

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2022年度 みんなで取り組む活動テーマ(案)
つくと食べるでつながろう
～私たちの地産地消～

素材はシンプルに調理



co-op mail
josso
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
ネット注文登録

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

2022年4月4回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	18	19	20	21	22
定番品 のお届け	25	26	27	28	29
特別企画品 のお届け	2	3	4	5	6

プレートパーティー

ホットプレートを使えば、色んな料理を一度にたくさん作ることができ、誰か一人がキッチンに立つのではなくワイワイ楽しみながら食べることが出来ます。また、洗いが少なく済むというメリットもあります。そして、何と言っても出来立てアツアツの美味しさは格別! ご家族と過ごす楽しいひと時に、ホットプレート料理をぜひ活用してみてくださいね。



230円/100g

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。

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

8 茨城県産ローズポーク 徳用焼肉セット

冷蔵 届いて4日

200g×3種 **1280円(税込1382円)** 通常税込1447円

茨城県

冷凍 30日

福永産業(福岡県・遠賀町)

9 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用

鹿児島・坊津地区の生産者3名よりお届け。霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

180g **600円/100g**

180g **1000円(税込1080円)** 通常税込1123円

10 特大

598円/100g

500g **2770円(税込2992円)** 通常税込3229円

鹿児島県

特

P15405301 お好み焼き粉を使用して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。

タイセイワーズ(青森県・むつ市)

13 国産やわらかいかステーキカット

3枚220g **465円(税込502円)** 通常税込518円

紫いか(青森県)

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

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

14 ブラックタイガー 3L

5尾 **850円(税込918円)**

ブラックタイガー(インドネシア)

565円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

11 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用

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。

冷凍 30日 170g×2 **1780円(税込1922円)** 通常税込1959円

鹿児島県

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。

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

12 鎌倉あらびきウインナー(増量)

冷蔵 15日

400g **780円(税込842円)** 通常税込900円

豚肉(国内産)

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

共生食品(神奈川県・相模原市)

15 内麦焼そば(ソース付)

冷蔵 6日 卵 大 小

麺150g×3、ソース30g×3 **257円(税込278円)**

小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

通常180gのところお値段そのまま+20g!

生のむきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

16 えび・いかミックス(増量)

冷凍 200g **380円(税込410円)**

えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

お得 +50g

香り・風味が良い、こだわりのひらたけしめじを栽培しています。

山田さん(茨城県・つくば市)

17 山田さんのしめじ(増量)

冷蔵

200g+50g **250円(税込270円)**

茨城県

2L(2本入)~Sサイズでお届け

無農薬

井上さん達(埼玉県)、溝口さん達(北海道)

18 グリーンアスパラ

甘みがあり、きめが細かく、繊維が粗くない、食味良好のアスパラです。農薬無散布。

約100g **260円(税込281円)** 通常税込297円

[放] 不検出 <4.2 <3.4

埼玉県、北海道

そのまま、軽く焼くと香ばしくなります

スケソウダラとぐちを使用し無リンすり身にえびを加えてすりあげ、菜種油で揚げました。プリプリの食感が特徴です。

いちろうこ(静岡県・静岡市)

19 えび入り揚かまぼこ

冷蔵 14日 卵 米

3枚150g **478円(税込516円)**

桜えび(静岡県)

大きくて食べ応えがあります 溶いた卵と絡めても

秋川牧園(山口県・山口市)

20 鶏の焼きつくね

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

冷蔵 卵 米 大 小

180g **338円(税込365円)** 通常税込389円

鶏肉(山口県、他)

特

盛付例

油で揚げても おいしい!

ニッキー(神奈川県・大和市)

21 ねぎ入りたこ焼 2パック

冷凍 180日 卵 小

15個300g×2 **710円(税込766円)** 通常税込820円

たこ(ベトナム)

「龍馬タタキ」 美味しさのヒミツ

- 三陸東沖の太平洋で漁獲(一本釣り)した戻り鰹を使用。
- 釣り上げてすぐ急速凍結(マイナス60度の超低温管理)できる船のみから買い付け。
- 四万十町の農家より直接買い付けした稲藁を使用。高温・短時間で専門の職人が炙ります!

今週のおすすめ

天然の旨み成分が一般的な料理酒に比べ格段に高く奥行きのある味わい

「蔵の素」は純米酒と同様の醸造法で作られるお酒で、天然の20種類以上のアミノ酸、ビタミン、ミネラルを多量に含み、素材の旨み成分や持ち味を引き出す料理酒です。これらの成分がバランス良く、一般の料理酒の数倍は含まれています。常に常備する事をお勧めします!

大和川酒造店(福島県・喜多方市)

料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用) 米

24 300ml

300ml **485円(税込534円)** 通常税込545円

501 720ml

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

特

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

ハッピー食品(千葉県・千葉市)

22 ブリュッセル ワッフル

冷凍 180日 卵 大 小

約65g×6 **665円(税込718円)** 通常税込729円

小麦(カナダ、他)

一本約10gの戻り鰹を、四万十川流域の稲藁を使って炙りました。別添の無添加たれ付き。

ハママヤ(高知県・高知市)

23 薫焼き鰹タタキ「龍馬タタキ」

冷凍 60日 米 大 小

300g、たれ15g 天日塩6g **1380円(税込1490円)** 通常税込1598円

かつお(三陸東沖太平洋)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、順次放射能自主検査を進めています。主原料産地もご参照ください。

・調査完了したものについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。

・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。

・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。

・空欄になっている商品は以下の通りです。

①検査対象地域外

②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
茨城県	[放] ¹³⁷ Cs=7.5
宮城県	[放] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ Cs=3.6

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

2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載

2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

イタリア原産 **ブラッドオレンジ**

シーズン最終

ブラッドオレンジの原産地はイタリア。日本では主に飲料原料となり、その名の通り真っ赤な色のジュースとなります。生食用のものは殆ど出回っていません。甘みと酸味のバランスがほどよく、オレンジのような豊かな風味が感じられます。

輸入果実には注意!

日本に輸入されている果実の殆どが、害虫やカビ、腐敗を防ぐため収穫後に農薬を散布します(ポストハーベスト農薬)。国の基準に準じているものの、発がん性が疑われる農薬も存在します。常総生協では国産・しかも生産者の明確な柑橘をおすすめしています。

特 イタリア原産の稀少柑橘です。味が少なく、糖度が高いので、減酸で栽培。

3~5玉

寺尾果樹園(愛媛県・四国中央市)

25 ブラッドオレンジ

600g(3~5玉) **615円**(税込**664円**) 通常税込**680円**

愛媛県

春の天然山菜 **「こごみ」今が旬!** **「行者にんにく」**

春の“ほろ苦さ”をいただくこごみ、また高い抗酸化作用や疲労回復に効果があるとされる行者にんにくをお届けします。

※天然物につき、農薬や化学肥料は使用していません。また輸送中の防腐剤等も使いませんので自然本来の味をお楽しみください。
※注文確定後、生産者の木村さん達が、青森県八甲田山中へ行き収穫を行います。悪天候や収穫量によってお届けができない場合があります。何卒ご了承の上ご利用をお願い致します。

シーズン初

無農薬

木村さん達(青森県・青森市)

26 行者にんにく

通常のニンニクよりも「アリシン」を多く含み、疲労回復・新陳代謝促進作用があるとされています。

約50g **298円**(税込**322円**)

青森県

シーズン初

無農薬

木村さん達(青森県・青森市)

27 天然こごみ

軽いめりりと甘味、歯切れの良さが特長のシダ科の山菜(草蘇鉄の若葉)です。アク抜きは不要です。

約50g **310円**(税込**335円**)

青森県 [放] 不検出 <3.3 <4.4

贈り物は 同封の宅配用紙にお届け情報をご記入ください

Happy MOTHER'S DAY **柏田中の完熟トマト**

今年の母の日は5月8日(日)。大切なお母さんへ、旬を迎えた柏田中の完熟トマトはいかがでしょう。

利用した組合員さんからのコメント

柏田中のトマトが毎年と変わらずおいしいです。届きたてのトマトは爽やかな甘さ、やわらかさでからのトマトはデザートになるくらい甘いです。(Sさん)

特

JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

28 柏田中の完熟トマト

時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。

1kg **698円**(税込**754円**) 通常税込**778円**

千葉県

29 宅配 柏田中の完熟トマト

毎シーズン一番人気のJAいちかわの完熟トマト。寺田さん、鈴木さんが丹精込めて作った完熟トマトを厳選。

4kg **3980円**(税込**4298円**)

千葉県 [放] 不検出 <4.1 <2.5

西表島から南国フルーツをお届け

樹上で完熟させました。芯まで食べられると毎年好評。減農薬栽培。

アララガ農園・池村さん(沖縄県・西表島)

池村さんのパイナップル(ピーチ種)

30 2S サイズ 約800g~1kg **698円**(税込**754円**)

31 4S サイズ 約500g~600g **498円**(税込**538円**)

沖縄県

無農薬

木下さん達(愛媛県・西予市)

32 清見オレンジ

みかんとオレンジの掛け合わせ品種。たっぷりの果汁と、芳醇な香りが特長的。減農薬栽培。

800g **550円**(税込**594円**)

愛媛県

無農薬

岩川さん達(鹿児島県・屋久島町)

33 屋久島タンカン

皮がむきやすく果肉はやわらかで多汁。甘みが強く、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。農薬無散布。

約550g **555円**(税込**599円**)

鹿児島県

無農薬

瀧美農園(静岡県・浜松市)

34 瀧美さんのグレープフルーツ

大変貴重な国産のグレープフルーツ。半分に切ってスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。

1kg(3~5玉) **647円**(税込**699円**)

静岡県 [放] 不検出 <3.3 <3.0

無農薬

濱上さん(鹿児島県・出水市)

35 ジューシーフルーツ

果肉は軟らかく多汁で爽やかな柑橘。落果防止剤は使用していません。農薬無散布。

800g **399円**(税込**431円**)

鹿児島県

無茶々園のジューシーフルーツ

16ページ 458特価で掲載しています

無農薬

松永農園(静岡県・静岡市)

36 松永さんの甘夏

駿河湾から駆け上がり年中温暖な急斜面に、レモン、ピワと混植しています。農薬無散布。

1kg以上(3玉) **410円**(税込**443円**)

静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

37 甘夏

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。減農薬栽培。

1.2kg以上(3~5玉) **416円**(税込**449円**)

三重県

無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園の甘夏

適度な甘味と酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。

38 1kg **410円**(税込**443円**)

39 3kg **1200円**(税込**1296円**)

愛媛県

無茶々園(愛媛県・西予市)

40 無茶々園の南津海(なつみ)

カラマンダリンとポンカンの掛け合わせ。甘みが強く、皮が薄く、食べやすいのが特徴。農薬0~3回使用。

700g以上(5~8玉) **554円**(税込**598円**)

愛媛県

手でむける柑橘

木下農園(愛媛県・西予市)

41 南津海(なつみ)

糖度13~14度、酸1%前後と味のバランスがよく、果肉は、柔軟多汁で風味が良好です。減農薬栽培。

600g **520円**(税込**562円**)

愛媛県

木下農園(愛媛県・三瓶町)

42 ニューサマーオレンジ

白いワタ部分に苦味が少ないので黄色い皮だけをむき、一緒に食べると美味しい。減農薬栽培。

約600g **398円**(税込**430円**)

愛媛県

竹村さん(茨城県・かすみぐら市)

44 竹村さんのいちご

自分の子供に食べさせられるものをモットーに自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。

200g×2 **698円**(税込**754円**)

茨城県 [放] 不検出 <1.0 <1.0

もっちりした食感と甘味が◎

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・化学合成肥料不使用のものをお届けします。

ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

45 バナナ

600g以上 **369円**(税込**399円**)

ペルー(トゥンベス地域)

安心の無農薬栽培レモン

親子3代にわたり農薬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

46 400g **410円**(税込**443円**)

47 1kg **824円**(税込**890円**)

静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

種類、お刺身、お肉にも♪

作本さん達(熊本県・熊本市)

48 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

岩間さん達(青森県)

49 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかっている見た目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。減農薬栽培。

約70g **240円**(税込**259円**)

青森県 [放] 不検出 <3.6 <3.4

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)

50 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

無農薬

上野さん達(栃木県・上三川町)

51 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) **135円**(税込**146円**)

栃木県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

52 長島さんのレタス

完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布・無化学肥料栽培。

1玉 **250円**(税込**270円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

無農薬

大木さん(茨城県・常総市)

53 長島さんのサニーレタス

大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。

1玉 **170円**(税込**184円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください

無農薬

中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

54 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

石毛さん(千葉県・旭市)

55 きゅうり

農薬使用を徐々に減らしながら、有機肥料資材を使用しています。減農薬栽培。

3本 **240円**(税込**259円**)

千葉県

トマトにはβカロテン、ビタミン、食物繊維など様々な栄養成分が高バランスに含まれています。

右田さん達(熊本県・芦北町)

56 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 **230円**(税込**248円**)

熊本県

パリッパリの食感が特徴♪

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。

今村さん達(北海道・栗山町)

初恋スマートミニトマト

57 約180g **276円**(税込**298円**)

58 大容量サイズ! 約400g **540円**(税込**583円**)

北海道

大木さん(茨城県・常総市)

59 大木さんの中玉トマト

大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。

300g **368円**(税込**397円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3

“掘りたて” シーズン最終 今が旬!

守谷市 横瀬さん 竹の子



竹の子は鮮度によって味も全く違います。ひと手間かかりますが、今年はお家で竹の子料理を堪能してみませんか?竹の子ご飯、土佐煮等でお楽しみください。

組合員さんからのクチコミ 横瀬さんの竹はとても美味しかったです。届いてすぐに米ぬかを入れてゆでたのですが、エグミも全くなく柔らかくて春の味を堪能しました。(牛久市: Hさん)



※あく抜き用のヌカは付属していません。 ※カタログ制作時点ではまだ掘りたての竹の子をお届けできません。

アグリ古柿土・横瀬さん(茨城県・守谷市) 横瀬さんの竹の子 地場の旬をお楽しみ下さい。竹の子ご飯、土佐煮等で。自然物、農薬無散布。

68 1.0~1.6kg 830円(税込896円) 通常税込1458円

69 1.6~2.1kg 1200円(税込1296円) 通常税込1782円

無農薬



お鍋、炒め物にもどうぞ!

※できるだけ葉付きでお届けします



無農薬

上野さん達(栃木県・上三川町)

74 長ねぎ

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

500g 250円(税込270円) 栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

熊崎さん達(愛知県・南知多町)

75 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) 220円(税込238円) 愛知県



81 干し柿(市田柿)

表面の白い粉はカビではなく糖分で、主としてブドウ糖です。1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。 60日

7~8個200g 798円(税込862円) 長野県



福田さん達(沖縄県・宮古島)

80 かぼちゃ(カット)

ホクホクとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

400g前後 380円(税込410円) 沖縄県

収穫したてでみずみずしい

軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。



林田さん達(長崎県・南島原市)

新玉ねぎ

86 1kg 410円(税込443円)

87 3kg 1100円(税込1188円) 長崎県



無農薬

浅野さん(茨城県・常総市)

60 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

あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

61 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)

62 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



最終シーズン

木村農園(茨城県・つくば市)

63 木村さんのかき菜

ビタミン、ミネラルも豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。減農薬栽培。

1束200g 165円(税込178円) 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



おきたま興農舎・本田さん達(山形県・高島町)

64 あさつき

ビタミン、ミネラル、食物繊維豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。からし醤油でどうぞ。農薬無散布。

100g 250円(税込270円) 山形県 [放] 不検出 <3.1 <3.7



おきたま興農舎・和田さん達(山形県・高島町)

65 チリメン五月菜(莖立菜)

雪国山形の春をつけるほろ苦いアブラナ科の葉物です。おひたし、漬物、煮びたし、炒め煮などでどうぞ。農薬無散布。

約200g 276円(税込298円) 山形県 [放] 不検出 <4.6 <4.2



無茶々園(愛媛県・西予市)

66 無茶々園の絹さや

お吸い物の具、茹でてサラダ、炒め物等幅広くご利用下さい。農薬無散布。

50g 218円(税込235円) 愛媛県



井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)

67 サラダスナップ(増量)

さやごと食べる甘みの強い豆です。サッと茹でてマヨネーズ等つけて。増量パックでお買い得。減農薬栽培。

約200g 498円(税込538円) 埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <3.9 <4.1



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

70 もやし

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

250g 52円(税込56円) 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



井上さん達(埼玉県)

71 紫アスパラ

生で食べられるアスパラ。薄くスライスしてサラダでどうぞ。茹でると紫色は抜けてしまいます。農薬無散布。

約100g 280円(税込302円) 埼玉県 [放] 不検出 <3.9 <4.2



福山さん達(宮城県・新富町)

72 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g 194円(税込210円) 宮城県



井上さん(埼玉県・美里町)

73 春ブロッコリー

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 [放] 不検出 <3.8 <3.7



木村農園(茨城県・つくば市)

77 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)

78 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)

79 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



木村農園(茨城県・つくば市)

76 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



上村さん達(青森県・おいらせ町)

83 人参(洗い)

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。

500g 205円(税込221円) 青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



西山さん達(熊本県)または加瀬さん達(千葉県)

84 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) 熊本県・千葉県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



加瀬農園(千葉県・香取市)

85 かぶ

甘味が強く、生でも美味しく召し上がれます。農薬無散布・化学肥料不使用。

400g(2~3個) 220円(税込238円) 千葉県

きのこ きので 食物繊維をたっぷり



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「食物繊維」が多く含まれています。毎日の食事にきのこをプラスすることで、無理なく食物繊維を摂取することができます。

「きのこは木の子」

丸金のえのきは風味が違います

近隣山林の間伐材を粉砕した「おが粉」を畑(培地)として、自然環境にとことん近づけて本来の美味しいえのき茸を栽培しています。グリルなどで焦げ目が付くくらいに焼いて、ポン酢や醤油でシンプルにいただくと違いが分かります!



丸金(長野県・長野市)

88 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 188円(税込203円) 通常税込225円 長野県



丸金(長野県・長野市)

89 ブラウンえのき茸

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

200g 198円(税込214円) 通常税込235円



あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

90 エリンギ

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

100g 261円(税込282円) 三重県



村上さん(栃木県・高根沢町)

91 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りとともに良好です。

100g 196円(税込212円) 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



安田さん(福島県・郡山市)

92 安田さんのなめこ

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

70g 115円(税込124円) 福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



江藤さん(大分県・珠珠町)

93 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。3月~4月は椎茸が大きく、香りの良い露地ものです。

150g 369円(税込399円) 大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



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



95 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)

96 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 **352円** (税込 **380円**)
かぼちゃ (北海道)



日本生活協同組合連合会

97 北海道つぶコーン(冷凍)

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**) (通常税込 **265円**)
とうもろこし (北海道)



イズックス (東京都・中央区)

98 冷凍北海道産いんげん

北海道中札内村産いんげんを旬な時期に収穫して加工。凍ったまま炒めるか茹でてお召し上がりください。

凍 200g **278円** (税込 **300円**)
いんげん (北海道)

洗ってカット済。使いたい分だけ使えて便利!

冷凍野菜使い方のコツ

POINT1 ★急速解凍で使う = 凍ったまま加熱

冷凍のまま焼いたり・煮たり・蒸したりする「急速解凍」がおすすめ。(ゆっくり解凍はより水っぽくなりやすい)

※冷凍野菜でもアボカドやとろろ(大和芋)等、非加熱ものは対象外。詳しくは各食材の包装にある表示をご確認ください。

POINT2 ★加熱しすぎに注意!

ブランチング処理してから急速凍結しているため、生野菜の3割程度の加熱でOK。スピーディに調理できるのもメリットです。(加熱しすぎに注意)

※ブランチング処理…冷凍する前に熱湯につけたり、蒸気をあてて最低限の加熱処理(7~8割加熱)すること。



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

99 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 300g **255円** (税込 **275円**) (通常税込 **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

100 北海道のそのまま枝豆

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

凍 250g **278円** (税込 **300円**) (通常税込 **320円**)
枝豆 (北海道)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

101 小梅干し

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

賞180日 120g **420円** (税込 **454円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



八幡屋 (茨城県・古河市)

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

漬け原料は、塩、砂糖、米酢、みりん、醤油、昆布のみ



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

103 昆布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 米大少
200g **285円** (税込 **308円**)
白菜 (国内産)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

104 糖しほり大根キムチ

人気の糖しほり大根を一口サイズにカットしてオリジナルのキムチたれで和えました。

冷 賞15日 米
180g **360円** (税込 **389円**)
大根 (国内産)、唐辛子 (韓国)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

105 大根しょうゆ漬

大根を醤油・砂糖・米酢を合わせた調味液で漬込みました。かつおだしもきいています。

冷 賞12日 米大少
150g **298円** (税込 **322円**)
大根 (国内産)



樽の味 (和歌山県・御坊市)

106 すっぱいいなか漬 (寒干し沢庵・糠漬)

宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。

冷 賞120日 米
140g **325円** (税込 **351円**)
大根 (宮崎県)



小田原屋 (福島県・郡山市)

107 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 米大少
100g **417円** (税込 **450円**)
ごぼう (国内産)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

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



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

109 趙さんの味 はさみ込みキムチ

こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と、白菜を漬け込んだ本格発酵キムチ。

冷 賞14日 米
350g **545円** (税込 **589円**)
白菜 (国内産)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

110 国産味付メンマ

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

冷 賞90日 米大少
90g **461円** (税込 **498円**)
たけのこ (愛媛県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

111 国産山くらげ たまり漬

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

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



樽の味 (和歌山県・御坊市)

112 熟成めか床

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

冷 賞180日 米大
1kg **510円** (税込 **551円**)
米ぬか (和歌山県)



藤巻商店 (千葉県・印西市)

113 三五八漬けの素

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

冷 賞 米
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さんたちが作っています。



おきたま興農舎の「つや姫」
「つや姫」は山形県発祥の品種で、一番の特徴はその名の通り炊きたての「艶(つや)」。

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。

山形・おきたま興農舎

- 502041 つや姫(白米) 無農薬 2kg **1630円** (税込 **1760円**)
- 502042 つや姫(玄米) 無農薬 2kg **1565円** (税込 **1690円**)
- 502043 つや姫(胚芽精米) 無農薬 2kg **1690円** (税込 **1825円**)
- 502044 ひとめぼれ(白米) 無農薬 5kg **2750円** (税込 **2970円**)

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産米耕作者組合より。初期除草剤1回のみ(ネオニコチノイド系農薬不使用)。

水海道のめぐみちゃん (コシヒカリ)

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

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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米) 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**)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

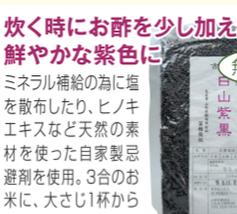
- 502015 白米 5kg **3500円** (税込 **3780円**)
- 502016 白米 2kg **1400円** (税込 **1512円**)
- 502017 玄米 5kg **3200円** (税込 **3456円**)
- 502018 7分 5kg **3500円** (税込 **3780円**)
- 502019 5分 5kg **3500円** (税込 **3780円**)

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

やさとお米(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**)

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に



庄内協同ファーム・富樫さん (山形県・鶴岡市)

502071 白山紫黒 (有機栽培紫黒米)

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

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

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい



中村商店 (神奈川県・横浜市)

502072 有機胚芽玄米 「ぐるめくらぶ」

初めの状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。

1kg **1150円** (税込 **1242円**)
米 (岩手県)

ひきわりハトムギ、丸麦、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。



自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市)

502074 白米用 雑穀セット

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

ハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。



自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎市)

502077 玄米用 雑穀セット

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

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
	やさとお米	コシヒカリ	0.2Bq/kg	0.3Bq/kg
山形県	ひとめぼれ		検査中	検査中
	つや姫		検査中	検査中
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。

みんなが集まったら
お好み焼き!

特 そのまま各種料理に使えます!
お好み焼きに!

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

115 素干し桜小アミ

凍 180日 円
ツノナシオキアミ(三陸沖)

すこいぞ オキアミ!

- ・魚類に比べて、カルシウム、マグネシウム、リン、ビタミンK、葉酸が豊富!
- ・赤色の成分はアスタキサンチン。抗酸化作用を持つとともに脳卒中や心臓病の予防効果も注目されています。

三陸沖で漁獲した新鮮なツノナシオキアミをボイル後、遠赤外線乾燥してふっくらと干しあげました。

50g **188円**(税込) **203円**(通常税込214円)

鉄板焼に! グラタンなどに!

直径約5cmはある大きなほたてです!

特

まだまだ美味しい春のかき

特

連休前に準備して安心!

特

共和水産(岩手県・宮古市)

116 三陸産するめいかつぼ抜き

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 3~6枚230g **410円**(税込) **443円**

するめいか(岩手県、青森県) [放]不検出<3.8<3.9

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

117 天然むきエビ(特大)

マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然むきエビを、現地工場ですばやく凍結した1回凍結品です。

凍 180日 円
えび(マレーシア)

魚屋(茨城県・ひたちなか市)

118 魚屋さんの混ぜざりめん

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

凍 30日 円
しらす(遠州灘~伊勢湾)

北海道噴火湾産の大型で新鮮なほたてをボイル後急速凍結しました。パラ凍結で使いやすいです。

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

119 ボイルほたて(大)

凍 30日
4個入 **480円**(税込) **518円**(通常税込538円)

ほたて(北海道)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

120 高橋徳治商店の蒸しかき

旨味成分グリコゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので身が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。

凍 60日
105g **380円**(税込) **410円**(通常税込430円)

かき(宮城県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

121 鳴門の徳用3種切り身セット(無塩)

北海道雄武産秋鮭、九州産のぶり・さばの3種類の切り身をセットにしました。無塩です。

凍 30日
秋鮭4切、ぶり3切、さば2枚 **1380円**(税込) **1490円**(通常税込1598円)

秋鮭(北海道)、ぶり・さば(九州)

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。

冷凍のまま加熱調理してください

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

122 国内産冷凍あさり

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

凍 30日
200g **386円**(税込) **417円**

あさり(国内産) [放]不検出<3.4<4.0

塩屋(茨城県・ひたちなか市)

123 酒沼のしじみ(冷凍)

全国でも有数の産地、地元酒沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。

凍 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

オスレしゃもは16ページ

特

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

124 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、大きくサイズのものをお届けします。

凍 180日
7~12尾 150g **298円**(税込) **322円**(通常税込346円)

からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

朝食にもピッタリサイズ

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

125 天日干しアジ

佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。

凍 30日
4枚210g以上 **548円**(税込) **592円**

真あじ(佐賀県)

ちょっと大きめ

ヤマフ(佐賀県・唐津市)

126 九州産真あじの生開き干し

厳選した九州産の真あじを鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いて下さい。

凍 30日
2枚160g **398円**(税込) **430円**

真あじ(九州)

脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。

丸一商店(千葉県・南房総市)

127 さば一夜干し

凍 120日
2枚 片身2枚200g **398円**(税込) **430円**

3枚 片身3枚300g **588円**(税込) **635円**

真さば(ノルウェー)

半解凍で半分切ればグリルに切りやすいです

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

129 甘塩鱈ほっけ開き

脂の乗りがよい鱈ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。

凍 30日
約350g **630円**(税込) **680円**

鱈ほっけ(アメリカ)

カネヘイ下谷商店(千葉県・銚子市)

130 さんま開き2枚

北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。

凍 120日
2枚170g **398円**(税込) **430円**

さんま(北海道)

生姜風味がぷりど合います!

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

131 三陸産天然ぶり生姜醤油漬

三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けておきました。

凍 180日 米大 小
3切180g **398円**(税込) **430円**

ぶり(三陸南部沖) [放]不検出<3.8<2.9

黒糖とすりおろし生姜がマッチ!

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

132 石巻産さば生姜醤油漬

宮城県石巻産のさばを黒糖とすりおろし生姜を加えた醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けておきました。

凍 180日 米大 小
4枚240g **398円**(税込) **430円**

さば(宮城県) [放]不検出<3.4<2.9

徳島 **鳴門魚類 手作り漬魚**

味した素材料が、味よく仕上がります。

徳島県(徳島県・鳴門市)

133 香ばし味噌のさばフィーレ

ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬です。野菜をたっぷり加えてホイール焼きも美味。

凍 30日 米大
200g(片身2枚入) **465円**(税込) **502円**(通常税込518円)

さば(長崎県、佐賀県)

骨が無いので食べやすいです お弁当にも!

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

134 香ばし味噌のぶり切身

九州産の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬。冷めても柔らかいのでお弁当にも。

凍 30日 米大
5~6切170g **645円**(税込) **697円**

ぶり(長崎県)

骨がほぼ無いので食べやすいです

ダイマツ(鳥取県・米子市)

135 氷温造り 生姜焼き用 シルバー切身

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

凍 180日 米大 小
2切140g **350円**(税込) **378円**

シルバー(主にニュージーランド)

黒糖とすりおろし生姜のいいコンビ!

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

136 しまほっけ黒糖みりん漬

脂のりのいいアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の調味液に低温で漬けておきました。

凍 米大 小
3切210g **415円**(税込) **448円**

しまほっけ(アメリカ)

まぐろ1尾につき2個しか取れない希少部位!

ヤマボシ(静岡県・焼津市)

143 めばちまぐろカマ

遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。

凍 60日
3個300g **450円**(税込) **486円**

めばちまぐろ(太平洋)

兵庫県 山米の魚

程よい脂のりがあり、さっぱりした味わいの山陰沖の赤カレイ。大振りの赤かきを切り身にしました。

山米(兵庫県・新温泉町)

137 赤カレイの切り身(大サイズ)

凍 90日
2切約140g **429円**(税込) **463円**(通常税込480円)

赤カレイ(兵庫県)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

140 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。

凍 180日
2切140g **425円**(税込) **459円**

紅鮭(ロシア)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

141 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい1切約55gにしました。甘塩です。

凍 180日
3切165g **530円**(税込) **572円**

紅鮭(ロシア)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

142 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)

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

凍 30日
70g×3 **548円**(税込) **592円**

秋鮭(北海道)

遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。

凍 60日
3個300g **450円**(税込) **486円**

めばちまぐろ(太平洋)

山米(兵庫県・新温泉町)

138 はたはた下処理済み

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

凍 90日
100g5~7尾 **298円**(税込) **322円**

はたはた(兵庫県)

旬 4日間じっくり熟成 まるやかさが違います!

山米(兵庫県・新温泉町)

139 ほたるいか醤油漬

獲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ダレに漬けて、4日間熟成させました。

凍 90日 米大 小
100g **445円**(税込) **481円**(通常税込494円)

ほたるいか(兵庫県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

144 真あじフィーレ

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

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

真あじ(長崎県)

脂のり良いです

ダイマツ(鳥取県・米子市)

145 氷温造り 甘塩さば切身4切

ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂のっています。

凍 120日
4切260g **450円**(税込) **486円**

さば(ノルウェー)

水産品の放射能検査について

・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

水産担当 **今週のイチオシ商品!**



カツオの一本釣り

だからおいしい!
「とろかつお」!

- ・初夏～10月にかけて三陸のはるか沖合の太平洋北部の漁場で1本釣りしました。
- ・生きたまま凍結した原料なので、鮮度は良いです。
- ・青ねぎ、玉ねぎのスライス、お好みでおろしんにくや生姜醤油でどうぞ。



脂のり良く、もっちりとした身質!

半解凍でスライスするときれいに切れます

ヤマボシ (静岡県・焼津市)

146 焼津港のとろかつお刺身用

初夏～10月にかけて日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰹。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群。

凍 30日 170g(2個) **535円**(税) **578円** (通常税込 594円)

かつお (日本太平洋沖合北部)

流水解凍で本格鰹たき丼!



ヤマボシ (静岡県・焼津市)

147 焼津港のとろかつお炭火焼き炙り丼

初夏～10月にかけて日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰹を炭火焼きにし、無添加たれに漬けました。

凍 30日 110g(固形量80g+たれ30g) **418円**(税) **451円**

かつお (日本太平洋沖合北部)



酢飯の丼でぜひ!

ヤマボシ (静岡県・焼津市)

148 焼津港のまぐろ漬け丼

焼津港に水揚げされた鮮度の良いまぐろをスライスし、無添加の醤油ダレに漬けました。

凍 30日 160g(2パック) **480円**(税) **518円** (通常税込 538円)

まぐろ (太平洋)



ヤマボシ (静岡県・焼津市)

149 焼津港のめばちまぐろ中落ち風

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

凍 30日 100g **565円**(税) **610円**

めばちまぐろ (太平洋)



トロリとしたいかそうめん

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

共和水産 (岩手県・宮古市)

150 三陸岩手 いかの糸造り

凍 180日 80g **448円**(税) **484円**

するめいか (三陸)



春にびっぴりのしめさば

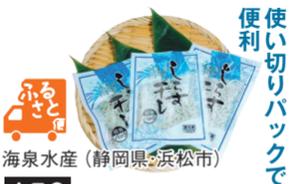
平倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

151 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、生姜をせ、かぶら漬に。

凍 180日 2枚 210g **498円**(税) **538円**

真さば (国内産)



海泉水産 (静岡県・浜松市)

152 しらす干し

遠州灘～伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。

凍 120日 20g×3 **450円**(税) **486円**

しらす (遠州灘～伊勢湾)



ヤマタ水産 (愛知県・名古屋)

153 篠島産釜揚げしらす 2個組

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

凍 180日 70g×2 **560円**(税) **604円** (通常税込 626円)

いわし稚魚 (愛知県)



湊水産 (宮城県・石巻市)

154 無添加たらこ(切子込み)

すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わずに味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。

凍 30日 60g **340円**(税) **367円**

すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)



湊水産 (宮城県・石巻市)

155 無添加明太子(切子込み)

着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。

凍 30日 60g **340円**(税) **367円**

すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)

湯煎でOK! **未利用魚・未利用部位を煮付に!**

「水揚量が少なすぎ」「馴染みがない」「処理に手間がかかる」などの理由で利用されない魚を、無添加の煮付にしました。ご飯によく合う味付けです。

使用調味料(3種共通): 醤油、砂糖、発酵調味料、酒、片栗粉、生姜、昆布

コラーゲン豊富な尾の部分です



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

160 モツタイナイ魚・めかじき尾肉煮付け

めかじきの尾部分を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。コラーゲン豊富。湯煎で。

凍 90日 200g **430円**(税) **464円**

めかじき (太平洋)

煮付で美味しい **「毛鹿鮫(もうかざめ)」**

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

159 モツタイナイ魚・白身魚切り落としの煮付け

ねずみざめ(別名:毛鹿鮫)を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。湯煎で。

凍 90日 220g **418円**(税) **451円** (通常税込 464円)

ねずみざめ (太平洋)

めかじきの切落とし部分です



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

161 モツタイナイ魚・めかじき切落とし煮付け

めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。

凍 90日 100g(固形60g)×2袋 **398円**(税) **430円**

めかじき (太平洋)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

156 高橋徳治商店のかきフライ

三陸産のかきを使用。身がぷりっと引き締まり味も濃厚なかきフライです。

凍 180日 卵 240g **658円**(税) **711円** (通常税込 734円)

かき (国内産)



やまた水産 (鹿児島県・阿久根市)

157 生から作ったきびなごフライ

鹿児島県阿久根漁港に水揚げされたきびなごを、高鮮度のまま衣つけしました。油で揚げてください。

凍 180日 180g **320円**(税) **346円**

きびなご (鹿児島県)



大新 (鳥取県・境港市)

158 いわしごぼうつみれ

国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。

凍 120日 180g **335円**(税) **362円**

いわし (国内産)



タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

166 モツタイナイ魚・めかじき切落とし煮付け

めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。

凍 90日 100g(固形60g)×2袋 **398円**(税) **430円**

めかじき (太平洋)

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。

静岡市 由比 **いちろうこ**



いちろうこ (静岡県・静岡市)

162 黒はんぺん

冷 14日 5枚150g **355円**(税) **383円** (通常税込 399円)

いわし (駿河湾)

高橋徳治商店 **こだわりの練り物**



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

168 えびしんじょすり身

凍 180日 え卵 150g **435円**(税) **470円**

えび (インドネシア)

近海のお魚たっぷり



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

169 ソフトはんぺん

凍 180日 卵 4枚200g **395円**(税) **427円**

すけそうだら (北海道)



いちろうこ (静岡県・静岡市)

163 小竹輪

冷 10日 5本 **310円**(税) **335円**

すけそうだら (アメリカ、北海道)



いちろうこ (静岡県・静岡市)

164 たこボール

冷 14日 8個 **265円**(税) **286円**

すけそうだら (アメリカ、北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

170 曲がりネギちりめん揚げ

凍 180日 100g **306円**(税) **330円** (通常税込 340円)

すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

171 「高橋徳治商店」のごぼう揚

凍 180日 米 3枚117g **389円**(税) **420円**

ごぼう (国内産)・すけそうだら (北海道)



いちろうこ (静岡県・静岡市)

165 小判揚

冷 14日 5枚150g **315円**(税) **340円**

すけそうだら (アメリカ、北海道)



いちろうこ (静岡県・静岡市)

166 青のり小判

冷 10日 3枚 **230円**(税) **248円**

すけそうだら (アメリカ、北海道)・青のり (静岡県)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

172 おとうふ揚げ(五目)

凍 180日 米 5個175g **312円**(税) **337円**

すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

173 パクパクなぎょっと

凍 180日 米 160g(8個) **298円**(税) **322円** (通常税込 335円)

カナガシラ (国内産)

プレートメニュー

チーズ タッカルビ

173円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

174 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

凍 賞180日

300g 480円(税込518円) 通常税込529円

茨城県

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

175 よつ葉 シュレットチーズ

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

冷 賞90日 乳

250g 575円(税込621円)

生乳 (北海道)



234円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

176 茨城県産ローズポーク パラスライス

厚さ3~3.5mm。

冷 賞届いて4日

250g 541円(税込584円) 通常税込595円

茨城県



190円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

177 丹沢高原豚 もつのスタミナ焼き(味噌味)

自社農場の豚のモツを、自家製の味噌だれに漬け込みました。お好みの野菜を入れて炒めてどうぞ。

凍 賞120日 米大

200g 351円(税込379円) 通常税込390円

豚モツ (神奈川県)



264円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

178 丹沢高原豚 トントロ焼肉用

1頭から約300gしか取れない希少部位。

凍 賞120日

200g 488円(税込527円) 通常税込538円

神奈川県



211円/100g



秋川牧園 (山口県・山口市)

179 若鶏手羽中ハーフ (バラ凍結)

非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた若鶏の手羽中。ほしい分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。

凍 賞180日

300g 585円(税込632円) 通常税込643円

山口県、島根県、福岡県、熊本県

豚肉

- ・丹沢農場：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ・ローズポーク：ミートバル村山では村山さん自身が自分の目で見て判断した上物の精肉だけを加工してお届けしています。他にはない逸品です!

表紙にローズポーク焼肉セット掲載中

222円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

180 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、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

冷 賞届いて4日

500g 1030円(税込1112円)

茨城県

239円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

181 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 賞届いて3日

250g 554円(税込598円)

茨城県

277円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

182 茨城県産ローズポーク ローススライス

ローズポークをローススライスにしました。炒め物や揚げ物に!

冷 賞届いて4日

250g 642円(税込693円)

茨城県

228円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

183 茨城県産ローズポーク モモスライス

赤身主体部位。厚さ3mm。

冷 賞届いて4日

250g 528円(税込570円)

茨城県

257円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

184 茨城県産ローズポーク 肩ロース切身

赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソーテー等に。

冷 賞届いて4日

2枚200g 475円(税込513円)

茨城県

165円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

185 茨城県産ローズポーク 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷 賞届いて4日

200g×2 610円(税込659円)

茨城県

166円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

186 茨城県産ローズポーク 小間切

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

冷 賞届いて4日

150g×2 460円(税込497円)

茨城県

203円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

187 茨城県産ローズポーク 小間切(タレ付)

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

冷 賞14日 米大 小

250g 470円(税込508円)

豚肉 (茨城県)

167円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

188 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 465円(税込502円)

茨城県

297円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

189 丹沢高原豚 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 賞4日

200g 550円(税込594円)

神奈川県

295円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

190 丹沢高原豚 ロースしょうが焼用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ5mm。

冷 賞4日

200g 545円(税込589円)

神奈川県

255円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

191 丹沢高原豚 肩ローススライス

脂身が適度に入り旨みがあります。厚さ3mm。

冷 賞4日

200g 471円(税込509円)

神奈川県

プレートパーティー用にとろろ

249円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

192 丹沢高原豚 パラスライス

脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。

冷 賞4日

200g 460円(税込497円)

神奈川県

245円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

195 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。旨味がたっぷりのので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。

冷 賞4日

200g 454円(税込490円)

神奈川県

224円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

196 丹沢高原豚 豚こま味噌漬

豚こまを自家製味噌で漬けてみました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。

冷 賞6日 米大

200g 415円(税込448円)

豚肉 (神奈川県)

195円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

197 丹沢高原豚 小間切

各部位から集めています。

冷 賞4日

200g 360円(税込389円)

神奈川県

262円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

193 丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉

1頭から約300gしかとれない希少な部位です。

凍 賞120日

200g 485円(税込524円)

神奈川県

297円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

194 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 賞6日 米

2枚200g 550円(税込594円)

豚肉 (神奈川県)

鶏肉

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

133円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

198 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 370円(税込400円)

茨城県

202円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

199 つくば茜鶏 ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。

凍 賞180日

300g 560円(税込605円)

茨城県

212円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

200 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 賞180日

250g 490円(税込529円)

茨城県

212円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

201 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 賞180日

250g 490円(税込529円)

茨城県

142円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

202 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



野口さん達 (茨城県・桜川市)

203 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



野口さん達 (茨城県・桜川市)

204 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



野口さん達 (茨城県・桜川市)

205 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

牛肉

・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の棚木さん、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。

表紙に坊津牛カルビ焼肉用とサイコロステーキ用掲載中

448円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

206 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、何にでも使えて便利です。

冷蔵 賞6日

200g **830円**(税込**896円**)

茨城県

302円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

207 茨城県産(山方牛)豚合挽肉

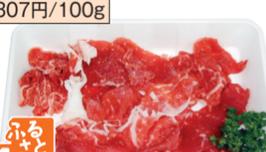
風味の良さを併せ持った合挽肉。牛豚比率5:5。

凍 賞30日

250g **698円**(税込**754円**)

茨城県

307円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

208 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g **455円**(税込**491円**)

福岡県、大分県

600円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

213 国産牛ロース焼肉用

適度な脂肪を含みコクのあるカタロース、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

640円/100g



能勢農場(大阪府・能勢町)能勢肉センター

214 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 賞30日

90g×3包 **1600円**(税込**1728円**) 通常税込**1786円**

大阪府

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

217 鎌倉ロースハムスライス×2

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷蔵 賞15日

60g×2 **500円**(税込**540円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.4<3.3

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

218 鎌倉ポークソーセージ

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。

冷蔵 賞20日

200g **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<4.2

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

219 鎌倉チョリソー

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

冷蔵 賞15日

30g×5 **385円**(税込**416円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

220 丹沢農場の粗挽ウインナー

ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。

冷蔵 賞7日

120g **290円**(税込**313円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

221 丹沢農場のバラベーコンスライス

甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。

冷蔵 賞7日

100g **380円**(税込**410円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

222 丹沢農場のボンレスハムスライス

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

冷蔵 賞7日

100g **352円**(税込**380円**)

豚肉(国内産)

盛付例



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

223 丹沢農場の肉団子(甘酢タレ)

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

冷蔵 賞24日 米大

240g(9個入) **417円**(税込**450円**)

豚肉(国内産)

ミートバル村山(茨城県・土浦市)

224 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、又はロースポーク使用。

冷蔵 賞7日 米大

200g **480円**(税込**518円**)

豚肉(茨城県)

野口さん達(茨城県・桜川市)

225 つくば菌鶏 蒸し焼きスライスチキン

つくば菌鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 賞180日 乳

160g **350円**(税込**378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。

土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

冷蔵 賞届いて3日 乳

サツラク農協(北海道・札幌市)

サツラク低温殺菌牛乳

1 1ℓ 302円(税込**326円**)

2 500ml 178円(税込**192円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.5

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。

サツラク農協(北海道・札幌市)

3 サツラク低脂肪牛乳

冷蔵 賞15日 乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

ジャム・蜂蜜

スープ

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

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

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

615 ブルーベリージャム

熊本県産のブルーベリーの風味を生かした、あっさりとしたジャム。原材料にはちみつを含みます。

冷蔵 賞15日

180g **600円**(税込**648円**)

ブルーベリー(熊本県)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

226 いちじくジャム

いちじくの風味を生かし、糖度40度の低糖ジャムに仕上げました。お菓子作りにも。原材料にはちみつを含みます。

冷蔵 賞15日

180g **460円**(税込**497円**)

いちじく(広島県)

北海道産の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

サツラク農協(北海道・札幌市)

4 サツラク牛乳

冷蔵 賞15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社(北海道・江別市)

5 おいしさまるやか(成分調整牛乳)

冷蔵 賞届いて10日 乳

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳(北海道)

カフェインレスです

北海道十勝産生乳をたっぷり60%使用(製品に占める割合)。香料、乳化剤、着色料不使用で作りました。

よつ葉乳業(北海道・音更町)

229 カフェインレスよつ葉カフェオレ

冷蔵 賞届いて6~10日 乳

1ℓ **277円**(税込**299円**)

生乳(北海道)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

227 国産純粋はちみつソバ

そばの花から採ったはちみつ。黒砂糖のような色と味。鉄分、ルチンが多く、貧血気みの方には薬味としても。

冷蔵 賞15日

180g **920円**(税込**994円**) 通常税込**1026円**

はちみつ(国内産)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

228 北海道産純粋はちみつ

北海道で採れたクローバー、シナなどはちみつです。まろやかな味なので、何にでも合います。

冷蔵 賞15日

1kg **3700円**(税込**3996円**)

はちみつ(北海道)

北海道スイートコーン使用

味日本(広島県・広島市)

645 国産野菜入りコーンポタージュスープ

3種の国産野菜を使ったコーンポタージュスープの素。北海道産スイートコーン使用。

冷蔵 賞7日 乳小

104.4g(17.4g×6袋) **450円**(税込**486円**)

とうもろこし(北海道)

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。

冷蔵 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)を鶏に与えています。

冷蔵 賞11日 卵

10個 **257円**(税込**278円**)

茨城県 [放]不検出<3.7<4.0

契約者、募集中です!

有機農業の循環の中から産まれた卵です

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

契約「やさとの間」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。

冷蔵 賞6日 卵入り

6個入り **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.5<3.7

プレートパーティー用 牛肉と加工品のイチオシ品!

特



福永産業(福岡県・遠賀町)

209 鹿児島 坊津黒牛焼肉用(モモ、バラ)

モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。

凍 賞30日

300g **1640円**(税込**1771円**) 通常税込**1825円**

鹿児島県

特



能勢農場(大阪府・能勢町)能勢肉センター

210 牛おすすめ部位の赤身タレ付け焼肉

ヘルシーなモモ肉を生薑タレと辛タレをブレンドしたタレで、生姜が香るあっさり風味に仕上げました。

凍 米大 賞30日

300g **1570円**(税込**1696円**) 通常税込**1825円**

牛肉(大阪府)

特



脂肪が少なく味が濃い、豚も肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

211 鎌倉ボンレスハム

冷蔵 賞20日

400g **1200円**(税込**1296円**) 通常税込**1350円**

豚肉(国内産)

お得2袋

特



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

212 鎌倉串だしフランクリン2袋

豚肉、塩、香辛料のみを使用したポークフランクリンを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。

冷蔵 賞10日

(40g×5)×2 **730円**(税込**788円**) 通常税込**799円**

豚肉(国内産)

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。

表紙に鎌倉あびきウインナー増量掲載中

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

215 鎌倉マイルドポークウインナー×2

焼き塩を使用しているため塩加減がとれてマイルドに仕上がっています。

冷蔵 賞10日

94g×2 **335円**(税込**362円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<4.4<4.1

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

216 鎌倉つかいっきりポークウインナー×3

使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。

冷蔵 賞10日

49g×3 **275円**(税込**297円**)

豚肉(国内産)

パン

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



自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)

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

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

230 6枚 270円(税292円)

231 8枚 270円(税292円)

232 ノースライス 260円(税281円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



※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

233 8枚 425円(税459円)

234 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



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

235 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)

プレスオールトアーナイアのフルーツとナッツを使用



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

236 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)

237 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)

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ



クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)

238 クーロンヌの角形食パン

賞届いて2日 乳小 半斤3枚 140円(税151円)

239 1斤6枚 270円(税292円)

小麦(アメリカ、他)



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)

賞届いて2日 乳小

240 1斤8枚 270円(税292円)

241 ノースライス 265円(税286円)

小麦(アメリカ、他)



クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)

242 クーロンヌのバゲット

王道のバゲットです。冷凍でのお届けになりますので使用の際は家庭用オーブン等をご利用下さい。

凍 賞届60日 小

1本(ハーフ2本) 320円(税346円)

小麦(アメリカ他)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

243 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)

244 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)



地元の店 いばらきベーグル

シーズン最終

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

245 いちごベーグル

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

凍 賞30日 米小

1個 222円(税240円)

小麦(北海道)、いちご(茨城県)



浅野さんの人参を使いました

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

246 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)



ライ麦フレークを生地に練り込んでいます

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

247 ライ麦ベーグル

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

凍 賞30日 米小

1個 221円(税239円)

ライ麦(鹿児島県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

248 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くお召上がり頂けます。

凍 賞30日 乳米大

1個 221円(税239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)

249 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 184円(税199円)

小麦粉・小豆(北海道)



煮豆(黒豆)を生地に練り込んでいます

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

250 黒煮豆ベーグル

粗精糖を使い甘く炊き上げた黒豆を混ぜ合わせました。

凍 賞30日 米大

1個 220円(税238円)

黒豆(北海道)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

251 国産全粒粉プチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

凍 賞180日 小

約40g×5 460円(税497円)

小麦(国内産)



ハッコー食品(千葉県・千葉市)

252 レンジdeほっこりカレーパン

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

凍 賞30日 乳大

90g×3個 487円(税526円)

小麦粉(国産)



クラシーゴワ(東京都・杉並区)

253 国産全粒粉モチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

凍 賞180日 小

約40g×5 460円(税497円)

小麦(国内産)



クラシーゴワ(東京都・杉並区)

252 レンジdeほっこりカレーパン

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

凍 賞30日 乳大

90g×3個 487円(税526円)

小麦粉(国産)

From 石岡・鈴木牧場

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

賞届いて10~11日 乳

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場ヨーグルト

253 プレーン 400g 361円(税390円)

254 微糖 400g 370円(税400円)

生乳(茨城県)



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場

255 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。柔らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。

賞届いて7~11日 乳

100g 500円(税540円)

生乳(茨城県)



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場

256 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン)

鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。

賞7日以上 乳

40g 292円(税315円)

生乳(茨城県)



鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場

257 石岡 鈴木牧場さけるチーズ(バジル)

鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召し上がりください。

賞14日以上 乳

30g 199円(税215円)

生乳(茨城県)



バジル使用 茨城県産有機栽培

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場

258 サツラク北海道純生クリーム

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

賞届いて4~7日 乳

200ml 445円(税481円)

生乳(北海道)



12ページの「スポンジケーキ台」と一緒に

サツラク農協(北海道・札幌市)

258 サツラク北海道純生クリーム

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

賞届いて4~7日 乳

200ml 445円(税481円)

生乳(北海道)



濃厚豆乳プリン

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

259 濃厚豆乳プリン

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

賞30日 卵乳大

100g×2 240円(税259円)

牛乳(愛知県)



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

260 豆乳がりん 黒ごま

国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらも濃厚な黒ごまの風味が活かした黒ごまプリンです。

賞30日 卵大

80g×4 298円(税322円)

豆乳(国内産)



サツラク農協(北海道・札幌市)

261 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン)

サツラク農場、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。

賞18日 乳

500g 265円(税286円)

生乳(北海道)



サツラク農協(北海道・札幌市)

262 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)

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

賞18日 乳

80g×3 212円(税229円)

生乳(北海道)



ホリ乳業(石川県・金沢市)

263 腸内活性ヨーグルト(プレーン)

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

賞届いて9~10日 乳

380g 550円(税594円)

生乳(石川県)



ホリ乳業(石川県・金沢市)

264 腸内活性ヨーグルト(加糖)

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

賞届いて9~10日 乳

90g×3 465円(税502円)

生乳(石川県)



酪王乳業(福島県・郡山市)

265 生乳たっぷりのおむヨーグルト

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

賞19日 乳

180ml×2 256円(税276円)

生乳(福島県)



創健社(神奈川県・横浜市)

266 ペに花ハイラスマーガリン

ペ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。

賞15日 乳

180g 296円(税320円)



日本生活協同組合連合会

267 乳酸ドリンク

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

賞15日 乳

65ml×10 178円(税192円)



よつ葉乳業(北海道・音更町)

268 よつ葉濃厚ヨーグルト(パイナップル)

北海道産ミルクの濃厚な味と濃密な食感。パイナップルの果肉も感じられます。

賞22日 乳

80g 160円(税173円)

生乳(北海道)、パイナップル(国内産、他)

端午の節句 ちらし寿司・おいなりさん作ろう♪

2合用ですが、3合のご飯に混ぜ込んで酢を少々加えてもOK! 筍、蓮根、人参、干椎茸、切昆布を、さっぱりした酸味のりご酢をベースにした調味液で仕上げました。

遠忠食品(埼玉県・越谷市) 270 ちらし寿司の素

冷蔵 賞90日 米 大 小

200g(2合用) 484円(税込) 523円(通常税込) 544円

筍(和歌山県)



仁徳(千葉県・船橋市) 272 黄金でんぶ

タラのすり身と本醸造特選醤油を使って、風味豊かなでんぶに仕上げました。

冷蔵 賞30日 大 小

45g 180円(税込) 194円



丸和食品(東京都・練馬区) 271 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。

冷蔵 賞90日 米 大 小

10枚 395円(税込) 427円 大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 273 味付かんぴょう

国産無漂白かんぴょうを砂糖、醤油、みりん、水あめを使って調味。手巻寿司やちらし寿司に。

冷蔵 賞90日 米 大 小

100g 425円(税込) 459円 かんぴょう(栃木県) [放] 不検出 <3.5 <3.7



丸和食品(東京都・練馬区) 274 きざみ揚げ(冷凍) 2袋

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

冷凍 賞6日 大

100g x 2 398円(税込) 430円(通常税込) 449円 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9

食べきりサイズ! 優しい味です



原材料: たけのこ(国産)、発酵調味料、砂糖、醤油、かつおだし、食塩、かつお節

遠忠食品(埼玉県・越谷市) 275 たけのこ土佐煮

歯ざわりの良い国産のたけのこを使用。醤油ベースの薄味仕立てで炊き上げ、かつお節を加えました。

冷蔵 賞90日 米 大 小

60g 268円(税込) 289円 たけのこ(国内産)

甘さ控え目 黒豆の旨味しっかり!



原材料: 黒豆(国内産)、砂糖、食塩、醤油

遠忠食品(埼玉県・越谷市) 276 直火炊き黒煮豆

青森県産の黒大豆(光黒大豆)を使用。直火釜でふくらと炊き上げました。甘さ控えめです。

冷蔵 賞90日 大 小

120g 298円(税込) 322円 黒豆(国内産)

柔らかいので 手でちぎって お好みの大きさに



おすすめ! 下ゆで後、細切りにしてダシ、しょうゆで煮る。最後に梅干しを入れて少し煮る。さっぱりしてとてもおいしいですよ!

コタニ(岩手県・大船渡市) 277 岩手産さしみ昆布

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

冷蔵 賞90日

250g 380円(税込) 410円(通常税込) 421円 昆布(岩手県)



丸和食品(東京都・練馬区) 278 ミニもめん豆腐

冷蔵 賞届いて4日 大

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



丸和食品(東京都・練馬区) 279 ミニきぬ豆腐

冷蔵 賞届いて4日 大

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



丸和食品(東京都・練馬区) 280 もめん豆腐

冷蔵 賞届いて4日 大

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



丸和食品(東京都・練馬区) 281 きぬ豆腐

冷蔵 賞届いて4日 大

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



丸和食品(東京都・練馬区) 282 青大豆 寄せどうふ

冷蔵 賞届いて4日 大

200g 225円(税込) 243円 大豆(国内産)



丸和食品(東京都・練馬区) 283 ねぎ入り 貝だくさんがんも

冷蔵 賞届いて5日 大

80g x 2 330円(税込) 356円 大豆(国内産)



丸和食品(東京都・練馬区) 284 絹生揚げ

冷蔵 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



丸和食品(東京都・練馬区) 285 油揚げ

冷蔵 賞届いて6日 大

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



丸和食品(東京都・練馬区) 286 押し豆腐

冷蔵 賞21日 大

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



丸和食品(東京都・練馬区) 287 ひじき入り京がんも

冷蔵 賞届いて5日 大

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



JAやさと(茨城県・石岡市) 288 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)

冷蔵 賞7日 米 大 小

35g x 3 148円(税込) 160円 大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.4



水府納豆(茨城県・常陸太田市) 289 水府納豆ミニ3個(タレ・カラシ付)

冷蔵 賞10日 米 大 小

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



登喜和食品(東京都・府中市) 290 遊作納豆(タレ・カラシ付)

冷蔵 賞9日 米 大 小

80g 216円(税込) 233円 大豆(茨城県) [放] 197Cs=3.7



登喜和食品(東京都・府中市) 291 十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)

冷蔵 賞9日 米 大 小

40g x 2 184円(税込) 199円 大豆(北海道)

日配品 海藻・麺類
・こんにやく: 国産のこんにやく芋を使用しています。
・麺・皮: 国産小麦100%です。



浜食(東京都・調布市) 292 洗いもずく

冷蔵 賞10日 米

200g 240円(税込) 259円 もずく(沖縄県)



リアス(千葉県・船橋市) 293 松島湾産 おさしみあかもく

冷蔵 賞100g 250円(税込) 270円

あかもく(宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0



リアス(千葉県・船橋市) 294 国産あかもく めかぶミックス

冷蔵 賞40g x 3 330円(税込) 356円

あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)



鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 295 上州産 徳用こんにやく

冷蔵 賞60日

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



鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 296 上州産徳用しらたき

冷蔵 賞60日

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



グリーンフ(群馬県・昭和村) 297 やわらかこんにやく 2個組

冷蔵 賞76日

120g x 2 300円(税込) 324円 こんにやく芋(群馬県)



グリーンフ(群馬県・昭和村) 298 味付やわらかこんにやく

冷蔵 賞90日 米 大 小

6個入 220円(税込) 238円 こんにやく芋(群馬県)



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 303 生ふりかけおかか

冷蔵 賞60日 米 大 小

40gピン入 375円(税込) 405円(通常税込) 421円 かつお節(静岡県)



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 304 国産葉唐辛子(三河みりん使用)

冷蔵 賞90日 米 大 小

30g 280円(税込) 302円 葉唐辛子(国内産)



共生食品(神奈川県・相模原市) 299 内麦生ラーメン 醤油(3食入)

冷蔵 賞7日 卵 大 小

麺120g x 3 スープ30g x 3 340円(税込) 367円(通常税込) 378円 小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



菊田商店(東京都・練馬区) 300 煮豆 とら豆

冷蔵 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) 301 昆布豆

冷蔵 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



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 302 やさとの半熟たまご(温玉)

冷蔵 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



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 305 しらすくすみ

冷蔵 賞90日 米 大 小

100g 580円(税込) 626円 しらす(瀬戸内海)



鶏肉の美味しさと醤油タレの優しい風味がよくマッチ

つくね串は軽く揚げて旨みを閉じ込めてからこんがり焼き上げ、もも串と一緒に醤油ベースの甘いタレで香ばしく仕上げます。

秋川牧園(山口県・山口市)

330 やきとりセット 2種×各3本

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

凍卵米大 180g(2種各3本) **620円(税670円)** 通常税込 690円

鶏肉(山口県、他)

手軽に本格的なチャブチエを楽しめます 炒め野菜、肉を加えてボリュームアップして

カラミンソース(東京都・新宿区)

331 チャブチエ 2食入

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 180g×2 **571円(税617円)** 通常税込 647円

春雨(国内産)

凍ったまま半分に割って使えます

国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さ強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉：約7.3%

茹で時間約1分

シマダヤ(東京都・渋谷区)

332 冷凍 稲庭風うどん 200g×5食 **408円(税441円)**

小麦(国内産)

鍋かレンジで

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

333 関西風きつねうどん 2食入

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

凍卵米大 2食520g **306円(税330円)** 通常税込 346円

小麦(国内産)

カラミンソース(東京都・新宿区)

334 食べるサムゲタン風スープ 2食入

韓国の薬膳料理サムゲタンをアレンジしたスープで、身体の芯から温めてくれる一品。ほくした鶏肉にもち米を加えました。湯煎して。

凍米 300g×2 **646円(税698円)**

鶏肉(国内産)

クク登場!

ポーラスター(石川県・白山市)

335 助六寿司 2種×4個

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

凍卵米大 280g(2種×4個) **430円(税464円)**

米(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

ニッコ(神奈川県・大和市)

336 野菜かき揚げ 4個入

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

凍卵米小 4個260g **430円(税464円)**

玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)

レンジかトースターで温めて

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

菅原食品販売(宮城県・塩竈市)

337 天ぷらセット(濃縮たれ付) 2人前

200g(2人前、5種×2個) **550円(税594円)**

かぼちゃ・さつまいも(国内産)

お弁当におかずにおかず!

秋川牧園(山口県・山口市)

338 からあげ 8個入

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

凍卵米大 150g **447円(税483円)**

鶏肉(山口県、他)

軟骨のヨリヨリした食感と 胡椒の風味が◎

レンジで

イシイフーズ(徳島県・石井町)

339 阿波すだち鶏軟骨入 つくねスティック 160g

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

凍米大 160g **289円(税312円)** 通常税込 322円

鶏肉(徳島県)

レンジか蒸して

削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。

ニッコ(神奈川県・大和市)

340 鶏ごぼろシュウマイ 27g×8 **355円(税383円)**

鶏肉(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

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。加熱調理済みなのですぐに使えます。

秋川牧園(山口県・山口市)

341 鶏つくね 200g

凍卵米大 **338円(税365円)**

食べ応えありお弁当にも

ニッコ(神奈川県・大和市)

342 ごぼうとひじきの豆腐団子 8個144g

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

凍卵米大 **350円(税378円)**

ごぼう(国内産)

レンジかトースターで

パイオニアフーズ(北海道・京極町)

343 ミニポテト オープントースター用 500g

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

凍米 **311円(税336円)**

じゃがいも(北海道)

オーブントースターかレンジで

秋川牧園(山口県・山口市)

344 エビカツフライ 4個152g

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

凍卵米大 **395円(税427円)**

えび(インドネシア、ベトナム、タイ)

レンジで

大進食品(神奈川県・横浜市)

345 マム 北海サーモンたっぷりグラタン 170g×2

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

凍乳小 **645円(税697円)**

牛乳(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6

レンジかトースターで ご飯にもパンにも合う

秋川牧園(山口県・山口市)

347 黒豚メンチカツ 4個入

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

凍卵米大 120g(4個) **368円(税397円)**

豚肉(国内産)

レンジかフライパンで温めて

ニッコ(神奈川県・大和市)

348 ふんわり豆腐ハンバーグ 2パック (90g×3)×2 **846円(税914円)** 通常税込 954円

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

凍卵米大 大豆・鶏肉(国内産)

骨がなくて食べやすい

レンジかトースターで

秋川牧園(山口県・山口市)

349 フライドチキン(骨なし) 300g

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

凍卵米小 **880円(税950円)**

鶏肉(国内産)

あっさり味のサフランライスに 具材の魚介類をセット

フライパンで

東京コールドチェーン(神奈川県・川崎市)

350 パエリアセット (魚介類・サフランライス) 790g

米は国産のムツカオリを使用。あっさり味のサフランライスに具材の魚介類をセット。スペインの代表料理。

凍卵米大 **1348円(税1456円)** 通常税込 1501円

米(国内産)

レンジで温めて

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

ニッコ(神奈川県・大和市)

351 ミニたい焼き(あずき) 10個入

10個400g **400円(税432円)**

小豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

人気です! KUBOTA のアイス 南国土佐

久保田食品(高知県・南国市)

352 苺とミルクのアイスキャンデー 80ml

ミルク感あふれるキャンデーに手作業で丁寧に加工した高知県産苺をスライスして貼り付けました。

凍乳 **180円(税194円)**

生乳(北海道)・苺(高知県)

一度吸い始めたら、やめられない(噴き出し注意!)

久保田食品(高知県・南国市)

353 おっぱいアイスミルク 80ml

牛乳の素朴なおいしさをベースにパナラビンのほのかな甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。

凍乳 **100円(税108円)**

生乳(北海道)

底にある、とろ〜り黒蜜ときなごが 相性抜群

国内産黒豆のきなごを使用。自家製黒蜜の落ち着いた甘味と芳醇なきなごの香りがベストマッチした美味しさ。

久保田食品(高知県・南国市)

354 黒蜜きなこアイスクリーム 100ml

凍卵米大 **220円(税238円)**

生乳・黒大豆(国内産)

心をこめて丁寧に作っています

ラム酒や香料は不使用。自然解凍(出来ただけ室温との温度差を少なくしてトースター等で温めても。

弁天堂(兵庫県・淡路市)

355 アップルパイ 1個

りんご(国内産) **861円(税930円)**

有機ココア使用

弁天堂(兵庫県・淡路市)

356 袖子のレアチーズケーキ 2個入

従来の凝固剤(ゼラチン・寒天)を使用せずに仕上げたレアチーズケーキ。品種は鬼頭の袖子を使用。

凍卵60日 卵乳小 **754円(税814円)**

卵・袖子(徳島県)・クリームチーズ(北海道)

特

弁天堂(兵庫県・淡路市)

357 ティラミスカップケーキ 2個

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

凍卵60日 卵乳小 **739円(税798円)** 通常税込 829円

卵・生乳(北海道)

デコレーションしてお使い下さい 子どもの日のお祝いにも

国内産小麦、たむらのタマゴの養鶏卵、国内産砂糖、よつば乳業の牛乳を使用した5号サイズのスポンジケーキ。

弁天堂(兵庫県・淡路市)

358 スポンジケーキ台 (プレーン)5号 180g(直径約15cm)

凍卵80日 卵乳小 **991円(税1070円)** 通常税込 1110円

卵・粗糖・小麦(国内産)

こどもの日 お菓子特集!

醤油ベースの小粒あられです
砂糖がけ、醤油がけの小粒あられをミックス

お子様にも安心してお召し上がりいただける素材にこだわりぬいた商品です。
有機JAS認証
精華堂穀総本舗 (東京都・江東区)
鯉のぼりあられ 160日 米 大 小
359 青 40g 380円(税込410円) 通常税込421円
360 赤 40g 380円(税込410円) 通常税込421円
もち米 (国内産)

361 玄米揚げ 塩
原材料:有機もち米、有機植物油(紅花・菜種)、食塩
100日 米
30g 245円(税込265円)
もち米 (国内産)

362 カマンベールチーズおかき
原材料:有機もち米、ナチュラルチーズ、有機植物油、有機白醤油、砂糖、昆布、かつお節、みりん
100日 乳 米 大 小
9個 465円(税込502円)
もち米 (宮城県) [放] 不検出 <4.1 <4.3

363 あんこおかき
原材料:有機もち米、有機白醤油、砂糖、有機植物油、小豆、みりん、昆布、かつお節、塩
100日 米 大 小
9個 420円(税込454円)
もち米 (宮城県) [放] 不検出 <3.7 <3.5

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
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

689 うの花クッキー
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
180日 米 大 小
80g 194円(税込210円)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.4

690 きな粉ウエハース
原材料:小麦粉、ショートニング(パーム油、ヤシ油)、砂糖、きな粉(遺伝子組み換えでない)、澱粉、玄米粉、植物油(パーム油)、モルトエキス
120日 米 大 小
30個 178円(税込192円)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

370 五穀ドライワッフル
原材料:国産小麦粉、粗糖、ショートニング、卵、大麦、ひえ、はとむぎ、アマランサス、粉乳、重曹、レシチン
180日 卵 乳 大 小
8枚 280円(税込302円)
小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.1

371 珈琲キャラメル
ミルク風味のキャラメル生地に、香り高い有機珈琲を加え、甘さ控えめに仕上げました。
140g (個包装込み) 280円(税込302円)
コーヒー (コロンビア)

着色料・香料不使用です
アップルグミ
国内産りんご果汁を100%(生果汁換算)使用したりんご味のグミキャンディーです。
20g×4連 290円(税込313円)
りんご果汁 (国内産)

373 小倉ようかん
原材料:砂糖(てん菜(国産))、生餡、小豆(北海道産)、水飴、寒天
1個58g 111円(税込120円)
小豆 (北海道)

374 オーガニック小麦のどらやき
原材料:つぶ餡(砂糖、小豆(北海道産)、水あめ、寒天)(国内製造)、有機小麦粉、砂糖、鶏卵、水あめ/膨張剤
60日 卵 小
1個 175円(税込189円)
小豆 (北海道)

375 オーガニック小麦の蜂蜜カステラ
食べやすいサイズを個包装してありますので、切る手間もかからず手軽に召し上がっていただけます。
60日 卵 小
5個 620円(税込670円)
鶏卵 (山形県)

376 深川巻
原材料:有機もち米、有機醤油(大豆・小麦を含む)、有機砂糖、のり、みりん、昆布、かつお節
160日 米 大 小
38g 335円(税込362円)
もち米 (国内産)

377 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。
120日
130g 190円(税込205円)
天草 (国内産)

378 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。
120日
130g 190円(税込205円)
天草 (国内産)

飲料
・緑茶:無農薬です。
・ジュース類:果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。
※未成年者の飲酒は法律で禁止されています
前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

379 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)

380 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)

381 ジャスミン茶 (リーフ)
中国を代表する花茶のひとつ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひきたちます。
100g 398円(税込430円)
緑茶・ジャスミン (中国)

731 ウーロン茶 (ティーバッグ)
水仙種烏龍茶をお手軽なティーバッグに。焙煎の香りが芳ばしく、渋味は少なめに仕上げた飲みやすい味わい。
5g×30 390円(税込421円) 通常税込432円
水仙 (中国)

382 玉三 丹波黒豆麦茶
国産六条麦茶に丹波黒豆をブレンドした、香り豊かでコクのある麦茶です。煮出し、水出しどちらでも。
10g×20 250円(税込270円)
大麦・黒大豆 (国内産)

383 九鬼 黒ごまラテ
たっぷり使用した黒ごまと国産きなこの香ばしい風味と、オーストラリア産の優しい甘みの黒ごまラテです。牛乳や豆乳に溶かしてどうぞ。
180日 米 大
150g 400円(税込432円)
黒ごま (ミャンマー、他)

384 みかんジュース
和歌山県産うんしゅうみかんを使用しました。濃厚で甘酸っぱいおいしさの100%ストレートジュース。
160g×5 765円(税込826円)
うんしゅうみかん (和歌山県)

1本で紫蘇の葉300枚分!
熊野古道沿いで栽培された無農薬の赤しそに、梅果汁、みかん果汁を加えフルーティーな味わいに。3~4倍に割って。
500ml 1200円(税込1296円)
赤しそ (和歌山県、三重県)

386 名刀味噌 糀ネクター 2個組
甘酒から作った「乳酸ドリンク」。砂糖や酸味料を加えない米麹だけの自然な甘味と果物のような酸味が特徴。
180日 米
150g×2 554円(税込598円) 通常税込620円
米 (岡山県)

389 1本
銀河高原ビール (岩手県・西和賀町)
銀河高原 小麦のビール
350ml 277円(税込305円)
小麦 (ドイツ)

390 6本組
銀河高原ビール (岩手県・西和賀町)
銀河高原 小麦のビール
350ml×6 1650円(税込1818円)
小麦 (ドイツ)

754 ただの炭酸水
福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。
200ml×24 1200円(税込1296円) 通常税込1344円
米 (国内産)

747 造り酒屋の濃厚甘酒
天領酒造 (岐阜県・下呂市)
500g 680円(税込734円)
米 (国内産)

387 北海道トマト100% (無塩)
北海道の大地で真っ赤に育ったトマトを収穫して直ぐ搾ったストレートタイプのトマトジュースです。食塩無添加。
160g×20 2850円(税込3078円)
トマト (北海道)

388 龍泉洞の水 500ml×24本
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
500ml×24 2880円(税込3110円)
岩手県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

768 井筒ワイン コンコード赤甘口
720ml 1250円(税込1375円)
ぶどう (長野県)

769 井筒ワイン ナイアガラ白辛口
720ml 1250円(税込1375円)
ぶどう (長野県)

CO-OP MAIL JOSO [2022年4月4日] ひんやりスイーツ特集! 全品特価

シーズン初 そのままお召し上がり下さい
364 あんこ屋さんの水ようかん こしあん
あんこ屋さんが作った有機JAS認定のこし餡で作った水ようかんです。なめらかな食感に仕上げました。
180日
100g 145円(税込157円) 通常税込178円

365 あんこ屋さんの水ようかん 小倉
あんこ屋さんが作った有機JAS認定の小倉水ようかんです。小豆の食感を残しています。
180日
100g 145円(税込157円) 通常税込178円

366 あんこ屋さんの水ようかん 抹茶
あんこ屋さんが作った有機JAS認定の抹茶水ようかんです。甘味と抹茶のほのかな渋みとが調和しています。
180日
100g 145円(税込157円) 通常税込178円

367 珈琲ゼリー
芳醇な香りと味わいをお楽しみいただけます。
180日
105g 205円(税込221円) 通常税込232円
コーヒー豆 (インドネシア)

368 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。
120日
130g 180円(税込194円) 通常税込205円
天草 (国内産)

369 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。
120日
130g 180円(税込194円) 通常税込205円
天草 (国内産)

372 アップルグミ
国内産りんご果汁を100%(生果汁換算)使用したりんご味のグミキャンディーです。
20g×4連 290円(税込313円)
りんご果汁 (国内産)

372 アップルグミ
国内産りんご果汁を100%(生果汁換算)使用したりんご味のグミキャンディーです。
20g×4連 290円(税込313円)
りんご果汁 (国内産)

食品調味料

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

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
 500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いします。

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。



前日OK!

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

521 食酢

米 500ml 152円(税込164円)
 米(国内産)

「米一升・みりん一升」の本場三河の伝統製法で作られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさです。



前日OK!

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

530 白だし

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尻尻産昆布を使用。

米 400ml 450円(税込486円)
 米(国内産)

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



前日OK!

創健社(神奈川県・横浜市)

400 えごま一番 胡麻ドレッシング

卵 150ml 420円(税込454円)

ホクレン農業協同組合連合会(北海道・札幌市)

510 てんさい糖

北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。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)

沖縄物産企業連合(沖縄県・那覇市)

391 波照間島特産 黒糖ふんまつ

沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。

200g 300円(税込324円)
 さとうきび(沖縄県)

海はいのち(長崎県・南島原市)

513 にっぽん海塩

長崎県南島原市周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすくなくじみず。

500g 250円(税込270円)
 海水(長崎県)

旬の素材にかけるだけ、漬けるだけ! かけるだけの万能酢。国産米酢・りんご酢に、レモン果汁と昆布とかつお節の一番だし入り。

392 360ml カンタン八芳酢

360ml 420円(税込454円)

393 徳用タイプ

900ml 830円(税込896円)
 米(国内産)

コメント
 カンタン八芳酢 まろやかな味で気に入りました。

2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。



前日OK!

沼屋本店(茨城県・つくば市)

394 国産丸大豆 寒仕込みしょう油

大豆(国内産) 500ml 740円(税込799円)

塩分が多目なので少量使用で充分! 色がうすく熟処理をしていない生(なま)醤油ですので、丸大豆もろみの風味をそのままお楽しみ頂けます。



前日OK!

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

395 超特選うすむらさき「生」

大豆(アメリカ、カナダ)、小麦(カナダ) 1ℓ 810円(税込875円)

やまこみそ(茨城県・守谷市)

396 やまこ味噌(粒・甘口) 容器入り

国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。原材料:米、大豆、塩

750g 550円(税込594円)
 大豆(国内産)

藤巻商店(千葉県・印西市)

397 味噌「母ごころ」(中辛)

国産大豆・国産米を原料に杉の大樽でじっくり約1年熟成させた、中辛口のみそです。原材料:大豆、米、塩

750g 510円(税込551円)
 大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.6

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!

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

544 ゆず醤油 かけぼん

ゆず(国内産) 400ml 450円(税込486円)

料理に風味を持たせます。



前日OK!

米澤製油(埼玉県・熊谷市)

550 ごま油

450g 1050円(税込1134円)
 胡麻(ナイジェリア、他)

職人が約一ヶ月かけて仕上げる一番絞りがごま油です。マイルドでバランスの良いごま油です。



前日OK!

山田製油(京都府・京都市)

398 京都山田ごま油

140g 520円(税込562円)
 白ごま(グアテマラ、パラグアイ等)

職人が約一ヶ月かけて仕上げる一番絞りがごま油です。



前日OK!

山田製油(京都府・京都市)

399 京都山田ごま油

275g 820円(税込886円)
 白ごま(グアテマラ、パラグアイ等)

くせがなくマイルドな風味のオリーブオイルです。パスタ料理や煮込み料理、揚げ物など幅広く使えます。



前日OK!

日本生活協同組合連合会

553 オリーブオイル

400g 520円(税込562円)
 オリーブ(スペイン)

圧搾しぼりの「えごま一番」を使用した卵黄タイプのあっさりまろやか風味のマヨネーズです。大さじ1杯(15g)あたり、オメガ3(n-3系)脂肪酸のα-リノレン酸が2.4g含まれています。



前日OK!

創健社(神奈川県・横浜市)

401 えごま一番 マヨネーズ

卵 205g 490円(税込529円) 通常税込540円

ナガノトマト(長野県・松本市)

535 国産つぶ野菜入り 信州生まれのケチャップ

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

米 295g 355円(税込383円)
 トマト(長野県)

ボールスタア(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種のピネガーを使用。

米 200ml 370円(税込400円)

肉料理、サンドイッチに、ソースやドレッシングにも!



402 オーガニック 粒マスタード

有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなオーガニック粒マスタードです。

90g 450円(税込486円)
 有機マスタード種子(カナダ)

化学調味料不使用で、後味がいいです



403 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下さい。

60g 270円(税込292円)
 大根(宮崎県)

味の良い尻尻産昆布と真昆布、米酢を使用して仕上げたふんわり優しい食感のとろろ昆布です。

404 尻尻とろろ昆布

20g 350円(税込378円)

すべて国内産の海藻を使用



405 国産あかもく入り ねばり海藻サラダ

すべて国内産の海藻を7種類使用し、水で戻すだけで約10倍に増え、簡単に調理できる便利な商品です。

10g 300円(税込324円)
 わかめ(三陸) [放]不検出<3.1<3.2

日本生活協同組合連合会

574 味バック合わせだし

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

10.5g×6×5 555円(税込599円)

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

566 かつおぶしバック

かつお節(本枯れ節)をうすく削って、風味を大切に小袋パックにしました。

5g×10 430円(税込464円)
 かつお(国内産)

野菜とほたての旨みたっぷりのスープを、使いやすい顆粒状にしました。

579 洋風だし一番

8g×10 343円(税込370円) 通常税込381円

いつもより買い得です! プレス・オールターナティブ 在庫一掃セール特集!

幅広く使える便利なペーストタイプ

たっぷり使用したトマトとレモンガラスの風味が魚介の風味を引き立てます。約22皿分。

406 カレーの壺(ミディアム)

米 220g 420円(税込454円) 通常税込626円

辛さを抑えたマイルドなやさしい味わいで、素材の旨みを生かします。辛味が苦手な方やお子様におすすめ。

407 カレーの壺(マイルド)

米 220g 420円(税込454円) 通常税込626円

スパイスでピリッとパンチの利いた辛み。スパイスをローストしたスモーク成分が食感を高めます。約22皿分

408 カレーの壺(スパイシー)

米 220g 420円(税込454円) 通常税込626円

どんぐりてい



どんぐりていの雨宮さん(左)・倉持さん

412 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。

300g 430円(税込464円)
 ササニシキ(茨城県)

シフォンケーキなどに

413 どんぐりていの玄米粉

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

300g 460円(税込497円) 通常税込508円

農業・化学肥料不使用

415 焙煎大麦粉(はったい粉)

坂東市産の無農薬の大麦を焙煎し、粉末にしました。砂糖とお湯を混ぜて食べたり、おやつに材料にも

300g 420円(税込454円)
 大麦(茨城県)

限定50個

409 ビターチョコレート

原材料:砂糖、カカオマス、ココアバター、バニラ、(原材料の一部に乳を含む)

100g 560円(税込605円) 通常税込648円
 カカオ(ドミニカ共和国、ペルー)

限定50個

410 ウィンターチョコレート

原材料:粗糖、ココアバター、全粉乳、ヘーゼルナッツ粉、カカオマス、黒糖、シナモン、コリアンダー、バニラ

100g 700円(税込756円) 通常税込810円

限定50個

411 プラリネチョコレート

原材料:粗糖、ココアバター、全粉乳、ヘーゼルナッツ乳、カカオマス、黒糖、バニラ

100g 560円(税込605円) 通常税込648円
 カカオ(ドミニカ共和国、ペルー他)

どんぐりていが栽培、選別した洗いごま。色選別機をかけていません。お好みで炒るなどしてお使いください。無農薬栽培。

414 どんぐりていの金ごま(洗い)

100g 690円(税込745円) 通常税込756円
 茨城県 [放]不検出<3.2<3.1

どんぐりてい(茨城県・坂東市)

416 どんぐりていのブルーベリーソース

自然栽培のブルーベリーに、グラニュー糖を加えてソースにしました。

180日 170g 680円(税込734円)
 ブルーベリー(茨城県)

甘さ控えめです

416 どんぐりていのブルーベリーソース

自然栽培のブルーベリーに、グラニュー糖を加えてソースにしました。

180日 170g 680円(税込734円)
 ブルーベリー(茨城県)

全品特価

こどもの日に手作り柏餅♪



ポイント

白玉粉と片栗粉を入れると、もちりします

作り方

- 1 上新粉200gに白玉粉25gと片栗粉25g、お湯180ccの割合(10個分)
2 蒸し器に布巾を敷き、こねた粉を手でひとにぎりつまみ、間をあけて並べていく。
3 蒸し上がったら布巾ごと取出し、15~18回ギュッともしみ込む。
4 もみ上がった生地は大きめのビニール袋に入れ、口をあけたまま冷水に30分程度つけて熱をとる。冷めたら10等分にちぎり楕円形にのぼす。



国内産うるち米を100%使用した上新粉です。風味のよいだんごができます。

川光商事 (東京都・中央区)

422 玉三 上新粉
220g 160円(税込173円) 通常税込184円



うるち米、もち米を50%ずつ配合。おだんごが簡単に出来ます。

川光商事 (東京都・中央区)

423 玉三 だんご粉
220g 230円(税込248円) 通常税込259円

もち米・うるち米 (国内産)



川光商事 (東京都・中央区)

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

260g 275円(税込297円) 通常税込308円

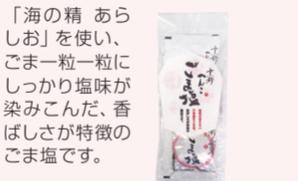


川光商事 (東京都・中央区)

425 ねりあん
北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

260g 275円(税込297円) 通常税込308円

焼肉に合う調味料特集!
次回値上げ
表紙の焼肉セットと一緒にどうぞ!
丸大豆寒仕込みしょう油がベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。
沼屋本店 (茨城県・つくば市)
417 沼屋 焼肉のたれ
260g 385円(税込416円) 通常税込427円



山田製油 (京都府・京都市)

419 京都山田ごま塩小袋
30g(3g×10袋) 300円(税込324円)

黒ごま (ミャンマー、パラグアイ)



ポールスタア (東京都・東村山市)

420 桃花林 塩だれ
150ml 285円(税込308円)

長崎の平釜炊き塩を使い、発酵調味料、醸造酢、にんにくと長ねぎのみじん切り、レモン果汁を加えたさっぱり塩味のたれです。



ポールスタア (東京都・東村山市)

418 花亭ビストロ ガーリックステーキソース
230g 470円(税込508円) 通常税込518円



ポールスタア (東京都・東村山市)

421 100%青森県産田子町産のにおろしにんにく
70g 390円(税込421円)

にんにく (青森県)



長谷川商店 (東京都・中央区)

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

30g(3g×10袋) 380円(税込410円)



九鬼産業 (三重県・四日市市)

599 九鬼ごま (前日OK!)
厳選した黒ごまを独自の技術で焙煎し、香りとコクを引き出しました。赤穂産の塩100パーセント使用。

30g 120円(税込130円)



川光商事 (東京都・中央区)

622 片栗粉 (前日OK!)
北海道産馬鈴薯澱粉100%使用。とろみが強く透明感があります。あんかけ、とろみづけ、唐揚げに。

400g 210円(税込227円)



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

405301 お好み焼粉
小麦粉は岐阜県産を使用し、その他、山いも粉、澱粉、昆布、しいたけも国内産使用。だし入り。

400g 450円(税込486円)



長谷川商店 (東京都・中央区)

592 青のり
瀬戸内海でとれるアオコノリを細かくもんだもの。焼そば、お好み焼き、みそ汁に。

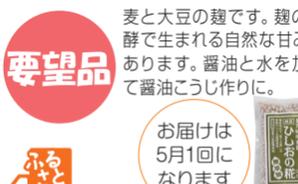
35g 220円(税込238円)



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

427 天ぷら粉
岐阜県産の小麦粉に、北海道産馬鈴薯で重曹、膨張剤には内モンゴル産の重曹を使用。

400g 375円(税込405円)



名刀味噌舗 (岡山県・瀬戸内市)

428 ハーフサイズ
275g 540円(税込583円) 通常税込594円

429 550g
550g 920円(税込994円) 通常税込1004円



名刀味噌舗 (岡山県・瀬戸内市)

430 名刀「手作りひしお」
お醤油の代わりに使う瀬戸内地方の伝統郷土食。風味のよい食べる麺です。お豆腐、お刺身、サラダなどに。

250g 440円(税込475円)



創健社 (神奈川県・横浜市)

431 塩らーめん 2袋
国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。

102g×2 310円(税込334円)



創健社 (神奈川県・横浜市)

432 博多風らーめん 2袋
化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。

110g×2 330円(税込356円)



日本生活協同組合連合会

677 ライトツナフレーク まぐろ油漬
きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬け込み、まろやかな味に仕上げました。

70g×3 399円(税込431円)

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。
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
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

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)

433 本体
300ml 320円(税込352円)

434 詰替用
650ml 420円(税込462円)



ポトル 2本分でおトク

お子様向け商品
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
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

おとうふ工房いしかわ

原材料: 国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒砂糖、食塩、膨張剤(重曹)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

437 きらず揚げ しお 4連
20g×4 230円(税込248円)

小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.3

原材料: 国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒砂糖、食塩、膨張剤(重曹)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

438 きらず揚げ 黒砂糖 4連
20g×4 230円(税込248円)

大豆 (国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3



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)



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)



マスコー製紙 (静岡県・富士宮市)

896 ピュアティッシュペーパー
回収した牛乳パック55%と古紙45%。蛍光染料を使わない2枚重ね。ソフトな肌ざわりです。

200w×5箱 405円(税込446円)



丸富製紙 (静岡県・富士市)

892 ワンタッチコアレス (トイレトペーパー)
牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレトペーパー、シングルです。ゴミになる紙管がありません。

130m×6ロール 480円(税込528円)



日本生活協同組合連合会

894 ミニ50m
22cm×50m 100円(税込110円)



酸素透過性の高い、食品保存に適したラップです。化粧箱にFSC認証紙(ミックス)を使用しています。

895 レギュラー 50m
30cm×50m 110円(税込121円)



サンコー (愛知県・豊橋市)

439 まるごと小魚
国産片口いわしを新鮮なまま釜茹でし、さっぱりとした味付けにしました。

4g×5連 176円(税込190円)



サンコー (愛知県・豊橋市)

440 お米でつくったパフスナックソース味
国産うるち米をかる〜くパフに仕上げ、5種の国産野菜使用のウスターソースで味付けしました。

55g 154円(税込166円)



サンコー (愛知県・豊橋市)

441 カルシウムウエハース300
カルシウムウエハース300は、現代人に不足しがちなカルシウムが、1枚に標準300mg含まれています。

12枚(1枚×12袋) 230円(税込248円)



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 750円(税込825円)



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

805 パックス お風呂洗い石けん詰替用
逆さにしても使える泡スプレー。お風呂場から住まいのお掃除にも便利です。

450ml 360円(税込396円)



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

807 ナチュロン 詰替トイレ洗い石けん
詰替用350mlパックです。

350ml 280円(税込308円)



太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

お風呂

トイレ

5月5日は端午の節句

「こどもの日」

旬の素材で
お祝い



遠忠食品 (埼玉県・越谷市) 2合用
442 国産たけのこご飯の素
たけのこ、椎茸、人参、切昆布を椎茸の戻し汁やかつおだし、砂糖、醤油、みりん、調味。洗った米に加えて炊いて。
冷蔵 90日 米 大 小
170g(2合用) **345円**(税込 **373円**)
たけのこ (和歌山県)

丸和食品 (東京都・練馬区)
443 手揚げ油揚げ 2袋
国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。
冷蔵 届いて3日 大
2枚入×2 **440円**(税込 **475円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出<1.6<1.7

端午の節句には
欠かせません
華桔梗 (愛知県・名古屋市)
449 ちまき
上新粉に甘みをつけた生地を、香り高い笹の葉で包み、イグサで巻きました。自然解凍して。
凍 米 大 小
4本 200g **500円**(税込 **540円**) 通常税込 **562円**
米 (国内産)

レンジで温めて
カラミノフーズ (東京都・新宿区) 4個入
450 鶏五目中華ちまき
国産もち米に鶏肉・牛蒡・人参・椎茸等を混ぜ、醤油・オイスターソースで味付したおこわを竹皮で包みました。
凍 米 大 小
320g (4個入) **616円**(税込 **665円**) 通常税込 **691円**
もち米・鶏肉 (国内産)

時季限定
丸和食品 (東京都・練馬区)
453 竹の子がんと
がんとどきの中に旬のたけのこを加えました。さつとあぶって生醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。
冷蔵 届いて5日 大
80g×2枚 **290円**(税込 **313円**)
たけのこ (京都府) [放] 不検出<2.2<2.0

子供が大好きな味付け
共和水産 (岩手県・宮古市)
454 フライパンでいかリング竜田揚げ
カナダマツイカをリング状にカットし、醤油ベースのたれで下味を付けました。凍結のまま約2分揚げて。
凍 米 大 小
200g **398円**(税込 **430円**)
カナダマツイカ (アメリカ)

444~447 柏もち・449 ちまきは来週も掲載します
岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 6個入
444 芽吹き屋 柏もち(こし)
北海道産小豆のこし餡を、国産の上質な上新粉を使ったコシのある生地で包みました。常温で自然解凍して。
凍 米 大 小
6個300g **542円**(税込 **585円**) 通常税込 **610円**
小豆 (北海道)

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 6個入
446 芽吹き屋 柏もち(みそあん)
国産の上新粉を使い、コシのある生地に、ほんのり甘いきみそあんを中に閉じ込めました。常温で自然解凍して。
凍 米 大 小
6個300g **551円**(税込 **595円**) 通常税込 **610円**
米 (国内産)

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 6個入
445 芽吹き屋 柏もち(粒あん)
北海道産小豆の粒餡を、国産の上質な上新粉を使ったコシのある生地で包みました。常温で自然解凍して。
凍 米 大 小
6個300g **542円**(税込 **585円**) 通常税込 **610円**
小豆 (北海道)

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市) 6個入
447 芽吹き屋 柏もち(よもぎ・粒あん)
北海道産小豆の粒餡を、香り豊かな国産よもぎを練り込んだ国産上新粉を使ってコシのある生地で包みました。
凍 米 大 小
6個300g **639円**(税込 **690円**) 通常税込 **744円**
小豆 (北海道)・よもぎ (国内産)

三源庵 (京都府・京都市)
448 京かすてらショコラ
熟練の職人が焼き上げたココアパウダーを加えたしっとり食感のショコラ味カステラ。5切にカット済。
冷蔵 45日 卵 小
5切 **660円**(税込 **713円**) 通常税込 **724円**
卵・小麦 (国内産) [放] 不検出<2.1<3.8

次回値上げ
大黒淡水 (静岡県・焼津市) 4個入
451 うなぎ蒲焼
70g×2 1960円(税込 2117円) 通常税込 2225円
452 うなぎ
70g×3 2900円(税込 3132円) 通常税込 3262円
うなぎ (愛知県)

愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。
水揚げ後すぐに下処理したうなぎに、国産小麦のパン粉をまぶしました。大きくて満足感あり。油で揚げて。
トクスイコーポレーション (東京都・中央区) 6尾
455 えびフライ特大(2L)
凍 米 小
6尾250g **960円**(税込 **1037円**) 通常税込 **1058円**
ブラックタイガー (インドネシア)

たけのこのように
すくすく育て！
若竹煮
ニッカンフーズ (大分県・日田市) 300g **475円**(税込 **513円**)
たけのこ (国内産)

お買い得
G.W.前に買っておこ
ボリュームパック

無茶々園 (愛媛県・西予市) 3kg **1498円**(税込 **1618円**) 通常税込 **1726円**
458 無茶々園のジューシーフルーツ (河内晩柑)
文旦(ザボン)の枝変わりとなされ、果肉は軟らかで多汁です。農薬3回まで。
愛媛県

丹沢農場 (神奈川県・愛川町) 200g(100g×2) **340円**(税込 **367円**) 通常税込 **389円**
459 丹沢農場のハンバーグ
豚肉の割合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 米 小
180日 卵 乳 小
豚肉 (国内産)

たっぷり300グラム!
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市) 300g **298円**(税込 **322円**) 通常税込 **378円**
460 からふとししゃも丸干(おす)
オスのししゃもは、卵に栄養分が取れないので身がおいしいです。焼いてどうぞ。
凍 米 小
180日 300g **298円**(税込 **322円**) 通常税込 **378円**
からふとししゃも (アイスランド、ノルウェー、カナダ)

お得2パック
ニッキー (神奈川県・大和市) 15個×2
461 徳用北京餃子 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。焼いて。
凍 米 小
(18×15)×2 **778円**(税込 **840円**) 通常税込 **864円**
豚肉 (国内産)

ランチ、おやつに
レンジで温めて
ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 6個入
462 ライスバーガー ポーク生姜焼 (増量)
醤油をつけ焼きあげたライスプレートに特製生姜醤油だれで味付した豚肉をサンド。加工でん粉：約1%使用
凍 米 小
6個690g **943円**(税込 **1018円**) 通常税込 **1058円**
米 (国内産)

国内産のじゃがいもを植物油でパリッとフライし、さっぱりと塩で味付けしました。原材料：馬鈴薯、植物油
サンコー (愛知県・豊橋市) 60g×2 **276円**(税込 **298円**) 通常税込 **320円**
463 ポテトチップスしお味
120日 米
じゃがいも (国内産)

果糖ブドウ糖液糖を使用していません
国産有機しょうがを使用した有機ジンジャーエール。爽やかな飲み心地に有機しょうがの辛みをきかせました。
ヒカリ食品 (徳島県・上板町) 250ml **137円**(税込 **148円**) 通常税込 **151円**
464 1本
465 6本組
250ml×6 **810円**(税込 **876円**) 通常税込 **906円**
しょうが (国内産)

表示マークのご案内

- 取り扱いサイクル・価格表記**
 - 4週に1回お届け 4週に3回お届け
 - 隔週お届け 毎週お届け
 - シーズン最終 季節商品につき今回で最終
 - シーズン初 今季初登場
 - 新 新発売の商品
 - 特 特別価格商品
- お届け時の温度帯**
 - 凍 冷凍品
 - 冷 冷蔵品
 - 表記のないものについては常温でのお届けです。
 - 農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。
- アレルギー表示**
 - 卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに
 - 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
 - ※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性が有ることをいいます。
 - アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。
- その他**
 - OK は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。
 - は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。
 - 無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。
- 主原料原産地**
 - 生鮮品については主原料の原産地を表記しています。
 - 原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。
 - ※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめてください。