

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
登録出来ます

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

2021年11月4回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙11/ 提出	15	16	17	18	19
定番品11/ のお届け	22	23	24	25	26
特別企画品11/ のお届け	29	30	1	2	3

世代を超えて美しいオホーツク海とその恵みを引き継ぎたい!

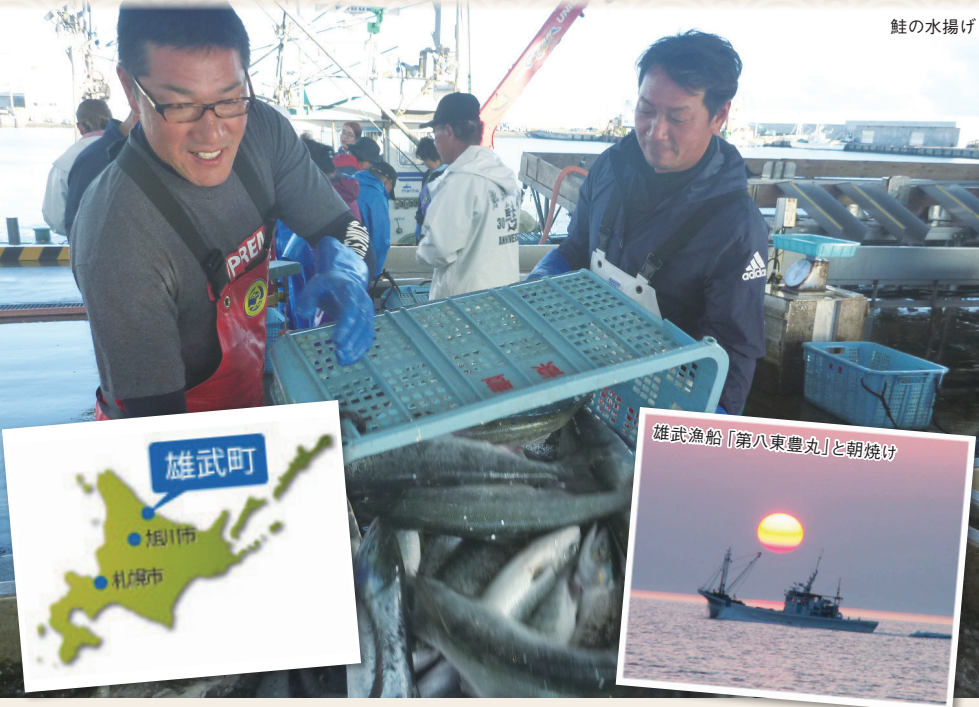
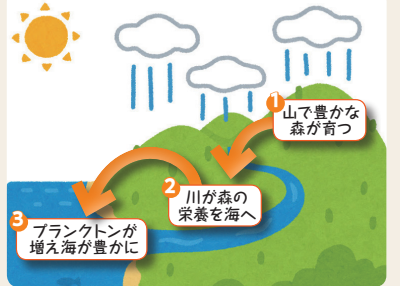
豊かな海産物の環境を守り、維持する

雄武漁協

植樹で海を豊かに

【山で豊かな森が育つ】⇒【川が森の栄養を海へ】
⇒【プランクトンが増え海が豊かに】という循環
を大切にしています。

雄武漁協では、森にシラカバなどの苗木を植
えています。森の環境を整えることで、川が豊
かになり、それがオホーツクの海を豊かにする
ことにつながります。



◆資源管理型の漁業を進める雄武漁業協同組合

北海道のオホーツク海に面した紋別郡に雄武町があります。雄武漁業協同組合では、秋鮭のふ化事業、帆立稚貝の放流等、早くから「つくり育てる漁業」に着目し、漁場の環境保全のための植樹運動や、魚をとりすぎないための資源管理を行っています。

◆次世代へとつなげる取り組み

また植樹以外にも「獲りすぎないこと」「守り育てること」を大切に、独自の取り組みも行っています。1970年代からホタテの漁獲海域を4区画に分け、4年ごとに1区画を水揚げすることで、過剰漁獲を防止、一般的に毛がに漁は資源管理のため、甲羅8センチ以上の雄しか獲ってはいけないという規則がありますが、それは当たりまえ。雄武ではさらに厳しい自主基準（甲羅の大きさは8.3cm以上）を設定して資源管理を強化しています。



北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した天然銀毛鮭です。無塩。使いやすい50gの切身を徳用パックにしました。

8 徳用 雄武秋鮭切身(無塩)
凍 賞30日
10切500g 1198円(税込) 1294円(通常税込) 1393円(通常税込)

甘い貝柱をぜひお刺身で!

北海道のオホーツク海に面する雄武の前浜で4年間じっくり育てました。お刺身でどうぞ。



9 雄武産 ほたて貝柱(生食用)
凍 賞30日
5〜7粒約100g 580円(税込) 626円(通常税込) 646円(通常税込)



10 1杯
約400g 3550円(税込) 3834円(通常税込) 3920円(通常税込)

11 2杯
約400g×2 6980円(税込) 7538円(通常税込) 7840円(通常税込)



12 雄武 寒風干し焼鮭 ほぐし身
雄武沖のオホーツク海で漁獲した旬の秋鮭を、焼いてほぐし身にしました。原材料: 秋鮭、食塩

180g 950円(税込) 1026円(通常税込) 1058円(通常税込)

海の幸たっぷり

海鮮鍋



軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど甘味が強くなります。減農薬栽培。

16 木村さんの下仁田ねぎ
約500g 320円(税込) 346円(通常税込) 378円(通常税込)

茨城県



13 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。オイル蒸しや、鍋の具材に。

凍 賞180日
3切180g 418円(税込) 451円(通常税込) 470円(通常税込)

真だら(北海道・青森県沖太平洋)



17 生芋あく抜きしらたき 2個組
国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のよい白滝です。

凍 賞90日
180g×2 260円(税込) 281円(通常税込) 302円(通常税込)

こんにゃく芋(国内産)



14 広島県産 冷凍かき
広島県産の新鮮なかきを急速凍結しました。鍋、グラタン、ソテーなど幅広く使えます。

凍 賞90日
200g 498円(税込) 538円(通常税込) 559円(通常税込)

かき(広島県)



18 白菜キムチ(徳用)
やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)

冷 賞14日 米大 小 中
1kg 1350円(税込) 1458円(通常税込) 1512円(通常税込)

白菜(国内産)



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

冷 賞21日 米大 150g 375円(税込) 405円(通常税込) 416円(通常税込)

魚肉(愛媛県)

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。

前日OK! 544 ゆず醤油 かけぼん

米大 小 400ml 390円(税込) 421円(通常税込) 432円(通常税込)

ゆず(国内産)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

「富有柿」秋の味覚
シーズン終盤です!



わけありは、外見が悪いだけで、カットすれば問題なくお召し上がりいただけます

生産者 河合さんより
果実は大きく、歯ざわりの良さとその甘さで人気の柿。減農薬栽培。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)
富有柿

19 約900g 420円(税込454円)

20 わけあり 1.8kg 445円(税込481円) 通常税込498円

奈良県

りんご(名月)
シーズン初



その希少さにより知名度はありませんが、生産者の中では「ふじをしのぐ」とも評されるりんごです。黄色系の外皮ですが、蜜が入りやすく甘みは抜群。食感もシャキシャキ楽しめます。

吉原さん達(長野県・須坂市)

21 りんご(名月)

果肉の色は淡黄色、糖度は15度にまでなる極甘品種です。減農薬栽培。

2~4玉(約1kg) 750円(税込810円)

長野県

士別農園の玉ねぎ シーズン最終です!
お見逃しなく



かぼちゃは12/1回で最終

士別農園(北海道・士別市)

22 士別のかぼちゃ

ホクッ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(税込430円)

北海道

今年の北海道は例年稀に見る干ばつでしたが、何とかシーズンを終えられました。これから雪のシーズンですが三五八漬けなど加工品に注力していきます。ぜひこちらもご期待ください。

士別農園(北海道・士別市)
士別の玉ねぎ

23 1kg 298円(税込322円)

24 3kg 850円(税込918円)

北海道

成田さんご夫妻



成田農園・成田さん(青森県・板柳町)

26 りんご(王林)

ゴールドデンリシャスと紅玉の交配種。やや酸味が強いが甘味も十分で、まろやかな酸味が楽しめます。減農薬栽培。

3玉(750g以上) 698円(税込754円)

青森県

黄色系ですが、硬めで甘い!



高田さん(長野県・須坂市)

27 りんご(シナノゴールド)

ゴールドデンリシャスに千秋を交配した品種。香りがよく、食味のいいりんごです。減農薬栽培。

2~4玉(約800g) 700円(税込756円)

長野県

おきたま興農舎・本田さん達(山形県・高島町)



28 りんご(ふじ)

甘みと酸味のバランスが良く、多汁で香りも高い人気の品種。減農薬栽培。

3玉 420円(税込454円)

山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

はなうた家(長野県・麻績村)



29 りんご(サンふじ)

甘くてシャキシャキとした食感が特徴で、ジューシーさと濃厚な甘味が人気。ネオニコチノイド系農薬不使用、減農薬栽培。

3玉入り(900g以上) 698円(税込754円)

長野県

組合員さん直伝
牛肉とレンコンの
シャキシャキ炒め!



レンコンは調理方法によって、様々な食感を楽しむことができます。牛肉は切り落とし部位を使う事で味が染み込みやすく、適度な脂でレンコンをコーティングしてくれます。食感もシャキシャキでご飯が進みます。



微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

25 高柳さんのれんこん

400g 460円(税込497円) 通常税込518円

茨城県

素材の味とムチムチの食感が大好評!

歯ざわりが良く、それでいてムチッとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

【放】¹³⁷Cs=4.9



波動農法研究会・高田さん達(長野県・須坂市)

31 ぶどう(スチューベン)

冬に食べられる甘いぶどうです。減農薬栽培。

3房入り(1房当り200~300g) 1600円(税込1728円)

長野県

From 静岡



渥美農園(静岡県・浜松市)
渥美さんの温州みかん

32 800g 800g(7~13玉) 398円(税込430円)

33 2kg 780円(税込842円)

静岡県 [放] 不検出 <3.3 <4.0

From 愛媛



無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園の温州みかん

34 1kg 555円(税込599円)

35 3kg 1498円(税込1618円)

愛媛県

濃厚な味わいが特徴です!



甘いだけでなく、甘みと酸味のバランスのとれた濃厚な味わいが特長。農薬0~3回。

3玉 420円(税込454円)

山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

はなうた家(長野県・麻績村)



29 りんご(サンふじ)

甘くてシャキシャキとした食感が特徴で、ジューシーさと濃厚な甘味が人気。ネオニコチノイド系農薬不使用、減農薬栽培。

3玉入り(900g以上) 698円(税込754円)

長野県

さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)



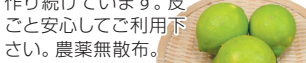
30 洋梨(ラ・フランス)

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

2玉(約500g) 598円(税込646円)

長野県

親子3代にわたり農業を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。



松永農園(静岡県・静岡市)
松永さんのレモン

38 400g 410円(税込443円)

39 1kg 824円(税込890円)

静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

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)

40 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)

りん片バラでお届けする場合があります



樫谷さん達(熊本県)

41 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



大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

42 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

麺類、お刺身、お肉にも♪



作本さん達(熊本県・熊本市)

43 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

無農薬



上野さん達(栃木県・上三川町)

44 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

食べ応えのある
大玉トマト



シーズン初

組合員さんからのクチコミ

私、広沢さんのトマトのファンでしたので、今回のカタログにお写真が載っているのを発見し感激しました。やさしいお顔ですね。食感があっ違うと思っています。(Iさん)

広瀬さん達(熊本県・八代市)又は広沢さん達(栃木県・都賀町)

50 トマト(麗旬系)

粉穀、鶏糞、米糠に島本微生物の酵素資材を加えたものを使用。減農薬栽培。

450g 570円(税込616円)

熊本県・栃木県



右田さん達(熊本県・芦北町)

45 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

バリッパリの食感が特徴♪



今村さん達(北海道・栗山町)

46 初恋スマートミニトマト

平均糖度8~10度のフルーツ感覚のミニトマトです。ヘタの取れた果実も入ります。減農薬栽培。

約180g 276円(税込298円)

北海道

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

47 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

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。



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

48 長島さんのレタス

1玉 250円(税込270円)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.8

無農薬



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

49 長島さんのサニーレタス

1玉 170円(税込184円)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

51 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

無農薬



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

52 小松菜(少量)

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) 150円(税込162円)

茨城県

無農薬



微生物農法の会・長島さん達(茨城県・行方市)

53 長島さんの小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1束(約200g) 176円(税込190円)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

無農薬



浅野さん(茨城県・常総市)

54 浅野さんのほうれん草

秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、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

無農薬



木村農園(茨城県・つくば市)

55 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

8 雄武の鮭を使ってアレンジレシピ

鮭の
チャンチャン焼き



木村農園 (茨城県・つくば市)

56 木村さんのキャベツ

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。

1玉 **183円**(税込**198円**)
茨城県 【放】不検出 <0.6 <0.6



浅野さん (茨城県・常総市)

57 浅野さんの人参

風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬使用は夜盗虫大量発生時のみ。

500g **165円**(税込**178円**)
茨城県 【放】不検出 <3.9 <4.5



糸金 (長野県・長野市)

58 えのき茸

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

200g **208円**(税込**225円**)
長野県

290 ほうとうで体ポカポカ♪

かぼちゃのほうとう



59 かぼちゃ (カット)

ホクッとしたり口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

500g前後 **430円**(税込**464円**)
長崎県



井上さん (埼玉県・美里町)

60 深谷ネギ (根深白ネギ)

白い根深のネギです。さ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**(税込**259円**)
埼玉県 【放】不検出 <4.4 <4.1



木村農園 (茨城県・つくば市)

61 木村さんの白菜

漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。

1個 **188円**(税込**203円**)
茨城県 【放】不検出 <0.5 <0.5

From つくば市

飯野農園



飯野農園の野菜セットが本紙で登場!

固定種・在来種を育て、作物の多様性、次世代に命をつなぐ為に「自家採種」を基本としています。

From つくば市

飯野農園



62 飯野さんの野菜セット (固定種・在来種)

その土地の風土にあった固定種・在来種を育てています。農薬無散布・化学肥料不使用。

3品 **598円**(税込**646円**)
茨城県

From 石岡市

田中農園



65 田中農園の野菜セット

八郷の有機農業生産者(田中さん)より旬の野菜をお届け。農薬無散布・無化学肥料栽培。

4品目 **750円**(税込**810円**)
茨城県



66 田中農園の"大人"のサラダセット

ルッコラ、赤からし菜、わさび菜をセット。オリーブオイルと塩でどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。

3品 約180g **230円**(税込**248円**)
茨城県



木村農園 (茨城県・つくば市)

67 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



木村農園 (茨城県・つくば市)

68 木村さんのターサイ

クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。減農薬栽培。

1株 **160円**(税込**173円**)
茨城県 【放】不検出 <3.9 <3.8



木村農園 (茨城県・つくば市)

69 スティックブロッコリー

茎はアスパラ感覚で、蕾の部分はブロッコリー同様に食べられます。ボイルしてサラダ風、中華の炒め物等にも。減農薬栽培。

200g **185円**(税込**200円**)
茨城県



徳弘さん (北海道・富良野市)

70 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。農薬無散布。

1個 **250円**(税込**270円**)
埼玉県

From 石岡市

ダニエル有機農園



71 ミニ大根

冷蔵庫にも入りやすい短い大根です。農薬無散布・化学肥料不使用。

1本 **210円**(税込**227円**)
茨城県



三須さん達 (千葉県・富里市)

72 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) **198円**(税込**214円**)
千葉県 【放】不検出 <3.3 <4.2

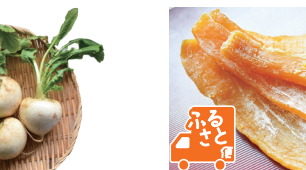


木村農園 (茨城県・つくば市)

73 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**(税込**198円**)
茨城県 【放】不検出 <3.4 <3.2



あゆみの会・白鳥平しいも生産組合 (茨城県・鉾田市)

74 干しいも

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

賞60日 150g **598円**(税込**646円**)
さつまいも(茨城県) 【放】不検出 <3.6 <3.9



組合員さんからのクチコミ
毎回のようになんか頂いてます。無農薬のへにはるかを大目干ししているのこ
とで、熟しすぎ、ねっとりした状態まで黄色
い半透明の感じもきれいだし、食べながら
に感謝の気持ちを持てます。ぜひ生産者の方々
に感謝の気持ちを伝えてください。(Nさん)



木村農園 (茨城県・つくば市)

75 木村さんの里芋

肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。

800g **298円**(税込**322円**)
茨城県 【放】不検出 <3.8 <4.0



木村農園 (茨城県・つくば市)

76 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g **198円**(税込**214円**)
茨城県 【放】不検出 <4.3 <6.9



上村さん達 (青森県・八戸市)

77 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g **220円**(税込**238円**)
青森県 【放】不検出 <4.0 <4.0



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)

78 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**(税込**270円**)
茨城県 【放】不検出 <3.9 <3.6



まごころの里・山本さん達 (北海道・栗山町)

79 ぼっちゃんかぼちゃ

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

1~2玉約280g **230円**(税込**248円**)
北海道



加瀬さん達 (千葉県)

80 人参(洗い)

土作りから始まり、農薬に頼らない栽培をしています。農薬無散布。

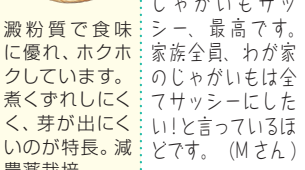
1kg **390円**(税込**421円**)
千葉県 【放】不検出 <4.0 <4.3

昨年大好評 サッシー

甘みがあり、油との相性も良いので、フライドポテトなどにもおススメです♪



組合員さんからのクチコミ
じゃがいもサッシー、最高です。家族全員、わが家のじゃがいもは全サッシーにした
い!と言っているほどです。(Mさん)



まごころの里 (北海道・美幌町)

81 じゃがいも(サッシー)

700g **200円**(税込**216円**)
北海道

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思われる「食物繊維」が多く含まれています。



高橋さん達 (北海道・美幌町)

82 じゃがいも

品種はキタアカリ。土壤消毒・除草剤不使用。有機肥料主体に栽培しています。

約700g **220円**(税込**238円**)
北海道



山田さん (茨城県・つくば市)

83 山田さんのしめじ

ひらたけのしめじです。おがくずに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。

200g **250円**(税込**270円**)
茨城県 【放】不検出 <3.5 <3.6



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

87 エリンギ

肉質はさめ細かくなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするのが特長です。

100g **261円**(税込**282円**)
三重県



丸金 (長野県・長野市)

84 ブラウンエのき茸

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

200g **218円**(税込**235円**)
長野県



江藤さん (大分県・玖珠町)

88 江藤さんの原木生しいたけ

江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。

100g **322円**(税込**348円**)
大分県 【放】不検出 <3.4 <3.4



安田さん (福島県・郡山市)

85 安田さんのなめこ

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

70g **115円**(税込**124円**)
福島県 【放】不検出 <4.3 <4.3



村上さん (栃木県・高根沢町)

86 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g **196円**(税込**212円**)
栃木県 【放】不検出 <3.6 <4.3



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

飯泉さんの生しいたけ

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

100g **210円**(税込**227円**)
茨城県



90 B品

200g **225円**(税込**243円**)

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)

91 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g **327円**(税込**353円**)
かぼちゃ (北海道)

サラダやまぐろ丼に



日本生活協同組合連合会

92 アボカド (ダイスカット)

皮むき、種取りしたアボカドをダイスカット。解凍するだけで使用できます。凍ったまま室温で解凍して。

凍 150g **297円**(税込**321円**)
アボカド (ペルー)



日本生活協同組合連合会

93 とろろ芋(大和芋入り)

凍 40g×4袋 **314円**(税込**339円**)
長芋・大和芋 (国内産)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

94 ナチュラルカットポテト

凍 300g **354円**(税込**382円**)

冷凍のままでも、半解凍でも美味しい

フィリピン産バインア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。



ナカシン冷食 (鹿児島県・いちき串木野市)

95 カットゴールデンパイナップル

凍 200g **280円**(税込**302円**)
バインアップル (フィリピン)

半解凍で!おいしく召し上がれます



日本生活協同組合連合会

96 おいしいカットマンゴー

凍 150g **197円**(税込**213円**)
マンゴー (ベトナム)



丸和食品 (東京都・練馬区)

97 水煮大豆

国産の大豆を水煮にしました。ほんのり塩味がついています。サラダや筑前煮、カレーにも。

賞21日 大豆 (国内産) 200g **240円**(税込**259円**)

そのまま刻んで、おにぎり・チャーハン・パスタなどに

契約栽培した国産高菜を一株づつ丁寧に並べて、塩とウコンだけで漬け込みました。

やまだ (和歌山県・御坊市)

98 めはり高菜漬ほんまもん

冷蔵賞120日 高菜 (国内産) 150g **435円**(税込**470円**) 通常税込**497円**



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

99 つづれ梅干

しそと塩のみで漬けた昔ながらの天日干し梅干。塩分16~18%。製造工程で漬れたりしたものを詰合せました。

賞180日 500g **1120円**(税込**1210円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

100 紅生姜(きざみ)

高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。

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



三里塚物産 (千葉県・成田市)

101 三塚塚らっきょう田舎漬

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

賞150日 100g **460円**(税込**497円**)
らっきょう (千葉県、茨城県) [放] 不検出<2.3<2.5



しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

102 ピリカラ大根

ノラの会で育てた大根に、生姜、赤唐辛子を加えて醤油ベースの調味液で煮ました。ご飯のおともに。

賞30日 100g **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**
大根 (山形県) [放] 不検出<3.3<3.5



鈴木食品 (埼玉県・北本市)

103 べったら漬

大根の皮を手むきし塩漬け後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。

賞20日 200g **285円**(税込**308円**)
大根 (国内産)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)

104 マイルド薬念醬(キムチの素)

やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けしたお好みの野菜でキムチが作れます。お鍋や料理の味付けにも使える万能タレ。

賞45日 200g **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円**
唐辛子 (中国)



雄武の秋鮭を漬けて! 鮭の三五八漬

105 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。

賞 700g **435円**(税込**470円**)
米 (国内産)

甘さと酸味のバランスが絶妙!
パスタやスープに幅広く使えます



原材料: トマト(山形県産)、塩

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

106 トマトのまんま

ノラの会のトマトを皮ごと0.5%の塩を加えて煮詰めたトマトソースです。

賞30日 200g **275円**(税込**297円**) 通常税込**308円**
トマト (山形県) [放] 不検出<3.1<3.9

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。

微生物農法の会・
長島さんの天日干し米が
新米を迎えました!



米は機械で刈り、脱穀・乾燥までおこなうのが一般的です。長島さんのお米は昔ながらの稲架(はさ)と呼ばれる横木に吊るして2~3週間ほど乾燥させています。機械と比べて時間も手間もかかりますが、甘みや旨みなども「ひと味違う」と評判です。



長島さんご夫妻

無農薬・無化学肥料栽培で、更に天日干しで仕上げた米を分けて頂きます。

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

長島さんの天日干し米(コシヒカリ)

108 白米 5kg **3375円**(税込**3645円**)

109 玄米 5kg **3125円**(税込**3375円**)

茨城県

3代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。注文を受けてからもちろみ、精米をしてお届けします。

無農薬

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

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

新米

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

107 玄米 30kg **13000円**(税込**14040円**)

502001 白米 5kg **2350円**(税込**2538円**)

502003 白米 2kg **945円**(税込**1021円**)

502002 玄米 5kg **2250円**(税込**2430円**)

JA常総ひかり・東町特裁米組合(茨城県・常総市)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

新米

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)

アマランサス・そば・キビ・はとむぎ・大麦・キノワの6種をブレンド。ミネラル、食物繊維の補給に。

新米

雑穀ブレンド

400g **711円**(税込**768円**)

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

502075 雑穀ブレンド

希少な国内産ハトムギです。お米と一緒に炊く場合、ハトムギを一晩水に漬けてから炊いて下さい。

新米

国内産ハトムギ

150g **540円**(税込**583円**)

国内産

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

502076 国内産ハトムギ

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

新米

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今搾米)

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鋭66名よりお届け。

新米

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)

2021年産お米放射能検査結果 (セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

産地	名称	品種	白米	玄米
茨城県	めぐみちゃん	コシヒカリ	最高値0.1Bq/kg	最高値0.2Bq/kg
	やさとのお米	コシヒカリ	0.2Bq/kg	0.3Bq/kg
山形県	ひとめぼれ	つや姫	検査中	検査中
	おきたま興農舎			
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	検査中	検査中

・最新の検査結果は、毎週配布している「放射能検査結果一覧」にてご確認ください。

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。



114 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)



118 北海道産 真ほっけ開き一汐干し

北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。

凍 賞180日
3枚400g **480円**(税込**518円**)
真ほっけ(北海道)



124 鱈の西京漬

北海道産のたらを、オリジナルの西京漬床に漬けました。フライパンで焼けます。

凍 賞90日 米大
4切200g **480円**(税込**518円**)
たら(北海道)



札幌中一(北海道・札幌市) 北海道 厚岸のさんま

128 2尾

北海道の厚岸(あつけし)に水揚げされたさんまです。

凍 賞90日
2尾(180g以上) **398円**(税込**430円**)
さんま(北海道)



塩屋(茨城県・ひたちなか市) 111 国内産冷凍あさり(増量)

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

凍 賞30日
200g+20g **386円**(税込**417円**)
あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県)



塩屋(茨城県・ひたちなか市) 112 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)

有数のやまとしじみの産地、酒沼(ひぬま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。

凍 賞30日
500g **830円**(税込**896円**) 通常税込918円
しじみ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8



鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 113 穴道湖産大粒しじみ(冷凍)

穴道湖で水揚げした大粒のやまとしじみを砂抜きしそのまま急速凍結。大粒です。

凍 賞60日
180g **498円**(税込**538円**)
しじみ(島根県)



トースター200℃で3〜5分が◎ 115 氷見産まいわしみりん干し

富山県氷見産のまいわしを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込みました。

凍 賞30日 米
80g **320円**(税込**346円**) 通常税込356円
まいわし(富山県)



塩屋(茨城県・ひたちなか市) 116 国産真あじ開き

対馬海域で漁獲した良質の真あじを、塩水に漬け込み、丁寧に干物に仕上げました。

凍 賞30日
2枚150g **286円**(税込**309円**)
真あじ(国内産)



製造終了の為今回で終売 119 金華さば醤油漬け

金華山周辺海域で漁獲された大型のさばを切身加工後、醤油をベースのタレに漬け込みました。

凍 賞30日 米大 3切(180g) **380円**(税込**410円**) 通常税込430円
さば(宮城県)



東北トクスイ(東京都・中央区) 120 銀だら 黒糖みりん漬け

アメリカ産(主にアラスカ)の銀だらを切身にし、黒糖を加えた甘めの調味液にじっくり24時間漬込みました。

凍 賞180日 米大 2切120g **398円**(税込**430円**) 通常税込454円
銀だら(アメリカ)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 121 サーモンバジルオリーブ

北海道沖で漁獲した秋鮭の切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。

凍 賞180日
4切240g **488円**(税込**527円**)
秋鮭(北海道)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 122 真だら バジルオリーブ

北海道産の真だらの切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。

凍 賞180日
4切240g **498円**(税込**538円**)
真だら(北海道)



札幌中一(北海道・札幌市) 123 秋鮭の粕漬

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

凍 賞90日 米大 4切200g **570円**(税込**616円**)
秋鮭(北海道)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 125 天然寒ぶり切身

九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。

凍 賞30日
約80g×3 **646円**(税込**698円**)
ぶり(九州近海)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 126 真いわし三枚おろし

千葉県沖で漁獲される真いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結。アレンジ自在の経済的な素材です。

凍 賞120日
8〜11枚150g **298円**(税込**322円**)
真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.5



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 127 千葉県産 真あじ三枚おろし

千葉県産の鮮度の良い真あじを、ゼイゴ、頭を取り三枚におろして凍結。天ぷら、フライ、塩焼き等でどうぞ。

凍 賞120日
7〜16枚170g **370円**(税込**400円**)
真あじ(千葉県) [放] 不検出 <3.9 <3.9



129 3尾

北海道の厚岸(あつけし)に水揚げされたさんまです。

凍 賞90日
3尾(270g以上) **498円**(税込**538円**)
さんま(北海道)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 130 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)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 131 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)

今週のおすすめ

美味しさは漁師のお墨付き
色んな食べ方で楽しんで

特

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。

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

132 雄武産 秋鮭(雄宝) 切身(無塩)

凍 賞30日

70g×3 **528円**(税込**570円**) 通常税込592円

秋鮭(北海道)

水揚げされて、30分後には加工場に運ばれ素早く処理されているため鮮度がいい状態で加工されています。無塩のため、そのまま焼いてもおいしいのこを入れてポイルをしたり、炊き込みご飯にしても良い!ソテーやミニエール、フライ等幅広く使えます。普段から鮭を食べている方はもちろん、あまり食べたことない方も、この機会にぜひ、素材の良さを味わえる雄武産の秋鮭をぜひご利用下さい。

供給部

平井の
おすすめ

三陸宮古

島香さんおすすめ!

秋の旬魚

特

岩手県宮古とその周辺の浜に水揚げされる鮮魚真だらを切身にし、急速凍結しました。

鍋物にも

丸友しまか(岩手県・宮古市)

134 真だら切身

凍 賞60日

2切120g **418円**(税込**451円**) 通常税込475円

真だら(岩手県)

島香さんおすすめの旬の魚をお届け!

宮古港とその周辺港に水揚げされた旬の魚を切身にし、急速凍結しました。3種入りの楽しいセットです。

※セット例

丸友しまか(岩手県・宮古市)

133 島香さんの切身セット

凍 賞60日

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

旬の魚(岩手県)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

136 北海道産 ソフト身欠きにしん

脂のりの良いしんをソフト乾燥。昆布巻はもちろん、焼いてレモン汁をかけたり、大根おろしを添えても。

凍

4〜6枚200g **390円**(税込**421円**)

にしん(北海道)

鳴門魚類(徳島県・徳島市)

137 まぐろカプト肉切身

凍 賞30日

300g **370円**(税込**400円**)

めばちまぐろ(太平洋)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

138 エビ・ホタテ・タコ ミックス

むきエビ、タコ、ホタテ貝柱を使いやすくバラ凍結しました。スパゲティ、ピラフ、かき揚げなどにどうぞ。

凍 賞30日 米

180g **420円**(税込**454円**)

タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

139 天然むきエビ(特大)

マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然えびを、現地工場ですぐ急速凍結した1回凍結品です。

凍 賞180日 米

160g **548円**(税込**592円**)

えび(マレーシア)

人気です!

夕イセイフーズ(青森県・むつ市)

140 国産やわらかいかステーキカット

八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノコ目を入れてあります。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。

凍

3枚220g **465円**(税込**502円**) 通常税込518円

紫いか(青森県)

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、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。

あま〜い冬白菜を使って♪
かつお漬けと白菜のサラダ



◆材料(2〜3人前)
かつお漬け丼用 2パック
白菜 300g(1/4弱)
油揚げ 1枚
ゆず果汁(無ければ柑橘系の果汁) 大1
かつお節 適量
きざみ海苔 適量

- ◆作り方
- 1 かつお漬け丼用を流水で解凍し、かつおとタレに分けておく。
 - 2 白菜はざく切りにし、さっと湯がいてザルにあげて冷ます。
 - 3 油揚げはトースターで軽く焼いて短冊切りにする。
 - 4 ボウルに①のかつおだけ、②の白菜を軽く絞ったもの、③の油揚げを入れる。
 - 5 ④に漬け丼のタレ大3とゆず果汁(または柑橘系の果汁)を加えて混ぜ合わせる。
 - 6 器に盛り付けて、かつお節・きざみ海苔をお好みでトッピングして完成。

特

マストミ (徳島県・徳島市)

141 かつお漬け丼用

モチリとした身質のかつおを適度な厚さにスライスしています。食べ応えのある一品です。

凍 賞15日 米 大 小

80g×2 **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円**

かつお (太平洋)

特

丸和食品 (東京都・練馬区)

142 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 賞届いて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

魚のお鍋で温まろう！

シーズン初

赤魚切身(4切100g)、すけそうだら切身(4切100g)、かき(4個60g)、ホタテ(4個60g)、かに団子(4個40g)、スープのセットです。

3〜4人前

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

143 海鮮寄せ鍋(スープ付)

凍 賞180日 卵 米 大 小

5種360g+スープ80g **980円**(税込**1058円**) 通常税込**1134円**

赤魚(デンマーク、ロシア、アメリカ)、すけそうだら(アメリカ、ロシア)、かき(広島県)

シーズン初

宮城県産の牡蠣を高鮮度の状態で急速凍結。オリジナルのごだわり味噌ダレを添付。鍋に味噌ダレと水300cc、冷凍の牡蠣、好みの野菜などを加えてどうぞ。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

144 牡蠣味噌鍋セット

凍 賞60日 米 大 小

250g(牡蠣150g・タレ100g) **685円**(税込**740円**) 通常税込**756円**

牡蠣 (宮城県)

特

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)

145 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180日

4切 200g **460円**(税込**497円**) 通常税込**538円**

秋鮭 (国内産)

特

マストミ (徳島県・徳島市)

146 まぐろつみれ

加熱すると軟らかく、旨味が濃いスジ部分を使用しました。中華スープの具材、煮物、揚げ物などどうぞ。

凍 賞30日 卵 大 小

10個 200g **365円**(税込**394円**) 通常税込**410円**

めばちまぐろ (太平洋)

特

大新 (鳥取県・境港市)

147 とれとれあじたたき身

日本近海で5〜8月に漁獲した鮮度の良いあじをタタキ身にしました。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。

凍 賞120日

300g(150g×2) **418円**(税込**451円**) 通常税込**461円**

真あじ (国内産) 【放】不検出<3.5<3.5

ふるさと

共和水産 (岩手県・宮古市)

148 三陸産するめいか 3つぼ抜き

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

凍 賞180日

3〜6枚230g **410円**(税込**443円**) 通常税込**461円**

するめいか (岩手県、青森県) 【放】不検出<3.8<3.9

ふるさと

松岡水産 (千葉県・銚子市)

149 北海道さけ スモークサーモン

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

凍 賞180日

40g×2 **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円**

秋鮭 (北海道)

ふるさと

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

150 あぶり焼しめさば 2枚入

三枚におろして骨を取り、一晚じっくり調味酢に漬け込みました。表面を軽くあぶり、香ばしく仕上げました。

凍 賞180日 米 大 小

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

さば (国内産)

ふるさと

マストミ (徳島県・徳島市)

151 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)

鮮度の良いピンチョウマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に合います。

凍 賞30日 米 大 小

80g×2 **500円**(税込**540円**) 通常税込**561円**

ピンチョウマグロ (太平洋)

秋漁は今回がシーズン最終！
次回は5月の春漁で登場予定です



山がけで

ふるさと

マストミ (徳島県・徳島市)

152 めばちまぐろ切り落としスライス

太平洋上で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して丼などで美味しく召し上がれます。

凍 賞15日

100g **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円**

めばちまぐろ (太平洋)

お得 15g 増量

ふるさと

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

153 たらこ(切れ子)増量

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

凍 賞180日

55g+15g **368円**(税込**397円**) 通常税込**416円**

すけそうだらの卵 (ロシア)

お得 2 個組

ふるさと

ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市中)

154 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**(税込**604円**) 通常税込**626円**

いわし稚魚 (愛知県)

特

無茶々園 (愛媛県・西予市)

155 無茶々園のちりめん(宇和海産)

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

冷蔵 賞30日

80g **498円**(税込**538円**) 通常税込**545円**

かたぐちいわしの稚魚 (愛媛県)

シーズン最終

ふるさと

福昭水産 (静岡県・吉田町)

156 駿河湾産しらす(1番競り限定)

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。

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)

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。

紙面でもお馴染みリアスさんのわかめ、めかぶを使った生産者コラボ商品！

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に三陸産のわかめとめかぶを練り込んだじゃこ天です。

宇和島練り物工房みよし (愛媛県・宇和島市)

157 わかめかぶ天

冷蔵 賞14日 米

50g×2 **370円**(税込**400円**) 通常税込**416円**

魚肉 (愛媛県)、わかめ・めかぶ (宮城県)

ふるさと

宇和島練り物工房みよし (愛媛県・宇和島市)

158 みよし天

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。

冷蔵 賞21日 米

50g×2 **385円**(税込**416円**) 通常税込**431円**

魚肉 (愛媛県)

ふるさと

宇和島練り物工房みよし (愛媛県・宇和島市)

159 ニラ生姜天

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。

冷蔵 賞14日 米

50g×2 **385円**(税込**416円**) 通常税込**431円**

魚肉 (愛媛県)、ニラ・生姜 (高知県)

ふるさと

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

160 長崎 小丸天

具材が入っていないシンプルな揚げ物。旨味や食感を引き出すようにスケトウダラをメインに魚肉をブレンド。

冷蔵 賞8日 米

4枚120g **250円**(税込**270円**) 通常税込**281円**

スケトウダラ (国内産)、エソ (タイ)

ふるさと

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

161 長崎 じゃこ天

長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。

冷蔵 賞30日 卵 米

2枚100g **260円**(税込**281円**) 通常税込**291円**

雑魚 (長崎県)

お子さまのおやつにも最適

ふるさと

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

162 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ

スティック状にカットしたごぼうを甘辛く煮込み、まわりにすり身を付けて揚げました。

冷蔵 賞7日 米 小

90g **268円**(税込**289円**) 通常税込**300円**

ごぼう (国内産)

株式会社 高橋徳治商店 こだわりの練り物

近海のお魚たっぷり♪

ふるさと

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

163 えびしんじょすり身

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

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

えび (インドネシア)

ふるさと

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

164 ごろごろ茶豆ちぎり揚

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

凍 賞180日 米 大

100g **341円**(税込**368円**) 通常税込**384円**

茶豆 (国内産)・すけそうだら (北海道)

ふるさと

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

165 茎わかめのボール揚げ

北海道の無リンタラすり身に茎わかめを加え、お団子にして揚げました。解凍後そのままつまみや具材にどうぞ。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

166 お好みさつま揚げ

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

凍 賞180日 卵 米

150g **290円**(税込**313円**) 通常税込**324円**

すけそうだら (北海道)、茎わかめ (国内産)

ふるさと

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

167 おとうふ揚げ

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

凍 賞180日 米 大

5個175g **295円**(税込**319円**) 通常税込**340円**

すけそうだら (北海道)

特

地元宮城の生協と共同開発
つゆレシビはパッケージに
お馴染みの練り物にサンマつみれ・ごぼう揚げ・米粉団子を加え、具材に合わせた特別仕様のだしパック付。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

168 欲ばりおでん種セット だしパック付

凍 賞60日 卵 米 大 小

7種15品377g だしパック2袋 **773円**(税込**835円**) 通常税込**861円**

すけそうだら (北海道)

セット内容：ぼたんちくわ×2、おとうふ揚げ(椎茸入り)×2、ごぼう揚げ、つまみ揚げ(野菜)×4、わかめはんぺん×2、さんまつみれ×2、米粉だんご×2、だしパック2袋

寒い時は あったかいポトフで 芯から温まろう!

◆材料 (4人分)
豚モモブロック
..... 500g
じゃがいも... 5〜6コ
人参 1コ
玉ねぎ ... 中3〜4コ
ブロッコリー... 1/4房
ローリエ..... 2枚
チキンコンソメ... 1袋
塩、こしょう ... 各少々



- ◆作り方
- 1 豚肉は三つに切り、軽く塩、こしょうをふり、網で表面に焼き目をつける。
 - 2 じゃがいもと玉ねぎは皮をむいて丸ごと、人参は大きめに切り、面取りする。
 - 3 ブロッコリーは小房に分け、ゆでて水にとり、水けをきる。
 - 4 深めの鍋に水を入れ（具材が浸るくらいの量の水で）、沸騰したら肉を入れる。ひと煮立ちしたらじゃがいも、人参、玉ねぎとローリエ、チキンコンソメを加えて中火で煮、アクを取って弱火でコトコト煮る。肉にスーッと竹串が通るようになったら塩、こしょうで味を調える。
 - 5 器に盛り、ブロッコリーを添える。

※煮込む途中で具材がスープから出ないように水は足してください。
※残ったらカレーやシチューにすると二度楽しめます。

220円/100g

特

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

169 茨城県産ローズポークモモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に見えるようにブロックでお届け。

冷蔵賞6日

500g **1020円** (税込 **1102円**) 通常税込 1112円

茨城県

ふるさと

コープ自然派事業連合

577 チキンコンソメ

国産鶏を原料にした、化学調味料不使用のコンソメパウダー。湯をそいでスープ、煮込み料理のベースに。

80g(4g×20) **348円** (税込 **376円**)

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：ミートパル村山では厳選して自分の目で判断しています。

ミートパル村山 村山社長が厳選する 徳用の焼肉セットです♪

239円/100g

特

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

170 茨城県産ローズポーク 徳用焼肉セット

冷蔵賞6日 200g×3種 **1330円** (税込 **1436円**) 通常税込 1447円

茨城県

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

237円/100g

特

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

173 茨城県産ローズポークモモしゃぶしゃぶ用

赤身主体部位であるモモ肉を薄くスライスしました。厚さ1mm。

冷蔵賞届いて3日 250g **548円** (税込 **592円**) 通常税込 598円

茨城県

163円/100g

特

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

174 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

281円/100g

特

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

175 茨城県産ローズポーク ロースしょうが焼

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。

冷蔵賞6日 250g **650円** (税込 **702円**) 通常税込 713円

茨城県

164円/100g

特

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

176 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

166円/100g

ふるさと

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

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。

冷蔵賞6日 150g×2 **460円** (税込 **497円**)

茨城県

119円/100g

ふるさと

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

178 茨城県産 豚レバー

ビタミン、鉄分豊富なレバー。

凍賞30日 300g **330円** (税込 **356円**)

国内産 【放】不検出 <4.1 <4.2

243円/100g

中津ミート（神奈川県・愛川町）

179 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 **900円** (税込 **972円**)

神奈川県

389円/100g

中津ミート（神奈川県・愛川町）

180 中津ひれ豚漬

ひれ肉を、ピリ辛味噌ダレに漬けました。隠し味にピーナッツバターを使い、深みのある味に仕上げました。

冷蔵賞6日 200g(固形量約150g) **720円** (税込 **778円**)

豚肉（神奈川県）

299円/100g

中津ミート（神奈川県・愛川町）

181 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 200g(固形量約80g×2) **554円** (税込 **598円**)

豚肉（神奈川県）

297円/100g

中津ミート（神奈川県・愛川町）

182 中津豚ロースしゃぶしゃぶ用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ約2mm。

冷蔵賞4日 200g **550円** (税込 **594円**)

神奈川県

195円/100g

中津ミート（神奈川県・愛川町）

183 中津豚小間切

各部位から集めています。

冷蔵賞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）

184 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵賞4日 200g **355円** (税込 **383円**)

神奈川県

175円/100g

ふるさと

中津ミート（神奈川県・愛川町）

185 中津豚レバー焼肉用(味付)

自社牧場で育てた豚のレバー（肝臓）を、オリジナルのタレに漬けました。そのまま焼いてどうぞ。

凍賞120日 200g **324円** (税込 **350円**)

豚レバー（神奈川県）

378円/100g

中津ミート（神奈川県・愛川町）

186 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 5〜7枚200g **700円** (税込 **756円**)

豚肉（神奈川県）

豚よりもハマる!? 短時間で出来上がるのも魅力 鶏チャーシュー

皮つきのままくるくる巻いて楊子で止めて、軽く煮込みながらたれをからめて仕上げます。



◆材料
鶏モモ肉 300g
水..... 1/2カップ
醤油、酒.....各大3*
A みりん、砂糖 ... 各大2
酢..... 大1/2
しょうが(すりおろし) 1片

※ 501 蔵の素の場合は大1

- ◆作り方
- 1 鶏もも肉は分厚い部分は包丁を入れて平らに開き、きつく巻く。巻き終わりは、爪楊枝で3〜4箇所止める。
 - 2 鍋にAを入れて沸騰させ、①の巻き終わりを下にして入れる。アルミホイルやクッキングシートで落し蓋をし、弱めの中火で7〜8分煮る。
 - 3 裏返して、再度落し蓋をし3〜4分煮る。蓋を取って火を強め、転がしながらタレを絡める(ゆで卵がある場合は、ここで加えると◎)。とろみがついたら完成!

173円/100g

ふるさと

田仲さん達（茨城県・桜川市）

187 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

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

茨城県

天然の旨味成分が格段に多い料理酒。少量の使用で素材の持ち味を引き出し、料理に旨味とコクを与えます。

特

酒類

ふるさと

前日OK!

大和川酒造店（福島県・喜多方市）

501 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)

720ml **990円** (税込 **1089円**) 通常税込 1100円

米（福島県） 【放】不検出 <3.8 <3.4

176円/100g

ふるさと

JA全農いばらき（茨城県）野口商店

188 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

ふるさと

田仲さん達（茨城県・桜川市）

189 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

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の鶏です。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）。

427 ササミはP16に
記載しております

212円/100g

ふるさと

田仲さん達（茨城県・桜川市）

190 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

鶏ムネ肉のごま味噌照り焼き

特

組合員さんからの **クチコミ**

鶏肉、ではなく、鶏として元気に生きていたんだろことがわかります。感謝して頂いています。ありがとうございます。（Kさん）

130円/100g

ふるさと

田仲さん達（茨城県・桜川市）

191 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

142円/100g

192 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

142円/100g

193 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

104円/100g

194 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 賞180日

250g **240円**(税込**259円**)

茨城県

143円/100g

195 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 賞180日

500g **660円**(税込**713円**)

茨城県

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)

203 鎌倉あらびきウインナー×2

無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。

冷 賞15日

85g×2 **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

牛肉

- ・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の柳木さん、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。

211円/100g

199 国産牛挽肉

ホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。

凍 賞30日

200g **390円**(税込**421円**) 通常税込**432円**

福岡県、大分県

600円/100g

196 国産牛ロース焼肉用

適度な脂肪を含みコクのあるカテゴリー、リブロースを焼肉用にカットしました。

凍 賞30日

150g **833円**(税込**900円**) 通常税込**910円**

福岡県、大分県

303円/100g

197 国産牛角切り

赤身のウデ肉、モモ肉、スネ肉を角切りにしました。カレー、シチューはもちろん、煮込み料理に最適です。

凍 賞30日

200g **560円**(税込**605円**) 通常税込**616円**

福岡県、大分県

301円/100g

198 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g **445円**(税込**481円**) 通常税込**491円**

福岡県、大分県

「健康が一番」地域循環の飼料で育てた能勢農場のお肉

510円/100g

200 牛バラ切落し

旨みがたっぷりのバラ肉を使いやすい切り落としにしました。袋入りでお届けになります。

凍 250g **1180円**(税込**1274円**)

大阪府

470円/100g

201 牛ミンチ

2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。

凍 200g **870円**(税込**940円**)

大阪府

661円/100g

202 牛スライス分包3入り

ウデ肉を90gずつ包んでいます。料理に合わせて使いたい分だけ解凍できて便利。

凍 90g×3包 **1654円**(税込**1786円**)

大阪府

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

206 鎌倉バラベーコンスライス×2

豚バラを塩漬け、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持っただけでなく、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

中津ミート(神奈川県・愛川町)

207 中津皮なしノンスパイスウインナー

皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。

冷 賞5日

120g **278円**(税込**300円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

208 中津皮なしベビーウインナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウインナー。

冷 賞7日

120g **278円**(税込**300円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

209 中津ロースハムスライス

安全な肉を原料とした無添加ハムです。豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げてあります。

冷 賞7日

100g **398円**(税込**430円**)

豚肉(神奈川県)

具材を入れて炊くだけ
子供うけも◎の
洋風炊き込みご飯

◆材料(2人分)

米…………… 1合
水…………… 適量
玉ねぎ …… 1/2個
ウインナー… 3本
ミックスベジタブル…………… 100g
A コソメ…………… 大1
料理酒 …… 大1

◆作り方
準備
米は洗い、30分ほど浸水させて水気を切っておく。ウインナーは輪切り、玉ねぎは1cm角に切っておく。

- 炊飯器に米、Aを入れ1合の目盛りまで水を入れて軽く混ぜ合わせる。
- 玉ねぎ、ウインナー、ミックスベジタブルを加え通常通り炊飯する。
- 炊けたら混ぜ合わせ、お皿に盛りつける。

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

210 鎌倉あらびきウインナー×3

無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。

冷 賞15日

85g×3 **515円**(税込**556円**) 通常税込**567円**

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <4.5

中津ミート(神奈川県・愛川町)

211 中津ミートのハンバーグ

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。飽きのこないシンプルなおいしさのハンバーグです。

凍 賞180日 卵 乳 小

200g (100g×2) **360円**(税込**389円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

213 中津もつ煮込み(味噌味)2パック

中津自社牧場で健康に育った豚の腸のみを、特製味噌で煮込みました。お好きな具材を足してどうぞ。

冷 賞24日 米 大 小

250g×2 **700円**(税込**756円**)

豚モツ(神奈川県) [放] 不検出 <3.2 <4.6

田仲さん達(茨城県・桜川市)

214 つくば茜鶏 親子丼の素 2袋

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

凍 賞180日 米 大 小

130g(鶏肉40g×2) **280円**(税込**302円**) 通常税込**324円**

鶏肉(茨城県)

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。

生乳(北海道)

1 **1ℓ** **302円**(税込**326円**)

2 **500ml** **178円**(税込**192円**)

[放] 不検出 <0.5 <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

無茶々園(愛媛県・西予市)

215 無茶々園甘夏と伊予柑のマーマレード

伊予柑と甘夏の果皮がたっぷりと入り、ほど良い甘さとほろ苦さが楽しめます。(旧商品名:無茶々園のマーマレード)

賞60日

220g **580円**(税込**626円**)

甘夏・伊予柑(愛媛県)

大紀コープファルム(奈良県・五條市)

216 完熟梅ジャム

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

賞60日

150g **400円**(税込**432円**) 通常税込**443円**

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

サツラク農協(北海道・札幌市)

3 サツラク低脂肪牛乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

サツラク農協(北海道・札幌市)

4 サツラク牛乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道酪農公社(北海道・江別市)

5 おいしさまるやか(成分調整牛乳)

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳(北海道)

創健社(神奈川県・横浜市)

217 醗酵カシスの魅力

ニュージーランド産カシスに、甘味料としてハチミツとオリゴ糖を使い、美味しく仕上げました。

130g **500円**(税込**540円**)

カシス(ニュージーランド)

創健社(神奈川県・横浜市)

218 醗酵カシス(飲料)

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

1800ml **4980円**(税込**5378円**) 通常税込**5724円**

カシス(ニュージーランド)

アサヒグループ食品(東京都・墨田区)

219 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。

乳 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 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

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさとの仲間」平飼卵

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

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。



Le-Lourdes (神奈川県・中井町)
225 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 小

1斤 **300**円(税**324**円)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)

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

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

220 6枚 **270**円(税**292**円)

221 8枚 **270**円(税**292**円)

222 ノースライス **260**円(税**281**円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります



[放] 不検出 <3.9 <3.8

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)
226 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 小

1斤 **616**円(税**665**円)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le-Lourdes (神奈川県・中井町)
227 パンズ

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩
賞届いて1～2日 小

3個 **300**円(税**324**円)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9



Le-Lourdes (神奈川県・中井町)
228 チーズカンパーニュ

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、ナチュラルチーズ(北海道)、自家製天然酵母、塩
賞届いて1～2日 乳小

1個 **535**円(税**578**円)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.6 <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

賞届いて1～2日 小

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

223 8枚 **425**円(税**459**円)

224 ノースライス **415**円(税**448**円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩

[放] 不検出 <4.0 <4.7

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)
229 ブリュッセルワッフル

原材料：小麦粉、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料
賞180日 卵乳大小

約65g×6 **605**円(税**653**円)
小麦(カナダ、他)



ハッコー食品(千葉県・千葉市)
230 国産全粒粉プチパン

原材料：小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩
賞180日 小

約40g×5 **415**円(税**448**円)
小麦(国内産)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)
231 プレーンベーグル

原材料：国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母

凍賞30日 米小 1個 **167**円(税**180**円)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)
232 全粒粉ベーグル

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

凍賞30日 米小 1個 **194**円(税**210**円)
小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)
235 小豆ベーグル

国産小豆を生地にたっぷり混ぜ合わせました。小豆の風味が特徴のベーグルです。

凍賞30日 米小 1個 **194**円(税**210**円)
小麦粉、小豆(北海道)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)
236 クーベルチュールチョコベーグル

風味豊かなクーベルチュールチョコを混ぜ合わせ、美味しくお召し上がり頂けます。

凍賞30日 乳米大小 1個 **194**円(税**210**円)
小麦粉(北海道)、チョコ(国内産)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)
233 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 米小 1個 **210**円(税**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)
234 さつまいもベーグル

原材料：小麦粉、玄米粉、さつまいも、粗製糖、天日塩、天然酵母

凍賞30日 米小 1個 **220**円(税**238**円)
小麦(北海道)、さつまいも(茨城県)

地元で愛されるパン屋 **クーロンヌ**



賞届いて2日 乳小

クーロンヌジャボン(茨城県・取手市)
クーロンヌの角形食パン

237 半斤3枚 **140**円(税**151**円)

238 1斤6枚 **270**円(税**292**円)

239 ノースライス **265**円(税**286**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。

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



コお定鈴
チ申期木
ラ入登牧
ーみ録場
はの牛
はの乳

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。

冷賞届いて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

240 プレーン

241 微糖

生乳(茨城県)



400g **361**円(税**390**円)

400g **370**円(税**400**円)

[放] 不検出 <3.4 <3.4



鈴木牧場(茨城県・石岡市)
242 石岡 鈴木牧場
フレッシュモッツアレラ

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

冷賞届いて7～11日 乳 100g **500**円(税**540**円)
生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2



鈴木牧場(茨城県・石岡市)
石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

243 プレーン 30g **181**円(税**195**円)

生乳(茨城県)



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。

244 ペッパー 30g **190**円(税**205**円)

[放] 不検出 <3.3 <3.1



よつ葉乳業(北海道・音更町)
245 よつ葉
プレーンヨーグルト

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

冷賞届いて12日前後 乳

400g **230**円(税**248**円)
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3



ホリ乳業(石川県・金沢市)
246 腸内活性
ヨーグルメイト(プレーン)

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

冷賞21日 乳

380g **550**円(税**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)
247 腸内活性
ヨーグルメイト(加糖)

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

冷賞21日 乳

90g×3 **465**円(税**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)
248 サツラク酪農家限定
ヨーグルト(加糖)

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

冷賞18日 乳

80g×3 **212**円(税**229**円)
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



酪王乳業(福島県・郡山市)
生乳たっぷりのむヨーグルト

249 2本組

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

冷賞19日 乳

180ml×2 **256**円(税**276**円)
生乳(福島県)



250 5本組

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

冷賞19日 乳

180ml×5 **590**円(税**637**円) 通常税込**680**円
[放] 不検出 <3.7 <4.5



日本生活協同組合連合会
251 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。

冷賞15日 乳

65ml×10 **178**円(税**192**円)



茨城乳業(茨城県・石岡市)
252 タマゴプリン

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

冷賞14日 卵乳

85g×3 **235**円(税**254**円)
牛乳・卵(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8



253 よつ葉シュレッドチーズ(増量)

生乳(北海道)

冷賞90日 乳

250g+50g **548**円(税**592**円) 通常税込**621**円



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

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

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

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

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



よつ葉乳業(北海道・音更町)
254 よつ葉
カマンベールチーズ

非遺伝子組換え飼料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて熟成させました。

冷賞180日 乳

90g **415**円(税**448**円)
生乳(北海道)



よつ葉乳業(北海道・音更町)
255 よつ葉
パンにいい発酵バター

北海道産生乳を100%使用した発酵バター。ミルクの風味に、ヨーグルトのような爽やかな後味が特長。

冷賞180日 乳

100g **306**円(税**330**円)
生乳(北海道)

大豆加工品

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



❄️🍃賞届いて4日 🔴
丸和食品（東京都・練馬区）

256 ミニもめん豆腐

150g×2 **180円**(税**194円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.2 <1.2



使い切り少量パック

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

257 ミニきぬ豆腐

150g×2 **175円**(税**189円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <0.9 <1.2

丸和

丸和食品（東京都・練馬区）

258 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

❄️🍃賞届いて4日 🔴

300g **176円**(税**190円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.2 <1.2



259 きぬ豆腐

❄️🍃賞届いて4日 🔴

300g **165円**(税**178円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <0.9 <1.2

柚子がふんわり香る 爽やかな寄せ豆腐



丸和食品（東京都・練馬区）

264 ゆず寄せ豆腐

愛媛県産のゆずの皮と果肉を加えた、さわやかな香りが楽しめる寄せ豆腐。

❄️🍃賞届いて4日 🔴

200g **220円**(税**238円**)
ゆず(愛媛県) 【放】不検出 <1.0 <1.0

豆乳濃度が高く大豆の味わいが 深い豆腐



丸和食品（東京都・練馬区）

260 有機国産大豆 寄せ豆腐

秋田県産有機大豆と海水にがりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

❄️🍃賞届いて4日 🔴

100g×2 **240円**(税**259円**)
大豆(秋田県) 【放】不検出 <0.9 <1.0



お鍋にどうぞ！

丸和食品（東京都・練馬区）

261 焼き豆腐

もめん豆腐の表面をバーナーで焼き、煮くずれしにくくしました。すき焼き、鍋料理に。

❄️🍃賞届いて4日 🔴

250g **195円**(税**211円**)
大豆(国内産)



丸和食品（東京都・練馬区）

262 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。

❄️🍃賞届いて6日 🔴

3枚 **165円**(税**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）

263 味付いなり揚げ

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

❄️🍃賞90日 🔴大中小

10枚 **395円**(税**427円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <0.9 <1.0



丸和食品（東京都・練馬区）

265 厚揚げ

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

❄️🍃賞届いて4日 🔴

90g×2 **155円**(税**167円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.1 <1.2



丸和食品（東京都・練馬区）

266 お好み風がんも

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

❄️🍃賞届いて5日 🔴大

5個 **270円**(税**292円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.6 <1.6



丸和食品（東京都・練馬区）

267 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

❄️🍃賞30日 🔴大

200g **157円**(税**170円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.3 <1.3



JAやさと（茨城県・石岡市）

268 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

❄️🍃賞7日 🔴大中小

35g×3 **148円**(税**160円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <4.2 <4.2



JAやさと（茨城県・石岡市）

269 本味納豆(タレ・カラシ無)

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

❄️🍃賞7日 🔴大

40g×3 **140円**(税**151円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <3.4 <3.0



水府納豆（茨城県・常陸太田市）

270 水府納豆ミニ2(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

❄️🍃賞10日 🔴大中小

40g×2 **100円**(税**108円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <2.9 <3.7

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。



鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

274 生芋あく抜きこんにゃく

昔ながらの缶蒸し製法で作りあげたこんにゃくです。

❄️🍃賞90日

220g **140円**(税**151円**)
こんにゃく(国内産) 【放】不検出 <3.5 <3.9



鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

275 生芋あく抜きしらたき

国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味しみの良い白滝です。

❄️🍃賞90日

180g **140円**(税**151円**)
こんにゃく(国内産) 【放】不検出 <3.6 <3.6



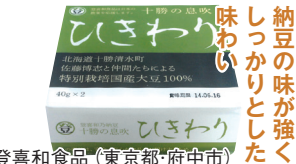
水府納豆（茨城県・常陸太田市）

271 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)

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

❄️🍃賞10日 🔴大

40g×2 **165円**(税**178円**)
大豆(茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2



登喜和食品（東京都・府中市）

272 十勝の息吹 ひきわり2P(タレ・カラシ付)

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。

❄️🍃賞9日 🔴大中小

40g×2 **172円**(税**186円**)
大豆(北海道)



登喜和食品（東京都・府中市）

273 丸大豆てんぺ

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

❄️🍃賞30日 🔴大

100g **265円**(税**286円**)
大豆(北海道)



浜食（東京都・調布市）

276 洗いもすく

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

❄️🍃賞10日 🔴

200g **240円**(税**259円**)
もすく(沖縄県)



リアス（千葉県・船橋市）

277 石巻十三浜産 絆わかめ

震災復興で立ち上がった漁師が品質にもこだわったわかめです。水戻ししてご利用ください。

❄️🍃賞90日

100g **380円**(税**410円**)
わかめ(宮城県) 【放】不検出 <4.2 <4.6



リアス（千葉県・船橋市）

278 三陸産 カットくさわかめ

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

❄️🍃賞90日

100g **270円**(税**292円**)
わかめ(三陸) 【放】不検出 <3.8 <4.1



金子製麺（神奈川県・中井町）

279 地粉餃子の皮

自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。

❄️🍃賞14日 🔴小

20枚 **205円**(税**221円**)
小麦(国内産)



共生食品（神奈川県・相模原市）

280 内麦焼そば(ソース無)

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

❄️🍃賞6日 🔴卵小

150g×3 **197円**(税**213円**)
小麦(岩手県) 【放】不検出 <3.4 <4.1



金子製麺（神奈川県・中井町）

281 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)

地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。

❄️🍃賞21日 🔴卵米大中小

麺120g×2
スープ47g×2 **375円**(税**405円**)
小麦(国内産)

お惣菜

- ・煮豆：調味液に浸して加圧するレトルトではなく、開放釜でゆっくり時間をかけて煮ています。



リアス（千葉県・船橋市）

282 山椒ちりめん

上乾ちりめんを醤油、みりんで味付けし、山椒の実を加えました。

❄️🍃賞60日 🔴大中小

20g **320円**(税**346円**)
ちりめん(国内産)



仁徳（千葉県・船橋市）

283 茶漬昆布

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

❄️🍃賞30日 🔴大中小

80g **265円**(税**286円**)
昆布(北海道)



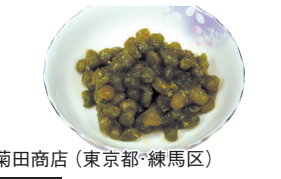
菊田商店（東京都・練馬区）

284 煮豆 お福豆(紫花豆)

北海道の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。

❄️🍃賞90日 🔴

120g **320円**(税**346円**)
紫花豆(北海道)



菊田商店（東京都・練馬区）

285 煮豆 青豆

北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいなうぐいす色。軟らかさの中にしっかりコシを残した仕上がり。

❄️🍃賞90日 🔴

120g **320円**(税**346円**)
青えんどう豆(北海道)

旬の野菜を たっぷり入れて！



甲州名物・ほうとうを国産小麦で作りました。うどんすきにも適した生うどんです。便利なスープ付き。

平井屋（山梨県・西桂町）

290 甲州名物生ほうとう

❄️🍃賞20日 🔴大中小

400g(めん300g
みそ50g×2) **348円**(税**376円**)
小麦(国内産)



丸和食品（東京都・練馬区）

286 白和え

絹ごし豆腐に、こんにゃく、人参、椎茸、白ごまを加え、自社で煮出しただしで味付けしました。

❄️🍃賞21日 🔴大中小

150g **210円**(税**227円**)
大豆(国内産) 【放】不検出 <1.4 <1.4



たむらのタマゴ（徳島県・阿南市）

287 地鶏そぼろ

遺伝子組換えのない飼料で育てた鶏肉を、醤油、味の母、砂糖で味付け。お弁当やチャーハンに。

❄️🍃賞13日 🔴大中小

100g **255円**(税**275円**)
鶏肉(徳島県)



たむらのタマゴ（徳島県・阿南市）

288 茶碗蒸し

遺伝子組換えのない飼料を養鶏に使用した卵を使用。化学調味料を使用せず、素材の持ち味を生かしました。

❄️🍃賞12日 🔴え卵米大中小

150g×2 **450円**(税**486円**)
卵(徳島県)



しらたかノラの会（山形県・白鷹町）

289 鶏五目ご飯の素

❄️🍃賞30日 🔴大中小

170g(3合用) **380円**(税**410円**)
鶏肉(山形県) 【放】不検出 <3.5 <3.4

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

3合用



包丁いらす&下処理済み JOSOのミールキット

全品特価

スタミナメニューの定番品



1食当り
(税別)
399円

もやしがつきます。目安は200〜250gなので、1袋そのままお使いください

調理時間 準備品
約6分 油

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(人参、ニラ)、もやし

2人前

食塩相当量: 1.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

291 国産豚のニラレバ炒め

新鮮でおいしい野菜と本格ニラレバソースのセットです。野菜は下処理カット済みです。

冷蔵 届いて1〜2日 米 大 小

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

ニラ (国内産)、豚レバー (神奈川県)

海鮮の旨味がたっぷり



1食当り
(税別)
411円

もやしが付きます。目安は200〜250gですので1袋お使いください

調理時間 準備品
約4分 油

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

2人前

食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

292 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め

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

冷蔵 届いて1〜2日 卵 大 小 中

2人前(約460g) 822円(税別) 888円(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
(税別)
412円

調理時間 準備品
約7分 油

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

2人前

食塩相当量: 1.9g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

293 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(税込) 1078円(通常税込)

玉ねぎ (国内産)、鶏肉 (山口県)

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 準備品
約15分 卵2個、片栗粉大さじ1・油

2人前

セット内容: カット野菜(白菜、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、きくらげ、水餃子のこ、漬け魚(アカイカ))

食塩相当量: 3.9g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

294 アカイカとなつぷり野菜あんかけ

国産の柔らかく肉厚なイカに特製タレを合わせました。野菜もたっぷりです。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) 971円(通常税込)

アカイカ・白菜 (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 準備品
約15分 片栗粉大さじ1・油

2人前

セット内容: カット野菜(大根、ねぎ)、豚肉、調味料

食塩相当量: 2.4g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

295 大根の豚そぼろあんかけ

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

冷蔵 届いて1〜2日 米 大 小

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

大根・豚肉 (国内産)

新鮮野菜と風味そるバター醤油



1食当り
(税別)
430円

調理時間 準備品
約8分 油

セット内容: カット野菜(ほうれん草、しめじ、玉ねぎ)、麺2袋、たれ、バター

2人前

食塩相当量: 1.87g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

296 ほうれん草としめじのバター醤油パスタ

ほうれん草ときこの旨みを、もっちりした麺に絡ませて食べる、バター醤油味のパスタです。

冷蔵 届いて1〜2日 卵 乳 米 大 小

2人前(約376g) 860円(税別) 929円(税込) 1112円(通常税込)

ほうれん草 (群馬県)、しめじ (国内産)

スタミナ肉でご飯がすすむ!



1食当り
(税別)
469円

調理時間 準備品
約5分 卵3〜4個・油

2人前

セット内容: タレ漬け肉、カット野菜(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品もやし、野菜パイコン

食塩相当量: 1.41g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

297 生きくらげと豚肉の野菜炒め

新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。カット済みの野菜はそのまま調理できます。

冷蔵 届いて1〜2日 卵 米 大 小

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

きくらげ (群馬県)、豚肉 (鹿児島県)

黒酢で味に深みをプラス



1食当り
(税別)
399円

調理時間 準備品
約6分 油

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

2人前

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

298 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) 1037円(通常税込)

玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

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 準備品
約6分 油

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

2人前

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

299 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) 1037円(通常税込)

玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

シャキシャキ野菜がたっぷり



1食当り
(税別)
360円

調理時間 準備品
約10分 油

2人前

セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

食塩相当量: 2.1g

やさと農業協同組合 (茨城県・石岡市)

300 小松菜となつぷりねぎの和風炒め

醤油ベースの美味しさと豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。

冷蔵 届いて1〜2日 米 大 小

2人前(約630g) 720円(税別) 778円(税込) 821円(通常税込)

小松菜 (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

ふるさと特産品

大新 (鳥取県・境港市) 10個入

301 4種野菜のおさかなつくね

あじに4種の国産野菜(玉ねぎ、人参、ごぼう、長芋)を混ぜたつくねです。仕上げに添付たれをからめて。

凍 賞 180日 卵 米 大 小

330g(つくね10個、タレ40g×2) 438円(税別) 473円(税込)

あじ (国内産)

ふるさと特産品

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市) 6個入

302 フライパンでできる鮭とチーズのカリカリ包

北海道産の秋鮭とチーズを合わせた具を、春巻きの皮で包み込みました。フライパンで両面を焼いてください。

凍 賞 180日 乳 小

150g(6個) 398円(税別) 430円(税込)

秋鮭 (北海道)

ふるさと特産品

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市) 5〜6枚

303 生から作ったいわしフライ

鮮魚のいわしを使用しているので、身がやわらかく、ふっくらとしており、臭みもありません。揚げて下さい。

凍 賞 大 小 5〜6枚280g 380円(税別) 410円(税込) 430円(通常税込)

真いわし (国内産)

ふるさと特産品

マストミ (徳島県・徳島市) 330g

304 黒酢の酢豚

北海道育ちの健康な豚肉と3つの野菜(玉ねぎ・ピーマン・人参)に黒酢を加えたまろやか風味の酢豚。湯煎で。

凍 賞 90日 卵 米 大 小

560円(税別) 605円(税込) 643円(通常税込)

豚肉 (北海道)

ふるさと特産品

秋川牧園 (山形県・山形市) 150g

305 鶏の塩麹漬け

ムネ肉を塩麹に漬け、軟らかさを目指して引き出しました。生姜とごま油の風味が香ります。解凍後焼いて。

凍 米 150g 343円(税別) 370円(税込)

鶏肉 (山口県、他)

ふるさと特産品

ニッコー (神奈川県・大和市) 10個入

306 しそさっぱり餃子

具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。タレなしでも召し上がれます。

凍 米 大 小

10個180g 375円(税別) 405円(税込)

しそ (国内産)

ふるさと特産品

トクスイコーポレーション (東京都・中央区) 30個入

307 トクスイ餃子

豚肉となつぷりのキャベツを使い作り直しました。ニラの風味が控えて脂っぽさの少ないあっさり味。焼いて。

凍 大 小

540g(18g×30) 580円(税別) 626円(税込)

豚肉・キャベツ (国内産)

ふるさと特産品

トクスイコーポレーション (東京都・中央区) 20個入

308 香港黄金しょうが餃子

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

凍 大 小 360g(18g×20) 398円(税別) 430円(税込) 442円(通常税込)

野菜・豚肉・小麦 (国内産)

ふるさと特産品

飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 5個200g

309 飛鳥のえびにら饅頭

天然むきえびをたっぷり使った餡を国産小麦粉を使い手作りの皮で手包みしました。半解凍後、フライパンで。

凍 賞 120日 米 大 小

442円(税別) 477円(税込) 517円(通常税込)

えび (ベトナム)、にら (国内産)

ふるさと特産品

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 14本入

310 国産原料にこだわったお徳用春巻

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

凍 米 大 小

14本420g 410円(税別) 443円(税込)

小麦 (国内産)

ふるさと特産品

飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 6本150g

311 フライパンでキーマ春巻

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

凍 賞 120日 乳 米 小

6本150g 360円(税別) 389円(税込) 403円(通常税込)

豚肉 (国内産) [放] 不検出 <4.2 <2.6

ふるさと特産品

大進食品 (神奈川県・横浜市) 5本入

312 マム焼いて簡単手巻きじゃがバター

国内産の男爵芋をたっぷり使用しています。バターの風味がよく合った春巻です。フライパンで焼いて。

凍 乳 小

5本200g 403円(税別) 435円(税込)

じゃがいも (国内産)

ふるさと特産品

日岡商事 (兵庫県・加古川市) 3個入

313 黒豚ポテトコロッケ

揚げたてでサクサクの衣を味わって!

凍 賞 180日 乳 米 大 小

3個180g 291円(税別) 314円(税込) 324円(通常税込)

じゃがいも (北海道)、豚肉 (鹿児島県)

ふるさと特産品

大進食品 (神奈川県・横浜市) 6個入

314 北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ

北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。

凍 米 大 小

40g×6 398円(税別) 430円(税込)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.6

本場九州産のちゃんぽん麺♪



ニッコー (神奈川県・大和市)

315 野菜たっぷりチャンポン

沸騰した湯に凍ったまま入れ湯がくだけ。自社製生麺でコシがあり、国産野菜と豚肉など具もたっぷりです。

凍え卵米大小 280g(麺130g) **380円**(税込**410円**)
小麦 (国内産)

富山県産白えび入りで
ボリュームたっぷりです



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

317 白えびかきあげ

富山県産白えび、国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用し、non-GMO菜種油で揚げました。

凍え小 160g(2枚入) **504円**(税込**544円**)
野菜 (国内産)



ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

316 わかめどっさりうどん

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

凍え米大小 2食556g **350円**(税込**378円**)
わかめ (韓国)

原材料は国産小麦粉と
食塩のみ



318 冷凍うどん

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

凍賞180日 小 200g×3玉 **412円**(税込**445円**)
小麦粉 (国内産)



目岡商事 (兵庫県・加古川市)

319 ロールキャベツ

凍大小 4個240g **528円**(税込**570円**)
キャベツ (国内産)

ワタリガニの出汁でコクがあります



321 ブイヤベースセット(小蟹入り)

助宗たら、バーナ貝、いか、えび、ワタリガニを使用。玉葱やじゃが芋等を足して。加工でん粉：約1%使用。

凍えか米 480g(具材5種340g スープ70g×2) **1046円**(税込**1130円**)
スケソウダラ (アメリカ、ロシア)、ワタリガニ (バーレーン)



ニッコー (神奈川県・大和市)

320 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ

凍米大小 8個160g **345円**(税込**373円**)
ごぼう (国内産)

お好みの具を加えて



322 鶏鍋セット(醤油)

凍賞180日 卵米大小 550g(鶏肉・つくね各200g、スープ150g) **991円**(税込**1070円**)
鶏肉 (国内産)



秋川牧園 (山口県・山口市)

323 ピリ辛チキンバー

凍卵米大小 8本150g **386円**(税込**417円**)
鶏肉 (山口県、他)

ボン酢、塩等との相性良し



324 とり天

スティック状にカットした柔らかいムネ肉の天ぷら。ふんわりとした衣が新食感。トースター、電子レンジで。

凍卵米大小 170g **423円**(税込**457円**)
鶏肉 (山口県、他)



ご飯が
すすむ



ミッコー (神奈川県・大和市)

327 中華丼の具(醤油)

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

凍米大小 180g×2 **440円**(税込**475円**)
鶏肉 (国内産)



マストミ (徳島県・徳島市)

325 鶏のから揚げ

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

凍卵米大小 200g **417円**(税込**450円**)
鶏肉 (徳島県)



326 チキンナゲット

開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。

凍卵米小 200g **435円**(税込**470円**)
鶏肉 (山口県、他)



セシジ 食品 (宮城県・名取市)

329 「ねばうま」(松前漬)

全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。

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



佐井村漁協 (青森県・佐井村)

330 津軽海峡 鮭フレーク

鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩

凍賞90日 100g **520円**(税込**562円**)
秋鮭 (青森県)



大黒淡水 (静岡県・焼津市)

328 うなぎ蒲焼 70g×2

愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルなお内容。

凍米大小 70g×2、たれ・山椒付 **1880円**(税込**2030円**)
うなぎ (愛知県)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

331 ほたてしぐれ煮

北海道産ほたての風味を活かす為、醤油、みりん、三温糖、酒、生姜でシンプルに炊き上げました。

凍賞30日 米大小 約100g **418円**(税込**451円**)
ほたて貝柱 (北海道)



マストミ (徳島県・徳島市)

332 マグロの塩麹竜田

塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの竜田揚げ。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。

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



ニッコー (神奈川県・大和市)

333 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ 2パック

凍賞180日 卵米大小 (70g×3)×2 **824円**(税込**890円**)
大豆・鶏肉 (国内産)



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

凍卵米大小 3個入×2 **824円**(税込**890円**)
大豆・鶏肉 (国内産)



秋川牧園 (山口県・山口市)

334 甘酢のやわらかチキン南蛮

ふんわり衣に特製甘酢たれを染み込ませ、柔らかな食感です。レンジで温めて。タルタルソースレシビあり。

凍卵米大小 150g **366円**(税込**395円**)
鶏肉 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

335 おからクリーミーコロッケ

おからとじゃがいもをベースにした素朴な味のコロッケ。夕飯のおかずやお弁当に。揚げるかレンジで温めて。

凍大小 200g(4個入) **287円**(税込**310円**)
おから (国内産)



四宮蒲鉾店 (徳島県・徳島市)

336 阿波のフィッシュカツ

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

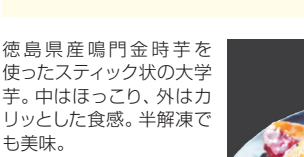
凍賞30日 米小 2枚130g **330円**(税込**356円**)
すけとうだら (北海道)



鳴門のいも屋 (徳島県・鳴門市)

原料高騰により
今週より値上げしました

芋棒は大袋の400g
タイプが新登場!
量が多いですが、
値上げ前の280g
(100gあたり税込178円)
よりお得です



鳴門のいも屋 (徳島県・鳴門市)

338 280g

280g **500円**(税込**540円**)
鳴門金時芋 (徳島県)

半解凍でも美味



337 ごまボテ

さつまいも(国産紅はるか)を程よい甘さに味付け。食べやすい2cm角にカットし、ごまをまぶしました。

凍賞180日 大 280g **572円**(税込**618円**)
さつまいも (国内産)

冷たくても温かくても美味しい



ニッコー (神奈川県・大和市)

340 お茶香るミニたい焼き(あすき)

生地に国産の緑茶粉末を使用し、自社で炊いた国産小豆を使用したあんこを包んだミニたい焼き。自然解凍OK。

凍卵小 8個272g **389円**(税込**420円**)
小麦粉・小豆・茶 (国内産)



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)



342 芽吹き屋 大福セット

人気の大福「黒豆塩大福」「よもぎ大福」「くるみ大福」の3種を詰め合わせました。自然解凍で。

凍米大 6個310g **574円**(税込**620円**)
もち米 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

341 大判焼き(白あん)

はちみつが入ったしっとりとした皮で、大手豆から作った口当たりの良い甘さの白あんを包みました。

凍卵小 4個340g **398円**(税込**430円**)
小麦 (国内産)



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

343 芽吹き屋 よもぎ大福

国産餅米と天然よもぎ、北海道産小豆の粒あんを使用しました。着色料や防腐剤等は不使用。自然解凍で。

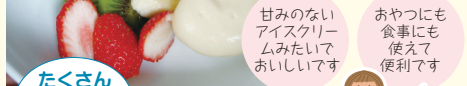
凍米 4個220g **332円**(税込**359円**)
よもぎ (国内産)

大豆をまるごと使った発酵食品です

12月1回にお届け
次回は12月4日掲載予定



組合員さんから
うれしい声が届いています♪



甘みのない
アイスクリーム
みたいで
おいしいです

おやつにも
食事にも
使えて
便利です

大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品。毎日大さじ1杯食べることで腸内細菌が増え、腸の力を高めます。半解凍で小分け後、再凍結可。

344 1個

450g **1200円**(税込**1296円**)

345 4個セット

450g×4個 **4320円**(税込**4666円**)
大豆 (北海道)

菓子

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

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



ノースカラース (北海道・札幌市)

346 純国産 ポテトチップスうす塩

原材料：じゃがいも(国産・遺伝子組み換えでない)、こめ油(米(国産))、食塩(北海道製造)

賞120日 米

60g **155円**(税込**167円**) 通常税込**178円**
じゃがいも(国産)

ノースカラース (北海道・札幌市)

347 純国産 芋けんぴ

原材料：さつまいも(九州産)、米油(米(国産))、てん菜糖(てん菜(北海道産・遺伝子組み換えでない))

賞120日 米

150g **210円**(税込**227円**) 通常税込**238円**
さつまいも(国産)

ノースカラース (北海道・札幌市)

348 純国産 北海道かりんとう

3度揚げをしたかりんとうで丹念に揚げることによってサクサクの歯ざわりのよい食感にあげております。

賞90日 乳米小

130g **210円**(税込**227円**) 通常税込**238円**
小麦粉(国産)

ノースカラース (北海道・札幌市)

353 純国産 さつま芋ちっぷ

国内産にこだわった純国産シリーズです。薄くスライスした九州産さつま芋をパリッとした食感に仕上げました。揚げ油には国産のこめ油を使用し、上品な香りを感じられます。

賞120日 米

130g **220円**(税込**238円**) 通常税込**248円**
さつまいも(九州)

ノースカラース (北海道・札幌市)

354 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

賞180日 卵乳小

2枚×5包 **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**
小麦・バター(北海道)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

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。

賞180日

165g **380円**(税込**410円**) 通常税込**432円**
レーズン(アメリカ)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

359 ピーカンナッツ (ロースト)

スナックとしてそのまま食べる。お菓子作りに。サラダやオムレツなどのお料理にも。

賞180日 乳

65g **560円**(税込**605円**) 通常税込**626円**
ピーカンナッツ(アメリカ)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

364 ラ・トリュフ

原材料：カカオマス、やし油、砂糖、ココアバター、ココアパウダー、レシチン(大豆由来、非遺伝子組換)(原材料の一部に乳を含む)

冷乳大

8g×8 **740円**(税込**799円**)
カカオ(コートジボワール、ガーナ他)

東京フード (茨城県・つくば市)

365 クーベルチュール オーレチョコレート

原材料：砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス、乳化剤、香料

冷乳大

400g **1120円**(税込**1210円**) 通常税込**1231円**
カカオ(西アフリカ、他)

ランカスター (千葉県・千葉市)

369 アッサムティー (アーフ)

ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる。濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。農業無散布。

100g **550円**(税込**594円**)
紅茶(インド)

ランカスター (千葉県・千葉市)

370 キャラメルティー (ティバッグ)

キャラメルのような甘い香りの紅茶。あっさり系のお菓子と一緒にどうぞ。農業無散布。

2g×20 **490円**(税込**529円**) 通常税込**540円**
紅茶・香料(スリランカ)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

374 Stickほうじ茶ラテ

原材料は脱脂粉乳、加工黒糖、ほうじ茶だけ。

13g×5包 **580円**(税込**626円**) 通常税込**648円**
脱脂粉乳(国産)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

375 Stick黒糖ココア

第3世界ショップのココアをベースにした、粉末タイプの黒糖ココアです。

13g×5包 **580円**(税込**626円**) 通常税込**648円**
黒糖(コスタリカ)、カカオ豆(ドミニカ共和国)

North Colors



「おいしい」と「あんしん」をひとつに From 北海道

ノースカラース



原材料：じゃがいも(国産・遺伝子組み換えでない)、こめ油(米(国産))、食塩(国内製造)、柚子粉末(柚子(国産))、昆布(日高産)、鰹節(かつお(国産))

ノースカラース (北海道・札幌市)

349 純国産 ポテトチップス柚子

原材料の産地にこだわり、「国産じゃがいも」、「国産こめ油」、「国産柚子」を使用。

賞120日 米

53g **155円**(税込**167円**) 通常税込**244円**
じゃがいも(北海道)

North Colors



「おいしい」と「あんしん」をひとつに From 北海道

ノースカラース



原材料：小麦粉(小麦(北海道産))、てん菜糖(てん菜(北海道産・遺伝子組み換えでない))、こめ油(米(国産))、脱脂粉乳(生乳(北海道産))、食塩(国内製造)、酵母(国内製造)

ノースカラース (北海道・札幌市)

350 純国産 ビスケット

マーガリン・ショートニング・膨張剤不使用のビスケット。

賞180日 乳米小

120g **227円**(税込**245円**) 通常税込**256円**
小麦(北海道)

North Colors



「おいしい」と「あんしん」をひとつに From 北海道

ノースカラース



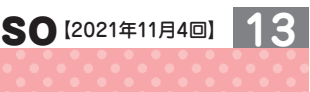
原材料：もち米(北海道産)、米油(米(北海道産))、とうもろこし粉末(とうもろこし(北海道産・遺伝子組み換えでない))、食塩(北海道製造)

ノースカラース (北海道・札幌市)

351 純国産 北海道黒豆の甘納豆

北海道産の原材料を100%使用。昔ながらの製法で炊き上げた優しい甘さと豆の食感をお楽しみください。

賞90日 大

95g **300円**(税込**324円**) 通常税込**335円**
光黒大豆(北海道)

North Colors



「おいしい」と「あんしん」をひとつに From 北海道

ノースカラース



原材料：もち米(北海道産)、米油(米(北海道産))、とうもろこし粉末(とうもろこし(北海道産・遺伝子組み換えでない))、食塩(北海道製造)

ノースカラース (北海道・札幌市)

352 純国産 北海道おかきとうもろこし

100%北海道の素材を使用したサクサクおかき。

賞120日 米

50g **227円**(税込**245円**) 通常税込**256円**
もち米(北海道)

キング製菓 (愛知県・小牧市)

355 うの花クッキー 2袋

原材料：小麦粉、てんさい糖、ショートニング(パーム油、米油)、おから、豆乳、コーンスターチ、塩、重曹

賞180日 米大小

80g×2 **360円**(税込**388円**)
小麦(国産) [放] 不検出 <3.7 <4.4

キング製菓 (愛知県・小牧市)

356 ブランクッキー

植物から生まれたクッキーです。

賞180日 米小

80g **186円**(税込**201円**)
小麦(国産)

サンヨー (愛知県・豊橋市)

357 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

賞60日 卵小

1個58g **111円**(税込**120円**)
小豆(北海道)

サンヨー (愛知県・豊橋市)

358 だら焼き

国産小麦由来の小麦粉主原料の生地をふんわりと焼き上げ、北海道産小豆使用のつぶ餡をはさみました。

賞60日 卵小

1個 **137円**(税込**148円**)
小麦(国産)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

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。

賞180日

165g **380円**(税込**410円**) 通常税込**432円**
レーズン(アメリカ)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

359 ピーカンナッツ (ロースト)

スナックとしてそのまま食べる。お菓子作りに。サラダやオムレツなどのお料理にも。

賞180日 乳

65g **560円**(税込**605円**) 通常税込**626円**
ピーカンナッツ(アメリカ)

マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)

360 トコゼリー みかん

国産の天草、みかんと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

賞120日

130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
天草(国産)

マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)

361 トコゼリー ピーチ

国産の天草、ピーチと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

賞120日

130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
天草(国産)

マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)

362 トコゼリー ぶどう

国産の天草、ぶどうと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

賞120日

130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
天草(国産)

マルヤス食品 (愛媛県・愛南町)

363 トコゼリー パイン

国産の天草、パインと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

賞120日

130g **165円**(税込**178円**) 通常税込**189円**
天草(国産)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

364 ラ・トリュフ

原材料：カカオマス、やし油、砂糖、ココアバター、ココアパウダー、レシチン(大豆由来、非遺伝子組換)(原材料の一部に乳を含む)

冷乳大

8g×8 **740円**(税込**799円**)
カカオ(コートジボワール、ガーナ他)

東京フード (茨城県・つくば市)

365 クーベルチュール オーレチョコレート

原材料：砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス、乳化剤、香料

冷乳大

400g **1120円**(税込**1210円**) 通常税込**1231円**
カカオ(西アフリカ、他)

東京フード (茨城県・つくば市)

365 クーベルチュール オーレチョコレート

原材料：砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス、乳化剤、香料

冷乳大

400g **1120円**(税込**1210円**) 通常税込**1231円**
カカオ(西アフリカ、他)

童仙房茶舗 (京都府・南山城村)

366 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)

童仙房茶舗 (京都府・南山城村)

367 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)

小川生業 (徳島県・東みよし町)

368 じゃばら入り甜茶

カップで手軽に飲めて、じゃばらの風味ですっきりおいしい甜茶。花粉症対策にも。

28g(2g×14袋) **500円**(税込**540円**)
甜茶(中国)、じゃばら(国内産)

ランカスター (千葉県・千葉市)

369 アッサムティー (アーフ)

ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる。濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。農業無散布。

100g **550円**(税込**594円**)
紅茶(インド)

ランカスター (千葉県・千葉市)

370 キャラメルティー (ティバッグ)

キャラメルのような甘い香りの紅茶。あっさり系のお菓子と一緒にどうぞ。農業無散布。

2g×20 **490円**(税込**529円**) 通常税込**540円**
紅茶・香料(スリランカ)

ナガノトマト (長野県・松本市)

371 国産温州みかん100

国産の温州みかんを搾った果汁100%ストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。

賞150日

125ml×3 **440円**(税込**475円**)
みかん(国産)

ナガノトマト (長野県・松本市)

372 国産ふじりんご100

国産のふじりんごを使用した果汁100%ストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。

賞150日

125ml×3 **350円**(税込**378円**)
りんご(国産)

銀河高原ビール (岩手県・西和賀町)

銀河高原 小麦のビール

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

賞180日 小

350ml **277円**(税込**305円**)
小麦(ドイツ)

銀河高原ビール (岩手県・西和賀町)

銀河高原 小麦のビール

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

賞180日 小

350ml×6 **1650円**(税込**1818円**)
小麦(ドイツ)

プレス・オールターナティブ (東京都・目黒区)

食品調味料

・常総生協がおすすめする調味の基本は「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

梅干しの副産物「梅酢」と砂糖だけで作りました。香りのよいすし飯が作れます。



大紀コブファーム (奈良県・五條市)

381 すし梅酢
¥90日

200ml **280**円(税込**302**円)

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



やまこみそ (茨城県・守谷市)

383 やまこ味噌 (粒・甘口)

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

冷 **賞**120日 **米** **大**

1kg **628**円(税込**678**円)

米 (国産)、丸大豆 (国産) [放] 不検出 <3.2 <3.5



チヨダ (埼玉県・戸田市)

388 ラー油

45g **380**円(税込**410**円)

ごま (アフリカ、中南米諸国)

通常の砂糖と同じようにお使い下さい



アルファードスタッフ (愛知県・名古屋市)

508 粗精糖 (自然派style)

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

1kg **340**円(税込**367**円)

さとうきび (鹿児島県)

国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。



私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)

520 純米酢

米 500ml **233**円(税込**252**円)

米 (国内産)



士別農園 (北海道・士別市)

384 しべつみそ

士別農園で栽培した大豆と米を使用して仕込みました。大豆の煮汁を加え風味豊かに仕上げています。

冷 **賞**180日 **米** **大**

1kg **700**円(税込**756**円)

大豆 (北海道)

粉末タイプです



ムソー (大阪府・大阪市)

379 てんさい含蜜糖・粉末

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。

500g **400**円(税込**432**円)

てんさい (北海道)

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いません。



沼屋本店 (茨城県・つくば市)

382 常総寒仕込みしょうゆ(生)

冷 **大** **小**

360ml **440**円(税込**475**円) 通常税込**494**円

大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

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



チョーコー醤油 (長崎県・長崎市)

530 白だし

米 **大** **小**

400ml **395**円(税込**427**円)

大豆 (北海道)

遺伝子組換え原料を使用しないで作りました



日本生活協同組合連合会

390 野菜たっぷり和風ドレッシング

生玉葱の風味と生醤油のコク。生に拘ったおいしいドレッシング。醸造酢の一部にりんご酢使用。

大 **小**

195ml **290**円(税込**313**円) 通常税込**324**円

玉ねぎ (国内産)



青い海 (沖縄県・糸満市)

512 沖縄の塩「シママース」

原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。

1kg **300**円(税込**324**円)

海水 (沖縄県)、天日塩 (オーストラリア、メキシコ)

お刺身やお寿司に最適

丸大豆醤油を塩水のかわりに用いた再仕込み醤油。濃厚な味わいが特長。



キノエネ醤油 (千葉県・野田市)

525 本仕込しょうゆ

大 **小** 1ℓ **550**円(税込**594**円)

大豆 (アメリカ)

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料などに

国産米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でくせのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでいます。ポーソー油脂 (千葉県・船橋市)

米油 **米**

385 中910g

910g **728**円(税込**786**円)

386 大1350g

1350g **820**円(税込**886**円) 通常税込**896**円

米糠 (国内産)

きざみ野菜入りで、いろいろな料理に使えます



ナガノトマト (長野県・松本市)

535 国産つぎ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。

米 295g **345**円(税込**373**円)

トマト (長野県)



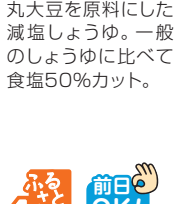
海の精 (東京都・大島町)

380 「海の精」やきしお卓上ビン入り

伊豆大島の海水100%を原料に、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。

60g **400**円(税込**432**円)

海水 (伊豆大島近海)



キノエネ醤油 (千葉県・野田市)

526 丸大豆減塩しょうゆ

大 **小** 1ℓ **440**円(税込**475**円)

大豆 (アメリカ、他)

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)

387 九鬼 純正胡麻油 さいくち

600g **890**円(税込**961**円) 通常税込**972**円

胡麻 (ナイジェリア、他)

サラサラしていて、早くなじみます



HSコーポレーション (愛知県・豊明市)

517 地藏ノ塩

「地藏(ちくら)ノ塩」は、何億年も山の中で熟成されたヒマラヤの岩塩。ミネラルが豊富でまろやかな味わい。

500g **750**円(税込**810**円)

岩塩 (パキスタン)



角谷文治郎商店 (愛知県・碧南市)

505 三州三河みりん

米 700ml **1025**円(税込**1128**円)

もち米 (佐賀県)

組合員さんからの **クチコミ**
ごまの香りがよく、食欲が出ます。炒め物だけでなく、ドレッシングにもいいです。

フライ物にかけたり、お好み焼やたこ焼きのソースにも



ポールスタア (東京都・東村山市)

537 国産野菜果実とんかつレストランソース

国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のビネガーを使用。

米 200ml **370**円(税込**400**円)



みそ開きの時期です!!

みそ玉作り

お湯を注ぐだけ! 忙しい朝やお弁当にも♪

◆材料(10個分)
みそ 180g
だし(かつお節など)..... 大2~3 (または顆粒だし小2くらい)
具..... 乾物、ネギ、油揚げなど

◆作り方
① ポウルにみそとだしを入れてしっかり混ぜる。
② 具材は小さく切ったり砕いたりする。
③ みそを10等分し、好きな具材を混ぜて丸める。



コタニ (岩手県・大船渡市)

391 徳用 三陸岩手のカットわかめ

岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。肉厚でやわらかいのが特長。

45g **600**円(税込**648**円)

わかめ (岩手県) [放] 不検出 <3.5 <3.5



リアス (千葉県・船橋市)

394 切干大根

宮崎県産。大根の栄養がぎっしりつまっています。酢の物、煮物、炒め物、味噌汁の具にと広く使ってください。

賞180日

60g **270**円(税込**292**円)

大根 (宮崎県)



創健社 (神奈川県・横浜市)

578 和風だし一番

化学調味料、合成甘味料、保存料不使用の顆粒状のだしの素。

米 **大** **小**

8g×10 **362**円(税込**391**円)

かたくちいわし (国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0



コタニ (岩手県・大船渡市)

392 万能汁物の具

岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。

賞180日 30g **380**円(税込**410**円)

わかめ (岩手県) [放] 不検出 <4.1 <4.3



無茶々園 (愛媛県・西予市)

395 無茶々園の乾燥大根葉

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の葉を刻んで天日で乾燥させました。

賞180日

20g **245**円(税込**265**円) 通常税込**275**円

大根 (愛媛県)



かねの水産 (千葉県・大網白里市)

397 煮干粉

酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。

賞180日

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



札幌中一 (北海道・札幌市)

393 りんご酢とろろ

原料昆布は利尻昆布、真昆布、ネコ足昆布の三種類をブレンド。調味液にリンゴ酢を使用。

40g **405**円(税込**437**円) 通常税込**448**円

白ごま (グアテマラ、ニカラグア、モザンビークなど)



山田製油 (京都府・京都市)

396 石臼挽きすりごま 白粒(白)

職人が丁寧に炒り上げた胡麻を石臼でゆっくり挽くことで、甘味と香りを引き出したすりごまです。

81g(3g×27) **600**円(税込**648**円)

白ごま (グアテマラ、ニカラグア、モザンビークなど)



鯉節のカネイ (兵庫県・神戸市)

561 だし削り(6種混合)

国産の削り節6種(さば、あじ、さんま、いわし、うるめいわし、かつお)をブレンドした削り節です。

150g **375**円(税込**405**円) 通常税込**421**円

さば (鹿児島県、熊本県、愛媛県)

お正月に向けて、簡単昆布巻き作り♪



◆材料
早煮昆布 30g
干びょう 20g
水 800cc
しょう油 大1
みりん 大1
砂糖 大2
塩 少々

◆作り方

- ① 昆布は濡れ布巾でさっとふき、水で戻す。
- ② 干びょうはさっと洗う。
- ③ 昆布をくるくると巻いて、干びょうで結ぶ。
- ④ 鍋に戻し汁と昆布巻きを入れて、落し蓋をして中火で煮る。
- ⑤ 昆布が柔らかくなってきたら調味料を加えて、弱火で煮汁が少なくなるまで煮る。



コタニ (岩手県・大船渡市)

400 早煮昆布

本収穫前の5~6月に早採りした裨前昆布と呼ばれる昆布です。早くやわらかく煮上がるので煮物に最適。

80g **440**円(税込**475**円)

昆布 (北海道)



創健社 (神奈川県・横浜市)

401 無漂白の干びょう

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

30g **330**円(税込**356**円)

かんびょう (栃木県) [放] 不検出 <5.0 <4.5

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



常総生協（茨城県・守谷市）

- 655

甘口カレールウ

小

150g

290円(税別)

313円
- 656

中辛カレールウ

大 小

150g

300円(税別)

324円



庄内協同ファーム（山形県・鶴岡市）

- 403

庄内 玄米切り餅

減農薬、無化学肥料栽培。

賞90日 米

500g

645円(税別)

697円



庄内協同ファーム（山形県・鶴岡市）

- 408

玄米パックご飯
(黒米入り)

新品種「雪若丸」に、有機栽培の黒米を混ぜパックご飯にしました。

米

160g

250円(税別)

270円

うるち玄米、有機黒米（山形県）



千葉産直サービズ（千葉県・千葉市）

- 411

とろさば 水煮

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

米

180g
(固形量135g)

410円(税別)

443円

通常税込
450円

さば（国内産）

【放】不検出 <1.0 <0.8



湯豆腐やお鍋の
薬味に♪



みそ半（長崎県・南島原市）

- 402

国産さざみしょうが

国産の色鮮やかな「黄金しょうが」を使いやすいようにさざみしました。

80g

435円(税別)

470円

通常税込
486円

しょうが（国内産）



日本生活協同組合連合会

- 669

ゆであずき
(北海道)缶

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(税別)

167円

小豆（北海道）

- 300g×2

500円(税別)

540円

米（国内産）

【放】不検出 <3.8 <3.8



藤蔭商店（千葉県・印西市）

- 404

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。

賞90日 米

300g×2

500円(税別)

540円

米（国内産）

【放】不検出 <3.8 <3.8



日本生活協同組合連合会

- 409

おいしいご飯
3個パック

山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

米

200g×3

340円(税別)

367円

米（山形県）

【放】不検出 <3.3 <3.7



創健社（神奈川県・横浜市）

- 410

長崎皿うどん 3袋

国産小麦粉使用。パリッとした揚げ麺にあんかけスープが合います。シーフード、肉、野菜をたっぷり入れて。

賞120日 卵 大 小

2食×3袋

892円(税別)

963円

小麦（国内産）



マルサンアイ（愛知県・岡崎市）

- 405

あさり醤油味の
寄せ鍋すープ

小豆島産本醸造醤油をベースに、昆布、かつおなどの風味豊かなだしで仕上げました。化学調味料不使用です。

大 小

600g

300円(税別)

324円

大豆（国内産）



マルサンアイ（愛知県・岡崎市）

- 406

香り高い
ごま豆乳鍋すープ

有機大豆使用の豆乳を使い有機すりごまの風味を活かしたごま豆乳鍋すープです。化学調味料は不使用です。

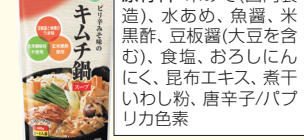
大 小

600g

300円(税別)

324円

豆乳（国内産）



マルサンアイ（愛知県・岡崎市）

- 407

ピリ辛みそ味の
キムチ鍋すープ

豆板醤の辛みとみその旨みを、ほどよい酸味の玄米黒酢で仕上げたキムチ鍋すープです。化学調味料不使用。

米 大

600g

290円(税別)

313円

通常税込
324円

大豆（アメリカ・カナダ）

米粉で作るシフォンケーキ



- ◆材料

米粉 100g

卵 5個

粗糖 100g

牛乳 65cc

サラダ油(または米油) ... 45cc



- 414

どんぐりていの
米粉

どんぐりていで収穫した、ササニシキを製菓用に適した米粉に製粉。農業・化学肥料不使用。

米

300g

420円(税別)

454円

通常税込
464円

ササニシキ（茨城県）

- ◆作り方

① 卵黄、粗糖50g、サラダ油を泡立て器でよく混ぜる。

② ①に牛乳、米粉を入れて泡立て器でかき混ぜる。（ハンドミキサーは使わない）

③ 卵白をハンドミキサー等で泡立てメレンゲを作る。粗糖50gを2、3回に分けて投入、メレンゲを完成させる。

④ ②にメレンゲの3割程度をいれ泡立て器でよく混ぜる（ハンドミキサーは使わない）。そのあと、残りのメレンゲを2回に分けて投入。手早く混ぜる。

⑤ シフォンケーキの型（アルミ製や耐熱紙製など）に空気ははいらないよう流し込む。

⑥ 170度のオーブンに入れ、45分焼く。庫内が狭い場合は途中でアルミホイルをかぶせ焦げないよう調整する。

⑦ 焼きあがったらすぐ取り出してカップの上などに逆さまにして冷ます。逆さまにしないとケーキの重みでへこんでしまう。

⑧ 冷めたら縁、中央にナイフまたは竹串を差し込み型から外し底も同様に外す。

日用雑貨

家庭から化学物質を
排除しましょう！

- 合成界面活性剤を含むものは扱いません。
- 生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

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



ポーソー油脂（東京都・中央区）

- 788

安心生活洗濯用
液体石けん無香料 詰替用

米ぬかから取れたコメ脂肪酸を最大限配合（主原料ヤシ、コメ）した無香料タイプの植物性液体石けん。溶け残りの心配なし。

900ml

390円(税別)

429円



ポーソー油脂（東京都・中央区）

- 790

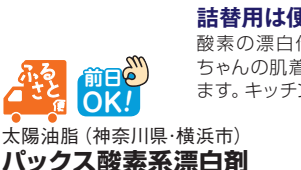
安心生活洗濯用
液体石けん詰替用1.8ℓ

溶けやすいヤシ、パーム脂肪酸にコメ脂肪酸を配合。溶け残りや衣類への付着の心配はありません。

1.8ℓ

700円(税別)

770円



太陽油脂（神奈川県・横浜市）

- 800

本体

430g

420円(税別)

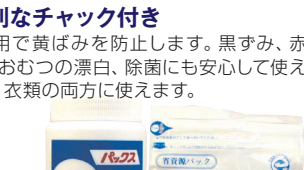
462円
- 801

詰替用

500g

420円(税別)

462円



太陽油脂（神奈川県・横浜市）

- 842

パックス
ソルティアーはみがき

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

120g

390円(税別)

429円

植物油脂を原料としたさっぱりとした洗いがりのハンドソープ。キメ細かい泡で出てきます。トレハロース(保湿成分)配合で、お肌を健やかに保ちます。



太陽油脂（神奈川県・横浜市）

- 869

本体

330ml

420円(税別)

462円
- 870

詰替用

300ml

300円(税別)

330円

泡ポンプなので、きめ細かい泡で手肌を洗えます。公園や旅行時などに、持ち運び便利な携帯サイズです。



太陽油脂（神奈川県・横浜市）

- 882

本体

80ml

450円(税別)

495円
- 883

詰替用

300ml

450円(税別)

495円



ナイアード（東京都・福生市）

- 878

天然染髪料
ヘナ+木藍

ヘナの赤みを抑え黒っぽく染めたい方のための染髪料。大青よりも濃く染まり黒茶に近い状態になります。

100g

1500円(税別)

1650円

ヘナ（インド）



太陽油脂（神奈川県・横浜市）

- 868

パックスナチュロン
リップスクラム

シアの果実から得られた天然の保湿成分シアバター(シア脂)を配合。唇の乾燥を防ぎ、うるおいを保ちます。口紅の下地としても。

4g

540円(税別)

594円

離乳食



味千汐路（新潟県・糸魚川市）

- 415

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。

米

100g

380円(税別)

410円

有機米（国内産）



味千汐路（新潟県・糸魚川市）

- 416

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。

米

100g

380円(税別)

410円

有機米（国内産）



味千汐路（新潟県・糸魚川市）

- 417

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。

米 大 小

100g

380円(税別)

410円

有機米（国内産）



味千汐路（新潟県・糸魚川市）

- 418

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。

大 小

100g

380円(税別)

410円

人参（国内産）



味千汐路（新潟県・糸魚川市）

- 419

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。

大 小

100g

380円(税別)

410円

人参（国内産）

冬のごちそう鍋!
みんな大好き

443円/100g

あなたは
どちらが
お好み
ですか?

540円/100g
霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りにしました。

肉と野菜の
美味さを堪能できる

306円/100g
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。

420 特大 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用

冷蔵 賞30日

モモ、バラ500g 2500円(税2700円) 通常税込 2797円

鹿児島県

426 茨城県産ローズポーク ロースしゃぶしゃぶ

冷蔵 届いて3日

300g 850円(税918円) 通常税込 929円

茨城県

443円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

421 茨城県産(山方牛)切り落とし

用途の広い切り落としなので、何にでも使って便利です。

冷蔵 賞6日

200g 820円(税886円) 通常税込 896円

茨城県

543円/100g

霜降りがよく入り甘みがあります。赤身主体のモモとジューシーなバラの合わせ切り。2個組の徳用パックです。

422 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用

冷蔵 賞30日

モモ、バラ 170g×2 1710円(税1847円) 通常税込 1933円

鹿児島県

200円/100g

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。

427 つくば茜鶏 ササミ

冷蔵 賞180日

300g 555円(税599円) 通常税込 605円

茨城県

無茶々園のわかめ(塩蔵)

冷蔵 賞180日

100g 310円(税335円) 通常税込 356円

わかめ(愛媛県)

丼物や煮物にも

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

423 すき焼き割り下

400ml 420円(税454円) 通常税込 464円

大豆・小麦(アメリカ、カナダ)

熱湯でゆでて

国内産の馬鈴薯澱粉を使った本くすり入りのくすきりです。漂白剤・着色料・凝固剤等、添加物は一切不使用。

424 国内産・くすきり

100g 340円(税367円) 通常税込 378円

馬鈴薯(国内産)

鍋物、煮物、炒め物
カレーやシチューに
幅広く使えます

秋川牧園(山口県・山口市)

425 鶏つくね

200g 315円(税340円) 通常税込 365円

季節の野菜を
加えてお召し上がり下さい

北海道産の秋鮭、ほたて、いか、じゃがもち、コーンたっぷりの鍋セットです。みそスープとバター付き。

429 北海道みそバター鍋セット

3〜4人前

410g(具材5種290g スープ50g×2、バター2個) 1198円(税1294円) 通常税込 1382円

秋鮭・ほたて・いか(北海道)

お鍋一つで簡単調理♪

大進食品(神奈川県・横浜市)

430 博多名物 国産牛モツ鍋セット

人気の高い国産牛の小腸のみを丁寧に処理、臭みがありません。素材の良さが味わえる塩味スープのセット。

冷蔵 賞180日

400g(牛内臓肉200g スープ100g×2) 1898円(税2050円) 通常税込 2100円

牛小腸(国内産)

中国本場家庭の味を日本で!

全品 特価

全品 対応です

飛鳥食品 特集

日中国交回復後、旧満州から中国残留孤児たちが引き上げてきた際、その帰国者が日本で自立するための職場として発足。中国の家庭の味を"手作り"に近い製造方法で、一つずつ丁寧に作っています。

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

436 飛鳥の手作り 帆立シューマイ

帆立をたっぷり加えたジューシーでコクのある味わい。大きめで食べ応え満点です。蒸すか、レンジで温めて。

冷蔵 賞120日 大 小

6個 192g 500円(税540円) 通常税込 583円

帆立(青森県、北海道)

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

437 飛鳥の黒豚シューマイ 2パック

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

冷蔵 賞120日 大 小

12個180g×2 724円(税782円) 通常税込 842円

豚肉(国内産)

一回はおはれば舌の上に館のスープが♪

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

431 飛鳥の黒豚肉の焼き餃子

16個入

冷蔵 賞120日 米 大 小

16個280g 444円(税480円) 通常税込 526円

豚肉(国内産)

モチモチで美味しいと好評です!

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

432 徳用 飛鳥の黒豚水餃子

25個入

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

冷蔵 賞120日 米 大 小

25個 713円(税770円) 通常税込 835円

小麦(国内産)

一つひとつ丁寧に手作りで作っています

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

433 飛鳥の海鮮水餃子

15個入

豚肉にえび・帆立・干し貝柱を具にたっぷり加え国産小麦粉にほうれん草パウダーを混ぜた皮で包みました。

冷蔵 賞120日 米 大 小

15個 250g 454円(税490円) 通常税込 534円

小麦(国内産)、えび(ベトナム)

おいしい 中華まん 勢ぞろい

国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで温めて

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

434 飛鳥の手作りミニ肉まん 2パック

5個250g×2袋 768円(税830円) 通常税込 902円

【放】不検出 <3.7 <3.2

小麦(国内産)

組合員さんからの クチコミ

皮だけでなく、カレーあんが絶品!このカレーだけで食べてみたい!と思うほどです

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

435 飛鳥のカレーまん

3個入

手でほぐした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み国産小麦の皮で包みました。蒸すかレンジで温めて。

冷蔵 賞120日 米 大 小

3個270g 405円(税437円) 通常税込 477円

小麦(国内産)

自家製のねぎ油で味にコクを出しました

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

438 飛鳥の野菜まん

4個入

国産小麦使用の皮で国産のチンゲン菜、人参、きくらげ、椎茸、春雨で作った具を手作りで成形し包みました。

冷蔵 賞120日 小

4個240g 398円(税430円) 通常税込 466円

チンゲン菜(国内産)

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

439 飛鳥の黒豚肉まん

3個入

国産豚肉を使用した具を国産小麦使用の皮で包みました。是非蒸してお召し上がりください。

冷蔵 賞120日 大 小

3個270g 417円(税450円) 通常税込 489円

豚肉(国内産)

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

440 飛鳥のあんまん

4個入

ごまの風味がしっかりと利いた甘さ控えめの餡を、国産小麦の生地で包みました。蒸してお召し上がりください。

冷蔵 賞120日 小

4個240g 380円(税410円) 通常税込 444円

小麦(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

特別価格商品

お届け時の温度帯

冷蔵 冷凍品 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。

農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

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。

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。

アレルゲン表示

卵 卵 乳 牛 乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かにかにか

「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があるのでご注意ください。

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しょう!