

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
josso
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます
ネット注文登録

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

2022年12月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文紙11/提出	28	29	30	12/1	2
定番品12/のお届け	5	6	7	8	9
特別企画品12/のお届け	12	13	14	15	16



寒さを乗り切る! 今夜は具たくさん

あったか鍋で 温まるう!

どちらがお好み?

すき焼き & しゃぶしゃぶ

12 木村さんの下仁田ねぎ
木村農園 (茨城県・つくば市)
軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど甘味が強くなります。減農薬栽培。
約500g **298円**(税込) **322円**(通常税込) **378円**(通常税込)
茨城県

13 焼き豆腐
丸和食品 (東京都・練馬区)
もめん豆腐の表面をバーナーで焼き、煮くずれしにくくしました。すき焼き、鍋料理に。
冷庫届いて4日 大
250g **215円**(税込) **232円**(通常税込)
大豆 (国内産)

14 生芋あく抜きしらたき 2個組
鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
国内産のこんにやく芋で作られた、歯切れと味しみの良い白滝です。
冷庫届いて90日
180g × 2 **260円**(税込) **281円**(通常税込) **302円**(通常税込)
こんにやく芋 (国内産)

15 すき焼割り下
ポールスタア (東京都・東村山市)
ボールスタア (東京都・東村山市)
400ml **420円**(税込) **454円**(通常税込) **475円**(通常税込)
大豆・小麦 (アメリカ、カナダ)

8 特大 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用
福永産業 (福岡県・遠賀町)
霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りにしました。
凍庫届いて30日 モモ、バラ 500g **2500円**(税込) **2700円**(通常税込) **2797円**(通常税込)
鹿児島県

9 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用
福永産業 (福岡県・遠賀町)
霜降りがよく入り甘みがあります。赤身主体のモモとジューシーなバラの合わせ切り。2個組の徳用パックです。
凍庫届いて30日 モモ、バラ 170g × 2 **1700円**(税込) **1836円**(通常税込) **1933円**(通常税込)
鹿児島県

10 岩瀬さんの豚モモしゃぶしゃぶ用
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
赤身主体のモモをしゃぶしゃぶ用にスライス。
冷庫届いて3日 200g **460円**(税込) **497円**(通常税込) **562円**(通常税込)
茨城県

11 茨城県産ローズポーク
JA全農いばらき (茨城県) ミニドバル村山
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。
冷庫届いて3日 300g **810円**(税込) **875円**(通常税込) **929円**(通常税込)
茨城県

海鮮鍋
魚のタンがしつかり出て美味
赤魚切身 (4切100g)、すけそうだら切身(4切100g)、かき(4個60g)、ホタテ(4個60g)、かに団子(4個40g)、スープのセットです。
3~4人前
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
17 海鮮寄せ鍋(スープ付)
凍庫届いて180日 卵か米大小
5種360g+スープ780g **1118円**(税込) **1207円**(通常税込) **1242円**(通常税込)
赤魚(덴マーク、ロシア、アメリカ)、すけそうだら(アメリカ、ロシア)、かき(広島県)

16 天然寒ぶり切身
九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
凍庫届いて30日 約80g × 3 **618円**(税込) **667円**(通常税込) **698円**(通常税込)
ぶり (九州近海)

飛鳥鍋
鶏肉、野菜を牛乳とだし汁で煮込んだ奈良県の郷土料理。ミルクのクリーミーさと、鶏ガラのダシの相性は抜群です。
野口さん達 (茨城県・桜川市)
21 つば茜鶏 ムネモ唐揚げ用2パック
唐揚げ用に丁度良い大きさにカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。2パックでお買い得です。
凍庫届いて2日 245円/100g
250g × 2 **1136円**(税込) **1226円**(通常税込) **1248円**(通常税込)
茨城県

20 若鶏ガラ
P8でレシピも掲載中!
非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた秋川牧園の若鶏のガラ。
凍庫届いて90日
500g **400円**(税込) **432円**(通常税込) **464円**(通常税込)
鶏肉 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)

18 いわしごぼうつみれ
大新 (鳥取県・境港市)
国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。
凍庫届いて120日 米小
180g **330円**(税込) **356円**(通常税込) **373円**(通常税込)
いわし (国内産)

19 冷凍 稲庭風うどん
シマダヤ (東京都・渋谷区)
国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さ強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉:約7.3%
凍庫届いて3日 200g × 5食 **391円**(税込) **422円**(通常税込) **441円**(通常税込)
小麦 (国内産)

22 いろいろ使える鶏つみれ
秋川牧園 (山口県・山口市)
若鶏のムネ肉のミンチを生姜をきかせて味付けしました。つみれ鍋、焼きつくね、豆腐ハンバーグなどアイデア次第で何にでも。
凍庫届いて3日 米大小
200g **347円**(税込) **375円**(通常税込) **391円**(通常税込)
鶏肉 (山口県、他)

23 木村さんのごぼう
木村農園 (茨城県・つくば市)
食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
400g **180円**(税込) **194円**(通常税込) **214円**(通常税込)
茨城県 [放] 不検出 < 4.3 < 6.9

544 ゆず醤油 かけぼん
前日OK!
チョコー醤油 (長崎県・長崎市)
うすくち醤油をベースに、ゆず果汁を使用したぼん酢醤油。
米大小 400ml **440円**(税込) **475円**(通常税込) **486円**(通常税込)
ゆず (国内産)

24 りんご(ふじ)
おきたま興農舎・本田さん達 (山形県・高島町)
甘みと酸味のバランスが良く、多汁で香りも高い人気の品種。減農薬栽培。
3玉 **410円**(税込) **443円**(通常税込) **464円**(通常税込)
山形県 [放] 不検出 < 3.4 < 4.8

25 江川さんのキウイフルーツ
江川農園 (神奈川県・小田原市)
樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。
500g **440円**(税込) **475円**(通常税込) **498円**(通常税込)
神奈川県 [放] 不検出 < 4.0 < 4.4

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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



稀少な農薬無散布・化学肥料不使用のレモン

つかいかた、いろいろ

皮
すりおろしたり、千切りしたものをお小分けにして冷凍保存。料理の香りづけやお菓子作りにも。



果汁
ドレッシングや、焼き魚、肉料理にかけて。甘味を足してジュースにも。



皮の苦味が気になる場合

皮には苦み成分が含まれ、特に出始めのグリーンレモンは苦みが強い傾向があります。ジャムなどに使う場合はむいた皮を何度も茹でてこぼし、白いワタをしっかり取り除いて、使いましょう。

皮+果肉
はちみつ漬けや砂糖をまぶしてシロップに。塩漬けやオイル漬けにして調味料にも。



安心の無農薬栽培レモン

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



松永農園(静岡県・静岡市) 無農薬

松永さんのレモン

26 400g

410円(税込443円) 通常税込464円

27 1kg

835円(税込902円) 通常税込918円

[放] 不検出 <3.6 <4.1

太陽の光をたっぷり浴びたりんご



麻績村は、標高800から1000mに位置し雨が少なく昼夜の寒暖差が大きいのが特徴です。「昼は太陽の光をたっぷり浴び、夜はカラダを守る為にデンプン(糖度)を高めるので、味の良いらんごが育つ」と谷口さんは話します。りんご(サンふじ)は太陽の光に直接当たって育つりんごで若干の色ムラはありますが、甘味がのっています。



長野県

はなうた家(長野県・麻績村) 3玉

28 りんご(サンふじ)

甘みが強くシャキシャキした食感が特徴です。ネオニコチノイド系農薬・除草剤等不使用。

3玉入り(900g以上) 698円(税込754円)

赤羽根さんの

キウイフルーツ

栃木県壬生町でキウイを育てている赤羽根さん。先代から引継ぎ、自家製の堆肥を用いて土作りを大切にしながら、農薬や化学肥料を使わずに育てています。

※完熟ではなく固めの場合は、常温で追熟したのちお好みの柔らかさまでお召し上がりください。



赤羽根さん(栃木県・壬生町)

29 赤羽根さんのキウイフルーツ

栃木県



無農薬

3玉

3~4玉

200g(3~4玉入り) 260円(税込281円)

[放] 不検出 <3.9 <4.0

組合員さんからのクチコミ
赤羽根さんのキウイ、味が濃くて美味しい。スーパーとは比べ物にならない! (Tさん)

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

12月に入り、コクが増してきます



濃厚な味わいが特徴です!



まろやかな味わいが特徴です!

無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園の温州みかん

30 1kg

555円(税込599円)

31 3kg

1572円(税込1698円)

愛媛県

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

濃美農園(静岡県・浜松市) 濃美さんのみかん

32 約800g

約800g(7~13玉) 410円(税込443円)

33 2kg

890円(税込961円)

静岡県

農薬を出来るだけ減らし、生産者にも消費者にも安全なみかん作りを心がけています。減農薬栽培。

お得な1kgは16ページ



34 紅まどんな(無選別)

甘さよし、香りよし、果汁も多く、メディアでも取り上げられました。大小無選別でお買い得。減農薬栽培。

700g(4~6玉) 860円(税込929円)

愛媛県

ほとんど市場に出ていない柑橘です



35 天草エクセレント(無選別)

あの“デコポン”を超えると言われる新品种。タネがなく、多汁、甘さも抜群です。減農薬栽培。

700g(7~12玉) 798円(税込862円)

熊本県



波動農法研究会・高田さん達(長野県・須坂市)

36 ぶどう(スチューベン)

冬に食べられる甘いぶどうです。減農薬栽培。

1房(200~300g) 548円(税込592円)

長野県



吉原さん達(長野県・須坂市)

37 りんご(名月)

爽やかな色は淡黄色、糖度は15度にまでなる極甘品種です。減農薬栽培。

2~4玉(約1kg) 780円(税込842円)

長野県



成田農園・成田さん(青森県・板柳町)

38 りんご(玉林)

やや柔らかめな品種ですが、芳醇な香りと甘さは抜群です。減農薬栽培。

3玉 646円(税込698円)

青森県

食感が良く甘味があります

無農薬



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

39 バナナ

小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料不使用のものをお届けします。

450g以上 369円(税込399円)

ペルーまたはエクアドル



無茶々園(愛媛県・西予市)

40 無茶々園のゆず

皮を削ったり、果汁をしぼって香りや風味をお楽しみ下さい。はちみつ漬けもお勧めです。有機許容農薬0~3回。

2玉 276円(税込298円)

愛媛県



榎谷さん達(熊本県)

41 にんにく

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

約100g 250円(税込270円)

熊本県



作本さん達(熊本県・熊本市)

42 大葉

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。

10枚 145円(税込157円)

熊本県

料理の薬味にどうぞ



大紀コープファーム生産者グループ(高知県)

43 しょうが

爽やかな香りは薬味として、しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。

100g 165円(税込178円)

高知県

1粒で栄養たっぷり

無農薬



黒岩さん(長野県・長野市)

44 ぎんなん

古くから中国ではスタミナ食や薬用として知られています。殻を割って茹でてどうぞ。農薬無散布。

80g 160円(税込173円)

長野県



上野さん達(栃木県・上三川町)

45 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) 150円(税込162円)

栃木県

鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

46 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)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

47 中村さんのベビーリーフ

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g 160円(税込173円)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



藤嶋さん(熊本県・天草市)

48 きゅうり

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

3本 230円(税込248円)

熊本県

小さいサイズ

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。

右田さん達(熊本県・芦北町)

ミニトマト

49 約150g

230円(税込248円)

50 400g

554円(税込598円)

熊本県



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

藤嶋さん達(熊本県)、又は今村さん達(北海道)

初恋スマートミニトマト

51 約180g

330円(税込356円)

52 約400g

590円(税込637円)

熊本県、又は北海道



大木さん(茨城県・常総市)

53 大木さんの中玉トマト

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

300g 398円(税込430円)

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3



広瀬さん達(熊本県・瓜代市)

54 トマト(麗旬系)

粉殻、鶏糞、米糠に島本微生物の酵素資材を加えたものを使用。減農薬栽培。

400g以上 570円(税込616円)

熊本県

大きいサイズ



木村農園(茨城県・つくば市)

55 スティックブロッコリー

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

200g 220円(税込238円)

茨城県



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

60 小松菜(少量)

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) 150円(税込162円)

茨城県



徳弘さん(北海道・富良野市)

56 ブロッコリー

ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。農薬無散布。

1個(蕾9cm以上) 250円(税込270円)

北海道



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

57 長島さんのレタス

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

1玉 250円(税込270円)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



浅野さん(茨城県・常総市)

58 長島さんのサニーレタス

秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農薬無散布。

1玉 170円(税込184円)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



約200g 198円(税込214円)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



微生物農法の会・長島さん達(茨城県・行方市)

61 長島さんの小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1束(約200g) 176円(税込190円)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



鍋には冬野菜をたっぷり♪



木村農園 (茨城県・つくば市)
62 木村さんの春菊
特有の風味、香りで鍋物には欠かせません。和え物にも。減農薬栽培。
1束 160円(税込173円) 通常税込184円
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3



三須さん達 (千葉県・富里市)
64 大根
煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
1本 (900g以上) 198円(税込214円) 通常税込227円
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



浅野さん (茨城県・常総市)
65 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。
500g 200円(税込216円)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.5



お鍋、炒め物にもどうぞ♪
無農薬
上野さん達 (栃木県・上三川町)
63 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 <4.4 <3.8



木村農園 (茨城県・つくば市)
66 木村さんのターサイ
クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。減農薬栽培。
1株 160円(税込173円)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8



えびすかぼちゃはホクホク食感♪
シーズン初
土れ味農園 (茨城県・石岡市)
67 天池さんの秋採りかぼちゃ
甘くてホクホクの食感が楽しめます。素揚げや煮物、炒めても。農薬無散布・化学肥料不使用。
1個 498円(税込538円)
茨城県



天池さんご夫妻
無農薬
68 天池さんの秋採りかぼちゃ
甘くてホクホクの食感が楽しめます。素揚げや煮物、炒めても。農薬無散布・化学肥料不使用。
1個 498円(税込538円)
茨城県

地場の有機野菜セット 新規契約者募集中です!
清水さんの野菜セット 7~9品目 1270円(税込1372円)
清水さんの野菜セット 5~6品目 910円(税込983円)
清水さんの野菜セット 3~4品目 635円(税込686円)
天池さんの野菜セット 5品目 940円(税込1015円)
微生物農法の会野菜セット 5~6品目 1250円(税込1350円)

坂東の若手生産者の青木さん
FarmERS Band0青木農-en (茨城県・坂東市)
68 青木さんの野菜セット
微生物農法の力を使って土から健康に育てました。旬の野菜をお届けします。農薬無散布、化学肥料不使用。
3品目 598円(税込646円)
茨城県



福山さん達 (宮城県・新富町)
69 ピーマン
肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。
約130g 194円(税込210円)
宮城県



木村農園 (茨城県・つくば市)
70 木村さんのキャベツ
ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたいた野菜です。減農薬栽培。
1玉 230円(税込248円)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.9



木村農園 (茨城県・つくば市)
71 木村さんの白菜
漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。
1個 220円(税込238円) 通常税込298円
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.5



井上さん (埼玉県・美里町)
72 深谷ネギ (根深白ネギ)
白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。
約350g 240円(税込259円)
埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



微生物農法の会・高柳さん (茨城県・行方市)
73 高柳さんのれんこん
歯ざわりが良く、それでいてムチッと食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。
400g 480円(税込518円)
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



上村さん達 (青森県・八戸市)
74 長芋
産地に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



収穫時に出てしまう小玉サイズ!
つくば自然農園 (茨城県・つくばみらい市)
75 小玉 (S~Mサイズ)
品種は紅はるか。ネットリ系で甘みがあります。農薬無散布・化学肥料不使用。
500g 240円(税込259円) 通常税込270円
茨城県



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)
77 大和田さんのさつまいも
品種は紅はるか又はシルクスweet。ネットリした食感が甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。
500g 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.7



中央さん達 (北海道・士別市)
78 かぼちゃ (カット)
品種は栗系の粉質のものを選定。サラダやコロッケ、スープに。農薬無散布。
600g前後 498円(税込538円)
北海道



あゆみの会・白鳥干しいも生産組合 (茨城県・鉾田市)
79 干しいも
ねっとり食感と甘味の強い紅はるかを使って、丁寧に干し上げました。※原料の干しいもは減農薬栽培。
賞60日 150g 646円(税込698円)
さつまいも (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9



岡田さん達 (長野県・小布施町)
80 小布施の栗
信州小布施栗として有名な大粒種。冷涼な気候が、味が良く甘味のある栗を育みます。減農薬栽培。
約300g 800円(税込864円)
長野県



三須さん達 (千葉県・富里市)
81 大根(カット)
使い切りで便利な1/2本でお届け。上下は選べません。農薬無散布。
1/2本 (500g以上) 150円(税込162円)
千葉県



タニエ形有機農園 (茨城県・石岡市)
82 ミニ大根
冷蔵庫にも入りやすい短い大根です。有機JAS認定作物。農薬無散布・化学肥料不使用。
1本 179円(税込193円)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.6



木村農園 (茨城県・つくば市)
83 木村さんのかぶ
漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。
1束(4~5玉) 183円(税込198円)
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



まごころの里・吉田さん達 (北海道・栗山町)
84 ミニ玉ねぎ
小玉サイズです。皮を向いてそのままお鍋料理にどうぞ。減農薬栽培。
500g(2S~S) 120円(税込130円)
北海道



木村農園 (茨城県・つくば市)
85 木村さんの里芋
肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。
800g 398円(税込430円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



木村農園 (茨城県・つくば市)
86 木村さんの黒田五寸人参
収量が少なく作付けする農家が減っている品種です。やわらかくて美味しいと好評です。減農薬栽培。
1kg 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <0.8 <0.8



まごころの里 (北海道・美幌町)
87 じゃがいも (サッシー)
澱粉質で食味に優れ、ホクホクしています。煮くずれしにくく、芽が出にくいのが特長。減農薬栽培。
700g 230円(税込248円)
北海道



渡部さん (北海道・上士幌町)
88 じゃがいも
煮物、サラダ、じゃがバター等で。農薬無散布。
1kg 330円(税込356円)
北海道



山田さん (茨城県・つくば市)
92 山田さんのしめじ
ひらたけのしめじです。おがくずに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。
200g 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



村上さん (栃木県・高根沢町)
93 舞茸
衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。
100g 220円(税込238円)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



安田さん (福島県・郡山市)
94 安田さんのなめこ
独自の栄養素をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。
70g 115円(税込124円)
福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)
95 エリンギ
肉質はきめ細かくなめらかでしっかりしています。歯切れ、香りともに良く、日持ちするのが特長です。
100g 261円(税込282円)
三重県



まごころの里 (北海道・栗山町)
90 玉ねぎ
91 3kg
630円(税込680円)
北海道



丸金 (長野県・長野市)
96 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 [放] 不検出 <3.4 <2.8



丸金 (長野県・長野市)
97 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)
長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1



江藤さん (大分県・玖珠町)
98 江藤さんの原木生しいたけ
江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。
100g 322円(税込348円)
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



なかのきの園・飯泉さん (茨城県・つくば市)
99 A品
100 B品
210円(税込227円) 200g 225円(税込243円)
茨城県、岩手県、山梨県



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

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



101 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。
500g **396円**(税込**428円**)
かぼちゃ(北海道)



102 北海道つぶコーン
北海道十勝産のスイートコーンを取穫後、加工・凍結しました。保存に便利なチャック付き。
300g **298円**(税込**322円**)
とうもろこし(北海道)



日本生活協同組合連合会
103 5種のお豆ミックス
北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。
300g **328円**(税込**354円**)
大豆(北海道)



イズックス(東京都・中央区)
104 冷凍北海道産いんげん
北海道中札内村産いんげんを旬の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。
200g **287円**(税込**310円**)
いんげん(北海道)

庄内協同ファームから
新登場!
パスタやスープに、蜂蜜かけてスイーツに♪
玄米100%のニョッキ風の餅です
特
新
原材料:うるち玄米
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
4個×3袋



日本生活協同組合連合会
105 北海道のそのまま枝豆
北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていますのでそのまま召し上がれます。
250g **296円**(税込**320円**)
枝豆(北海道)



塩分16~18%
大紀コープファーム(奈良県・五條市)
106 小梅干し
大紀の小梅を低農薬栽培のしそ、沖縄の塩で漬けた梅干し。天日干しをしています。
120g **420円**(税込**454円**)
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

シーズン初
山形県鶴岡市
庄内協同ファームより
待ってました!秋田の「いぶりがっこ」に負けない味!
山形県庄内地方産の大根を干し、香り豊かな桜の木で燻製し、めか漬にしました。
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
107 いぶしたくあん
250g **461円**(税込**498円**)
大根(山形県) [放]不検出<1.5<1.4

シーズン初
赤かぶ酢漬け
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
庄内在来種の「温海(あつみ)かぶら」! 庄内の在来種赤かぶを砂糖、塩、醸造酢で漬けたシンプルな漬物。自然な赤色と歯切れのよさが楽しめます。
250g **480円**(税込**518円**)
赤かぶ(山形県) [放]不検出<1.2<0.9

109 によっこ
栽培期間中に化学合成農薬当地比7割減、化学肥料不使用で栽培した山形県庄内産のうるち米を使用。茹でるかんじで。
4個×3袋(12個) **420円**(税込**454円**)
うるち玄米(山形県)



宮城県仙台市
110 趙さんの味 熟成白菜キムチ
1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。
200g **350円**(税込**378円**)
白菜(国内産)、唐辛子(中国)



宮城県仙台市
111 趙さんの味 松前白菜漬
りんごの甘み、ゆずの香り、にんにくを少し利かせた風味豊かな松前白菜漬。趙さんオリジナルの味付け。
150g **370円**(税込**400円**)
白菜(国内産)



八幡屋(茨城県・古河市)
112 福神漬(2個組)
国内産の大根、茄子、蓮根、しその葉、生姜、なた豆、ごまを、砂糖、醤油、食塩、酢、みりん、かつおで漬込み。
100g×2 **320円**(税込**346円**)
大根(国内産) [放]不検出<3.5<3.0



和歌山県御坊市
113 すっぱいいなか漬(寒干し沢庵・糠漬)
宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。
140g **360円**(税込**389円**)
大根(宮崎県)

山形県白鷹町
しらたかノラの会より
春巻きの皮で巻いておやつにも♪
しらたかノラの会(山形県・白鷹町)
118 りんごコンポート
りんごの形を残した歯ざわりのいいコンポート。砂糖を控えめに、りんご本来の甘さを引き出しました。
180g **305円**(税込**329円**)
りんご(山形県) [放]不検出<2.8<3.2



奈良県五條市
114 しょうがの佃煮
高知産の生姜を使用。ピリッとした辛み、醤油と砂糖の甘辛さがご飯によく合います。おにぎりやお茶漬に。
100g **420円**(税込**454円**)
しょうが(高知県)



大紀コープファーム(奈良県・五條市)
115 生姜の甘酢漬
国内産の生姜をうす切りにし、甘酢漬にしました。
100g **230円**(税込**248円**)
生姜(高知県)



小田原屋(福島県・郡山市)
116 里ごぼう
シャキシャキの国産里ごぼうを、醤油をベースにさっぱりとした味に仕上げました。
100g **417円**(税込**450円**)
ごぼう(国内産)



群馬県昭和村
117 白菜の手もみ漬
旬の白菜、きゅうり、人参を食塩と米酢、昆布だけで浅漬けにしました。
200g **260円**(税込**281円**)
白菜(国内産)



山形県白鷹町
119 おみ漬
青菜、大根、人参を細かく刻み、醤油ベースのタレに漬け込みました。だしは鰹節、昆布でとりました。
150g **318円**(税込**343円**)
青菜(山形県)



山形県白鷹町
120 ふきのジャコ煮
ふきは、農薬、化学肥料不使用で栽培した地元・白鷹産です。ふきとの相性が良いかえりちりめんを使用。
100g **330円**(税込**356円**)
ふき(山形県)

お米

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします
・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。
◆材料
もち米.....カップ3
鶏もも肉.....150g
人参.....80g
ごぼう.....80g
「しょうゆ」.....大1
A酒.....大2
塩.....小1と1/2
◆作り方
① もち米は炊く1時間前に研いでおく。
② 鶏肉は1cm角に切る。人参も1cm角に切る。ごぼうは大きいものは4つ割りにし、1cm幅に切る。水に短時間浸け、水けを切る。
③ 炊飯器にもち米と水を入れておこわの目盛りにセットし、Aと具を加えて炊く。
※もち米に火がよく通っていない場合は、しばらくしてから再加熱してください。



庄内協同ファームのもち米生産者の皆さん
121 もち米
減農薬、無化学肥料栽培。
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
2kg **1080円**(税込**1166円**)
もち米(山形県)

新米

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)。
水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)
502001 白米 5kg **2350円**(税込**2538円**)
502002 玄米 5kg **2250円**(税込**2430円**)
502003 白米 2kg **945円**(税込**1021円**)
JA常総ひかり・東町特裁米組合(茨城県・常総市)

新米

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(今搗米)
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)

新米

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。
宮城・黒澤さんのコシヒカリ
502015 白米 5kg **3500円**(税込**3780円**)
502016 白米 2kg **1400円**(税込**1512円**)
502017 玄米 5kg **3200円**(税込**3456円**)
502018 7分 5kg **3500円**(税込**3780円**)
502019 5分 5kg **3500円**(税込**3780円**)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

新米

ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。
山形・おきたま興農舎
502041 つや姫(白米) **1630円**(税込**1760円**)
502042 つや姫(玄米) **1565円**(税込**1690円**)
502043 つや姫(胚芽精米) **1690円**(税込**1825円**)
502044 ひとめぼれ(白米) **2750円**(税込**2970円**)
おきたま興農舎(山形県・高島町)

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)

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に
ミネラル補給の為に塩を散布したり、ヒノキエキスなど天然の素材を使った自家製忌避剤を使用。3合のお米に、大さじ1杯からどうぞ。農薬無散布。
白山紫黒(有機栽培紫黒米)
庄内協同ファーム・富樫さん(山形県・鶴岡市)
502071 白山紫黒(有機栽培紫黒米) 300g **720円**(税込**778円**)
山形県 [放]不検出<1.2<1.1

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい
粉の状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。
有機粉発芽玄米「ぐるめくらぶ」
中村商店(神奈川県・横浜市)
502072 有機粉発芽玄米「ぐるめくらぶ」 1kg **1150円**(税込**1242円**)
米(岩手県)

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎町)
502074 白米用雑穀セット
500g **1048円**(税込**1132円**)
[放]不検出<0.5<0.5

2022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)<0.16 ND(不検出)<0.14
やさとのお米 コシヒカリ ND(不検出)<0.09 ND(不検出)<0.13
山形県 おきたま興農舎 ひとめぼれ ND(不検出)<0.17 ND(不検出)<0.13
つや姫 ND(不検出)<0.17 ND(不検出)<0.13
宮城県 黒澤さんのお米 ひとめぼれ 検査次第順次お知らせします
・2022年度産の放射能検査の内容は、順次計測します。
・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。



季節の野菜を加えて! 122 北海道みそバター鍋セット 北海道産の秋鮭、ほたて、いか、じゃがもち、コーンたっぷりの鍋セットです。みそスープとバター付き。 3~4人前 凍 180日 乳米大 410g(具材5種290g、スープ50g×2、バター2個) 1280円(税込) 1382円(通常税込1456円)



123 広島産 冷凍かき 広島県産の新鮮なかきを急速凍結しました。鍋、グラタン、ソテーなど幅広く使えます。 凍 90日 150g 548円(税込) 592円(通常税込605円) かき(広島県)



124 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩) 北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。 凍 30日 70g×3 646円(税込) 698円(通常税込)



125 しまほっけ 黒糖みりん漬 脂のりかつアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりごまをブレンドした特製の調味液に低温で漬け込みました。 凍 米大 3切 210g 398円(税込) 430円(通常税込448円) しまほっけ(アメリカ)



126 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 180日 2切 160g 398円(税込) 430円(通常税込486円) 銀だら(アメリカ)



127 水温二年子生かき(生食用) 牡鹿半島の外洋に面した茨浜産中心にお届け。水無しパックなので、かき本来の甘み、食感が楽しめます。 凍 3日 100g 555円(税込) 599円(通常税込621円) [放] 不検出 <3.3 <3.4



130 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) からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)



・さすが二年子! 大きい! ・旨味が濃い! ・生もおいしいですが、これでカキフライ作ると最高なんです!



131 天日干しアジ 佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。 凍 30日 4枚210g以上 548円(税込) 592円(通常税込) 真あじ(佐賀県)

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。



128 活あさり(国内産) 国内産の新鮮なあさを季節に合わせて生きたままお届けします。砂抜き済み。 凍 180日 180g 385円(税込) 416円(通常税込430円) あさり(国内産) [放] 不検出 <4.0 <3.6



129 瀬沼産 大粒しじみ(冷凍) 全国でも有数の産地、瀬沼(ひぬま)より大粒だけを選び、高鮮度のまま冷凍してお届けします。砂抜き済み。 凍 30日 150g 398円(税込) 430円(通常税込) やまとしじみ(茨城県)



136 さんま開き2枚 北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。 凍 120日 2枚170g 398円(税込) 430円(通常税込) さんま(北海道)



137 水溫造り 生姜焼き用シルバー切身 主にニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を生姜醤油に漬けて水溫熟成させました。 凍 180日 2切140g 350円(税込) 378円(通常税込) シルバー(主にニュージーランド)



132 九州産真あじの生開き干し 厳選した九州産の鰯(あじ)を鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いて下さい。 凍 2枚160g 380円(税込) 410円(通常税込430円) 真あじ(九州)



133 2枚 片身2枚200g 398円(税込) 430円(通常税込) 134 3枚 片身3枚300g 588円(税込) 635円(通常税込) 真さば(ノルウェー)



135 水溫造り えてかいい一夜干し 山陰産のえてかいいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。 凍 120日 2枚200g 465円(税込) 502円(通常税込518円) えてかいい(日本海)



138 香ばし味噌のさばフィーレ ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬けです。野菜をたっぷり加えてホイル焼きも美味。 凍 30日 200g(片身2枚入) 461円(税込) 498円(通常税込518円) さば(長崎県、佐賀県)



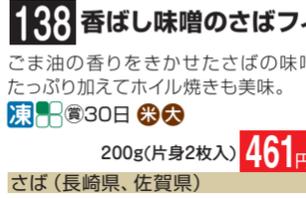
140 石巻産さば生姜醤油漬 宮城県石巻産のさばを黒糖とすりおろし生姜を加えた醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けてみました。 凍 180日 4枚240g 398円(税込) 430円(通常税込) さば(宮城県) [放] 不検出 <3.4 <2.9



141 三陸産天然ぶり生姜醤油漬 三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けてみました。 凍 2023年2月26日 3切180g 380円(税込) 410円(通常税込430円) ぶり(三陸南部沖) [放] 不検出 <3.8 <2.9



146 真あじフィーレ 長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。 凍 30日 片身5~8枚前後 200g 440円(税込) 475円(通常税込) 真あじ(長崎県)



142 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(通常税込) 紅鮭(ロシア)



143 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。 凍 180日 3切165g 530円(税込) 572円(通常税込) 紅鮭(ロシア)



144 水溫造り 甘塩さば切身4切 ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂がのっています。 凍 120日 4切260g 435円(税込) 470円(通常税込486円) さば(ノルウェー)



145 めばちまぐろカマ 遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。 凍 60日 3個300g 450円(税込) 486円(通常税込) めばちまぐろ(太平洋)



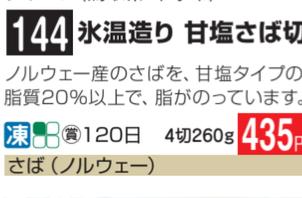
149 天然むきエビ(特大) ミャンマー沖(ベンガル湾、アングマン海)で漁獲した天然むきエビを、現地工場でもみ、急速バラ凍結しました。 凍 160g 548円(税込) 592円(通常税込) エビ(ミャンマー)



147 えび・いかミックス 生のむきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。 凍 200g 365円(税込) 394円(通常税込410円) えび(インド)、アカイカ(北太平洋)



148 三陸産するめいか 煮つけ 三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかなの内臓と下足を除去してつば抜きにしました。炒め物、煮物などに。 凍 3~6枚230g 410円(税込) 443円(通常税込) するめいか(岩手県、青森県) [放] 不検出 <3.8 <3.9



149 天然むきエビ(特大) ミャンマー沖(ベンガル湾、アングマン海)で漁獲した天然むきエビを、現地工場でもみ、急速バラ凍結しました。 凍 160g 548円(税込) 592円(通常税込) エビ(ミャンマー)



水産品の放射能検査について 調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。 主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

兵庫県 浜坂港

山米の地魚

代表の山本さん

調理例

山米 (兵庫県・新温泉町)

150 はたはた下処理済み

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

凍 90日

100g 4〜6尾 **325円** (税込 **351円**) 通常税込 **365円**

はたはた (兵庫県)

山米 (兵庫県・新温泉町)

151 山かれい切り身

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

凍 90日

150g **268円** (税込 **289円**)

山かれい (兵庫県)

加熱調理済ですが軽くソテーしても美味しいです

特

常総生協で人気1位のカキフライ

特

鹿児島・阿久根沖の地えび

特

山本さんお手製の西京漬

特

山米 (兵庫県・新温泉町)

152 さわら西京漬

脂のりの良い「寒さわら」を使用。「蔵の素」を加えた自家製の西京味噌に3日間じっくり漬け込みました。

凍 60日 米 大 小

2切約120g **658円** (税込 **711円**) 通常税込 **729円**

さわら (兵庫県)

ほたるいかは鮮度が命!新鮮なうちに仕込みました

特

山米 (兵庫県・新温泉町)

153 ほたるいか醤油麹漬

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

凍 90日 米 大 小

100g **443円** (税込 **478円**) 通常税込 **494円**

ほたるいか (兵庫県)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

154 高橋徳治商店のかきフライ

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

凍 60日

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

かき (宮城県)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

155 高橋徳治商店のかきフライ

三陸産のかきを使用。身がぷりっと引き締まり味も濃厚なかきフライです。

凍 180日 卵 大 小

240g **668円** (税込 **721円**) 通常税込 **744円**

かき (国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

やまた水産 (鹿児島県・阿久根市)

156 薩摩小えびの唐揚げ用

阿久根沖合いの深層海域に生息するえびです。殻がやわらかく、甘味が強いのが特徴です。

凍 90日

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

えび (鹿児島県)

焼津港のめばちまぐろ中落ち風

特

焼津 (静岡県・焼津市)

157 焼津港のめばちまぐろ中落ち風

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

凍 30日

120g **780円** (税込 **842円**) 通常税込 **862円**

めばちまぐろ (太平洋)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

158 しめさばかぶら漬

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

凍 180日 米 大 小

2枚160g **488円** (税込 **527円**)

真さば (国内産)

鮮魚のきびなごをすぐに衣つけ!

特

やまた水産 (鹿児島県・阿久根市)

159 生から作ったきびなごフライ

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

凍 米 大 小

180g **320円** (税込 **346円**)

きびなご (鹿児島県)

たっぷり110g

特

共和水産 (岩手県・宮古市)

160 海鮮いかキムチ

岩手県産のするめいか、めかぶ、オキアミを使用してキムチにしました。

凍 180日 米 大 小

110g **415円** (税込 **448円**)

するめいか (岩手県)

使い切りパックで便利

特

海泉水産 (静岡県・浜松市)

161 しらす干し

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

凍 120日

20g×3 **450円** (税込 **486円**)

しらす (遠州灘～伊勢湾)

カット済で食べやすい!

特

塩屋 (茨城県・たぎなか市)

162 魚屋さんの混ぜちりめん

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

凍 30日 米

50g **330円** (税込 **356円**)

しらす (遠州灘～伊勢湾)

漬水産 (宮城県・石巻市)

163 無着色明太子(切子込み)

着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。

凍 30日 米

60g **387円** (税込 **418円**)

すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)

漬水産 (宮城県・石巻市)

164 無着色たらこ(切子込み)

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

凍 30日 米

60g **387円** (税込 **418円**)

すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)

人気!注目のフコイダンがたっぷり

特

リアス (千葉県・船橋市)

165 松島産おさしみあかもく

ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、種類の具などにどうぞ。

凍 100g

100g **250円** (税込 **270円**)

あかもく (宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0

リアス (千葉県・船橋市)

166 国産あかもくめかぶミックス

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

凍 180日

40g×3 **330円** (税込 **356円**)

あかもく (国内産)、めかぶ (三陸)

ヤマフ (佐賀県・唐津市)

167 北海道スモークサーモンの棒寿司

北海道産の秋鮭と佐賀県産のお米を使用。秋鮭は塩のみで味付けし桜チップで低温でスモーク。カット済です。

凍 180日 米

1本 350g **1138円** (税込 **1229円**) 通常税込 **1274円**

秋鮭 (北海道)

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。

つゆ付き 温めるだけ!

特

鯉節、宗田鯉節、さば節、椎茸、昆布の5種の天然だしを使い、じっくり煮込みました。温めてお召上がり下さい。

かじかわ農場 (新潟県・新発田市)

168 天然だしのこだわりおでん

セット内容: 大根、卵鶏団子、ちくわ、厚あげ、こんにゃく、玉子の6種類入り

凍 90日 卵 米 大 小

6種470g **580円** (税込 **626円**) 通常税込 **643円**

高橋徳治商店 こだわりの練り物

近海のお魚たっぷり!

特

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

175 笹かまぼこ

無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かまぼこの地である宮城の昔ながらの味が楽しめます。自然解凍OK。

凍 180日 卵 米

5枚125g **351円** (税込 **379円**)

すけそうだら (北海道)

176 「高橋徳治商店」のごぼう揚

味噌漬のごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。

凍 180日 米 大

3枚117g **389円** (税込 **420円**)

ごぼう (国内産)・すけそうだら (北海道)

特

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

169 長崎甘鯛入りさつま揚げ

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

凍 7日 卵 米

5枚125g **378円** (税込 **408円**) 通常税込 **419円**

甘鯛 (長崎県)

長崎県 長崎蒲鉾より

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

170 長崎いか天

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

凍 7日 米

30g×4 **298円** (税込 **322円**)

すけそうだら (北海道、アメリカ)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

171 長崎もすく天

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

凍 8日 米

2枚(130g) **398円** (税込 **430円**)

魚肉 (国内産・タイ)、もすく (国内産)

汁物に入れると美味しいダンが出ます

特

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

177 いわしだんご

三陸産の真いわしと北海道産のタラのすり身を合わせ、ねぎと味噌を練り込んだ柔らかい食感のだんごです。

凍 120日 米 大

5個150g **330円** (税込 **356円**)

いわし (宮城県)

フライパンで炙っても美味しい!

特

だしがスープに溶け込み、絶妙な味わいに

特

宇和島練り物工房みよし (愛媛県・宇和島市)

172 みよしのじゃこ天

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)をたっぷり使ったじゃこ天。トースターで軽く(3~4分)焼いても。

凍 米

50g×2 **375円** (税込 **405円**) 通常税込 **419円**

魚肉 (愛媛県)

宇和島練り物工房みよし (愛媛県・宇和島市)

173 ニラ生姜じゃこ天

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に高知県産のニラと生姜を練り込んだじゃこ天です。

凍 米

50g×2 **388円** (税込 **419円**)

魚肉 (愛媛県)、ニラ・生姜 (高知県)

宇和島練り物工房みよし (愛媛県・宇和島市)

174 魚団子

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

凍 米 大

150g **388円** (税込 **419円**)

魚肉 (愛媛県)

惣菜やお酒のつまみに

特

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

178 曲がりネギちりめん揚げ

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

凍 180日 米

100g **346円** (税込 **374円**)

すけそうだら (北海道)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

179 わかめはんぺん

わかめの深緑色と磯の香りが特長です。凍ったまま食べやすい大きさに切って温めてどうぞ。離乳食にも。

凍 180日 卵 米

4枚200g **370円** (税込 **400円**) 通常税込 **415円**

わかめ (岩手県)

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

180 おでん種セット

国産の無リンすり身を使用。魚の旨味を追究したおでん種セット。

凍 180日 卵 米 大

7種13品 376g **793円** (税込 **856円**) 通常税込 **886円**

すけそうだら (北海道)

岩瀬さんの 飼い方の特徴

国内養豚の平均飼育頭数は約2400頭です(2021年/畜産統計)。他方で、岩瀬牧場は全頭合わせて600頭程度でかなり小規模。その理由は「目の届く範囲で1頭1頭を大事に育てたいから」(岩瀬さん)。生まれてくる子豚の中にはもともと弱かったり、小さな豚もいます。通常は効率を考えて弱い豚は処理してしまいがちですが、岩瀬牧場では弱い豚も小さな豚も1頭1頭大切に育てています。単に経済効率だけではなく、生命に携わる仕事として豚と向き合う養豚を続けている牧場です。



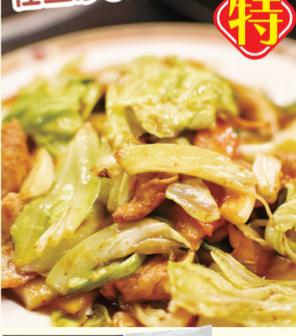
266円/100g
岩瀬さんの豚ロース、バラ、モモをスライスして、焼肉用にセットにしました。



岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
181 徳用 岩瀬さんの豚焼肉セット

冷蔵 賞6日 200g×3種 **1480円(税込1598円)** 通常税込1782円
茨城県

ポールスタアのたれで仕上げました



199円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
182 茨城県産ロースポーク小間切(タレ付)

ロース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14日 米大 **250g 460円(税込497円)** 通常税込508円
豚肉(茨城県)

手羽中と大根の煮物!



220円/100g



秋川牧園(山口県・山口市)
183 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。ほしひ分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。
凍結 賞180日 **300g 610円(税込659円)** 通常税込691円
山口県・島根県・福岡県・熊本県

ハンバーグにして!



304円/100g



丹沢農場(神奈川県・愛川町)
184 丹沢農場の牛豚合挽肉

みずほ牛の牛肉と丹沢高原豚の豚肉を使用した5:5の割合です。
凍結 賞120日 **200g 563円(税込608円)** 通常税込648円
牛肉(国内産)、豚肉(神奈川県)

豚肉

- 岩瀬さんの豚: 開放豚舎で発酵飼料を食べて元気に育った豚です。飼育期間は約8か月(一般的には6か月)。
- ロースポーク: 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。

表紙に岩瀬牧場・ロースポークのしゃぶしゃぶ用P16にロースポーク挽肉掲載中

284円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
185 岩瀬さんの豚バラスライス

脂と赤身が層になったバラ肉を、厚さ3~3.5mmにスライスしました。
冷蔵 賞6日 **200g 526円(税込568円)**
茨城県

281円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
186 岩瀬さんの豚モモスライス

赤身主体の部位。巻き物にも重宝します。厚さ3mm。
冷蔵 賞6日 **200g 520円(税込562円)**
茨城県

349円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
187 岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。
冷蔵 賞6日 **200g 646円(税込698円)**
茨城県

243円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
188 岩瀬さんの豚肩ロース切身

赤身の中に適度な脂身の交じる美味な部位。とんかつや、ポークソテーも美味。
冷蔵 賞6日 **2枚200g 450円(税込486円)**
茨城県

205円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
189 岩瀬さんの豚小間切

野菜と炒めて、カレーやシチュー等の煮込みにも。すぐ火が通るので、時間がない時でも便利です。
冷蔵 賞6日 **150g×2 570円(税込616円)**
茨城県

281円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
190 岩瀬さんの豚モモ一口カツ用

赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。
冷蔵 賞6日 **200g 520円(税込562円)**
茨城県

205円/100g

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山
191 岩瀬さんの豚挽肉

旧・新治村、岩瀬さんの豚。自家配合飼料を与え、内臓の丈夫な豚を育てています。赤身率8割です。
凍結 賞30日 **300g 570円(税込616円)**
茨城県

222円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
192 茨城県産ロースポークモモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使うようにブロックでお届け。
冷蔵 賞届いて4日 **500g 1030円(税込1112円)**
茨城県

270円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
196 丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉

1頭から約300gしかとれない希少な部位です。
凍結 賞120日 **200g 500円(税込540円)** 通常税込583円
神奈川県

284円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
197 丹沢高原豚 トントロ焼肉用

1頭から約300gしかとれない希少な部位。
凍結 賞120日 **200g 525円(税込567円)** 通常税込598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
193 茨城県産ロース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

277円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
194 茨城県産ロースポークローススライス

ロースポークのロースをスライスにしました。炒め物や揚げ物に!
冷蔵 賞届いて4日 **250g 642円(税込693円)**
茨城県

238円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
195 茨城県産ロース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

299円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
198 丹沢高原豚 ロース塩こうじ漬

豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。
冷蔵 賞6日 米大 **2枚200g 554円(税込598円)** 通常税込646円
豚肉(神奈川県)

232円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
199 丹沢高原豚 豚こま味噌漬

豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。
冷蔵 賞6日 米大 **200g 430円(税込464円)** 通常税込497円
豚肉(神奈川県)

228円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
200 茨城県産ロース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

165円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
201 茨城県産ロースポーク徳用小間切

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

166円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
202 茨城県産ロースポーク小間切

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

323円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
203 丹沢高原豚ロースしゃぶしゃぶ用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ約2mm。
冷蔵 賞4日 **200g 598円(税込646円)**
神奈川県

269円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
204 丹沢高原豚肩ローススライス

脂身が適度に入り旨みがあります。厚さ3mm。
冷蔵 賞4日 **200g 498円(税込538円)**
神奈川県

424円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
205 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) 785円(税込848円)**
神奈川県

215円/100g

丹沢農場(神奈川県・愛川町)
206 丹沢高原豚小間切

各部位から集めています。
冷蔵 賞4日 **200g 398円(税込430円)**
神奈川県

鶏肉

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

表紙から揚げ用のお得な2パック組掲載中

164円/100g 煮物で!

野口さん達(茨城県・桜川市)
207 つくば茜鶏 ムネ

あつさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。
凍結 **250g 380円(税込410円)** 通常税込430円
茨城県

160円/100g そぼろ丼に!

野口さん達(茨城県・桜川市)
208 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。
凍結 **250g 370円(税込400円)** 通常税込420円
茨城県

279円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)
209 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。
凍結 **250g 645円(税込697円)**
茨城県

239円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

210 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 250g **554円** (税込 **598円**)
茨城県

239円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

211 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 250g **554円** (税込 **598円**)
茨城県

250円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

212 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 250g **578円** (税込 **624円**)
茨城県

158円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

213 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍 300g **440円** (税込 **475円**)
茨城県

158円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

214 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 300g **440円** (税込 **475円**)
茨城県

116円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

215 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

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。

P1特大 坊津黒牛すき焼き用、坊津黒牛すき焼き用、P16坊津黒牛赤身ブロック掲載中

451円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

216 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし

何にでも使える切り落としです。2パック組でお届けします。

凍 170g x 2 **1420円** (税込 **1534円**) (通常税込 **1566円**)
鹿児島県

608円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

217 鹿児島 坊津黒牛 焼肉用(モモ、バラ)

モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。

凍 300g **1690円** (税込 **1825円**)
鹿児島県

624円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

218 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用

霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

凍 180g **1040円** (税込 **1123円**)
鹿児島県

301円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

219 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

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)

220 国産牛挽肉

ホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。

凍 200g **400円** (税込 **432円**)
福岡県、大分県

From 秋川牧園 鶏ガラスープレシピ



◆材料
鶏ガラ…… 500g
塩…………… 大さじ2

◆作り方
① 鍋に鶏ガラを入れ、かぶる程度の水を加える。
② 蓋をして中火にかけ、沸騰したら弱火にし、アクや脂をとりながら1時間以上煮込む。(圧力鍋なら40分程度でOK)
③ 煮出し終えたら、仕上げに塩を加えて味を調える。
④ ギャルで濾しながらスープを保存容器に移し、粗熱が取れたら冷蔵庫に入れる。完成。

◆材料
鶏ガラ…… 500g
塩…………… 大さじ2

◆作り方
① 鍋に鶏ガラを入れ、かぶる程度の水を加える。
② 蓋をして中火にかけ、沸騰したら弱火にし、アクや脂をとりながら1時間以上煮込む。(圧力鍋なら40分程度でOK)
③ 煮出し終えたら、仕上げに塩を加えて味を調える。
④ ギャルで濾しながらスープを保存容器に移し、粗熱が取れたら冷蔵庫に入れる。完成。

秋川牧園 (山口県・山口市)

20 若鶏ガラ

非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた秋川牧園の若鶏のガラ。

凍 500g **400円** (税込 **432円**) (通常税込 **464円**)
鶏肉 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)

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。

P16鎌倉ロースハム(徳用) 丹沢農場のサラミソーセージ掲載中

P15ニューオークボの パスタと一緒に!



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

226 丹沢農場の ミートソース 2パック

中津ミートの豚肉たっぷりのソース。化学調味料を使わない、シンプルな味付け。

凍 250g x 2 **840円** (税込 **908円**) (通常税込 **972円**)
豚肉 (国内産)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

221 鎌倉マイルドポーク ウィナー×2

焼き塩を使用しているので塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。

冷 94g x 2 **335円** (税込 **362円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <4.4 <4.1

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

222 鎌倉マイルドポーク ウィナー (徳用)

焼き塩を使用しているので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。

冷 400g **680円** (税込 **734円**) (通常税込 **754円**)
豚肉 (国内産)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

223 鎌倉ロースハム スライス×2

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷 60g x 2 **500円** (税込 **540円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

224 丹沢農場の 粗挽ウイナー

ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。

冷 120g **320円** (税込 **346円**)
豚肉 (国内産)

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

225 丹沢農場のボンレス ハムスライス

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

冷 100g **390円** (税込 **421円**)
豚肉 (国内産)

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

226 丹沢農場の ミートソース 2パック

中津ミートの豚肉たっぷりのソース。化学調味料を使わない、シンプルな味付け。

冷 250g x 2 **840円** (税込 **908円**) (通常税込 **972円**)
豚肉 (国内産)

ミートバル村山 (茨城県・土浦市)

227 村山さんの チャーシュー

村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はロースポーク使用。

冷 200g **500円** (税込 **540円**)
豚肉 (茨城県)

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

228 丹沢農場の ハンバーグ(ミニ)

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。

凍 180g (30g x 6) **340円** (税込 **367円**) (通常税込 **400円**)
豚肉 (国内産)

野口さん達 (茨城県・桜川市)

229 つくば茜鶏 蒸し焼き スライスチキン

つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 160g **398円** (税込 **430円**)
鶏肉 (茨城県)

牛乳・卵

健康な牛は健康な土から

鈴木牧場 牛乳 720ml

契約価格319円(税込)

こちらから定期登録は

鈴木牧場牛乳

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

冷 届いて3日 乳

サツラク農協 (北海道・札幌市)

サツラク低温殺菌牛乳

1 1ℓ **330円** (税込 **356円**)
2 500ml **198円** (税込 **214円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)

3 サツラク低脂肪牛乳

冷 届いて15日 乳

500ml **163円** (税込 **176円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

ジャム・メイプルシロップ・スープ

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

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

はなのみ (長野県・小布施町)

230 白桃ジャム

長野県産川中島白桃を使用。清涼感のある甘みが特徴。糖度40度の低糖度仕上げ。原材料にはちみつを含みます。

冷 180g **430円** (税込 **464円**)
桃 (長野県)

はなのみ (長野県・小布施町)

231 いちじくジャム

いちじくの風味を生かし、糖度40度の低糖ジャムに仕上げました。お菓子作りにも。

冷 180g **460円** (税込 **497円**)
いちじく (広島県)

冬は余剰気味、「みんなの1本」で産地応援!

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)

4 サツラク牛乳

冷 届いて15日 乳

1ℓ **266円** (税込 **287円**) (通常税込 **298円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社 (北海道・江別市)

5 おいしさまるやか (成分調整牛乳)

冷 届いて10日 乳

1ℓ **240円** (税込 **259円**)
生乳 (北海道)

カフェインレスです

よの薬業 (北海道・音更町)

234 カフェインレス よの薬業カフェオレ

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 届いて6~10日 乳

1ℓ **277円** (税込 **299円**)
生乳 (北海道)

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

232 栗ジャム

国産の栗を蒸し上げ、ひとつひとつ実を取り出し、ペースト状にしたものに粗糖を加え、直火炊きました。

冷 120g **645円** (税込 **697円**) (通常税込 **713円**)
栗 (熊本県)

Citadelle Maple Syrup Producer's Cooperatives

233 メイプルシロップ アンバー

サトウカエダの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメイプルシロップ。

冷 250g **890円** (税込 **961円**)
楓樹液 (カナダ)

味日本 (広島県・広島市)

645 国産野菜入りコーンポタージュスープ

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

冷 104.4g (17.4g x 6袋) **450円** (税込 **486円**)
とうもろこし (北海道)

宇治田農場 (茨城県・石岡市)

6 宇治田さんの 平飼卵

多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬・抗生物質不使用。

冷 届いて7日 卵

6個 **330円** (税込 **356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

7 八郷の卵

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

冷 届いて11日 卵

10個 **298円** (税込 **322円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

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

有機農業の生産者が肥料を得る為に飼っている鶏の卵です。自家野菜を与え、健康に育てました。

冷 届いて6日 卵

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、残留農薬が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。

別チラシでベトナムのシュトーレン掲載中



自家製酵母パン Le-Lourdes (レ・ルルド)

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

Le-Lourdes (神奈川県・中井町) パンド・ミ(食パン) 1斤

235 6枚

※届いて1~2日 小

270円(税込292円)

236 8枚

270円(税込292円)

237 ノースライス

260円(税込281円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

※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

※届いて1~2日 小

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

238 8枚

425円(税込459円)

239 ノースライス

415円(税込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) 240 パンド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※届いて1~2日 小

1斤 300円(税込324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le-Lourdes (神奈川県・中井町) 241 パンズ

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※届いて1~2日 小

3個 300円(税込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) 242 チーズカンパーニュ

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、ナチュラルチーズ(北海道)、自家製天然酵母、塩

※届いて1~2日 乳 小

1個 535円(税込578円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) 【放】不検出 <4.6 <3.8



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お届けです

原材料:小麦粉(国内製造)、砂糖、ラード、脱脂粉乳、パン酵母、塩(小麦、豚肉、乳成分含む)

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) クーロンヌの角形食パン

※届いて2日 乳 小

243 半斤3枚

140円(税込151円)

244 1斤6枚

270円(税込292円)

小麦(アメリカ、他)

245 1斤8枚

270円(税込292円)

246 ノースライス

265円(税込286円)



クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)

247 クーロンヌのバゲット

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

凍 ※60日 小

1本(ハーフ2本) 320円(税込346円)

小麦(アメリカ他)



地元のお店 いばらきベーグル

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

248 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 ※30日 米 小 1個 157円(税込170円) 通常税込180円

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

249 焼き芋ベーグル

茨城産のさつまいもをオープンでじっくりと焼き上げ、生地にたっぷり混ぜ合わせました。

凍 ※30日 米 小 1個 220円(税込238円) 通常税込248円

小麦(北海道)、さつまいも(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

250 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 ※30日 米 小 1個 194円(税込210円)

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)



ナチュラルチーズをかけて焼き上げました

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

251 チーズベーグル

原材料:小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、ナチュラルチーズ、粗精糖、天日塩、天然酵母(原材料の一部に乳を含む)

凍 ※30日 乳 米 小 1個 230円(税込248円)

小麦(北海道)、ナチュラルチーズ(国内産)



いばらきベーグル(茨城県・常総市)

252 クーベルチュールチョコベーグル

ココア生地に風味豊かなクーベルチュールチョコを混ぜ合わせました。

凍 ※30日 乳 米 大 小 1個 221円(税込239円)

小麦(北海道)、チョコ(国内産)



ワッフル食品(千葉県・千葉市)

253 ブリュッセルワッフル

凍 ※180日 卵 乳 大 小 約65g×6 675円(税込729円)

小麦(カナダ、他)



ハッココ食品(千葉県・千葉市)

254 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 ※180日 小 約40g×5 460円(税込497円)

小麦(国内産)



ワールド(石川県・金沢市)

255 レンジdeほっこりカレーパン

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

凍 乳 大 小 90g×3個 487円(税込526円) 通常税込537円

小麦(国内産)



ワールド(石川県・金沢市)

256 レンジdeほっこりピザパン

トマトとナチュラルチーズなどのピザの具材をフィリングにして包み焼き上げた冷凍惣菜パンです。

凍 卵 乳 大 小 90g×3個 497円(税込537円)

小麦(国内産)

乳製品 デザート 素材の味を活かした製品づくりを心掛けています シュレッドチーズは16ページに掲載

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。

ピンは再利用しますので必ずご返却ください

※届いて10~11日 乳

鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場ヨーグルト

257 プレーン 400g 340円(税込367円) 通常税込390円

258 微糖 400g 370円(税込400円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.4 <3.4

1個に牛乳約1ℓ分の栄養がギュッ!

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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

259 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ

脱プラ推進!ピン入りでお届け

100g 498円(税込538円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

260 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン)

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

凍 ※7日以上 乳

40g 292円(税込315円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.8 <4.1

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

261 石岡 鈴木牧場さけるチーズ(バジル)

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

凍 ※14日以上 乳

30g 199円(税込215円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.3 <3.1

茨城産有機栽培バジル使用



サツラク農協(北海道・札幌市)

262 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン)

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

凍 ※18日 乳

500g 288円(税込311円)

生乳(北海道) 【放】不検出 <3.9 <3.1



サツラク農協(北海道・札幌市)

263 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)

凍 ※18日 乳

80g×3 222円(税込240円)

生乳(北海道) 【放】不検出 <3.9 <3.1

ホリ牧場が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。

※21日 乳

ホリ乳業(石川県・金沢市)

腸内活性ヨーグルト

264 プレーン 380g 535円(税込578円) 通常税込594円

265 加糖 90g×3 452円(税込488円) 通常税込502円

生乳(石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0

「腸内活性ヨーグルト」愛用者の声!! 「腸に良いものを」と思い、普段から愛用しています。「プレーン」にてんさい糖とバナナを刻んで入れて頂いています。とても美味しいです。

加糖

お豆腐屋さんのプリン

まったり食感の黒ごまプリン

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

おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

269 豆乳ぶりん 黒ごま 4個 280円(税込302円) 通常税込322円

豆乳(国内産)

おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

270 濃厚豆乳プリン

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

凍 ※30日 卵 乳 大

100g×2 250円(税込270円)

牛乳(愛知県) 【放】不検出 <3.8 <3.5



日本生活協同組合連合会

266 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。

凍 ※15日 乳

65ml×10 199円(税込215円)



創健社(神奈川県・横浜市)

267 べに花ハイプラスマーガリン

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

凍 乳 大 180g 296円(税込320円)



北海道酪農公社(北海道・江別市)

268 北海道クリームチーズ

凍 ※60日 乳 100g 294円(税込318円)

生乳(北海道)



おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

271 生乳たっぷりのおヨーグルト

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

凍 ※19日 乳 180ml×2 256円(税込276円) 通常税込298円

生乳(福島県) 【放】不検出 <3.7 <4.5



おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)

270 濃厚豆乳プリン

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

凍 ※30日 卵 乳 大

100g×2 250円(税込270円)

牛乳(愛知県) 【放】不検出 <3.8 <3.5



酪王乳業(福島県・郡山市)

271 生乳たっぷりのおヨーグルト

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

凍 ※19日 乳 180ml×2 256円(税込276円) 通常税込298円

生乳(福島県) 【放】不検出 <3.7 <4.5

今週のおすすめ

ちょっと贅沢なバターを
お得な2個組で



北海道江別市の北海道酪農公社からお届けします。原材料は江別市近郊の酪農家を中心とした北海道の生乳を使用。バターチャーレンというサイコロ状の容器に生クリームを入れ、サイコロをグルグルと回転させてバターを作ります。一般的なバターは「連続式」という方法で短時間で大量生産が可能ですが、チャーレンは手間と時間をかけて作られており、その結果、なめらかでクリーミーなバターに仕上がります。ぜひ一度お試しください。

北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャーレン(攪拌機)で時間をかけて作った手作りのバター。長期保存は冷凍で。

北海道酪農公社(北海道・江別市)

272 北海道チャーレンバター 2個組

冷 賞60日 乳
100g×2 **560円(税込604円)** 通常税込636円
生乳(北海道)



供給部 丸山のおすすめ



油いらすで人気
サッと焼いてすぐ出せる!



丸和食品(東京都・練馬区)

273 焼いて食べる油揚げ包み(餃子風)

国産のキャベツ、ニラ、長ねぎ、生姜を油揚げで包みひとつずつ手揚げしました。フライパンなどで温めて、おでんや鍋にも。

冷 賞7日 大
4個 **310円(税込335円)** 通常税込354円
大豆(国内産)

押し豆腐で
ヘルシーハンバーグ



丸和食品(東京都・練馬区)

274 押し豆腐

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

冷 賞21日 大
220g **249円(税込269円)** 通常税込285円
大豆(国内産) [放] 不検出<1.4<1.1

コリコリした食感が
やみつきに!



組合員さんからのクチコミ

山くらげは本当に美味しい。まだ食べた事の無い組合員さんにぜひおすすめしたいです。

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

275 国産山くらげ たりまり漬

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

冷 賞90日 大 小
90g **448円(税込484円)** 通常税込498円
山くらげ(茨城県) [放] 不検出<3.6<3.5

秋冬人気の
炊き込みご飯



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

276 炊き込みご飯の素 きのこ五目

鶏肉と秋の味覚きのこ5種類を使った、ボリュームのある炊き込みご飯の素。生きのこで作りました。

冷 賞90日 米 大 小
170g(2合用) **380円(税込410円)** 通常税込430円
ぶなしめじ(国内産)

使い切り少量パック

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



冷 賞届いて4日 大
丸和食品(東京都・練馬区)

277 ミニもめん豆腐 150g×2

198円(税込214円)

278 ミニきぬ豆腐 150g×2

198円(税込214円) [放] 不検出<1.2<1.2

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。



冷 賞届いて4日 大
丸和食品(東京都・練馬区)

279 もめん豆腐 300g

198円(税込214円)

280 きぬ豆腐 300g

183円(税込198円) [放] 不検出<1.2<1.2

煮汁をよく含むので、煮物、おでんに最適!



丸和食品(東京都・練馬区)

284 豆腐屋が作った揚げ物セット

人気の「きつねがんと」、「一口厚揚げ」、「一口京がんと」を合わせたバラエティ豊かなお徳セット。

冷 賞届いて3日 大
3種7品 **258円(税込279円)**
大豆(国内産) [放] 不検出<1.8<1.6

ひと口サイズで煮物やお弁当に便利!



丸和食品(東京都・練馬区)

285 ひじき入り京がんと

国産大豆使用の生地に野菜やひじきを加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。

冷 賞届いて5日 大
7個(140g) **290円(税込313円)**
大豆(国内産) [放] 不検出<3.7<4.1



JAやさと(茨城県・石岡市)

286 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(税込160円)**
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.9<3.8



水府納豆(茨城県・常陸太田市)

287 水府納豆ミニ3個(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

冷 賞10日 米 大 小
40g×3 **140円(税込151円)**
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.0<3.4



登喜和食品(東京都・府中市)

288 遊作納豆(タレ・カラシ付)

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

冷 賞9日 米 大 小
80g **216円(税込233円)**
大豆(茨城県) [放] ¹³⁷Cs=3.7



登喜和食品(東京都・府中市)

289 十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)

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

冷 賞9日 米 大 小
40g×2 **184円(税込199円)**
大豆(北海道)

大粒大豆のひきわり



登喜和食品(東京都・府中市)

290 北海道ひきわりカップ2(タレ・カラシ付)

仕込みの直前に丸大豆をひき割りしました。カット面の酸化を防ぎ、ひと味違う納豆に仕上げました。

冷 賞9日 米 大 小
30g×2 **185円(税込200円)**
大豆(北海道)

こんにゃくにも旬あり! 新芋使用!



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

291 有機新芋 こんにゃく

10月に畑から掘り出した新芋だけで作りました。生芋100%なので風味、食感は格別です。

冷 賞15日
350g **258円(税込279円)** 通常税込289円
こんにゃく芋(群馬県)

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

292 有機新芋 糸こんにゃく

10月に畑から掘り出した新芋だけで作りました。生芋100%なので風味、食感は格別です。

冷 賞15日
280g **258円(税込279円)** 通常税込289円
こんにゃく芋(群馬県)

「あく抜きしらす(2個組)」は1ページ



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

293 生芋あく抜き 板こんにゃく 2個組

こんにゃく芋のあくや不純物を原料の段階で除去しました。あく抜きせずに使えます。

冷 賞90日
220g×2 **260円(税込281円)** 通常税込302円
こんにゃく芋(国内産)

淡路島より 素潜り漁のわかめ・茎わかめ



藤本水産(兵庫県・淡路市)

294 淡路島の天然わかめ(塩蔵)

淡路島・由良地区でとれた天然わかめです。食感が良く、自然な味わいで使えます。

冷 賞90日
150g **398円(税込430円)** 通常税込443円
わかめ(兵庫県)

藤本水産(兵庫県・淡路市)

295 淡路島の天然茎わかめ(塩蔵)

淡路島・由良地区でとれた天然わかめの中芯を塩蔵しました。塩抜きして炒め物や酢の物などに。

冷 賞90日
200g **358円(税込387円)**
わかめの中芯(兵庫県)



浜食(東京都・調布市)

296 洗いもずく

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 賞10日 米
200g **240円(税込259円)**
もずく(沖縄県)



共生食品(神奈川県・相模原市)

297 内麦焼そば(ソース付)

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

冷 賞6日 卵 大 小
麺150g×3
ソース30g×3 **257円(税込278円)** 通常税込292円
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



共生食品(神奈川県・相模原市)

298 内麦生ラーメン醤油(3食入)

国産小麦粉を使った、無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。スープはあっさりタイプなので具材で補って。

冷 賞7日 卵 大 小
麺120g×3
スープ30g×3 **378円(税込408円)**
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



遠忠食品(埼玉県・越谷市)

299 国産味付メンマ

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

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



遠忠食品(埼玉県・越谷市)

300 国産味付ザーサイ

国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。

冷 賞90日 米 大 小
100g **348円(税込376円)**
ザーサイ(神奈川県・茨城県) [放] 不検出<3.7<4.1



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

301 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の産直卵を温泉たまごにしました。

冷 賞10日 卵
4個(タレ無) **206円(税込222円)**
卵(茨城県) [放] 不検出<3.3<3.4

東京都 練馬 菊田の煮豆



菊田商店(東京都・練馬区)

302 煮豆 とら豆

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

冷 賞90日 米
150g **314円(税込339円)** 通常税込350円
とら豆(北海道)



菊田商店(東京都・練馬区)

303 昆布豆

秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とら火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふっくらと仕上がっています。

冷 賞90日 米 大 小
130g **220円(税込238円)**
大豆(秋田県) [放] 不検出<2.9<3.2

すぐ出せる「あと一品」



遠忠食品(埼玉県・越谷市)

304 五目豆煮

大豆、蒟蒻、ごぼう、人参、昆布をかつおだしをベースに醤油、砂糖で味付け。直火炊きのふっくら仕上げ。

冷 賞90日 米 大 小
100g **305円(税込329円)**
大豆(北海道)



かじかわ農場(新潟県・新発田市)

305 筑前煮

野菜の風味と食感を大切に、天然だしてじっくり煮込みました。温めてお召し上がり下さい。

冷 賞90日 米 大 小
170g **480円(税込518円)**
れんこん(国内産)



樽の味(和歌山県・御坊市)

306 熟成めか床

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

冷 賞180日 米 大
1kg **548円(税込592円)**
米ぬか(和歌山県)



高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市)

307 灘の酒粕

「灘の生一本」で知られる蔵元ならではの酒粕。半練タイプなので、そのまま汁や甘酒に使えます。

冷 賞90日 米
200g **350円(税込378円)**
米(国内産)

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

開発ごほれ話
人気No.1

黒酢酢豚はこうして作られた!

「忙しくて、家族には手料理を食べさせてあげたい」そんな想いを持つ女性スタッフが中心となり、開発が始まったミールキット。健康面を考え調味料は「お酢」、且つ子どもにも食べやすい「豚肉」をおおうという事で、「黒酢酢豚」が誕生しました。豚肉・野菜と絡む「甘辛たれ」は何度も試作し、完成させました。グリーンリーフの数ある商品の中でも人気No.1の「黒酢酢豚」をぜひご賞味ください。



黒酢で味に深みをプラス



調理時間 準備品
約6分 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 1.21g

2人前 (約410g)

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 2人前 (約410g) 850円(税) 918円(税込) 971円(通常税込)

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

豆腐入りでふんわり食感



調理時間 準備品
約5分 油

2人前

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

食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

309 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) 961円(税込)

豆腐・玉ねぎ(国内産)

鶏肉と大根のさっぱりした味わい



調理時間 準備品
約7分 油

2人前

セット内容: カット野菜(大根、人参、小松菜)、調理肉

食塩相当量: 1.63g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

310 鶏肉入り大根きんぴら

新鮮な野菜セットと鶏肉入りの本格的なタレがついたきんぴらキットです。

冷蔵届いて1~2日 米大 2人前(約420g) 810円(税) 875円(税込)

大根(国内産)、鶏肉(山口県)

炒め料理の定番がこれ一つで!



調理時間 準備品
約5分 油

2人前

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)

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) 1042円(税込)

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 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)、タレ漬豚肉

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

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) 1015円(税込)

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

シャキシャキ野菜がたっぷり



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)

313 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) 821円(税込)

小松菜(国内産)

海鮮の旨味がたっぷり



調理時間 準備品
約4分 油

2人前

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

食塩相当量: 1.5g

もやしが付きます。目安は200~250gですので1袋お使いください

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

314 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め

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

冷蔵届いて1~2日 卵大 2人前(約460g+もやし250g) 940円(税) 1015円(税込)

白菜(国内産)、えび(ベトナム)

もちり麺がピリ辛スープに絡む



調理時間 準備品
約6分 油

2人前

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

もやしが付きます。目安は200~250gですので1袋お使いください

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

315 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 卵大 2人前(約490g)+もやし250g 1130円(税) 1220円(税込)

小麦粉(神奈川県)、にら(国内産)

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



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

316 さんまチーズサンド

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

凍 180日 乳小 6~8個150g 395円(税) 427円(税込)

さんま(国内産)



つかさ食品(千葉県・南房総市)

317 いわし蒲焼用(タレ付)

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

凍 180日 米大 6~12枚 380円(税) 410円(税込) 430円(通常税込)

真いわし(国内産)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

318 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)

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

凍 180日 米大 6~11枚150g+タレ50g 438円(税) 473円(税込)

真あじ(千葉県) [放] 不検出<3.3<3.7



大進食品(神奈川県・横浜市)

319 北海道八雲発マムの帆立クリームコロッケ

北海道の酪農発祥の地・八雲町の生乳で作った帆立入りクリームコロッケです。凍ったまま揚げて。

凍 乳米小 40g×6 403円(税) 435円(税込)

生乳(北海道) [放] 不検出<2.9<3.7



ニッココ(神奈川県・大和市)

320 徳用北京餃子

普通の餃子より野菜(特ににら)を多く入れました。皮は国産小麦粉使用。焼いて。

凍 米大 18g×15 443円(税) 478円(税込)

豚肉(国内産)



大進食品(神奈川県・横浜市)

321 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 米大 18g×25 568円(税) 613円(税込)

豚肉(国内産) [放] 不検出<3.3<4.0



秋川牧園(山口県・山口市)

322 とり焼売

冷めても柔らかいのでお弁当にもおすすめ

凍 米大 216g(12個入) 408円(税) 441円(税込) 451円(通常税込)

鶏肉(山口県、他)、玉葱・小麦(国内産)



大進食品(神奈川県・横浜市)

323 マム 女性のための餃子(国産きくらげ入)

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

凍 米大 18g×20 543円(税) 586円(税込)

キャブ小麦粉きくらげ(国内産) [放] 不検出<3.4<3.4



ニッココ(神奈川県・大和市)

324 えびにら餃子

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

凍 米大 18g×10 393円(税) 424円(税込) 445円(通常税込)

えび(インドネシア、ベトナム、他)

ナチュラルチーズをたっぷり使用

大進食品(神奈川県・横浜市)

325 マム 焼いて簡単ピザ巻きイタリアン

北海道よつ葉乳業のナチュラルチーズとトマトソースで仕上げたピザ風の春巻。フライパンで焼いて。

凍 乳米小 5本200g 407円(税) 440円(税込)

ナチュラルチーズ(北海道) [放] 不検出<4.3<4.4



原口商店(宮崎県・都城市)

326 カレイの甘酢あんかけ

アメリカ産のカレイを唐揚げにし、野菜と合わせた甘酢あんかけにしました。

凍 米大 240g(3袋) 465円(税) 502円(税込) 518円(通常税込)

カレイ(アメリカ)



ダイマツ(鳥取県・米子市)

327 氷温造り さわらの雪見おろし(南蛮柚子)

国産(一部韓国産)のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。

凍 米大 220g 345円(税) 373円(税込)

さわら(国内産、韓国)



ダイマツ(鳥取県・米子市)

328 氷温造り 秋鮭の南蛮漬

北海道産の秋鮭を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 米大 180g 398円(税) 430円(税込)

秋鮭(北海道)



やまた水産(鹿児島県・阿久根市)

329 きびなごさっぱり漬

地元で「黒潮のしずく」と呼ばれるほど美しい魚体のきびなご。頭、内臓を除去してマイルドな甘酢漬に。

凍 米 80g 320円(税) 346円(税込)

きびなご(鹿児島県)

330 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 **2480円** (税込 **2678円**) 通常税込 **2894円**
 うなぎ (愛知県)

331 中華丼の具(醤油)
 鶏がら(静岡・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。
 凍 米 大 小
 180g×2 **498円** (税込 **538円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

332 大きめえび天の鍋焼きうどん
 大きめえび天に三角揚げ、椎茸、人参等の具材をコンのあろうどんにつけました。
 凍 米 大 小
 2食586g **547円** (税込 **591円**)
 ニッコー (大阪府・大阪市)

333 関西風きつねうどん
 国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。
 凍 米 大 小
 2食520g **320円** (税込 **346円**)
 ニッコー (大阪府・大阪市)

338 博多名物 国産牛モツ鍋セット
 人気の高い国産牛の小腸のみを丁寧に処理、臭みがありません。素材の良さが味わえる塩味スープのセット。
 凍 180日 米
2000円 (税込 **2160円**) 通常税込 **2206円**
 大進食品 (神奈川県・横浜市)

334 冷凍ナムルセット(2個組)
 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り付け。ぜんまいは中国産。
 凍 米 大 小
 150g×2 **870円** (税込 **940円**) 通常税込 **994円**
 カラミックス (東京都・新宿区)

335 野菜かき揚げ
 国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。
 凍 米 小
 4個260g **466円** (税込 **503円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

336 海老天ぶら
 塩蔵の天ぶら専門メーカーが国産小麦の天ぶら粉と米油を使い、作りました。
 凍 米 小
 3本入 **426円** (税込 **460円**)
 菅原食品販売 (宮城県・塩竈市)

337 天ぶらセット(濃縮たれ付)
 5種の野菜(南瓜、さつまいも、舞茸、茄子、野菜かきあげ)を米油で揚げた天ぶらセット。たれは希釈して。
 凍 米 大 小
 200g(2人前、5種×2個) **537円** (税込 **580円**) 通常税込 **594円**
 菅原食品販売 (宮城県・塩竈市)

338 博多名物 国産牛モツ鍋セット
 人気の高い国産牛の小腸のみを丁寧に処理、臭みがありません。素材の良さが味わえる塩味スープのセット。
 凍 180日 米
2000円 (税込 **2160円**) 通常税込 **2206円**
 大進食品 (神奈川県・横浜市)

339 エビカツフライ
 魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。
 凍 米 大 小
 4個152g **427円** (税込 **461円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

340 からあげ
 開放鶏舎で植物性主体の飼料育ちの若鶏胸肉を醤油ベースの調味液に漬け揚げました。トースター、レンジで。
 凍 米 大 小
 150g **467円** (税込 **504円**)
 秋川牧園 (山口県・山口市)

341 ごぼうとひじきの豆腐団子
 鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。
 凍 米 大 小
 8個144g **377円** (税込 **407円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

342 鶏ごぼうシュウマイ
 削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。
 凍 米 大 小
 27g×8 **389円** (税込 **420円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

343 天津包子(肉まん)
 国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醗酵させた皮で、肉と野菜を包みこみました。レンジか蒸して。
 凍 米 大 小
 275g(5個入) **439円** (税込 **474円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

344 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ
 白身魚のすり身とごぼうを合わせて揚げました。お弁当にも。レンジかトースターで。
 凍 米 大 小
 8個160g **355円** (税込 **383円**) 通常税込 **403円**
 ニッコー (神奈川県・大和市)

345 やきとりセット
 秋川牧園の若鶏を使用した、もも・つくねの各3本組セット。湯煎またはレンジで。
 凍 米 大 小
 180g(2種各3本) **639円** (税込 **690円**) 通常税込 **714円**
 秋川牧園 (山口県・山口市)

346 フライドチキン(骨なし)
 塩麹で若鶏むね肉に柔らかさと旨みを加えコーンフレークの衣でサクサク食感をプラス。骨なしタイプ。
 凍 米 大 小
 300g **916円** (税込 **989円**)
 秋川牧園 (山口県・山口市)

マムからドリアが新登場!
 2種のソース(パシャメル・ミート)で絶品な味わい
 北海道八雲の朝搾りの生乳・バター・国産小麦粉で作った特製のベシャメルソースとミートソースをかけ、手切りの生トマトをトッピングしました。
 凍 米 大 小
 200g×2 **724円** (税込 **782円**) 通常税込 **862円**
 大進食品 (神奈川県・横浜市)

347 ミニポテト オープントースター用
 北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。
 凍 米
 500g **311円** (税込 **336円**)
 パイオニアフーズ (北海道・京極町)

348 スパイシー ささみカツ
 開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツにしました。フライ済。
 凍 米 大 小
 160g **425円** (税込 **459円**)
 秋川牧園 (山口県・山口市)

349 ふんわり豆腐ハンバーグ
 消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えました。レンジかフライパンで。
 凍 米 大 小
 90g×3 **474円** (税込 **512円**)
 ニッコー (神奈川県・大和市)

350 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 **385円** (税込 **416円**) 通常税込 **436円**
 ニッコー (神奈川県・大和市)

351 フレッシュトマトのミートソースドリア
 原材料:生乳(北海道産)、野菜(トマト(国産)、玉ねぎ、ほうれん草、にんじん、セロリ)、米(北海道産)、豚肉、小麦粉、トマトジュース、バター、ナチュラルチーズ、ワイン、トマトペースト、食塩、オリーブオイル、酵母エキス、にんにく、ホタテエキス、香辛料、サフラン。(一部に小麦・乳成分・豚肉を含む)
 凍 米 大 小
 200g×2 **724円** (税込 **782円**) 通常税込 **862円**
 大進食品 (神奈川県・横浜市)

352 ミニたい焼き(あずき)
 国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。
 凍 米 小
 10個400g **384円** (税込 **415円**) 通常税込 **432円**
 ニッコー (神奈川県・大和市)

353 芽吹き屋 みたらしだんご
 国産米を原料とした上新粉生地のみたらしたれをかけたお団子です。
 凍 米 大 小
 210g(3本入) **319円** (税込 **345円**)
 岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

354 芽吹き屋 三色だんご
 よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。
 凍 米 大
 4本180g **410円** (税込 **443円**)
 岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

KUBOTAのアイス
 南国土佐
 香り立つパナラピーンズを使用した無添加アイスです
 久保田食品 (高知県・南国市)

358 夢中熱中 バニラとあずきの最中
 北海道十勝産小豆を使い手間をかけ炊き上げた自家製餡あん素材のおいしさが際立つバニラアイスの最中。
 凍 米 大 小
 110ml **120円** (税込 **130円**)
 久保田食品 (高知県・南国市)

355 柚子のレアチーズケーキ
 従来の凝固剤(ゼラチン・寒天)を使用せずに仕上げたレアチーズケーキ。品種は鬼頭の柚子を使用。
 凍 60日 卵 乳 小
 2個 **798円** (税込 **862円**)
 弁天堂 (兵庫県・淡路市)

356 ティラミスカップケーキ
 生クリームとチーズで濃厚でトロトロ口に仕上げています。スプーンで食べてください。(原料にアーモンド含)
 凍 60日 卵 乳 小
 2個 **814円** (税込 **879円**)
 弁天堂 (兵庫県・淡路市)

357 ザッハトルテ
 次回は12月3日に掲載
 チョコレート風味たっぷり
 乳化剤・香料不使用のチョコ、オーガニックココアを使用。スポンジはオーガニック菜種油で軽い仕上がりに。
 凍 60日 卵 乳 小
 1個(直径約12cm) **1028円** (税込 **1110円**)
 弁天堂 (兵庫県・淡路市)

359 おっぱいアイスマルク
 牛乳の素朴なおいしさをベースにパナラピーンズのほのかな甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。
 凍 米 大 小
 80ml **100円** (税込 **108円**)
 久保田食品 (高知県・南国市)

360 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**)
 久保田食品 (高知県・南国市)

全品対応

12月限定で(物流コスト増)の値上げとなります。お知らせ

常総生協のイチオシ

チョコ特集!

全品 特価



東京フード(茨城県・つくば市) 361 クーベルチュールオーレチョコレート

原材料: 砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス、乳化剤、香料 400g 1200円(税) 1296円(通常税込1350円)

カカオ分53.2%の香り豊かで上品な甘さのスイートチョコレートです。



創健社(神奈川県・横浜市) 362 ビッグアーモンドチョコレート

カリッと香ばしいアーモンドに新鮮なよつ葉牛乳から作ったミルクパウダーをたっぷり使いました。 400g 1350円(税) 1458円(通常税込1577円)

カカオ70%の香り豊かで上品な甘さのビターチョコレートです。

春日堂(香川県・土庄町) 363 ナチュラルチョコレートスイート

60g 350円(税) 378円(通常税込400円) 有機砂糖(ブラジル)、カカオマス(オランダ)

春日堂(香川県・土庄町) 364 ナチュラルチョコレートミルク

60g 350円(税) 378円(通常税込400円) 有機砂糖(ブラジル)、カカオマス(オランダ)

春日堂(香川県・土庄町) 365 ナチュラルチョコレートビター

60g 350円(税) 378円(通常税込400円) 有機砂糖(ブラジル)、カカオマス(オランダ)

菓子

化学調味料は全て不使用。シンプルなお菓子を中心に扱います。 ※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。



創健社(神奈川県・横浜市) 371 五穀ドライワッフル2個組



ノースカラース(北海道・札幌市) 372 純国産ポテトチップスうす塩



ノースカラース(北海道・札幌市) 373 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) 374 純国産北海道かりんとう



ノースカラース(北海道・札幌市) 375 純国産発酵バターワッフル



ノースカラース(北海道・札幌市) 376 純国産北海道黒豆の甘納豆



ノースカラース(北海道・札幌市) 377 純国産北海道皮付さきいか



ノースカラース(北海道・札幌市) 378 純国産かきのたね



しらたかノラの会(山形県・白鷹町) 379 3色煎り豆



サンコー(愛知県・豊橋市) 380 芋けんぴ



サンコー(愛知県・豊橋市) 381 小倉ようかん



サンコー(愛知県・豊橋市) 382 畑のクラッカー



サンコー(愛知県・豊橋市) 383 とうもろこしあられ



ノースカラース(北海道・札幌市) 384 オーガニック小麦のどらやき



ミサワ食品(東京都・足立区) 385 麩菓子(国産原料100%)



大紀コープファーム(奈良県・五條市) 386 あんぼ柿



大紀コープファーム(奈良県・五條市) 387 干柿スライス

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。



童仙房茶舗(京都府・南山村) 388 童仙房茶舗有機煎茶



童仙房茶舗(京都府・南山村) 389 童仙房茶舗宇治有機粉末緑茶



ランカスター(千葉県・千葉市) 733 セイロン紅茶(ティーバッグ)



ランカスター(千葉県・千葉市) 390 ピーチティー(ティーバッグ)



大紀コープファーム(奈良県・五條市) 391 国産しょうが湯



光食品(徳島県・上坂町) 392 有機野菜飲むならこれ!1日分



メトロ(山梨県・南アルプス市) 393 オーガニックアイスコーヒー無糖



岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。



岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。



岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。



岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。

酸化防止剤無添加

お酒

爽やかな飲み心地の、口当たりの良いスパークリングワイン。



林農園(長野県・塩尻市) 395 スパークリング・ロゼ

セイベル種とナイヤガラ種から醸造されたワインに炭酸ガスを入れた酸化防止剤無添加です。

林農園(長野県・塩尻市) 396 スパークリング・ブラン

岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。

つけダレ特集! 全品特価

筑波山特産の福来(ふくれ)みかんの果汁に常総醤油を加えて作ったぼんず。
前日OK!
沼屋本店 (茨城県・つくば市)
545 常総醤油で作った福来ぼんず
360ml 400円(税込432円) 通常税込443円

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。
飯尾醸造 (京都府・宮津市)
397 富士ゆずぼんず
360ml 750円(税込810円) 通常税込842円

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。
前日OK!
笛木醤油 (埼玉県・川島町)
398 金笛胡麻ドレッシング
390ml 998円(税込1078円) 通常税込1118円

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。
前日OK!
創健社 (神奈川県・横浜市)
399 えごま一番胡麻ドレッシング
150ml 440円(税込475円) 通常税込497円

食品調味料
常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さしすせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
500円以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いします。

供給量が安定してきた為、本紙で久々登場!
酒類
「米一升・みりん一升」の本場三河の伝統製法で作られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさです。
角谷文治郎商店 (愛知県・碧南市)
505 三州三河みりん
700ml 1025円(税込1128円)
もち米 (佐賀県)

こだわりの丸大豆醤油
2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。
前日OK!
沼屋本店 (茨城県・つくば市)
407 国産丸大豆寒仕込みしょう油
500ml 778円(税込840円)
大豆 (国内産)

塩分9%
やまこみそ (茨城県・守谷市)
408 やまこ味噌(粒・甘口) 容器入り
750g 550円(税込594円)
大豆 (国内産)

塩分11%
やまこみそ (茨城県・守谷市)
409 やまこ味噌(濃・中辛)
1kg 628円(税込678円)
米大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

本醸造丸大豆うすくち醤油をベースに、昆布のうまみと鯉風味豊かな白だしです。
前日OK!
チョーコー醤油 (長崎県・長崎市)
414 京風仕立て白だし
400ml 540円(税込583円)
小麦・大豆 (カナダ)

ポールスタア (東京都・東村山市)
537 国産野菜果実とんかつレストランソース
200ml 370円(税込400円)
野菜 (国内産)

庄搾しぼりの「えごま一番」を使用した卵黄タイプのあっさりまろやか風味のマヨネーズ。
前日OK!
創健社 (神奈川県・横浜市)
415 えごま一番マヨネーズ
205g 550円(税込594円)

前日OK!
ホクレン農業協同組合連合会 (北海道・札幌市)
510 てんさい糖
650g 450円(税込486円)
てん菜 (北海道)

平釜で煮詰めたまろやかな塩
前日OK!
みそ半 (長崎県・西海市)
513 にっぽんの海塩
500g 295円(税込319円)
海水 (長崎県)

味のやわらかいコクのある醸造酢
前日OK!
私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)
521 食酢
500ml 152円(税込164円)
米 (国内産)

前日OK!
ポールスタア (東京都・東村山市)
417 豚バラ焼大根のたれ
70g×2袋 230円(税込248円)
小麦 (アメリカ、他)

前日OK!
ポールスタア (東京都・東村山市)
418 鶏と根菜の黒酢あんかけたれ
100g×2袋 230円(税込248円)
水あめ (国内産)

新物
クワ登場!
P15の庄内の餅を使用しておはぎに!
前日OK!
土別農園 (北海道・土別市)
582 土別農園 小豆
300g 405円(税込437円) 通常税込448円

前日OK!
信州産トマト愛果(まなな)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。
ナガノトマト (長野県・松本市)
535 国産つぶ野菜入り信州生まれのケチャップ
295g 355円(税込383円)
トマト (長野県)

前日OK!
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。全形(ホール)タイプ。
創健社 (神奈川県・横浜市)
536 有機ホールトマト缶
400g 170円(税込184円) 通常税込194円
有機トマト (イタリア)

前日OK!
中山水産 (静岡県・裾野市)
566 かつおぶしバック
5g×10 430円(税込464円)
かつお (国内産)

前日OK!
ポールスタア (東京都・東村山市)
419 桃花林 豆板醤
90g 260円(税込281円)
唐辛子 (中国)

前日OK!
ポールスタア (東京都・東村山市)
420 桃花林 コチュジャン
90g 260円(税込281円)
唐辛子 (中国)

前日OK!
リアス (千葉県・船橋市)
422 国産あかもくりねばり海藻サラダ
10g 300円(税込324円)
わかめ (三陸) [放] 不検出 <3.1 <3.2

前日OK!
リアス (千葉県・船橋市)
423 凍り豆腐 煮物用
60g 425円(税込459円)
大豆 (国内産)

前日OK!
リアス (千葉県・船橋市)
424 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具
26g 440円(税込475円)
切干大根 (宮崎県)、葉干しはらり (国内産) [放] 不検出 <4.9 <5.1

前日OK!
三和食品 (群馬県・藤岡市)
579 洋風だし一番
8g×10 350円(税込378円) 通常税込400円
キャッサバ (タイ)

山田製油特集! 全品特価
1月2回から値上げ
辛さの中にも香りやコク、旨味が味わえるらぁ油!
山田製油 (京都府・京都市)
401 京都山田ごまらぁ油
一番絞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、旨味が味わえるらぁ油です。
30g(3g×10袋) 290円(税込313円) 通常税込324円
黒ごま (ミャンマー、パラグアイ)
60g 490円(税込529円) 通常税込540円
ごま (外国産)

和え物や麺類の薬味、フライの衣などに
前日OK!
山田製油 (京都府・京都市)
402 京都山田炒りごま(白)
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。
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)
前日OK!
山田製油 (京都府・京都市)
403 京都山田炒りごま(黒)
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。
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)

沖縄の商品を食卓へ!
沖縄物産企業連合 (沖縄県・那覇市)
404 波照間島特産黒糖ふんまつ
沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。
200g 290円(税込313円) 通常税込324円
さとうきび (沖縄県)

レモンやライムの代わりに
前日OK!
沖縄アロエ (沖縄県・那覇市)
406 シークワサー100
360ml 898円(税込970円) 通常税込998円
シークワサー (沖縄県)

前日OK!
沖縄ハム総合食品 (沖縄県・読谷村)
405 らくちん沖縄ポーク(ランチョンミート)
沖縄県産豚肉をベースに国産鶏肉をブレンドしたランチョンミートです。
140g 340円(税込367円) 通常税込378円
豚肉 (沖縄県)、鶏肉 (国内産)

前日OK!
500円(税込538円) 通常税込562円
山田製油 (京都府・京都市)
京都山田エキストラパーズンごま油
412 140g 520円(税込562円)
413 275g 820円(税込886円)
白ごま (グアテマラ、パラグアイ等)

前日OK!
ポールスタア (東京都・東村山市)
419 桃花林 豆板醤
90g 260円(税込281円)
唐辛子 (中国)

前日OK!
ポールスタア (東京都・東村山市)
420 桃花林 コチュジャン
90g 260円(税込281円)
唐辛子 (中国)

前日OK!
リアス (千葉県・船橋市)
422 国産あかもくりねばり海藻サラダ
10g 300円(税込324円)
わかめ (三陸) [放] 不検出 <3.1 <3.2

前日OK!
リアス (千葉県・船橋市)
423 凍り豆腐 煮物用
60g 425円(税込459円)
大豆 (国内産)

前日OK!
リアス (千葉県・船橋市)
424 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具
26g 440円(税込475円)
切干大根 (宮崎県)、葉干しはらり (国内産) [放] 不検出 <4.9 <5.1

前日OK!
三和食品 (群馬県・藤岡市)
579 洋風だし一番
8g×10 350円(税込378円) 通常税込400円
キャッサバ (タイ)

ひと口目の驚きと、喜びを
ニューオークボ
(千葉県・柏市)

全品 特価

クリームパスタで!

幅広い平打ち麺。小麦の風味ともちもち感が楽しめます。カルボナーラ、ポロネーゼなどの濃厚なソースに。

茹で時間約12分

ニューオークボ (千葉県・柏市)

426 タリアテレ

小麦 (カナダ、アメリカ) 300g **310円** (税込 **335円**) 通常税込 **346円**

ミートソーススパゲティで!

茹で時間約9分

ニューオークボ (千葉県・柏市)

425 スパゲティブロンズタイプ

デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲティ。ソースに絡みやすい、ざらつきがあるパスタ。

小麦 (カナダ、アメリカ) 300g×2(1.9mm) **540円** (税込 **584円**) 通常税込 **616円**

和風パスタにして!

小麦の風味と抜群のもちもち感が楽しめます。1.2mm幅の細麺で、冷製パスタに合います。

茹で時間約4分

ニューオークボ (千葉県・柏市)

427 カッペリーニ

小麦 (カナダ、アメリカ) 300g **290円** (税込 **313円**) 通常税込 **324円**

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

今年の生協まつり(11/5)にも出店! 来場者からも「美味しい!」と絶賛でした。

全品 特価

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

428 白丸もち

もち米は庄内産のでわもち。減農薬・無化学肥料栽培。
賞90日 米 **645円** (税込 **697円**) 通常税込 **745円**

もち米 (山形県) [放] 不検出 <1.7 <1.3

庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

429 玄米丸もち

もち米は庄内産のでわもち。減農薬・無化学肥料栽培。
賞90日 米 **645円** (税込 **697円**) 通常税込 **745円**

玄米もち米 (山形県) [放] 不検出 <1.5 <1.4

430 白切り餅

減農薬、無化学肥料栽培。
賞90日 米 **648円** (税込 **700円**) 通常税込 **745円**

もち米 (山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

431 玄米バックご飯 (黒米入り)

新品種「雪若丸」に、有機栽培の黒米を混ぜバックご飯にしました。

160g×2 **500円** (税込 **540円**) 通常税込 **562円**

うるち玄米・有機黒米 (山形県)

432 焼のり(有明産)

有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼きました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。
賞180日 **380円** (税込 **410円**)

のり (有明海)

432 焼のり(有明産)

有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼きました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。
賞180日 **380円** (税込 **410円**)

のり (有明海)

433 きざみのり (3ミリ幅)

のりを3mm幅に揃えてきざみました。そうめんやそばなど種類に、お茶漬けや丼ものにも。
賞180日 **240円** (税込 **259円**)

のり (国内産)

434 青森県田子町産のおろしにんにく

青森県田子町産の風味豊かなにんにく(福地ホワイト種)だけをおろしました。
70g **390円** (税込 **421円**)

にんにく (青森県)

435 どんぐりていの金ごま(洗い)

どんぐりていが栽培、選別した洗いごま。色選別機をかけていません。
100g **698円** (税込 **754円**) 通常税込 **788円**

ごま (茨城県) [放] 不検出 <3.2 <3.1

436 生おろしわさび

主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。
40g **360円** (税込 **389円**) 通常税込 **432円**

本わさび (長野県)

437 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

438 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

439 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

440 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

441 植物素材のホワイソー風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

442 きらす揚げ・しお4連

20g×4 **270円** (税込 **292円**)

小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.3

443 きらす揚げ・黒砂糖4連

20g×4 **270円** (税込 **292円**)

小麦 (国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3

444 無香料

20g **380円** (税込 **418円**)

445 ゼラニウム&ラベンダー

20g **380円** (税込 **418円**)

446 イランイラン&ミユゲ

20g **380円** (税込 **418円**)

447 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

448 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

449 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

450 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

451 ミニ 50m

22cm×50m **120円** (税込 **132円**) 通常税込 **143円**

452 レギュラー 50m

30cm×50m **130円** (税込 **143円**) 通常税込 **154円**

453 ワンタッチコアレス (トイレトーパー)

130m×6ロール **527円** (税込 **580円**)

丸富製紙 (静岡県・富士市)

454 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

455 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

456 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

457 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円** (税込 **389円**)

小麦 (国内産)

458 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

459 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

460 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

461 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

462 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

463 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

464 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

465 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

466 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

467 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円** (税込 **389円**)

小麦 (国内産)

468 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

469 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

470 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

471 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

472 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

473 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

474 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

475 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

476 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

477 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円** (税込 **389円**)

小麦 (国内産)

478 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

479 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

480 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

481 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

482 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

483 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

484 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

485 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

486 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

487 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円** (税込 **389円**)

小麦 (国内産)

488 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

489 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

490 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

491 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

492 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

493 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

494 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

495 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

496 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

497 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円** (税込 **389円**)

小麦 (国内産)

498 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

499 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

500 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

501 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

502 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

503 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

504 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

505 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

506 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

507 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円** (税込 **389円**)

小麦 (国内産)

508 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

509 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

510 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

511 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

512 化粧石けんE

無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
95g×3 **420円** (税込 **462円**)

太陽油脂 (神奈川県・横浜市)

513 植物素材のホワイトソース風ルウ

グラタン、ドリア、リゾット、クリームコロッケなどに。
120g **398円** (税込 **430円**)

小麦 (北海道)

514 植物素材のポロネーゼ風パスタソース

国内産大豆から作った大豆ミートを挽肉状にし、植物素材だけでコクを引き出したポロネーゼ風パスタソース。
140g **380円** (税込 **410円**)

小麦 (国内産)

515 塩らーめん

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
102g×2 **310円** (税込 **334円**) 通常税込 **356円**

小麦 (国内産)

516 博多風らーめん

化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
106g×2 **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

小麦 (国内産)

517 ハヤシライスルウ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルウ。5皿分。
115g **360円</**

組合員さんからのクチコミ広場

組合員さんからの「美味しい」「嬉しい！」の声を集めました。時期限定、また年末に備えた商品を集めていますのでぜひご利用ください。



「美味しい」の声に答えてボリュームバック♪

まるでゼリーの塊! 甘さも抜群!

要望品

8~13玉

「紅まどんな」皮が薄くて甘くてジュシー。すごくおいしかった。(Nさん)

木下さん達 (愛媛県・宇和島市)

447 紅まどんな(無選別)

1kg (8~13玉) **1170円** (税込 **1264円**)

愛媛県

使い勝手の良い個食タイプ、タレ付きで便利

三陸産の「するめいか」をソーメン状に加工し、食べやすいカップに入れました。添付のたれをかけて。

特

いかそうめんをオクラ、長いも、納豆と和えて1品できます。手軽でとても便利です。

共和水産 (岩手県・宮古市)

448 三陸産いかそうめん

90g(いか25g×3、たれ15g×3) **415円** (税込 **448円**) 通常税込 **462円**

するめいか (三陸)

赤身率が高いのでお肉がしっかりと油っこくありません。そばろを作っても旨味が違います。

特

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

449 茨城県産ローズポーク 挽肉

赤身率は8割です。

茨城県

300g **455円** (税込 **491円**) 通常税込 **502円**

わが家のお気に入りです。市販のキムチと全然違います。みなさんに食べてほしいです。

クチコミ

趙さんの味 (宮城県・仙台市)

450 趙さんの味 はさみ込みキムチ

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

冷蔵 賞14日 米 350g **545円** (税込 **589円**)

白菜 (国内産)

おいしかったです。「スーパーで売っているのとは全然違う!」と娘たちが言っていました。

クチコミ

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

451 よつ葉シュレッドチーズ(増量)2個組

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

冷蔵 賞90日 乳 (250g+50g)×2 **1096円** (税込 **1184円**) 通常税込 **1242円**

生乳 (北海道)

カット面が彩り鮮やか

レンチンして、大根おろしをそえて、ぼん酢で頂くのが最高です!!

クチコミ

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

452 おとうふ揚げ(五目)

おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。

冷蔵 賞180日 米 大 5個175g **315円** (税込 **340円**) 通常税込 **351円**

すけそうだら (北海道)

簡単で、味がしっかりしていてとても美味しいです。一度食べてからは載る度に購入しています。

クチコミ

秋川牧園 (山口県・山口市)

453 海老入り とりニラ饅頭

秋川牧園の鶏肉と豚脂・国産のニラ使用。プリッと食感の国産天然海老入り。フライパンで焼いて。

冷蔵 賞60日 米 大 小 200g(8個入) **580円** (税込 **626円**) 通常税込 **646円**

ニラ・玉ねぎ・生姜 (国内産)、鶏肉 (山口県、他)

年内最終!

少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレ。アレンジしてわが家の味を見つけて下さい。使い方ガイド付き。

特

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

454 料理の名人 (万能調味タレ)

冷蔵 賞60日 米 大 小 250cc **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **562円**

大豆 (佐賀県)

ストレートタイプです

豆板醤の辛みとみその旨みを、ほどよい酸味の玄米黒酢で仕上げたキムチ鍋スープです。

クチコミ

我が家のキムチ鍋は毎年これです!辛すぎず程よく、美味しいです。

マルサンアイ (愛知県・岡崎市)

455 ビリ辛みそ味のキムチ鍋スープ

3~4人前

米 600g **290円** (税込 **313円**) 通常税込 **324円**

黒糖の甘さと、ザクザクした歯触りでやみつきになりました。あつという間に食べてしまいます。

クチコミ

国産小麦粉に沖縄産の黒糖を使用したサブレです。

珍品堂 (沖縄県・糸満市)

456 ざわわサブレ

賞180日 卵 小 6個入 **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**

小麦 (九州)・黒糖 (沖縄県)

ランカスターの紅茶が好きです。寒くなってきましたので、シナモンティーが飲みたいです。

クチコミ

ランカスター (千葉県・千葉市)

457 シナモンティー (ティーバッグ)

食欲増進、発汗作用、鎮痛などに効果があると言われるシナモンをブレンドしました。農業無散布。

2g×20 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**

紅茶 (スリランカ)

今年の新物をお届けしました! おつまみも一緒に 毎年好評の井筒生ワイン 味見企画!

今年の新物をお届けしました! おつまみも一緒に 毎年好評の井筒生ワイン 味見企画!

国産 井筒生ワイン

酸化防止剤 無添加 ※イメージ

井筒ワイン (長野県・塩尻市)

458 赤 720ml **1798円** (税込 **1978円**)

459 白 720ml **1798円** (税込 **1978円**)

ぶどう (長野県)

ローストビーフにして!

鹿野島 坊津黒牛赤身ブロック

坊津黒牛のモモ肉をブロックでお届けします。ご自宅でもローストビーフやタタキどうぞ。

冷蔵 賞30日 250g **1200円** (税込 **1296円**) 通常税込 **1361円**

鹿野島県

ワインとハムの相性抜群!

鎌倉ハム クラウン商会 (神奈川県・横浜市)

461 鎌倉ロースハム(徳用)

国内産豚肉をじっくり熟成させたロースハム400gをブロックでお届けです。

冷蔵 賞20日 400g **1480円** (税込 **1598円**) 通常税込 **1642円**

豚肉 (国内産)

濃厚なえびの旨味に舌鼓! 煮汁はパンやパスタに

特

大進食品 (神奈川県・横浜市)

464 マム 北海サーモンたっぷりグラタン

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

冷蔵 賞180日 乳 小 170g×2 **620円** (税込 **670円**) 通常税込 **697円**

牛乳 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.6

アヒージョとはオリーブ油とにんにくで素材を煮込むスペイン料理。唐辛子入。湯煎またはレンジ加熱で。

特

カルミノフーズ (東京都・新宿区)

465 殻まで丸ごと えびのアヒージョ

100g **508円** (税込 **549円**) 通常税込 **579円**

えび (国内産)

丹沢農場こだわりのサラミ!

要望品

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

462 丹沢農場のサラミソーセージ

原材料は豚肉、牛肉、海塩、粗糖、香辛料。国産チップでじっくりスモークしました。お好みの厚さに切って、ピザやおつまみにどうぞ。

冷蔵 賞180日 100g **550円** (税込 **594円**) 通常税込 **646円**

豚肉 (国内産)

北海道さけスモークサーモン 4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。

冷蔵 賞180日 40g×4 **924円** (税込 **998円**) 通常税込 **1036円**

秋鮭 (北海道)

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

- 冷蔵品
- 冷凍品
- 冷蔵品

表記のないものについては常温でのお届けです。

農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

OK! は通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。

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

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

オードブル、パンにも

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

466 よつ葉 北海道十勝チーズペースト

北海道産生乳を使用したなめらかな食感のチーズペースト。カマンベールの風味を生かしました。※乳化解剤使用

冷蔵 賞180日 乳 100g **270円** (税込 **292円**) 通常税込 **302円**

生乳 (北海道)

チーズやハムを添えて!

サシヨ (愛知県・豊橋市)

467 全粒粉クラッカー

国産小麦粉、全粒粉使用。プレーンなクラッカーに焼き上げました。

賞180日 小 100g **198円** (税込 **214円**) 通常税込 **227円**

小麦 (国内産) [放] 不検出 <1.0 <0.8

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

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