

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～

家族で楽しむ

梅しごと

梅に含まれている
主な栄養成分
は、カリウム、βカロ
テン、クエン酸、リン
ゴ酸が挙げられます。
その中でも、これからの
季節注目したい栄養
素はクエン酸です。

梅を始めとする保存食作りの季節到来です。
青梅、漬梅(熟した梅)、らっきょう、赤しそ…。
その時期だけの旬の素材を保存食にして年間
通して活用し、健康に過ごしたいものですね。

なぜ「クエン酸」が
これからの季節に大切な?

- 疲労回復に効果的なのでこれ
から暑くなる季節にぴったり
です。
- 殺菌効果もありますので、食
中毒予防の期待ができます。

梅ソーダに

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。

日本生活協同組合連合会

754 ただの炭酸水 24缶

200ml×24 **1200円(税込1296円)** 通常税込1344円

梅サワーに

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

やまこみそ(茨城県・守谷市)

13 やまこ味噌(粒・甘口)

塩分9%
200g **618円(税込667円)** 通常税込678円

梅みそ作りに

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

やまこみそ(茨城県・守谷市)

13 やまこ味噌(粒・甘口)

塩分9%
200g **618円(税込667円)** 通常税込678円

ミャンマーのひまわり畑のはちみつです。くせのすくないさわやかな風味のはちみつです。

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

14 ミャンマー産
ひまわりはちみつ 350g

520円(税込562円) 通常税込594円

JA全農いばらき(茨城県)・ミートパル村山

16 茨城県産ローズポーク
肩ローススライス

ローズポークを肩ローススライスにしました。炒め物や豚汁の具材に!

冷蔵・賞味4日 250g **587円(税込634円)** 通常税込656円

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

17 さんま梅サンド 6~8個

腹骨を除いたさんまに梅肉ペーストをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。梅肉がさわやかです。

冷凍・賞味180日 140g **380円(税込410円)** 通常税込430円

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

18 徳用 梅干し

昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無選別。

賞味180日 500g **1540円(税込1663円)** 通常税込1674円

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

19 梅エキス

梅のエキスたっぷり
の蜂蜜飲料。5
~7倍に薄めて
飲んで下さい。

65g **1870円(税込2020円)** 通常税込2030円

農産物 第1位 **今が最盛期!**

**美味しいトマトを
たくさん食べてください**

JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

21 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でお待ち。減農薬栽培。

1kg **630円(税込680円)** 通常税込778円

**今年こそ
チャレンジ! 梅酒&梅ジュース手作りセットがお買い得!**

**梅酒をタイムカプセル
として楽しもう!**

梅酒は長期保存
が可能なので、
「子どもの成人の
日の記念に」「数
年後の結婚記念
日に」など、タイム
カプセルとして
楽しむのも◎

江川さんの青梅
(白加賀)1kg、ホ
ワイトリカー
1.8L、氷砂糖1kg
のセットです。

常総生協(茨城県・守谷市)

22 梅酒作りセット

単品で買うより
167円(税込)お得!

青梅1kg、ホワイトリカー1.8L
氷砂糖1kg **2600円(税込2808円)**

江川さんの青梅(白
加賀)1kg、ミヤ
ンマー産はちみつ
1kgのセットです。

常総生協(茨城県・守谷市)

23 梅ジュース
手作りセット

単品で買うより
100円(税込)お得!

青梅1kg、はちみつ1kg **2267円(税込2448円)**

職員のおすすめ

**トーストや
ヨーグルトなどに**

「梅ジャム」は私の家
ではパンと一緒に頂く
のはもちろん、ヨーグル
トに混ぜて食べていま
す。大紀コープファーム
の完熟梅ジャムはケル
化剤の代わりにこんに
やく粉を使っています。
市販品との違いをお
試しください。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

24 完熟梅ジャム

賞味60日 150g **400円(税込432円)** 通常税込443円

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

ご不明な点がございましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)	
千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137、134の順で各検出限界値を掲載	
茨城県	[放] ¹³⁷ Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載	
宮城県	[放] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載	

From 石岡市

土れ味農園

無農薬



天池さん夫婦

土れ味農園・天池さん(茨城県・石岡市)

60

天池さんのズッキーニ

ほのかに甘く、淡泊な味わいなので和洋中どんな料理にも合います。農薬無散布・化学肥料不使用。

1本 **140円**(税込**151円**)

茨城県 【放】不検出 <3.8 <3.4

シーズン初

無農薬



土れ味農園(茨城県・石岡市)

61

天池さんのテールピーツ

食べる輸血と言われるほど、栄養価が高い野菜。サラダやスープにどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。

400g **340円**(税込**367円**)

茨城県 【放】不検出 <4.6 <4.4

シーズン初

無農薬



土れ味農園・天池さん(茨城県・石岡市)

62

天池さんのフロレンスフェネル

株元をお届け。サラダ、スープ、クリームなどに。農薬無散布・化学肥料不使用。

1〜2株 **280円**(税込**302円**)

茨城県 【放】不検出 <3.9 <4.1

今年は豊作につき消費のご協力をお願いします！

特



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)

65

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。

7〜8個 200g **750円**(税込**810円**) 通常税込**862円**

長野県

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。



西山さん達(熊本県) または 加瀬さん達(千葉県)

74

500g

220円(税込**238円**)

75

1kg

390円(税込**421円**)

熊本県・千葉県



久保さん(鹿児島県・伊仙町)

76

新じゃがいも(ニシユタカ)

新じゃがいもならではの甘味・風味をお楽しみ下さい。減農薬栽培。

800g **498円**(税込**538円**)

鹿児島県



林田さん達(長崎県・南島原市)

77

1kg

369円(税込**399円**) 通常税込**443円**

78

3kg

950円(税込**1026円**) 通常税込**1188円**

長崎県

From 小田原

江川農園



江川さん

81

1kg

310円(税込**335円**)

82

5kg

1350円(税込**1458円**)

神奈川県 【放】不検出 <2.8 <3.2

きのこ

きのこで食物繊維をとろう



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



村上さん(栃木県・高根沢町)

87

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

愛媛県

From 無茶々園

無茶々園の青梅の木



宇和海を南に臨み暖かな気候に恵まれた柑橘の名産地、愛媛県明浜町で作られた梅です。青梅はその名の通り、まだ青くて果肉が固い、熟れはじめの梅を指します。固さがありつぶれにくいので、梅酒や梅ジュースづくりに適しています。砂糖やはちみつに漬けてじっくりとエキスを抽出できますので、ぜひご自宅で“梅しごと”をお楽しみください。

64

無茶々園の青梅(梅酒用)

品種は南高梅、紅さし。農薬・化学肥料・除草剤不使用。

1kg **1150円**(税込**1242円**)

愛媛県

シーズン初

無農薬



木村農園(茨城県・つくば市)

67

木村さんのいんげん

茹でてサラダ、ゴマ和え、炒め物、肉巻き、ベーコン巻き等にどうぞ。減農薬栽培。

100g **156円**(税込**168円**)

茨城県 【放】不検出 <4.0 <4.3



上野さん達(栃木県・上三川町)

68

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)

72

大根

※できるだけ葉付きでお届けします

1本(900g以上) **220円**(税込**238円**)

愛知県



上村さん達(青森県・八戸市)

73

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

全国から梅の出荷が始まりました！

こどもも大好き

梅シロップ(梅ジュース)の作り方

梅しごとの中でもいちばん手軽で、はじめやすいのが梅シロップ。薄めて梅ジュースに、炭酸と割って梅サイダーでも楽しめます。

◆材料
青梅 1kg
12 氷砂糖(はちみつの場合は600〜800g) 1kg
438 保存瓶 3〜4ℓ(目安)

◆作り方
① 梅の黒いヘタを1つずつ取り除き、水洗いをします。
② 布巾などで水気をふき取ります。(水気は取り除いてください)
③ 保存瓶を殺菌して乾かします。
④ 保存瓶の中に青梅と氷砂糖を入れます。
⑤ 7〜10日ほどでシロップが出来ます(1日2〜3回、梅全体に溶けた蜜がまわるように混ぜてください)



梅シロップは簡単に作れて、経済的かつ健康的。7歳と4歳の子どもは水で薄めてガブガブ飲みます。冷蔵庫に常備していると、すごく助かります！これなら、市販のジュースよりも罪悪感がありません(笑) 農産担当：小宮山



無農薬



木村農園(茨城県・つくば市)

69

木村さんのピーマン

肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。

150g **170円**(税込**184円**)

茨城県 【放】不検出 <3.9 <3.6



飯野さんご夫婦

飯野農園(茨城県・つくば市)

70

飯野さんの野菜セット(固定種・在来種)

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

3品目 **598円**(税込**646円**)

茨城県

浅野さんの

お待たせしました！

じゃがいも・玉ねぎ



浅野さん(茨城県・常総市)

79

浅野さんのじゃがいも

品種はキタアカリ。掘りたての新じゃがをお届けします。農薬無散布・化学肥料不使用。

800g **250円**(税込**270円**)

茨城県 【放】不検出 <3.6 <3.8



調理例：昆布と玉ねぎのサラダ

調理例：フライドポテト

浅野さん(茨城県・常総市)

80

浅野さんの玉ねぎ

地元常総市の浅野さんが作りました。炒め物、煮物などにどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。

800g **250円**(税込**270円**)

茨城県 【放】不検出 <3.1 <4.2

きのこ

きのこで食物繊維をとろう



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



あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

88

エリンギ

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

100g **261円**(税込**282円**)

三重県

日持ちがよく、シャキッとしたしっかり食感

えのき茸



丸金(長野県・長野市)

84

えのき茸

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

200g **208円**(税込**225円**)

長野県



丸金(長野県・長野市)

85

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 **218円**(税込**235円**)



あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)

86

ホワイトマッシュルーム

床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。

100g **248円**(税込**268円**)

千葉県 【放】不検出 <3.7 <4.0

白えのきにはない、コクのある味が特徴

ブラウンえのき茸



丸金(長野県・長野市)

85

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 **218円**(税込**235円**)



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

90

A品

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



最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください

91

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



日本生活協同組合連合会

92 十勝の青えんどう豆

北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。

凍 200g **267円**(税**288円**)
青えんどう豆(北海道)



イズックス(東京都・中央区)

93 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 **343円**(税**370円**)
かぼちゃ(北海道)



日岡商事(兵庫県・加古川市)

94 冷凍ほうれん草

九州地方の高品質のほうれん草を栄養分と風味を大切に素早く下処理し冷凍しました。お浸し、和え物等に。

凍 200g **330円**(税**356円**)
ほうれん草(国内産)

胡麻や辛子和え、炒めものやサラダに

調理例
胡麻和え



イズックス(東京都・中央区)

95 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 **267円**(税**288円**)
いんげん(北海道)

旨味と歯ごたえがあります



中札内村農業協同組合(北海道・中札内村)

96 北海道 冷凍黒えだ豆

凍 250g **384円**(税**415円**)
黒えだ豆(北海道)

新 特

有機堆肥をもとに「生きた土づくり」を目指す生産者と契約栽培した、濃厚な甘みのいい黒大豆を使用。

原材料：黒えだ豆(黒大豆・遺伝子組み換えではない)、食塩



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

97 梅干し(しそ漬)

品種は白加賀、林州、南高の3種混合。しそ漬のため赤めの色。サイズはMから2L混。

賞 180日
120g **470円**(税**508円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)



98 よつ葉北海道おつまみチーズ ゴーダ2パック

北海道十勝産の生乳を100%使用したゴーダチーズを食べやすい一口サイズにカットしました。

冷 賞 120日 乳 30g×2 **350円**(税**378円**)
生乳(北海道)

ワインやビールのおともにも



99 よつ葉北海道おつまみチーズ チェダー 2パック

北海道十勝産の生乳を100%使用したチェダーチーズを食べやすい一口サイズにカットしました。

冷 賞 120日 乳 30g×2 **352円**(税**380円**)
生乳(北海道)

要望品

100 高菜ちりめん

高菜漬を細かく刻み、ちりめんとゴマを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。

冷 賞 30日
25g **250円**(税**270円**)
ちりめん(鹿児島県)

人気

101 わさび漬け

天城の深山に湧く清水で育ったわさびを、充分熟成させた酒粕で漬けました。(茎20%、根10%、酒粕55%)

冷 賞 14日 米 大
100g **265円**(税**286円**)
わさび(静岡県) [放] 不検出<3.7<3.8

バリバリの食感



102 ビリ辛きゅうり 醤油漬

厚切りしたきゅうりを醤油、白だし、純米酢、唐辛子などの調味液で、パリパリした食感に仕上げました。

冷 賞 60日 米 大 小
200g **290円**(税**313円**)
きゅうり(国内産)

サラダにちらして
タンパク質補給!



103 ミックスビーンズの水煮

4種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。

冷 賞 90日 大
150g **265円**(税**286円**)
豆(新潟県、北海道)

奈良県 五條市 大紀コープファームから初夏のたより



104 青梅ゼリー(梅実入り)

冷 80g×2 **240円**(税**259円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

新 特

梅果汁の中に梅の甘露煮を丸ごと入れ、寒天、こんにゃく粉で寄せました。



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

105 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なります。

冷 賞 9日 米
250g **260円**(税**281円**)
白菜(国内産)



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

106 糖しぼり大根

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 **320円**(税**346円**)
大根(国内産)



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

107 農家が造った 手もみキャベツ

キャベツ、きゅうり、人参を昆布でダシをとったシンプルな漬け汁に漬けました。野菜本来の味が楽しめます。

冷 賞 7日 米 大 小
180g **260円**(税**281円**)
キャベツ(国内産)



やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)

108 マイルド薬念醤(キムチの素)

やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けしたお好みの野菜でキムチが作れます。

冷 賞 45日 米 米
200g **498円**(税**538円**)
唐辛子(中国)



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

109 もみしそ

赤しそを塩でもみ、白梅酢に漬け込みました。梅干し約1kgの色付け、大根やみょうが、生姜漬けにも。

冷 300g **345円**(税**373円**)
しそ(和歌山県)



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

110 紅生姜(きざみ)

高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。

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

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。

産地 応援 千葉・三里塚ワンパックのお米消費に御協力ください!

「三里塚ワンパック野菜」は、1976年に複数の農家が集まってはじまりました。千葉県成田市とその周辺の北総台地の肥沃な畑で、農業を使わずに有機質の肥料で育てた野菜やお米、卵などをお届けしています。現在は、千葉県エリアの組合員を中心にお届けしていますが、21年度米がまだたくさんあるので、ぜひ茨城県の組合員の方もご利用をお願いします!

[ご注意] 月コースのみお届けは6月2回です

千葉県成田市、芝山町、栄町の7名の農家が無農薬、無化学肥料で栽培しました。品種はコシヒカリです。

三里塚の無農薬米

111 白米 3kg **2380円**(税**2570円**)
112 玄米 3kg **2380円**(税**2570円**)

三里塚ワンパック野菜(千葉県・成田市)

米生産メンバーの一人・鈴木俊さん(千葉県・栄町)



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

お得な2袋組(白米5kg)は16ページ 444



水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

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

JA常総ひかり・東町特裁米組合(茨城県・常総市)



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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)

502011 白米 5kg **3500円**(税**3780円**)
502012 玄米 5kg **3200円**(税**3456円**)
502013 7分 5kg **3500円**(税**3780円**)
502014 5分 5kg **3500円**(税**3780円**)

黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

黒澤さん(宮城県・涌谷町)



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



やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg **1998円**(税**2158円**)
502032 玄米 5kg **1888円**(税**2039円**)

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)



雑穀

白米に混ぜて、食物繊維とミネラル類を摂取!



岩泉産業開発(岩手県・岩泉町)

502061 アマランサス(岩泉産)

賞 180日
200g **465円**(税**502円**)
岩手県 [放] 不検出<1.0<1.0

2019年産
小麦や米に比べてたんぱく質や鉄、カルシウム、リンなどのミネラルが豊富。お米に2割程度混ぜて炊いて。

米にまぜて炊くことで、より栄養バランスのとれたものとなります。食物繊維も豊富。国内産大麦100%。



日本生活協同組合連合会

502073 米粒状麦

賞 800g **320円**(税**346円**)
大麦(国内産)

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



桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

502075 雑穀ブレンド

賞 400g **711円**(税**768円**)



2021 年産お米放射能検査結果

(セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

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

今が旬! 入梅いわし



「うちはこんな
使い方してますよ~」
も募集中!

料理の名人とは?

- 醤油、粗糖、発酵調味料だけで作った甘口の万能調味料です。
- あえて40℃以上の加熱をせず、家庭での加熱時に味と風味が完成します。
- 煮魚、照焼、おろし生姜焼きなどが簡単に♪



少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。アレンジして、わが家の味を見つけて下さい。

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
113 料理の名人 (万能調味タレ)

冷蔵60日 米大小

250cc **498円**(税込) **538円**(通常税込) **562円**

「料理の名人」でカンタン南蛮漬け作ろう

鳴門魚類・工場長の鈴江さんが
そっと教える
カンタン・プロの味♪

・黄金比は
「料理の名人」(1):
酢(1.3):だし汁(2)

例えば、あじ南蛮漬(1人前)の場合、「料理の名人」35cc:酢45cc:だし汁70ccを目安にお好みで調整してみてください。

- ・だし汁はだしパックでOK。
- ・分量の酢は一番最後に!(お酢臭さが緩和されます)。

(工場長：鈴江)

旬

特

ふるさと

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

114 脂ののった真いわし 三枚おろし

入梅時期に千葉県沖で漁獲される大羽いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結しました。

凍 冷蔵180日

6~10枚 200g **355円**(税込) **383円**(通常税込) **400円**

真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.4 <3.7



野菜たっぷり
南蛮漬



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

115 青森県産わかさぎ

青森県小川原湖で獲れた国産わかさぎを使用。苦味もなく食べやすく、そのまま唐揚げや南蛮漬けなどに。

凍 150g **407円**(税込) **440円**

わかさぎ(青森県)

食べ応えあり!

特



ふるさと

まるしち水産(千葉県・大網白里市)

116 真いわし丸干し(大)

千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。

凍 冷蔵30日

3尾270~300g **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**

真いわし(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

貝だくさんの
つみれ汁で!

特



日本近海の高鮮度の
真いわしのみを使用
したたたき身です。

ふるさと

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

117 とれとれいわし たたき身

凍 冷蔵120日

300g(150g x2) **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**

いわし(鳥取県、千葉県、他) [放] 不検出 <3.8 <3.9

房州千倉の郷土料理

特



カネヨ水産(千葉県・九十九里町)

118 いわしごま漬

かたくちいわしの頭、内臓を除去して酢漬けにし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。

凍 冷蔵90日 米小

100g **298円**(税込) **322円**(通常税込) **335円**

かたくちいわし(千葉県) [放] 不検出 <3.1 <3.9

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。



ダイヤモンド(鳥取県・米子市)

124 氷温熟成 ふくら開きあじ

山陰産のあじの中骨を除去し、アミノエビの煮汁を加えた塩水(天日塩)に漬け込み、旨味を引き出しました。

凍 冷蔵120日 米小

3枚240g **398円**(税込) **430円**

真あじ(鳥取県)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

119 国内産冷凍あさり(増量)

主に北海道(厚岸)、福島(相馬松川浦)、宮城(万石浦)、愛知から季節や状態に合わせてお届け致します。

凍 冷蔵30日

200g+20g **386円**(税込) **417円**

あさり(国内産)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

120 網走湖産 冷凍しじみ(大粒)

北海道網走湖で漁獲した大粒のやまとしじみです。砂抜き後、冷凍してお届けします。

凍 冷蔵30日

150g **415円**(税込) **448円**

やまとしじみ(北海道)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

121 徳用 酒沼のしじみ(冷凍)

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

凍 冷蔵30日

500g **850円**(税込) **918円**

しじみ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8



中村海産(富山県・氷見市)

122 ししゃもみりん干し

オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込み。冷めても軟らかです。

凍 冷蔵180日

60g **330円**(税込) **356円**

からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

123 子持ち からふとししゃも

ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大き目サイズのものをお届けします。

凍 冷蔵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)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

125 北海道産バクッと真ほっけ一夜干し

北海道釧路湾で4~6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。

凍 冷蔵180日

4~6枚220g **398円**(税込) **430円**

真ほっけ(北海道)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

126 寒さばフィーレ みりん干し

長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりひと晩漬け込み、天日で干し上げました。

凍 冷蔵30日 米大小

2枚160g以上 **498円**(税込) **538円**

真さば(長崎県)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

129 金華さば味噌漬

宮城県の金華山沖で漁獲した大型のさばを使用。仙台味噌をベースにした調味味噌に24時間漬け込みました。

凍 冷蔵180日 米大

2枚220g **398円**(税込) **430円**

さば(宮城県)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

131 さんま糖漬け

国内産(主に北海道沖漁獲)のさんまの頭、内臓を除去し、塩のみでこしらえた糖床に漬け込みました。

凍 冷蔵180日 米

3尾170g **390円**(税込) **421円**

さんま(国内産)



京都やま六(京都府・京都市)

130 銀だら味噌漬

アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。

凍 冷蔵180日 米大

2切120g **430円**(税込) **464円**

銀だら(アメリカ)



東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。

135 さわら西京漬

東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。

凍 冷蔵180日 米大

2切140g **435円**(税込) **470円**(通常税込) **484円**

さわら(韓国)



西京味噌

136 紅鮭西京漬

京都老舗の西京味噌を使った床にじっくり漬け込みました。

凍 冷蔵180日 米大

2切150g **598円**(税込) **646円**

紅鮭(ロシア)



京都やま六(京都府・京都市)

137 かわいい柚子こしょう味噌漬

白身で脂ののったからすかわいを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。

凍 冷蔵180日 米大

2切140g **570円**(税込) **616円**

からすかわい(デンマーク)



京都やま六(京都府・京都市)

138 寒さわら切身(無塩)

五島列島、済州島海域で寒の時期に漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身にしました。

凍 冷蔵30日

約70g x 2 **550円**(税込) **594円**

さわら(五島列島、済州島海域)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

139 寒さばフィーレ(無塩)

長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。

凍 冷蔵30日

片身2枚200g前後 **375円**(税込) **405円**(通常税込) **421円**

真さば(長崎県、佐賀県)



鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

140 北海道産にしん(2尾)

一番味が乗った時季のにしんをそのまま急速凍結。大きめサイズで、旨味抜群です。

凍 冷蔵90日

2尾(360g) **643円**(税込) **694円**

にしん(北海道)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

141 銀だら切身

アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。

凍 冷蔵180日

2切160g **428円**(税込) **462円**

銀だら(アメリカ)



京都やま六(京都府・京都市)

142 紅鮭にしん

紅鮭を、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。

凍 冷蔵180日

2切150g **598円**(税込) **646円**

紅鮭(ロシア)



京都やま六(京都府・京都市)

143 柚子こしょうがきいています

白身で脂ののったからすかわいを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。

凍 冷蔵180日

2切140g **570円**(税込) **616円**

からすかわい(デンマーク)



京都やま六(京都府・京都市)

144 銀だら切身

アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。

凍 冷蔵180日

2切160g **428円**(税込) **462円**

銀だら(アメリカ)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

145 銀だら切身

アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。

凍 冷蔵180日

2切160g **428円**(税込) **462円**

銀だら(アメリカ)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

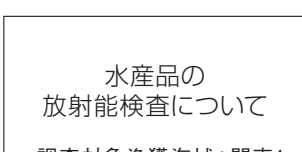
146 銀だら切身

アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。

凍 冷蔵180日

2切160g **428円**(税込) **462円**

銀だら(アメリカ)



東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

147 銀だら切身

アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。

凍 冷蔵180日

2切160g **428円**(税込) **462円**

銀だら(アメリカ)

水産品の
放射能検査について

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

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

めばち&もちもちの
ソデイカの丼



マストミ (徳島県・徳島市)

142 まぐろ丼(イカ入り)

船上凍結処理された鮮度の良いめばちまぐろに、モチモチとした食感のソデイカを合わせました。

凍 50g×2 418円(税込451円) 通常税込 464円
タレ20g×2
めばちまぐろ (台湾)、ソデイカ (沖縄県)

鮮度抜群の
近海まぐろ使用



マストミ (徳島県・徳島市)

143 紀州勝浦産まぐろの
漬け丼用

近海の延縄漁(釣り)により漁獲されたきはだまぐろを使用。タレは近海まぐろに合う特別仕立てです。

凍 70g(固形量 50g)×2 480円(税込518円) 通常税込 538円
きはだまぐろ (和歌山県)

タレなしなので
ポン酢などお好みで!



井で1人前
こはん茶碗で
2人前

144 しらすと桜えびの
釜揚げ2色丼

遠州灘産の釜あげしらすと、駿河湾産の釜揚げ桜えびをセットにしました。1〜2人前。

凍 60g(しらす40g 桜えび20g) 628円(税込678円) 通常税込 699円
いわし稚魚 (遠州灘)、桜えび (駿河湾)

梅雨時にさっぱり!
梅しそ煮



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

145 骨までやわらか
いわし梅しそ煮

加圧処理済みで骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、梅肉などで味付け。加工澱粉:全体の0.6%。

凍 75g×2 355円(税込383円) 通常税込 399円
真いわし (国内産)

紀州梅をまるごと
1粒入れました!



ダイマツ (鳥取県・米子市)

146 氷温造り
さばの梅煮

ノルウェー産のさばを使用し紀州南高梅干しを丸々1個入れ、香り高く煮付けました。湯煎で簡単にできます。

凍 100g(固形量 70g)×3切 535円(税込578円) 通常税込 594円
さば (ノルウェー)、梅 (和歌山県)

千倉の漁師さんが
「たこつぼ漁」で
獲りました!



千葉県産の真だこを生からボイルし、ブツ切りにカットしました。解凍後そのまま召し上がれます。

147 千葉県産
地だこぶつ切り

千葉県加工販売・千倉工場(千葉県・南房総市)

凍 100g 538円(税込581円) 通常税込 598円
真だこ (千葉県)



マストミ (徳島県・徳島市)

148 キハダまぐろの
たたき(徳用)

クセがなくあっさりした味わいのキハダまぐろを使用。なめらかな食感とまぐろの甘みが楽しめます。

凍 40g×4 580円(税込626円) 通常税込 648円
キハダまぐろ (太平洋)



札幌中一 (北海道・札幌市)

149 訳あり帆立貝柱

北海道産の帆立貝柱の割れ品。見た目が欠けているだけで鮮度は抜群です。解凍してそのままお刺身でも。

凍 200g 750円(税込810円)
帆立貝柱 (北海道)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

150 しめさば(柚子風味)

国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬け込みました。高知県産のゆず皮を使用。

凍 2枚160g 488円(税込527円)
さば (国内産)



松岡水産 (千葉県・銚子市)

151 北海道さけ
スモークサーモン2パック

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

凍 40g×2 480円(税込518円)
秋鮭 (北海道)



ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市)

152 篠島産しらす干し

篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をパック詰めしました。

凍 70g 290円(税込313円)
いわし稚魚 (愛知県)



ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市)

153 篠島産釜揚げしらす

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 70g 290円(税込313円)
いわし稚魚 (愛知県)

常備して便利!



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

154 天然むきエビ(特大)

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

凍 160g 548円(税込592円)
えび (マレーシア)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

155 エビホタテミックス

天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出して便利です。

凍 200g 420円(税込454円)
えび (インド)、ほたて (青森県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

156 たらこ(切れ子)

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

凍 55g 298円(税込322円)
すけそうだらの卵 (ロシア)



中村商店 (北海道・函館市)

157 生干いか

北海道で水揚げされたするめいかを鮮度の良い物だけ厳選し塩のみで干しあげました。焼きすぎにご注意!

凍 1枚 360円(税込389円) 通常税込 405円
するめいか (北海道)



共和水産 (岩手県・宮古市)

158 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



共和水産 (岩手県・宮古市)

159 桜えび入り
揚げかまぼこ

スケソウダラとぐちを使用した無リンすり身に桜えびを加えてすりあげ、菜種油で揚げました。

冷 3枚150g 465円(税込502円) 通常税込 516円
桜えび (静岡県)

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。

静岡 由比
いちうろこの練り物

創業は文政元年。200年続く老舗です。

- 昔ながらの石臼できめ細かくすり身にします。
- 添加物は使いません。

いちうろこ (静岡県・静岡市)

スケソウダラとぐちを使用した無リンすり身に桜えびを加えてすりあげ、菜種油で揚げました。

冷 3枚150g 465円(税込502円) 通常税込 516円
桜えび (静岡県)



駿河湾で獲れた新鮮ないわしを丸ごと使用しました。いわし本来の風味と歯ごたえが楽しめます。

いちうろこ (静岡県・静岡市)

160 いわしはんぺん

冷 5枚150g 355円(税込383円) 通常税込 399円
いわし (駿河湾)



静岡のソウルフード「いわしはんぺん」! 別名「黒はんぺん」。新鮮ないわしを骨ごとミンチにして作ります。小骨の独特の食感があり、さつと煮て食べると魚の旨味が広がります。

いちうろこ (静岡県・静岡市)

161 青のり小判

青のりをふんだんに使用した風味豊かなさつま揚げ。お弁当のおかずやお子様のおやつ、おつまみにも。

冷 3枚 230円(税込248円)
すけそうだら (アメリカ、北海道)、青のり (静岡県)



いちうろこ (静岡県・静岡市)

青のりをふんだんに使用した風味豊かなさつま揚げ。お弁当のおかずやお子様のおやつ、おつまみにも。

冷 3枚 230円(税込248円)
すけそうだら (アメリカ、北海道)、青のり (静岡県)



いちうろこ (静岡県・静岡市)

162 小判揚

冷 5枚150g 315円(税込340円)
すけそうだら (アメリカ、北海道)



いちうろこ (静岡県・静岡市)

163 小竹輪

石臼ですったすけそうだらのすり身を使った素朴な味わいのちくわです。魚肉の味がしっかり味わえます。

冷 5本 310円(税込335円)
すけそうだら (アメリカ、北海道)



山九水産 (山口県・長門市)

164 お魚ソーセージ
(3本入)

化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使った、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。

冷 40g×3 298円(税込322円)
魚肉 (国内産)

高橋徳治商店 こだわりの練り物

野菜の甘みを味わって

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

165 お魚あられ

たららのすり身に国産のじゃがいも・南瓜・人参・ほうれん草を練りこんだ一口サイズの練物。離乳食にも。

凍 180日 180g 310円(税込335円)
すけそうだら (北海道)

シャキシャキした食感と
ごぼうの旨味が◎

北海道のすけそうだららのすり身に国産ささがきごぼうを混ぜて揚げました。レンジか冷蔵庫解凍で。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

166 ささがきごぼうさつま揚げ

凍 180日 130g 347円(税込375円) 通常税込 389円
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

無リンすり身に、キャベツやじゃがいも等7種の国産野菜をたっぷり混ぜ込みました。自然解凍でもOK。

凍 5個165g 296円(税込320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)

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

凍 5個175g 295円(税込319円)
すけそうだら (北海道)

化学調味料・保存料は不使用

北海道タラすり身に国産ニラ・人参、イカ、オキアミを練りこんだ揚げかまぼこ。程よい食感で香ばしい。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

169 チヂミ風さつま揚げ

凍 3枚126g 296円(税込320円)
すけそうたら (北海道)

お弁当にも使い勝手のよい大きさです



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

170 ミニ笹かまぼこ

旨味の濃い宮城県産の小魚と北海道のスケソウダラすり身で笹かまぼこに焼き上げました。

凍 8枚136g 311円(税込336円) 通常税込 346円
小魚すり身 (宮城県)、タラすり身 (北海道) 【放】不検出 <3.7 <3.9

表紙 18 徳用梅干を使用して
豚肉の梅肉じょうゆ炒め

◆材料
豚ロースしょうが焼き用 …250g
長ねぎ …… 2本
レタス …… 2枚
トマト …… 1コ
サラダ油 …… 大さじ3
しょうゆ …… 大さじ1
酒 …… 大さじ1
砂糖 …… 小さじ1
にんにく(つぶす) …… 1片
しょうゆ …… 大さじ1と1/2
砂糖 …… 小さじ2
みりん …… 大さじ1
梅肉 …… 小さじ1



◆作り方
① 豚肉は2等分に切り、Aをもみ込み下味をつける。
② ねぎは4cm長さに切る。レタスは手でちぎり、トマトはくし型に切って半分に切る。
③ フライパンに油大さじ2を熱し、肉の両面を焼き一度とりだす。油大さじ1を足してねぎを炒め、しんなりしたら肉を戻し、Bの調味料をからめる。
④ レタスを敷いて肉を盛り、トマトを添える。
※梅肉＝梅干の果肉を包丁でたたいたもの

279円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

171 茨城県産ローズポーク ロースしょうが焼

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。

冷蔵 賞 届いて4日

250g 645円(税込 697円) 通常税込 713円

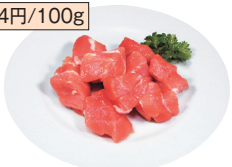
茨城県

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!

ローズポーク肩ローススライス
表紙にて掲載中

224円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

179 茨城県産ローズポーク モモ赤身カレー用

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

冷蔵 賞 届いて4日

200g 415円(税込 448円)

茨城県

397円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

185 丹沢高原豚 ヒレ一口カツ用

希少なヒレ肉を一口カツのサイズにカットしました。

冷蔵 賞 4日

200g(5～6切) 735円(税込 794円)

神奈川県

192円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

191 丹沢高原豚 豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵 賞 4日

200g 355円(税込 383円)

神奈川県

212円/100g



野口さん達(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 賞 180日

250g 490円(税込 529円)

茨城県

233円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

174 茨城県産ローズポーク バラブロック

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷蔵 賞 届いて4日

300g 648円(税込 700円)

茨城県

165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 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞 届いて4日

200g×2 610円(税込 659円)

茨城県

299円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

186 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込みました。ほんのりピリ辛です。

冷蔵 賞 6日 落米大

200g(固形量 約80g×2) 554円(税込 598円)

豚肉(神奈川県)

176円/100g



JA全農いばらき(茨城県)野口商店

192 豚挽肉(バラ凍結)

赤身率8割です。

凍 賞 90日

400g 650円(税込 702円)

茨城県

142円/100g



野口さん達(茨城県・桜川市)

195 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

表紙 18 かP15 423 梅びしおを使用して
ミルフィーユカツ(梅風味)

◆材料
豚モモスライス …… 200g
大葉 …… 6～7枚
梅干(又は梅びしお) …… 3個
小麦粉 …… 適宜
卵 …… 1個
パン粉 …… 適宜
揚げ油、 …… 適宜
キャベツ …… 2枚
ブロッコリー …… 1個
トマト …… 1個
パセリ …… 少々



◆作り方
① 豚肉を半分に切る。大葉は縦半分に切る。ブロッコリーは茹でる。
② キャベツは芯を三角形に切り取り、せん切りにして水に放し、パリッとさせる。トマトはくし形に切る。
③ 肉を広げ梅の果肉(梅びしおでもOK)をぬり、大葉をのせる。肉→梅→大葉の順に2回重ね、上に肉をのせる。
④ 小麦粉、卵、パン粉の順につける。
⑤ フライパンに多めに油を熱し、③の両面をカリッと焼く。
⑥ 肉と野菜を盛り付け、パセリを添える。
※キャベツは水に長くつけると甘みやビタミンが抜けるので注意。
※切り取った芯は刻んで味噌汁に入れて無駄なく使いましょう。

224円/100g

特

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

172 丹沢高原豚 モモスライス

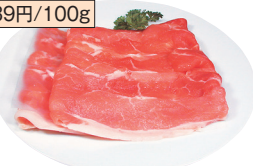
脂身の少ない赤身の多い部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞 4日

200g 415円(税込 448円) 通常税込 464円

神奈川県

239円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

175 茨城県産ローズポーク モモしゃぶしゃぶ用

赤身主体部位であるモモ肉を薄くスライスしました。厚さ1mm。

冷蔵 賞 届いて3日

250g 554円(税込 598円)

茨城県

166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 小間切

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

冷蔵 賞 届いて4日

150g×2 460円(税込 497円)

茨城県

389円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

187 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。

冷蔵 賞 6日 落米大

200g(固形量 約150g) 720円(税込 778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、PH期の飼料を与えます。飼育期間は約80日(一般的には55日)。

ムネ肉はP16に掲載中です

142円/100g



野口さん達(茨城県・桜川市)

196 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

238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 バラスライス

厚さ3～3.5mm。

冷蔵 賞 届いて4日

250g 551円(税込 595円)

茨城県

167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 挽肉

赤身率は8割です。

凍 賞 30日

300g 465円(税込 502円)

茨城県

220円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

188 丹沢高原豚 豚こま 生姜焼き用(味付)

自社牧場の豚のこま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。共に。野菜を加えて炒めても。

冷蔵 賞 5日 落米大小

200g 407円(税込 440円)

豚肉(神奈川県)

212円/100g



野口さん達(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 賞 180日

250g 490円(税込 529円)

茨城県

104円/100g



野口さん達(茨城県・桜川市)

197 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

鶏モモの梅酒煮

◆材料
鶏モモ …… 300g
梅酒 …… カップ1/3
しょうゆ …… 大さじ1と1/2～2
砂糖 …… 大さじ1/2
しょうが …… 1片
キャベツ …… 3～4枚
ピーマン …… 1コ
赤ピーマン …… 1/2コ



◆作り方
① 熱湯に鶏肉を入れ、表面が白くなったら取り出す。
② 鍋に①の肉と梅酒、しょうゆ、砂糖、薄切りのしょうがを加え、煮立つまでは強火にしてアクを取り、弱火にして20分、返して10分煮る。
③ 野菜をせん切りにし、そぎ切りにした肉と盛り合わせる。

173円/100g

特

野口さん達(茨城県・桜川市)

173 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

228円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

177 茨城県産ローズポーク モモスライス

赤身主体部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞 届いて4日

250g 528円(税込 570円)

茨城県

241円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

183 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。

冷蔵 賞 4日

200g 445円(税込 481円)

神奈川県

175円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)

189 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。

凍 賞 120日 落米大小

200g 324円(税込 350円)

豚レバー(神奈川県)

P15 423 梅びしおを使用して
ササミの梅ドレッシング かけ

◆材料
ササミ …… 3本
塩、こしょう …… 少々
大根 …… 150g
水菜 …… 1株
トマト …… 1コ
梅びしお …… 大さじ1/2
酢 …… 大さじ2
A 砂糖 …… 小さじ1
L サラダ油 …… 大さじ1と1/2



◆作り方
① ササミは塩、こしょうをし、蒸して冷めたら手で裂く。
② 大根はせん切り、水菜は4～5cm長さに切り、それぞれ水につけてパリッとさせる。
③ Aでドレッシングを作る。
④ 器に大根、水菜を敷いてササミをのせ、くし型に切ったトマトを添え、ドレッシングをかける。
※ドレッシングは食べる時にかける。

198円/100g

特

野口さん達(茨城県・桜川市)

198 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 550円(税込 594円) 通常税込 605円

茨城県

143円/100g

つくば茜鶏 挽肉

野口さん達（茨城県・桜川市）

各部位からなるバラ凍結品。

500g **660円**（税込 **713円**）

茨城県

519円/100g

鹿児島 坊津黒牛 牛丼・肉じゃが用

脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。

200g **960円**（税込 **1037円**）

鹿児島県

307円/100g

国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

160g **455円**（税込 **491円**）

福岡県、大分県

値上げ対象商品

鎌倉バラベーコン スライス×2

豚バラを塩漬け、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。

85g×2 **600円**（税込 **648円**）

豚肉（国内産）【放】不検出 <3.5 <4.7

丹沢農場のショルダーベーコンスライス

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モークした風味豊かな逸品です。

100g **380円**（税込 **410円**）

豚肉（国内産）

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。

※紛失された場合は供給担当まで

彩り豊かな国産の海藻7種を国産野菜のブイヨンでいただく洋風スープです。

国産野菜のブイヨン仕立て 海藻七草スープ

14.4g（具2g×3袋、スープ2.8g） **380円**（税込 **410円**）（通常税込 **432円**）

たまねぎ・海藻（国内産）

牛肉

- ・坊津黒牛（鹿児島）：鹿児島県坊津地区の榎木さん、草野さん、渡辺さんからの黒毛和種です。3年かけて育てます。
- ・国産牛：大分県、福岡県の生産者（3名）のホルスタイン種です。
- ・山方（やまがた）牛：茨城県の銘柄牛です。黒毛和種とホルスタインのかけ合わせです。

578円/100g

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。手軽にステーキが楽しめます。

170g **910円**（税込 **983円**）

鹿児島県

216円/100g

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。

200g **400円**（税込 **432円**）

福岡県、大分県

鎌倉粗挽 ロングウインナー

野菜と一緒にドッグパンにはさんで。

27g×5 **280円**（税込 **302円**）

豚肉（国内産）

丹沢農場の ロースステーキ香味焼用

豚ロ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上がり下さい。

80g×2 **515円**（税込 **556円**）

豚肉（国内産）

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感じた風味です。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 **430円**（税込 **464円**）

杏（長野県）

特 新

原材料：食塩（国内製造）、砂糖、酵母エキス粉末、玉ねぎ粉末、マッシュポテト粉末、醤油（大豆・小麦を含む）、馬鈴薯でん粉、人参粉末、フライドガーリック、コショウ、具（とろろ昆布、ふのり、あおさ、わかめ、のり、めかぶ、もずく）

448円/100g

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。

200g **830円**（税込 **896円**）

茨城県

349円/100g

国産牛モモスライス

モモ肉を2～3mm程度にスライス。

170g **550円**（税込 **594円**）

福岡県、大分県

畜産加工品

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

鎌倉のハム・ベーコンを中心とした一部商品、次週より原材料・包材の高騰の為値上げになります

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。

200g **350円**（税込 **378円**）

豚肉（国内産）【放】不検出 <3.7 <4.2

つくば茜鶏 親子丼の素 2袋

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

130g（鶏肉40g、タレ90g）×2 **300円**（税込 **324円**）

鶏肉（茨城県）

アルゼンチン産 百花蜜はちみつ

アルゼンチンでとれるクローバー、アルファルファなどの百花蜜はちみつ。さわやかな香りで、クセの少ないはちみつです。

500g **1230円**（税込 **1328円**）

はちみつ（アルゼンチン）

化学調味料無添加 いろいろみそ汁セット

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

8袋 **1000円**（税込 **1080円**）

ほっこり温まる 牛肉のビーフシチュー！

丹沢農場のハンバーグ！

445円/100g

鹿児島 坊津黒牛 角切りビーフシチュー用

モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカット。

170g **700円**（税込 **756円**）（通常税込 **767円**）

鹿児島県

鎌倉あらびき ウインナー×2

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

85g×2 **348円**（税込 **376円**）

豚肉（国内産）

丹沢農場の ポークウインナー

海塩の旨味と香辛料が引きだてるシンプルな味。

120g **287円**（税込 **310円**）

豚肉（国内産）

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。

サツラク牛乳

1ℓ **250円**（税込 **270円**）

生乳（北海道）【放】不検出 <0.5 <0.4

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。

6個 **330円**（税込 **356円**）

茨城県【放】不検出 <3.3 <3.4

ランチに最適な 丹沢農場のハンバーグ！

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

205 **丹沢農場のハンバーグ**

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。飽きのこないシンプルなおいしさのハンバーグです。

200g（100g×2） **350円**（税込 **378円**）（通常税込 **389円**）

豚肉（国内産）

鎌倉あらびき ウインナー×3

85g×3 **520円**（税込 **562円**）

豚肉（国内産）【放】不検出 <3.7 <3.8

丹沢農場の皮なし ベビーウインナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウインナー。

120g **278円**（税込 **300円**）

豚肉（国内産）

サツラク低温殺菌牛乳

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

おいしさまるやか（成分調整牛乳）

1ℓ **219円**（税込 **237円**）

生乳（北海道）

八郷の卵

全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物（とうもろこし・大豆等）を鶏に与えています。

10個 **257円**（税込 **278円**）

茨城県【放】不検出 <3.7 <4.0

サラダやお好みのお料理に♪

秋川牧園（山口県・山口市）

206 **サラダチキン（ブレン）**

若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。お肉本来のうまみを味わっていただけるよう薄味に仕上げています。自然が流水解凍です。

100g **359円**（税込 **388円**）（通常税込 **399円**）

鶏肉（国内産）

鎌倉ボンレスハム ×2

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

60g×2 **450円**（税込 **486円**）

豚肉（国内産）【放】不検出 <3.9 <3.9

丹沢農場の ロースハムスライス

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

100g **398円**（税込 **430円**）

豚肉（神奈川県）

サツラク低脂肪牛乳

500ml **146円**（税込 **158円**）

生乳（北海道）【放】不検出 <0.4 <0.5

カフェインレス 越後葉カフェオレ

1ℓ **277円**（税込 **299円**）

生乳（北海道）

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「やさとの仲間」 平飼卵

開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。

6個入り **330円**（税込 **356円**）

茨城県【放】不検出 <3.5 <3.7

パン

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



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)

バンド・ミ(食パン) 1斤

224 6枚

225 8枚

226 ノースライス

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

※賞届いて1~2日 小

270円(税292円)

270円(税292円)

260円(税281円)

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

※賞届いて1~2日 小

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

バンド・ミ(レーズン食パン) 1斤

227 8枚

425円(税459円)

228 ノースライス

415円(税448円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)



原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩

【放】不検出 <4.0 <4.7



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

229 バンド・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)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

230 ドッグパン

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※賞届いて1~2日 小

3個 300円(税324円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.9



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

231 カレー風味&ナッツカンパーニュ

第三世界ショップの人気商品 カレーの壺とのコラボ商品です。

※賞届いて1~2日 米小

1個 (380~400g) 615円(税664円)

小麦 (北海道、神奈川県)



地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

1本を半分にした状態でのお届けです



クーロンヌジャボン (茨城県・取手市)

236 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プン等をご利用下さい。

※賞60日 小

1本(ハーフ2本) 320円(税346円)

小麦 (アメリカ、他)

クーロンヌジャボン (茨城県・取手市)

232 半斤3枚

140円(税151円)

233 1斤6枚

270円(税292円)

小麦 (アメリカ、他)

※賞届いて2日 乳小

234 1斤8枚

270円(税292円)

235 ノースライス

265円(税286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)



237 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

※賞30日 米小

1個 167円(税180円)

小麦粉 (北海道)、玄米粉 (茨城県)



238 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

※賞30日 米小

1個 194円(税210円)

小麦粉 (北海道)、玄米粉 (茨城県)



239 トマトベーグル

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

※賞30日 米小

1個 222円(税240円)

小麦 (北海道)、トマト (茨城県)



241 ほうれん草ベーグル

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

※賞30日 米小

1個 222円(税240円)

小麦粉 (北海道)、ほうれん草 (茨城県)



242 はちみつ全粒くるみベーグル

はちみつを合わせた全粒粉生地。風味豊かなベーグルに仕上げました。

※賞30日 米小

1個 230円(税248円)

小麦粉 (北海道)、蜂蜜 (茨城県)



243 おからベーグル

おからをたっぷり混ぜ合わせることで独特のモチモチ感のあるベーグルに仕上がっています。

※賞30日 米大 小

1個 184円(税199円) 通常税込210円

小麦粉 (北海道)、おから (茨城県)



244 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

※賞30日 米小

1個 200円(税216円) 通常税込227円

小麦 (北海道)、人参 (茨城県)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!



245 ブリュッセルワッフル

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

※賞180日 卵乳大 小

約65g×6 675円(税729円)

小麦 (カナダ、他)



246 国産全粒粉プチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

※賞180日 小

約40g×5 460円(税497円)

小麦 (国内産)



247 ママンモチモチ手のばしナン

手のばして焼き上げたもちもち食感。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。

※賞30日 小

210g (3枚入り) 330円(税356円)

小麦粉 (北海道)

鈴木さんのヨーグルト(プレーン)でラッシー作るの



◆材料
ヨーグルト..... 200g
5牛乳..... 500ml
554はちみつ..... 大3
レモン果汁..... 小1
氷..... 適量

◆作り方
ボウルに材料を入れ、泡だて器でよく混ぜる。
グラスに氷を入れてどうぞ。



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

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場ヨーグルト ※賞届いて10~11日 乳

248 プレーン 400g 361円(税390円)

249 微糖 400g 370円(税400円)

生乳 (茨城県) 【放】不検出 <3.4 <3.4

From 石岡・鈴木牧場

トマトとモッツァレラのサラダ



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

250 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツァレラ

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

※賞届いて7~11日 乳

100g 498円(税538円)

生乳 (茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2

脱ブラ推進!
ピン入りでお届け



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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

石岡 鈴木牧場 さけるチーズ

251 プレーン 30g 181円(税195円)

252 ペッパー 30g 190円(税205円)

生乳 (茨城県) 【放】不検出 <3.3 <3.1



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

253 よつ葉 プレーンヨーグルト

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

※賞届いて12日前後 乳

400g 230円(税248円)

生乳 (北海道) 【放】不検出 <3.3 <3.3



サツラク農協 (北海道・札幌市)

254 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) 【放】不検出 <3.9 <3.1



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

255 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)

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

※賞届いて9~10日 乳

380g 535円(税578円) 通常税込594円

生乳 (石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

256 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。

※賞届いて9~10日 乳

90g×3 450円(税486円) 通常税込502円

生乳 (石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

257 よつ葉 シュレッドチーズ

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

※賞90日 乳

250g 548円(税592円) 通常税込621円

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

258 よつ葉北海道十勝100ミニチーズ

ミルク風味が際立つ、やさしくまろやかな味わいのチーズです。食べ切りサイズの個包装タイプ。

※賞18日 乳

120g×8 446円(税482円)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

259 よつ葉北海道十勝100ミニチーズ

十勝産チェダーチーズ100%を国産桜チップで燻製。子供でも食べやすいひと口サイズ。おやつ、おつまみに。

※賞180日 乳

45g 210円(税227円)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

260 よつ葉バター ホワイト加塩

北海道産生乳100%の加塩バターです。

※賞180日 乳

150g 298円(税322円)

生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

261 パンにめりやすいバター&ひまわりオイル

北海道産バターを60%使用。ひまわり油を使用し、バターそのものの味を活かしながらパンに塗りやすくなっています。

※賞90日 乳

100g 298円(税322円)

生乳 (北海道)



日本生活協同組合連合会

262 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)

生乳 (北海道)



茨城乳業 (茨城県・石岡市)

263 タマゴプリン

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

※賞14日 卵乳

85g×3 235円(税254円)

牛乳・卵 (茨城県) 【放】不検出 <3.7 <3.8

かつおだしが効いています



シーズン初

新潟県産の茶豆の枝豆を使用し、かつおダシの風味を生かした味付けにしました。通常の水加減でご飯の素を入れて炊くだけ。

かじかわ農場（新潟県・新発田市）
264 炊き込みご飯の素 新潟茶豆の枝豆ご飯

冷賞90日 米 大 小
160g (2合用) **335円** (税 **362円**) 通常税込 **378円**
枝豆（新潟県）

温でも冷でも！
すぐに出せるひと皿



大根、ロールキャベツ、ゆで卵、しらたき、焼ちくわ、油揚げをいわず煮干しと昆布のだし汁で炊きました。

かじかわ農場（新潟県・新発田市）
265 夏おでん

冷賞90日 卵 米 大 小
430g (うち卵2個) **638円** (税 **689円**) 通常税込 **705円**
大根・キャベツ・卵（国内産）

もっと手軽に
おからを食べよう！



ネギなどを添えて彩り良く

丸和食品（東京都・練馬区）
266 味付うの花料理

冷賞30日 米 大 小
150g **250円** (税 **270円**) 通常税込 **281円**
大豆（国内産）【放】不検出<1.5<1.5

週末は手作り豆腐に
チャレンジ♪



丸和食品（東京都・練馬区）
267 豆腐作りセット（豆乳とにがり）

国産大豆100%の豆乳に海水にがりと作り方を添付。家庭で作りたての豆腐が簡単に楽しめます。

冷賞30日 大
豆乳300cc にがり3cc **210円** (税 **227円**) 通常税込 **238円**
大豆（国内産）【放】不検出<0.5<0.6

初夏に美味しい
卵豆腐



たむらのタマゴ（徳島県・阿南市）
268 卵豆腐

遺伝子組換えでない飼料を使用した養鶏卵。調味料も国内産原料使用。

冷賞12日 卵 米 大 小
120g ×2 **280円** (税 **302円**) 通常税込 **313円**
卵（徳島県）

不飽和脂肪酸の
αリノレン酸が
豊富なえごま入り！



遠忠食品（埼玉県・越谷市）
269 えごま入り おかかふりかけ

埼玉県産のえごまを加え香ばしさと歯ざわりを持たせたおかかふりかけです。

冷賞90日 米 大 小
60g **545円** (税 **589円**) 通常税込 **603円**
えごま（埼玉県）

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。

16ページ「丸和食品特集」



丸和食品（東京都・練馬区）
270 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

冷賞届いて4日 大
300g **176円** (税 **190円**)
大豆（国内産）【放】不検出<1.2<1.2



271 きめ豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

冷賞届いて4日 大
300g **165円** (税 **178円**)
大豆（国内産）【放】不検出<0.9<1.2



冷賞届いて4日 大
丸和食品（東京都・練馬区）
272 ミニもめん豆腐

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。

冷賞届いて4日 大
150g×2 **180円** (税 **194円**)
大豆（国内産）【放】不検出<1.2<1.2



使い切り少量パック
丸和食品（東京都・練馬区）
273 ミニきめ豆腐

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。

冷賞届いて4日 大
150g×2 **175円** (税 **189円**)
大豆（国内産）【放】不検出<0.9<1.2

豆乳濃度が高く味わい深いです

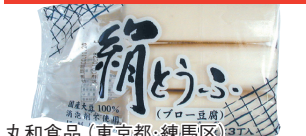


丸和食品（東京都・練馬区）
274 有機国産大豆 寄せ豆腐

秋田県産有機大豆と海水にがりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

冷賞届いて4日 大
100g×2 **240円** (税 **259円**)
大豆（秋田県）【放】不検出<0.9<1.0

お得2パック組は16ページ「丸和食品特集」にて！



丸和食品（東京都・練馬区）
275 絹とうふ(充填豆腐)

青森県、秋田県産大豆をブレンド。消泡剤を使用せず、にがりで固めた日持ちする充填豆腐。

冷賞30日 大
300g×3 **395円** (税 **427円**)
大豆（青森県、秋田県）【放】不検出<3.6<3.4



丸和食品（東京都・練馬区）
276 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。

冷賞90日 米 大 小
10枚 **395円** (税 **427円**)
大豆（国内産）【放】不検出<0.9<1.0



丸和食品（東京都・練馬区）
277 油揚げ

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

冷賞届いて6日 大
3枚 **165円** (税 **178円**)
大豆（国内産）【放】不検出<1.5<1.5



丸和食品（東京都・練馬区）
278 厚揚げ

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

冷賞届いて4日 大
90g×2 **155円** (税 **167円**)
大豆（国内産）【放】不検出<1.1<1.2



丸和食品（東京都・練馬区）
279 豆腐からあげ

国産大豆の生地を、にんにく醤油で下漬けした、からあげ風のがんもどき。お肉を控えている方にもおすすめです。

冷賞届いて4日 米 大 小
10個 **210円** (税 **227円**)
大豆（国内産）【放】不検出<1.4<1.2



登喜和食品（東京都・府中市）
280 黒大豆てんぺ

北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させました。発酵終了後、低温加熱処理をし長期保存を実現しました。

冷賞30日 米 大
100g **350円** (税 **378円**)
大豆（北海道）

お得な2パック組は16ページ



JAやさと（茨城県・石岡市）
281 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。

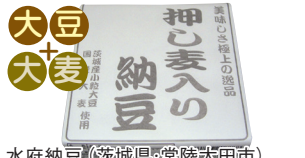
冷賞7日 米 大 小
35g×3 **148円** (税 **160円**)
大豆（茨城県）【放】不検出<3.9<3.1



水府納豆（茨城県・常陸太田市）
282 水府納豆ミニ2個（タレ・カラシ付）

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

冷賞10日 米 大 小
40g×2 **100円** (税 **108円**)
大豆（茨城県）【放】不検出<2.9<3.7



水府納豆（茨城県・常陸太田市）
283 押し麦入り納豆（タレ・カラシ無）

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

冷賞10日 大
40g×2 **165円** (税 **178円**)
大豆（茨城県）【放】不検出<3.5<3.2



JAやさと（茨城県・石岡市）
284 本味納豆（タレ・カラシ無）

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

冷賞7日 大
40g×3 **140円** (税 **151円**)
大豆（茨城県）【放】不検出<3.4<3.0



登喜和食品（東京都・府中市）
285 十勝の息吹 ひきわり2P（タレ・カラシ付）

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前日に挽き割り、納豆にしました。

冷賞9日 米 大 小
40g×2 **184円** (税 **199円**)
大豆（北海道）



味付けは、カツオ節と醤油、砂糖のみ
グリーンリーフ（群馬県・昭和村）
286 有機味付 玉こんにゃく

味がしっかりしみていて、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。

冷賞130日 大 小
6個入 **220円** (税 **238円**)
こんにゃく芋（群馬県）



鶴田食品千葉（千葉県・流山市）
287 生芋あく抜き こんにゃく

昔ながらの缶蒸し製法で作ったこんにゃくです。

冷賞90日
220g **140円** (税 **151円**)
こんにゃく芋（国内産）【放】不検出<3.5<3.9



鶴田食品千葉（千葉県・流山市）
288 生芋あく抜き しらたき

国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のの良い白滝です。

冷賞90日
180g **140円** (税 **151円**)
こんにゃく芋（国内産）【放】不検出<3.6<3.6



共生食品（神奈川県・相模原市）
289 内麦焼そば（ソース無）

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

冷賞6日 卵 小
150g ×3 **188円** (税 **203円**) 通常税込 **213円**
小麦（岩手県）【放】不検出<3.4<4.1



金子製麺（神奈川県・中井町）
290 あしがら車屋 醤油らーめん(2食入)

地粉にこだわる練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。

冷賞21日 卵 大 小
麺120g×2 スープ47g×2 **365円** (税 **394円**)
小麦（国内産）



遠忠食品（埼玉県・越谷市）
291 くるみ小女子

無燻蒸のくるみと小女子を砂糖、醤油、水飴、発酵調味料で甘辛く炊き上げました。

冷賞90日 米 大 小
60g **398円** (税 **430円**)
くるみ（アメリカ）、小女子（北海道）



遠忠食品（埼玉県・越谷市）
292 ちりめん山椒（三河みりん使用）

瀬戸内産のちりめんと京都丹波産の山椒の実を醤油、水あめ、みりんのみで炊き上げました。

冷賞90日 米 大 小
30g **400円** (税 **432円**)
カタクチイワシ（瀬戸内海）

毎日の食卓に海のミネラル



リアス（千葉県・船橋市）
293 石巻十三浜産 絆わかめ

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

冷賞90日
100g **368円** (税 **397円**) 通常税込 **410円**
わかめ（宮城県）【放】不検出<4.2<4.6



リアス（千葉県・船橋市）
294 三陸産カット くきわかめ

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

冷賞90日
100g **270円** (税 **292円**)
わかめ（三陸）【放】不検出<3.8<4.1



コタニ（岩手県・大船渡市）
295 すぐに使える 生わかめ(岩手県産)

岩手県沖で、3月に収穫したわかめをボイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍賞
40g×5パック **390円** (税 **421円**)
わかめ（岩手県）【放】不検出<0.6<0.6

東京都 練馬



菊田商店（東京都・練馬区）
296 菊田煮豆小袋セット

開放釜による、昔ながらの直火炊きを行う老舗煮豆屋「菊田商店」の煮豆小袋セット。

冷賞90日 米 大 小
40g ×5種 **425円** (税 **459円**) 通常税込 **475円**
豆（国内産）

菊田商店



菊田商店（東京都・練馬区）
297 煮豆 黒豆(雁喰豆)

岩手県特産の平べったい黒豆。直火で炊きあげ、豆本来の味と、芯まで染み込んだ甘みを味わえます。

冷賞90日 米 大 小
150g **380円** (税 **410円**)
黒大豆（岩手県）

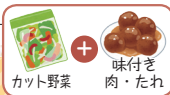
朝食、お弁当に



仁徳（千葉県・船橋市）
298 甘口昆布

刻んだ北海道産の昆布を入正醤油と砂糖のみで時間をかけてふっくらと炊き上げました。

冷賞30日 大 小
80g **225円** (税 **243円**)
昆布（北海道）



包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット



栗かぼちゃの甘みたっぷり

特
新

調理時間 準備品
約15分 水溶き片栗粉大さじ1/2・水120cc

セット内容: カット野菜(かぼちゃ、玉ねぎ、人参)、国産豚ひき肉、甘ダレ醤油炒めのタレ

食塩相当量: 5.3g



2人前

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

299 栗かぼちゃと豚そぼろの甘辛煮

濃厚な味わいの栗かぼちゃと国産豚ひき肉を甘辛い醤油味の煮物にしました。

冷蔵届いて1~2日 米大中小

2人前(450g) 740円(税799円) 通常税込896円
かぼちゃ (国内産)

スタミナメニューの定番品



もやしがつきます。目安は200~250gなので、1袋そのままお使いください

調理時間 準備品
約4分 油

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(人参、ニラ)、もやし

食塩相当量: 1.1g



2人前

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

300 国産豚のニラレバ炒め

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

冷蔵届いて1~2日 米大中小

2人前(約280g + もやし250g) 910円(税983円)
ニラ (国内産)、豚レバー (神奈川県)

カシューナッツの歯ごたえが魅力



調理時間 準備品
約7分 油

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

食塩相当量: 1.9g



2人前

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

301 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め

新鮮でおいしい野菜とナッツの食感が絶妙です。下処理、カット済みなので手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 米大中小

2人前(約340g) 938円(税1013円)
玉ねぎ (国内産)、鶏肉 (山口県)

おふくろの味を再現しました



調理時間 準備品
約10分 油

セット内容: カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参)、タレ漬け豚肉、だし醤油タレ

食塩相当量: 1.80g



2~3人前

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

302 こくうま肉じゃが

新鮮でおいしい野菜の肉じゃがです。下処理、カット済みなのでお鍋一つで10分以内で簡単調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵米大中小

2~3人前(約530g) 1230円(税1328円)
じゃがいも (国内産)、豚肉 (香川県、徳島県)

バイオンが効いた優しい味わい



調理時間 準備品
約10分 水700cc

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン、ぶなしめじ)、水餃子12個、欧風だし

食塩相当量: 6.3g



2人前

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

303 バイオン水餃子スープ

国産野菜、餃子、だしが一緒になったセットです。餃子の原材料は国内産を使っています。

冷蔵届いて1~2日 大中小

2人前(約330g) 860円(税929円)
玉ねぎ・豚肉 (国内産)

スタミナ肉でご飯がすすむ!



もやしがつきます。目安は200~250gなので、1袋そのままお使いください

調理時間 準備品
約5分 卵3~4個・油

2人前

セット内容: タレ漬け肉、カット野菜(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品もやし、野菜バイオン

食塩相当量: 1.41g



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

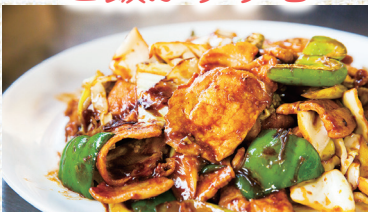
304 きくらげと豚肉の野菜炒め

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

冷蔵届いて1~2日 卵米大中小

2人前(約245g + もやし250g) 1080円(税1166円)
きくらげ (群馬県)、豚肉 (鹿児島県)

甘辛みそタレでご飯がすすむ



調理時間 準備品
約6分 油

2人前

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(キャベツ、人参、ピーマン)

食塩相当量: 2.28g



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

305 国産豚の回鍋肉セット

新鮮な野菜と本格回鍋肉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どうぞ。

冷蔵届いて1~2日 卵米大中小

2人前(約360g) 900円(税972円)
キャベツ (国内産)、豚肉 (香川県、徳島県)

たっぷり野菜のスタミナ炒め



調理時間 準備品
約6分 油

2人前

セット内容: カット野菜(チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ)、タレ漬け豚肉

食塩相当量: 3.1g



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

306 チンゲン菜のスタミナ炒め

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

冷蔵届いて1~2日 卵米大中小

2人前(約440g) 940円(税1015円)
チンゲン菜 (国内産)、豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

シャキシャキ野菜がたっぷり



調理時間 準備品
約10分 油

2人前

セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

食塩相当量: 2.1g



やさと農業協同組合 (茨城県・石岡市)

307 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め

醤油ベースの美味しさで豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。

冷蔵届いて1~2日 米大中小

2人前(約630g) 760円(税821円)
小松菜 (国内産)

黒酢で味に深みをプラス



調理時間 準備品
約6分 油

2人前

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

食塩相当量: 1.21g



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

308 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

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

冷蔵届いて1~2日 卵米大中小

2人前(約410g) 899円(税971円)
玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

レンジや湯煎でOKなものも!
フライパンや鍋ひとつでできちゃう

町のお肉屋さんの懐かしい味わい

大進食品 (神奈川県・横浜市)

309 マム 学校帰りのコロッケ

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げて。

凍 冷蔵 米大中小

60g×5 380円(税410円)
じゃがいも (北海道)

簡単!本格中華の素

調理例

マストミ (徳島県・徳島市)

310 野菜で仕上げる回鍋肉

コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。キャベツやピーマンを炒めた後に加えて混ぜれば完成。

凍 冷蔵 90日 卵米大中小

110g 380円(税410円)
豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

調理例

マストミ (徳島県・徳島市)

311 イカのオイスターソース炒め

青森県産の柔らかく肉厚なイカに、特製タレを合わせました。お好みの野菜と一緒に炒めてどうぞ。

凍 冷蔵 90日 米大中小

150g 380円(税410円) 通常税込430円
アカイカ (青森県)

ダイマツ (鳥取県・米子市)

312 氷温造りあじの南蛮漬

日本海産の真あじを食べやすく下処理し、国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。

凍 冷蔵 米大

220g 320円(税346円)
真あじ (日本海)

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

小さと 冷蔵

14本入

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市)

313 国産原料にこだわったお徳用春巻

凍 冷蔵 米大中小

14本420g 398円(税430円) 通常税込443円
小麦 (国内産)

小さと 冷蔵

25個入

大進食品 (神奈川県・横浜市)

314 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 冷蔵 卵大中小

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

小さと 冷蔵

5個入

目岡商事 (兵庫県・加古川市)

315 ジャンボ餃子

国内産小麦粉の皮で具をたっぷり包み、コクとボリューム感をだしました。焼いても揚げても。

凍 冷蔵 大中小

45g×5個 343円(税370円)
キャベツ・豚肉・玉葱 (国内産)

一つひとつ丁寧に手作りで作っています

小さと 冷蔵

15個入

飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

316 飛鳥の海鮮水餃子

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

凍 冷蔵 120日 米大中小

15個250g 494円(税534円)
小麦 (国内産)、えび (ベトナム)

モチモチで美味しいと好評です!

小さと 冷蔵

15個入

飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

317 飛鳥の黒豚水餃子

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

凍 冷蔵 120日 米大中小

15個250g 450円(税490円) 通常税込535円
豚肉 (国内産)

小さと 冷蔵

2切×2袋

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

318 さば味噌煮 2袋

鳴門魚類オリジナルの国産大豆味噌を使用。丁寧にだしを取り、じっくりと煮込んださばの味噌煮です。

凍 冷蔵 30日 米大中小

(計1板2切)×2 500円(税540円) 通常税込562円
さば (長崎県、佐賀県)

小さと 冷蔵

2合用

カネキ水産 (兵庫県・神戸市)

319 国産真だこ たこめしの素(2合用)

国産の真だこをボイル後カットし、薄味の調味液と合わせました。お米と一緒に炊き込んで下さい。

凍 冷蔵 90日 米大中小

240g(蛸100g 液140g) 660円(税713円)
真だこ (国内産)

小さと 冷蔵

2合用

大黒淡水 (静岡県・焼津市)

320 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 冷蔵 米大中小

70g×2、たれ・山椒付 2118円(税2287円) 通常税込2408円
うなぎ (愛知県)

小さと 冷蔵

2食入

ニッコー (神奈川県・大和市)

321 中華丼の具(塩)

新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。

凍 冷蔵 180日 米大中小

180g×2 495円(税535円)

小さと 冷蔵

2食入

マストミ (徳島県・徳島市)

322 天然えびのチリソース

厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めても。

凍 冷蔵 90日 米大中小

130g 388円(税419円)
えび (インドネシア、ミャンマー)

ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 2食入

323 わかめどっさりうどん

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

凍 2食556g **350円**(税込**378円**)

わかめ (韓国)

原材料は国産小麦粉と食塩のみ
調理例
ぶっかけうどん

日岡商事 (兵庫県・加古川市)

324 冷凍うどん

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

凍 180日 200g×3玉 **435円**(税込**470円**)

小麦粉 (国内産)

駿河湾産桜えび入りでボリュームたっぷりです

日岡商事 (兵庫県・加古川市) 2枚

325 桜えびかきあげ

駿河湾産桜えび、国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用し、non-GMO菜種油で揚げました。

凍 160g(2枚入) **528円**(税込**570円**)

野菜 (国内産)

ポーラスライス (石川県・白山市) 2種×4個

326 助六寿司

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 280g(2種×4個) **430円**(税込**464円**)

米 (国内産)

／ちょっぴりリニューアル！／

原材料に変更はありませんが…

製造時の工夫&味の改良で旨味とコクがアップ!

釜で煮出す工程で、蓋をしない→蓋をして長時間煮込む製法に変更。併せて味の改良も。味分析を行ったところ、従来品と比べ、旨み成分である「イノシン酸」の量が約1.5倍、「コク」が約1.3倍、「旨みの余韻」が約1.1倍となりました。

旨みの余韻 コク 旨み 塩味

リニューアル品 従来品

お弁当におかず

ニッコー (神奈川県・大和市)

327 ひとくちソースとんかつ

粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをからめました。お弁当のおかず最適。レンジ加熱または自然解凍で。

凍 6個入 120g **395円**(税込**427円**)

豚肉 (国内産)

おにぎり、お弁当に

佐井村漁協 (青森県・佐井村)

328 津軽海峡 鮭フレーク

鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩

冷 90日 100g **520円**(税込**562円**)

秋鮭 (青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

329 飛鳥の黒豚シューマイ

豚肉たっぷりのシューマイです。ジューシーで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。

凍 120日 12個180g **403円**(税込**435円**)

豚肉 (国内産)

ふっくら柔らかくて、やさしい味わいです

飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 12個入

330 飛鳥のえびシューマイ

国産たらのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふっくら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。

凍 120日 12個180g **418円**(税込**451円**)

すけとうだら (北海道)、えび (ベトナム)

秋川牧園 (山口県・山口市)

331 とりがらスープ

植物性主体の飼料で育てた健康な若鶏のガラを原料とした個包装タイプの5倍濃縮スープ。スープやカレー、鍋物等に。

凍 5袋250g **417円**(税込**450円**)

鶏骨 (国内産)

ニッコー (神奈川県・大和市) 8個入

332 鶏でぼうハンバーグ

国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。お弁当やおつまみに。レンジまたは焼いて。

凍 26g×8 **400円**(税込**432円**)

鶏肉 (国内産)

マストミ自社製塩麴使用

マストミ (徳島県・徳島市)

333 神山人の塩麴竜田

自家製塩麴にじっくり漬け込み、神山人の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げて。

凍 90日 150g **383円**(税込**414円**)

鶏肉 (徳島県)

マストミ (徳島県・徳島市)

334 鶏のから揚げ

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

凍 200g **480円**(税込**518円**)

鶏肉 (徳島県)

トースターで表面がカリッと、する位に焼くと美味

秋川牧園 (山口県・山口市)

335 チキンナゲット

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

凍 200g **435円**(税込**470円**)

鶏肉 (山口県、他)

お好みのスープの中に凍ったまま入れて

国産豚もも肉と契約農家の新鮮なキャベツを使用した手作りロールキャベツです。沸騰後30分弱火で煮込んで。

凍 4個240g **591円**(税込**638円**)

キャベツ (国内産)

ハーブとチーズの香り豊かな味わい

秋川牧園 (山口県・山口市)

341 ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 200g **398円**(税込**430円**)

鶏肉 (山口県、他)

適度に酸味のある甘酢たれを絡めました

ニッコー (神奈川県・大和市)

337 大きな豆腐肉団子

国産の鶏肉と国産大豆を使用した豆腐を主体に、少し大きめの肉団子を作り、特製のタレをからめました。

凍 340g **463円**(税込**500円**)

鶏肉 (国内産)

豆腐本来の美味しさ、口当たりを残した仕上げ

ニッコー (神奈川県・大和市)

338 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ

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

凍 3個210g **416円**(税込**449円**)

大豆・鶏肉 (国内産)

フライパンで簡単!

秋川牧園 (山口県・山口市)

339 チキンカツ (和風醤油)

若鶏むね肉に下味をつけ、にんにく・生姜・醤油が香る和風のチキンカツ。フライパンでカラッと焼き上げて。

凍 200g **426円**(税込**460円**)

鶏肉 (国内産)

冷めても美味しい! 1個約50gと大きめサイズ

ニッコー (神奈川県・大和市)

340 おからクリーミーコロッケ

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

凍 200g(4個入) **287円**(税込**310円**)

おから (国内産)

秋川牧園 (山口県・山口市)

341 ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 200g **398円**(税込**430円**)

鶏肉 (山口県、他)

冷たくても温かくても美味しい

ニッコー (神奈川県・大和市)

342 お茶香るミニたい焼き(あずき)

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

凍 8個272g **389円**(税込**420円**)

小麦粉・小豆・茶 (国内産)

ニッコー (神奈川県・大和市)

343 豆乳カステラ

新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用して焼き上げました。しっとりとした食感をお楽しみください。

凍 5切 **335円**(税込**362円**)

大豆 (国内産)

ミニタイプでお子さんにぴったり!

ニッコー (神奈川県・大和市)

344 ミニアメリカンドック

衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウインナー使用。レンジで温めて。乳・卵不使用。

凍 6本150g **400円**(税込**432円**)

フジワラ化学 (愛媛県・西条市)

345 フジワラの青汁

有機栽培ケールにクマザサ、シソ葉エキスを配合。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。

凍 90ml×7 **1190円**(税込**1285円**)

ケール (愛媛県)

余計なものは一切使わず

丹念に作り上げた上質な和菓子

色鮮やかなものが多い練り切りですが、合成着色料は使わず植物から採れるもので色付けを行うなど、食品添加物は一切用いず職人が丁寧に作り上げました。

新茶のおともに

はら山のお菓子は自然色

(有機野菜を使った色付け)

限定50個

薬房はら山

作り手が口にしたいくない添加物は使わず、国内産原料と昔ながらの製法にこだわって、創業40年以上の伝統と味で地元で愛される和菓子作りを目指しています

薬房はら山 (埼玉県・さいたま市)

346 季節の上生菓子

常温解凍(室温20℃で60分間)

4種各40g **1222円**(税込**1320円**)

冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉

芽吹き屋

347 芽吹き屋 ずんだおはぎ

粒感残るずんだあん、国産もち米の道明寺粉を使用した生地を包みました。

凍 4個200g **403円**(税込**435円**)

枝豆 (ベトナム、インドネシア)

348 ひとくちみたらしだんご

ツヤ・コシに特徴がある国産米を銅鑄き製粉した上新粉で作った生地できりりと滴るみたらしタレを包みました。

凍 216g(12個入) **433円**(税込**468円**)

米 (国内産)

349 芽吹き屋 よもぎだんご

国産の上新粉で作ったコシのある生地によもぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包みました。自然解凍で。

凍 4本180g **400円**(税込**432円**)

よもぎ (国内産)

人気です! KUBOTA のアイス

南国土佐

350 夢中熱中 抹茶とあずきの最中

まるやかな抹茶アイスクリームと、北海道十勝産あずき100%の組み合わせ。乳脂肪分8.0%

凍 110ml **120円**(税込**130円**)

生乳・小豆 (北海道)、抹茶 (国内産)

352 苺とミルクのアイスキャンデー

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 80ml **180円**(税込**194円**)

生乳 (北海道)・苺 (高知県)

黒胡麻の香り際立つあどろさっぱり

久保田食品 (高知県・南国市)

351 ごまアイス

黒胡麻の芳醇な香りが魅力のカップアイス。シンプルな原材料でナチュラルな美味しさ。アルコール分0.4%

凍 100ml **190円**(税込**205円**)

生乳 (北海道)、ごま (ミャンマー、南米等)

ラム酒の香り広がる、大人ののためのアイスクリーム

久保田食品 (高知県・南国市)

353 ラムレーズンアイスクリーム

ラム酒に漬けたレーズンのコクのある味わい。クセになる濃厚なおいしさのアイスクリーム。アルコール分1%

凍 110ml **190円**(税込**205円**)

生乳 (北海道)・レーズン (アメリカ)

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。



純国産 さつま芋ちっぷ

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

賞120日 米

115g 220円(税込238円) 通常税込248円
さつま芋(九州)



安納芋ようかん

原材料：水飴(国内製造)、焼さつま芋ペースト(安納芋(鹿児島県))、寒天

賞180日

58g 129円(税込139円)
水飴(国内産)



丹波黒豆 ロールカステラ

香ばしく大粒の丹波黒大豆の上品な甘さが、カステラを一層引き立てます。

賞45日 卵米大 小

1本 1271円(税込1373円)
鶏卵(国内産)

純国産ノースカラースシリーズ！



純国産 ポテトチップス うす塩

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

賞120日 米

60g 180円(税込194円)
じゃがいも(国内産)



純国産 ポテトチップス 和風だし

和風だしが効いたポテトチップスです。シンプルな原材料でじゃがいも本来のおいしさを感じられます。

賞120日 米

53g 180円(税込194円)
じゃがいも(国内産)



純国産 北海道かりんとう

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

賞90日 乳米小

100g 230円(税込248円)
小麦粉(国内産)



純国産 えびせんべい

羽幌産甘えびを100%使用した、海老の風味がしっかりとした軽いせんべい!原料は全て国産、無添加です。

賞120日 え米

65g 236円(税込255円)
ばれいしょ(北海道)



純国産 ビスケット

マーガリン・ショートニング・膨張剤不使用のビスケット。

賞180日 乳米小

120g 247円(税込267円)
小麦(北海道)



純国産 北海道バタークッキー

原材料：小麦粉、バター、砂糖大根糖、卵、食塩

賞180日 卵乳小

2枚×5包 290円(税込313円)
小麦・バター(北海道)



干し柿寒天

原材料：水飴、砂糖、干し柿、寒天、オブラート、レシチン(大豆由来)*レシチンはオブラートに含まれています。

賞180日 大

110g 235円(税込254円)
干し柿(長野県)



寒天コーヒゼリー

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

賞180日 大

135g 220円(税込238円)
コーヒー(コロンビア)



小粒水ようかん

原材料：三温糖、生餡、水飴、蜂蜜、寒天、塩

賞180日

16g×12 250円(税込270円) 通常税込281円
【放】不検出<3.1<3.7



丹波大納言抹茶 ロールカステラ

カステラでもない、ロールケーキでもない不思議なお菓子。

賞45日 卵米小

1本 1271円(税込1373円)
鶏卵(国内産)、抹茶(京都府)



半熟かすてら プレーン

パンデローというカステラの前身であるポルトガルの伝統菓子を参考に、職人が絶妙の火加減で濃厚な口溶けを追求した三源庵の新境地です。

賞45日 卵小

1個 980円(税込1058円) 通常税込1080円
卵(国内産)



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。

賞45日 卵小

5切 670円(税込724円)
卵・小麦(国内産) 【放】不検出<2.1<3.8

米又の厳選ぜんざいシリーズ 全て6月2回のお届け



ほうじ茶ぜんざい

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377円
大納言小豆(北海道)



十穀ぜんざい

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 米大

185g 339円(税込366円) 通常税込377円
大納言小豆(北海道)



栗ぜんざい

北海道産大納言小豆を甘さ控えめに炊き上げ、国産の栗甘露煮をまるごと浮かべた味わい深いぜんざいです。

賞180日

185g 405円(税込437円) 通常税込459円
大納言小豆(北海道)、栗甘露煮(国内産)



永平寺禅彩(胡麻豆腐入)

北海道大納言小豆と黒砂糖を使用しじっくり炊き上げ、その中に胡麻豆腐を浮かべた味わい深いぜんざいです。

賞180日

180g 260円(税込281円) 通常税込302円
大納言小豆(北海道)

凍らせてアイスにしても美味しい！



もものドリンク

原材料：砂糖(甜菜糖)、濃縮もも果汁(もも(国産))/酸味料(クエン酸)

賞180日

90ml×5 270円(税込292円) 通常税込302円
ぶどう(アメリカ)



ぶどうのドリンク

原材料：砂糖(甜菜糖)、濃縮有機ぶどう果汁、酸味料(クエン酸)

賞180日

90ml×5 280円(税込302円)
ぶどう(アメリカ)



りんごのドリンク

原材料：りんご濃縮果汁、甜菜糖、酸味料(クエン酸)

賞180日

90ml×5 280円(税込302円)
りんご(国内産)



みかんのドリンク

原材料：甜菜糖、みかん濃縮果汁、酸味料(クエン酸)

賞180日

90ml×5 280円(税込302円)
みかん(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。

かわばた園のこだわり

化学農薬や化学肥料は使わない

お茶をつくる人にとって、お茶を飲む人にとって安全で安心なお茶を目指し、50年ほど化学的に合成された農薬や肥料は使っていません。こうした栽培の最初の始まりは曾祖父が農薬が原因で体調を崩してしまい、作り手の健康を考えない農業は続かないのでは?と考えたからです。健康なお茶をつくるには有機栽培こそ最も理想的な栽培だと考え、日々仕事に取り組んでいます。



新茶「はしり」

この春、最初に芽吹いた芽を摘みとりました。初夏の新茶をお楽しみください。農薬無散布。

賞180日

100g 1200円(税込1296円)
茶葉(静岡県)



和蔵の緑り

この春、最初に芽吹いた芽を摘みとりました。初夏の新茶をお楽しみください。農薬無散布。

賞180日

50g 1190円(税込1285円) 通常税込1296円
茶葉(静岡県)

今年の夏は 和蔵の緑りで梅酒作りはいかがでしょうか？



和蔵の緑り

◆作り方のポイント
① やや熟し始めた黄色い梅がおすすです。 ※勿論、青梅でも美味しく仕込めます。
② 梅を水洗いし、竹串でへたを取り除き、一粒ずつ乾いた布巾で水気を拭き取ります。 広口瓶に材料を入れ、6ヶ月ほど漬けます。(冷凍梅なら2〜3ヶ月でOK)
③ 濃醇な「和蔵の緑り」の旨みと梅の酸味のコラボを味わいたい場合は、甘味料は良質なものをを選び、少なめに加えてください。配合比は、「和蔵の緑り」1.8リットルに対して、梅600g、砂糖500gを一つの目安にしてください。
④ 熟成は冷暗所に保管してください。時折ピンを振り、熟成状態を確認してください。



アッサムティー(リーフ)

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

賞90日 大

100g 550円(税込594円)
紅茶(インド)



マンゴーティー(ティーバッグ)

マンゴーの甘い香りのする紅茶です。ストレートでもミルクティーでもおいしいです。

賞90日 大

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



フジワラの青汁(粉末タイプ)

有機栽培ケール100%。ケールは自社及び契約農家が有機栽培しています。携帯に便利な粉末タイプ。

賞90日 大

3g×10包 1200円(税込1296円)
ケール(愛媛県)

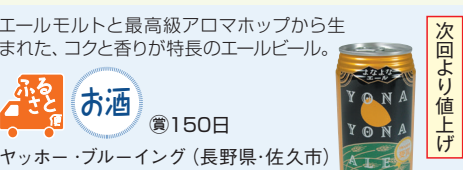


有機アップルサイダー+レモン

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

賞90日 大

250ml 140円(税込151円)
有機りんご(アルゼンチン、セルビア他)



ヤッホー・ブルーイング

ヤッホー・ブルーイング(長野県・佐久市)

賞150日

350ml 248円(税込273円)
大麦(イギリス)

食品調味料

・常総生協がおすすめする調味の基本は「さ・し・す・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
600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。

表紙に純米酢、やまこ味噌掲載中

す

美味しい
酢飯作りに!
梅干しの副産物「梅酢」と砂糖だけで作りました。香りのよいすし飯が作れます。

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

392 すし梅酢
200ml **280円**(税込**302円**)
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

ふ

湯豆腐やしゃぶしゃぶなどに!

飯尾醸造 (京都府・宮津市)

397 富士ゆずぽん酢
ゆず&かぼすのダブル果汁に、鰹節だしと昆布だしをプラス。本醸造再仕込み醤油と、純米富士酢使用。

360ml **780円**(税込**842円**)
ゆず (徳島県)、かぼす (大分県)

酒類

前日OK!

相生ユニビオ (愛知県・西尾市)

506 三河伝統製法「古式 本みりん」
もち米と米麹、醸造アルコール、焼酎で仕込み、じっくりと熟成。甘味と酸味のバランスの取れた味わい。

500ml **534円**(税込**587円**)
もち米 (国内産、中国)

梅雨には乾物を食べるべし!

昔から梅雨ときには、凍み豆腐、切り干し大根、干し椎茸、海藻類などの乾物を食べる習慣がありました。太陽の力を借りて作られる乾物類は、日照不足で低下しがちな新陳代謝を高める効果があると言われています。また、乾物類は夏を迎えると劣化して味が落ちるため、梅雨の間に食べるのがとても効果的です。

全品 特価

ふ

リ阿斯 (千葉県・船橋市)

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

75g **530円**(税込**572円**) 通常税込**598円**
昆布 (北海道)

と

生クリーム作りにもご使用いただけます

ムソー (大阪府・大阪市)

388 有機てんさい糖
キメが細かく舌触りがよいてんさい糖はお菓子作りにピッタリ。グラニュー糖のように白い結晶のお砂糖です。

400g **480円**(税込**518円**)
てんさい (リトアニア)

世

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。

ムソー (大阪府・大阪市)

393 カンタンハ芳酢
360ml **420円**(税込**454円**)

394 徳用タイプ
900ml **830円**(税込**896円**)
米 (国内産)

ふ

焼き魚や冷奴にも!

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

398 梅ドレぽん酢
青梅の果汁に、国産丸大豆醤油と純米酢を合わせたさわやかなぽん酢。昆布と鰹のだしが効いています。

200ml **510円**(税込**551円**)
梅 (奈良県)

酒類

前日OK!

味の醸造 (埼玉県・狭山市)

402 味の母
米と米麹を醗酵させて生まれた自然な甘みが、素材の旨さを引き出してくれる醗酵調味料。

720ml **750円**(税込**810円**)
米 (国内産)

次回より値上げ

宮城県岩出山産大豆「ミヤギシロメ」を使用し、重曹や消泡剤などを使わず、昔ながらの製法で作りました。

岩出山農協 (宮城県・太崎町)

407 凍り(しみ)豆腐
20枚 90g **525円**(税込**567円**) 通常税込**589円**
大豆 (宮城県) [放] 不検出 <2.7 <2.9

ふ

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

409 割干大根
青首大根を大きく切り、干しました。しっかりした歯ごたえと甘みがあります。30分水につけて戻してから。

80g **320円**(税込**346円**) 通常税込**356円**
大根 (和歌山県)

ふ

渡部さん (北海道・上士幌町)

580 大豆
煮豆、五目煮、呉汁にも。農業無散布。

300g **370円**(税込**400円**) 通常税込**410円**
大豆 (北海道)

6月2回より値上げ

前日OK!

アルファフードスタッフ (愛知県・名古屋市)

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

1kg **340円**(税込**367円**)
さとうきび (鹿児島県)

世

時間をかけて作られた旨み成分が、煮物にコクと風味を添えます。

入正醤油 (千葉県・東庄町)

523 入正特醸醤油
1ℓ **350円**(税込**378円**)
大豆 (アメリカ、ブラジル)

麺つゆには2~3倍に希釈して「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

528 常総だし醤油
360ml **540円**(税込**583円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <0.6 <0.5

サラダ等にかけてお召し上がりください

チョーヨー醤油 (長崎県・長崎市)

403 プレミアムゆずドレッシング
高知県産のゆず果汁を使用したマイルドなドレッシングです。

200ml **490円**(税込**529円**)
ゆず (高知県)

ふ

リ阿斯 (千葉県・船橋市)

408 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 **250円**(税込**270円**) 通常税込**292円**
大根 (宮崎県)

次回より値上げ

前日OK!

江藤さん (大分県・玖珠町)

410 江藤さんの干しいたけ
自分の山から切り出した原木に植菌し栽培したいたけを乾燥させました。

50g **500円**(税込**540円**) 通常税込**551円**
しいたけ (大分県)

ふ

士別農園 (北海道・士別市)

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

300g **405円**(税込**437円**) 通常税込**448円**
小豆 (北海道)

ふ

沖縄物産企業連合 (沖縄県・那覇市)

389 波照間島特産 黒糖かちわり
さとうきびの汁を煮詰めただけの伝統的な製法で作られた黒糖。舌の上でさらさらと溶け、甘味と苦味の両方が口に広がります。

200g **300円**(税込**324円**)
さとうきび (沖縄県)

そ

香り豊かな2年仕込み醤油!

石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原材料: 大豆、小麦、塩 ※アルコール添加はしていません。

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

395 常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)
500ml **619円**(税込**669円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

酒類

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

大和川酒造店 (福島県・喜多方市)

399 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用) *
300ml **495円**(税込**545円**)

501 720ml **1000円**(税込**1100円**)
米 (福島県) [放] 不検出 <3.8 <3.4

ふ

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

404 沼屋ドレッシング
360ml **490円**(税込**529円**)
ヤーコン (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.2

特

有機りんご酢と瀬戸内レモンの果実酢が入っています!

遺伝子組み換えでない菜種の圧搾一番搾り油、平飼いで産んだ卵を使用しています。

富貴食研 (大阪府・茨木市)

412 平飼い鶏の有精卵マヨネーズ
290g **480円**(税込**518円**)
卵 (三重県)

新 特

山田製油 (京都府・京都市)

415 京都山田白ごまだれ
165g **554円**(税込**598円**) 通常税込**620円**
ごま (グアテマラ、トルコなど)

特

職人が直火焙煎で丁寧に炒り上げた、芳ばしい香りが特徴の炒りごまです。

山田製油 (京都府・京都市) 賞180日

417 京都山田炒りごま(白)
50g **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**
白ごま (グアテマラ、ニカラグア、モザンビークなど)

418 京都山田炒りごま(黒)
50g **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**
黒ごま (ミャンマー、パラグアイなど)

し

太陽と風の力だけで作られた天日塩!

HSコーポレーション (愛知県・豊明市)

390 ビンハオ天日塩
昔ながらの塩田製法で、太陽と風の力だけで作られた天日塩です。漬物、焼物、炒め物など様々な料理に。

1kg **920円**(税込**994円**)
海水 (ベトナム)

そ

白みそ 塩分12%

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

396 沼屋 手造りみそ
1kg **530円**(税込**572円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <2.5 <2.9

特

九鬼産業 (三重県・四日市市)

九鬼 純正胡麻油 こいくち
ごまの種子を強く炒り、圧搾製法で仕上げました。焙煎したごま油の香りを強く引き出しました。

400 340g **570円**(税込**616円**) 通常税込**626円**
401 600g **890円**(税込**961円**) 通常税込**972円**
胡麻 (ナイジェリア、他)

ふ

富貴食研 (大阪府・茨木市)

406 平飼い鶏の有精卵タルタルソース
国産の西洋きゅうりのピクルスと自家製たまねぎピクルスを使用し甜菜糖と天日塩で味付けしました。

賞180日 卵米

155g **576円**(税込**622円**)
卵 (三重県)

特

酸度調整のためのクエン酸は使用しておりません

創健社 (神奈川県・横浜市)

413 有機ダイストマト缶
イタリア南部の限定農場で栽培された完熟した有機トマトを使用。ダイスカットにした立方形状タイプ。

400g **170円**(税込**184円**) 通常税込**194円**
有機トマト (イタリア)

新 特

山田製油 (京都府・京都市)

416 京都山田ごまらあ油
60g **490円**(税込**529円**) 通常税込**540円**
ごま (外国産)

特

「海の精 あらしお」を使い、ごま一粒一粒にしっかり塩味が染みこんだ、香ばしさが特徴のごま塩です。

山田製油 (京都府・京都市) 賞180日

419 京都山田ごま塩 瓶入り(白)
35g **300円**(税込**324円**)
白ごま (グアテマラ、ニカラグア、モザンビークなど)

420 京都山田ごま塩 瓶入り(黒)
35g **300円**(税込**324円**)
黒ごま (ミャンマー、パラグアイなど)

し

豊富な岩塩!

HSコーポレーション (愛知県・豊明市)

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

500g **750円**(税込**810円**)
岩塩 (パキスタン)

そ

沼屋さんの味噌はやさしい味の中に深みがあり、感動しました!

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

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

396 沼屋 手造りみそ
1kg **530円**(税込**572円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <2.5 <2.9

特

九鬼産業 (三重県・四日市市)

九鬼 純正胡麻油 こいくち
ごまの種子を強く炒り、圧搾製法で仕上げました。焙煎したごま油の香りを強く引き出しました。

400 340g **570円**(税込**616円**) 通常税込**626円**
401 600g **890円**(税込**961円**) 通常税込**972円**
胡麻 (ナイジェリア、他)

ふ

富貴食研 (大阪府・茨木市)

406 平飼い鶏の有精卵タルタルソース
国産の西洋きゅうりのピクルスと自家製たまねぎピクルスを使用し甜菜糖と天日塩で味付けしました。

賞180日 卵米

155g **576円**(税込**622円**)
卵 (三重県)

特

オムライスやケチャップ、ライスをなどに!

光食品 (徳島県・上板町)

414 トマトケチャップ・ビン
真っ赤に完熟した海外産有機トマトと国産有機トマトを使用しています。

400g **490円**(税込**529円**)
有機トマト (外国産・国内産)

新 特

一番絞りごま油に国産唐辛子を使用した、辛さの中にも香りやコク、旨味が味わえるらあ油です。

山田製油 (京都府・京都市)

416 京都山田ごまらあ油
60g **490円**(税込**529円**) 通常税込**540円**
ごま (外国産)

特

「海の精 あらしお」を使い、ごま一粒一粒にしっかり塩味が染みこんだ、香ばしさが特徴のごま塩です。

山田製油 (京都府・京都市) 賞180日

419 京都山田ごま塩 瓶入り(白)
35g **300円**(税込**324円**)
白ごま (グアテマラ、ニカラグア、モザンビークなど)

420 京都山田ごま塩 瓶入り(黒)
35g **300円**(税込**324円**)
黒ごま (ミャンマー、パラグアイなど)



特

リラス (千葉県・船橋市) **前日OK!**

559 徳用利尻昆布 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 **480円(税518円)** 通常税込529円

昆布 (北海道)

特

伊豆海産 (静岡県・西伊豆町) **前日OK!**

565 削り節パック 徳用

かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼そばなどに手軽に使える蛋白源。徳用タイプです。

3g×20 **530円(税572円)** 通常税込583円

かつお (国内産)

特

千葉産直サービス (千葉県・千葉市)

421 いわしっこ

いわしを骨ごと燻し加工したものと、そうだ節、鰹節を顆粒にしたものを合わせた粉末だしです。

80g **333円(税360円)** 通常税込370円

いわし (国内産)

自家製梅だれの作り方



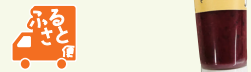
◆材料

梅びしお …… 大さじ1
【※梅…………… 3個】
みりん…………… 大1~2
(すっぱいのが苦手な方は多めに)
酒…………… 大1
醤油…………… 大1
水…………… 大1

◆作り方

- ① みりん・酒をなべに入れ、サツと煮たて、アルコールをとばす。
 - ② ①に醤油と梅びしお(※梅肉をペースト状に潰す)と水を入れ、煮立ったら火を止め、出来上がり!
- ※お好みで黒酢などをいれてアクセントを!

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



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

423 梅びしお (チューブ入り)

60日

100g **320円(税346円)** 通常税込356円

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

前日OK!

リラス (千葉県・船橋市)

596 わかめご飯の素

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

20g **510円(税551円)**

わかめ (宮城県)

前日OK!

コープ自然派事業連合

577 チキンコンソメ

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

80g(4g×20) **348円(税376円)**

前日OK!

長谷川商店 (東京都・中央区)

583 寿司はねのり

軟らかで歯切れがよく、甘みのあるのり。寿司用に焼いた物の中からはねた若干難点があるのりです。

全型10枚 **270円(税292円)**

のり (国内産)

前日OK!

ポールスタア (東京都・東村山市)

422 青森県田子町産100% みじん切りにんにく

青森県田子町産の風味豊かなにんにく「福地ホワイト種」を使用。切る手間のいらない「みじん切りタイプ」。

65g **390円(税421円)**

にんにく (青森県)

前日OK!

九鬼産業 (三重県・四日市市)

424 九鬼 国産でまふりかけ

国産素材で作ったふりかけです。金ごまの食感と香ばしい香り、かつお節と海苔の旨味がご飯に合います。

25g **250円(税270円)**

金ごま (国内産)

前日OK!

長野森林組合 (長野県・長野市)

425 きのこと山菜 炊き込みご飯の素

お米4~5合と一緒に炊くだけ。きのこ、山菜は長野県鬼無里を中心とした国産原料のみ使用。

220g **350円(税378円)**

えのき (国内産)

前日OK!

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

426 天ぷら粉

岐阜県産の小麦粉に、北海道産馬鈴薯でん粉、膨張剤には内蒙ゴル産の重曹を使用。

400g **375円(税405円)**

前日OK!

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

427 桜の花の塩漬

桜で有名な奈良・吉野山の八重桜の花を塩と白梅酢で漬けました。甘味料、保存料、着色料は不使用。

50g **350円(税378円)**

桜の花 (奈良県)

前日OK!

アルファファードスタッフ (愛知県・名古屋市)

619 パン用粉(強力粉)

北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。

1kg **430円(税464円)**

小麦 (北海道)

前日OK!

サラ秋田白神 (東京都・八王子市)

428 白神こだま酵母 ドライ

白神山地から発見された、純天然酵母。無添加の酵母で発酵性に優れ、本格的なパンを短時間で焼き上げます。

10g×5 **680円(税734円)**

前日OK!

創健社 (神奈川県・横浜市)

643 長崎皿うどん

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

2食×2袋(スープ付) **595円(税643円)**

小麦 (国内産)

前日OK!

ムソー (大阪府・大阪市)

429 国内産 くすきり

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

100g **350円(税378円)**

馬鈴薯 (国内産)

前日OK!

東京かじの (東京都・小平市)

637 国産の十割そば

北海道産そば粉100%で打ったそばです。麺は細めです。食塩無添加、そば湯もどうぞ。

200g **470円(税508円)** 通常税込518円

そば (北海道)

前日OK!

三上製麺 (埼玉県・所沢市)

430 二八の匠 八割そば

国内産の原料のみを使用し、食塩を加えず、そば粉八割で作った「二八そば」です。茹で時間3分半。

200g×2 **400円(税432円)** 通常税込454円

そば (国内産)

前日OK!

北館製麺 (岩手県・八幡平市)

636 挽きたてのざるそば

国産のそばを石臼製粉し、挽きたてを練り込み、小麦粉、でんぷんを加えて打っています。茹で時間約4分。

200g×2 **510円(税551円)** 通常税込562円

前日OK!

おびなた (長野県・長野市)

431 そばつゆ (ストレート)

かつおだしと熟成させたかえしの味わいを楽しめる本格派のつゆ。ざるそば、ざるうどんのストレートつゆです。

400ml **340円(税367円)** 通常税込378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。

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。

前日OK!

丸富製紙 (静岡県・富士市)

890 ペンギン芯なし (トイレットペーパー)

牛乳パック30%を含む再生紙100%のトイレットペーパー。無漂白、セミソフトタイプ。130m巻シングル。

130m×6ロール **480円(税528円)**

前日OK!

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446円)**

秋川牧園・大進食品のカレー

特

レトルトパウチ食品です

秋川牧園 (山口県・山口市)

432 秋川牧園の 本格チキンカレー

秋川牧園の若鶏手羽元をまるごと2本使用したチキンカレーです。

220g **428円(税462円)** 通常税込473円

鶏肉 (国内産)

特

辛くないので お子さんに!

甘口

キャニオンパイズ (大阪府・泉南市)

434 野菜ごろごろの ビーフカレー 3パック

30種類のスパイスをブレンドしたカレーパウダーと、丁寧に時間をかけてじっくりと焙煎した香辛料を使用。

200g(1人前)×3袋 **688円(税743円)** 通常税込754円

野菜、牛肉 (国内産)

全品特価

6月4日~10日は「歯の衛生週間」

体にやさしい「せっけん歯みがき」をおすすめします!

ラウリル硫酸ナトリウムは、非常に強い合成界面活性剤です。この成分が含まれるはみがき粉で磨いた後に飲食すると「変な味」がするのは、口や舌の細胞が壊されたためです。お子さんには特に、せっけん歯みがきをおすすめします。

市販のはみがき

【PG(プロピレングリコール)、ラウリル硫酸ナトリウム…(略)…香料、サッカリンナトリウム】

前日OK!

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

844 パックスナチュロン ジェルはみがき

研磨剤・発泡剤不使用の透明ジェルタイプのはみがき。電動ハブラシにもお使いいただけます。

90g **520円(税572円)** 通常税込589円

前日OK!

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

842 パックス ソルティール はみがき

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

120g **370円(税407円)** 通常税込429円

離乳食

梅じこで、保存食作りに

日本製の密閉ビン

前日OK!

味千汐路 (新潟県・糸魚川市)

435 緑黄色野菜のおじゃ

塩など調味料を使用せず、有機緑黄色野菜と有機米、有機野菜を有機野菜スープで煮込んだおじゃです。

100g **380円(税410円)**

有機米 (国内産)

前日OK!

味千汐路 (新潟県・糸魚川市)

436 緑黄色野菜の 炊き込みごはん

国産緑黄色野菜を国産有機米と有機野菜スープ、だしで煮込み、有機醤油で味付けした炊き込みご飯です。

100g **380円(税410円)**

有機米 (国内産)

前日OK!

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

840 パックスナチュロン 石けんはみがき

清涼剤に天然ハーブエキス使用。甘味がなく爽やかな使用感で、使用後に飲食しても味が変わりません。

120g **320円(税352円)** 通常税込363円

前日OK!

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

合成界面活性剤、研磨剤、発泡剤を使わない、透明ジェルタイプのハミガキです。フルーツ味です。

50g **268円(税295円)** 通常税込308円

前日OK!

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

合成界面活性剤、研磨剤、発泡剤を使わない、透明ジェルタイプのハミガキです。フルーツ味です。

50g **268円(税295円)** 通常税込308円

日本製の密閉ビン

梅じこで、保存食作りに

前日OK!

星硝 (東京都・港区)

437 密封ビン 1ℓ

1個 **1300円(税1430円)**

前日OK!

星硝 (東京都・港区)

438 取っ手付 密封ビン 4ℓ

1個 **1900円(税2090円)**

入梅前に **パワーチャージ**

特 **お得2個組**

JAやさと（茨城県・石岡市）

439 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付) 2個組

茨城県で採れた小粒大豆をねかせた風味のよい納豆です。

冷蔵7日 **米 大 小**

(35g×3)×2 **268円(税290円)** 通常税込320円

大豆（茨城県） [放] 不検出 <3.7 <3.5

季節の変わり目、
しっかり食べて体調を整えましょう！**パワーチャージ** **お米で**

シーズン初

国内産の豚肉・野菜を使い、ピリ辛に仕上げました。食欲が落ちる夏場にぴったりです。

かじかわ農場（新潟県・新発田市）

443 炊き込みご飯の素 ピリ辛豚ごぼう

冷蔵90日 **米 大 小**

180g(2合用) **398円(税430円)** 通常税込430円

豚肉（国内産）

特 **お得5kg×2袋**

JA常総ひかり・東可特栽培米組合（茨城県・常総市）

444 めぐみちゃん コシヒカリ(白米5kg×2)

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んでいます。初期除草剤1回のみ使用。

5kg×2 **4600円(税4968円)** 通常税込5076円

茨城県

特 **お得2個組**

やがちゃんキムチ（千葉県・柏市）

440 白菜キムチ「頂」

白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬け上げたキムチです。カット済です。

冷蔵14日 **米 大 小**

300g **480円(税518円)** 通常税込538円

白菜（国内産）

特 **お得2個組**

浜食（東京都・調布市）

441 洗いもずく 2個組

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

冷蔵10日 **米**

200g×2 **460円(税496円)** 通常税込518円

もずく（沖縄県）

特 **ふるさと**

コタニ（岩手県・大船渡市）

442 冷凍さざみめかぶ (岩手県産)

岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、使い易く小分けしました。解凍してそのまま使えます。

凍結

40g×5パック **320円(税346円)** 通常税込365円

わかめ（岩手県） [放] 不検出 <2.8 <3.0

たおらのタマゴ（徳島県・阿南市）

445 地鶏そぼろ

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

冷蔵13日 **米 大 小**

100g **255円(税275円)** 通常税込275円

鶏肉（徳島県）

特 **ふるさと**

コクがあり、ごはんのすすむ一品です

カラミンフーズ（東京都・新宿区）

446 豚キムチ丼の具

豚キムチのためだけに作ったキムチを使用し、国産豚肉と炒めました。湯煎して。

凍結 **米 大 小**

100g×2 **470円(税508円)** 通常税込528円

玉ねぎ・白菜・豚肉（国内産）

たたいた梅を
照り焼きのたれに混ぜて

特 **ふるさと**

野口さん達（茨城県・桜川市）

447 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。

凍結 **米 大 小**

300g **360円(税389円)** 通常税込400円

茨城県

梅酒で煮ることで
お肉は柔らかく
味わい深い仕上がり！

特 **ふるさと**

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

448 丹沢高原豚 モモブロック

赤身主体でやわらかいモモ肉のブロック。煮物、焼き物、カツ等にどうぞ。

冷蔵4日 **米 大 小**

400g **850円(税918円)** 通常税込929円

神奈川県

国産牛の牛丼

梅雨時の
スタミナチャージに！

特 **ふるさと**

デリカデイ（岐阜県・羽島市）

449 国産牛の牛丼

2食入

国産牛肉バラ肉を使い基本素材で仕上げたシンプルで家庭的な味に仕上げた牛丼です。

冷蔵60日 **米 大 小**

140g×2 **648円(税700円)** 通常税込711円

牛肉（国内産）

特 **盛付例**

彩りよく野菜や卵をのせても♪

サラダ・あえもの・丼に！

日本生活協同組合連合会

450 アボカドスライス

皮むき、種取したアボカドをスライスにしました。凍ったまま皿に広げ室温で解凍して。(20℃で約30～40分)

凍結

150g **278円(税300円)** 通常税込321円

アボカド（ペルー）

特 **盛付例**

JAやさと鶏卵部会（茨城県・石岡市）

452 やさとの半熟たまご(温玉)

4個

非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。

冷蔵10日 **卵**

4個(タレ無) **206円(税222円)** 通常税込222円

卵（茨城県） [放] 不検出 <3.3 <3.4

本場の味付けが手軽に味わえます

特 **ふるさと**

カラミンフーズ（東京都・新宿区）

453 冷凍ナムルセット

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

凍結 **米 大 小**

150g **446円(税482円)** 通常税込497円

おいしいお豆腐で梅雨時も元気に！

丸和食品特集

全品 特価

まるで大好き焼き！ 具だくさんです！

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

丸和食品（東京都・練馬区）

455 お好み風がんも

冷蔵届いて5日 **米 大**

5個 **255円(税275円)** 通常税込292円

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.6 <1.6

お得2個組

丸和食品（東京都・練馬区）

458 味付いなり揚げ 2個組

冷蔵90日 **米 大 小**

10枚×2 **740円(税799円)** 通常税込853円

大豆（国内産） [放] 不検出 <0.9 <1.0

賞味期限は約1ヵ月 備えて安心♪

特 **お得2個組**

丸和食品（東京都・練馬区）

456 絹とうふ(充填豆腐)2袋セット

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。

冷蔵30日 **大** (300g×3)×2 **748円(税808円)** 通常税込853円

大豆（青森県、秋田県） [放] 不検出 <3.6 <3.4

初夏にピッタリの枝豆のがんも

丸和食品（東京都・練馬区）

459 枝豆がんも

枝豆を加えた一口サイズのがんもどき。さつとあぶって生姜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**

6個 **260円(税281円)** 通常税込297円

枝豆（北海道） [放] 不検出 <1.0 <1.0

毎日のお味噌汁に便利！

特 **お得2個組**

丸和食品（東京都・練馬区）

457 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。

凍結 **大**

100g×2 **398円(税430円)** 通常税込449円

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.2 <1.9

豆乳だけで練り上げた、
もちりり&しっとりドーナツ

原材料：小麦粉、黒砂糖(黒糖のみ)、てん菜糖、豆乳、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、脱脂粉乳、水飴、食塩、ベーキングパウダー、カラメル色素(黒糖のみ)

丸和食品（東京都・練馬区）

460 豆乳ドーナツセット (白蜜1袋・黒糖1袋)

賞60日 **乳 大 小**

2種各155g **418円(税451円)** 通常税込475円

小麦（国内産）

シーズン初

国産丸大豆と山形県鶴岡産のだだちゃ豆を使用。だだちゃ豆の甘み、風味が楽しめます。

丸和食品（東京都・練馬区）

454 だだちゃ豆入寄せ豆腐

冷蔵届いて4日 **大** 200g **250円(税270円)** 通常税込297円

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.0 <1.1

表示マークのご案内			
取り扱いサイクル・価格表記			
4週に1回お届け 4週に3回お届け 隔週お届け 毎週お届け			
シーズン最終 季節商品につき今回で最終			
シーズン初 今季初登場			
新 新発売の商品			
特 特別価格商品			
お届け時の温度帯			
凍 冷凍品 冷 冷蔵品			
・表記のないものについては常温でのお届けです。			
・農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。			
その他			
前日OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。			
無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。			
アレルギー表示			
卵 卵 乳 牛乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かにかにかに			
・「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ギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。			
・アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。			
主原料原産地			
鈴木牧場（茨城県・石岡市） 石岡 鈴木牧場 ヨーグルト(微糖) 生乳(茨城県) 400g 370円(税400円)			
・生鮮品については主原料の原産地を表記しています。			
・原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。			
※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめましょう！			