

# 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  
つくと食べるでつながろう  
～私たちの地産地消～

co-op mail  
**joso**  
常総生活協同組合

インターネット注文受付中  
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから  
登録出来ます  
ネット注文登録

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

2022年7月4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙7/提出	18	19	20	21	22
定番品7/お届け	25	26	27	28	29
特別企画品8/お届け	1	2	3	4	5

夏のカンタン!!

## さっぱり冷やしうどん

もうすぐ夏休みが始まります。台所での調理時間をなるべく減らしたい、簡単で美味しいものが食べたい—そんな時はさっぱり冷やしうどんはいかがですか?



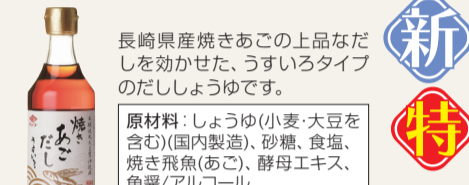
もちもちした食感と食べ応えがある金子製麺の地粉うどん(太麺)、それに合わせてゆず醤油かけぼんでお馴染みのチョコーから「焼きあごだし」のだし醤油を新提案。麺類はもちろん、煮物や汁物など幅広く使えます。炭水化物だけでなく、練り物などの良質なアミノ酸をバランスよく摂り、夏を元気に過ごしましょう!



**新**  
小麦の旨味  
しっかり  
茹で時間約6分  
金子製麺(神奈川県・中井町)  
**8 季穂 生うどん(太麺)**  
原材料:小麦粉(国内製造)、食塩、でんぷん  
国産小麦を使用した生うどんです。太過ぎないので食べやすく、小麦の風味とコクが楽しめます。  
冷 20日 小麦(国内産) 130g×2 **255円**(税込**275円**)



**特**  
もっちりつるつるおいしいおうどん  
前日OK!  
埼玉県の小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるつるとした喉越しのうどんにしました。  
小 300g×2 **460円**(税込**497円**) 通常税込**518円**  
小麦(埼玉県、他) [放] <sup>137</sup>Cs=5.1



**新**  
長崎県産焼きあごの上品なだしを効かせた、うすいうるタイプのだししょうゆです。  
原材料:しょうゆ(小麦・大豆を含む)(国内製造)、砂糖、食塩、焼き飛魚(あご)、酵母エキス、魚醤/アルコール  
チョコー醤油(長崎県・長崎市)  
**9 焼きあごだしうすいうる**  
米 大 小 300ml **460円**(税込**497円**) 通常税込**518円**  
小麦・大豆(カナダ)、飛魚(長崎県)



**特**  
2倍希釈タイプ!  
鰹だしをきかせたつゆに、ねりごま、すりごま、信州みそを加えました。香り豊かでコクのあるつゆです。  
ポールスタア(東京都・東村山市)  
**10 かつお香るごまみそめんつゆ**  
米 小 455g **415円**(税込**448円**) 通常税込**464円**  
脱脂大豆・小麦(アメリカ、カナダ)



**特**  
麺にトッピングして、  
バランスよく食べよう  
駿河湾産桜えび入りでボリュームたっぷりです  
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。  
日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**11 桜えびかきあげ** 2枚  
凍 小 160g(2枚入) **509円**(税込**550円**) 通常税込**570円**  
野菜(国内産)



**特**  
北海道のすけそうだら  
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)  
**13 ささがきごぼうさつま揚げ**  
凍 180日 米 130g **347円**(税込**375円**) 通常税込**389円**  
すけそうだら(北海道)



**特**  
焼き塩を使用  
しているため  
塩カドがとれて  
マイルドに仕  
上がっています。  
400gの  
徳用サイズ。  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
**14 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)**  
冷 10日 400g **680円**(税込**734円**) 通常税込**754円**  
豚肉(国内産)



**特**  
前日OK!  
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。焼きそば、お好み焼き、みそ汁に。  
180日 35g **210円**(税込**227円**) 通常税込**238円**  
アオコノリ(瀬戸内海)



**特**  
野口さん達(茨城県・桜川市)  
**12 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 250g **635円**(税込**686円**) 通常税込**697円**  
茨城県



**特**  
北のすけそうだら  
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)  
**13 ささがきごぼうさつま揚げ**  
凍 180日 米 130g **347円**(税込**375円**) 通常税込**389円**  
すけそうだら(北海道)



**特**  
共生食品(神奈川県・相模原市)  
**15 内麦焼そば(ソース無)**  
冷 6日 卵 小 150g×3 **188円**(税込**203円**) 通常税込**213円**  
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



**特**  
シンプルなソース無し  
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。  
共生食品(神奈川県・相模原市)  
**15 内麦焼そば(ソース無)**  
冷 6日 卵 小 150g×3 **188円**(税込**203円**) 通常税込**213円**  
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



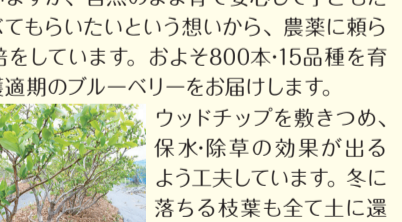
**特**  
塩にぎりで  
お米の美味しさを  
味わっても  
鬼怒川、小貝川に  
挟まれた肥沃な  
土地を生かして優  
良米生産に励んで  
います。初期除草  
剤1回のみ使用。  
JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)  
**16 めぐみちゃんコシヒカリ(白米5kg×2)**  
米 5kg×2 **4600円**(税込**4968円**) 通常税込**5076円**  
茨城県



**特**  
冷やしても  
温めても  
出汁がおいしい  
夏おでん  
温でも冷でも  
4ページ「かじかわ農場」産品もぜひ!  
大根、ロールキャベツ、ゆで卵、しらたき、焼ちくわ、油揚げをいわし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)  
**17 夏おでん**  
冷 90日 卵 米 大 小 430g(うち固形量290g) **638円**(税込**689円**) 通常税込**705円**  
大根・キャベツ・卵(国内産)



**特**  
喉ごしつるつると美味しい  
ポン酢で  
さっぱり頂く  
水餃子  
モチモチで美味しいと好評です!  
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。  
飛鳥食品(東京都・江戸川区)  
**18 飛鳥の黒豚水餃子**  
凍 120日 米 大 小 15個250g **472円**(税込**510円**) 通常税込**535円**  
豚肉(国内産)



**特**  
女化ブルーベリーの森  
本多さんのブルーベリー  
牛久市で「ブルーベリーの森」という名に相応しく、森に囲まれたブルーベリー園で栽培しています。一般的には天敵のカミキリムシ、カメムシに対し殺虫剤を使いますが、自然のまま育て安心して子どもたちに食べてもらいたいという想いから、農業に頼らない栽培をしています。およそ800本・15品種を育て、収穫適期のブルーベリーをお届けします。  
ウッドチップを敷きつめ、保水・除草の効果が出るよう工夫しています。冬に落ちる枝葉も全て土に還すことで良質な堆肥にしています。  
約15品種から時季に合わせてお届けします。農薬無散布。  
女化ブルーベリーの森(茨城県・牛久市)  
**19 本多さんの生ブルーベリー**  
100g **368円**(税込**397円**)  
茨城県 [放] 不検出<3.4<3.6

### 【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・静岡県産の原材料について、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] <sup>137</sup>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] <sup>137</sup>Cs=9.4<sup>134</sup>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

**農産担当** 夏ギフトで大人気! 小林さんの桃を  
**通常供給便** でお届けします!  
**オススメ** 甘み、香り、多汁ー  
**全てを兼ね備えた「白鳳系」**



お届けは  
**7月4回~8月1回**  
 の予定です

桃の王道、白鳳は  
 香り、舌触りともに  
 優れています。常温  
 で保存し、食べる2  
 時間ほど前から冷  
 やしてお召上がり  
 ください。

小林さん (長野県・中野市)

緻密で繊維の少ない果肉と、酸味の少ない豊かな甘みが魅力です。減農薬栽培。遅配の場合もありますが、一番良い時期に出荷します。

**20 長野 小林さんの桃 (白鳳系)**  
 長野県

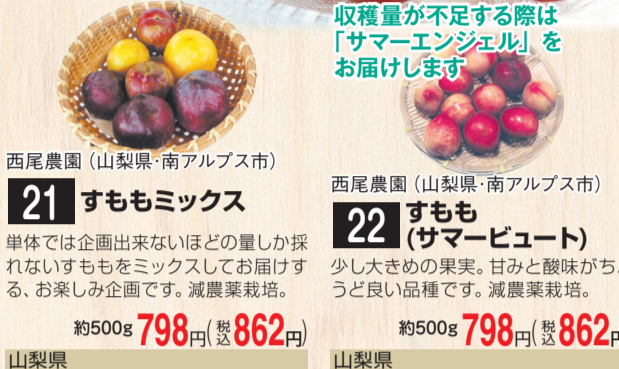
1.8~2kg (6~9玉) **2315円** (税込) **2500円** (通常税込)

From 山梨県「西尾農園」  
**旬** 最盛期だからできる  
**すももミックス**

甘酸っぱくてジューシーなすももは、初夏にかけて最盛期を迎えます。糖度が高めの「サマービュート」や、糖度と酸味のバランスが良い「大石早生(おいしいわせ)」など、色々な種類が楽しめる今だけの企画です。

西尾さん

収穫量が不足する際は「サマーエンジェル」をお届けします



西尾農園 (山梨県・南アルプス市)

**21 すももミックス**  
 単体では企画出来ないほどの量しか採れないすももをミックスしてお届けする、お楽しみ企画です。減農薬栽培。  
 約500g **798円** (税込) **862円** (通常税込)  
 山梨県

西尾農園 (山梨県・南アルプス市)

**22 すもも (サマービュート)**  
 少し大きめの果実。甘みと酸味がちょうど良い品種です。減農薬栽培。  
 約500g **798円** (税込) **862円** (通常税込)  
 山梨県

**夏こそにんにく!**

猛暑が続く夏は体力を消耗します。そこで、ぜひおすすめなのが「にんにく」。疲労回復、抗がん作用、殺菌・抗菌作用など様々な効果が期待されます。

無農薬

到着後は冷蔵庫で保管してください



生の状態「アイシン」(免疫力の向上)  
 ↓  
 すりおろす・細かく刻む  
**「アリシン」**  
 ↓  
 油の中に入れると  
**さまざまな成分を生成**  
**スルフィド類**: 抗がん作用、血液サラサラ効果など  
**アホエン**: がん予防、抗ウイルス作用など

ポイント: 「低温加熱」。強火で油を熱したあとに入れると有効成分が少量しか溶けず、焦げてしまいます。先にフライパンに油と「にんにく」を入れてから火をつけ、弱火でじっくり温めるのがポイントです。

竹村さん (茨城県・かすみがうら市)

**23 竹村さんのにんにく**  
 茨城県

300g **560円** (税込) **605円** (通常税込) **626円** (通常税込)

杉山さん達 (山形県・庄内市)

**24 アンデスメロン (庄内メロン)**  
 砂地の庄内メロンは糖度があり食味も良好。アクの少ない美味しいメロンです。減農薬栽培。  
 1玉 **755円** (税込) **815円** (通常税込)  
 山形県 [放] 不検出 <3.5 <3.3

佐藤さん達 (山形県・庄内市)

**25 夕映メロン**  
 赤肉系のネットメロン。有機活性ケイ素資材等、肥料を工夫し、アクもなく、安定した食味を保っています。減農薬栽培。  
 1玉 **1010円** (税込) **1091円** (通常税込)  
 山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.2

森下さん、辰巳さん達 (和歌山県・奈良県)

**26 桃 (白鳳・嶺鳳・なつっこ)**  
 白鳳、嶺鳳(れいほう)、なつっこのおいしい品種が入ります。どれも甘味が乗りやすい品種を保っています。減農薬栽培。  
 2玉(450g以上) **739円** (税込) **798円** (通常税込)  
 和歌山県・奈良県

根本さん (栃木県・矢板市)

**27 根本さんの巨峰**  
 40年以上のベテラン農家さんです。一番おいしくなる時期を見極めて収穫しています。減農薬栽培。  
 約300g **880円** (税込) **950円** (通常税込)  
 栃木県 [放] 不検出 <3.5 <4.3

木村農園 (茨城県・つくば市)

**28 木村さんの大玉すいか**  
 すっきりした甘さ、爽やかな香りで毎年好評の木村さんのすいか。減農薬栽培。  
 1玉 4.5~5kg **1650円** (税込) **1782円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <0.7 <0.8

セズブリーインターナショナルジャパン (東京都)

**29 キウイフルーツ (グリーン)**  
 土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。  
 3個入り **410円** (税込) **443円** (通常税込)  
 ニューージーランド

もちりとした食感と甘味が◎ (無農薬)

ヒロインターナショナル (神奈川県・横浜市)

**30 パナナ**  
 小規模農家が集まったインカパナナ社より、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。  
 600g以上 **369円** (税込) **399円** (通常税込)  
 バルー (トゥンベ地域)

麺と一緒に JOSOの香味野菜

**31 みょうが**  
 この香りで夏を実感。季節を感じることができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。  
 50g **198円** (税込) **214円** (通常税込) **238円** (通常税込)  
 高知県

とさやま開発公社 (高知県・高知市)

**32 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 **136円** (税込) **147円** (通常税込) **157円** (通常税込)  
 熊本県

作本さん達 (熊本県・熊本市)

**33 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 **155円** (税込) **167円** (通常税込) **178円** (通常税込)  
 高知県

大紀コープファーム生産者グループ (高知県)

**34 新しょうが**  
 みずみずしく軟らかく、程よい辛味があります。手作りの甘酢漬け等に。減農薬栽培。  
 300g **630円** (税込) **680円** (通常税込) **745円** (通常税込)  
 高知県、和歌山県

大紀コープファーム (奈良県・五条市)

**35 にんにく**  
 ホワイト種より外皮は紫がかったいます。味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。  
 約100g **220円** (税込) **238円** (通常税込)  
 熊本県

りん片バラでお届けする場合があります (無農薬)

榎谷さん達 (熊本県)

**36 木村さんの赤しそ (枝付)**  
 手作り応援商品です。葉のみで300g以上入ります。しそジュース作りにもどうぞ。農薬無散布。  
 300g **200円** (税込) **216円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.4

上野さん達 (栃木県・上三川町)

**37 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** (通常税込)  
 栃木県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

イバラキ食品 (茨城県・石岡市)

**38 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 **59円** (税込) **64円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

中村さん達 (群馬県・長野原町)

**39 レタス**  
 高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。減農薬栽培。  
 1玉 **210円** (税込) **227円** (通常税込)  
 群馬県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

中村さん達 (群馬県・長野原町)

**40 サニーレタス**  
 サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がり下さい。減農薬栽培。  
 1玉 **184円** (税込) **199円** (通常税込)  
 群馬県 [放] 不検出 <3.6 <4.4

木村農園 (茨城県・つくば市)

**41 木村さんのきゅうり**  
 サラダ、漬物、炒めものなどあると便利な野菜です。夏の水分補給にも。害虫が大量発生した場合のみ農薬対応。  
 3本 **165円** (税込) **178円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.2

土れ味農園 (茨城県・石岡市)

**42 天池さんのきゅうり (黒さんご)**  
 品種は黒さんご。イボが多く曲がりもありますが、みずみずしく甘い果肉が特長。農薬無散布。  
 3本 **218円** (税込) **235円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <4.1 <3.9

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

**43 長島さんのきゅうり**  
 旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農薬無散布・無化学肥料栽培。  
 500g(4~6本) **298円** (税込) **322円** (通常税込)  
 茨城県

おきたま興農舎・丹野さん達 (山形県・高島町)

**44 おかひじき**  
 ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布。  
 80g **220円** (税込) **238円** (通常税込)  
 山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0

徳弘さん (北海道・富良野市)

**45 ズッキーニ**  
 火を通すと甘みが増します。炒め物・グリルでどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。  
 1本 **175円** (税込) **189円** (通常税込)  
 北海道

米内口さん達 (青森県)

**46 ブロッコリー**  
 樹に応じたバランスの良い栽培で、きめ良く、酸化しにくく、後味のよいブロッコリーです。減農薬栽培。  
 1個 **276円** (税込) **298円** (通常税込)  
 青森県 [放] 不検出 <3.4 <3.5

右田さん達 (熊本県・芦北町)

**47 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** (通常税込)  
 熊本県

木村農園 (茨城県・つくば市)

**48 木村さんのアイコトマト**  
 果肉は緻密でかっちりしていて、酸味が少なく甘みの強いトマトです。減農薬栽培。  
 200g **250円** (税込) **270円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.7

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

**49 長島さんのトマト**  
 良質な土作りがモットーの長島さんのトマトは、ひと味違うと毎年好評です。ホルモン剤を含め、農薬無散布・無化学肥料栽培。  
 500g **380円** (税込) **410円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5

FarmERS BandO青木農-en (茨城県・坂東市)

**50 青木さんのトマト**  
 微生物農法の手を使って土から健康に育てました。農薬無散布、化学肥料不使用。  
 800g **570円** (税込) **616円** (通常税込)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.4

木村農園 (茨城県・つくば市)

**51 木村さんの大玉トマト**  
 完熟させた大き目のトマトです。多少スレがあります。減農薬栽培。  
 500g **277円** (税込) **299円** (通常税込)  
 茨城県

夏の時季はトマトでリコピンをチャージ!

うどんと一緒に旬の野菜をいただきます



52 青木さんのなす
土から健康に育てました。固定種のなすの割合になります。農薬無散布、化学肥料不使用。



53 木村さんの万願寺とうがらし
煮ても焼いても美味しい万願寺とうがらし。ビタミンCやカロテンも豊富です。減農薬栽培。



54 木村さんのオクラ(増量)
おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。

地産地消野菜チーム 2022年つくと食べるでつながろう生産者の畑へ行こう

止まらない物価(肥料・経費など)上昇、天候不順による作物の影響など、今生産現場でどのような課題があるのか?生産者も組合員も厳しい状況ですが、こんな時こそ支え合い。生産現場へ行き、生産者の苦勞や想いを共有し、一緒に問題を解決していきましょう。



どんぐりていの取組
6月4日:長ねぎの除草、金ごまの播種、座談会をおこないました。



清水農園の取組
6月25日:じゃがいも掘り、座談会をおこないました。

年間通じて地場生産者のもとへお手伝いしていきますので、ぜひご参加ください!



55 木村さんのモロヘイヤ
エジプト原産でめるとした粘りが特長の、栄養価の高い野菜です。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。



56 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。

From 石岡市 土れ味農園
石岡市で畜複合農業を実践しています。
土れ味農園の循環農法
自家配合肥料
土れ味農園・天池さん(茨城県・石岡市)

57 天池さんの甘とう美人
肉質が柔らかく風味豊かです。辛さはほとんどなく、丸ごと炒め物や天ぷらに。農薬無散布・化学肥料不使用。



58 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。



59 小松菜
ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農薬無散布。



60 天池さんのオクラ
食物繊維が豊富で夏バテ防止にも。さっと茹でてかつおぶし醤油でどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。



61 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。



62 木村さんのなす
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。



63 なす
少し遅く定植し、晩秋まで収穫する作型。気温差が大きくなるにつれ、実の糖度が増してきます。減農薬栽培。



64 枝豆
品種は「湯あがり娘」他。枝から外した状態でお届けします。減農薬・無化学肥料栽培。



65 とうもろこし
薄皮で甘いとうもろこしです。7月中旬までは千葉県産、それ以降は群馬県産をお届けの予定です。減農薬栽培。



66 倉持さんの長ねぎ
自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。



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



68 天池さんのテーブルビーツ
食べる輸血と言われるほど、栄養価が高い野菜。サラダやスープにしてどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。



69 かぼちゃ(カット)
ホクホクとした口当たりと程よい甘み。ソーテー、煮物等に。減農薬栽培。



70 1玉
71 カット
自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬栽培。



72 1本
73 カット
自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬・無化学肥料栽培。



74 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。



75 浅野さんの人参
風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬無散布・化学肥料不使用。



76 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。



77 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いもをお届けします。農薬無散布・化学肥料不使用。

From 常総市 浅野伸治さん
茨城県常総市で25年以上お付き合いのある浅野さん。お父さんから息子の伸治さんに引継ぎ、毎年旬の時期にじゃがいもや人参を頂いています。

77 浅野さんのじゃがいも
800g 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.7

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

82 ホワイトマッシュルーム
床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌剤は使わず熱殺菌です。

83 舞茸
衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

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

79 700g
80 2kg
川島さん達(群馬県・長野原町)

85 生きくらげ
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。

86 安田さんのなめこ
独自の栄養元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。

87 えのき茸
88 ブラウンえのき茸
丸金(長野県・長野市)

89 A品
90 B品
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

飯泉さんの生しいたけ
100g 210円(税込227円)
200g 225円(税込243円)
茨城県

# 農産加工品

農産物の味わいをそのまま冷凍・冷蔵保存しました



イズックス (東京都・中央区)

## 91 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g **352円** (税込 **380円**)  
かぼちゃ (北海道)



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** (税込 **288円**)  
青えんどう豆 (北海道)



日岡商事 (兵庫県・加古川市)

## 93 ミックスベジタブル

北海道産のとうもろこし、人参、いんげんをダイスカットにしました。ピラフ、炒め物、サラダ等に。

凍 200g **428円** (税込 **462円**)  
野菜 (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** (税込 **356円**)  
ほうれん草 (国内産)

サラダ・あえもの・丼に!



日本生活協同組合連合会

## 95 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 150g **297円** (税込 **321円**)  
アボカド (ペルー)

山かけやとろろ蕎麦、とろろ汁、お好み焼きのつなぎに

長芋100%なので、いつもの「とろろ芋(大和芋)」よりサラッとしています

国産長芋の皮をむき、すりおろしました。解凍するだけで手軽にお召し上がりいただけます。

富士物産 (静岡県・長泉町)

## 96 国産山芋とろろ

凍 160g(40g×4袋入) **269円** (税込 **291円**) 通常税込 **302円**  
原材料: やまいも(長芋)(国産)



冷蔵庫内で解凍後そのままお召し上がりいただけます



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

## 97 冷凍ちや豆

枝豆より小ぶりで香りが高く甘味が強いのが特徴。蒸したてを急速凍結し、甘さを最大限に引き立てました。

凍 200g **352円** (税込 **380円**) 通常税込 **391円**  
ちや豆 (国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.5



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

## 98 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。

凍 120g **470円** (税込 **508円**)  
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



リアス (千葉県・船橋市)

## 99 高菜ちりめん

高菜漬を細かく刻み、ちりめんとうもろこしを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。

凍 25g **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**  
ちりめん (鹿児島県)



群馬県 昭和村

## グリーンリーの無添加のお漬物

グリーンリー (群馬県・昭和村)

## 100 農家で漬けた白菜漬

添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間を置けば酸味のある漬物に。

凍 250g **260円** (税込 **281円**)  
白菜 (国内産)



グリーンリー (群馬県・昭和村)

## 101 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。

凍 250g **320円** (税込 **346円**)  
大根 (国内産)



グリーンリー (群馬県・昭和村)

## 102 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。

凍 180g **270円** (税込 **292円**)  
キャベツ (国内産)



浜食 (東京都・調布市)

## 103 ピ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。

凍 200g **290円** (税込 **313円**)  
きゅうり (国内産)



きゅうりに和ええるだけ

「マイルド菜念醬」でカンタン

オイキムチを作ろう!



千葉県 柏

## やがちゃんキムチ

やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)

## 104 マイルド菜念醬(キムチの素)

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

凍 200g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **538円**  
唐辛子 (中国)



やがちゃんキムチ (千葉県・柏市)

## 105 白菜キムチ「頂」

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

凍 300g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **538円**  
白菜 (国内産)



丸山園 (静岡県・河津町)

## 106 わさび漬

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%)

凍 100g **265円** (税込 **286円**)  
わさび (静岡県) [放] 不検出 <3.7 <3.8



群馬県 新発田市

## かじかわ農場

かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

## 108 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。

凍 150g **265円** (税込 **286円**)  
豆 (新潟県、北海道)

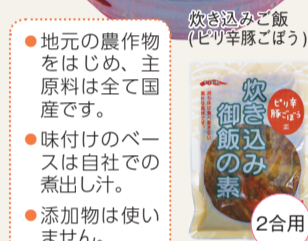


かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

## 109 炊き込みご飯の素 新潟茶豆の枝豆ご飯

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。

凍 160g(2合用) **350円** (税込 **378円**)  
枝豆 (新潟県)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

## 107 炊き込みご飯の素 ピリ辛豚ごぼう

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。

凍 180g(2合用) **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
豚肉 (国内産)



かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

## 109 炊き込みご飯の素 新潟茶豆の枝豆ご飯

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。

凍 160g(2合用) **350円** (税込 **378円**)  
枝豆 (新潟県)

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。

## 今週のおすすめ

常総生協と共に歩んで29年 コシヒカリ

地元・水海道のめぐみちゃん



農業・化学肥料を極力使わないのが、この「めぐみちゃん」です。田んぼにザリガニ、カエルが生息している安心安全の田んぼです。先日「田植え交流会」に行き、田植え後の塩おにぎりは最高でした!みんな地元のお米を食べて、新米の時期を迎えましょう。

特 供給部 戸口 おすすめ

お得な2袋組(白米5kg)は1ページ

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

502001 白米 5kg **2310円** (税込 **2495円**) 通常税込 **2538円**

502002 玄米 5kg **2210円** (税込 **2387円**) 通常税込 **2430円**

502003 白米 2kg **932円** (税込 **1007円**) 通常税込 **1021円**  
JA常総ひかり・東町特産米組合 (茨城県・常総市)

# 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)

凍 200g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **502円**  
岩手県 [放] 不検出 <1.0 <1.0

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ

502015 白米 5kg **3500円** (税込 **3780円**)

502016 白米 2kg **1400円** (税込 **1512円**)

502017 玄米 5kg **3200円** (税込 **3456円**)

502018 7分 5kg **3500円** (税込 **3780円**)

502019 5分 5kg **3500円** (税込 **3780円**)  
黒澤さん (宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。も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(今糶米)

502011 白米 5kg **3500円** (税込 **3780円**)

502012 玄米 5kg **3200円** (税込 **3456円**)

502013 7分 5kg **3500円** (税込 **3780円**)

502014 5分 5kg **3500円** (税込 **3780円**)  
黒澤さん (宮城県・涌谷町)

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

やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg **1998円** (税込 **2158円**)

502032 玄米 5kg **1888円** (税込 **2039円**)  
JA やさと稲作部会 (茨城県・石岡市)

横瀬さん

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

横瀬さんの無農薬米(こしひかり)

110 白米 2kg **1380円** (税込 **1490円**)

111 玄米 2kg **1260円** (税込 **1361円**)  
アグリ古柿土・横瀬さん (茨城県・守谷市)

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

凍 800g **320円** (税込 **346円**)  
大麦 (国内産)

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

## 502075 雑穀ブレンド

凍 400g **711円** (税込 **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	ND(不検出)<0.14	ND(不検出)<0.13
	やさとのお米	コシヒカリ	ND(不検出)<0.19	ND(不検出)<0.25
山形県	ひとめぼれ	対応中		ND(不検出)<0.1
	つや姫	対応中		ND(不検出)<0.1
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	対応中	ND(不検出)<0.13

・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。

**宮城県 石巻 まるたか水産**  
万石浦

万石浦は絶滅危惧種のアサクサノリやアマモ等の海藻類、オキシジミやウミナナの生息地として、環境省の「日本の重要湿地500」に選定されています。そんな万石浦のほとり、素材の良さを最大限に生かした加工を行っているのがまるたか水産です。

まるたか水産 代表の高橋雄治さん

**113 蒸しかき**

グリコーゲンが一番多くなる春に漁獲した牡蠣を厳選し、殻をむいてすぐに、何も加えず蒸しました。

凍 90日  
60g **330円** (税込 **356円**) (通常税込 **373円**)

かき (宮城県)

**114 大粒かきフライ**

三陸牡鹿半島の清浄海域で育った良質の大粒生かきを使用し、パン粉をまぶして仕上げました。揚げて。

凍 90日 米小  
4~8個 **425円** (税込 **459円**) (通常税込 **475円**)

かき (宮城県)

**115 冷凍あかもく**

石巻・万石浦のあかもくです。粘り成分のフコイダンが豊富。味噌汁や吸い物、酢の物、天ぷらなどでどうぞ。

凍 90日  
100g **330円** (税込 **356円**)

あかもく (宮城県)

**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。

**冷凍のまま加熱してください**

**119 国内産冷凍あさり (増量)**

主に北海道(厚岸)、愛知(渥美)など国内から、季節や状態に合わせてお届けします。

凍 30日  
200g+20g **386円** (税込 **417円**)

あさり (国内産)

**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 30日  
150g **415円** (税込 **448円**)

やまとしじみ (北海道)

**124 真いわし丸干し(大)**

丸干しは原料が命。納得いくいわししか使いません。

凍 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)

**125 生干いか**

北海道で水揚げされたす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 90日  
1枚 **375円** (税込 **405円**)

すめいか (北海道)

**128 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 180日 米大  
2切120g **430円** (税込 **464円**)

銀だら (アメリカ)

**129 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 180日 米  
3尾170g **390円** (税込 **421円**)

さんま (国内産)

**133 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床に漬け込みました。

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

さわら (韓国)

**135 目鯛西京漬**

国内産の目鯛を、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 米大  
2切160g **618円** (税込 **667円**)

目鯛 (国内産)

**134 かわいい山椒みそ漬**

白身で脂ののったからすかかれい、京都老舗の西京味噌に山椒を加えた床に漬けこみました。

凍 米大  
2切140g **570円** (税込 **616円**)

からすかかれい (デンマーク、ロシア他)

**138 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 180日  
6~10枚 200g **370円** (税込 **400円**)

真いわし (千葉県)

**116 子持ちからぶとししゃも**

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、大目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**)

からぶとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)

**117 金目鯛開き**

インド洋海域で日本船が漁獲した金目鯛を開き、塩水漬け後干し上げました。

凍 180日  
2枚 300g **465円** (税込 **502円**) (通常税込 **518円**)

金目鯛 (インド洋)

**118 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。無添加のみりん干しにじっくりひと晩漬け込み、天日で干し上げました。

凍 30日 米大 小  
2枚 160g以上 **480円** (税込 **518円**) (通常税込 **538円**)

真さば (長崎県)

**121 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 米  
60g **330円** (税込 **356円**)

からぶとししゃも (アイスランド、ノルウェー、カナダ)

**122 北海道産バクッと真ほっけ一夜干し**

北海道噴火湾で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 180日  
4~6枚220g **398円** (税込 **430円**)

真ほっけ (北海道)

**123 国産真あじ開き3枚**

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

凍 30日  
3枚165g **350円** (税込 **378円**)

真あじ (国内産)

**126 金華さば一夜干し**

三陸沖の金華山海域で獲れた大型のさばを半身の一夜干しにしました。

凍 180日  
3枚420g **558円** (税込 **603円**)

さば (宮城県)

**127 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 180日 米大  
2枚220g **380円** (税込 **410円**) (通常税込 **430円**)

さば (宮城県)

**132 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 90日  
2尾(360g) **643円** (税込 **694円**)

にしん (北海道)

**130 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切**

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

凍 180日  
2切140g **425円** (税込 **459円**)

紅鮭 (ロシア)

**131 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切**

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすいくち約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)

**133 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床に漬け込みました。

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

さわら (韓国)

**136 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 30日  
片身2枚 200g前後 **390円** (税込 **421円**)

真さば (長崎県、佐賀県)

**137 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。無塩です。

凍 30日  
約70g×2 **550円** (税込 **594円**)

さわら (五島列島、済州島海域)

**138 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 180日  
6~10枚 200g **370円** (税込 **400円**)

真いわし (千葉県)

**139 真いわし(千葉県)**

真いわし (千葉県)

**140 真いわし(千葉県)**

真いわし (千葉県)

**141 真いわし(千葉県)**

真いわし (千葉県)

**142 真いわし(千葉県)**

真いわし (千葉県)

**143 真いわし(千葉県)**

真いわし (千葉県)

**水産品の放射能検査について**

・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県、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。

# 夏休みのお昼は

**シーフードのお好み焼き、焼きそばで決まり!**



「お好み焼粉」は15ページに掲載

お好み焼きには欠かせませんね!



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**139 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せて便利です。

凍 200g **398円(税430円)** 通常税込454円  
えび(インド)、ほたて(青森県)

まずは添付の海水天日塩で!



**143 薫焼き鰹タタキ「龍馬タタキ」**  
一本釣りの脂のりの良い鰹を、四万十川流域の稲葉を使ってあぶりしました。別添の無添加たれ付き。

凍 300g 1380円(税1490円) 通常税込1598円  
かつお(三陸東沖太平洋)

漁業資源に負荷がかかりにくい「つぼ漁」で漁獲



**144 千葉県産地だこぶつ切り**  
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。

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

モチモチのソデイカ入り!



**145 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タレ20g×2 465円(税502円) 通常税込518円  
めばちまぐろ(台湾)、ソデイカ(沖縄県)

むき済みで便利



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**140 天然むきエビ(特大)**  
ミャンマー沖(ベンガル湾、アンダマン海)で漁獲した天然えびを、現地工場むき、急速バラ凍結しました。

凍 160g 528円(税570円) 通常税込592円  
えび(ミャンマー)

カルシウム豊富!



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**141 素干し桜小アミ**  
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。

凍 50g 198円(税214円) 通常税込241円  
ツノナシオキアミ(三陸沖)

炒め物、煮物にも



共和水産(岩手県・宮古市)

**142 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443円) 通常税込499円  
するめいか(岩手県、青森県) [放]不検出<3.8<3.9

ハマヤ(高知県・高知市)

**143 薫焼き鰹タタキ「龍馬タタキ」**  
一本釣りの脂のりの良い鰹を、四万十川流域の稲葉を使ってあぶりしました。別添の無添加たれ付き。

凍 300g 1380円(税1490円) 通常税込1598円  
かつお(三陸東沖太平洋)

千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)

**144 千葉県産地だこぶつ切り**  
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。

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

マストミ(徳島県・徳島市)

**145 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タレ20g×2 465円(税502円) 通常税込518円  
めばちまぐろ(台湾)、ソデイカ(沖縄県)

## 夏は流水解凍で海鮮の絆

ツブツブ感が残っているたたき身です



マストミ(徳島県・徳島市)

**146 つぶつぶまぐろたたき身**  
高鮮度のめばちまぐろを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残しました。

凍 50g×2 533円(税576円) 通常税込592円  
めばちまぐろ(台湾)

丼に添えて



札幌中一(北海道・札幌市)

**147 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 730円(税788円) 通常税込810円  
帆立貝柱(北海道)

## 酢みでさっぱり

柚子の風味がさわやか



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**148 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527円) 通常税込567円  
さば(国内産)

房州千倉の郷土料理



カネヨシ水産(千葉県・九十九里町)

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

凍 100g 310円(税335円) 通常税込355円  
かたくちいわし(千葉県) [放]不検出<3.1<3.9

松岡水産(千葉県・銚子市)

**150 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518円) 通常税込558円  
秋鮭(北海道)

ヤマタ水産(愛知県・名古屋市中)

**151 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313円) 通常税込343円  
いわし稚魚(愛知県)

ヤマタ水産(愛知県・名古屋市中)

**152 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313円) 通常税込343円  
いわし稚魚(愛知県)

漁師町のごはんの友 きゅうりにも!



まるたか水産(宮城県・石巻市)

**153 がぜみそ(うに味噌漬)**  
旬の時期(6月~8月)の宮城県産天然きたむらさきうにを使用。仙台味噌、砂糖、日本酒で味付けしました。

凍 80g 598円(税646円) 通常税込680円  
きたむらさきうに(宮城県)

お魚のハンバーグ、つみれ汁にも



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**154 とれとれいわしたたき身**  
日本近海の高鮮度のいわしのみを使用し、たたき身です。

凍 300g(150g×2) 380円(税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

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。

夏の食卓に大活躍!



いちろうこ(静岡県・静岡市)

**155 小竹輪**  
石臼ですった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と味わえます。

冷 5本150g 325円(税351円) 通常税込365円  
すりけそうだら(アメリカ、北海道)

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)

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

凍 5個175g 295円(税319円) 通常税込349円  
すけそうだら(北海道)

静岡のソウルフード



いちろうこ(静岡県・静岡市)

**156 いわしはんぺん**  
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。

冷 5枚150g 398円(税430円) 通常税込451円  
いわし(駿河湾)

温めると一層香りが引き立ちます



いちろうこ(静岡県・静岡市)

**157 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 255円(税275円) 通常税込290円  
すりけそうだら(アメリカ、北海道)、青のり(静岡県)

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)

**163 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

野菜の食感と甘みを生かしました



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**164 7種の野菜揚げ**  
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 315円(税340円) 通常税込350円  
すりけそうだら(北海道)

うどんの具、炒め物にも



いちろうこ(静岡県・静岡市)

**158 小判揚**  
すりけそうだらのすり身を使った小判型のさつま揚げ。香ばしく揚がった魚肉の旨味をお楽しみください。

冷 5枚150g 348円(税376円) 通常税込396円  
すりけそうだら(アメリカ、北海道)

サツとあぶって香ばしく



いちろうこ(静岡県・静岡市)

**159 桜えび入り揚かまぼこ**  
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 518円(税559円) 通常税込570円  
桜えび(静岡県)

常備して便利



山九水産(山口県・長門市)

**160 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322円) 通常税込348円  
魚肉(国内産)

化学調味料・保存料は不使用



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**165 チヂミ風さつま揚げ**  
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。

凍 3枚126g 296円(税320円) 通常税込342円  
すりけそうたら(北海道)

汁物、餃子、春巻きなど揚げ物に調理例



高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**166 えびしんじょすり身**  
天然えびを80%近く使用。高級感のある料理素材として幅広く使えます。

凍 150g 435円(税470円) 通常税込490円  
えび(インドネシア)



ラン子におめでとう♪

あっさり味のかけ汁で食べる  
**甘辛肉うどん**

◆材料(2人分)  
うどん……………2食  
豚バラスライス……………250g  
(食べやすい大きさに切る)  
半熟卵……………2個  
酒……………大2  
砂糖……………小2.5  
醤油……………大1と小1/2  
和風だし一番……………小1/3

【かけ汁】  
白だし……………大2  
醤油……………大1

◆作り方  
① 小鍋に250mlの湯を沸かし、豚肉と○を入れて中火で5分煮る。アクが出たら取り除く。●も加えて少し火を強め、煮汁が殆どなくなるまで10分ほど煮つめる。  
② 鍋に400mlの湯を沸かし、かけ汁の材料を入れて、うどんのかけ汁を作る。茹で上がったうどんにかけて、①と半熟卵、お好みでネギを乗せる。

7月の29の日!  
肉の日  
29日

232円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**167 茨城県産ローズポークバラスライス**  
厚さ3~3.5mm。  
冷蔵 賞届いて4日

250g **536円(税込579円)** 通常税込595円  
茨城県

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

**168 やさとの半熟たまご(温玉)**  
非遺伝子組換え飼料で育てたやさと産直卵を温泉たまごにしました。  
冷蔵 賞届いて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

手羽先の照り焼き!  
**特**

155円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**169 つくば茜鶏 手羽先**  
ゼラチン質に富み、コクのある部位。  
凍結 賞届いて4日

300g **430円(税込464円)** 通常税込475円  
茨城県

手羽元のさっぱり煮!  
**特**

155円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**170 つくば茜鶏 手羽元**  
唐揚げやすूप煮に。  
凍結 賞届いて4日

300g **430円(税込464円)** 通常税込475円  
茨城県

手羽中と大根の甘煮!  
**特**

211円/100g

秋川牧園(山口県・山口市)

**171 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。  
凍結 賞届いて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**

- ・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!
- ・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。

230円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**172 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 **638円(税込689円)** 通常税込700円  
茨城県

310円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**173 茨城県産ローズポークローズしゃぶしゃぶ**  
きめが細かく脂が程よく入ったローズ肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。  
冷蔵 賞届いて3日

300g **860円(税込929円)**  
茨城県

262円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**174 茨城県産ローズポーク肩ローズスライス**  
ローズポークを肩ローズスライスにしました。炒め物や豚汁の具材に!  
冷蔵 賞届いて4日

250g **607円(税込656円)**  
茨城県

228円/100g **特**

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

285円/100g **特**

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ローズしょうが焼**  
きめが細かく脂が程よく入ったローズ肉を、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 **660円(税込713円)**  
茨城県

257円/100g **特**

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肩ローズ切身**  
赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。  
冷蔵 賞届いて4日

2枚200g **475円(税込513円)**  
茨城県

165円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**178 茨城県産ローズポーク徳用小間切**  
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

203円/100g **特**

常総生協 オリジナル

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。  
冷蔵 賞届いて14日 米大 小

250g **470円(税込508円)**  
豚肉(茨城県)

162円/100g **特**

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 **450円(税込486円)** 通常税込497円  
茨城県

富産担当 今週のイチオシ!  
**特**

164円/100g **特**

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挽肉**  
赤身率は8割です。  
凍結 賞届いて30日

300g **455円(税込491円)** 通常税込502円  
茨城県

232円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**184 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 賞届いて4日

400g **860円(税込929円)**  
神奈川県

241円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**185 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 賞届いて4日

200g **445円(税込481円)**  
神奈川県

249円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**186 丹沢高原豚バラスライス**  
脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。  
冷蔵 賞届いて4日

200g **460円(税込497円)**  
神奈川県

184円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**182 丹沢高原豚もつ stamina 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。  
凍結 賞届いて120日 米大

200g **341円(税込368円)** 通常税込390円  
豚モツ(神奈川県)

377円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**183 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 賞届いて4日

200g(5~6切) **698円(税込754円)** 通常税込794円  
神奈川県

297円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**187 丹沢高原豚ローズ切身**  
きめが細かく脂が程よく入ったローズ肉。厚さ1cm。  
冷蔵 賞届いて4日

2枚200g **549円(税込593円)**  
神奈川県

232円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**188 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 賞届いて4日

200g **430円(税込464円)**  
神奈川県

299円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**189 丹沢高原豚ローズ味噌漬**  
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ズを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。  
冷蔵 賞届いて6日 米大 小  
(固形量約80g×2)

200g **554円(税込598円)**  
豚肉(神奈川県)

220円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**190 丹沢高原豚豚こま生姜焼き用(味噌)**  
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込みました。共に、野菜を加えて炒めても。  
冷蔵 賞届いて5日 米大 小

200g **407円(税込440円)**  
豚肉(神奈川県)

195円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**191 丹沢高原豚小間切**  
各部位から集めています。  
冷蔵 賞届いて4日

200g **360円(税込389円)**  
神奈川県

192円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**192 丹沢高原豚豚挽肉**  
赤身率8割以上の挽肉。  
冷蔵 賞届いて4日

200g **355円(税込383円)**  
神奈川県

176円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

**193 豚挽肉(バラ凍結)**  
赤身率8割です。  
凍結 賞届いて90日

400g **650円(税込702円)**  
茨城県

**鶏肉**

- ・つくば茜鶏:動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼鶏です。Non-GMO、PHFの飼料を与えます。飼育期間は約70日(一般的には55日)。

7月4日より茜鶏関係の賞味期限は365日に なります

172円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市)

**194 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 賞届いて4日

250g **398円(税込430円)**  
茨城県

239円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市)

**195 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。  
凍結 賞届いて4日

250g **554円(税込598円)**  
茨城県

239円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市)

**196 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。  
凍結 賞届いて4日

250g **554円(税込598円)**  
茨城県

250円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市)

**197 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。  
凍結 賞届いて4日

250g **578円(税込624円)**  
茨城県

116円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**198** 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 250g **268円** (税込 **289円**)

茨城県

168円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**199** つくば茜鶏 挽肉

ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

凍 250g **389円** (税込 **420円**)

茨城県

## 牛肉

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

464円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**200** 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

凍 170g **730円** (税込 **788円**)

鹿児島県

カンタン

## 手作りキムチ牛丼!



◆材料(2人前)

牛切り落とし……………200g  
 玉ねぎ……………1/2個  
 しめじ……………1房  
 白菜キムチ……………100g  
 「砂糖……………大1  
 酒……………大1  
 A 醤油……………大2  
 コチュジャン……………小1~2  
 にんにく… 1かけ(すりおろす)  
 油……………適宜  
 ご飯……………茶碗2杯  
 レタス……………1/4玉  
 葉ねぎ……………適宜

◆作り方

- 1 玉ねぎは薄切り、しめじは小房に分け、キムチは1cm幅に切り、葉ねぎは小口切りにする。レタスは食べやすい大きさにちぎる。Aを混ぜ合わせておく。
- 2 フライパンに油を熱し、玉ねぎとしめじを炒める。
- 3 火が通ったら牛肉を加え、色が変わったらAとキムチを加える。
- 4 ご飯にちぎったレタス、③をのせ、葉ねぎを散らす。

519円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**201** 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。

凍 200g **960円** (税込 **1037円**)

鹿児島県

612円/100g



能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

**202** 牛モモ・バラ 切り落とし

旨味がたっぷり入っている牛モモ・バラ肉を切り落としにしました。

凍 300g **1700円** (税込 **1836円**) 通常税込 **1999円**

大阪府

470円/100g



能勢農場 (大阪府・能勢町) 能勢食肉センター

**203** 牛ミンチ

2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。

凍 200g **870円** (税込 **940円**)

大阪府

349円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**204** 国産牛モモスライス

モモ肉を2~3mm程度にスライス。

凍 170g **550円** (税込 **594円**)

福岡県、大分県

431円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

**205** 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 200g **798円** (税込 **862円**) 通常税込 **896円**

茨城県

301円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**206** 国産牛小間切

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。

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

福岡県、大分県

216円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**207** 国産牛挽肉

ホルスタイン種を100%使用。赤身ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 200g **400円** (税込 **432円**)

福岡県、大分県

## 畜産加工品

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

次回、鎌倉ハム特集を掲載予定



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**208** 鎌倉あらびき ウィナー×2

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

冷 85g×2 **348円** (税込 **376円**)

豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**209** 鎌倉あらびき ウィナー×3

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

冷 85g×3 **510円** (税込 **551円**) 通常税込 **562円**

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**210** 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 200g **380円** (税込 **410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)

**211** 鎌倉ボンレスハム スライス×2

合成添加物を使わない成形ハム。お徳な2パック組です。

冷 60g×2 **450円** (税込 **486円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**212** 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。

冷 85g×2 **640円** (税込 **691円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.5 <4.7



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

**213** 丹沢農場の皮なし ノンスパイスウインナー

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

冷 120g **278円** (税込 **300円**)

豚肉(国内産)



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

**214** 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。

冷 120g **278円** (税込 **300円**)

豚肉(国内産)



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

**215** 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、香辛料のみで自然な味に仕上げてあります。

冷 100g **398円** (税込 **430円**)

豚肉(神奈川県)



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

**216** 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。

冷 100g **380円** (税込 **410円**)

豚肉(国内産)



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

**217** 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。

凍 80g×2 **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **556円**

豚肉(国内産)



秋川牧園 (山口県・山口市)

**218** サラダチキン(プレーン)

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。自然か流水解凍で、お好みのサイズに切り分けてお召上がりください。

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

鶏肉(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。



サツラク農協 (北海道・札幌市)

**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



サツラク農協 (北海道・札幌市)

**3** 500ml **146円** (税込 **158円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

## ジャム

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

味噌汁はP14ではちみつはP16で掲載中です



松永農園 (静岡県・静岡市)

**219** 松永さんの フラッペジャム(いちご)

果肉感を残したフルーツソース。かき氷やヨーグルト、パンケーキのソース、炭酸水で割っても楽しめます。

冷 230g **520円** (税込 **562円**) 通常税込 **572円**

いちご(静岡県)



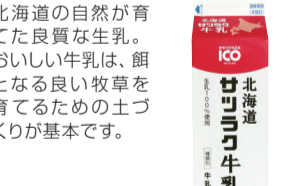
松永農園 (静岡県・静岡市)

**220** 松永さんの フラッペジャム(キウイ)

自園で育てたキウイを使ったフルーツソース。かき氷やヨーグルトのソース、炭酸水で割っても。

冷 230g **520円** (税込 **562円**) 通常税込 **572円**

キウイ(静岡県)



サツラク農協 (北海道・札幌市)

**4** 1ℓ **250円** (税込 **270円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4



北海道酪農公社 (北海道・江別市)

**5** 1ℓ **219円** (税込 **237円**)

生乳(北海道)



カフエインレスです

**223** カフエインレス よつ葉カフェオレ

北海道十勝産生乳をたっぷり60%以上使用(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。

冷 1ℓ **277円** (税込 **299円**)

生乳(北海道)



増田商店 (千葉県・八街市)

**609** 香るピーナッツクリーム(スイートタイプ)

落花生100%のピーナッツクリーム(加糖タイプ)です。

冷 230g **740円** (税込 **799円**)

落花生(千葉県) [放] 不検出 <4.1 <4.2



増田商店 (千葉県・八街市)

**221** 香るピーナッツクリーム(無糖)

落花生100%のピーナッツクリーム(無糖タイプ)です。

冷 230g **740円** (税込 **799円**)

落花生(千葉県) [放] 不検出 <4.1 <4.2



デイリーフーズ(長野県・坂城町)

**222** 黒ごまペースト

黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。原材料にはちみつを含みます。

冷 145g **420円** (税込 **454円**)

ごま(ミャンマー、他)



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 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 10個 **257円** (税込 **278円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

**契約「やさとの仲間」平飼卵**

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

冷 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。

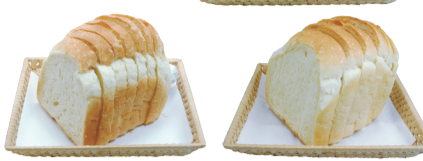


## 自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)

※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) **バンド・ミ(食パン) 1斤** 賞届いて1~2日 小 224 6枚 270円(税込292円)
- 225** 8枚 270円(税込292円)
- 226** ノースライス 260円(税込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(税込459円)
- 228** ノースライス 415円(税込448円)



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

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.7

### ロングウイナーと一緒に!



- 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(税込324円)

- 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(税込324円)

- ※イメージ 鎌倉粗挽 ロングウイナー 野菜と一緒にドッグパンにはさんで。 賞届いて10日 27g×5 280円(税込302円)

### 地元で愛されるパン屋 クーロンヌ



- 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 **232** 半斤3枚 140円(税込151円)
- 233** 1斤6枚 270円(税込292円)

- 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 **234** 1斤8枚 270円(税込292円)
- 235** ノースライス 265円(税込286円)

- 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 **236** クーロンヌの角形食パン サンドイッチ用 自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもっちり食感とクセない味わいに仕上げました。 賞届いて2日 乳 小 1斤10枚 270円(税込292円)

### 地元のお店 いばらきベーグル



- 浅野さんの人参を 使いました **237** 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 184円(税込199円) 通常税込210円



- 238** 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 200円(税込216円) 通常税込227円



- いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入 **239** 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(税込180円)



- いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入 **240** 抹茶ベーグル 原材料:小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、抹茶、粗精糖、天日塩、天然酵母 凍 賞30日 米 小 1個 194円(税込210円)



- いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入 **241** 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の風味豊かなベーグルに仕上げました。 凍 賞30日 米 小 1個 230円(税込248円)



- 冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK! **242** フ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 凍 賞180日 卵 乳 大 小 約65g×6 675円(税込729円)



- 冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK! **243** 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(税込497円)



- 冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK! **244** ママンモチモチ手のぼしナン 手のぼしで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。 凍 賞210g(3枚入り) 小 300円(税込324円) 通常税込356円

### レンジ等で加熱してからお召し上がりください!



- 賞35日 米 小 創健社(神奈川県・横浜市) **245** あん入り 3個 450円(税込486円)
- 246** あんなし 3個 440円(税込475円)



- 賞60日 米 小 サンコー(愛知県・豊橋市) **247** あん入り 3個 370円(税込400円)
- 248** あんなし 3個 362円(税込391円)



- 賞60日 米 小 国産小麦100%原料由来の小麦粉、焙煎発芽玄米粉使用。 **249** あん入り 3個 370円(税込400円)
- 248** あんなし 3個 362円(税込391円)

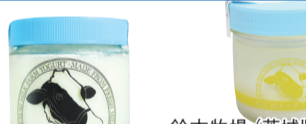
### From 石岡・鈴木牧場

-binは再利用しますので必ずご返却ください

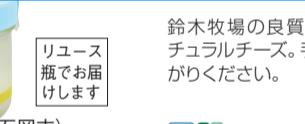
ノンホモの生乳を原料に自家プラントで作ったなめらかでやさしい味のヨーグルト。



- 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて10~11日 乳 **249** プレーン 400g 361円(税込390円)
- 250** 微糖 400g 370円(税込400円)



- 鈴木牧場(茨城県・石岡市) **251** 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。 賞届いて7~11日 乳 100g 498円(税込538円)



- 鈴木牧場(茨城県・石岡市) **252** プレーン 30g 181円(税込195円)
- 253** ペッパー 30g 190円(税込205円)



- 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 鈴木牧場(茨城県・石岡市) **254** タマゴプリン 牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固めています。凝固剤、安定剤不使用。 賞14日 卵 乳 85g×3 248円(税込268円)

### 牛乳屋さんの蒸しプリン♪



- 茨城乳業(茨城県・石岡市) **254** タマゴプリン 牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固めています。凝固剤、安定剤不使用。 賞14日 卵 乳 85g×3 248円(税込268円)



- 日本生活協同組合連合会 **255** 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(税込192円)

### 組合員のみなさんに お願いです

夏休みに入ると学校給食などの牛乳消費が落ち込み、特に北海道で余剰気味になります。加工に回すなどの工夫もしていますが限界があります。ぜひ「みんなの1パック」で利用を支援してください。(乳製品担当)



- サツラク農協(北海道・札幌市) **256** 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×3 202円(税込218円) 通常税込229円



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **257** 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(税込248円)



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **258** のむヨーグルト(やさしい甘さ)2本組 乳原料は100%北海道産。乳原料の美味しさに自信があるからこそこのシンプルな素材で作りました。微糖タイプ。 賞21日 乳 250g×2 330円(税込356円) 通常税込380円



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **259** 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。 賞120日 乳 30g×2 350円(税込378円) 通常税込402円



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **260** 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。ほのかな酸味が特徴です。 賞120日 乳 30g×2 352円(税込380円) 通常税込402円



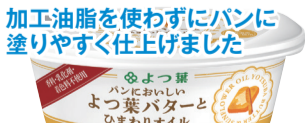
- よつ葉乳業(北海道・音更町) **261** よつ葉北海道十勝スモークチーズ 十勝産チェダーチーズ100%を国産桜チップで燻製。子供でも食べやすいひと口サイズ。おやつ、おつまみに。 賞180日 乳 45g 210円(税込227円)



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **262** 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 120g(8個) 446円(税込482円)



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **263** 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 288円(税込311円) 通常税込322円



- よつ葉乳業(北海道・音更町) **264** パンにぬりやすいバター&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(税込322円)

### 腸から始まる明日の健康



- 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 **265** 腸内活性ヨーグルメイト(加糖) 380g 550円(税込594円)



- ホリ乳業(石川県・金沢市) **266** 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。ヒト由来の有効生腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。 賞届いて9~10日 乳 90g×3 465円(税込502円)

文字通り ふわふわ・もちり♪



原材料:小麦粉(国内製造)、食塩、小麦たんぱく

金子製麺(神奈川県・中井町)

267 ふわふわもちもちむっちりうどん

国産小麦を使用したゆで済みの生うどんです。ふわふわ、モチモチとした食感です。茹で時間約1分。

200g x 2 268円(税込289円) 通常税込299円

夏の昼食に



地粉、契約卵を練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みできゅうり、ハム、卵などを添えて。

金子製麺(神奈川県・中井町)

268 あしがら車屋冷やし中華(2食入)

麺120g x 2 スープ745g x 2 368円(税込397円) 通常税込410円

たまには生麺でラーメン屋さん気分♪



共生食品(神奈川県・相模原市)

269 内麦生ラーメン味噌(3食入)

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

麺120g x 3 スープ36g x 3 344円(税込372円) 通常税込383円

もっと手軽に 畑の肉 大豆たんぱくを摂ろう

270 味付うの花料理 丸和食品(東京都・練馬区)

丸和豆腐のおからに人参、ねぎ、油揚げ、椎茸、ごぼう、青豆など具だくさんにして、かつおだしで味付け。

273 豆腐からあげ 丸和食品(東京都・練馬区)

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。

150g 260円(税込281円) 通常税込297円

271 味付なり揚げ 丸和食品(東京都・練馬区)

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。

274 枝豆がんも 丸和食品(東京都・練馬区)

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。

10枚 383円(税込414円) 通常税込427円

272 お好み風がんも 丸和食品(東京都・練馬区)

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。さつと焼いても、煮物でも。

275 黒大豆てんべ 登喜和食品(東京都・府中市)

北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させました。テンペ菌の作用で大豆そのものよりも栄養がUPしています。

5個入 255円(税込275円) 通常税込292円

使い切り少量パック



276 ミニもめん豆腐 丸和食品(東京都・練馬区)

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

150g x 2 180円(税込194円) 通常税込219円



277 ミニきぬ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区)

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

150g x 2 175円(税込189円) 通常税込219円



278 もめん豆腐 丸和食品(東京都・練馬区)

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

300g 176円(税込190円) 通常税込219円



279 きぬ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区)

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。

300g 165円(税込178円) 通常税込219円



280 だだちゃ豆入寄せ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区)

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。

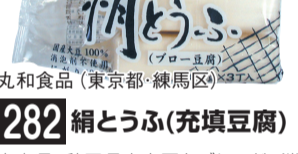
200g 275円(税込297円) 通常税込327円



281 有機国産大豆寄せ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区)

秋田県産有機大豆と海水にかりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

100g x 2 240円(税込259円) 通常税込299円



282 絹とうふ(充填豆腐) 丸和食品(東京都・練馬区)

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。

300g x 3 395円(税込427円) 通常税込477円



283 厚揚げ 丸和食品(東京都・練馬区)

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

90g x 2 155円(税込167円) 通常税込197円



284 油揚げ 丸和食品(東京都・練馬区)

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

3枚 165円(税込178円) 通常税込219円



285 豆乳 丸和食品(東京都・練馬区)

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。

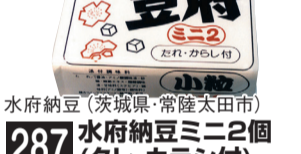
300cc 210円(税込227円) 通常税込277円



286 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付) JAやさと(茨城県・石岡市)

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。

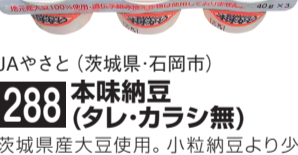
35g x 3 148円(税込160円) 通常税込197円



287 水府納豆ミニ2個(タレ・カラシ付) 水府納豆(茨城県・常陸太田市)

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。

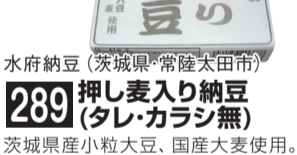
40g x 2 100円(税込108円) 通常税込137円



288 本味納豆(タレ・カラシ無) JAやさと(茨城県・石岡市)

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

40g x 3 140円(税込151円) 通常税込197円



289 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無) 水府納豆(茨城県・常陸太田市)

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。

40g x 2 165円(税込178円) 通常税込219円



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

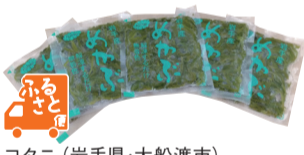
北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。

40g x 2 184円(税込199円) 通常税込247円

日配品 海藻・麺類

291 冷凍きざみめかぶ(若手県産) 若手県産で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、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。

40g x 5パック 338円(税込365円) 通常税込427円



292 すぐに使える生わかめ(若手県産) 若手県産で、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。

40g x 5パック 390円(税込421円) 通常税込477円



293 洗いもすく 浜食(東京都・調布市)

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

200g 240円(税込259円) 通常税込299円



294 生芋あく抜きこんにゃく 鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

昔ながらの缶詰し製法で作られたこんにゃくです。

220g 140円(税込151円) 通常税込197円



295 生芋あく抜きしらたき 鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

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。

180g 140円(税込151円) 通常税込197円



296 有機味付玉こんにゃく 味付けは、カツオの節と醤油、砂糖のみ。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。

6個入 198円(税込214円) 通常税込257円



297 煮豆 黒豆(雁喰豆) 菊田商店(東京都・練馬区)

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。

150g 368円(税込397円) 通常税込410円



298 甘口昆布 仁徳(千葉県・船橋市)

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。

80g 225円(税込243円) 通常税込297円



299 菊田煮豆小袋セット 菊田商店(東京都・練馬区)

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。

40g x 5種 440円(税込475円) 通常税込527円



299 菊田煮豆小袋セット 菊田商店(東京都・練馬区)



300 三陸産カットくきわかめ リアス(千葉県・船橋市)



301 石巻十三浜絆わかめ リアス(千葉県・船橋市)



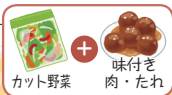
302 石巻十三浜絆生切り昆布 リアス(千葉県・船橋市)



302 石巻十三浜絆生切り昆布 リアス(千葉県・船橋市)



302 石巻十三浜絆生切り昆布 リアス(千葉県・船橋市)



# 包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

## グリーンリーのミールキットはココが違う!

自社農場を中心とした新鮮な野菜

製造工場のすぐ隣に自社農場があり、とれたての野菜をその日のうちにカット・袋詰めします。野菜の洗浄時に使う「水」は敷地内を流れる赤城山の水脈を利用し、赤ちゃんをお風呂に入れてあげるように、パブリック洗浄で丁寧におこないます。\*できるだけとれたての野菜でミールキットを提供したい\*というグリーンリーのこだわりが随所に現れています。



### 肉厚なイカにあんかけを絡めて



**調理時間** 約15分 **準備品** 卵2個・片栗粉大さじ1・油  
セット内容: カット野菜(白菜、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、きくらげ、水煮たけのこ)、漬魚(アカイカ)  
食塩相当量: 3.9g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 303 アカイカとたっぷり野菜あんかけ

国産の柔らかく肉厚なイカに特製タレを合わせました。野菜もたっぷりで、ご飯とも相性抜群です。  
アカイカ・白菜 (国内産)  
冷蔵届いて1~2日 卵米大  
2人前(約390g) **798円**(税込 **862円**) 通常税込 **940円**

### 黒酢で味に深みをプラス



**調理時間** 約6分 **準備品** 油  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉  
食塩相当量: 1.21g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 304 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  
2人前(約410g) **899円**(税込 **971円**)  
玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

### たっぷり野菜のスタミナ炒め



**調理時間** 約6分 **準備品** 油  
セット内容: カット野菜(チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ)、タレ漬豚肉  
食塩相当量: 3.1g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 305 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  
2人前(約440g) **940円**(税込 **1015円**)  
チンゲン菜 (国内産)、豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

### 豆腐入りでふんわり食感



**調理時間** 約5分 **準備品** 油  
セット内容: 具材入りタレ(豆腐団子)、玉ねぎ、ピーマン、人参、水煮たけのこ  
食塩相当量: 1.5g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 306 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

新鮮な野菜と豆腐団子甘酢ソースのセットです。下処理、カット済みなので、フライパンで調理できます。  
冷蔵届いて1~2日 卵米大  
2人前(約450g) **890円**(税込 **961円**)  
豆腐・玉ねぎ (国内産)

### 甘辛みそタレでご飯がすすむ



**調理時間** 約6分 **準備品** 油  
セット内容: タレ漬豚肉、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) 2人前

### 307 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  
2人前(約360g) **900円**(税込 **972円**)  
キャベツ (国内産)、豚肉 (香川県、徳島県)

### もっちり麺がピリ辛スープに絡む



調理時間 約6分 準備品 油  
セット内容: カット野菜(にら、人参)、麺×2袋、坦々の素、単品もやし、スープ  
食塩相当量: 7.87g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 308 半日分の野菜が摂れる担々麺

新鮮な野菜とごまの風味たっぷりの担々の素に、もっちり麺と濃厚なスープがセットになりました。  
冷蔵届いて1~2日 卵米大  
2人前(約490g) **1130円**(税込 **1220円**)  
小麦粉 (神奈川県)、にら (国内産)

### 餃子と野菜のハーモニー



調理時間 約5分 準備品 水900ml  
セット内容: 水餃子12個、カット野菜(白菜、ねぎ、人参、玉ねぎ、きくらげ)、スープ  
食塩相当量: 11.1g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 309 白湯水餃子スープ(国産きくらげ入り)

新鮮でおいしい野菜と餃子のセットです。下処理カット済みなので、お鍋一つで手軽に調理できます。  
冷蔵届いて1~2日 米大  
2人前(約440g) **810円**(税込 **875円**)  
白菜 (国内産)

### シャキシャキ野菜がたっぷり



調理時間 約10分 準備品 油  
セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ  
食塩相当量: 2.1g  
やさと農業協同組合 (茨城県・石岡市) 2人前

### 310 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と豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。  
冷蔵届いて1~2日 米大  
2人前(約630g) **760円**(税込 **821円**)  
小松菜 (国内産)

### 炒め料理の定番がこれ一つで!



調理時間 約5分 準備品 油  
セット内容: カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参)、タレ漬豚肉  
食塩相当量: 1.4g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 311 国産豚の野菜炒め

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。スタミナ肉入りソースはご飯との相性バッチリ。  
冷蔵届いて1~2日 卵米大  
2人前(約510g) **965円**(税込 **1042円**)  
キャベツ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

### タケノコと豚肉のハーモニー



調理時間 約6分 準備品 油  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉  
食塩相当量: 3.1g  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

### 312 国産野菜の青椒肉絲

国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパンひとつで簡単に青椒肉絲が出来上がります。  
冷蔵届いて1~2日 卵米大  
2人前(約320g) **940円**(税込 **1015円**)  
玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

### フライパンや鍋ひとつでできちゃう

### 町のお肉屋さん懐かしい味わい

大進食品(神奈川県・横浜市) **313** 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 卵米大  
60g×5 **380円**(税込 **410円**)  
じゃがいも (北海道) 5個入

### ピリッと辛いコリコリ食感が癖になります

秋川牧園(山口県・山口市) **314** 砂肝 ゆずこしょう炒め  
若鶏の砂肝をスライスし、ゆずこしょうと醤油ベースの特製タレにつけました。解凍後フライパンで炒めて。  
凍 米大  
120g **247円**(税込 **267円**)  
鶏肉 (山口県、他)

### まろやか&スパイスもじつかり

秋川牧園(山口県・山口市) **315** 骨付きタンドリーチキン  
秋川牧園のプレーンヨーグルトをベースにカレー味のソースを絡めた手羽元。オーブンかフライパンで焼いて。  
凍 米  
500g **653円**(税込 **705円**) 通常税込 **725円**  
鶏肉 (国内産)

### 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) **316** 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 卵米大  
340g **444円**(税込 **480円**) 通常税込 **500円**  
鶏肉 (国内産)

### フライパンで焼くいわしごま電田

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) **317** フライパンで焼くいわしごま電田  
真いわし(国内産) 6~9枚 **398円**(税込 **430円**)

### 別添たれ付き

三米商店(静岡県・浜松市) **318** フライパンでできる白身魚の蒲焼風  
北海道産のすけそうだらをカットし、パリッと仕上がるでんぶん主体の粉をまぶしました。甘めのタレ付き。  
凍 180日 米大  
210g(粉付魚180g+タレ30g) **498円**(税込 **538円**)  
すけそうだら (北海道)

### さんま梅サンド

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) **319** さんま梅サンド  
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。  
凍 180日 小  
6~8個140g **398円**(税込 **430円**)  
さんま (国内産)

### さんまとあおさのおかか焼き

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) **320** さんまとあおさのおかか焼き  
国産さんまを三枚におろし、照焼風のタレで下味を付けました。仕上げに鰹節、あおさ海苔をまぶしました。  
凍 180日 米大  
10~14枚140g **398円**(税込 **430円**)  
さんま (国内産)

### ごはんがすすむ! さんま蒲焼(タレ付)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) **321** ごはんがすすむ! さんま蒲焼(タレ付)  
主に北海道沖で漁獲したさんまを半分に切り、国産小麦粉をまぶし蒲焼用のタレを添付しました。  
凍 180日 米大  
8~10枚140g+タレ50g **380円**(税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
さんま (国内産)

### さば味噌煮 2袋

鳴門魚類(徳島県・鳴門市) **322** 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 30日 米大  
(片身1枚2切) ×2 **520円**(税込 **562円**)  
さば(長崎県、佐賀県)

### 国産原料にこだわったお徳用春巻

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) **323** 国産原料にこだわったお徳用春巻  
豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。  
凍 米大  
14本420g **437円**(税込 **472円**)  
小麦 (国内産)

### 一つひとつ丁寧に手作りで作っています

飛鳥食品(東京都・江戸川区) **324** 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 120日 卵米大  
15個250g **494円**(税込 **534円**)  
小麦 (国内産)、えび(ベトナム)

### ジュージューで食べ応えのある大きさと美味しさ

日岡商事(兵庫県・加古川市) **325** ジャンボ餃子  
国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 米大  
45g×5個 **343円**(税込 **370円**)  
キャベツ・豚肉・玉葱 (国内産)

### ヨコハマの餃子

大進食品(神奈川県・横浜市) **326** ヨコハマの餃子  
国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。  
凍 卵米大  
18g×25 **568円**(税込 **613円**)  
豚肉 (国内産) [放] 不検出<3.3<4.0

### 今週はマムのチラシも配布中!

- 一口餃子
- 国産野菜の春巻き
- グラタン3種
- カレー・菓子
- 惣菜プレート など

ご覧ください

8月から値上げとなります



**327 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 米 大 小  
70g×2、たれ・山椒付 **2118円** (税込 **2287円**) 通常税込 **2408円**  
うなぎ (愛知県)

原材料は国産小麦粉と食塩のみ



日岡商事 (兵庫県・加古川市)  
**328 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 米 大 小  
200g×3玉 **435円** (税込 **470円**)  
小麦粉 (国内産)

特 しっかり味で生姜がきいています



マストミ (徳島県・徳島市) 2食入  
**329 神山鶏やわらか揚げ親子丼の素**  
徳島県の山間部で放し飼いをされた神山鶏を使用。内袋ごと湯煎して鍋にかけ、溶き卵を加えれば親子丼が完成。  
凍 米 大 小  
160g×2 **477円** (税込 **515円**) 通常税込 **535円**  
鶏肉 (徳島県)

特 鰹、昆布ダシの関西風つゆです



ニッキーフーズ (大阪府・大阪市) 2食入  
**331 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。  
凍 米 大 小  
2食 556g **341円** (税込 **368円**) 通常税込 **378円**  
わかめ (韓国)

特 ごまの旨味と香辛料がマッチしています



ニッコー (神奈川県・大和市) 1食225g (麺130g)  
**332 汁なし担々麺**  
白と黒のごまをブレンドし唐辛子や花椒との交わり方がマイルド。タレと絡みやすい縮れ麺を使用。レンジで。  
凍 卵 米 大 小  
1食225g (麺130g) **384円** (税込 **415円**) 通常税込 **435円**  
小麦 (国内産)

お弁当におかず



マストミ (徳島県・徳島市) 6個入  
**333 神山鶏の塩麹竜田**  
自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏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。  
凍 米 大 小  
150g **402円** (税込 **434円**)  
鶏肉 (徳島県)

特 夏休みも大活躍!




佐井村漁協 (青森県・佐井村) 100g  
**330 津軽海峡 鮭フレーク**  
鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料: 秋鮭、菜種油、食塩  
冷 米 大 小  
100g **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **562円**  
秋鮭 (青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

特



飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 12個入  
**338 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、ふくらませました。蒸すか、レンジで加熱して。  
凍 米 大 小  
12個180g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **451円**  
すけとうだら (北海道)、えび (ベトナム)

特



マストミ (徳島県・徳島市) 130g  
**339 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 米 大 小  
1食225g (麺130g) **384円** (税込 **415円**) 通常税込 **435円**  
小麦 (国内産)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 8個入  
**340 鶏さぼろハンバーグ**  
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 米 大 小  
26g×8 **400円** (税込 **432円**)  
鶏肉 (国内産)

特 トースターで表面がカリッとするとに焼くと美味



マストミ (徳島県・徳島市) 200g  
**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 米 大 小  
200g **435円** (税込 **470円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 12個180g  
**337 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 米 大 小  
12個180g **403円** (税込 **435円**)  
豚肉 (国内産)

特



マストミ (徳島県・徳島市) 200g  
**336 鶏のから揚げ**  
無投薬の神山鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかくジューシーな唐揚げ。レンジかトースターで温めて。  
凍 米 大 小  
200g **480円** (税込 **518円**)  
鶏肉 (徳島県)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 8個入  
**341 ソースたっぷりひとくちまぐろカツ**  
光食品のウスターソース使用。揚げたての鯖カツをくぐらせ、たっぷり浸み込ませました。弁当やお弁当に。  
凍 米 大 小  
130g **394円** (税込 **426円**) 通常税込 **451円**  
ピンチョウマグロ (太平洋)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 200g  
**342 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 米 大 小  
200g **421円** (税込 **455円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 5袋250g  
**343 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 米 大 小  
200g **426円** (税込 **460円**)  
鶏肉 (国内産)

特



マストミ (徳島県・徳島市) 3個入  
**345 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がりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。  
凍 米 大 小  
3個210g **434円** (税込 **469円**)  
大豆・鶏肉 (国内産)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 2個入  
**346 ふわふわ豆腐煮込みハンバーグ**  
豆腐ハンバーグをイタリア産のバルサミコ酢を使って作った酸味の少しいた甘酢ソースで煮込みました。  
凍 米 大 小  
90g×2 **358円** (税込 **387円**) 通常税込 **407円**  
大豆・鶏肉 (国内産)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 150g  
**347 チキンソースカツ**  
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。  
凍 米 大 小  
150g **407円** (税込 **440円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 6本150g  
**348 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。鎌倉ハムのウイナー使用。レンジで温めて。乳・卵不使用。  
凍 米 大 小  
6本150g **400円** (税込 **432円**)  
鶏肉 (国内産)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 2個  
**352 南国土佐やまももアイスキャンデー 2個**  
初夏に実る高知県産のやまももを自社工場ですべて加工・搾汁し、自然の彩り鮮やかに仕上げました。  
凍 米 大 小  
80ml×2 **320円** (税込 **346円**)  
やまもも (高知県)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 2個  
**353 苺アイスキャンデー 2個**  
旬の間に収穫された高知県産苺を使用。へた取りから洗浄まで、手作業でひとつひとつ丁寧に仕上げました。  
凍 米 大 小  
80ml×2 **360円** (税込 **388円**)  
いちご (高知県)

特



ニッコー (神奈川県・大和市) 3個入  
**349 オーガニックペンネのトマトソースグラタン**  
濃厚なバターをたっぷり使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用。レンジで温めて。  
凍 米 大 小  
170g×2 **565円** (税込 **610円**)  
小麦 (イタリア)

特



ニッコー (神奈川県・大和市) 5切  
**351 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 米 大 小  
5切 **335円** (税込 **362円**)  
大豆 (国内産)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 110ml  
**354 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 米 大 小  
110ml **190円** (税込 **205円**)  
生乳 (北海道)・レーズン (アメリカ)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 100ml  
**355 黒蜜きなこアイスクリーム**  
国内産黒豆のきなこを使用。自家製黒蜜の落ち着いた甘味と芳醇なきなこの香りがベストマッチした美味しさ。  
凍 米 大 小  
100ml **220円** (税込 **238円**)  
生乳・黒大豆 (国内産)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 150ml  
**356 かき氷 白蜜**  
大きめ氷のかち割り感が魅力のかき氷。  
凍 米 大 小  
150ml **100円** (税込 **108円**)  
てんさい (北海道)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 2個  
**357 南国土佐やまももアイスキャンデー 2個**  
南国高知の果実たっぷり、美味しいアイスです! ご堪能ください  
凍 米 大 小  
80ml×2 **320円** (税込 **346円**)  
やまもも (高知県)

特



ニッコー (神奈川県・大和市) 8個入  
**350 お茶香るミニたい焼き(あずき)**  
生地に国産の緑茶粉末を使用し、自社で炊いた国産小豆使用のあんこを包んだミニたい焼き。自然解凍OK。  
凍 米 大 小  
8個272g **413円** (税込 **446円**)  
小麦粉・小豆・茶 (国内産)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 2個入  
**347 チキンソースカツ**  
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。  
凍 米 大 小  
150g **407円** (税込 **440円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 2個  
**347 チキンソースカツ**  
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。  
凍 米 大 小  
150g **407円** (税込 **440円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 2個  
**347 チキンソースカツ**  
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。  
凍 米 大 小  
150g **407円** (税込 **440円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特




秋川牧園 (山口県・山口市) 2個  
**347 チキンソースカツ**  
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。  
凍 米 大 小  
150g **407円** (税込 **440円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



秋川牧園 (山口県・山口市) 2個  
**347 チキンソースカツ**  
厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。  
凍 米 大 小  
150g **407円** (税込 **440円**)  
鶏肉 (山口県、他)

特



大進食品 (神奈川県・横浜市) 170g×2  
**349 オーガニックペンネのトマトソースグラタン**  
濃厚なバターをたっぷり使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用。レンジで温めて。  
凍 米 大 小  
170g×2 **565円** (税込 **610円**)  
小麦 (イタリア)

特



ニッコー (神奈川県・大和市) 5切  
**351 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 米 大 小  
5切 **335円** (税込 **362円**)  
大豆 (国内産)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 110ml  
**354 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 米 大 小  
110ml **190円** (税込 **205円**)  
生乳 (北海道)・レーズン (アメリカ)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 100ml  
**355 黒蜜きなこアイスクリーム**  
国内産黒豆のきなこを使用。自家製黒蜜の落ち着いた甘味と芳醇なきなこの香りがベストマッチした美味しさ。  
凍 米 大 小  
100ml **220円** (税込 **238円**)  
生乳・黒大豆 (国内産)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 150ml  
**356 かき氷 白蜜**  
大きめ氷のかち割り感が魅力のかき氷。  
凍 米 大 小  
150ml **100円** (税込 **108円**)  
てんさい (北海道)

特



久保田食品 (高知県・南国市) 2個  
**357 南国土佐やまももアイスキャンデー 2個**  
南国高知の果実たっぷり、美味しいアイスです! ご堪能ください  
凍 米 大 小  
80ml×2 **320円** (税込 **346円**)  
やまもも (高知県)

マルヤス食品のトコゼリー特集!

全品 特価



357 トコゼリーピーチ 2個組
ピーチと数種類の果肉を漬けてゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g x2 350円(税込378円) 通常税込400円
もも(ギリシャ)



358 トコゼリーみかん 2個組
みかんと数種類の果肉を漬けてゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g x2 350円(税込378円) 通常税込400円
みかん(国内産)



359 トコゼリー甘夏 2個組
甘夏と数種類の果肉を漬けてゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g x2 350円(税込378円) 通常税込400円
甘夏(愛媛県)



360 トコゼリーパイナップル 2個組
パイナップルと数種類の果肉を漬けてゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g x2 350円(税込378円) 通常税込400円
パイナップル(タイ)

藤井養蜂場 はちみつドリンク!



16ページにはちみつ特集を掲載しています

身体を温める生姜汁に、はちみつを加えました。お湯で約3倍に割って生姜湯にしたり、焼酎やウイスキーに入れて。

361 はちみつドリンク 生姜 300ml 780円(税込842円) 通常税込864円
生姜(国内産)

国産の柚子を搾り、はちみつを加えた、柚子の香りが爽やかな濃縮タイプの飲料。3倍に薄めてお飲みください

362 はちみつドリンク 柚子 300ml 780円(税込842円) 通常税込864円
柚子(国内産)

井筒ワイン



信州・桔梗ヶ原で農業をほとんど使用せずに栽培されたコンコード種が原料です。甘口。

768 井筒ワイン・コンコード赤甘口 720ml 1240円(税込1364円) 通常税込1375円
ぶどう(長野県)

長野県産マスカットベリーAを100%使用。かすかな渋みとほどよい酸味のきいた、個性的な香りのワイン。

363 井筒ワイン・マスカットベリーA 720ml 1360円(税込1496円) 通常税込1637円
ぶどう(長野県)

信州・桔梗ヶ原で栽培されたナイアガラ種のぶどうで作ったフルーティーなワイン。

769 井筒ワイン・ナイアガラ白辛口 720ml 1240円(税込1364円) 通常税込1375円
ぶどう(長野県)

菓子

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。

次回よりサンコーの一部商品値上げとなります



364 純国産 ポテトチップスのり塩 ノースカラース(北海道・札幌市)

原材料:じゃがいも(国産・遺伝子組換えでない)、ごめ油(米(国産))、食塩(国内製造)、焼のり(国産)

55g 180円(税込194円)
じゃがいも(国内産)



365 純国産 ポテトチップス 柚子 ノースカラース(北海道・札幌市)

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

53g 180円(税込194円)
じゃがいも(北海道)



366 北海道かりんとう ノースカラース(北海道・札幌市)

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仕上げられています。

100g 230円(税込248円)
小麦粉(国内産)



367 純国産 ビスケット ノースカラース(北海道・札幌市)

マーガリン・ショートニング・膨張剤不使用のビスケット。

120g 257円(税込278円)
小麦(北海道)



368 純国産 北海道バタークッキー ノースカラース(北海道・札幌市)

原材料:小麦粉、バター、砂糖大根糖、卵、食塩

2枚x5包 290円(税込313円)
小麦、バター(北海道)

冷やしておいしい!



369 純国産 無添加りんごゼリー ノースカラース(北海道・札幌市)

国産りんご果汁100%の無添加ゼリーです。

11個 295円(税込319円)
てんさい(北海道)、りんご(国内産)



370 カルシウムウエハース300 サンコー(愛知県・豊橋市)

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x12袋) 220円(税込238円) 通常税込248円
小麦(国内産) [放]不検出<0.9<0.9



371 おやつカステラ サンコー(愛知県・豊橋市)

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(三温糖)、鶏卵、植物油(パーム油)、米飴/膨張剤(重曹)

130g 248円(税込268円)
小麦(国内産) [放]不検出<0.9<1.0



372 ふところ餅 プレッシュ紫芋味、抹茶味、珈琲味の4種類 サンコー(愛知県・豊橋市)

もちもちで柔らかい、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子。温めても、そのままでも。

10個 290円(税込313円)
米(国内産)

こだわりのゼリーセット



377 無茶々園 寒天ゼリーセット4種 無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園の柑橘果汁に、種子島産の洗双糖と長野県の無漂白天然寒天を使ったゼリー。温州みかん・伊予柑・甘夏・ジュシーフルーツの4種類。

95g x4種 900円(税込972円) 通常税込1015円
温州みかん・伊予柑・甘夏・ジュシーフルーツ(愛媛県)

シーズン最終



378 小粒水ようかん サンコー(愛知県・豊橋市)

原材料:三温糖、生飴、水飴、蜂蜜、寒天、塩

16g x12 245円(税込265円) 通常税込281円
水飴(国内産) [放]不検出<0.6<0.7

次回より値上げ



373 安納芋ようかん サンコー(愛知県・豊橋市)

原材料:水飴(国内製造)、焼さつまいもペースト(安納芋(鹿児島県))、寒天

58g 129円(税込139円)
水飴(国内産) [放]不検出<0.8<0.8



374 草加せんべい ミックス ムソー(大阪府・大阪市)

原材料:うるち米、ごま、醤油、海苔、麦芽糖、でんぷん

6枚 350円(税込378円)
うるち米(国内産)



375 きなこねじり菓子 創健社(神奈川県・横浜市)

原材料:きなこ、水飴、粗糖、食用植物油(ごめ油)

8本 300円(税込324円)
大豆(国内産)



376 はちみつキャンディー 藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

レンゲ蜂蜜を25%使用し、さっぱりとした甘さに仕上げました。原材料:砂糖、レンゲ蜂蜜、水あめ、麦芽糖

80g 298円(税込322円)
レンゲ蜂蜜(中国)

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。



720 煎茶 かわばた園(静岡県・静岡市)

上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴です。普段用にも。農業無散布。

100g 1200円(税込1296円)
茶葉(静岡県) [放]不検出<3.2<3.4



379 新茶「はしり」 かわばた園(静岡県・静岡市)

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。農業無散布。

50g 1200円(税込1296円)
茶葉(静岡県) [放]不検出<3.4<3.2



733 セイロン紅茶(ティールック) ランカスター(千葉県・千葉市)

品質を追求し、徹底的に無駄を省いた紅茶。組合員の利用によりこの価格が維持されています。

2g x50 430円(税込464円)
紅茶(スリランカ)



380 キャラメルティー(リーフ) ランカスター(千葉県・千葉市)

キャラメルのような甘い香り。あっさり系のお菓子と一緒にどうぞ。農業無散布。

100g 770円(税込832円) 通常税込842円
紅茶・香料(スリランカ)



727 六条麦茶(ティーパック) 常陸屋本舗(東京都・江東区)

国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎り上げた、まろやかな味の麦茶。

10g x5 x8 305円(税込329円)
大麦(国内産)

家族みんなで楽しめます

珈琲専門店が作った「コーヒー牛乳のもと」。牛乳に混ぜるだけで美味しいコーヒー牛乳が出来上がります。牛乳で5倍に希釈して。

381 コーヒー牛乳のもと 南蛮屋(神奈川県・厚木市)

275ml 610円(税込659円) 通常税込670円
インスタントコーヒー(マレーシア)



382 信州生まれの美味しいトマト(無塩) 信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果(まなか)」を100%使用した、食塩無添加のトマトジュース。

190g x20 2200円(税込2376円)
トマト(長野県)



限定40箱

ナガノトマト(長野県・松本市)

500ml 460円(税込497円) 通常税込508円
メトロ(山梨県・南アルプス市)



383 無糖 1000ml 460円(税込497円) 通常税込508円

384 微糖 1000ml 460円(税込497円) 通常税込508円
コーヒー(コロンビア)



想像以上に深煎りで、苦味とコクが強かったけれど、本当に美味しい。少しミルクを入れて飲むと更に美味しく、私はお気に入りです!

やわらかな苦みとフルーティな甘みがバランスよくすっきりとした味わいのオーガニックアイスコーヒーです。



385 寺田本家のマイグルト 寺田本家(千葉県・神崎町)

米と水だけで発酵させた、乳酸菌をたくさん含む発酵飲料。麹が醸した甘みと乳酸菌の酸味が特長。

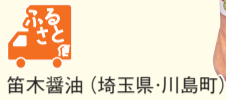
160g 350円(税込378円)
米(千葉県) [放]不検出<3.9<4.0

いつもの商品がお買い得!

冷やし中華に!



ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。



笛木醤油 (埼玉県・川島町)

386 金箔胡麻ドレッシング

390ml 896円(税込) 968円(税込) 998円(税込)

そうめんのつゆとして!



2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただし液。



笛木醤油 (埼玉県・川島町)

387 金箔春夏秋冬だし液

1.2L x2本 1760円(税込) 1900円(税込) 2052円(税込)

トマトソース パスタとして!



ナガノトマト (長野県・松本市)

388 あらくつぶしたトマトピューレづけ 2個組

イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ピューレ潰けにしました。トマトを切らずに使えます。

390g x2 440円(税込) 476円(税込) 518円(税込)

夏おでんの 大根と一緒に!



上高地みそ (長野県・松本市)

389 桃花林 ゆずみそ

信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。

120g 200円(税込) 216円(税込) 227円(税込)

海老とブロッコリーを使った塩昆布和え!



リアス (千葉県・船橋市)

390 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 520円(税込) 562円(税込) 598円(税込)

忙しい朝でも お味噌汁をとろう!



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

391 国産野菜のお味噌汁

国産の野菜をふんだんに使用したフリーズドライのお味噌汁。お湯だけで出来立てのおいしさが味わえます。

9食(3種x3食) 1080円(税込) 1166円(税込) 1183円(税込)

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・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。

さらやかな旨みとコクの純米酢

無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、コクとほのかな旨みのある純米酢に仕上げました。



飯尾醸造 (京都府・宮津市)

518 純米富士酢

500ml 670円(税込) 724円(税込)

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)

料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用) \*

392 300ml 495円(税込) 545円(税込)

501 720ml 1000円(税込) 1100円(税込)

醸造アルコール使用



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(税込)

普段の砂糖と同じようにご使用ください!



アルファフードスタッフ (愛知県・名古屋)

508 粗精糖(自然派style)

鹿児島島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 355円(税込) 383円(税込)

めぐみちゃんで塩むすびにして



海の精 (東京都・大島町)

393 海の精やきしお 詰替用

日本特有の伝統的製法で作られた「海の精」を焙煎して焼塩にしました。ゆで卵やサラダ、天ぷらなどに。

60g 228円(税込) 246円(税込) 257円(税込)

湯豆腐やしゃぶしゃぶなどに!



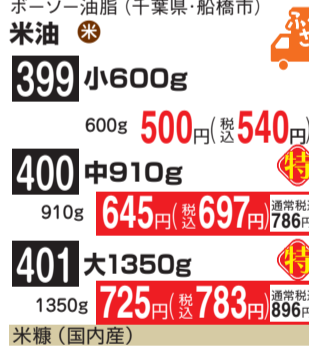
飯尾醸造 (京都府・宮津市)

398 富士ゆずぽん酢

ゆず&かぼすのダブル果汁に、鯉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(税込)

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料などに



ポーソー油脂 (千葉県・船橋市)

399 小600g 500円(税込) 540円(税込)

400 中910g 645円(税込) 697円(税込) 786円(税込)

401 大1350g 725円(税込) 783円(税込) 896円(税込)

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おりません。

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(税込)

素材の甘味が引き立つ こだわりの醤油!



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 368円(税込) 397円(税込)

合わせみそに!



鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。塩分8.4%。

はつゆき屋 (鹿児島県・日置市)

396 鹿児島麦みそ

1kg 880円(税込) 950円(税込) 994円(税込)

胡麻の香り豊かな濃厚ソース



ねりごまの香りと程よい酸味が食欲をそそります。冷し中華、冷しゃぶ、春雨サラダなどにも。

ポールスタア (東京都・東村山町)

404 桃花林 棒棒鶏ソース

215g 385円(税込) 416円(税込)

平飼鶏の卵をつかっています



国産の有精卵と圧搾一番しぼりに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。

創健社 (神奈川県・横浜市)

532 有精卵マヨネーズ

300g 398円(税込) 430円(税込) 454円(税込)

イタリア産有機トマト100%使用



創健社 (神奈川県・横浜市)

405 有機トマトケチャップ

イタリア産有機トマト100%使用。濃厚な食感と旨味を引き出したトマトペーストを原料にトマトケチャップを作りました。

300g 380円(税込) 410円(税込)

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)

406 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 180円(税込) 194円(税込)

乾物・だし



中山水産 (静岡県・裾野市)

573 だしパック

さば節、かつお節、いわし煮干し、しいたけ、昆布の混合で作った、だしパックです。全て国内産。

8x18 460円(税込) 497円(税込) 508円(税込)

中山水産 (静岡県・裾野市)

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、焼きそばなどに手軽に使える蛋白源。徳用タイプです。

3g x 20 540円(税込) 583円(税込)

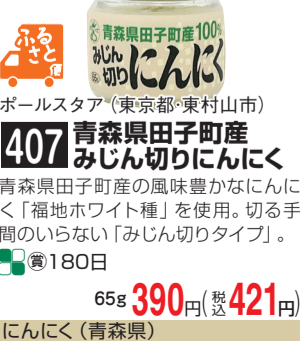
リアス (千葉県・船橋市)

590 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。

35g 260円(税込) 281円(税込)

青森県田子町産みじん切りにんにく



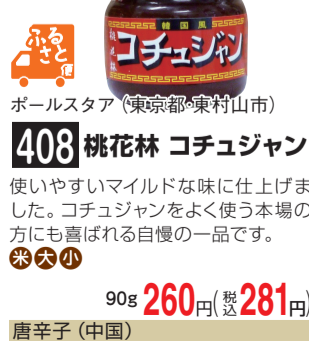
ポールスタア (東京都・東村山町)

407 青森県田子町産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。切る手間のいらぬ「みじん切りタイプ」。

65g 390円(税込) 421円(税込)

桃花林 コチュジャン



ポールスタア (東京都・東村山町)

408 桃花林 コチュジャン

使いやすいマイルドな味に仕上げました。コチュジャンをよく使う本場の方にも喜ばれる自慢の一品です。

90g 260円(税込) 281円(税込)

冷やしてもおいしく召し上がれます



ポールスタア (東京都・東村山町)

409 おばあちゃんのみずのたまごめきたれのたれ

焼いた茄子にかけるだけで簡単に作れます。ごまとほのかな酸味が食欲をそそります。

80g x 2袋 230円(税込) 248円(税込)

きな粉(大豆)



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

648 きな粉(大豆)

無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。

130g 220円(税込) 238円(税込)

万能汁物の具



コタニ (岩手県・大船渡市)

410 万能汁物の具

岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。

30g 370円(税込) 400円(税込) 410円(税込)

コープ自然派事業連合 チキンコンソメ



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 x 20) 348円(税込) 376円(税込)

**583 寿司はねのり**  
長谷川商店(東京都中央区)  
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。  
◎180日  
全型10枚 **270円(税込292円)**  
のり(国内産)

**411 九鬼国産ごまふりかけ**  
九鬼産業(三重県四日市市)  
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。  
◎180日  
25g **250円(税込270円)**  
金ごま(国内産)

**600 うす塩えのき茸**  
長野森林組合(長野県・長野市)  
業界では不可欠とされる酸化防止剤、増粘剤不使用。  
◎180日  
215g **308円(税込333円)**  
えのき茸(長野県)

**417 さくらのラーメン みそ**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
魚介のダシがきいた香りの良いスープでコクと旨みを出しました。麺は国産小麦粉を使用、無かんすい。  
◎180日  
101g **135円(税込146円)**  
1袋 **147円(税込157円)**  
101g×5 **660円(税込713円)**  
5パック **783円(税込837円)**  
小麦粉(国内産)

**418 さくらのラーメン しょうゆ**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
麺は国内産の小麦粉を使用、無かんすい。魚介と肉エキスベークに、飽きのこないあっさり醤油スープです。  
◎180日  
99g **135円(税込146円)**  
1袋 **147円(税込157円)**  
99g×5 **660円(税込713円)**  
5パック **783円(税込837円)**  
小麦粉(国内産)

**419 さくらのラーメン とんこつ**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
麺は国内産の小麦粉を使用、無かんすい。魚介の風味ある和風とんこつスープは、コクがあります。  
◎180日  
103g **145円(税込157円)**  
1袋 **167円(税込179円)**  
103g×5 **710円(税込767円)**  
5パック **837円(税込894円)**  
小麦粉(国内産)

**412 京都山田炒りごま(白)**  
山田製油(京都府・京都市)  
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。  
◎180日  
50g **240円(税込259円)**  
通常税込270円  
白ごま(グアテマラ、ニカラガ、モザンビークなど)

**413 京都山田炒りごま(黒)**  
山田製油(京都府・京都市)  
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。  
◎180日  
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)

**414 石臼挽きすりごま小袋(白)**  
山田製油(京都府・京都市)  
職人が丁寧に炒り上げた胡麻を石臼でゆっくり挽くことで、甘味と香りを引き出したすりごまです。  
◎150日  
81g(3g×27) **590円(税込637円)**  
通常税込648円  
白ごま(グアテマラ、ニカラガ、モザンビークなど)

**420 さくらのラーメン しお**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
麺は国内産の小麦粉を使用、かんすいは不使用です。天日塩のまろやかな味にチキンエキスを加えました。  
◎180日  
99g **135円(税込146円)**  
1袋 **147円(税込157円)**  
99g×5 **660円(税込713円)**  
5パック **783円(税込837円)**  
小麦粉(国内産)

**421 さくらのラーメン とんこつ**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
麺は国内産の小麦粉を使用、無かんすい。魚介の風味ある和風とんこつスープは、コクがあります。  
◎180日  
103g **145円(税込157円)**  
1袋 **167円(税込179円)**  
103g×5 **710円(税込767円)**  
5パック **837円(税込894円)**  
小麦粉(国内産)

**422 さくらのラーメン とんこつ**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
麺は国内産の小麦粉を使用、無かんすい。魚介の風味ある和風とんこつスープは、コクがあります。  
◎180日  
103g **145円(税込157円)**  
1袋 **167円(税込179円)**  
103g×5 **710円(税込767円)**  
5パック **837円(税込894円)**  
小麦粉(国内産)

**415 ライスフラワー(米粉)**  
おきたま農産(山形県・高島町)  
お菓子やパン作りに使えるように微粒粉末に加工しました。通常使われるくす米ではないお米を使用。  
◎180日  
500g **600円(税込648円)**  
うるち米(山形県)

**416 白神こだま酵母ドライ**  
サラ秋田白神(東京都・八王子市)  
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力に優れ、本格的なパンを短時間で焼き上げます。  
◎180日  
10g×5 **680円(税込734円)**  
天然酵母(青森県)

**619 パン用粉(強力粉)**  
アルファードスタップ(愛知県・名古屋)  
北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他に、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。  
◎180日  
1kg **430円(税込464円)**  
小麦(北海道)

**626 国産パン粉**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。  
◎180日  
200g **256円(税込276円)**  
通常税込296円  
小麦(岩手県) [放]不検出<1.0<1.0

**423 天ぷら粉**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
岐阜県産の小麦粉に、北海道産馬鈴薯でん粉、膨張剤には内モンゴル産の重曹を使用。  
◎180日  
400g **350円(税込378円)**  
通常税込405円  
小麦(岐阜県)

**424 お好み焼粉**  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)  
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。  
◎180日  
400g **425円(税込459円)**  
通常税込486円  
小麦(岐阜県)

**425 はるさめ**  
日本製粉工業(鹿児島県・鹿児島市)  
九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。サラダ、酢の物、鍋物、炒め物等に。  
◎180日  
100g×2 **234円(税込252円)**  
通常税込274円  
甘藷澱粉(九州)

**643 長崎皿うどん**  
創健社(神奈川県・横浜市)  
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。  
◎120日  
2食×2袋(スープ付) **595円(税込643円)**  
小麦(国内産)

**426 二ハの匠 八割そば**  
三上製麺(埼玉県・所沢市)  
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「二ハそば」です。茹で時間3分半。  
◎180日  
200g×2 **420円(税込454円)**  
そば(国内産)

**632 パーミセリ神戸**  
日本製麻(富山県・砺波市)  
デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めの pastaです。ゆで時間約4分。  
◎180日  
300g×2(1.4mm) **270円(税込292円)**  
通常税込356円  
小麦(カナダ)

**427 島原手延べそうめん**  
みそ半(長崎県・南島原市)  
九州産小麦粉を100%使用。島原伝統の手延べ技法で丁寧に仕上げ、炭蔵の熟成庫でねかせました。  
◎180日  
250g(5束) **290円(税込313円)**  
小麦(国内産)

**428 いわしっこ**  
千歳産直サービス(千葉県・千葉市)  
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じです。  
◎180日  
80g **343円(税込370円)**  
いわし(国内産) [放]不検出<3.6<3.7

**431 パックス 洗濯用石けんWパワー**  
太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
1200ml **899円(税込989円)**  
通常税込1045円

**792 詰替**  
1000ml **599円(税込659円)**  
通常税込715円

**842 パックス ソルティーはみがき**  
太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
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。  
◎180日  
120g **390円(税込429円)**

**674 国産いわししょうゆ味**  
信田伍詰(千葉県・銚子市)  
まいわしを天然醸造醤油ときび糖で薄味に仕上げました。1缶3尾前後。  
◎180日  
100g×2 **386円(税込417円)**  
いわし(国内産)

**673 国産いわし油漬**  
信田伍詰(千葉県・銚子市)  
真いわしを、紅花油と塩で油漬にし、唐辛子でアクセントをつけました。  
◎180日  
100g×2 **386円(税込417円)**  
いわし(国内産)

**429 きらず揚げ・しお**  
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)  
◎90日  
160g **270円(税込292円)**  
小麦(国内産) [放]不検出<4.1<4.3

**430 きらず揚げ・しょうゆ**  
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
原材料:国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、粉末醤油、食塩、膨張剤(重曹)  
◎90日  
160g **270円(税込292円)**  
小麦(国内産) [放]不検出<3.9<3.6

**878 天然染髪料ヘナ+木藍**  
ナイアード(東京都・福生市)  
ヘナの赤みを抑え黒っぽく染めたい方のための染髪料。大青よりも濃く染まり黒茶に近い状態になります。  
◎180日  
100g **1500円(税込1650円)**  
ヘナ(インド)

**890 ペンギン芯なし(トイレットペーパー)**  
丸富製紙(静岡県・富士市)  
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。  
◎180日  
130m×6ロール **480円(税込528円)**

**896 ピュアティッシュペーパー**  
マスコー製紙(静岡県・富士宮市)  
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。  
◎180日  
200w×5箱 **405円(税込446円)**

**432 どくだみ水**  
べにばな野草園(山形県・酒田市)  
ドクダミ、クマザサ、ローズマリーの成分が肌の代謝を促進させ、美白や吹き出物の予防に効果を発揮します。  
◎90日  
100ml **1800円(税込1980円)**  
ドクダミ(山形県)

**433 よもぎ水**  
べにばな野草園(山形県・酒田市)  
ヨモギ、スイカズラ、ラベンダーの成分には血行促進や抗菌作用があり、ニキビ対策にぴったり。乾燥肌にもおすすめ。  
◎90日  
100ml **1800円(税込1980円)**  
ヨモギ(山形県)

**434 かみつれ水**  
べにばな野草園(山形県・酒田市)  
カミツレ、スギナ、カキドオシの成分が毛穴をひきしめ、しっかり保湿します。カモミールの香りにはリラックス効果があります。  
◎90日  
100ml **1800円(税込1980円)**  
カミツレ(山形県)

**802 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー**  
太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
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。  
◎180日  
300g×3袋 **750円(税込825円)**

**899 ペンギン芯なし(トイレットペーパー)**  
丸富製紙(静岡県・富士市)  
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。  
◎180日  
130m×6ロール **480円(税込528円)**

**896 ピュアティッシュペーパー**  
マスコー製紙(静岡県・富士宮市)  
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。  
◎180日  
200w×5箱 **405円(税込446円)**

**432 どくだみ水**  
べにばな野草園(山形県・酒田市)  
ドクダミ、クマザサ、ローズマリーの成分が肌の代謝を促進させ、美白や吹き出物の予防に効果を発揮します。  
◎90日  
100ml **1800円(税込1980円)**  
ドクダミ(山形県)

**433 よもぎ水**  
べにばな野草園(山形県・酒田市)  
ヨモギ、スイカズラ、ラベンダーの成分には血行促進や抗菌作用があり、ニキビ対策にぴったり。乾燥肌にもおすすめ。  
◎90日  
100ml **1800円(税込1980円)**  
ヨモギ(山形県)

**434 かみつれ水**  
べにばな野草園(山形県・酒田市)  
カミツレ、スギナ、カキドオシの成分が毛穴をひきしめ、しっかり保湿します。カモミールの香りにはリラックス効果があります。  
◎90日  
100ml **1800円(税込1980円)**  
カミツレ(山形県)

**ランチに大活躍!**

**お役立ち商品**

**丼や麺にかけて**

**438 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。薄味仕上げ。湯煎して。

凍 180日 米・大豆・卵

180g×2 **481円**(税込 **519円**) 通常税込 **535円**

**流水解凍でOK!**

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。

マストミ(徳島県・徳島市)

**435 紀州勝浦産まぐろの漬け丼用**

凍 15日 米・大豆

70g(固形量50g)×2 **528円**(税込 **570円**) 通常税込 **589円**

きはだまぐろ(和歌山県)

**439 大阪の味 イカ焼き**

美雷(大分県・宇佐市)

凍 180日 卵・大豆

130g(2個入) **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **559円**

いか(青森県)

**おうちで漁師丼!**

共和水産(岩手県・宮古市)

**436 三陸宮古 真いかぶっかけ丼**

新鮮なするめいかを特製醤油ダレに漬け込みました。そのまま小鉢に盛り付けて酒の肴にも。

凍 180日 米・大豆

50g×2 **365円**(税込 **394円**) 通常税込 **410円**

するめいか(岩手県) [放] 不検出 <4.2 <4.7

**440 ライスバーガー てりやきチキン**

醤油をつけ焼きあげたライスプレートに甘辛たれで仕上げた国産若鶏もも肉をサンド。加工澱粉:全体の0.6%

凍 米・大豆 5個575g **775円**(税込 **837円**) 通常税込 **862円**

米・鶏肉(国内産)

野回さん達(茨城県・桜川市)

**437 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、卵でとじどうぞ。

凍 米・大豆 130g(鶏肉40g、タレ90g)×2 **350円**(税込 **378円**) 通常税込 **400円**

鶏肉(茨城県)

**441 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。

凍 米・大豆 220g **428円**(税込 **462円**) 通常税込 **473円**

鶏肉(国内産)

**夏休みにストック必須! まどめ買い特集**

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 90日 乳

よつ葉乳業(北海道・音更町)

**442 よつ葉シュレッドチーズ**

250g **575円**(税込 **621円**)

**443 2個組 250g×2** **1096円**(税込 **1184円**) 通常税込 **1242円**

生乳(北海道)

丸和豆腐のおからに人参、ねぎ、油揚げ、椎茸、ごぼう、青豆など具だくさんにして、かつおだしで味付け。

原材料にはちみつを含みます

丸和食品(東京都・練馬区)

**444 味付うの花料理 2袋**

冷 30日 米・大豆

150g×2 **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **562円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

ニラの風味が控えめで脂っぽさの少ないあっさり味

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**445 徳用 トクスイ餃子**

豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りました。焼いて。

凍 米・大豆 1080g(18g×60) **1068円**(税込 **1153円**) 通常税込 **1253円**

豚肉・キャベツ(国内産)

柔らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチ食品にしました。ご飯にはもちろん、パスタにも。

有田食品(和歌山県・有田町)

**446 国産鶏もも肉のトマトソース煮**

米・大豆 110g×2 **780円**(税込 **842円**) 通常税込 **864円**

鶏肉(国内産)

北海道産小麦粉を100%使用したノンフライ麺。さわやかな酸味の液体スープとふりかけ付きです。

冷 180日 米・大豆

桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

**447 冷しらめん**

123g×2 **300円**(税込 **324円**) 通常税込 **346円**

1袋あたり税込 **162円**

**448 10袋**

123g×10 **1450円**(税込 **1570円**) 通常税込 **1730円**

1袋あたり税込 **157円**

小麦(北海道)

次回より値上げ

スリットが入っているので早茹ですぐOK!

茹で時間約4分

日本製麻(富山県・砺波市)

**449 早ゆでローマンスパゲッチ**

早ゆでパスタ1.8mm、業務サイズ大容量3kgです。もちもちとした食感です。

冷 米・大豆 3kg **1100円**(税込 **1188円**) 通常税込 **1350円**

小麦(カナダ、他)

日本生活協同組合連合会

**666 大豆ドライパック**

北海道産の粒よりの大豆をふくら煮上げた素材缶。サラダや五目煮等に。

前日OK!

1缶あたり税込約 **148円**

凍 米・大豆 140g×3 **410円**(税込 **443円**) 通常税込 **454円**

大豆(北海道)

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

キング製菓(愛知県・小牧市)

**450 うの花クッキー 2袋**

冷 180日 米・大豆

80g×2 **340円**(税込 **368円**) 通常税込 **420円**

小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.4

8月3日 はちみつの日

**はちみつ**

藤井養蜂場厳選の国内産・外国産のはちみつを集めました! この機会にぜひ!

藤井養蜂場の三浦さん

アルゼンチンの大草原の中のいろいろな花から採れたのはちみつです。

前日OK!

**555 アルゼンチン産 はちみつ**

1kg **1650円**(税込 **1782円**)

はちみつ(アルゼンチン)

柔らかい香り、上品な甘さ!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**451 国産純粋はちみつ レンゲ**

鹿児島、熊本のれんげ草の花から採れるはちみつ。甘い香りとあっさりした甘さが好まれます。

180g **1420円**(税込 **1534円**) 通常税込 **1598円**

はちみつ(鹿児島県、熊本県)

フローラルな香り、個性的な風味

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**452 国産純粋はちみつ ポダイジュ**

北海道に多く自生する菩提樹(シナノキ)から採れるはちみつ。香りとコクのある味が特長。

180g **1050円**(税込 **1134円**) 通常税込 **1188円**

はちみつ(北海道)

フルーティーな味わい!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**453 国産純粋はちみつ リンゴ**

りんご農家との契約で一部の養蜂場だけがとれる蜂蜜。ほのかなりんごの花の香りとまろやかな味が特長です。

180g **1050円**(税込 **1134円**) 通常税込 **1188円**

はちみつ(国内産)

黒砂糖のような色と味が特徴的なはちみつ

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**454 国産純粋はちみつ ツバ**

そばの花から採ったのはちみつ。黒砂糖のような色と味。鉄分、ルチンが多く、貧血ぎみの方には薬蜜としても。

180g **924円**(税込 **998円**) 通常税込 **1026円**

はちみつ(国内産)

根強いファンの為大特価での掲載!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**455 マヌカはちみつ**

抗菌性に優れたはちみつとして有名です。ニュージーランドをはじめヨーロッパでは医薬品としても使われています。

180g **5550円**(税込 **5994円**) 通常税込 **6480円**

はちみつ(ニュージーランド)

なめらかでマイルドな甘さ!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**456 ニュージーランド産 クローバーの花はちみつ**

ニュージーランドを代表するホワイトクローバーの花のはちみつです。上品な香り、マイルドな味が特長です。

500g **1170円**(税込 **1264円**) 通常税込 **1296円**

はちみつ(ニュージーランド)

マイはちみつとして携帯用におすすめ!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**457 国産百花はちみつ**

ミツバチが国内のいろいろな花から集めたはちみつです。まろやかな味で食べやすいです。

150g **760円**(税込 **821円**) 通常税込 **864円**

はちみつ(国内産)

肉料理の隠し味に!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**458 スペイン産 オレンジはちみつ**

スペインに咲くオレンジの花から採れたはちみつ。軽やかな味で、ほのかなオレンジの香りが特長。

350g **896円**(税込 **968円**) 通常税込 **1015円**

はちみつ(スペイン)

**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。

ふるさと便 は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

**アレルギー表示**

卵 卵 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

・「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性を指します。

・アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

**主原料原産地**

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

・原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめます!