

はじめよう!
健康で経済的なくらし

2021年度 みんなで取り組む活動テーマ
笑顔ではぐくむ免疫力

co-op mail
joso
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録QRコードから
登録出来ます

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

2021年10月1回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	9/27	28	29	30	10/1
定番品 のお届け	4	5	6	7	8
特別企画品 のお届け	11	12	13	14	15

ひと、もの、地域をつなげる 無茶々園からの贈り物

無茶々園・愛媛県西予市



今年も無茶々園のみかんがスタートします。

無茶々園は、四国の南西部にある愛媛県西予市、宇和海を南に臨む地にあります。単一農家ではなく、地域が一つになり、農薬や化学肥料に頼らないみかん作りをしていくことを目指しています。

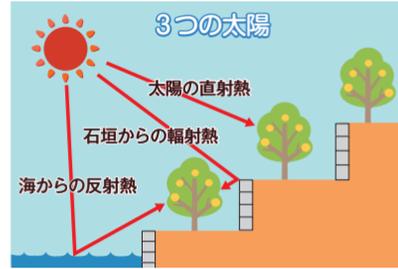
この地域が好きだから、住み続けたいから生業をやるー

無茶々園が農業や漁業を営むのは、単に生きていくだけの手段ではありません。これからも心地良く暮らしていける“ふるさと”を残すために、極力農薬を使わない農法を選んでいることも理由の一つです。また生業を作ることで、雇用が生まれ人が集まるという良い循環さえも生み出しています。

近年では、山の幸だけでなく海の幸として漁業も盛り上がりを見せており、地域の魅力を最大限に活かしています。



無茶々園のみかんが美味しい理由



3つの太陽が柑橘を美味しくさせます。

- ①空の太陽 (南国特有の太陽からの直射熱)
- ②海の太陽 (海からの反射熱)
- ③石垣の太陽 (放射熱で温められた放射熱)

美味しい理由がある分、収穫も簡単ではありません。園地のなかには断崖絶壁? というところもあり、まさに命がけで美味しいみかんを育てているのです。

さらに、塩分のミネラルは食味・コクを増幅させるとされており、その塩分を含んだ自然の潮風が美味しいみかんを育てます。



1番早い時期に食べる
「極早生(早採り)みかん」

これから始まるみかんのシーズンで最も早いのがこの極早生種。外皮は青みがかったりも、中は熟れています。甘みと酸味のバランスが良くサッパリとした味わいです!



シーズン初

無茶々園 (愛媛県・西予市)
無茶々園の極早生みかん

8 1kg

529円(税) 571円(税込) 通常税込 599円

9 3kg

1398円(税) 1510円(税込) 通常税込 1618円

愛媛県

極早生で、以降の品種と比べれば酸味が強めで、やや緑がかったものもあります。農薬は0~3回。

Q 今年の生育状況は?



A 収穫量は昨年並み

最近では温暖化などの理由によりソウカ病が出やすく、また周りの山々にあるスギやヒノキから発生するカメムシの被害も大きな悩みです。柑橘類は基本的には農薬ゼロからスタートし、状況に応じてやむを得ない場合のみ農薬を使用しています。とはいえ、できる限り使用は避け、地域の慣行栽培では農薬の使用回数の平均が18回のところ、無茶々園では最大3回にとどめています。今年は今のところ、収穫量は昨年並みになりそうです。雨が多いと大玉で味が薄くなる傾向にあるので、梅雨時期は雨量を気にして、それが終わると秋の三恐「台風、カメムシ、暑い雨」が待っています。農業は自然が相手、収穫までは常に気の抜けない日々が続きます。

には農薬ゼロからスタートし、状況に応じてやむを得ない場合のみ農薬を使用しています。とはいえ、できる限り使用は避け、地域の慣行栽培では農薬の使用回数の平均が18回のところ、無茶々園では最大3回にとどめています。今年は今のところ、収穫量は昨年並みになりそうです。雨が多いと大玉で味が薄くなる傾向にあるので、梅雨時期は雨量を気にして、それが終わると秋の三恐「台風、カメムシ、暑い雨」が待っています。農業は自然が相手、収穫までは常に気の抜けない日々が続きます。

無茶々園の漁師「網元 祇園丸」

無茶々園といえば、「みかん」を連想する人が多いと思いますが、山と海と里とが共生できる環境で育った海の幸「ちりめん」も、おいしいこだわりの一品です。祇園丸では漂白や添加を行わず、ちりめんをポイルするのに海水を用いていますので、塩分は控えめで、弾力があり、ミネラル豊富でまろやかな味に仕上がります。



無茶々園 (愛媛県・西予市)

11 無茶々園のちりめん(宇和海産)

冷◎30日 80g 480円(税) 518円(税込) 通常税込 545円

かたくちいわしの稚魚 (愛媛県)

海の幸!



茎は使わず
葉の部分のみ使用

無茶々園 (愛媛県・西予市)

10 無茶々園のわかめ(塩蔵)

冷◎180日 100g 310円(税) 335円(税込) 通常税込 356円

わかめ (愛媛県)

特

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。

柑橘生産者の原田さん



無茶々園こだわり栽培のぼんかんを原料にした果汁100%ストレートジュース。



無茶々園 (愛媛県・西予市)

15 無茶々園 ぼんかんジュース

720ml 730円(税) 788円(税込) 通常税込 799円

ぼんかん (愛媛県)

山の幸!



特

酢のものや
サラダがおすすめ
農薬、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の大根を天日で乾燥させました。

14 無茶々園切り干し大根

◎180日 40g 235円(税) 254円(税込) 通常税込 275円

大根 (愛媛県)

自社栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。ドレッシングやお菓子作りに。



無茶々園 (愛媛県・西予市)

16 無茶々園れもんストレート果汁

◎180日 150ml 510円(税) 551円(税込) 通常税込 578円

レモン (愛媛県)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

- ・東北6県・関東1都6県・静岡県産の原材料について、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

ご不明な点がございましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位:Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合:	セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
茨城県	[放] ¹³⁷ 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] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ 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

簡単♪ 甘酸っぱさが特徴の品種 キャラメリゼ

◆材料
紅玉 …… 1玉
砂糖 …… 大さじ3



◆作り方
① 紅玉を適当な大きさに切る
② フライパンに砂糖を入れ、中火にかける
③ 砂糖が溶けて茶色くなってきたら紅玉を炒める
④ シャキシャキが好みの方は軽く、くったりがお好みならじっくり炒めて完成



甘さ★★
酸味★★★
食感 硬め

小林さん(長野県・中野市)
17 長野・小林さんのりんご(紅玉)
強い酸味と滑らかな舌触りが特徴。加熱すると甘味が増します。＊化学肥料不使用、減農薬栽培。
3玉 **498円(税込538円)**
長野県



おきたま興農舎・金子さん達(山形県・高島町)
18 りんご(紅玉)
大玉で甘いりんごが好まれる昨今、紅玉の生産者が減少する中、紅玉好きの消費者の声に応じて栽培本数を増やしてきました。減農薬栽培。
4玉 **554円(税込598円)**
山形県 [放] 不検出 <4.0 <4.8

秋の味覚 シーズン初です!

柿の歴史は古く、奈良時代には既に食用されていたとされています。柿に含まれるビタミンCの量は、日本人がよく食べる果物の中

でトップクラス。風邪予防にも期待できます。品種リレーとしては、この平核無(ひらたねなし)=たねなし柿→富有柿と続きます。甘みが強く口当たりがまるやかです。タネがないのも食べやすいと人気があります。



大紀コブファーム(奈良県・五條市)
19 たねなし柿
甘みが強いのが特長で毎年好評の柿。青い柿が届くこともあります。熟していません。減農薬栽培。
約800g(3~6玉) **398円(税込430円)**
奈良県

小玉やキズ、スレ、変形、日焼、虫害のあるものを
お得に
大容量でお得♪

大紀コブファーム(奈良県・五條市)
20 わけあり たねなし柿
産地で脱渋してからのお届けです。お手元に届く頃には食べ頃になっています。味は何ら問題なく召し上がって頂けます。減農薬栽培。
1.6kg **461円(税込498円)**
奈良県

新高 南水

あなたはどちらが好み?

大玉梨の代表格!
大玉で食べ応えが抜群なのが「新高」。もちろんただ大きいだけでなく、安定した甘さがあります。

とにかく甘さが際立つ梨!
日本で最も食べられている幸水の平均糖度が「12～13度」に対し、南水は「14～15度」。果肉は柔らかく日持ちもします。

シーズン初
甘さ★★★★
酸味★
食感 やや硬め

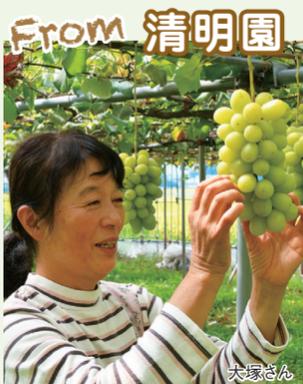
シーズン初
甘さ★★★★
酸味★
食感 柔らかめ



館野さん(栃木県・小山市)
21 梨(新高)
赤梨系の大型品種。果汁が豊富です。減農薬栽培。
2~3玉(約1kg) **655円(税込707円)**
栃木県 [放] 不検出 <3.1 <3.1



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)
22 南水梨(大玉)
皮にもツヤがあり、最近人気の品種。他の品種に比べても甘みが強くジューシーです。減農薬栽培。
2玉(約1kg) **832円(税込899円)**
長野県



清明園・大塚さん(山形県・高島町)
24 パラ150g
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



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



高田さん、保科さん達(長野県・須坂市)
26 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



おきたま興農舎・大沼さん(山形県・高島町)
27 ぶどう(ベリーA)
ベリーAはワイン用の品種ですが、手間ひまかけた管理で、生食でも美味しいぶどうになります。減農薬栽培。
1kg **899円(税込971円)**
山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.6

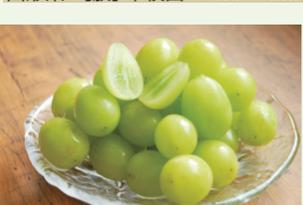
組合員さんからの
クチコミ
ぶどう(ベリーA)、他のぶどうに比べお徳感があり、食べてみると、とっても甘くマ少しすっぱさもあり、おいしいです。種有りな点もうち好みです。毎年楽しみます。(龍ヶ崎市:Nさん)



濱上さん(鹿児島県・出水市)
28 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。外皮はやや青めです。農薬無散布。
約1kg **509円(税込550円)**
鹿児島県



清明園・大塚さん(山形県・高島町)
25 パラ300g
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。
300g **620円(税込670円)**
山形県



ゼスナリイインターナショナルジャパン(東京都)
29 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



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)
30 洋梨(オーロラ)
養豚と果樹栽培の有畜複合農業を行っております。肥料は、自家豚糞堆肥を使用します。減農薬栽培。
2玉約600g **600円(税込648円)**
長野県



無農薬
もっちりした食感と甘味が◎



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
31 バナナ
小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。
約450~600g **310円(税込335円)**
ペルー(トゥンベス地域)



イバラキ食品(茨城県・石岡市)
37 もやし
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷりと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



檜谷さん達(熊本県)
32 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



大紀コブファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)
33 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



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



上野さん達(栃木県・上三川町)
35 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



渥美農園(静岡県・浜松市)
36 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



無農薬
鮮度が良い
歯ごたえが◎
シャキシャキの歯ごたえ



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)
38 中村さんのベビーリーフ
約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。
40g **160円(税込173円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
39 長島さんのレタス
完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布・無化学肥料栽培。
1玉 **250円(税込270円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



あゆみの会・篠塚さん達(千葉県・香取市)
40 長島さんのサニーレタス
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。
1玉 **170円(税込184円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



土れ味農園(茨城県・石岡市)
41 ミニトマト
スープやポタージュにするとコクのある味が出ます。素揚げや、炒めても。煮物には向きません。農薬無散布・化学肥料不使用。
150g **230円(税込248円)**
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <3.6



無農薬
土れ味農園(茨城県・石岡市)
42 天池さんのバターナッツ
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。
1個 **369円(税込399円)**
茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5



FarmERS Band0青木農-en(茨城県・坂東市)
466 青木さんのなす
微生物農法の力を使って土から健康に育てました。農薬無散布、化学肥料不使用。
300g(2~4本) **220円(税込238円)**
茨城県



木村農園(茨城県・つくば市)
43 木村さんのきゅうり
サラダ、漬物、炒めものなどあると便利な野菜です。夏の水分補給にも。害虫が大量発生した場合のみ農薬対応。
3本 **165円(税込178円)**
茨城県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
44 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



木村農園(茨城県・つくば市)
45 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)
46 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)
47 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



味にクセのない青菜です
おひたしにしても◎

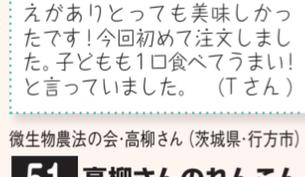
樺沢さん(群馬県・前橋市)
48 つる菜
クセや苦みが少なく、シャキッとした食感です。熱湯にて4~5分ゆで、冷水にひたすと一層美味しく召し上がれます。減農薬栽培。
200g **192円(税込207円)**
群馬県

秋の旬 野菜をたっぷり食べよう

10月の白菜はあっさりして漬物にも最適です

胡麻和えといんげんの風味が絶妙です

素材の味とムチムチの食感が大好評!



49 白菜
 中村さん達 (群馬県・長野原町)
 1玉 **315円**(税込 **340円**)
 群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.5

50 いんげん
 高橋さん達 (山形県・鶴岡市)
 100g **250円**(税込 **270円**)
 山形県 [放] 不検出 <4.6 <4.2

51 高柳さんのれんこん
 微生物農法の会・高柳さん (茨城県・行方市)
 400g **480円**(税込 **518円**)
 茨城県 [放] ¹³⁷Cs=4.9



組合員さんからの **クチコミ**
 焼き芋にするととても甘くて美味しいです! (0さん)

品種は紅はるか。ネットリした食感で甘みがあり、毎シーズン好評です。農業無散布。
 微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)
52 500g **250円**(税込 **270円**)
53 1kg **498円**(税込 **538円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

畑そのままに **2021年 新規契約者募集中です!** 地場の有機野菜セット 1回の「お試し」からでもOK!! キッズ割対象

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

①ご希望の野菜セット、②配達週...毎週・隔週・4週に1度・お試しに〇をつけて、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



54 小松菜(少量)
 あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)
 1束(約150g) **150円**(税込 **162円**)
 茨城県

55 長島さんの小松菜
 微生物農法の会・宮内さん達 (茨城県・行方市)
 1束(約200g) **176円**(税込 **190円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

56 木村さんのなす
 木村農園 (茨城県・つくば市)
 3本 **162円**(税込 **175円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2

57 なす
 稲葉さん達 (茨城県・結城市)
 5本 **280円**(税込 **302円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

58 キャベツ
 中村さん達 (群馬県・長野原町)
 1玉 **220円**(税込 **238円**)
 群馬県 [放] 不検出 <0.3 <0.3

59 ブロッコリー
 井上さん (埼玉県・美里町)
 1個 **320円**(税込 **346円**)
 埼玉県 [放] 不検出 <3.6 <3.5



60 倉持さんの長ねぎ
 農家レストランぐりぐりい倉持さん達 (茨城県・坂東市)
 300g **220円**(税込 **238円**)
 茨城県

61 長ねぎ
 上野さん達 (栃木県・上三川町)
 500g **220円**(税込 **238円**)
 栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

62 大根
 川島さん達 (群馬県・長野原町)
 1本(900g以上) **198円**(税込 **214円**)
 群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.1

63 長芋
 上村さん達 (青森県・八戸市)
 200g **220円**(税込 **238円**)
 青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

64 ぼっちゃんかぼちゃ
 まごころの里・山本さん達 (北海道・栗山町)
 1~2玉約280g **230円**(税込 **248円**)
 北海道

65 士別のかぼちゃ
 士別農園 (北海道・士別市)
 1玉 **398円**(税込 **430円**)
 北海道



66 里芋
 宮本さん達 (熊本県・山都町)
 約400g **320円**(税込 **346円**)
 熊本県

67 木村さんのごぼう
 木村農園 (茨城県・つくば市)
 400g **198円**(税込 **214円**)
 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

68 500g **205円**(税込 **221円**)
69 1kg **380円**(税込 **410円**)
 青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

70 1kg **280円**(税込 **302円**)
71 3kg **798円**(税込 **862円**)
 北海道

72 玉ねぎ(札幌黄)
 まごころの里(北海道・栗山町)
 約800g(3~4玉) **220円**(税込 **238円**)
 北海道

生産量が少ない幻の玉ねぎ! サラダ、粉ふきいも、マッシュポテト、味噌汁の具材等何にでも。品種は男爵(だんしゃやく)、減農薬栽培。



73 1kg **298円**(税込 **322円**)
74 3kg **850円**(税込 **918円**)
 北海道

75 山田さんのしめじ
 山田さん (茨城県・つくば市)
 200g **250円**(税込 **270円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



76 安田さんのなめこ
 安田さん (福島県・郡山市)
 70g **115円**(税込 **124円**)
 福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

77 舞茸
 村上さん (栃木県・高根沢町)
 100g **196円**(税込 **212円**)
 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

78 エリンギ
 あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)
 100g **261円**(税込 **282円**)
 三重県

79 ホワイトマッシュルーム
 あゆみの会・渡辺さん (千葉県・旭市)
 100g **248円**(税込 **268円**)
 千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

80 えのき茸 200g **208円**(税込 **225円**)
81 ブラウンえのき茸 200g **218円**(税込 **235円**)
 長野県

82 江藤さんの原木生しいたけ
 江藤さん (大分県・玖珠町)
 100g **322円**(税込 **348円**)
 大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



83 A品 100g **210円**(税込 **227円**) 200g **225円**(税込 **243円**)
84 B品 200g **225円**(税込 **243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

なかのきのと園・飯泉さん (茨城県・つくば市)
飯泉さんの生しいたけ

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。

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。

農産加工品

農産物の味わいをそのまま冷凍・冷蔵保存しました



イズックス (東京都・中央区)

85 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)



日本生活協同組合連合会

86 北海道つぶコーン

北海道十勝産のスイートコーンを収穫後、加工・凍結しました。保存に便利なチャック付。

凍 300g **227円**(税込**245円**)
とうもろこし (北海道)

組合員さんからのクチコミ
味が甘くて美味しい。少しずつでも解凍してサラゲにかけたり、スープに足したりできて便利。



日本生活協同組合連合会

87 5種のお豆ミックス300g

北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。

凍 300g **262円**(税込**283円**)
大豆 (北海道)

ビールのおつまみ、おやつにも♪



日本生活協同組合連合会

88 北海道のそのまま枝豆

北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていしますのでそのまま召し上がれます。

凍 250g **273円**(税込**295円**)
枝豆 (北海道)



せいふてい (神奈川県・横浜市)

89 冷凍 おろし本わさび

長野県安曇野産わさび100%。保存料、香辛料は一切使用していません。わさび本来の味が味わえます。

凍 6袋30g **370円**(税込**400円**)
わさび (長野県)

冷凍のままでも、半解凍でも美味しい



ナカシン冷食 (鹿児島県・いちき串木野市)

90 カットゴールデンパイナップル

フィリピン産パイナップルを一口サイズにカットして冷凍しました。ヨーグルトやデザート・おやつに。

凍 200g **280円**(税込**302円**)
パイナップル (フィリピン)



菊田商店 (東京都・練馬区)

91 煮豆とら豆

北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。

冷 150g **324円**(税込**350円**)
とら豆 (北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)

92 昆布豆

秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮締まり、ふっくらと仕上がっています。

冷 130g **220円**(税込**238円**)
大豆 (秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

93 小梅干し

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

冷 120g **420円**(税込**454円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



月山農場 (山形県・酒田市)

94 月山赤かぶ漬(スライス)

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

冷 120g **165円**(税込**178円**)
赤かぶ (山形県) [放] 不検出 <3.2 <4.1



樽の味 (和歌山県・御坊市)

95 すっぱいなか漬(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。

冷 140g **325円**(税込**351円**)
大根 (宮崎県)



小田原屋 (福島県・郡山市)

96 里ごぼう

シャキシャキの国産里ごぼうを、醤油をベースにさっぱりとした味に仕上げました。

冷 100g **417円**(税込**450円**)
ごぼう (国内産)

180日以上熟成発酵させています!



樽の味 (和歌山県・御坊市)

100 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、昆布を加えてあります。

冷 1kg **510円**(税込**551円**)
米ぬか (和歌山県)

料理の調味料にも♪



藤巻商店 (千葉県・印西市)

101 三五八漬けの素

塩3、麹5、蒸し米8の割合で熟成させた漬け床。野菜に軽くなでつけて、ひと晩置くだけでおいしく漬かります。

冷 700g **435円**(税込**470円**)
米 (国内産)



八幡屋 (茨城県・古河市)

97 福神漬(2個組)

国内産の大根、茄子、蓮根、しその葉、生姜、なた豆、ごまを、砂糖、醤油、食塩、酢、みりん、かつおだしで漬込み。

冷 100g×2 **320円**(税込**346円**)
大根 (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.0



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

98 趙さんの味 はさみ込みキムチ

冷 350g **545円**(税込**589円**)
白菜 (国内産)

使いやすいカットタイプ

1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

99 趙さんの味 熟成白菜キムチ

冷 200g **365円**(税込**394円**)
白菜 (国内産)、唐辛子 (中国)

注文書の6ヶタ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。



黒澤さん親子

平成10年に黒澤さんが発見したひとめぼれの突然変異種。大事に種取りして少しずつ増やしてきました。

102 宮城・黒澤さんのおもてなし(白米)今摺米

冷 5kg **3500円**(税込**3780円**)
宮城県 [放] 不検出 <0.1 <0.1

4代50年にわたって農薬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)

新米

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北海道東町特産米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

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

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

やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg **1998円**(税込**2158円**)
502032 玄米 5kg **1888円**(税込**2039円**)
JAやさと稲作部会 (茨城県・石岡市)

3代50年にわたって農薬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

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)

3代50年にわたって農薬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

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい
初の状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。中村商店 (神奈川県・横浜市)

502072 「有機発芽玄米」 「ぐるめくらぶ」
冷 1kg **1150円**(税込**1242円**)
米 (岩手県)



庄内協同ファーム・富樫さん (山形県・鶴岡市)

502071 白山紫黒(有機栽培紫黒米)

冷 300g **670円**(税込**724円**)
山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

ミネラル補給の為に塩を散布したり、ヒノキエキスなど天然の素材を使った自家製忌避剤を使用。3合のお米に、大さじ1杯からどうぞ。農薬無散布。

自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市)

502074 白米用雑穀セット

冷 500g **1048円**(税込**1132円**)
[放] 不検出 <0.5 <0.5



自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市)

502077 玄米用雑穀セット

冷 500g **1143円**(税込**1234円**)
[放] 不検出 <0.7 <0.7

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ください。

「もったいない」



をなくそう!

正規品として出荷するには賞味期限が若干短い商品や規格外の商品をお買い得価格で集めました。品質には全く問題がないので、美味しく食べて食品ロスを減らしましょう。



103 皮なしサーモン(秋鮭)切身
北海道、または三陸沖で漁獲した秋鮭を、皮、腹骨を除去し、切身にしました。
凍(賞)2022.1.1以降
4切 200g **440円**(税込**475円**) 通常税込**538円**
秋鮭(国内産)



104 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込み、上乾干しにしました。
凍(賞)2022.1.22以降 米大 小
2枚 260g **430円**(税込**464円**) 通常税込**486円**
アラスカメヌケ(アメリカ)



105 三陸産するめいか一夜干し(わけあり)
三陸産のするめいかを塩のみで味付けし、軽く干しました。穴開き、サイズ不選別、耳折れなどのわけあり品。
凍
2枚 170g **350円**(税込**378円**) 通常税込**397円**
スルメイカ(三陸沖)



106 フライパンで焼ける白身魚の蒲焼風
北海道産のすけそうだらをカットし、パリッと仕上がるでんぶん主体の粉をまぶしました。甘めのタレ付き。
凍(賞)2022.1.12以降 米大 小
210g(粉付魚180g+タレ30g) **475円**(税込**513円**) 通常税込**538円**
すけそうだら(北海道)



107 やわらかいかの簡単焼き
アカイカに鹿の子を入れ短冊型の唐揚げ風に仕上げました。冷めても軟らかです。
凍(賞)2022.1.25以降 大
200g(11~13枚) **475円**(税込**513円**) 通常税込**538円**
アメリカオオアカイカ(ペルー)

水産品

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

凍ったままさっと洗って加熱してください



108 国内産冷凍あさり
熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し若干の熱処理後、凍結しました。
凍(賞)30日
200g **386円**(税込**417円**)
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県) [放]不検出<3.4<4.0



109 酒沼のしじみ(冷凍)
全国でも有数の産地、地元酒沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。
凍(賞)30日
200g **393円**(税込**424円**)
やまとしじみ(茨城県) [放]不検出<3.6<3.8



110 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、大き目サイズのものをお届けします。
凍(賞)180日
7~12尾150g **298円**(税込**322円**) 通常税込**346円**
からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)



111 九州産真あじの生開き干し
厳選した九州産の真(あじ)を鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いて下さい。
凍(賞)30日
2枚160g **398円**(税込**430円**)
真あじ(九州)



112 天日干しアジ
佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。
凍(賞)30日
4枚210g以上 **548円**(税込**592円**)
真あじ(佐賀県)



113 さんま開き2枚
北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。
凍(賞)120日
2枚170g **398円**(税込**430円**)
さんま(北海道)



114 甘塩縞ほっけ開き
脂の乗りがよい縞ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。
凍(賞)30日
約350g **630円**(税込**680円**)
縞ほっけ(アメリカ)



115 2枚
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。
凍(賞)120日
片身2枚200g **398円**(税込**430円**)
真さば(ノルウェー)



116 3枚
脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。
凍(賞)120日
片身3枚300g **588円**(税込**635円**)
真さば(ノルウェー)



117 しまほっけ 黒糖みりん漬
脂ののったアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりごまをブレンドした特製の調味液に低温で漬け込みました。
凍(賞)米大 小
3切210g **415円**(税込**448円**)
しまほっけ(アメリカ)



118 三陸産天然ぶり生姜醤油漬
三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けておきました。
凍(賞)180日 米大 小
3切180g **398円**(税込**430円**)
ぶり(三陸南部沖) [放]不検出<3.8<2.9



119 香ばし味噌のさばフィーレ
ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬です。野菜をたっぷり加えてホイール焼きも美味。
凍(賞)30日 米大
200g(片身2枚入) **480円**(税込**518円**)
さば(長崎県、佐賀県)



120 香ばし味噌のぶり切身
九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬。冷めても柔らかいのでお弁当にも。
凍(賞)30日 米大
5~6切170g **645円**(税込**697円**)
ぶり(長崎県)



121 紅鮭かま(甘塩)
6~8月にアラスカ湾で漁獲した紅鮭のかま部分です。脂のりも程よいです。甘塩タイプ(塩分2~3%)。
凍(賞)30日
300g(3~5切) **430円**(税込**464円**)
紅鮭(アメリカ)



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



123 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(賞)180日
3切165g **498円**(税込**538円**)
紅鮭(ロシア)



125 山かれい切り身
浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。上品な白身で地元で人気です。
凍(賞)90日
150g **268円**(税込**289円**)
山かれい(兵庫県)



124 はたはた下処理済み
山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて。天ぷらの具材にも。
凍(賞)90日
100g5~7尾 **298円**(税込**322円**)
はたはた(兵庫県)



126 ほたるいか沖漬け
新鮮度のうちに特製の醤油たれ(天然醸造醤油・三河みりん・料理酒蔵の素)に漬け込みました。
凍(賞)90日 米大 小
120g **330円**(税込**356円**)
ほたるいか(兵庫県)



127 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)
北海道・雄武(おうむ)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
70g×3 **548円**(税込**592円**)
秋鮭(北海道)



129 水温造り甘塩さば切身4切
ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂ののっています。
凍(賞)120日
4切260g **450円**(税込**486円**)
さば(ノルウェー)

what's シルバー?
南太平洋に生息し、プリに食感が似ているため、かつては「沖フリ」と呼ばれていた魚。クセのない味わいです。

128 水温造り 生姜焼き用シルバー切身
ダイヤツ(鳥取県・米子市)
凍(賞)180日 米大 小
2切140g **350円**(税込**378円**)
シルバー(主にニュージーランド)

主にニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を生薑醤油に漬けて水温熟成させました。



130 真あじフィーレ
長崎産の旬の真あじを食べやすく3枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。
凍(賞)30日
片身5~8枚前後 200g **440円**(税込**475円**)
真あじ(長崎県)

水産品の放射能検査について
・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。
主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

寄せ鍋



131 真だら切身
 北海道・青森県沖で漁獲された真だらを切身加工しました。ホイル蒸しや、鍋の具材に。
 凍 180日
 3切180g **418円(税込451円)** 通常税込470円
 真だら(北海道・青森県沖太平洋)

ブルー紙トレイに変わりました



467 いろいろ使える鶏つみれ
 若鶏のムネ肉のミンチを生姜をきかせて味付けしました。つみれ鍋、焼きつくね、豆腐ハンバーグなどに。
 凍 卵米 大小
 200g **325円(税込351円)**
 鶏肉(山口県、他)



468 あじごぼうつみれ
 国内産のあじとイトヨリダイのすり身に、国産のごぼう、玉ねぎを加えました。
 凍 180日 大小
 160g **328円(税込354円)** 通常税込365円
 あじ(国内産)



135 えび・いかミックス(増量)
 生のむきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。
 凍 元
 200g **380円(税込410円)**
 えび(インド)、アカイカ(北太平洋)



136 おらがつつた宮古の磯井 2食入
 三陸産のいか、めかぶ、いくらを独自の調味液で味付けした磯井用の具材です。流水解凍後、ご飯にかけて。
 凍 180日 米 大小
 50g×2 **398円(税込430円)** 通常税込451円
 するめいか・めかぶ・いくら(若手県) [放] 不検出<3.5<4.0



139 魚屋さんの混ぜちりめん
 国産の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。
 凍 30日 元
 50g **330円(税込356円)**
 しらす(遠州灘~伊勢湾)



140 しめさばかぶら漬 2枚210g **498円(税込538円)**
 国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし独自の調味酢に漬け、かぶ、人参、生姜をのせ、かぶら漬に。
 凍 180日 米 大小

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。

144 三陸おでん種セット
 高橋徳治商店(宮城県・東松島市)
 宮城県産のいわし、さんま、サメ、若手県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。
 凍 60日 卵米大
 6種10品326g **602円(税込650円)** 通常税込670円
 すけそうだら(北海道)

10月10日は まぐろの日

※日本鯉鮪漁協連合会が定めた記念日

だからおいしい!
ヤマボシのまぐろ

- 創業150年以上の歴史で引き継がれた経験と実績により鍛え上げられた、マグロを見る厳しい目で仕入れを行います。
- 原料保管はマイナス60℃の超低温、品質には自信があります!
- 幅広いニーズに対応する加工品を原料にこだわり製造しています。

132 びんちょうまぐろ(中トロ)刺身用
 凍 30日 130g **430円(税込464円)** 通常税込486円
 びんちょうまぐろ(日本太平洋沖合北部)



133 焼津港のめばちまぐろ中落ち風
 めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。
 凍 30日 100g **550円(税込594円)** 通常税込610円
 めばちまぐろ(太平洋)



134 めばちまぐろカマ
 遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。
 凍 60日 3個300g **430円(税込464円)** 通常税込486円
 めばちまぐろ(太平洋)



137 焼津港のまぐろ漬け丼
 焼津港に水揚げされた鮮度の良いまぐろをスライスし、無添加の醤油ダレに漬けました。
 凍 30日 米 大小 (2パック) **498円(税込538円)**
 きはだまぐろ(太平洋)



138 篠島産釜揚げしらす 2個組
 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 180日 70g×2 **580円(税込626円)**
 いわし稚魚(愛知県)



141 三陸岩手 いかの糸造り
 80g **448円(税込484円)**
 するめいか(三陸)



142 無添加たらこ(切子込み)
 すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わずに味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。
 凍 30日 米
 60g **340円(税込367円)**
 すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)



143 無添加明太子(切子込み)
 着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。
 凍 30日 米
 60g **340円(税込367円)**
 すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)



148 長崎 小丸天
 4枚120g **240円(税込259円)** 通常税込270円
 スケトウダラ(国内産)、エソ(タイ)



149 長崎 漁師揚げ
 あじ、さわらなど長崎近海の魚100%を主原料に、食感に弾力を出し、薄く揚げた蒲鉾。
 冷 7日 卵
 100g **290円(税込313円)**
 雑魚(長崎県)



150 長崎 いか天
 いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。
 冷 7日 米
 30g×4 **270円(税込292円)**
 すけそうだら(北海道、アメリカ)

煮物に入ると良いダシが出ます

151 長崎甘鯛入り さつま揚げ
 長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。
 冷 7日 卵米
 25g×5 **368円(税込397円)**
 甘鯛(長崎県)

152 長崎 おつまみれんこん
 れんこんを具材に使用した、一口タイプのちぎり揚げ。れんこんの食感と一味唐辛子がアクセント。
 冷 30日 元米
 110g **260円(税込281円)**
 魚肉(国内産・タイ)

153 長崎 もずく天
 2枚 **368円(税込397円)**
 魚肉(国内産・タイ)、もずく(国内産)

154 長崎 いわし団子
 4個112g **300円(税込324円)**
 いわし(国内産)

今週のおすすめ

3.11震災で工場が被災... 10年前の10月1日 製造再開!記念

感謝の想いをこめ再登場

変物にしたりするとおとうふ揚げに椎茸入と五目の10個セット、震災から10年の歩みと未来への想いをこめました。

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

146 おとうふ揚げ 3種セット
 3種10品335g **565円(税込610円)**
 すけそうだら(北海道)

供給部 倉田より

惣菜やお酒のつまみに

145 曲がりネギ ちりめん揚げ
 曲がりネギの自然な甘さとちりめんの塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍、または軽く炙って。
 凍 180日 米
 100g **315円(税込340円)**
 すけそうだら(北海道)

蒲焼にも♪解凍後そのまま食べても

147 焼ちくわ
 石巻港水揚げの小魚と北海道無リンスケソウダラすり身を混ぜ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわ。
 凍 180日 卵米
 7本224g **360円(税込389円)**
 スケソウダラ(北海道)



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

155 茨城県産ローズポーク ロースしゃぶしゃぶ
 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。

冷蔵 賞6日 300g **850円(税込918円)** 通常税込929円

茨城県

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。

ふるさと OK! 前日

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

544 ゆず醤油 かけぼん
 400ml **390円(税込421円)** 通常税込432円

ゆず(国内産)



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

156 茨城県産ローズポーク モモしゃぶしゃぶ
 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。

冷蔵 賞6日 250g **548円(税込592円)** 通常税込598円

茨城県

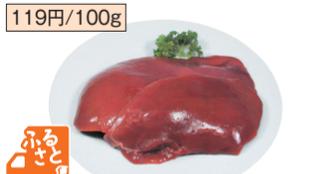


JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

160 茨城県産ローズポーク 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。

冷蔵 賞6日 150g×2 **460円(税込497円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

161 茨城県産豚レバー
 ビタミン、鉄分豊富なレバー。

凍結 賞30日 300g **330円(税込356円)**

国内産 [放]不検出<4.1<4.2

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

162 茨城県産ローズポーク 挽肉
 赤身率は8割です。

凍結 賞30日 300g **465円(税込502円)**

茨城県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

163 中津豚バラスライス
 脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。

冷蔵 賞4日 200g **450円(税込486円)** 通常税込497円

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

164 中津豚ロースしょうが焼用
 きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ5mm。

冷蔵 賞4日 200g **535円(税込578円)** 通常税込589円

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

166 中津豚ヒレ一口カツ
 希少なヒレ肉を一口カツのサイズにカットしました。

冷蔵 賞4日 200g(5~6切) **735円(税込794円)**

神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)

167 中津豚ロース味噌漬
 隠し味にピーナッツバターを加えた自家製味噌ダレに豚ロースを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。

冷蔵 賞6日 賞米大 200g(固形量約80g×2) **554円(税込598円)**

豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

168 中津豚ヒレ塩こうじ漬
 豚ヒレ肉の切身を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。

冷蔵 賞6日 賞米 5~7枚200g **700円(税込756円)**

豚肉(神奈川県)

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：ミートバル村山では厳選して自分の目で判断しています。

220円/100g

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

157 茨城県産ローズポーク モモブロック
 500g **1020円(税込1102円)** 通常税込1112円

冷蔵 賞6日 茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

158 茨城県産ローズポーク モモスライス
 赤身主体部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞6日 250g **518円(税込559円)** 通常税込570円

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

159 茨城県産ローズポーク 徳用小間切
 小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞6日 200g×2 **605円(税込653円)** 通常税込659円

茨城県

蒸し器いらずでお手軽に

豚バラ肉がむっちり! **蒸し塩豚**

◆材料
 豚バラブロック……400g
 塩……小1
 砂糖……小1
 ねぎ(青い部分)……適宜
 しょうが(薄切り)……適宜
 レモンストレート果汁……適宜

◆作り方
 ① 豚肉に塩・砂糖を手のひらですりこみ、ラップで包んで冷蔵庫で1時間休ませる。
 ② 豚肉から出た水分をふき取り、ザルに置いて風味づけのねぎとしょうがを豚肉の上のせる。
 ③ ザルよりひと回り大きい鍋に水200ccを入れ、ザルを置く。
 ④ 鍋の蓋をして強火で加熱。沸騰したら弱火で15分蒸し、火を止めてそのまま15分待つ。
 ⑤ 粗熱が取れたらスライスして出来上がり。
 ⑥ 最後にお好みでレモン果汁をかけたらさっぱり度がアップ!是非お試しください!

240円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

165 中津豚バラブロック
 コクのあるバラ肉のブロックです。角煮やシチュー、カレーなどに。

冷蔵 賞4日 400g **890円(税込961円)** 通常税込972円

神奈川県

自家栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。ドレッシングやお菓子作りにも。

ふるさと OK!

無茶々園(愛媛県・西予市)

16 無茶々園れもんストレート果汁
 150ml **510円(税込551円)** 通常税込578円

賞180日 檸檬(愛媛県)

鶏肉

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



田仲さん達(茨城県・桜川市)

172 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。

凍結 賞180日 300g **560円(税込605円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

173 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。

凍結 賞180日 300g **360円(税込389円)** 通常税込400円

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

174 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。

凍結 賞180日 300g **480円(税込518円)** 通常税込529円

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

177 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。

凍結 賞180日 250g **490円(税込529円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

178 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。

凍結 賞180日 250g **490円(税込529円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

179 つくば茜鶏 レバー
 生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍結 賞180日 250g **240円(税込259円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

175 つくば茜鶏 手羽元
 唐揚げやスープ煮に。

凍結 賞180日 400g **515円(税込556円)** 通常税込567円

茨城県

田仲さん達(茨城県・桜川市)

176 つくば茜鶏 手羽先
 ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍結 賞180日 400g **515円(税込556円)** 通常税込567円

茨城県



143円/100g
180 つくば茜鶏 挽肉
 田仲さん達(茨城県・桜川市)
 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



209円/100g
181 若鶏手羽中ハーフ (バラ凍結)
 秋川牧園(山口県・山口市)
 非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた若鶏の手羽中。ほしい分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。
 凍 賞180日
 300g **580円**(税込 **626円**)
 鶏肉(山口県・島根県・福岡県・熊本県)

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。



448円/100g
182 茨城県産(山方牛) 牛切り落とし
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
 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 **830円**(税込 **896円**)
 茨城県



302円/100g
183 茨城県産(山方牛) 牛豚合挽肉
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
 風味の良さを併せ持った合挽肉。牛豚比率5:5。
 凍 賞30日
 250g **698円**(税込 **754円**)
 茨城県



349円/100g
184 国産牛モモスライス
 福永産業(福岡県・遠賀町)
 モモ肉を2~3mm程度にスライス。
 凍 賞10日
 170g **550円**(税込 **594円**)
 福岡県、大分県



307円/100g
185 国産牛小間切
 福永産業(福岡県・遠賀町)
 ウデ、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



216円/100g
186 国産牛挽肉
 福永産業(福岡県・遠賀町)
 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

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)
191 鎌倉粗挽 ロングウィンナー
 野菜と一緒にドッグパンにはさんで。
 冷 賞10日
 27g×5 **280円**(税込 **302円**)
 豚肉(国内産)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
192 中津皮なし和風ミニウィンナー
 温めると醤油の控え目な旨味が広がります。食べやすい皮なし。
 冷 賞7日 米大
 120g **287円**(税込 **310円**)
 豚肉(神奈川県)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
193 鎌倉バラベーコン スライス×2
 豚バラを塩づけ、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

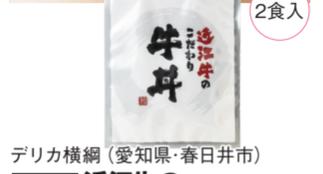
お買い得商品勢ぞろい!



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
187 鎌倉つかいきり ポークウィンナー×3
 使い切りサイズのポークウィンナーを、お得な3パックセットにしました。
 冷 賞10日
 49g×3 **260円**(税込 **281円**) 通常税込 **297円**
 豚肉(国内産)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
188 中津麻婆豆腐の素 2個組
 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×2 **700円**(税込 **756円**) 通常税込 **780円**
 豚肉(神奈川県)

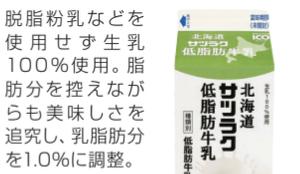


デリカ横綱(愛知県・春日井市)
189 近江牛のこだわり牛丼
 ブランド牛の近江牛を時間をかけ丁寧に煮込み肉質を柔らかく仕上げました。湯煎で5分程度温めて。
 冷 賞60日 米大 小
 140g×2 **583円**(税込 **630円**) 通常税込 **664円**
 牛肉(滋賀県)

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。



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
1 1ℓ 302円(税込 **326円**)
2 500ml 178円(税込 **192円**)
 生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.5



脱脂粉乳などを取り組む酪農専門農協100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追及し、乳脂肪分を1.0%に調整。
 サツラク農協(北海道・札幌市)
サツラク低脂肪牛乳
 冷 賞15日 乳
3 500ml 146円(税込 **158円**)
 生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

ジャム・蜂蜜 みそ汁
 素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。
 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



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
198 いちじくジャム
 いちじくの風味を生かし、糖度40度の低糖ジャムに仕上げました。お菓子作りにも。原材料にはちみつを含みます。
 180g **460円**(税込 **497円**)
 いちじく(広島県)



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
615 ブルーベリージャム
 熊本県産のブルーベリーの風味を生かした、あっさりとしたジャム。原材料にはちみつを含みます。
 180g **600円**(税込 **648円**)
 ブルーベリー(熊本県)



北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。
 サツラク農協(北海道・札幌市)
4 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



北海道十勝産の生乳を60%使用。砂糖、ブラジル産コーヒー、乳製品のみで作りました。
 北海道酪農公社(北海道・江別市)
5 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)



お届けは10月2回になります
 よつ葉乳業(北海道・音更町)
197 生乳仕立て よつ葉カフェオレ
 冷 賞届いて6~10日 乳
 1ℓ **277円**(税込 **299円**)
 生乳(北海道)

特
 無茶々園(愛媛県・西予市)
199 無茶々園甘夏と伊予柑のマーメイド
 伊予柑と甘夏の果皮がたっぷり入り、ほど良い甘さとほろ苦さが楽しめます。
 220g **570円**(税込 **616円**) 通常税込 **626円**
 甘夏・伊予柑(愛媛県)

新商品!
オーガニック はちみつ
 JASによる「はちみつ」の規格が存在しないため、国産での「有機」と呼べるものはありません。しかし、海外には政府機関等が認証を与えた「オーガニック」があります。ミツバチ自体への投薬や蜜源の花にも農薬などの心配を、徹底的に排除したものです。



宇治田農場(茨城県・石岡市)
6 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



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



有機農業の循環の中から産まれた卵です
 天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)
契約「やさと仲間」平飼卵
 開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。
 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



創健社(神奈川県・横浜市)
200 けんちん汁みそ仕立て
 岩手県産の丸大豆と国内産米で仕込んだ味噌を使用。野菜たっぷり、味噌の風味豊かなけんちん汁です。
 米大 小
 10g×4 **560円**(税込 **605円**)
 大豆(岩手県)



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
201 カナダ産オーガニック蜂蜜
 カナダのオーガニックはちみつを日本産瓶詰めしました。アッサリとした中にコクがあるはちみつです。
 450g **1400円**(税込 **1512円**) 通常税込 **1566円**
 はちみつ(カナダ)



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
202 ブルガリア産オーガニックアカシア蜂蜜
 オーガニック認定のブルガリア産のはちみつです。日本のアカシアと違い、濃厚なアカシアはちみつです。
 450g **1500円**(税込 **1620円**) 通常税込 **1674円**
 はちみつ(ブルガリア)

パン

・国産小麦 100%。
・イーストフード不使用。天然酵母で発酵させます。

自家製酵母パン Le・Lourdes

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

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

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

203 6枚 270円(税込292円)

204 8枚 270円(税込292円)

205 ノースライス 260円(税込281円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



[放] 不検出 <3.9 <3.8

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

届いて1~2日

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

206 8枚 425円(税込459円)

207 ノースライス 415円(税込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、塩

[放] 不検出 <4.0 <4.7



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)
パン・ド・ミ(全粒粉食パン)ノースライス

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

届いて1~2日

1斤 300円(税込324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)
ドッグパン

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

届いて1~2日

3個 300円(税込324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

CO-OP MAIL JOSO [2021年10月1日] 9
地元で愛されるパン屋 クーロンヌ



届いて2日 乳小
クーロンヌ(茨城県・取手市)

クーロンヌの角形食パン

210 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。

211 1斤6枚 270円(税込292円)

小麦(アメリカ、他)

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)

212 プレーンベーグル 1個 162円(税込175円)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



213 全粒粉ベーグル 1個 189円(税込204円)

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

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

レンジ等で加熱してからお召し上がりください!

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

創健社(神奈川県・横浜市)

214 玄米パン あん入り 3個 420円(税込454円)

小麦粉(国内産)

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

創健社(神奈川県・横浜市)

215 玄米パン あんなし 3個 400円(税込432円)

小麦粉(国内産)

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)
216 ブリュッセル フラッフル 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)
217 国産全粒粉プチパン 約40g×5 415円(税込448円)

小麦(国内産)

外はカリッと中はモチモチした食感が楽しめます
池田食品(埼玉県・所沢市)
218 ママンモチモチ手のばしナン 210g(3枚入り) 290円(税込313円)

小麦粉(北海道)

乳製品 デザート
素材の味を活かした製品づくりを心掛けています
コお申期定 鈴木
チ申期定 牧場
ラ申期定 記録
ミ申期定 はの
モ申期定 牛乳

ノンホモの生乳を原料に自家プラントで作ったなめらかでやさしい味のヨーグルト。

届いて10~11日 乳

鈴木牧場(茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場ヨーグルト

219 プレーン 400g 361円(税込390円)

220 微糖 400g 370円(税込400円)

生乳(茨城県)



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

221 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。柔らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。

届いて7~11日 乳

鈴木牧場(茨城県・石岡市)
222 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン) 鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。

届いて7日以上 乳

40g 292円(税込315円)

生乳(茨城県)

鈴木牧場(茨城県・石岡市)
223 石岡 鈴木牧場さけるチーズ(バジル) 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。

届いて14日以上 乳

30g 199円(税込215円)

生乳(茨城県)

茨城産有機栽培
バジル使用
鈴木牧場(茨城県・石岡市)
224 石岡 鈴木牧場生乳たっぷりのおもろ吉ヨーグルト 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料：生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

届いて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)
224 腸内活性ヨーグルト(プレーン) ホリ牧場で搾した良質な生乳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。

届いて21日 乳

380g 550円(税込594円)

生乳(石川県)



ホリ乳業(石川県・金沢市)
225 腸内活性ヨーグルト(加糖) ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

届いて21日 乳

90g×3 465円(税込502円)

生乳(石川県)



サツラク農協(北海道・札幌市)
226 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン) サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。

届いて18日 乳

500g 265円(税込286円)

生乳(北海道)



サツラク農協(北海道・札幌市)
227 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)

届いて18日 乳

80g×3 212円(税込229円)

生乳(北海道)



日本生活協同組合連合会
228 乳酸ドリンク 65ml×10本入 65ml×10 178円(税込192円)

届いて15日 乳

生乳(福島県)



酪王乳業(福島県・郡山市)
229 生乳たっぷりのおもろ吉ヨーグルト 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料：生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

届いて19日 乳

180ml×2 256円(税込276円)

生乳(福島県)



よつ葉乳業(北海道・音更町)
230 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そのシンプルな素材で作りました。微糖タイプ。

届いて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)
231 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けた味わい。

届いて21日 乳

250g 176円(税込190円)

生乳(北海道)



おとふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)
232 豆乳ぶりん 黒ごま 国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらも濃厚な黒ごまの風味が活かした黒ごまプリンです。

届いて30日 卵大

80g×4 288円(税込311円)

豆乳(国内産)



よつ葉乳業(北海道・音更町)
233 よつ葉北海道おつまみチーズチャーター2パック 北海道十勝産の生乳を100%使用したチャーターチーズを食べやすい一口サイズにカットしました。ほのかな酸味が特徴です。

届いて120日 乳

30g×2 352円(税込380円)

生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)
234 よつ葉北海道おつまみチーズゴータ2パック 北海道十勝産の生乳を100%使用したゴータチーズを食べやすい一口サイズにカットしました。マイルドな味が特徴です。

届いて120日 乳

30g×2 352円(税込380円)

生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)
235 よつ葉バター無塩 北海道産生乳100%の無塩バター。お菓子作りにも。

届いて180日 乳

150g 328円(税込354円)

生乳(北海道)



創健社(神奈川県・横浜市)
236 べに花ハイプラスマーガリン べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まろやかでコクのあるマーガリンです。

届いて30日 卵大

180g 296円(税込320円)

生乳(北海道)



豆腐屋ならではのやさしさ、なめらかさ

基本材料となる牛乳と卵に、生クリームと自社で搾った国産大豆100%の豆乳を絶妙なバランスで加えています。卵のコク、生クリームのまろやかさがありながらも、やさしい甘さに仕上げた、安心とおいしさの両方を追求した一品です。

愛知県産の豆乳、牛乳、国産卵を使って作った本格派カスタードプリンです。ゼラチン(豚由来)使用。

おとふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)
237 濃厚豆乳プリン 100g×2 240円(税込259円)

生乳(愛知県)

大豆加工品

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

238 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て固めました。

冷蔵 賞味4日 大

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



239 きめ豆腐

冷蔵 賞味4日 大

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

240 ミニもめん豆腐

冷蔵 賞味4日 大

150g×2 **180円** (税込 **194円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

241 ミニきめ豆腐

冷蔵 賞味4日 大

150g×2 **175円** (税込 **189円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

247 ごま入り寄せ豆腐

冷蔵 賞味4日 大

200g **173円** (税込 **187円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.3

お得な2個組は16ページ



丸和食品 (東京都・練馬区)

242 押し豆腐

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 賞味21日 大

220g **235円** (税込 **254円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



丸和食品 (東京都・練馬区)

243 油揚げ

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

冷蔵 賞味6日 大

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

244 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。

冷蔵 賞味4日 大

100g×2 **416円** (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)

245 絹生揚げ

絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。

冷蔵 賞味4日 大

230g **205円** (税込 **221円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)

246 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き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 賞味90日 米 大 小

10枚×2 **790円** (税込 **853円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

秋の味覚「きのこ」を使ったがんもどき



丸和食品 (東京都・練馬区)

248 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5日 米 大 小

2個 **265円** (税込 **286円**)
ぶなしめじ (茨城県、他) [放] 不検出 <2.1 <2.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

249 焼いて食べる油揚げ包み(餃子風)

国産のキャベツ、ニラ、長ねぎ、生姜を油揚げで包みひとつずつ手揚げしました。フライパンなどで温めて、おでんや鍋にも。

冷蔵 賞味7日 大

4個 **295円** (税込 **319円**)
大豆 (国内産)

肉厚でソフトな油揚げが煮汁をよく含みます



丸和食品 (東京都・練馬区)

250 味付きつねがんも

貝だくさんのがんもを油揚げで包み、自社製造の合わせだしで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷蔵 賞味30日 米 大 小

4個 **330円** (税込 **356円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3

自社で煮だした出汁を使っています!



丸和食品 (東京都・練馬区)

251 味付うの花料理

丸和豆腐のおからに人参、ねぎ、油揚げ、椎茸、ごぼう、青豆など貝だくさんにして、かつおだしで味付け。原材料にはちみつを含みます。

冷蔵 賞味30日 米 大 小

150g **260円** (税込 **281円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



JAやさと (茨城県・石岡市)

252 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



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

253 水府納豆ミニ3 (タレ・カラシ付)

冷蔵 賞味10日 米 大 小

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



登喜和食品 (東京都・府中市)

254 十勝の息吹 大粒2P (タレ・カラシ付)

北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。

冷蔵 賞味9日 米 大 小

40g×2 **172円** (税込 **186円**)
大豆 (北海道)



登喜和食品 (東京都・府中市)

255 遊作納豆 (タレ・カラシ付)

茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。

冷蔵 賞味9日 米 大 小

80g **206円** (税込 **222円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <1.7 Cs=3.7



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

256 やさとの半熟たまご(温玉)

非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。

冷蔵 賞味10日 卵 (タレ無)

4個 **185円** (税込 **200円**)
卵 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

日配品 海藻

・こんにやく：国産のこんにやく芋を使用しています。



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

257 上州産徳用こんにやく

群馬県産のこんにやく粉で作りまし。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。

冷蔵 賞味60日

450g **110円** (税込 **119円**)
こんにやく粉 (群馬県) [放] 不検出 <4.2 <3.7



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

258 上州産徳用しらたき

群馬県産のこんにやく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。

冷蔵 賞味60日

400g **110円** (税込 **119円**)
こんにやく粉 (群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



浜食 (東京都・調布市)

259 洗いもずく

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

冷蔵 賞味10日 米

200g **240円** (税込 **259円**)
もずく (沖縄県)



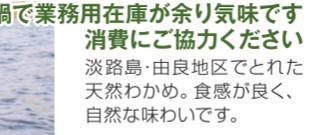
武田食品 (兵庫県・洲本市)

260 淡路島 天然わかめ(塩蔵)

特 淡路島の天然わかめです。食感が良く、自然な味わいです。

冷蔵 賞味90日

150g **398円** (税込 **430円**)
わかめ (兵庫県)



特 コロナ禍で業務用在庫が残り気味です。消費にご協力ください。淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。



リアス (千葉県・船橋市)

261 松島湾産 おさしみあかもく

ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、種類の具などにどうぞ。

凍

100g **250円** (税込 **270円**)
あかもく (宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0



柳アラス (千葉県・船橋市)

262 国産あかもくめかぶミックス

あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感に粘りがわり食べやすい。お好みのたれて。

凍

40g×3 **330円** (税込 **356円**)
あかもく (国内産)、めかぶ (三陸)



・麺・皮：国産小麦 100% です。



共生食品 (神奈川県・相模原市)

263 内麦焼そば (ソース付)

国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。

冷蔵 賞味6日 卵 大 小

麺150g×3 ソース30g×3 **257円** (税込 **278円**)
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



共生食品 (神奈川県・相模原市)

264 内麦生ラーメン 醤油(3食入)

国産小麦粉を使った、無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。スープはあっさりタイプなので具材で補って。

冷蔵 賞味7日 卵 大 小

麺120g×3 スープ30g×3 **350円** (税込 **378円**)
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



シマダヤ (東京都・渋谷区)

265 冷凍 福庭風うどん (5食入)

国産小麦粉使用。喉ごしよい強いコシのゆで麺。1食分を更に半分にできる切込み付。加工澱粉：約5.5%

凍 小

200g×5 **408円** (税込 **441円**)
小麦 (国内産)

お惣菜



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

266 国産山くらげ たっぷり漬

国産(茨城県)で栽培・収穫された山くらげを醤油だれで漬け込みました。コリコリとした食感が特徴です。

冷蔵 賞味90日 大 小

90g **461円** (税込 **498円**)
山くらげ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.5



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

267 国産味付ザーサイ

国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。

冷蔵 賞味90日 米 大 小

100g **315円** (税込 **340円**)
ザーサイ (神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

268 国産味付メンマ

国産(愛媛県)のたけのこを使用し、食感を生かした歯ごたえのある味付けメンマです。ラーメンや箸休めに。

冷蔵 賞味90日 大 小

90g **461円** (税込 **498円**)
たけのこ (愛媛県)



武田食品 (兵庫県・洲本市)

269 いかなご釘煮

朝一番に水揚げされた新鮮ないかなごを使用。ほんのりとした苦味と、素材の旨みを活かし、味付けしました。

冷蔵 賞味90日 米 大 小

80g **600円** (税込 **648円**)
いかなご (兵庫県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

270 しらすくろみ

瀬戸内産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くろみ(有機JAS認定)を加えました。えぐ味の少ないくろみしらすが後を引くおいしさです。

冷蔵 賞味90日 米 大 小

100g **580円** (税込 **626円**)
しらす (瀬戸内海)



今週のらくうまごはん♪

全品特価

もっちり麺が ピリ辛スープに絡む



もやしが付きます。目安は200~250gなので、1袋そのままお使いください。

1食当り 518円 (税別)

調理時間: 準備品 約6分 油

2人前

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

食塩相当量: 7.87g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

271 半日分の野菜が摂れる担々麺

新鮮な野菜とごまの風味たっぷりの担々の素に、もっちり麺と濃厚なスープがセットになりました。

冷蔵 届いて1~2日 卵 大 小

2人前 (約490g) **1036円** (税別) **1119円** (通常税込) **1296円** (通常税込)

小麦粉(神奈川県)、にら(国内産)

肉厚なイカに あんかけを絡めて



1食当り 385円 (税別)

調理時間: 準備品 約15分

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)

272 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。野菜もたっぷりで、ご飯とも相性抜群です。

冷蔵 届いて1~2日 米 大 小

2人前 (約390g) **770円** (税別) **832円** (通常税込) **971円** (通常税込)

アカイカ(国内産)、白菜(国内産)

白身魚の旨味と 野菜がマッチ



1食当り 411円 (税別)

調理時間: 準備品 約5分 油

2人前

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

食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

273 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。

冷蔵 届いて1~2日 米 大 小

2人前(約375g) **822円** (税別) **888円** (通常税込) **1078円** (通常税込)

玉ねぎ(国内産)、シラ(長崎県)

子どもにも 食べやすいアジ



1食当り 430円 (税別)

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)

274 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 (約370g) **860円** (税別) **929円** (通常税込) **1079円** (通常税込)

アジ(国内産)、玉ねぎ(国内産)

海鮮の旨味が たっぷり



1食当り 411円 (税別)

調理時間: 準備品 約4分 油

2人前

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)

275 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 米

2人前(約460g) **822円** (税別) **888円** (通常税込) **1015円** (通常税込)

白菜(国内産)、えび(ベトナム)

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

2人前

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)

276 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 (約340g) **824円** (税別) **890円** (通常税込) **1076円** (通常税込)

玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)

たっぷり野菜の スタミナ炒め



1食当り 413円 (税別)

調理時間: 準備品 約6分 油

2人前

セット内容: カット野菜(チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

277 チンゲン菜の スタミナ炒め

新鮮な野菜とスタミナ肉のセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

冷蔵 届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前 (約440g) **825円** (税別) **891円** (通常税込) **1075円** (通常税込)

チンゲン菜(国内産)、豚肉(鹿児島産、宮崎県)

豆腐入りで ふんわり食感



1食当り 389円 (税別)

調理時間: 準備品 約5分 油

2人前

セット内容: 具材入りタレ(豆腐団子)、玉ねぎ、ピーマン、人参、水揚げたけのこ

食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

278 ふんわり豆腐団子と 野菜の甘酢炒め

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

冷蔵 届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前 (約450g) **778円** (税別) **840円** (通常税込) **998円** (通常税込)

豆腐(国内産)、玉ねぎ(国内産)

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

2人前

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)

279 彩り野菜と 国産豚の黒酢酢豚

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

冷蔵 届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前 (約410g) **798円** (税別) **862円** (通常税込) **1037円** (通常税込)

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

海鮮のダシが きいて美味



1食当り 438円 (税別)

調理時間: 準備品 約6分 ごま油、白飯

2~3人前

セット内容: 海鮮の具、カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、タレ

食塩相当量: 1.80g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

280 海鮮中華丼の具 (醤油)

新鮮な野菜と本格海鮮塩炒めソース、だし醤油タレが入った中華丼の具が作れるセットです。

冷蔵 届いて1~2日 米 大 小

2~3人前 (約455g) **875円** (税別) **945円** (通常税込) **1134円** (通常税込)

キャベツ(国内産)、スルメイカ(青森県)

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

2人前

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)

281 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 (約320g) **824円** (税別) **890円** (通常税込) **1037円** (通常税込)

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

レンジだけでOKなもの!

フライパンや鍋一つでできちゃう

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

282 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付) 6~11枚

フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。

凍 180日 米 大 小

6~11枚 150g+タレ50g **365円** (税別) **394円** (通常税込) **405円** (通常税込)

真あじ(千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.7

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

283 さんまチーズサンド 6~8個

開いたさんまによつ葉のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。

凍 180日 米 小

6~8個 150g **395円** (税別) **427円** (通常税込)

さんま(国内産)

ニッコー(神奈川県・大和市)

284 大きな豆腐肉団子(黒酢あん) 8個入

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

凍 卵 米 大 小

8個 340g(固形量208g) **454円** (税別) **490円** (通常税込) **515円** (通常税込)

野菜・豆腐・鶏肉(国内産)

大新(鳥取県・境港市)

285 いわしごぼうつみれ

国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。

凍 120日 米 小

180g **335円** (税別) **362円** (通常税込)

いわし(国内産)

ニッコー(神奈川県・大和市)

286 徳用北京餃子 15個入

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。焼いて。

凍 米 大 小

18g×15 **400円** (税別) **432円** (通常税込)

豚肉(国内産)

16ページにあります

ヨコハマの餃子は

皮がもちり

ニッコー(神奈川県・大和市)

287 えびにら餃子 10個入

にらとえびの旨みがマッチした餃子。ごま油の風味がきいています。皮は国産小麦粉使用。焼いて。

凍 米 大 小

18g×10 **385円** (税別) **416円** (通常税込)

えび(インドネシア、ベトナム、他)

湯煎や流水解凍で

国内産のさばを醤油ベースのたれに千切り生姜を加えて煮つけました。湯煎で。

ニッコー(茨城県・神栖市)

288 国産さばの生姜煮

240g(120g(固形80g)×2) **365円** (税別) **394円** (通常税込)

さば(国内産) [放] 不検出 <3.3 <3.4

湯せんOK! たっぷり2食入り

みうらや(茨城県・神栖市)

289 国産さばの味噌煮

国内産のさばを味噌ベースのたれで煮つけました。湯煎で。

凍 米 大 小

240g(120g(固形80g)×2) **365円** (税別) **394円** (通常税込)

さば(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.5

少し唐辛子が入っています

ダイマツ(鳥取県・米子市)

290 氷温造りさわらの雪見おろし(南蛮柚子)

国産(一部韓国産)のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。

凍 180日 米

220g **335円** (税別) **362円** (通常税込)

さわら(国内産、韓国)

お得2個組

本場の味付けが手軽に味わえます

カラミノフーズ(東京都・新宿区)

291 冷凍ナムルセット(2個組)

もやし・小松菜・ぜんまい・大根の4種。冷蔵か流水解凍後、ほぐし和え直してから盛付け。ぜんまいは中国産。

凍 米 大 小

150g×2 **870円** (税別) **940円** (通常税込) **994円** (通常税込)

つかさ食品(千葉県・南房総市)

292 いわし蒲焼用(タレ付) 6~12枚

国内で漁獲された真いわしを三枚におろして腹骨を取り、国産小麦粉をまぶしました。別添タレ付き。

凍 180日 米 大 小

6~12枚 180g+タレ50g **398円** (税別) **430円** (通常税込)

真いわし(国内産)

大黒淡水(静岡県・焼津市)

293 うなぎ蒲焼 70g×2

70g×2、たれ・山椒付 **1880円** (税別) **2030円** (通常税込) **2138円** (通常税込)

うなぎ(愛知県)

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、砂糖とシンプルなお内容。

鳥幸商店(千葉県・茂原市)

294 天津丼の具

卵と蟹、筍、椎茸、葱を混ぜ、ふんわりと仕上げました。ほのかな甘さが美味しい。加工澱粉:全体の約2.4%

凍 卵 米 大 小

300g(150g×2) **398円** (税別) **430円** (通常税込)

卵(国内産)

手軽に本格的なチャプチェを楽しめます

カラミノフーズ(東京都・新宿区)

295 チャプチェ 2食入

プルプルの春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。湯煎で。

凍 米 大 小

180g×2 **599円** (税別) **647円** (通常税込)

春雨(国内産)

鶏肉の美味しさと醤油タレの優しい風味がよくマッチ!

次回よりリニューアル!
ムネ肉の原料不足により、もも・つくねの3本ずつのセットへ変更します

秋川牧園 (山口県・山口市)

296 やきとりセット

軟らかくジューシーに焼き上げ醤油たれを絡めた、もも、むね、つくねの各2本セット。湯煎またはレンジで。

凍 卵米大 180g(3種各2本) **646円(税込698円)**

鶏肉 (山口県、他)

297 ソルロンタン (雪濃湯)

じっくり煮込んだ牛肉の旨味とコクが味わえる、韓国を代表するスープ。トック(韓国の餅)、大根入り。ご飯を入れてクッパとしても。湯煎して。

カラミノフーズ (東京都・新宿区) 2食入

凍 米 200g×2 **599円(税込647円)**

牛肉 (国内産)

298 細打ち野菜あんかけうどん

細めの麺に具(キャベツ・椎茸・きざみ揚げ・ほうれん草・人参・葱)をトッピング。加工澱粉:全体の約6%

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 2食入

凍 米大 596g(2食) **389円(税込420円)** 通常税込430円

小麦粉 (国内産)

299 関西風きつねうどん

国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。

凍 米大 2食520g **320円(税込346円)**

小麦 (国内産)

300 野菜たっぷりあんかけラーメン

沸騰した湯に凍ったまま入れて湯がくだけ。モンゴルかんすい使用。具はもやし・キャベツ・玉葱・人参等。

ニッキー (神奈川県・大和市)

凍 卵米大 450g(麺160g) **385円(税込416円)**

小麦 (国内産)

お弁当におかずに

ザックリふんわり食感 自然解凍OK

たっぷりの白身小魚と豆腐を使用。魚独特の匂いが残らないようスパイスを使い、ナゲット風に仕上げました。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

301 パクパクなぎょっと

凍 180日 米大 160g(8個) **301円(税込325円)** 通常税込335円

カナガシラ (国内産)

302 エビカツフライ

魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。

ニッキー (神奈川県・大和市) 4個入

凍 卵米大 4個152g **395円(税込427円)**

えび (インドネシア、ベトナム、タイ)

303 ごぼうとひじきの豆腐団子

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。

ニッキー (神奈川県・大和市) 8個入

凍 卵米大 8個144g **345円(税込373円)**

ごぼう (国内産)

304 天ぷらセット(濃縮たれ付)

5種の野菜(南瓜、さつまいも、舞茸、茄子、野菜かきあげ)を米油で揚げた天ぷらセット。たれは希釈して。

菅原食品販売 (宮城県・塩竈市) 2人前

凍 米大 200g(2人前、5種×2個) **537円(税込580円)** 通常税込594円

かぼちゃ、さつまいも (国内産)

305 ミートボール

秋川牧園の鶏肉使用のミートボール。国産丸大豆醤油を使ったやさしい甘さのタレをたっぷり絡めました。

秋川牧園 (山口県・山口市) 約7個入

凍 卵米大 100g(約7個) **194円(税込210円)**

鶏肉 (山口県、他)

306 ミニポテト オープントースター用

北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。

パイオニアフーズ (北海道・京極町) 500g

凍 米 500g **298円(税込322円)**

じゃがいも (北海道)

307 鶏ごぼうシュウマイ

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。

ニッキー (神奈川県・大和市) 27g×8

凍 卵米大 27g×8 **343円(税込370円)** 通常税込383円

鶏肉 (国内産)

308 フライドチキン (骨なし)

塩麴で若鶏むね肉に柔らかさと旨みを加えコーンフレークの衣でサクサク食感をプラス。骨なしタイプ。

秋川牧園 (山口県・山口市) 300g

凍 卵米大 300g **858円(税込927円)**

鶏肉 (国内産)

309 豚キムチ惣菜セット

豚キムチをメインに、揚げ焼売・ブロッコリーのおかか和え・れんこん金平・高野豆腐煮を組合せました。

大進食品 (神奈川県・横浜市) 190g

凍 米大 190g **778円(税込840円)** 通常税込862円

キャベツ・白菜・豚肉 (国内産)

310 からあげ

開放鶏舎で植物性主体の飼料で育てた若鶏のムネ肉を醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。

秋川牧園 (山口県・山口市) 150g

凍 卵米大 150g **436円(税込471円)**

鶏肉 (山口県、他)

311 スパイシー ささみカツ

開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツにしました。フライ済。

秋川牧園 (山口県・山口市) 160g

凍 卵米小 160g **396円(税込428円)**

鶏肉 (山口県、他)

312 ふんわり豆腐ハンバーグ 2パック

消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグ。

ニッキー (神奈川県・大和市) (90g×3)×2

凍 卵米大 (90g×3)×2 **842円(税込910円)** 通常税込940円

大豆・鶏肉 (国内産)

313 マム 北海サーモンたっぷりグラタン

オーガニックペンネマカロニと自家製ホワイトソースに鮭とチーズが相性抜群。レンジで温めて。

大進食品 (神奈川県・横浜市) 170g×2

凍 乳小 170g×2 **627円(税込677円)** 通常税込697円

牛乳 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6

314 手羽先煮物

若鶏手羽先を特製タレと一緒にじっくり加熱し、味よく染み込ませた。レンジで湯煎して。

秋川牧園 (山口県・山口市) 180g

凍 米大 180g **487円(税込526円)**

鶏肉 (山口県、他)

315 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。

ポラスター (石川県・白山市) 8切入

凍 卵米大 8切300g **446円(税込482円)**

米 (国内産)

316 香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン

豚肉・玉葱・人参・葱・玉子など具材を直火で香ばしく炒めた本格的な炒飯。フライパンかレンジで温めて。

ニッキー (大阪府・泉佐野市) 230g×2

凍 卵米大 230g×2 **403円(税込435円)**

米 (国内産)

317 鶏五目中華ちまき

国産もち米に鶏肉・牛蒡・人参・椎茸等を混ぜ、醤油・オイスターソースで味付したおこわを竹皮で包みました。

カラミノフーズ (東京都・新宿区) 320g(4個入)

凍 米大 320g(4個入) **616円(税込665円)** 通常税込691円

もち米・鶏肉 (国内産)

318 関西風お好み焼き

国産小麦使用ミックス粉にキャベツ・卵・豚肉・天玉を加えたカツオ風味のお好み焼。レンジで温めて。

美雷 (大分県・宇佐市) 160g×2枚

凍 卵米大 160g×2枚 **536円(税込579円)**

小麦 (北海道)、キャベツ (福岡県)

319 大阪の味 イカ焼き

国産小麦粉と卵・青森県産いかを使い、味付にオーガニックとんかつソースをたっぷり使用。レンジで温めて。

美雷 (大分県・宇佐市) 130g(2個入)

凍 180日 卵大 130g(2個入) **518円(税込559円)**

いか (青森県)

320 冷凍パイシート

国産小麦と国産バターで作ったパイ生地。香料(洋香等)不使用。国産小麦独特の風味をお楽しみください。

弁天堂 (兵庫県・淡路市) 400g

凍 60日 乳小 400g **824円(税込890円)** 通常税込940円

小麦 (国内産)

321 アーモンドクッキーシュー

添加物は使わず国内産原材料を主に安心できる物を使用。香ばしくパリパリ感あるシュー生地に仕上げました。

弁天堂 (兵庫県・淡路市) 3個入

凍 60日 卵乳小 3個 **797円(税込861円)**

卵・生乳 (国内産)

322 ティラミスカップケーキ

生クリームとチーズで濃厚でトロトロに仕上げています。スプーンで食べてください。(原料にアーモンド含む)

弁天堂 (兵庫県・淡路市) 容器直径7.5cm 2個入

凍 60日 卵乳小 2個 **739円(税込798円)** 通常税込829円

卵・生乳 (北海道)

323 芽吹き屋 三色だんご

よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 4本入

凍 米大 4本180g **410円(税込443円)**

324 芽吹き屋 すんだおはぎ

すんだあん、国産もち米の道明寺粉を使用した生地を包みました。

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 4個入

凍 米大 4個200g **389円(税込420円)** 通常税込435円

枝豆 (ベトナム、インドネシア)

325 ミニたい焼き (あずき)

国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。

ニッキー (神奈川県・大和市) 10個入

凍 米小 10個400g **400円(税込432円)**

小豆 (北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

326 チョコレートアイスクリーム

ベルギー産グーベルチョコレートを使用し、濃厚なおいしさに仕上げたアイスクリーム。

久保田食品 (高知県・南国市) 110ml

凍 卵乳大 110ml **190円(税込205円)**

生乳 (国内産)・カカオ (エクアドル他)

327 芽吹き屋 ずんだの粒感残ってます

ずんだあん、国産もち米の道明寺粉を使用した生地を包みました。

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 4個入

凍 米大 4個200g **389円(税込420円)** 通常税込435円

枝豆 (ベトナム、インドネシア)

328 夢中熱中 バ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た炊き上げた自家製粒あん素材のおいしさが際立つバニラアイスの最中。

久保田食品 (高知県・南国市) 110ml

凍 卵乳小 110ml **120円(税込130円)**

生乳・小豆 (北海道)

JOSOにありません!

- ・コリアンチミ・ブイヤベースセット
- ・ラザニア皮・マッシュポテトベース
- ・内巻ヒサ生地

サンコーのお菓子特集第二弾

体に優しくおいしいお菓子 新商品で勢ぞろい!

特新

原材料: 乾燥マッシュポテト(馬鈴薯(国産)), 馬鈴薯でん粉(馬鈴薯(国産)), 砂糖(てん菜(国産)), 食塩、植物油(パーム油)/植物レシチン

サンコー(愛知県・豊橋市)

329 ふわふわチップ じゃがいも味

さっぱり塩味のノンフライチップです。

20g **161円**(税込) **174円**(通常税込) **185円**

じゃがいも(北海道)

特新

原材料: 馬鈴薯でん粉(馬鈴薯(国産)), にんじんペースト(にんじん(国産)), にんじん(国産)、砂糖(三温糖)、食塩、植物油(パーム油)/植物レシチン

サンコー(愛知県・豊橋市)

330 ふわふわチップ にんじん味

さっぱり塩味のにんじん味のノンフライチップです。

20g **161円**(税込) **174円**(通常税込) **185円**

じゃがいも(北海道)

特新

原材料: コーングリッツ(とうもろこし(北海道産)), 植物油(パーム油)、砂糖(てん菜(国産)), 食塩、焼昆布粉末(昆布(北海道産))

サンコー(愛知県・豊橋市)

331 とうもろこしでつくった パスナック 塩味

北海道産とうもろこしからつくられたグリッツをかる〜くパフに仕上げた商品です。

55g **144円**(税込) **156円**(通常税込) **166円**

とうもろこし(北海道)

特新

原材料: 米粉(米(秋田県産)), 有機メープルシロップ、有機ショートニング、アーモンドパウダー、食塩(海水(国産))

サンコー(愛知県・豊橋市)

332 7大アレルゲンを使わない 米粉のおやつ

中身はしっとり食感です。

6個 **169円**(税込) **183円**(通常税込) **193円**

米粉(秋田県)

特新

原材料: 米粉(うるち米(国産)), 有機オートミール、米飴、植物油(菜種油)、砂糖(てん菜(国産)), 馬鈴薯でん粉(馬鈴薯(国産)), 食塩/膨張剤(重曹)

サンコー(愛知県・豊橋市)

333 米粉クッキー

国産うるち米由来の米粉を主原料の生地有機オートミールを加え、スティック状に焼き上げました。

6本 **264円**(税込) **285円**(通常税込) **296円**

うるち米(国内産)

特新

原材料: チョコレート(砂糖(てん菜(国産)), カカオマス、ココアバター、全粉乳(乳成分を含む)、玄米パフ(うるち米(国産)))/乳化剤

サンコー(愛知県・豊橋市)

334 玄米パフのクランチチョコレート

国産玄米を使用した焙煎パフとクーベルチュールチョコレートを混ぜ合わせて仕上げました。

46g **190円**(税込) **205円**(通常税込) **216円**

チョコレート(国内産)

菓子

・化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。
※お召し上がりいただく機会が多い為、原材料を表記しています。

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

特新

原材料: 大豆(遺伝子組換えでない)、植物油(米油)、食塩

サンコー(愛知県・豊橋市)

335 大豆チップス しお味

50g **210円**(税込) **227円**

大豆(国内産)

特新

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

サンコー(愛知県・豊橋市)

336 大豆チップス のり塩味

50g **210円**(税込) **227円**

大豆(国内産)

特新

原材料: うるち米、ごま、醤油、麦芽糖、でんぷん

サンコー(愛知県・豊橋市)

697 草加せんべい ごま

7枚 **350円**(税込) **378円**

うるち米(国内産)

特新

原材料: うるち米、醤油、麦芽糖、でんぷん

サンコー(愛知県・豊橋市)

698 草加せんべい しょうゆ

7枚 **350円**(税込) **378円**

うるち米(国内産)

特新

原材料: アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま

サンコー(愛知県・豊橋市)

337 アーモンドじゃこ2個組

(7g×5)×2 **390円**(税込) **422円**(通常税込) **432円**

片口いわし(日本近海)

特新

原材料: 小麦粉(国内産)、砂糖(てん菜糖)、植物油(パーム油)、おからパウダー(国内産大豆)、食塩、膨張剤(重曹)

サンコー(愛知県・豊橋市)

338 おから堅揚 しお

80g **150円**(税込) **162円**

小麦粉(国内産)

特新

もちもちで柔らかい、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子。温めても、そのままでも。

サンコー(愛知県・豊橋市)

339 ふところ餅

110g **290円**(税込) **313円**

米(国内産)

特新

原材料: 小麦粉、三温糖、ショートニング(パーム油)、メープルシロップ、さつまい、バター、卵、全粉乳、食塩、膨張剤(重曹)、炭酸アンモニウム、重曹

サンコー(愛知県・豊橋市)

340 こぐまのビスケット

12g×5 **210円**(税込) **227円**(通常税込) **232円**

小麦(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.5

特新

国産小麦粉を主原料に、ふっくらと食べやすいサイズの、甘さ控えめなバウムクーヘンです。

サンコー(愛知県・豊橋市)

341 ミニバウムクーヘン

6個(1個×6袋) **307円**(税込) **332円**

小麦粉(国内産)

特新

原材料: 鶏卵(国産)、砂糖(てん菜(国産))、有機ショートニング、小麦粉(国産)、水飴、豆乳(大豆(国産))、食塩/膨張剤(ペーキングパウダー)

サンコー(愛知県・豊橋市)

342 豆乳マドレーヌ

4個 **293円**(税込) **316円**

鶏卵(国内産)

特新

原材料: 水飴、砂糖、寒天、有機インスタントコーヒー、オブラート、レシチン(大豆由来)レシチンはオブラートに含まれています。

サンコー(愛知県・豊橋市)

343 寒天コーヒージェリー

135g **215円**(税込) **232円**

コーヒー(コロンビア)

飲料

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

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

特新

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。

童仙房茶舗(京都府・南山村)

344 童仙房茶舗 有機煎茶

100g **700円**(税込) **756円**

緑茶(京都府)

特新

有機栽培宇治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。

童仙房茶舗(京都府・南山村)

345 童仙房茶舗 有機上煎茶

100g **1100円**(税込) **1188円**

緑茶(京都府)

特新

有機栽培茶葉を萎凋・発酵させ独自の製法で仕上げた京都宇治の希少な有機烏龍茶(国産ウーロン茶)です。フルーティーな香りとすっきりした後口です。便利なティーバックタイプ。

童仙房茶舗(京都府・南山村)

346 童仙房茶舗 有機烏龍茶(ティーバック)

2g×12 **482円**(税込) **521円**

緑茶(京都府)

特新

柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。

ランカスター(千葉県・千葉市)

347 アールグレイティー(リーフ)

100g **550円**(税込) **594円**

紅茶(スリランカ)

特新

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

ランカスター(千葉県・千葉市)

348 アップルティー(ティーバッグ)

2g×20 **470円**(税込) **508円**(通常税込) **518円**

紅茶(インド)

特新

マルサンアイ(愛知県・岡崎市)

349 国産大豆の調整豆乳

200ml **100円**(税込) **108円**

大豆(国内産)

特新

有機JAS認定商品 有機果汁85%以上 着色料、保存料、酸味料、香料は使っていません。

ヒカリ食品(徳島県・上坂町)

351 オーガニックぶどうサイダー+レモン

250ml **135円**(税込) **146円**(通常税込) **151円**

特新

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。

創健社(神奈川県・横浜市)

352 丹沢サイダー 6缶

250ml×6 **550円**(税込) **594円**(通常税込) **616円**

特新

信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果(まなか)」を100%使用した、食塩無添加のトマトジュース。

ナガノトマト(長野県・松本市)

353 信州生まれの美味しいトマト(無塩)

190g×20 **2200円**(税込) **2376円**

トマト(長野県)

特新

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 1本

350ml **248円**(税込) **273円**

大麦(イギリス)

特新

ヤッホーブルーイング(長野県・佐久市)

358 6本組

350ml×6 **1488円**(税込) **1638円**

大麦(イギリス)

特新

岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。

岩手県ホールディングス(岩手県・岩手市)

354 龍泉洞の水

500ml×24 **2780円**(税込) **3002円**(通常税込) **3110円**

岩手県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

特新

国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもこぼれません。濃縮還元果汁使用。

日本生活協同組合連合会

355 りんごジュース100

1ℓ **285円**(税込) **308円**

りんご(国内産)

特新

7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)、にんじん汁50%をミックス。

日本生活協同組合連合会

742 ミックスキャロット

125ml×12 **816円**(税込) **876円**

にんじん(国内産)

特新

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

356 赤

1000ml **870円**(税込) **940円**

ぶどう(長野県)

特新

契約農園で有機的に育てられたぶどうが原料の、まろやかな甘みのワイン。酸化防止剤無添加。

天然ワイン醸造・林真澄(岐阜県・岐阜市)

771 天然葡萄酒 赤甘口

720ml **1380円**(税込) **1518円**

ぶどう(岐阜県)

特新

自家農園、一部契約栽培のデラウェア種使用。熟成期間を長くとり、さわやかな辛口に仕上げました。

天然ワイン醸造・林真澄(岐阜県・岐阜市)

772 天然葡萄酒 白辛口

720ml **1380円**(税込) **1518円**

ぶどう(岐阜県)

食品調味料

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

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

18 紅玉とジャムつくりやアップルパイに!



てんさい (リトアニア)

生クリームにご使用いただけます
 キメが細かく舌触りがよいてんさい糖はお菓子作りにピッタリ。グラニュー糖のように白い結晶のお砂糖です。

ムソー (大阪府・大阪市)

359 有機てんさい糖

400g **480円** (税込 **518円**)

様々なお料理に、便利なふんまつタイプです



沖縄物産企業連合 (沖縄県・那覇市)

360 波照間島特産 黒糖ふんまつ

沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。

200g **300円** (税込 **324円**)

さとうきび (沖縄県)

海はいのち (長崎県・南島原市)

513 につぼん海塩

長崎県南島原市周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。

500g **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**

海水 (長崎県)

卓上ピンの詰替用



海 (東京都・大島町)

361 「海」の精 やきしお 詰替用

日本特有の伝統的製法で作られた「海」の精を焙煎して焼塩にしました。ゆで卵やサラダ、天ぷらなどに。

60g **238円** (税込 **257円**)

海水 (伊豆大島近海)

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、食塩 ※アルコール添加はしておりません。



沼屋本店 (茨城県・つくば市)

362 常総寒仕込みしょうゆ (生)

360ml **457円** (税込 **494円**)

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

入正特醸醤油は16ページ



国産米のみを使用した、すっきりとした風味の米酢。



私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)

520 純米酢

500ml **233円** (税込 **252円**)

米 (国内産)

塩分9%



やまこみそ (茨城県・守谷市)

363 やまこ味噌 (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 **550円** (税込 **594円**)

大豆 (国内産)

合わせみそに!



鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。塩分8.4%。

はつゆき屋 (鹿児島県・日置市)

364 鹿児島麦みそ

1kg **820円** (税込 **886円**)

大麦 (愛媛県)

日本生活協同組合連合会



502 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** (税込 **407円**)

米 (国内産)

日本生活協同組合連合会



507 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せん。

1ℓ **390円** (税込 **429円**)

もち米 (タイ、他)

米澤製油 (埼玉県・熊谷市)



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。

1400g **1100円** (税込 **1188円**)

なたね (オーストラリア)

料理に風味を持たせます。



米澤製油 (埼玉県・熊谷市)

550 ごま油

450g **990円** (税込 **1069円**)

胡麻 (ナイジェリア、他)

芳醇な味わい



4種類の有機栽培のオリーブオイルをブレンド。フルーティでコクがあり、ガスパチョなど野菜料理に。

日本オリーブ (岡山県・瀬戸内市)

365 有機EXバージン オリーブ油ブレンド

180g **1050円** (税込 **1134円**) 通常税込 **1188円**

オリーブ (スペイン)

シンプルな味わい 和食にもあいます



有機栽培のマンサニージャ・カセレーニャ種単一品種のオイルです。パンや野菜・果物との相性が抜群です。

日本オリーブ (岡山県・瀬戸内市)

366 有機EXバージン オリーブ油シングル

180g **1050円** (税込 **1134円**) 通常税込 **1188円**

オリーブ (スペイン)

豊かな環境の平飼いで鶏の卵をつかっています



国産の有精卵と圧搾一番しぼりに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。

創健社 (神奈川県・横浜市)

532 有精卵マヨネーズ

300g **396円** (税込 **428円**)

なたね (オーストラリア)

日本生活協同組合連合会



546 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、醤油のコク。生にこだわったドレッシングです。

500ml **440円** (税込 **475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 (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 **338円** (税込 **365円**) 通常税込 **373円**

トマト (長野県)

フライ物、目玉焼き、天ぷらなどにかけたり、カレーにも



ポールスタア (東京都・東村山市)

538 国産野菜果実 中濃レストランソース

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

200ml **370円** (税込 **400円**)

化学調味料・たんぱく加水分解物は不使用



創健社 (神奈川県・横浜市) 創設社

367 中華風だし一番

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

8g×10 **353円** (税込 **381円**)

炒め物、煮込み料理、焼きそば、シュウマイにも



国産カキエキスで作りました。料理にコクと旨味を加えます。少量で料理素材のあじを引き立てます。

丸新商会 (千葉県・市川市)

368 オイスターソース

145g **420円** (税込 **454円**)

カキ (国内産)

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。



東京フード (茨城県・つくば市)

369 練りからし

40g **330円** (税込 **356円**)

からし (カナダ)

日本生活協同組合連合会



574 味バック合わせだし 6袋入×5パック

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

10.5g×6×5 **555円** (税込 **599円**)

リアス (千葉県・船橋市)



370 海藻たっぷり 根菜入りみそ汁の具

海藻と野菜が一緒になった便利な乾物ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。

26g **398円** (税込 **430円**)

切干大根(宮崎県)、葉干し(50g) (国産) [放] 不検出 <4.9 <5.1

リアス (千葉県・船橋市)



596 わかめご飯の素

石巻十三浜のわかめに国内産の白ごまと石川県珠洲産の海塩を加えました。わかめの風味がおいしいふりかけ。

20g **490円** (税込 **529円**) 通常税込 **551円**

わかめ (宮城県)

川光商事 (東京都・中央区)



371 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**)

黒ごまの香りが生きています



大村屋 (大阪府・大阪市)

372 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。

240g **646円** (税込 **698円**)

黒胡麻 (ミャンマー)

リアス (千葉県・船橋市)



373 大分県産 乾椎茸スライス

大分県豊後大野産の椎茸スライスです。昔ながらの旨味と香りのある品種を限定しました。

18g **480円** (税込 **518円**)

しいたけ (大分県)

飲んで免疫カアッ!



シーズン初



藤巻商店 (千葉県・印西市)

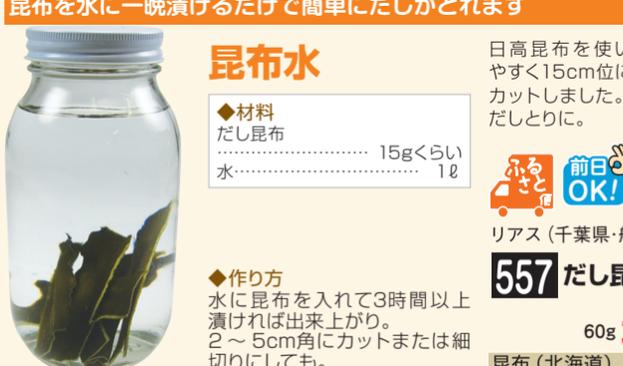
374 生あま酒 2パック

麹でご飯を糖化させたものです。米麹もすべて国産米使用。同量の水を加えてあたためてください。

300g×2 **490円** (税込 **529円**) 通常税込 **540円**

米 (国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.8

昆布を水に一晩漬けるだけで簡単にだしがとれます



日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとり。

リアス (千葉県・船橋市)

557 だし昆布(カット)

60g **390円** (税込 **421円**)

昆布 (北海道)

お鍋の季節です!



ピリ辛鍋で、体ほかほかに

超さんの味 (宮城県・仙台市)

378 超さんの味 コチュジャン

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

150g **520円** (税込 **562円**)

飯尾醸造 (京都府・宮津市)



375 120ml

680円 (税込 **734円**) 通常税込 **756円**

限定 15本

376 500ml

2400円 (税込 **2592円**)

限定 12本

紅芋 (京都府)

無農薬栽培の紅芋が原料。抗酸化物質、ポリフェノールを豊富に含みます。薄めて健康ドリンクとして。



昆布水で作ったみそ汁に仕上げにサッとひとふり! だしのきいたおいしさに、煮干しの栄養丸ごといただけます!



がねの水産 (千葉県・大網白里市)

377 煮干粉

100g **200円** (税込 **216円**)

かたくちいわし (国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0

伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)



562 かつお本節厚削り

かつお節を厚削りにしました。そばやうどんのだしとして、風味の良いだしがとれます。

200g **700円** (税込 **756円**) 通常税込 **767円**

かつお (静岡県)

お好みの肉や野菜も加えれば美味しさUP



カラミソフラス (東京都・新宿区)

379 スンドゥブの素

女性に大人気の韓国の鍋料理「スンドゥブ」。鍋に入れ豆腐半丁と卵1つでお手軽に本格的な味を楽しめます。

200g(100g×2) **450円** (税込 **486円**)

大豆・米 (国内産)

お餅の美味しい季節です



380 玄米丸もち
 庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
 500g **635円** (税込 **686円**) (通常税込 **697円**)
 玄米もち米 (山形県) [放] 不検出 <1.5 <1.4

381 白丸もち
 庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
 500g **645円** (税込 **697円**)
 もち米 (山形県) [放] 不検出 <1.7 <1.3

648 きな粉(大豆)
 庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
 無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。
 130g **210円** (税込 **227円**)
 大豆 (国内産) [放] 不検出 <2.7 <2.5

583 寿司はねのり
 長谷川商店 (東京都・中央区)
 軟らかで歯切れがよく、甘みのあるのり。寿司用に焼いた物の中からはねた若干難点があるのりです。
 全型10枚 **270円** (税込 **292円**)
 のり (国内産)

383 山菜味くらべ
 長野森林組合 (長野県・長野市)
 山ふき、わらび、しいたけ、姫竹をうすく味付けし、ピン詰めしました。長野の地場産を中心に国産原料です。
 140g **200円** (税込 **216円**)

384 和七味
 向井珍味堂 (大阪府・大阪市)
 七種の国産素材を独自に配合。辛みをおさえ、料理を引き立たせる香りとうま味があります。
 10g **420円** (税込 **454円**) (通常税込 **464円**)
 唐辛子 (国内産)

669 COゆであずき (北海道) 190g
 日本生活協同組合連合会
 北海道小豆100%使用。糖度を38~42%におさえました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。
 190g **155円** (税込 **167円**)
 小豆 (北海道)

668 スイートコーンドライパック
 ニチロ半勝食品 (北海道・更別村)
 北海道十勝産のもぎたてのスイートコーンの味と香りを逃さないように、短時間で缶詰にしました。
 110g×2 **280円** (税込 **302円**)
 スイートコーン (北海道)

621 薄力粉 (北海道産小麦使用)
 江別製粉 (北海道・江別市)
 北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシシ」。
 1kg **349円** (税込 **377円**)
 小麦 (北海道)

673 国産いわし油漬け
 信田伍詰 (千葉県・銚子市)
 真いわしを、紅花油と塩で油漬けし、唐辛子でアクセントをつけました。
 100g×2 **386円** (税込 **416円**)
 いわし (国内産)

674 国産いわししょうゆ味
 信田伍詰 (千葉県・銚子市)
 まいわしを天然醸造醤油ときび糖で薄味に仕上げました。1缶3尾前後。
 100g×2 **386円** (税込 **416円**)
 いわし (国内産)

618 強力全粒粉 (北海道産小麦使用)
 江別製粉 (北海道・江別市)
 北海道産のハルユタカ、ホロシシ、ホクシンのブレンド。食物繊維、ミネラルを含んだ全粒粉。
 500g **352円** (税込 **380円**)
 小麦 (北海道)

382 国産鶏もも肉のトマトソース煮 2袋
 カラミンファーズ (東京都・新宿区)
 軟らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチ食品にしました。ご飯にはもちろん、パスタにも。
 110g×2 **800円** (税込 **864円**)
 鶏肉 (国内産)

385 隠れ岩松塩にゅうめん
 みそ半 (長崎県・南島原市)
 原材料: 麵:小麦粉、食塩、食用植物油、スープ:ぶどう糖、食塩、でんぷん分解物、酵母エキス、発酵調味料、たまねぎ粉末、にんにく粉末、こしょう粉末、粉末しょうゆ、ごま油、昆布エキス、しいたけエキス、ウコン粉末/増粘剤(グァーガム)、(一部に小麦・大豆・ごまを含む)
 176g **335円** (税込 **362円**) (通常税込 **378円**)
 小麦粉 (国内産)

386 隠れ岩松野菜だしにゅうめん
 みそ半 (長崎県・南島原市)
 原材料: 麵:小麦粉、食塩、食用植物油、スープ:でんぷん分解物(国内製造)、砂糖、食塩、たまねぎ粉末、酵母エキス、野菜エキス、にんにく粉末、焙煎したにんにく粉末、粉末しょうゆ、こしょう粉末、セロリ粉末/増粘剤(グァーガム)、(一部に小麦・大豆を含む)
 180g **335円** (税込 **362円**) (通常税込 **378円**)
 小麦粉 (国内産)

18 紅玉と320パイシートと一緒に 手作りアップルパイ

◆作り方

- りんごは四つ割りにし、皮と芯を取り、縦長に薄切りにする。
- 鍋にりんご、砂糖、レモン汁、シナモンパウダーを入れ焦がさないように、弱火でりんごが柔らかくなるまで煮る。
- ②の水分をとばして、冷ましておく。
- パイ生地は解凍後、麺棒で伸ばしておく。片方はやや大きめに。
- 小さめのパイ生地をクッキングペーパーを敷いた天板におき、りんごの甘煮を並べる。
- 大き目の生地を半分折ってはさみで切り込みを入れ(6本くらい)、⑤の上にのせる。
- 外側を指で押さえ、余分な生地は包丁でカット。仕上げに溶き卵を塗る。
- オーブンで200℃約20分、色づくまで焼いたら出来上がり。

◆材料(パイシート2枚分)
 りんご... 2~3コ (600gくらい)
 砂糖... 60g
 レモン汁... 大さじ1と1/2
 シナモンパウダー... 小さじ1/2
 パイシート... 2枚
 溶き卵... 適量

387 有機シナモンパウダー
 桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)
 有機栽培シナモン100%。お菓子やコーヒー、マリネや肉料理の香り付けに。シナモントーストにもどうぞ。
 20g **250円** (税込 **270円**) (通常税込 **281円**)
 シナモン (スリランカ)

611 レーズン
 プレス・オルター・カネイブ (東京都・目黒区)
 有機栽培されたぶどうを天日で乾燥しました。オイルコーティングはしていません。
 165g **390円** (税込 **421円**) (通常税込 **432円**)
 レーズン (アメリカ)

16 無茶々園れもんストレート果汁
 無茶々園 (愛媛県・西予市)
 自社栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。ドレッシングやお菓子作りに。
 150ml **510円** (税込 **551円**) (通常税込 **578円**)
 レモン (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。
 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

778 粉石けん せっけんの街
 せっけんの街 (千葉県・柏市)
 廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。
 2kg **730円** (税込 **803円**)

388 本体
 300ml **320円** (税込 **352円**)

389 詰替用
 650ml **420円** (税込 **462円**)

876 パックスナチュロンUVクリーム
 太陽油脂 (神奈川県・横浜市)
 合成紫外線吸収剤、合成界面活性剤を使わず、石けんで乳化したシンプルなクリーム。
 45g **1200円** (税込 **1320円**)

887 パックスベビーうるおいUVクリーム
 太陽油脂 (神奈川県・横浜市)
 紫外線吸収剤を使わないクリーム。赤ちゃんのお肌の潤いを保つマカデミアナッツ油に、カミツレエキス配合。
 40g **800円** (税込 **880円**)

470 大型・洗濯ネット 3枚組
 小久保工業所 (和歌山県・海南市)
 約3.5kgが一度に洗える特大サイズの角型洗濯ネット。全自動洗濯機・2槽式洗濯機・乾燥機にも使用可能。
 3枚組 **278円** (税込 **306円**)

857 パックス化粧石けんE
 太陽油脂 (神奈川県・横浜市)
 無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
 95g×3 **260円** (税込 **286円**)

894 ミニ 40m
 日本生活協同組合連合会
 ポリエチレンラップ
 22cm×40m **100円** (税込 **110円**)

895 レギュラー 40m
 日本生活協同組合連合会
 ポリエチレンラップ
 30cm×40m **110円** (税込 **121円**)

892 ワンタッチコアレス (トイレトペーパー)
 丸富製紙 (静岡県・富士市)
 牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレトペーパー。シングルです。ゴミになる紙管がありません。
 130m×6ロール **480円** (税込 **528円**)

390 小松菜と人参のお粥
 味千汐路 (新潟県・糸魚川市)
 原材料: 有機米、有機小松菜、有機人参
 塩など調味料を使用せず国産有機米と国産有機小松菜、国産有機人参を煮込んだお粥です。
 100g **380円** (税込 **410円**)
 有機米 (国内産)

391 緑黄色野菜のおじゃ
 味千汐路 (新潟県・糸魚川市)
 原材料: 有機米、有機じゃがいも、有機キャベツ、有機玉ねぎ、有機人参、有機かぼちゃ、有機大根、有機さつまいも、有機ごぼう、有機ネギ、有機ほうれん草
 塩など調味料を使用せず、有機緑黄色野菜と有機米、有機野菜を有機野菜スープで煮込んだおじゃです。
 100g **380円** (税込 **410円**)
 有機米 (国内産)

7か月頃から

392 緑黄色野菜の炊き込みごはん
 味千汐路 (新潟県・糸魚川市)
 原材料: 有機米、有機かぼちゃ、有機じゃがいも、有機人参、有機キャベツ、有機玉ねぎ、有機ほうれん草、有機大根、有機醤油(大豆・小麦を含む)、有機さつまいも、有機ごぼう、有機ネギ、昆布、煮干、鰹節
 国産緑黄色野菜を国産有機米と有機野菜スープで炊き込み、有機醤油で味付けした炊き込みごはんです。
 100g **380円** (税込 **410円**)
 有機米 (国内産)

12か月頃から

393 鶏肉と野菜の五目煮
 味千汐路 (新潟県・糸魚川市)
 原材料: 有機人参、有機大根、有機じゃがいも、有機さつまいも、有機かぼちゃ、鶏肉、有機玉ねぎ、有機キャベツ、有機醤油(大豆・小麦を含む)、有機ごぼう、有機ネギ、昆布、煮干、鰹節
 国産鶏むね肉と国産有機野菜を旨みたっぷりの天然だしと栄養たっぷりの野菜スープで煮込みました。
 100g **380円** (税込 **410円**)
 人参 (国内産)

今年も
シーズン
スタート!!

やまこみその米こうじ

シーズン初

特



醤油
こうじ

甘酒はもちろん、醤油こうじや塩こうじなど様々な用途に使える万能食材。発酵食品でもある「こうじ」を上手に食卓に取り入れて腸内環境を整えましょう。

使い方
和え物や冷奴の味付けに
肉や魚の下味に
炒め物の調味料に
(例:肉100～150gに
大さじ1くらい)



塩
こうじ

◆材料(重量比)は
醤油麹は 醤油:麹=1:1
塩麹は 塩:水:麹=1:1:0.3

◆作り方
① どちらも米こうじをほぐした後、容器(瓶かタッパー、フリーザーバッグでも)に材料を全て入れて混ぜる。
② 常温で寝かせ、1日1回混ぜて空気を少し入れる。
③ 麹が柔らかくなったら出来上がり。(冬場や寒いときは2週間、温かいと1週間程度。その後は冷蔵庫で保管してください)

※冷蔵庫保管で半年程度を目安に使い切ってください

やまこみそ(茨城県・守谷市)

394 米こうじ 300g

茨城産コシヒカリ100%。使いきりサイズの300g。塩こうじ作りや甘酒作りに。

冷蔵 賞味 15日前後

300g **360円**(税) **389円** 通常税込 400円
米(茨城県) [放] 不検出 <0.5 <0.6

時間をかけて作られた旨み成分が、煮物にコクと風味を添えます。



前日OK!

入正醤油(千葉県・東庄町)

523 入正特醸醤油

大豆(アメリカ、ブラジル) **1ℓ 350円**(税) **378円**

使い方
色々!

米こうじを調味料として使おう♪

鶏むね肉と野菜の塩麹炒め

◆材料
鶏むね肉…300g
キャベツ…3枚
ピーマン…1個
赤ピーマン…1個
しめじ…100g
塩麹…大2

◆作り方

- 鶏むね肉を食べやすい大きさにそぎ切りにして、塩麹大さじ1を入れて冷蔵庫で1晩置いておく。
- キャベツ、ピーマンを2cm位の千切りにする。しめじは小房に分けておく。
- フライパンに油をしき②を強火でいため、お皿に出しておく。
- 同じフライパンに鶏肉を入れ両面に焼き色がついたら蓋をして蒸し焼きにする。
- 鶏肉に火が通ったら、③と塩麹大さじ1を入れ強火にし炒め合わせる。

作っておくと何かと便利!

簡単 お手軽もろみ



◆材料
米麹…250g
納豆…150g
塩吹昆布…1袋(35g)
酒…大2
醤油…カップ1/4
白だし…カップ1/4
みりん…カップ1/4
はちみつ…
……………大1と1/2～2
生姜…1かけ

◆作り方

- 米麹は55度の湯に2～3時間浸してふやかす。
- 生姜はせん切りにする。
- ①の麹の水をきり、その他の材料を全部混ぜ合わせる。瓶に詰め冷蔵庫で保存する。

麹が軟らかくなれば食べられます。(約1ヶ月後)長く置く
とより熟成し、おいしくなります

材料を混ぜ合わせて
冷蔵庫で1ヶ月くらい
置けば食べごろ♪



前日OK!

リアス(千葉県・船橋市)

590 塩吹昆布

賞180日 大豆(北海道)

原料が美味しい昆布だから、化学調味料を使わずに作れないかとメーカーと相談して生まれました。

35g **250円**(税) **270円** 通常税込 281円



特

丸和食品(東京都・練馬区)

395 押し豆腐 2袋

冷蔵 賞21日 大豆(国内産)

醤油麹に漬けて冷蔵
庫で2～3日(期間
はお好みで)寝か
せれば出来上がり

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。

220g×2 **430円**(税) **464円** 通常税込 508円
[放] 不検出 <1.4 <1.1



前日OK!

共和水産(岩手県・宮古市)

396 三陸産するめいか つぼ抜き

凍 3～6枚230g **410円**(税) **443円**

輪切り後、醤油麹に30
分以上漬けて炒めれば
出来上がり



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。

[放] 不検出 <3.8 <3.9

家計応援! いつもの商品がお買い得!

特

無添加ベーコンの切り落としです。いろいろな料理にお使い下さい。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

397 徳用 中津ベーコン切り落とし

凍 100g **310円**(税) **335円** 通常税込 346円
豚肉(神奈川県)

特

中津皮なしビーウィンナー(徳用)

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ィンナー。

中津ミート(神奈川県・愛川町)

398 中津皮なしビーウィンナー(徳用)

冷蔵 賞7日 240g **546円**(税) **590円** 通常税込 600円
豚肉(神奈川県)

特

70g以下(目安)の小さなじゃがいもです。そのまま煮たり揚げたり、蒸したりどうぞ。減農薬栽培。

士別農園(北海道・士別市)

399 士別のじゃがいも(小玉)

北海道 500g **89円**(税) **96円** 通常税込 108円

特

5cm以下(目安)の小さな玉ねぎです。そのまま煮たり、揚げたり、蒸したりどうぞ。減農薬栽培。

士別農園(北海道・士別市)

400 士別の玉ねぎ(小玉)

北海道 500g **89円**(税) **96円** 通常税込 108円

特

JAやさと(茨城県・石岡市)

401 本味納豆(タレ・カラシ無)2個組

茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。

冷蔵 賞7日 (40g×3)×2 **260円**(税) **280円** 通常税込 302円
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.4

特

山九水産(山口県・長門市)

402 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) **594円** 通常税込 644円
魚肉(国内産)

特

2個組

アマト水産(愛知県・名古屋)

403 篠島産しらす干し 2個組

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 賞180日 70g×2 **560円**(税) **604円** 通常税込 626円
いわし稚魚(愛知県)

特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

404 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

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。

凍 賞180日 10切550g **1480円**(税) **1598円** 通常税込 1663円
紅鮭(ロシア)

特

大進食品(神奈川県・横浜市)

405 ヨコハマの餃子

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

凍 卵 大 小 18g×25 **549円**(税) **593円** 通常税込 613円
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

特

秋川牧園の黒豚ミンチにたっぷりの国産玉葱、秋川牧園の卵と牛乳も加え味付けをし衣で包み揚げました。

秋川牧園(山口県・山口市)

406 黒豚メンチカツ

凍 卵 米 大 小 120g(4個) **354円**(税) **382円** 通常税込 397円
豚肉(国内産)

特

煮物や鍋物、茶碗蒸しなどに
いろいろ使えます

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

407 白だし 2本組

本醸造薄口醤油ベースの濃厚で薄さ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。

米 大 小 400ml×2 **760円**(税) **820円** 通常税込 854円

特

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)

408 食菜酢 2本組

米(国内産) 360ml×2 **960円**(税) **1036円** 通常税込 1070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 冷凍品
- 冷蔵 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。

農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

前日OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。

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いいます。

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

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

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