

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2023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

2023年11月5回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙11/提出	20	21	22	23	24
定番品11/お届け	27	28	29	30	12/1
特別企画品12/お届け	4	5	6	7	8



守りながら、育てながら豊穡の海、いつまでも

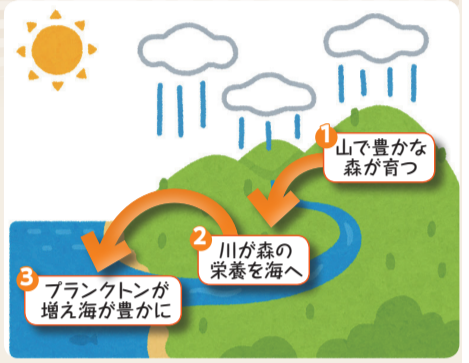
雄武漁協

山と海のつながりを大切に

【山で豊かな森が育つ】→【川が森の栄養を海へ】→【プランクトンが増え海が豊かに】という循環を大切にしています。

「植樹から育樹へ」

雄武町では長年の努力が実って、植林が必要なエリアがだいぶ少なくなりました。現在は、地域挙げて森の手入れをする「育樹」に取り組んでいます。



◆資源管理型の漁業を進める雄武漁業協同組合

北海道のオホーツク海に面した雄武町。雄武漁業協同組合では、鮭のふ化事業、帆立稚貝の放流等、早くから「育てる漁業」を実施。また、漁場の環境保全のために森の整備や、魚を獲り過ぎないための資源管理を行っています。



◆次世代へとつなげる取り組み



- ・**ほたて**: 1970年代からホタテの漁獲海域を4区画に分け、4年ごとに1区画を水揚げすることで、過剰な漁獲を防止しています。
- ・**毛がに**: オホーツク海沿岸の漁協の多くは甲羅が8センチ以上のオスだけを漁獲する規則を遵守。雄武漁協ではさらに厳しい自主基準(甲羅の大きさは8.3cm以上)を設定し資源管理を強化しています。漁船の側面には、獲ったかにを逃がすための「穴」を開ける徹底ぶりです。

船上で専用の「ものさし」を使って選別し、規定以下は全て海へ戻します



12 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 90日
広島県産 凍かき
150g **548円** (税別) **592円** (税込) 通常税込 605円
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。
かき(広島県)

13 凍
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日
皮なしサーモン(秋鮭) 切身
4切 **460円** (税別) **497円** (税込) 通常税込 538円
200g **460円** (税別) **497円** (税込) 通常税込 538円
北海道、または三陸沖で漁獲した秋鮭を、皮、腹骨を除去し、切身にしました。
秋鮭(国内産)

14 無農薬
井上さん(埼玉県・美里町)
深谷ネギ(根深白ネギ)
約350g **250円** (税別) **270円** (税込)
根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど甘味が増します。農業無散布。※カットの場合もあり。
埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1

15 冷 え米大
趙さんの味(宮城県・仙台市) 14日
趙さんの味 熟成白菜キムチ
200g **398円** (税別) **430円** (税込) 通常税込 454円
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。刻み済み。
白菜(国内産)、唐辛子(中国)

16 冷
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 90日
生芋あく抜きしらたき 2個組
180g × 2 **260円** (税別) **281円** (税込) 通常税込 302円
国内産のこんにやく芋で作られた、歯切れと味の良い白濁です。
こんにやく芋(国内産)

餃子鍋
野菜たっぷり!
キムチを加えても!
17 凍 大
ニッコー(神奈川県・大和市)
徳用北京餃子
18g × 15 **426円** (税別) **460円** (税込) 通常税込 478円
豚肉(国内産)

限定 46P
手ほぐしならではのゴロゴロ感
11 冷
雄武漁協(北海道・雄武町)
雄武 寒風干し焼鮭ほぐし身
180g **945円** (税別) **1021円** (税込) 通常税込 1058円
雄武沖のオホーツク海で漁獲した旬の秋鮭を、焼いてほぐし身にしました。原材料: 秋鮭、食塩
秋鮭(北海道)

18
木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの白菜
1個 **260円** (税別) **281円** (税込) 通常税込 298円
漬物、鍋物、煮物等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。
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.5

19 お得2パック組
大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(高知県)
しょうが 2パック
100g × 2 **310円** (税別) **334円** (税込) 通常税込 356円
爽やかな香りは薬味として、肉料理の風味付けに。しょうが湯にも安心してお使い下さい。減農薬栽培。
高知県

544 前
チョーコー醤油(長崎県・長崎市)
ゆず醤油 かけぼん
400ml **440円** (税別) **475円** (税込) 通常税込 486円
ゆず(国内産)

20 無農薬
江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんのキウイフルーツ
500g **461円** (税別) **498円** (税込)
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

21 冷 え米大
逸忠食品(埼玉県・越谷市) 90日
国産きのこごはんの素
170g(2合用) **380円** (税別) **410円** (税込) 通常税込 430円
舞茸・えのき茸・他きのこ類(埼玉県) [放] 不検出 <4.8 <4.8

22 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 [届いて4日]
茨城県産ロースポーク 徳用焼肉セット
200g × 3種 **1280円** (税別) **1382円** (税込) 通常税込 1447円
茨城県

23 冷 え米大
山武食品(三重県・川越町) 60日
国産牛の牛丼
140g × 2 **645円** (税別) **697円** (税込) 通常税込 711円
牛肉(国内産)

【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。
- ・調査完了したのものについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。
- ・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。
- ・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

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

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

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

検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

2023 みんなで知って、利用し、広めよう!

全品特価

「食品づくり」
||
「体・心づくり」

魚を愛し、おいしく加工する100年の伝統に培われた

株式会社 **高橋徳治商店**

(宮城県・東松島市)

6ページの
特集コラムも
ご覧ください

原材料は70%以上が魚



石巻魚市場に水揚げされる近海魚を自家製スリミに加工、水揚げがないときは塩をまぜ冷凍保存したスリミを使用。石づすを使って練り、魚種に合わせて練る時間と塩を加減し、味と粘りを出しています。

変化する原料にあわせて

原料の収穫時期や産地、生産者の収穫方法によって品質が異なります。常に変化する原料品質を見極め、魚や野菜、そして食べる人が喜ぶモノづくりを行っています。

煮物にも、椎茸の旨味が広がります

国産の干し椎茸が入った、岩手県近郊大豆の豆腐と北海道助宗タラすり身ベースにふんわりした食感の練製品。



5個
26 凍 椎茸入おとうふ揚げ
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
5個150g **314円(税込339円)** 通常税込349円
すけそうだら(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.5

国産原料で素材をいかして

その他の原料も国産にこだわり、安心・安全に召し上がっていただくため原料から調味料に至るまで余計な添加物は使用しておりません。



玉ねぎの甘さがたまらない



5個
27 凍 玉ねぎ揚げ
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
150g(5個) **310円(税込335円)** 通常税込348円
すけそうだら(北海道)

北海道の無リンすり身と豆腐に国産のフレッシュな玉ねぎを練りこんだ揚げ蒲鉾。レンジかオーブンで温めて。

天然エビをたっぷり使った
贅沢な味わい

剥きエビと殻付きエビの2種類の天然エビを80%以上使用。市販品のように余計な添加物を使わずとも、エビ本来の旨味と食感、どちらも活かせるように仕上げられるのは熟練した職人の技ならではの。ご家庭で手軽に「料亭仕様の味わい」をお楽しみください。



24 凍 えびみそ身
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞2024/3/2
150g **407円(税込440円)** 通常税込483円
えび(インドネシア)

子どもたちに魚を
食べさせたい!

オトクな
増量パック!

魚が苦手な子どもたちにも美味しく、手軽に食べてもらえる方法はないか? 高橋徳治商店と地元宮城の生協で「魚食プロジェクト」でアイデアを出し切った末に、子どもたちが大好きなナゲットを「お魚」でつくりました。



20個 **100gあたり183.5円** (通常品は224円)
ザックリふんわり食感。自然解凍OK。常温解凍後にトースター等で仕上げると美味。
25 凍 徳用パクパクなぎよっと
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
400g(20個) **680円(税込734円)** 通常税込754円
カナガシラ(国内産)

おでんに欠かせない

無リンたらすり身にアブラツノガメを混ぜ、魚肉の旨味が味わえる竹輪です。煮付けやおでん、磯辺揚げに。



5本150g **351円(税込379円)** 通常税込389円
すけそうだら(北海道)

今週のおすすめ

ムニエルで!塩焼で!鍋で!
天然銀毛鮭



この秋漁獲した新物秋鮭です!水揚げされてから素早く処理されているため、秋鮭本来の味が楽しめます。脂のりもほど良く、旨みたっぷりのブランド秋鮭「雄宝(ゆうほう)」をぜひお試しください!

無塩
30 凍 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞30日
70g×3 **610円(税込659円)** 通常税込698円
秋鮭(北海道)

お待たせしました!

毎年好評の「生かき」
スタートです



「二年子」とは、約二年間生育したかきのこと。通常は一年で出荷されることも多いですが、二年子は一年子に比べて身が大きく食べごたえがあり、旨味も濃厚。水なしパックでお届けしますのでかきが水を吸わず、本来の旨味を堪能できます。



31 凍 まるたか水産(宮城県・石巻市) 賞3日
氷温二年子生かき(生食用)
100g **555円(税込599円)** 通常税込621円
かき(宮城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

今晚のおかず。サッと焼くだけ「味付豚肉」

ひれ豚漬は、
冬のギフトでもご紹介



32 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 ひれ豚漬
200g **738円(税込797円)** 通常税込862円
豚肉(神奈川県)



33 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞5日
丹沢高原豚 豚こま生姜焼き用(味付)
200g **420円(税込454円)** 通常税込486円
34 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 豚こま味噌漬
200g **430円(税込464円)** 通常税込497円
豚こまを自家製味噌で漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。
豚肉(神奈川県)

ビタミンがたっぷり摂れる、体があたたまるお鍋です!

- 今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
- 18 はくさい
- 95 しめじ
- 175 豚モモスライス

ミルフィーユ鍋

◆材料(分量はお好みで)
豚肉スライス
白菜(適当な大きさにする)
じゃがいも
(皮をむいてスライスにする)
玉ねぎ(スライスにする)
きのこ(しいたけ・ぶなしめじ等)
だし汁または豆乳

◆作り方

- 1 図の順に材料を鍋に敷き詰めます。
①白菜(芯)→②じゃがいもスライス→③玉ねぎスライス→④塩胡椒した豚肉スライス→①白菜(葉)あとは豚肉までを繰り返し→最後にキノコをのせる。(イラストイメージ)
- 2 お好みのだし汁約250cc(豆乳でもOK)を入れ、火にかけます。お好みのつけ(ポン酢、ごまつゆ等)をつけて、頂きます。



おつまみ・おかずの一品にパッと作れる

- 今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
- 26 椎茸入おとうふ揚げ
- 529 春夏秋冬だしの素
- 566 かつおぶしパック

椎茸入おとうふ揚げのおかが和え

◆材料(2人分)
椎茸入おとうふ揚げ 2個
長ねぎ 1/2本
人参 1/4本
春夏秋冬だしの素(麺つゆ) 大さじ1
かつお節 1/パック
サラダ油 適量

- ◆作り方
- 1 長ねぎは4cmのぶつ切り、人参は4cmの拍子木切り、解凍した椎茸入おとうふ揚げは4等分にスライスする。
 - 2 フライパンに薄く油を引き、中火で熱して人参・長ねぎを入れ、両面に焼き色が付いたら、椎茸入おとうふ揚げを加え、温める程度に加熱する。
 - 3 火を止め、春夏秋冬だしの素(麺つゆ)を全体に絡めたら、かつお節をまぶして器に盛る。



切り取ってご活用ください

切り取ってご活用ください

多汁でゼリーの様な食感と甘さ! 大小無選別でお買い得!

シーズン初

ジュューシーで溢れる果汁!

トロける食感!

組合員さんからのクチコミ
昨年購入しました。プルプルの果肉はまるでゼリーみたいですね。(1さん)

35 4~6玉
木下さん達(愛媛県・宇和島市)
紅まどな(無選別)
700g(4~6玉) **860円**(税込 **929円**)
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。

愛媛県

無茶々園のみかん

大小様々です

- 本来、樹から穫れる果実は大きさがいろいろ。また年によっても大きさの傾向は異なります。

器量は良くないです

- 農薬の使用は最低限に抑えていますので、見た目はピカピカではありません。
- 果皮につく病気の痕や、昆虫の付けた小さな傷など、少なからずつきます。

外見でなく味で勝負の無茶々園のみかんをお試しください

無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園の温州みかん

36 1kg **560円**(税込 **605円**) 通常税込 626円

37 3kg **1580円**(税込 **1706円**) 通常税込 1769円

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。農薬は、地域慣行栽培基準50%以下です。

愛媛県

ゴールデンデリシャス × 国光

多汁です!

ふじ

- 1962年に品種登録。
- 「ふじ」の名は、品種育成された青森県藤崎と富士山にちなむとのこと。
- 熟度を抑え目にして冷蔵保管し長期販売することもありますが、おきたま農舎では逆に、ギリギリまで熟度を上げて味をのせて収穫します。

38 おきたま農舎・本田さん達(山形県・高島町)
りんご(ふじ)
3玉 **410円**(税込 **443円**) 通常税込 464円
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。
山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

ゴールデンデリシャス × 紅玉

芳醇な香り!

りんご(王林)

39 成田農園・成田さん(青森県・板柳町)
3玉 **628円**(税込 **678円**) 通常税込 698円
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。
青森県

無肥料栽培、「葉取らず」のりんご

葉がかかるところは赤くなりづらいたのですが味は良いです

40 はなうた家(長野県・麻績村)
りんご(サンふじ)
3~4玉入り(800g前後) **685円**(税込 **740円**) 通常税込 754円
甘みが強くシャキシャキした食感が特徴です。無肥料栽培。ネオニコチノイド系農薬・除草剤等不使用。

長野県

ゴールデンデリシャス × 紅玉

あの「信濃スイート」を上回る味と農家も言い切る品種

香りがよく、食味のいいりんごです。減農薬栽培。

41 高田さん(長野県・須坂市)
りんご(シナノゴールド)
2~4玉(約800g) **730円**(税込 **788円**)

長野県

あかぎ × ふじ

果肉の色は淡黄色、糖度は15度以上になる極甘品種です。減農薬栽培。

42 吉原さん達(長野県・須坂市)
りんご(名月)
2~4玉(約1kg) **780円**(税込 **842円**)

長野県

シーズン初

43 さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)
洋梨(ル・レクチェ)
2玉720g前後 **770円**(税込 **832円**)
養豚と果樹栽培の畜複合農業。肥料は、自家豚糞堆肥を使用します。減農薬栽培。
長野県

渥美農園(静岡県・浜松市)

渥美さんのみかん

44 約800g(7~13玉) **398円**(税込 **430円**)

45 2kg **870円**(税込 **940円**) 通常税込 970円

静岡県

昨シーズンの寒波から鋭意復帰中! 松永さん応援!

親子3代にわたり農業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ください。農業無散布。

松永農園(静岡県・静岡市)

松永さんのレモン

46 400g **430円**(税込 **464円**)

47 1kg **850円**(税込 **918円**) [放] 不検出 <3.7 <4.1

静岡県

48 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園のゆず
2玉 **280円**(税込 **302円**)
皮を削って、果汁を絞り香りや風味をお楽しみ下さい。はちみつ漬けもおすすめです。有機許容農薬0~3回。
愛媛県

名残惜しいですがシーズン最終

49 大紀コープファーム(奈良県・五條市)
富有柿
約900g **480円**(税込 **518円**)
果実は大きく、歯ざわりの良さとその甘さで人気の柿。減農薬栽培。
奈良県

50 大紀コープファーム(奈良県・五條市)
わけあり富有柿
1.5kg **468円**(税込 **505円**) 通常税込 538円
小玉やキズ等見た目は良くありませんが、味は通常品と変わらないものを御用価格で。減農薬栽培。
奈良県

青森県では「八甲田ぶどう」とも。小粒ながら高糖度で酸味が少ない品種です。

51 ケーアイ農産(青森県・青森市)
ぶどう(スチューベン)
3房入り(1房当り200~300g) **1250円**(税込 **1350円**)
冬に食べられる甘いぶどうです。種あり、減農薬栽培。
青森県

朝のヨーグルトにも

52 ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
バナナ
450g以上 **369円**(税込 **399円**)
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。ペルーまたはエクアドルまたはメキシコ

53 セスプリインターナショナルジャパン
キウイフルーツ(グリーン)
4個入り **498円**(税込 **538円**) 通常税込 580円
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。
ニュージーランド

しょうがは2パック組で表紙に掲載

54 作本さん達(熊本県・熊本市)
大葉
10枚 **145円**(税込 **157円**)
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。減農薬栽培。
熊本県

55 西山さん(熊本県)、千葉さん(北海道)
にんにく
約100g **250円**(税込 **270円**)
ホワト種または外皮が葉がかった葉地系を時期に合わせてお届け。味、香り共に良い品種です。農業無散布。
熊本県、北海道

シーズン最終

56 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのピーマン
150g **170円**(税込 **184円**)
肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

ハウス栽培にて農業をできるだけ減らして栽培しました。減農薬栽培。

57 藤嶋さん(熊本県・天草市)
きゅうり
3本 **258円**(税込 **279円**)
熊本県

58 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのターサイ
1株 **150円**(税込 **162円**) 通常税込 173円
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。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8

野菜炒めに

ターサイとしめじともやしのオイスターソース炒め

59 イバラキ食品(茨城県・石岡市)
もやし
250g **59円**(税込 **64円**)
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し菌ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

60 浅野さん(茨城県・常総市)
浅野さんのほうれん草
約200g **198円**(税込 **214円**)
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。農業無散布。
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

ビタミンの宝庫 ほうれん草・小松菜でカゼ予防

61 あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)
小松菜(少量)
1束(約150g) **150円**(税込 **162円**)
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。
茨城県

62 微生物農法の会・長島さん達(茨城県・行方市)
長島さんの小松菜
1束(約200g) **189円**(税込 **204円**)
貝化石等資材を工夫しています。農業無散布。
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <4.4

茨城県 取手 中村さんより

サラダパスタにも

63 中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)
中村さんのベビーリーフ
40g **160円**(税込 **173円**)
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。農業無散布。
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

64 中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)
中村さんのラディッシュ
5~7玉 **138円**(税込 **149円**)
ベビーリーフでお馴染みの中村さんより。彩りを活かしてサラダやピクルスに。農業無散布。
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.3

茨城県 行方 長島さんより

65 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
長島さんのレタス
1玉 **276円**(税込 **298円**)
良質な堆肥等を使い、地力を高めることで農業を使用せずに栽培しています。農業無散布・化学肥料不使用。
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

66 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
長島さんのサニーレタス
1玉 **170円**(税込 **184円**)
熊本県、又は北海道

平均糖度8~10度のフルーティ感覚のミニトマト。ヘタの取れた果実も入ります。パリパリの食感。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

67 約180g **335円**(税込 **362円**)
お得なポリウムパック

68 約400g **585円**(税込 **632円**) 通常税込 647円
熊本県、又は北海道

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、農業使用を最小限に。

右田さん達(熊本県・芦北町)、他
ミニトマト

69 約150g **230円**(税込 **248円**)
お得なポリウムパック

70 300g **415円**(税込 **448円**) 通常税込 464円
熊本県、他

これからが旬!



ブロッコリーに多い栄養素
 ・カリウム:余分な塩分を排出するなどの働き。
 ・ビタミンC、K、βカロテン
 ・スルフォラファン:抗酸化作用があります。老化やがん予防にも。

71 1個(蕾9cm以上)
 井上さん(埼玉県・美里町)、徳弘さん(北海道・富良野市)
ブロッコリー
 262円(税込) **283円** (通常税込298円)
 埼玉県、又は北海道 [放] 不検出 <3.6 <3.5

1粒で栄養たっぷり!



すごいぞ ぎんなん!
 ・ビタミン類(A・B群、Cなど)が豊富。
 ・カリウムも豊富。
 ・30種類以上のフラボノイド(ポリフェノール的一种)も。

72 黒岩さん(長野県・長野市)
ぎんなん
 80g **188円** (税込203円) (通常税込192円)
 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。農業無散布。
 長野県

ホクホク系 煮崩れしにくいです!



サッシーとは?
 ・フランス生まれの品種。中身は黄色。
 ・油との相性がいいのでフライドポテト、コロッケなどに。
 ・煮崩れしにくいので煮物でも美味しいです。

73 まごころの里(北海道・美幌町)
じゃがいも(サッシー)
 700g **223円** (税込241円) (通常税込257円)
 澱粉質で食味が優れ、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。
 北海道

この秋もう召し上がりましたか?!

大和田さんの紅はるか



品種は紅はるか。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農業無散布。

微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)
大和田さんのさつまいも
74 500g **250円** (税込270円)
75 1kg **480円** (税込518円) (通常税込538円) [特]
 茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6

組合員さんからのクチコミ
 先日シーズン初めで頂きました。細目でしたがどれも味濃く、美味しかったです。

お待ちせ いたしました!



76 あゆみの会 白鳥千代子先生産組合(茨城県・鉾田市) 産 60日
干しいも(あゆみの会)
 130g **646円** (税込698円)
 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。
 さつまいも(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9

うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農業に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。



中村さん達(群馬県・長野原町)
キャベツ
77 1玉 **230円** (税込248円) (通常税込248円)
 使いやすいサイズ

78 カット 1/2カット(500g前後) **178円** (税込192円) (通常税込192円)
 群馬県 [放] 不検出 <4.7 <3.6



79 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの春菊
 1束 **180円** (税込194円) (通常税込194円)
 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。
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3



80 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの長ねぎ
 500g **220円** (税込238円) (通常税込238円)
 牛糞堆肥を使い、丁寧に育てました。みそ汁、煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



上村さん達(青森県・おいらせ町)
人参(洗い)
81 500g **205円** (税込221円) (通常税込221円)
82 1kg **398円** (税込430円) (通常税込430円)
 青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



83 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのかぶ
 1束(2~5玉) **183円** (税込198円) (通常税込198円)
 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。
 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



三須さん達(千葉県・富里市)
大根
84 1本 (900g前後) **225円** (税込243円) (通常税込243円)
85 カット 1/2本(500g前後) **158円** (税込171円) (通常税込171円)
 千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



86 微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)
高柳さんのれんこん
 400g **478円** (税込516円) (通常税込516円)
 歯ざわりが良く、それでいてムッチとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。
 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



87 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのごぼう
 400g **198円** (税込214円) (通常税込214円)
 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。
 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



88 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの里芋
 800g **380円** (税込410円) (通常税込410円)
 肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮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。
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



89 上村さん達(青森県・八戸市)
長芋
 200g **213円** (税込230円) (通常税込246円)
 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。
 青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



90 1kg **285円** (税込308円) (通常税込322円)
91 3kg **778円** (税込840円) (通常税込862円)
 北海道



土別農園(北海道・土別市)
土別のじゃがいも
90 1kg **285円** (税込308円) (通常税込322円)
91 3kg **778円** (税込840円) (通常税込862円)
 北海道



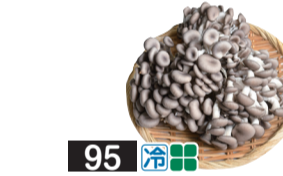
土別農園(北海道・土別市)
土別の玉ねぎ
92 1kg **285円** (税込308円) (通常税込322円)
93 3kg **830円** (税込896円) (通常税込918円)
 北海道



土別農園(北海道・土別市)
土別の玉ねぎ
92 1kg **285円** (税込308円) (通常税込322円)
93 3kg **830円** (税込896円) (通常税込918円)
 北海道



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



95 山田さん(茨城県・つくば市)
山田さんのしめじ
 200g **240円** (税込259円) (通常税込270円)
 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。
 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



96 村上さん(栃木県・高根沢町)
舞茸
 100g **220円** (税込238円) (通常税込238円)
 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。
 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



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



98 あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)
ホワイトマッシュルーム
 100g **248円** (税込268円) (通常税込268円)
 床土には馬厩肥、鶏糞を使い、殺菌剤は薬剤を使わず熱殺菌です。
 千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



99 村上さん(栃木県・高根沢町)
生きくらげ
 100g **277円** (税込299円) (通常税込299円)
 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。
 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



100 丸金(長野県・長野市)
えのき茸
 200g **208円** (税込225円) (通常税込225円)
 一般的に使われている輸入のコココブとちもちしたの粉は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。
 長野県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



101 丸金(長野県・長野市)
ブラウンえのき茸
 200g **218円** (税込235円) (通常税込235円)
 野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッと歯ごたえと風味をお楽しみください。
 長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1



102 江藤さん(大分県・玖珠町)
江藤さんの原木生しいたけ
 100g **312円** (税込337円) (通常税込348円)
 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。
 大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味、香り共に違います。
103 A品 100g **210円** (税込227円) (通常税込227円)
104 B品 200g **225円** (税込243円) (通常税込243円)
 茨城県



105 イズックス(東京都・中央区)
冷凍かぼちゃ
 500g **439円** (税込474円) (通常税込474円)
 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。
 かぼちゃ(北海道)



106 日本生活協同組合連合会
北海道カットアスパラ
 130g **333円** (税込360円) (通常税込378円)
 北海道産のアスパラをブランチング後、急速凍結しました。約5cmにカット。軽く湯通し済ですが加熱して。
 アスパラガス(北海道)



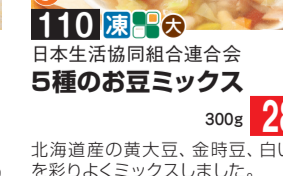
107 日本生活協同組合連合会
北海道のまま枝豆
 250g **315円** (税込340円) (通常税込340円)
 北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていますのでそのまま召し上がれます。
 枝豆(北海道)



108 日本生活協同組合連合会
北海道つぶコーン
 300g **298円** (税込322円) (通常税込322円)
 北海道十勝産のスイートコーンを収穫後、加工凍結しました。保存に便利なチャック付き。
 とうもろこし(北海道)



109 日本生活協同組合連合会
おくら&長芋ミックス
 180g **298円** (税込322円) (通常税込322円)
 スライスカットのおくらとダイスカットの長芋をミックス。冷蔵が流水解凍で、おくら75%長芋(山芋)25%
 おくら(ベトナム、タイ)、長芋(北海道)



110 日本生活協同組合連合会
5種のお豆ミックス
 300g **287円** (税込310円) (通常税込354円)
 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。
 大豆(北海道)



111 日本生活協同組合連合会
キウイ入りフルーツミックス
 200g **348円** (税込376円) (通常税込376円)
 甘味のあるブルーベリー、バナナ、マンゴーと酸味のあるストロベリー、キウイをミックス。
 ブルーベリー(カナダ)



112 ナカシン冷食(鹿児島県・いちき串木野市)
カットゴールデンパイナップル
 200g **306円** (税込330円) (通常税込330円)
 フィリピン産パイナップルを一口サイズにカットして冷凍しました。ヨーグルトやデザート・おやつに。
 パイナップル(フィリピン)

とろける口あたりとほんのり甘い後味!



限定 40P

132 凍 村上龍二さん(北海道・雄武町) 180日
甘塩造り 村上さんのうに一夜漬
60g **3200円**(**3456円**)
通常税込 **3618円**

ウニのなかでは最高ランクに位置するエゾパフウニ(北海道)

脂のり抜群の一本釣りがつお!



133 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 30日
焼津港のとろかつお炭火焼き
170g(2個) **555円**(**599円**)
通常税込 **616円**

日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰹を炭火焼きに。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群です。
かつお(日本太平洋沖合北部)

鍋の増量やスープに!



134 凍 大新(鳥取県・境港市) 180日
海鮮つみれ(かに・えび・ほたて)
12個(156g) **398円**(**430円**)
通常税込 **440円**

3種のつみれ(かに・えび・ほたて)、それぞれの素材の美味しさを閉じ込めたふんわりとした食感のつみれ。
かに(国内産・アメリカ)、えび(タイ)、ほたて(国内産)

モツタイナイ魚シリーズ 人気です!



食べたら美味しいのに確保できる量が少ない、名前になじみが無い等の理由で一般的にはあまり出回らない未利用魚をタイム缶詰(岩手県・陸前高田市)で加工しました。

タイム缶詰代表の吉田さん

136 凍 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 90日
モツタイナイ魚・めかじき切落とし煮付
100g(固形60g)×2袋 **380円**(**410円**)
通常税込 **430円**

めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。
めかじき(太平洋)

全品 特価



135 凍 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 90日
モツタイナイ魚・めかじき尾肉煮付け
200g **415円**(**448円**)
通常税込 **464円**

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

137 凍 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 90日
モツタイナイ魚・白身魚切り落としの煮付け
220g **415円**(**448円**)
通常税込 **464円**

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

138 凍 千倉水産加工販売・女川工場(宮城県・女川町)
塩さんま
75g×3 **518円**(**559円**)

さんまの頭と内臓をとり、1尾ずつの個包装にしました。必要な量だけ使えて便利です。
さんま(北海道、三陸) [放] 不検出 <3.8 <3.5

139 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 180日
昆布めしめ鯖(まろやか風味)
1枚110g **428円**(**462円**)

三枚におろして骨を取り、一晚じっくり調味酢に漬け込み、昆布メにしました。※ゼラチンは豚由来。
さば(アイルランド、アイスランド)

140 凍 共和水産(岩手県・宮古市)
三陸岩手 いかの糸造り
60g **448円**(**484円**)

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

するめいか(三陸)

141 凍 松岡水産(千葉県・銚子市)
紅鮭スモークサーモン
70g **555円**(**599円**)

塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。
紅鮭(アラスカ)

142 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 30日
焼津港のとろかつお炭火焼き炙り丼
110g(固形量80g+たれ30g) **454円**(**490円**)

太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰹を炭火焼きにし、ちょっと濃い目の無添加たれに漬けました。
かつお(日本太平洋沖合北部)

143 凍 日本生活協同組合連合会
国産いかそうめん
30g×2 **498円**(**538円**)

国産の良質なするめいかを、つると食感のよいいかそうめんにしました。解凍してそのままどうぞ。
するめいか(国内産)

144 凍 ダイヤム(鳥取県・境港市) 180日
氷温熟成 たらこ(切り)
90g **380円**(**410円**)

ロシア産の鮮度の良いすけとうだらの卵と塩だけを、氷温製法で素材の旨味を引き出しました。
すけとうだらの卵(ロシア)

145 凍 ダイヤム(鳥取県・境港市) 180日
氷温熟成 辛子明太子(切り)
90g **380円**(**410円**)

厳冬のロシア産の原料を使用し、「氷温熟成」で仕上げました。お好きな切りです。
すけとうだらの卵(ロシア)

146 凍 海泉水産(静岡県・浜松市) 120日
しらす干し
20g×3 **500円**(**540円**)

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、乾かして仕上げました。
しらす(遠州灘〜伊勢湾)

147 凍 カネキ水産(愛知県・蒲郡市)
シーフードミックス
210g **510円**(**551円**)

いか、えび、ほたてをミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具などに。
いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

148 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日
ブラックタイガー 2L
6尾前後135g **845円**(**913円**)

インドネシアスラウエシ島で粗放養殖。生からの冷凍結晶ですので、えびの旨味、食感が違います。
ブラックタイガー(インドネシア)

獲れたて鮮魚で作る港町の加工品

土佐佐賀産直 出荷組合

簡単な調理法を添付!

高知県沖で獲れた魚をその日のうちに下処理、急速冷凍。魚種別に真空にした鮮魚冷凍です。

149 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 90日
土佐の色々セット(2種セット)
2種400g以上 **880円**(**950円**)
通常税込 **972円**

掲載3品は12月1回にお届け

土佐佐賀産直出荷組合の商品は次回から値上げ

150 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 90日
土佐の天然ぶり刺身(ブロック)
120g **698円**(**754円**)
通常税込 **775円**

土佐沖獲れのぶりを水揚げ後すぐにさばいて急速凍結させた鮮度抜群のお刺身です。さっぱりとした脂のり。
ぶり(高知県)

151 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 90日
豆あじ南蛮漬
130g(固形50g 調味液80g) **537円**(**580円**)
通常税込 **598円**

豆あじに衣を付けてカラッと揚げ、オリジナル調味液に漬け込んだ調理済み南蛮漬です。
あじ(愛媛県、高知県)

魚肉練り製品

- リン酸塩による増量はせず、魚肉たっぷりの練り製品です。
- 化学調味料も不使用です。

つみれ汁で!

152 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市)
とび魚入りすり身
150g **398円**(**430円**)
通常税込 **464円**

北海道産のスケウダラと山陰または九州産のトビウオをすり身にしました。つみれ汁や魚ハンバーグで。
魚肉(国内産)

高橋徳治商店 こだわりの練り物

159 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日
いかげそ揚げ
110g **411円**(**444円**)

北海道の助宗タラすり身といかのゲソを使用。おつまみやお子様にも。冷蔵解凍レンジで。

イカ(国内産)

160 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日
お魚あられ
180g **310円**(**335円**)

たららのすり身に国産のじゃがいも・南瓜・人参・ほうれん草を練りこんだローサイズの練物。離乳食にも。
すけそうだら(北海道)

153 冷 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 30日
こだわりさつま揚げ(磯の香)
3枚84g **280円**(**302円**)

自家製すり身を使い、オキアミとおおさ粉の風味を効かせました。
すけそうだら(北海道)

154 冷 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 30日
こだわりさつま揚げ(さぼう天)
3枚84g **280円**(**302円**)

すり身の柔らかい食感の中に合わせる、さぼうのシャキシャキとした食感が心地よいさつま揚げ。
すけそうだら(北海道)

155 冷 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 30日
こだわりさつま揚げ(黒ごま芋)
3枚108g **340円**(**367円**)

すけそうだら、いとよだい、鹿児島産の魚を使った自家製すり身にさつま芋と黒ごまを混ぜ込みました。
すけそうだら(北海道)

156 冷 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 30日
ソフトさつまあげ
6個140g **330円**(**356円**)

豆乳をすり身に混ぜ合わせたふわふわ食感のさつま揚げ。素材の旨味を引き出した薄味の上品な味わい。
すけそうだら(国内産)

157 冷 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 15日
焼ちくわ
5本120g **285円**(**308円**)

無リンの魚肉すり身を主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。
イトヨリダイ(国内産)

158 冷 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 60日
かに風味かまぼこ
10本112g **340円**(**367円**)

無リンのスケウダラすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。
すけそうだら(北海道)

株式会社 高橋徳治商店の場合

常総生協で取り扱う練り物は、化学調味料等の添加物は使用せず、素材の味を大切にしています(それには魚肉の鮮度と職人の技が重要)。

魚肉たっぷり!原材料の70%以上が魚肉 ←リン酸塩による増量はもったのほか

市販品で安価なものはリン酸塩等の添加物で増量し、原材料の魚肉率は多い方でも40%程度。比べて高橋徳治商店の練り物は断トツの70%以上で、ぎゅっと魚が詰まっています。汁物やおでんにすると、いい出汁ができるのも納得です。

「さつま揚げ」で市販品と比べてみました

原材料の比率は?	市販品の例	高橋徳治商店
魚肉	29.3	77.34
調味料	13	11.1
たんぱく調整水	6	3.3
でん粉	5.7	3.86
魚すり身	6	4.4

原材料表示は?

市販品の例: 魚肉、植物油、糖類(砂糖、ぶどう糖)、小麦粉、粉末状植物性たん白、米発酵調味液、コーンスターチ、食塩、乾燥卵白(卵を含む)/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、ソルビトール

高橋徳治商店: 魚肉(タラ(国産)、小魚(国産))、発酵調味料、馬鈴薯でん粉(国産)、砂糖、カツオブシエキス、清酒、食塩、米油(揚げ油)

161 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日
さつま揚げ
5枚165g **375円**(**405円**)
通常税込 **421円**

北海道の無リンたららすり身を原料に小魚を練りこみ深みある味と食感に仕上げました。プレーンさつま揚げ。
すけそうだら(北海道)

秋川牧園 山口県 山口市

11月29日は鶏肉の日!

秋川牧園 若鶏の基準

- 山口県、島根県、福岡県、熊本県にある秋川牧園の16農場が責任をもって開放鶏舎して生産。
- 配合飼料のとうもろこし(収穫後農薬不使用)・大豆は、遺伝子組み換え原材料の混入を防ぐため別生産流通管理したもの。
- 肉骨粉などの動物性原料を含まない植物性飼料を与えます。
- ヒヨコの時から抗菌剤、抗生物質は与えない無投薬飼育。
- 自給率向上の為、飼料米の栽培。(定期的に放射能測定は実施)

全品 特価

鶏一羽からの貴重なたまごを限りなく

215円/100g

162 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏せせり
200g **398円(税430円)** 通常税込454円
鶏肉の稀少部位です。首まわりの肉なので弾力があり引き締まっています。串焼きや塩焼きで。山口県・島根県・福岡県・熊本県

190円/100g

163 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏ムネ(バラ凍結)
500g **880円(税950円)** 通常税込994円
脂が少なくヘルシーなお肉です。唐揚げ、チキンカツ、クリームシチューなどにおすすめです。バラ凍結。山口県・島根県・福岡県・熊本県

212円/100g

164 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏モモ(バラ凍結)
500g **980円(税1058円)** 通常税込1096円
豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などに。バラ凍結。山口県・島根県・福岡県・熊本県

秋川牧園 若鶏の基準

- 山口県、島根県、福岡県、熊本県にある秋川牧園の16農場が責任をもって開放鶏舎して生産。
- 配合飼料のとうもろこし(収穫後農薬不使用)・大豆は、遺伝子組み換え原材料の混入を防ぐため別生産流通管理したもの。
- 肉骨粉などの動物性原料を含まない植物性飼料を与えます。
- ヒヨコの時から抗菌剤、抗生物質は与えない無投薬飼育。
- 自給率向上の為、飼料米の栽培。(定期的に放射能測定は実施)

238円/100g

165 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏モモスライス
250g **550円(税594円)** 通常税込613円
厚さ5mmの鶏モモのスライス。焼いても茹でてでもサッと使えます。サラダ等に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

241円/100g

166 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏手羽先チュールリップ(バラ凍結)
300g **670円(税724円)** 通常税込756円
手羽先をチュールリップ状に加工しました。からあげにおすすめです。約5~8本。山口県・島根県・福岡県・熊本県

195円/100g

167 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏手羽中(バラ凍結)
400g **720円(税778円)** 通常税込798円
骨付きのまま唐揚げや煮物にどうぞ。バラ凍結済なので使いやすいです。山口県・島根県・福岡県・熊本県

198円/100g

168 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 120日
秋川の若鶏砂肝スライス
150g **275円(税297円)** 通常税込322円
コリコリとした歯ざわりが特徴の砂肝を使いやすいようにスライスしました。炒め物に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

156円/100g

169 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏ぶつ切り(バラ凍結)
500g **720円(税778円)** 通常税込798円
モモ・ムネ肉を骨付きで、使いやすい大きさにカットしました。唐揚げや煮物に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

231円/100g

170 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏小間切
200g **428円(税462円)** 通常税込486円
ムネ・モモ肉を小さくカットしました。親子丼等に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

210円/100g

171 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏ミンチ(バラ凍結)
500g **970円(税1048円)** 通常税込1078円
モモ肉、ムネ肉を厚さ3.2mmのミンチにしました。炒め物やそぼろなどに。山口県・島根県・福岡県・熊本県

豚肉

- 岩瀬さんの豚：開放豚舎で自家製発酵飼料を使用。飼育期間は約8ヶ月。
- ローズポーク：専用飼料に大麦を15%以上配合。飼育期間約6ヶ月。
- 丹沢高原豚：別生産流通管理を行ったトウモロコシと大豆粕を使用。飼育期間約6ヶ月。

表紙にローズポーク焼肉セット2ページに丹沢高原豚の味付け肉掲載中

349円/100g

172 凍 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚ロースしゃぶしゃぶ用
200g **646円(税698円)**
きめが細かく脂が適度に入った部位。しゃぶしゃぶ用にスライスしました。茨城県

349円/100g

173 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚肩ローススライス
200g **646円(税698円)**
赤身の中に適度な脂身が交じる、味の良い部位。一口大に切って焼肉にも。茨城県

284円/100g

174 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚バラスライス
200g **526円(税568円)**
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。茨城県

281円/100g

175 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚モモスライス
200g **520円(税562円)**
赤身主体の部位。巻き物にも重宝します。厚さ3mm。茨城県

349円/100g

176 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用
200g **646円(税698円)**
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。茨城県

349円/100g

177 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚肩ロース切身
2枚200g **646円(税698円)**
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。茨城県

249円/100g

178 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚モモ一口カツ用
200g(5~6枚) **460円(税497円)** 通常税込562円
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、そのまま塩焼きでもおいしいです。茨城県

205円/100g

179 冷 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚小間切
150g×2 **570円(税616円)**
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。茨城県

205円/100g

180 凍 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 30日
岩瀬さんの豚挽肉
300g **570円(税616円)**
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。茨城県

376円/100g

181 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク ヒレブロック
250g **870円(税940円)**
脂のほとんどない部位です。茨城県

222円/100g

182 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク モモブロック
500g **1030円(税1112円)**
モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。茨城県

239円/100g

183 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて3日
茨城県産ロースポーク モモしゃぶしゃぶ用
250g **554円(税598円)**
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。茨城県

238円/100g

184 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク バラスライス
250g **551円(税595円)**
厚さ3~3.5mm。茨城県

228円/100g

185 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク モモスライス
250g **528円(税570円)**
赤身主体部位。厚さ3mm。茨城県

293円/100g

186 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク ロース切り身
2枚200g **543円(税586円)**
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。茨城県

162円/100g

187 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク 徳用小間切
200g×2 **598円(税646円)** 通常税込659円
小間切徳用タイプ。茨城県

229円/100g

188 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて14日
茨城県産ロースポーク 小間切(タレ付)
250g **530円(税572円)** 通常税込594円
ロースポークの豚小間切を桃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。豚肉(茨城県)

166円/100g

189 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日
茨城県産ロースポーク 小間切
150g×2 **460円(税497円)**
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。茨城県

167円/100g

190 凍 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて30日
茨城県産ロースポーク 挽肉
300g **465円(税502円)**
赤身率は8割です。茨城県

292円/100g

191 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて120日
丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉
200g **540円(税583円)**
1頭から約300gしかとれない希少な部位です。神奈川県

299円/100g

192 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて120日
丹沢高原豚 トントロ焼肉用
200g **554円(税598円)**
1頭から約300gしか取れない希少な部位。焼肉、炒め物に。神奈川県

215円/100g

193 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて4日
丹沢高原豚 小間切
200g **398円(税430円)**
各部位から集めています。神奈川県

119円/100g

194 凍 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて30日
茨城県産 豚レバー
300g **330円(税356円)**
ビタミン、鉄分豊富なレバー。茨城県 【放】不検出<4.1<4.2

鶏肉

- つくば茜鶏：鶏種レッドブロー種。飼育期間約70日。動物性飼料、抗菌剤、抗生物質不使用。
- 秋川牧園：鶏種チャンキー、コブ。飼育期間約60日。無投薬肥育。秋川牧園独自配合飼料使用。

16ページに秋川のムネ・モモ肉掲載中

194円/100g

195 凍 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネ
250g **450円(税486円)**
あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。茨城県

302円/100g

196 凍 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 モモ
250g **698円(税754円)** 通常税込783円
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。茨城県

258円/100g

197 凍 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ササミ
250g **598円(税646円)**
脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茨城県

268円/100g

198 凍 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネモモ小間切
250g **620円(税670円)**
必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。茨城県

276円/100g

199 凍 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用
250g **640円(税691円)**
必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。茨城県

173円/100g



200 凍 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 手羽先 300g **480円(税込518円)** ゼラチン質に富み、コクのある部位。茨城県

173円/100g



201 凍 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 手羽元 300g **480円(税込518円)** 唐揚げやスープ煮に。茨城県

旨味がたっぷり! 特 おでんに



204 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日 鎌倉あらびきウインナー(増量) 400g **798円(税込862円)** 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。豚肉(国内産)

ハムカツにして! 特



205 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 20日 鎌倉ボンレスハム(徳用) 400g **1250円(税込1350円)** 1393円 脂肪が少なく味が濃い、豚もも肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。豚肉(国内産)

チャーシュー丼に! 特



206 冷 ミートバル村山(茨城県・土浦市) 7日 村山さんのチャーシュー 200g **485円(税込524円)** 540円 村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。豚肉(茨城県)

ほどよい玉ねぎ加減! 特



207 凍 満る里(兵庫県・神戸市) 180日 神戸満る里の牛生ハンバーグ 130g×4個 **1250円(税込1350円)** 1382円 国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

116円/100g



202 凍 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 レバー 250g **268円(税込289円)** 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。茨城県

186円/100g



203 凍 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 挽肉 250g **430円(税込464円)** ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。茨城県

204 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日 鎌倉あらびきウインナー(増量) 400g **798円(税込862円)** 907円 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。豚肉(国内産)

205 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 20日 鎌倉ボンレスハム(徳用) 400g **1250円(税込1350円)** 1393円 脂肪が少なく味が濃い、豚もも肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。豚肉(国内産)

206 冷 ミートバル村山(茨城県・土浦市) 7日 村山さんのチャーシュー 200g **485円(税込524円)** 540円 村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。豚肉(茨城県)

207 凍 満る里(兵庫県・神戸市) 180日 神戸満る里の牛生ハンバーグ 130g×4個 **1250円(税込1350円)** 1382円 国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

牛肉

- ・ 坊津黒牛(鹿児島)：鹿児島県坊津地区の黒木さん、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。

451円/100g 特



208 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日 鹿児島 坊津黒牛切り落とし 170g×2 **1420円(税込1534円)** 1566円 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。鹿児島県

624円/100g 特



209 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日 鹿児島 坊津黒牛カルビ焼肉用 180g **1040円(税込1123円)** 霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。鹿児島県

436円/100g 特



210 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日 鹿児島 坊津黒牛カレーシチュー用 250g **1010円(税込1091円)** モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカットしました。鹿児島県

307円/100g 特



211 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日 国産牛小間切 160g **455円(税込491円)** ウデ、モモ、バラ肉を使用。福岡県、大分県

211円/100g 特



212 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日 国産牛挽肉 200g **390円(税込421円)** 432円 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。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。

213 冷



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 10日 鎌倉マイルドポークウインナー×2 94g×2 **350円(税込378円)** 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。豚肉(国内産) [放] 不検出 <4.4 <4.1

214 冷



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 10日 鎌倉つかいきりポークウインナー×3 49g×3 **265円(税込286円)** 297円 使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。豚肉(国内産)

215 冷



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日 鎌倉ローズハムスライス×2 60g×2 **530円(税込572円)** 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。豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

216 冷



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日 鎌倉ポークソーセージ 200g **415円(税込448円)** 豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.2

217 冷



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日 鎌倉チョリソー 30g×5 **415円(税込448円)** 471円 国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。豚肉(国内産)

218 冷



丹沢農場(神奈川県・愛川町) 7日 丹沢農場皮なし和風ミニウインナー 120g **310円(税込335円)** 温めると醤油の控え目な旨味が広がります。食べやすい皮なし。豚肉(国内産)

219 冷



丹沢農場(神奈川県・愛川町) 7日 丹沢農場のボンレスハムスライス 100g **390円(税込421円)** 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。豚肉(国内産)

220 冷



丹沢農場(神奈川県・愛川町) 7日 丹沢農場のバラベーコンスライス 100g **420円(税込454円)** 甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。豚肉(国内産)

221 凍



丹沢農場(神奈川県・愛川町) 180日 丹沢農場のプチサラミ 80g **340円(税込367円)** 豚肉を粗挽きし、腸詰してスモークしました。小ぶりのサラミソーセージです。豚肉(国内産)

222 凍



丹沢農場(神奈川県・愛川町) 180日 丹沢農場のトントロ焼豚 120g **550円(税込594円)** 希少部位のトントロを純米酒、塩、砂糖、醤油たれに漬け込み、丁寧に焼き上げました。豚肉(国内産)

223 冷



山武食品(三重県・川越町) 60日 国産牛のしぐれ煮 150g **415円(税込448円)** 471円 国産牛肉を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分温めてお召し上がりください。牛肉(国内産)

乳製品 デザート

【お願いです】ヨーグルト、モッツアレラチーズの空瓶は必ずご返却ください。(価格にはピン代は含まれていません)

ピン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) 届いて10~11日 石岡 鈴木牧場ヨーグルト

224 プレーン 400g **380円(税込410円)** (ピン要返却)

225 微糖 400g **390円(税込421円)** (ピン要返却) [放] 不検出 <3.4 <3.4

226 冷



鈴木牧場(茨城県・石岡市) 届いて7~11日 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 100g (ピン要返却) **538円(税込581円)** 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。生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

227 冷



鈴木牧場(茨城県・石岡市) 7日以上 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン) 40g **308円(税込333円)** 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。生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1

228 冷



鈴木牧場(茨城県・石岡市) 14日以上 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(バジル) 30g **209円(税込226円)** 鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。香り高い茨城県産有機栽培バジル使用。生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

229 冷



サツラク農協(北海道・札幌市) 18日 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン) 500g **324円(税込350円)** 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。生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

230 冷



サツラク農協(北海道・札幌市) 18日 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖) 80g×3 **248円(税込268円)** 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) 生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

231 冷



ホリ乳業(石川県・金沢市) 届いて7~10日 腸内活性ヨーグルト(プレーン) 380g **593円(税込640円)** 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。生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

232 冷



ホリ乳業(石川県・金沢市) 届いて7~10日 腸内活性ヨーグルト(加糖) 90g×3 **515円(税込556円)** ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

233 冷



北海道酪農公社(北海道・江別市) 60日 北海道チャーバター 100g **318円(税込343円)** 北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャー(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。塩分0.8%。生乳(北海道)

234 冷



北海道酪農公社(北海道・江別市) 60日 北海道クリームチーズ 100g **318円(税込343円)** 北海道の生乳クリーム100%。チーズケーキや料理のベースに。パンクラッカーにつけても。生乳(北海道)

235 冷



サツラク農協(北海道・札幌市) 届いて4~7日 サツラク北海道純生クリーム 200ml **555円(税込599円)** 626円 生乳(北海道)

236 冷



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 30日 濃厚豆乳プリン 100g×2 **267円(税込288円)** 299円 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。牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5

237 冷



おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 30日 豆乳ふりん 抹茶 80g×4 **320円(税込346円)** 356円 国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらもほろ苦い抹茶の風味が活かした抹茶プリンです。豆乳(国内産)

238 冷



酪王(福島県・郡山市) 19日 生乳たっぷりのむヨーグルト 180ml×2 **276円(税込298円)** 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 生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5

239 冷



日本生活協同組合連合会 15日 乳酸ドリンク 65ml×10 **235円(税込254円)** 柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

自家製酵母パン Le・Lourdes

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



Le・Lourdes (神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

パン・ド・ミ(食パン) 1斤

240 6枚 270円(税込292円)

241 8枚 270円(税込292円)

242 ノースライス 260円(税込281円)

※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

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

243 8枚 425円(税込459円)

244 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 <4.0 <4.7

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。

245 小 Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

パン・ド・ミ(全粒粉食パン) 1斤

300円(税込324円)

小麦の香りと甘さを最大限に引き出す配合で、ノンオイル・ノンシュガーでもいただける食パン。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

246 小 Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

フルーツナッツ食パン

630円(税込680円) 通常税込691円

ドライフルーツ、ナッツをふんだんに混ぜ込んだ食べ応えたっぷりのパン。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

247 小 Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

パンズ

3個 300円(税込324円)

天然酵母は小麦からおこした自家製のものを使用。スライスしてお好みの食材を挟んでどうぞ。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9

248 小 Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

チーズカンパニー

1個 535円(税込578円)

小麦の味わい豊かな生地、よつ葉のクリームチーズをゴロゴロと贅沢に混ぜ込んで焼き上げました。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.6 <3.8

249 小 パネックス(長野県・伊那市) 賞味期間45日

内麦クロワッサン

10個(個包装) 698円(税込754円)

1個あたり 税込75円

原材料:小麦粉(小麦 国内産)、マーガリン、液全卵、上白糖、ショートニング、ブドウ糖、パネトーネ種、パン酵母、油脂加工食品、食塩、乳等を主要原料とする食品、モルトエキス/乳化剤、香料、酸化防止剤(V.E)、安定剤(ベクチン)、着色料(アトナー)

小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

250 小 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞味期間1~2日

クーロンヌの角形食パン

半斤3枚 180円(税込194円)

251 1斤6枚 340円(税込367円)

小麦(アメリカ、他)

252 小 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞味期間1~2日

クーロンヌの食パン(角型)

1斤10枚 340円(税込367円)

253 ノースライス 335円(税込362円)

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のない味わいに仕上げました。サンドイッチ用。

小麦(アメリカ、他)

254 小 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞味期間1~2日

クーロンヌの食パン(角型)

1斤10枚 340円(税込367円)

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のない味わいに仕上げました。サンドイッチ用。

小麦(アメリカ、他)

258 凍 小 ハッコー食品(千葉県・千葉市) 賞味期間180日

ブリュッセルワッフル

約65g×6 675円(税込729円)

259 凍 小 ハッコー食品(千葉県・千葉市) 賞味期間180日

国産全粒粉プチパン

約40g×5 460円(税込497円)

自家製天然酵母種を配合しているため、小麦本来の甘味が感じられる風味豊かなパンです。

小麦(国内産)

255 小 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞味期間1~2日

クーロンヌの無糖食パン(山型)

1斤6枚 378円(税込408円)

クーロンヌオリジナルの小麦粉を使用し、天然酵母で長時間熟成された食パン。

小麦(アメリカ、他)

256 小 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞味期間1~2日

クーロンヌのコッペパン

2個 250円(税込270円)

クーロンヌの食パンと同じ生地で作られたふんわりコッペパン。お好みの具材を挟んで自分流のコッペパンで。

小麦(アメリカ、他)

257 小 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞味期間1日

クーロンヌのメロンパン

2個 348円(税込376円)

たっぷりバターを使ったパニョ香るピス生地。しっとりとしたふわふわのメロンパンです。

小麦(アメリカ、他)

261 凍 小 ワールド(石川県・金沢市)

レンジdeほっこりカレーパン

90g×3個 480円(税込518円) 通常税込537円

小麦(国内産)

262 凍 小 ワールド(石川県・金沢市)

レンジdeほっこりピザパン

90g×3個 480円(税込518円) 通常税込537円

小麦(国内産)

267 凍 小 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間30日

定番ベーグルBセット

2個 410円(税込443円)

定番(全粒粉・クーベルチュールチョコ)のベーグル2種セットです。

小麦(北海道、チョコ(国内産))

268 凍 小 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間30日

プレーンベーグル2個組

2個 315円(税込340円) 通常税込361円

素材本来の旨味を引き出したプレーン生地のベーグルです。

小麦(北海道、玄米粉(茨城県))

269 凍 小 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間30日

焼き芋ベーグル

1個 220円(税込238円) 通常税込248円

茨城産のさつまいもをオープンで焼き上げ、生地にたっぷり混ぜ合わせました。

小麦(北海道)、さつまいも(茨城県)

263 凍 小 サンコー(愛知県・豊橋市) 賞味期間60日

玄米粉入り蒸しパン

3個 398円(税込430円)

264 あんなし 3個 380円(税込410円)

小麦(国内産) [放] 不検出 <0.9 <0.9

265 あん入り 3個 460円(税込497円)

266 あんなし 3個 450円(税込486円)

小麦(国内産)

269 凍 小 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間30日

焼き芋ベーグル

1個 220円(税込238円) 通常税込248円

茨城産のさつまいもをオープンで焼き上げ、生地にたっぷり混ぜ合わせました。

小麦(北海道)、さつまいも(茨城県)

270 凍 小 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間30日

全粒くるみレーズンベーグル

1個 221円(税込239円)

くるみとレーズンを生地につまみと混ぜ合わせた風味豊かなベーグルです。

小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)

271 凍 小 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間30日

かぼちゃベーグル

1個 230円(税込248円)

無農薬栽培のホクホクのかぼちゃを使ったベーグルです。

小麦(北海道)、かぼちゃ(茨城県)

鈴木牧場牛乳

定期登録募集中!

720ml 369円(税込399円)

500ml 225円(税込243円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

サツラク低温殺菌牛乳

1 1L 369円(税込399円)

2 500ml 225円(税込243円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

ジャム はちみつ・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。

501~999(青字の注文番号)は、注文用紙の3ケタ記入欄へご記入ください。

272 小 松永農園(静岡県・静岡市)

松永さんのブルーベリージャム

140g 550円(税込594円) 通常税込646円

自園産の無農薬の完熟ブルーベリーを使用し、砂糖と自家製レモンで煮詰めた手作りジャム。

ブルーベリー(静岡県)

273 小 松永農園(静岡県・静岡市)

松永さんのびわジャム

140g 550円(税込594円) 通常税込626円

松永さんが無農薬栽培したびわを砂糖と自家製レモンで煮詰めた手作りジャム。

びわ(静岡県) [放] 不検出 <3.1 <3.4

4 小 サツラク農協(北海道・札幌市) 賞味期間15日

サツラク牛乳

1L 298円(税込322円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

5 小 北海道酪農公社(北海道・江別市) 賞味期間10日

おいしさまるやか(成分調整牛乳)

1L 258円(税込279円)

生乳(北海道)

277 小 よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞味期間6~10日

カフェインレスよつ葉カフェオレ

1L 298円(税込322円) 通常税込335円

生乳(北海道)

274 小 藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

マンマー産ひまわりはちみつ

350g 645円(税込697円)

275 1kg 1750円(税込1890円) 通常税込1998円

はちみつ(マンマー)

6 小 宇治田農場(茨城県・石岡市) 賞味期間7日

宇治田さんの平飼卵

6個 355円(税込383円)

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。

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

7 小 JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞味期間11日

八郷の卵

10個 350円(税込378円)

分別生産流通管理済みの原料を使用した穀物(とうもろこし・大豆等)を鶏に与えています。

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

契約 小 天池さん・杉山さん(茨城県・石岡市) 賞味期間11日

「やさとの仲間」平飼卵

6個入り 355円(税込383円)

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。

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

旬のきのこで! ニューオークポの生パスタ



茹で時間3分
デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。
278 冷
ニューオークポ(千葉県・柏市) 賞味6~8日
生フェットチーネ
260g (130g×2) 315円(税込) 340円(通常税込) 356円

小麦(カナダ、アメリカ)



茹で時間3分
デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。
279 冷
ニューオークポ(千葉県・柏市) 賞味6~8日
生スパゲティ
260g (130g×2) 315円(税込) 340円(通常税込) 356円
小麦(カナダ、アメリカ)



茹で時間3分
デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。
280 冷
ニューオークポ(千葉県・柏市) 賞味6~8日
ほうれん草入り生フェットチーネ
260g (130g×2) 348円(税込) 376円(通常税込) 399円
ほうれん草(北海道)

温かメニューが美味しい季節♪

全品特価

206 村山さんのチャーシューをのせて



281 冷
共生食品(神奈川県・相模原市) 賞7日
内麦生ラーメン味噌(3食入)
120g×3 スープ36g×3 398円(税込) 430円(通常税込) 451円
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。小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1

揚げたてをアツアツで♪



282 冷
三立食品(東京都・葛飾区) 賞25日
春巻の皮(みちのく)
10枚 252円(税込) 272円(通常税込) 285円
国産小麦粉と赤穂の天日塩で作ったシンプルな皮。油で揚げたり、焼いても美味しい。ピザ生地代わりに。小麦(北海道、岩手県) [放] 不検出<2.8<3.9

雄武の秋鮭でほっこり粕汁



283 冷
高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 賞90日
灘の酒粕
200g 335円(税込) 362円(通常税込) 378円
「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、そのまま粕汁や甘酒に使えます。米(国内産)

おでんや煮物に!



284 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味6~8日
鍋物種セット
3種6個 415円(税込) 448円(通常税込) 462円
餅入きんちゃく30g×2、ひじき入り京がんと20g×2、えび入り京がんと20g×2のセット。鍋物の種に。大豆(国内産) [放] 不検出<1.4<1.5

大豆加工品

国産大豆100%使用。豆腐は海水にかりで固め、消泡剤も不使用です。



285 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味4日
ミニもめん豆腐
150g×2 198円(税込) 214円
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



286 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味4日
ミニきぬ豆腐
150g×2 198円(税込) 214円
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



287 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味4日
もめん豆腐
300g 198円(税込) 214円
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。大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



288 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味4日
きぬ豆腐
300g 183円(税込) 198円
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。大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



294 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味4日
ゆず寄せ豆腐
200g 225円(税込) 243円(通常税込) 259円
愛媛県産のゆずの皮と果肉を加えた、さわやかな香りが楽しめる寄せ豆腐。ゆず(愛媛県) [放] 不検出<1.0<1.0



289 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味6日
揚げ揚げ
3枚 183円(税込) 198円
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(Non-GMO)。大豆(国内産) [放] 不検出<1.5<1.5



290 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味3日
手揚げ揚げ揚げ
2枚 239円(税込) 258円
国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした揚げ揚げ。大豆(国内産) [放] 不検出<1.6<1.7



291 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味3日
一口厚揚げ
8個 245円(税込) 265円
厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。大豆(国内産) [放] 不検出<1.1<1.2



292 凍
丸和食品(東京都・練馬区)
きざみ揚げ(冷凍)
100g 228円(税込) 246円
国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の揚げ揚げを細かく刻み、冷凍しました。大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.9



293 冷
丸和食品(東京都・練馬区) 賞味5日
きのこがんと
2個 298円(税込) 322円
がんとどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますのでそのまま、また煮物で。ぶなしめじ(茨城県、他) [放] 不検出<2.1<2.2



295 冷
JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日
八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)
35g×3 148円(税込) 160円
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。大豆(茨城県) [放] 不検出<3.8<3.4



296 冷
水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日
水府納豆ミニ3個(タレ・カラシ付)
40g×3 180円(税込) 194円
茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。大豆(茨城県) [放] 不検出<3.0<3.4



297 冷
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
遊作納豆(タレ・カラシ付)
80g 260円(税込) 281円
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。大豆(茨城県)



298 冷
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
十勝の息吹大粒2P(タレ・カラシ付)
40g×2 184円(税込) 199円
北海道十勝産のトコホレ大豆使用。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。大豆(北海道)



299 冷
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
有機納豆日本の農(タレ・カラシ付)
30g×2 220円(税込) 238円
国産の有機栽培大豆大粒大豆を使用。大粒で旨味濃い品種。食べ応えがあります。大豆(国内産) [放] 不検出<3.2<3.6



300 冷
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
有機ひきわり カップ2(タレ・カラシ無)
30g×2 207円(税込) 224円
青森県産の有機栽培大豆大粒(おおすず)を使用。大粒で旨味が濃い大豆なので、味わい深い仕上がりです。大豆(青森県)



301 冷
共生食品(神奈川県・相模原市) 賞6日
内麦焼そば(ソース付)
麺150g×3 ソース30g×3 298円(税込) 322円
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。小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



302 冷
浜食(東京都・調布市) 賞10日
洗いもずく
200g 240円(税込) 259円
沖縄・伊平屋島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。もずく(沖縄県)



303 冷
コタニ(岩手県・大船渡市) 賞90日
岩手産切っただる生わかめ
120g 340円(税込) 367円(通常税込) 397円
岩手県産の湯通し塩蔵わかめ。「岩手わかめ」特有の風味や食感が味わえます。使いやすいカットタイプ。わかめ(岩手県) [放] 不検出<3.8<3.7



304 冷
コタニ(岩手県・大船渡市) 賞90日
岩手産さしみ昆布
250g 410円(税込) 443円(通常税込) 454円
早採りの軟らかい昆布を湯通し塩蔵しました。水に戻してすぐに使えます。ポン酢、煮物でも。昆布(岩手県)



305 凍
マルダイ長沼商店(宮城県・石巻市) 賞180日
宮城県産めかぶ(タレ付)
40g×4(タレ4個付) 380円(税込) 410円
めかぶ(宮城県) [放] 不検出<4.3<4.7



309 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞180日
横須賀一番摘み生炊きのり佃煮
85g 550円(税込) 594円(通常税込) 616円
生のり(神奈川県)



16 冷
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞90日
生芋あく抜きしらたき 2個組
180g×2 260円(税込) 281円(通常税込) 302円
国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のよいしらたきです。こんにゃく芋(国内産)



306 冷
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞90日
生芋あく抜き板こんにゃく 2個組
220g×2 260円(税込) 281円(通常税込) 302円
こんにゃく芋のアク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。こんにゃく芋(国内産)



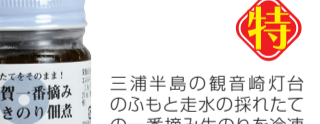
307 冷
ニッカンフーズ(大分県・日田市) 賞180日
たけのこ水煮(スライス)
300g 598円(税込) 646円
掘りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。たけのこ(国内産)



308 冷
JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞10日
やさと半熟たまご(温玉)
4個(タレ無) 206円(税込) 222円
おなじみ「八割の卵」を温湯たまごに。分別生産流通管理済みの原料を使用した殺菌卵に与えた鶏の卵です。卵(茨城県) [放] 不検出<3.3<3.4



309 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞180日
横須賀一番摘み生炊きのり佃煮
85g 550円(税込) 594円(通常税込) 616円
生のり(神奈川県)



309 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞180日
横須賀一番摘み生炊きのり佃煮
85g 550円(税込) 594円(通常税込) 616円
生のり(神奈川県)



310 冷
菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日
煮豆 金時豆
150g 298円(税込) 322円
北海道十勝産の大正金時豆を使用。直火炊きで軟らかさの中に豆のコシを残して歯ごたえよく仕上げました。大正金時豆(北海道)



311 冷
菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日
煮豆 白福豆(白花生)
150g 380円(税込) 410円
北海道温帯産。白花生は高原豆ともいう紫花豆の白色版。直火炊きで豆の風味がいます。白花生(北海道)



312 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
ピーナッツみそ
80g 308円(税込) 333円
千葉県八街産の落花生を菜種油で揚げ、味噌、水飴、砂糖、ごま、寒天で仕上げました。落花生(千葉県) [放] 不検出<3.0<3.1



313 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
揚げごぼう(甘酢漬)
80g 320円(税込) 346円
国内産のごぼうを細かくカットし、菜種油でサッと揚げて、りんご酢ベースの甘酢でからめました。ごぼう(国内産)



314 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
ひじき五目煮
100g 325円(税込) 351円
大豆、ひじき、こんにゃく、油揚、人参を、季節のダシをとって煮付けました。ひじき(長崎県)



315 冷
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
国産とりごぼうご飯の素
170g(2合用) 618円(税込) 667円
山口・秋川牧園の鶏肉と国産野菜を使用。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりに。化学調味料不使用。鶏肉(山口県)

佃煮の老舗・遠忠食品のお惣菜

塩分16~18%

316 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 180日

つぶれ梅干
500g **1120円**(税別) **1210円**(税込)

しそと塩のみで漬けた昔ながらの天日干し梅干。製造工程で漬れたりしたものを合せてみました。
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

317 かわばた園(静岡県・静岡市)

かわばた園の自家製梅干し
200g **680円**(税別) **734円**(税込) **754円**(通常税込)

梅・しそ(静岡県) [放] 不検出 <3.6 <4.5

塩分濃度20%の粗塩を使って作った昔ながらの梅干しです。

318 鈴木食品(埼玉県・北本市)

べったら漬
200g **275円**(税別) **297円**(税込) **308円**(通常税込)

大根の皮を手むきし塩漬け後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。
大根(国内産)

319 高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 90日

甲南なら漬(瓜、守口大根)
120g **568円**(税別) **613円**(税込)

灘の酒粕をふんだんに使い、昔ながらの伝統技術で丁寧に漬けました。
瓜(徳島県)、守口大根(愛知県)

320 とみき漬物(長野県・野沢温泉村) 20日

昔ながらのうまい菜っぱ
300g **550円**(税別) **594円**(税込)

保存料・着色料・化学調味料不使用で、かつおだし・昆布だしの旨味が漬けた昔ながらの野菜です。
野沢菜(国内産)

豊富な乳酸菌が腸内環境を整えます

汁ごと食べる辛くないキムチ、具よりも汁がメイン。発酵が進みますので、好みの酸味でどうぞ。

321 趙さんの味(宮城県・仙台市) 14日

趙さんの味 水キムチ
300g **498円**(税別) **538円**(税込) **559円**(通常税込)

白菜(国内産)

322 趙さんの味(宮城県・仙台市)

趙さんの味 熟成カクテキ
200g **418円**(税別) **451円**(税込)

1年以上熟成、発酵させた鮭の魚醤を使い旨味を引き出した濃厚でこってりとしたキムチ。
大根(国内産)

323 士別農園(北海道・士別市)

士別農園 三五八漬の素
400g **370円**(税別) **400円**(税込)

自家製米麹を使用した硬め(バラタイプ)の漬床です。野菜や肉、魚に適量まぶして塩麹代わりに。
米(北海道)

無農薬栽培された米のぬかと海水塩で作ったぬか床です。ぬか漬けの手引きが付きまます。

お届けは12月1回になります

324 勅使川原精麦所(栃木県・佐野市) 90日

うれしいぬか床
500g **798円**(税別) **862円**(税込) **883円**(通常税込)

325 1kg **1350円**(税別) **1458円**(税込) **1499円**(通常税込)

米ぬか(栃木県・茨城県)

冷凍食品

原材料の素性がわかる、何より「家庭での手作り」に近いものが基本です

お届けは12月1回になります

高知県産で獲れた鮮度抜群のさばを醤油、みりん、酒に漬け込み竜田揚げにしました。凍ったまま揚げて。

326 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 90日

さば竜田揚げ
150g **518円**(税別) **559円**(税込) **570円**(通常税込)

さば(高知県)

3~5枚

327 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 90日

あじフライ
100g(3~5枚) **530円**(税別) **572円**(税込)

土佐沖で獲れたあじを丁寧に下処理後、フィレにしてフライ用になりました。凍ったまま揚げてください。
あじ(高知県)

5~7枚

328 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 180日

こはんがすむ!真ほっけ蒲焼(タレ付)
5~7枚180g **398円**(税別) **430円**(税込)
タレ50g

骨を取り切しにした後、小麦粉をまぶしました。両面を焼き、添付タレをからめてどうぞ。
真ほっけ(北海道)

6~9切

329 秋川牧園(山口県・山口市)

野菜を加えてガーリックチキングリル
195g **540円**(税別) **583円**(税込)

若鶏もも肉にガーリックと粗挽黒胡椒が効いた醤油だれで味付け。野菜と合わせオープンかフライパンで。
鶏肉(山口県、他)

豚ロース・鶏もも・ベビーホタテ・いか・椎茸の5種

5種×各3本

330 フードサービスアサヒ(愛知県・大府市)

串揚げセット
5種各3本 **1000円**(税別) **1080円**(税込) **1120円**(通常税込)

5種類の素材(豚ロース・鶏もも肉・ベビーホタテ・いか・椎茸)を各3本。国産の小麦粉で衣づけしました。揚げて。
小麦粉(国内産)

8本

331 カネセイ食品(静岡県・藤枝市)

うすら卵串フライ
190g(8本入り) **363円**(税別) **392円**(税込)

うすら卵(国内産)

乳化剤にプロピレングリコール脂肪酸エステル使用
国内産うすら卵を使用し、うすら卵本来の食感と風味を大切に仕上げました。揚げて。加工でん粉：約2.8%

25個

332 大進食品(神奈川県・横浜市)

ヨコハマの餃子
18g×25 **568円**(税別) **613円**(税込)

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具にした無添加の餃子。焼いて。
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

20個

333 ドリームフーズ(大阪府・八尾市)

山山鶏のぼくぼく餃子(国産しそ入り)
18g×20 **530円**(税別) **572円**(税込)

ぼくぼく何個でも食べられるクセのない食べやすい餃子。国産大豆味噌、国産しそ使用。焼いても茹でも。
キャベツ(国内産)

5本

334 大進食品(神奈川県・横浜市)

パリッと本春巻(国産さくらげ入)
5本200g **501円**(税別) **541円**(税込)

さくらげなど国内産原料にこだわった中華餡に手作りの皮で巻き方を工夫しました。多めの油で焼いて。
さくらげ(豚肉・小豆(国内産)) [放] 不検出 <3.4 <3.9

335 日本生活協同組合連合会

七菜きんちゃく
5個入(140g) **400円**(税別) **432円**(税込) **462円**(通常税込)

大豆(アメリカ等)

凝固剤に塩化アンモニウム使用
彩り豊かな具材を詰めました。だし込みが良く、煮物やおでんにおいしく召し上がれます。油抜き不要。鍋で。

337 大黒炭水(静岡県・焼津市)

うなぎ蒲焼 70g×2
70g×2、たれ・山椒付 **2900円**(税別) **3132円**(税込) **3359円**(通常税込)

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。湯煎で。
うなぎ(愛知県)

2食

338 カラミノフーズ(東京都・新宿区)

アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)
100g×2 **447円**(税別) **483円**(税込) **513円**(通常税込)

赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。
鶏肉(国内産)

2食

339 カラミノフーズ(東京都・新宿区)

食べるユッケジャンスープ(トック入)
250g×2 **667円**(税別) **720円**(税込) **766円**(通常税込)

国産の牛肉・野菜・トック(餅)が入ったかなり辛めスープ。様々な素材の旨味が絡み濃厚な味わい。湯煎で。
米・牛肉(国内産)

336 ニッキーフーズ(大阪府・泉佐野市)

スープワンタン
4人前244g **475円**(税別) **513円**(税込)

小麦・豚肉(国内産)

国産豚肉をベースに玉ねぎ・ニラを加え生姜と醤油で味付けした具をつるっとした皮で包みました。鍋で。

340 原口水産(宮城県・都市部)

秋鮭の甘酢あんかけ
200g(2袋) **485円**(税別) **524円**(税込)

国産のさけを唐揚げにし、しっとりとした野菜と合わせ、まろやかな甘さと酸味のタレをかけ仕上げました。レンジまたは湯煎で。
秋鮭(北海道)

341 秋川牧園(山口県・山口市)

焼き鳥もも串セット
150g(5本) **686円**(税別) **741円**(税込)

こんがりジュースに焼き上げたもち肉も甘辛い醤油だれの組合せが美味しい焼き鳥。湯煎またはレンジで。
鶏肉(山口県、他)

2食

342 カラミノフーズ(東京都・新宿区)

ビビンバの具
100g×2 **506円**(税別) **546円**(税込)

国産野菜と国産牛肉を使用したビビンバの具。湯煎してご飯にかけてどうぞ。
鶏肉(国内産)

2食

343 カラミノフーズ(東京都・新宿区)

食べるサムゲタン風スープ
300g×2 **709円**(税別) **766円**(税込)

韓国の薬膳料理サムゲタンをアレンジしたスープです。ほくした鶏肉にもち米を加えました。湯煎して。
鶏肉(国内産)

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット JOSO エールで新商品登場! ご覧ください

344 グリーンリフ(群馬県・昭和村) 1~2日

彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚
2人前(約410g) **850円**(税別) **918円**(税込) **971円**(通常税込)

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みのでフライパン一つで簡単調理できます。
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

345 グリーンリフ(群馬県・昭和村) 1~2日

ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め
2人前(約450g) **890円**(税別) **961円**(税込)

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

346 やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) 1~2日

小松菜とたっぷりねぎの和風炒め
2人前(約630g) **832円**(税別) **899円**(税込)

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。
小松菜(国内産)

347 グリーンリフ(群馬県・昭和村) 1~2日

栗かぼちゃのドライカレー
2人前(約365g) **923円**(税別) **997円**(税込)

フェアトレードの本格スリランカカレーペーストを使用したドライカレー。野菜、豚ひき肉は国産を使用。
かぼちゃ・玉ねぎ・豚肉(国内産)

348 グリーンリフ(群馬県・昭和村) 1~2日

白髪ねぎで食べる!もつ煮込み
2人前(約442g) **830円**(税別) **896円**(税込)

国産野菜、自社製造の醤油、国産豚しもつを使用したもつ煮込み。「かんずり」でピリッと大人な味わい。
大根・豚もつ(国内産)

349 グリーンリフ(群馬県・昭和村) 1~2日

白湯餃子スープ(国産さくらげ入り)
2人前(約40g) **780円**(税別) **842円**(税込) **875円**(通常税込)

新鮮でおいしい野菜と餃子のセットです。下処理カット済みので、お鍋一つで手軽に調理できます。
白菜(国内産)

**あつたか鍋を
楽しもう♪**

350 凍 卵米 大小
大新(鳥取県・境港市) 賞180日
あじごぼうつみれ
130g **339円**(税込**366円**)
国産のあじとイトヨリダイのすり身に、国産のこぼう、玉ねぎを加えました。中火で5分加熱して、あじ(国内産)

いろいろな用途に使えます

351 凍 卵米 大小
秋川牧園(山口県・山口市)
いろいろ使える鶏つみれ
200g **372円**(税込**402円**) 通常税込**415円**
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に。
鶏肉(山口県、他)

凍ったまま半分に割って使えます

354 凍 卵米 小
シマダヤ(東京都・渋谷区)
冷凍 稲庭風うどん
200g×5食 **444円**(税込**480円**) 通常税込**495円**
茹で時間約1分
小麦(国内産)

つゆ付 2食

355 凍 卵米 大小
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
讃岐かき揚げうどん
2食560g **459円**(税込**496円**)
膨張剤製剤に酸性ピロリン酸ナトリウム・強化アンモニウム使用
国産小麦使用のコシの強い麺に牛蒡、玉ねぎ、人参、いんげんを使った野菜のかき揚げ入り。鍋かレンジで。

3~4人前

352 凍 卵米 大小
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
鶏だし醤油鍋セット
500g(つくね200g 鶏肉150g、スープ150g) **1157円**(税込**1250円**) 通常税込**1290円**
つくね・若鶏もも肉切身と自社オリジナル醤油スープのセット。3~4人前。お好みの野菜を加えて。
鶏肉(山口県、他)

鍋一つで作れる本格的辛味のとうみスープに喉ごしよい麺のうどん。好みの野菜を加えて。加工でん粉: 麺の3.5%

353 凍 卵米 大小
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
キムチ屋の造るテグタン麺セット
麺170g×2、スープ47g×2 **504円**(税込**544円**)
小麦(国内産)

2食

356 凍 卵米 横
創健社(神奈川県・横浜市)
生冷凍 長野県産臼挽十割そば
130g×2 **634円**(税込**685円**)
長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。
そば(長野県)

8切

357 凍 卵米 大小
ポーラスター(石川県・白山市)
太巻寿司(もち麦入)
300g(8切入) **533円**(税込**576円**)
干びよう煮、厚焼き卵、椎茸煮、桜でんぶ、三ツ葉の具を太巻に。椎茸・干びよう・三ツ葉は中国産。レンジで米(国内産)

お弁当におかずに

359 凍 卵米 大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
ごぼうとひじきの豆腐団子
8個 **360円**(税込**389円**) 通常税込**407円**
144g
鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、こ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。
ごぼう(国内産)

根室産のさんまをそぼろ風に味付けしました。そのままご飯にかけて。お弁当にもどうぞ。

360 凍 卵米 大小
平庄商店(北海道・根室市)
さんまぼろぼろ
110g **320円**(税込**346円**)
さんま(北海道)

7~9個

361 凍 卵米 大小
秋川牧園(山口県・山口市)
からあげ
150g **483円**(税込**522円**)
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。
鶏肉(山口県、他)

15個

362 凍 卵米 大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
肉しゅうまい
16g×15 **443円**(税込**478円**)
国産豚肉、玉ねぎがたっぷりのしゅうまい。ポークエキスかつおエキス使用。蒸すかレンジで温めて。
豚肉(国内産)

国産の豚肉・鶏肉・玉ねぎを使用して作りました

364 凍 卵米 大小
四国ちぬや(愛媛県・西予市)
レンジでお手軽メンチカツ
500g(10個入) **611円**(税込**660円**) 通常税込**680円**
レンジ調理で手軽にできあがるので、おかずや朝食等におすすぬ。
たまねぎ・鶏肉・豚肉(国内産)

今回から値上げ

365 凍 卵米 大小
秋川牧園(山口県・山口市)
レバー入りミートボール
400g **688円**(税込**743円**)
レバー入り(約13%)ミートボール。ソースで絡めたり、カレーやシチューにも。トースター、レンジで温めて。
鶏肉(山口県、他)

5個

367 凍 卵米 大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
天津包子(肉まん)
275g(5個入) **439円**(税込**474円**)
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。レンジが蒸して。
小麦(国内産)

7個

363 凍 卵米 大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
点心えびしゅうまい
27g×7 **427円**(税込**461円**)
国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。蒸すかレンジで温めて。
えび(インドネシア、ベトナム、他)

衣の膨張剤にピロリン酸二水素Na使用

369 凍 卵米 大小
日本生活協同組合連合会
レンジでひとくち天然えびフライ
120g **528円**(税込**570円**)
殻とつばをとった天然むきえびに衣をつけ揚げました。油調済なので電子レンジ調理で食べられます。
えび(タイ)

3個

371 凍 卵米 大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
ふんわり豆腐ハンバーグ
90g×3 **474円**(税込**512円**)
消化剤を使用せず、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。
大豆・鶏肉(国内産)

2食

372 凍 卵米 大小
マルマス(北海道・森町) 賞180日
北海道産豚肉のごまじゃぶ風紙包み
110g×2 **521円**(税込**563円**)
北海道産の豚肉、じゃが芋、南瓜、コーン、プロックリーに胡麻だれをかけた紙包み。レンジで。加工澱粉約0.1%
豚肉・野菜(北海道)

【管理栄養士監修】ママの惣菜プレート

373 凍 卵米 大小
大進食品(神奈川県・横浜市)
阿波鶏と野菜のつくね お惣菜プレート
250g **744円**(税込**804円**) 通常税込**826円**
徳島県産の鶏肉のつくね、卵の含め煮、切昆布の煮物、なると金時のすだち煮を詰めました。レンジで温めて。
鶏肉(徳島県)

2食

374 凍 卵米 大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
有機パスタのナポリタン
400g(2食入) **560円**(税込**605円**)
有機デュラム小麦のセモリナの麺、国産玉葱と人参使用。ソーセージは発色剤不使用。袋ごと湯煎かレンジで。
小麦(イタリア)

2食

375 凍 卵米 大小
西川食品(和歌山県・紀の川市)
オムライス
180g×2 **520円**(税込**562円**)
国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを牛乳を加えた玉子で包みました。レンジで温めて。加工澱粉:1%
鶏卵・米(国内産)

2食

376 凍 卵米 小
大進食品(神奈川県・横浜市)
フレッシュマトのミートソースドリア
200g×2 **798円**(税込**862円**)
サフランライスの米・ソースの生乳とバターは北海道産を使用。生トマトをトッピングしたドリア。レンジで。
生乳・米(北海道)、小麦・豚肉(国内産)

2枚

378 凍 卵米 大小
美雷(大分県・宇佐市)
関西風お好み焼き
160g×2枚 **536円**(税込**579円**)
国産小麦使用ミックス粉にキャベツ・卵・豚肉・天玉を加えたカツオ風味のお好み焼き。レンジで温めて。
小麦(北海道)、キャベツ(福岡県)

朝・夕1回ずつ 毎日スプーン2杯

12月1回にお届け 次回は12月4回掲載予定

腸から元気に♪

380 1個 450g **1200円**(税込**1296円**)
大豆(国内産)

381 4個セット 450g×4個 **4320円**(税込**4666円**)
大豆(国内産)

382 凍 卵米 小
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 黒豆塩大福
4個220g **430円**(税込**464円**)
岩手産平黒大豆を国産もち米の生地に粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒を包みました。自然解凍で。
黒豆(岩手県)

383 凍 卵米 小
ハマセイ(愛知県・春日井市)
大判焼き 小倉
85g×5個 **497円**(税込**537円**)
皮は国産小麦に砂糖、米粉、重曹、塩をブレンドしたミックス粉で焼く十勝産小豆使用。レンジか自然解凍で。
小麦粉(北海道、九州)

384 凍 卵米 大小
日本生活協同組合連合会
レアチーズケーキ
185g(4カット) **602円**(税込**650円**) 通常税込**700円**
生乳(オーストラリア、北海道等)

385 凍 卵米 小
日本生活協同組合連合会
パイシート<発酵バター入り>
300g(4枚入) **418円**(税込**451円**)
北海道産生クリーム使用。軽い食感・風味のパイシート。必要量だけ解凍して、1枚あたり約11×18cm
小麦(カナダ、アメリカ、国内産等)

386 凍 卵米 小
久保田食品(高知県・南国市)
夢中熱中 パニラとあずきの最中
110ml **130円**(税込**140円**)
北海道十勝産小豆を使い手間をかけ炊き上げた自家製粒あんと素材のおいしさが際立つパニラアイスの最中。
生乳・小豆(北海道)

387 凍 卵米 小
久保田食品(高知県・南国市)
ラムレーズンアイスクリーム
110ml **210円**(税込**227円**)
ラム酒に漬けたレーズンのココのある味わい。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%
生乳(北海道)・レーズン(アメリカ)

388 凍 卵米 小
久保田食品(高知県・南国市)
皮入り手しほりの柚子シャーベット
100ml **210円**(税込**227円**)
晩秋に高知で収穫される柚子を、自社工場ですっきりと手取りで果汁を搾り、丁寧に仕上げたシャーベット。
柚子(高知県)

389 凍 卵米 小
日本生活協同組合連合会
フローズンヨーグルト
105ml×3 **298円**(税込**322円**)
乳酸菌が生きています。さくっとした口当たりとさっぱりした後味。
牛乳(国内産)

4個

382 凍 卵米 小
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 黒豆塩大福
4個220g **430円**(税込**464円**)
岩手産平黒大豆を国産もち米の生地に粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒を包みました。自然解凍で。
黒豆(岩手県)

5個

383 凍 卵米 小
ハマセイ(愛知県・春日井市)
大判焼き 小倉
85g×5個 **497円**(税込**537円**)
皮は国産小麦に砂糖、米粉、重曹、塩をブレンドしたミックス粉で焼く十勝産小豆使用。レンジか自然解凍で。
小麦粉(北海道、九州)

久保田のアイスは12月1回お届けです

クリームチーズ30%配合 1カット6号18cmの1/12サイズ

384 凍 卵米 大小
日本生活協同組合連合会
レアチーズケーキ
185g(4カット) **602円**(税込**650円**) 通常税込**700円**
生乳(オーストラリア、北海道等)

15個

379 凍 卵米 小
ニッコー(神奈川県・大和市) 賞180日
ねぎ入りたこ焼
15個300g **380円**(税込**410円**)
ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて。油で揚げてもおいしいです。
たこ(ベトナム) [販] 不検出<3.7<4.4

作る人にも、食べる人にもやさしいチョコレート 全品特価

カカオ本来のビターな味わいをお楽しみいただけるチョコレート。



390 冷乳 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 有機ビターチョコレート 100g 630円(税) 680円(702円)

ヘーゼルナッツパウダーを練りこんだ、リッチで口溶けのよいミルクチョコレートです。



391 冷乳 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 有機ミルクチョコレート 100g 630円(税) 680円(702円)

香ばしいヘーゼルナッツプラーリネを閉じ込めた、ナッツの風味いっぱいのチョコレートです。



392 冷乳 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 有機プラーリネチョコレート 100g 698円(税) 754円(778円)

醗酵の力で免疫力を高めよう! 全品特価



396 創健社(神奈川県・横浜市) 醗酵カシス(果実) 45g 440円(税) 475円(497円)

カシスの高いニュージーランド産カシスを醗酵技術で美味しく仕上げました。



ニュージーランドの強烈な紫外線の中で育った果実、カシスをおいしい飲料にしました。4~5倍に希釈して。

398 565ml 1850円(税) 1998円(2041円) 399 1800ml 4880円(税) 5270円(5724円)

393 冷乳 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 180日 クランベリーチョコ 40g 420円(税) 454円(475円)

394 冷乳 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 180日 レーズンチョコ 50g 420円(税) 454円(475円)

395 冷乳 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 180日 珈琲豆チョコ 50g 420円(税) 454円(475円)

397 創健社(神奈川県・横浜市) 醗酵生姜(飲料) 565ml 1850円(税) 1998円(2138円)

398 純国産 さつま芋ちっぶ 115g 275円(税) 297円 399 純国産 塩けんぴ 100g 275円(税) 297円

菓子 化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。

400 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 根昆布あられ 55g 240円(税) 259円

401 え米 ノースカラス(北海道・札幌市) 120日 純国産 小魚せんべい 4連 11g×4袋 250円(税) 270円

402 ノースカラス(北海道・札幌市) 120日 純国産 ポテトチップスのり塩 53g 198円(税) 214円

403 ノースカラス(北海道・札幌市) 120日 純国産 さつま芋ちっぶ 115g 275円(税) 297円

404 ノースカラス(北海道・札幌市) 90日 純国産 塩けんぴ 100g 275円(税) 297円

405 乳米小 ノースカラス(北海道・札幌市) 180日 純国産 ビスケット 4連 18g×4袋 270円(税) 292円

406 乳米小 ノースカラス(北海道・札幌市) 180日 純国産 かぼちゃスティック 4連 15g×4袋 270円(税) 292円

407 野菜スティック 110g 275円(税) 297円

408 ひじきスティック 110g 275円(税) 297円

409 ミルクスティック 100g 275円(税) 297円

410 黒棒 8本(個包装) 290円(税) 313円

411 創健社(神奈川県・横浜市) メイシー おぎにいりハートチョコ 5g×8個 235円(税) 254円

412 サンコー(愛知県・豊橋市) くまチョコ 50g (個包装込み) 285円(税) 308円

413 ノースカラス(北海道・札幌市) 90日 純国産 北海道黒豆の甘納豆 95g 350円(税) 378円

414 サンコー(愛知県・豊橋市) 180日 安納芋ようかん 58g 160円(税) 173円

415 大洋(神奈川県・横須賀市) 90日 豆かんでん 黒糖みつ 155g 298円(税) 322円

416 大洋(神奈川県・横須賀市) 90日 きな粉 黒みつ寒天 160g 298円(税) 322円

菓子担当 今週のイチオシ! 全品特価

417 卵米小 サンコー(愛知県・豊橋市) 70日 ミニどら焼き 6個(個包装) 320円(税) 346円(367円)

611 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 180日 レーズン 165g 440円(税) 475円(497円)

418 乳米大 小 ノースカラス(北海道・札幌市) 90日 純国産 北海道きなこかりんとう 95g 230円(税) 248円(270円)

419 米大 小 蔵王米菓(山形県・村山市) 120日 揚げ小丸 100g 198円(税) 214円(238円)

丸大豆醤油と北海道のてんさい糖で味付けした一口サイズの揚げせんべい。

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。

420 かわばた園(静岡県・静岡市) 180日 煎茶 50g 588円(税) 635円

421 かわばた園(静岡県・静岡市) 180日 ほろじ茶 50g 460円(税) 497円

422 ランカスター(千葉県・千葉市) ジャスミン茶(ティーバッグ) 2g×30 398円(税) 430円

423 ランカスター(千葉県・千葉市) ローズヒップティー(ティーバッグ) 2g×30 580円(税) 626円

726 常陸屋本舗(東京都・江東区) はと麦茶ティーバック 8g×50 430円(税) 464円

424 5缶 160g×5 770円(税) 832円

426 光食品(徳島県・上坂町) みかんサイダー+レモン 250ml 145円(税) 157円(173円)

427 光食品(徳島県・上坂町) オーガニックぶどうサイダー+レモン 250ml 160円(税) 173円

428 光食品(徳島県・上坂町) 有機アップルサイダー+レモン 250ml 160円(税) 173円

429 ナガノトマト(長野県・松本市) 信州生まれのおいしいトマト(無塩) 190g×30 3200円(税) 3456円(3564円)

430 岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町) 龍泉洞の水 500ml x 24 3300円(税3564円)

431 メトコ(山梨県・南アルプス市) オーガニックアイスコーヒー無糖 1000ml 520円(税562円)

432 日本ビール(東京都・目黒区) 龍馬1865 6缶 350ml x 6 810円(税876円)

434 はこだてわいん(北海道・七飯町) 酸化防止剤無添加キャンベルアーリー赤 720ml 1500円(税1650円)

435 はこだてわいん(北海道・七飯町) 酸化防止剤無添加ナイアガラ白 720ml 1500円(税1650円)

CO-OP商品 436 日本生活協同組合連合会 南部せんべい 落花生 6枚 170円(税184円) 437 日本生活協同組合連合会 野菜がおいしい1日果実ブレンド 200ml x 12 1020円(税1104円) 438 日本生活協同組合連合会 濃いトマトジュース無塩 190g x 20 1600円(税1720円) 439 日本生活協同組合連合会 国産生姜のジンジャーエール 200g缶 x 15本 1035円(税1125円) 440 日本生活協同組合連合会 麦茶(六条大麦使用) 2000mlPET x 6本 930円(税1002円) 441 日本生活協同組合連合会 ただの炭酸水 200ml x 24 1440円(税1560円)

食品調味料 常総生協がおすすする調味の基本は「さ・さし・せせ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。

441 甘強酒造(愛知県・蟹江町) 昔仕込本味噌 300ml 580円(税638円) 442 甘強酒造(愛知県・蟹江町) 昔仕込本味噌 720ml 1180円(税1298円)

443 東京フード(茨城県・つくば市) 甜菜糖 500g 440円(税475円) 444 東京フード(茨城県・つくば市) 甜菜糖 1kg 880円(税950円)

4512 青い海(沖縄県・糸満市) 沖縄の塩シママース 1kg 380円(税410円)

4520 私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) 純米酢 500ml 240円(税259円)

602 私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) すし酢(昆布だし入り) 360ml 265円(税286円)

525 キノエネ醤油(千葉県・野田市) 本仕込しょうゆ 1L 698円(税754円) 526 キノエネ醤油(千葉県・野田市) 丸大豆減塩しょうゆ 1L 568円(税613円)

444 やまこみそ(茨城県・守谷市) やまこ味噌(粒・甘口) 1kg 628円(税678円) 445 やまこみそ(茨城県・守谷市) やまこ味噌(濃・中辛) 1kg 628円(税678円)

547 ボーソー油脂(東京都・中央区) 一番しぼり菜種油 910g 800円(税864円)

457 私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) すし酢(昆布だし入り) 360ml 265円(税286円)

446 九鬼産業(三重県・四日市市) 九鬼 太白純正胡麻油 340g 690円(税745円) 447 九鬼産業(三重県・四日市市) 九鬼 太白純正胡麻油 600g 1100円(税1188円)

529 笹木醤油(埼玉県・川島町) 金笛 春夏秋冬だしの素 1L 998円(税1078円) 448 笹木醤油(埼玉県・川島町) 金笛 胡麻ドレッシング 390ml 998円(税1078円)

449 ボールスタア(東京都・東村山市) KOKU しょうが焼のたれ 160g 350円(税378円)

450 チヨダ(埼玉県・戸田市) ラー油 45g 500円(税540円)

450 チヨダ(埼玉県・戸田市) ラー油 45g 500円(税540円)

451 ボールスタア(東京都・東村山市) 青森県田子町産のおろしにんにく 70g 400円(税432円)

452 光食品(徳島県・上坂町) オイスターソース 115g 460円(税497円) 539 ボールスタア(東京都・東村山市) 国産野菜ウスターレストランソース 200ml 370円(税400円)

531 私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市) マヨネーズ(キサイチ) 330g 554円(税598円) 453 光食品(徳島県・上坂町) 有機トマトケチャップ・チューブ 300g 430円(税464円)

536 創健社(神奈川県・横浜市) 有機ホールトマト缶 400g 220円(税238円)

453 光食品(徳島県・上坂町) 有機トマトケチャップ・チューブ 300g 430円(税464円)

庄内協同ファームのおもち特集 全品特価 冬は鍋で温まろう♪ 全品2~3人前 全品特価

454 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) うすきもち 120g 210円(税227円)

455 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 有機 白切もち 500g 730円(税788円)

456 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 白丸もち 500g 645円(税697円)

460 富貴食研(大阪府・茨木市) 豆乳鍋の素 150g 370円(税400円)

461 富貴食研(大阪府・茨木市) キムチ鍋の素 150g 370円(税400円)

462 富貴食研(大阪府・茨木市) 豆乳鍋の素 150g 370円(税400円)

457 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 白切り餅 500g 645円(税697円)

458 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 玄米丸もち 500g 645円(税697円)

459 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 玄米切り餅 500g 645円(税697円)

462 富貴食研(大阪府・茨木市) ごま鍋の素 150g 370円(税400円)

463 富貴食研(大阪府・茨木市) 麻婆鍋の素 150g 370円(税400円)

464 富貴食研(大阪府・茨木市) 塩レモン鍋の素 150g 370円(税400円)

あけるとほっと音がする / タイム缶詰特集!

全品特価 (岩手県・陸前高田市)



465 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 三陸産 生いわし水煮缶 180g 430円(税) 464円(通常税込) 486円

新 通常は冷凍いわしを原料にするものがほとんどですが、鮮魚のいわしをそのまま缶詰にしました。



466 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 三陸産 生サバ水煮缶 180g(固形量130g) 420円(税) 454円(通常税込) 486円



467 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 傷さば水煮缶 180g 320円(税) 346円(通常税込) 378円

手作業で丁寧にほぐしたメバチマグロを、缶詰にしました。 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 国産ツナフレーク 468 水煮 80g 275円(税) 297円(通常税込) 324円

469 オイル漬 80g 275円(税) 297円(通常税込) 324円

丁寧に手詰めする「菊詰め」 内臓などを取り除いた魚の身を筒切りにし、円状になるよう缶にぐるりと詰めると「菊の花」のようになります。機械では出来ない詰め方で、これを「菊詰め」といい、丁寧に手詰めするタイム缶詰だからこそ出来る美しさです。



470 大(小)袋付け 180g(固形量125g) タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 国産いわし煮付け缶 340円(税) 367円(通常税込) 389円



471 味噌煮 180g(固形量125g) タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 三陸産さば味噌煮缶 380円(税) 410円(通常税込) 430円



472 トマト煮 180g(固形量125g) タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 国産さばトマト煮缶 398円(税) 430円(通常税込) 454円



473 小豆 160g 215円(税) 232円(通常税込) 257円



474 青森・陸奥産 80g(固形量45g) タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 陸奥湾産ほたて(水煮) 410円(税) 443円(通常税込) 464円

乾物・だし その他



475 リアス(千葉県・船橋市) 広島県産 熟成味付け海苔 板のり7枚(8切56枚) 500円(税) 540円(通常税込) 589円



901 リアス(千葉県・船橋市) 熟成焼き海苔全形7枚 板のり7枚 500円(税) 540円(通常税込) 589円



902 無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園切り干し大根 40g 255円(税) 275円(通常税込) 297円



903 無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園 かんそうカボチャ 30g 298円(税) 322円(通常税込) 344円



570 リアス(千葉県・船橋市) 欠け葉干し椎茸(小さめタイプ) 50g 520円(税) 562円(通常税込) 589円



561 鯉節のカネイ(兵庫県・神戸市) だし削り(6種混合) 150g 430円(税) 464円(通常税込) 486円



904 リアス(千葉県・船橋市) きざみ昆布 25g 340円(税) 367円(通常税込) 389円



587 リアス(千葉県・船橋市) 房州ひじき(天然 長ひじき) 21g 480円(税) 518円(通常税込) 540円



905 リアス(千葉県・船橋市) 羅臼昆布 36g 600円(税) 648円(通常税込) 670円



580 仙波糖化工業(栃木県・真岡市) 中華風だし一番 8g×10 398円(税) 430円(通常税込) 452円



906 大紀コープファーム(奈良県・五條市) しその葉ふりかけ 50g 205円(税) 221円(通常税込) 237円

組合員が意見を出しあい、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレーク状のカレールウ。



622 川光商事(東京都・中央区) 片栗粉 400g 230円(税) 248円(通常税込) 266円



907 創健社(神奈川県・横浜市) 味噌らーめん 2袋組 104.2g×2 350円(税) 378円(通常税込) 396円



908 創健社(神奈川県・横浜市) 醤油らーめん 2袋組 99.5g×2 350円(税) 378円(通常税込) 396円



909 日本食品(北海道・札幌市) スイートコーン缶 230g 230円(税) 248円(通常税込) 266円



特別栽培の北海道産とうもろこしを、「海の精」の塩で味付けして作ったスイートコーン缶です。 とうもろこし(北海道)

CO-OP商品

666 日本生活協同組合連合会 大豆ドライパック 140g×3 435円(税) 470円(通常税込) 481円

680 日本生活協同組合連合会 いわし蒲焼 100g×3 598円(税) 646円(通常税込) 670円

676 日本生活協同組合連合会 ライトツナフレークまぐろ油無添加 70g×3 388円(税) 419円(通常税込) 430円

910 日本生活協同組合連合会 おいしいご飯 200g×3 398円(税) 430円(通常税込) 452円

911 日本生活協同組合連合会 パルメザンチーズ 70g 460円(税) 497円(通常税込) 519円

633 日本生活協同組合連合会 スパゲッティ 1.6mm 1kg 498円(税) 538円(通常税込) 560円

日用雑貨 家庭から化学物質を排除しましょう!

778 せっけんの街(千葉県・柏市) 粉石けん せっけんの街 2kg 798円(税) 878円(通常税込) 900円

822 せっけんの街(千葉県・柏市) 固形せっけん うてなちゃん(詰替) 230g 350円(税) 385円(通常税込) 400円

819 ポーソー油脂(東京都・中央区) 米ぬか台所用液体せっけん詰替用 400ml 189円(税) 208円(通常税込) 220円

912 丸富製紙(静岡県・富士市) 花束ペーパータオル(ハード) 200枚 130円(税) 143円(通常税込) 150円

914 成分:クエン酸 シャボン玉石けん(福岡県・北九州市) シャボン玉 クエン酸 300g 490円(税) 539円(通常税込) 550円

858 不動化学(大阪府・大阪市) 美の友 浴用石けん 120g×3 600円(税) 660円(通常税込) 680円

892 丸富製紙(静岡県・富士市) ワンタッチコアレス(トイレトーパー) 130m×6ロール 544円(税) 598円(通常税込) 620円

898 丸富製紙(静岡県・富士市) 花束吸収名人キッチンペーパー 100w×3箱 420円(税) 462円(通常税込) 480円

913 成分:炭酸水素ナトリウム シャボン玉石けん(福岡県・北九州市) シャボン玉 重曹 680g 440円(税) 484円(通常税込) 495円

914 成分:クエン酸 シャボン玉石けん(福岡県・北九州市) シャボン玉 クエン酸 300g 490円(税) 539円(通常税込) 550円

蛇口などの水アカ汚れに 重曹ペーストを塗り、スポンジでこすり洗いしてください。

生産者の「どうぞ」と
消費者の「ありがとう」をつなぐ

おとうふ工房 いしかわ

愛知県・高浜市

全品 特価



新 **だし醤油やワサビ などお好みで**

国内産の大豆と山芋を使った寄せ豆腐。山芋の独特の粘りと風味、食感が活きています。

原材料:大豆(国産)(遺伝子組換えでない)、おろし山芋、食塩/凝固剤(塩化マグネシウム含有物(にがり))

915 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞8日
山芋寄せ豆腐
200g **210円(税込227円)** 通常税込238円
豆乳・山芋(国内産)

新 **まずは何もかずにそのまま**

大豆の甘みと旨みを引き立たせた滑らかな寄せ豆腐に、柔らかく繊細な食感の湯葉をたっぷり混ぜ込みました。

原材料:大豆(国産)、湯葉(大豆(国産))、植物油、インソルトオリゴ糖シラップ、食塩/凝固剤(塩化マグネシウム含有物(にがり))、植物レシチン

916 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞8日
湯葉寄せ豆腐
300g **320円(税込346円)** 通常税込356円
豆乳(国内産)

新

国産大豆100%の寄せ豆腐。練りごまとごま油で芳醇な香りの豆腐に仕上げました。

原材料:大豆(国産)(遺伝子組換えでない)、白練りごま、ごま油、食塩/凝固剤(塩化マグネシウム含有物(にがり))

917 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞26日
芳醇とうふ ごま
300g **210円(税込227円)** 通常税込238円
豆乳(国内産)、ごま(グアテマラ、ナイジェリア他)

918 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞届いて2日
揚げだし豆腐(特製つゆ付)
揚げ出し豆腐 4個、つゆ 25g **250円(税込270円)** 通常税込281円
国産大豆100%の揚げ出し豆腐と特製つゆをセットにしました。つゆをかけて電子レンジで約2分温めて。
大豆(国内産)

919 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞30日
甘口醤油たれで食べる 豆腐ステーキ
豆腐2枚、タレ25g **310円(税込335円)** 通常税込356円
下味をつけた水切り豆腐とタレのセット。フライパンで焼いてタレをかけるだけで豆腐ステーキの出来上がり。
大豆(国内産)

920 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞届いて3日
湯葉とろ刺し
湯葉75g、つゆ25g **290円(税込313円)** 通常税込324円
大豆(国内産)

921 冷卵米大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞60日
おとうふ屋さんのSOYドーナツ
4個 **310円(税込335円)** 通常税込356円
国産大豆100%の豆乳とおからを練り込み、卵の風味豊かなふんわり口溶けのドーナツです。
小麦・大豆(国内産)

922 冷大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞10日
卵・乳を使わない おとうふドーナツ
4個 **275円(税込297円)** 通常税込308円
国産大豆の豆腐、小麦粉、粗糖で作ったシンプルな味わいのドーナツです。卵、乳は不使用です。
小麦・大豆(国内産)

新 **初回のみ/大特価**

国産小麦の生地にお豆腐さんのおからを練りこみ、ちぎりパンに仕上げました。トースターで2~3分焼いて。

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖、おからパウダー、大豆(国産)、マーガリン、鶏卵、イースト、食塩、アセロラビュール/粗製海水塩化マグネシウム、(一部に小麦・卵・乳成分を含む)

923 卵乳大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞届いて4日
ふっくらおからパン プレーン
9個 **398円(税込430円)** 通常税込538円
小麦・大豆(国内産)

924 大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞90日
きらず揚げ・しお 2袋組
140g×2 **576円(税込622円)** 通常税込644円
おからが入った、かりんとう風の揚げ菓子です。
小麦(国内産)

ほんのり甘い黒砂糖は、お茶請けにぴったり。

925 大
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞90日
きらず揚げ・黒砂糖 2袋組
140g×2 **576円(税込622円)** 通常税込644円
小麦(国内産)

「口に入るものは間違っはいけない」を信念に

AKIKAWA FARM 秋川牧園
そだてる、つくる、たべる

開放鶏舎で植物性主体の飼料育ちの鶏肉の精肉と、素材を引き立たせるシンプルな味付けで仕上げた加工品を揃えています。

全品 特価

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

927 凍卵米大
秋川牧園(山口県・山口市)
鶏の焼きつくね
180g **375円(税込405円)** 通常税込431円
鶏肉(山口県、他)

塩麹でほんのりとした甘みある美味しさに

下味は塩麹で肉の旨みを引き出し、サクサク衣で包んだしっとり柔らかなチキンカツ。レンジかトースターで。

926 凍卵米小
秋川牧園(山口県・山口市)
チキンカツ
150g **412円(税込445円)** 通常税込471円
鶏肉(国内産)

伝統の寒仕込みでさらに美味しく

「氷温造り」特集

※イメージ **ダイマツ(鳥取県・米子市)**

934 凍え小
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温熟成 ふっくら開きあじ(大)
4枚400g **460円(税込497円)** 通常税込538円
真あじ(鳥取県)

脂のりが良いノルウェー産のサバを食塩のみで味付けし、軽く干してうまみを凝縮しました。

933 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温造り さばうま味干し
2枚180g **398円(税込430円)** 通常税込448円
さば(ノルウェー)

219円/100g

929 凍
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏ムネ
200g **405円(税込437円)** 通常税込448円
脂が少なくヘルシーなお肉です。唐揚げ、チキンカツ、クリームシチューなどにおすすめです。
山口県・島根県・福岡県・熊本県

235円/100g

930 凍
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏モモ
200g **435円(税込470円)** 通常税込481円
豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などにおすすめです。
山口県・島根県・福岡県・熊本県

中骨除去済で食べやすい

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

936 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温造り 塩秋鮭切身
3切180g **525円(税込567円)** 通常税込580円
秋鮭(北海道)

次回より「山陰産」→「国産」に変更になります

山陰産のさばを甘塩タイプに味付けし氷温製法で仕上げました。

935 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温甘塩さば切身(山陰産)
5切300g **380円(税込410円)** 通常税込430円
さば(国内産)

931 米大
秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園の本格チキンカレー
220g **428円(税込462円)** 通常税込473円
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。
鶏肉(国内産)

じっくり煮出した鶏からスープに香味野菜を合わせた、じんわり体が温まる参鶏湯(サムゲタン)風スープ。

932 米大
秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園の参鶏湯風スープ
160g **378円(税込408円)** 通常税込430円
鶏肉(国内産)

氷温熟成で旨味を引き出しました!

北海道産の秋鮭を使用し、塩のみで甘塩に仕上げました。

938 凍米大
ダイマツ(鳥取県・米子市)
氷温造り あじの南蛮漬
220g **335円(税込362円)** 通常税込378円
真あじ(日本海)

身離れが良く食べやすい

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)を甘口のみりん醤油に漬けました。

937 凍米大
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞180日
氷温造り シルバー醤油漬
4切220g **470円(税込508円)** 通常税込524円
シルバー(主にニュージーランド)

流水解凍でOK!

日本海産の真あじを国産米油で揚げた南蛮漬に。野菜は国内産。まるやかな甘酢です。冷蔵か流水解凍で。

939 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞180日
氷温造り さばの味噌煮4袋
80g(固形量50g)×4袋 **580円(税込626円)** 通常税込646円
ノルウェー産のさばを信州みそペースのみそ煮にしました。湯煎するだけですぐに食べられます。
さば(ノルウェー)

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

商品選定基準はこちら



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お届けです。

その他
前は、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。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、JOSOわいど仕様のため、原材料または対象の添加物について記載しています。

アレルギー表示
卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに
「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認ください。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いいます。
アレルギーの症状がある場合は、包材表記をご確認の上ご利用ください。

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。
は無農薬は、栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

主原料原産地

ノンホモの生乳を原料に自家ブランドで作ったなめらかなやさしい味のヨーグルト。すっきりとした酸味もイイ。

1000 冷
日本海産(秋田県・石川県) 賞届いて10~11日
石岡 鈴木牧場ヨーグルト(濃縮) (生乳基準) **390円(税込421円)**
(生乳(愛媛県))

・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!