

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

こだわりの

『おでん』



温か〜いおでんが美味しい時期になりました。常総生協のおでんは、“かさ増し”していない「無リン」の練り物だから、長時間煮込んでも煮崩れしません。新鮮な魚肉をたっぷり使った、魚の味がしっかり味を練り物で家族団らんのひと時をどうぞ。

一緒に煮込んで
ホロホロ食感♪
これぞ常総流!

173円/100g

特

ジュ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。

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

8 つくば茜鶏 モモ

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



※イメージ

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます
ネット注文登録

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

2021年10月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙10/提出	11	12	13	14	15
定番品10/のお届け	18	19	20	21	22
特別企画品10/のお届け	25	26	27	28	29

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

宮城

魚肉の旨みがギュッと凝縮、スープまで美味しく召し上がれ!



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

9 おでん種セット

凍 賞60日 卵米大
すけそうだら (北海道)

国産の無リンすり身を使用し、魚の旨味を追求したおでん種セット。だしがスープに溶け込み、絶妙な味わい。

7種13品380g **761円(税822円)** 通常税込 842円

いちろうこ (静岡県・静岡市)

静岡

特 駿河湾産の新鮮「イワシはんぺん」が特徴的!



いちろうこ (静岡県・静岡市)

10 いちろうこ 静岡おでん種セット

冷 賞10日 卵米
すけそうだら (アメリカ、北海道)



昆布や大根を足してどうぞ
静岡おでんを代表する黒はんぺんをはじめ、人気の練り物をセットに。国産の無リンすり身を使用し、魚肉の旨味を引き出しました。

6種13品 **498円(税538円)** 通常税込 562円

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

長崎

特 脂ののった長崎の魚をふんだんに使って!



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

11 長崎 漁師町 おでんだネ(つゆ付)

冷 賞30日 卵米大
たら (国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)



長崎ならではのアゴだしつゆ付
長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。

5種12個254g つゆ80cc **639円(税690円)** 通常税込 713円

..... おでんの増量に欠かせません!

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)をたっぷり使ったじゃこ天。トースターで軽く(3~4分)焼いても。



宇和島練り物工房みよし (愛知県・宇和島市)

12 みよし天

冷 賞21日 米
魚肉 (愛媛県)

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に高知県産のニラと生姜を練り込んだじゃこ天です。



宇和島練り物工房みよし (愛知県・宇和島市)

13 ニラ生姜天

冷 賞14日 米
魚肉 (愛媛県)、ニラ・生姜 (高知県)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

14 ぼたんちくわ

無リンたらすり身にアブラツノザメを混ぜ、魚肉の旨味が味わえる竹輪にしました。煮付けやおでん、磯辺揚げなどに。

凍 賞180日 米
5本 **330円(税356円)** 通常税込 367円
すけそうだら (北海道)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

15 ソフトはんぺん

お吸い物や、シンプルな焼き物にどうぞ。チーズ、たらこ等をはさんでも美味。

凍 賞180日 卵米
4枚200g **395円(税427円)**
すけそうだら (北海道)

鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

16 生芋あく抜き板こんにやく 2個組

こんにやく芋のあくや不純物を原料の段階で除去しました。あく抜きせずに使えます。

冷 賞90日
220g x 2 **260円(税281円)** 通常税込 302円
こんにやく芋 (国内産)

定番の煮物

ホクホクとした食感を楽しんで



歯ざわりが良く、それでいてムチッと食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。微生物農法の会・高柳さん (茨城県・行方市)

高柳さんのれんこん

17 400g (カット)

400g **465円(税502円)** 通常税込 518円

18 1本

1.2~1.5kg **1200円(税1296円)** 通常税込 1366円
茨城県 [放] 不検出 <2.2 <1.1



素材の味とムチムチの食感が大好評!

江藤さん (大分県・玖珠町)

20 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。

冷
100g **313円(税338円)** 通常税込 348円
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4

139円/100g

特

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

19 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。
凍 賞180日
400g **515円(税556円)** 通常税込 567円
茨城県

組合員さんからのクチコミ

江藤さんの原木生しいたけ。肉厚で香りが出て美味しくお気に入りの品です。毎週楽しみにしています。(1さん)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

- 以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。
- 空欄になっている商品は以下の通りです。
- ①検査対象地域外
- ②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位:Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
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

一般市場に出回らない **シーズン初**

稀少りんご「とき」

産地である青森県でも短期間でしか流通されない「とき」。赤系りんごの王道「ふじ」×黄系りんごの王道「玉林」を掛け合わせた品種で、芳醇な香りを残しつつ「ふじ」のようなパリッとした食感と甘みを感じられる美味しさです。



りんご(とき)は地元青森でも人気の品種。ぜひ茨城千葉の皆様もご賞味ください

酸味は弱く、コクのあるさわやかな甘みとシャキシャキとした食感が好評です。減農薬栽培。

成田農園・成田さん(青森県・板柳町)

21 りんご(とき)
3玉(800~900g) **698円(税込754円)**
青森県



りんご農家 **はじめまして!** **シーズン初**

「はなうた家」です

長野県麻績村(おみむら)でりんご農家を営んでいる谷口真理さん(写真下)。実は、常総生協の元組合員で過去総代・総会長の司会など常総生協の為に尽力してくれました。2018年に長野県に移住し、農業研修を経て、旦那様と共に屋号「はなうた家」を開業。農業や化学肥料を極力使わない栽培方法で作っており、ぜひ常総生協の組合員に食べてもらいたいと連絡をいただきました。今回の「シナスweet」は10月上旬~下旬に最も味がのり、旬が短いですが香り・甘さは絶品。ぜひご賞味ください。



その名の通り甘味の強さと鮮やかな赤色が自慢のりんごです。ネオニコチノイド系農薬・除草剤等不使用。

はなうた家(長野県・麻績村)

22 りんご(シナスweet)
3玉(900g以上) **680円(税込734円)** 通常税込754円
長野県

まるやかな甘みの **シーズン初**

渥美さんのみかん

静岡県浜松市にある「渥美農園」。出来る限り農業や化学肥料を減らした栽培方法をおこなっています。また、「みかん山保全運動」として、地元の消費者団体と連携し、除草・選定などの作業を一緒におこない、農業の未来を考えるきっかけを作っています。渥美さんのみかんの特徴は「甘みとまるやかさ」です。ぜひご賞味ください。



渥美農園(静岡県・浜松市) 渥美さんの温州みかん

23 800g
(7~13玉) **398円(税込430円)**

24 2kg
780円(税込842円)
静岡県

農業を出来るだけ減らし、生産者にも消費者にも安全なみかん作りを心がけています。減農薬栽培。

【放】不検出 <3.3 <4.0



小林さん(長野県・中野市)

25 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(山形県・高島町)

26 りんご(ジョナゴールド)
やや大きめのりんごです。甘みの中に酸味も少し入り、爽やかな味わいです。減農薬栽培。

3玉 **498円(税込538円)**
山形県 【放】不検出 <3.6 <3.6



おきたま興農舎・金子さん(山形県・高島町)

27 りんご(陽光)
ゴールデンデリシャスの自然交雑実生から生まれた品種。真っ赤に色づくりんごです。減農薬栽培。

3玉 **498円(税込538円)**
山形県 【放】不検出 <3.6 <4.1



おきたま興農舎・尾着さん(山形県・高島町)

28 りんご(秋映)
千秋×つがるで生まれた真っ赤なりんごです。甘酸のバランスが良く、パリッとした食感。減農薬栽培。

3玉 **440円(税込475円)**
山形県 【放】不検出 <3.9 <4.1



館野さん(栃木県・小山市)

29 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(長野県・松川町)

30 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



大紀コブファーム(奈良県・五條市)

31 たねなし柿
約800g(3~6玉) **398円(税込430円)**

32 わけあり
1.6kg **461円(税込498円)**
奈良県



無茶々園(愛媛県・西予市)

33 1kg
555円(税込599円)

34 3kg
1498円(税込1618円)
愛媛県



演上さん(鹿児島県・出水市)

35 演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



ゼスブリーインターナショナルジャパン(東京都)

36 キウイフルーツ(グリーン)
土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。

3個入り **399円(税込431円)**
ニュージーランド



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

37 パナナ
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)

種類、お刺身、お肉にも♪



作本さん(熊本県・熊本市)

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



りん片バラでお届けする場合があります

39 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

料理の薬味にどうぞ



大紀コブファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

40 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



上野さん(栃木県・上三川町)

41 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



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

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

250g **52円(税込56円)**
茨城県 【放】不検出 <3.7 <3.6



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

43 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



右田さん(熊本県・芦北町)

44 ミニトマト
有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。

約150g **220円(税込238円)**
熊本県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

45 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



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

46 長島さんのサニーレタス
アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1玉 **170円(税込184円)**
茨城県 【放】不検出 <3.2 <3.6



あゆみの会・関さん(茨城県・茨城町)

47 小松菜(少量)
1束(約150g) **150円(税込162円)**
茨城県



微生物農法の会・宮内さん(茨城県・行方市)

48 長島さんの小松菜
1束(約200g) **176円(税込190円)**
茨城県 【放】不検出 <4.1 <4.5



樺沢さん(群馬県・前橋市)

49 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



浅野さん(茨城県・常総市)

50 浅野さんのほうれん草
秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参で有名な常総市の浅野さんより。農薬無散布。

1束 約200g **190円(税込205円)**
茨城県 【放】不検出 <4.3 <3.7



木村農園(茨城県・つくば市)

51 木村さんの春菊
特有の風味、香りで鍋物には欠かせません。和え物にも。減農薬栽培。

1束 **170円(税込184円)**
茨城県 【放】不検出 <3.8 <4.3



木村農園(茨城県・つくば市)

52 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 <3.7 <3.9



木村農園(茨城県・つくば市)

53 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 <3.9 <3.6



高橋さん(山形県・鶴岡市)

54 いんげん
とうがらしやニンニク入りの木酢液を週1回程度散布し、農業を出来る限り使わない栽培を行なっています。減農薬栽培。

100g **250円(税込270円)**
山形県 【放】不検出 <4.6 <4.2



井上さん(埼玉県・美里町)

55 ブロッコリー
ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。減農薬栽培。

1個 **320円(税込346円)**
埼玉県 【放】不検出 <3.6 <3.5

シーズン初
たちばなファームの栗

たちばなファームさんは、遡る事15年以上のお付き合いになります。「生産者にやさしい栽培方法」を理念に、消費者だけでなく、作物や果樹を作る生産者にも極力農薬や化学肥料を使わない栽培方法を提唱・実践しています。

組合員さんからの
クチコミ

栗、すばらしく美味しかった！茹でただけなのに（お菓子より美味）。（つくば市：Yさん）

シーズン初
木村さんのかぶ

とろ〜り煮込み料理にどうぞ！

木村農園（茨城県・つくば市）

57 木村さんのかぶ

漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

1束(4〜5玉) **183円**(税別) **198円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

宅配 産地直送

ご注文の際は同封の宅配用紙に情報をご記入ください。

洋梨の女王
「ラ・フランス」

トロ〜りとろける食感と芳醇な香り

芳醇な香りと果汁がしたたる緻密な肉質は、まさに「洋梨の女王」。

食べ頃
てっぺんに「シワ」が付いたら完熟の証。芳醇な香りに加え、極上の甘みもぜひお楽しみ下さい。

お届けは11月初旬頃です

洋梨ラ・フランスを直送。三条目地区の横山さん達は、明治初期にフランスより渡来した原種のラ・フランス木による栽培を続けています。減農薬栽培。

組合員さんからの
クチコミ

ラ・フランスの発送をお願いしたのですが、受け取った方から「とても美味しい！」というご連絡がありました。（柏市：Aさん）

おきたま興農舎（山形県・高島町）

58 宅配 洋梨 ラ・フランス

3kg **4320円**(税別) **4666円**(税込)

山形県 [放] 不検出 <3.8 <3.8

畑そのまま 地場の有機野菜セット

2021年 新規契約者募集中です!

1回の「お試し」からでもOK!! キッズ割引対象

清水さんの野菜セット 7〜9品目	1270円 (税別) 1372円 (税込)	微生物農法の会野菜セット 5〜6品目	1250円 (税別) 1350円 (税込)
清水さんの野菜セット 5〜6品目	910円 (税別) 983円 (税込)	毎週、隔週、4週に一回とお届けパターンも選べます。	野菜セットは随時受付中。限定数量のため、お待ち頂く事もあります。ご連絡下さい。またそれぞれの産地についての資料をご希望の場合は生協までご連絡下さい。
清水さんの野菜セット 3〜4品目	635円 (税別) 686円 (税込)		
宇治田さんの野菜セット 6〜8品目	1838円 (税別) 1985円 (税込)		
天池さんの野菜セット 5品目	940円 (税別) 1015円 (税込)		

秋の味覚「栗」。旬の時期に収穫したものを冷蔵庫で貯蔵したものです。減農薬栽培。

たちばなファーム・岩井さん（静岡県・浜松市）

56 たちばなファームの栗

500g **554円**(税別) **598円**(税込)

静岡県 [放] 不検出 <4.2 <4.4

木村農園（茨城県・つくば市）

57 木村さんのかぶ

漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

1束(4〜5玉) **183円**(税別) **198円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

洋梨ラ・フランスを直送。三条目地区の横山さん達は、明治初期にフランスより渡来した原種のラ・フランス木による栽培を続けています。減農薬栽培。

おきたま興農舎（山形県・高島町）

58 宅配 洋梨 ラ・フランス

3kg **4320円**(税別) **4666円**(税込)

山形県 [放] 不検出 <3.8 <3.8

食べ切りサイズ♪

中村さん達（群馬県・長野原町）

59 ミニ白菜

1度に使いきれのお手軽サイズ(長さ20〜25cm、重さ600〜800g)。減農薬栽培。

1玉 (600〜800g) **210円**(税別) **227円**(税込)

群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.5

お漬物、お鍋にもどうぞ

中村さん達（群馬県・長野原町）

60 白菜

農薬は病害虫の発生がある場合にのみ使用します。減農薬栽培。

1玉 **315円**(税別) **340円**(税込)

群馬県 [放] 不検出 <3.7 <4.5

無農薬

最終

FarmERS Band0青木農-en（茨城県・坂東市）

61 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**(税別) **238円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.8

木村農園（茨城県・つくば市）

62 木村さんのなす

焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

3本 **162円**(税別) **175円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.4

稲葉さん達（茨城県・結城市）

63 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、実の糖度が増してきます。減農薬栽培。

5本 **280円**(税別) **302円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.3

煮込み料理でトロトロ甘く♪

中村さん達（群馬県・長野原町）

64 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**(税別) **238円**(税込)

群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.2

木村農園（茨城県・つくば市）

65 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**(税別) **214円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

切ってサラダに、すつとろろにも◎

上村さん達（青森県・八戸市）

66 長芋

産地に於て貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g **220円**(税別) **238円**(税込)

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

カットしてお届けする場合がございます

井上さん（埼玉県・美里町）

67 深谷ネギ（根深白ネギ）

白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。

約350g **240円**(税別) **259円**(税込)

埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1

無農薬

農家レストランぐりてい倉持さん達（茨城県・坂東市）

68 倉持さんの長ねぎ

自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。

300g **220円**(税別) **238円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <2.9

炒め物にもどうぞ♪

上野さん達（栃木県・上三川町）

69 長ねぎ

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

500g **220円**(税別) **238円**(税込)

栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

※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**(税別) **214円**(税込)

群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.1

煮物でどうぞ♪

宮本さん達（熊本県・山都町）

71 里芋

馬糞堆肥等の有機質肥料を使い、味良く仕上げています。農薬無散布。

約400g **320円**(税別) **346円**(税込)

熊本県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

あゆみの会・白鳥干しいも生産組合（茨城県・鉾田市）

72 干しいも

ねっとり食感と甘味の強い紅はるかを使って、丁寧に干し上げました。※原料の干しいもは農薬無散布。

60日 150g **598円**(税別) **646円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.9

土れ味農園（茨城県・石岡市）

73 天池さんのバターナッツ

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。農薬無散布・化学肥料不使用。

1個 **369円**(税別) **399円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

まごころの里山本さん達（北海道・栗山町）

74 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**(税別) **248円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <3.4 <2.9

突戸さん達（北海道・士別市）

75 かぼちゃ（カット）

品種は栗系の粉質のものを選定。サラダやコロッケ、スープに。農薬無散布。

600g前後 **450円**(税別) **486円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <3.8 <3.7

士別農園（北海道・士別市）

76 士別のかぼちゃ

ホクホクとした口当たりと程よい甘みで、煮物の他ポタージュやソテー、パイ等にも。減農薬栽培。

1玉 **398円**(税別) **430円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <4.0 <4.1

微生物農法の会・大和田さん（茨城県・行方市）

77 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 **250円**(税別) **270円**(税込)

1kg **498円**(税別) **538円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

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(だんしゃく)、減農薬栽培。

土別農園（北海道・士別市）

79 土別のじゃがいも

床土には馬糞肥、鶏糞を使い、殺菌剤は薬剤を使わず殺菌菌です。

1kg **280円**(税別) **302円**(税込)

3kg **798円**(税別) **862円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <3.6 <3.9

無農薬

士別農園（北海道・士別市）

81 士別の人参

毎年好評です。士別農園の福神漬けにも使っています。農薬無散布。

500g **220円**(税別) **238円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <0.5 <0.5

無農薬

上村さん達（青森県・おいらせ町）

82 人参（洗い）

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。

1kg **380円**(税別) **410円**(税込)

青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

きのこ きので 食物繊維をとろう♪

きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がるとされる「食物繊維」が多く含まれています。

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。心地良い菌ごたえと風味をどうぞ。

丸金（長野県・長野市）

89 えのき茸

200g **208円**(税別) **225円**(税込)

90 ブラウンえのき茸

200g **218円**(税別) **235円**(税込)

長野県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

山田さん（茨城県・つくば市）

86 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 **250円**(税別) **270円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

あゆみの会・氷谷さん達（三重県・尾鷲市）

87 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**(税別) **282円**(税込)

三重県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

あゆみの会・渡辺さん（千葉県・旭市）

88 ホワイトマッシュルーム

床土には馬糞肥、鶏糞を使い、殺菌剤は薬剤を使わず殺菌菌です。

100g **248円**(税別) **268円**(税込)

千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

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。

士別農園（北海道・士別市）

83 士別の玉ねぎ

1kg **298円**(税別) **322円**(税込)

84 3kg

850円(税別) **918円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <3.7 <4.0

幻の玉ねぎ?! 生産量が少ない

まごころの里（北海道・栗山町）

85 玉ねぎ（札幌黄）

甘みが際立つ品種で、一般流通はほとんどしていません。肉厚で柔らかいので煮込み料理に。減農薬栽培。

約800g(3〜4玉) **220円**(税別) **238円**(税込)

北海道 [放] 不検出 <3.4 <2.9

丸金（長野県・長野市）

89 えのき茸

200g **208円**(税別) **225円**(税込)

90 ブラウンえのき茸

200g **218円**(税別) **235円**(税込)

長野県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

安田さん（福島県・郡山市）

91 安田さんのなめこ

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

70g **115円**(税別) **124円**(税込)

福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください

なかのきのこ園・飯泉さん（茨城県・つくば市）

92 飯泉さんの生しいたけ

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

A品 100g **210円**(税別) **227円**(税込)

B品 200g **225円**(税別) **243円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

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)

94 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

95 北海道つぶコーン 300g

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

凍 300g **245円**(税込**265円**)
とうもろこし (北海道)



ニッカンフーズ (大分県・日田市)

96 たけのこ水煮 (スライス)

掘りたてのたけのこを素早くポイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。

冷 180日 300g **475円**(税込**513円**)
たけのこ (国内産)

ネバネバ丼も手軽に楽しめます シーズン最終



ニッコー (神奈川県・大和市)

97 モロヘイヤとおくら茎わかめのネバネバ和え

ニッコー自社農場のモロヘイヤとおくら、茎わかめを合わせたネバネバ和え。流水解凍しお好みで醤油等加えて。

凍 4袋200g **450円**(税込**486円**)
モロヘイヤ (国内産)

調理イメージ



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

98 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下さい。

凍 300g **354円**(税込**382円**)

ビールのおつまみ、おやつにも



日本生活協同組合連合会

99 北海道のそのまま枝豆250g

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

凍 250g **296円**(税込**320円**)
枝豆 (北海道)

◆材料(2人分)

- 北海道の5種のお豆ミックス … 300g
- 豚小間切れ肉 …… 200g
- 玉ねぎ …… 1/2個
- にんじん …… 1/2本
- しめじ …… 1/2袋
- 長ネギ …… 1/4本
- サラダ油 …… 適量
- 酒 …… 大さじ1/2
- みりん …… 大さじ1
- ★砂糖 …… 小さじ1
- だし汁 …… 100ml
- しょうゆ …… 大さじ2

◆作り方

- 豚小間切れ肉を3cm幅に切る。玉ねぎは細切り、にんじんは短冊に切る。しめじは石づきを切り落としてほぐす。
- 長ネギは予め外側の白い部分を切り、細切りにして盛りつけ用の白髪ねぎをつくる。
- 熱した鍋にサラダ油をひき、豚小間切れ肉と玉ねぎを炒める。豚肉の色が変わったら、にんじんとしめじを入れさらに炒める。
- 全体に火が通ったら、「北海道の5種のお豆ミックス」と★を全て加え、蓋をして約10~15分程度煮る。
- お皿に盛り、最後に②を上のにせて完成。



栄養たっぷり! 5種のお豆と豚肉の甘辛煮

サラダやスープ、煮込み料理などに



日本生活協同組合連合会

100 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 **255円**(税込**275円**)
大豆 (北海道)

漬物

保存料・着色料・化学調味料不使用でつくりました

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



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

101 梅びしお (チューブ入り)

賞60日 100g **320円**(税込**346円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



とみき漬物 (長野県野沢温泉村)

102 昔ながらのうまい菜っぱ

保存料・着色料・化学調味料不使用で、かつおだし・昆布だしの旨味で漬けた昔ながらの野沢菜です。

冷 20日 300g **480円**(税込**518円**)
野沢菜 (国内産)



高嶋酒類食品 (兵庫県・神戸市)

103 甲南なら漬 (瓜、守口大根)

灘の酒粕をふんだんに使い、昔ながらの伝統技術で丁寧に漬けました。

冷 90日 130g **370円**(税込**400円**)
瓜 (徳島県)、守口大根 (愛知県)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

104 趙さんの味 熟成白菜キムチ

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

冷 14日 200g **365円**(税込**394円**)
白菜 (国内産)、唐辛子 (中国)



シーズン初



月山農場 (山形県・酒田市)

109 月山赤かぶ漬 (ブロック)

庄内名産の海かぶらの浅漬けタイプです。歯切れがよく、サラダ感覚で食べられます。

冷 45日 250g **330円**(税込**356円**)
赤かぶ (山形県) [放] 不検出 <3.2 <4.1



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

105 趙さんの味 松前白菜漬

冷 14日 150g **360円**(税込**389円**)
白菜 (国内産)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

106 趙さんの味 水キムチ

汁ごと食べる辛い水キムチ。具よりも汁がメイン。発酵が進みますので、お好みの酸味でどうぞ。

冷 14日 300g **500円**(税込**540円**)
白菜 (国内産)



士別農園 (北海道・士別市)

107 士別農園 福神漬

野菜をすべて手ぎざみし、農園独自の調味液で漬け込みました。

冷 180日 150g **330円**(税込**356円**)
きゅうり・白瓜・他野菜 (北海道)



藤巻商店 (千葉県・印西市)

108 三五八漬の素

塩3、麹5、蒸し米8の割合で熟成させた漬床。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)



庄内名産の海かぶらの浅漬けタイプです。歯切れがよく、サラダ感覚で食べられます。

冷 45日 250g **330円**(税込**356円**)
赤かぶ (山形県) [放] 不検出 <3.2 <4.1

お米

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします
・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。



ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

山形・おきたま興農舎

502041	つや姫(白米)	無農薬	2kg	1630円	(税込1760円)
502042	つや姫(玄米)	無農薬	2kg	1565円	(税込1690円)
502044	ひとめぼれ(白米)		5kg	2750円	(税込2970円)
502045	ひとめぼれ(胚芽精米)		2kg	1250円	(税込1350円)

おきたま興農舎 (山形県・高島町)

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裁米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

水海道のめぐみちゃん (コシヒカリ)

502001	白米	5kg	2350円	(税込2538円)
502003	白米	2kg	945円	(税込1021円)
502002	玄米	5kg	2250円	(税込2430円)

JA常総ひかり・東町特裁米組合 (茨城県・常総市)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015	白米	5kg	3500円	(税込3780円)
502016	白米	2kg	1400円	(税込1512円)
502017	玄米	5kg	3200円	(税込3456円)
502018	7分	5kg	3500円	(税込3780円)
502019	5分	5kg	3500円	(税込3780円)

黒澤さん (宮城県・涌谷町)

新米

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)

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	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)

ひきわりハトムギ、丸麦、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。

502074	白米用雑穀セット	500g	1048円	(税込1132円)
502077	玄米用雑穀セット	500g	1143円	(税込1234円)

自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市)

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。

502072	有機発芽玄米「ぐるめくらぶ」	1kg	1150円	(税込1242円)
--------	----------------	-----	-------	-----------

中村商店 (神奈川県・横浜市)

2020年産お米放射能検査結果 (セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

産地	名称	品種	白米	玄米
茨城県	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。

魚介の出汁が美味しい 海鮮おでん



特 国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。

大新(鳥取県・境港市)

111 いわしごぼうつみれ

凍 賞 120日 米 小

180g **320円**(税込) **346円**(通常税込362円)

いわし(国内産)

解凍してそのまま使えます!

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

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

110 国内産冷凍あさり

凍 賞 30日

200g **370円**(税込) **400円**(通常税込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

特 クボタフーズ(青森県・平内町)

112 そのまま食べられるプリッとほたて

青森県陸奥湾産のほたて貝をスチーム加熱し、内臓除去後凍結しました。サラダ、炒めものなど幅広く使えます。

凍 賞 30日

100g **380円**(税込) **410円**(通常税込430円)

ほたて(青森県)

おでんと一緒にたこめし!

特



カネキ水産(兵庫県・神戸市)

113 明石蛸たこめしの素(2合用)

年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召し上がれます。

凍 賞 90日 米 大 小

240g(凍100g 液140g) **640円**(税込) **691円**(通常税込713円)

真だこ(兵庫県)

お持たせしました! シーズン初

秋漁の新物です

特



組合員さんからのクチコミ

生しらす(1番競り)が全く生臭みなく、嬉しかった。美味しいです。(柏市:Mさん)

静岡県吉田港水揚げ限定です。水揚げから競りまでの時間が短いので鮮度抜群です。

福昭水産(静岡県・吉田町)

114 駿河湾産生しらす(1番競り限定)

凍 賞 120日

60g **480円**(税込) **518円**(通常税込538円)

いわし稚魚(駿河湾)

・「一番競り」(水揚げして間もない高鮮度のしらす)に限定!
・港から加工場までは1分!すぐに加工・選別できる環境!
・マイナス50度で急速凍結!解凍時の生臭みがありません。

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。

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

115 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**(通常税込441円)

やまとしじみ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8

さんま&あじの定番2種セット!

塩屋自慢の2種の干物をお得なセットにしました。朝食にも夕食にも重宝する組み合わせです。

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

116 塩屋の干物セット(2種)

凍 賞 30日

さんま2枚、あじ2枚 **555円**(税込) **599円**(通常税込626円)

さんま(国内産)、あじ(オランダ)

子持ちのメスに比べて脂のりが良いのが特徴

特



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

117 からふとししゃも丸干(おす)

オスのししゃもは、卵に栄養分が取られないので身がおいしいです。焼いてどうぞ。

凍 賞 180日

300g **298円**(税込) **322円**(通常税込378円)

からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)

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。

特



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

118 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**(通常税込629円)

真あじ(佐賀県)

夕食にちょうどいいサイズ!

特



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

119 骨抜きさんま天日干し

小ぶりなさんまの頭、内臓、中骨を取り除き、塩麹に漬けて天日干ししました。

凍 賞 180日 米 大 小

4尾150g **395円**(税込) **427円**(通常税込444円)

さんま(岩手県)

小ぶりですが、さんまの旨みがしっかり味わえます

特



及川冷蔵(岩手県・大船渡市)

119 骨抜きさんま天日干し

小ぶりなさんまの頭、内臓、中骨を取り除き、塩麹に漬けて天日干ししました。

凍 賞 180日 米 大 小

4尾150g **395円**(税込) **427円**(通常税込444円)

さんま(岩手県)

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

120 しまほっけ一夜干し

アメリカまたはロシア産の大きなしまほっけを塩水漬けて一夜干ししました。解凍して焼いてどうぞ。

凍 賞 30日

2枚330g **620円**(税込) **670円**(通常税込697円)

しまほっけ(アメリカ、またはロシア)

丸一商店(千葉県・南房総市)

121 さば一夜干し 2枚

片身2枚200g **398円**(税込) **430円**(通常税込467円)

122 さば一夜干し 3枚

片身3枚300g **588円**(税込) **635円**(通常税込672円)

真さば(ノルウェー)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

123 寒さば西京漬

長崎産の脂のりの良い真さばを使用。鳴門魚類特製の西京味噌床に2日間漬け込み、熟成させました。

凍 賞 30日 米 大

片身2枚180g以上 **460円**(税込) **497円**(通常税込518円)

真さば(長崎県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

124 雄武秋鮭みりん漬

北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自調合したみりんに漬け込みました。とても柔らかいです。

凍 賞 30日 米 大 小

140g(2切) **548円**(税込) **592円**(通常税込629円)

秋鮭(北海道)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

125 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)

北海道・雄武(おむむ)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**(通常税込629円)

秋鮭(北海道)

ヤマサコウショウ(宮城県・石巻市)

125 赤魚本仕込み粕漬

アイスランド産の赤魚を使用。石巻の墨廻江(すみのえ)酒造の酒粕に、72時間漬けた本仕込みの粕漬です。

凍 賞 180日 米

2切(約140g) **460円**(税込) **497円**(通常税込514円)

赤魚(アイスランド)

秋のメニューに大活躍!

特



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

126 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**(税込) **1598円**(通常税込1663円)

紅鮭(ロシア)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

127 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**(通常税込427円)

紅鮭(ロシア)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

128 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすいく1切約55gにしました。甘塩です。

凍 賞 180日

3切165g **498円**(税込) **538円**(通常税込555円)

紅鮭(ロシア)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

129 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)

北海道・雄武(おむむ)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**(通常税込629円)

秋鮭(北海道)

魚×発酵で免疫力UP♪

うれしいぬか床を使って簡単へしこ

あじフィーレにぬか床を塗って、ラップに包んで冷蔵庫で一晩。ぬか味噌を軽くぬぐって、弱火~中火で焼けば絶品!

長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

130 真あじフィーレ

凍 賞 30日 片身5~8枚前後200g **440円**(税込) **475円**(通常税込492円)

真あじ(長崎県)

5~8枚

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

131 国産塩さば切身

寒の時期に日本海で漁獲した大きめのさばを三枚におろして切身に。程良く塩味をつけました。

凍 賞 180日

4切320g **480円**(税込) **518円**(通常税込535円)

さば(国内産)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

132 子持ち浅羽かれい切身(2切)

漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。

凍 賞 180日

2切200g **390円**(税込) **421円**(通常税込438円)

浅羽かれい(アラスカ)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

133 子持ち浅羽かれい切身(3切)

漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。

凍 賞 180日

3切300g **554円**(税込) **598円**(通常税込615円)

浅羽かれい(アラスカ)

山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。

特



ダイマツ(鳥取県・米子市)

134 氷温造り えてかれい一夜干し

凍 賞 60日

2枚200g **465円**(税込) **502円**(通常税込519円)

えてかれい(日本海)

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。

秋土用 10月20日は土用の丑の日

夏の疲れが表れやすい時期、鰻を食べて元気に過ごしましょう!



137 加持さんのうなぎ蒲焼
 凍 180日 米 大 小
 130g+タレ15cc +粉山椒 **2100円(税2268円)** 通常税込 2349円
 うなぎ(高知県)

特 抗菌剤不使用の安心な肝です
 肝吸いや照り焼きなどでお召上がりください。粉山椒や柚子胡椒などお好みの薬味を添えてどうぞ。

138 加持さんのうなぎの肝
 凍 180日 60g **345円(税373円)** 通常税込 389円
 うなぎの肝(高知県)

135 70g×2
 凍 180日 米 大 小
 大黒淡水(静岡県・焼津市)
1880円(税2030円) 通常税込 2138円
 うなぎ蒲焼

136 70g×3
 凍 180日 米 大 小
 70g×3 たい・山椒付 **2780円(税3002円)** 通常税込 3132円
 うなぎ(愛知県)

3種の味が楽しめる 人気商品!



139 しめさば3種セット
 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
 凍 180日 米 大 小
 3枚 300g **680円(税734円)** 通常税込 754円
 さば(国内産) [放] 不検出<3.4<3.4

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。

まずは添付の天日塩でどうぞ!



140 薫焼き鱈タタキ「龍馬タタキ」
 ハマヤ(高知県・高知市)
 凍 60日 米 大 小
 300g、たれ15g 天日塩付 **1380円(税1490円)** 通常税込 1598円
 かつお(三陸東沖太平洋)

一本釣りした脂のりの良い鰹を、四万十川流域の稲葉を使ってあぶりしました。別添の無添加たれ付き。

今週折り込みの別チラシもご覧ください



141 播磨の玉姫「真がきのむき身」
 播磨海洋牧場(兵庫県・姫路市)
 凍 30日以上
 140g (6~9粒) **780円(税842円)** 通常税込 864円
 真がき(兵庫県)

播磨灘の真がきをむき身にしました。一粒食べるとクリーミーな食感と風味が口いっぱいに広がります。



142 さばフィーレ(甘塩)
 鮮度の良い真さばを甘塩仕立てに仕上げました。
 凍 30日
 片身2枚200g **398円(税430円)**
 真さば(長崎県、佐賀県)



143 塩さんま
 さんまの頭と内臓をとり、1尾ずつの個包装にしました。必要な量だけ使えて便利です。
 凍 30日
 75g×3 **480円(税518円)**
 さんま(北海道、三陸) [放] 不検出<3.8<3.5



144 シーフードミックス
 いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具などに。
 凍 30日
 210g **430円(税464円)**
 いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)



145 フライパンで出来る! 三陸いか一夜干カット
 三陸北部沖で漁獲した新鮮なすめいかを一夜干にし、食べやすいようにカット。フライパンで焼いて。
 凍 180日
 180g **398円(税430円)**
 すめいか(三陸北部沖)



146 紅鮭 スモークサーモン
 塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。
 凍 180日
 70g **470円(税508円)**
 紅鮭(アラスカ)



147 三陸岩手 いかの糸造り
 三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたいかを短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。
 凍 180日
 80g **448円(税484円)**
 すめいか(三陸)



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



149 焼津港のとろかつお 炭火焼き
 日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りの鰹を炭火焼きに。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群です。
 凍 30日
 170g(2個) **480円(税518円)**
 かつお(日本太平洋沖合北部)



150 焼津港のとろかつお 炭火焼き炙り丼
 7月~10月にかけて日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りの鰹を炭火焼きに。無添加たれに漬けました。
 凍 30日 米 大 小
 110g(固形量80g+たれ30g) **418円(税451円)**
 かつお(日本太平洋沖合北部)



151 氷温熟成 たらこ(切り)
 ロシア産の鮮度の良いすけとうだらの卵と塩だけを使用し、氷温製法で素材の旨味を引き出しました。
 凍 180日
 90g **380円(税410円)**
 すけとうだらの卵巣(ロシア)



152 氷温熟成 辛子明太子(切り)
 厳冬期のロシア産の原料を使用。魚卵業界では唯一の「氷温熟成」で仕上げました。お徳な切りです。
 凍 180日 米 大 小
 90g **380円(税410円)**
 すけとうだらの卵(ロシア)



153 しらす干し
 遠州灘~伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。
 凍 120日
 20g×3 **450円(税486円)**
 しらす(遠州灘~伊勢湾)

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。



154 こだわりさつま揚げ(磯の香)
 鹿児島産の魚で作る自家製すり身を使い、オキアミとおおさ粉の風味を効かせました。
 凍 29日 米
 3枚90g **250円(税270円)**
 すけそうだら(北海道)



155 こだわりさつま揚げ(ごぼう天)
 すり身の柔らかい食感の中に合わせ、ごぼうのシャキシャキとした食感が心地よいさつま揚げ。
 凍 30日 米
 3枚90g **250円(税270円)**
 すけそうだら(北海道)



156 こだわりさつま揚げ(黒ごま芋)
 すけそうだら、いとよりだ、鹿児島産の魚を使った自家製すり身にさつま芋と黒ごまを混ぜ込みました。
 凍 29日 米
 3枚120g **310円(税335円)**
 すけそうだら(北海道)



157 焼ちくわ
 無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、イトヨリダイ)を主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。
 凍 15日 米
 5本130g **260円(税281円)**
 すけそうだら(北海道)



158 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きの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。
 凍 60日 米
 10本125g **320円(税346円)**
 すけそうだら(北海道)

今週のおすすめ
柔らかすぎず程よい食感 鍋や煮物、汁物にどうぞ!

新 特

「新鮮なアジに豆腐を混ぜ柔らかく作りました」とありますが、柔らかすぎず程よい食感になっています。味も丁度よい塩気と魚のうま味で、私は煮物にいただきました。一口サイズ、1袋150gで量もちょうどよいと思います。暑い時期が終わり、これからの鍋料理、煮物、汁物にいかがでしょうか?

新鮮なアジに豆腐を混ぜた柔らか食感の魚団子です。煮物やお味噌汁の具材に入ると出汁が良く出ます。

宇和島練り物工房みよし(愛知県・宇和島市)

159 魚団子
 凍 21日 米 大
 150g **375円(税405円)** 通常税込 416円
 魚肉(愛媛県)

供給部 入江の おすすめ

株式会社 高橋徳治商店の場合

常総生協で取り扱う魚肉練り物は、化学調味料等の添加物は使用せず、素材の味を大切にしています(それには魚肉の鮮度と職人の技が重要)。

魚肉たっぷり! 原材料の70%以上が魚肉

市販品で安価なものにはリン酸塩等の添加物で増量し、原材料の魚肉率は多い方でも40%程度。比べて高橋徳治商店の練り物は断トツの70%以上で、ぎゅっと魚が詰まっています。汁物やおでんにすると、いい出汁がでるのも納得です。

原材料の比率は?

成分	市販品の例	高橋徳治商店
魚すり身	40	77.34
調味料	29.3	11.1
たんばく	13	3.3
調整水	6	3.86
その他	5.7	4.4

原材料表示は?

市販品の例: 魚肉、植物油、糖類(砂糖、ぶどう糖)、小麦粉、粉末状植物性たんばく、米発酵調味液、コーンスターチ、食塩、乾燥卵白(卵を含む)/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、ソルビトール

高橋徳治商店: 魚肉(タラ(国産)、小魚(国産))、発酵調味料、馬鈴薯でん粉(国産)、砂糖、カツオブシエキス、清酒、食塩、米油(揚げ油)

160 さつま揚げ
 北海道の無リンたらすり身を原料に小魚を練りこみ深みある味と食感に仕上げました。ブレンなさつま揚げ。
 凍 180日 米
 5枚 185g **370円(税400円)** 通常税込 410円
 すけそうだら(北海道)

惣菜やお酒のつまみに

161 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塩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340円)**
 すけそうだら(北海道)

162 玉ねぎ揚げ
 北海道の無リンすり身と豆腐に国産のフレッシュな玉ねぎを練りこんだ揚げ蒲焼。レンジかオーブンで温めて。
 凍 180日 米 大
 165g(5個) **305円(税329円)**
 すけそうだら(北海道)

おいしい! もちグラタン!

◆材料(4人分)

- 切りもち……………5個
- サラダ油……………適宜
- 豚挽肉……………300g
- 玉ねぎ……………1個
- 人参……………1/2本
- トマト……………2個
- ほうれん草……………1/3束
- しめじ……………1房
- にんにく……………1片
- A トマトケチャップ…大2
- ウスターソース…大1
- 塩・こしょう……………適宜
- オリーブオイル……………適宜
- シュレッドチーズ…適宜



◆作り方

- フライパンにサラダ油を熱し、切りもちを弱火で両面焼く。
- 玉ねぎ、人参、にんにくはみじん切りにする。
- トマトは湯むきし、ざく切り、ほうれん草は4cm長さのざく切り、しめじは小房に分ける。
- フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて炒める。香りがたったら、玉ねぎ、人参を炒める。さらに、挽肉を加え軽く塩、こしょうをする。
- 火が通ったら、③とAを加え水分がなくなるまで煮つめる。
- 耐熱皿にオリーブオイルをひき、①を並べ、その上に⑤のをせ、さらにシュレッドチーズをかける。
- オーブントースターで焦げ目がつくまで焼く。

164円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

163 茨城県産ローズポーク挽肉

赤身率は8割です。

凍 賞30日

300g **455円(税込491円)** 通常税込502円

茨城県



価格はそのまま

50g増量

よつ葉 50g増量 シュレッドチーズ

よつ葉乳業(北海道・音更町)

164 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 **548円(税込592円)** 通常税込621円

生乳(北海道)

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村山さん自身が自分の目で見て判断した上物の精肉だけを加工してお届けしています。他にはない逸品です!

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

165 茨城県産ローズポーク モモブロック

冷 賞6日

500g **1020円(税込1102円)** 通常税込1112円

茨城県

372円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

166 茨城県産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 **860円(税込929円)** 通常税込940円

茨城県

230円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

167 茨城県産ローズポークバラブロック

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷 賞6日

300g **638円(税込689円)** 通常税込700円

茨城県

238円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

168 茨城県産ローズポークバラスライス

厚さ3~3.5mm。

冷 賞6日

250g **551円(税込595円)**

茨城県

228円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

169 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 賞6日

250g **528円(税込570円)**

茨城県

306円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

170 茨城県産ローズポークローズしゃぶしゃぶ

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 賞届いて3日

300g **850円(税込918円)** 通常税込929円

茨城県

281円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

171 茨城県産ローズポークローズしょうが焼

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

254円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

174 茨城県産ローズポーク肩ロース切身

赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。

冷 賞6日

2枚200g **470円(税込508円)** 通常税込513円

茨城県

220円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

175 茨城県産ローズポークモモ赤身カレー用

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

冷 賞6日

200g **407円(税込440円)** 通常税込448円

茨城県

心温まる逸品! ココナッツカレーのフォー

◆材料(4人分)

- フォー……………200g
- ※なければうどんでもOK
- 鶏むね肉……………300g
- ピーマン……………2個
- パプリカ……………1/2個
- なす……………1本
- カレーの壺シーフード用……………大4
- マリオさんのココナッツミルク……………1缶(200ml)
- 油……………適量
- 塩……………適量
- 水……………200ml
- A 鶏ガラスープの素 ……小1



お好みでレモンやパクチーを添えても

※下準備
フォーは、ぬるま湯に15分~20分程度つけた後、沸騰したお湯で約3分茹でる。(時間はお好みで調整してください。)

フォーがなければおうどんでも美味しいカレーうどんに!

◆作り方

- ピーマン、パプリカ、なすは短冊切りに、鶏むね肉は一口大に切る。小鍋にAを入れ温めて混ぜ合わせる。
- 油を熱した鍋に、鶏むね肉を入れ、カレーの壺シーフード用をからめながら炒める。
- 鶏肉の色が変わったところで、ピーマン、パプリカ、なすを入れて全体に火が通るまで炒める。
- ココナッツミルクを入れてひと煮立ちさせる。
- Aのスープを加えて煮立ったら、塩で味を調節する。
- 茹でていたフォーと一緒に丼ぶりに盛り付けて完成!

130円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

172 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



プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

173 ココナッツミルク

スリランカ産のココナッツを搾りました。カレー、煮込み料理などに。原材料: ココナッツミルク、グアーガム

200ml **269円(税込291円)** 通常税込302円

ココナッツ(スリランカ)

163円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

176 茨城県産ローズポーク徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷 賞6日

200g x 2 **605円(税込653円)** 通常税込659円

茨城県

166円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

177 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 賞6日

150g x 2 **460円(税込497円)**

茨城県

203円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

178 茨城県産ローズポーク小間切(タレ付)

ローズポークの豚小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。

冷 賞14日 賞6大少

250g **470円(税込508円)**

豚肉(茨城県)

297円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

179 中津豚ロース塩こうじ漬

豚ロース肉を、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 賞6日 米

2枚200g **550円(税込594円)**

豚肉(神奈川県)

262円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

180 中津豚カシラ(ホホ)肉

1頭から約300gしかとれない希少な部位です。

凍 賞120日

200g **485円(税込524円)**

神奈川県

269円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

181 中津トントロ焼肉用

1頭から約300gしか取れない希少な部位。

凍 賞120日

200g **498円(税込538円)**

神奈川県

195円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

182 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

192円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

183 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

184 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)。

200円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

185 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 **555円(税込599円)** 通常税込605円

茨城県

212円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

186 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

195円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

182 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

192円/100g



中津ミート(神奈川県・愛川町)

183 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

184 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

212円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

187 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)

188 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

104円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)

189 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

しらすシュウマイ

- ◆材料
- しらす.....10g
 - 鶏挽肉.....300g
 - 玉ねぎ(みじん切り).....1/4個
 - キャベツ.....2~3枚(大きさによる)
 - 切干大根.....20g
 - しょうゆ.....大1
 - 塩こしょう.....適量
 - 片栗粉.....大4~



- ◆作り方
- キャベツの葉は芯を取る。葉はさっと茹で、塩、こしょうをふる。芯はみじん切りにする。
 - 切干大根は水で軽く戻し、水気をきりみじん切りにする。戻し汁は取っておく。
 - 鶏挽肉、玉ねぎ、切干大根、キャベツの芯、片栗粉、②の戻し汁(大2)を混ぜ、醤油で調味する。
 - ③を10等分し、包める大きさに切ったキャベツの葉で包む。
 - 蒸気の上上がった蒸し器に入れて中火にし、10分ほど蒸す。上にしらすをのせていただく。



139円/100g

190 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 180日

500g **645円(税込697円)** 通常税込713円

茨城県



5本

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

191 鎌倉チヨリソー

国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチヨリソーです。

凍 15日

30g×5 **375円(税込405円)** 通常税込416円

豚肉(国内産)



297円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

192 茨城県産(山方牛)牛豚合挽肉

風味の良さを併せ持った合挽肉。牛豚比率5:5。

凍 30日

250g **688円(税込743円)** 通常税込754円

茨城県

ほどよい玉ねぎ加減♪



大進食品(神奈川県・横浜市)

193 神戸満里の牛生ハンバーグ

国産牛肉の旨みがしっかり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。※ピニールが挟まっているので冷凍時でも割げます。

凍 180日 卵乳大小

130g×4個 **888円(税込959円)** 通常税込998円

牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)



2食入

デリカ横網(愛知県・春日井市)

194 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 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。

438円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

195 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし170g×2

何にでも使える切り落としです。2パック組でお届けします。

凍 30日

170g×2 **1380円(税込1490円)**

鹿児島県

624円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

196 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用

霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

凍 30日

180g **1040円(税込1123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特集はP16に掲載中です

中津ミート(神奈川県・愛川町)

197 中津粗挽ウインナー

ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。

凍 7日

120g **290円(税込313円)**

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

198 中津ボレス火腿 スライス

自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。

凍 7日

100g **352円(税込380円)**

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

199 中津スモークレバー

中津ミートの豚レバーを海塩、三温糖、香辛料のみで味付けし、スモークしました。スライスしてどうぞ。

凍 180日

100g **330円(税込356円)**

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

200 中津ミートのハンバーグ(ミニ)

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。

凍 180日 卵乳小

180g(30g×6) **335円(税込362円)**

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

201 中津肉団子(甘酢タレ)

中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美味しく、安心できる肉団子です。

冷 24日 米大小

240g(9個入) **417円(税込450円)**

豚肉(神奈川県)

ミートバル村山(茨城県・土浦市)

202 茨城県産チャーシュー

村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀨さんの豚、又はローズボーク使用。

冷 7日 米大小

200g **480円(税込518円)**

豚肉(茨城県)

田仲さん達(茨城県・桜川市)

203 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン

つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 180日 乳

160g **350円(税込378円)**

鶏肉(茨城県)

デリカ横網(愛知県・春日井市)

204 近江牛のしぐれ煮

ブランド牛の近江牛を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分程度温めてお召し上がりください。

冷 60日 米大小

180g **416円(税込449円)** 通常税込460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)、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、草作りから取り込む酪農専門農協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 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求し、乳脂肪分を1.0%に調整。

サツラク農協(北海道・札幌市)

3 サツラク低脂肪牛乳

冷 15日 乳

500ml **146円(税込158円)**

生乳(北海道) [放] 不検出<0.4<0.5

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

松永農園(静岡県・静岡市)

206 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 **670円(税込724円)**

ブルーベリー(静岡県)

松永農園(静岡県・静岡市)

207 松永さんの丸ごとマーマレード あまなつ

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

190g **530円(税込572円)**

甘夏(静岡県) [放] 不検出<2.9<3.0

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)

4 サツラク牛乳

冷 15日 乳

1ℓ **250円(税込270円)**

生乳(北海道) [放] 不検出<0.5<0.4

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

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 届いて10日 乳

1ℓ **219円(税込237円)**

生乳(北海道)

北海道十勝産の生乳を60%使用。砂糖、ラジール産コーヒー、乳製品のみで作りました。

よつ葉乳業(北海道・音更町)

205 生乳仕立てよつ葉カフェオレ

冷 届いて6~10日 乳

1ℓ **277円(税込299円)**

生乳(北海道)

前日OK!

デイリーフーズ(長野県・坂城町)

608 黒ごまペースト

黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。

145g **420円(税込454円)**

ごま(ミャンマー、他)

創健社(神奈川県・横浜市)

208 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。

乳大小

6g×4 **480円(税込518円)** 通常税込530円

アサヒグループ食品(東京都・墨田区)

209 化学調味料無添加いろいろみそ汁セット

4種類の即席のみそ汁セットです。お椀に入れ熱湯を約160ml注いで、軽くかき混ぜてください。

冷 米大小

8袋 **1000円(税込1080円)**

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 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 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 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 6個入り 卵

330円(税込356円)

茨城県 [放] 不検出<3.5<3.7

貴重な国産のはちみつです♪

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

210 国産純粋はちみつレンゲ

350gポリ容器 **2650円(税込2862円)** 通常税込2894円

はちみつ(鹿児島県、熊本県)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

211 国産百花はちみつ

450g **2100円(税込2268円)**

はちみつ(国内産)

お湯で3~4倍に希釈して

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

212 生姜はちみつ漬け

スライスした生姜を蜂蜜に漬け、柚子果汁で仕上げました。蜂蜜の甘さが生姜と柚子の風味を優しく包みます。

冷 330g

970円(税込1048円) 通常税込1058円

はちみつ(ミャンマー)

パン

原則として国産の粉、天然酵母を使用します。国産では入手が困難な粉については、残留農薬やポストハーベストが不検出又は基準値内の原料を使用します。イーストフードと合成防腐剤は使用しません。

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。

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

- 213 6枚 270円(税込292円)
214 8枚 270円(税込292円)
215 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

賞届いて1~2日

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

- 216 8枚 425円(税込459円)
217 ノースライス 415円(税込448円)



小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.7

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ



賞届いて2日

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) クーロンヌの角形食パン

221 半斤3枚

半斤3枚 140円(税込151円)

222 1斤6枚

1斤6枚 270円(税込292円)

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

原材料:小麦粉(国内製造)、砂糖、ラード、脱脂粉乳、パン酵母、塩(小麦、豚肉、乳成分含む)



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

218 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

賞届いて1~2日 1斤 300円(税込324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

プレスオールターナティブのフルーツとナッツを使用



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

219 フルーツナッツ食パン(ノースライス)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、アーモンド、胡桃、いちじく、塩

賞届いて1~2日 1斤 616円(税込665円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

組合員さんからのクチコミ

焼いて食べるのがおすすめ。ドライフルーツとナッツがたくさん入っていて特にいちじくやプーチンとした食感が好きです。薄めにスライスし、よつ葉シュレッドチーズをのせてトーストすると美味しいです。(NY)



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)

220 ドッグパン

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

賞届いて1~2日 3個 300円(税込324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

223 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 1個 162円(税込175円) 通常税込180円

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

地元の店 いばらきベーグル



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

224 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 1個 189円(税込204円) 通常税込210円

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

225 にんじんベーグル

原材料:小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、人参(浅野農園)、粗精糖、天日塩、天然酵母

凍 賞30日 1個 205円(税込221円) 通常税込227円

小麦(北海道)、人参(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

226 かぼちゃベーグル

原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、かぼちゃ、粗精糖、天日塩、天然酵母

凍 賞30日 1個 215円(税込232円) 通常税込240円

小麦(北海道)、かぼちゃ(茨城県)

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)

227 フリュッセル

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

凍 賞180日 卵乳大 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)

228 国産全粒粉プチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

凍 賞180日 約40g×5 415円(税込448円)

小麦(国内産)

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



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。

賞届いて10~11日

鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場ヨーグルト

229 プレーン

400g 361円(税込390円)

230 微糖

400g 370円(税込400円)

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

231 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ

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

賞届いて7~11日 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)

232 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。

賞7日以上 40g 292円(税込315円)

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

233 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。

賞14日以上 30g 199円(税込215円)

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

ホリ乳業(石川県・金沢市)

234 腸内活性 ヨーグルト(プレーン)

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

賞21日 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)

235 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。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

賞21日 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)

236 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。

賞18日 500g 265円(税込286円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

サツラク農協(北海道・札幌市)

237 サツラク酪農家限定 ヨーグルト(加糖)

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

賞18日 80g×3 212円(税込229円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

酪王乳業(福島県・郡山市)

238 生乳たっぷりのおむヨーグルト 2本組

生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

賞19日 180ml×2 256円(税込276円)

生乳(福島県)

酪王乳業(福島県・郡山市)

239 5本組

生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖

賞19日 180ml×5 590円(税込637円) 通常税込680円

生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



よつ葉乳業(北海道・音更町)

240 クリーム仕立てよつ葉カフェオレ

香り高いコーヒーと北海道産乳原料を組み合わせたクリーミーなカフェオレ。香料・乳化剤は不使用。

賞120日 200ml 150円(税込162円)

生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)

241 クリーム仕立てよつ葉ほうじ茶オレ

香り高い国産ほうじ茶と北海道産乳原料を組み合わせたクリーミーな乳飲料。香料・乳化剤は不使用。

賞120日 200ml 150円(税込162円)

生乳(北海道)、ほうじ茶(国内産)



日本生活協同組合連合会

242 乳酸ドリンク

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

賞15日 65ml×10 178円(税込192円)

生乳(北海道)



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

243 濃厚豆乳プリン

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。

賞30日 卵乳大 100g×2 250円(税込270円)

牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

244 豆乳ぷりん 抹茶

国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらもほろ苦い抹茶の風味が活かした抹茶プリンです。

賞30日 卵大 80g×4 298円(税込322円)

豆乳(国内産)



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

245 豆乳ぷりん 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。

賞30日 卵大 80g×4 298円(税込322円)

豆乳(国内産)



よつ葉乳業(北海道・音更町)

246 よつ葉チェダーチーズ&ゴーダチーズ

十勝の生乳を使って熟成させたセミハードタイプのナチュラルチーズ。チェダーとゴーダのセット。

賞90日 各100g 620円(税込670円) 通常税込694円

生乳(北海道)



北海道酪農公社(北海道・江別市)

247 北海道 チャンバター

北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャン(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。

賞60日 100g 285円(税込308円)

生乳(北海道)



北海道酪農公社(北海道・江別市)

248 北海道 クリームチーズ

北海道の生乳クリーム100%。チーズケーキや料理のベースに。パンやクラッカーにつけても。

賞60日 100g 285円(税込308円)

生乳(北海道)



サツラク農協(北海道・札幌市)

249 サツラク北海道純生クリーム

乳脂肪分47%のフレッシュで純粋な生クリーム。サツラクの新鮮なノンホモ生乳100%使用。

賞届いて4~7日 200ml 455円(税込491円)

生乳(北海道)

大豆加工品

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

250 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

冷蔵 届いて4日 大

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



251 きめ豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

冷蔵 届いて4日 大

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

冷蔵 届いて4日 大

252 ミニもめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

冷蔵 届いて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)

使い切り少量パック

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

冷蔵 届いて6日 大

253 ミニきめ豆腐

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 届いて6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)

冷蔵 届いて6日 大

254 揚げ油

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 届いて6日 大

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

ジュワッと美味しい! おでんに入れるのもおすすめ! エビと豆腐のふわふわ巾着



◆材料(4人分)

- エビ..... 2尾
- 青菜..... 20g
- 豆腐..... 1/2丁
- 麩..... 10g
- 揚げ油..... 2枚
- 醤油..... 少々
- A塩..... 少々
- L片栗粉..... 大1
- 干びょう..... 50cm位

◆作り方

- 干びょうはさつと洗いで戻す。エビ、青菜は茹でて細かく刻む。揚げ油は半分は切る。
- ボウルに豆腐を入れ、砕きながら麩を入れ混ぜる。
- ②にエビとAを入れ混ぜたら、揚げ油に詰め干びょうで閉じる。



丸和食品 (東京都・練馬区)

255 手揚げ油揚げ

国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。

冷蔵 届いて3日 大

2枚 **210円** (税込 **227円**) 通常税込 **238円**
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.7



丸和食品 (東京都・練馬区)

256 ブラックタイガー

インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品です。えびの旨味、食感が違います。

冷蔵 届いて2日 大

8尾前後 **180円** (税込 **193円**) 通常税込 **213円**

ブラックタイガー (インドネシア)

みそ汁やうどんの具としても

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。



丸和食品 (東京都・練馬区)

257 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油揚げを細かく刻み、冷凍しました。

冷凍 届いて3日 大

100g **208円** (税込 **225円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



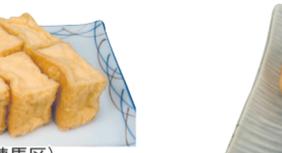
丸和食品 (東京都・練馬区)

258 一口厚揚げ

厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれしにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。

冷蔵 届いて3日 大

8個 **225円** (税込 **243円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

259 青豆入り具だくさんがんも

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

冷蔵 届いて5日 大

80g×2 **295円** (税込 **319円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.4

おでんにおすすめのもち巾着入り

餅入きんちゃく30g×2、ひじき入り京がんも20g×2、えび入り京がんも20g×2のセット。鍋物の種に。



丸和食品 (東京都・練馬区)

260 鍋物種セット

餅入きんちゃく30g×2、ひじき入り京がんも20g×2、えび入り京がんも20g×2のセット。鍋物の種に。

冷蔵 届いて3日 大

3種6個 **375円** (税込 **405円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.5



JAやさと (茨城県・石岡市)

261 八郷小粒納豆3連

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 届いて7日 大

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)

262 水府納豆ミニ3

茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

冷蔵 届いて10日 大

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)

263 十勝の息吹 大粒2P

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 届いて9日 大

40g×2 **172円** (税込 **186円**)
大豆 (北海道)



登喜和食品 (東京都・府中市)

264 遊作納豆

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

冷蔵 届いて9日 大

80g **206円** (税込 **222円**)
大豆 (茨城県)

日配品 海藻 麺類・皮

- ・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。



丸和食品 (東京都・練馬区)

16 生芋あく抜き

こんにゃく芋のアクや不純物を原料の段階で除去しました。アク抜きせずに使えます。

冷蔵 届いて9日 大

220g×2 **260円** (税込 **281円**) 通常税込 **302円**
こんにゃく (国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

265 生芋あく抜き

こんにゃく芋のアクや不純物を原料の段階で除去しました。アク抜きせずに使えます。

冷蔵 届いて9日 大

180g×2 **260円** (税込 **281円**) 通常税込 **302円**
こんにゃく (国内産)



浜食 (東京都・調布市)

266 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 届いて10日 大

200g **240円** (税込 **259円**)
もずく (沖縄県)



コタニ (岩手県・大船渡市)

267 岩手産生わかめ

岩手産の湯通し塩蔵わかめ。「岩手わかめ」特有の風味や食感が味わえます。使いやすいカットタイプ。

冷蔵 届いて9日 大

120g **368円** (税込 **397円**)
わかめ (岩手県) [放] 不検出 <3.8 <3.7



コタニ (岩手県・大船渡市)

268 岩手産さしみ昆布

早採りの軟らかい昆布を湯通し塩蔵しました。水に戻してすぐに使えます。そのまま醤油をかけて、酢の物、炒め物、煮物に。

冷蔵 届いて9日 大

250g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **421円**
昆布 (岩手県)



丸和食品 (東京都・練馬区)

269 宮城県産めかぶ

宮城県産のめかぶを食べやすいように細切りにし、小分けパックしました。醤油ベースの別添タレ付きです。

冷蔵 届いて180日 大

40g×4 (タレ4個付) **360円** (税込 **389円**)
めかぶ (宮城県) [放] 不検出 <4.3 <4.7



共生食品 (神奈川県・相模原市)

270 内麦焼そば

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 届いて6日 大

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)

271 内麦生ラーメン

国産小麦粉使用の無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。味噌味スープを添付。わかめ、ねぎなど具だくさんです。

冷蔵 届いて7日 大

麺120g×3 スープ36g×3 **355円** (税込 **383円**)
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

272 やさとの半熟たまご

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 届いて10日 大

4個(タレ無) **195円** (税込 **211円**)
卵 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4



三立食品 (東京都・葛飾区)

273 春巻の皮(みちのく)

国産小麦粉と赤穂の天日塩で作ったシンプルな皮。油で揚げたり、焼いても美味しい。ピザ生地代わりに。

冷蔵 届いて25日 大

10枚 **225円** (税込 **243円**) 通常税込 **254円**
小麦 (北海道、岩手県) [放] 不検出 <2.8 <3.9



丸和食品 (東京都・練馬区)

274 国産とりごぼうご飯の素

山口・秋川牧園の鶏肉と国産野菜を使用。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりにも。化学調味料不使用。

冷蔵 届いて9日 大

170g(2合用) **550円** (税込 **594円**)
鶏肉 (山口県)



丸和食品 (東京都・練馬区)

275 ピーナッツみそ

八街・増田商店の落花生をボーソー油脂の菜種油で揚げ、味噌、水飴、砂糖、ごま、寒天で仕上げました。

冷蔵 届いて9日 大

80g **285円** (税込 **308円**)
落花生 (千葉県) [放] 不検出 <3.0 <3.1



丸和食品 (東京都・練馬区)

276 ひじき五目煮

大豆、ひじき、こんにゃく、油揚げ、人参を、鰹節のダシをとって煮付けました。

冷蔵 届いて30日 大

100g **325円** (税込 **351円**)
ひじき (長崎県)



丸和食品 (東京都・練馬区)

277 煮豆 金時豆

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

冷蔵 届いて90日 大

150g **260円** (税込 **281円**)
大正金時豆 (北海道)



丸和食品 (東京都・練馬区)

278 江戸前生でい!

千葉県木更津の盤州干潟で養殖された黒のりを、鮮度良く生のまま昔ながらの直火炊きで時間をかけて炊き上げました。

冷蔵 届いて180日 大

85g **360円** (税込 **389円**)
のり (千葉県)



丸和食品 (東京都・練馬区)

279 揚げごぼう(甘酢漬)

国内産のごぼうを細くカットし、菜種油でサツと揚げ、りんご酢ベースの甘酢でからめました。

冷蔵 届いて90日 大

80g **320円** (税込 **346円**)
ごぼう (国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

280 揚げだし豆腐

国産大豆100%の揚げ出し豆腐と特製つゆをセットにしました。つゆをかけて電子レンジで約2分温めて。

冷蔵 届いて2日 大

揚げ出し豆腐4個 つゆ25g **240円** (税込 **259円**)
大豆 (国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

281 揚げだし豆腐

国産大豆100%の揚げ出し豆腐と特製タレをセットにしました。つゆをかけて電子レンジで約2分温めて。

冷蔵 届いて2日 大

揚げ出し豆腐4個 タレ25g **240円** (税込 **259円**)
大豆 (国内産)



包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

全品特価

黒酢で味に深みをプラス



1食当り (税別) **399円**

調理時間: 約6分 準備品: 油

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

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

282 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(税込)** 通常税込 1037円

玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

栗かぼちゃの甘みたっぷり



1食当り (税別) **425円**

調理時間: 約10分 準備品: 油

セット内容: カット野菜(かぼちゃ、玉ねぎ、ぶなしめじ)、豆腐団子甘酢ソース

食塩相当量: 3.8g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

283 栗かぼちゃとふんわり豆腐団子の甘酢炒め

豆腐入りのふわふわ肉団子と甘い栗かぼちゃに、甘酢あんがよく合います。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約390g) **850円(税別) 918円(税込)** 通常税込 1078円

かぼちゃ(国内産)

タケノコと豚肉のハーモニー



1食当り (税別) **412円**

調理時間: 約6分 準備品: 油

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

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

284 国産野菜の青椒肉絲

ご家庭では手間の多い細切野菜とタケノコとタレ漬け豚肉のセットです。下処理済みなのでフライパン一つでOKです。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約320g) **824円(税別) 890円(税込)** 通常税込 1037円

玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

海鮮の旨味がたっぷり



1食当り (税別) **411円**

調理時間: 約4分 準備品: 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)

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

白菜 (国内産)、えび (ベトナム)

子どもにも食べやすいアジ



1食当り (税別) **430円**

調理時間: 約10分 準備品: 油

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)

286 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(税込)** 通常税込 1079円

アジ (国内産)、玉ねぎ (国内産)

肉厚なイカにあんかけを絡めて



1食当り (税別) **385円**

調理時間: 約15分 準備品: 卵2個、片栗粉大さじ1・油

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、水煮たけのこ)、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)

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

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 (税別) **425円**

調理時間: 約5分 準備品: 油

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

食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

288 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) **850円(税別) 918円(税込)** 通常税込 1078円

玉ねぎ (国内産)、シラ (長崎県)

海鮮のダシがきいていて美味



1食当り (税別) **438円**

調理時間: 約6分 準備品: ごま油、白飯

セット内容: 海鮮の具、カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、タレ

食塩相当量: 1.80g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

289 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(税込)** 通常税込 1134円

キャベツ (国内産)、スルメイカ (青森県)

もちり麺がピリ辛スープに絡む



1食当り (税別) **518円**

調理時間: 約6分 準備品: 油

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

食塩相当量: 7.87g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

290 半日分の野菜が摂れる担々麺

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

冷蔵届いて1~2日 卵大 小

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

小麦粉 (神奈川県)、にら (国内産)

だしの効いた大根と豚肉



1食当り (税別) **349円**

調理時間: 約15分 準備品: 片栗粉大さじ1・油

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)

291 大根の豚そぼろあんかけ

大根はポ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ます。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前(約460g) **698円(税別) 754円(税込)** 通常税込 875円

大根 (国内産)、豚肉 (国内産)

レンジや湯煎でOKなものも!

フライパンや鍋一つでできちゃう

292 真ほっけすむ! 真ほっけ蒲焼(タレ付)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

骨を取り切身にした後、小麦粉をまがしました。両面を焼き、添付タレをからめてどうぞ。

凍 冷蔵 180日 米大 小

5~7枚180g、タレ50g **380円(税別) 410円(税込)** 通常税込 430円

真ほっけ (北海道)

フライパンで少ない油でも調理できます

293 さば竜田揚げ

土佐佐賀産直出荷組合 (高知県・黒潮町)

高知県産で獲れた鮮度抜群のさばを醤油、みりん、酒に漬け込み竜田揚げにしました。凍ったまま揚げて。

凍 冷蔵 40日 米大 小

150g **430円(税別) 464円(税込)**

さば (高知県)

「土佐沖獲れあじ」のフライ

294 あじフライ

土佐沖で獲れたあじを丁寧に下処理後、フィッシュにしてフライ用にしました。凍ったまま揚げてください。

凍 冷蔵 40日 小

3~5枚100g **498円(税別) 538円(税込)** 通常税込 562円

あじ (高知県)

多めの油で焼いて

295 パリッと本格春巻(国産きくらげ入)

大進食品 (神奈川県・横浜市)

きくらげなど国内産原料にこだわった中華あん、手作りの皮で巻き方を工夫、パリッとした食感が楽しめます

凍 冷蔵 6日 小

5本200g **391円(税別) 422円(税込)**

きくらげ(国内産)・小麦(国内産) [放]不検出<3.4<3.9

茄子がとろ旨! ご飯に合います

296 徳用北京餃子

ニッコー (神奈川県・大和市)

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 冷蔵 6日 小

18g×15 **400円(税別) 432円(税込)**

豚肉 (国内産)

297 ヨコハマの餃子

大進食品 (神奈川県・横浜市)

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 冷蔵 6日 卵大 小

18g×25 **568円(税別) 613円(税込)**

豚肉 (国内産) [放]不検出<3.3<4.0

298 神山鶏のぱくぱく餃子(国産しそ入り)

ドリームフーズ (大阪府・八尾市)

ぱくぱく何個でも食べられるクセのない食べやすい餃子。国産大豆味噌、国産しそ使用。焼いても茹でても。

凍 冷蔵 6日 米大 小

18g×20 **478円(税別) 516円(税込)**

キャベツ (国内産)

299 ほうれん草餃子

目岡商事 (兵庫県・加古川市)

ほうれん草の風味や栄養がたっぷりの餡を国産小麦粉の皮で包みました。

凍 冷蔵 6日 小

20g×10個入 **343円(税別) 370円(税込)**

鶏肉・キャベツ・ほうれん草 (国内産)

ほうれん草の苦手な方でも!

300 麻婆茄子丼の具(自社農園茄子)

ニッコー (神奈川県・大和市)

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

凍 冷蔵 6日 小

150g×2 **426円(税別) 460円(税込)** 通常税込 538円

301 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)

カラミノフーズ (東京都・新宿区)

赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。

凍 冷蔵 6日 小

100g×2 **405円(税別) 437円(税込)** 通常税込 467円

鶏肉 (国内産)

組合員さんからのクチコミ

長年なす嫌いだった子供が、ニッコーさんの麻婆茄子丼と出会って、まさかのなす好き少年になりました。今では麻婆茄子を心から愛し、麻婆茄子全力少年です(笑)

ニッコー (神奈川県・大和市)

302 キムチ屋の造るテグタン麺セット

カラミノフーズ (東京都・新宿区)

鍋一つで作れる本格的な辛味のとろみスープに喉ごしよい麺のうどん。好みの野菜を加えて。加工でんぷん: 麺の3.5%

凍 冷蔵 6日 小

2食入

麺170g×2、スープ47g×2 **476円(税別) 514円(税込)** 通常税込 544円

小麦 (国内産)

目玉焼きを添えて混ぜながら食べるのが本場流

303 肉しゅうまい

ニッコー (神奈川県・大和市)

国産豚肉、玉ねぎがたっぷりのしゅうまい。ポークエキス・かつおエキス使用。蒸すかレンジで温めて。

凍 冷蔵 6日 小

16g×15 **410円(税別) 443円(税込)**

豚肉 (国内産)

組合員さんからのクチコミ

ガバオ丼、テグタン麺、本当においしいです。外食気分が満たされます。

ニッコー (神奈川県・大和市)

304 点心えびしゅうまい

ニッコー (神奈川県・大和市)

国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。蒸すかレンジで温めて。

凍 冷蔵 6日 小

27g×7 **395円(税別) 427円(税込)**

えび(インドネシア、ベトナム、他)

305 ほうれん草餃子

目岡商事 (兵庫県・加古川市)

ほうれん草の風味や栄養がたっぷりの餡を国産小麦粉の皮で包みました。

凍 冷蔵 6日 小

20g×10個入 **343円(税別) 370円(税込)**

鶏肉・キャベツ・ほうれん草 (国内産)

306 肉しゅうまい

ニッコー (神奈川県・大和市)

国産豚肉、玉ねぎがたっぷりのしゅうまい。ポークエキス・かつおエキス使用。蒸すかレンジで温めて。

凍 冷蔵 6日 小

16g×15 **410円(税別) 443円(税込)**

豚肉 (国内産)

307 点心えびしゅうまい

ニッコー (神奈川県・大和市)

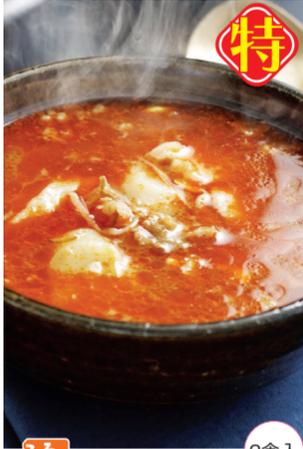
国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。蒸すかレンジで温めて。

凍 冷蔵 6日 小

27g×7 **395円(税別) 427円(税込)**

えび(インドネシア、ベトナム、他)

体を芯から温めます



カラミノフーズ (東京都・新宿区)

305 食べる ユッケジャンスープ(トック入)

国産の牛肉・野菜・トック(餅)が入った辛味のあるスープ。様々な素材の旨味が絡み濃厚な味わい。湯煎で。

250g x 2 618円(税込667円) 通常税込698円

鍋一つでできます



シマダヤ (東京都・渋谷区)

306 讃岐かき揚げうどん

国産小麦使用のコシの強い麺に、野菜(牛蒡、玉葱、人参、いんげん)のかき揚げをのせたうどん。つゆ付。

2食560g 430円(税込464円)

手打ちそばに勝るとも劣らない風味です



創健社 (神奈川県・横浜市)

308 生冷凍 長野県産 石臼挽十割そば

長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。茹で時間1分半~2分(常温で自然解凍してから)。

130g x 2 590円(税込637円)



シマダヤ (東京都・渋谷区)

307 冷凍 稲庭風うどん (5食入)

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

200g x 5 408円(税込441円)

レンジで温めトースターで仕上げれば、ざっくり食感に



菅原食品販売 (宮城県・塩竈市)

309 海老天ぶら

塩竈の天ぶら専門メーカーが国産小麦の天ぶら粉と米油を使い、作りました。

3本入 426円(税込460円)



おでん 鍋に♪

日岡商事 (兵庫県・加古川市)

310 ロールキャベツ

4個240g 528円(税込570円) 通常税込586円



国産豚もも肉と契約農家の新鮮なキャベツを使用した手作りロールキャベツです。



大新 (鳥取県・境港市)

311 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。

160g 338円(税込365円)



ニッコー (神奈川県・大和市)

312 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。

8個144g 333円(税込360円) 通常税込373円



ニッコー (神奈川県・大和市)

313 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ

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

8個160g 345円(税込373円)



314 さんまぼろぼろ

根室産のさんまを煮ぼろ風に味付けしました。そのままご飯にかけて。お弁当にもどうぞ。平庄商店 (北海道・根室市)

110g 280円(税込302円) 通常税込322円

組合員さんからのクチコミ 離乳食にぴったりでも便利! オカゆでも、混ぜるだけで食べる! 子供が泣いてもすぐに出せてあげられます。お豆腐と玉子、人参など玉子と一緒に赤ちゃんバク。たすかります!



319 鶏の焼きつくね

香ばしく焼いた大きめのつくねに、濃口醤油タレをからめました。お弁当やおかずに。湯煎かレンジで温めて。

180g 350円(税込378円)



320 焼き鳥もも串セット

こんがりジューシーに焼き上げたもも肉と甘辛い醤油だれの組合せが美味しい焼き鳥。湯煎またはレンジで。

150g(5本) 616円(税込665円)



321 手羽元ゆずこしょう焼き

若鶏手羽元を九州特産「ゆずこしょう」と国産丸大豆醤油を使った特製タレに漬け、じっくり焼きました。

250g 468円(税込505円) 通常税込515円



315 ひとくち味噌かつ

名古屋名物味噌カツをお弁当用にアレンジ。軽だしのきいた味噌ダレは甘さ控えめ。トレーごとレンジOK。

6個108g 400円(税込432円)



316 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。

200g 398円(税込430円)



322 チキンカツ

下味は塩麹で肉の旨みを引き出し、サクサク衣に包んだしっとり柔らかなチキンカツ。レンジかトースターで。

150g 386円(税込417円)

からあげ編 シリーズ 市販品との違い 冷凍食品 表示されているものが全てではない? 外袋の原料表示が全てと思いませんか?例えば「醤油」は加工の工程でアミノ酸や安息香酸ナトリウムやカラメル色素などを使用する場合があります。また、店舗内加工で容器に入っていない場合、対面で説明できることから表示義務がなく、結着剤(リン酸ナトリウム)を使って整えた成形肉を使っても分からないことがあります。一方、秋川牧園のからあげは鶏肉は国内自社養鶏場の開放的な鶏舎で通常より長い160日飼育で、製品化も自社で行っています。加工も鶏肉の旨味を活かしてシンプルに、揚げ油は遺伝子組換え分別のものを使用しています。



317 有機パスタのナポリタン

有機デュラム小麦のセモリナの麺、国産玉葱と人参使用。ソーセージは発色剤不使用。袋ごと湯煎かレンジで。

400g(2食入) 521円(税込563円)



318 ふわふわ豆腐 煮込みハンバーグ

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

90g x 2 370円(税込400円)



323 レバー入り ミートボール

レバー入り(約13%)ミートボール。ソースで絡めたり、カレーやシチューにも。トースター、レンジで温めて。

400g 560円(税込605円)



325 オムライス

国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを牛乳を加えた玉子で包みました。レンジで温めて。加工澱粉:1%

180g x 2 479円(税込517円)



326 こだわりのピザ(プレーン)

国内産小麦粉100%の生地に無添加のトマトソース・北海道産シュレッドチーズで仕上げたプレーンピザ。

約180g(2枚入) 528円(税込570円)



327 北海道産豚肉のごまじゃぶ風紙包み

北海道産の豚肉、じゃが芋、南瓜、コーン、ブロッコリーに胡麻だれたっぷりの紙包み。加工澱粉:約0.1%

110g x 2 493円(税込532円)



328 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグ お惣菜セット

徳島県産蓮根と鶏肉のハンバーグ・茄子の揚げ浸し・ひじきと大豆の煮物・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。

230g 685円(税込740円) 通常税込756円



329 韓国風太巻 牛肉入ナムルキンパ

酢飯ではなく、食塩とごまをまぜたご飯に、ナムル等の具材を巻いた韓国風海苔巻き。レンジで解凍して。

300g 676円(税込730円) 通常税込756円

JOSOわいどに あります! ・アイス・ライスバーガー ・えび天鍋焼うどん ・マーボー・茄子惣菜セット



330 大判焼き 小倉

85g x 5個 430円(税込464円)

芽吹き屋 冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉 芽吹き屋 秋土用に自然解凍して 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 4個入 331 芽吹き屋 土用餅(あんこ餅) コシの強さと滑らかさが特徴の岩手県産ヒメノモチを使用した餅をこしあんこで包みました。 4個200g 398円(税込430円) 通常税込456円

芽吹き屋 塩味が全体の風味を引き立てます 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 4個入 332 芽吹き屋 黒豆塩大福 岩手産平黒大豆を国産もち米の生地に粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒餡を包みました。自然解凍で。 4個220g 400円(税込432円)

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。

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。

333 マカダミアナッツ
不飽和脂肪酸を含み、食物繊維が豊富。食塩や油、保存料は不使用。コリコリして噛むほど甘みがでます。

336 ドライフルーツ ナッツミックス
レーズン、クランベリー、クルミ、アーモンドのミックス。おやつ、おつまみ、お茶請けやケーキの材料にも。

90g 528円(税込570円) 通常税込583円

342 ミレービスケット
原材料:小麦粉、植物油(米油、パーム油)、三温糖、ショートニング(パーム油)、ぶどう糖、食塩、膨張剤(重曹・重碳酸アンモニウム)

165g 220円(税込238円) 小麦(国内産) [放]不検出<3.8<4.0

348 きなこぼうろ
国産大豆のきなこを練り込んだ和風ぼうろ。卵黄を使用し、口溶けのよい食感に仕上げました。

48g(8g×6袋) 210円(税込227円) 大豆(国内産)

プレス・ナッツ&ドライフルーツ特集!

333 マカダミアナッツ
不飽和脂肪酸を含み、食物繊維が豊富。食塩や油、保存料は不使用。コリコリして噛むほど甘みがでます。

337 プルーン
甘味と酸味があり、味がとても濃厚。食物繊維、カリウム、ビタミンE、ビタミンB6を含んでいます。

120g 565円(税込610円) 通常税込626円

120g 565円(税込610円) 通常税込626円

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

100g 175円(税込189円) 小麦粉(国内産)

349 そば粉のかりんとう
国産の小麦粉、そば粉を使用。そば粉の風味を感じられる、ポリポリッと食感の良いかりんとうです。

80g 185円(税込200円) 小麦・そば(国内産)

334 ヨーグルトと食べるドライフルーツ
マンゴー、クランベリー、レーズン、パイナップルの4種をミックス。漂白剤など添加物は一切不使用です。

338 ドライパイナップル
完熟パイナップルをカットして乾燥させました。海外の有機認証を取得。甘みとさわやかな酸味が楽しめます。

60g 463円(税込500円) 通常税込518円

60g 463円(税込500円) 通常税込518円

344 純国産塩けんぴ
芋けんぴに北海道産のオホーツクの塩をまぶした贅沢なお菓子。国産の米油で揚げ、あっさりとした味わい。

110g 230円(税込248円) さつまいも(九州)

350 うす皮煎り落花生
うす皮がついたまま塩水につけて味付け。香ばしくて止まらないおいしさです。原材料:落花生、食塩

170g 680円(税込734円) 落花生(千葉県) [放]不検出<3.8<4.2

335 ドライクランベリー
アメリカ産ドライクランベリー。そのまま食べたり、菓子やパン作りにも。

339 ドライマンゴー
砂糖を使用しておらず、マンゴー本来の甘みやほのかな酸味が楽しめます。着色料、保存料不使用。

65g 508円(税込549円) 通常税込562円

65g 508円(税込549円) 通常税込562円

345 純国産北海道バタークッキー
原材料:小麦粉、バター、砂糖、大根糖、卵、食塩

2枚×5包 280円(税込302円) 小麦・バター(北海道)

351 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 200円(税込216円) チョコレート(国内産)

新商品掲載!

340 小倉ようかん
原材料:砂糖(てん菜(国産))、生飴、小豆(北海道産)、水飴、寒天

341 だら焼き
原材料:砂糖(てん菜(国産))、小麦粉(小麦(国産))、鶏卵、小豆(北海道産)、水飴、寒天/膨張剤(重曹)

1個(58g) 111円(税込120円) 小豆(北海道)

1個(58g) 111円(税込120円) 小豆(北海道)

346 アーモンドじゃこ2個組
原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま

(7g×5)×2 390円(税込422円) 通常税込432円 片口いわし(日本近海)

352 豆乳マドレーヌ
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(ベーキングパウダー))

4個 293円(税込316円) 鶏卵(国内産)

347 ミニ小魚スナック5連
小魚の粉末をえびせん生地に練り込み、フライして甘辛の醤油で味付けしました。便利な小袋5連タイプです。

10g×5連 207円(税込224円) 馬鈴薯でん粉(国内産)

353 バター
1個(40g) 174円(税込188円)

354 ココア
1個(40g) 174円(税込188円) 小麦粉(国内産)

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。

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。

356 童仙房茶舗有機煎茶
有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。

100g 700円(税込756円) 緑茶(京都府)

365 ダージリンティー(ティーバッグ)
インド・シングル農場より。ヒマラヤの麓の、日中と夜間の寒暖の差が大きいこの地域ならではの逸品。便利なティーバッグタイプ。

1.8g×10包 480円(税込518円) 紅茶(インド)

250ml~350mlに1袋が目安

355 簡単カフェパック
水出しできるパック入りレギュラーコーヒーです。一晩、水にコーヒーパックを入れておくだけで出来上がり。

90g(15g×6包) 535円(税込578円) 通常税込626円

357 童仙房茶舗有機上煎茶
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。

100g 1100円(税込1188円) 緑茶(京都府)

366 ワイルドストロベリーティー(ティーバッグ)
甘酸っぱい野いちごの香りがする紅茶。砂糖やミルクとの相性がよく、ミルクティーがおすすすめ。

2g×20 480円(税込518円) 通常税込529円

エチゴビール特集

358 エチゴにっこりほっこりブラウンエール
原材料:麦芽(フランス製、ドイツ製)、小麦麦芽、ホップ

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

362 エチゴプレミアムレッドエール
鮮色の色合いが特徴。芳醇でしっかりとした苦味とコクに、蜜柑系の上品な香りが広がります。

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

359 エチゴのんびりふんわり白ビール
癒しの時間のためのリラックスできるビール。苦くないさわやかな後味。

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

363 エチゴエレガントブロンド
飲み口の爽やかなビールです

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

360 エチゴ FLYINGIPA
アメリカンスタイルのホップを大量に使用することによって、強い苦みと柑橘系の香りを実現しました。

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

364 エチゴピルスナー
ピルスナービールのオリジナルホップといわれるチエコ・ザーツ産のアロマホップを使用。麦芽100%。

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

361 エチゴこしひかり越後ビール
デコクション製法でじっくりと素材のエキスを抽出し、素材本来の風味と旨みを引き出しました。

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

760 エチゴスタウト(黒ビール)
通常と比べ約1.3倍の麦芽を贅沢に使用して仕込み。スタウト(強い)という名の通りアルコール分7%と強め。

350ml 275円(税込303円) 通常税込325円

757 龍泉洞の水 2ℓ×6本
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。

2ℓ×6 1300円(税込1404円) 岩手県 [放]不検出<0.5<0.5

367 みかんサイダー+レモン
国産有機うんしゅうみかんと海外産有機レモンを使用。果汁14%。有機砂糖使用。

250ml 140円(税込151円)

368 信州まるごとブルーングジュース6缶
長野県産のブルーングを搾った100%ストレートジュース。適度な酸味があり、爽やかな飲み口です。

160g×6 1071円(税込1157円) ブルーン(長野県)

丹沢サイダー
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。

250ml×30 2820円(税込3046円) [放]不検出<3.3<4.1

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

粉末タイプです

まろやかな風味があり、すっきりとした甘みです。粉末タイプなので溶けやすく、お菓子作りに。



ムソー (大阪府・大阪市)

370 てんさい含蜜糖・粉末

500g **390円** (税 **421円**) 通常税込 **432円**
 てんさい (北海道)



511 波照間島特産 黒糖かちわり

200g **300円** (税 **324円**)
 さとうきび (沖縄県)



513 につぼん海塩

500g **250円** (税 **270円**)
 海水 (長崎県)

平釜でじっくり煮詰めた沖縄の海水塩と香味豊かなホワイト&ブラックペッパーの粗びきをブレンド。



青い海 (沖縄県・糸満市)

371 粗びき塩胡椒 (詰替え用)

150g **450円** (税 **486円**) 通常税込 **497円**
 塩 (沖縄県)、胡椒 (マレーシア)



ありあわせの野菜を 一晚漬けるだけ



飯尾醸造 (京都府・宮津市)

372 富士ピクル酢

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

360ml **580円** (税 **626円**)
 米 (京都府)



飯尾醸造 (京都府・宮津市)

518 純米富士酢

無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、コクとのおのびのある純米酢に仕上げました。

500ml **670円** (税 **724円**)
 米 (京都府)

煮物の素材の色が引き立ちます
 火入れをしない生醤油。色は薄口、味は濃口。



入正醤油 (千葉県・東庄町)

524 入正生しぼり醤油

1L **550円** (税 **594円**)
 大豆 (アメリカ、ブラジル)



2年間杉桶で発酵熟成させた天然醸造醤油から、食塩のみ50%カット。



笹木醤油 (埼玉県・川島町)

527 金箔減塩醤油

600ml **540円** (税 **583円**)
 大豆 (国内産、アメリカ、カナダ)



やまこみそ (茨城県・守谷市)

373 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 **594円**)
 大豆 (国内産)



沼屋本店 (茨城県・つくば市)

374 沼屋 手造りみそ

茨城県産大豆と、国産米こうじを使い、3ヶ月熟成で色を白く仕上げました。塩分12%。

1kg **530円** (税 **572円**)
 大豆 (茨城県) [放] 不検出 <2.5 <2.9

ご愛用いただきましたが、今回で終売です



みりんのうま味と爽やかな清酒の風味を調合した発酵調味料。

キノエネ醤油 (千葉県・野田市)

504 酒みりん

1L **560円** (税 **605円**) 通常税込 **616円**
 米 (国内産)



おでんや煮物にも



日本生活協同組合連合会

375 虹の宴 料理酒 1.8L

お料理の隠し味として欠かせません。
 1.8L **730円** (税 **803円**)
 米 (国内産)

オーストラリア産菜種から圧搾法により搾り取ったサラダ油です。



ボーソー油脂 (東京都・中央区)

547 一番しぼり菜種油 910g

910g **650円** (税 **702円**) 通常税込 **734円**
 菜種 (オーストラリア)



ペットボトル入りごまの種子を強く炒り、圧搾製法で仕上げました。焙煎したごま油の香りを強く引き出しました。



九鬼産業 (三重県・四日市市)

376 九鬼 純正胡麻油 こいくち

600g **900円** (税 **972円**)
 胡麻 (ナイジェリア、他)



淡口ごま油と濃口ごま油をブレンドし、国産の無農薬の赤とうがらしを加えました。



チヨダ (埼玉県・戸田市)

377 ラー油

45g **380円** (税 **410円**)
 ごま (アフリカ、中南米諸国)



ユニオンソース (栃木県・日光市)

534 あらびし 完熟ケチャップ

完熟トマトの甘みを活かして、酢・玉ねぎ・スパイスなどをバランスよく配合したトマトケチャップです。

300g **380円** (税 **410円**)
 トマト (国内産)



ポールスタア (東京都・東村山市)

539 国産野菜ウスター レストランソース

国産の野菜、果物とスパイスなど加え芳醇な味わいに仕上げました。

200ml **370円** (税 **400円**)
 米 (国内産)



笹木醤油 (埼玉県・川島町)

378 金箔 胡麻ドレッシング

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。原材料: 植物油、胡麻、醸造酢、醤油、三温糖、卵黄

390ml **890円** (税 **961円**)
 胡麻 (中国)



ポールスタア (東京都・東村山市)

379 帯広発 豚丼のたれ

豚丼は帯広生まれ。本場の味をそのまま再現し、やや甘めのしっかりとしたタレに仕上げました。

250g **395円** (税 **427円**)
 醤油 (国内産)



伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

564 花かつお

かつお節をうすく削り、おいしさや風味をそのままパックしました。おひたし、冷奴に。

50g **320円** (税 **346円**)
 かつお (静岡県) [放] 不検出 <3.9 <4.1



かねの水産 (千葉県・大網白里市)

571 煮干

生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干し、冷風乾燥させました。

200g **480円** (税 **518円**)
 かつお (国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0



伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

572 こだわりの だしパック

かつお節の良品に、細かくしたいだけと昆布をブレンド。かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。

8g×18 **575円** (税 **621円**)
 かつお (静岡県) [放] 不検出 <2.9 <2.7



リアス (千葉県・船橋市)

380 凍り豆腐 みそ汁用

国産大豆100%使用の凍り豆腐。味噌汁はもちろん、ちらし寿司や五目寿司などに。

70g **415円** (税 **448円**)
 大豆 (国内産)



リアス (千葉県・船橋市)

570 欠け葉干し椎茸 (小さめタイプ)

原木栽培の干しいたけ。選別した際に出る欠け葉の部分ですが、味は形の整ったものと変わりありません。

50g **520円** (税 **562円**)
 しいたけ (宮崎県、他)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

381 切干大根

二度干ししてあるので甘みがあり、戻りも良いです。

50g **230円** (税 **248円**)
 大根 (国内産)



リアス (千葉県・船橋市)

587 房州ひじき (天然長ひじき)

房州産のひじきです。水で戻すとカサがふえます。油揚げや人参と炒め煮に。ひじきご飯に使っても美味。

25g **450円** (税 **486円**)
 ひじき (千葉県) [放] 不検出 <4.6 <4.1



日本澱粉工業 (鹿児島県・鹿児島市)

382 はるさめ 2個組

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

100g×2 **200円** (税 **216円**) 通常税込 **238円**
 米 (国内産)

おでんに!

おでんが残ったら、残り汁で切干大根を煮たりカレーにリメイク♪

381 切干大根



655 656 カレールウ



チョココ醤油 (長崎県・長崎市)

530 白だし

400ml **395円** (税 **427円**)
 米 (国内産)



コタニ (岩手県・大船渡市)

383 むすび昆布

釧路産のやわらかい榊前昆布を結びました。おでん、煮物に。

30g **380円** (税 **410円**) 通常税込 **421円**
 昆布 (北海道)



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 **260円** (税 **281円**)
 小麦 (国内産)

冬こそ腸活 免疫力のアップに!

甘酒は煮物やお菓子にも使えます



お届けは10月4回になります

今週の折込にケイミーオフィスのチラシがあります。ぜひご覧ください

発酵食品を調味料に!

麦と大豆の糀です。糀の発酵で生まれる自然な甘みがあります。醤油と水を加えて醤油こうじ作りに。

名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

ひしおの糀(はな)

384 ハーフサイズ 275g **540円** (税 **583円**) 通常税込 **594円**
 385 550g 550g **930円** (税 **1004円**)
 大麦 (佐賀県)

このまま使える、食べる糀です!



名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

386 名刀「手作りひしお」

お醤油の代わりに使う瀬戸内地方の伝統郷土食。風味のよい食べる糀です。お豆腐、お刺身、サラダなどに。

250g **440円** (税 **475円**)
 大麦 (佐賀県)、大豆 (岡山県)



名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

387 名刀味噌 白米の甘酒

お砂糖を使わない自然な甘さが特徴の甘酒。程よい甘みと白米の風味が特徴の甘酒。程よい甘みと白米の風味が特徴の甘酒。程よい甘みと白米の風味が特徴の甘酒。



名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

388 名刀味噌 玄米の甘酒

お砂糖を使わない自然な甘さが特徴の甘酒。程よい甘みと玄米の風味が特徴の甘酒。程よい甘みと玄米の風味が特徴の甘酒。



名刀味噌本舗 (岡山県・瀬戸内市)

389 名刀味噌 黒米の甘酒

お砂糖を使わない自然な甘さが特徴の甘酒。程よい甘みと黒米の風味が特徴の甘酒。程よい甘みと黒米の風味が特徴の甘酒。

400g **580円** (税 **626円**)
 うるち米・黒米 (岡山県)

残ったおでんをカレーにアレンジ!

組合員が意見を出しあい、使用原料のどこと品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレーク状のカレールー。牛脂は和牛生脂使用。

常総生協オリジナル



- 655 甘口カレールー 150g 290円(税込313円)
656 中辛カレールー 150g 300円(税込324円)



392 焼のり(有明産) 有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼き上げました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。

全型10枚 380円(税込410円) のり(有明海)



393 すりごま 鉄釜焙煎で旨味・香りを引き出したごまを、すり鉢ですったように仕上げました。

65g 145円(税込157円) 金ごま(トルコ、エジプト等)



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)



582 土別農園 小豆 北海道土別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふっくら煮上がります。

300g 395円(税込427円) 小豆(北海道)



390 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



600 うす塩えのき茸 業界では不可欠とされる酸化防止剤、増粘剤不使用。

215g 298円(税込322円) えのき茸(長野県)



391 コーンクリーム シチュールウ 国産小麦粉使用。乳化剤や化学調味料は使用していません。5皿分。

115g 320円(税込346円) 通常税込356円



394 パルメザンチーズ 70g ニュージーランド産とオーストラリア産原料を100%使用した、豊かな風味とコクのパルメザンチーズです。

70g 332円(税込359円) 生乳(ニュージーランド・オーストラリア)



654 いりぬか 蒸気を使用しているため、均一に煎られています。

500g 110円(税込119円) 米ぬか(国内産) [放]137Cs=2.2



632 パーミセリ神戸(1.4mm) デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。

300g x 2 245円(税込265円) 小麦(カナダ)



398 きりたんぼ(比内地鶏スープ付) 米どころ秋田のあきたこまちで作りました。きりたんぼ鍋に。化学調味料を使用しない比内地鶏スープ付。

65g x 5本、スープ200g 960円(税込1037円) 通常税込1058円 米(秋田県) [放]不検出<3.7<3.9



399 焼き塩さば 銚子港で水揚げされた旬のさばに純米酒をふりかけ、直火であぶってから缶に詰め加熱。香ばしい味です。

100g(固形量80g) 349円(税込377円) さば(千葉県)



400 いわしの白焼き風 焼く直前に酒をふりかけ直火で白焼きにした真いわし。塩と酒で骨まで軟らかく仕上げています。

100g(固形量80g) 350円(税込378円) 真いわし(千葉県)

273 春巻の皮で! 紅玉とサツマイモの焼き春巻



材料: りんご、さつまいも、砂糖、レモン汁、春巻の皮、レーズン

作り方: 1. さつまいもとりんごを1cm厚さのいちょう切りにする。 2. 鍋に水カップ1と①を入れ、ひと煮立ちしたら砂糖を加え弱火で煮る。最後にレモン汁をかけ、煮含める。 3. 春巻の皮を広げ冷めた②とレーズンをのせて巻く。 4. フライパンに少し多めの油を熱し、春巻の両面を焼く。



611 レーズン 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 400円(税込432円) レーズン(アメリカ)



395 無茶々園 れもんストレート果汁 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。

150ml 535円(税込578円) レモン(愛媛県)

お鍋一つで! ランチャや軽食に!



396 隠れ岩松 飛魚だしにゅうめん 「島原手延べそうめん」に、焙焼して風味を引き出した長崎県の飛魚(あご)を使ったスープを合わせました。

176g(麺80g x 2 スープ76g x 2) 335円(税込362円) 通常税込378円 小麦粉(国内産)



397 隠れ岩松 和風カレーにゅうめん 「島原手延べそうめん」に、和風カレースープを合わせました。茹でたての麺にカレースープがよく合います。

180g(麺80g x 2 スープ70g x 2) 335円(税込362円) 通常税込378円 小麦粉(国内産)

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。

858 美の友 浴用石けん 120g x 3 450円(税込495円)



778 粉石けん 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)



822 固形せっけん 原料油脂のうち7割が、家庭で使用された廃食油。水を含んだスポンジでせっけんをとってお使いください。

250g 335円(税込369円)



827 詰替用 バックスナチュロンシャンプー ヒマワリ油を使用した髪にやさしい植物性石けんシャンプーです。

500ml 650円(税込715円)



831 詰替用 バックスナチュロンリンス 石けんシャンプーを使用した後の髪を弱酸性に戻し、しっとり艶やかに保つ専用のリンスです。

500ml 650円(税込715円)



ポーション油脂(東京都・中央区) 874 スクワナチュレハンドクリーム スクワラン油を主体に作った手あれ防止のクリーム。水仕事の後に。かかとやひじのお手入れにも。



874 スクワナチュレハンドクリーム 植物油脂を原料としたさっぱりとした洗い上がりのハンドソープ。キメ細かい泡で出てきます。

330ml 398円(税込438円) 通常税込462円



858 美の友 浴用石けん 浴用から台所まで使える万能石けんです。香料、保存料、着色料不使用。

120g x 3 450円(税込495円)



869 パックソープ お肌あわせハンドソープ 植物油脂を原料としたさっぱりとした洗い上がりのハンドソープ。

330ml 398円(税込438円) 通常税込462円



401 花束ペーパータオル(ハード)200枚 再生紙100%のハードペーパータオル。220mm x 200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭きとれます。

200枚 130円(税込143円)



898 花束吸収名人キッチンペーパー 組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。

100w x 3箱 390円(税込429円)



892 ワンタッチコアレス(トイレトーパー) 牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレトーパー。

130m x 6ロール 480円(税込528円)

離乳食



402 小松菜と人参のお粥 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)



403 緑黄色野菜のおじや 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やです。

100g 380円(税込410円) 有機米(国内産)



404 緑黄色野菜の炊き込みごはん 国産緑黄色野菜を国産有機米と有機野菜スープ、だしで煮込み、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)



405 鶏肉と野菜の五目煮 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)



406 ミックス野菜 塩など調味料を使用せず国産有機野菜を栄養たっぷりの有機野菜スープで煮込みました。

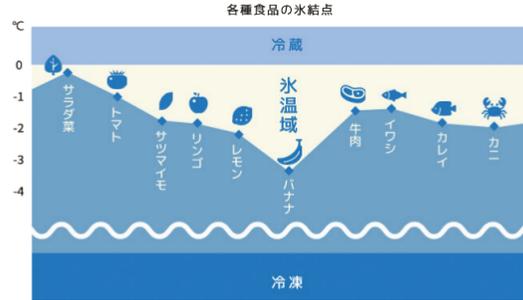
100g 380円(税込410円) 人参(国内産)

山陰地方伝統の“寒仕込み”製法 「氷温造り」特集 全品 特価

ダイマツ 鳥取県・米子市

「氷温造り」の特徴

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



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

中骨除去済みで食べやすい!



ダイマツ (鳥取県・米子市)

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

身厚で食べごたえがある
特大サイズ!



ダイマツ (鳥取県・米子市)

408 氷温造り国産赤かれい一夜干し
赤かれいの内臓を取り除き、下処理をしたのち、氷温製法でふっくら柔らかな干物にしました。
凍 120日 **360円(税389円)** 通常税込 400円
2枚 260g
アカガレイ(国内産)

原材料:アカウオ(アメリカ)、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、砂糖、還元水あめ、みりん、食塩



ダイマツ (鳥取県・米子市)

409 氷温造り赤魚みりん干し
赤魚を甘口のみりん醤油に漬込み干しました。
凍 180日 **485円(税524円)** 通常税込 538円
140g × 2枚
アカウオ(アメリカ)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

410 氷温甘塩さば切身(山陰産)
山陰産のさばを甘塩タイプに味付けし氷温製法で仕上げました。
凍 120日 **385円(税416円)** 通常税込 430円
5切 300g
さば(国内産)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

411 氷温甘塩さば切身(徳用切り落とし)
脂のりの良いノルウェー産のさばを甘塩で仕上げました。製造過程に出る尾や規格外品を集めた徳用品です。
凍 120日 **320円(税346円)** 通常税込 378円
270g
さば(ノルウェー)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

412 氷温造りシルバー醤油漬
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)を甘口のみりん醤油に漬けました。
凍 180日 **430円(税464円)** 通常税込 486円
4切 220g
シルバー(主にニュージーランド)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

413 氷温造り塩秋鮭切身
北海道産の秋鮭を使用し、塩のみで独自の氷温熟成製法でじっくりと旨味を引き出し、甘塩に仕上げました。
凍 120日 **461円(税498円)** 通常税込 527円
3切 180g
秋鮭(北海道)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

414 氷温造り秋鮭の南蛮漬
北海道産の秋鮭を国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。
凍 180日 **380円(税410円)** 通常税込 430円
200g
秋鮭(北海道)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

415 氷温造りあじの南蛮漬
日本海産の真あじを食べやすく下処理し、国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。
凍 180日 **305円(税329円)** 通常税込 346円
220g
真あじ(日本海)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

416 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 **320円(税346円)** 通常税込 362円
220g
さわら(国内産、韓国)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

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

小さい工場だからこそできる事

鎌倉ハム 全品 特価 クラウン商会 特集



- 毎日新鮮な肉を仕入れて製造をしています。ごまかしや増量の利かない、コストや手間のかかる方法ですが、受注生産により無駄をなくしています。
- 新鮮な原料で作っているから、原料は基本的に「豚肉・塩・砂糖・香辛料」のみ。粘りや見た目を補ったり、味を調整するための添加物は使いません。



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

418 鎌倉つかいきりポークウインナー×3
使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。
冷 10日 **265円(税286円)** 通常税込 297円
49g × 3
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

419 鎌倉あらびきウインナー×3
無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。
冷 15日 **515円(税556円)** 通常税込 567円
85g × 3
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <4.5



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

420 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)
焼き塩を使用しているので塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。
冷 10日 **660円(税713円)** 通常税込 754円
400g
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

421 鎌倉粗挽ロングウインナー
野菜と一緒にドッグパンにはさんで。
冷 10日 **275円(税297円)** 通常税込 302円
27g × 5
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

422 鎌倉ロスハムスライス×3
発色剤、結着剤、化学調味料などをいっさい使用しない無添加ハム。40gの使い切りサイズを3Pでお届けです。
冷 15日 **480円(税518円)** 通常税込 540円
40g × 3
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.1



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

423 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 15日 **590円(税637円)** 通常税込 648円
85g × 2
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)

424 鎌倉ボンレスハム×2
合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。
冷 15日 **440円(税475円)** 通常税込 486円
60g × 2
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

425 鎌倉ボンレスハム 400g
脂肪が少なく味が濃い、豚も肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。
冷 20日 **1157円(税1250円)** 通常税込 1350円
400g
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

426 鎌倉つかいきりセット
鎌倉ハムの人気商品を少しずつお試し。ロスハムスライス、バラベーコンスライス、つかいきりポークウインナー。
冷 10日 **555円(税599円)** 通常税込 626円
3種 174g
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

427 鎌倉串ざしフランクフルト2袋
豚肉、塩、香辛料のみを使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。
冷 10日 **728円(税786円)** 通常税込 799円
(40g × 5) × 2
豚肉(国内産)

表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記

- 4週に1回お届け
- 4週に3回お届け
- 隔週お届け
- 毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新 新発売の商品

特 特別価格商品

お届け時の温度帯

- 凍 冷凍品
- 冷 冷蔵品

・表記のないものについては常温でのお届けです。

・農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

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てください!