熟させています。鮮度が良いほどトマトはリコピン、カルシウム等の栄養成分が高い事が実証されており、何より美味しさが格段に違います。地域密着型の生協だからできる唯一無二のトマト、最盛期を迎えております!



常総生協との契約農家は、鈴木さんと寺田さん。常総生協からおよそ25分ほどの場所で作っており、毎日納品に来てもらっています。トマトは「桃太郎」という皮が薄く糖度が高い品種です。最盛期には1週間で1,300~1,400箱出荷し、組合員さんの1/3以上の方に利用していただいています。長距離輸送に向かない完熟トマトを熟練の技と丁寧な配送で、守谷市の生協本部まで届けてくれています。

組合員さんの  
3人に1人以上がご利用に



今週のおすすめ  
豪快にそのままかぶりついて



1kg箱に7~11玉入っています  
5月はシーズン最安値!  
最盛期を迎えた柏田中の完熟トマトは、濃厚な味わいと甘味なので、少し汗ばむ暑気になってきたこの時期は、まずはそのままかぶりついて美味しさを味わってほしいです!こちらのページにおすすめの食べ方を掲載しているの、ぜひチャレンジしてみてください!

特 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  
千葉県 1kg 598円(税込) 646円(税込) 通常税込 754円  
【放】不検出 <4.1 <2.5



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

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)  
12 石岡 鈴木牧場  
フレッシュモッツアレラ

冷 賞 届いて7~11日 乳  
100g 500円(税込) 540円(税込)  
生乳 (茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2

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

小宮山のおすすめ  
11 柏田中の完熟トマト

13 2本組 360ml x 2 970円(税込) 1048円(税込) 通常税込 1070円  
米 (国内産)

大分県で無農薬で栽培されたバジルを使用。調味料を最低限に抑えているので、各種料理に利用できます。原材料にはちみつを含みます。

前日OK!  
12 石岡 鈴木牧場

13 2本組 360ml x 2 970円(税込) 1048円(税込) 通常税込 1070円  
米 (国内産)

16 つくば 茜鶏 モモ  
千葉県 300g 480円(税込) 518円(税込) 通常税込 529円

## シンプルな味付けが◎

### トマトの甘味と酸味が絶妙



① ブロッコリーは小房に分け、トマトは8等分のくし形に切り、卵は半熟に炒め取り出しておく。  
② オリーブオイルを熱したフライパンでブロッコリーと豚小間を軽く炒め、塩を振って水小さじ1を加えて蓋をして1分半ほど蒸し焼きに。  
③ トマトと卵を加えて1~2分炒めれば完成。

特 無農薬  
JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山  
14 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 賞 6日  
200g x 2 500円(税込) 540円(税込) 通常税込 551円  
茨城県

井上さん (埼玉県・美里町)  
15 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(税込)  
埼玉県 【放】不検出 <3.8 <3.7

## トマトの旨味たっぷり

### 簡単お家イタリアン♪



ひと口大に切った鶏肉とお好みの野菜(玉ねぎ、ピーマンなど)を炒め合わせて、トマト・コンソメ・白ワインを加えて弱めの中火で煮込むだけ。水っぽさがなくなるまで煮詰めれば完成!

特 手で開けられる紙容器入り  
田中さん達 (茨城県・桜川市)  
16 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(税込) 通常税込 529円  
茨城県

ナガノトマト (長野県・松本市)  
17 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、ピューレ濃けにしました。トマトを切らずに使えます。  
390g x 2 440円(税込) 476円(税込) 通常税込 496円

## トマトの赤×アボカドの緑

### 色鮮やかなパスタ



① えびの両面に焼き色をつけ取り出す。オリーブオイルときざんだんにんにくを熱し、香りが出たら玉ねぎ・カットトマトを加え、強火で炒めながら水分を飛ばす。  
② アボカドを加えてひと煮たちしたら、茹でたパスタとえびを加えて塩こしょうで味を調えれば完成!

特 サラダやまぐろ丼に  
日本生活協同組合連合会  
18 COアボカド (ダイスカット)150g  
皮むき、種取りしたアボカドをダイスカット。解凍するだけで使用できます。凍ったまま室温で解凍して。  
凍 賞  
150g 282円(税込) 305円(税込) 通常税込 321円  
アボカド (ペルー)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)  
19 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、現地工場ですばやく凍結した1回凍結品です。  
凍 賞 180日 乳  
160g 548円(税込) 592円(税込)  
えび (マレーシア)

## 季節のフルーツを召し上がれ♪



木下さん達 (愛媛県・西予市)  
20 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。減農薬栽培。  
800g 498円(税込) 538円(税込) 通常税込 562円  
愛媛県

竹村さん (茨城県・かすみがうら市)  
21 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 x 2 698円(税込) 754円(税込)  
茨城県 【放】不検出 <1.0 <1.0

## たっぷり使える2パック



小林さん (長野県・高山市)  
22 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。農薬無散布。  
凍 賞  
110g x 2 694円(税込) 750円(税込) 通常税込 774円  
ブルーベリー (長野県)

久保田食品 (高知県・南国市)  
23 夢中熱中 抹茶とあずきの最中  
原材料:牛乳(生乳(北海道)、砂糖、乳製品、水あめ、小豆、モナカ(小麦を含む)、まっ茶、食塩  
凍 乳 小 110ml 120円(税込) 130円(税込)  
生乳・小豆 (北海道)、抹茶 (国内産)

## 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

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

# 2021年5月2回から「地場の野菜セット」スタート!



2021年度  
野菜セット  
契約者  
募集中

## ★野菜セット生産者の一覧

清水さんの野菜セット	7~9品目	1270円(税込1372円)
清水さんの野菜セット	5~6品目	910円(税込983円)
清水さんの野菜セット	3~4品目	635円(税込686円)
宇治田さんの野菜セット	6~8品目	1838円(税込1985円)
天池さんの野菜セット	5品目	940円(税込1015円)
微生物農法の会野菜セット	5~6品目	1250円(税込1350円)

★一緒にお届けしている折り込みチラシで、各生産者の詳しい情報を記載しています。

## 皮まで使って マーマレードや、甘夏ピールにチャレンジ!



柑橘の実をおいしくいただいたら、残った皮で作ってみましょう。少し時間はかかりますが、できあがりは格別です。

甘夏ピールの作り方はこちら→



**26 松永さんの甘夏**  
駿河湾から駆け上がりの中温暖な急斜面に、レモン、ピワと混植しています。農薬無散布。  
1kg以上(3玉) **360円(税込389円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

**27 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以上(3~5玉) **416円(税込449円)**  
三重県

**もっちりした食感と甘味が◎**  
小規模農家が集まったインカバナ社より、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。

**36 バナナ**  
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)  
約450~600g **310円(税込335円)**  
ペルー(トゥンベス地域)

**37 にんにく**  
榎谷さん達(熊本県)  
りん片バラでお届けする場合があります。  
約100g **220円(税込238円)**  
熊本県

**暑い時期は トマトで リコピンチャージ!**

**リコピンの効能**

- ・日焼け防止(紫外線によりできる活性酸素を消す)
- ・血流の改善
- ・血糖値の抑制

などに効果的とされています

**41 ミニトマト**  
右田さん達(熊本県・芦北町)  
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

**42 初恋スマートミニトマト**  
藤嶋さん、瀧本さん(熊本県・天草市)  
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

**43 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

**44 長島さんのレタス**  
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
1玉 **250円(税込270円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

## 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)**

**28 2S サイズ** 約800g~1kg **720円(税込778円)**

**29 4S サイズ** 約500g~600g **520円(税込562円)**  
沖縄県

**32 ジューシーフルーツ**  
濱上さん(鹿児島県・出水市)  
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

**33 無茶々園のジュシーフルーツ(河内晩柑)**  
無茶々園(愛媛県・西予市)  
文旦(ザボン)の枝変わりとなされ、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

**38 しょうが**  
大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)  
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

**39 大葉**  
作本さん達(熊本県・熊本市)  
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。  
10枚 **138円(税込149円)**  
熊本県

**11 柏田中の完熟トマトと合わせて**

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください

**44 長島さんのレタス**  
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
1玉 **250円(税込270円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

**45 長島さんのサニーレタス**  
長島さん(茨城県・行方市)  
完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布。  
1玉 **170円(税込184円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

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

**49 きゅうり**  
藤嶋さん(熊本県・天草市)  
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、またはぬか漬け、三五八漬けなどどうぞ。減農薬栽培。  
3本 **198円(税込214円)** 通常税込248円  
熊本県

## 静岡県・松永農園の「ピワ」

※折り込みの宅配用紙にお届け情報をご記入ください

**宅配 産地直送**

ピワは収穫するタイミングがとても難しいとされています。松永農園では、家族総出で作業しますが、収穫作業をおこなうのはご主人のみ。適期に収穫するという事は経験と日々の栽培管理、その年の天候など様々なところから判断する為、誰でもすぐにできるというわけではありません。さらに、ピワの収穫時期は短い品種で3日間ほど。経験と技術、技が生きた松永農園のピワは、直送のみの取り扱いで、注文は今回のみとなります!

無農薬で栽培したピワを直送いたします。玉数は11~14玉です。松永さんが一つ一つ丁寧に袋がけをして育てました。贈り物にもどうぞ。農薬無散布。

6月初め~中旬にお届け予定です

松永農園(静岡県・静岡市)

**24 宅配 松永さんのピワ** ※本州のみのお届けです

約1.0kg **2500円(税込2700円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.7 <3.3

お届けは1kg(玉数は11~14玉)になります。

**今回のみ**

飯野農園(茨城県・つくば市)

**25 飯野さんのそら豆 500g(ご自宅用B品)**  
品種は打越一寸。鮮度が良くホクホク食感と甘みが強い。自家採種、農薬無散布・化学肥料不使用。  
500g **840円(税込907円)**  
茨城県

## 旬のそらまめはホクホク甘味が強い!

タネの自家採種、農薬や化学肥料を使わない栽培方法で丁寧に育てたそらまめです。旬の香りとお楽しみください。

※特別注文チラシでボリューム企画を掲載していますので、併せてご確認ください。



**今回のみ**

飯野農園(茨城県・つくば市)

**25 飯野さんのそら豆 500g(ご自宅用B品)**  
品種は打越一寸。鮮度が良くホクホク食感と甘みが強い。自家採種、農薬無散布・化学肥料不使用。  
500g **840円(税込907円)**  
茨城県

## お得な大ボリューム企画!

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**30 ニューサマーオレンジ**  
木下農園(愛媛県・三瓶町)  
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

**31 甘夏**  
適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。減農薬栽培。  
5kg箱(13~20玉) **1398円(税込1510円)**  
三重県・和歌山県

**34 南津海(なつみ)**  
木下農園(愛媛県・西予市)  
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

**35 無茶々園のなつみ**  
無茶々園(愛媛県・西予市)  
カラマンダリンとポンカンとの掛け合わせ。甘みが強く、皮が薄く、食べやすいのが特徴。農薬0~3回使用。  
700g以上(6玉) **554円(税込598円)**  
愛媛県

**40 ニラ**  
上野さん達(栃木県・上三川町)  
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

**46 中村さんのベビーリーフ**  
中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)  
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

**47 中村さんのラディッシュ**  
中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)  
ベビーリーフでお馴染みの中村さんより。彩りを活かしてサラダやピクルスに。農薬無散布。  
5~7玉 **128円(税込138円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.4

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

**49 きゅうり**  
藤嶋さん(熊本県・天草市)  
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、またはぬか漬け、三五八漬けなどどうぞ。減農薬栽培。  
3本 **198円(税込214円)** 通常税込248円  
熊本県

**50 長島さんのきゅうり**  
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
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

**51 おかひじき**  
おきたま農産(山形県・高島町)  
ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布。  
100g **198円(税込214円)**  
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0

# 千葉・加瀬農園の今が旬! キャベツ

「春の時期には露地栽培をおこなっているのので、シーズンは5月末までです。ぜひ旬の味をお楽しみください」

加瀬さんからのメッセージ

有機野菜を作って25年以上、木くすや落ち葉、豚糞、もみ殻などをじっくり発酵させて作った堆肥を施し、野菜作りに励んでいます。この時期キャベツは結球こそ緩めですが、少し火を通すだけで甘さが際立ちますので、ぜひご賞味ください。



加瀬さん(千葉県・旭市) **52** キャベツ

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜の一つ。農業無散布。

1玉 **267**円(税込**288**円)

千葉県



# 春の息吹を召し上がれ

春の「息吹」を強く感じさせるほろ苦さとやわらかさが特徴。古来、日本料理では「春は苦みを盛れ」といわれますが、山菜の苦みは、冬の間に体にたまった老廃物を排出する作用があるといわれています。お届けは5月2回・3回、お見逃しなく。



群馬県

加部さん達(群馬県・東吾妻町)

**53** ふき

味、香り、歯ごたえが良いのが特長です。旬の食材をどうぞ。

300g **198**円(税込**214**円)

[放] 不検出 <3.7 <3.4

甘さも彩りも◎!

# サラダスナップ最終です

4000パック



井上さん(埼玉県)、岩下さん(熊本県)

**54** サラダスナップ

約100g **263**円(税込**284**円)

埼玉県、熊本県

ポイント  
★火を通せば、皮ごと食べてOK!  
★甘味がありサラダやおつまみにして  
★鮮やかな緑色なので、彩りも映えます

シーズン最終

さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農業使用を最小限に。

[放] 不検出 <4.0 <4.5



浅野さん(茨城県・常総市) **55** 浅野さんのほうれん草

秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農業無散布。

1束(約200g) **190**円(税込**205**円)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町) **56** 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



微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市) **57** 微生物農法の会の小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農業無散布。

1束(約200g) **176**円(税込**190**円)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町) **58** 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



浦本さん達(熊本県・熊本市)

**59** にんにくの芽

にんにくのほのかな香りとうまみがあり、歯ごたえが良いのが特長。炒め物や煮物などに。農業無散布。

約70g **160**円(税込**173**円)

熊本県



福山さん達(宮崎県・新富町)

**60** 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



上野さん達(栃木県・上三川町)

**61** 長ねぎ

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

500g **220**円(税込**238**円)

栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



熊崎さん達(愛知県・南知多町)

**62** 大根

煮物、大根おろし等に。農業無散布。

1本(900g以上) **198**円(税込**214**円)

愛知県



木村農園(茨城県・つくば市)

**63** 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



上村さん達(青森県・八戸市)

**64** 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



福田さん達(沖縄県・宮古島)

**65** かぼちゃ(カット)

ホクホクとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

500g前後 **450**円(税込**486**円)

沖縄県



あゆみの会・池田さん達(北海道) 宮城さん達(茨城県)

**66** 人参

農業無散布・化学肥料不使用。

500g **200**円(税込**216**円)

北海道・茨城県



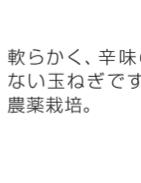
久保さん(鹿児島県・伊仙町)

**67** 新じゃがいも(ニシュタカ)

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。

800g **498**円(税込**538**円)

鹿児島県



林田さん達(長崎県・南島原市)

**68** 新玉ねぎ

軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。

1kg **410**円(税込**443**円)

長崎県



1100円(税込**1188**円)

# 農産産地だより

## 江川さんの新玉ねぎ

毎年「甘くて美味しい!」と組合員さんからも好評の新玉ねぎ。江川さんは一般的な栽培に比べ、ギリギリまで土の中で肥大させる栽培方法です。こうする事で、十分に旨味をためた甘い玉ねぎが出来上がります。



一般の玉ねぎは乾燥貯蔵しますが、新玉ねぎは収穫後すぐにお届けします。みずみずしく柔らかい食感が辛みが少なく、生で食べることが出来ます。今年も順調に育っていますので、ぜひお楽しみください!

江川農園(神奈川県・小田原市)

**70** 1kg **270**円(税込**292**円)

**71** 5kg **1200**円(税込**1296**円)

神奈川県 [放] 不検出 <3.4 <4.3



辛味が少なく、甘みが強い玉ねぎです。サラダに最適。減農薬栽培。



山田さん(茨城県・つくば市)

**72** 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 **240**円(税込**259**円)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.5



丸金(長野県・長野市)

**73** えのき茸

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

200g **208**円(税込**225**円)

長野県



丸金(長野県・長野市)

**74** ブラウンえのき茸

野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。

200g **218**円(税込**235**円)

長野県



村上さん(栃木県・高根沢町)

**75** 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g **196**円(税込**212**円)

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



安田さん(福島県・郡山市)

**76** 安田さんのなめこ

独自の栄養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



あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

**77** エリンギ

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

100g **261**円(税込**282**円)

三重県



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

**78** A品

最新の放射能検査結果は職員のおすそめ裏面をご覧ください

100g **210**円(税込**227**円)

茨城県



**79** B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。

200g **225**円(税込**243**円)

茨城県

# みりん干しを美味しく焼くポイント

中村海産・中村さん直伝

中村海産のみりん干しはグリルやフライパンではなく、「トースター」で焼くのが実は一番なんです。美味しく焼き上げるポイントを中村海産の中村さんに伺いました!



**特**



- みりん干しをオープントースターに並べ、上にアルミホイルをかぶせる。
- 200℃で3～4分焼く→そのままトースターを開けずに1分保温(ここがポイント!)
- ※真いわしは身が薄いので、それ以上焼いてしまうと固くなり美味しくないのでご注意ください。

富山県氷見産のまいわしを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込みました。

中村海産(富山県・氷見市)

**80** 氷見産 まいわしみりん干し

凍 180日 まいわし(富山県)

80g **320円**(税込**346円**) 通常税込**356円**

# 北海道 雄武港 おにぎり、お茶漬に大活躍!

オホーツク海の雄武沖で獲れた秋鮭に塩をふり、山のように重ねて48時間漬け込み身を引き締め、旨味を凝縮した「山漬」を原料にしています。これを遠赤外線で焼き上げ、手ほぐして粗く仕上げました。



秋鮭の旨味が凝縮されていますので、通常の鮭フレークとは違います。油脂の添加もありません。おにぎりはもちろん、お茶づけ、玉子ご飯の上に振りかけるなど、アレンジ自在です。

お茶漬、おにぎり、チャーハンに!

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

雄武漁協(北海道・雄武町) **81** 雄武 寒風干し焼鮭 ほぐし身

凍 180g **980円**(税込**1058円**) 秋鮭(北海道)

新玉ねぎが美味しいこの季節

# スモークサーモンと一緒にサラダでいかがですか?

海鮮サラダ(帆立とサーモン)



さて、そのスモークサーモン。生協のもの一般的なもの、どの辺りが違うのでしょうか?

一般的なスモークサーモン  
原材料:トラウトサーモン(養殖・チリ産)、食塩、砂糖、調味料、香辛料抽出物、酸化防止剤

常総生協 **82** 北海道さけスモークサーモン  
原材料:秋鮭(北海道)、食塩

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。

松岡水産(千葉県・銚子市)

**82** 北海道さけスモークサーモン

凍 180日 秋鮭(北海道)



40g×2 **480円**(税込**518円**)

## 水産品

- ・近海・天然ものを中心に扱います。
- ・給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰻とエビを扱っています。
- ・干物、漬魚には、酸化防止剤、化学調味料は不使用です。

凍ったままさっと洗って調理してください

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)

**83** 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熟処理後、凍結しました。

凍 30日

200g+20g **386円**(税込**417円**) 通常税込**454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)

**84** 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)

有数のやまとしじみの産地、酒沼(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。

凍 30日

500g **765円**(税込**826円**)

しじみ(茨城県) [放]不検出<3.6<3.8



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

**85** 網走湖産 冷凍しじみ(大粒)

北海道網走湖で漁獲した大粒のやまとしじみです。砂抜き後、冷凍してお届けします。

凍 30日

150g **415円**(税込**448円**)

やまとしじみ(北海道)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

**86** ふっくら やわらかあじ開き

主に九州産の真あじを、塩水に漬け込み、低温で12時間以上干し上げました。冷めてもふっくらしています。

凍 30日

2枚150g **350円**(税込**378円**)

真あじ(国内産)



高木商店(千葉県・南房総市)

**87** 北海道産 真ほっけ開き一汐干し

北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。

凍 180日

3枚400g **480円**(税込**518円**)

真ほっけ(北海道)



東北トクスイ(東京都・中央区)

**88** 銀だら黒糖みりん漬

アメリカ産(主にアラスカ)の銀だらを切身にし、黒糖を加えた甘めの調味液にじっくり24時間漬込みました。

凍 180日 米大 小

2切120g **398円**(税込**430円**) 通常税込**454円**

銀だら(アメリカ)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

**89** 金華さば醤油漬

金華山周辺海域で漁獲された大型のさばを切身加工後、醤油をベースのタレに漬込みました。

凍 米大 小

3切(180g) **398円**(税込**430円**)

さば(宮城県)



札幌中一(北海道・札幌市)

**90** 秋鮭の粕漬

網走沖で漁獲された秋鮭を、酒粕、白味噌、みりん、食塩、昆布だしで作ったオリジナルの漬床に漬けました。

凍 90日 米大

4切200g **490円**(税込**529円**)

秋鮭(北海道)



札幌中一(北海道・札幌市)

**91** 鱈の西京漬

北海道産のたらを、オリジナルの西京漬床に漬けました。フライパンで焼けます。

凍 90日 米大

4切200g **480円**(税込**518円**)

たら(北海道)



千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

**92** 真だら パジルオリーブ

北海道産の真だらの切身をパジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。

凍 180日

4切240g **498円**(税込**538円**)

真だら(北海道)



千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

**93** サーモンパジルオリーブ

北海道沖で漁獲した秋鮭の切身をパジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。

凍 180日

4切240g **470円**(税込**508円**) 通常税込**527円**

秋鮭(北海道)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**94** 真いわし三枚おろし

千葉県沖で漁獲される真いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結。アレンジ自在の経済的な素材です。

凍 120日

8~11枚 150g **288円**(税込**311円**) 通常税込**322円**

真いわし(千葉県) [放]不検出<3.3<3.5



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**95** 千葉県産 真あじ三枚おろし

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 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



札幌中一(北海道・札幌市)

**96** 2尾

北海道の厚岸(あつけし)に水揚げされたさんまです。2020年は大不漁でしたがなんとか確保できました。

凍 90日

2尾(180g以上) **398円**(税込**430円**)

さんま(北海道)



千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

**97** 3尾

北海道の厚岸(あつけし)に水揚げされたさんまです。2020年は大不漁でしたがなんとか確保できました。

凍 90日

3尾(270g以上) **498円**(税込**538円**)

さんま(北海道)

## 島香さんおすすめの旬の魚をお届け!



岩手県丸友しまか



※セット例

丸友しまか(岩手県・宮古市)

**98** 島香さんの切身セット

凍 60日 1袋(120g×3種) **880円**(税込**950円**)

旬の魚(岩手県)



マストミ(徳島県・徳島市)

**99** まぐろカマト口焼物用

めばちまぐろのカマで、特に脂のりが良く可食部分の多い所を選別。調理しやすいようにスライスしました。

凍 30日

2~3切200g **380円**(税込**410円**) 通常税込**430円**

めばちまぐろ(太平洋)



マストミ(徳島県・徳島市)

**100** まぐろカプト肉切身

DHAが豊富なめばちまぐろの頭部の肉です。脂が多く、煮ても焼いても柔らかいです。※台湾船籍の船で漁獲

凍 30日

300g **370円**(税込**400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)

**101** ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

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

凍 180日

2切140g **380円**(税込**410円**)

紅鮭(ロシア)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**102** 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 180日

3切165g **498円**(税込**538円**)

紅鮭(ロシア)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

**103** 紅鮭かま(甘塩)

6~8月にアラスカ湾で漁獲した紅鮭のかま部分です。脂のりも程よいです。甘塩タイプ(塩分2~3%)。

凍 30日

300g(3~5切) **430円**(税込**464円**)

紅鮭(アメリカ)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**104** 北海道産 ソフト身欠きにしん

脂のりの良いにしんをソフト乾燥。昆布巻はもちろん、焼いてレモン汁をかけた、大根おろしを添えても。

凍 30日

4~6枚200g **390円**(税込**421円**)

にしん(北海道)



札幌中一(北海道・札幌市)

**105** 北海道産にしん(2尾)

12月下旬~1月の一番味が乗った時季のにしんをそのまま急速凍結。大きめサイズで、旨味抜群です。

凍 30日

2尾(360g) **480円**(税込**518円**)

にしん(北海道)



三平汁がおすすめ!

### 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。

ゴールデンウィーク

GW明けに備えて便利!

三陸の「美味しい」をお届けます!  
**センシン食品** (宮城県・名取市)

ぜひ一度食べてみて!

センシン食品の  
高橋永真さん

※セット例

刺身、切身、煮物、揚げ物用など「相馬のおんちゃま」こと高橋さんが調理した商品のセットです。

センシン食品 (宮城県・名取市)

**106 相馬のおんちゃまセット**  
凍 賞90~180日  
3~5種詰合せ **1480円** (税込 **1598円**)  
旬の地魚 (三陸、常磐)

汁ものに散らすと磯の風味が楽しめます

センシン食品 (福島県・相馬市)

**107 松川浦産 天日干し青のり**  
相馬・松川浦で養殖された青のり(ひとえぐさ)を天日干しに。  
凍 20g **455円** (税込 **491円**) 通常税込 **508円**  
ひとえぐさ (福島県) [放] <sup>137</sup>Cs=5.5

センシン食品 (宮城県・名取市)

**108 「ねばうま」 (松前漬)**  
全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。  
凍 米大 100g **438円** (税込 **473円**)  
するめいか (北海道)

大新 (鳥取県・境港市)

**109 4種野菜のおさかなつくね** 10個入  
あじに4種の国産野菜(玉ねぎ、人参、ごぼう、長芋)を混ぜたつくねです。仕上げに添付たれをからめて。  
凍 賞180日 卵米大 330g(タレ40g×2) **418円** (税込 **451円**) 通常税込 **473円**  
あじ (国内産)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

**110 フライパンでできる 鮭とチーズのかりかり包** 6個入  
北海道産の秋鮭とチーズを合わせた具を、春巻きの皮で包みました。フライパンで両面を焼いてください。  
凍 賞180日 乳大 150g (6個) **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
秋鮭 (北海道)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

**111 子持ちからふとししゃも** 7~12尾  
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)

三河屋 (愛知県・岡崎市)

**112 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)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

**113 たらこ(切れ子)増量**  
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 55g+15g **298円** (税込 **322円**) 通常税込 **397円**  
すけそうだらの卵 (ロシア)

佐井村漁協 (青森県・佐井村)

**114 津軽海峡 鮭フレーク**  
瓶の口いっぱいに身が詰まっています! 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** (税込 **538円**) 通常税込 **562円**  
秋鮭 (青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

**115 エビ・ホタテ・タコ ミックス**  
むきエビ、タコ、ホタテ貝柱を使いやすくバラ凍結しました。スパゲティ、ピラフ、かき揚げなどにどうぞ。  
凍 賞180日 180g **420円** (税込 **454円**)  
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

共和水産 (岩手県・宮古市)

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

タイセイフーズ (青森県・むつ市)

**117 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 3枚220g **480円** (税込 **518円**)  
紫いか (青森県)

札幌中一 (北海道・札幌市)

**118 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)

**119 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 **520円** (税込 **562円**)  
ミスダコ (岩手県沖) [放] 不検出 <0.4 <0.3

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

**120 猿払産 刺身用ほたて貝柱**  
オホーツク海に面する猿払(ざるふつ)は、海流や地形などの自然環境に恵まれ、美味しいほたてを育てます。  
凍 賞180日 6~8粒100g **498円** (税込 **538円**)  
ほたて貝柱 (北海道)

マストミ (徳島県・徳島市)

**121 めばちまぐろ 切り落としスライス**  
太平洋上で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して丼などで美味しく召し上がれます。  
凍 賞15日 100g **480円** (税込 **518円**)  
めばちまぐろ (太平洋)

マストミ (徳島県・徳島市)

**122 まぐろ漬け丼用 (ピンチョウマグロ)** 2食入  
鮮度の良いピンチョウマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に合います。  
凍 賞30日 米大 80g×2 **500円** (税込 **540円**)  
ピンチョウマグロ (太平洋)

共和水産 (岩手県・宮古市)

**123 三陸宮古 真いかぶっかけ丼** 2食入  
新鮮なするめいかを特製醤油ダレに漬け込みました。そのまま小鉢に盛り付けて酒の肴にも。  
凍 賞180日 米大 50g×2 **380円** (税込 **410円**)  
するめいか (岩手県) [放] 不検出 <4.2 <4.7

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

**127 あぶり焼しめさば** 2枚入  
三枚におろして骨を取り、一晩じっくり調味酢に漬け込みました。表面を軽くあぶり、香ばしく仕上げました。  
凍 賞180日 米大 2枚180g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **538円**  
さば (国内産)

丸友しまか (岩手県・宮古市)

**128 島香さんの たこ甘酢漬**  
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。  
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

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

**129 あじと3種の野菜マリネ**  
あじ(国内産)と玉ねぎ、人参、ピーマンの3種の野菜(いずれも国産)をつかった、マイルドなマリネです。  
凍 賞180日 米大 150g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
あじ (国内産)

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

**124 生から作った いわしフライ** 5~6枚  
鮮魚のいわしを使用しているので、身がやわらかく、ふっくらとしており、臭みもありません。揚げて下さい。  
凍 賞60日 米大 5~6枚280g **398円** (税込 **430円**)  
真いわし (国内産)

大黒淡水 (静岡県・焼津市)

**125 うなぎ蒲焼 70g×2** 2袋入  
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60日 米大 70g×2 たい山椒付 **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)

**126 とれとれあじ たたき身**  
日本近海で5~8月に漁獲した鮮度のいいあじをタタキ身にしました。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。  
凍 賞120日 300g(150g×2) **418円** (税込 **451円**)  
真あじ (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.5

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

**127 あぶり焼しめさば** 2枚入  
三枚におろして骨を取り、一晩じっくり調味酢に漬け込みました。表面を軽くあぶり、香ばしく仕上げました。  
凍 賞180日 米大 2枚180g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **538円**  
さば (国内産)

丸友しまか (岩手県・宮古市)

**128 島香さんの たこ甘酢漬**  
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。  
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

千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)

**129 あじと3種の野菜マリネ**  
あじ(国内産)と玉ねぎ、人参、ピーマンの3種の野菜(いずれも国産)をつかった、マイルドなマリネです。  
凍 賞180日 米大 150g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
あじ (国内産)

**トマト味のおじやを入れて焼くだけ! 主食でもワインにもよく合う一品**

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

**11** 柏田中の完熟トマト **190** シュレッドチーズ **72** しめじ

**スタッフドトマト**

◆材料(2人分)

- トマト..... 4コ
- ベーコン..... 2枚
- むきあさり..... 150g
- しめじ..... 70g
- ズッキーニ..... 1/3本
- 玉ねぎ..... 1/8個
- にんにく..... 1片
- ごはん..... 茶碗2杯分
- オリーブオイル..... 大1
- ローリエ..... 1枚
- 鷹の爪..... 1本
- チキンコンソメ..... 2袋
- 塩、こしょう..... 少々
- シュレッドチーズ..... 適宜
- パセリ..... 適宜

◆作り方

- 1 トマトはへたの部分を取り、中身をくりぬいておく。
- 2 ベーコン、しめじ、ズッキーニはあさりと同じくらい大きさに切っておく。玉ねぎ、にんにくはみじん切りにする。
- 3 鍋にオリーブオイル、ローリエ、鷹の爪、にんにくを入れ、弱火にかける。香りが立ってきたら、玉ねぎ、ベーコン、しめじ、ズッキーニの順に入れ炒め、①でくりぬいたトマトの中身とあさりを入れる。
- 4 ③が沸騰したら、あくを取り、チキンコンソメとごはんを加え、水気がなくなるまで加熱し、塩こしょうで味を調え、火を止める。
- 5 ④の粗熱が取れたら、ローリエと鷹の爪を除き、①のトマトに詰め、シュレッドチーズをかけ、トースターでチーズが溶けるまで加熱し、みじん切りにしたパセリを添える。

具が余ったらそのまま食べてもおいしいです。

2人分

**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 シ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!**

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

セット内容

- 柏田中の完熟トマト 1kg
- 新玉ねぎ 1kg
- 食塩酢 360ml
- アーモンドクッキーシュー 3個

トマトが主役!

# トマトと豚肉のこってり炒め

トマトと豚肉を一緒に炒める事で、トマトのだしが染みて深みのある味に!こってり味でご飯が進みます。

- ◆材料
- 豚バラスライス..... 150g
  - トマト..... 1個
  - ピーマン..... 2個
  - 片栗粉..... 大1
  - ごま油..... 大1
  - ★タレ
  - 酒..... 大1
  - 砂糖..... 大1/2
  - しょうゆ..... 小1
  - オイスターソース..... 大1

- ◆作り方
- 豚バラ肉は食べやすい大きさに切り、片栗粉をまぶす。トマトは8等分、ピーマンは種を取って細切りに切る。
  - 容器に★の調味料を入れて混ぜてたれを作る。
  - フライパンにごま油を入れて熱し、豚バラ肉を入れて中火で炒める。肉の色が変わったら、トマト、ピーマンを加えてさっと炒める。
  - 合わせておいたたれを加えてとろみが出るまで炒める。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

## 130 ローズポークバラスライス

脂と赤身が層になったバラ肉を厚さ3~3.5mmにスライスしました。

冷蔵 賞6日

250g **515円**(税込**556円**)

茨城県

# 豚肉

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



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

## 131 ローズポークヒレブロック

最も軟らかい、脂のほとんどない部位です。カツ等に。

冷蔵 賞6日

250g **850円**(税込**918円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

## 132 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

## 133 ローズポークモモしゃぶしゃぶ用

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

冷蔵 賞届いて3日

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

## 134 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

## 14 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**)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

## 135 ローズポーク挽肉

茨城県の銘柄豚「ローズポーク」の挽肉。赤身率8割です。

凍結 賞30日

300g **460円**(税込**497円**)

茨城県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

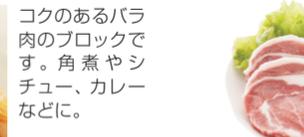
## 136 中津豚バラブロック

コクのあるバラ肉のブロックです。角煮やシチュー、カレーなどに。

冷蔵 賞4日

400g **900円**(税込**972円**)

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

## 137 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)

## 138 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



JA全農いばらき(茨城県)野口商店

## 142 豚挽肉(バラ凍結)

茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。

凍結 賞90日

400g **650円**(税込**702円**)

茨城県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

## 139 中津豚モモスライス

脂身の少ない赤身の多い部位です。厚さ3mm。

冷蔵 賞4日

200g **430円**(税込**464円**)

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

## 140 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)

## 141 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。豚そば、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

## 143 中津豚肩ローススライス

総会員さんからのクチコミ  
ちょっぴりずつ使えるので経済的ですし、とても美味しいです。(守谷市:Nさん)

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)

## 143 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 **460円**(税込**497円**)

神奈川県



JA全農いばらき(茨城県)野口商店

## 142 豚挽肉(バラ凍結)

茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。

凍結 賞90日

400g **650円**(税込**702円**)

茨城県

# 味付け肉でササッとあと一品



中津ミート(神奈川県・愛川町)

## 144 中津豚ごま生姜焼き用(味付)

自社牧場の豚のごま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。丼に。野菜を加えて炒めても。

冷蔵 賞5日 落米大 小

200g **407円**(税込**440円**)

豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

## 145 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)を、オリジナルのタレに漬けました。そのまま焼いてどうぞ。

凍結 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)

## 146 中津もつスタミナ焼き(味噌味)

自社農場の豚のモツを、自家製の味噌だれに漬け込みました。お好みの野菜を入れて炒めてどうぞ。

凍結 賞120日 落米大

200g **361円**(税込**390円**)

豚モツ(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)

## 147 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ。蒸しどり、唐揚げ、煮物に。

凍結 賞180日

300g **360円**(税込**389円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 16 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。

凍結 賞180日

300g **480円**(税込**518円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 148 つくば茜鶏ムネモモ小間切

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

凍結 賞180日

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 149 つくば茜鶏ムネモモ唐揚げ用

ムネ肉とモモ肉を唐揚げ用にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞180日

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 150 つくば茜鶏手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。塩焼き、唐揚げに。だしがでるので煮物にも。

凍結 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 151 つくば茜鶏手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍結 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 152 つくば茜鶏ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茹でてサラダに。バラ凍結。

凍結 賞180日

300g **560円**(税込**605円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 153 つくば茜鶏レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍結 賞180日

250g **240円**(税込**259円**)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

## 154 つくば茜鶏挽肉

ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

凍結 賞180日

500g **660円**(税込**713円**)

茨城県

# 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)

## 155 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。

凍結 賞30日

160g **445円**(税込**481円**)

福岡県、大分県

**ふるさと**  
福永産業 (福岡県・遠賀町)

**156 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

**157 茨城牛(山方)切り落とし**  
用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。  
冷 賞6日  
200g **645円**(税込**697円**)  
茨城県

**特**  
能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

**158 牛ロース切り落とし**  
程よいサシと、柔らかさのある部位。すき焼きやしゃぶしゃぶにおすすめです。  
凍  
150g **1450円**(税込**1566円**) 通常税込**1598円**  
大阪府

**特**  
能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

**159 牛中華用柔らか細切り**  
柔らかいモモ肉を炒め物などに使いやすい細切りにしました。  
凍  
200g **1680円**(税込**1814円**) 通常税込**1858円**  
大阪府

**ふるさと**  
能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

**160 牛ミンチ**  
2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。  
凍  
200g **870円**(税込**940円**)  
大阪府

**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)

**161 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)

**特**  
鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**162 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**) 通常税込**567円**  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**163 鎌倉バラベーコンスライス×2**  
豚バラを塩漬け、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 **600円**(税込**648円**)  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.5 <4.7

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**164 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 賞15日  
60g×2 **450円**(税込**486円**)  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**165 鎌倉ポークソーセージ**  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。  
冷 賞20日  
200g **350円**(税込**378円**)  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2

**たっぷりのトマトを使って**  
ウインナーとトマトの卵炒め  
**特**

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**167 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)

**168 中津皮なしノンスパイスウインナー**  
皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。  
冷 賞5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)

**169 中津ポークウインナー**  
海塩の旨味と香辛料が引きだせるシンプルなお味。  
冷 賞7日  
120g **287円**(税込**310円**)  
豚肉(神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**170 中津ロースハムスライス**  
安全な肉を原料とした無添加ハムです。豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げられています。  
冷 賞7日  
100g **398円**(税込**430円**)  
豚肉(神奈川県)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**166 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)**  
焼き塩を使用しているため塩加減がとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。  
冷 賞10日  
400g **670円**(税込**724円**) 通常税込**754円**  
豚肉(国内産)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**172 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)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**173 中津ミートのハンバーグ**  
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 賞180日 卵乳小  
200g (100g×2) **360円**(税込**389円**)  
豚肉(神奈川県)

**特**  
秋川牧園(山口県・山口市)

**174 サラダチキン(プレーン)**  
若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。お肉本来のうまみを味わっていただけるよう薄味に仕上げられています。自然が流水解凍。お好みのサイズに切り分けてお召上がりください。  
凍 賞180日 米大小  
100g **340円**(税込**367円**) 通常税込**388円**  
鶏肉(国内産)

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

**爽やかな味わい ヨーグルトプリン**  
◆材料(4人分)  
プレーンヨーグルト 300g  
卵黄 3個  
グラニュー糖 25g  
バニラエッセンス 少々  
みかん 1個

◆作り方  
① みかんは輪切りにして、1/4に切る。  
② ボウルに卵黄とグラニュー糖を入れ、湯せんをしながらもったりするまでよく混ぜる。  
③ 湯せんからはずし、ヨーグルトとバニラエッセンスを入れてよく混ぜ合わせる。  
④ 茶漉しなどで濾しながらココットに入れ、スライスしたみかんのをせる。  
⑤ 天板にココットを並べて天板にお湯を注ぎ、150℃のオーブンで30分程蒸し焼きする。  
⑥ 粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やして完成。

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に自家ブランドで作りました。ノンホモ(脂肪球を砕いていない)なのでフツフ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、なめらかなでやさしい味です。

ピンは再利用しますので必ずご返却下さい

鈴木牧場のヨーグルトレシピ

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

**石岡 鈴木牧場ヨーグルト**  
冷 賞届いて10~11日 乳

**176 プレーン**  
400g **361円**(税込**390円**)

**177 微糖**  
400g **370円**(税込**400円**)  
生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

**牛乳・卵**

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

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

サツラク農協(北海道・札幌市)

**5 サツラク牛乳**  
冷 賞15日 乳  
1ℓ **250円**(税込**270円**)  
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道酪農公社(北海道・江別市)

**4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)**  
冷 賞届いて10日 乳  
1ℓ **219円**(税込**237円**)  
生乳(北海道)

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

サツラク農協(北海道・札幌市)

**3 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

**契約者、募集中です!**  
有機農業の循環の中から産まれた卵です

組合員さんからのクチコミ  
卵、とっても美味しくてびっくりしました。いつもは温泉卵にしてるのですが、砂糖(粗糖)とおしょうゆ少して厚焼き玉子にしたところ、カステラみたい!お菓子みたいにふんわりして美味しかったのです。(我孫子市:Aさん)

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

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

鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召上がりください。

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

**石岡 鈴木牧場 さけるチーズ**  
冷 賞届いて14日以上 乳

**178 プレーン**  
30g **181円**(税込**195円**)  
生乳(茨城県)

**179 ペッパー**  
30g **190円**(税込**205円**)  
[放] 不検出 <3.3 <3.1

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

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

宇治田農場(茨城県・石岡市)

**8 宇治田さんの平飼卵**  
多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬・抗生物質不使用。  
冷 賞7日 卵  
6個 **330円**(税込**356円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

**契約「やさとの仲間」平飼卵**  
有機農業の生産者が肥料を得る為に飼っている鶏の卵です。自家野菜を与え、健康に育てました。  
冷 賞6日 卵入り  
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)

**181 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。  
 冷蔵 賞味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)

**182 腸内活性 ヨーグルト(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 賞味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)

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

**184 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 賞味18日 乳

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



酪王乳業 (福島県・郡山市)

**185 2本組 生乳たっぷりのむヨーグルト**  
 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖  
 冷蔵 賞味19日 乳

180ml×2 **256円**(税込**276円**)  
 生乳(福島県)



酪王乳業 (福島県・郡山市)

**186 5本組 生乳たっぷりのむヨーグルト**  
 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖  
 冷蔵 賞味19日 乳

180ml×5 **590円**(税込**637円**)  
 生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



日本生活協同組合連合会

**187 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 賞味15日 乳

65ml×10 **178円**(税込**192円**)



茨城乳業 (茨城県・石岡市)

**188 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。  
 冷蔵 賞味14日 卵乳

85g×3 **235円**(税込**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個入

**189 牛乳と卵の デザートワッフル**  
 自家製ク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。  
 冷蔵 賞味4日 卵乳大 小

4個 **227円**(税込**245円**)  
 [放] 不検出 <3.4 <3.6



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**190 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、モッツアレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。  
 冷蔵 賞味90日 乳

250g **575円**(税込**621円**)  
 生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**191 よつ葉 カマンベールチーズ**  
 非遺伝子組換え飼料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて熟成させました。  
 冷蔵 賞味180日 乳

90g **415円**(税込**448円**)  
 生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**192 よつ葉 パンにいい発酵バター**  
 北海道産生乳を100%使用した発酵バター。ミルクの風味に、ヨーグルトのような爽やかな後味が特長。  
 冷蔵 賞味180日 乳

100g **306円**(税込**330円**)  
 生乳(北海道)

**大豆加工品**

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



おかべや (神奈川県・相模原市)

**193 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 賞味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)

**194 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 賞味5日 大

330g **189円**(税込**204円**)  
 大豆(国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

**198 もめん豆腐**  
 国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。  
 冷蔵 賞味4日 大

300g **176円**(税込**190円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

**199 きぬ豆腐**  
 国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。  
 冷蔵 賞味4日 大

300g **165円**(税込**178円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

**202 有機国産大豆寄せ豆腐**  
 秋田県産有機大豆と海水にかりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。  
 冷蔵 賞味4日 大

100g×2 **230円**(税込**248円**)  
 通常税込 **259円**  
 大豆(秋田県) [放] 不検出 <0.9 <1.0

**たっぷりの トマトと一緒に!**



おかべや (神奈川県・相模原市)

**195 おかべや おぼろ豆腐**  
 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。  
 冷蔵 賞味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)

**196 おかべや 白ごま葛とうふ**  
 白ごまと葛粉、鰹だし、粗糖、塩を昔ながらの直火で練り上げた風味豊かなごまとうふ。  
 冷蔵 賞味3日 大

100g **340円**(税込**367円**)  
 葛粉(鹿児島県)



おかべや (神奈川県・相模原市)

**197 おかべや 一口生揚げ**  
 青森県産大豆・天然にがり100%使用。おかべや自慢の木綿豆腐を、風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。  
 冷蔵 賞味2日 大

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

**200 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。  
 冷蔵 賞味4日 大

150g×2 **180円**(税込**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)

**201 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。  
 冷蔵 賞味4日 大

150g×2 **175円**(税込**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)

**203 油揚げ**  
 国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふっくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。  
 冷蔵 賞味6日 大

3枚 **165円**(税込**178円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)

**204 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。  
 冷蔵 賞味90日 大 小

10枚 **395円**(税込**427円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0



丸和食品 (東京都・練馬区)

**205 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。  
 冷蔵 賞味4日 大

90g×2 **155円**(税込**167円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2



JAやさと (茨城県・石岡市)

**209 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ無)**  
 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 賞味7日 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)

**210 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 賞味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)

**211 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 賞味10日 大 小

40g×2 **100円**(税込**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)

**206 白和え**  
 絹ごし豆腐に、こんにゃく、人参、椎茸、白ごまを加え、自社で煮出しただしで味付けしました。  
 冷蔵 賞味21日 大 小

150g **210円**(税込**227円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.4



丸和食品 (東京都・練馬区)

**207 水煮大豆**  
 国産の大豆を水煮にしました。ほんのり塩味がついています。サラダや筑前煮、カレーにも。  
 冷蔵 賞味21日 大

200g **240円**(税込**259円**)  
 大豆(国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

**208 生おから**  
 国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。  
 冷蔵 賞味30日 大

200g **157円**(税込**170円**)  
 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

**美味しさのポイント**

原料の丸大豆を、仕込みの前日に自社でひきわり(割ってある大豆を仕入れるのが一般的)。その為、断面の酸化が最小限に抑えられています。

登喜和食品 (東京都・府中市)

**212 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 賞味9日 大 小

40g×2 **172円**(税込**186円**)  
 大豆(北海道)

**納豆の味が強くしつかりとした味わい**



登喜和食品 (東京都・府中市)

**213 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。  
 冷蔵 賞味30日 大

100g **265円**(税込**286円**)  
 大豆(北海道)



登喜和食品 (東京都・府中市)

**213 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。  
 冷蔵 賞味30日 大

100g **265円**(税込**286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)

**214 生芋あく抜きこんにゃく**  
 昔ながらの圧蒸し製法で作られたこんにゃくです。  
 冷蔵 賞味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)

**215 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 賞味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



生産者・リアス・常総の「絆」です  
**特**  
 リアス(千葉県・船橋市)  
**216 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。  
 冷蔵 賞90日  
 100g **370円**(税込**400円**) 通常税込**410円**  
 わかめ(宮城県) [放] 不検出 <4.2 <4.6



**特**  
 金子製麺(神奈川県・中井町)  
**218 地粉シューマイの皮**  
 地粉100%による昔ながらの味わいのするシューマイの皮。コシと風味のある食感が楽しめます。6.5cm角。  
 冷蔵 賞14日 小  
 30枚 **145円**(税込**157円**) 通常税込**167円**  
 小麦(国内産)



**特**  
 共生食品(神奈川県・相模原市)  
**219 内麦焼きそば(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。  
 冷蔵 賞6日 卵小  
 150g×3 **187円**(税込**202円**) 通常税込**213円**  
 小麦(若手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



**特**  
 丸和食品(東京都・練馬区) 4個  
**220 焼いて食べる油揚げ包み(餃子風)**  
 国産のキャベツ、ニラ、長ねぎ、生姜を油揚げで包みひとつずつ手揚げしました。フライパンなどで温めて、おでんや鍋にも。  
 冷蔵 賞7日 大  
 4個 **285円**(税込**308円**) 通常税込**319円**  
 大豆(国内産)



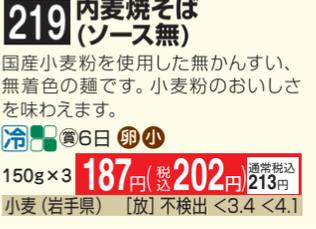
たむらのタマゴ(徳島県・阿南市)  
**221 地鶏そぼろ**  
 遺伝子組換えのない飼料で育てた鶏肉を、醤油、味の母、砂糖で味付け。お弁当やチャーハンに。  
 冷蔵 賞13日 米大 小  
 100g **255円**(税込**275円**)  
 鶏肉(徳島県)



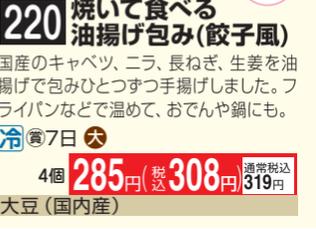
産国の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。  
 凍 賞30日 小  
 60g **310円**(税込**335円**) 通常税込**356円**  
 しらす(遠州灘~伊勢湾)



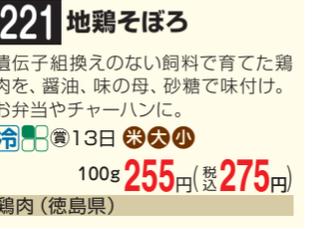
金子製麺(神奈川県・中井町)  
**225 地粉餃子の皮**  
 自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。  
 冷蔵 賞14日 小  
 20枚 **205円**(税込**221円**)  
 小麦(国内産)



共生食品(神奈川県・相模原市)  
**222 ところてん(タレ・ふりかけ付)**  
 てん草100%使用の、風味のよいところてんです。  
 冷蔵 賞60日 米大 小  
 150g×3 **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**  
 天草(千葉県、他) [放] 不検出 <4.2 <4.6



丸和食品(東京都・練馬区) 4個  
**226 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)**  
 地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。  
 冷蔵 賞21日 卵米大 小  
 麺120g×2 スープ47g×2 **375円**(税込**405円**)  
 小麦(国内産)



たむらのタマゴ(徳島県・阿南市)  
**227 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。  
 冷蔵 賞12日 卵米大 小  
 120g×2 **290円**(税込**313円**)  
 卵(徳島県)



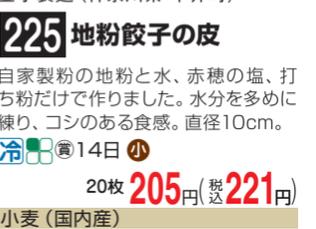
産国の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。  
 凍 賞30日 小  
 60g **310円**(税込**335円**) 通常税込**356円**  
 しらす(遠州灘~伊勢湾)



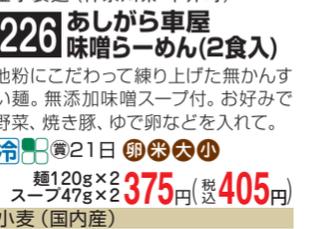
沖縄・伊平屋島の良質なもずくです。塩抜きが必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。  
 冷蔵 賞10日 米  
 200g **240円**(税込**259円**)  
 もずく(沖縄県)



沖縄県の伊平屋島で収穫された本もずくを、純米酢や丸大豆醤油等でさっぱりと味付けしました。  
 冷蔵 賞15日 米大 小  
 200g **285円**(税込**308円**)  
 もずく(沖縄県)



自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。  
 冷蔵 賞14日 小  
 20枚 **205円**(税込**221円**)  
 小麦(国内産)



地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。  
 冷蔵 賞21日 卵米大 小  
 麺120g×2 スープ47g×2 **375円**(税込**405円**)  
 小麦(国内産)



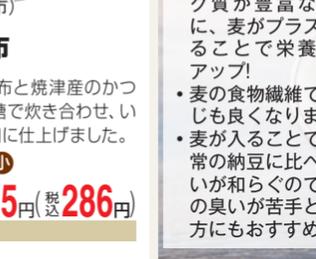
遺伝子組換えでない飼料を使用した養鶏卵。調味料も国内産原料使用。  
 冷蔵 賞12日 卵米大 小  
 120g×2 **290円**(税込**313円**)  
 卵(徳島県)



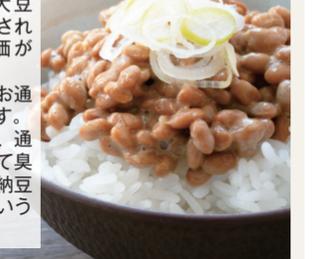
北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいなうぐいす色。軟らかさの中にしっかりコシを残した仕上がり。  
 冷蔵 賞90日 米  
 120g **320円**(税込**346円**)  
 青えんどう豆(北海道)



北海道産の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。  
 冷蔵 賞90日 米  
 120g **320円**(税込**346円**)  
 紫花豆(北海道)



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



高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。  
 冷蔵 賞90日  
 80g **170円**(税込**184円**)  
 生姜(高知県)



千葉県に伝わる「ころがし法」をヒントに、低温で下漬け、乳酸発酵させたものを醸造酢と三温糖で漬込みました。  
 冷蔵 賞150日 米  
 100g **460円**(税込**497円**)  
 らっきょう(千葉県、茨城県) [放] 不検出 <2.3 <2.5



1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。  
 冷蔵 賞14日 米大 小  
 200g **365円**(税込**394円**)  
 白菜(国内産)、唐辛子(中国)



白菜(国内産)  
 冷蔵 賞14日 米  
 300g **500円**(税込**540円**)



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



白身魚に近海の雑魚を使ったすり身をベースにした桜えび天といかしそ天をセットにしました。  
 冷蔵 賞30日 米卵大 小  
 2枚130g **388円**(税込**419円**) 通常税込**430円**  
 桜えび(台湾)、いか(タイ、ベトナム、日本)、青しそ(国内産)

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

シーズ初 **特**  
 桜えびの香ばしさといかの食感と青しその風味が食の旨味と良く合うほのぼの一品です。ぜひこの機会に食べてみてください!  
 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)  
**236 長崎 白天(桜えび・いかしそ)**  
 白身魚に近海の雑魚を使ったすり身をベースにした桜えび天といかしそ天をセットにしました。  
 冷蔵 賞30日 米卵大 小  
 2枚130g **388円**(税込**419円**) 通常税込**430円**  
 桜えび(台湾)、いか(タイ、ベトナム、日本)、青しそ(国内産)

高橋徳治商店 こだわりの練り物  
 近海のお魚たっぷり♪  
**特**  
 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。自然解凍かレンジで温めて。  
 高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**240 ごろごろ茶豆ちぎり揚**  
 凍 賞180日 米大  
 100g **329円**(税込**355円**) 通常税込**368円**  
 茶豆(国内産)・すけそうだら(北海道)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)  
**237 長崎 おつまみれんこん**  
 れんこんを食材に使用した、一口タイプのちぎり揚げ。れんこんの食感と一味唐辛子がアクセント。  
 冷蔵 賞30日 米  
 110g **260円**(税込**281円**)  
 魚肉(国内産・タイ)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)  
**238 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ**  
 スティック状にカットしたごぼうを甘辛く煮込み、まわりにすり身を付けて揚げました。  
 冷蔵 賞7日 米小  
 90g **268円**(税込**289円**)  
 ごぼう(国内産)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)  
**239 長崎 じゃこ天**  
 長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。  
 冷蔵 賞30日 卵米  
 2枚100g **260円**(税込**281円**)  
 雑魚(長崎県)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**242 お好みさつま揚げ**  
 凍 賞180日 卵米  
 2枚160g **370円**(税込**400円**)  
 すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**241 おとうふ揚げ**  
 凍 賞180日 米大  
 5個175g **295円**(税込**319円**)  
 すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**243 笹かまぼこ**  
 無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かま発祥の地である宮城の昔ながらの味が楽しめます。自然解凍OK。  
 凍 賞180日 卵米  
 5枚125g **330円**(税込**356円**) 通常税込**367円**  
 すけそうだら(北海道)

ここがすごい! **「押し麦入り納豆」**  
 ・良質な植物性タンパク質が豊富な大豆に、麦がプラスされることで栄養価がアップ!  
 ・麦の食物繊維でお通じも良くなります。  
 ・麦が入ることで、通常の納豆に比べて臭いが和らぐので納豆の臭いが苦手という方にもおすすめ。  
 水府納豆(茨城県・常陸太田市)  
**235 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)**  
 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

# 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。



**244 冷凍かぼちゃ**  
イズックス (東京都・中央区)

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)

胡麻や辛子和え、炒めものやサラダに



**245 冷凍北海道産いんげん**  
イズックス (東京都・中央区)

北海道中札内村産いんげんを旬な時期に収穫して加工。凍ったまま炒めるか茹でてお召し上がりください。

凍 200g **278円**(税込**300円**)  
いんげん (北海道)

冷蔵庫内で解凍後そのままお召し上がりいただけます



**246 冷凍ちや豆**  
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

枝豆より小ぶりで香りが高く甘味が強いのが特徴。蒸したてを急速凍結し、甘さを最大限に引き立てました。

凍 200g **362円**(税込**391円**)  
ちや豆 (国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.5

とりがらと塩だけのシンプルなスープ



**250 とりがらスープ**  
秋川牧園 (山口県・山口市)

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、鍋物などにどうぞ。

凍 5袋 250g **420円**(税込**454円**)  
鶏骨 (国内産)

ごま油香るあん湯煎で温めて



**251 天津丼の具**  
鳥幸商店 (千葉県・茂原市)

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%

凍 卵か乳米大小 300g (150g×2) **370円**(税込**400円**)  
卵 (国内産)



**247 COとろろ芋(大和芋入り) 40g×4袋入**  
日本生活協同組合連合会

国産の長芋と大和芋を7対3で配合した1袋40gの使い切りサイズ。解凍してそのまま、蕎麦やうどんに。

凍 40g×4袋 **306円**(税込**330円**)  
長芋・大和芋 (国内産)

揚げたてでサクサクの衣を味わって!



**248 黒豚ポテトコロケ**  
日岡商事 (兵庫県・加古川市) 3個入

じゃがいもと黒豚肉の素朴で優しい味わい。国産原料の醤油やノンホモ牛乳等素材にこだわりました。揚げて。

凍 3個180g **300円**(税込**324円**)  
じゃがいも (北海道)、豚肉 (鹿児島県)



**249 北海道八雲発マムのカニクリームコロケ**  
大進食品 (神奈川県・横浜市) 6個入

北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。

凍 40g×6 **398円**(税込**430円**)  
生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.6



**252 ピリ辛チキンバー**  
秋川牧園 (山口県・山口市)

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

凍 卵米大小 8本150g **377円**(税込**407円**)  
鶏肉 (山口県、他)



**253 マグロの塩麹竜田**  
マストミ (徳島県・徳島市)

塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの竜田揚げ。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。

凍 150g **389円**(税込**420円**)  
びんちょうまぐろ (太平洋)



**254 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ 2パック**  
ニッコー (神奈川県・大和市) 3個入×2

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 (70g×3)×2 **824円**(税込**890円**)  
大豆・鶏肉 (国内産)



**255 甘酢のやわらかチキン南蛮**  
秋川牧園 (山口県・山口市)

ふんわり衣に特製甘酢たれを染み込ませ、柔らかな食感です。レンジで温めて。タルタルソースレシピあり。

凍 卵米大小 150g **359円**(税込**388円**)  
鶏肉 (国内産)



**256 鶏のから揚げ**  
マストミ (徳島県・徳島市)

無投葉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)



**257 チキンナゲット**  
秋川牧園 (山口県・山口市)

開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。

凍 卵米小 200g **423円**(税込**457円**)  
鶏肉 (山口県、他)



**258 お好みお弁当セット**  
ニッコー (神奈川県・大和市) 3種×2

小分けのお弁当惣菜。凍ったままお弁当箱に。きんぴらごぼう、ひじき五目煮、小松菜の煮びたしのセット。

凍 卵米大小 3種×2個120g **392円**(税込**423円**)  
卵米大小



**259 大きな豆腐肉団子(黒酢あん)**  
ニッコー (神奈川県・大和市) 8個入

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

凍 卵米大小 8個340g(固形量208g) **477円**(税込**515円**)  
野菜・豆腐・鶏肉 (国内産)



**264 骨付きてりやきチキン**  
秋川牧園 (山口県・山口市)

はちみつや玉葱を使った国産丸大豆醤油ベースのタレに一晩漬けて、味が染みこくのある照焼きに仕上げました。

凍 卵米大小 300g **593円**(税込**640円**)  
鶏肉 (山口県、他)



**260 芋棒**  
鳴門のいも屋 (徳島県・鳴門市)

徳島県産鳴門金時芋を使ったスティック状の大学芋。中はほっこり、外はカリッとした食感。半解凍でも美味。

凍 280g **462円**(税込**499円**)  
鳴門金時芋 (徳島県)



**261 ごまポテ**  
鳴門のいも屋 (徳島県・鳴門市)

さつまいも(国産紅はるか)を程よい甘さに味付け。食べやすい2cm角にカットし、ごまをまぶしました。

凍 280g **528円**(税込**570円**)  
さつまいも (国内産)



**262 マム 焼いて簡単手巻きじゃがバター**  
大進食品 (神奈川県・横浜市) 5本入

国内産の男爵芋をたっぷり使用しています。フライパンで焼いて。

凍 卵米小 5本200g **393円**(税込**424円**)  
じゃがいも (国内産)



**263 マム 海老とオーガニックペンネのグラタン**  
大進食品 (神奈川県・横浜市) 2食入

オーガニックペンネマカロニと天然海老を入れホワイトソースで仕上げました。レンジで温めて。

凍 卵米小 170g×2 **550円**(税込**594円**)  
海老 (マレーシア)



**264 骨付きてりやきチキン**  
秋川牧園 (山口県・山口市)

はちみつや玉葱を使った国産丸大豆醤油ベースのタレに一晩漬けて、味が染みこくのある照焼きに仕上げました。

凍 卵米大小 300g **593円**(税込**640円**)  
鶏肉 (山口県、他)



**265 飛鳥の黒豚肉の焼き餃子**  
飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 16個入

黒豚肉と野菜をたっぷり入れ、にんにくを利かせた焼き餃子。ひとつひとつ手包みしました。焼いて。

凍 16個280g **487円**(税込**526円**)  
豚肉 (国内産)



**266 ツუსイ餃子**  
トクスイコーポレーション (東京都・中央区) 30個入

豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りました。ニラの風味が控えて脂っぽさの少ないあっさり味。焼いて。

凍 540g (18g×30) **580円**(税込**626円**)  
豚肉・キャベツ (国内産)



**267 しそさっぱり餃子**  
ニッコー (神奈川県・大和市) 10個入

具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。タレなしでも召し上がれます。

凍 卵米大小 10個180g **375円**(税込**405円**)  
しそ (国内産)



**268 香港黄金しょうが餃子**  
トクスイコーポレーション (東京都・中央区) 20個入

一般的な生妻よりも辛みと香り成分が強い黄金生姜と国産野菜・豚肉・小麦で仕上げました。焼いて。

凍 卵米大小 360g (18g×20) **398円**(税込**430円**)  
野菜・豚肉・小麦 (国内産)



**269 飛鳥のカレーまん**  
飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 3個入

手でほぐした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み国産小麦の皮で包みました。蒸すかレンジで温めて。

凍 卵米大小 3個270g **407円**(税込**440円**)  
小麦 (国内産)



**270 マム 卵の花 ころころ春巻き**  
大進食品 (神奈川県・横浜市) 5本入

国産大豆使用のおからを使用した具材を国産大豆の豆乳入り春巻の皮で巻き上げました。

凍 卵米大小 5本200g **318円**(税込**343円**)  
大豆・鶏肉・小麦 (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.3



**271 飛鳥の黒豚シューマイ**  
飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

豚肉たっぷりのシューマイです。ジュー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 卵米大小 12個180g **403円**(税込**435円**)  
豚肉 (国内産)



**272 飛鳥の手作り帆立シューマイ**  
飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

帆立をたっぷり加えたジューシーでコクのある味わい。大きめで食べ応え満点です。蒸すか、レンジで温めて。

凍 卵米大小 6個192g **500円**(税込**540円**)  
帆立 (青森県、北海道)



**273 黒酢の酢豚**  
マストミ (徳島県・徳島市)

北海道育ちの健康な豚肉と3つの野菜(玉ねぎ・ピーマン・人参)に黒酢を加えたまろやか風味の酢豚。湯煎で。

凍 卵米大小 330g **595円**(税込**643円**)  
豚肉 (北海道)



**274 野菜で仕上げる回鍋肉**  
マストミ (徳島県・徳島市)

コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。野菜を炒めたあとに加えて混ぜれば完成。

凍 卵米大小 110g **345円**(税込**373円**)  
豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

ポン酢、塩等との相性よし

**275 とり天**  
秋川牧園 (山口県・山口市)  
スティック状にカットした柔らかいムネ肉の天ぷら。ふんわりとした衣が新食感。トースター、電子レンジで。  
凍 卵 米 大 小  
170g **413円** (税込 **446円**)  
鶏肉 (山口県、他)

**278 冷凍うどん**  
日岡商事 (兵庫県・加古川市)  
国産小麦粉と食塩のみで作りしました。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 卵 180日 小  
200g×3玉 **412円** (税込 **445円**)  
小麦粉 (国内産)

**283 ライスバーガー たりやきチキン**  
ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)  
醤油をつけ焼きあげたライスプレートに甘辛たれで仕上げた国産若鶏もも肉をサンド。加工濃粉：全体の0.6%  
凍 米 大 小  
5個575g **787円** (税込 **850円**) (通常税込 **862円**)  
米 (国内産)、鶏肉 (国内産)

**288 芽吹き屋 よもぎ大福**  
岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)  
国産餅米と天然よもぎ、北海道産小豆の粒あんを使用しました。着色料や防腐剤等は不使用。自然解凍で。  
凍 米 大 小  
4個220g **332円** (税込 **359円**)  
よもぎ (国内産)

**276 白えびかきあげ**  
日岡商事 (兵庫県・加古川市)  
富山県産白えび、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 米 小  
160g(2枚入) **522円** (税込 **564円**)  
野菜 (国内産)

**279 国産鮭の塩焼き お惣菜セット**  
大進食品 (神奈川県・横浜市)  
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 **685円** (税込 **740円**) (通常税込 **756円**)  
鮭 (北海道)

**284 ミニたい焼き (ずんだあん)**  
ニッキー (神奈川県・大和市)  
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 大 小  
8個272g **435円** (税込 **470円**)  
小麦粉 (国内産)・枝豆 (タイ)

**289 芽吹き屋 大福セット**  
岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)  
人気の大福「黒豆塩大福」「よもぎ大福」「くるみ大福」の3種を詰め合わせました。自然解凍で。  
凍 米 大  
6個310g **565円** (税込 **610円**) (通常税込 **648円**)  
もち米 (国内産)

**277 わかめどっさりうどん**  
ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)  
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 米 大 小  
2食556g **341円** (税込 **368円**) (通常税込 **378円**)  
わかめ (韓国)

**280 国産豚角煮ちまき**  
アイケイ食品 (埼玉県・川口市)  
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) **986円** (税込 **1065円**)  
米・豚肉 (国内産)

**KUBOTAのアイス**  
久保田食品 (高知県・南国市)  
厳選抹茶の香りと味わいを楽しんで  
**285 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** (税込 **205円**)  
生乳 (北海道)・茶 (京都)

**腸内環境を整えて**  
毎日のスプーン1杯で  
5月3回にお届け  
次回は6月2回掲載予定  
フルーツと一緒に  
私はこんな風に食べてます  
朝食にシリアルやジャム、甘酒と混ぜても  
温野菜ティップには味噌とオイルを加えて  
★半解凍して必要な分を取り分け、再凍結するのがオススメ。解凍したら3、4日で食べきってください。  
パッケージの一部が変更になります (再評価結果にあわせ栄養表示等が変更)  
プレマラボ (東京都・中央区)  
**281 1個** 450g **1200円** (税込 **1296円**)  
**282 4個セット** 450g×4個 **4320円** (税込 **4666円**)  
大豆 (北海道)

**286 おっぱいアイスミルク**  
久保田食品 (高知県・南国市)  
牛乳の素朴なおいしさをベースにバニラビ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** (税込 **108円**)  
生乳 (北海道)

**287 COおいしいカットマンゴー 150g**  
日本生活協同組合連合会  
ベトナム産マンゴーを現地で熟させひと口大にカット。甘みが強くトロツとなめらかで濃厚な味わい。  
凍 卵 大 小  
150g **197円** (税込 **213円**)  
マンゴー (ベトナム)

**512 シママース**  
青い海 (沖縄県・糸満市)  
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** (税込 **324円**)  
海水 (沖縄県)、天日塩 (オーストラリア、メキシコ)

**292 国産丸大豆 寒仕込みしょう油**  
沼屋本店 (茨城県・つくば市)  
2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。  
凍 米 大 小  
500ml **740円** (税込 **799円**)  
大豆 (国内産)

**293 超特選うすむらさき「生」**  
チョーコー醤油 (長崎県・長崎市)  
塩分が多目なので少量使いで充分!色がうすく熟処理をしていない生(なま)醤油ですので、丸大豆もろみの風味をそのまま楽しみ頂けます。  
凍 米 大 小  
1ℓ **741円** (税込 **800円**)  
大豆 (アメリカ、カナダ)、小麦 (カナダ)

**294 やまこ味噌 (粒・甘口)**  
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麹で作りしました。塩分9%です。原材料：米、大豆、塩  
凍 米 大 小  
1kg **585円** (税込 **632円**) (通常税込 **648円**)  
米・丸大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

**295 米糀みそ・田中屋**  
田中屋 (愛媛県・松山市)  
純正米糀みそです!大豆(フクユタカ)と九州産の有機栽培米を1:1で配合(塩分約10%)した米糀みそは、味噌汁のほか、和え物、漬物用としてもご利用いただけます。  
凍 米 大 小  
500g **650円** (税込 **702円**)  
米・大豆 (九州)

**513 につぼんの海塩**  
海はいのち (長崎県・南島原市)  
長崎県南島原周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。  
凍 米 大 小  
500g **250円** (税込 **270円**)  
海水 (長崎県)

**519 有機純米酢**  
創健社 (神奈川県・横浜市)  
くせのないまろやかな味が何にでも合います。  
凍 米 大 小  
500ml **395円** (税込 **427円**)  
米 (国内産)

**501 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)**  
大和川酒造店 (福島県・喜多方市)  
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。  
凍 米 大 小  
720ml **990円** (税込 **1089円**) (通常税込 **1100円**)  
米 (福島県) [放] 不検出 <3.8 <3.4

**クチコミ**  
組合員さんからの  
煮物、炒め物、蒸し物に少し入れるだけで全然違います。試しにそのまま飲んだら美味しかった!  
凍 米 大 小  
1ℓ **390円** (税込 **429円**)  
もち米 (タイ、他)

**507 CO本みりん**  
日本生活協同組合連合会  
原料にもち米、米麹を使用し、じっくり糖化熟成させたみりんです。醸造アルコール、糖類を添加しています。  
凍 米 大 小  
1ℓ **390円** (税込 **429円**)  
もち米 (タイ、他)

**530 白だし**  
チョーコー醤油 (長崎県・長崎市)  
本醸造薄口醤油ベースの濃厚で薄型タイプのダシ入り調味料。焼津産かつお本節と利尻産昆布を使用。  
凍 米 大 小  
400ml **385円** (税込 **416円**) (通常税込 **427円**)

**548 压榨一番しぼりなたねサラダ油(大)**  
オーストラリア産なたねが原料の压榨一番しぼりの油。天ぷらの揚げ油としてもコシが強く、繰り返し使えます。  
凍 米 大 小  
1400g **900円** (税込 **972円**)  
なたね (オーストラリア)

**552 エキストラバージンオリーブ油**  
桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)  
イタリアで栽培されたオリーブの完熟した実を、低温で压榨しました。  
凍 米 大 小  
430g **2300円** (税込 **2484円**) (通常税込 **2700円**)  
オリーブ (イタリア)

**550 ごま油**  
米澤製油 (埼玉県・熊谷市)  
料理に風味を持たせます。  
凍 米 大 小  
450g **990円** (税込 **1069円**)  
胡麻 (ナイジェリア、他)

**296 九鬼 太白純正胡麻油**  
九鬼産業 (三重県・四日市市)  
ごまを煎らずに低温压榨法でしぼったごま油。焙色や香りがなく、クセのない風味です。ペットボトル入り。  
凍 米 大 小  
600g **1000円** (税込 **1080円**)  
胡麻 (ナイジェリア、他)

**534 あらごし 完熟ケチャップ**  
ユニオンソース (栃木県・日光市)  
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 大 小  
300g **380円** (税込 **410円**)  
トマト (国内産)

**532 有精卵マヨネーズ**  
創健社 (神奈川県・横浜市)  
国産の有精卵と压榨一番しぼりべに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香料使用。  
凍 米 大 小  
300g **370円** (税込 **400円**)  
なたね (オーストラリア)

**532 有精卵マヨネーズ**  
創健社 (神奈川県・横浜市)  
国産の有精卵と压榨一番しぼりべに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香料使用。  
凍 米 大 小  
300g **370円** (税込 **400円**)  
なたね (オーストラリア)

**全品特価**

**大紀コープファーム**

毎日の食卓に、梅のパワーを取り入れて免疫力アップに！

P16に梅エキスと徳用梅干しあります



**297 梅紫蘇塩(しそ入)**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

沖縄の塩「シママス」に赤梅酢を漬け込み、乾燥させました。梅の酸味と紫蘇の風味がアクセントになった塩。賞90日

25g **240円(税込259円)** 通常税込270円

塩(沖縄県)

**298 すし梅酢**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

梅干しの副産物「梅酢」と砂糖だけで作りました。香りのよいすし飯が作れます。

賞90日 200ml **270円(税込292円)** 通常税込302円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**299 赤梅酢**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

梅干しを作る過程で梅から自然に出てくる抽出液に、赤しそを入れて色をつけたもの。

賞90日 500ml **360円(税込389円)** 通常税込400円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**300 小梅干し**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

大紀の小梅を低農薬栽培のしそ、沖縄の塩で漬けた梅干し。天日干しをしています。塩分16~18%。

賞180日 120g **410円(税込443円)** 通常税込454円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**301 梅びしお(チューブ入り)**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

梅干しの果肉をペースト状にしたもの。甘味料などは不使用。使いやすいチューブ状。

賞60日 100g **310円(税込335円)** 通常税込346円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**302 しその葉ふりかけ**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

カリカリベーコンとしその葉ふりかけのおにぎり

賞90日 50g **185円(税込200円)** 通常税込205円

しそ(和歌山県)

**303 切干大根**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

二度干ししてあるので甘みがあり、戻りも良いです。

賞90日 50g **220円(税込238円)** 通常税込248円

大根(国内産)

**304 割干大根**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

青首大根を大きく切り、干しました。しっかりした歯ごたえと甘みがあります。30分水につけて戻してから。

賞90日 80g **310円(税込335円)** 通常税込346円

大根(和歌山県)

**305 トマトと卵の炒めものたれ**

ポールスタア(東京都・東村山市)

炒めたトマトと半熟状の卵に絡めるだけ。酸味と甘味のトマトと卵がよく合います。

2人前×2袋 80g×2袋 **210円(税込227円)** 通常税込238円

トマト(和歌山県)

**306 桃花林 棒棒鶏ソース**

ポールスタア(東京都・東村山市)

ねりごまの香りと程よい酸味が食欲をそそります。冷し中華、冷しゃぶ、春雨サラダなどにも。

賞60日 215g **370円(税込400円)**

鶏(和歌山県)

**307 はるさめ 2個組**

日本澱粉工業(鹿児島県・鹿児島市)

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

賞60日 100g×2 **200円(税込216円)** 通常税込238円

春雨(和歌山県)

**308 CO野菜たっぷり和風ドレ(瓶)195ml**

日本生活協同組合連合会

生玉葱の風味と生醤油のkokoro。生に拘ったおいしいドレッシング。醸造酢の一部にりんご酢を使用。

賞60日 195ml **300円(税込324円)**

玉ねぎ(国内産)

**309 フォロドレッシング 330ml**

やましな(徳島県・藍住町)

香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。野菜サラダにかけてお召し上がりください。

賞60日 330ml **430円(税込464円)**

玉ねぎ(国内産)

**579 洋風だし一番**

創健社(神奈川県・横浜市)

野菜とほたての旨みたっぷりのスープを、使いやすい顆粒状にしました。

賞60日 8g×10 **353円(税込381円)**

だし(和歌山県)

**577 チキンコンソメ**

コープ自然派事業連合

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

賞60日 80g(4g×20) **348円(税込376円)**

鶏(和歌山県)

**311 タカノツメ(おきたま)**

おきたま興農舎(山形県・高島町)

山形・おきたま興農舎の伊藤さん達より。農薬無散布。

賞60日 約10本入 **200円(税込216円)**

タカノツメ(山形県) [放]不検出<4.2<3.8

**312 黒粗挽き**

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

スリランカの太陽をたっぷり浴びて育った黒こしょう。ピリッとした爽やかで野性的な辛味が特長。無農薬栽培。

賞60日 20g **350円(税込378円)** 通常税込389円

黒こしょう(スリランカ)

**538 国産野菜果実中濃レストランソース**

ポールスタア(東京都・東村山市)

国産の果物と野菜に、12種のスパイスと3種のピネガーを加え、芳醇な味わいに仕上げました。

賞60日 200ml **370円(税込400円)**

ソース(和歌山県)

**573 だしパック**

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

さば節、かつお節、いわし煮干し、しいたけ、昆布の混合で作った、だしパックです。全て国内産。

賞180日 8g×18 **430円(税込464円)** 通常税込475円

さば(国内産) [放]不検出<3.8<3.5

**567 かつお削りぶし(粉末)**

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

荒節(鰹節)を細かく削りました。お好み焼き、焼そば、ふりかけ作り等に。また味噌汁のダシとしても。

賞180日 60g **275円(税込297円)**

かつお(静岡県)

**557 だし昆布(カット)**

リアス(千葉県・船橋市)

日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとりに。

賞60日 60g **390円(税込421円)**

昆布(北海道)

**314 国産天然芽ひじき**

リアス(千葉県・船橋市)

国産の天然芽ひじきです。ふっくら軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。

賞60日 30g **380円(税込410円)**

ひじき(国内産)

**315 和七味**

向井珍味堂(大阪府・大阪市)

七種の国産素材を独自に配合。辛みをおさえ、料理を引き立たせる香りと風味があります。

賞60日 10g **430円(税込464円)**

唐辛子(国内産)

**316 万能汁物の具**

コタニ(岩手県・大船渡市)

岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。

賞180日 30g **380円(税込410円)**

わかめ(岩手県) [放]不検出<4.1<4.3

**317 凍り豆腐 みそ汁用**

リアス(千葉県・船橋市)

湯戻しせずに入れるだけ

賞180日 70g **415円(税込448円)**

大豆(国内産)

**318 玄米パックご飯(黒米入り)**

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

新品種「雪若丸」に、有機栽培の黒米を混ぜパックご飯にしました。

賞60日 160g **230円(税込248円)** 通常税込270円

うるち玄米・有機黒米(山形県)

**599 九鬼ごましお**

九鬼産業(三重県・四日市市)

厳選した黒ごまを独自の技術で焙煎し、香りとkokoroを引き出しました。赤穂産の塩100パーセント使用。

賞60日 30g **110円(税込119円)** 通常税込130円

ごま(ミャンマー、他)

**584 はねだし焼きのり**

長谷川商店(東京都・中央区)

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、縮みなどはね出したもの。

賞180日 全型10枚 **235円(税込254円)**

のり(有明海、瀬戸内海)

**319 白石温麺 2袋**

はたけなか製麺(宮城県・白石市)

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

賞60日 (100g×3)×2袋 **340円(税込368円)** 通常税込388円

小麦(オーストラリア)

**320 カッペリーニ**

ニューオークボ(千葉県・柏市)

小麦の風味と抜群のもちもち感が楽しめます。1.2mm幅の細麺で、冷製パスタに合います。茹で時間約4分。

賞60日 300g **250円(税込270円)** 通常税込281円

小麦(カナダ、アメリカ)

**631 ペンネマカロニ**

ニューオークボ(千葉県・柏市)

手打式製法のマカロニ。高熱をかけていないので麺体は透き通っていません。ペン先の形をしたマカロニです。

賞60日 100g **110円(税込119円)**

小麦(カナダ、アメリカ)

**677 COライトツナフレーク まぐろ油漬70×3**

日本生活協同組合連合会

きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬け込み、まろやかな味に仕上げました。

賞60日 70g×3 **390円(税込421円)**

きはだまぐろ(タイ、他)

**321 COはたて貝柱水煮 ほぐし身70g×3**

日本生活協同組合連合会

国産の帆立貝柱を料理に使いやすいほぐし身(フレーク状)に仕上げました。

賞60日 70g×3 **1120円(税込1210円)**

はたて貝柱(国内産)

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。



706 ポテトチップス(うす塩) 60g 155円(税込167円)



704 ポテトチップス(バター・しょうゆ) 60g 155円(税込167円)



322 荒挽きえびせんミニ 135g(9g×15袋) 750円(税込810円)



699 荒挽きえびせん 50g 175円(税込189円)



686 ごぼうスナック 55g 175円(税込189円)

サンコー(愛知県・豊橋市)

323 牛乳かりんとう 125g 190円(税込205円)



サンコー(愛知県・豊橋市)

324 そば粉のかりんとう 90日 185円(税込200円)



サンコー(愛知県・豊橋市)

325 全粒粉クラッカー 100g 185円(税込200円)



サンコー(愛知県・豊橋市)

326 ミレービスケット 165g 220円(税込238円)



サンコー(愛知県・豊橋市)

327 ミレービスケット(ノンフライ) 100g 175円(税込189円)



328 CO 南部せんべい 6枚 150円(税込162円)



329 CO 芋けんぴ 105g 105円(税込113円)



330 きなこねじり菓子 8本 300円(税込324円)



331 麩菓子(国産原料100%) 12本 170円(税込184円)



694 醤油屋のせんべい われせん 125g 350円(税込378円)



711 匠の味 焼カシュー 85g 375円(税込405円)

レンジ等で加熱してお召上がりください

332 玄米パン あんなし 3個 400円(税込432円)

333 玄米パン あん入り 3個 420円(税込454円)

334 豆乳ドーナツ(白蜜) 155g 220円(税込238円)

335 豆乳ドーナツ(黒糖) 155g 220円(税込238円)

714 フルーツラムネの森 180日 110g 188円(税込203円)

336 梅エキス飴 80g 265円(税込286円)



337 松永さんのレモンジャム 190g 525円(税込567円)

338 松永さんの丸ごとマーマレードあまなつ 190g 515円(税込556円)

339 デキシールチョコレート 200g 310円(税込335円)

556 メープルシロップアンバー 250g 850円(税込918円)

340 けんちん汁みそ仕立て 10g×4 560円(税込605円)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう!

341 台所用米ぬか粉せっけん 330g 360円(税込396円)

342 洗濯用米ぬか粉せっけん 3kg 980円(税込1078円)

788 安心生活洗濯用液体石けん無香料 詰替用 900ml 390円(税込429円)

790 安心生活洗濯用液体石けん詰替用1.8ℓ 1.8ℓ 700円(税込770円)

洗濯槽にもカビや汚れが溜まっています

842 パックスソルティーはみがき 120g 390円(税込429円)

800 本体 430g 420円(税込462円)

801 詰替用 500g 420円(税込462円)

888 かや生地折り重ね台ふきん 5枚組 665円(税込732円)

878 天然染髪料ヘナ+木藍 100g 1500円(税込1650円)

802 パックス洗濯槽&排水パイプクリーナー 300g×3袋 720円(税込792円)

## パン

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



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**343 おかべや 豆乳角型食パン**  
半斤3枚  
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩  
届いて2日 米大小  
半斤3枚 **185円**(税込**200円**)  
小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**344 1斤6枚**  
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  
届いて2日 米大小  
1斤6枚 **353円**(税込**381円**)  
小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**345 おかべや もち麦ロール**  
原材料:小麦粉(北海道)、もち麦粉、バター、種子島の粗糖、天然酵母、豆乳、天日塩  
届いて2日 米大小  
5個 **352円**(税込**380円**)  
小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**346 おかべや フランスパン**  
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、天日湖塩  
届いて2日 米小  
1本(30cm以内) **332円**(税込**359円**)  
小麦(北海道)

玄米、もちあわ、もちきび、もち麦、黒米、いろいろな豆を練りこみました!

組合員さんからの  
**クチコミ**  
おかべやも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ない私がおいしい!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。(守谷市:Fさん)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**347 おかべや クロワッサン**  
原材料:小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、塩  
届いて2日 米乳小  
2個 **353円**(税込**381円**)  
小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**348 おかべや 豆乳ショコラ**  
原材料:小麦粉(北海道)、豆乳、種子島の粗糖、チョコレート、胡麻油、天然酵母、塩  
届いて2日 米乳大小  
3個 **361円**(税込**390円**)  
小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**349 おかべや 小倉あんぱん**  
原材料:小倉あん、国産小麦(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日塩、豆乳、黒ごま  
届いて2日 米乳大小  
2個 **370円**(税込**400円**)  
小豆・小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**350 おかべや メロンパン**  
原材料:小麦粉(北海道)、バター、種子島の粗糖、天然酵母、卵、塩、レモンピール、豆乳  
届いて2日 卵米大小  
2個 **352円**(税込**380円**)  
小麦(北海道)



おかべや (神奈川県・相模原市)  
**351 おかべや おから甘食 (ごま油使用)**  
原材料:小麦粉(北海道)、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹  
届いて4日 卵大小  
3個 **412円**(税込**445円**)  
小麦(北海道)

おかべや (神奈川県・相模原市)  
**352 おかべや もちり玄米五穀パン**  
原材料:小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち栗、もちきび、もち麦、いろいろな豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩  
届いて2日 米大小  
3個 **387円**(税込**418円**)  
小麦(北海道)

## 自家製酵母パン Le・Lourdes

届いて1~2日 小  
Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**353 パンド・ミ(食パン) 1斤**  
6枚  
**270円**(税込**292円**)  
**354 ノースライス**  
**260円**(税込**281円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<3.9<3.8

※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。  
※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

届いて1~2日 小  
Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**355 パンド・ミ(レーズン食パン) 1斤**  
8枚  
**425円**(税込**459円**)  
**356 ノースライス**  
**415円**(税込**448円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<4.0<4.7

プレスオールターナティブのフルーツとナッツを使用

届いて1~2日 小  
Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**357 フルーツナッツ食パン (ノースライス)**  
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、アーモンド、胡桃、いちじく、塩  
届いて1~2日 小  
1斤 **616円**(税込**665円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**358 パンズ**  
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩  
届いて1~2日 小  
3個 **300円**(税込**324円**)  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<3.5<3.9

## 地元の店 いばらきベーグル

届いて30日 米小  
いばらきベーグル(茨城県・常総市)  
**359 プレーンベーグル**  
原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗糖、天日塩、天然酵母  
1個 **167円**(税込**180円**)  
小麦粉(北海道、玄米粉(茨城県))

内麦小麦を使用した、朝食やおやつにぴったりのクロワッサン。

届いて45日 卵米大小  
パネックス(長野県・伊那市)  
**361 内麦クロワッサン**  
10個 **580円**(税込**626円**)  
小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

オリオンベーカリー(岩手県・花巻市)  
**362 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。  
届いて35日 卵米大小  
10個 **600円**(税込**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!  
かわばた園(静岡県・静岡市)  
**719 上煎茶**  
100g **1310円**(税込**1415円**)  
茶葉(静岡県) [放]不検出<0.5<0.5

常陸屋本舗(東京都・江東区)  
**727 六条麦茶 ティーパック**  
国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎り上げた、まろやかな味の麦茶。  
10g×5×8 **305円**(税込**329円**)  
大麦(国内産)

小川生薬(徳島県・東みよし町)  
**363 みんなのはと麦茶**  
100%国内産はと麦使用。3分~5分、弱火で煮出してお飲みください。水出しもおすすめ。  
8g×20 **580円**(税込**626円**)  
はと麦(栃木県、徳島県)

小川生薬(徳島県・東みよし町)  
**734 国産ごぼう茶**  
国内産のごぼうを100%使用。ごぼうの風味が豊かで、ほのかな甘みのあるお茶です。  
1.5g×18 **480円**(税込**518円**)  
ごぼう(国内産)

ランカスター(千葉県・千葉市)  
**364 アールグレイティー(ティーバッグ)**  
柑橘系のベルガモットの香りが爽やかなフレーバーティーです。農薬無散布。  
2g×20 **480円**(税込**518円**)  
紅茶(スリランカ)、香料(スリランカ)

日本生活協同組合連合会  
**752 CO無糖 ジャワティー 1ℓ**  
無糖タイプなので、すっきりした味わい。食事やおやつに。  
180日 1ℓ **106円**(税込**114円**)  
紅茶(インドネシア)

125mlの飲み切りパックです  
ナガノトマト(長野県・松本市)  
**365 国産ふじりんご100**  
国産のふじりんごを使用した果汁100%のストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。  
150日 125ml×3 **350円**(税込**378円**)  
りんご(国内産)

ナガノトマト(長野県・松本市)  
**366 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。  
150日 125ml×3 **440円**(税込**475円**)

長野興農(長野県・長野市)  
**367 信州まるごとりんごジュース**  
長野県産りんご「ふじ」を100%使用のストレート果汁。酸化防止剤等一切添加していません。  
160g×30 **2880円**(税込**3110円**)  
りんご(長野県)

ゴールドバック(長野県・松本市)  
**368 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**(税込**3078円**)  
トマト(北海道)

寺田本家(千葉県・神崎町)  
**369 寺田本家のマイグルト**  
米と水だけで発酵させた、乳酸菌をたくさん含む発酵飲料。麹が醸した甘みと乳酸菌の酸味が特長。  
180日 160g **324円**(税込**350円**)  
米(千葉県) [放]不検出<3.9<4.0

## 飲む点滴「甘酒」でパワーチャージ!

体内で合成できない9種類の必須アミノ酸がすべて含まれています。必須アミノ酸は、皮膚、筋肉、臓器などのカラダを構成する成分や、酵素、ホルモンの原料となります。

同量の水や牛乳、ヨーグルトなどを加えて  
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。

前日OK!  
天領酒造(岐阜県・下呂市)  
**747 造り酒屋の濃厚甘酒**  
500g **660円**(税込**713円**)  
米(国内産)

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**(税込**1344円**)

日本生活協同組合連合会  
**756 CO月山の水2ℓ<<PET>>**  
出羽三山の地下水を170mの深井戸からくみ上げました。くせのない飲みやすいミネラルウォーターです。  
2ℓ **125円**(税込**135円**)  
山形県 [放]不検出<0.5<0.5

フルーティーな香りと小麦特有のkokのある、飲みやすいビール。  
銀河高原ビール(岩手県・西和賀町)  
**759 銀河高原小麦のビール**  
180日 小  
350ml **267円**(税込**294円**)  
小麦(ドイツ)

酸化防止剤無添加  
ナイアガラ種のぶどうの2番搾りジュースから作ったワインです。後口に心地よい苦味があります。  
井筒ワイン(長野県・塩尻市)  
**767 井筒ワイン プレスラン 白(やや甘口)**  
720ml **850円**(税込**935円**)  
ぶどう(長野県)

## 甘酒アレンジ

その1 甘酒×トマトジュース  
トマトの酸味加わりすっきりとした味わいに!

その2 甘酒×りんごジュース  
ほんのりやさしい甘さがやみつき!

その3 甘酒×ブラックコーヒー  
香ばしさにやや苦みも加わって、飽きのこない味わい!

**今週のイチオシ!**

収穫時期がもっとも遅い超晩柑種  
**緻密な肉質、プリップリの食感**

プリップリの食感と程よい酸味は、初夏を感じさせ喉ごしも心地良いです。生産者の方からは「まとめて皮をむき冷蔵庫or冷凍庫へ入れて、食べたい時に冷えたものをパクッと食べると最高です」と地元でも根強い人気を誇ります!



**組合員さんからのクチコミ**  
サマーフレッシュ初めて頂きましたが、とってもおいしかったです。皮もむきやすく一見グレーフルーツのような...酸味が強いですが気温が高い日にはとてもおいしく感じました。(石岡市: Sさん)

甘夏と八朔のかけ合わせで生まれたさっぱりとした柑橘。シャキッとした食感が特長です。減農薬栽培。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**370 サマーフレッシュ**

約1kg(3~4玉) **398円(税込430円)** 通常税込499円  
奈良県

つるっとした喉ごし  
**冷やし味はじめました**

契約栽培した国産の小麦を自社で製粉配合している金子製麺。そんなこだわりが詰まった「麺」は喉ごしも抜群。茹でて冷水で締めた麺を、冷やしたスープでどうぞ。



金子製麺(神奈川県・中井町)

**371 あしがら車屋 冷やし中華(2食入)**

冷 賞21日 卵大小  
麺120g×2 スープ45g×2 **370円(税込400円)** 通常税込410円  
小麦(国内産)

地粉、契約卵を練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みできゅうり、ハム、卵などを添えて。

余計なものは一切使わず  
**丹念に作り上げた上質な和菓子**

色鮮やかなものが多い練り切りですが、合成着色料は使わず植物から採れるもので色付けを行うなど、食品添加物は一切用いず職人が丁寧に作り上げました。新茶のおともどうぞ。



**372 季節の上生菓子**

常温解凍(室温20℃で60分間)で凍 賞180日 米  
4種各40g **1222円(税込1320円)** 通常税込1372円

**今週のらくうまごはん♪**

**海鮮の旨味がたっぷり**

1食当り(税別) **423円**

調理時間 準備品  
約4分 油

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

食塩相当量: 1.5g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**タケノコと豚肉のハーモニー**

1食当り(税別) **432円**

調理時間 準備品  
約6分 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量: 3.1g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**たっぷり野菜のスタミナ炒め**

1食当り(税別) **498円**

調理時間 準備品  
約6分 油

セット内容: カット野菜(チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ)、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)

**黒酢で味に深みをプラス**

1食当り(税別) **480円**

調理時間 準備品  
約6分 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量: 1.21g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**白身魚の旨味と野菜がマッチ**

1食当り(税別) **499円**

調理時間 準備品  
約5分 油

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

食塩相当量: 1.0g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**373 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め**

新鮮でおいしい野菜と本格海鮮ソースのセットです。下処理カット済みです。

冷 賞届いて1~2日 卵大小  
2人前(約460g) **846円(税込914円)** 通常税込1015円  
白菜(国内産)、えび(ベトナム)

**374 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 賞届いて1~2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)

**375 チンゲン菜のスタミナ炒め**

新鮮な野菜とスタミナ肉のセットです。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440g) **995円(税込1075円)**  
チンゲン菜(国内産)、豚肉(鹿児島県、宮崎県)

**376 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 賞届いて1~2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)

**377 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 賞届いて1~2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)

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?  
ご飯はとて経済的で家計の強い見方にもなります。

ご飯1杯 **31円**

31円  
120円  
200円  
150円

ペットボトル1本(ごはん4.9杯) カップラーメン1つ(ごはん6.5杯)

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産米耕作者組合より。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・東町特産米組合(茨城県・常総市)

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

**宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)**

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

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

**宮城・黒澤さんのコシヒカリ**

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

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

**やさとのお米(コシヒカリ)**

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

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) **1630円(税込1760円)**  
502042 つや姫(玄米) **1565円(税込1690円)**  
502043 つや姫(胚芽精米) **1690円(税込1825円)**  
502044 ひとめぼれ(白米) **2750円(税込2970円)**  
おきたま興農舎(山形県・高島町)

**雑穀** 雑穀を食べよう

アマランサス・そば・キビ・はとむぎ・大麦・キノワの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)**

希少な国内産ハトムギです。お米と一緒に炊く場合、ハトムギを一晩水に漬けてから炊いて下さい。

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

502076 国内産ハトムギ **150g 540円(税込583円)**  
国内産

**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)。

# いつもの商品が お買い得

G.W.明け、連休が終わり普段の生活に戻ります。そんな時に常備しておく役立つ商品がお買い得です。



**379 鎌倉つかいっきりポークウインナー×3**  
使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。  
冷蔵 10日 49g×3 **260円(税込281円)** 通常税込297円  
豚肉(国内産)



**381 徳用北京餃子 2パック**  
普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セットでお届け。  
凍 大小 (18g×15)×2 **778円(税込840円)** 通常税込864円  
豚肉(国内産)



**383 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)

## ダイマツの 全品特価 「氷温造り」特集



### 「氷温造り」の特徴

「氷温」とは、0℃以下で食品が凍り始める前までの温度域のことです。この条件下で魚を加工すると…

- おいしさ UP!**  
うまみ成分が増加し、他方で「苦み系」のアミノ酸(アルギニン)などを抑制します。
- 鮮度保持力 UP!**  
摂氏0℃以下での加工のため、細菌の繁殖を防ぎ、鮮度を保ちます。
- 安心・安全!**  
「高鮮度保持効果」と「熟成効果」の相反する2つの効果を同時に実現!



**378 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肉肉ソーセージ。  
冷蔵 90日 (40g×3)×2 **550円(税込594円)** 通常税込644円  
魚肉(国内産)



**380 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。  
冷蔵 10日 米 200g×2 **460円(税込496円)** 通常税込518円  
もずく(沖縄県)



**382 鶏ごぼうシュウマイ**  
削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。  
凍 卵米 大小 27g×8 **343円(税込370円)** 通常税込383円  
鶏肉(国内産)



**384 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  
冷蔵 120日 米 大 1kg **585円(税込632円)** 通常税込648円  
米・大豆(国内産) [放]不検出 <3.2 <3.5



**390 氷温熟成 ふっくら開きあじ(大)**  
山陰産のあじの中骨を除去し、アミエビの煮汁を加えた塩水(天日塩)に漬込み、旨味を引き出しました。  
凍 120日 米 小 4枚 400g **461円(税込498円)** 通常税込538円  
真あじ(山陰)



**393 氷温造り 塩秋鮭切身**  
北海道産の秋鮭を使用し、塩のみで独自の氷温熟成製法でじっくりと旨味を引き出し、甘塩に仕上げました。  
凍 120日 3切180g **475円(税込513円)** 通常税込527円  
秋鮭(北海道)

# 体の中から 元気に!

新年度スタートからG.W.と忙しい時期が続ぎ、溜まった疲れが出やすい時期です。食物繊維やクエン酸などを意識的に取り入れて、体の中から元気になっていきましょう。



**386 梅エキス**  
大紀コープファーム(奈良県・五條市)  
65g **1860円(税込2009円)** 通常税込2030円  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)



**726 はと麦茶ティーパック**  
新陳代謝を活性化にするカリウムを多く含んだおいしいお茶です。タイ産のはと麦100%使用。  
常陸屋本舗(東京都・江東区)  
8g×50 **420円(税込454円)** 通常税込464円  
はと麦(タイ)



**389 徳用 梅干し**  
昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無選別。  
大紀コープファーム(奈良県・五條市)  
180日 500g **1490円(税込1609円)** 通常税込1620円  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)



**391 氷温造り えてかれい一夜干し**  
山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。  
凍 60日 2枚200g **465円(税込502円)** 通常税込518円  
えてかれい(日本海)



**394 氷温造り 山陰産さばみりん漬**  
山陰産のさばを独自の氷温製法で旨味を凝縮し、甘口のみりん醤油で味付けしました。  
ダイマツ(鳥取県・米子市)  
凍 180日 米 大小 5切285g **350円(税込378円)** 通常税込394円  
さば(山陰)



**385 国産あかもくめかぶミックス**  
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)  
凍 40g×3 **311円(税込336円)** 通常税込356円



**387 醗酵カシス(飲料)**  
創健社(神奈川県・横浜市)  
565ml **1850円(税込1998円)** 通常税込2041円  
カシス(ニュージーランド)



**388 童仙房茶舗 三年宇治番茶**  
有機栽培したお茶の茎の部分を主体に香ばしく焙じた三年宇治番茶です。  
童仙房茶舗(京都府・南山村)  
120g **440円(税込475円)** 通常税込513円  
緑茶(京都府)



**554 アルゼンチン産 百花蜜はちみつ**  
手作りはちみつドリジク! アルゼンチンでとれるクローバー、アルファルファなどの百花蜜はちみつ。さわやかな香りで、ケスの少ないはちみつです。  
山田養蜂場(茨城県・つくば市)  
500g **1000円(税込1080円)** 通常税込1166円  
はちみつ(アルゼンチン)



**392 氷温造り 甘塩さば切身4切**  
ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂がのっています。  
ダイマツ(鳥取県・米子市)  
凍 120日 4切260g **435円(税込470円)** 通常税込486円  
さば(ノルウェー)



**396 氷温造り さばの味噌煮**  
ノルウェー産のさばを信州みそベースのみそ煮にしました。湯煎するだけですぐに食べられます。  
ダイマツ(鳥取県・米子市)  
凍 180日 米 大小 80g(固形量50g)×4袋 **535円(税込578円)** 通常税込594円  
さば(ノルウェー)

### 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**  
前日OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。  
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 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに  
・「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。  
※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。  
・アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

- 主原料原産地**  
生鮮品については主原料の原産地を表記しています。  
・原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。  
※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめます!