

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



めぐみちゃんって何?

常総生協と20年以上お付き合いがある、常総市(旧・水海道市)の「東町特裁米耕作者組合」のブランド米です!品種は「こしヒカリ」です。

# 水海道のめぐみちゃん 新米が出来上がりました



JA常総ひかり・東町特裁米耕作者組合  
(茨城県・常総市)

味の特徴は?

特に甘みが強く、もちもちした食感が特徴です。「茨城=米どころ」というイメージをあまり持たれないかもしれませんが、一級河川の鬼怒川・小貝川の恩恵を受け、肥沃な大地が広がる常総市は好条件な地域。コシヒカリの特徴である、甘み・粘りのある味わいを、米作りのプロたちが最大限引き出しています。

今年も地元のお米・水海道の「めぐみちゃん」新米が出来上がりました。めぐみちゃんを作る東町特裁米耕作者組合とは20年以上のお付き合い。東町全体で農薬空中散布を廃止し、限りなく農薬をゼロに抑える取り組みを生産者と生協と共に行ってきました。すでに食べている方も、まだ食べていない方も、ぜひ常総生協の歩みを感じながら、ご賞味いただければと思います。

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



水海道のめぐみちゃん  
(コシヒカリ)

502001	白米 5kg	2295円(税込2479円)	通常税込2538円
502003	白米 2kg	926円(税込1000円)	通常税込1021円
502002	玄米 5kg	2190円(税込2365円)	通常税込2430円

JA常総ひかり・東町特裁米耕作者組合(茨城県・常総市)



写真は2019年に組合員の皆さんと稲刈りしたときのものです。

## 秋の実りに感謝して

**里芋 コロッケ**

加瀬さん達(千葉県)

**11 里芋**

小型で、軟らかく粘りがある芋です。栽培管理を徹底することで味良く仕上げています。農薬無散布。

約400g **298円(税込322円)** 通常税込346円

千葉県 [放]不検出 <3.6 <4.1

作り方は5ページ

**12 村山さんのローズポーク 挽肉**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

赤身率は8割です。

凍 賞30日 300g **450円(税込486円)** 通常税込497円

茨城県

**いなり 寿司**

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

**16 雄武産 秋鮭切身(無塩)2パック**

北海道・雄武(おむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。

凍 賞30日(4切210g)×2 **998円(税込1078円)** 通常税込1124円

秋鮭(北海道)

**17 味付いなり揚げ 2個組**

丸和食品(東京都・練馬区)

肉厚の油揚げを、かつおだしをしっかりとつけ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 賞90日 米大 10枚×2 **720円(税込778円)** 通常税込853円

大豆(国内産) [放]不検出 <0.9 <1.0

**13 土別の玉ねぎ**

土別農園(北海道・土別市)

実の締まりが良く、甘みが強く、生でも美味しく頂けます。除草剤不使用・減農薬栽培。

1kg **298円(税込322円)**

北海道

**14 村山さんの(山方)牛豚合挽肉(増量)**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

茨城牛(山方)とローズポーク使用。牛・豚比率5:5。今回は増量規格でお届け。

凍 賞30日 300g **815円(税込880円)** 通常税込899円

茨城県

**18 CO+勝の青えんどう豆200g**

日本生活協同組合連合会

北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。

凍 200g **248円(税込268円)** 通常税込288円

青えんどう豆(北海道)

**19 えびしんじょすり身**

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

天然えびを80%近く使用。高級感のある料理素材として幅広く使えます。揚げ物、吸い物、餃子、春巻き等に。

凍 賞180日 卵米 150g **421円(税込455円)** 通常税込470円

えび(インドネシア)

**チーズ入りハンバーグ**

創健社(神奈川県・横浜市)

**663 植物素材のデミグラス風ソースルウ**

6皿分

乳大 120g **380円(税込410円)** 通常税込432円

小麦(国内産)

**15 よつ葉シュレッドチーズ(増量)**

よつ葉乳業(北海道・音更町)

価格はそのまま 50g増量

よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モツァレラ)100%。セルロース(結着防止剤)不使用。

冷 賞90日 乳 250g+50g **575円(税込621円)**

生乳(北海道)

**いなり寿司には しんじょの吸い物 も ぜひ**

本醸造薄口醤油ベースの濃厚で薄色タイプのダシ入り調味料。焼津産かつお本節と利尻産昆布を使用。

おろし 賞30日 チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

**530 白だし**

米大 400ml **385円(税込416円)** 通常税込427円

前日OK!

**20 舞茸(増量)**

村上山(栃木県・高根沢町)

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香り共に良好です。

冷 100g+30g **196円(税込212円)**

栃木県 [放]不検出 <4.4 <3.7

**21 3玉**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

梨(二十世紀)

3玉800g以上 **680円(税込734円)**

**22 2kg箱**

奈良県

2kg箱(6~8玉) **1250円(税込1350円)**

**21 3玉**

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

梨(二十世紀)

3玉800g以上 **680円(税込734円)**

**22 2kg箱**

奈良県

2kg箱(6~8玉) **1250円(税込1350円)**

### 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

- 東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、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於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] <sup>137</sup> Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合:	検出された数値を掲載
宮城県	[放] <sup>137</sup> Cs=9.4 <sup>134</sup> Cs=3.6
2種類とも検出された場合:	それぞれの検出値を掲載

**毎年大好評!** **ピオーネ・シャインマスカット** **大塚さんの**



今年も山形県高島町でぶどうを栽培している大塚さんよりピオーネとシャインマスカットをおすそ分け♪高島町は山に囲まれ寒暖の差が大きく、農産物の栽培には適しています。農業を始めて土づくりにこだわり農薬や化学肥料を極力使わない栽培方法で作りました。小分けサイズなので、2種食べ比べはいかがでしょう?

**シーズン初**



清明園・大塚さん (山形県・高島町)

**シーズン初**



清明園・大塚さん (山形県・高島町)

**23 大塚さんのぶどう (ピオーネ・高尾) パラ**

房からはずした粒でのお届け。品種は大粒系ぶどうのピオーネ、高尾のどちらかです。減農薬栽培。

200g **398円**(税込**430円**)

山形県 [放] 不検出 <4.0 <3.6

**24 大塚さんのぶどう (シャインマスカット)**

房からはずした粒でのお届け。品種は大粒系で皮ごと食べられる今人気の品種。減農薬栽培。

150g **398円**(税込**430円**)

山形県

**太陽の光をたっぷり浴びた** (太陽)

**サンつがる**



つがるは「紅玉」×「ゴールデンデリシャス」の掛け合わせで、酸味と甘みを兼ね備えた品種です。通常りんごは、外観を良くするために有袋(袋がけ)をしています。今回のサンつがるは袋を被せず、太陽の光をたっぷり浴びて育ちました。無袋の方が甘みが増すとされており、外観よりも味を重視したりんごです。

成田農園・成田さん (青森県・板柳町)

**25 りんご(サンつがる)**

早生品種の中でも最も人気のあるりんご。パリッとした食感と甘みがあります。減農薬栽培。

3玉(700~800g) **554円**(税込**598円**)

青森県

**3玉**

早生品種の中でも最も人気のあるりんご。パリッとした食感と甘みがあります。減農薬栽培。

3玉 **554円**(税込**598円**)

青森県

鈴木さんの梨 品種リレー第4弾 **産地直送**

近年人気急上昇の**「新高梨」**が登場!



新高梨は梨の中でも特に大玉で、酸味の少ない甘さと芳醇な香りが特徴です。「実が大きいと味が薄いのでは?」と思うかもしれませんが、実は梨は大きいほど味がのると言われている果実で、大玉でも十分な甘さをお楽しみ頂けます。

【ご注意!】同封の「宅配用紙」にも必ずお届け情報をご記入ください。(ご自宅用も同様に。)

**26 宅配 鈴木さんの梨 (新高)**

5L10玉~6L8玉 5kg **5537円**(税込**5980円**)

茨城県

お届けは **10月上旬**の予定です



最適期に最も良い物を選びすぐって発送します。減農薬栽培。

**From 山形** **おきたま興農舎の果実**

**27 ぶどう(高尾)**

果粒は紫黒色で、巨峰よりやや小さく、果肉は締まっています。甘みが強く、食味は濃厚。減農薬栽培。

約500g **832円**(税込**899円**)

山形県 [放] 不検出 <3.2 <3.2

**最終シーズン**

**28 レッドパートレット (洋梨)**

赤緑色の果皮がだんだん黄色くなってきて、果肉もやわらかめになった頃が食べ頃。減農薬栽培。

3玉 **498円**(税込**538円**)

山形県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

**29 りんご(さんさ)**

早生としては甘みがあり果汁も多めなので、生食用でもおすすめです。落下防止剤不使用。減農薬栽培。

3玉(600~800g) **426円**(税込**460円**)

山形県 [放] 不検出 <4.0 <4.1

**30 梨(豊水)**

梨園の土作り、環境作りを重視し、健全な樹、食べて元気になるような梨作りに取り組んでいます。減農薬栽培。

約1kg **825円**(税込**891円**)

栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.1

**31 濱上さんの温州みかん(グリーン)**

地場の身近な素材を使った自家製肥料を主体に使用します。外皮はやや青めで、農薬無散布。

約1kg **509円**(税込**550円**)

鹿児島県

**32 巨峰**

甘さと酸味のバランスが良く、根強いファンが多い品種です。減農薬栽培。

約350g **598円**(税込**646円**)

長野県

**33 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

**34 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)

**35 にんにく**

ホワイト種より外皮は紫がかったいます。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

**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

**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。味噌汁や刺んで薬味に。減農薬栽培。

50g **205円**(税込**221円**)

高知県

**38 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虫害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

**39 渥美さんのすだち**

酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。旬のさんま等の焼き魚に最適。減農薬栽培。

約150g **185円**(税込**200円**)

静岡県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

**40 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 <4.0 <3.7

**41 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

**42 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 <3.7 <3.4

**43 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 <3.5 <4.2

**地場のトマトは旬の味をお楽しみください**

**44 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

**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

**47 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

**最終シーズン**

**48 木村さんの大玉トマト**

完全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。

500g **277円**(税込**299円**)

茨城県

**49 木村さんのきゅうり**

サラダ、漬物、炒め物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

**50 長島さんのきゅうり**

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

500g(4~6本) **276円**(税込**298円**)

茨城県

**51 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

**46 木村さんのアイコトマト**

200g **220円**(税込**238円**)

茨城県

**47 長島さんのトマト**

500g **361円**(税込**390円**)

茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5

**48 木村さんの大玉トマト**

500g **277円**(税込**299円**)

茨城県

**52 小松菜(少量)**

1束(約150g) **150円**(税込**162円**)

茨城県

**53 小松菜**

1束(250g) **230円**(税込**248円**)

群馬県 [放] 不検出 <4.9 <4.2

**54 木村さんのモロヘイヤ**

100g **154円**(税込**166円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8

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・高島町)

**55 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

無農薬



松浦さん達 (山形県・鶴岡市)

**56 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

無農薬



おきたま興農舎・高橋さん達 (山形県・高島町)

**57 枝豆(袋入)**

品種は黒玉すだれ・湯あがり娘・雪音等を時季に合わせて出荷します。農薬無散布。

300g **435円**(税込**470円**)

山形県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

無農薬

絶対の嵐!  
山形伝統品種



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

**58 だだちやまめ**

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 **490円**(税込**529円**)

山形県 [放] 不検出 <2.3 <2.9

無農薬



徳弘さん (北海道・富良野市)

**59 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

特



木村農園 (茨城県・つくば市)

**60 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 **150円**(税込**162円**) 通常税込**175円**

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2



稲葉さん達 (茨城県・結城市)

**62 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 **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

特



稲葉さん達 (茨城県・結城市)

**62 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 **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

季節の変わり目も地元の野菜をたっぷり食べよう!



木村農園 (茨城県・つくば市)

**63 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



木村農園 (茨城県・つくば市)

**64 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



木村農園 (茨城県・つくば市)

**65 木村さんの万願寺とうがらし**

煮ても焼いても美味しい万願寺とうがらし。ビタミンCやカロテンも豊富です。減農薬栽培。

300g(3~6本) **200円**(税込**216円**)

茨城県



中村さん達 (群馬県・長野原町)

**66 キャベツ**

うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農業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



穴戸さん (北海道・士別市)

**67 スイートコーン**

品種は高糖度の「ゆめのコーン」を主に作付け。お届け当日に湯通しして下さい。減農薬栽培。

2本 **500円**(税込**540円**)

北海道

炒め物にもどうぞ!



無農薬

上野さん達 (栃木県・上三川町)

**68 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 <3.8 <3.7

無農薬



まごころの里・山本さん達 (北海道・栗山町)

**69 ぼっちゃんかぼちゃ**

ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農薬無散布。

1~2玉約280g **230円**(税込**248円**)

北海道

※できるだけ葉付きでお届けします



川島さん達 (群馬県・長野原町)

**70 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 **198円**(税込**214円**)

群馬県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



木村農園 (茨城県・つくば市)

**71 木村さんのごぼう**

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g **198円**(税込**214円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



上村さん達 (青森県・八戸市)

**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**(税込**238円**)

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

From 坂東市 どんぐりてい

倉持さんの長ねぎ

旬の野菜の薬味や煮物にどうぞ!



無農薬

農家レストランどんぐりてい 倉持さん達 (茨城県・坂東市)

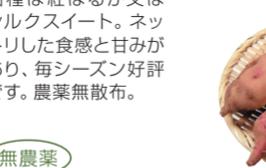
**73 倉持さんの長ねぎ**

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

無農薬



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)

**74 大和田さんのさつまいも**

品種は紅はるか又はシルクスイート。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。

500g **255円**(税込**275円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

無農薬



炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。

上村さん達 (青森県・おいらせ町)

**76 人参(洗い)**

500g **205円**(税込**221円**)

青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

無農薬



上野さん達 (栃木県・上三川町)

**78 じゃがいも**

1kg **298円**(税込**322円**)

栃木県

無農薬



サラダ、マッシュポテト、じゃがバター等で。農薬無散布。

上野さん達 (栃木県・上三川町)

**79 じゃがいも**

3kg **830円**(税込**896円**)

栃木県

無農薬



丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。

まごころの里 (北海道・栗山町)

**80 玉ねぎ**

1kg **210円**(税込**227円**)

北海道

無農薬



まごころの里 (北海道・栗山町)

**81 玉ねぎ**

3kg **598円**(税込**646円**)

北海道

From 北海道

苦みが少ないの生で食べられます!



まごころの里・吉田さん達 (北海道・栗山町)

**82 サラダ白玉ねぎ**

真っ白な品種の玉ねぎ。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 **235円**(税込**254円**)

北海道

きのこ



山田さん (茨城県・つくば市)

**83 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

日持ちがよく、シャキッとしたしっかり食感



丸金 (長野県・長野市)

**84 えのき茸**

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

200g **208円**(税込**225円**)

長野県

白えのきにはない、コクのある味が特徴



丸金 (長野県・長野市)

**85 ブラウンえのき茸**

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

200g **218円**(税込**235円**)

長野県



安田さん (福島県・郡山市)

**86 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**(税込**124円**)

福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

あゆみの会・渡辺さん (千葉県・旭市)

**87 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



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

**88 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



村上さん (栃木県・高根沢町)

**89 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



江藤さん (大分県・玖珠町)

**90 江藤さんの原木生しいたけ**

江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。

100g **322円**(税込**348円**)

大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

**91 飯泉さんの生しいたけ A品**

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

100g **210円**(税込**227円**)

茨城県



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

**92 B品**

200g **225円**(税込**243円**)

茨城県

野菜サポート会員 (継続募集)

間もなく地場野菜の端境期に入ります。サポート会員も2021年8月で180名を超えました。10月・11月の秋冬作に向けて登録者を増やしていきたいです。



野菜サポート会員に登録! 育てていた野菜が思ったより収穫できそう... 生産者から生協へ品目と数量の連絡

翌日、供給便でお届け! 収穫したての野菜が生協本部へ

野菜サポート会員申込書

登録者数は2021年8月までで180名です。これから余剰がやすい時期です。みんなで地場野菜を食べて健康な体を作っていきましょう!

QRコード

からも登録可能!

組合員番号

組合員名

希望口数 (1回のお届けで300円以下)

切り取ってご提出下さい

だからおいしい! 敬老の日は まぐろでお祝い  
**マストミのまぐろ**



- 漁獲したまぐろはすぐに船内で急速凍結!
- 原料保管はマイナス50℃の超低温!
- 資源にも配慮した「はえ縄漁」(1本釣り)、「定置網漁」の良質なまぐろを買います(一部、巻き網ものもあります)。

**63** オクラと一緒に!  
**特**  
南まぐろとオクラのとろろ和え



**93** 南まぐろ切り落とし スライス(赤身)  
天然の南まぐろを使いやすい切り落としにしました。解凍後、お刺身や野菜と和えて。  
**凍** 30日  
70g **478円**(税込 **516円**) 通常税込 **538円**  
ミナミマグロ (インド洋)

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



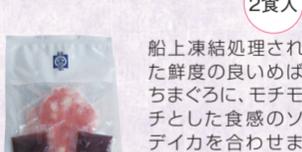
**94** めばちまぐろ短冊  
**凍** 20日  
2冊 **950円**(税込 **1026円**) 通常税込 **1058円**  
めばちまぐろ (太平洋)

流水10分で絶品のまぐろタタキ!  
**特**  
焼津港に水揚げされた鮮度の良いまぐろを炭火で香ばしくタタキにしました。



**95** 炭火焼まぐろタタキ  
**凍** 30日  
140g **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **572円**  
まぐろ (太平洋)

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



**96** まぐろ丼(イカ入り)  
**凍** 15日 米大 小  
50g×2 **418円**(税込 **451円**) 通常税込 **464円**  
まぐろ (台湾)、ソデイカ (沖縄県)

凍ったままさっと洗って加熱調理してください

**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**)  
あさり (熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

チャック付きなので必要量使えて便利  
**98** 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)  
有数のやまとしじみの産地、酒沼(ひぬま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。  
**凍** 30日  
500g **850円**(税込 **918円**)  
しじみ (茨城県) [放] 不検出<3.6<3.8

**99** 網走湖産 冷凍しじみ(大粒)  
北海道網走湖で漁獲した大粒のやまとしじみです。砂抜き後、冷凍してお届けします。  
**凍** 30日  
150g **415円**(税込 **448円**)  
やまとしじみ (北海道)

**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高く、大きい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**  
からふとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)

**101** ししゃもみりん干し  
オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬けて。冷めても軟らかです。  
**凍** 30日 米 60g **330円**(税込 **356円**)  
からふとししゃも (アイスランド、ノルウェー、カナダ)

**102** 真いわし丸干し(大)  
千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。  
**凍** 30日  
3尾約300g **398円**(税込 **430円**)  
真いわし (千葉県) [放] 不検出<3.7<4.2

やっぱり美味しい定番の「あじ」  
**103** 国産真あじ開き3枚  
対馬海域で漁獲した良質の真あじを、塩水に漬け込み、丁寧に干物に仕上げました。  
**凍** 30日 3枚220g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **463円**  
真あじ (国内産)

国産ごまが香ばしい!  
**104** 寒さばフィーレ みりん干し  
長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりひと晩漬けて、天日で干し上げました。  
**凍** 30日 米大 小  
2枚160g以上 **498円**(税込 **538円**)  
真さば (長崎県)

食べやすい腹骨取り  
**105** 北海道産パケット 真ほっけ一夜干し  
北海道噴火湾で4~6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。  
**凍** 180日  
4~6枚220g **398円**(税込 **430円**)  
真ほっけ (北海道)

身も厚くて食べ応えあり  
**106** 利尻昆布漬赤魚  
北海道産の天然利尻昆布より抽出しただし汁に赤魚を漬けて、上乾干しにしました。  
**凍** 180日 米大 小  
2枚260g **428円**(税込 **462円**) 通常税込 **486円**  
アラスカメヌケ (アメリカ)

肉厚です!  
**107** 生干いか  
北海道で水揚げされたすめいかを鮮度の良い物だけ厳選し塩のみで干しあげました。焼きすぎにご注意!  
**凍** 90日  
1枚 **375円**(税込 **405円**)  
すめいか (北海道)

**108** さんま糖漬け  
国内産(主に北海道沖漁獲)のさんまの頭、内臓を除去し、塩のみでこしらえた糖床に漬け込みました。  
**凍** 180日 米  
3尾170g **390円**(税込 **421円**)  
さんま (国内産)

**109** 金華さば味噌漬  
宮城県の高砂産で漁獲した大型のさばを使用。仙台味噌をベースにした調味味噌に24時間漬け込みました。  
**凍** 180日 米大  
2枚220g **398円**(税込 **430円**)  
さば (宮城県)

**110** 銀だら味噌漬  
アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。  
**凍** 180日 米大  
2切 120g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **464円**  
銀だら (アメリカ)

**111** さわら西京漬  
東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌漬に漬け込みました。  
**凍** 米大  
2切140g **448円**(税込 **484円**)  
さわら (韓国)

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

味噌を軽く落として弱火で焼いてください  
**113** かわいい 柚子こしょう味噌漬  
白身で脂ののったからすかわれいを、京都老舗の西京味噌漬に漬け込みました。柚子こしょうがきいています。  
**凍** 米大  
2切140g **570円**(税込 **616円**)  
からすかわれい (デンマーク)

秋の鮮魚 シーズン再開!



お待たせしました!  
宮古港とその周辺の浜に水揚げされる旬の鮮魚です。水揚げ当日に料理しやすいよう下処理します。  
**鮮魚**  
丸友しまか (岩手県・宮古市)  
**114** 島香さんの鮮魚セット(下処理済)  
季節の鮮魚 (岩手県)  
**凍** 2日  
2~3種 **1590円**(税込 **1717円**) 通常税込 **1814円**  
※セットの例

**鮮魚**  
丸友しまか (岩手県・宮古市)  
**115** ミスダコポイル(刺身用)  
岩手県宮古に水揚げされたミスダコを食塩のみでポイル後、冷蔵でお届け。旨味がしっかりあります。  
**凍** 4日  
150g **520円**(税込 **562円**)  
ミスダコ (岩手県沖)

**鮮魚**  
丸友しまか (岩手県・宮古市)  
**116** 鮮魚 真だら切身  
岩手県宮古に水揚げされる旬の真だらを切身にして鮮魚でお届けします。  
**凍** 4日  
2切120g **440円**(税込 **475円**)  
真だら (岩手県)

中辛  
**117** ロシア産紅鮭切身(中辛)2切  
東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。  
**凍** 180日  
2切140g **380円**(税込 **410円**)  
紅鮭 (ロシア)

甘塩  
**118** 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)

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

鳴門魚類の「まかないメニュー」  
**120** 寒さばフィーレ(無塩)  
長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**凍** 30日  
片身2枚 200g前後 **378円**(税込 **408円**) 通常税込 **421円**  
真さば (長崎県、佐賀県)

**特**  
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。

しめさば、しめさば昆布締め、かぶら漬のセット



**121 しめさば3種セット**

真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍後、適当な大きさに切って下さい。

凍 3枚 300g **680円** (税込 **734円**) 通常税込 **754円**

さば(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.4

流水解凍でもOK! 海鮮キムチでお祝い



**122 海鮮いかキムチ**

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

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

するめいか(岩手県)

お祝いにはうなぎ!!



**123 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 70g×2 2袋入 **1880円** (税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**

大黒淡水(静岡県・焼津市)

新米と一緒にどうぞ!



**125 銀だら西京漬**

脂ののった銀だらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。

凍 2切 140g **860円** (税込 **929円**) 通常税込 **961円**

銀だら(アメリカ)

特



**126 篠島産釜揚げしらす**

篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。

凍 70g **280円** (税込 **302円**) 通常税込 **313円**

いわし稚魚(愛知県)

特



**127 さば味噌煮 2袋**

鳴門魚類オリジナルの国産大豆味噌を使用。丁寧にだしを取り、じっくりと煮込んださばの味噌煮です。

凍 (片身1枚2切)×2 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **562円**

さば(長崎県、佐賀県)

煮付け、塩焼き、ムニエル、フライなどに



**128 脂ののった真いわし三枚おろし**

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

凍 6~10枚 200g **370円** (税込 **400円**)

真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.4 <3.7

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



**129 北海道産にしん(2尾)**

札幌中一(北海道・札幌市)

凍 2尾(360g) **480円** (税込 **518円**)

にしん(北海道)

天然むきエビ(特大)



**130 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 160g **548円** (税込 **592円**)

えび(マレーシア)

エビホタテミックス



**131 エビホタテミックス**

天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出せて便利です。

凍 200g **420円** (税込 **454円**)

えび(インド)、ほたて(青森県)

三陸産するめいか つば抜き



**132 三陸産するめいか つば抜き**

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

凍 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

篠島産しらす干し



**137 篠島産しらす干し**

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。

凍 70g **290円** (税込 **313円**)

いわし稚魚(愛知県)

三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたいわしを短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。



**133 三陸岩手 いかの糸造り**

するめいか(三陸)

凍 80g **448円** (税込 **484円**)

ほたて貝柱(刺身とスモークサーモン)は16ページ



**134 つぶつぶまぐろ丼セット**

マストミ(徳島県・徳島市)

凍 50g×2 タレ20g×2 **560円** (税込 **605円**)

**135 徳用**

50g×4 タレ4g×4 **978円** (税込 **1056円**) 通常税込 **1183円**

めばちまぐろ(太平洋)

太平洋で漁獲しためばちまぐろを使用し、つぶつぶ感を残してネギトロ用に加工しました。\*台湾船籍船漁獲



**136 たらこ(切れ子)**

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

凍 55g **298円** (税込 **322円**)

すけそうだらの卵(ロシア)

日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたき身です。



**141 とれとれいわし たき身**

300g (150g×2) **398円** (税込 **430円**)

いわし(鳥取県、千葉県、他) [放] 不検出 <3.8 <3.9

津軽海峡 鮭フレーク



**142 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 100g **520円** (税込 **562円**)

秋鮭(青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

瓶の口いっぱい、身が詰まっています!



**138 いわしごま漬**

かたうちいわしの頭、内臓を除去して酢漬にし、その後ごとと千切り生姜、たかのつめを加えました。

凍 100g **280円** (税込 **302円**)

かたうちいわし(千葉県) [放] 不検出 <3.1 <3.9

フライパンで簡単調理♪



**139 フライパンで簡単!いわし電田揚**

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

凍 7~10枚 160g **380円** (税込 **410円**)

真いわし(鳥取県)

フライパンで簡単!さんま照りゴマ



**140 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、小麦粉とゴマをまがしました。お弁当にも、夕食の一品にも。

凍 6~7個 160g **410円** (税込 **443円**)

さんま(北海道)

とれとれいわし タクキ身



**141 とれとれいわし たき身**

300g (150g×2) **398円** (税込 **430円**)

いわし(鳥取県、千葉県、他) [放] 不検出 <3.8 <3.9

瓶の口いっぱい、身が詰まっています!



**138 いわしごま漬**

かたうちいわしの頭、内臓を除去して酢漬にし、その後ごとと千切り生姜、たかのつめを加えました。

凍 100g **280円** (税込 **302円**)

かたうちいわし(千葉県) [放] 不検出 <3.1 <3.9

とれとれいわし タクキ身



**141 とれとれいわし たき身**

300g (150g×2) **398円** (税込 **430円**)

いわし(鳥取県、千葉県、他) [放] 不検出 <3.8 <3.9

瓶の口いっぱい、身が詰まっています!



**142 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 100g **520円** (税込 **562円**)

秋鮭(青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

根菜がどっさり入った 秋色コロッケ



◆材料(作りやすい分量)  
 里芋 ..... 400g  
 牛肉小間切れ ..... 100g  
 ごぼう ..... 100g  
 しめじ ..... 100g  
 卵 ..... 1個  
 塩、こしょう ..... 各少々  
 薄力粉、パン粉 ..... 各適量  
 揚げ油 ..... 適量

◆作り方  
 ① 里芋は皮つきのまま20分ほど蒸し、柔らかくなったら皮をむき粗くつぶす。  
 ② ごぼうは5mm幅の半月切り、しめじは石づきを取り食べやすいように切る。  
 ③ 牛肉は塩、こしょうをふいて色が変わるまで炒める。  
 ④ ①、②、③を混ぜて丸く形を整え、薄力粉、溶き卵、パン粉の順に付け180℃の油できつね色になるまで揚げる。好みでキャベツのせん切りを添える。

牛肉を豚、鶏ひき肉に替えても

秋のお友だち 紹介キャンペーン

2021年 11月12日(金) ご加入分まで

紹介いただいた組合員さんも、新しく加入されたお友達にも嬉しい特典がいっぱい!

紹介された方の特典 **お友達にプレゼント!**

紹介者の特典 **組合員にプレゼント!**

**3000円分相当の常総生協 利用クーポン券をプレゼント**

1枚1,000円に相当し、注文提出時に添付していただく商品代金からご精算致します。出資金への振替も可能です。

ご紹介ありがとうクーポン **3,000円分プレゼント!**

セット内容  
 2めくみちゃん  
 青椒肉絲or黒酢豚  
 いわし缶×2  
 さば缶×2

敬老の日 祝い膳 ①

鶏モモとひじきのレシピ

- ◆材料
- ひじき.....1袋
  - 鶏モモ肉.....300g
  - 人参.....1/3本
  - こんにゃく.....1/2枚
  - 厚揚げ.....1枚
  - ごぼう.....1/3本
  - 絹さや.....適宜
  - ごま油.....大1/2
  - だし汁.....カップ2
  - 酒.....大2/3
  - A 砂糖.....大3
  - みりん.....大1
  - しょうゆ.....大3



- ◆作り方
- 鶏モモ肉は小さめの一口大、人参は短冊切り、こんにゃくと厚揚げは縦半分にしてからうす切りにする。ごぼうはさがきにして水にさらしておく。
  - 鍋を熱し、こんにゃくを乾煎りしてからごま油を加え、鶏肉、人参を炒める。鶏肉の色が変わったらごぼう、水洗いしたひじきを加え、全体に油が回ったらAを入れ、アクを取ったら厚揚げを加え5分ほど煮る。
  - 煮汁が少なくなるまで煮含めたら下茹でした絹さやを加え、火を止める。

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



リアス(千葉県・船橋市)  
**144 国産天然芽ひじき**  
国産の天然芽ひじきです。ふっくら軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。  
30g **370円(税込400円)** 通常税込410円  
ひじき(国内産)

敬老の日 祝い膳 ②

鶏挽肉と根菜の煮物のレシピ

- ◆材料
- 里芋.....5個
  - 干しいたけ.....4枚
  - れんこん.....200g
  - ごぼう.....100g
  - こんにゃく.....1/2枚
  - 人参.....1本
  - 絹さや.....適宜
  - A 鶏挽肉.....200g
  - しょうが汁.....小1
  - 酒.....大1
  - 片栗粉.....大1
  - 塩.....小1/2
  - 卵.....1個
  - B だし.....カップ3
  - 砂糖・醤油.....大2
  - 白だし.....大1
  - 酒.....大2
  - みりん.....大2
  - 塩.....小1/2

- ◆作り方
- Aを粘るまでよく混ぜる。
  - 里芋は皮をむき2つ切り、干しいたけは水で戻して4つ切り、れんこんは1cm厚さの輪切りにして水にさらす。ごぼうは1cm幅の斜め切り、こんにゃくは手でちぎる。人参は1cm厚さの輪切り、絹さやは筋をとりサッとゆでしておく。
  - 鍋にBを煮立て、一口大にまるめた①を入れ、浮いたら出す。
  - ③の鍋に②を入れて煮、火が通ったらつくねを戻す。
  - 器に盛り、絹さやを合わせる。

138円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**145 つくば茜鶏 挽肉**  
各部位からなるバラ凍結品。  
凍 賞180日  
500g **640円(税込691円)** 通常税込713円  
茨城県



ニッカンフーズ(大分県・日田市)  
**146 たけのこ水煮(スライス)**  
握りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。  
冷 賞180日  
300g **465円(税込502円)** 通常税込513円  
たけのこ(国内産)

ミートパル村山おすすめ肉

**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。



166円/100g  
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山  
**147 村山さんの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 **460円(税込497円)**  
茨城県

367円/100g  
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山  
**148 村山さんの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 **850円(税込918円)** 通常税込940円  
茨城県

234円/100g  
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山  
**149 村山さんのローズポークバラスライス**  
厚さ3~3.5mm。  
冷 賞6日  
250g **541円(税込584円)** 通常税込595円  
茨城県

224円/100g  
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山  
**150 村山さんのローズポークモモスライス**  
赤身主体部位。厚さ3mm。  
冷 賞6日  
250g **518円(税込559円)** 通常税込570円  
茨城県

281円/100g  
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山  
**151 村山さんのローズポークロースしょうが焼**  
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。  
冷 賞6日  
250g **650円(税込702円)** 通常税込713円  
茨城県

162円/100g  
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山  
**152 村山さんのローズポーク専用小間切**  
小間切専用タイプ。  
冷 賞6日  
200g×2 **600円(税込648円)** 通常税込659円  
茨城県

さっぱりしゃぶしゃぶサラダ!  
**モモしゃぶしゃぶのレシピ**

◆材料

- モモしゃぶしゃぶ用.....200g
- 玉ねぎ.....1/2コ
- ルッコラ.....1/2束
- きゅうり.....2本
- ミニトマト.....5コ
- だし汁.....大さじ3
- 酒.....少々
- めんつゆ.....適量

◆作り方

- 肉は食べやすく切り、酒少々を入れた熱湯でゆで氷水にとる。
- 玉ねぎは半月のうす切りにし冷水にさらす。ルッコラは4cm長さに切る。きゅうりはうす切りにする。
- 玉ねぎ、ルッコラ、きゅうりを混ぜて器に敷き、肉をのせて、半分に切ったミニトマトを飾る。
- めんつゆとだし汁を合わせ、食べる時にかける。

255円/100g  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**154 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

297円/100g  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**155 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

195円/100g  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**156 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

2枚  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**157 中津豚ロースステーキ香味焼用**  
豚ロースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。ご家庭で焼いてお召上がり下さい。  
凍 賞180日 小  
80g×2 **515円(税込556円)**  
豚肉(神奈川県)

235円/100g  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**153 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 **435円(税込470円)** 通常税込481円  
神奈川県

192円/100g  
中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**158 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  
**159 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)  
**160 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

212円/100g  
田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**161 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)  
**162 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

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

130円/100g  
田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**165 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

104円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**166 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

**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。

508円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**169 鹿児島 坊津黒牛 牛丼・肉じゃが用**

脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。

凍 賞30日

200g **940円** (税込 **1015円**) 通常税込 **1037円**

鹿児島県

438円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**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 **690円** (税込 **745円**) 通常税込 **756円**

鹿児島県

**ハンバーグのレシピ**

◆材料(4人分)

牛豚合挽肉 …… 400g  
 玉ねぎ …… 1/2個  
 パン粉 …… 1/2カップ  
 牛乳 …… 50cc  
 卵 …… 2個  
 塩・こしょう …… 少々

◆作り方

- 1 玉ねぎはみじん切りにして、炒めて冷ましておく。パン粉は牛乳に浸しておく。
- 2 ポウルに挽肉、冷ました玉ねぎ、パン粉、卵1個、塩・こしょうを入れてよく混ぜる。タネを4等分して手のひらに広げてのせ、卵1個をときほぐし軽くつける。
- 3 フライパンにサラダ油を熱して、中火で焼く。焼き目がついたら裏返してふたをして弱火で蒸し焼きにする。焼けたら皿に盛る。

※余った挽肉は他の料理にお使い下さい

材料が余ったら肉団子にどうぞ!

14 村山さんの合挽肉300g

国産牛挽肉を合わせて

211円/100g

福永産業 (福岡県・遠賀町)

**171 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**) 通常税込 **432円**

福岡県、大分県

307円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**167 国産牛小間切**

ウズ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g **455円** (税込 **491円**)

福岡県、大分県

349円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**168 国産牛モモスライス**

モモ肉を2~3mm程度にスライス。

凍 賞30日

170g **550円** (税込 **594円**)

福岡県、大分県

福永産業 (福岡県・遠賀町)

**169 鹿児島 坊津黒牛 牛丼・肉じゃが用**

脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。

凍 賞30日

200g **940円** (税込 **1015円**) 通常税込 **1037円**

鹿児島県

福永産業 (福岡県・遠賀町)

**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 **690円** (税込 **745円**) 通常税込 **756円**

鹿児島県

**畜産加工品**

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

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**172 鎌倉あらびき ウィナー×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)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**173 鎌倉あらびき ウィナー×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 **525円** (税込 **567円**)

[放] 不検出 <3.7 <3.8

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**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 **350円** (税込 **378円**)

豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**175 中津皮なし ベビーウインナー**

豚肉、自然塩、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)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**176 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)

**177 鎌倉ボンレスハム ×3**

合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。

冷 賞15日

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

豚肉 (国内産)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**178 中津ショルダーベーコンスライス**

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。

冷 賞7日

100g **380円** (税込 **410円**)

豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**179 中津麻婆豆腐の素**

鶏ガラからじっくりダシ取りをしました。豆腐、なすなどをお好みで加えて。

冷 賞24日 米大 小

200g **361円** (税込 **390円**)

豚肉 (神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**180 中津もつ煮込み (味噌味)**

中津自社牧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**)

豚肉 (神奈川県) [放] 不検出 <4.2 <3.7

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)

大進食品 (神奈川県・横浜市)

**182 神戸満る里の牛生ハンバーグ**

国産牛肉の旨みがいっぱい残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。※ビニールが挟まっているので冷凍時でも割かせます。

凍 賞180日 卵 米大 小

130g×4個 **924円** (税込 **998円**)

牛肉・玉ねぎ・卵 (国内産)

**鈴木牧場**

ピンは洗ってお返しく下さい

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

鈴木牧場 鈴木美登里さん

定額登録済み

お申し込みは

コチラ

鈴木牧場

鈴木美登里さん

※以前の講習会にて

**独特の食感 さけるチーズ**

写真のように、同じ方向に伸ばす作業を繰り返すことで、裂くことができ、独特の食感も生まれるのです。

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。

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

**186 プレーン** 30g **181円** (税込 **195円**)

**187 ペッパー** 30g **190円** (税込 **205円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

**牛乳・卵**

- ・サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛づくりにこだわり、生乳の生産から加工まで一貫しておこなっています。
- ・卵：飼料はnon・GMO(非遺伝子組換え)、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

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。

冷 賞届いて3日 乳

サツラク農協 (北海道・札幌市)

**サツラク低温殺菌牛乳**

**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

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ブランドで作りました。ノンホモ(脂肪球を砕いていない)なのでフツ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。

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** 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 ヨーグルト**

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

**184 微糖** 400g **370円** (税込 **400円**)

生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

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6日 卵 入り

330円 (税込 **356円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**188 よつ葉 プレーンヨーグルト**

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

冷蔵 賞味期限 12日後 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)

**189 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)**

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

冷蔵 賞味期限 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)

**190 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。

冷蔵 賞味期限 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)

**191 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)**

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

冷蔵 賞味期限 18日 乳

80g×3 **212円** (税込 **229円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**192 よつ葉のむヨーグルト(やさしい甘さ)**

乳原料は100%北海道産。乳原料の美味しさに自信があるからこそこのシンプル素材で作りました。微糖タイプ。

冷蔵 賞味期限 21日 乳

250g **176円** (税込 **190円**)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**193 よつ葉のむヨーグルト(ベリーミックス)**

いちご、ブルーベリー、ラズベリーの3種のベリーをミックス。ミルクとフルーツの素材をいかした味わい。

冷蔵 賞味期限 21日 乳

250g **176円** (税込 **190円**)

生乳 (北海道)



日本生活協同組合連合会

**194 CO乳酸ドリンク 65mL×10本入**

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷蔵 賞味期限 15日 乳

65mL×10 **178円** (税込 **192円**)



茨城乳業 (茨城県・石岡市)

**195 タマゴプリン**

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

冷蔵 賞味期限 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)

**15 よつ葉 シュレッドチーズ(増量)**

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

冷蔵 賞味期限 90日 乳

250g+50g **575円** (税込 **621円**)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

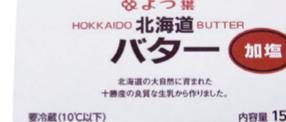
**196 よつ葉北海道十勝スモークチーズ**

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

冷蔵 賞味期限 180日 乳

45g **210円** (税込 **227円**)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**197 よつ葉バター(加塩)**

北海道産生乳100%の加塩バターです。

冷蔵 賞味期限 180日 乳

150g **298円** (税込 **322円**)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**198 パンにぬりやすいよつ葉バター&ひまわりオイル**

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

冷蔵 賞味期限 90日 乳

120g **358円** (税込 **387円**)

生乳 (北海道)

**大豆加工品**

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

**199 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。

冷蔵 賞味期限 4日 大豆

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)

**200 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。

冷蔵 賞味期限 4日 大豆

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)

**201 ミニもめん豆腐**

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

冷蔵 賞味期限 4日 大豆

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)

**202 ミニきめ豆腐**

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

冷蔵 賞味期限 4日 大豆

150g×2 **175円** (税込 **189円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

**203 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。

冷蔵 賞味期限 30日 大豆

300g×3 **395円** (税込 **427円**)

大豆 (青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

シーズン最終

しそ豆腐とトマトのサラダ




丸和食品 (東京都・練馬区)

**205 揚げ**

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

冷蔵 賞味期限 6日 大豆

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)

**206 きざみ揚げ(冷凍)**

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

冷凍 賞味期限 大豆

100g **208円** (税込 **225円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



丸和食品 (東京都・練馬区)

**207 味付いなり揚げ**

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

冷蔵 賞味期限 90日 大豆

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・稲葉社長おすすめ

簡単「がんもどき」で炊き込みご飯



◆材料  
丸和のかんもどき(きのこがんもなど)..... 2枚  
お米..... 2合  
めんつゆ..... 大さじ4

◆作り方  
① お米を炊飯器にセットしめんつゆを加え、水を通常目盛りまで入れる。がんもどきを入れ、炊飯スタート。  
② 炊きあがったら、しゃもじでがんもどきを崩しながら全体的に混ぜて出来上がり。

丸和食品 (東京都・練馬区)

**211 きのこがんも**

がんもどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますので、そのままでも、煮物にも。

冷蔵 賞味期限 5日 大豆

2個 **240円** (税込 **259円**) (通常税込 **286円**)

ふなしめじ (茨城県、他) [放] 不検出 <2.1 <2.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

**204 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 賞味期限 4日 大豆

200g **220円** (税込 **238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)

**208 厚揚げ**

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

冷蔵 賞味期限 4日 大豆

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)

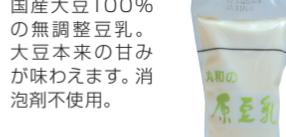
**209 豆腐からあげ**

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 賞味期限 4日 大豆

10個 **210円** (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)

**210 豆乳**

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。

冷蔵 賞味期限 30日 大豆

300cc **210円** (税込 **227円**)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6



JAやさと (茨城県・石岡市)

**212 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)**

茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

冷蔵 賞味期限 7日 大豆

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)

**213 本味納豆(タレ・カラシ無)**

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

冷蔵 賞味期限 7日 大豆

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)

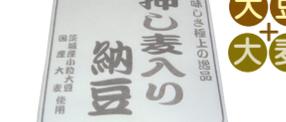
**214 水府納豆ミニ2(タレ・カラシ付)**

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

冷蔵 賞味期限 10日 大豆

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)

**215 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)**

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

冷蔵 賞味期限 10日 大豆

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)

**216 十勝の息吹 ひきわり2P(タレ・カラシ付)**

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

冷蔵 賞味期限 9日 大豆

40g×2 **172円** (税込 **186円**)

大豆 (北海道)



登喜和食品 (東京都・府中市)

**217 黒大豆テンペ**

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

冷蔵 賞味期限 30日 大豆

100g **350円** (税込 **378円**)

大豆 (北海道)

日配品

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



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

**218 生芋あく抜きこんにゃく**

昔ながらの缶蒸し製法で作ったこんにゃくです。

冷蔵 賞味期限 90日

220g **140円** (税込 **151円**)

こんにゃく芋 (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

**219 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。

冷蔵 賞味期限 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



市州食品 (群馬県・高崎市)

**220 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。

冷蔵 賞味期限 60日 大豆

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)

**221 洗いもずく**

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

冷蔵 賞味期限 10日 大豆

200g **240円** (税込 **259円**)

もずく (沖縄県)

シーズン最終



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

金子製麺 (神奈川県・中井町)
222 あしがら車屋 冷やし中華(2食入)
冷 賞21日 卵大 小
麺120g×2 スープ45g×2 380円(税込410円)
小麦(国内産)

シーズン最終



かじかわ農場(新潟県・新発田市)
223 夏おでん
大根、ロールキャベツ、ゆで卵、しらたき、焼ちくわ、油揚げをいわし煮干しと昆布のだし汁で炊きました。

かじかわ農場(新潟県・新発田市)
224 北海道産ほたての五目炊き込み御飯
冷 賞90日 卵米大 小
430g(うち固形量290g) 653円(税込705円)
大根・キャベツ・卵(国内産)

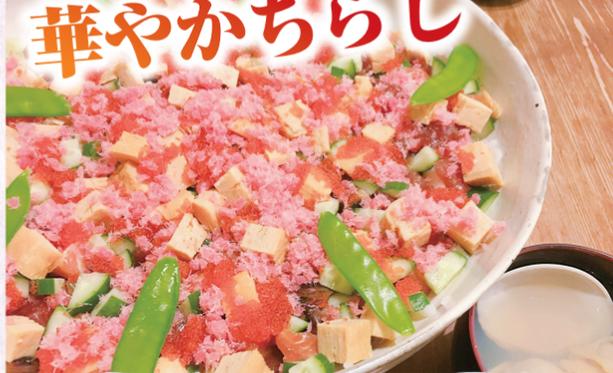
敬老の日はちょっと豪華な炊き込みご飯



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

かじかわ農場(新潟県・新発田市)
224 北海道産ほたての五目炊き込み御飯
冷 賞90日 米大 小
200g(2合用) 420円(税込454円)
ほたて(北海道)

敬老の日の祝膳に!



遠忠食品(埼玉県・越谷市)
226 味付かんぴょう
国産無漂白かんぴょうを砂糖、醤油、みりん、水あめを使って調味。手巻寿司やちらし寿司に。

遠忠食品(埼玉県・越谷市)
226 味付かんぴょう
冷 賞90日 米大 小
100g 425円(税込459円)
かんぴょう(栃木県) [放]不検出<3.5<3.7

そのまま、ほぐしてサラダや手巻き寿司にも



松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市)
225 かに風味かまぼこ
無リンのスケソウダラすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市)
225 かに風味かまぼこ
冷 賞60日 小
10本 298円(税込322円)
すけそうだら(北海道)



常総の「絆」です。生産者「リアス」。
229 石巻十三浜産 絆わかめ
震災復興で立ち上がった漁師が品質にもこだわったわかめです。水戻ししてご利用ください。

100g 380円(税込410円)
わかめ(宮城県) [放]不検出<4.2<4.6



230 三陸産 カットくきわかめ
わかめの茎の部分をカットして塩蔵しました。コリコリとした食感が特長。塩抜きをして炒め物や煮物、サラダ等に。

100g 270円(税込292円)
わかめ(三陸) [放]不検出<3.8<4.1



231 ミックスビーンズの水煮
4種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。

150g 265円(税込286円)
豆(新潟県、北海道)



232 内麦焼そば(ソース無)
国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。

150g×3 197円(税込213円)
小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



233 あしがら車屋 醤油らーめん(2食入)
地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。

120g×2 スープ47g×2 365円(税込394円)
小麦(国内産)



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

150g 380円(税込410円)
黒大豆(岩手県)



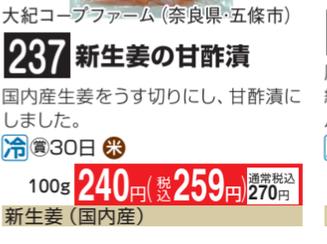
235 菊田煮豆小袋セット
開放釜による、昔ながらの直火炊きを行う老舗煮豆屋「菊田商店」の煮豆小袋セット。

40g×5種 430円(税込464円)
豆(国内産)



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

40g×3 298円(税込322円)
魚肉(国内産)



237 新生姜の甘酢漬
国内産生姜をうす切りにし、甘酢漬にしました。

100g 240円(税込259円)
新生姜(国内産)



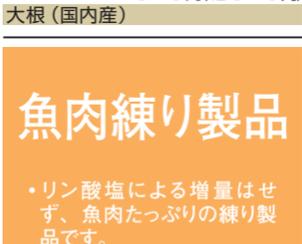
238 ピリ辛きゅうり 醤油漬
厚切りしたきゅうりを醤油、白だし、純米酢、唐辛子などの調味液で、パリパリした食感に仕上げました。

200g 290円(税込313円)
きゅうり(国内産)



239 すっぱいいなか漬(寒干し沢庵・糠漬)
宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。

140g 325円(税込351円)
大根(宮崎県)



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

250g 320円(税込346円)
大根(国内産)



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

250g 260円(税込281円)
白菜(国内産)



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

250g 260円(税込281円)
白菜(国内産)



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

300g 498円(税込538円)
白菜(国内産)



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

100g 265円(税込286円)
わさび(静岡県) [放]不検出<3.7<3.8



245 熟成めか床
和歌山県の漬物屋が地元の米糠を使い熟成させためか床。きなこ、渋柿の皮、唐辛子、昆布を加えています。

1kg 510円(税込551円)
米ぬか(和歌山県)

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

そのまま、軽く焼くと香ばしくなります。
246 桜えび入り 揚かまぼこ
スケソウダラとくちを使用し無リンすり身に桜えびを加えてすりあげ、菜種油で揚げました。プリプリの食感が特徴です。

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

高橋徳治商店 こだわりの練り物
冷蔵庫内で解凍して
251 冷凍ちや豆
他の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。

252 チヂミ風さつま揚げ
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)
253 7種の野菜揚げ
無リンすり身に、キャベツやじゃがいも等7種の国産野菜をたっぷり混ぜ込みました。自然解凍でもOK。

248 小判揚
5枚150g 315円(税込340円)
すけそうだら(アメリカ、北海道)

249 こだわりさつま揚げ(磯の香)
3枚90g 250円(税込270円)
すけそうだら(北海道)

250 焼ちくわ
5本130g 260円(税込281円)
すけそうだら(北海道)

253 7種の野菜揚げ
5個165g 315円(税込340円)
すけそうだら(北海道)

254 おとうふ揚げ
5個175g 295円(税込319円)
すけそうだら(北海道)

255 「高橋徳治商店」のさぼう揚
3枚117g 389円(税込420円)
ごぼう(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。



イズックス (東京都・中央区)

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。

凍 500g 327円(税込353円)
かぼちゃ(北海道)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

257 ミックスベジタブル

北海道産のとうもろこし、人参、いんげんをダイスカットにしました。ピラフ、炒め物、サラダ等に。

凍 200g 428円(税込462円)
野菜(北海道)

サラダ・あえもの・丼に!

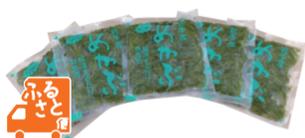


日本生活協同組合連合会

258 COアボカド スライス150g

皮むき、種取したアボカドをスライスにしました。凍ったまま皿に広げ室温で解凍して。(20℃で約30~40分)

凍 150g 297円(税込321円)
アボカド(ペルー)

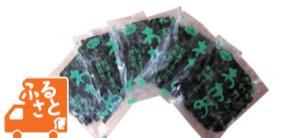


コタニ (岩手県・大船渡市)

259 冷凍めかぶ(岩手県産)

岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、使い易く小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍 40g×5パック 338円(税込365円)
わかめ(岩手県) [放]不検出<2.8<3.0



コタニ (岩手県・大船渡市)

260 すぐに使える生わかめ(岩手県産)

岩手県沖で、3月に収穫したわかめをボイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍 40g×5パック 390円(税込421円)
わかめ(岩手県) [放]不検出<0.6<0.6

お弁当におかず



マストミ (徳島県・徳島市)

263 鶏のから揚げ

無投棄の神山鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかくジューシーな唐揚げ。レンジかトースターで温めて。

凍 卵米大小 200g 417円(税込450円)
鶏肉(徳島県)



ニッコー (神奈川県・大和市)

264 ひとくちソースとんかつ

粗挽きたんかつ肉を油で揚げ、ソースをからめました。お弁当のおかず最適。レンジ加熱または自然解凍で。

凍 卵米大小 6個120g 395円(税込427円)
豚肉(国内産)

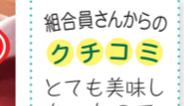


日岡商事 (兵庫県・加古川市)

265 ナチュラルカットポテト

北海道産のじゃがいもを皮付きのままカットしました。凍ったまま油に入れカラッと揚げてください。

凍 卵米大小 300g 343円(税込370円)
鶏肉・玉ねぎ(国内産)



総合員さんからのクチコミ

とても美味しかったので、また買いたいです。



大進食品(神奈川県・横浜市)

266 マム 学校帰りのコロケ

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げて。

凍 卵米大小 60g×5 380円(税込410円)
じゃがいも(北海道)



マストミ(徳島県・徳島市)

267 神山鶏の塩麹竜田

自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げ。

凍 卵米大小 150g 374円(税込404円)
鶏肉(徳島県)



ニッコー(神奈川県・大和市)

268 鶏ごぼうハンバーグ

国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。レンジまたは焼いて。

凍 卵米大小 26g×8 384円(税込415円)
鶏肉(国内産)



秋川牧園(山口県・山口市)

269 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。お弁当にもピッタリ。

凍 卵米小 200g 423円(税込457円)
鶏肉(山口県、他)



秋川牧園(山口県・山口市)

270 とりがらスープ

植物飼料で育てた健康な若鶏のガラを原料とした個包装タイプの5倍濃縮スープ。スープやカレー、鍋物などにどうぞ。

凍 5袋250g 417円(税込450円)
鶏骨(国内産)



秋川牧園(山口県・山口市)

271 鶏レバー甘辛焼き

開放鶏舎で健康に育った若鶏のレバーを蒸気でふくら焼き、甘辛いたれをからめました。湯煎かレンジで。

凍 卵米小 120g 364円(税込393円)
鶏肉(山口県、他)



大進食品(神奈川県・横浜市)

272 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ

消泡剤を使わず天然にかりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。

凍 卵米大小 3個210g 425円(税込459円)
大豆・鶏肉(国内産)



秋川牧園(山口県・山口市)

273 チキンカツ(和風醤油)

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

凍 卵米大小 200g 414円(税込447円)
鶏肉(国内産)



ニッコー(神奈川県・大和市)

274 大きな豆腐肉団子

国産の鶏肉と国産大豆を使用した豆腐を主体に、少し大きめの肉団子を作り、特製のタレをからめました。

凍 卵米大小 340g 455円(税込491円)
鶏肉(国内産)



ニッコー(神奈川県・大和市)

275 ミニアメリカンドック

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

凍 卵米小 6本150g 400円(税込432円)



大進食品(神奈川県・横浜市)

276 オーガニックペンネのトマトソースグラタン

濃厚なバターをたっぷり使った、さらさらとしたオーガニックのペンネを、トマトソースと国産玉ねぎをレンジで温めて。

凍 卵米小 170g×2 537円(税込580円)
小麦(イタリア)



イシイフーズ(徳島県・石井町)

277 阿波すだち鶏軟骨入つくねスティック

阿波すだち鶏ムネ肉ミンチで作ったつくねスティック。鶏の飼料は遺伝子組換え不分別です。

凍 卵米小 200g 366円(税込395円)
鶏肉(徳島)



大進食品(神奈川県・横浜市)

279 ヨコハマの餃子

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。

凍 卵米小 18g×25 568円(税込613円)
豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0



日岡商事(兵庫県・加古川市)

280 ジャンボ餃子

国内産小麦粉の皮で具をたっぷり包み、コクとボリューム感をだしました。焼いても揚げても。

凍 卵米小 45g×5個 343円(税込370円)
キャベツ・豚肉・玉葱(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

281 飛鳥の黒豚水餃子

国産小麦粉を使用した厚めの皮で包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。

凍 卵米小 15個250g 454円(税込490円)
豚肉(国内産)



ニッコー(神奈川県・大和市)

282 中華丼の具(塩)

新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。

凍 卵米小 180g×2 495円(税込535円)



秋川牧園(山口県・山口市)

278 ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 卵米小 200g 398円(税込430円)
鶏肉(山口県、他)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

283 フライパンでキーマ春巻

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

凍 卵米小 6本150g 360円(税込389円)
豚肉(国内産) [放]不検出<4.2<2.6



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

284 飛鳥の黒豚シューマイ

豚肉たっぷりのシューマイです。ジュースで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。

凍 卵米小 12個180g 403円(税込435円)
豚肉(国内産)



飛鳥食品(東京都・江戸川区)

285 飛鳥のえびシューマイ

国産たらのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふくら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。

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



マストミ(徳島県・徳島市)

286 天然えびのチリソース

厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めて。

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



調理時間 レンジで5分(500W)



15ページにも「自家製マーボー茄子惣菜セット」があります

国産野菜をたっぷり使いました



①鶏肉と野菜の南蛮漬け
②大豆入りきんぴらごぼう
③小松菜磯和え
④キャベツとコーンのコルスロー
⑤大根と梅おかか和え
国産鶏肉を南蛮風に味付け、副菜にきんぴらごぼう・小松菜和え・コルスロー・大根梅おかか和えを添えました。

原材料: ①鶏肉(国産)、たまねぎ(国産)、にんじん、ぼれいしよでん粉、調味油、ピーマン、しょうゆ、砂糖、穀物酢、発酵調味料
②ごぼう(国産)、にんじん、大豆、ごま、みりん風調味料、しょうゆ、砂糖、ごま油、唐辛子
③小松菜(国産)、にんじん、ごま、しょうゆ、砂糖、乾のり
④キャベツ(国産)、とうもろこし、にんじん、砂糖、マヨネーズ、穀物酢、食塩、こしょう
⑤大根(国産)、ほうれん草、調味乾燥梅、かつお節、しょうゆ、食塩

魚と肉の両方楽しめます



①タラのチーズ焼き
②こぶき芋添え
③鶏と大豆のトマトソース煮
④レンコンと大根の酢の物
⑤キャベツの赤しそ和え
⑥かぼちゃのバター醤油
こぶき芋とタラ切身のチーズ焼きをメインに、鶏肉のトマト煮や蓮根・赤キャベツ・南瓜の副菜を添えました。

原材料: ①タラのチーズ焼き: スケノウダラ(アメリカ産)、にんじん、チーズ、いんげん、食塩、こしょう、こぶき芋、じゃがいも(国産)、食塩、こしょう、乾燥パセリ
②鶏肉(国産)、たまねぎ、トマトピューレ、大豆、トマトケチャップ、チキンコンソメ、食塩、こしょう
③れんこん(国産)、大根(国産)、砂糖、しょうゆ、穀物酢、ごま油、揚げ、すだち果汁、わかめ
④キャベツ(国産)、赤しそ、すりかき、食塩
⑤かぼちゃ(国産)、しょうゆ、砂糖、ごま、みりん風調味料、乳等を主要原料とする食品

大進食品(神奈川県・横浜市)

261 鶏肉と野菜の南蛮漬け惣菜セット

凍 卵米大小 190g 770円(税込832円)
鶏肉・玉ねぎ(国内産)

大進食品(神奈川県・横浜市)

262 タラのチーズ焼き惣菜セット

凍 卵米大小 200g 770円(税込832円)
スケノウダラ(アメリカ)、じゃがいも・鶏肉(国内産)

本格中華



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



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

2食入  
 341円(税368円) 通常税込378円

わかめ(韓国)

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

200g×3玉 412円(税445円)

小麦粉(国内産)

**289 冷凍ブルーベリー**  
 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。

110g 358円(税387円)

ブルーベリー(長野県)

**KUBOTA のアイス**  
 やまもも本来の香りど程良い酸味をお楽しみください

2個 320円(税346円)

やまもも(高知県)

**294 おっぱいアイスマルク**  
 牛乳の素朴なおいしさをベースにパニラピー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。

80ml 100円(税108円)

生乳(北海道)



**290 ライスバーガー ねぎ塩豚焼肉**  
 醤油をつけ焼いたライスプレートに特製甘辛塩たれで仕上げた葱と国産豚肉の焼肉をサンド。加工澱粉:0.2%

5個575g 880円(税950円) 通常税込970円

米・豚肉(国内産)

**291 助六寿司**  
 太巻きと五目いなりを4個ずつ詰め合わせました。自然解凍またはレンジで解凍して。保存料不使用。

280g(2種×4個) 430円(税464円)

米(国内産)

**292 無茶々園の冷凍温州みかん**  
 11月中旬から12月初旬の最も美味しい時期のみかんを冷凍しました。無農薬またはマシン油使用までのもの。

約500g 380円(税410円)

みかん(愛媛県)

**295 夢中熱中 パニラとあずきの最中**  
 北海道十勝産小豆を使い手間をかけ炊き上げた自家製粒あん素材のおいしさが際立つパニラアイスの最中。

110ml 120円(税130円)

生乳・小豆(北海道)

**296 抹茶と十勝あずきかき氷**  
 北海道十勝産小豆を丁寧に炊いた自家製粒あん、高級抹茶、国産さとうきび蜜、高知県天日塩を使用したかき氷。

180ml 150円(税162円)

小豆(北海道)・茶(国内産)



**297 お茶香るミニたい焼き(あずき)**  
 生地と国産の緑茶粉末を使用し、自社で炊いた国産小豆を使用したあんこを包んだミニたい焼き。自然解凍OK

8個272g 385円(税416円) 通常税込446円

小麦粉・小豆・茶(国内産)

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

5切 335円(税362円)

大豆(国内産)

**299 無茶々園の冷凍梅**  
 農業、化学肥料を使わず育てた梅をそのまま凍らせた。大小込みのサイズです。ジャム、ジュース作りに。

1kg 1231円(税1329円) 通常税込1360円

梅(愛媛県)

**16ページ429庄内産茶豆ずんだを使って「ずんだと豆腐のアイス」はいかが?**

◆材料(2~3人前)  
 ずんだ餡……………150g  
 豆腐……………90g

◆作り方  
 ① 豆腐をキッチンペーパーで包み、皿に乗せ、電子レンジ600Wで2分加熱し、水気を切る。  
 ② 厚手のナイロン袋に①とずんだ餡を入れ、空気を抜いて口を硬く縛り、豆腐が粗いペースト状になるまで袋の上から揉む。  
 ③ ②を1時間冷凍庫で冷やす。  
 ④ 袋の上から全体が滑らかになるまで揉み、再度冷凍庫で30分~1時間冷やす。  
 ⑤ 再度少し揉んで滑らかにしてから器に盛り付ける。

**302 海のエッセンス ベッパーソルト(詰め替え用)**  
 「海のエッセンス」と有機の黒と白のコショウをブレンド。煎りたて挽きたてをバックしました。

55g 330円(税356円)

海水(伊豆大島近海)

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

4本180g 400円(税432円)

よもぎ(国内産)

**304 常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)**  
 石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原材料:大豆、小麦、塩 ※アルコール添加はしてありません。沼屋本店(茨城県・つくば市)

500ml 619円(税669円)

大豆(茨城県) 【放】不検出<3.0<3.3

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

500g 380円(税410円)

甜菜(北海道)

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

1kg 300円(税324円)

海水(沖縄県)、天日塩(オーストラリア、メキシコ)

**302 海のエッセンス ベッパーソルト(詰め替え用)**  
 「海のエッセンス」と有機の黒と白のコショウをブレンド。煎りたて挽きたてをバックしました。

55g 330円(税356円)

海水(伊豆大島近海)

**303 梅紫蘇塩(しそ入)**  
 沖縄の塩「シママース」に赤梅酢を漬け込み、乾燥させました。梅の酸味と紫蘇の風味がアクセントになった塩。

25g 250円(税270円)

塩(沖縄県)

**521 食酢**  
 私醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

500ml 152円(税164円)

米(国内産)

**304 常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)**  
 石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原材料:大豆、小麦、塩 ※アルコール添加はしてありません。沼屋本店(茨城県・つくば市)

500ml 619円(税669円)

大豆(茨城県) 【放】不検出<3.0<3.3

**523 入正特醸醤油**  
 入正醤油(千葉県・東庄町)

1ℓ 350円(税378円)

大豆(アメリカ、ブラジル)

**305 やまご味噌(粒・甘口) 容器入り**  
 国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。原材料:米、大豆、塩

750g 540円(税583円) 通常税込594円

大豆(国内産)

**306 富士玄米黒酢**  
 飯尾醸造(京都府・宮津市)

500ml 1430円(税1544円) 通常税込1566円

玄米(京都府)

**309 傳右衛門 生みそ(豆)**  
 国産丸大豆と豆麹だけで作った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。

500g 800円(税864円)

大豆(国内産)

**529 金箔春夏秋冬だしの素**  
 笹木醤油(埼玉県・川島町)

1ℓ 910円(税983円)

大豆(国内産、アメリカ、カナダ)

**502 CO虹の宴 料理酒**  
 お料理の隠し味として欠かせません。

900ml 370円(税407円)

米(国内産)

**506 三河伝統製法「古式本みりん」**  
 相生ユニビオ(愛知県・西尾市)

500ml 534円(税587円)

もち米(国内産、中国)

**311 九鬼 太白純正胡麻油**  
 厳選した胡麻を炒らずに低温圧搾しました。胡麻本来の旨味が生き、無色無臭で普段使いできる油です。

340g 630円(税680円)

胡麻(ナイジェリア、他)

**307 りんご酢**  
 太田酢店(福島県・須賀川市)

300ml 600円(税648円)

りんご(国内産)

**308 ミャンマー産 ひまわりはちみつ 350g**  
 ミャンマーのひまわり畑のはちみつ。くせの少ないさわやかな風味のはちみつです。

350g 550円(税594円)

はちみつ(ミャンマー)

**310 圧搾一番しぼりなたねサラダ油(丸缶)**  
 オーストラリア産なたね使用。圧搾一番しぼりのみ使用。コシが強く、繰り返し使えます。

600g 700円(税756円)

なたね(オーストラリア)

**311 九鬼 太白純正胡麻油**  
 厳選した胡麻を炒らずに低温圧搾しました。胡麻本来の旨味が生き、無色無臭で普段使いできる油です。

340g 630円(税680円)

胡麻(ナイジェリア、他)

**553 COオリーブオイル 400g**  
 日本生活協同組合連合会

400g 510円(税551円) 通常税込562円

オリーブ(スペイン)

**307 りんご酢**  
 太田酢店(福島県・須賀川市)

300ml 600円(税648円)

りんご(国内産)

ご飯のおともで新米をおいしく!

**今週のおすすめ**  
瀬戸内海の内海で丹精込めて育てた  
つやつやで  
美味しい **味付け海苔**

化学調味料  
不使用です!

**特**

組合員さんからの  
**クチコミ**  
広島のみ付け海苔、前回たのんだら、もう1回食べたいたいコイル有り。

瀬戸内海の内海で、種付けから摘み取りまで丹精込めて育てました。無酸処理。

リアス (千葉県・船橋市)

**312 広島県産 熟成味付け海苔**

板のり7枚(8切56枚) **485円**(税込**524円**) 通常税込**540円**

乾海苔 (広島県)

業界では不可欠とされる酸化防止剤、増粘剤不使用。

**前日OK!**

長野森林組合 (長野県・長野市)

**600 うす塩えのき茸**

215g **298円**(税込**322円**)

えのき茸 (長野県)

無添加  
化学調味料

九鬼産業 (三重県・四日市市)

**313 九鬼国産混ぜ込みふりかけ 梅しそ**

25g **250円**(税込**270円**)

白ごま (国内産)

北海道産昆布と刻んだ真イカするめが半々で入っています。かつお、昆布、椎茸、煮干の旨みをきかせたタレ付。

リアス (千葉県・船橋市)

**314 松前漬 (原料・タレ付)**

40g+タレ120ml **550円**(税込**594円**)

昆布 (北海道)

**特**

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

**315 徳用 梅干し**

昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ割合を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無選別。

500g **1530円**(税込**1652円**) 通常税込**1674円**

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

井物や  
煮物にも

ポールスタア (東京都・東村山市)

**319 すき焼割り下**

北海道産昆布からだしをとり、鹿児島伝統の黒酒を使用。旨味のきいたすき焼割り下。

400ml **430円**(税込**464円**)

大豆(アメリカ、カナダ)、小麦(アメリカ・カナダ)

**前日OK!**

日本生活協同組合連合会

**546 CO野菜たっぷり 和風ドレッシング500**

たっぷりの生玉ねぎの風味に、醤油とコク。生にこだわったドレッシングです。

500ml **440円**(税込**475円**)

創健社 (神奈川県・横浜市)

**320 えごま一番 胡麻ドレッシング**

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。サラダや、しゃぶしゃぶにも。

150ml **420円**(税込**454円**)

きざみ野菜入りで、いろいろな料理に使えます

ナガノトマト (長野県・松本市)

**535 国産つぶ野菜入り 信州生まれのケチャップ**

信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。

295g **345円**(税込**373円**)

トマト (長野県)

**特**

ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

**540 お好みソース**

国産有機野菜、果実を使用。香辛料は胡椒、ナツメグ、クローブ、ローレル、桂皮等を使用。

360ml **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**

ポールスタア (東京都・東村山市)

**321 青森県田子町産100% おろしにんにく**

青森県田子町の「福地ホワイト6片」という最高品種のにんにくをとおろしました。塩とクエン酸を少量添加。

80g **390円**(税込**421円**)

にんにく (青森県) [放] 不検出 <3.4 <3.6

創健社 (神奈川県・横浜市)

**578 和風だし一番**

化学調味料、合成甘味料、保存料不使用の顆粒状のだしの素。

8g×10 **362円**(税込**391円**)

千葉産直サービス (千葉県・千葉市)

**322 いわしっこ**

いわしを骨ごと燻加工したものと、そうだ節、鰹節を顆粒にしたものを合わせた粉末だしです。

80g **343円**(税込**370円**)

いわし (国内産)

コタニ (岩手県・大船渡市)

**323 万能汁物の具**

岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。

30g **380円**(税込**410円**)

わかめ (岩手県) [放] 不検出 <4.1 <4.3

卵とじに

山形屋商店 (宮城県・登米市)

**650 あげ麩**

国産小麦粉とグルテンで作った麩を大豆油で揚げました。汁物にそのまま入れて、水戻して煮物や炒め物に。

40g **250円**(税込**270円**) 通常税込**281円**

小麦 (国内産)

川光商事 (東京都・中央区)

**654 いろめか**

蒸気を使用しているため、均一に煎られています。

卵米 500g **110円**(税込**119円**)

米ぬか (国内産) [放] <sup>137</sup>Cs=2.2

料理の辛み付けに

無茶々園 (愛媛県・西予市)

**324 無茶々園鷹の爪**

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

7g **240円**(税込**259円**)

唐辛子 (愛媛県)

川光商事 (東京都・中央区)

**622 片栗粉**

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

400g **210円**(税込**227円**)

じゃがいも (北海道)

長谷川商店 (東京都・中央区)

**325 きざみのり (3ミリ幅)**

のりを3mm幅に揃えてきざみました。そうめんやそばなど種類に、お茶漬や丼ものにも。

25g **210円**(税込**227円**)

のり (国内産)

宮城県白石市名産

はたけな製麺 (宮城県・白石市)

**326 白石温麺 2袋**

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

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

小麦 (オーストラリア)

はたけな製麺 (宮城県・白石市)

**327 無塩温麺(国産小麦)**

油と塩を使わずに練り上げた細麺。胃に負担が少なく、麺が短いので食べやすくなっています。

90g×3 **300円**(税込**324円**)

小麦粉 (北海道)

千葉産直サービス (千葉県・千葉市)

**328 とろさば 水煮**

脂が一番のり、旨味が増す秋さばを純国産平金塩と純米富士酢で水煮にしました。厳選された素材の美味しさが味わえます。

180g (固形量135g) **417円**(税込**450円**)

さば (国内産) [放] 不検出 <1.0 <0.8

千葉産直サービス (千葉県・千葉市)

**329 とろさば みそ煮**

脂が一番のり、旨味が増す秋さばをこだわりの調味料で味付けしました。国産麦を使用した甘めのコクのあるみそ使用。

180g (固形量135g) **417円**(税込**450円**)

さば (銚子港) [放] 不検出 <0.8 <0.9

お団子  
お月見や  
お彼岸に!

おはぎ  
407 もち米と

川光商事 (東京都・中央区)

**330 玉三 極上白玉粉**

新潟産水稲もち米の粉。冷菓作りにも。

200g **350円**(税込**378円**)

もち米 (新潟県)

川光商事 (東京都・中央区)

**331 玉三 よもぎ入り白玉粉**

国内産のもち米とよもぎを使用。1袋で約15個のよもぎ白玉が作れます。

100g **250円**(税込**270円**)

もち米・よもぎ (国内産)

敬老のお祝いに

沖繩の塩に粗糖、純米酢、丸大豆醤油 使用  
蓮根、人参、えのき、干びょう、椎茸、筍をこだわりの調味料で味付け。炊いたご飯にまぜるだけ。米3合分。

55g **920円**(税込**994円**)

しいたけ (宮崎県)

リアス (千葉県・船橋市)

**335 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。

120g **270円**(税込**292円**)

たけのこ (福岡県)

全国農業協同組合連合会 (東京都・千代田区)

**336 たけのこ ドライバック缶**

福岡県八女産のたけのこをドライバックにしました。缶を開けたらすぐに料理に使える便利な素材缶。

20枚90g **545円**(税込**589円**)

大豆 (宮城県) [放] 不検出 <2.7 <2.9

川光商事 (東京都・中央区)

**332 わりあん**

北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

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

川光商事 (東京都・中央区)

**333 つぶあん**

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

260g **285円**(税込**308円**)

農家レストランどんぐりてい (茨城県・坂東市)

**334 ソフト青大豆きな粉**

無農薬、自然栽培、手選別した青大豆を自家焙煎、自家製粉で作ったきな粉です。

150g **470円**(税込**508円**) 通常税込**518円**

長野森林組合 (長野県・長野市)

**601 鬼無里 五目寿司の素**

3合用

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

野菜 (国内産)

創健社 (神奈川県・横浜市)

**337 無漂白の干びょう**

真夏の太陽熱で干しあげた紐状の干びょう。硫黄燻蒸処理をしていないので軟らかく、香りと風味が格別。

30g **330円**(税込**356円**)

かんぴょう (栃木県) [放] 不検出 <5.0 <4.5

岩出山農協 (宮城県・大崎市)

**338 凍り(しみ)豆腐**

大豆 (宮城県) [放] 不検出 <2.7 <2.9



## 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 (レ・ルルド)

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

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**パン・ド・ミ(食パン) 1斤** 賞届いて1~2日 小

**365** 6枚 **270円**(税込**292円**)

**366** 8枚 **270円**(税込**292円**)

**367** ノースライス **260円**(税込**281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、塩

※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



## 地元で愛されるパン屋 クーロンヌ



賞届いて2日 乳小  
 クーロンヌの角形食パン

**368** 半斤3枚

半斤3枚 **140円**(税込**151円**)  
 小麦(アメリカ、他)

自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもちもち食感とクセない味わいに仕上げました。

**369** 1斤6枚

1斤6枚 **270円**(税込**292円**)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!



ハッコー食品(千葉県・千葉市)

**374** プ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

賞届いて1~2日 小  
 凍 賞180日 卵乳大 小  
 約65g×6 **605円**(税込**653円**)

小麦(カナダ、他)



ハッコー食品(千葉県・千葉市)

**375** 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

賞届いて1~2日 小  
 凍 賞180日 小  
 約40g×5 **415円**(税込**448円**)

小麦(国内産)

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、塩  
 ※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

賞届いて1~2日 小  
 Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤**

**370** 8枚 **425円**(税込**459円**)

**371** ノースライス **415円**(税込**448円**)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出<4.0<4.7

プレスオールドナータイプのフルーツとナッツを使用

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**372** パン・ド・ミ(全粒粉食パン) 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 小  
 1斤 **300円**(税込**324円**)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

10個入 1個あたり税込**66円**

オリオンベーカリー(岩手県・花巻市)

**381** 発芽玄米入りクロワッサン

原材料:小麦粉(国内産)、砂糖(てんさい糖)、焙煎発芽玄米、有機ショートニング、イースト(酵母)、食塩、膨張剤(ベーキングパウダー)

賞60日 米小  
 3個 **330円**(税込**356円**) 通常税込**373円**

小麦粉(国内産)

## 地元のお店 いばらきベーグル

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**376** 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**(税込**180円**)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

**377** 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**(税込**210円**)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

## パンと一緒に

松永農園(静岡県・静岡市)

**382** 松永さんのレモンジャム

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

190g **525円**(税込**567円**)

レモン(静岡県) [放] 不検出<2.8<3.0

**383** 松永さんのブルーベリージャム

自園の完熟ブルーベリーを使用。製造工程で種を少し取り除いているので、年配の方でも食べやすいです。

190g **655円**(税込**707円**) 通常税込**724円**

ブルーベリー(静岡県)

**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 糖  
 230g **740円**(税込**799円**)

落花生(千葉県) [放] 不検出<4.1<4.2

創健社(神奈川県・横浜市)

**384** オニオンスープ

淡路島産のたまねぎをじっくりローストした、野菜の旨みがつまったスープです。

賞60日 糖  
 6g×4 **491円**(税込**530円**)

## 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

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

賞180日  
 100g **1000円**(税込**1080円**)

茶葉(静岡県) [放] 不検出<3.2<3.4

**719** 上煎茶

賞180日  
 100g **1670円**(税込**1804円**)

茶葉(静岡県) [放] 不検出<0.5<0.5

川光商事(東京都・中央区)

**385** 玉三 丹波黒豆麦茶

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

賞60日 糖  
 10g×20 **250円**(税込**270円**)

大麦・黒大豆(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。

賞60日 糖  
 10g×5×8 **305円**(税込**329円**)

大麦(国内産)

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。

賞60日 糖  
 2g×50 **320円**(税込**346円**)

紅茶(スリランカ)

ランカスター(千葉県・千葉市)

**386** アップルティー(ティーバッグ)

セイロン紅茶に爽やかなりんごの香りをつけました。ストレートどうぞ。濃い目にだしてアイスティーにも。

賞60日 糖  
 2g×20 **463円**(税込**500円**) 通常税込**518円**

紅茶(インド)

フジワラ化学(愛媛県・西条市)

**387** フジワラの青汁(粉末タイプ)

有機栽培ケール100%。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。携帯に便利な粉末タイプ。

賞60日 糖  
 3g×30包 **2850円**(税込**3078円**)

ケール(愛媛県)

日本生活協同組合連合会

**388** CO富士山麓 峠の湧水2ℓ

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

賞60日 糖  
 2ℓ **130円**(税込**140円**)

山梨県 [放] 不検出<0.5<0.4

南蛮屋(神奈川県・厚木市)

**389** コーヒー牛乳のもと

珈琲専門店が作った「コーヒー牛乳のもと」。牛乳に混ぜるだけで美味しいコーヒー牛乳が出来上がります。牛乳で5倍に希釈して。

賞60日 糖  
 275ml **610円**(税込**659円**) 通常税込**670円**

インスタントコーヒー(マレーシア)

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。

ヤッホー・ブルーイング(長野県・佐久市)

**758** よなよなエール 1本

賞150日  
 350ml **248円**(税込**273円**)

大麦(イギリス)

**393** 6本組

賞150日  
 350ml×6 **1488円**(税込**1638円**)

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

ゴールドバック(長野県・松本市)

**390** みかんジュース

賞60日 糖  
 160g×5 **765円**(税込**826円**)

うんしゅうみかん(和歌山県)

長野県産の秋映を搾った、100%ストレートジュース。甘味と酸味のバランスがよく、さっぱりとした味わいです。酸化防止剤不使用。

長野県農(長野県・長野市)

**391** 秋映りんごジュース

賞60日 糖  
 160g×6 **750円**(税込**810円**) 通常税込**821円**

りんご(長野県)

創健社(神奈川県・横浜市)

**392** 丹沢サイダー 6缶

神奈川県中西部に広がる丹沢山系に湧くおいしい水からつくりました。甘さ控えめでさわやかな後味です。

賞60日 糖  
 250ml×6 **570円**(税込**616円**)

日本生活協同組合連合会

**754** CO ただの炭酸水 200ml

福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。

賞60日 糖  
 200ml×24 **1200円**(税込**1296円**) 通常税込**1344円**

芳醇で飲み応えのある純米酒。酒本来のコクと味をお楽しみ下さい。農薬不使用米。

寺田本家(千葉県・神崎町)

**394** 五人娘 純米酒

賞60日 糖  
 720ml **1325円**(税込**1458円**)

米(茨城県) [放] 不検出<3.1<3.4

寺田本家(千葉県・神崎町)

**395** 五人娘 純米酒 1800ml

賞60日 糖  
 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!

ママから新たな惣菜セット **和洋中** の9商品

9月1回の3商品に続き **今週も3商品** が新登場

管理栄養士監修 **ママダイニング**

手作りのような味

副菜4品  
+  
メイン惣菜1品

ママの目線で体に優しく、美味しく飽きない味を目指した惣菜セットをご用意しました。

調理時間 シールを1cm開けて レンジで5分(500W)

辛さ控えめ レンジで温めて(500Wで5分)

原材料: ①なす(国産)、豚肉、たまねぎ、にんじん、みそ、グリーンピース、砂糖、しょうゆ、ねぎ、ばれいしよでん粉、発酵調味料、ごま油、干しいたけ、しょうが、チキンコンソメ、調合油、ラー油、にんにく、唐辛子、食塩、こしょう/香辛料抽出物、パプリカ色素 ②ほうれん草(国産)、にんじん、れんこん、油揚げ、ひじき、砂糖、しょうゆ、昆布だし③たけのこ(国産)、砂糖、しょうゆ、かつお節、唐辛子④いんげん(国産)、鶏卵、砂糖、しょうゆ、昆布だし⑤がんとどき(粉末状大豆たん白、植物油、にんじん、その他)、砂糖、しょうゆ、昆布だし

大進食品(神奈川県・横浜市)

**396** 自家製マーボー茄子惣菜セット

凍卵米大 200g **770円(税832円)** 通常税込862円

なす・豚肉(国内産)

カシューナッツの歯ごたえが魅力

1食当り **412円(税)**

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)

**401** 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め

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

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前 **824円(税890円)** 通常税込1078円

玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)

スタミナメニューの定番

1食当り **399円(税)**

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)

**402** 国産豚のニラバ炒め

新鮮な野菜と本格ニラソースのセットです。野菜は下処理カット済みなので、手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前 **798円(税862円)** 通常税込1037円

ニラ(国内産)、豚レバー(神奈川県)



今週のらくうまごはん

全品特価

肉厚なイカにあんかけを絡めて

1食当り **385円(税)**

調理時間 準備品 **約15分** 卵2個、片栗粉大さじ1・油

2人前

セット内容: カット野菜(白菜、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、きくらげ、水揚げたけのこ、漬魚(アカイカ))

食塩相当量: 3.9g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**397** アカイカとたっぷり野菜あんかけ

国産の柔らかく肉厚なイカに特製タレを合わせました。野菜もたっぷり、ご飯とも相性抜群です。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前 **770円(税832円)** 通常税込971円

アカイカ(国内産)、白菜(国内産)

子どもにも食べやすいアジ

1食当り **430円(税)**

調理時間 準備品 **約10分** 油

2人前

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、具材入り添付たれ(あじ他)

食塩相当量: 3.2g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**398** 豆アジの南蛮風炒め

国産のアジと野菜を使用した南蛮風炒めのセットです。アジは小ぶりです。柔らかくお子様も食べやすいです。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前 **860円(税929円)** 通常税込1079円

アジ(国内産)、玉ねぎ(国内産)

だしの効いた大根と豚肉

1食当り **233円(税)**

調理時間 準備品 **約15分** 片栗粉大さじ1・油

3人前

セット内容: カット野菜(大根、ねぎ)、豚肉、調味料

食塩相当量: 2.4g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**399** 大根の豚そぼろあんかけ

大根はボイル済みなので短時間で調理できます。醤油だしのあんかけが野菜によく合い、ご飯が進みます。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

3人前 **698円(税754円)** 通常税込875円

大根(国内産)、豚肉(国内産)

スタミナ肉でご飯がすすむ!

1食当り **469円(税)**

調理時間 準備品 **約5分** 卵3~4個・油

2人前

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、野菜フイコン

食塩相当量: 1.41g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**400** 生きくらげと豚肉の野菜炒め

カット済み野菜はそのまま調理できます。たっぷり野菜とスタミナ肉入りソースはご飯との相性バッチリ。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前 **938円(税1013円)** 通常税込1188円

きくらげ(群馬県)、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)**

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)

**401** 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め

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

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前 **824円(税890円)** 通常税込1078円

玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)

スタミナメニューの定番

1食当り **399円(税)**

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)

**402** 国産豚のニラバ炒め

新鮮な野菜と本格ニラソースのセットです。野菜は下処理カット済みなので、手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前 **798円(税862円)** 通常税込1037円

ニラ(国内産)、豚レバー(神奈川県)

海鮮の旨味がたっぷり

1食当り **411円(税)**

調理時間 準備品 **約4分** 油

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

食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**403** 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め

新鮮な野菜と本格海鮮ソースのセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つで手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵大 小 中

2人前 **822円(税888円)** 通常税込1015円

白菜(国内産)、えび(ベトナム)

海鮮のダシともちり麺

1食当り **335円(税)**

調理時間 準備品 **約5分** 油

セット内容: カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、パプリカ)、海鮮ソース、麺2袋(3人前)、もやし、野菜フイコン

食塩相当量: 2.28g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**404** 5種野菜の海鮮焼きそば

新鮮な野菜がたっぷり入った野菜セットと麺と海鮮ソースと野菜フイコンがついた、海鮮焼きそばセットです。

冷蔵届いて1~2日 卵大 小

3人前 **1005円(税1085円)** 通常税込1294円

小麦粉(東京都)、白菜(国内産)

タケノコと豚肉のハーモニー

1食当り **412円(税)**

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)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**405** 国産野菜の青椒肉絲

国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパンひとつで簡単に青椒肉絲が出来上がります。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前 **824円(税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 **399円(税)**

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)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

**406** 彩り野菜と国産豚の黒酢豚

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前 **798円(税862円)** 通常税込1037円

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

注文書の6ヶ欄に記載をお願いします

お米

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



今年もおいしくできあがりしました!

水海道のめぐみちゃん

1ページ **502001 ~ 502003** でご案内しています

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

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3780円)**

**502012** 玄米 5kg **3200円(税3456円)**

**502013** 7分 5kg **3500円(税3780円)**

**502014** 5分 5kg **3500円(税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3780円)**

**502016** 白米 2kg **1400円(税1512円)**

**502017** 玄米 5kg **3200円(税3456円)**

**502018** 7分 5kg **3500円(税3780円)**

**502019** 5分 5kg **3500円(税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2499円)**

**502032** 玄米 5kg **2165円(税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3780円)**

黒澤さん(宮城県・涌谷町) [放]不検出<0.1<0.1

雑穀 白米に混ぜて、食物繊維とミネラル類を摂取!

2019年産 小麥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。

**502061** アマランサス(岩泉産)

200g **465円(税502円)**

岩手県 [放]不検出<1.0<1.0

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

日本生活協同組合連合会 **502073** CO米粒状麦

800g **320円(税346円)**

大麦(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	やさとのお米	コシヒカリ	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)  
※新米の検査結果は別紙の検査結果一覧をご確認下さい。

**9/20は 敬老の日**

感謝の気持ちを込めた  
**祝い膳**

特別な日に  
家族そろって  
楽しめるメニューを  
ご用意しました。

すき焼き

443円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**408 村山さんの(山方)牛切り落とし**

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

冷蔵 賞6日

200g **820円(税886円)** 通常税込 896円

茨城県

手まり寿司

流水で約5分解冻して下さい

高鮮度のめばちまぐろを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残しました。

マストミ(徳島県・徳島市)

**412 つぶつぶまぐろたたき身**

2食入

凍 賞20日 50g×2 **480円(税518円)** 通常税込 538円

めばちまぐろ(台湾)

味は一級品、お刺身でも!

札幌中一(北海道・札幌市)

**411 訳あり帆立貝柱**

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

凍 賞90日 200g **730円(税788円)** 通常税込 810円

帆立貝柱(北海道)

540円/100g

霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りにしました。

福永産業(福岡県・遠賀町)

**409 特大 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用**

凍 賞30日 モモ、バラ 500g **2500円(税2700円)** 通常税込 2797円

鹿児島県

301円/100g

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**410 村山さんのロースポーク ロースしゃぶしゃぶ**

冷蔵 賞届いて3日 300g **835円(税902円)** 通常税込 929円

茨城県

流水で約5分解冻して下さい

高鮮度のめばちまぐろを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残しました。

マストミ(徳島県・徳島市)

**412 つぶつぶまぐろたたき身**

2食入

凍 賞20日 50g×2 **480円(税518円)** 通常税込 538円

めばちまぐろ(台湾)

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

松岡水産(千葉県・銚子市)

**413 北海道さけスモークサーモン**

凍 賞180日 40g×2 **468円(税505円)** 通常税込 518円

秋鮭(北海道)

かき揚げそばでお祝い!

麵工房一丸(茨城県・坂東市)

**414 麵工房一丸 手打そば**

2人分

自家栽培の「常陸秋そば」8に栃木産小麦粉2を加え、栃木尚仁沢の湧き水を使って打ちました。

冷蔵 賞6日 280g(2人分) **695円(税751円)** 通常税込 778円

そば(茨城県)

駿河湾産桜えび入りでボリュームたっぷりです

日岡商事(兵庫県・加古川市)

**415 桜えびかきあげ**

2枚

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

凍 賞6日 160g(2枚入) **504円(税544円)** 通常税込 564円

野菜(国内産)

魚肉練物を揚げた、徳島のローカルフード

四宮蒲鉾店(徳島県・徳島市)

**416 阿波のフィッシュカツ**

2枚

徳島近海の小鱼をたっぷり使った練り物を揚げて上品なカレー味に仕上げました。冷蔵解冻後トースターで。

凍 賞30日 2枚130g **330円(税356円)**

すけとうだら(北海道)

カット済で食べやすい!

ヤマフ(佐賀県・唐津市)

**417 北海道スモークサーモンの棒寿司**

北海道産の秋鮭と佐賀県産のお米を使用。秋鮭は塩のみで味付けし桜チップで低温でスモーク。カット済です。

凍 賞180日 1本 350g **1128円(税1218円)** 通常税込 1274円

秋鮭(北海道)

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

**418 国産原料にこだわったお徳用春巻**

14本入

豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。

凍 賞180日 14本420g **398円(税430円)** 通常税込 443円

小麦(国内産)

国産じゃが芋と国産小麦マカロニ使用の贅沢グラタン

秋川牧園(山口県・山口市)

**419 牛乳グラタン(鶏肉とポテト)**

2食入

自社の牛乳と鶏肉を使いコクのあるホワイトソースで包みました。トースターかオーブンで約15~20分温めて。

凍 賞180日 100g×2 **514円(税555円)** 通常税込 575円

牛乳(山口県、他)

薄めの衣でエビが大きい!

水揚げ後すぐに下処理したえびに、国産小麦のパン粉をまぶしました。大きくて満足感あり。油で揚げて。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**430 えびフライ特大(2L)**

6尾

凍 賞180日 6尾250g **958円(税1035円)** 通常税込 1058円

ブラックタイガー(インドネシア)

煮干し・鯖・鯉のだしがきいたつゆ付

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

**420 えび天そば**

2食入

国産小麦粉と北米産そば粉の蕎麦にえび天や葱の具材を盛り付けました。鍋かレンジで。加工澱粉:具の約0.2%

凍 賞180日 2食496g **468円(税505円)** 通常税込 538円

えび(インドネシア、ベトナム他)

一切れごとにカット済みです。蜂蜜の香りがほんのり、しっとりおいしいカステラです。

さかえ屋(千葉県・松戸市)

**421 蜂蜜かすてら 卵小**

5切

5切 約225g **475円(税513円)** 通常税込 518円

**422 10切**

10切 約450g **830円(税896円)** 通常税込 907円

卵・小麦粉(国内産)

ドイツ産麦芽 100%にこだわり、香料、着色料、酸味料などの添加物は一切不使用。

日本ビール(東京都・目黒区)

**423 龍馬1865 (ノンアルコールビール)**

1缶 350ml **128円(税138円)** 通常税込 144円

麦芽(ドイツ)

人気の味をお楽しみください!

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

**424 芽吹き屋 大福セット**

3種×2

人気の大福「黒豆塩大福」「よもぎ大福」「くるみ大福」の3種を詰合せました。自然解冻で。

凍 賞180日 6個310g **565円(税610円)** 通常税込 648円

もち米(国内産)

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。

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

**425 芽吹き屋 おはぎ**

6個入

凍 賞180日 6個300g **509円(税550円)** 通常税込 562円

小豆(北海道)

9月21日は十五夜 ~季節を感じながら美味しいスイーツはいかが?~

華桔梗(愛知県・名古屋市)

**426 白いうさぎまんじゅう**

4個160g **306円(税330円)** 通常税込 346円

小豆(北海道)

国産うるち米を使用したほんのり甘い生地、粒あんを包みました。十五夜のお月見、普段のお茶請けに。添付のきな粉をかけてどうぞ。

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

**427 芽吹き屋 十五夜だんご**

240g+きな粉10g **452円(税488円)** 通常税込 508円

小豆・大豆(北海道)

きなこで

川光物産(千葉県・千葉市)

**428 冷凍白玉**

250g **273円(税295円)** 通常税込 309円

もち米(国内産)

粒々感と程よい甘さが◎

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**429 庄内産 茶豆ずんだ**

150g **403円(税435円)** 通常税込 454円

茶豆(国内産)

豆腐とずんだ餡を使ったアイスも美味しい!

レシピは11ページ

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記
  - 4週に1回お届け
  - 4週に3回お届け
  - 隔週お届け
  - 毎週お届け
- シーズン最終 季節商品につき今回で最終
- シーズン初 今季初登場
- 新 新発売の商品
- 特 特別価格商品

お届け時の温度帯

- 凍 冷凍品
- 冷蔵 冷蔵品

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

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

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

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

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。
- 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。

主原料原産地

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

000 石岡 鈴木牧場 ヨーグルト(微糖)

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

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