

はじめよう!
健康で経済的なくらし

J 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

大切な
家族へ

便利&美味しい料理のお手伝い

赤城山西麓、標高600mに位置するグリンリーフさん。1年を通じて有機農産物や特別栽培基準の農産物を生産し、有機こんにゃく、添加物を使わない漬物、有機冷凍野菜、ミールキットなどに加工してお届けしています。

ミールキット誕生の背景

東日本大震災後、「忙しくても、家族には手料理を食べさせてあげたい」—そんな想いをもつ主婦のお手伝いができないかと、女性スタッフが中心となり開発が始まりました。家庭料理には基本“添加物”が入らないので、「家族に美味しい、且つ健康的で安全な食事」を提供できるよう企画を進めました。原料の野菜は最短でその日畠で採れた野菜を夕方からカット、日付が変わり袋詰めをして早朝5時に出荷します。子育てと仕事を両立できるように職場内に託児所も開設しました。農業は「育てる」という女性の感性が活かされ、そして食品加工は「食事」を家族のために作るという愛情が基本にあり美味しい健康的になります。これからその思いを大切に食卓のお手伝いをしていきたいです。



ミールキットは

- ①包丁不要
- ②下処理済み（煮るだけ、炒めるだけ）
- ③調理時間5～20分

と3拍子揃った便利な料理のセットです。グリンリーフさんは利便性だけでなく素材にもこだわり、自社農場を中心とした野菜を使い、タレや調味料なども化学調味料不使用で作っています。

ミールキットはP11にも掲載しています



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>



登録QRコードから
ネット注文登録

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

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 1/ 提出	24	25	26	27	28
定番品 1/ のお届け	31	2/1	2	3	4
特別企画品 2/ のお届け	7	8	9	10	11



グリンリーフ
群馬県・昭和村



託児所の様子



調理時間 準備品

約6分 油

1番人気

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量：1.21g

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。

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

8 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前(約410g) 798円(税込862円) 通常税込1037円

玉ねぎ（国内産）、豚肉（鹿児島県）

調理時間 準備品

約4分 油、卵3～4個

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン)、単品もやし、海鮮炒めソース、ガーリックソース

食塩相当量：3.3g

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

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

9 海鮮オムレツ

冷 賞届いて1～2日 え 大 小

2人前(約255g+もやし250g) 798円(税込862円) 通常税込1015円

玉ねぎ（国内産）、えび（ベトナム）

調理時間 準備品

約10分 油

子どもにも
食べやすいアジ

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(ajitha)

食塩相当量：3.2g

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。

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

11 豆アジの南蛮風炒め

冷 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前(約370g) 860円(税込929円) 通常税込1079円

アジ・玉ねぎ（国内産）

調理時間 準備品

約20分 お酢…大1

特

セット内容：カット野菜(葉ねぎ、ねぎ、えのき、きくらげ、しいたけ、ぶなしめじ)、醤油だし、欧風だし

食塩相当量：9.7g

国産のきのことねぎを使った、あたたかい汁で食べるにゅうめんです。生麺ならではの食感をお楽しみください。

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

10 きのこのあったか
生にゅうめん

冷 賞届いて1～2日

2人前(約395g) 750円(税込810円) 通常税込940円

葉ねぎ（国内産）、小麦粉（オーストラリア）

ダシとネギの
旨味がたまらない

特 新

セット内容：カット野菜(葉ねぎ、ねぎ、えのき、きくらげ、しいたけ、ぶなしめじ)、醤油だし、欧風だし

食塩相当量：9.7g

国産のきのことねぎを使った、あたたかい汁で食べるにゅうめんです。生麺ならではの食感をお楽しみください。

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

12 有機味付
玉こんにゃく

冷 賞届け130日 大 小

6個入 198円(税込214円) 通常税込238円

こんにゃく芋（群馬県）

調理時間 準備品

約140日 大 小

特

原材料：有機こんにゃく粉（群馬県産）、有機醤油（小麦を含む）、有機砂糖、食塩、かつおのふし/水酸化カルシウム（こんにゃく用凝固剤）

味付けは、カツオの節と
醤油、砂糖のみ

味がしっかりしていて、食感の良さも魅力です。湯煎するだけで手軽に食べられます。

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

14 味付やわらか
こんにゃく

冷 賞届け90日 大 小

6個入 198円(税込214円) 通常税込238円

こんにゃく芋（群馬県）

新

原材料：こんにゃく精粉（群馬県産）、有機醤油、有機砂糖、食塩、かつおのふし/水酸化カルシウム（こんにゃく用凝固剤）

3拍子揃った便利な料理のセットです。グリンリーフさんは利便性だけでなく素材にもこだわり、自社農場を中心とした野菜を使い、タレや調味料なども化学調味料不使用で作っています。

ミールキットはP11にも掲載しています

ミールキットは

5拍子揃った便利な料理のセットです。グリンリーフさんは利便性だけでなく素材にもこだわり、自社農場を中心とした野菜を使い、タレや調味料なども化学調味料不使用で作っています。

ミールキットはP11にも掲載しています

ミールキットは

5拍子揃った便利な料理のセットです。グリンリーフさんは利便性だけでなく素材にもこだわり、自社農場を中心とした野菜を使い、タレや調味料なども化学調味料不使用で作っています。

完全無農薬
を目指す

竹村さんの「いちご」

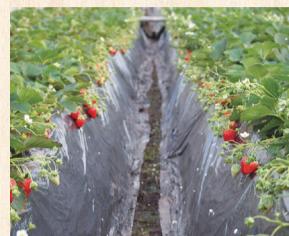
“万人に愛される赤い果実”として知られるいちごですが、その農薬の回数は慣行栽培で40回を超えてます。その中で竹村さんは「無農薬栽培」を目指す類を見ないいちご生産者です。

★毎年利積み重なる良質な「土」

山の土、卵の殻、カニ殻、海藻、魚粉、モミガラなどを使い自家製の有機質肥料(ボカシ肥)を作っています。また、松の実、アケビ、にんにくなどを黒砂糖に漬け込み、発酵熟成させた「天恵緑汁」も全て自家製にこだわっています。

★苗は「三代目」でようやくハウス栽培に…

竹村さんはまだ若い苗を買い、まずは自分の畑で育てます。その苗が成長して、子供の苗を出たらその子供の苗を成長させて…。これを3代繰り返しこの土地の自然環境に耐えた苗のみを、ようやくハウスで育て始めます。すでに土壤で生き延びた(強い生命力を持った)苗に過度な農薬や肥料の投与は必要ない、と竹村さんは語ります。



竹村さん (茨城県・かすみがうら市)

20 竹村さんのいちご

200g×2 880円(税込 950円)

茨城県

温州みかんの中でもやや大きめで高糖系の品種です。減農薬栽培。



江川さんの
大津みかん

23 1kg
380円(税込 410円)
24 5kg
1800円(税込 1944円)

神奈川県

甘みが強くて多汁な果肉。皮もむきやすくて食べやすい柑橘です。農薬0~3回。



無茶々園 (愛媛県・西予市)

25 1kg
554円(税込 598円)
26 3kg
1550円(税込 1674円)

愛媛県



30 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 320円(税込 346円)
山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

青森県



31 りんご(ふじ) 小玉

甘味、酸味、歯ごたえの三拍子が揃つた人気品種。蜜が入りやすく、果汁もたっぷりです。減農薬栽培。

4玉 420円(税込 454円)
静岡県 [放] 不検出 <4.0 <3.9

青森県

江川農園 (神奈川県・小田原市)

松永農園 (静岡県・静岡市)

赤羽根さん (栃木県・壬生町)

江川農園 (神奈川県・小田原市)

32 松永さんのポンカン

「ポンカン」ならではの独特の甘い香りが特徴で、サクサクした食感も心地よいです。農薬無散布。

約1kg 430円(税込 464円)

静岡県 [放] 不検出 <4.0 <3.9

愛媛県

33 赤羽根さんの
キウイフルーツ

ホルモン剤不使用の為、比較的小ぶりですが、キウイ本来の甘さがぎっしり詰まっています。農薬無散布。

200g 260円(税込 281円)

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

愛媛県

34 江川さんの
キウイフルーツ

樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。

500g 450円(税込 486円)

神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

江川農園 (神奈川県・小田原市)

35 松永さんのレモン

日向夏の偶発品種。レモン色の果皮でやさしい香りと甘さが特徴。皮が厚めなので包丁等で切って。農薬0~5回。

1kg 578円(税込 624円)

愛媛県

36 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。

1束(約100g) 115円(税込 124円)

栃木県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

40 しょうが

爽やかな香りは葉味として。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

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 <4.3

上野さん達 (栃木県・上三川町)

42 中村さんの
ベビーリーフ

毎年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

中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

43 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。

約450~600g 310円(税込 335円)

ベルー (トゥンベス地域)

ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)

37 バナナ

小規模農家が集まったインカバナ社より、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)

ベルー (トゥンベス地域)

38 にんにく

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

約100g 220円(税込 238円)

熊本県

39 大葉

独特の芳香を生かして葉味、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。農薬無散布。

10枚 145円(税込 157円)

熊本県

40 しょうが

爽やかな香りは葉味として。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

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

中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

42 中村さんの
ベビーリーフ

毎年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

中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

43 もやし

鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ

ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)

44 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。

約1kg 250円(税込 270円)

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

45 長島さんの
サニーレタス

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 170円(税込 184円)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

46 きゅうり

ハウス栽培にて農薬をできるだけ減らして栽培しました。そのまま、またはぬか漬け、三五八漬けなどでどうぞ。

3本 230円(税込 248円)

熊本県

47 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 276円(税込 298円)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

48 サラダスナップ

さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農薬使用を最小限に。

約100g 276円(税込 298円)

埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

井上さん (埼玉県)、岩下さん達 (熊本県)

49 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

50 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

今村さん達 (北海道・栗山町)

51 大木さんの中玉トマト

常緑市でトマト農家を営んでいる大木正一さんから息子さんの陽介さんに引継いでおり、農薬や化学肥料にできるだけ頼らない栽培方法でトマトの栽培をおこなっています。代々大木さんの中玉トマトの品種は「フルティカ」トマトといい、中玉サイズの中でも栽培が難しいとされています。しかし、果実はもちろん「皮から甘い」を感じるほどフルーティな味わいで、

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)

90 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

91 北海道つぶコーン

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

凍 300g 227円(税込245円)
とうもろこし(北海道)

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

92 5種のお豆ミックス

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 大

300g 262円(税込283円)
大豆(北海道)

ビールのおつまみ、おやつにも♪



日本生活協同組合連合会

93 北海道のそのまま枝豆

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

凍 大

250g 278円(税込300円)
枝豆(北海道)



菊田商店(東京都・練馬区)

94 煮豆 とら豆

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

冷 (賞)90日 米

150g 324円(税込350円)
とら豆(北海道)



菊田商店(東京都・練馬区)

95 昆布豆

秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮締まり、ふくらと仕上がりです。

冷 (賞)90日 米 大 小

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



八幡屋(茨城県・古河市)

96 福神漬(2個組)

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

冷 (賞)90日 米 大 小

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



小田原屋(福島県・郡山市)

97 里ごぼう

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

冷 (賞)180日 米 大 小

100g 417円(税込450円)
ごぼう(国内産)



やまだ(和歌山県・御坊市)

98 めはり高菜漬ほんまもん

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。

冷 (賞)120日

150g 460円(税込497円)
高菜(国内産)



グリンリーフ(群馬県・昭和村)

16 糖しづぱり大根

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

冷 (賞)30日 米

250g 310円(税込335円)
大根(国内産)



グリンリーフ(群馬県・昭和村)

17 農家で漬けた白菜漬け

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

冷 (賞)9日 米

250g 250円(税込270円)
白菜(国内産)



グリンリーフ(群馬県・昭和村)

18 白菜の手もみ漬け

旬の白菜、きゅうり、人参を食塩と米酢、昆布だけで浅漬けにしました。

冷 (賞)7日 米

200g 260円(税込281円)
白菜(国内産)



グリンリーフ(群馬県・昭和村)

19 大根だしで漬けた浅漬け三昧

国内産の白菜、きゅうり、大根、人参をシンプルな原料で浅漬けにしました。

冷 (賞)6日 米 大 小

200g 275円(税込297円)
白菜(国内産)



グリンリーフ(群馬県・昭和村)

104 農家で漬けたゆず白菜

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

冷 (賞)9日 米

250g 250円(税込270円)
白菜(国内産)



趙さんの味(宮城県・仙台市)

101 趙さんの味 はさみ込みキムチ

冷 (賞)14日 え 米

1kg 510円(税込551円)

米ぬか(和歌山県)



趙さんの味(宮城県・仙台市)

102 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 (賞)14日 え 米 大 小

200g 365円(税込394円)

白菜(国内産)、唐辛子(中国)

700g 435円(税込470円)

米(国内産)

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たちが作っています。

こう見るといかがでしょう？

ご飯はとても経済的で家計の強い見方にもなります。

ご飯1杯31円

金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円で試算した場合です

鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励む水海道東町特栽米耕作者組合より。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)

JJA常総ひかり・東町特栽米組合(茨城県・常総市)

31円

120円
葉子パン1つ
(ごはん3.9杯)

150円
ペットボトル1本
(ごはん4.9杯)

200円
カップラーメン1つ
(ごはん6.5杯)

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「もみ搾」「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) 無農薬

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)

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・無化学生物栽培です。

山形・おきたま興農舎

502041 つや姫(白米) 2kg 無農薬 1630円(税込1760円)

502042 つや姫(玄米) 2kg 無農薬 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・高畠町)

茨城県守谷市で有機農業を営んでいる横瀬さん。自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学生物肥料で育てました。

横瀬さんの無農薬米(こしひかり)

106 白米 2kg 1380円(税込1490円)

107 玄米 2kg 1260円(税込1361円)

アグリ古柿土・横瀬さん(茨城県・守谷市)

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

やまとのお米(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やまと稲作部会(茨城県・石岡市)

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に

(無農薬)

からだを温めて免疫力アップ!

酒粕+たっぷり具材で

粕汁



水産品

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

凍ったままさっと洗って加熱してください



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

111 国内産冷凍あさり

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

凍

賞30日

200g 386円(税込417円)

あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県) [放] 不検出<3.4<4.0



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

112 涸沼のしじみ(冷凍)

全国でも有数の産地、地元涸沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。

凍

賞30日

200g 393円(税込424円)

やまとしじみ(茨城県) [放] 不検出<3.6<3.8

特



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

108 德用 雄武秋鮭切身(無塩)

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の切身を德用パックにしました。

凍

賞30日

10切 500g 1200円(税込1296円)通常税込1393円

秋鮭(北海道)



高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市)

109 瀨の酒粕

灘の生一本で知られる酒どころならではの香味豊かな酒粕。半練タイプなので、そのまま粕汁や甘酒に使えます。

冷

賞90日

米(国内産)

200g 250円(税込270円)通常税込292円



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

110 海鮮寄せ鍋(スープ付)

赤魚切身(4切100g)、すくそだら切身(4切100g)、かさ(4個60g)、ホタテ(4個60g)、かに(4個40g)、スープのセットです。

凍

賞180日

かき(デスマーカス・アメリカ)

5切360g+スープ80g 980円(税込1058円)通常税込1134円

かき(アリカ・ロシア・ヒラメ)

5切360g+スープ80g 980円(税込1058円)通常税込1134円

三陸・萩浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。

かきの豆乳粕汁



まるたか水産(宮城県・石巻市)

113 萩浜湾で育ったプリプリ冷凍かき

かき(宮城県)



お届けは2月2回になります

凍

賞90日

200g 420円(税込454円)通常税込464円

[放] 不検出<3.2<4.5

かき(宮城県)

かき(宮城



ヤマボシ(静岡県・焼津市)

139 焼津港のとろかつお刺身用

7月~10月にかけて日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰯です。生きたまま凍結した原料なので鮮度は抜群。もちろんとした身質です。

凍(賞)30日

170g (2個) 540円(税込 583円) 通常税込 594円
かつお(日本太平洋沖合北部)

ヤマボシ(静岡県・焼津市)

140 焼津港のめばちまぐろ中落ち風

めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。

凍(賞)30日

100g 555円(税込 599円) 通常税込 610円
めばちまぐろ(太平洋)

ヤマタ水産(愛知県・名古屋市)

141 篠島産釜揚げしらす 2個組

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

冷(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)**大集合! 全国味めぐり**

武田食品(兵庫県・洲本市)

142 いかなご釣煮

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

冷(賞)90日 米大小

80g 590円(税込 637円) 通常税込 648円
いかなご(兵庫県)

获れたてのほたるいかを、極めて鮮度が良いうちに山米オリジナルのタレに漬け込み、4日間熟成させました。

山米(兵庫県・新温泉町)

143 ほたるいか醤油麹漬け

凍(賞)90日 米大小

100g 447円(税込 483円) 通常税込 494円
ほたるいか(兵庫県)

まるだか水産(宮城県・石巻市)

144 がせみそ(うに味噌漬)

旬の時期(6月~8月)の宮城県産天然さたまらささうにを使用。仙台味噌、砂糖、日本酒で味付けしました。

凍(賞)90日 米大

80g 610円(税込 659円) 通常税込 680円
きたむらささうに(宮城県)

千倉水産加工販売(宇賀郡・船橋市)

145 しめさばかぶら漬

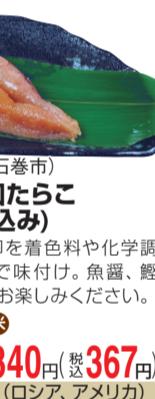
国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし独自の調味酢に漬け、かぶ、人参、生姜をのせ、かぶら漬に。

凍(賞)180日 米大小 210g 498円(税込 538円)
真さば(国内産)**146 三陸岩手 いかの糸造り**凍(賞)180日 80g 448円(税込 484円)
するめいか(三陸)**山陰・浜坂港よりお届け 山本さん厳選の魚介類**

山米の山本さん

**150 ほたるいか沖漬け**

高鮮度のうちに特製の醤油だれ(天然醸造醤油、三河みりん、料理酒「蔵の素」)に漬け込みました。

凍(賞)米大小 100g 360円(税込 389円) 通常税込 410円
ほたるいか(兵庫県)**147 魚屋さんの混ぜちらめん**

国産の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁物の、パスタなど幅広く使えます。

凍(賞)30日 え

50g 330円(税込 356円)
しらす(遠州灘~伊勢湾)**148 無添加たらこ(切子込み)**

すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わないで味付け。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。

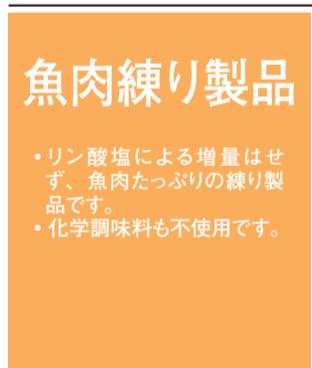
凍(賞)30日 米

60g 340円(税込 367円)
すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)**151 はたはた下処理済み**

山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて。天ぷらの真似にも。

凍(賞)90日 100g 5~7尾 298円(税込 322円)
はたはた(兵庫県)**152 山かれい切り身**

浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。上品な白身で地元で人気です。

凍(賞)90日 150g 268円(税込 289円)
山かれい(兵庫県)**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。**153 長崎うずら天**

うずら卵を丸ごとすり身で包んだ揚げ蒲鉾です。おでんの1品や煮物、お弁当のおかずにも。

冷(賞)30日 卵米

3個入 290円(税込 313円)
魚肉・うずら卵(国内産)**154 長崎いか天**

いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。

冷(賞)7日 米

30g×4 270円(税込 292円)
すけそうだら(北海道、アメリカ)**160 曲がりネギちらめん揚げ**

曲がりネギの自然な甘さとちりめんの塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍、または軽く炙って。

冷(賞)180日 米

100g 306円(税込 330円) 通常税込 340円
すけそうだら(北海道)**155 長崎甘鯛入りさつま揚げ**

長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。

冷(賞)7日 卵米

25g×5 368円(税込 397円)
甘鯛(長崎県)**156 長崎漁師揚げ**

あじ、さわらなど長崎近海の魚100%を主原料に、食感に弾力を出し、薄く揚げた蒲鉾。

冷(賞)7日 卵

100g 290円(税込 313円)
雑魚(長崎県)**157 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クトウダラをメインに魚肉をブレンド。

冷(賞)8日 米

4枚120g 250円(税込 270円)
スクトウダラ(国内産)、エソ(タイ)**162 焼ちくわ**

石巻港水揚の小魚と北海道無リンスケソウタラすり身を混ぜ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわ。

冷(賞)180日 卵米

7本224g 360円(税込 389円)
スケソウタラ(北海道)**158 長崎 彩り茎わかめ天**

具材に枝豆、茎わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。

**159 長崎 もずく天**

白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にもずくをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。

冷(賞)8日 え米

2枚 368円(税込 397円)
魚肉(国内産・タイ)、もずく(国内産)**165 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。

冷(賞)180日 卵米

4枚200g 395円(税込 427円)
すけそうだら(北海道)**166 おでん種セット**

7種13品380g 759円(税込 820円) 通常税込 842円

すけそうだら(北海道)

お届けは2月2回になります

常総生協の定番! 鶏モモおでん

関東味のおでん
・味付け：濃口しょうゆに砂糖と酒を加える甘辛い味
・煮込み方：ぐつぐつ煮込む
・具材：ちくわぶ・はんぺんなど練り物が中心

関西味のおでん
・味付け：薄口しょうゆにみりんと塩を加えるあっさり味
・煮込み方：あっさり煮込む
・具材：牛すじ、タコ、コロ(クジラの皮)など

田仲さん達(茨城県・桜川市)

167 つくば茜鶏 モモ凍 180日
茨城県

ジューシーでしっかりと肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

**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でお届けしています。他はない逸品です!

2月1回より中津ミートの精肉は「丹沢高原豚」～に名称が変更になります。詳しくは、今週のニュースレターで掲載しています。宜しくお願ひいたします。



238円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
177 丹沢高原豚 モモしゃぶしゃぶ用
脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。
冷 4日
200g 440円(税込 475円)通常税込 481円
神奈川県

232円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
178 丹沢高原豚 モモスライス
脂身の少ない赤身の多い部位。厚さ3mm。
冷 4日
200g 430円(税込 464円)
神奈川県

295円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
179 丹沢高原豚 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 6日
2枚200g 545円(税込 589円)通常税込 594円
豚肉(神奈川県)

299円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
180 丹沢高原豚 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ました。ほんのりピリ辛です。
冷 6日
200g(固形量約80g×2) 554円(税込 598円)
豚肉(神奈川県)

175円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
181 丹沢高原豚 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。
冷 120日
米大小 200g 324円(税込 350円)
豚レバー(神奈川県)

386円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
182 丹沢高原豚 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 6日
200g(固形量約150g) 715円(税込 772円)通常税込 778円
豚肉(神奈川県)

243円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
183 丹沢高原豚 モモ一口カツ用
赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。
冷 4日
200g 449円(税込 485円)通常税込 490円
神奈川県

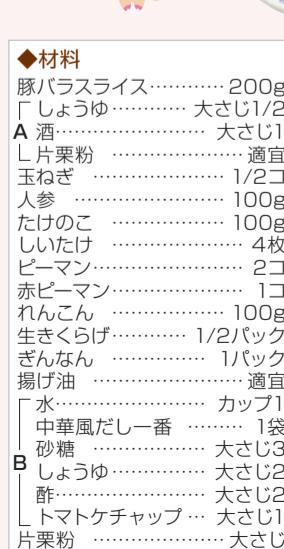
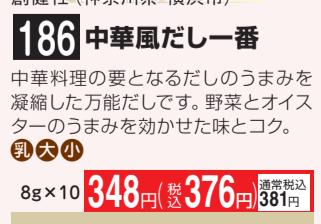
195円/100g 特

中津ミート(神奈川県・愛川町)
184 丹沢高原豚 小間切
各部位から集めています。
冷 4日
200g 360円(税込 389円)
神奈川県

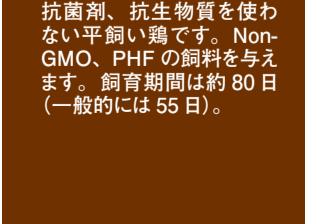
巻き巻きやわらか酢豚

◆材料	
豚バラスライス	200g
「しょうゆ」	大さじ1/2
A 酒	大さじ1
L 片栗粉	適宜
玉ねぎ	1/2コ
人参	100g
たけのこ	100g
しいたけ	4枚
ピーマン	2コ
赤ピーマン	1コ
れんこん	100g
生きくらげ	1/2パック
ぎなん	1パック
揚げ油	適宜
水	カップ1
中華風だし一番	1袋
砂糖	大さじ3
「しょうゆ」	大さじ2
酢	大さじ2
B トマトケチャップ	大さじ1
片栗粉	大さじ1

- ◆作り方
- 1 豚肉はAのしょうゆ、酒をからめ1枚ずつ丸めておく。
 - 2 玉ねぎはくし形に切る。人参、たけのこ、ピーマン、れんこんは乱切り、しいたけは石づきを取り2つ切り、きくらげは食べやすい大きさに切つておく。
 - 3 玉ねぎ、人参、ピーマン、れんこんは素揚げし、Aの片栗粉をまぶした①も揚げておく。
 - 4 フライパンにBとしいたけ、きくらげ、たけのこ、ぎんなんを入れ火にかけ、透明になってとろみがつくまでかき混ぜる。
 - 5 ④に③を入れからめたら器に盛る。

**鶏肉**

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





田仲さん達(茨城県・桜川市)

191 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 冷蔵 180日

400g 525円(税込 567円)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

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 冷蔵 180日

400g 525円(税込 567円)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

193 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 冷蔵 180日

250g 490円(税込 529円)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

194 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 冷蔵 180日

250g 490円(税込 529円)

茨城県

ピリ辛牛丼

◆材料(2人分)

牛小間切	160g
玉ねぎ	1/2個
人参	3cm
レタス	1/4玉
ごま油	適量
ご飯	茶碗2杯
葉ねぎ(小口切り)	適宜
「砂糖	小2
「酒	大2
A 醤油	大1
コチュジャン	大1
「にんにく(すりおろし)	1片



2人分

301円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

198 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 冷蔵 30日

160g 445円(税込 481円)通常税込 491円

福岡県、大分県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

195 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 冷蔵 180日

500g 660円(税込 713円)

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

196 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 冷蔵 180日

250g 240円(税込 259円)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

197 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、何にでも使えます。

冷 冷蔵 6日

200g 830円(税込 896円)

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

199 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 冷蔵 30日

250g 698円(税込 754円)

茨城県



福永産業(福岡県・遠賀町)

200 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用×2

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。

凍 冷蔵 30日

170g×2 1810円(税込 1955円)

鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

201 国産牛モモスライス

モモ肉を2~3mm程度にスライス。

凍 冷蔵 30日

170g 550円(税込 594円)

福岡県、大分県



福永産業(福岡県・遠賀町)

202 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 冷蔵 30日

200g 400円(税込 432円)

福岡県、大分県

畜産加工品

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



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

203 鎌倉マイルド ポークワインナー×2

焼き塩を使用しているので塩力がとれてマイルドに仕上がっています。

冷 冷蔵 10日

94g×2 335円(税込 362円)

豚肉(国内産) [放] 不検出 <4.4 <4.1



豚ウデ肉と、食塩、砂糖、香辛料のみを使い、国産チップで丁寧にスマーケした風味豊かな逸品です。



中津ミート(神奈川県・愛川町)

208 中津皮なし ベビーワインナー

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ワインナー。

冷 冷蔵 7日

120g 278円(税込 300円)

豚肉(国内産)



サツラク農協(北海道・札幌市)

209 中津ショルダー ベーコンスライス

冷 冷蔵 7日

100g 375円(税込 405円)通常税込 410円

豚肉(国内産)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

210 中津 ロースステーキ 香味焼用

豚口ースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。ご家庭で焼いてお召し上がり下さい。

凍 冷蔵 180日 小

49g×3 275円(税込 297円)

豚肉(国内産)



中津ミート(神奈川県・愛川町)

211 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

肉の合挽肉を使用。甘酢仕上げ。美味しい、安心できる肉団子です。

冷 冷蔵 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)

212 村山さんの チャーシュー

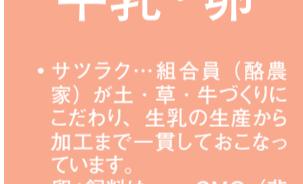
村山さんがじっくり漬け込みました。

チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズボーク使用。

冷 冷蔵 7日 米大小

200g 470円(税込 508円)通常税込 518円

豚肉(茨城県)



サツラク農協(奈良県・和歌山県、三重県)

213 完熟梅ジャム

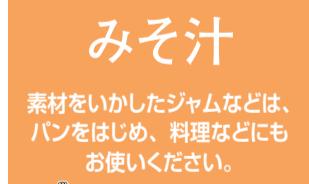
完熟の南高梅をピートグラニュー糖

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。

冷 冷蔵 60日 150g 410円(税込 443円)

梅(奈良県、和歌山県、三重県)



森食品(長野県・千曲市)

616 完熟杏ジャム

木で完熟した杏を使用。杏特有の酸味と甘さをいかした風味です。

人工的にペクチンを使わないので軟らかめでさらさらとしたジャムです。

245g 420円(税込 454円)通常税込 464円



大紀コーポファーム(奈良県・五條市)

217 国産野菜のお味噌汁

国産の野菜をふんだんに使用したフ

リーズドライのお味噌汁。お湯だけで出

来立てのおいしさが味わえます。

冷 冷蔵 7日 9種×各3食

1080円(税込 1166円)通常税込 1188円

野菜(国内産)



宇治田農場(茨城県・石岡市)

6 宇治田さんの 平飼い卵

多量の自家牧草+地元産主体の飼

料を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れ

る卵です。薬・抗生物質不使用。

冷 冷蔵 7日 卵

330円(税込 356円)

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

※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)

218 6枚

270円(税込292円)

219 8枚

270円(税込292円)

220 ノースライス

260円(税込281円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります



[放] 不検出 <3.9 <3.8

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

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

221 8枚

425円(税込459円)

222 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



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)



クーロンヌ

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

(賞届いて2日 小)

226 半斤3枚

140円(税込151円)

227 1斤6枚

270円(税込292円)

小麦(アメリカ、他)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!



ハッコーエンピツ(千葉県・千葉市)

238 ブリュッセルワッフル

原材料:小麦粉、牛乳、卵、植物油脂、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 卵乳大小

約65g×6 605円(税込653円)

小麦(カナダ、他)

外はカリッと中はモチモチした食感が楽しめます

池田食品(埼玉県・所沢市)

241 ママンモチモチ手のばしナン

手のばしで焼き上げたもっちり食感。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

凍 小

210g(3枚入り) 300円(税込324円)

小麦(北海道)

242 レンジdeほっこりカレーパン

原材料:小麦粉とバター、砂糖などの素材だけで練り上げた生地で、保存料や着色料・アミノ酸も不使用。

凍 乳大小

90g×3個 497円(税込537円)

小麦(国内産)

パンは再利用しますので必ずご返却ください

茨城県有機栽培
バジル使用

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

246 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。

冷(賞)14日以上 乳

30g 199円(税込215円)

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

245 鈴木牧場スカモルツア(ブレーン)

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。

冷(賞)7日以上 乳

40g 292円(税込315円)

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1

ホリ乳業(石川県・金沢市)

247 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)

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

冷(賞)21日 乳

380g 550円(税込594円)

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

Le·Lourdes(神奈川県・中井町)

223 パン・ド・ミ(全粒粉食パン)

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 小

1斤 300円(税込324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



230 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 162円(税込175円)

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



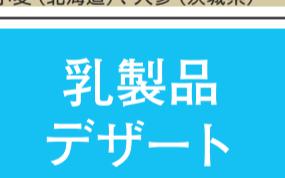
234 にんじんベーグル

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(税込227円)

小麦(北海道)、人参(茨城県)



235 小豆ベーグル

国産小豆を生地にたっぷりと混ぜ合わせました。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(税込210円)

小麦粉・小豆(北海道)

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、そのままでも美味しいお召し上がり頂けます。

凍(賞)30日 乳米大小

1個 216円(税込233円)

小麦粉(北海道)、チョコ(国内産)



248 腸内活性ヨーグルメイト(加糖)

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

冷(賞)21日 乳

90g×3 465円(税込502円)

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



252 よつ葉のむヨーグルト(やさしい甘さ)

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷(賞)21日 乳

250g 176円(税込190円)

生乳(北海道)

253 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(税込192円)

牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5

254 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。

冷(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

255 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濃厚な黒ごまの風味が活きた黒ごまプリンです。

冷(賞)30日 卵 乳 大

80g×4 298円(税込322円)

豆乳(国内産)

256 べに花ハイプラスマーガリン

べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まろやかでコクのあるマーガリンです。

冷(賞)21日 乳 大

180g 296円(税込320円)

生乳(北海道)

257 よつ葉のむヨーグルト(国産みかん&ゆず)

やさしい甘さのみかんにゆずを加え、香り豊かに仕上げました。国産柑橘の素材をいかした美味しさです。

冷(賞)21日 乳

250g 166円(税込179円)

生乳(北海道)、みかん・ゆず(国内産)

258 よつ葉のむヨーグルト(国産みかん)

やさしい甘さのみかんのみで、濃厚な味わいです。

冷(賞)21日 乳

250g 166円(税込179円)

生乳(北海道)

2



冷 冷
届いて4日 大
丸和食品(東京都・練馬区)
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。

258 ミニもめん豆腐

150g×2 180円(税込194円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



使い切り少量パック

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

259 ミニきぬ豆腐

150g×2 175円(税込189円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



263 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。

冷 冷
届いて4日 大

200g 240円(税込259円)

ゆず(愛媛県) [放] 不検出 <1.0 <1.0



264 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 冷
届いて3日 大

2枚 220円(税込238円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.7



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。

冷 冷
賞7日 米大小

35g×3 148円(税込160円)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.2 <4.2



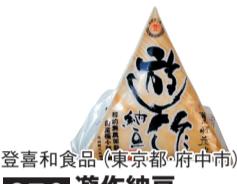
269 水府納豆ミニ3個

(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

冷 冷
賞10日 米大小

40g×3 140円(税込151円)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4



270 遊作納豆

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

冷 冷
賞9日 米大小

80g 206円(税込222円)

大豆(茨城県) [放] 137Cs=3.7



丸和食品(東京都・練馬区)

262 押し豆腐

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

冷 冷
賞21日 大

220g 235円(税込254円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



みそ汁やうどんの具としても



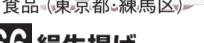
265 きざみ揚げ(冷凍)2袋

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

凍 冷
大

100g×2 416円(税込449円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



丸和食品(東京都・練馬区)

266 絹生揚げ

絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。

冷 冷
賞届いて4日 大

230g 205円(税込221円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5

おでんにも
おすすすめ!



丸和食品(東京都・練馬区)

267 鍋物種セット

餅入りきんちゃん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 冷
賞届いて3日 え米大

3種6個 375円(税込405円)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.5

納豆と一緒に



JAやまと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

271 十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)

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

冷 冷
賞9日 米大小

40g×2 172円(税込186円)

大豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.4

4個入

JAやまと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

272 やさとの半熟たまご(温玉)

非遗伝子組換え飼料で育てたやまと産直卵を温泉たまごにしました。

冷 冷
賞10日 卵

4個(タレ無) 206円(税込222円)

卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

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。



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。

冷 冷
賞7日 米大小

35g×3 148円(税込160円)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.2 <4.2



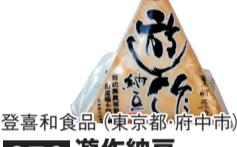
269 水府納豆ミニ3個

(タレ・カラシ付)
茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

冷 冷
賞10日 米大小

40g×3 140円(税込151円)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4



270 遊作納豆

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

冷 冷
賞9日 米大小

80g 206円(税込222円)

大豆(茨城県) [放] 137Cs=3.7



登喜和食品(東京都・府中市)

271 十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)

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

冷 冷
賞9日 米大小

40g×2 172円(税込186円)

大豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.4

日用品 海藻・麺類

- ・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。



273 上州産徳用こんにゃく

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

冷 冷
賞60日

450g 110円(税込119円)

こんにゃく粉(群馬県) [放] 不検出 <4.2 <3.7



274 上州産徳用しらたき

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

冷 冷
賞60日

400g 110円(税込119円)

こんにゃく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



275 洗いもぞく

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

冷 冷
賞10日 米

200g 240円(税込259円)

もぞく(沖縄県) [放] 不検出 <3.8 <4.0

伝統の素潜り漁で丁寧に収穫しています



276 淡路島 天然わかめ(塩蔵)

淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。

冷 冷
賞90日

150g 410円(税込443円)

わかめ(兵庫県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



277 国産あかもくめかぶミックス

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

冷 冷
賞40日

40g×3 330円(税込356円)

あかもく

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

全品特価

1ページでグリンリーフさんの特集をしています!

白身魚の旨味と野菜がマッチ



調理時間 準備品
約5分 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、パブリカ)

食塩相当量: 1.0g

グリンリーフ(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。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。

冷 (賞)届いて1~2日 米大小

2人前 (約375g) 850円(税込918円) 通常税込918円 玉ねぎ(国内産)、シラ(長崎県)

肉と大根のさっぱりした味わい



調理時間 準備品
約7分 油

セット内容: カット野菜(大根、人参、小松菜)、調理肉

食塩相当量: 1.63g

グリンリーフ(群馬県・昭和村)

289 鶏肉入り大根きんぴら

新鮮な野菜セットと鶏肉入りの本格的なタレがついたきんぴらキットです。

冷 (賞)届いて1~2日 米大小

2人前 (約420g) 720円(税込778円) 通常税込778円 大根(国内産)、鶏肉(山口県)

豆腐入りでふんわり食感



調理時間 準備品
約5分 油

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

食塩相当量: 1.5g

グリンリーフ(群馬県・昭和村)

290 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

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

冷 (賞)届いて1~2日 卵米大小

2人前 (約450g) 778円(税込840円) 通常税込998円 豆腐・玉ねぎ(国内産)

えび・イカの旨味がたっぷり



調理時間 準備品
約7分 ごま油・白飯

セット内容: 海鮮塩炒めソース、カット野菜(白菜、玉ねぎ、人参、ニラ)、野菜ブイヨン

食塩相当量: 1.82g

グリンリーフ(群馬県・昭和村)

291 海鮮中華丼の具(塩)

野菜セットとえびやイカ入りの本格海鮮ソース、味が決まる野菜ブイヨンが入った塩ベースの中華丼です。

冷 (賞)届いて1~2日 卵大小

2~3人前 (約430g) 945円(税込1021円) 通常税込1134円 ハクサイ(国内産)、スルメイカ(青森県)

シャキシャキ野菜がたっぷり



調理時間 準備品
約10分 油

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

やまと農業協同組合(茨城県・石岡市)

292 小松菜がたっぷりねぎの和風炒め

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

冷 (賞)届いて1~2日 卵大小

2人前 (約630g) 720円(税込778円) 通常税込821円 小松菜(国内産)

もっちり麺がピリ辛スープに絡む



調理時間 準備品
約6分 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

グリンリーフ(群馬県・昭和村)

293 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坦々の素に、もっちり麺と濃厚なスープがセットになりました。

冷 (賞)届いて1~2日 卵大小

2人前 (約490g+もやし250g) 1036円(税込1119円) 通常税込1296円 小麦粉(神奈川県)、にら(国内産)

や湯煎でOKなものさ!

フライパンや鍋一つでできちゃう



つかさ食品(千葉県・南房総市)
6~12枚

294 いわし蒲焼用(タレ付)

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

凍 (賞)180日 米大小

6~12枚180g+タレ50g 398円(税込430円) 真いわし(国内産)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
6~8個

295 さんまチーズサンド

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

凍 (賞)180日 乳小

6~8個150g 380円(税込410円) 通常税込427円 さんま(国内産)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
6~11枚

296 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)

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

凍 (賞)180日 米大小

6~11枚150g+タレ50g 365円(税込394円) 通常税込405円 真あじ(千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.7

少し唐辛子が入っています



ダイマツ(鳥取県・米子市)

297 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 (賞)180日 米
220g 335円(税込362円) さわら(国内産、韓国)

生姜が効いた甘辛い味が食欲をそそります



秋川牧園(山口県・山口市)
25個入

298 鶏の生姜焼き

若鶏むね肉のスライスを特製だれに漬込み、味付け済なので解凍後炒めるだけでおかずが1品できます。

凍 卵大小

200g 361円(税込390円) 鶏肉(国内産)

さっぱりしたクセのない美味しいさ試食で大好評!



299 ヨコハマの餃子

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

凍 卵大小

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

皮がもっちり



301 えびにら餃子

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

凍 卵米大小

18g×10 385円(税込416円) えび(インドネシア、ベトナム、他)

大進食品(神奈川県・横浜市)
25個入

300 マム 女性のための餃子(国産きくらげ入)

国産乾燥きくらげを使用し、ににく等を使っておりませんのでくせのない食べやすい餃子になっています。

凍 大小

18g×20 543円(税込586円) キャベツ・小麦・豚肉・きくらげ(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.4

手軽に本格的なチャプチを楽しめます



302 冷凍ナムルセット(2個組)

カラミノフーズ(東京都・新宿区)
150g×2 900円(税込972円) 通常税込994円

大黒淡水(静岡県・焼津市)
70g×2 たれ・山椒付

303 うなぎ蒲焼 70g×2

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

凍 卵大小

70g×2、たれ・山椒付 1960円(税込2117円) 通常税込2225円 うなぎ(愛知県)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
25個入

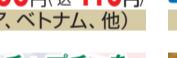
304 骨までやわらかさんまみぞれ煮

加圧処理済みで湯煎10分で骨まで食べられます。粗目の大根おろしを加えたタレでみぞれ煮にしました。

凍 米大小

75g×2 398円(税込430円) さんま(国内産)

鶏肉の美味しいと醤油タレの優しい風味がよくマッチ!



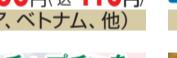
305 やきとりセット

秋川牧園の若鶏を使用した、もも・つぐねの各3本組セット。湯煎またはレンジで。

凍 卵米大小

180g (2種各3本) 639円(税込690円) 鶏肉(山口県、他)

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



306 チャプチ

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

凍 卵米大小

180g×2 599円(税込647円) 春雨(国内産)

甘辛い韓国風の焼肉「プルコギ」を丼用の具にしました。湯煎してご飯にかけて。炒めた野菜を添えても。



<



管原食品販売(宮城県・塩竈市)

311 天ぷらセット(濃縮たれ付)

凍米大小

200g(2人前、5種×2個) 537円(税込580円) 通常税込594円

かぼちゃ、さつまいも(国内産)

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



312 関西風きつねうどん

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

凍米大小

2食520g 320円(税込346円)

小麦(国内産)

国産野菜・小麦使用
トースター仕上げでサクサクに

313 野菜かき揚げ

国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遗伝子組み換えた菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。

凍米大小

4個260g 430円(税込464円)

玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)

調理例:
カレーうどん

314 冷凍 稲庭風うどん(5食入)

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

凍米大小

200g×5 396円(税込428円) 通常税込441円

小麦(国内産)

茹で時間約1分

ニッキー(東京都・渋谷区)

315 野菜たっぷりチャンポン

沸騰した湯に煮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。

凍米大小

280g(麺130g) 380円(税込410円)

小麦(国内産)

組合員さんからの
クチコミ

出身が九州なので、味が本場

ものに近くとっても美味しい。他と比べ物にならないか

ら楽しみにしています。

ニッキー(神奈川県・大和市)

316 鶏つくね

若鶏のムネ肉に鶏皮を加えてジューシーさを出

し塩麹で旨味を引き出した柔らかい食感の鶏

だんご。加熱調理済みなですぐに使えます。

凍卵米大小

200g 338円(税込365円)

いわし(国内産)

残った鍋汁も
最後まで♪

秋川牧園(山口県・山口市)

317 いわしごぼうつみれ

国産いわし、トビウオのすり身に、ご

ぼうを加えました。

凍米(賞)120日 米小

180g 335円(税込362円)

いわし(国内産)

残った鍋汁も
最後まで♪

秋川牧園(山口県・山口市)

318 鶏鍋セット(塩)

秋川牧園(山口県・山口市)

550g(鶏肉・つくね各200g)
スープ150g) 1009円(税込1090円) 通常税込1133円

鶏肉(山口県、他)

秋川牧園(山口県・山口市)

319 中華風根菜煮・青椒肉絲風
カップ入おかず

秋川牧園(神奈川県・大和市)

320 ママのミニハンバーグ

秋川牧園(神奈川県・大和市)

321 エビカツフライ

秋川牧園(神奈川県・大和市)

322 ミニポテトオープントースター用

秋川牧園(北海道・京極町)

323 とりがらスープ

秋川牧園(北海道・京極町)

324 フライドチキン(骨なし)

秋川牧園(山口県・山口市)

325 からあげ

秋川牧園(山口県・山口市)

326 スパイシーささみカツ

秋川牧園(山口県・山口市)

327 黒豚メンチカツ

秋川牧園(山口県・山口市)

328 砂肝ゆずこしょう炒め

秋川牧園(山口県・山口市)

329 蛸まで丸ごとえびのアヒージョ

秋川牧園(山口県・山口市)

330 スパゲティナボリタン

秋川牧園(北海道・北広島町)

331 関西風お好み焼き

秋川牧園(北海道・北広島町)

332 ふんわり豆腐ハンバーグ2パック

秋川牧園(神奈川県・大和市)

333 アップルパイ

秋川牧園(兵庫県・淡路市)

334 アーモンドクッキー

秋川牧園(兵庫県・淡路市)

335 カスタードクリームブッセ

秋川牧園(兵庫県・淡路市)

336 夢中熱中抹茶とあずきの最中

久保田食品(高知県・南国市)

337 バニラアイスクリーム

久保田食品(高知県・南国市)

338 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

339 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

340 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

341 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

342 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

343 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

344 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

345 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

346 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

347 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

348 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

349 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

350 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

351 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

352 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

353 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

354 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

355 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

356 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

357 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

358 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

359 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

360 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

361 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

362 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

363 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

364 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

365 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

366 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

367 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

368 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

369 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

370 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

371 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

372 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

373 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

374 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

375 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

376 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

377 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

378 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

379 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

380 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

381 ごまアイス

久保田食品(高知県・南国市)

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っています。
※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。

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



佐賀県産ひよくもちでつくった生地を焼上げました。
賞120日 米 大

30g 209円(税込226円) 通常税込
もち米 (佐賀県)

原材料: 小麦粉(小麦(国産))、砂糖(三温糖)、鶏卵、植物油脂(バーム油)、米飴/膨張剤(重曹)
賞60日 卵 米 小
130g 223円(税込241円) 通常税込
小麦粉 (国内産)

原材料: 黒砂糖、小麦粉、水飴、鶏卵、膨張剤(重曹、重炭酸アンモニウム)
賞90日 卵 小
8本 247円(税込267円) 通常税込
さとうきび (タイ)、小麦 (国内産)

原材料: うるち米、ごま、醤油、麦芽糖、でんぶん
賞120日 米 大小
7枚 350円(税込378円) 通常税込

原材料: うるち米、醤油、麦芽糖、でんぶん
賞180日 米 大小
7枚 350円(税込378円) 通常税込
コーヒー豆 (インドネシア)



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、北海道産小豆を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) 通常税込
小麦 (国内産)

1個58g 111円(税込120円) 通常税込
小豆 (北海道)

120g(個包装) 281円(税込303円) 通常税込
手亡豆 (北海道) [放] 不検出 <3.2 <4.0

35g 670円(税込724円) 通常税込
カシス (ニュージーランド)

70g 324円(税込350円) 通常税込
合鴨肉 (タイ)



国産大納言小豆を使用し、福井県産大豆入りほうじ茶で炊き上げた香ばしさの広がるぜんざいです。
賞180日 大

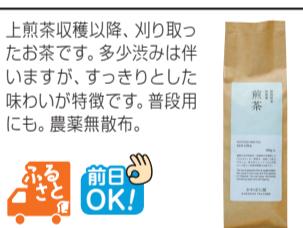
185g 339円(税込366円) 通常税込
大納言小豆 (北海道)

国産大納言を使用しじっくりと炊き上げた甘さ控えめのぜんざいに雑穀をブレンドしました。
賞180日 大
185g 339円(税込366円) 通常税込
大納言小豆 (北海道)

130g 165円(税込178円) 通常税込
天草 (国内産)

130g 165円(税込178円) 通常税込
天草 (国内産)

130g 165円(税込178円) 通常税込
天草 (国内産)



・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扱っています。

※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

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

かわばた園 (静岡県・静岡市)
180日
100g 1000円(税込1080円) 通常税込
茶葉 (静岡県) [放] 不検出 <3.2 <3.4

かわばた園 (静岡県・静岡市)
719 上煎茶
100g 1670円(税込1804円) 通常税込
茶葉 (静岡県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

ランカスター (千葉県・千葉市)
359 アッサムティー (ティーバッグ)
2g×30 480円(税込518円) 通常税込
紅茶 (インド)

ランカスター (千葉県・千葉市)
360 レモングラスティー (ティーバッグ)
2g×20 490円(税込529円) 通常税込
レモングラス (タイ)



滋養豊富な蓮根が入ってとても贅沢な最高級のくず湯です。本葛使用でのどごしが良く、なめらかな舌ざわり。
賞180日
23g×5 510円(税込551円) 通常税込
本葛・れんこん (国内産)

長野興農 (長野県・長野市)
363 秋映りんごジュース
長野県産の秋映を搾った100%ストレートジュース。甘味と酸味のバランスがよく、さっぱりとした味わいです。酸化防止剤不使用。
160g×6 760円(税込821円) 通常税込
りんご (長野県)

岩泉ホールディングス (岩手県・岩泉町)
364 龍泉洞の水
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。
500ml×24 2780円(税込3002円) 通常税込
岩手県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

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でやかな後味です。
創健社 (神奈川県・横浜市)
丹沢サイダー
250ml×6 570円(税込616円) 通常税込
753 30缶

寺田本家 (千葉県・神崎町)
370 720ml
1300円(税込1430円) 通常税込
371 1800ml
2600円(税込2860円) 通常税込
米 (茨城県) [放] 不検出 <4.1 <3.9



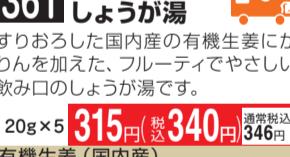
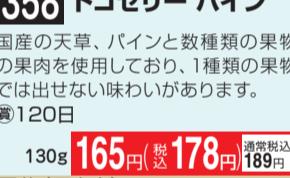
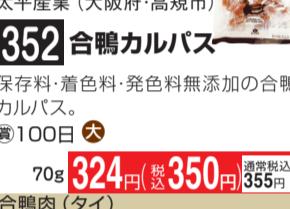
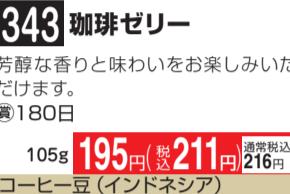
7種類の果汁50%(りんご、温州みかん、オレンジ、白ぶどう、パイナップル、バナナ、レモン)に、にんじん汁50%をミックス。
賞120日
125ml×12 792円(税込852円) 通常税込
にんじん (国内産)

二本松機農業研究会 (福島県・二本松市)
366 有機人参まるごとジュース
有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているので、よく振ってからお飲みください。
200ml 267円(税込288円) 通常税込
人参 (福島県) [放] 不検出 <0.5 <0.4

創健社 (神奈川県・横浜市)
367 醇酵生姜 (飲料)
565ml 1900円(税込2052円) 通常税込
生姜 (国内産)

創健社 (神奈川県・横浜市)
368 565ml
1850円(税込1998円) 通常税込
369 1800ml
4980円(税込5378円) 通常税込
ぶどう (岐阜県)

自家農園、一部契約栽培のデラウェア種使用。熟成期間を長くとり、さわやかな辛口に仕上げました。
天然ワイン醸造・林真澄 (岐阜県・岐阜市)
771 天然葡萄酒 赤甘口
720ml 1380円(税込1518円) 通常税込
ぶどう (岐阜県)



※イメージ

食品調味料

- 常総生協がおすすめする調味の基本は「さ・さしそせ（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っています。

「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



てんさい糖 (北海道)

510 てんさい糖
北海道で育ったてん菜から作ったおなかもやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。

650g 450円(税込486円)
てん菜 (北海道)

様々なお料理に、便利なふんまつタイプです



波照間島特産黒糖 (沖縄県・那覇市)

374 ふんまつ
沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。

200g 300円(税込324円)
さとうきび (沖縄県)



にっぽんの海塩 (愛知県・豊明市)

513 にっぽんの海塩
長崎県崎戸島周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。

500g 250円(税込270円)
海水 (長崎県)



地蔵ノ塩 (愛知県・豊明市)

517 地蔵ノ塩
「地蔵（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 740円(税込799円)通常税込810円
岩塩 (パキスタン)

国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。



520 純米酢
500ml 233円(税込252円)
米 (国内産)

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。



本仕込しょうゆ (千葉県・野田市)

525 本仕込しょうゆ
大豆 (アメリカ)



丸大豆減塩しょうゆ (千葉県・野田市)

526 丸大豆減塩しょうゆ
大豆 (アメリカ、他)

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。



ボーン油 (東京都・中央区)

547 一番しづくり菜種油



菜種 (オーストラリア)

910g 680円(税込734円)

焼魚、焼肉、ぎょうざなど何にでも合います！

アセローラぽん酢

●無農薬栽培・国内産アセローラ生搾り果汁を主原料にした生搾り純酢。
●アセローラには天然のビタミンCがレモンの約10倍もあり、健康にも嬉しいです。

森文醸造 (愛媛県・内子町)

アセローラぽん酢

542 150ml

320円(税込346円)通常税込356円

543 360ml

560円(税込605円)通常税込616円

アセローラ (国内産)

米大小

フライ物、目玉焼き、天ぷらなどにかけたり、カレーにも



国産の果物と野菜に、12種のスパイ

スと3種のビネガーや加え、芳醇な味わいに仕上げました。

200ml 370円(税込400円)

米 (国内産)

600g 900円(税込972円)

胡麻 (ナイジェリア、他)

430g 2300円(税込2484円)通常税込2700円

オリーブ (イタリア)

552 エキストラバージン

オリーブ油

538 国産野菜果実

中濃レストランソース

国産の果物と野菜に、12種のスパイ

スと3種のビネガーや加え、芳醇な味わいに仕上げました。

10.5g×6×5 555円(税込599円)

米 (国内産)

380 いわしそ

いわしそを骨ごと煮し加工したものと、

そうだけ、鰹節を顆粒にしたものを

合わせた粉末だしだしています。

80g 343円(税込370円)

いわしそ (国内産)

45g 600円(税込648円)

わかめ (岩手県)

[放] 不検出 <3.5 <3.5

539 德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

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。

25g 450円(税込486円)

ひじき (千葉県)

[放] 不検出 <4.6 <4.1

574 味パック合わせだし

国産いわし煮干し、いわしそし、あじ煮干

し、かつおぶし、昆布、椎茸を使った合

せだしです。食塩・化学調味料不使用。

180g 740円(税込799円)

昆布 (北海道)

559 德用利尻昆布カットタイプ

利尻昆布の徳用タイプを12cmに

カット。澄んだダシが特長。湯豆腐や

椀物のダシに。

44g 490円(税込529円)

昆布 (北海道)

562 かつお本節厚削り

かつお (静岡県)

180g 710円(税込767円)

石巻十三浜のわかめに国内産の白ごまと

石川県珠洲産の海苔を加えました。わ

かめの風味がおいしいぶりかけ。

20g 500円(税込540円)通常税込551円

わかめ (宮城県)

596 わかめご飯の素

rias (千葉県・船橋市)

577 味の母

味の一醸造 (埼玉県・狭山市)

720ml 750円(税込810円)

米 (国内産)

534 あらごし完熟ケチャップ

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

300g 380円(税込410円)

トマト (国内産)

かけるだけの万能酢

サラダ、甘酢漬け、酢の物、ピクルス、魚の南蛮漬け、千枚漬、マリネ、なます等など素材にかけるだけで手軽にお楽しみいただけるメニューの幅が広がります。

- 国産米酢とりんご酢使用
- 瀬戸内レモン果汁使用
- 利尻昆布と枕崎産かつお節の一番だし入り



米

ムソー (大阪府・大阪市)

カンタンハ芳酢

582 360ml

360ml 400円(税込432円)通常税込454円

383 徳用タイプ

900ml 800円(税込864円)通常税込896円

米 (国内産)

漬けの素材にかけるだけ！

3~4人前

マルサンアイ (愛知県・岡崎市)

384 あっさり醤油味の寄せ鍋スープ

小豆島産醤油をベースに、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

600g 285円(税込308円)通常税込324円

大豆 (国内産)

385 香り高いごま豆乳鍋スープ

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スー

プです。化学調味料は不使用です。

大

600g 285円(税込308円)通常税込324円

豆乳 (国内産)

386 コクとうま味のみそちゃんこ鍋スープ

国産素材で作ったみそに、風味豊か

な鶏、昆布、煮干のだしを加えた鍋

用スープ。ストレートタイプ。

米

600g 285円(税込308円)通常税込324円

大豆 (国内産)

387 ピリ辛みそ味のキムチ鍋スープ

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</

鍋のシメに！

今回より値上げになります



協和洋行（山梨県・昭和町）

388 ビーフン

米粉で作った乾麺で、国内で製造したビーフンです。炒め物やスープに。

* 300g 470円(税込508円)通常税込518円

米(タイ)

次回より値上げになります



はたけなか製麺（宮城県・白石市）

389 無塩温麺(国産小麦)

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

* 小 90g×3 290円(税込313円)通常税込324円

小麦粉(北海道)

宮城県白石市名産



はたけなか製麺（宮城県・白石市）

390 白石温麺 2袋

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

小

(100g×3) ×2袋 360円(税込388円)

小麦(オーストラリア)

こんにゃくの カンタン煮つけ

春夏秋冬のだし汁と
隠し味にするめと一緒に♪



2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えました。

前日OK!

笛木醤油（埼玉県・川島町）

529 金笛 春夏秋冬だしの素

大小 1ℓ 910円(税込983円)

大豆(国内産、アメリカ、カナダ)

北海道で水揚げされた原料を、生から素干して加工しました。肉厚で旨みが濃いのが特長。あぶっておつまみ、刻んで漬物に。

アリス(千葉県・船橋市)

394 北海道産するめ

賞180日

2枚 120g 980円(税込1058円)通常税込1080円

するめいか(北海道、青森県)

忙しい時もボリュームたっぷりのおにぎらず！

便利なチャック付き



金庄(千葉県・船橋市)

396 徳用 千葉産石焼のり

賞180日 全型20枚 598円(税込646円)

[放] 不検出 <4.0 <4.4

茹で時間7分



ニューオークボ(千葉県・柏市)

400 イタリアンスパゲティ (1.6mm)

デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲッティ。つるっとした舌触りのパスタ。

小

300g 240円(税込259円)通常税込270円

小麦(カナダ、アメリカ)

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。
- 分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。

※紛失された場合は供給担当まで



せっけんの街(千葉県・柏市)

778 粉石けん せっけんの街

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)

油よごれもよく落ちます

オレンジオイルを配合し、ほのかな柑橘の香りが漂う台所用の液体石けん。そのままスポンジにつけて、または少し薄めてご利用ください。

せっけんの街(千葉県・柏市) ■
405 本体

406 詰替用



300ml 320円(税込352円)

ボトル2本分でおトク



太陽油脂(神奈川県・横浜市)

841 パックスナチュロン 緑茶石けんはみがき

緑茶エキス、甘草エキス、天然ビタミンE配合。虫歯・口臭を防ぎ、歯垢を除去します。

120g 743円(税込817円)

研磨剤・発泡剤を使用していないのでお子様にも安心してお使いいただけます。透明ジェルタイプのハミガキです。みんな大好きなフルーツ味のではみがきが苦手なお子様にも、これからはみがきを始めるとお子様にもオススメです！



太陽油脂(神奈川県・横浜市)

843 パックスナチュロン こどもジェルはみがき

50g 280円(税込308円)

洗濯槽も ぴっかぴか！

洗濯槽にはせっけんカスやカビなどが付着している可能性があります。すっきりしたお洗濯のために、洗濯槽の定期的なお掃除をおすすめします。



太陽油脂(神奈川県・横浜市)

802 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー

酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの作用で、洗いにくい部分の汚れを落とします。ドラム式は使えません。

300g ×3袋 720円(税込792円)通常税込825円



太陽油脂(神奈川県・横浜市)

857 パックス 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。

95g×3 260円(税込286円)



日本生活協同組合連合会

ポリエチレンラップ

894 ミニ 40m

22cm×40m 100円(税込110円)

スリーエフ(愛知県・高浜市)



895 レギュラー 40m

30cm×40m 110円(税込121円)

スリーエフ(愛知県・高浜市)

野菜や果物のみずみずしさを保つ食品保存用ラップです。

牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレットペーパー、シングルです。ゴミになる紙管がありません。



丸富製紙(静岡県・富士市)

892 ワンタッチコアレス (トイレットペーパー)

130m ×6ロール 480円(税込528円)

離乳食



味千汐路(新潟県・糸魚川市)

407 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)

7か月頃から

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

408 緑黄色野菜のおじや

塩など調味料を使用せず有機野菜と有機米、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)

12か月頃から

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

409 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、だして煮込み、有機醤油で味付けした炊き込みご飯です。

* 小 100g 380円(税込410円)

有機米(国内産)

ふんわりやさしい
口どけのおせんべい

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

410 赤ちゃんせんべい

原材料: うるち米、てんさい糖、食塩
※原材料に牛乳、卵、そば、落花生を使っています。

賞180日 *

2枚×11 190円(税込205円)通常税込216円

うるち米(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.4

赤ちゃんから年齢を問わず
お飲みいただけます

有機JAS認定の茶葉を

使用。無漂白ティーバッグ紙を使用。香ばしくスッキリとした甘みがあります。

ムゾー(大阪府・大阪市)

411 有機赤ちゃん番茶(T.B.)

36g(2g×18) 360円(税込389円)通常税込410円

緑茶(国内産)

メイドインジャパンのものづくり 丸和食品 特集

大豆を始めとする原材料について、国産品を徹底的に使用することに創業以来こだわってきました。そして、社員一同、このことを誇りに日々、「食べものづくり」に真摯に向き合っています。

全品
特価



415 味付いなり揚げ 2個組

肉厚の油揚げを、かつおだしをしあかりきかせて家庭煮の味付けに。湯せんで温めると口が開けやすいです。

冷 冷
90日 米 大小

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

412 紬とうふ(充填豆腐)2袋セット

冷 冷
30日 大

(300g×3)×2 748円(税込 808円)
通常税込 853円
大豆(青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

一口サイズなので煮物やお弁当にも便利です

国産大豆を使用の生地に野菜やひじきを加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。



丸和食品(東京都・練馬区)

416 ひじき入り京がんも

冷 冷
届いて5日 大

7個(140g) 255円(税込 275円)
通常税込 297円
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.1

一口サイズなので煮物やお弁当にも便利です

国産大豆を使用の生地に野菜やひじきを加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。



丸和食品(東京都・練馬区)

青森県、秋田県産
大豆使用。消泡剤を使わず、にがりで固めた日持ちする豆腐。

丸和食品(東京都・練馬区)

413 豆腐からあげ

冷 冷
届いて4日 米 大 小

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



丸和食品(東京都・練馬区)

417 きのこがんも

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

冷 冷
届いて5日 米 大 小

2個 255円(税込 275円)
通常税込 286円
ぶなしめじ(茨城県、他) [放] 不検出 <2.1 <2.2



丸和食品(東京都・練馬区)

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。



丸和食品(東京都・練馬区)

414 油揚げ 2袋

冷 冷
届いて6日 大 3枚×2

298円(税込 322円)
通常税込 356円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



丸和食品(東京都・練馬区)

418 豆腐屋が作った揚げ物セット

冷 冷
届いて3日 大 3種7品 215円(税込 232円)
通常税込 259円
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6



丸和食品(東京都・練馬区)

人にも環境にも優しい食づくりを心がけてます

ニッコー
2月5日は「ニッコーの日」

全品
特価



ニッコー 特集

無農薬の野菜作りに挑戦
清掃は「せっけん」で
電気はクリーン
エネルギー



ニッコー 山崎社長
全品
対応です



419 德用北京餃子 2パック

普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セットでお届け。焼いて。

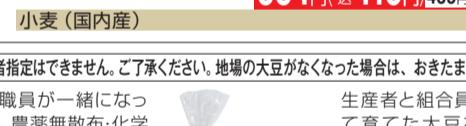
凍 大 小 (18g×15)×2 778円(税込 840円)
通常税込 864円
豚肉(国内産)



423 汁なし担々麺

白と黒ごまをブレンドし、唐辛子や花椒との交わり方がマイルド。タレと絡みやすい縮れ麺を使用。レンジで。

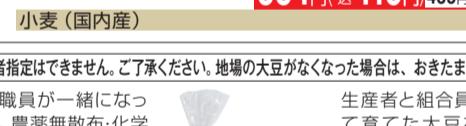
凍 卵 米 大 小 225g(麺130g) 384円(税込 415円)
通常税込 435円
小麦(国内産)



422 中華丼の具(醤油)

鶏がら(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×2 435円(税込 470円)
通常税込 491円



423 汁なし担々麺

白と黒ごまをブレンドし、唐辛子や花椒との交わり方がマイルド。タレと絡みやすい縮れ麺を使用。レンジで。

凍 卵 米 大 小 225g(麺130g) 384円(税込 415円)
通常税込 435円
小麦(国内産)



424 天津包子(肉まん)

国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醸酵させた皮で、肉と野菜をたっぷり包みました。レンジか蒸して。

凍 乳 米 大 小 275g(5個入) 385円(税込 416円)
通常税込 432円
小麦(国内産)



425 ミニたい焼き(あずき)

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

凍 小 小 10個400g 384円(税込 415円)
通常税込 432円
小豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3



3月2回まで掲載の予定です

手作りみそ用 素材

季節の手仕事、家族一緒に
手作りみそにチャレンジ♪

地場の有機大豆は生産者指定はできません。ご了承ください。地場の大豆がなくなった場合は、おきたま興農舎の青大豆(山形県、農薬無散布)をお届けします。

生産者と組合員、職員が一緒になつて育ててきました。農薬無散布・化学肥料不使用。



426 有機大豆 1kg

850円(税込 918円)

427 2kg
1660円(税込 1793円)

茨城県



432 やまこみそ 1kg

880円(税込 950円)

米(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1



433 やまつね味噌 1kg

1400円(税込 1512円)

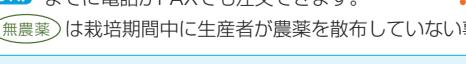
大麦(国内産)



434 どんぐりてい 1kg

500g 740円(税込 799円)

ササニシキ(茨城県)



435 どんぐりていの 1kg

500g 740円(税込 799円)

ササニシキ(茨城県)

436 どんぐり 1kg

2850円(税込 3078円)

茨城県

437 どんぐり 1kg

3140円(税込 3391円)

茨城県

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



新発売の商品



特別価格商品

お届け時の温度帯

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。

ふるさと便 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 乳牛乳 米 米 大豆 そば 小小麦 落花生 ええび 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アレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性があります。

・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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

000 石岡 鈴木牧場 ヨーグルト(微糖)

鈴木牧場で育てた新鮮な生乳をヨーグルトであります。

ノホリ園地で育てた新鮮な生乳で作られています。

鈴木牧場で育てた新鮮な生乳であります。

鈴木牧場で育てた新鮮な生乳であります。