

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



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

2021年7月1回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	6/28	29	30	7/1	2
定番品 のお届け	7/5	6	7	8	9
特別企画品 のお届け	7/12	13	14	15	16

夏は みんなで バーベキュー



お家でわいわい楽しみたい食材をバラエティ豊かに揃えましたの
焼肉以外のプレートメニューも一緒にどうぞ♪

15 浅野さんの玉ねぎ
地元常総市の浅野さんが作りました。炒め物、煮物などにどうぞ。農業無散布・化学肥料不使用。
浅野さん(茨城県・常総市)
800g **200円**(税込**216円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.1 <4.2

16 木村さんのピーマン(増量)
肉厚で軟らかく味のよいピーマンです。いつもより50g増量でお買い得。減農薬栽培。
木村農園(茨城県・つくば市)
200g **154円**(税込**166円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.4

11 ロースポーク徳用焼肉セット
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
冷蔵6日 200g×3種 **1150円**(税込**1242円**)
茨城県

13 神戸満る里の牛生ハンバーグ
大進食品(神奈川県・横浜市)
凍 冷蔵180日 卵乳大小
130g×4個 **898円**(税込**970円**)
牛・玉ねぎ・卵(国内産)

17 国産やわらかいかステーキカット
八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノコ目を入れてあります。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。
凍 冷蔵3日 3枚220g **465円**(税込**502円**)
紫いか(青森県)

特大 鹿児島坊津黒牛カルビ焼肉用
福永産業(福岡県・遠賀町)
鹿児島・坊津地区の生産者3名よりお届け。霜降りが一層入り、味がもっとも濃い部分です。
凍 冷蔵30日 500g **2750円**(税込**2970円**)
鹿児島県

14 つくば茜鶏 モモ
田仲さん達(茨城県・桜川市)
凍 冷蔵180日 300g **480円**(税込**518円**)
茨城県

18 1パック ニッコー 徳用北京餃子
ニッコー(神奈川県・大和市)
凍 冷蔵6日 15個入
18g×15 **400円**(税込**432円**)

19 2パック 徳用北京餃子
凍 冷蔵6日 (18g×15)×2 **778円**(税込**840円**)
豚肉(国内産)

シーフードミックスで手軽に「海鮮塩焼きそば」

海鮮には塩味がおすすめ。少量のオイスターソースを隠し味に入れると旨みがグンと増します!
20 内麦焼そば(ソース無)
共生食品(神奈川県・相模原市)
冷蔵6日 卵小
150g×3 **187円**(税込**202円**)
小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

21 エビ・ホタテ・タコ ミックス
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
凍 冷蔵8日
180g **398円**(税込**430円**)
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

ピリ辛味で食欲増進「キムチチャーハン」

納豆をいれても!
23 めぐみちゃんコシヒカリ(白米5kg×2)
JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)
冷蔵5日 5kg×2 **4600円**(税込**4968円**)
茨城県

24 村山さんのチャーシュー
ミートバル村山(茨城県・土浦市)
冷蔵7日 米大小
200g **480円**(税込**518円**)
豚肉(茨城県)

25 白菜キムチ「頂」
やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)
冷蔵14日 米大小
300g **485円**(税込**524円**)
白菜(国内産)

変わり種食材「肉まん」

表面をカリッと焼いて。見た目にも楽しい、ジューシーなオードブルが簡単にできあがり!
26 飛鳥の手作りミニ肉まん2パック
飛鳥食品(東京都・江戸川区)
凍 冷蔵120日 大小
5個250g×2袋 **768円**(税込**830円**)
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.2

27 バレンシアオレンジ
木下さん達(愛媛県・宇和島市)
凍 冷蔵7日
700g **554円**(税込**598円**)
愛媛県

【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

農産 産地だより

すいかを食べよう!

最近「冷蔵庫に入らないから…」「食べ切れないから…」と買い控えられる大玉すいかですが、やはり夏と言えばすいかですよね!暑い夏にすいかを食べると、ほてったカラダを冷ましてくれます。さらに利尿作用も高く、カラダもすっきりさせてくれます。冷たいものでカラダを冷やすのもいいのですが、そればかりでは胃が弱ってしまいます。果実の力を借りて、暑い夏を乗り切りましょう!



木村農園 (茨城県つくば市) 木村さん

「すいかの冷やし方・保管方法」

冷蔵庫で冷やす他に、桶に氷水をはり、その中にすいかを浮かべて上からタオルをかけます。タオルの端を水の中へ漬けることで、タオルから水が蒸散する時の力を使って冷やすという方法もあります。保管方法ですが、一度に食べ切れなかったすいかは、皮を剥いてカットし、保存容器に入れて冷蔵庫に入ると意外ととまります。皮の白い部分をぬか漬けにしても美味です。

28 木村さんの大玉すいか

1玉4.5~5kg 1650円(税込1782円) 茨城県 [放] 不検出 <0.7 <0.8



すっきりした甘さ、爽やかな香りで毎年好評の木村さんのすいか。減農薬栽培。

樹上で完熟させているので、芯まで食べられると毎年好評。天候によって1週遅れる場合があります。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(ハワイ種)

32 2S サイズ 約800g~1kg 720円(税込778円) 33 4S サイズ 約500g~600g 520円(税込562円) 沖縄県

手作り応援商品です。しそジュース作りどうぞ。農薬無散布。



38 木村さんの赤しそ(枝付)

300g 170円(税込184円) 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.4

組合員さんからのクチコミ 木村農園さんの赤しそに出会えてよかったです。スーパーのものは肥料、薬の事を思うと買えません。他のコープでは塩漬は扱っているもの、生葉を使った作りが不可。日本人ならではの食材企画に感謝です。(Tさん)

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。



34 パナナ

約450~600g 310円(税込335円) 千葉県 [放] 不検出 <3.5 <3.3

みずみずしく軟らかく、程よい辛味があります。手作りの甘酢漬け等に。減農薬栽培。



39 新しょうが

300g 690円(税込745円) 高知県、和歌山県

組合員さんからのクチコミ 高知産の新生姜を使って生姜漬けを作りました。レシピ付きが本当に嬉しかったです。有難うございました。(Sさん)

シーズン初

とろける食感 メロン

メロンは7~8月中旬までのわずかな期間に収穫されます。メロンに含まれるカリウムやβカロテンの量は果実の中でも特に高く、栄養価が高いです。



青肉メロン(品種:アンデス) 果肉は緑色でややたく、さっぱりとした爽やかな甘みが特徴です。

29 アンデスメロン(庄内メロン)

砂地の庄内メロンは糖度があり食味も良好。アクの少ない美味しいメロンです。減農薬栽培。

1玉 755円(税込815円) 山形県 [放] 不検出 <3.5 <3.3

あなたはどちらが好き?

赤肉メロン(品種:クインシー) なめらかな口当たりと深みのある甘さが特徴です。



30 夕映メロン

赤肉系のネットメロン。有機活性ケイ素資材等、肥料を工夫し、アクもなく、安定した食味を保っています。減農薬栽培。

1玉 1010円(税込1091円) 山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.2

みずみずしさ、甘酸っぱさが◎

王道 王道 王道

大石早生

プラムの代表格といえば、「大石早生」。黄色と赤に色づいてくると、弾力のある果肉と甘酸っぱさがある状態、全体が真っ赤に色付けば、果汁したたるジュシーさとまろやかな甘みが堪能できます。アントシアニンや、便秘改善のソルビトールなどの成分も多く含んでおり、夏のデザート・栄養補給にもピッタリです。



山梨県

31 すもも(大石早生)

すももの早生品種「大石早生」。ソルダム、太陽、プルーンと続きます。減農薬栽培。

400g 598円(税込646円)

シーズン初



43 木村さんのきゅうり

サラダ、漬物、炒めものなどあると便利な野菜です。夏の水分補給にも。害虫が大量発生した場合のみ農薬対応。

3本 165円(税込178円) 茨城県



44 天池さんのきゅうり(黒さんご)

品種は黒さんご。イボが多く曲がりもありますが、みずみずしく甘い果肉が特長。農薬無散布。

3本 218円(税込235円) 茨城県



45 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



46 長島さんのレタス

完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布・無化学肥料栽培。

1玉 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



47 長島さんのサニーレタス

樹に応じたバランスの良い栽培で、きめ良く、酸化しにくく、後味のよいブロッコリーです。減農薬栽培。

1玉 170円(税込184円) 茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



48 もやし

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

250g 51円(税込55円) 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



49 小松菜(少量)

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



50 小松菜

ビタミンAに富み、鉄などのミネラルも豊富な野菜です。農薬無散布。

1束(250g) 220円(税込238円) 千葉県 [放] 不検出 <3.8 <4.4



51 木村さんのモロヘイヤ

エジプト原産でぬるっとした粘りがあるのが特徴。栄養価の高い野菜です。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。

100g 152円(税込164円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



52 おかひじき

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



53 ブロッコリー

樹に応じたバランスの良い栽培で、きめ良く、酸化しにくく、後味のよいブロッコリーです。減農薬栽培。

1個 265円(税込286円) 青森県 [放] 不検出 <3.4 <3.5

鮮度と歯ごたえが良いです



54 ミントマト

土の中の栄養バランスを大切に土作り。活性液等も使い作物が健康に育つように心掛けています。減農薬栽培。

150g 230円(税込248円) 千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.6

JOSOのトマトで水分補給&リコピンチャージ



55 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



56 木村さんのアイコトマト

果肉は緻密でかっちりしていて、酸味が少なく甘みの強いトマトです。減農薬栽培。

200g 220円(税込238円) 茨城県



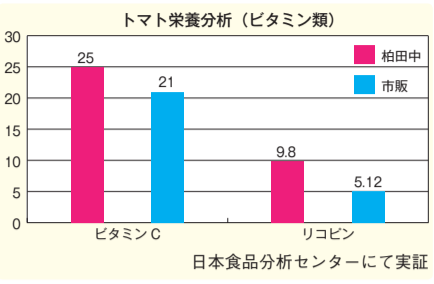
57 長島さんのトマト

良質な土作りがモットーの長島さんのトマトは、ひと味違うと毎年好評です。ホルモン剤を含め、農薬無散布・無化学肥料栽培。

500g 361円(税込390円) 茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5

暑い夏には栄養たっぷり&水分補給 柏田中の完熟トマトはシーズン終盤!

いよいよ本格的な夏が始まります。常総生協のトマトは市場流通のトマトとは違い、直前まで熟したものをお届けします。それにより栄養価も高く、味わいも良いです。



58 柏田中の完熟トマト
1kg **698円**(税別) **754円**(税込)
千葉県 [放] 不検出 <3.9 <3.2



通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい
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。

そのまま生で、今が旬! スライスしてどうぞ♪

通常、たまねぎは、日持ちを良くするため、収穫後一ヶ月ほど乾燥させて出荷されます。が、新たまねぎは収穫後すぐに出荷されたものです。すぐ出荷されることから、みずみずしくて肉質が柔らかく、辛味が少ないです。勿論、火を通して良いですが、旬の魚(刺身)、お肉、サラダとしてスライスして甘みを存分に楽しみましょう!



59 横瀬さんの新玉ねぎ
600g **205円**(税別) **221円**(税込)
茨城県

60 横瀬さんの赤玉ねぎ
400g(2~3玉) **184円**(税別) **199円**(税込)
茨城県

2021年 地場の有機野菜セット 新規契約者募集中です!

①	無農薬野菜セット	②	毎週	隔週	4週に1度	お試し
清水さんの野菜セット 7~9品目	1270円 (税別) 1372円 (税込)					
清水さんの野菜セット 5~6品目	910円 (税別) 983円 (税込)					
清水さんの野菜セット 3~4品目	635円 (税別) 686円 (税込)					
宇治田さんの野菜セット 6~8品目	1838円 (税別) 1985円 (税込)					
天池さんの野菜セット 5品目	940円 (税別) 1015円 (税込)					
微生物農法の会野菜セット 5~6品目	1250円 (税別) 1350円 (税込)					

組合員番号 _____
お名前 _____
お届け開始回 月 回~
切り取ってご提出下さい

野菜セットの契約を申し込みます
①ご希望の野菜セット、②配達週・毎週隔週4週に1度・お試しに○をつけて、注文書と一緒に提出ください。

61 木村さんのオクラ
おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。
100g **156円**(税別) **168円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

62 木村さんのいんげん
茹でてサラダ、ゴマ和え、炒め物、肉巻き、ベーコン巻き等にどうぞ。減農薬栽培。
100g **156円**(税別) **168円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

63 木村さんのピーマン
肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。
150g **155円**(税別) **167円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

64 木村さんのなす
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。
3本 **162円**(税別) **175円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2

65 ズッキーニ
火を通すと甘みが増します。炒め物・グリルでどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。
1本 **175円**(税別) **189円**(税込)
北海道

71 天池さんのテーブルビーツ
食べる輪血と言われるほど、栄養価が高い野菜。サラダやスープにどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。
400g **340円**(税別) **367円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1

66 倉持さんの長ねぎ
自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。
300g **220円**(税別) **238円**(税込)
茨城県

67 長ねぎ
地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農薬無散布。
500g **220円**(税別) **238円**(税込)
栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7

68 とうもろこし
薄皮で甘いとうもろこしです。7月中旬までは千葉県産、それ以降は群馬県産をお届けの予定です。減農薬栽培。
1本 **190円**(税別) **205円**(税込)
千葉県、群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

69 大根
自家製堆肥を使い、なるべく農業に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬・無化学肥料栽培。
1本900g以上 **192円**(税別) **207円**(税込)
群馬県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

70 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 **430円**(税別) **464円**(税込)
長崎県

72 長芋
産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。
200g **220円**(税別) **238円**(税込)
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

73 浅野さんのじゃがいも
品種はキタアカリ。掘りたての新じゃがいもをお届けします。農薬無散布・化学肥料不使用。
800g **205円**(税別) **221円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.8

74 浅野さんの人参
風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬使用は夜盗虫大量発生時のみ。
500g **174円**(税別) **188円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.5

75 人参(洗い)
炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。
1kg **380円**(税別) **410円**(税込)
青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

76 1kg
77 3kg
稲葉さん達(茨城県・結城市)
自家製ボカシ肥料を施肥。作物を健康に育てることにこだわっています。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1

78 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 **226円**(税別) **244円**(税込)
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7

79 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**(税別) **225円**(税込)
長野県

80 ブラウンえのき茸
野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
200g **218円**(税別) **235円**(税込)
長野県

81 安田さんのなめこ
独自の栄養素をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。
70g **115円**(税別) **124円**(税込)
福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

82 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、日持ちするが特長です。
100g **261円**(税別) **282円**(税込)
三重県

86 生きくらげ
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。
100g **250円**(税別) **270円**(税込)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2

きのこ きのこで食物繊維をとろう♪
きのこには、身体の中に浸入した細菌や異物を排除する能力が上がりとされる「食物繊維」が多く含まれています。毎日の食事にきのこをプラスすることで、無理なく食物繊維を摂取することができますので、お味噌汁、煮物、炒め物、などで調理しましょう。

83 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**(税別) **212円**(税込)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

84 A品
原産栽培をしています。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**(税別) **227円**(税込)
茨城県

85 B品
最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください。
200g **225円**(税別) **243円**(税込)
茨城県

86 生きくらげ
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。
100g **250円**(税別) **270円**(税込)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2

86 生きくらげ
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。
100g **250円**(税別) **270円**(税込)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



刻んで混ぜて 海鮮お好み焼き!

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

87 素干し桜小アミ
 千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
 凍 180日 50g **198円** (税込 **214円**)
 ツノナシオキアミ (三陸沖)

バジルと鮭のいいコンビ!

91 サーモンバジルオリーブ
 千倉水産加工販売 (宮城県・女川市)
 凍 180日 4切 240g **470円** (税込 **508円**) (通常税込 **527円**)
 秋鮭 (北海道)

バターソテーもおすすめ!

92 雄武産 ほたて貝柱 (生食用)
 鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
 凍 30日 5~7粒 約100g **580円** (税込 **626円**) (通常税込 **646円**)
 ほたて貝柱 (北海道)

オリーブオイルで香りをプラス! 白ワイン蒸しでどうぞ

93 国内産冷凍あさり (増量)
 塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
 凍 30日 200g +20g **369円** (税込 **399円**) (通常税込 **417円**)
 あさり (熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

特

88 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 **398円** (税込 **430円**) (通常税込 **443円**)
 するめいか (若手県、青森県) [放] 不検出 <3.8 <3.9

特

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

特

90 たらこ(切れ子)増量
 トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
 55g+15g **368円** (税込 **397円**)
 すけそうだらの卵 (ロシア)

特

91 サーモンバジルオリーブ
 北海道沖で漁獲した秋鮭の切身をバジル、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)

特

92 雄武産 ほたて貝柱 (生食用)
 北海道のオホーツク海に面する雄武の前浜で4年間じっくり育てました。お刺身でどうぞ。
 凍 30日 5~7粒 約100g **580円** (税込 **626円**) (通常税込 **646円**)
 ほたて貝柱 (北海道)

特

93 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 **369円** (税込 **399円**) (通常税込 **417円**)
 あさり (熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

冷凍のまま加熱してください

チャック付きなので必要量使えて便利

94 徳用 酒沼のしじみ (冷凍)
 塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
 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

特

96 子持ちからふとししゃも
 千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
 ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大き目サイズのものをお届けします。
 凍 180日 7~12尾 150g **320円** (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)

トースター調理が実はおすすめ!

97 氷見産まいわしみりん干し
 中村海産 (富山県・氷見市)
 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。
 凍 180日 80g **320円** (税込 **346円**) (通常税込 **356円**)
 まいわし (富山県)

特

98 ふつくらやわらか あじ開き
 塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
 主に九州産の真あじを、塩水に漬け込み、低温で12時間以上干し上げました。冷めてもふつくらしています。
 凍 30日 2枚 150g **350円** (税込 **378円**)
 真あじ (国内産)

特

99 北海道産真ほっけ開き一汐干し
 高木商店 (千葉県・南房総市)
 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 **465円** (税込 **502円**) (通常税込 **518円**)
 真ほっけ (北海道)

特

99 北海道産真ほっけ開き一汐干し
 高木商店 (千葉県・南房総市)
 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 **465円** (税込 **502円**) (通常税込 **518円**)
 真ほっけ (北海道)

特

100 北海道産ソフト身欠きにしん
 千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
 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り、大根おろしを添えても。
 凍 4~6枚 200g **390円** (税込 **421円**)
 にしん (北海道)

特

101 銀だら黒糖みりん漬け
 東北トクスイ (東京都・中央区)
 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 2切 120g **398円** (税込 **430円**) (通常税込 **454円**)
 銀だら (アメリカ)

特

102 金華さば醤油漬け
 東北トクスイ (宮城県・塩釜市)
 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け込みました。
 凍 30日 3切 (180g) **398円** (税込 **430円**)
 さば (宮城県)

特

102 金華さば醤油漬け
 東北トクスイ (宮城県・塩釜市)
 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け込みました。
 凍 30日 3切 (180g) **398円** (税込 **430円**)
 さば (宮城県)

北海道のお魚屋さんの漬魚

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

103 秋鮭の粕漬
 札幌中一 (北海道・札幌市)
 凍 90日 4切 200g **570円** (税込 **616円**)
 秋鮭 (北海道)

104 鱈の西京漬
 札幌中一 (北海道・札幌市)
 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 4切 200g **480円** (税込 **518円**)
 たら (北海道)

特

105 真だらバジルオリーブ
 千倉水産加工販売 (宮城県・女川市)
 北海道産の真だらの切身をバジル、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)

特

106 ロシア産紅鮭切身 (中辛) 2切
 トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
 東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。
 凍 180日 2切 140g **380円** (税込 **410円**)
 紅鮭 (ロシア)

特

107 ロシア産紅鮭切身 (甘塩) 3切
 トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
 ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。
 凍 180日 3切 165g **498円** (税込 **538円**)
 紅鮭 (ロシア)

焼いた魚にクルッとひと回しで「カンタン照り焼き!」

108 料理の名人 (万能調味タレ)
 鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
 お魚以外にも!
 ・豚肉生焼き
 ・野菜炒めの味付け
 ・佃煮づくり など!
 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。
 凍 60日 250cc **498円** (税込 **538円**) (通常税込 **562円**)
 原材料: 国産大豆、醤油、国産粗糖、発酵調味料(味の母)、三河みりん

特

111 千葉県産 真あじ三枚おろし
 千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
 千葉県産の鮮度の良い真あじを、ゼイゴ、頭を取り三枚におろして凍結。天ぷら、フライ、塩焼き等でどうぞ。
 凍 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

特

112 真いわし三枚おろし
 千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
 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 **298円** (税込 **322円**)
 真いわし (千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.5

特

113 北海道 厚岸のさんま 2尾
 札幌中一 (北海道・札幌市)
 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)

特

114 3尾
 札幌中一 (北海道・札幌市)
 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)

特

109 天然寒ぶり切身
 鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
 九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けて美味しいいただけます。
 凍 30日 約80g x 3 **646円** (税込 **698円**)
 ぶり (九州近海)

特

110 まぐろカプト肉切身
 マストミ (徳島県・徳島市)
 DHAが豊富なめばちまぐろ頭部の肉です。脂分が多く、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)

特

21 エビ・ホタテ・タコ ミックス
 トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
 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 180日 180g **398円** (税込 **430円**) (通常税込 **454円**)
 タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

特

115 函館産いかソーメン
 札幌中一 (北海道・札幌市)
 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 180日 100g **528円** (税込 **570円**)
 いか (北海道)

特

116 北海道さけ スモークサーモン
 松岡水産 (千葉県・銚子市)
 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、「冷凍方式」で仕上げました。
 凍 180日 40g x 2 **480円** (税込 **518円**)
 秋鮭 (北海道)

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。

1尾から2つしか
取れない希少部位!



マストミ (徳島県・徳島市)
117 天然本まぐろのカマ (焼物用)
天然本まぐろのカマを調理しやすい大きさにカットしました。グリルで焼いて。またバーベキューの素材にも。
凍 30日

300g **710円** (税込 **767円**) 通常税込 **886円**
本まぐろ (太西洋)

炊飯器でラクラク!
3~4人前です



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)
118 パエリアセット (魚介類とスープのセット)
パエリア用スープと、するめいかリング、パナユ、ブラックタイガー、ポイル帆立、あけ貝むき身のセット。
凍 180日

5種 **955円** (税込 **1031円**) 通常税込 **1058円**
するめいか(産別)、パナユ(ニューブランド)、ブラックタイガー(産別)

梅肉風味が
さわやか!



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
119 さんま梅サンド
腹骨を除いたさんまに梅肉ペーストをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。梅肉がさわやかです。
凍 180日

6~8個 **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**
さんま (国内産)

魚のフライ
人気No.1



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)
120 生から作ったいわしフライ
鮮魚のいわしを使用しているので、身がやわらかく、ふくらみとしており、臭みもありません。揚げてください。
凍 6日

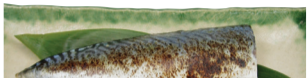
5~6枚 **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**
真いわし (国内産)

「篠島」から美味しい
しらす届けます!



原材料: いわし
稚魚 (愛知県産)、食塩
「篠島(しのじま)」は愛知県南知多町、三河湾に浮かぶ海の幸が美味しい離島。中でも漁港単位で漁獲量日本一を誇る「しらす」は、是非とも食べたい島の名産品です。
篠島産の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。
ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市)

121 篠島産しらす干し 2個組
凍 180日 70g×2 **556円** (税込 **600円**) 通常税込 **626円**
いわし稚魚 (愛知県)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
122 あぶり焼しめさば
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 180日

2枚入 **498円** (税込 **538円**)
さば (国内産)

組合員さんからの
クチコミ

油のついていて、多りの香りがよく、時間のない夕飯などあと一品ほしい時に解凍が早く便利。(ほほちゃんさん)



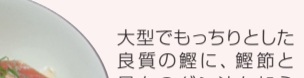
マストミ (徳島県・徳島市)
123 まぐろ漬け并用 (ピンチョウマグロ)
凍 30日

2食入 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**
ピンチョウマグロ (太平洋)

流水解凍で海鮮の丼

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。

2食入 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**
ピンチョウマグロ (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)
124 かつお味噌漬丼
凍 20日

2食入 **498円** (税込 **538円**)
かつお (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)
125 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 15日

100g **480円** (税込 **518円**)
めばちまぐろ (太平洋)



乙浜シーフード (千葉県・南房総市)
126 フライパンで焼く 鮭ごま竜田
秋鮭に醤油の下味をつけ、白ごまと小麦粉をまぶしました。冷凍のままフライパンで両面を焼いてください。
凍 180日

180g(5~7切) **398円** (税込 **430円**)
秋鮭 (北海道)



千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)
127 フライパンでできる鮭とチーズのカリカリ包
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 180日

150g(6個) **398円** (税込 **430円**)
秋鮭 (北海道)



大新 (鳥取県・境港市)
128 4種野菜のおさかなつくね
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 180日

330g(つくね10個×40g×2) **418円** (税込 **451円**) 通常税込 **473円**
あじ (国内産)



センシン食品 (宮城県・名取市)
129 「ねぼうま」 (松前漬)
全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み大豆醤油を使用。
凍 6日

100g **438円** (税込 **473円**)
するめいか (北海道)

三陸宮古の旬魚

島香さんおすすすめの旬魚をお届け!

丸友しまか (岩手県・宮古市)
134 島香さんの切身セット
宮古港とその周辺港に水揚げされた旬の魚を切身にし、急速冷凍しました。3種入りの楽しいセットです。
凍 60日

1袋 (120g×3種) **832円** (税込 **899円**) 通常税込 **950円**
旬魚 (岩手県)

丸友しまか (岩手県・宮古市)
135 島香さんのハマチ味噌漬
岩手県沖の定置網で漁獲されたハマチ(ぶりの小さい個体)を使い、特製の味噌床に2日間漬け込みました。
凍 60日

2切 120g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **454円**
はまち (三陸北部沖) [放] 不検出 <3.6 <4.7



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
130 ほたてしぐれ煮
北海道産ほたての風味を活かす為、醤油、みりん、三温糖、酒、生姜でシンプルに炊き上げました。
凍 30日

約100g **418円** (税込 **451円**)
ほたて貝柱 (北海道)



大黒淡水 (静岡県・焼津市)
131 うなぎ蒲焼 70g×2
愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。
凍 6日

70g×2 たら山椒付 **1880円** (税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**
うなぎ (愛知県)

瓶の口いっぱい身に詰まっています!

佐井村海協 (青森県・佐井村)
132 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 90日

100g **520円** (税込 **562円**)
秋鮭 (青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

すり潰さない「たたき身」なので粗挽き感あり!

大新 (鳥取県・境港市)
133 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良いあじをたたき身にしました。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。
凍 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



丸友しまか (岩手県・宮古市)
136 冷凍・ミズダコ(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しました。旨味がしっかりとあります。
凍 60日

150g **520円** (税込 **562円**)
ミズダコ (岩手県沖) [放] 不検出 <0.4 <0.3



丸友しまか (岩手県・宮古市)
137 島香さんのたご甘酢漬
岩手県沖で漁獲したミズダコを食塩のみでボイルし、甘酢に漬けました。解凍後、各種お料理に。
凍 60日

130g **368円** (税込 **397円**)
ミズダコ (岩手県沖) [放] 不検出 <4.2 <4.3

お酢の効果で柔らかく
漬けて焼くだけのお手軽メニュー



◆材料(2~3人分)
鶏もも肉 300g
ケチャップ 大3
砂糖 大1
醤油 大1
ウスターソース 小1/2
酢 小1/2
おろしにんにく 1かけ

◆作り方
① 鶏肉は皮にフォークで穴をあけ、食べやすい大きさに切る。
② 鶏肉とAをビニール袋に入れよく揉みこみ、冷蔵庫で30分以上漬ける。
③ トースターやグリル、ホットプレートでこんがり焼いて出来上がり。

切り取ってご活用ください

夏のお友だち
紹介キャンペーン

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!**
常総カレーセット

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と商品代金からご精算致します。出資金への振替も可能です。

ご紹介ありがとうクーポン **3,000円分プレゼント!**

蒸し鶏で さっぱり サラダや冷やし中華は いかがですか?

フォロドレッシングは サラダとの相性抜群!



冷やし中華 130円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

138 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。

凍 賞6日 300g 360円(税込389円) 通常税込400円 茨城県



つくば茜鶏 139円

田仲さん達(茨城県・桜川市)

139 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン

つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 賞6日 160g 350円(税込378円) 鶏肉(茨城県)



フォロドレッシング 140円

やましな(徳島県・藍住町)

140 フォロドレッシング 330mL

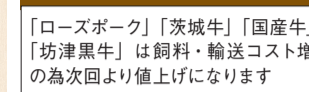
香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。野菜サラダにかけてお召し上がりください。

賞60日 米大 330mL 415円(税込448円) 通常税込464円 玉ねぎ(国内産)

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。

「ローズポーク」「茨城牛」「国産牛」「坊津黒牛」は飼料・輸送コスト増の為に次回より値上げになります



ローズポーク ヒレブロック 141円



ローズポーク パラスライス 142円

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。

凍 賞6日 250g 515円(税込556円) 茨城県

肉厚ステーキにして 召し上がれ!

363円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

141 ローズポーク ヒレブロック

脂のほとんどない部位です。

凍 賞6日 250g 840円(税込907円) 通常税込918円 茨城県



ローズポーク 肩スライス 143円

脂身の少ない、味の濃い部位です。厚さ3mm。

凍 賞6日 300g 460円(税込497円) 茨城県



ローズポーク 小間切 144円

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です。

凍 賞6日 150g×2 390円(税込421円) 茨城県



ローズポーク モモ 145円

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。

凍 賞6日 200g×2 510円(税込551円) 茨城県



中津豚 ロース切身 152円

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ1cm。

凍 賞4日 2枚200g 549円(税込593円) 神奈川



中津豚 モモスライス 149円

脂身の少ない赤身の多い部位。厚さ3mm。

凍 賞4日 200g 430円(税込464円) 神奈川



中津豚 モモしゃぶしゃぶ用 150円

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。

凍 賞4日 200g 445円(税込481円) 神奈川



中津豚 中津豚こま 155円

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

凍 賞5日 米大 200g 407円(税込440円) 豚肉(神奈川)



中津豚 中津豚小間切 154円

各部位から集めています。

凍 賞4日 200g 360円(税込389円) 神奈川

コクのあるバラ肉のブロックです。角煮やしチュー、カレーなどに。

※調理例

151 中津豚バラブロック

凍 賞4日 400g 890円(税込961円) 通常税込972円 神奈川



152 中津豚ロース切身

凍 賞4日 2枚200g 549円(税込593円) 神奈川



153 中津もつ

凍 賞120日 米大 200g 361円(税込390円) 豚もつ(神奈川)



154 中津豚小間切

凍 賞4日 200g 360円(税込389円) 神奈川



155 中津豚こま 生姜焼き用(味付)

凍 賞5日 米大 200g 407円(税込440円) 豚肉(神奈川)



156 中津豚レバー焼肉用(味付)

凍 賞120日 米大 200g 324円(税込350円) 豚レバー(神奈川)



157 中津豚挽肉

凍 賞4日 200g 355円(税込383円) 神奈川



158 豚挽肉(バラ凍結)

凍 賞90日 400g 650円(税込702円) 茨城

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)。



14 つくば茜鶏 モモ

凍 賞180日 300g 480円(税込518円) 通常税込529円 茨城



159 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

凍 賞180日 250g 490円(税込529円) 茨城



160 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

凍 賞180日 250g 490円(税込529円) 茨城



161 つくば茜鶏 手羽先

凍 賞180日 400g 525円(税込567円) 茨城



162 つくば茜鶏 手羽元

凍 賞180日 400g 525円(税込567円) 茨城



163 若鶏手羽中(半) (バラ凍結)

凍 賞180日 300g 580円(税込626円) 鶏肉(山口県・島根県・福岡県・熊本県)



164 つくば茜鶏 ササミ

凍 賞180日 300g 560円(税込605円) 茨城



165 つくば茜鶏 レバー

凍 賞180日 250g 240円(税込259円) 茨城



166 つくば茜鶏 挽肉

凍 賞180日 500g 660円(税込713円) 茨城

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。



167 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用170g

凍 賞30日 170g 900円(税込972円) 鹿児島



168 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用170g×2

凍 賞30日 モモ170g×2 1760円(税込1901円) 鹿児島



169 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし

凍 賞30日 170g 690円(税込745円) 鹿児島



170 茨城牛(山方) 切り落とし

凍 賞6日 200g 645円(税込697円) 茨城

ふるさと

301円/100g

福永産業 (福岡県・遠賀町)

171 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g **445円**(税込**481円**)

福岡県、大分県

211円/100g

福永産業 (福岡県・遠賀町)

172 国産牛挽肉

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

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。

中津

中津ミート (神奈川県・愛川町)

173 中津皮なしベービーウインナー

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)

174 中津皮なしノンスライスウインナー

皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りしました。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)

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

中津ミート (神奈川県・愛川町)

175 中津ショルダーベーコンスライス

冷 賞7日

100g **380円**(税込**410円**)

豚肉 (神奈川県)

ふるさと

中津ミート (神奈川県・愛川町)

176 徳用中津ハム切り落とし

指定農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルに仕上げました。どうしても出してしまう端材を、徳用パックで切り落とししてお届けです。

凍 賞180日 米大 小

100g **300円**(税込**324円**)

豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

177 中津チャーシュー切り落とし

特製タレにひと晩漬込み丁寧に煮込みました。形は不揃いですが品質・味は変わりありません。

凍 賞180日 米大 小

70g **310円**(税込**335円**)

豚肉 (神奈川県)

ふるさと

中津ミート (神奈川県・愛川町)

178 中津一口カツ

豚のモモ肉を使用。国産の薄力粉とパン粉、産直の卵、海塩を使用。凍ったまま油で揚げてください。

凍 賞180日 卵小

175g **480円**(税込**518円**)

豚肉 (神奈川県)

レバーが苦手な方にもおすすめ

中津ミート (神奈川県・愛川町)

179 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分揚げてください。

凍 賞180日 米大 小

125g **330円**(税込**356円**)

豚レバー (神奈川県)

サラダやお好みのお料理に♪ 液汁も旨味たっぷり

秋川牧園 (山口県・山回市)

180 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し上がりください。

凍 賞 米

100g **359円**(税込**388円**)

鶏肉 (国内産)

ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

181 つくば茜鶏親子丼の素 2袋

つくば茜鶏を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。玉ねぎを加えて煮込み、卵でとじてどうぞ。

凍 賞180日 米大 小

130g(鶏肉40g タレ90g)×2 **300円**(税込**324円**)

鶏肉 (茨城県)

鈴木牧場

ピンは洗ってお返しく下さい

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

QRコード

定鈴木牧場登録牛乳のみは

暑い時期にぴったり、さわやかドリンク

ラッシー

材料を混ぜるだけで手軽に作るができます。

◆材料

- ヨーグルト.....200g
- 牛乳.....500ml
- はちみつ.....大3
- レモン果汁.....小1

※お好みのフルーツを混ぜても◎。

ピンは再利用します。キャップ内側の白い円ボタンを取って、必ずご返却下さい

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

189 プレーン

400g **361円**(税込**390円**)

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

190 微糖

400g **370円**(税込**400円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

マンゴーラッシー



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

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。

冷 賞届いて7~11日 乳

100g **500円**(税込**540円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

冷 賞14日以上 乳

192 プレーン

30g **181円**(税込**195円**)

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

193 ペッパー

30g **190円**(税込**205円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

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

鎌倉

焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

182 鎌倉マイルドポークウインナー×2

冷 賞10日

94g×2 **335円**(税込**362円**)

豚肉 (国内産)

183 鎌倉マイルドポークウインナー×3

冷 賞10日

94g×3 **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円**

[放] 不検出 <4.4 <4.1

合成添加物を使わない成形ハム

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

184 鎌倉ボンレスハム×2

冷 賞15日

60g×2 **450円**(税込**486円**)

豚肉 (国内産)

185 鎌倉ボンレスハム×3

冷 賞15日

60g×3 **640円**(税込**691円**) 通常税込**729円**

[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)

186 鎌倉バラベーコンスライス×2

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

冷 賞15日

85g×2 **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)

187 鎌倉ポークソーセージ

冷 賞20日

200g **350円**(税込**378円**)

豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2

プレートパーティーに おすすめです♪

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

188 鎌倉串ざしフランクフルト

冷 賞10日

40g×5 **360円**(税込**389円**) 通常税込**400円**

豚肉 (国内産)

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。

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)

5 サツラク牛乳

冷 賞15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道酪農公社 (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)

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)

9 サツラク低脂肪牛乳

冷 賞15日 乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社 (北海道・江別市)

4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)

冷 賞届いて10日 乳

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳 (北海道)

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いるのですが、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)

JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

7 八郷の卵

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

冷 賞11日 卵

10個 **236円**(税込**255円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

宇治田農場 (茨城県・石岡市)

8 宇治田さんの平飼卵

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 卵 入り

6個 **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

194 よつ葉 プレーンヨーグルト

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

賞味して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)

195 腸内活性 ヨーグルメイト(プレーン)

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

賞味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)

196 腸内活性 ヨーグルメイト(加糖)

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

賞味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)

197 サツラク酪農家限定 ヨーグルト(加糖)

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

賞味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)

生乳たっぷりのむヨーグルト

198 2本組

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

賞味19日 乳

180ml×2 **256**円(税込**276**円)

生乳(福島県)

199 5本組

賞味19日 乳

180ml×5 **590**円(税込**637**円) 通常税込**680**円

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.7 <4.5

日本生活協同組合連合会

200 CO乳酸ドリンク 65ml×10本入

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

賞味15日 乳

65ml×10 **178**円(税込**192**円)

茨城乳業 (茨城県・石岡市)

201 タマゴプリン

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

賞味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)

202 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。

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)

203 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。

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)

204 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。

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)

205 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。

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。
- ・豆腐は海水にがりで固め、消泡剤も不使用です。

丸和食品 (東京都・練馬区)

206 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

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)

207 きめ豆腐

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)

208 ミニもめん豆腐

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)

209 ミニきめ豆腐

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

大豆加工品

賞味4日 大

100g×2 **240**円(税込**259**円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

豆乳濃度が高く大豆の味わいが深い豆腐

秋田県産有機大豆と海水にがりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

丸和食品 (東京都・練馬区)

210 有機国産大豆 寄せ豆腐

賞味4日 大

100g×2 **240**円(税込**259**円)

大豆(秋田県) [放] 不検出 <0.9 <1.0

丸和食品 (東京都・練馬区)

211 絹とうふ(充填豆腐)

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

賞味30日 大

300g×3 **395**円(税込**427**円)

大豆(青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

丸和食品 (東京都・練馬区)

212 揚げ

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

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)

213 厚揚げ

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

賞味4日 大

90g×2 **155**円(税込**167**円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2

丸和食品 (東京都・練馬区)

214 青大豆 寄せ豆腐

青大豆で作ったコクのある甘味の寄せ豆腐です。

賞味4日 大

200g **215**円(税込**232**円) 通常税込**243**円

大豆(国内産)

丸和食品 (東京都・練馬区)

215 青豆入り具だくさんがんも

丸和の豆腐に人参、ごぼう、青大豆、生姜、山芋粉、切昆布、黒ごまを加え、菜種一番搾りの油で揚げました。

賞味5日 大

80g×2 **295**円(税込**319**円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.4

丸和食品 (東京都・練馬区)

216 味付いなり揚げ

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

賞味90日 米大 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)

217 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。

賞味21日 米大 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)

218 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。

賞味30日 大

200g **147**円(税込**159**円) 通常税込**170**円

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3

丸和食品 (東京都・練馬区)

219 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。

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)

220 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。

賞味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

丸和食品 (東京都・練馬区)

221 本味納豆 (タレ・カラシ無)

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

賞味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)

222 水府納豆ミニ2 (タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

賞味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)

223 押し麦入り納豆 (タレ・カラシ無)

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

賞味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)

224 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、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。

賞味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)

225 丸大豆てんべ

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

賞味30日 米大

100g **265**円(税込**286**円)

大豆(北海道)

丸和食品 (東京都・練馬区)

226 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。

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

丸和食品 (東京都・練馬区)

227 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、歯切れと味しの良い白滝です。

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

市川食品 (群馬県・高崎市)

228 青のり入り さしみこんにゃく

青のり入りのさしみこんにゃく。ぷりぷりとした食感がやみつきに。酢味噌付き。お好みでわさび醤油でも。

賞味60日 米大

さしみこんにゃく <150g×2 酢味噌20g×2 **285**円(税込**308**円) 通常税込**324**円

こんにゃく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

市川食品 (群馬県・高崎市)

229 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。

賞味10日 米

200g **240**円(税込**259**円)

もずく(沖縄県)

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

天ぷらも美味しい!

プレートで焼いて美味しい♪



230 長崎 白天天(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。



231 枝豆がんも
枝豆を加えた一口サイズのがんもどき。さつとあぶって生姜醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。



232 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。



233 地粉春巻きの皮
一般の春巻きの皮と違い、生地を焼いていない生タイプで、地粉の香りや旨みが味わえます。18cm角。



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



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



236 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。



237 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。



238 煮豆 青豆
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とコシを残した仕上がり。



239 煮豆 お福豆(紫花豆)
北海道の紫花豆を、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。



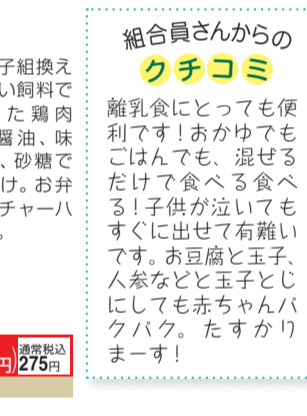
240 茶漬昆布
刻んだ北海道産の昆布と焼津産のかつお節を入り醤油と砂糖で炊き合わせ、いりごまを混合して辛口に仕上げました。



241 地鶏そぼろ
たむらのタマゴ(徳島県・阿南市)
遺伝子組換えで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。



242 鶏五目ご飯の素
会で育てた鶏や野菜を使って作った、素材の旨みたっぷりの鶏五目ご飯の素。米と一緒に炊いて。



243 山椒ちりめん
上乾ちりめんを醤油、みりんで味付けし、山椒の実を加えました。



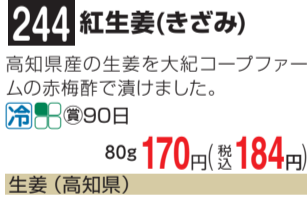
244 紅生姜(きざみ)
高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。



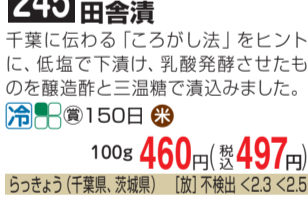
245 三里塚らっきょう田舎漬
千葉に伝わる「ころがし法」をヒントに、低塩で下漬け。乳酸発酵させたものを醸造酢と三温糖で漬込みました。



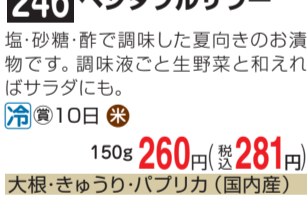
246 ベジタブルサーワー
塩・砂糖・酢で調味した夏向きのお漬物です。調味液ごと生野菜と和えればサラダにも。



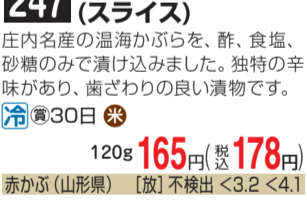
247 月山赤かぶ漬(スライス)
庄内産の温海かぶらを、酢、食塩、砂糖のみで漬け込みました。独特の辛味があり、歯ざわりの良い漬物です。



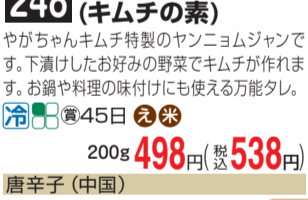
248 マイルド薬念醬(キムチの素)
やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けたお好みの野菜でキムチが作れます。お鍋や料理の味付けにも使える万能タレ。



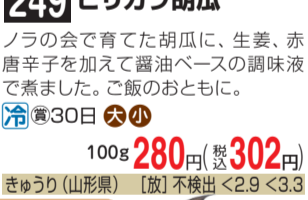
249 ピリカラ胡瓜
ノラの会で育てた胡瓜に、生姜、赤唐辛子を加えて醤油ベースの調味液で煮ました。ご飯のおともに。



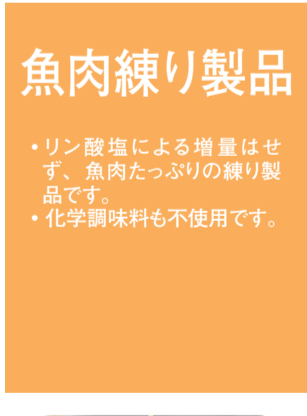
250 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。



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



252 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。



253 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。



254 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。



255 おとうふ揚げ
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て揚げました。レンジか冷蔵庫解凍で。



256 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て揚げました。レンジか冷蔵庫解凍で。



257 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をベースにキャベツ、人参、ホタテをふんだんに使った揚げかまぼこです。



258 お好みさつま揚げ
北海道のすけそうだらのすり身をベースにキャベツ、人参、ホタテをふんだんに使った揚げかまぼこです。



259 ミニ笹かまぼこ
旨味の濃い宮城県産の小魚と北海道のスケソウダラすり身で笹かまぼこに焼き上げました。



260 長崎 野菜の香味揚げ
生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。



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



262 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。



263 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。



264 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。

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。

高橋徳治商店 こだわりの練り物

高橋徳治商店 こだわりの練り物
茶豆が鮮やかで香ばしい
256 ごろごろ茶豆ちぎり揚げ
257 ささがきごぼう さつま揚げ
258 お好みさつま揚げ
259 ミニ笹かまぼこ

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)

260 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)

サラダやまぐろ丼に



日本生活協同組合連合会

262 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 150g **297円(税込321円)**
アボカド(ペルー)

香りとおもりのある甘さが自慢



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

263 冷凍だだちやまめ

山形県庄内平野で、化学合成農薬・化学肥料を使わず、心を込めて育てた茶豆系の枝豆です。ざっと湯がいて。

凍 200g **503円(税込543円)**
枝豆(山形県)

フライパンやプレートで! 焼いて美味しく♪

多めの油で焼いて



組合員さんからの **クチコミ**
優しくほんのりとした甘さで美味しいです! 卵の花の新しい食べ方として、今後も買い続けていきたいです。

大進食品(神奈川県・横浜市)

264 マム 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 5本 200g **308円(税込333円)** 通常税込343円
大豆・鶏肉・小麦(国内産) [放]不検出<3.5<3.3

ほどよい生姜が一口食べるとクセになる



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

265 香港 黄金しょうが餃子

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

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

原材料は国産小麦粉と食塩のみ



日岡商事(兵庫県・加古川市)

266 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分ほど茹でてください。温でも冷でも

凍 200g ×3玉 **398円(税込430円)** 通常税込445円
小麦粉(国内産)

お弁当におかず♪

塩麹使用 マストミ自社製

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。

マストミ(徳島県・徳島市)

凍 90日 卵米 150g **420円(税込454円)**
びんちょうまぐろ(太平洋)

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。

マストミ(徳島県・徳島市)

凍 卵米 200g **417円(税込450円)** 通常税込477円
鶏肉(徳島県)

16ページで 秋川牧園特集! ささみハーフカツやフライドチキン(手羽元)も!

秋川牧園(山口県・山口市)

凍 卵米 200g **423円(税込457円)**
鶏肉(山口県、他)

トースターで表面がカリッとする位に焼くと美味

秋川牧園(山口県・山口市)

凍 卵米 200g **423円(税込457円)**
鶏肉(山口県、他)

ほどよい甘酢っぱさ! お弁当や夕飯に

秋川牧園(山口県・山口市)

凍 卵米 150g **359円(税込388円)**
鶏肉(国内産)

鳴門金時は秋以降に再開!

中はほっこり、外はカリッとした食感

鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市)

凍 180日 芋 300g **500円(税込540円)** 通常税込554円
さつま芋(国内産)

半解凍でも美味

鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市)

凍 芋 280g **528円(税込570円)**
さつま芋(国内産)

レッドペッパーが後を引く美味しさ

秋川牧園(山口県・山口市)

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

ポン酢、塩などの相性良し

秋川牧園(山口県・山口市)

凍 卵米 170g **413円(税込446円)**
鶏肉(山口県、他)

揚げたてでサクサクの衣を味わって!

秋川牧園(山口県・山口市)

凍 卵米 150g **333円(税込360円)**
鶏肉(山口県、他)

とろ〜りホワイトソースと海老のコーラボがたまらない

大進食品(神奈川県・横浜市)

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

少し酸味のきいた甘酢ソースで煮こみました

ニッコー(神奈川県・大和市)

凍 卵米 90g×2 **370円(税込400円)**
大豆・鶏肉(国内産)

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)

凍 卵米 (70g×3)×2 **824円(税込890円)** 通常税込918円
大豆・鶏肉(国内産)

北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ

大進食品(神奈川県・横浜市)

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

揚げたてでサクサクの衣を味わって!

日岡商事(兵庫県・加古川市)

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

おうちで本格中華♪

ニッコー(神奈川県・大和市)

凍 卵米 10個180g **375円(税込405円)**
しそ(国内産)

焼いて

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

凍 卵米 30個180g **580円(税込626円)**
豚肉・キャベツ(国内産)

一口ほおばれば舌の上に館のスープが!

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

凍 卵米 16個280g **487円(税込526円)**
豚肉(国内産)

鶏から(静岡・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。

ニッコー(神奈川県・大和市)

凍 卵米 180g×2 **455円(税込491円)**

お弁当にも

ニッコー(神奈川県・大和市)

凍 卵米 6個120g **287円(税込310円)** 通常税込324円
小麦(国内産)

お徳川春巻

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

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

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。

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

凍 卵米 6個192g **491円(税込530円)** 通常税込583円
帆立(青森県、北海道)

盛り付け例

マストミ(徳島県・徳島市)

凍 卵米 330g **595円(税込643円)**
豚肉(北海道)



290 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。



294 ライスバーガー たりやきチキン
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。加工澱粉：全体の0.6%



299 レモンカステラ
契約養鶏場から仕入れた鶏卵と国産小麦粉を使用した生地にレモン果汁を使用したパウダーを入れて焼き上げました。



303 芽吹き屋 よもぎ大福
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。



512 シママース
原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。



306 やまこ味噌 (粒・甘口)
国産大豆と茨城県産コシヒカリの麴で作りしました。塩分9%です。原材料：米、大豆、塩



550 ごま油
料理に風味を持たせます。



291 白えびかきあげ
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。



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



300 産直カットレモン
減農薬の国産レモンB品を8等分にくし切りカットして急速凍結。レモン本来の味と風味が楽しめます。



304 芽吹き屋 おはぎ
無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げています。



292 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。



296 冷凍ブルーベリー 2パック
小林さん(長野県・高山村)



301 CO牛乳70% アイスバー 10本
鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。乳化剤、安定剤、香料を使用せずミルクの風味を生かしたアイスバー。



293 COおいしい カットマンゴー 150g
ベトナム産マンゴーを現地で熟させたひと口大にカット。甘みが強くトロツとなめらかで濃厚な味わい。



296 冷凍ブルーベリー 2パック
小林さん(長野県・高山村)



301 CO牛乳70% アイスバー 10本
鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。乳化剤、安定剤、香料を使用せずミルクの風味を生かしたアイスバー。



腸内環境を整えて
大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品。毎日大さじ1杯食べることで腸内細菌が増え、腸の力を高めます。



302 おっばい アイスミルク
牛乳の素材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。



302 おっばい アイスミルク
牛乳の素材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。



303 芽吹き屋 よもぎ大福
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。



304 芽吹き屋 おはぎ
無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げています。



304 芽吹き屋 おはぎ
無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げています。



508 粗精糖 (自然派style)
鹿児島県のサトウキビから直接作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。



526 丸大豆減塩しょうゆ
丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。一般のしょうゆに比べて食塩50%カット。



306 やまこ味噌 (粒・甘口)
国産大豆と茨城県産コシヒカリの麴で作りしました。塩分9%です。原材料：米、大豆、塩



307 傳右衛門 生みそ(豆)
国産丸大豆と豆麴だけで作った3年熟成の赤みそ。他のみそと合わせてみそ汁に使うとおいしさが増します。



501 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)
天然の旨味成分が格段に多い料理酒。少量の使用で素材の持ち味を引き出し、料理に旨味とコクを与えます。



526 丸大豆減塩しょうゆ
丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。一般のしょうゆに比べて食塩50%カット。



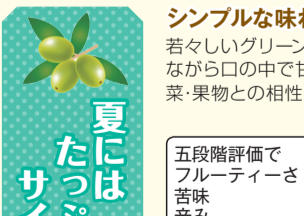
506 三河伝統製法「古式本みりん」
もち米と米麴、醸造アルコール、焼酎で仕込み、じっくりと熟成。甘味と酸味のバランスの取れた味わい。



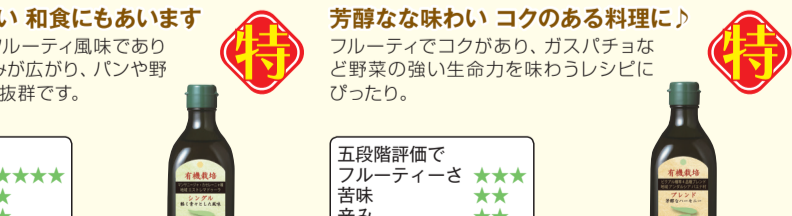
550 ごま油
料理に風味を持たせます。



308 九鬼 太白純正胡麻油
ごまを煎らずに低温圧搾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。



309 有機EXバージン オリーブ油シングル
五段階評価でフルーティーさ、苦味、辛味



310 有機EXバージン オリーブ油ブレンド
五段階評価でフルーティーさ、苦味、辛味



311 花亭ビストロ ガーリックステーキソース

風味豊かなんにくとレモン果汁をふんだんに使用しました。野菜炒めや魚に、ムニエルのソースにも。

230g 470円(税込508円) 通常税込518円



312 桃花林 塩だれ

塩焼きそば、チャーハンにも♪ 平金炊き塩、発酵調味料、醸造酢、んにくと長ねぎに、レモン果汁を加えたさっぱり塩味のたれです。

150ml 270円(税込292円) 通常税込308円



315 趙さんの味 葉念醬 (ヤンニョムジャン)

野菜や魚、肉と一緒に煮込んだり、炒めたりして使える万能調味料です。お酢を加えてドレッシングとしても。

240g 540円(税込583円) 通常税込594円



316 趙さんの味 コチュジャン

料理にひとさじ加えれば、まろやかな辛味でコクのある味わいに仕上がります。酢で割って刺身のつけだしとしても。

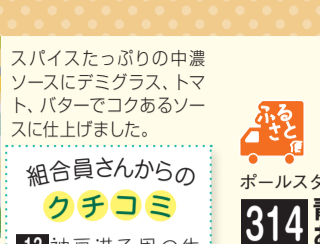
150g 505円(税込545円) 通常税込562円



313 ロコモソース (2人前×2袋)

フライパンに残った肉汁と本品を絡ませて♪

80g×2袋 220円(税込238円)



組合員さんからのクチコミ



314 青森県田子町産100% おろしんにんにく

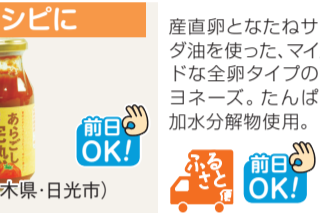
次回は9月中旬に なります



320 オイスターソース

丸新商会 (千葉県・市川市)

145g 420円(税込454円)



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)

300g 380円(税込410円)



533 マヨネーズ

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

500g 368円(税込397円)



321 そばつゆ (ストレート)



322 CO手すり風すりごま



573 だしパック

伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

8g×18 440円(税込475円)



323 北海道産 春採り やわらかカット昆布

味噌汁はもちろん、酢の物やサラダにも

14g 270円(税込292円)



325 徳用 三陸岩手の カットわかめ

伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

45g 600円(税込648円)



589 きざみ昆布



326 凍り豆腐 煮物用



324 焼きのり 全型20枚

長谷川商店 (東京都・中央区)

180日 全型20枚 665円(税込718円)



592 青のり

長谷川商店 (東京都・中央区)

180日 35g 220円(税込238円)



327 宮崎県産 どんこしいたけ

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

55g 910円(税込983円)



328 切干大根



582 士別農園 小豆



619 パン用粉(強力粉)

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

1kg 420円(税込454円)



618 強力全粒粉 (北海道産小麦使用)

江別製粉 (北海道・江別市)

500g 352円(税込380円)



330 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋



331 お湯かけ麺 カレーうどん 3袋



332 冷しらーめん 2袋



333 国産小麦 スパゲッティ(ゆめちから)

ニューオークボ (千葉県・柏市)

300g 315円(税込340円)



636 挽きたてのざるそば

国産のそばを石臼製粉し、挽きたてを練り込み、小麦粉、でんぷんを加えて打っています。茹で時間約4分。

200g×2 490円(税込529円)



334 ところそば みそ煮



335 徳用 梅干し



336 梅エキス



茹で時間約8分



茹で時間約4分



茹で時間約4分



茹で時間約4分



茹で時間約4分



茹で時間約4分

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。

※お召し上がりいただく機会が多い為、原材料を表記しています。



337 大豆チップス のり塩味
原材料：大豆、植物油、昆布エキス粉末、ごぼうパウダー、食塩、アオサ、砂糖

金箔の丸大豆醤油で作ったタレで味付けしました

694 醤油屋のせんべいわれせん
原材料：うるち米、しょうゆ、ごま、キビ砂糖、馬鈴薯澱粉、醸酵調味料、醸酵調味液、カツオブシエキス

345 CO 芋けんぴ 105g
九州産の黄金千貫芋をカラッと揚げ、砂糖で味付けしました。



パンと一緒に

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。

※お召し上がりいただく機会が多い為、原材料を表記しています。

801 詰替用 パックス 酸素系漂白剤
酸素の漂白作用で黄ばみ防止、黒ずみ、しみ、赤ちゃんの肌着、おむつの漂白、除菌等にも安心して使えます。

706 ポテトチップス (うす塩)
原材料：馬鈴薯、植物油(パーム油、米油)、食塩

699 荒挽きえびせん
原材料：馬鈴薯澱粉、えび、植物油(米油)、三温糖、食塩、ごま、酵母エキス、唐辛子、着色料(紅麹色素、パブリカ色素)

342 全粒粉クラッカー
原材料：小麦粉、植物性油脂(パーム油)、ショートニング(パーム油)、小麦全粒粉、食塩、小麦胚芽、麦芽エキス、甜菜糖、イースト、膨張剤(重曹)

346 CO 南部せんべい 落花生 6枚
東北地方の伝統的焼き菓子です。小麦粉を練り上げて成型し、片面に落花生をまぶして焼き上げました。

352 松永さんのレモンジャム
松永さんが無農薬栽培したレモンを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。

704 ポテトチップス (バター・しょうゆ)
原材料：馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳

338 ミレービスケット
原材料：小麦粉、植物油(米油、パーム油)、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)

343 豆乳ドーナツ(白蜜)
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。

347 玄米パン あん入り
原材料：つぶあん、小麦粉(国産)、黒糖、玄米粉(国産)、パーム油、パン酵母、水飴、食塩

353 松永さんの丸ごとマーマレード あまなつ
松永さんが無農薬栽培した甘夏を砂糖で煮詰めた手作りジャムです。

705 ポテトチップス (野菜コンソメ)
原材料：馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、ぶどう糖、デキストリン、野菜エキスパウダー、食塩、香辛料、発酵調味料、酵母エキス、粉末醤油

339 ミレービスケット (ノンフライ)
原材料：小麦粉(国内産)、三温糖、ショートニング(パーム)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重碳酸アンモニウム)

344 豆乳ドーナツ(黒糖)
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わず豆乳だけで練り上げたドーナツです。

348 玄米パン あんなし
原材料：小麦粉(国産)、黒糖、玄米粉(国産)、パーム油、パン酵母、水飴、食塩

354 スペイン産 オレンジはちみつ
スペインに咲くオレンジの花から採れたはちみつ。軽やかな味で、ほのかなオレンジの香りが特長。

お菓子のザンヨー 新商品!

特新
原材料：鶏卵(国産)、砂糖(てん菜(国産))、小麦粉(小麦(国産))、マーガリン(乳成分を含む)、コーンスターチ、植物油、水飴、クリーム(乳成分を含む)、食塩/乳化剤、膨張剤

特新
原材料：水飴(甘藷(国産))、砂糖(三温糖)、濃縮果汁(りんご、いちご、みかん)/ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料(クエン酸)、pH調整剤(クエン酸Na)、香料

340 ミニバウムクーヘン
6個入 (1個×6袋) 297円(税込) 321円(通常税込) 332円(通常税込)

341 元気わくわく ミックスゼリー
480g (16g×30個) 420円(税込) 454円(通常税込) 495円(通常税込)

「トコゼリー」
ひんやりおいしい!夏の甘味

349 トコゼリー ピーチ
ピーチと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

350 トコゼリー みかん
みかんと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

351 トコゼリー パイン
パインと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

354 スペイン産 オレンジはちみつ
肉料理の隠し味に!

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

818 米ぬか台所用 液体せっけん 本体
米ぬか脂肪酸とヤシ脂肪酸を組み合わせた手肌にやさしい液体石けん。

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

876 パックスナチュロン UVクリームR
合成紫外線吸収剤、合成界面活性剤を使わず、石けんで乳化したシンプルなクリーム。

888 かや生地折り重ね 台ふきん
1枚布のカヤ生地を8枚重ねに折り、ていねいに縫い上げた台ふきん。

7月はしゃぼん玉月間です
食器も衣類も、ふんわりやわらかな泡で洗い上げたい。かつ、環境や肌にもやさしかったら、なお嬉しい。

878 天然染髪料 ヘナ+木藍
ヘナの赤みを抑え黒っぽく染めたい方のための染髪料。

888 かや生地折り重ね 台ふきん
5枚組 665円(税込) 732円(通常税込)

876 パックスナチュロン UVクリームR
45g 1100円(税込) 1210円(通常税込) 1320円(通常税込)

876 パックスナチュロン UVクリームR
太陽油脂(神奈川県・横浜市)

788 安心生活洗濯用 液体石けん無香料 詰替用
米ぬかから取れたコメ脂肪酸を最大限配合(主原料ヤシ、コメ)した無香料タイプの植物性液体石けん。

790 安心生活洗濯用 液体石けん詰替用 1.8ℓ
溶けやすいヤシ、パーム脂肪酸にコメ脂肪酸を配合。溶け残りや衣類への付着の心配はありません。

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。

自家製酵母パン Le·Lourdes

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

※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 **レ・ルルド**
 Le·Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(食パン) 1斤
355 6枚
 270円(税込292円)

356 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

◎届いて1~2日 **レ・ルルド**
 Le·Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス
357 1斤 300円(税込324円)
 小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

◎届いて1~2日 **レ・ルルド**
 Le·Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤
358 8枚
 425円(税込459円)

359 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

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(レーズン食パンのみ)、塩

プレスオールターナティブのフルーツとナッツを使用 ※調理例

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

Le·Lourdes (神奈川県・中井町)
360 フルーツナッツ食パン(ノースライス)
 ◎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)
361 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

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

内麦小麦を使用した、朝食やおやつにぴったりのクロワッサン。

パネックス(長野県・伊那市)
363 内麦クロワッサン 10個
 ◎届いて1~2日 **小**
 10個 **580円(税込626円)**
 小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

飲料

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

◎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

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。

かわばた園(静岡県・静岡市)
719 上煎茶
 ◎180日 **前日OK!**
 100g **1670円(税込1804円)**
 茶葉(静岡県) [放]不検出<0.5<0.5

上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴です。普段用にも。農薬無散布。

かわばた園(静岡県・静岡市)
720 煎茶
 ◎180日 **前日OK!**
 100g **1000円(税込1080円)**
 茶葉(静岡県) [放]不検出<3.7<3.9

かわばた園(静岡県・静岡市)
364 粉末煎茶「風月茶」
 かわばた園の上煎茶を石臼で挽いた粉末のお茶です。お茶の葉全部を安心して飲みください。農薬無散布。
 ◎180日 **前日OK!**
 50g **845円(税込913円)**

煎茶をつくるとき、ふるいにかけて分けられた副産物。一番茶のみを使用。農薬無散布。

かわばた園(静岡県・静岡市)
721 くき茶
 ◎180日 **前日OK!**
 100g **740円(税込799円)**
 茶葉(静岡県) [放]不検出<0.3<0.4

秋に収穫したお茶を主体に、鉄釜で焙じたお茶です。香りが強く、味はさっぱりとしていて、特に食後におすすめします。農薬無散布。

かわばた園(静岡県・静岡市)
722 ほうじ茶
 ◎180日 **前日OK!**
 100g **740円(税込799円)**
 茶(静岡県) [放]不検出<0.4<0.5

◎イメージ

創健社(神奈川県・横浜市)
365 有機栽培緑茶(ペットボトル)
 長崎県佐々町で契約栽培された有機栽培茶葉使用。マイルドな旨みと深みのある香りです。ビタミンCは添加。
 500ml **140円(税込151円)** 通常税込162円

食物繊維を多く含む、ごぼうを生かした香ばしいお茶

小川生葉(徳島県・東みよし町)
734 国産ごぼう茶
 ◎180日 **前日OK!**
 1.5g×18 **480円(税込518円)**
 ごぼう(国内産)

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。
 ◎180日 **前日OK!**
 10g×5×8 **305円(税込329円)**
 大麦(国内産)

小川生葉(徳島県・東みよし町)
366 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。
 ◎180日 **前日OK!**
 8g×20 **580円(税込626円)**
 はと麦(栃木県、徳島県)

香り高いのでアイスティーがおすすめ
 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。

ランカスター(千葉県・千葉市)
367 アールグレイティー(ティーバッグ)
 ◎180日 **前日OK!**
 2g×20 **480円(税込518円)**
 紅茶(スリランカ)、香料(スリランカ)

ランカスター(千葉県・千葉市)
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。
 ◎180日 **前日OK!**
 2g×50 **320円(税込346円)**
 紅茶(スリランカ)

無農薬栽培のセイロン紅茶に、中国で桃の香りをつけています。

ランカスター(千葉県・千葉市)
368 ピーチティー(ティーバッグ)
 ◎180日 **前日OK!**
 2g×20 **490円(税込529円)**
 紅茶(スリランカ)、香料(中国)

要望品

ランカスター(千葉県・千葉市)
369 キャラメルティー(ティーバッグ)
 ◎180日 **前日OK!**
 2g×20 **490円(税込529円)** 通常税込540円

組合員さんからのクチコミ
 いつもありがとうございます。ランカスターのキャラメルティーが絶品でした! (つくば市:Nさん)

ランカスター(千葉県・千葉市)
734 国産ごぼう茶
 ◎180日 **前日OK!**
 1.5g×18 **480円(税込518円)**
 ごぼう(国内産)

日本生活協同組合連合会
754 CO ただの炭酸水 200ml
 ◎180日 **前日OK!**
 200ml×24 **1200円(税込1296円)** 通常税込1344円

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 **前日OK!**
 1ℓ **106円(税込114円)**
 紅茶(インドネシア)

ナガノドマド(長野県・松本市)
370 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の飲み切りサイズです。
 ◎150日 **前日OK!**
 125ml×3 **350円(税込378円)**
 りんご(国内産)

ナガノドマド(長野県・松本市)
371 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の飲み切りサイズです。
 ◎150日 **前日OK!**
 125ml×3 **440円(税込475円)**
 みかん(国内産)

ヤッホーブルーイング(長野県・佐久市)
373 よなよなエール 6本組
 エールモルトと最高級アロマホップから生まれた、コクと香りが特長のエールビール。
 ◎150日 **前日OK!**
 350ml **1488円(税込1638円)**

銀河高原ビール(岩手県・西和賀町)
759 1本
 ◎180日 **前日OK!**
 350ml **267円(税込294円)**
 小麦(ドイツ)

銀河高原ビール(岩手県・西和賀町)
374 6本組
 ◎180日 **前日OK!**
 350ml×6 **1602円(税込1764円)**
 小麦(ドイツ)

日本生活協同組合連合会
755 CO粉末レモネード
 ホットでもアイスでも、レモンのさわやかな風味を楽しむレモネード。広島県瀬戸田産のレモンを使用。
 ◎180日 **前日OK!**
 17g×10 **280円(税込302円)**
 レモン(広島県)

寺田本家(千葉県・神崎町)
372 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。糖が醸した甘みと乳酸菌の酸味が特長。
 ◎180日 **前日OK!**
 160g **324円(税込350円)**
 米(千葉県) [放]不検出<3.9<4.0

出羽三山の地下水を170mの深井戸からくみ上げました。くせない飲みやすいミネラルウォーターです。

日本生活協同組合連合会
756 CO月山の水2ℓ <<PET>>
 ◎180日 **前日OK!**
 2ℓ **125円(税込135円)**
 山形県 [放]不検出<0.5<0.5

韓国において古来飲まれてきた活性にこり酒風の、発泡性日本酒。アルコール度数8~9度。要冷蔵。

末廣酒造(福島県・会津美里町)
375 マッコリ風の酒「白」
 ◎180日 **前日OK!**
 720ml **950円(税込1045円)**
 米(国内産)

芳醇で旨味のある純米吟醸酒。純米酒よりもアルコールを抑えた軟らかな口当たりです。農薬不使用米。

寺田本家(千葉県・神崎町)
376 五人娘 純米吟醸酒
 ◎180日 **前日OK!**
 720ml **1750円(税込1925円)**
 米(茨城県) [放]不検出<3.4<4.3

芳醇で飲み応えがあります。酒本来のコクと味をお楽しみください。

寺田本家(千葉県・神崎町)
377 五人娘 純米酒 1800ml
 ◎180日 **前日OK!**
 1800ml **2650円(税込2915円)**
 米(茨城県) [放]不検出<4.1<3.9

今週のイチオシ!

今が旬 夏のバターは栄養価もアップ

夏に作られるバターは、フレッシュな青い牧草を食べて生み出す生乳が原料になります。そのため、冬に創られるものと比べてビタミンAの含有量が2倍も多く含まれます。このチャーンバターは、ゆっくりと時間をかけて作ることで、牛乳の持つまろやかさを引き出しています。



北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャーン(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。長期保存は冷凍で。北海道酪農公社(北海道:江別市)

378 北海道チャーンバター 2個組
 冷蔵(賞60日) 100g×2 **550円(税込594円)** 通常税込616円
 生乳(北海道)

とびきりおいしいフルーツソースで 今年の夏は贅沢なかき氷!

松永さんの奥さん、敬子さん手作りのフラッペジャムです。果肉感たっぷり、口の中に爽やかなやさしい甘さが広がります。かき氷やヨーグルト、パンケーキのソースに、炭酸水で割っても楽しめます。



原材料:キウイ(自園産)、ピーチグラニュー糖(北海道産)

379 松永さんのフラッペジャム(キウイ)
 230g **500円(税込540円)** 通常税込551円
 キウイ(静岡県)



果肉感を残したフルーツソース。

380 松永さんのフラッペジャム(いちご)
 230g **500円(税込540円)** 通常税込551円
 いちご(静岡県)

ふきの香りがふわっと広がる かえりちりめんの出汁が決め手

地元で農業・化学肥料を使わずに栽培したふきを使い、相性が良いかえりちりめんと一緒に丁寧に炊きました。口の中にふわっと広がるふきの香りもお楽しみください。



しらかがノラの会(山形県:白鷹町)

381 ふきのジャコ煮
 冷蔵(賞30日) 100g **330円(税込356円)**
 ふき(山形県)

ふきは、農業・化学肥料不使用で栽培したもので地元産(しらかが)です。ふきとの相性が良いかえりちりめんの旨さが決め手です。

今週のらくうまごはん♪ 全品特価

白身魚の旨味と野菜がマッチ

1食当り(税抜) **425円**

調理時間: 約5分 準備品: 油

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

食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ(群馬県:昭和村)

382 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬
 新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。
 冷蔵(賞届いて1~2日) 2人前(約375g) **850円(税込918円)** 通常税込1078円
 玉ねぎ(国内産)、シラ(長崎県)

海鮮のダシがきいてて美味

1食当り(税抜) **438円**

調理時間: 約6分 準備品: ごま油、白飯

セット内容: 海鮮の具、カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、タレ

食塩相当量: 1.80g

グリーンリーフ(群馬県:昭和村)

383 海鮮中華丼の具(醤油)
 新鮮な野菜と本格海鮮塩炒めソース、だし醤油タレが入った中華丼の具が作れるセットです。
 冷蔵(賞届いて1~2日) 2~3人前(約455g) **876円(税込946円)** 通常税込1134円
 キャベツ(国内産)、スルメイカ(青森県)

もちり麺がピリ辛スープに絡む

1食当り(税抜) **518円**

調理時間: 約6分 準備品: 油

セット内容: カット野菜(にら、人参)、麺×2袋、坦々の素、単品もやし、スープ

食塩相当量: 7.87g

グリーンリーフ(群馬県:昭和村)

384 半日分の野菜が摂れる担々麺
 新鮮な野菜とごまの風味たっぷりの担々の素に、もちり麺と濃厚なスープがセットになりました。
 冷蔵(賞届いて1~2日) 2人前(約490g) **1036円(税込1119円)** 通常税込1296円
 小麦粉(神奈川県)、にら(国内産)

タケノコと豚肉のハーモニー

1食当り(税抜) **412円**

調理時間: 約6分 準備品: 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ(群馬県:昭和村)

385 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。
 冷蔵(賞届いて2日) 2人前(約320g) **824円(税込890円)** 通常税込1037円
 玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

黒酢で味に深みをプラス

1食当り(税抜) **399円**

調理時間: 約6分 準備品: 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ(群馬県:昭和村)

386 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。
 冷蔵(賞届いて2日) 2人前(約410g) **798円(税込862円)** 通常税込1037円
 玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

注文書6ヶ欄に記載をお願いします

お米

・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。
 ・土づくりを心掛けた生産者さんたちが作っています。

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

ご飯1杯 **31円**

31円 菓子パン1つ(ごはん3.9杯)
 150円 ペットボトル1本(ごはん4.9杯)
 200円 カップラーメン1つ(ごはん6.5杯)

金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円で試算した場合です

鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励む水海道東町特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)。

お得な2袋組(白米5kg)は1ページ

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) 2kg 1630円(税込1760円)
502042 つや姫(玄米) 2kg 1565円(税込1690円)
502043 つや姫(胚芽精米) 2kg 1690円(税込1825円)
502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 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

雑穀ミートソース

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。

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。

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)。

ひんやり美味しい

※イメージ
 次回の飲料特集は8月4回

飲料・冷菓 特集



387 **オーガニックジンジャーエール**
 6本組
 ヒカサ食品 (徳島県・上板町)
 250ml × 6 **810円** (税 **876円**) 通常税込 **906円**
 しょうが (国内産)



388 **長野 大倉さんのりんごジュース**
 1ℓ **660円** (税 **713円**) 通常税込 **734円**
 りんご (長野県)



長野・大倉さんのりんごを搾りました。りんごの風味、味わいを楽しめるジュースです。

発酵カシスで 夏を元気に乗り切ろう!

日本の約7倍あるニュージーランドの強烈な紫外線にも負けず、アントシアニンを豊富に蓄えながら育ったカシスを日本の伝統技術でおいしい健康果実に仕上げました。酵母菌を、時間をかけて増殖・安定化させ、その天然酵母を使ってカシスを丸ごと長期醗酵熟成しています。余分な加工や添加物を加えていないので、カシス本来の味わいも楽しめます。



創健社 (神奈川県・横浜市) **おひさ**
392 **醗酵カシス(飲料)**
 1800ml **4980円** (税 **5378円**) 通常税込 **5724円**

水で4~5倍に希釈してお召し上がりください
 ニューージーランドの強烈な紫外線の中で育った果実、カシスをおいしい飲料にしました。このカシスにはポリフェノールがたっぷり含まれており、なかでもブルーベリーにはない2種類のアントシアニンを含有しています。

393 **カシス(飲料)**
 565ml **1850円** (税 **1998円**) 通常税込 **2041円**
 カシス (ニュージーランド)



394 **クリム仕立てよつ葉カフェオレ**
 200ml **140円** (税 **151円**) 通常税込 **162円**
 生乳 (北海道)



395 **クリム仕立てよつ葉ほうじ茶オレ**
 200ml **140円** (税 **151円**) 通常税込 **162円**
 生乳 (北海道)、ほうじ茶 (国内産)



396 **パオパオ杏仁の素**
 57g (賞味期限 30ヶ月) **845円** (税 **913円**) 通常税込 **923円**
 熟湯を注ぐだけで手軽に誰でも簡単にできる杏仁豆腐の素。おやつにももちろん食後のデザートにも。



397 **牛乳寒天 2個組**
 (70g × 3) × 2 **300円** (税 **324円**) 通常税込 **346円**
 生乳 (福島県)



398 **COフローズンヨーグルト 105ml × 3個**
 105ml × 3 **266円** (税 **287円**) 通常税込 **307円**
 牛乳 (国内産)



399 **チョコレートアイスクリーム**
 110ml **190円** (税 **205円**)
 生乳 (国内産)・カカオ (エクアドル他)



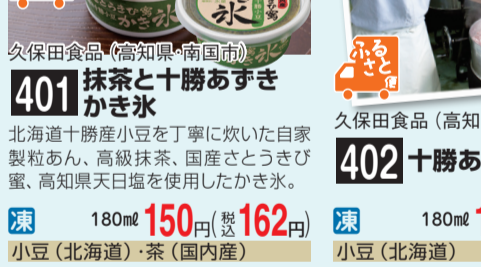
400 **ごまアイス**
 100ml **190円** (税 **205円**)
 生乳 (北海道)・ごま (ミャンマー、南米等)

秋川牧園 特集

「口に入るものは間違っはいけない」初代・秋川房太郎の言葉を胸に、今も健康・安全な食づくりを追究し続けています

405 **ミートボール**
 100g(約7個) **181円** (税 **195円**) 通常税込 **210円**
 鶏肉 (山口県、他)

406 **ささみハーブカツ**
 200g **384円** (税 **415円**) 通常税込 **445円**
 鶏肉 (山口県、他)



401 **抹茶と十勝あずきかき氷**
 180ml **150円** (税 **162円**)
 小豆 (北海道)・茶 (国内産)



402 **十勝あずきのかき氷**
 180ml **150円** (税 **162円**)
 小豆 (北海道)



403 **南国土佐のすももアイスキャンデー**
 80ml **160円** (税 **173円**)
 すもも (高知県)



404 **南国土佐のやまももアイスキャンデー**
 80ml **160円** (税 **173円**)
 やまもも (高知県)

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

- 冷凍品
- 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。

農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性を指します。

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

主原料原産地

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。地場農産物の消費をすすめます。