

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

2021年
上半期

みんなのお気に入り商品大集合

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8月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	7/26	27	28	29	30
定番品のお届け	8/2	3	4	5	6
特別企画品のお届け	8/9(月) 10(火) 11(水)				

From つくば市 木村農園

大玉で食べ応え抜群!
美味しさがギュッと詰まった旬のトマト

完熟させた大き目のトマトです。多少スレがあります。減農薬栽培。

11 木村さんの大玉トマト
500g **277円**(税込 **299円**)

茨城県

そのままがじりつくのもよし、漬物やサラダにも◎

サラダ、漬物、炒めものなどが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。

12 木村さんのきゅうり
3本 **165円**(税込 **178円**)

茨城県

とろ〜りとろける
まろやかな味わい

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

13 よつ葉シュレッドチーズ 2個組
ナチュラルチーズ(チェダー、モッツァレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。

冷蔵賞90日 乳 250g×2 **1096円**(税込 **1184円**) 通常税込 **1242円**
生乳(北海道)

酢の物、天ぷら、みそ汁etc...
アレンジ自在の万能食材

組合員さんからのクチコミ
あまり海藻を食べない私ですが、組合員さんにすすめられて購入。かけごはんをかけて食べてみたら、そんなよそこのもずくとはい比も味にならない美味しさで、心も身体も大満足です。

浜食(東京都・調布市)

14 洗いもずく 2個組
冷蔵賞10日 米 200g×2 **460円**(税込 **496円**) 通常税込 **518円**
もずく(沖縄県)

魚本来の味が感じられる
まるでかまぼこ!?なソーセージ

組合員さんからのクチコミ
「お魚ソーセージ」とても美味しかったので孫にも食べさせたいです。

山九水産(山口県・長門市)

15 お魚ソーセージ(3本入) 2袋
化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使った、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。

冷蔵賞90日 (40g×3)×2 **550円**(税込 **594円**) 通常税込 **644円**
魚肉(国内産)

みんなが大好きウインナー
増量パックでお届けします

焼き塩を使用しているので塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

16 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)
冷蔵賞10日 400g **680円**(税込 **734円**) 通常税込 **754円**
豚肉(国内産)

この時季
サッパリメニューにも♪

※イメージ
ローズポークの豚バラ焼肉用、ローズスライス焼肉用、モモスライス焼肉用をセットにしました。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

17 ローズポーク徳用焼肉セット
冷蔵賞6日 200g×3種 **1205円**(税込 **1301円**) 通常税込 **1318円**
茨城県

たっぷり使える
お徳用サイズ

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)

18 篠島産しらす干し 2個組
凍賞180日 70g×2 **560円**(税込 **604円**) 通常税込 **626円**
いわし稚魚(愛知県)

あると嬉しい10切
ボリュームパック!

※調理例
色々使える10切入り!

組合員さんからのクチコミ
ロシア産紅鮭切り身(10切)とっても嬉しいです。3人家族では量が多いかなと思いつつも注文しましたが、バター焼き、ホイル焼きで、すぐに食べてしまいました。

ロシア産の紅鮭を切り身にして10切パックにしました。バラ凍結。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

19 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切
凍賞180日 10切550g **1480円**(税込 **1598円**) 通常税込 **1663円**
紅鮭(ロシア)

やわらか食感で
食べやすい

皮をむいてカノコ目を入れ

組合員さんからのクチコミ
柔らかい。うまい。バター醤油で食べるのがお気に入り。いかに対して嫌なイメージがなかった息子も、このいかで人生が変わったかも(笑)驚いた顔で食べている姿に、美味しさを確信しました。

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。

タイセイフーズ(青森県・むつ市)

20 国産やわらかいかステーキカット
凍賞 3枚220g **465円**(税込 **502円**) 通常税込 **518円**
紫いか(青森県)

定番の一品!!
豆腐とたらすり身が一体になった、味わいある練り物

調理例
肉味噌あんかけにしても

そのままでも汁物や煮物にも!

組合員さんからのクチコミ
おとろふ揚げ、甘辛く煮て食べましたが、とても美味しいですね。冷凍できるのがいいです!!

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

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

凍賞180日 米大 5個175g **280円**(税込 **302円**) 通常税込 **319円**
すけそうら(北海道)

一度食べたらやみつき!
黒豚肉のコクのある美味しさ

ジュシーで味豊かな一品!

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

22 飛鳥の黒豚シューマイ 2パック
九州産の黒豚肉をたっぷり使用。ジュシーで味わい豊かな一品。蒸すかレンジで温めて。2パックでのお届け

凍賞120日 大小 12個180g×2 **722円**(税込 **780円**) 通常税込 **842円**
豚肉(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・静岡県産の原材料について、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
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] ¹³⁷Cs=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] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=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

今週のみのお楽しみ企画! 長野県、畑さん他が作る果実特集

あかつき白鳳

桃の王様とも呼ぶ声高い「白鳳」。甘みが強く酸味が少ないため、とろけるような甘みを感じることができます。



畑さん達 (長野県・小布施町)

23 桃(あかつき白鳳系)

畑ごとに状況を見極めながら管理し、毎年安定して美味しい桃をつくっています。約2~4玉入りです。減農薬栽培。

2~4玉約900g **1150円**(税込**1242円**)

長野県

外見と果肉はやや黄色。実はやや硬いですが、多汁の為ジューシーです。比較的日持ちがするので、贈答用にも便利です。



畑さん達 (長野県・小布施町)

24 スイートネクタリン

外皮はネクタリン、果肉は桃の新品種。熟すとその味は桃をものごとくいわれます。減農薬栽培。

約330g (2~4玉) **498円**(税込**538円**)

長野県

超希少 ワッサー



甘さ★★★
酸味★★
硬さやや硬め

What's ワッサークイーン?

外見は赤く、果肉は黄色いです。桃(白鳳)に比べてやや酸味はありますが、甘さもあるのでバランスが良いです。

清水さん達 (長野県・須坂市)

25 ワッサークイーン

果皮は桃、果肉はネクタリン。歯ごたえがあり、ため込み強い甘み特徴です。減農薬栽培。

約900g (3~5玉) **798円**(税込**862円**)

長野県

旬のメロンもシーズン最終です!



1玉

爽やかで清涼感のある甘みと香りが特徴です。



生産者: 川原さん

杉山さん達 (山形県・庄内市)

26 アンドレスメロン (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 **698円**(税込**754円**) 通常税込 **815円**

山形県 [放] 不検出 <3.5 <3.3



生産者: 佐藤さん

佐藤さん達 (山形県・庄内市)

27 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 **940円**(税込**1015円**) 通常税込 **1091円**

山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.2



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

29 dadachyamame

庄内地方では枝豆の最高峰です。昔から作られてきた在来の品種で、味わい深い豆です。農薬無散布。

250g **480円**(税込**518円**) 通常税込 **529円**

山形県 [放] 不検出 <2.3 <2.9



森下さん、辰巳さん達 (和歌山県・奈良県)

28 桃(白鳳・嶺鳳・なつっこ)

白鳳、嶺鳳(れいほう)、なつっこのいずれかが入ります。どれも甘味が乗り最適な時期にお届け。減農薬栽培。

2玉(450g以上) **698円**(税込**754円**)

和歌山県、奈良県



西尾農園 (山梨県・南アルプス市)

30 すももミックス

単体では企画出来ないほどの重しが採れないすももをミックスしてお届けする、お楽しみ企画です。減農薬栽培。

約500g **798円**(税込**862円**)

山梨県



西尾農園 (山梨県・南アルプス市)

31 すもも (サマービュート)

少し大きめの果実。甘みと酸味がちょうど良い品種です。減農薬栽培。

約500g **798円**(税込**862円**)

山梨県



セズプリインターナショナルジャパン (東京都)

32 キウイフルーツ (グリーン)

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。

3個入り **399円**(税込**431円**)

ニュージーランド



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

33 パナナ

小規模農家が集まったインカパナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。

約450~600g **310円**(税込**335円**)

ペルー (トゥンベス地域)



作本さん達 (熊本県・熊本市)

34 大葉

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。

10枚 **145円**(税込**157円**)

熊本県



木村農園 (茨城県・つくば市)

35 木村さんの赤しそ (枝付)

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。

300g **170円**(税込**184円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.4



大紀コブファーム・しょうが生産者グループ (奈良県)

36 しょうが

爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。

100g **165円**(税込**178円**)

高知県



とさやま開発公社 (高知県・高知市)

37 みょうが

この香りで夏を実感。季節を感じる事ができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。

50g **205円**(税込**221円**)

高知県



榎谷さん達 (熊本県)

38 にんにく

ホワイト種より外皮は紫が掛かっています。味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。

約100g **220円**(税込**238円**)

熊本県



竹村さん (茨城県・かすみがうら市)

39 竹村さんのにんにく

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。

300g **580円**(税込**626円**)

茨城県



イバラキ食品 (茨城県・石岡市)

40 もやし

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

250g **52円**(税込**56円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



中村さん達 (群馬県・長野原町)

41 レタス

高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。減農薬栽培。

1玉 **210円**(税込**227円**)

群馬県 [放] 不検出 <3.6 <3.8



中村さん達 (群馬県・長野原町)

42 サニーレタス

サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がり下さい。減農薬栽培。

1玉 **184円**(税込**199円**)

群馬県 [放] 不検出 <2.7 <3.1



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

43 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



井上さん (埼玉県・美里町)

44 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。減農薬栽培。

1個 **310円**(税込**335円**)

埼玉県 [放] 不検出 <3.6 <3.5



上野さん達 (栃木県・上三川町)

407 ニラ

栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農薬無散布。

1束(約100g) **115円**(税込**124円**)

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



あゆみの会・篠塚さん達 (千葉県・香取市)

45 ミニトマト

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



木村農園 (茨城県・つくば市)

46 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



木村さんの大玉トマトは P1 11、

長島さんのトマトは P3 56

にて掲載しています

200g **220円**(税込**238円**)

茨城県



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

47 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



原さん達 (群馬県・東吾妻町)

48 小松菜

ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農薬無散布。

1束(250g) **230円**(税込**248円**)

群馬県



木村農園 (茨城県・つくば市)

49 木村さんのモロヘイヤ

エジプト原産でぬっとした粘りが特長の、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 **154円**(税込**166円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



権沢さん (群馬県・前橋市)

50 つる菜

クセや苦みが少なく、シャキッとした食感です。熱湯にて4~5分ゆで、冷水にひたすと一層美味しく召し上がれます。減農薬栽培。

200g **192円**(税込**207円**)

群馬県



木村農園 (茨城県・つくば市)

51 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**(税込**168円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



土れ味農園・天池さん (茨城県・石岡市)

52 天池さんのオクラ

食物繊維が豊富で夏バテ防止にも。さっと茹でてかつおぶし醤油でどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。

100g **220円**(税込**238円**)

茨城県



土れ味農園・天池さん (茨城県・石岡市)

53 天池さんの甘とう美人

肉質が柔らかく風味豊かです。辛さはほとんどなく、丸ごと炒め物や天ぷらに。農薬無散布・化学肥料不使用。

120g **220円**(税込**238円**)

茨城県



木村農園 (茨城県・つくば市)

54 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**(税込**168円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



徳弘さん (北海道県・富良野市)

55 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**(税込**189円**)

北海道

みんなのお気に入り商品!

組合員さんからの
クチコミ

長島さんのトマト、風味がとても良かったです。長島さんのにんじくも野菜炒めに使ったらとても美味しく出来上がりました。香りもまろやかというか、良い香りだと思います。(利根町: Iさん)

組合員さんからの
クチコミ

「黒さんご」のファンです。以前はきゅうりのウマイ・マスイなんであまり考えたことはありませんでしたが、これは格別です。今年もよろしく。(龍ヶ崎市: Iさん)

組合員さんからの
クチコミ

シャキシャキとした感触が美味しいです。いつも鮮度が良く安心して購入しています。茹でて軽く刻み、マヨネーズをつけたり、辛子和えて食べています。(龍ヶ崎市: Mさん)

組合員さんからの
クチコミ

稲葉さんたちのなす5本、とても立派で美味しくありがたうございました!とても美味しかったです!(松戸市: Tさん)



無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

56 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



無農薬

土れ味農園(茨城県・石岡市)

57 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みがありますが、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



無農薬

からし醤油で
どうぞ

おきたま興農舎・丹野さん達(山形県・高畠町)

58 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



稲葉さん達(茨城県・結城市)

59 なす

少し遅く定植し、晩秋まで収穫する作型。気温差が大きくなるにつれ、実の糖度が増えてきます。減農薬栽培。

5本 **280円**(税込**302円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9



無農薬

60 天池さんの白なす

皮の色が白や淡い緑色のなす。肉質は柔らかく加熱するとトロトロになります。農薬無散布・化学肥料不使用。

1~2本 **260円**(税込**281円**)
茨城県



無農薬

シーズン初
一夜漬けが
おすすめ

61 薄皮丸茄子

皮は濃い紫色で薄く、漬けるとパリッと歯ざわりが良いのが特長。通常のなすと同様にご利用いただけます。農薬無散布。

400g **389円**(税込**420円**)
山形県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



夏は揚げたしがおすすすめ

62 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**(税込**175円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2



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**(税込**167円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



64 枝豆

品種は「湯あがり娘」他。枝から外した状態でお届けします。減農薬・無化学肥料栽培。

約200g **410円**(税込**443円**)
山形県



65 天池さんのテーブルビーツ

食べる輸血と言われるほど、栄養価が高い野菜。サラダやスープにしてください。農薬無散布・化学肥料不使用。

400g **340円**(税込**367円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.6 <4.4



煮込み料理でトロトロ甘く♪

66 キャベツ

うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農薬に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。

1玉 **220円**(税込**238円**)
群馬県 [放] 不検出 <0.3 <0.3



無農薬

67 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**(税込**205円**)
千葉県、群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



無農薬

68 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**(税込**238円**)
茨城県



炒め物にもどうぞ♪

69 長ねぎ

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

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



※できるだけ葉付きでお届けします

70 大根

自家製堆肥を使い、なるべく農薬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 **198円**(税込**214円**)
群馬県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



切ってサラダに、ずってどろろにも◎

71 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



ホクホクした口当たりと甘み♪

72 かぼちゃ(カット)

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。

600g前後 **420円**(税込**454円**)
栃木県



無農薬

73 500g

上村さん達(青森県・おいらせ町) 人参(洗い)

500g **205円**(税込**221円**)
青森県



無農薬

74 1kg

浅野さん(茨城県・常総市) じゃがいも

1kg **380円**(税込**410円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



加熱すると甘味があります

75 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をお届けします。農薬無散布・化学肥料不使用。

800g **205円**(税込**221円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.8



From 北海道 サラダ白玉ねぎ

76 サラダ白玉ねぎ

まごころの里・吉田さん達(北海道・栗山町) 真っ白い品種の玉ねぎ。甘みがあり、さっと水に通すだけで食べられます。減農薬栽培。

500g **250円**(税込**270円**)
北海道



シーズン初



77 1kg

298円(税込**322円**)

78 3kg 830円(税込**896円**)
栃木県



きのこ

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



82 えのき茸

200g **208円**(税込**225円**)

83 ブラウンえのき茸 200g **218円**(税込**235円**)
長野県



84 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



85 ホワイトマッシュルーム

床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌剤は使わず熱殺菌です。

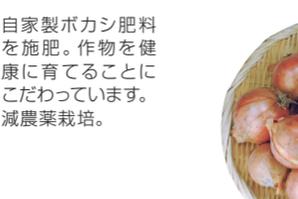
100g **248円**(税込**268円**)
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



86 安田さんのなめこ

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

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



79 1kg

310円(税込**335円**)

80 3kg 888円(税込**959円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1



87 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



88 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**(税込**270円**)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



89 A品

100g **210円**(税込**227円**)

200g **225円**(税込**243円**)
茨城県



90 B品

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

100g **210円**(税込**227円**)
茨城県



最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市) 飯泉さんの生しいたけ

100g **210円**(税込**227円**)
茨城県

畑そのままに 2021年 新規契約者募集中です!

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

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
し〇をつけて、注文書と一緒に提出ください。

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

みんなのお気に入り商品!

水産品

ぜひおためしください!

い方はぜひ!

今週は、組合員さんにご覧いただき、お魚惣菜が勢ぞろい! まだ食べたことがない方はぜひ!



特

組合員さんからのクチコミ

さっぱりとしたたらに、バジルとオリーブオイルがうまくなじんでいて美味しい。たらがイタリアンのようにおしゃれな美味しさに大変身して、子供からの評判も◎

千倉水産加工販売(宮城県・女川市) 4切

91 真だらバジルオリーブ

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 **480円**(税込) **518円**(通常税込) **538円**(通常税込)

真だら(北海道)

特

組合員さんからのクチコミ

揚げ物が苦手な私でも少しの油でカリッと仕上がって美味しかったです。甘カカレーパウダーを少しかけたら、子供たちも喜んで食べました!

東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 10切

92 徳用かじき切身

インドネシア船籍のまぐろ延縄船で漁獲し船内で急速凍結したばしょうかじきを国内で切身加工しました。

凍 180日

10切500g **899円**(税込) **971円**(通常税込) **1026円**(通常税込)

ばしょうかじき(インドネシア)

特

組合員さんからのクチコミ

油がのって、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。

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 2枚入

93 あぶり焼しめさば

三枚におろして骨を取り、一晚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 米 大 小

2枚180g **480円**(税込) **518円**(通常税込) **538円**(通常税込)

さば(国内産)

特

組合員さんからのクチコミ

龍馬たたき、これはすごい! ごちそうだよ! 欠かさずに注文してね(主人・談)

ハマヤ(高知県・高知市)

94 豪焼き鯉タタキ「龍馬タタキ」

一本釣りの脂のりの良い鯉を、四万十川流域の稲藁を使ってあぶりました。別添の無添加たれ付き。

凍 60日 米 大 小

300g、たれ15g、天日塩6g **1380円**(税込) **1490円**(通常税込) **1598円**(通常税込)

かつお(三陸東沖太平洋)

特

組合員さんからのクチコミ

揚げ物が苦手な私でも少しの油でカリッと仕上がって美味しかったです。甘カカレーパウダーを少しかけたら、子供たちも喜んで食べました!

鹿児島産阿久根漁港に水揚げされたきびなごを、高鮮度のまま油で揚げてく

やまた水産(鹿児島県・阿久根市)

95 生から作ったきびなごフライ

きびなご(鹿児島県)

凍 米 大 小

180g **298円**(税込) **322円**(通常税込) **346円**(通常税込)

特

組合員さんからのクチコミ

根室産のさんまをそぼろ風に味付けしました。そのままご飯にかけて。お弁当にもどうぞ。

平庄商店(北海道・根室市)

96 さんまぼろぼろ

孫がさんまぼろぼろの大ファンです。心待ちしております。

凍 180日 米 大 小

110g **280円**(税込) **302円**(通常税込) **322円**(通常税込)

さんま(北海道)

特

凍ったまま加熱してください

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

97 国内産冷凍あさり(増量)

熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し若干の熱処理後、凍結しました。

凍 30日

200g+20g **386円**(税込) **417円**(通常税込)

あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

特

大粒です!

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

99 宍道湖産大粒しじみ(冷凍)

宍道湖で水揚げした大粒のやまとしじみを砂抜きしそのまま急速凍結。大粒です。

凍 30日

180g **498円**(税込) **538円**(通常税込)

しじみ(島根県)

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 7~12尾

100 子持ちからふとししゃも

ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率が高く、大き目サイズのものをお届けします。

凍 180日

7~12尾150g **298円**(税込) **322円**(通常税込) **346円**(通常税込)

からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

特

中村海産(富山県・氷見市)

101 氷見産まいわしみりん干し

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晩漬込みました。

凍 180日 米 大 小

80g **330円**(税込) **356円**(通常税込)

まいわし(富山県)

特

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

102 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**(通常税込)

真あじ(国内産)

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 4~6枚

103 北海道産ソフト身欠にしん

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り、大根おろしを添えても。

凍

4~6枚200g **390円**(税込) **421円**(通常税込)

にしん(北海道)

特

高木商店(千葉県・南房総市)

104 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**(通常税込)

真ほっけ(北海道)

特

東北トクスイ(東京都・中央区) 2切

105 銀だら黒糖みりん漬け

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**(通常税込)

銀だら(アメリカ)

特

東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 3切

106 金華さば醤油漬け

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) **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**(通常税込)

さば(宮城県)

特

札幌中一(北海道・札幌市)

107 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**(通常税込)

たら(北海道)

特

札幌中一(北海道・札幌市)

108 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、昆布だて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 **570円**(税込) **616円**(通常税込)

秋鮭(北海道)

特

札幌中一(北海道・札幌市)

109 サーモンバジルオリーブ

北海道沖で漁獲され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 **488円**(税込) **527円**(通常税込)

秋鮭(北海道)

特

千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

110 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすいく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**(通常税込)

紅鮭(ロシア)

特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 中辛

111 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

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

凍 180日

2切140g **380円**(税込) **410円**(通常税込)

紅鮭(ロシア)

特

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

112 まぐろカブト肉切身

DHAが豊富なめばちまぐろ頭部の肉です。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**(通常税込)

めばちまぐろ(太平洋)

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 8~11枚

113 相馬のおんちゃまセット

相馬の「おんちゃま」とは、相馬の方言でおじさんの意味です。

センシン食品(宮城県・名取市)

凍 90~180日

3~5種詰合せ **1450円**(税込) **1566円**(通常税込) **1598円**(通常税込)

旬の地魚(三陸、常磐)

特

千倉水産加工販売(宮城県・女川市)

114 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。

丸友しまか(岩手県・宮古市)

凍 60日

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

旬の魚(岩手県)

特

組合員さんからのクチコミ

「ねばうま」すごく美味しいです。市販の松前漬はしょっぱすぎず、あまり好きではないのですが、「ねばうま」は塩分もちょうどよく、するめいかが「お刺身?」と思うほどやわらかくて、高級感があります。

センシン食品(宮城県・名取市)

117 「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 小

100g **438円**(税込) **473円**(通常税込)

するめいか(北海道)

特

札幌中一(北海道・札幌市)

118 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**(通常税込)

真あじ(千葉県) [放]不検出<3.9<3.9

特

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、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。

凍 30日

約80g×3 **646円**(税込) **698円**(通常税込)

ぶり(九州近海)

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 8~11枚

115 天然寒ぶり切身

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

116 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 **298円**(税込) **322円**(通常税込)

真いわし(千葉県) [放]不検出<3.3<3.5

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 7~16枚

119 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**(通常税込)

さんま(北海道)

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 7~16枚

120 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**(通常税込)

さんま(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、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。

美味しい海鮮の丼



まぐろの漬け丼!
マストミ (徳島県・徳島市)
121 まぐろ漬け丼用 (ピンチョウマグロ)
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 小
80g×2 **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **540円**
ピンチョウマグロ (太平洋)



雄武産 ほたて貝柱 (生食用)
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
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 賞30日
5~7粒 約100g **588円**(税込 **635円**) 通常税込 **646円**
ほたて貝柱 (北海道)



冷凍・ミスダコボイル (刺身用)
丸友しまか (岩手県・宮古市)
岩手県宮古に水揚げされたミス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 賞60日
150g **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **562円**
ミスダコ (岩手県沖) 【放】不検出 <0.4 <0.3

パパッと簡単! フライパンですぐできる!



ゴマたっぷり!
つかさ食品 (千葉県・南房総市)
124 フライパンで簡単! さんま照りゴマ
北海道産のさんまを蒲焼のタレに漬け込み、小麦粉とゴマをまぶしました。お弁当にも、夕食の一品にも。
凍 賞180日 米大 小
6~7個 160g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **443円**
さんま (北海道)



パリッとした焼き上がり! 鮭&チーズのいいコンビ!
千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)
125 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 賞180日 乳小
150g (6個) **380円**(税込 **410円**) 通常税込 **430円**
秋鮭 (北海道)



4種野菜のおさかなつくね
大新 (鳥取県・境港市)
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 小
330g(つくね10個 卵米40g×2) **418円**(税込 **451円**) 通常税込 **473円**
あじ (国内産)



シーフード やきそばに
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
127 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 米
180g **420円**(税込 **454円**)
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)



めばちまぐろ 切り落としスライス
マストミ (徳島県・徳島市)
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)



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 賞180日
100g **528円**(税込 **570円**)
いか (北海道)



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)
ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬け、パスタの具材などに。
凍 賞180日
55g+15g **368円**(税込 **397円**)
すけそうだらの卵 (ロシア)



島香さんのたこ甘酢漬け
丸友しまか (岩手県・宮古市)
岩手県沖で漁獲したミス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 賞60日 米
105g **480円**(税込 **518円**)
ミスダコ (岩手県沖) 【放】不検出 <4.2 <4.3



篠島産釜揚げしらす
ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市中)
篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げにしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。
凍 賞180日
70g **280円**(税込 **302円**) 通常税込 **313円**
いわし稚魚 (愛知県)



天然むきエビ(特大)
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
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、現地工場ですばやく凍結しました。スパゲティ、ピラフ、かき揚げなどにどうぞ。
凍 賞180日 米
160g **548円**(税込 **592円**)
えび (マレーシア)



三陸産するめいか つぼ抜き
共和水産 (岩手県・宮古市)
三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してつぼ抜きにしました。炒め物、煮物などに。
凍 賞180日 米
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



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、「冷燻方式」で仕上げました。
凍 賞180日
40g×2 **480円**(税込 **518円**)
秋鮭 (北海道)



ほたてしぐれ煮
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
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 賞30日 米大 小 約100g **418円**(税込 **451円**)
ほたて貝柱 (北海道)



うなぎ蒲焼 70g×2
大黒淡水 (静岡県・焼津市)
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30日 米大 小
70g×2 たい山椒村 **1880円**(税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**
うなぎ (愛知県)



とれとれあじ たたき身
大新 (鳥取県・境港市)
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

瓶の口いっぱい! 身が詰まっています!

生から作ったいわしフライ
千倉水産加工販売 (千葉県・南房総市)
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30日 米大 小
5~6枚280g **398円**(税込 **430円**)
真いわし (国内産)

湯煎で出来立ての味
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
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 賞30日 米大 小 約100g **418円**(税込 **451円**)
ほたて貝柱 (北海道)

うなぎ蒲焼 70g×2
大黒淡水 (静岡県・焼津市)
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30日 米大 小
70g×2 たい山椒村 **1880円**(税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**
うなぎ (愛知県)

とれとれあじ たたき身
大新 (鳥取県・境港市)
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

とれとれあじ たたき身
大新 (鳥取県・境港市)
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

夏だけのお楽しみ
冷奴にのせたり、刻んで
ご飯に混ぜてもおいしい

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。



35 赤しそ



59 なす



12 きゅうり

しば漬け

- ◆材料(4人分)
野菜(なす、きゅうり、みょうがなど) 500g
塩 10g(野菜の2%)
赤しそ 40枚
みりん 11g
酢 大1と1/2



刻んで、じゃこなどと一緒にご飯にも

- ◆作り方
① なすは縦に8等分、きゅうりは縦3等分にしてから斜め切り、みょうがは縦に8等分にします。
② ①に塩をふり、重石をして半日ほど置く。
③ 赤しそは葉に塩をふり、水分が出たら軽く絞る、みりん、酢を混ぜる。
④ ②の水分を軽く捨て、③を混ぜて重石をする。1日経てば食べられる。

切り取ってご利用ください

夏のお友だち
紹介キャンペーン

2021年
8月31日(火)
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!



常総カレーセット
セット内容
カカロールウ
小袋めくみちゃん
つくば西鶏モモ
Present
ネージュのアイス

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!





富士ピクル酢使用の絶品!

鶏肉のピクルスマリネ焼き

◆材料
鶏むね肉 1枚
ピクルスの残り液... 50cc~100cc
(鶏むね肉がひたる量)
塩..... 小さじ1
こしょう..... 少々

◆作り方
① 鶏むね肉は、両面に塩、こしょうを擦り込み、そのまま15分程置いて、なじませる。
② ジッパー付き保存袋でピクルスを漬け終えた残り液の中に、下ごしらえした鶏むね肉を入れ、袋の空気を抜いてジッパーを閉じる。
③ 冷蔵庫で1日寝かせる。(塩味が入り、ピクルス液の効果で肉がやわらかくなります)
④ 鶏むね肉を袋から取り出し水気をふく。フライパンに油を引き、皮目をこんがり焼いたらひっくり返し中弱火で蓋をしてじっくり火をとす。
⑤ 焼きあがったら少し休ませ、食べやすい大きさに切り分ける。

参考 ピクルスの残り液

富士ピクル酢で、生野菜やゆでたまごを漬けた残り液のこと。ジッパー付き保存袋を使って、材料の1/3量の富士ピクル酢で漬けておきます。野菜の栄養分がピクルス液に溶け出してとても美味しいので、その残り液を利用したレシピです。

ムネ肉 豆知識



むね肉は、もも肉に比べると低カロリーにもかかわらず、たんぱく質が100gあたり22.3gともも肉の18.8gよりも多く含まれています。たんぱく質の摂取は筋肉の増加につながります。

ありあわせの野菜を
一晩漬けるだけ

純米富士酢をベースに、粗糖、塩、ドライトマト、香辛料を加えたピクルスの素。お好みの野菜を漬けるだけ。



飯尾醸造(京都府・宮津市)

307 富士ピクル酢

360ml **560円**(税込**605円**) 通常税込**626円**
米(京都府)

130円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

141 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180日
300g **360円**(税込**389円**) 通常税込**400円**
茨城県

豚、鶏、牛、売れ筋商品!



212円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

142 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薄くスライスしました。厚さ1mm。

冷 賞届いて3日
250g **490円**(税込**529円**) 通常税込**535円**
茨城県



173円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

143 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い。

凍 賞180日
300g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**
茨城県



301円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

144 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**) 通常税込**491円**
福岡県、大分県

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。



225円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

145 ローズポーク パラスライス

脂身の少ない、味の濃い部位です。厚さ3~3.5mm。

冷 賞6日
250g **520円**(税込**562円**)
茨城県



167円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

146 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。厚さ3mm。

冷 賞6日
300g **465円**(税込**502円**)
茨城県



369円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

147 ローズポーク ヒレブロック

脂のほとんどない部位です。

冷 賞6日
250g **855円**(税込**923円**)
茨城県



139円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

148 ローズポーク 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷 賞6日
200g×2 **515円**(税込**556円**)
茨城県



142円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

149 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です。

冷 賞6日
150g×2 **395円**(税込**427円**)
茨城県

167円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

150 ローズポーク 挽肉

赤身率は8割です。

凍 賞30日
300g **465円**(税込**502円**)
茨城県

255円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

151 中津豚 肩ローススライス

脂身が適度に入り旨みがあります。厚さ3mm。

冷 賞4日
200g **471円**(税込**509円**)
神奈川県

243円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

152 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 賞4日
400g **900円**(税込**972円**)
神奈川県

297円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

153 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。厚さ1cm。

冷 賞4日
2枚200g **549円**(税込**593円**)
神奈川県

190円/100g

たっぷり使える徳用サイズ!

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。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

154 中津豚小間切(徳用)

冷 賞4日
500g **880円**(税込**950円**) 通常税込**961円**
神奈川県

241円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

155 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 賞4日
200g **445円**(税込**481円**)
神奈川県

232円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

156 中津豚モモスライス

脂身の少ない赤身の多い部位。厚さ3mm。

冷 賞4日
200g **430円**(税込**464円**)
神奈川県

195円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

157 中津豚小間切

各部位から集めています。

冷 賞4日
200g **360円**(税込**389円**)
神奈川県

215円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

158 中津豚ごま生姜焼き用(味噌)

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。并に、野菜を加えて炒めても。

冷 賞5日 米大
200g **397円**(税込**429円**) 通常税込**440円**
豚肉(神奈川県)

195円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

159 中津もつスタミナ焼き(味噌味)

自社農場の豚のもつを、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 賞120日 米大
200g **361円**(税込**390円**)
豚もつ(神奈川県)

192円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

160 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。

冷 賞4日
200g **355円**(税込**383円**)
神奈川県

176円/100g

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

161 豚挽肉(バラ凍結)

赤身率8割です。

凍 賞90日
400g **650円**(税込**702円**)
茨城県

鶏肉

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

202円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

162 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。

凍 賞180日
300g **560円**(税込**605円**)
茨城県

142円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

163 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日
400g **525円**(税込**567円**)
茨城県

142円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

164 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍 賞180日
400g **525円**(税込**567円**)
茨城県

212円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

165 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 賞180日
250g **490円**(税込**529円**)
茨城県

212円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

166 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 賞180日
250g **490円**(税込**529円**)
茨城県

104円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

167 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 賞180日
250g **240円**(税込**259円**)
茨城県

143円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

168 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 賞180日
500g **660円**(税込**713円**)
茨城県

牛肉

・坊津黒牛(鹿児島)：鹿児島県坊津地区の榎木さん、草野さん、波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)

169 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用170g×2

モモ肉をすき焼き用にスライスしました。

凍 賞30日
モモ170g×2 **1770円**(税込**1912円**)
鹿児島県

畜産加工品おすすめ商品!

445円/100g



170 鹿児島 坊津黒 牛切り落とし
炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。
凍 賞30日
170g **700円**(税込 **756円**)
鹿児島県

354円/100g



171 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 **655円**(税込 **707円**)
茨城県

216円/100g



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 **400円**(税込 **432円**)
福岡県、大分県



175 鎌倉 あらびきウインナー×3
無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。
冷 賞15日
85g×3 **498円**(税込 **538円**)
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <4.5



176 鎌倉 ポンレスハム×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 **430円**(税込 **464円**)
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9



177 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、卵でとろろ。
凍 賞180日 米大 小
130g(鶏肉40g×2) **260円**(税込 **280円**)
鶏肉(茨城県)

畜産加工品

- 発色剤、結着剤、保存料、化学調味料不使用です。
- リン酸塩による増量もしていません。



173 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) [放] 不検出 <3.7 <3.8



174 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 **340円**(税込 **367円**)
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2



176 鎌倉 ポンレスハム×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 **430円**(税込 **464円**)
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9



177 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、卵でとろろ。
凍 賞180日 米大 小
130g(鶏肉40g×2) **260円**(税込 **280円**)
鶏肉(茨城県)



178 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



179 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)



180 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)



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



182 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てあります。
冷 賞7日
100g **398円**(税込 **430円**)
豚肉(神奈川県)



183 中津 ショルダーベーコン スライス
豚肉、塩、香辛料のみを使用したポークショルダーを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。
冷 賞7日
100g **380円**(税込 **410円**)
豚肉(神奈川県)



184 中津 もつ煮込み (味噌味)
中津自社工場で健康に育った豚の腸のみを、特製味噌で煮込みました。お好きな具材を足してどうぞ。
冷 賞24日 米大 小
250g **361円**(税込 **390円**)
豚モツ(神奈川県) [放] 不検出 <4.2 <3.7



185 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 賞120日 米大 小
200g **324円**(税込 **350円**)
豚レバー(神奈川県)



186 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て衣をつけて揚げました。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)



187 中津 肉団子 (甘酢タレ)
中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美味しく、安心できる肉団子です。
冷 賞24日 米大 小
240g(9個入) **417円**(税込 **450円**)
豚肉(神奈川県)



188 中津 サラミ ソーセージ
原材料は豚肉、牛肉、海塩、粗糖、香辛料。国産チップでじっくりスモークしました。お好みの厚さに切って、ピザやおつまみにどうぞ。
凍 賞180日
100g **537円**(税込 **580円**)
豚肉(神奈川県)



189 鎌倉 串ざし フランクフルト2袋
豚肉、塩、香辛料のみを使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。
冷 賞10日
(40g×5)×2 **740円**(税込 **799円**)
豚肉(国内産)



184 中津 もつ煮込み (味噌味)
中津自社工場で健康に育った豚の腸のみを、特製味噌で煮込みました。お好きな具材を足してどうぞ。
冷 賞24日 米大 小
250g **361円**(税込 **390円**)
豚モツ(神奈川県) [放] 不検出 <4.2 <3.7

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。



暑い季節におすすめ フローズンヨーグルト

材料
ヨーグルト(プレーン) 250g
みかん缶 1/2缶
卵白 2個分
レモン汁 大1
砂糖 40~50g
塩 少々

作り方
① みかん缶は小さく切って汁をきき、ヨーグルトに混ぜる。
② 卵白は塩を少々を入れてかたく泡立て、砂糖を3回くらいに分けて加える。
③ ①に②を加え混ぜ、レモン汁を少々合わせる。
④ 流し箱に流し入れ、冷蔵庫で凍らせる。途中2~3回フォークでかき混ぜ、4~5時間、グラスによそい、ミントを飾る。

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

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、口当たりに違和感なく、なめらかでやさしい味です。

石岡 鈴木牧場ヨーグルト

190 プレーン
400g **361円**(税込 **390円**)

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



192 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレ
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



石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

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

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



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

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。

9 サツラク低脂肪牛乳
冷 賞15日 乳
500ml **146円**(税込 **158円**)
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

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

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

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

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。

3 1ℓ 302円(税込 **326円**)
10 500ml 178円(税込 **192円**)
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

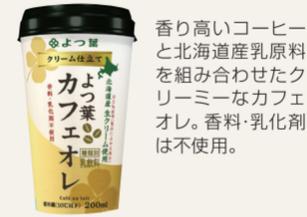
契約者、募集中です!
有機農業の循環の中から産まれた卵です

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)

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
6個 **330円**(税込 **356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

前回好評!



よつ葉乳業 (北海道・音更町)
195 クリーム仕立て
よつ葉カフェオレ
冷 賞120日 乳
200ml **150円**(税込**162円**)
生乳(北海道)

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
196 クリーム仕立て
よつ葉ほうじ茶オレ
冷 賞120日 乳
200ml **150円**(税込**162円**)
生乳(北海道)、ほうじ茶(国内産)



茨城乳業 (茨城県・石岡市)
205 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 賞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

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
206 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 賞180日 乳
90g **415円**(税込**448円**)
生乳(北海道)



冷 賞届いて4日 大
丸和食品 (東京都・練馬区)
210 ミニもめん豆腐
150g×2 **180円**(税込**194円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2

使い切り少量パック
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 賞届いて4日 大
丸和食品 (東京都・練馬区)
211 ミニきめ豆腐
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)
215 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 賞届いて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)
216 味付うの花料理
冷 賞30日 米 大 小
150g **260円**(税込**281円**)
大豆(国内産)



JAやさと (茨城県・石岡市)
219 八郷小粒納豆3連
(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。
冷 賞7日 米 大 小
35g×3 **148円**(税込**160円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<4.2<4.2

JAやさと (茨城県・石岡市)
220 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 賞7日 大
40g×3 **140円**(税込**151円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.4<3.0

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。
- 麵・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)
225 生芋あく抜き
こんにゃく
昔ながらの缶蒸し製法で作りました。こんにゃくです。
冷 賞90日
220g **140円**(税込**151円**)
こんにゃく芋(国内産) [放] 不検出<3.5<3.9

よつ葉乳業 (北海道・音更町)
197 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 賞届いて12日前後 乳
400g **230円**(税込**248円**)
生乳(北海道) [放] 不検出<3.3<3.3



酪王乳業 (福島県・郡山市)
201 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
冷 賞19日 乳
180ml×2 **256円**(税込**276円**)
生乳(福島県)

ホリ乳業 (石川県・金沢市)
198 腸内活性
ヨーグルメイト(プレーン)
ホリ牧場で搾乳した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。
冷 賞21日 乳
380g **550円**(税込**594円**)
生乳(石川県) [放] 不検出<4.0<4.0



酪王乳業 (福島県・郡山市)
202 5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
冷 賞19日 乳
180ml×5 **630円**(税込**680円**)
生乳(福島県) [放] 不検出<3.7<4.5

ホリ乳業 (石川県・金沢市)
199 腸内活性
ヨーグルメイト(加糖)
ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。
冷 賞21日 乳
90g×3 **465円**(税込**502円**)
生乳(石川県) [放] 不検出<4.0<4.0



日本生活協同組合連合会
203 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 賞15日 乳
65ml×10 **178円**(税込**192円**)

サツラク農協 (北海道・札幌市)
200 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 賞18日 乳
80g×3 **212円**(税込**229円**)
生乳(北海道) [放] 不検出<3.9<3.1



モンテール (東京都・足立区) 4個入
204 牛乳と卵の
デザートワッフル
自家製カスタードクリームとホイップクリームのミックスを、ワッフルで包みました。
冷 賞届いて4日 卵 乳 大 小
4個 **227円**(税込**245円**)
[放] 不検出<3.4<3.6



丸和
16ページの
「丸和食品特集」も
ぜひご覧ください!
丸和食品 福業社長



丸和食品 (東京都・練馬区)
208 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。
冷 賞届いて4日 大
300g **176円**(税込**190円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)
209 きめ豆腐
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。
冷 賞届いて4日 大
300g **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2

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)
212 有機国産大豆 寄せ豆腐
冷 賞届いて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)
213 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 賞届いて6日 大
3枚 **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.5<1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)
214 手揚げ油揚げ
国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚で丁寧に手揚げした油揚げ。
冷 賞届いて3日 大
2枚 **220円**(税込**238円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.6<1.7

料理の素材に重宝します
※調理例(五目豆)
丸和食品 (東京都・練馬区)
217 水煮大豆
冷 賞21日 大
200g **240円**(税込**259円**)
大豆(国内産)

国産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。
丸和食品 (東京都・練馬区)
218 生おから
冷 賞30日 大
200g **157円**(税込**170円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.3<1.3

長期保存出来て便利!
おからポテト
丸和食品 (東京都・練馬区)
218 生おから
冷 賞30日 大
200g **157円**(税込**170円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.3<1.3

水府納豆 (茨城県・常陸太田市)
221 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 賞10日 米 大 小
40g×2 **100円**(税込**108円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<2.9<3.7

登喜和食品 (東京都・府中市)
223 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。
冷 賞9日 米 大 小
40g×2 **172円**(税込**186円**)
大豆(北海道)

登喜和食品 (東京都・府中市)
224 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。
冷 賞30日 米 大
100g **265円**(税込**286円**)
大豆(北海道)

鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
226 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、歯切れと味しみの良い白滝です。
冷 賞90日
180g **140円**(税込**151円**)
こんにゃく芋(国内産) [放] 不検出<3.6<3.6

市川食品 (群馬県・高崎市)
227 青のり入りさしみこんにゃく
2袋
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。
冷 賞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

浜食 (東京都・調布市)
228 味付太もすく
沖縄県の伊平屋島で収穫された本もすくを、純米酢や丸大豆醤油等でさっぱりと味付けしました。
冷 賞15日 米 大 小
200g **285円**(税込**308円**)
もすく(沖縄県)

白鷹の自然の恵みをわかちあう



ふきの香りとかえりちりめんの出汁が旨さの決め手です
ふきは、農業・化学肥料不使用で栽培したもので地元産(しらたか)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。

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)
229 ふきのジャコ煮

冷蔵 賞30日 米 100g **330円**(税込**356円**)
ふき (山形県)

ピリッとした辛さがやみつきに
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。



しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

230 ピリカラ胡瓜

冷蔵 賞30日 大 小 100g **280円**(税込**302円**)
きゅうり (山形県) [放] 不検出 <2.9 <3.3



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。

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

231 鶏五目ご飯の素

冷蔵 賞30日 大 小 170g(3合用) **380円**(税込**410円**)
鶏肉 (山形県) [放] 不検出 <3.5 <3.4

海は山の恋人 明浜の豊かな海の贈り物

宇和海に山から流れ出る豊かな水は、わかめの生育に必要な栄養素を豊富に含んでいます。また、農薬の使用を抑えた柑橘栽培をすることで海の環境が変わったことは無茶々園の生産者も肌で感じています。

無茶々園では、次の世代にそんな豊かな海を残していくため、海の緑化活動としてわかめの養殖を行っています。わかめなど海藻類を植えることでプランクトンが増え、それを餌とする小魚も増えて海が豊かになっていくのです。



無茶々園 (愛媛県・西予市)
232 無茶々園のわかめ (塩蔵)

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

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



無茶々園 (愛媛県・西予市)
233 無茶々園のちりめん (宇和海産)

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

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



金子製麺 (神奈川県・中井町)
234 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)



金子製麺 (神奈川県・中井町)
235 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)



共生食品 (神奈川県・相模原市)
236 内麦焼そば (ソース無)

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

冷蔵 賞6日 卵 小 150g×3 **197円**(税込**213円**)
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)
237 卵豆腐

遺伝子組換えでない飼料を使用した養鶏卵。調味料も国内産原料使用。

冷蔵 賞12日 卵米 大 小 120g×2 **290円**(税込**313円**)
卵 (徳島県)



たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)
238 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)



菊田商店 (東京都・練馬区)
239 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コシを残した仕上げ。

冷蔵 賞90日 米 120g **320円**(税込**346円**)
青えんどう豆 (北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)
240 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。

冷蔵 賞90日 米 120g **320円**(税込**346円**)
紫花豆 (北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)
241 煮豆 金時豆

北海道十勝産の大正金時豆を使用。直火炊きで軟らかさの中にも豆のコシを残して歯ごたえよく仕上げました。

冷蔵 賞90日 米 150g **260円**(税込**281円**)
大正金時豆 (北海道)



仁徳 (千葉県・船橋市)
242 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)



12 木村さんのきゅうりを使って 手作りオイキムチ!

やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けし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。

やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)

247 マイルド薬念醬(キムチの素)

冷蔵 賞45日 米 200g **498円**(税込**538円**)
唐辛子 (中国)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)
243 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。

冷蔵 賞90日 80g **170円**(税込**184円**)
生姜 (高知県)



三里塚物産 (千葉県・成田市)
244 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。

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



まるしょう (石川県・小松市)
245 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。

冷蔵 賞10日 米 150g **250円**(税込**270円**)
大根・きゅうり・パプリカ (国内産)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)
246 白菜キムチ「頂」

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

冷蔵 賞14日 米 大 小 300g **498円**(税込**538円**)
白菜 (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。



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
248 長崎 彩り莖わかめ天

具材に枝豆、莖わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。

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



具材に枝豆、莖わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。

具材に枝豆、莖わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。

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



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
249 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 大 小 2枚130g **398円**(税込**430円**)
桜えび (台湾)、いか (タイ・ベトナム、国内産)、青しそ (国内産)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
250 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 米 大 小 2枚100g **260円**(税込**281円**)
雑魚 (長崎県)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)
251 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)

高橋徳治商店 こだわりの練り物



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
252 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。

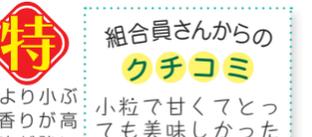
凍 賞180日 卵 米 8枚136g **320円**(税込**346円**)
小魚すり身 (宮城県)、タラすり身 (北海道) [放] 不検出 <3.7 <3.9



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
253 冷凍ちや豆

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 賞180日 大 200g **352円**(税込**380円**)
ちや豆 (国内産)



組合員さんからのクチコミ

小粒で甘くてとっても美味しかったです。高橋商店さんが心を込めて製造してくださったのです。是非また取り扱ってください。

冷蔵 賞180日 大 200g **352円**(税込**380円**)
ちや豆 (国内産)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)
254 お好みさつま揚げ

北海道のすけそうだら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。

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)
255 ごろごろ茶豆ちぎり揚

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

凍 賞180日 米 大 100g **329円**(税込**355円**)
茶豆 (国内産)・すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市) 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ます。

凍 賞180日 米 大 100g **329円**(税込**355円**)
茶豆 (国内産)・すけそうだら (北海道)

凍 賞180日 米 大 100g **329円**(税込**355円**)
茶豆 (国内産)・すけそうだら (北海道)

冷凍食品

・化学調味料は不使用です。
・原材料の素性がわかる。
何より「家庭での手作り」に近いものが基本です。



256 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。

サラダやまぐろ丼に
257 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。

みんなのお気に入り商品!

お得な14本入り!
人気です
260 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。

おやつに
ちょうどいい大きさ
261 飛鳥の手作りミニ肉まん
国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。

かき揚げや練り物等、
トッピングで楽しめる!
262 わかめどっさりうどん
国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鰹、昆布ダシの関西風つゆで。

258 とりがらスープ
秋川牧園(山口県・山口市)
5袋250g 417円(税込450円)

定期的に取り扱うが、または次回がいつなのかを覚えてください(健康維持のために)

259 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。

258 とりがらスープ
5袋250g 417円(税込450円)

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。

259 COとろろ芋(大和芋入り)40g×4袋入
40g×4袋 306円(税込330円)

260 国産原料にこだわったお徳用春巻
14本入り 398円(税込430円)

261 飛鳥の手作りミニ肉まん
5個250g 389円(税込420円)

262 わかめどっさりうどん
2食556g 341円(税込368円)

263 鶏のから揚げ
無投葉の神山人鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかくジューシーな唐揚げ。

264 マグロの塩麹竜田
塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの竜田揚げ。

265 とり天
スティック状にカットした柔らかいムネ肉の天ぷら。

266 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。

266 白えびかきあげ
160g(2枚入) 504円(税込544円)

267 ピリ辛チキンバー
持ちやすく食べやすい大きさのスティック状チキンバー。

268 チキンナゲット
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もピッタリ。

269 甘酢のやわらかチキン南蛮
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。

270 黒豚ポテトコロケ
じゃがいも(北海道)、豚肉(鹿児島県)

271 北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ
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ッケ。

271 北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ
40g×6 398円(税込430円)

272 芋棒(紅はるか)
国内産さつまいもの紅はるかを使ったスティック状の大学芋。

273 ごまボテ
さつまいも(国内産紅はるか)を程よい甘さに味付け。

274 鶏の塩麹漬け
ムネ肉を塩麹に漬け、軟らかさと旨味を引き出しました。

275 マム 海老とオーガニックペンネのグラタン
オーガニックペンネマカロニと天然海老を入れホワイトソースで仕上げました。

275 マム 海老とオーガニックペンネのグラタン
170g×2 550円(税込594円)

本格中華

276 飛鳥の黒豚肉の焼き餃子
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。

277 トクスイ餃子
豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りました。

278 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。

279 しそさっぱり餃子
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。

280 黒酢の酢豚
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。

281 パリッと本格春巻(国産きくらげ入)
きくらげなど国内産原料にこだわった中華あん。

282 フライパンでキーマ春巻
豚肉、玉葱、トマトピューレ、スパイスを使った本格キーマカレーを春巻に。

283 飛鳥の手作り帆立シューマイ
帆立をたっぷり加えたジューシーでコクのある味わい。

284 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。

285 野菜で仕上げる回鍋肉
コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。

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)

286 冷凍うどん

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

凍 200g×3玉 412円(税込445円) 小麦粉(国内産)

自然解凍OKなので冷やうどしたままでも



ニッキー (神奈川県・大和市) 8個入

290 ミニたい焼き (ずんだあん)

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

凍 8個272g 435円(税込470円) 小麦粉(国内産)・枝豆(タイ)



ポラスター (石川県・白山市) 8切入

287 太巻寿司

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

凍 8切300g 446円(税込482円) 米(国内産)

自然解凍して常温で、冷やして食べてもさっぱり頂けます



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

291 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。

凍 5切 474円(税込512円) 鶏卵(国内産)



大進食品 (神奈川県・横浜市)

288 阿波鶏のあんかけ唐揚げ お惣菜プレート

徳島県ブランドの阿波すだち鶏の唐揚げ、茄子の揚げ、ひじきと大豆の煮物、青菜とちりめんお浸しをセット

凍 250g 700円(税込756円) 鶏肉(徳島県)

半解凍でおいしく召上がれます



日本生活協同組合連合会

292 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 150g 176円(税込190円) マンゴー(ベトナム)



ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 5個入

289 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。加工濃粉:全体の0.6%

凍 5個575g 787円(税込850円) 米(国内産)、鶏肉(国内産)

たっぷり使える2パック



小林さん(長野県・高山村)

293 冷凍ブルーベリー 2パック

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

凍 110g×2 694円(税込750円) ブルーベリー(長野県)



毎日のスープ1杯で 腸内環境を整えて

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

温野菜デ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。

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。半解凍で小分け後、再凍結可。

プレマラボ(東京都・中央区) 豆汁グルト 凍 1個 450g 1200円(税込1296円) 295 4個セット 450g×4個 4320円(税込4666円) 大豆(北海道)

ネージュのアイス



北海道のよつ葉牛乳をベースによつ葉生クリーム、蜜糖、秋川牧園の卵白だけのシンプルなアイスクリーム。

ネージュ(大阪府・八尾市) 296 450ml 450ml 728円(税込786円) 297 (小) 120ml 120ml 215円(税込232円) 牛乳(北海道)

ネージュキャンデー一番人気!



よつ葉牛乳、静岡の無農薬緑茶、十勝産あずきなど原料にこだわって作った宇治金時キャンデーです。

ネージュ(大阪府・八尾市) 298 宇治金時バー 65cc×6 565円(税込610円) 小豆(北海道)

海はいのち



青い海(沖縄県・糸満市) 303 粗びき塩胡椒(詰替え用) 平釜でじっくり煮詰めた沖縄の海水塩と香味豊かなホワイト&ブラックペッパーの粗びきをブレンド。

304 常総寒仕込みしょうゆ(生) 360ml 440円(税込475円) 大豆(茨城県)

食事にお酢を取り入れて、夏バテ予防に



ピクルス液のレシピ



芽吹き屋



岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 300 芽吹き屋 よもぎ大福 4個220g 332円(税込359円) よもぎ(国内産)

新 特 216g(12個入) 417円(税込450円) 米(国内産)

ツヤ・コシに特徴がある国産米を磨き製粉した上新粉で作った生地できちんととろりと滴るみたらシラを包みました。

食品調味料

常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さしすせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。

通常の砂糖と同じようにお使い下さい

アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋) 508 粗精糖(自然派style) 1kg 340円(税込367円) さとうきび(鹿児島)

様々なお料理に、便利なふんまつタイプです

沖縄波照間島で採れたさとうきびのみを使用した作られた粉末黒糖です。 302 波照間島 特産黒糖ふんまつ 200g 290円(税込313円)

海はいのち

513 につぼんの海塩 500g 250円(税込270円) 海水(長崎県)

青い海

303 粗びき塩胡椒(詰替え用) 150g 460円(税込497円) 塩(沖縄県)、胡椒(マレーシア)

お刺身に

石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原料:大豆、小麦、食塩 ※アルコール添加はしてありません。

お刺身やお寿司に最適

丸大豆醤油を塩水のかわりに用いた再仕込み醤油。濃厚な味わいが特長。

藤巻商店(千葉県・印西市) 305 味噌「母ごころ」(中辛) 750g 510円(税込551円) 大豆(国内産)

伊藤商店(愛知県・武豊町) 306 傳右衛門 生みそ(豆) 500g 800円(税込864円) 大豆(国内産)

ありあわせの野菜を一晩漬けるだけ

純米富士酢をベースに、粗糖、塩、ドライマト、香辛料を加えたピクルスの素。お好みの野菜を漬けるだけ。

ピクルス液を手作りで

国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。

マリオさんのペッパーがパッケージリニューアルしました!

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 308 ペッパー 黒ホール 20g 350円(税込378円) 黒こしょう(スリランカ)

無茶々園(愛媛県・西予市) 309 無茶々園鷹の爪 7g 240円(税込259円) 唐辛子(愛媛県)

飲むだけでなくお料理にも

鶏の唐揚げのたれ

水で5~8倍に薄めてお飲みください

無農薬栽培の玄米100%使用。米酢に比べ、アミノ酸を多く含みます。料理はもちろん、飲用としても。

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。

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市) 522 食菜酢 360ml 490円(税込529円) 米(国産)

みんなのお気に入り商品!

ごく少量の使用で簡単に旨味を引き立てます! 小さじ1杯なら、140杯分も♪

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。

大和川酒造店 (福島県・喜多方市)

501 料理酒「蔵の素」
(契約栽培米使用)

米 (福島県) 720ml **990円** (税込 **1089円**)
【放】不検出 <3.8 <3.4



酒類

2年間熟成大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただし素。

前日OK!

529 金箔春夏秋冬だしの素

大豆 (国内産、アメリカ、カナダ) 1g **910円** (税込 **983円**)

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

前日OK!

544 ゆず醤油 かけぼん

ゆず (国内産) 400ml **400円** (税込 **432円**)

組合員さんからのクチコミ
なんにでもかけて美味しく!
餃子によく合います。

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。

前日OK!

533 マヨネーズ

なたね (オーストラリア) 500g **368円** (税込 **397円**)

前日OK!

ユニオンソー (栃木県・日光市)

534 あらごし 完熟ケチャップ

完熟トマトの甘みを活かして、酢・玉ねぎ・スパイスなどをバランスよく配合したトマトケチャップです。
トマト (国内産) 300g **380円** (税込 **410円**)

たっぷりの生玉ねぎの風味に、醤油のコク。生にこだわったドレッシングです。

前日OK!

546 CO野菜たっぷり和風ドレッシング500

500ml **440円** (税込 **475円**)

やまなし (徳島県・藍住町)

前日OK!

311 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。
玉ねぎ (国内産) 330ml **430円** (税込 **464円**)

炒め物、煮込み料理、焼きそば、シュウマイに

前日OK!

312 オイスターソース

国産カキエキスで作りました。料理にコクとうま味を加えます。少量で料理素材のあじを引き立てます。
カキ (国内産) 145g **410円** (税込 **443円**)

常総生協オリジナル
組合員が意見を出しあい、使用原料のどこと品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレック状のカレー。牛脂は和牛生脂肪使用。

前日OK!

655 甘口カレールー 150g **290円** (税込 **313円**)

656 中辛カレールー 150g **300円** (税込 **324円**)

浅漬けやお茶漬け!

塩昆布と梅干しのお茶漬け

前日OK!

313 徳用塩昆布

昆布 (北海道) 75g **530円** (税込 **572円**)

日本生活協同組合連合会

前日OK!

507 CO本みりん

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。
もち米 (タイ、他) 1ℓ **390円** (税込 **429円**)

米澤製油 (埼玉県・熊谷市)

前日OK!

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搾りの油。天ぷらの揚げ油としてもコシが強く、繰り返し使えます。
なたね (オーストラリア) 1400g **900円** (税込 **972円**)

料理に風味を持たせます。

前日OK!

550 ごま油

胡麻 (ナイジェリア、他) 450g **990円** (税込 **1069円**)

フライ物にかけたり、お好み焼やたこ焼きのソースにも

前日OK!

537 国産野菜果実とんかつレストランソース

国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のビネガーを使用。
200ml **370円** (税込 **400円**)

化学調味料無添加

前日OK!

314 麻婆なすのたれ (2~3人前×2袋)

しょうゆと味噌のコクと風味豊かな味わいに、ほんのりとした辛みで、お子様でも美味しく食べられます。
たれ90g×2袋 **220円** (税込 **238円**)

2人前×2袋

前日OK!

315 おばあちゃんの油なすのたれ

炒めたなすにからめるだけで、手軽に一品が完成します。好みにピーマンを加えて。
100g×2 **220円** (税込 **238円**)

伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

前日OK!

573 だしパック

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。
8g×18 **440円** (税込 **475円**)

まるげん (静岡県・静岡市)

前日OK!

569 いわし削りぶし

九州産のカタクチイワシの煮干しを削りぶしにしました。旨味、コクのあるだしがとれます。
いわし (国内産) 60g **240円** (税込 **259円**)

日本生活協同組合連合会

前日OK!

710 CO瀬戸内海産食べる煮干 50g

瀬戸内産の小魚を100%使用。カルシウム豊富な、まるごと食べられる煮干です。原材料: 片口いわし、食塩
片口いわし (瀬戸内海) 50g **183円** (税込 **198円**)

焼いていないので、繊維がしっかり残っています。海苔の食感がいいです!

前日OK!

585 素干しばらのり

のり (熊本県) 6g **330円** (税込 **356円**)

麺類の薬味や汁ものに入れて♪

前日OK!

316 島原手延べそうめん

九州産小麦粉を100%使用。島原伝統の手延べ技法で丁寧に仕上げ、炭蔵の熟成庫でねかせました。
250g(5束) **290円** (税込 **313円**)

主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。

前日OK!

317 生おろしわさび

本わさび (長野県) 40g **370円** (税込 **400円**)

カナダ産オーガニックからしを使用。香料、着色料、酸味料、乳化剤不使用。

前日OK!

318 練りからし

からし (カナダ) 40g **330円** (税込 **356円**)

黒ごまの香りが生きています

前日OK!

319 練り胡麻・黒

軽く炒り上げた黒胡麻を、粒子の細かいクリーム状にしました。皮を剥かずにペースト状にしています。
黒胡麻 (ミャンマー) 240g **630円** (税込 **680円**)

白ごまの香りが生きています

前日OK!

320 練り胡麻・白

苦味が出ないように軽く炒り上げた白胡麻を皮を剥かずにすり潰しペースト状にしました。和え物や胡麻だれに。
白胡麻 (グアテマラ) 240g **646円** (税込 **698円**)

川光商事 (東京都・中央区)

前日OK!

321 玉三本葛

山野に自生する葛の根から採取し、精製した本葛粉です。きめが細かく、素材の旨みを生かします。
70g **480円** (税込 **518円**)

日本製粉 (富山県・砺波市)

前日OK!

632 パーミセリ神戸 (1.4mm)

デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。ゆで時間約4分。
300g×2 **235円** (税込 **254円**)

栄養満点 P11のピクル酢につけるだけ!
豆のピクルス



手作りのピクルス液でも!

青大豆はたっぷりの水に一晩漬けて、あくを取りながらかためにゆでてから、ピクルス液につける。
平黒大豆は、洗って水けをきる。フライパンで焦がさないように弱火で15分くらい煎って、粗熱を取ってからピクルス液につける。
2020年は、豆が不作で、状態のいいものほとんどありませんでしたが、2019年産の青大豆、平黒大豆がたくさんあります。

限定180個

前日OK!

322 青大豆

岩手県産の青大豆。きな粉は菓子用に使われます。ひたし豆などに。
300g **630円** (税込 **680円**)

2019年産

前日OK!

323 平黒大豆

岩手県産の平黒大豆。きな粉は菓子用に使われます。ひたし豆などに。
300g **670円** (税込 **724円**)

組合員さんからのクチコミ

前日OK!

671 COみかん缶 (295g)×3

国産の温州みかんを使用。ライトシラップにし、みかんそのものおいしさを生かしています。
295g×3 **758円** (税込 **819円**)

夏のひんやりおやつ

川光商事 (東京都・中央区)

前日OK!

324 玉三 極上白玉粉

新湯産水稲もち米の粉。冷菓作りに。
200g **350円** (税込 **378円**)

日本生活協同組合連合会

前日OK!

670 CO フルーツみつ豆 205g×3P

寒天、黄桃、りんご、みかん、さくらんぼ、赤えんどうが入っています。あずきやアイスクリームを添えて。
205g×3 **450円** (税込 **486円**)

冷やっこのお供に
業界では不可欠とされる酸化防止剤、増粘剤不使用。

長野森林組合 (長野県・長野市)

前日OK!

600 うす塩えのき茸

えのき茸 (長野県) 215g **298円** (税込 **322円**)

限定180個

前日OK!

681 銚子産いわし しょうゆ味

まいわし (銚子沖) [放]不検出 <3.3 <3.9

2019年産

前日OK!

681 銚子産いわし しょうゆ味

脂のりのよい銚子産のまいわしを厳選し、入正醤油(千葉県)で煮ました。
200g **290円** (税込 **313円**)

甘さひかえめ、国産です!

前日OK!

325 黒みつ

川光物産 (東京都・中央区) 150g **235円** (税込 **254円**)

限定180個

前日OK!

681 銚子産いわし しょうゆ味

脂のりのよい銚子産のまいわしを厳選し、入正醤油(千葉県)で煮ました。
200g **290円** (税込 **313円**)

菓子ページ みんなのお気に入り商品!

菓子

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

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

ノンフライのビスケットです

327 ミレービスケット (ノンフライ)
 原材料:小麦粉(国内産)、三温糖、ショートニング(パーム)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重炭酸アンモニウム)
 前日OK!
 100g **175円**(税込**189円**)
 小麦粉(国内産)

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・重炭酸アンモニウム)
326 ミレービスケット
 前日OK!
 150g **220円**(税込**238円**)
 小麦(国内産) [放]不検出<3.8<4.0

686 ごぼう スナック
 原材料:馬鈴薯澱粉、米油、乾燥ごぼう、粗糖、食塩、白すりごま、黒いりごま、発酵調味料、錠剤粉末、ハトムギ粉末、小麦胚芽、酵母エキス
 前日OK!
 55g **175円**(税込**189円**)
 ごぼう(国内産)

328 アーモンドじゃこ 2個組
 原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま
 前日OK!
 (7g×5)×2 **390円**(税込**422円**) 通常税込**432円**
 片口いわし(日本近海)

329 きらず揚げ しお
 原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)
 前日OK!
 160g **265円**(税込**286円**) 通常税込**292円**
 小麦(国内産) [放]不検出<4.1<4.3

330 ポテトチップス しお味 2袋
 国内産のじゃがいもを植物油でパリッとフライし、さっぱりと塩で味つけしました。
 前日OK!
 60g×2 **276円**(税込**298円**) 通常税込**320円**
 じゃがいも(国内産)

331 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。
 前日OK!
 6枚 **140円**(税込**151円**) 通常税込**162円**
 小麦(オーストラリア、アメリカ、日本、カナダ)

332 大豆チップス しお味
 原材料:大豆(遺伝子組換えでない)、植物油(米油)、食塩
 前日OK!
 50g **210円**(税込**227円**)
 大豆(国内産)

333 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
 前日OK!
 50g **210円**(税込**227円**)
 大豆(国内産)

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(紅藍色素、パプリカ色素)
 前日OK!
 50g **175円**(税込**189円**)
 馬鈴薯(国内産) [放]不検出<3.9<3.4

711 匠の味 焼カシュー
 原材料:インド産カシューナッツ、米粉、小麦粉、ビートグラニュー糖、醤油、唐辛子
 前日OK!
 85g **375円**(税込**405円**)
 カシューナッツ(インド)

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、醱酵調味料、醱酵調味液、カツオブシエキス
 前日OK!
 125g **350円**(税込**378円**)
 米(国内産) [放]不検出<4.2<4.2

334 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)
 前日OK!
 100g **185円**(税込**200円**)
 小麦(国内産) [放]不検出<4.0<3.2

335 牛乳かりんとう
 原材料:国産小麦粉、牛乳、三温糖、米油、加糖練乳、水飴、イースト、塩
 前日OK!
 125g **190円**(税込**205円**)
 小麦(国内産) [放]不検出<3.5<4.5

336 オートミール
 オーガニック(有機栽培)のオーツ麦を脱穀し、蒸してから平たくのばして乾燥させました。
 前日OK!
 230g **380円**(税込**410円**)
 オートミール(アメリカ)

337 麩菓子 (国産原料100%)
 すべての原材料を国産100%にこだわりました。原材料:黒糖、小麦たん白(グルテン)、小麦粉
 前日OK!
 12本 **170円**(税込**184円**)
 黒糖(沖縄県) [放]不検出<3.5<3.5

338 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。素朴な味わいのお菓子です。
 前日OK!
 105g **105円**(税込**113円**)
 さつまいも(国内産)

339 珈琲キャラメル
 ミルク風味のキャラメル生地に、香り高い有機珈琲を加え、甘さ控えめに仕上げました。
 前日OK!
 140g **280円**(税込**302円**)
 コーヒー(コロンビア)

340 梅エキス飴
 原材料:砂糖、水飴、黒糖、梅肉エキス
 前日OK!
 80g **265円**(税込**286円**)
 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

夏のデザート! 「トコゼリー」

341 トコゼリー みかん
 国産の天草、みかんと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。
 前日OK!
 130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
 天草(国内産)

342 トコゼリー ピーチ
 国産の天草、ピーチと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。
 前日OK!
 130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
 天草(国内産)

343 トコゼリー バイン
 国産の天草、バインと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。
 前日OK!
 130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
 天草(国内産)

344 トコゼリー ぶどう
 国産の天草、ぶどうと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。
 前日OK!
 130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
 天草(国内産)

345 トコゼリー 甘夏
 国産の天草、甘夏と数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。
 前日OK!
 130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
 甘夏(愛媛県)

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

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。溶け残りの心配なし。
 前日OK!
 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
 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。
 前日OK!
 1.8ℓ **700円**(税込**770円**)

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。
 前日OK!
 500g **420円**(税込**462円**)

842 パックス ソルティーはみがき
 塩のちからで歯周炎(歯槽膿漏・歯肉炎)を予防して歯ぐきを健やかに保つ、塩入り石けんはみがき。
 前日OK!
 120g **390円**(税込**429円**)

人やペットに優しい天然成分

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。大青よりも濃く染まり黒茶に近い状態になります。
 前日OK!
 100g **1500円**(税込**1650円**)
 ヘナ(インド)

898 花束吸収名人 キッチンペーパー
 組合員から回収した牛乳パックが原料。吸水性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。
 前日OK!
 100w×3箱 **390円**(税込**429円**)

888 かや生地折り重ね台ふきん
 1枚布のかや生地を8枚重ねに折り、ていねいに縫い上げた台ふきん。吸水性、水切れ抜群です。
 前日OK!
 5枚組 **665円**(税込**732円**)

346 COわが家のかけいぼ
 費目を自由に決定でき、家計簿を初めてつける方も使いやすく、自分流で楽しみながら帳簿できます。
 前日OK!
 1冊 **378円**(税込**416円**)

347 CO生協の家計簿
 日付書き込み式なのでいつからでも使えて便利! 全国の組合員の英知を集め1977年に開発されたロングヒット商品。月や日を自分で自由に書き込みます。
 前日OK!
 1冊 **400円**(税込**440円**)

348 菊花せんこう
 昔から使われている除虫菊が主原料。殺虫力は弱いですが忌避効果があり、人体にもやさしい線香です。
 前日OK!
 30巻(線香立員付) **950円**(税込**1045円**)
 除虫菊(中国)

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

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

パン・ド・ミ(食パン) 1斤 (賞届いて1~2日)

349 6枚 **270円(税292円)**

350 8枚 **270円(税292円)**

351 ノースライス **260円(税281円)**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



※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。

賞届いて1~2日

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

352 8枚 **425円(税459円)**

353 ノースライス **415円(税448円)**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

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

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

354 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス

賞届いて1~2日

1斤 **300円(税324円)**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

プレスオールタニオタイプのフルーツとナッツを使用

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

355 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

賞届いて1~2日

1斤 **616円(税665円)**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

356 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

賞届いて1~2日

3個 **300円(税324円)**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<3.9<3.9

Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

357 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

賞届いて1~2日

3個 **300円(税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)

358 内麦クロワッサン

賞45日 卵乳米大小

10個 **610円(税659円)**

小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

ハッコウ食品(千葉県・千葉市)

359 国産全粒粉プチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

凍 賞180日

約40g×5 **415円(税448円)**

小麦(国内産)

ハッコウ食品(千葉県・千葉市)

360 ブリュッセルワッフル

原材料:小麦粉、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料

凍 賞180日 卵乳米大小

約65g×6 **595円(税643円)** 通常税込653円

小麦(カナダ、他)

地元の店 いばらきベーグル

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

361 プレーンベーグル

原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母

凍 賞30日 米小

1個 **167円(税180円)**

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

362 全粒粉ベーグル

原材料:小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母

凍 賞30日 米小

1個 **194円(税210円)**

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

パンと一緒に

大紀コブファーム(奈良県・五條市)

363 完熟梅ジャム

完熟の南高梅をビートグラニュー糖とこんにやく粉で炊き上げました。トーストやヨーグルトに。

賞60日 150g **410円(税443円)**

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

ますだ(千葉県・八街市)

609 香るピーナツクリーム(スイートタイプ)

落花生100%のピーナツクリーム(加糖タイプ)です。

賞180日 香

230g **720円(税778円)** 通常税込799円

落花生(千葉県) [放]不検出<4.1<4.2

サトウカエデの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメープルシロップ。上品な甘みと香りがあります。

Citadelle Maple Syrup Producer's Cooperatives

556 メープルシロップアンバー

250g **850円(税918円)**

楓樹液(カナダ)

パンの耳で、メープルラスク

北海道スイートコーシ

味日本(広島県・広島市)

645 国産野菜入りコーンポタージュスープ

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

乳小

104.4g(17.4g×6袋) **440円(税475円)** 通常税込486円

どうもろこし(北海道)

北海道スイートコーシ

味日本(広島県・広島市)

645 国産野菜入りコーンポタージュスープ

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

乳小

104.4g(17.4g×6袋) **440円(税475円)** 通常税込486円

どうもろこし(北海道)

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

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

364 童仙房茶舗有機煎茶

有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。

100g **700円(税756円)**

緑茶(京都府)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

365 童仙房茶舗有機上煎茶

有機栽培の宇治煎茶の一番茶のみを使用した煎茶です。新芽の中からさらに厳選した逸品です。

100g **1100円(税1188円)**

緑茶(京都府)

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

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

366 童仙房茶舗宇治有機ほうじ茶

120g **550円(税594円)**

緑茶(京都府)

常陸屋本舗(東京都・江東区)

727 六条麦茶ティーパック

国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎り上げた、まろやかな味の麦茶。

10g×5×8 **305円(税329円)**

大麦(国内産)

香り高いのでアイステイがおすすめ

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)

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)

368 ワイルドストロベリーティー(ティーバッグ)

甘酸っぱい野いちごの香りがする紅茶。砂糖やミルクとの相性がよく、ミルクティーがおすすめ。

2g×20 **480円(税518円)** 通常税込529円

紅茶(スリランカ)、香料(中国)

ランカスター(千葉県・千葉市)

369 ジンジャーティー(ティーバッグ)

セイロン紅茶にスリランカ産の生姜を乾燥させてブレンドしました。生姜の鮮烈な風味。体を温めます。

2g×20 **500円(税540円)**

紅茶・生姜(スリランカ)

ナガノトマト(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の飲みきりサイズです。

賞150日

125ml×3 **350円(税378円)**

りんご(国内産)

ナガノトマト(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の飲みきりサイズです。

賞150日

125ml×3 **440円(税475円)**

フルーティーな香りと小麦特有のコクのある、飲みやすいビール。ビール酵母によるオリと濁りが特長です。

河高原ビール(岩手県・西和賀町)

759 1本 **267円(税294円)**

小麦(ドイツ)

374 6本組 **1602円(税1764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。

賞180日 1ℓ **106円(税114円)**

紅茶(インドネシア)

日本生活協同組合連合会

372 COただの炭酸水500mlPET

ノンシュガー、ノンカロリー。糖分の気になる方、炭酸水をたくさん使用したい方、一度には使い切れない方に特におすすめです。

500ml×6 **420円(税456円)** 通常税込504円

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>>

2ℓ **125円(税135円)**

山形県 [放]不検出<0.5<0.5

寺田本家(千葉県・神崎町)

373 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。

冷 賞180日 米

160g **324円(税350円)**

米(千葉県) [放]不検出<3.9<4.0

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。アルコール度を抑えた軟らかな口当たりです。農薬不使用米。

末廣酒造(福島県・会津美里町)

375 マッコリ風の酒「白」

冷 賞180日 米

720ml **950円(税1045円)**

米(国内産)

寺田本家(千葉県・神崎町)

376 五人娘 純米吟醸酒

米 **720ml 1750円(税1925円)**

米(茨城県) [放]不検出<3.4<4.3

今週のイチオシ!

旬のじゃがいもを食べてくそう♪

飯野さんのじゃがいも “旬”のじゃがいも詰合せ

タワラマゼラン
外皮は黒紫。きめ細かく、極大な食感。さつまもを彷彿させるような甘み

さやあかね
外皮は桜色。極粉質でホクホク食感

メークイン
きめ細かく、なめらかな食感

アンデスレッド
外皮は赤。濃厚な味わいでほくほくした食感と甘み

掘りたてなので、2~4週間くらい寝かせると熟成して美味しさがアップします。秋まで冷暗所で保存も可能です。

固定種を含めた4種のじゃがいもから3種が入ります。農業無散布・化学肥料不使用。

飯野農園 (茨城県・つくば市)

377 飯野さんのじゃがいも詰合せ

1kg **500円** (税込 **540円**)

茨城県

ごぼうの風味たっぷり

夏おでんにも

国産大豆の旨みと香りが高い仙台味噌で漬け込んだ国産ごぼうがふんだんに練り込まれています。解凍後、少し焙ると風味が引き立ちます。

お弁当・おつまみ・煮物にも

ほんのり味噌風味
味噌漬けごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

378 「高橋徳治商店」のごぼう揚

凍 180日 米大 3枚 117g **375円** (税込 **405円**) 通常税込 **420円**

ごぼう (国内産)・すけそうだら (北海道)

夏こそ食べたいピンチョウマグロ

ビタミンB群が豊富です

冷たいものの摂りすぎは胃腸の働きが弱くなります。また、夏はエネルギー消費量が増え、ビタミンB群が不足しがちです。ピンチョウマグロにはビタミンB群が豊富に含まれていますので、温野菜を巻いてどうぞ!

マストミ (徳島県・徳島市)

379 まぐろ漬け丼(胡麻ダレ)

凍 30日 米大 小 80g×2 **448円** (税込 **484円**) 通常税込 **538円**

びんちょうまぐろ (太平洋)

今週のらくうまゴハン♪

全品特価

タケノコと豚肉のハーモニー

1食当り **412円** (税別)

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)

380 国産野菜の青椒肉絲

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)

カシューナッツの歯ごたえが魅力

1食当り **412円** (税別)

調理時間 準備品 **約7分 油**

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

食塩相当量: 1.9g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

381 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め

2人前(約340g) **824円** (税込 **890円**) 通常税込 **1078円**

玉ねぎ (国内産)、鶏肉 (山口県)

黒酢で味に深みをプラス

1食当り **399円** (税別)

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)

382 彩り野菜と国産豚の黒酢豚

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)

スタミナ肉でご飯がすすむ!

1食当り **469円** (税別)

調理時間 準備品 **約5分 卵3~4個・油**

セット内容: タレ漬肉、カット野菜(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品もやし、野菜パイオン

食塩相当量: 1.41g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

383 生きくらげと豚肉の野菜炒め

2人前(約245g) **938円** (税込 **1013円**) 通常税込 **1188円**

きくらげ (群馬県)、豚肉 (鹿児島県)

スタミナメニューの定番品

1食当り **399円** (税別)

調理時間 準備品 **約6分 油**

セット内容: タレ漬豚肉、カット野菜(人参、ニラ)、もやし

食塩相当量: 1.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

384 国産豚のニラレバ炒め

2人前(約280g) **798円** (税込 **862円**) 通常税込 **1037円**

ニラ (国内産)、豚レバー (神奈川県)

注文書の6ヶ欄に記載をお願いします

お米

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

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 (ごはん1杯)

120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裁米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

水海道のめぐみちゃん (コシヒカリ)

502001 白米 5kg 2350円 (税込 **2538円**)

502003 白米 2kg 945円 (税込 **1021円**)

502002 玄米 5kg 2250円 (税込 **2430円**)

JA常総ひかり・東町特裁米組合 (茨城県・常総市)

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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ (今摺米)

502011 白米 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

502012 玄米 5kg 3200円 (税込 **3456円**)

502013 7分 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

502014 5分 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

黒澤さん (宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015 白米 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

502016 白米 2kg 1400円 (税込 **1512円**)

502017 玄米 5kg 3200円 (税込 **3456円**)

502018 7分 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

502019 5分 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

黒澤さん (宮城県・涌谷町)

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

やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg 2314円 (税込 **2499円**)

502032 玄米 5kg 2165円 (税込 **2338円**)

JAやさと稲作部会 (茨城県・石岡市)

3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。注文を受けてからもみ摺、精米をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのササニシキ

502020 白米 5kg 3500円 (税込 **3780円**)

黒澤さん (宮城県・涌谷町) [放] 不検出 <0.1 <0.1

385 もち米

減農薬、無化学肥料栽培。

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

2kg 1100円 (税込 **1188円**)

もち米 (山形県)

岩泉の「アマランサス」

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

特に多い栄養成分

- ・ビタミンK
- ・カルシウム
- ・鉄分

岩泉産業開発 (岩手県・岩泉町)

502061 アマランサス (岩泉産)

小麦や米に比べてたんぱく質や鉄、カルシウム、リンなどのミネラルが豊富。お米に2割程度混ぜて炊いて。

200g **465円** (税込 **502円**)

岩手県 [放] 不検出 <1.0 <1.0

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**)

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

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

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

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)

メイドインジャパンにこだわる

丸和食品 特集

全品 特価



丸和食品 稲葉社長 丸和食品の皆さん



丸和食品 (東京都・練馬区)

389 押し豆腐 2袋

国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。

冷蔵21日 220g×2 430円(税464円) 通常税込508円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



丸和食品 (東京都・練馬区)

386 だだちゃ豆入寄せ豆腐

国産丸大豆と山形県鶴岡産のだだちゃ豆を使用。だだちゃ豆の甘み、風味が楽しめます。

冷蔵4日 200g 245円(税265円) 通常税込297円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.1



丸和食品 (東京都・練馬区)

390 きざみ揚げ(冷凍) 2袋

国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。

凍結6日 100g×2 398円(税430円) 通常税込449円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



丸和食品 (東京都・練馬区)

387 しそ寄せ豆腐

国内産の青じそを丁寧に刻み、豆腐に合わせた一品。ほのかに青じその風味が広がる、さっぱりとしたお豆腐。

冷蔵4日 200g 198円(税214円) 通常税込248円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3



丸和食品 (東京都・練馬区)

388 絹とうふ(充填豆腐)2袋セット

青森県、秋田県産大豆使用。消泡剤を使わず、にがりて固めた日持ちする豆腐。

冷蔵30日 (300g×3)×2 748円(税808円) 通常税込853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)

393 お好み風がんも

国産大豆使用の豆腐生地に、具材をたくさん加え、一番搾り菜種油で揚げました。さっと焼いても、煮物でも。

冷蔵5日 5個 250円(税270円) 通常税込292円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.6



丸和食品 (東京都・練馬区)

394 京がんも

国産大豆使用の生地に野菜や昆布を加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。

冷蔵5日 7個 240円(税259円) 通常税込286円
大豆・野菜(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6



丸和食品 (東京都・練馬区)

391 味付いなり揚げ 2個組

肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりとろりかかせて家庭煮の味付けに。湯せんで温めると口が開けやすいです。

冷蔵90日 10枚×2 720円(税778円) 通常税込853円
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0



丸和食品 (東京都・練馬区)

392 豆腐からあげ

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

冷蔵4日 10個 198円(税214円) 通常税込227円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

395 きつねがんも

貝だくさんのがんもを油揚げで包みました。肉厚な油揚げが煮汁をよく含むので、煮物、おでん、鍋物に最適。

冷蔵5日 4個 215円(税232円) 通常税込248円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3



丸和食品 (東京都・練馬区)

396 白和え 2袋

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21日 150g×2 385円(税416円) 通常税込454円
大豆(国内産)

お母さんがつくる味を目指して

ニッコー 特集

自社農園での野菜栽培も年々規模を拡大中
モロヘイヤ・茄子etc.



全品 特価

料理は手作りが良いと分かっていても、全て手作りは難しい。そんな時に安心して食べられる素材を届けたいと開発された商品です。無添加で国産、素材も顔の見える生産者にこだわります。

炒めた野菜と絡めてボリュームアップ
「大きな豆腐肉団子の酢豚風」



動画写真 YouTube ニッコー 肉団子

調理イメージ



ニッコー (神奈川県・大和市)

400 大きな豆腐肉団子(黒酢あん)

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。

凍結卵米大 8個340g(固形量208g) 454円(税490円) 通常税込515円
野菜・豆腐・鶏肉(国内産)

定番で人気のギョーザです!



ニッコー (神奈川県・大和市)

397 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。

凍結大 小 (18g×15)×2 778円(税840円) 通常税込864円
豚肉(国内産)

小分けトレーで取り出しやすい



ニッコー (神奈川県・大和市)

398 照り焼きミートボール

豚肉と鶏肉で作ったミートボールに餡をかけ、使い易い小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。

凍結卵米大 小 12個180g 377円(税407円) 通常税込427円
鶏肉・豚肉(国内産)

いい味加減♪ご飯が進みます



ニッコー (神奈川県・大和市)

399 お好みお弁当セット

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、小松菜の煮ひたしのセット。

凍結大 小 3種×2個120g 392円(税423円) 通常税込443円

ヘルシーな豆腐ハンバーグ



ニッコー (神奈川県・大和市)

401 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ 2パック

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。

凍結卵米大 小 (70g×3)×2 824円(税890円) 通常税込918円
大豆・鶏肉(国内産)

茄子がとろ旨! ご飯に合います



ニッコー (神奈川県・大和市)

402 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ

白身魚のすり身とごぼうを合わせて揚げました。こしょう風味が美味。お弁当にも。レンジかトースターで。

凍結卵米大 小 8個160g 327円(税353円) 通常税込373円
ごぼう(国内産)

ミニタイプで お子さんにぴったり



ニッコー (神奈川県・大和市)

406 ミニアメリカンドック 2パック

衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウイナー使用。乳・卵不使用。レンジで温めて。

凍結小 6本150g×2 768円(税830円) 通常税込864円

少し酸味のきいた甘酢ソース



ニッコー (神奈川県・大和市)

403 ふわふわ豆腐煮込みハンバーグ

豆腐ハンバーグをイタリア産バルサミコ酢を使った甘酢ソースで煮込みました。湯煎かレンジで加熱して。

凍結卵米大 小 90g×2 356円(税384円) 通常税込400円
大豆・鶏肉(国内産)

ママのミニハンバーグ



ニッコー (神奈川県・大和市)

404 ママのミニハンバーグ

お弁当に便利なお弁当に小さなハンバーグを作りました。レンジ加熱。またはフライパンでゆっくり温めて。

凍結卵米大 小 7個168g 370円(税400円) 通常税込430円
豚肉(国内産)

このウイナーが入っています



ニッコー (神奈川県・大和市)

405 麻婆茄子丼の具(自社農園茄子)

湯煎で温めてご飯にのせるだけで、簡単にお召上がり頂けます。程良い辛さが食欲を増進させます。

凍結大 小 150g×2 424円(税458円) 通常税込538円

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

- 凍結冷凍品
- 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。

その他

- OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。
- ふるさと便 は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。
- 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。地場農作物の消費をすすめてください!