

# 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  
**joso**  
常総生活協同組合

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



左記QRコードから  
登録出来ます  
ネット注文登録

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

2024年1月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	15	16	17	18	19
定番品のお届け	22	23	24	25	26
特別企画品のお届け	29	30	31	2/1	2

# 守り続けたい 季節のてしごと 楽しい、おいしいみそ作り

大豆、麹、塩。この3つの材料から、奥深い味わいを醸し出す基礎調味料「みそ」。

麹菌が、大豆に含まれるでんぷんやたんぱく質を分解し大豆を発酵させることで、うまみや甘みを作り出します。麹菌は、「日本の宝」とも呼べる貴重な菌です。家庭での手づくりみそは、雑菌の繁殖が抑えられる1月～2月にかけての「寒の時期」に仕込むのがおすすめです。

まだみそ作りをしたことがない方もぜひ!



同時折り込み!  
味噌づくりの  
道具が勢ぞろい!  
ぜひご覧ください

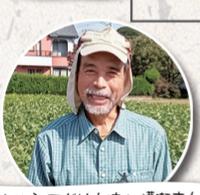


各地で「JOSO味噌づくり講習会」も開催いたします

## 少しずつ着実に 地場の有機大豆プロジェクト!

日本食には欠かせない大豆ですが、みそや醤油、豆腐などに使われる原料の多くはアメリカやカナダ、中国に頼っている現状。国産の自給率はわずか6%しかありません。

常総生協では、これまで石岡市(旧八郷町)の生産者や、おきたま農舎の大豆のみそ用大豆として企画してきました。2022年からは農業無散布・化学肥料不使用の大豆を生産者と一緒に育て、供給を開始しました。将来的には、みそ用大豆をはじめ、醤油、豆腐、油揚げなどの加工品を増やしていきたい、組合員と生産者の協力で広がっていきたく思います。まずは、地元産の大豆を使ってのみそ作り、一緒に始めましょう。



生産者指定はできません。ご了承ください  
生産者と組合員、職員と一緒に育ててきました。農業無散布・化学肥料不使用。

無農薬  
有機大豆プロジェクトメンバー  
**地場の有機大豆**  
8 1kg 850円(税込918円)

9 2kg 1660円(税込1793円) 茨城県



山形県産の「スズタカ」を使い、味噌づくりに便利な蒸した大豆にしました。無農薬栽培。

無農薬  
凍大豆  
常総生協(茨城県・守谷市)  
10 1kg 1150円(税込1242円)

11 2kg 2260円(税込2440円) 茨城県



今年もみそ開きをしました!



今年も供給職員で昨年仕込んだ味噌を開きました。今年度ご加入された組合員さんも私達と一緒に味噌作りしませんか? 今年も各地区での味噌講習会を予定しております!

## 地元・守谷の「やまこみそ」が作った 米こうじ



茨城産コシヒカリ100%。すぐ使わないときは塩をまぜて(塩きり)おいて下さい。賞味期限を10日位のばせます。

やまこみそ(茨城県・守谷市)  
14 1kg 928円(税込1002円) 通常税込1024円

15 1kgx2 1826円(税込1972円) 通常税込2048円  
米(茨城県)

## 初めて『みそ作り』をする人におすすめ!



手作りみそに必要な基本の材料がセットで届きます。今年こそは...と思っている方、まずはこのセットでみそ作りデビューしませんか?

セットにはレシピが付きま

12 米 常総生協(茨城県・守谷市) 味噌作りチャレンジセット(蒸し大豆) 2280円(税込2462円) 通常税込2514円  
大豆1袋、米こうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。大豆の品種はスズタカ。茨城県

13 米 常総生協(茨城県・守谷市) 味噌作りセット(乾大豆・米こうじ) 1998円(税込2158円)  
大豆1kg、米こうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。大豆の品種はスズタカ。茨城県



16 冷 やまつね味噌(千葉県・我孫子市) 60日 麦こうじ 1kg 1400円(税込1512円)  
創業は安政2年(1855年)。我孫子市布佐にある老舗のみそ屋。国産大麦を使用し、じっくり醸します。大麦(国内産)



17 凍 どんぐりてい(茨城県・坂東市) 60日 どんぐりていの米こうじ 500g 860円(税込929円)  
どんぐりていで収穫したササニシキを、米こうじにしました。農業・化学肥料不使用。ササニシキ(茨城県) [放]不検出<3.4<4.0



18 沖縄の塩 沖縄の塩 2袋組 720円(税込778円) 通常税込820円  
青い海(沖縄県・糸満市) 原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。海水(沖縄県)



やまこみそを樽に仕込んだ状態でお届けします。そのまま家庭で熟成させる半製品です。  
やまこみそ(茨城県・守谷市) 仕込み味噌 19 粒・甘口 塩分9% 4kg 2500円(税込2700円) 通常税込2808円  
20 濃・中辛 塩分11% 4kg 2500円(税込2700円) 通常税込2808円  
大豆(国内産)



「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。  
21 高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 90日 灘の酒粕 200g 335円(税込362円) 通常税込378円  
米(国内産)



22 凍 ロシア産の紅鮭を切り身にして10切パックにしました。バラ凍結。  
トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切 10切550g 1580円(税込1706円) 通常税込1782円  
紅鮭(ロシア)



23 茨城県産ローズポーク 徳用焼肉セット 200g×3種 1280円(税込1382円) 通常税込1447円  
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



24 竹村さん(茨城県・かすががうら市) 竹村さんのいちご 200g×2 899円(税込971円)  
自分の子供に食べさせられるものをモットーに自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。茨城県

## 【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
茨城県	[放] <sup>137</sup> Cs=7.5
宮城県	[放] <sup>137</sup> Cs=9.4 <sup>134</sup> 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

2024 みんなで知って、利用し、広めよう!

全品特価

手間ひまを惜しまず、体に良いものを

創業  
151年

# 沼屋本店

(茨城県・つくば市)



## 沼屋のこだわり

地元、つくば市の醤油・味噌屋さん。大豆は脱脂加工をしていない丸大豆を使用。仕上がり時の「旨み」は格段に違います。もろみ期間は2年間。分解発酵期間の長さが味に深みを与えます。代々仕込み続けた木桶(22個)を使用。



## 沼屋のしょうゆ

### 原料編

#### 国産の丸大豆と小麦

大豆は東北産の丸大豆、小麦は茨城県産を使用。多くのメーカーが輸入脱脂大豆を使うなか、丸大豆にこだわって製造。「丸大豆から出る大豆の甘味・旨味を感じてほしい。使ってもらえたら絶対違いが分かるはず」と沼尻社長。

#### 塩水

オーストラリア産のトレース明確な原塩を地下水で希釈。

#### 大豆：小麦：塩水の割合は1：1：1

一般的には塩水を多めにして「薄めて量をつくる」ことが多いですが、沼屋では均等に配分します。



ひと瓶で何通りも楽しめる

## 新物です! ピリッと辛みが「三升漬」



農園の青なんばん(青唐辛子)、麴、醤油を同量ずつ漬けこんだ特別農園オリジナルの「万能調味料」です。魚を漬けるのはもちろん、パスタに絡めてペロンチーノ風にするのもおすすめです。



久々登場!

**31** 冷 **三升漬** 米大 小  
士別農園(北海道・士別市) 180円  
200g **418円** (税) **451円** (通常税込 **464円**)  
青唐辛子(北海道)



農業不使用の青唐辛子、農園で作った米麴、醤油を同量ずつ漬けこんだもの。あたたかご飯や焼肉、冷奴に。

国産原料の素材をいかした

## 菓房はら山の和菓子

「季節の上生菓子」でお馴染みの菓房はら山さん。優しい色合いは野菜などから抽出した自然素材を使い、添加物は不使用。素材を生かした、「体を想う和菓子」を拵えます。出来立てを急速凍結するので保存料も不使用。ご家庭で自然解凍するだけで「出来立ての味」が楽しめます。



原材料：小麦粉、砂糖、小豆、黒糖、鶏卵、菜種油、重曹

**32** 凍 **カリント饅頭** 卵小  
菓房はら山(埼玉県・さいたま市) 180円  
30g x 4 **639円** (税) **690円** (通常税込 **711円**)  
黒糖饅頭をNON-GMOの一番絞り菜種油(オーストラリア原料)でサクッと揚げました。自然解凍して。  
小豆(北海道)

**33** 凍 **胡桃ゆべし** 米大 小  
菓房はら山(埼玉県・さいたま市) 180円  
4個 **972円** (税) **1050円** (通常税込 **1080円**)  
国産くるみと国産丸大豆醤油、国産砂糖を使用した胡桃ゆべしです。自然解凍2時間位で食べられます。  
もち米(国内産)

塩分12%

茨城県産大豆と、国産米こうじを使い、3ヶ月熟成で色を白く仕上げました。



コメント

やさしい味の中に深みがありました。



**25** 米大 小  
沼屋本店(茨城県・つくば市) 180円  
**国産丸大豆 寒仕込みしょうゆ**  
500ml **750円** (税) **810円** (通常税込 **840円**)

大豆(国内産) 180円  
沼屋の醤油と味噌を使い、地元谷田部で収穫したヤーコンを加えて作ったドレッシングです。  
**27** 米大 小  
沼屋本店(茨城県・つくば市) 180円  
**沼屋ドレッシング**  
360ml **450円** (税) **486円** (通常税込 **529円**)  
ヤーコン(茨城県) 180円 [放] 不検出 <3.3 <3.2

コメント  
サラダ、冷奴、焼肉に合いました! もろみしょうゆの香りがいいですね。

**26** 米大 小  
沼屋本店(茨城県・つくば市) 180円  
**沼屋 手造りみそ**  
1kg **510円** (税) **551円** (通常税込 **572円**)  
大豆(茨城県) 180円 [放] 不検出 <2.5 <2.9

コメント  
丸大豆寒仕込みしょうゆがベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。  
**28** 米大 小  
沼屋本店(茨城県・つくば市) 180円  
**沼屋 焼肉のたれ**  
260g **398円** (税) **430円** (通常税込 **464円**)  
大豆(国内産) 180円 [放] 不検出 <3.8 <3.8

コメント  
んにくが効いていて、焼肉屋さんのたれのように、家族みんなが大絶賛です。お肉がより美味しくなると、体も喜ぶうまです。

常総醤油使用!!

**30** 凍 米大 小  
センシン食品(宮城県・名取市) 180円  
**「ねぼうま」(松前漬)**  
100g **468円** (税) **505円** (通常税込 **518円**)  
全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。  
するめいか(北海道)

3生協合同企画  
常総生活協同組合 x しぜんはくろが x ナチュラルコオプコヤ

**鎌倉ハム 福袋3点セット**

3生協コラボ  
価格税込 **500円** 引き

特 新

鎌倉ハムの人気商品のお得なセット

鎌倉ハムの紹介動画はこちら↓

**新年の挨拶**

皆様 明けましておめでとうございます。2024年は包材材質を従来より環境負荷の少ないものへ変更することをはじめ、生産現場のこだわりを伝える活動を引き続き取り組んでまいります。今後ともよろしくお願い申し上げます。  
鎌倉ハムクラウン商会 魚住 治人

**34** 冷 **鎌倉 新春福袋セット** 米大 小  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日  
3種880g **1930円** (税) **2084円** (通常税込 **2592円**)  
豚肉(国内産)

セット内容:  
鎌倉ボンレスハム(徳用) x1  
鎌倉ロースハムスライスx2  
鎌倉マイルドポークウインナー(徳用) x1

## 滋味あふれる、和風ハンバーグ!!

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。  
**116** 山羊とろろ **213** 牛豚合挽肉 **449** みそ

**味噌煮込みハンバーグ**

◆材料  
牛豚合挽肉 …… 200g  
玉ねぎ …… 1/4個  
ごぼう …… 1/2本  
牛乳 …… 大3  
パン粉 …… 大3  
冷凍とろろ …… 大1  
卵 …… 1個  
人参 …… 1/2本  
かぼちゃ …… 100g  
しめじ …… 1房  
だし …… 300ml  
みそ …… 大2  
大葉 …… 3枚  
長ねぎ …… 10cm

◆作り方  
① 玉ねぎはみじん切り、ごぼうはささがきにする。食べやすい大きさに切った人参、かぼちゃ、しめじはサッとゆでて、大葉、長ねぎは細かく刻む。パン粉は牛乳にひたす。冷凍とろろ芋は解凍しておく。  
② 合挽肉、①の玉ねぎ、ごぼう、とろろ芋と卵を入れて、よく混ぜ合わせる。2等分にして、空気を抜きながら楕円形にまとめる。その後真ん中をくぼませる。  
③ フライパンで両面軽く焦げ目がつくまで焼き、だし、味噌を加えフタをして蒸し焼きにする。  
④ 竹串などを刺して肉汁が透明になっていれば、フタを外して水分を飛ばす。  
⑤ 空いたフライパンにそのままAの材料を入れて煮る。あたたまったらハンバーグにかける。  
⑥ 最後にゆでた人参、かぼちゃ、しめじ、大葉、長ねぎを添えて完成。

## 組合員さんから教えてもらいました こうじ倍量で「白みそ」づくり!

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。  
**10** 蒸し大豆 **15** 米こうじ

**米こうじ倍量の白みそ**

◆分量例 (※出来上がりは約4.7kg)  
大豆 …… 1kg  
こうじ …… 2kg  
塩 …… 0.5kg

◆作り方  
通常タイプの味噌とまったく同じ。みそ開きのタイミングは約3ヶ月後でOK。

★味は麴の甘み溢れる、麴の粒々が残った「食べるタイプの味噌」に仕上がります。  
★味噌汁はもちろん、ディップのように野菜につけて食べても。

JOSO オリジナル  
通常タイプの味噌レシポも希望者へ配布中!  
(意見欄などへご記入ください)

### サクサクした食感と際立つ甘み 無茶々園のポンカン!



インド原産で明治時代に台湾から伝わってきたとされています。温州みかんのように手で剥けて、甘みの強い柑橘です。

シーズン初

甘みが強く多汁な果肉。皮もむきやすく食べやすい柑橘です。農業は地域慣行栽培基準50%以下。

無茶々園(愛媛県・西予市)  
無茶々園のポンカン

35 1kg 598円(税込646円)

36 3kg 1680円(税込1814円)

愛媛県

### 毎日の1個で ビタミンC補給



無農薬

37 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 440円(税込475円) 通常税込498円

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。農業無散布。神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

### 猛暑を耐え抜いた りんごです



特

38 おきたま興農舎・本田さん達(山形県・高島町)  
りんご(ふじ)

3玉 430円(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

### 小田原・江川さんより

温州みかんの中でもやや大きめで高糖系の品種です。減農薬栽培。

江川農園(神奈川県・小田原市)  
江川さんの大津みかん

39 1kg

40 5kg 380円(税込410円)

1898円(税込2050円)

神奈川県

### 浜松・渥美さんより



渥美農園(静岡県・浜松市)  
渥美さんのみかん

41 約800g

42 2kg 398円(税込430円)

898円(税込970円)

静岡県

農業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。



43 松永農園(静岡県・静岡市)  
松永さんのレモン

400g 430円(税込464円)

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。静岡県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



44 赤羽根さん(栃木県・壬生町)  
赤羽根さんのキウイフルーツ

200g (3~4玉入り) 276円(税込298円)

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詰まっています。農業無散布。栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



45 ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)  
バナナ

450g以上 356円(税込384円) 通常税込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。パルーまたはエクアドル



46 さんさんファーム宮下さん達(長野県・松川町) 60日  
干し柿(市田柿)

150g(4~7個) 798円(税込862円)

柿を1/3まで乾燥し糖度を高めました。表面の白い粉はカビではなく糖分です。無燻蒸処理。長野県



47 あゆみの会・白鳥干しも生産組合(茨城県・鉾田市) 60日  
干しいも

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



48 福山さん達(宮崎県・新富町)  
ピーマン

約130g 178円(税込192円) 通常税込214円

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。宮崎県



49 藤嶋さん(熊本県・天草市)  
きゅうり

3本 258円(税込279円)

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。熊本県



50 作本さん達(熊本県・熊本市)  
大葉

10枚 145円(税込157円)

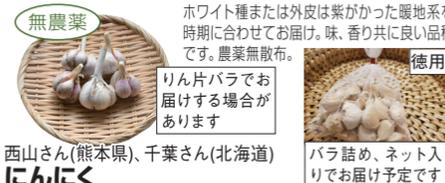
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。減農薬栽培。熊本県



51 大紀コープファーム生産者グループ(高知県)  
しょうが

100g 165円(税込178円)

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。高知県



52 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)

ホワイト種または外皮が紫かった暖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。りん片バラでお届けする場合があります。バラ詰め、ネット入りでお届け予定です。熊本県、北海道



54 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

組合員さんからのクチコミ  
味が濃く美味しいです!シーズン中は毎週注文しています。(我孫子市:Oさん)



55 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



56 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



57 木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんの白菜

1個 220円(税込238円)

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。茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.5



59 岡安さん達(愛知県・幸田町)  
芽キャベツ

約130g 240円(税込259円)

シチューや、茹でて温野菜サラダにして、マヨネーズをつけてどうぞ。減農薬栽培。愛知県



60 木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんのキャベツ

1玉 220円(税込238円)

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。



62 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)

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



63 たちばなファーム・岩井さん(静岡県・浜松市)  
菜花

150g 173円(税込187円) 通常税込198円

ざっと湯がいて新芽の部分を若菜とともに摘み取りました。寒い時期の菜花なので、甘くほんのりとした苦味。減農薬栽培。静岡県



64 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



65 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歯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

### 加熱してもおいしいのでスープでも! 長島さんのレタス

長島さんのレタスは  
・無農薬・無化学肥料です。  
・動物性の肥料成分は不使用。  
・貝化石などのミネラル資材も必要に応じて投入し健全な土壌に。  
・糖蜜をベースに手づくりした活性液「天恵緑汁」を葉面などに散布し、元気の植物に育てます。



66 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)



67 長島さんのサニーレタス

1玉 170円(税込184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

さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農業使用を最小限に。

井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)  
サラダスナップ

68 約100g 276円(税込298円)

69 増量 豊作につき「増量」!100g当り259円

約200g 480円(税込518円) 通常税込538円

埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



### 取手・中村さんより



70 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



71 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



72 大木さん(茨城県・常総市)  
大木さんの中玉トマト

300g 398円(税込430円)

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。茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.2



73 右田さん達(熊本県・芦北町)、他  
ミニトマト

約150g 230円(税込248円)

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。熊本県、他



74 300g 415円(税込448円) 通常税込464円

75 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

約180g 335円(税込362円)

76 約400g 585円(税込632円) 通常税込647円

熊本県、又は北海道

みんなで利用しましょう

※できるだけ葉付きでお届けします
肉質はきめ細かく、加熱すると甘みが増します。
※今期はシンクイムシがひどく成育初期に1回だけ農薬使用。

JOSO レッドデータ野菜
三浦大根
・重くて抜くのが大変
・大きさにバラツキが出やすい
・箱に入らない
…等々の理由で近年作付が減少している品種ですが、木村さんに毎年育ててもらっています。
利用が少ないと作付も取りやめになりますので、ぜひみんなで利用して残していきましょう。

77 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの大根(三浦系)
1本 210円(税込227円)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

マリネ、浅漬けでも!

かぶのマリネ
78 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)
大きな玉の場合は2玉~のお届けとなります。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

スープカレーに添えて

スープカレー
79 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
ブロッコリー
1個(90cm以上) 285円(税込308円)
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。
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



! すこいぞ! なめこ
・なめこのぬるぬるは食物繊維の一種ペクチン。コレステロールや糖の吸収を抑制。腸内環境も整えます。
・ビタミンB群、カリウム、マグネシウムも含まれます。

80 安田さん(福島県・郡山市)
安田さんのなめこ
70g 107円(税込116円)
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。
福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



茨城県 青木和弘さん



81 FarmERS Band0青木農-en(茨城県・坂東市)
青木さんの野菜セット
3品目 598円(税込646円)

82 浅野さん(茨城県・常総市)
浅野さんの人参
500g 198円(税込214円)
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。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

83 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの黒田五寸人参
約1kg(大小無選別) 250円(税込270円)
味は良いのですが収穫量が少ない海付けする農家が減っている希少品種。煮物の他に生食でも。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <0.8 <0.8



84 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)
牛糞堆肥を使い、丁寧に育てました。みそ汁、煮物にどうぞ。害虫が発生した場合のみ農薬使用。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.9



85 井上さん(埼玉県・美里町)
深谷ネギ(根深白ネギ)
約350g 250円(税込270円)
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強くなります。農薬無散布。※カットの場合もあり。
埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



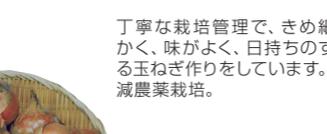
86 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの下仁田ねぎ
約500g 250円(税込270円)
軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど甘味が強くなります。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.2



87 三須さん達(千葉県・富里市)
大根
1本(900g前後) 225円(税込243円)
煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



88 カット 1/2本(500g前後) 158円(税込171円)
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



89 まごころの里(北海道・栗山町)
玉ねぎ
1kg 230円(税込248円)
丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。
北海道 [放] 不検出 <3.3 <3.2

90 3kg 630円(税込680円)
北海道 [放] 不検出 <3.3 <3.2



91 まごころの里(北海道・栗山町)
ミニ玉ねぎ
2S~S(500g) 120円(税込130円)
丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。
北海道 [放] 不検出 <3.4 <3.5



92 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 420円(税込454円)
歯ざわりが良く、それでいてムチット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



93 上村さん達(青森県・八戸市)
長芋
200g 228円(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



94 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)
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



95 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)
品種は土垂(どたけ)。肉質がなつとりとして軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



96 上村さん達(北海道・上富良野町)
じゃがいも
800g 230円(税込248円)
品種は男爵。煮物やスープなどでどうぞ。農薬無散布。



97 2kg 560円(税込605円)
北海道



98 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)
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



99 あゆみの会・村野さん達(鹿児島県・中種子町)
みつき(安納紅)
500g 428円(税込462円)
安納芋は種子島だけで作られている甘みの強いみつきです。ねっとりした食感が特長的です。減農薬栽培。
鹿児島県



100 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
500g 250円(税込270円)
品種は紅はるか又はシルクスイート。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。



101 1kg 478円(税込516円)
茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6



103 村上さん(栃木県・高根沢町)
舞茸
100g 220円(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



104 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)
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。
三重県



105 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)
床土には馬厩肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



106 村上さん(栃木県・高根沢町)
生きくらげ
100g 277円(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



107 なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)
飯泉さんの生しいたけ
100g 210円(税込227円)
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。
茨城県



108 山田さん(茨城県・つくば市)
山田さんのしめじ
200g 250円(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



109 丸金(長野県・長野市)
えのき茸
170g 184円(税込199円)
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。
長野県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



110 丸金(長野県・長野市)
ブラウンえのき茸
125g 148円(税込160円)
野生種に近く味が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



111 イズックス(東京都・中央区)
冷凍かぼちゃ
500g 439円(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。



112 日本生活協同組合連合会
アボカドスライス
150g 328円(税込354円)
皮むき、種取りしたアボカドをスライスしました。凍ったまま皿に広げ室温で解凍して、(20℃で約30~40分)アボカド(ペルー)



113 日本生活協同組合連合会
十勝の青えんどう豆
200g 348円(税込376円)
北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。
青えんどう豆(北海道)



114 日本生活協同組合連合会
十勝のブロッコリー
180g 318円(税込343円)
昼夜の寒暖差が大きい気候で育つ北海道のブロッコリーは甘みがあります。加熱してお召し上がりください。
ブロッコリー(北海道)



115 中札内村農業協同組合(北海道・中札内村)
北海道 冷凍黒えだ豆
250g 428円(税込462円)
有機堆肥をもとに「生きた土づくり」を目指す生産者と契約栽培した、濃厚な甘みのいわい黒大豆を使用。
黒えだ豆(北海道)



116 富士物産(静岡県・長泉町)
国産山芋とろろ
160g(40g×4袋入) 280円(税込302円)
国産長芋の皮をむき、すりおろしました。解凍するだけで手軽にお召し上がりいただけます。
長芋(国内産)



117 日岡商事(兵庫県・加古川市)
冷凍国産揚げなす
300g 670円(税込724円)
旬の美味しい茄子を乱切りにし、鮮やかな紫色を保つため油で揚げました。炒めたり、レンジか自然解凍で。
なす(国内産)



118 農事組合法人マルツボ(茨城県・かすみがうら市)
焼きいもスティック
200g 331円(税込357円)
茨城県産さつまいものみを使用したスティックタイプの焼きいも。お弁当・サラダに。レンジか自然解凍で。
さつまいも(茨城県)



119 小林さん(長野県・高山村)
冷凍ブルーベリー
約100g 399円(税込431円)
品質のすぐれた寒冷地栽培適種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。農薬無散布。
ブルーベリー(長野県)



119 冷凍ブルーベリー
約100g 399円(税込431円)
品質のすぐれた寒冷地栽培適種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。農薬無散布。
ブルーベリー(長野県)

今週の

お魚担当 よこせきの

さかなごはん!

普段はお味噌汁が多いわが家ですが、週末はちょっとグレードアップして粕汁魚も野菜もバランスよく食べられるのでおすすめです。

粕汁

◆材料(4人分)

- 21 灘の酒粕 100g
塩鮭(甘口) 180g(3切)
大根 150g
にんじん 1/4本
ごぼう 1/4本
油揚げ 1/2枚
ねぎ 少々
味噌 大3
だし汁 700ml

◆作り方

- 1 ボウルに酒粕を入れ、だし汁(100ml)を少量ずつ加えながらときほぐす。
2 大根は皮をむいて縦に十字に切り、5mm幅に切る(いちょう切り)。にんじんは皮をむいて5mm幅に切る(半月切り)。ごぼうはまわしながら食べやすい大きさに切り水にさらして水気を切る。油揚げは5mm幅に切る。
3 塩鮭は骨とろこがあれば取り除き、食べやすい大きさに切る。
4 鍋に残りのだし汁を入れ、大根、にんじん、ごぼうを加える。中火にかけて煮立たせ、アクを取る。ふたをして弱火で8分程煮る。塩鮭、油揚げを加え、中火で2分程煮る。①の酒粕、みそを溶き入れ、沸騰させないように温め、ねぎをちらす。



北海道産の秋鮭を使用し、塩のみで独自の水温熟成製法でじっくりと旨味を引き出し、甘塩に仕上げました。

120 凍

ダイマツ(鳥取県・米子市) 120日
水温造り 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)

旬の鮮魚

岩手県 宮古港
今年も美味しい魚をお届けします!
全品特価
丸友しまか(岩手県・宮古市) 2日
島香さんの鮮魚セット(下処理済)
2~3種 1580円(税込1706円) 通常税込1834円

鮮魚
組合員さんからのクチコミ
イナダが入っていました!断然なものでとても美味しかったです。また、色々なお魚をお願いします!

鮮魚
岩手県宮古に水揚げされた真ダコを食塩のみでボイルしました。旨味がしっかりあります。お刺身でどうぞ。
122 冷
丸友しまか(岩手県・宮古市) 4日
鮮魚 真だら切身
2切120g 448円(税込484円) 通常税込508円

鮮魚
岩手県宮古に水揚げされた真ダコを食塩のみでボイルしました。旨味がしっかりあります。お刺身でどうぞ。
123 冷
丸友しまか(岩手県・宮古市) 4日
ボイル真ダコ
150g 680円(税込734円) 通常税込772円

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。

手づくりの味噌でお味噌汁



124 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日
徳用 酒沼のしじみ(冷凍)
500g 888円(税込959円) 通常税込998円

125 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日
網走湖産 冷凍しじみ(大粒)
150g 432円(税込467円) 通常税込485円

126 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日
国内産 冷凍あさり(増量)
180g +20g 398円(税込430円) 通常税込454円

127 凍
中村海産(富山県・氷見市)
ししゃもみりん干し
60g 358円(税込387円)
オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のししゃも2晩漬け込み、冷めても乾らなかららぶとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)

128 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 180日
子持ちからふとししゃも
7~12尾 150g 298円(税込322円) 通常税込346円

129 凍
ヤマフ(佐賀県・唐津市)
九州産真あじの生開き干し
2枚160g 398円(税込430円)
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、焼いてください。
真あじ(九州)

130 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
寒さばフィレみりん干し
2枚160g以上 480円(税込518円) 通常税込538円
長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりと晩漬け込み、天日で干し上げました。
真さば(長崎県)

131 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 180日
水温造り 赤魚みりん干し
140g×2枚 498円(税込538円)
赤魚を甘口のみりん醤油に漬込み干しました。
アカウオ(アメリカ)

132 凍
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日
北海道産バクッと真ほっけ一夜干し
4~6枚220g 398円(税込430円)
北海道噴火湾で4~6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。
真ほっけ(北海道)

133 凍
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日
銀だら味噌漬
2切120g 380円(税込410円) 通常税込430円
アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。
銀だら(アメリカ)

134 凍
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日
天然ぶり味噌漬
180g(3切) 415円(税込448円)
国産の天然ぶりを三枚におろし、仙台味噌をベースにした調味味噌に24時間漬け込みました。
ぶり(国内産)

135 凍
京都やま六(京都府・京都市)
かれない柚子こしょう味噌漬
2切140g 570円(税込616円)
からすかれない(デンマーク)

136 凍
京都やま六(京都府・京都市)
紅鮭西京漬
2切150g 598円(税込646円)
紅鮭を、京都老舗の西京味噌味に漬け込みました。味噌を軽く落とすとして弱火で焼いてください。
紅鮭(ロシア)

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

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします
お米
・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。
・土づくりを心掛けた生産者さんたちが作っています。

土づくりから「手づくり」の新米
横瀬光好さん(アグリ古柿土)
・米ぬか中心の自家製ボカシ肥料、堆肥、マメ科の緑肥などで土作りします。
・生き物がたくさんいる田んぼで育ったお米です。

横瀬さんの無農薬米(こしひかり)
137 白米 2kg 1350円(税込1458円) 通常税込1490円
138 玄米 2kg 1220円(税込1318円) 通常税込1361円
アグリ古柿土・横瀬さん(茨城県・守谷市)

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栽米耕作組合より。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・東町特栽米組合

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今播米)
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)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ
502015 白米 5kg 3500円(税込3780円)
502016 白米 2kg 1400円(税込1512円)
502017 玄米 5kg 3200円(税込3456円)
502018 7分 5kg 3500円(税込3780円)
502019 5分 5kg 3500円(税込3780円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

宮城・黒澤さんのササニシキ
502020 白米 5kg 3500円(税込3780円)
139 玄米 5kg 3300円(税込3564円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)
140 もち米 2kg 1100円(税込1188円)
もち米(山形県)

やさとお米(コシヒカリ)
502031 白米 5kg 1998円(税込2158円)
502032 玄米 5kg 1888円(税込2039円)
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

米粒状麦
502073 日本生活協同組合連合会 米粒状麦 800g 335円(税込362円) 大麦(国内産)
502075 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 雑穀ブレンド 400g 711円(税込768円)

2023年産お米放射能検査結果
産地 名称 品種 白米 玄米
茨城県 めぐみちゃん コシヒカリ 0.16(0.11) 0.29(0.13)
やさとお米 コシヒカリ ND(不検出)(<0.13) 0.24(0.13)
山形県 ひとめぼれ ND(不検出)(<0.13) ND(不検出)(<0.14)
おきたま農舎 つや姫 ND(不検出)(<0.13) ND(不検出)(<0.14)

あぶりの風味が香ばしい



141 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 180日 あぶり焼きしめ鯖(まるやか風味) 1枚 418円(税込451円) 100g 462円(税込495円)

一本釣りがつおをタタキに!



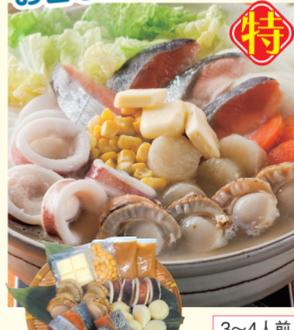
142 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 30日 焼津港のとろかつお炭火焼き 2個 555円(税込599円) 170g(2個) 616円(税込660円)

熱々のチーズ焼きがおすすめ!



143 凍 札幌中一(北海道・札幌市) 90日 記あり帆立貝柱 200g 950円(税込1026円) 1058円(税込1134円)

季節の野菜を加えてお召し上がり下さい



144 凍 マルマス(北海道・森町) 180日 北海道みそバター鍋セット 1350円(税込1458円) 1566円(税込1674円)

骨も丸ごと、カルシウム補給!



145 凍 やまた水産(鹿児島県・阿久根市) 生から作ったきびなごフライ 240g 480円(税込518円) 538円(税込576円)

フライパンで揚げ焼きOK!



146 凍 九里(大阪府・大阪市) 白身魚の塩こうじフライ 180g 380円(税込410円) 430円(税込460円)



147 凍 ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温造り シルバー醤油漬 4切220g 485円(税込524円) 524円(税込563円)



148 凍 トクスイコーポレーション(東京都中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切 2切140g 425円(税込459円) 459円(税込493円)



149 凍 トクスイコーポレーション(東京都中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 3切165g 530円(税込572円) 572円(税込614円)



150 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 30日 寒さわら切身(無塩) 約70g×2 550円(税込594円) 594円(税込638円)



151 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 30日 寒さばフィーレ(無塩) 片身2枚 200g前後 428円(税込462円) 462円(税込496円)



152 凍 札幌中一(北海道・札幌市) 90日 北海道産にしん(2尾) 2尾(360g) 668円(税込721円) 721円(税込774円)



153 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 120日 真いわし三枚おろし 6~11枚150g 398円(税込430円) 430円(税込464円)



154 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(税込490円) 490円(税込526円)



155 凍 松岡水産(千葉県・銚子市) 180日 北海道さけスモークサーモン2パック 40g×2 480円(税込518円) 518円(税込556円)



156 凍 日本生活協同組合連合会 180日 食塩不使用しらす干し 25g×3 318円(税込343円) 343円(税込378円)



157 凍 ヤマタ水産(愛知県・名古屋) 180日 篠島産しらす干し 50g 398円(税込430円) 430円(税込464円)



158 凍 ヤマタ水産(愛知県・名古屋) 180日 篠島産釜揚げしらす 50g 398円(税込430円) 430円(税込464円)



159 凍 ダイマツ(鳥取県・境港市) 180日 氷温熟成 辛子明太子(切子) 90g 380円(税込410円) 410円(税込444円)



160 凍 ダイマツ(鳥取県・境港市) 180日 氷温熟成 たらこ(切子) 90g 380円(税込410円) 410円(税込444円)



161 凍 トクスイコーポレーション(東京都中央区) 天然むきエビ(特大) 160g 598円(税込646円) 646円(税込690円)



162 凍 トクスイコーポレーション(東京都中央区) 180日 とれとれいわしたたき身 300g(150g×2) 410円(税込443円) 443円(税込487円)

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

静岡おでんを代表する黒はんぺんや人気の練り物をセットに。無リンすり身で、魚肉の旨味を引き出しました。

組合員さんからのクチコミ
おでんといえば“いちろうこ”の静岡おでん種セット。こちらの練りものを食べると他のは食べられません! ぶりぶり本音が美味しいです。

高橋徳治商店 こだわりの練り物
北海道のすけそうだらのすり身に国産ささがきごぼうを混ぜて揚げました。レンジか冷蔵庫解凍で。

近海のお魚たっぷり!
かぼちゃとコーンの甘みと食感が楽しめます

高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日
かぼちゃとコーンのちぎり揚げ 120g 310円(税込335円) 335円(税込370円)

164 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) 14日 いわしはんぺん 5枚150g 462円(税込499円) 499円(税込538円)

165 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) 10日 うずら卵天 4個 415円(税込448円) 459円(税込493円)

166 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) 10日 小竹輪 5本150g 390円(税込421円) 421円(税込455円)

172 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日 チヂミ風さつま揚げ 3枚126g 337円(税込364円) 364円(税込398円)

そのままでもおでんや煮物にも
組合員さんからのクチコミ
高橋徳治さんの商品は味付良く美味です。毎回注文書を楽しみにしております。おとうふ揚げは味噌汁に入れると美味です。

組合員さんからのクチコミ
とり手羽先と煮込んでみました。美味さが大根にしみ込んで大人気でした。

167 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) 14日 桜えび入り揚かまぼこ 3枚150g 590円(税込637円) 637円(税込681円)

168 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) 14日 小判揚 5枚150g 398円(税込430円) 430円(税込464円)

169 冷 山九水産(山口県・長門市) 90日 お魚ソーセージ(3本入) 45g×3 348円(税込376円) 376円(税込410円)

173 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日 7種の野菜揚げ 5個165g 315円(税込340円) 340円(税込374円)

174 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日 おとうふ揚げ 5個 301円(税込325円) 335円(税込370円)

175 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日 おでん種セット 7種13品 356g 793円(税込856円) 886円(税込950円)

# 新年のご挨拶

皆様あけましておめでとうございます。昨年はお世話になりました。ミートパルでは本年も家族全員で一致団結してお肉の加工に努めてまいります。引き続き今後とも宜しくお願い致します。

ミートパル村山 村山勉



村山さんがじっくり漬け込みました。厚切りなので丼物などに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。



216円/100g

**176** JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 〆届いて4日  
**茨城県産ローズポーク モモブロック**

500g **998円**(**税**1078円) 通常税込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

**177** 〆

ミートパル村山(茨城県・土浦市) **村山さんの厚切りチャーシュー**

300g **720円**(**税**778円) 通常税込798円

豚肉(茨城県)

# 味噌肉じゃがで



162円/100g

**178** 〆

JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 〆届いて4日  
**茨城県産ローズポーク 徳用小間切**

200g **598円**(**税**646円) 通常税込659円

小間切徳用タイプ。

茨城県

# 丹沢高原豚 味付け肉 全品特価



307円/100g

**179** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて6日  
**丹沢高原豚 ロース味噌漬**

200g(固形量約80g×2) **568円**(**税**613円) 通常税込646円

隠し味にピーナッツバターを加えた自家製味噌ダレに豚ロースを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。

豚肉(神奈川県)



377円/100g

**180** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて6日  
**丹沢高原豚 ヒレ塩こうじ漬**

5~7枚 200g **698円**(**税**754円) 通常税込821円

豚ヒレ肉の切身を、自社製の塩こうじに漬けました。

豚肉(神奈川県)

# 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：分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。

# 畜産定番品 移動ページ

表紙 茨城県産 ローズポーク 徳用焼肉セット

16ページ

秋川の 若鶏ムネ



349円/100g

**185** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて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

**186** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて6日  
**岩瀬さんの豚ロース切身**

2枚200g **646円**(**税**698円)

岩瀬さんが育てる豚のロースはきめが細かく軟らかい部位です。ソテーや、とんかつに。

茨城県



281円/100g

**181** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて3日  
**岩瀬さんの豚モモしゃぶしゃぶ用**

200g **520円**(**税**562円)

赤身主体のモモをしゃぶしゃぶ用にスライス。

茨城県



349円/100g

**182** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて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



292円/100g

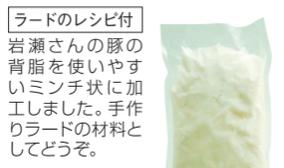
**183** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて6日  
**岩瀬さんの豚バラうす切り**

200g **540円**(**税**583円)

風味が良く、コクのあるバラを、巻き物にも便利なうす切りになりました。厚さ約1~1.5mm。

茨城県



281円/100g

**184** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて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

**185** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて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

**186** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて6日  
**岩瀬さんの豚ロース切身**

2枚200g **646円**(**税**698円)

岩瀬さんが育てる豚のロースはきめが細かく軟らかい部位です。ソテーや、とんかつに。

茨城県



205円/100g

**187** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて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

**188** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて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



91円/100g

**189** 〆

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートパル村山 〆届いて90日  
**岩瀬さんの豚モツ**

500g **420円**(**税**454円) 通常税込540円

旧・新治村、岩瀬さんの豚。自家配合飼料を与えて育った豚の大腸、小腸をポイルし、カットしました。

茨城県



167円/100g

**196** 〆

JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 〆届いて30日  
**茨城県産ローズポーク 挽肉**

300g **465円**(**税**502円)

赤身率は8割です。

茨城県



262円/100g

**197** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて4日  
**丹沢高原豚 モモしゃぶしゃぶ用**

200g **485円**(**税**524円)

脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。

神奈川県



258円/100g

**198** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて4日  
**丹沢高原豚 モモ一口カツ用**

200g (5~6切) **478円**(**税**516円) 通常税込538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、そのまま焼ききき等もおいしいです。

神奈川県



413円/100g

**199** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて4日  
**丹沢高原豚 ヒレ一口カツ用**

200g (5~6切) **765円**(**税**826円) 通常税込848円

希少なヒレ肉を一口カツのサイズにカットしました。

神奈川県



120円/100g

**200** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて120日  
**丹沢高原豚 豚なんこつ**

450g **498円**(**税**538円)

自社農場の豚のなんこつ。軟骨のまわりに肉がたくさんついているのでお買い得。

神奈川県



215円/100g

**201** 〆

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〆届いて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



230円/100g

**202** 〆

JA全農いばらき(茨城県)野口商店 〆届いて90日  
**豚挽肉(バラ凍結)**

400g **850円**(**税**918円)

赤身率8割です。

茨城県

# 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。



194円/100g

**203** 〆

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

**204** 〆

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

**205** 〆

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



258円/100g

**206** 〆

野口さん達(茨城県・桜川市)  
**つくば茜鶏 ムネモモ小間切**

250g **598円**(**税**646円) 通常税込670円

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

茨城県



276円/100g

**207** 〆

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

**208** 〆

野口さん達(茨城県・桜川市)  
**つくば茜鶏 手羽先**

300g **480円**(**税**518円)

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

茨城県



173円/100g

**209** 〆

野口さん達(茨城県・桜川市)  
**つくば茜鶏 手羽元**

300g **480円**(**税**518円)

唐揚げやスープ煮に。

茨城県



116円/100g

**210** 〆

野口さん達(茨城県・桜川市)  
**つくば茜鶏 レバー**

250g **268円**(**税**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

**211** 〆

野口さん達(茨城県・桜川市)  
**つくば茜鶏 挽肉**

250g **430円**(**税**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



241円/100g

**212** 〆

秋川牧園(山口県・山口市) 〆届いて180日  
**秋川の若鶏モモ**

200g **445円**(**税**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

2ページでレシピを  
ご紹介



213 凍  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞120日  
丹沢農場の牛豚合挽肉  
200g 568円(税613円) 通常税込648円  
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。  
牛肉(国内産)、豚肉(神奈川県)

ジャーマンポテトに  
して



214 冷  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日  
鎌倉あらびきウインナー×3  
85g×3 535円(税578円) 通常税込589円  
無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。  
豚肉(国内産) [放] 不検出<3.4<4.5

カリカリベーコンの  
おにぎり!



215 凍  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日  
丹沢農場の徳用ベーコン切り落とし  
100g 330円(税356円) 通常税込378円  
ベーコンの切り落としです。いろいろな料理にお使いください。  
豚肉(国内産)

「あと一品」に活躍! あると便利な鶏肉加工品 全品特価



216 凍卵小  
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 賞180日  
エコかざ鶏のふっくらチキンハンバーグ  
160g(2個) 460円(税497円) 通常税込518円  
ヘルシーでしっかりとした素材の旨味が味わえます。ソースなしでも美味しい素材派チキンバーグです。  
鶏肉(国内産)



217 凍大  
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 賞180日  
エコかざ鶏の手作りつくね  
150g 450円(税486円) 通常税込518円  
シンプルながらも素材の旨味と家庭で調理した食感が楽しめる鶏つくねです。つくば鶏(エコかざ鶏)使用。  
鶏肉(国内産)



218 凍米大  
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 賞180日  
つくば鶏の照り焼き  
170g(1枚) 660円(税713円) 通常税込756円  
つくば鶏のモモ肉を照り焼きにしました。お弁当やおせち料理にも。湯煎で。  
鶏肉(茨城県)



219 凍米  
秋川牧園(山口県・山口市)  
サラダチキン(プレーン)  
100g 378円(税408円) 通常税込420円  
若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。  
鶏肉(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。約2年半かけて育てます。  
・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。



220 凍  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
鹿児島 坊津黒牛切り落とし  
170g 730円(税788円)  
炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。  
鹿児島



221 凍  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
鹿児島 坊津黒牛牛井・肉じゃが用  
200g 960円(税1037円)  
脂が適度に入ったバラ部位を牛井・肉じゃが用にスライスしました。  
鹿児島



222 凍  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
国産牛牛すじ肉  
150g 540円(税583円)  
国産のホルスタインの牛すじです。おでんやカレー、煮込み料理にどうぞ。  
福岡県、大分県



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



224 凍  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
国産牛挽肉  
200g 390円(税421円) 通常税込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。



225 冷  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日  
鎌倉あらびきウインナー×2  
85g×2 368円(税397円)  
無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。  
豚肉(国内産) [放] 不検出<3.7<3.8



226 冷  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日  
鎌倉ボンレスハムスライス×2  
60g×2 440円(税475円) 通常税込497円  
合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。  
豚肉(国内産) [放] 不検出<3.9<3.9



227 冷  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日  
鎌倉バラベーコンスライス×2  
85g×2 698円(税754円)  
豚バラを塩漬し、くん厘したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。  
豚肉(国内産) [放] 不検出<3.5<4.7



228 冷  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日  
丹沢農場の皮なしレビーウインナー  
120g 305円(税329円)  
豚肉、自然塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウインナー。  
豚肉(国内産)



229 冷  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日  
丹沢農場の皮なしノンスパイスウインナー  
120g 305円(税329円)  
皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。  
豚肉(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ブランドで作ったなめらかでやさしい味のヨーグルト。

233 プレーン  
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて10~11日  
石岡 鈴木牧場ヨーグルト  
400g 380円(税410円) (ピン要返却)

234 微糖  
生乳(茨城県)  
400g 390円(税421円) (ピン要返却)  
[放] 不検出<3.4<3.4



235 冷  
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて7~11日  
石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ  
100g 538円(税581円) (ピン要返却)  
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



230 冷  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日  
丹沢農場のローズハムスライス  
100g 440円(税475円)  
豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げられています。  
豚肉(神奈川県)



231 凍  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日  
丹沢農場のハンバーグ  
200g 390円(税421円) (100g×2)  
牛豚の割合3対7の合挽肉使用。  
鶏肉(国内産)



232 凍  
野口さん達(茨城県・桜川市)  
つくば畜鶏 親子丼の素 2袋  
130g(鶏肉40g×2) 400円(税432円)  
つくば畜鶏を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。  
鶏肉(茨城県)

235 冷  
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて7~11日  
石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ  
100g 538円(税581円) (ピン要返却)  
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



236 プレーン  
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。  
30g 190円(税205円) [放] 不検出<3.3<3.1



237 ペッパー  
生乳(茨城県)  
30g 199円(税215円) [放] 不検出<3.3<3.1



腸内活性ヨーグルメイト  
3つのすごいところ  
★単一指定牧場の生乳!  
(石川県河北潟・ホリ牧場)  
★まろやかな味わい(すっぱくない!)  
★1,000億の善玉菌(一般のヨーグルトの約100倍!)



238 冷  
ホリ牧場(石川県・金沢市) 賞届いて7~10日  
腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)  
380g 573円(税619円) 通常税込640円  
生乳(石川県) [放] 不検出<4.0<4.0



239 冷  
ホリ牧場(石川県・金沢市) 賞届いて7~10日  
腸内活性ヨーグルメイト(加糖)  
90g×3 495円(税535円) 通常税込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

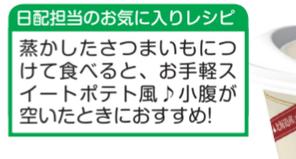
240 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて12日前後  
よつ葉プレーンヨーグルト  
400g 260円(税281円)  
北海道の原乳使用。糖分を加えていないので、お料理やお菓子作りにも。酸味をおさえたマイルドタイプ。  
生乳(北海道) [放] 不検出<3.3<3.3



241 冷  
サツラク農協(北海道・札幌市) 賞18日  
サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)  
80g×3 248円(税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(北海道産でんぷ)。  
生乳(北海道) [放] 不検出<3.9<3.1



242 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞90日  
パンにぬりやすいバター&ひまわりオイル  
100g 335円(税362円)  
北海道産バターを60%使用。ひまわり油を使用し、バターそのものの味を活かしました。  
生乳(北海道)



243 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日  
パンに美味しいはちみつ&バター  
100g 385円(税416円) 通常税込427円  
生乳(北海道、はちみつ(メキシコ、スペイン他))



244 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日  
よつ葉北海道十勝十勝モーグチーズ  
45g 220円(税238円)  
十勝産チeddarチーズ100%を国産チップで焼製。子どもでも食べやすいひと口サイズ。乳化剤使用。  
生乳(北海道)



245 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町)  
よつ葉北海道十勝ひとくちチーズ仕立て  
90g(9個) 425円(税459円)  
チeddarチーズをブレンドしたまろやかなプロセスチーズです。食べ切りサイズの個包装。乳化剤使用。  
生乳(北海道)

よつ葉  
シュレッドチーズは  
16ページに掲載

246 冷  
茨城乳業(茨城県・石岡市) 賞14日  
たまごプリン  
85g×3 314円(税339円)  
牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作りと同じく蒸して固めています。凝固剤、安定剤不使用。  
牛乳・卵(茨城県) [放] 不検出<3.7<3.8

247 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞21日  
よつ葉のむヨーグルト(やさしい甘さ)  
250g 195円(税211円)  
生乳(北海道)

248 冷  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞21日  
北海道のむヨーグルト(かんきつミックス)  
250g 195円(税211円)  
生乳(北海道)

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

# パン

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

## 自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)



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

- 250 6枚 **250円** (税込**308円**)
  - 251 8枚 **285円** (税込**308円**)
  - 252 ノースライス **275円** (税込**297円**)
- 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  
※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

### CO-OP MAIL JOSO [2024年1月3日]

※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

- 253 8枚 **253円** (税込**308円**)
- 254 ノースライス **450円** (税込**486円**)
- 255 **435円** (税込**470円**)

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  
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

- 255 1斤 **315円** (税込**340円**)

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  
小麦粉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)

- 256 1個 **600円** (税込**648円**)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間 1~2日  
ショコラ&クランベリー  
濃厚なチョコレートと甘酸っぱいクランベリーが入った一品です。薄めにスライスして。  
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

- 257 3個 **320円** (税込**346円**)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間 1~2日  
ドッグパン  
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

- 258 10個 **300円** (税込**324円**)

鎌倉粗挽ロングウインナー  
27g×5  
豚肉(国内産)

- 259 10個 **750円** (税込**810円**)

内麦クロワッサン  
10個(個包装) **750円** (税込**810円**)  
1個あたり 税込81円  
バネックス(長野県・伊那市) 賞味期間 45日  
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

### 地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

- 260 半斤3枚 **180円** (税込**194円**)
- 261 1斤6枚 **340円** (税込**367円**)
- 262 1斤8枚 **340円** (税込**367円**)
- 263 ノースライス **335円** (税込**362円**)

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) 賞味期間 1~2日  
クーロンヌの角形食パン  
原材料:小麦粉(国内産)、砂糖、レーズン(※場合によりタネ)、脱脂粉乳、パン酵母、塩(小麦、乳成分含む)  
小麦(アメリカ、他)

### 冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

- 268 1個 **675円** (税込**729円**)
- 269 1個 **460円** (税込**497円**)
- 270 1個 **350円** (税込**378円**)

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  
水を加えず卵と牛乳を加えて作ったワッフルで、風味豊かで軽い口あたりです。  
小麦(カナダ、他)

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  
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)

大進食品(神奈川県・横浜市)  
マンモモチモチ手のぼしナン  
210g(3枚入り) **350円** (税込**378円**)  
手のぼして焼き上げたもちもち食感。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。  
小麦(北海道)

- 265 1斤6枚 **378円** (税込**408円**)

クーロンヌジャポン(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)  
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)

- 266 2個 **250円** (税込**270円**)

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) 賞味期間 1~2日  
クーロンヌのコッペパン  
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)

- 267 2個 **348円** (税込**376円**)

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) 賞味期間 1日  
クーロンヌのメロンパン  
たっぷりバターを使ったパニョ香るビス生地。しっとりしたふわふわのメロンパンです。  
小麦(アメリカ、他)

- 271 90g×3個 **480円** (税込**518円**)

ワールド(石川県・金沢市)  
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。香ばしい焼きカレーパンです。  
小麦(国内産)

- 272 90g×3個 **480円** (税込**518円**)

ワールド(石川県・金沢市)  
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リリングにして包み焼き上げた冷凍惣菜パンです。  
小麦(国内産)

### 地元のお店 いばらきベーグル

中村さん夫妻

- 276 2個 **360円** (税込**389円**)

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Aセット  
2個 **360円** (税込**389円**)  
定番(プレーン・全粒粉)2種セットです。  
小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、くるみ(アメリカ)

- 277 1個 **194円** (税込**210円**)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間 30日  
全粒粉ベーグル  
1個 **194円** (税込**210円**)  
素材本来の旨味を引き出した全粒粉生地のベーグルです。  
小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)

### レンジ等で加熱してからお召し上がりください

- 273 3個 **398円** (税込**430円**)
- 274 3個 **380円** (税込**410円**)
- 275 9個 **460円** (税込**497円**)

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  
国産小麦100%原料由来の小麦粉、焙煎発芽玄米粉使用。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <0.9 <0.9

おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞味期間 4日  
ふっくらおからパン プレーン  
9個 **460円** (税込**497円**)  
国産小麦の生地に国産大豆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。  
小麦・大豆(国内産)

- 278 1個 **221円** (税込**239円**)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間 30日  
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。  
小麦(北海道)、チョコ(国内産)

- 279 1個 **194円** (税込**210円**)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味期間 30日  
小豆ベーグル  
国産小豆を生地にたっぷり混ぜ合わせました。小豆の風味が特徴のベーグルです。  
小麦、小豆(北海道)

- 280 1個 **220円** (税込**238円**)

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  
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)

### 牛乳・卵

定期登録募集中!

鈴木牧場牛乳 720ml  
契約価格348円(税込)  
の定期登録はこちら

- 1 1L **369円** (税込**399円**)
- 2 500ml **225円** (税込**243円**)

サツラク農協(北海道・札幌市) 賞味期間 3日  
サツラク低温殺菌牛乳  
土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを生かす為、低温殺菌で処理しました。  
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

- 3 500ml **192円** (税込**207円**)

サツラク農協(北海道・札幌市) 賞味期間 15日  
サツラク低脂肪牛乳  
500ml **192円** (税込**207円**)  
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

### ジャム はちみつ・みそ汁

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。

- 281 150g **398円** (税込**430円**)

バンドラファーム(奈良県・五條市) 賞味期間 60日  
完熟梅ジャム  
150g **398円** (税込**430円**)  
完熟の高梅をピートグラニュー糖とこんにゃく粉で炊き上げました。添加物不使用なので美味は短めです。  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

- 282 145g **480円** (税込**518円**)

デイリーフーズ(長野県・坂城町)  
黒ごまペースト  
145g **480円** (税込**518円**)  
黒ごまペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。  
ごま(ミャンマー、他)

- 4 1L **288円** (税込**311円**)

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 **288円** (税込**311円**)  
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。  
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

- 5 1L **258円** (税込**279円**)

北海道酪農公社(北海道・江別市) 賞味期間 10日  
おいしさまよやか(成分調整牛乳)  
1L **258円** (税込**279円**)  
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。  
生乳(北海道)

- 285 1L **298円** (税込**322円**)

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**)  
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。  
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.5 <3.6

- 555 1kg **2100円** (税込**2268円**)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)  
アルゼンチン産はちみつ  
1kg **2100円** (税込**2268円**)  
はちみつ(アルゼンチン)

- 283 9食 **1100円** (税込**1188円**)

大紀コブファーム(奈良県・五條市)  
国産野菜のお味噌汁  
9食 **1100円** (税込**1188円**)  
国産の野菜をふんだんに使用したフリーズドライのお味噌汁。お湯だけで出来立てのおいしさ味わえます。  
野菜(国内産)

- 284 8袋 **998円** (税込**1078円**)

アサヒグループ食品(東京都・墨田区)  
旨だしみそ汁セット  
8袋 **998円** (税込**1078円**)  
4種類の即席のみそ汁セットです。お椀に入れ熱湯を約160ml注いで、軽くかき混ぜてください。  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

- 6 6個 **355円** (税込**383円**)

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+地元産主産の餌を自家配合。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 10個 **350円** (税込**378円**)

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 6個入り **355円** (税込**383円**)

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

湯煎でお手軽♪ ほっとする味「金沢錦」のお惣菜

286 金沢錦(石川県・金沢市) 賞60日 ぶり大根 200g 605円(税込653円) 通常税込675円

287 金沢錦(石川県・金沢市) 賞60日 いいだこと里芋の煮付 120g 465円(税込502円) 通常税込518円

290 金子製麺(神奈川県・中井町) 賞20日 季穂 生うどん(太麺) 130g x 2 245円(税込265円) 通常税込279円

291 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日 菊田煮豆小袋セット 40g x 5種 465円(税込502円) 通常税込518円

292 かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日 天然だしのこだわりおでん 6種 470g 650円(税込702円) 通常税込724円

長崎県沖で漁獲された天然ぶりのかまと大根を醤油ベースのシンプルな味付けで炊きあげました。 ぶり(長崎県)、大根(国内産)

国産の里芋と一口サイズのいいだこを醤油をベースに昆布だしを効かせてやわらかく炊きあげました。 里芋(国内産)、いいだこ(タイ、ミャンマー、ベトナム)

290 金子製麺(神奈川県・中井町) 賞20日 季穂 生うどん(太麺) 130g x 2 245円(税込265円) 通常税込279円

291 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日 菊田煮豆小袋セット 40g x 5種 465円(税込502円) 通常税込518円

292 かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日 天然だしのこだわりおでん 6種 470g 650円(税込702円) 通常税込724円

288 金沢錦(石川県・金沢市) 賞60日 たらこ昆布煮 90g 398円(税込430円)

289 金沢錦(石川県・金沢市) 賞60日 能登産焼きさば味噌煮 140g 458円(税込495円)

大豆加工品

298 丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日 絹とうふ(充填豆腐) 300g x 3 435円(税込470円)

299 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日 有機国産大豆 寄せ豆腐 100g x 2 259円(税込280円)

300 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて6日 油揚げ 3枚 183円(税込198円)

301 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日 厚揚げ 90g x 2 184円(税込199円)

302 丸和食品(東京都・練馬区) 賞90日 味付いなり揚げ 10枚 398円(税込430円) 通常税込451円

303 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日 豆腐からあげ 10個 239円(税込258円)

304 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日 枝豆がんと 6個 308円(税込333円)

305 丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日 豆乳 300cc 228円(税込246円)

306 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 x 3 148円(税込160円)

307 JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日 本味納豆(タレ・カラシ無) 40g x 3 140円(税込151円)

308 水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日 水府納豆ミニ2個(タレ・カラシ付) 40g x 2 130円(税込140円)

309 水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無) 40g x 2 208円(税込225円)

310 登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日 十勝の息吹ききわり2P(タレ・カラシ付) 40g x 2 184円(税込199円)

311 登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日 有機納豆日本の農カップ2(タレ・カラシ付) 30g x 2 220円(税込238円)

312 鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞90日 生芋あく抜きこんにゃく 220g 140円(税込151円)

313 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 180g 140円(税込151円)

314 グリンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日 有機栽培生いもまるごと芋こんにゃく 100g x 3P 298円(税込322円)

315 グリンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日 有機栽培生いもまるごと芋しらたき 100g x 3P 298円(税込322円)

316 浜食(東京都・調布市) 賞10日 洗いもずく 200g 240円(税込259円)

317 リアス(千葉県・船橋市) 賞90日 石巻十三浜産絆わかめ 100g 380円(税込410円)

318 リアス(千葉県・船橋市) 賞90日 三陸産カットくきわかめ 100g 270円(税込292円)

319 コタニ(岩手県・大船渡市) 賞40日 すぐに使える生わかめ(岩手県産) 40g x 5パック 468円(税込505円)

320 コタニ(岩手県・大船渡市) 賞40日 冷凍きざみめかぶ(岩手県産) 40g x 5パック 411円(税込444円)

321 かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日 ミックスビーンズの水煮 150g 275円(税込297円)

322 共生食品(神奈川県・相模原市) 賞6日 内麦焼そば(ソース無) 150g x 3 228円(税込246円)

323 金子製麺(神奈川県・中井町) 賞21日 あしがら車屋醤油らーめん(2食入) 麺120g x 2 スープ47g x 2 398円(税込430円)

324 かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日 炊き込みご飯の素 五目鶏めし 180g(2合用) 432円(税込467円)

325 グリンリーフ(群馬県・昭和村) 賞130日 有機味付玉こんにゃく 6個入 220円(税込238円)

326 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日 煮豆 黒豆(雁喰豆) 150g 380円(税込410円)

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。

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

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

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2

肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

国産大豆の生地を、にんにく醤油で下漬けた、からあげ風のかんもどき。お肉を控えている方にもおすすめです。大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.2

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。大豆(国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6

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 x 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

茨城県産大豆使用。小粒納豆より少し大きめの大豆で作りました。タレ、カラシ無し。大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.0

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくかせました。大豆(茨城県) [放] 不検出 <2.9 <3.7

茨城県産小粒大豆、国産大麦使用。押し麦を混ぜることで、もちもちとした食感が加わります。大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

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

国産の有機栽培大豆を使用。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

昔ながらの缶詰製法で作ったこんにゃくです。こんにゃく芋(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9

国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のよい白滝です。こんにゃく芋(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.6

赤城山のすず野で育った有機のこんにゃく芋を使用。こんにゃく本来の美味しさが楽しめます。あく抜き済み。こんにゃく芋(群馬県)

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)

震災復興で立ち上がった漁師が品質にもこだわったわかめです。水戻ししてご利用ください。わかめ(宮城県) [放] 不検出 <4.0 <4.5

わかめの茎の部分をカットして塩蔵しました。コリコリとした食感。塩抜きをして炒め物、煮物、サラダに。わかめ(三陸) [放] 不検出 <3.8 <4.1

岩手県沖で、3月に収穫したわかめをポイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。わかめ(岩手県) [放] 不検出 <0.6 <0.6

岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをポイルし、使い易く小分けにしました。解凍してそのまま使えます。わかめ(岩手県) [放] 不検出 <2.8 <3.0

4種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。豆(新潟県、北海道)

国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

地粉の無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。小麦(国内産)

自社製のいりこ昆布のだしをベースに国内産の具材を煮込んだ炊き込みご飯の素です。米2合用。鶏肉(国内産)

味がしっかりしていて、食感の良さも魅力です。湯煎するだけで手軽に食べられます。こんにゃく芋(群馬県)

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

**327** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) **梅干し(しそ漬)** 120g **460円**(**497円** 税込) **508円** 通常税込

品種は白加賀、林州、南高の3種混合。しそ漬のため赤めの色。  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**328** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) **福神漬** 150g **275円**(**297円** 税込)

大紀コープファームの生産者グループが栽培した大根、きゅうり、人参、れんこんを使用した福神漬です。

**329** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) **紅生姜(きざみ)** 80g **170円**(**184円** 税込)

高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢と塩だけで漬けました。  
生姜(高知県)

**厚切りきゅうりのパリパリした食感が楽しめます**

**時季限定のお漬物**

グリーンリーフの漬物は次回から値上げになります

**330** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **農家で漬けた白菜漬** 250g **260円**(**281円** 税込)

添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間をおけば酸味のある漬物に。  
白菜(国内産)

**331** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **昆布だて漬けた浅漬け三昧** 200g **285円**(**308円** 税込)

国内産の白菜、きゅうり、大根、人参をシンプルな原料で浅漬けにしました。  
白菜(国内産)

**332** リアス(千葉県・船橋市) **高菜ちりめん** 25g **318円**(**343円** 税込)

高菜漬を細かく刻み、ちりめんとうまを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。  
ちりめん(鹿児島県)

**333** 丸山園(静岡県・河津町) **わさび漬** 80g **265円**(**286円** 税込)

天城の深山に湧く清水で育ったわさびを、充分熟成させた酒粕で漬けました。(至20%、根10%、酒粕55%)  
わさび(静岡県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

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

茨城県産のれんこんを醤油漬にしました。ピリ辛味がクセになります。ごはんのおともやおつまみにも。

**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

**336** 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) **フライパンで焼くいわしごま竜田** 6~9枚170g **398円**(**430円** 税込)

真いわしを三枚におろし、醤油、発酵調味液、生姜で味付けし、衣をまぶしました。フライパンで焼いて。  
真いわし(国内産)

**337** 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) **骨までやわらかいわし梅しそ煮** 75g×2 **369円**(**399円** 税込)

加圧処理済みで骨まで食べられます。梅肉を入れたタレで味付け。湯煎で。加工濃縮粉：全体の0.7%。  
真いわし(国内産)

**338** マストミ(徳島県・徳島市) **野菜で仕上げる回鍋肉** 110g **380円**(**410円** 税込) **443円** 通常税込

国産豚肉を下味付けし半日寝かせて旨みを引き出しました。コチュジャンの辛味と風味が◎。フライパンで炒めて。  
豚肉(鹿児島県、宮崎県)

**339** 大進食品(神奈川県・横浜市) **ママ 焼いて簡単手巻きじゃがバター** 5本200g **501円**(**541円** 税込)

国内産の男爵芋をたっぷり使用しています。バターの風味がよく合った春巻きです。フライパンで焼いて。  
じゃがいも(国内産)

**340** 大進食品(神奈川県・横浜市) **ママ 学校帰りのコロッコ** 60g×5 **398円**(**430円** 税込) **443円** 通常税込

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使用。素材の旨味を活かした飽きのこない味に仕上げました。油で揚げた。  
じゃがいも(北海道)

**341** ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) **国産原料にこだわったお徳用春巻** 14本420g **500円**(**540円** 税込)

豚肉・キャベツ等、国産具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。加工でん粉：約1.6%  
小麦(国内産)

**342** 大進食品(神奈川県・横浜市) **ヨコハマの餃子** 18g×25 **568円**(**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、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。  
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

**343** 日岡商事(兵庫県・加古川市) **ジャンボ餃子** 45g×5個 **365円**(**394円** 税込)

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

**344** 日岡商事(兵庫県・加古川市) **ほうれん草餃子** 18g×10個入 **391円**(**422円** 税込)

ほうれん草の風味や栄養がたっぷりの餡を国産小麦粉の皮で包みました。焼いて。  
鶏肉・キャベツ・ほうれん草(国内産)

16ページで飛鳥食品特集！  
ご覧ください

**345** 千葉産直サービス(千葉県・千葉市) **八甲鴨ネギまんじゅう** 168g(6個入) **509円**(**550円** 税込)

合鴨と比べくせがなく旨味のある八甲鴨とネギを合わせた点心(肉餃子)。国産小麦の皮で包みました。焼いて。  
鴨肉(青森県)

**347** 大黒淡水(静岡県・焼津市) **うなぎ蒲焼 70g×2** 70g×2、たれ・山椒付 **2990円**(**3229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)

**348** 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) **さば味噌煮 2袋** (片身1枚2切)×2 **520円**(**562円** 税込)

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

**349** ダイヤツ(鳥取県・米子市) **氷温造り あじの南蛮漬** 220g **350円**(**378円** 税込)

日本海産の真あじを国産米油で揚げた南蛮漬に。野菜は取り、じっくりと煮込んださばの味噌煮。湯煎で。  
真あじ(日本海)

**350** マストミ(徳島県・徳島市) **天然えびのチリソース** 150g **509円**(**550円** 税込) **590円** 通常税込

厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めても。  
えび(インドネシア、ミャンマー)

**346** 秋川牧園(山口県・山口市) **とりからスープ** 5袋250g **430円**(**464円** 税込)

植物性主体の飼料で育てた健康な若鶏のガラを原料とした個包装の5倍濃縮スープ。スープ・カレー・鍋等に。  
鶏骨(国内産)

**351** カネヨシ水産(千葉県・九十九里町) **いわしごま漬** 100g **310円**(**335円** 税込)

かたくちいわしの頭、内臓を除去して酢漬けにし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。  
かたくちいわし(千葉県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

**352** マストミ(徳島県・徳島市) **まぐろ団子甘酢ソース** 280g(4個×2) **461円**(**498円** 税込)

栄養豊富なまぐろを団子にし、自家製ソースをかからめました。ソースは栽培法まで吟味したこだわり素材使用。湯煎して。  
まぐろ(台湾、国内産)

**353** ニッコー(神奈川県・大和市) **大きな豆腐肉団子** 340g **498円**(**538円** 税込)

国産鶏肉と国産大豆を使用した豆腐で少し大きめの肉団子を作り、特製のタレを絡めました。湯煎かレンジで。  
鶏肉(国内産)

**354** ニッコー(神奈川県・大和市) **中華丼の具(塩)** 180g×2 **526円**(**568円** 税込) **588円** 通常税込

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

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

**355** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **彩り野菜と国産豚の黒酢豚** 2人前(約410g) **899円**(**971円** 税込)

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

**356** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **国産野菜の青椒肉絲** 2人前(約320g) **899円**(**971円** 税込) **1015円** 通常税込

国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパン一つで簡単に青椒肉絲が出来上がります。  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

**357** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め** 2人前(約450g) **890円**(**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。下処理済みなので、フライパンで調理できます。  
豆腐(国内産)、玉ねぎ(国内産)

**358** やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) **小松菜とたっぷりねぎの和風炒め** 2人前(約630g) **832円**(**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)

**359** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **ブイヨン水餃子スープ** 2人前(約330g) **860円**(**929円** 税込)

国産野菜、餃子、だしが一緒になったセットです。餃子の原材料は国内産を使用。  
玉ねぎ・豚肉(国内産)

**360** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) **ビャンビャン麺** 2人前(約530g) **972円**(**1050円** 税込) **1107円** 通常税込

中国の陝西省・西安の郷土食。酸味の効いたごまダレがたっぷりの国産野菜と梅干の麺に、箸が進みます。  
小麦(オーストラリア他)、豚肉・野菜(国内産)

**あったか鍋や麺でほかほか・ほっこり**

お届けは1月4回になります

2食

**361 凍 米 大 小**  
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 180日  
**八甲鴨鍋セット**  
550g(つくね・スライススープ200g) **2370円(税込2560円)** 通常税込2646円  
クセのないフランス鴨肉(バルビリー種)、自社製のつくね・スープで素材の旨味をいかした、こだわりの鴨鍋。  
鴨肉(青森県)

2食 **関西風つゆ添付**

**363 凍 米 大 小**  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
**具たっぷりけんちんうどん**  
2食610g **646円(税込698円)** 通常税込718円  
国産小麦の麺にたっぷりの具(大根、人参、ごぼう、ねぎ、油揚げ、豚肉)のけんちんうどん。鍋かレンジで。  
小麦(国内産)

2食

**364 凍 米 大 小**  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
**わかめどっさりうどん**  
2食556g **429円(税込463円)**  
国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。昆、昆ダシの関西風つゆ。鍋で。  
わかめ(韓国)

組合員さんからの **クチコミ**

蕎麦つゆの味が超絶妙とお蕎麦もコンがあつてとても美味しいので、取り扱っていただけに感謝。炙ったネギを加えるとさらに美味しくなります。肉は火にかけ過ぎると固くなるので、つゆを温める時ちょっと気をつけるようにしています。

お届けは1月4回になります

2人前520g(めん260g、そばつゆ260g)

**365 凍 米 大 小**  
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 180日  
**だしを味わう 本格鴨せいろ**  
**1518円(税込1639円)** 通常税込1690円  
国産十割そば、自家製の鴨ガラクダに昆布・本枯れ節・糴ぎ足しの返し仕上げた蕎麦つゆセット。鍋で。  
鴨肉(青森県)

焼うどん、鍋のメにも

調理例 焼うどん

**366 凍 米 小**  
日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**冷凍うどん**  
200g×3玉 **435円(税込470円)**  
国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったまま麺を沸騰したお湯で1分半茹でてください。温でも冷でも。  
小麦粉(国内産)

**367 凍 米 小**  
日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**桜えびかきあげ**  
160g(2枚入) **734円(税込793円)**  
駿河湾産桜えび、国産野菜(玉葱、人参、小松菜)と国産小麦を使用。non-GMO菜種油で揚げました。レンジで。  
野菜(国内産)

**吉野コスモス会の商品は1月4回にお届けします**

国産のさばを使用。柿の葉で巻いた奈良の郷土寿司です。常温解凍が42℃の湯で(冷蔵解凍は不可)。

**368 凍 米**  
吉野コスモス会(奈良県・大淀町) 180日  
**柿の葉ずし(鯖)**  
132g(3個) **500円(税込540円)** 通常税込559円  
米・鯖(国内産)

**369 凍 米**  
吉野コスモス会(奈良県・大淀町) 180日  
**柿の葉ずし(サーモン)**  
132g(3個) **518円(税込559円)**  
国産の秋鮭使用。柿の葉で巻いた奈良の郷土寿司です。常温解凍が42℃の湯で(冷蔵解凍は不可)。  
米・鮭(国内産)

**お弁当におかずに**

**372 凍 卵 小**  
マストミ(徳島県・徳島市)  
**ひとくちマグロカツ**  
150g **532円(税込575円)**  
ピンチョウマグロ(太平洋)

マグロを調味液にじっくりと漬け込むことで、冷めても柔らかいカツに仕上げました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩  
トースターで。

**373 凍 卵 小**  
秋川牧園(山口県・山口市)  
**チキンナゲット**  
200g **482円(税込521円)**  
開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。  
鶏肉(山口県、他)

6個

**374 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**ひとくちソースとんかつ**  
6個120g **432円(税込467円)**  
粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをかきました。お弁当のおかずにも最適。レンジ加熱または自然解凍で。  
豚肉(国内産)

牛しぐれとさんぴらが良いアクセントの巻きずし。原料は全て国産。常温解凍が42℃の湯で(冷蔵解凍不可)。

**370 凍 米 卵 大 小**  
吉野コスモス会(奈良県・大淀町) 180日  
**牛しぐれのさんぴら巻きずし**  
150g(4切) **504円(税込544円)**  
米・卵・牛肉(国内産)

**371 凍 米 大 小**  
吉野コスモス会(奈良県・大淀町) 180日  
**にっこりなりすし**  
165g(3個入) **403円(税込435円)**  
揚げたての味を活かすためご飯にはコマ以外の食材を使っていません。常温解凍が42℃の湯で(冷蔵解凍不可)。  
米(国内産)

**375 冷 米 大 小**  
佐井村漁協(青森県・佐井村) 90日  
**津軽海峡 鮭フレーク**  
100g **615円(税込664円)**  
鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩  
秋鮭(青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

**376 凍 米 大 小**  
マストミ(徳島県・徳島市)  
**鶏のから揚げ**  
200g **513円(税込554円)**  
無投薬の神山鶏の肉を魚入りの特製タレに漬けたから揚げ。レンジかトースターで温めて。  
鶏肉(徳島県)

**377 凍 米 大 小**  
マストミ(徳島県・徳島市) 90日  
**神山鶏の塩麹竜田**  
150g **443円(税込478円)**  
自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げ。  
鶏肉(徳島県)

8個

**378 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**鶏ごぼうハンバーグ**  
26g×8 **435円(税込470円)**  
国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。お弁当やおつまみに。レンジまたは焼いて。  
鶏肉(国内産)

**379 凍 米 大 小**  
秋川牧園(山口県・山口市)  
**チキンカツ(和風醤油)**  
200g **473円(税込511円)**  
若鶏むね肉に下味をつけ、んにく・生姜・醤油が香る和風のチキンカツ。フライパンでカラッと焼き揚げて。  
鶏肉(国内産)

**380 凍 米 大 小**  
秋川牧園(山口県・山口市)  
**ささみハーブカツ**  
200g **489円(税込528円)**  
ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けた。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。  
鶏肉(山口県、他)

3個

**381 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**和風おろし豆腐ハンバーグ**  
270g(固形量60g×3) **398円(税込430円)**  
国産大豆100%使用の豆腐に国産鶏肉を加え、口当たりやがよい豆腐ハンバーグに仕上げました。湯煎で。  
鶏肉・たまねぎ(国内産)

3個

**382 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ**  
3個210g **466円(税込503円)**  
消化剤を使わず天然にかりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。  
大豆・鶏肉(国内産)

**383 凍 米 大 小**  
秋川牧園(山口県・山口市)  
**甘酢のやわらかチキン南蛮**  
150g **414円(税込447円)**  
ふわふわ衣に特製甘酢たれを染み込ませ、柔らかい食感です。レンジで温めて。タルタルソースレス仕様あり。  
鶏肉(国内産)

2食 **北海道素材の味を活かした包み焼き**

**384 凍 米 大 小**  
マルマス(北海道・森町) 180日  
**北の包み焼(塩こしょう味)**  
85g×2 **498円(税込538円)** 通常税込558円  
北海道の素材(鮭・玉葱・じゃが芋・南瓜・アスパラ)の味を生かし塩胡椒で味付けした包み焼き。レンジで。  
鮭・野菜(国内産)

**【管理栄養士監修】マムの惣菜プレート**

**385 凍 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 **765円(税込826円)**  
鶏肉(徳島県)

徳島県産の鶏肉使用  
鶏つくねに卵の含め煮、切昆布の煮物、なる金時のすだち煮を添えて。レンジで。281kcal 塩分1.4g

冷めても美味しい! 1個約50gと大きめサイズ

4個

**386 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**おからクリーミーコロッケ**  
200g(4個入) **296円(税込320円)** 通常税込336円  
おからとじゃがいもをベースにした素朴な味のコロッケ。夕飯のおかずやお弁当に。揚げかレンジで温めて。  
おから(国内産)

6個

**387 凍 米 大 小**  
日本生活協同組合連合会  
**牛肉コロッケ**  
162g(6個入) **218円(税込235円)**  
北海道産男爵いもと国産のたまねぎ、オーストラリア産の牛肉を使用。油調整なので、自然解凍かレンジで。  
ばれいしょ(北海道)

2食 **よつ葉シュレッドチーズがとろ〜り**

**388 凍 米 大 小**  
大進食品(神奈川県・横浜市)  
**オーガニックペンネのトマトソースグラタン**  
170g×2 **583円(税込630円)** 通常税込648円  
小麦(イタリア)

濃厚なバターをたっぷり使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用。レンジで温めて。

**389 凍 米 大 小**  
日本生活協同組合連合会  
**手巻きピッツァ マルゲリータ**  
2本190g **428円(税込462円)**  
イタリア産トマトを使ったトマトソースの酸味と、4種チーズのコクと旨みが味わえるピッツァ。レンジで。  
小麦(オーストラリア他)、トマト(イタリア)

**390 凍 米 大 小**  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
**ライスバーガー ねぎ塩豚肉**  
5個575g **898円(税込970円)**  
醤油味のライスプレートに特製甘辛たれで仕上げた葱と国産豚肉の焼肉をサンド。レンジで。加工濃縮0.2%  
米・豚肉(国内産)

6本

**391 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**ミニアメリカンドック**  
6本150g **400円(税込432円)**  
衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウイナー使用。レンジで温めて。卵・乳不使用。

**392 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**豆乳カステラ**  
5切 **378円(税込408円)**  
新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用し焼き上げました。しっとりとした食感を楽しんで。自然解凍で。  
大豆(国内産)

冷たくても温かくても美味しい

8個

**393 凍 米 大 小**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**お茶香るミニたい焼き(あずき)**  
8個272g **426円(税込460円)** 通常税込478円  
生地に国産の緑茶粉末を使用し、自社で炊いた国産小豆使用のあんこを包んだミニたい焼き。自然解凍OK。  
小麦粉・小豆・茶(国内産)

6個

**394 凍 米 大 小**  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
**芽吹き屋 くるみ大福**  
6個270g **626円(税込676円)**  
味噌あんこにくるみを加えた上品な甘さのあんを、国産もち米にこまを加えた生地で包みました。  
くるみ(アメリカ)

**よもぎの香り豊かな粒あん入だんご**

**395 凍 米 大 小**  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
**芽吹き屋 よもぎだんご**  
4本180g **417円(税込450円)** 通常税込463円  
よもぎ(国内産)

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

**KUBOTA** 南国土佐

**396 凍 米 大 小**  
久保田食品(高知県・南国市)  
**チョコレートアイスクリーム**  
110ml **210円(税込227円)**  
ベルギー産クーベルチュールチョコレートをふんだんに使用し、濃厚なおいしさに仕上げたアイスクリーム。  
生乳(国内産)・カカオ(エクアドル他)

組合員さんからの **クチコミ**

KUBOTAのアイスは最高においしいです。先日基本のキ、パニラを注文しましたがやっぱり期待通りでした。

**397 凍 米 大 小**  
久保田食品(高知県・南国市)  
**バニラアイスクリーム**  
110ml **210円(税込227円)**  
マダガスカル産の最高級バニラビーンズをはじめ、PHF卵など素材厳選して作った無添加商品です。  
生乳(北海道)

**398 凍 米 大 小**  
久保田食品(高知県・南国市)  
**ほうじ茶アイスクリーム**  
100ml **240円(税込259円)**  
厳選した高品質の茶葉を使用。ほうじ茶ならではの香ばささと、さらりとした後味が特徴です。  
生乳・ほうじ茶(国内産)

**次回からリニューアル**

**399 凍 米 大 小**  
日本生活協同組合連合会  
**ダブルキャラメルアイス**  
850ml **538円(税込581円)**  
ニュージーランドの生乳を使用した、キャラメルフレーバーのアイスクリーム。  
生乳(ニュージーランド)

8本

**400 凍 米 大 小**  
日本生活協同組合連合会  
**牛乳70%アイスバー**  
240ml(30ml×8本) **298円(税込322円)**  
鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。生乳・練乳・砂糖・クリームとコーンスターチだけで作りました。  
生乳(鳥取県)

## 新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。本年も皆様へ愛されるようなお茶作りを目指してまいります。引き続き宜しくお願い致します。  
かわばた園 園主 佐藤寛之



**全品特価**

上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みはありますが、すっきりとした味わいが特徴。農業無散布。

農薬や化学肥料は一切使用せず栽培した「やぶきた」だけを使い浅蒸して仕上げました。

**401** かわばた園(静岡県・静岡市) 180日  
**煎茶**  
50g **578円**(税込**624円**) 通常税込**635円**  
茶葉(静岡県)

**402** かわばた園(静岡県・静岡市) 180日  
**番茶**  
100g **550円**(税込**594円**) 通常税込**626円**  
茶葉(静岡県)

## 身体の内から免疫力を高めよう♪ 1月4日お届け

**全品特価**

**403** 名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市) 180日  
**甘酒用 乾燥こうじ**  
500g **896円**(税込**968円**) 通常税込**1026円**  
甘酒専用の米麹です。冷凍保存もできます。  
米(岡山県)

**404** 名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市) 180日  
**名刀味噌・白米の甘酒**  
400g **498円**(税込**538円**) 通常税込**562円**  
お砂糖を使わない自然な甘さが特徴の甘酒。お子様からお年寄りまでどなたにも好まれます。  
米(岡山県)

**405** 名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市) 180日  
**名刀味噌・玄米の甘酒**  
400g **480円**(税込**518円**) 通常税込**562円**  
お砂糖を使わない自然な甘さが特徴の甘酒。程よいつぶつぶ感とほっこりとした玄米の風味があります。  
玄米(岡山県)

**406** 名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市) 180日  
**名刀味噌・黒米の甘酒**  
400g **550円**(税込**594円**) 通常税込**637円**  
お砂糖を使わない自然な甘さが特徴の甘酒。程よいつぶつぶ感と黒米のkokoroが楽しめます。  
うるち米・黒米(岡山県)

## はこだてわいん

(北海道・七飯町)

北海道産のぶどうを使った日本人好みの赤・白ワイン

**特 お酒**

ALC:12% 酸化防止剤無添加

はこだてわいん(北海道・七飯町) 酸化防止剤無添加

**407** キャンベル・アーリー 赤  
720ml **1400円**(税込**1540円**) 通常税込**1650円**

**408** ナイアガラ 白  
720ml **1400円**(税込**1540円**) 通常税込**1650円**

ストロベリーを思わせる甘い香り、さわやかな酸味が特徴です。

フレッシュで華やかな香りと、洋梨やライチのような甘い香りが特徴のワインです。

ぶどう(北海道)

## 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。

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

**409** おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市) 90日  
**きらず揚げ・しお**  
140g **298円**(税込**322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) [放] 不検出 <4.1 <4.3

**410** おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市) 90日  
**きらず揚げ・黒砂糖**  
140g **298円**(税込**322円**)  
ほんのり甘い黒砂糖は、お茶請けにぴったり。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3

**411** 蔵王米菓(山形県・村山市) 120日  
**揚げ小丸**  
100g **220円**(税込**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。  
うるち米(国内産)

**412** サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
**まるごと小魚**  
4g×5連 **198円**(税込**214円**)  
片口いわし(国内産)

**413** サンコー(愛知県・豊橋市) 150日  
**おから豆乳ビスコッティ**  
4本 **250円**(税込**270円**)  
食物繊維が多いおからを主原料としています。生地の旨味が増し、更に歯ごたえを楽しめる焼き菓子です。  
大豆(新潟県)

**414** 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**(税込**214円**)  
国産のじゃがいもを使用したポテトチップスです。焼きのりをしています。  
じゃがいも(国内産)

**415** ノースカラス(北海道・札幌市) 120日  
**純国産 芋けんぴ**  
125g **275円**(税込**297円**)  
九州産のさつまいも、国産の米油、北海道産の砂糖大根を使用した芋けんぴ。  
さつまいも(九州)

**416** 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 **250円**(税込**270円**)  
大豆の外と中から甘みとうま味を引き出した、二度焙煎きな粉を使用。  
小麦粉(国内産)

**417** サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
**こぐまのビスケット**  
12g×5 **270円**(税込**292円**)  
小麦(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.0

**418** サンコー(愛知県・豊橋市) 90日  
**栗しぐれ**  
100g(個包装) **281円**(税込**303円**)  
練り上げ熟成した餡を栗の形に形成してじっくりと焼き上げました。  
手亡豆(北海道) [放] 不検出 <0.7 <0.7

**419** サンコー(愛知県・豊橋市) 90日  
**黒棒**  
8本(個包装) **290円**(税込**313円**)  
表面はさっくり、中はふんわりした食感の黒棒です。  
さとうきび(沖縄県、小麦国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.0

**420** サンコー(愛知県・豊橋市) 90日  
**みたらし餅**  
餅8個 タレ20g **278円**(税込**300円**)  
食感もちもちで柔らかく、米粉と砂糖で練りました。そのままはもちろん、温めても。  
米粉(国内産)

**421** サンコー(愛知県・豊橋市) 180日  
**安納芋ようかん**  
58g **160円**(税込**173円**)  
焼さつまいものペーストを使用しているので、安納芋の甘みがより引き立っています。  
水飴(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.8

**422** おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市) 10日  
**卵・乳を使わない おとうふドーナツ**  
4個 **285円**(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)

**423** 大洋(神奈川県・横須賀市) 90日  
**豆かんてん 黒糖みつ**  
155g **298円**(税込**322円**)  
国内産寒天と、北海道産赤えんどう使用の豆かんてんです。黒蜜をかけてお召し上がりください。  
天草(国内産)

**424** 大洋(神奈川県・横須賀市) 90日  
**きな粉 黒みつ寒天**  
160g **298円**(税込**322円**)  
国産大豆100%のきな粉と沖縄産黒糖の黒みつをかけてお召し上がりください。  
天草(国内産)

**425** 創健社(神奈川県・横浜市)  
**ビッグアーモンドチョコレート**  
400g **1350円**(税込**1458円**) 通常税込**1577円**  
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使用しました。

**426** イルローザ(徳島県・徳島市) 30日  
**バウムクーヘンイルローザの森**  
1個 **1398円**(税込**1510円**) 通常税込**1558円**  
メレンゲで空気を含ませて丹念に調整することで、しっとりとした味わいに仕上げました。  
鶏卵(徳島県)

**427** 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**(税込**346円**) 通常税込**367円**  
北海道産小豆の餡を国内産小麦粉を使って焼き上げた皮ではさみ込みました。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.8

**428** ノースカラス(北海道・札幌市) 150日  
**純国産 きなこねじり**  
110g **320円**(税込**346円**) 通常税込**378円**  
北海道産大豆のきなこを水あめで練り上げ、オホーツク海の塩で味付けしました。  
きな粉(北海道)

## 菓子担当 今週のイチオシ!

**全品特価**

## 飲料

・緑茶：無農薬です。  
・ジュース類果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。  
※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

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

**429** かわばた園(静岡県・静岡市) 180日  
**ほうじ茶**  
50g **460円**(税込**497円**)  
茶(静岡県)

**430** 小川生薬(徳島県・東みよし町)  
**有機ルイボスティ**  
2g×24 **430円**(税込**464円**)  
有機ルイボスの中でも最高等級であるスーパーランクの葉を使用。煮出し、水出しどちらでも。  
ルイボス(南アフリカ共和国)

**431** ランカスター(千葉県・千葉市)  
**セイロン紅茶(ティーバッグ)**  
2g×50 **430円**(税込**464円**)  
品質を追求し、徹底的に無駄を省いた紅茶。組合員の利用によりこの価格が維持されています。  
紅茶(スリランカ)

**432** 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**(税込**430円**)  
中国を代表する花茶の1つ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層立ちます。  
ジャスミン(中国)

**433** ランカスター(千葉県・千葉市)  
**アップルティー(ティーバッグ)**  
2g×20 **480円**(税込**518円**)  
セイロン紅茶に爽やかなりんごの香りをつけました。ストレートでどうぞ。暑い目だにアイスティーにも。  
紅茶(インド)

長崎県佐々町で契約栽培された無農薬栽培茶葉使用。無糖、無香料のすっきりとした味わいです。

**433** 創健社(神奈川県・横浜市)  
**緑茶 6本組**  
500ml×6本 **780円**(税込**842円**) 通常税込**896円**  
有機緑茶(長崎)

梅のエキスたっぷりの蜂蜜飲料です。5~7倍に薄めて。

**434** 大紀コープファーム(奈良県・五條市)  
**梅ハニー**  
500ml **710円**(税込**767円**) 通常税込**794円**  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

梅肉と醤油を熟成させた梅醬に国産有機番茶(粉末)と国産生姜粉末を配合しました。

**435** ムソー(大阪府・大阪市) 180日  
**国産生姜入り梅干番茶 スティック**  
8g×20 **1400円**(税込**1512円**) 通常税込**1620円**  
梅(国内産)

1缶あたり税込115円

**436** 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**(税込**3456円**) 通常税込**3564円**  
信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果(まなか)」を100%使用したトマトジュース。  
トマト(長野県)

**437** 信州生まれのおいしいトマト(無塩) 190g×30 **3200円**(税込**3456円**) 通常税込**3564円**

1本あたり税込270円



**前**  
**757**  
岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)  
**龍泉洞の水**  
2ℓ×6 **1500円**(税込**1620円**)  
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。自然の味をそのままに。水(岩手県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

大麦麦芽100%にこだわりました。炭酸水を除く添加物は一切不使用です。



**特**  
日本ビール(東京都・目黒区)  
**龍馬1865**  
**437** 1缶 350ml **130円**(税込**140円**) 通常税込151円  
1缶あたり税込135円  
**438** 6缶 350ml×6 **750円**(税込**810円**) 通常税込876円  
麦芽(ドイツ、他)

ALC:8~9%



**特**  
**439** 米  
末廣酒造(福島県・会津美里町)  
**マッコリ風清酒・春玉の白**  
330ml **630円**(税込**693円**) 通常税込715円  
米と水のみで醸造したマッコリ風清酒は、上品でキレのある味わいです。  
米・米こうじ(福島県) [放] 不検出 <0.3 <0.3

ALC:5%



**お酒**  
**440**  
南都酒造所(沖縄県・南城市)  
**琉球レモンサワー**  
350ml **268円**(税込**295円**)  
果汁をたっぷり8%使用したプレミアム仕立てのレモンサワーです。  
泡盛(沖縄県)

ALC:30%



**お酒**  
**441** 米  
請福酒造(沖縄県・石垣市)  
**琉球泡盛 やえやま**  
720ml **1480円**(税込**1628円**)  
米(沖縄県)

CO-OP商品

原材料:鶏卵(国産)、糖類(砂糖・ぶどう糖)、小麦粉、植物油、水あめ、牛乳、はちみつ、還元水あめ/膨張剤、乳化剤、(一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む)



**わ**  
**442** 卵乳大小  
日本生活協同組合連合会  
**蜂蜜かすてら**  
10本 **340円**(税込**367円**) 通常税込389円  
切り落とし入りのお徳用です。  
鶏卵(国内産)

**特**  
**443**  
日本生活協同組合連合会 賞120円  
**芋けんぴ**  
75g **100円**(税込**108円**)  
九州産の黄金千貫芋を、カラッと揚げ砂糖で味付けしました。素朴な味わいのお菓子です。  
さつまいも(九州)

1本あたり税込58円



**わ**  
**444**  
日本生活協同組合連合会 賞180円  
**彩果菜園フルーティアップル**  
125ml×12本 **648円**(税込**696円**)  
にんじんとりんご主体のフルーティな味わいが楽しめる野菜果実ジュース。食物繊維とビタミンC配合。  
にんじん(アメリカ・国内産等)

6本  
1本あたり税込167円



**わ**  
**445**  
日本生活協同組合連合会  
**麦茶**  
2000mlPET×6本 **930円**(税込**1002円**) 通常税込1038円  
焙煎の異なる六条大麦を使用、配合を工夫し、香ばしい麦茶に仕上げました。  
大麦(国内産)

**前**  
**754**  
日本生活協同組合連合会 1缶あたり税込65円  
**ただの炭酸水**  
200ml×24 **1440円**(税込**1560円**)  
福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。  
水(国内産)

**前**  
**512**  
青い海(沖縄県・糸満市)  
**沖縄の塩シママース**  
1kg **380円**(税込**410円**)  
原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。  
海水(沖縄県、天日塩(オーストラリア、メキシコ))

**食品調味料**

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

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

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

**酒類**  
**前**  
**503** 300ml **495円**(税込**545円**)  
**501** 720ml **1000円**(税込**1100円**)  
米(福島県) [放] 不検出 <3.8 <3.4

**酒類**  
**前**  
**506** 米  
相生ユニビオ(愛知県・西尾市)  
**三河伝統製法「古式 本みりん」**  
500ml **550円**(税込**605円**) 通常税込638円  
もち米と米麹、醸造アルコール、焼酎で仕込み、じっくりと熟成。  
もち米(国内産、中国)

**特**  
**前**  
**508**  
アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋市)  
**粗精糖(自然派style)**  
1kg **370円**(税込**400円**)  
鹿児島県のサトウキビから作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。  
さとうきび(鹿児島県)

**前**  
**518**  
飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**純米富士酢**  
500ml **750円**(税込**810円**)  
米(京都府)

**前**  
**446**  
飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**富士玄米黒酢**  
500ml **1700円**(税込**1836円**)  
玄米(京都府)

**前**  
**518**  
飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**純米富士酢**  
500ml **750円**(税込**810円**)  
米(京都府)

**前**  
**446**  
飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**富士玄米黒酢**  
500ml **1700円**(税込**1836円**)  
玄米(京都府)

**前**  
**447**  
沼屋本店(茨城県・つくば市)  
**常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)**  
500ml **619円**(税込**669円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

**前**  
**528** 米 大小  
沼屋本店(茨城県・つくば市)  
**常総だし醤油**  
360ml **540円**(税込**583円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出 <0.6 <0.5

**前**  
**448**  
伊藤商店(愛知県・武豊町) 賞150円  
**傳右衛門 生みそ(豆)**  
500g **998円**(税込**1078円**)  
国産丸大豆と豆麹だけで作った3年熟成の赤みそ。他のみそと合わせてみそ汁に使うとおいしさが増します。  
大豆(国内産)

**前**  
**449** 米 大  
士別農園(北海道・士別市) 賞180円  
**しべつみそ**  
1kg **700円**(税込**756円**)  
士別農園で栽培した大豆と米を使用し仕込みました。大豆の煮汁を加え風味豊かに仕上げられています。  
大豆(北海道)

**前**  
**450** 小600g **550円**(税込**594円**)  
**451** 中910g **780円**(税込**842円**)  
**452** 大1350g **880円**(税込**950円**) 通常税込994円  
米糠(国内産)

**前**  
**453** 米 大小  
飯尾醸造(京都府・宮津市)  
**富士ゆずぽん酢**  
360ml **830円**(税込**896円**)  
ゆず(徳島県)、かぼす(大分県)

**前**  
**454** 米 大小  
ポールスタア(東京都・東村山市)  
**帯広発 豚丼のたれ**  
250g **398円**(税込**430円**)  
大豆・小麦(アメリカ、カナダ他)

**前**  
**455**  
大紀コープファーム(奈良県・五条市) 賞60円  
**梅びしお(チューブ入り)**  
100g **330円**(税込**356円**)  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**前**  
**456**  
東京フード(茨城県・坂東市) 賞180円  
**生おろしわさび**  
40g **398円**(税込**430円**) 通常税込454円  
本わさび(長野県)

**前**  
**457**  
ポールスタア(東京都・東村山市) 賞180円  
**青森県田子産みじん切りにんにく**  
65g **400円**(税込**432円**)  
青森県田子産の風味豊かなにんにく「富地ホワイト種」を使用。切る手間のいらない「みじん切りタイプ」。  
にんにく(青森県)

**前**  
**457**  
ポールスタア(東京都・東村山市) 賞180円  
**青森県田子産みじん切りにんにく**  
65g **400円**(税込**432円**)  
青森県田子産の風味豊かなにんにく「富地ホワイト種」を使用。切る手間のいらない「みじん切りタイプ」。  
にんにく(青森県)

**前**  
**458**  
上高地みそ(長野県・松本市) 賞120円  
**桃花源 ゆずみそ**  
120g **198円**(税込**214円**) 通常税込227円  
信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。  
大豆(国内産)

**前**  
**538** 米  
ポールスタア(東京都・東村山市)  
**国産野菜果実 中濃レストラソース**  
200ml **370円**(税込**400円**)  
野菜(国内産)

**前**  
**532** 卵 米  
創健社(神奈川県・横浜市) 賞180円  
**有精卵マヨネーズ**  
300g **498円**(税込**538円**)  
なたね(オーストラリア)

**前**  
**459**  
ナガノトマト(長野県・松本市)  
**長野県産ケチャップ**  
240g **620円**(税込**670円**) 通常税込690円  
長野県の契約農家が愛情込めて大切に育てた完熟トマトを使用しました。  
トマト(長野県)

**前**  
**460**  
創健社(神奈川県・横浜市)  
**有機ダイストマト缶**  
400g **250円**(税込**270円**)  
イタリア南部の限定農場で栽培された完熟した有機トマトを使用。ダイスカットにした立方体タイプ。  
有機トマト(イタリア)

**おでん**



カナダ産オーガニックからしを使用。香料、着色料、酸味料、乳化剤不使用。

**前**  
**462**  
東京フード(茨城県・坂東市) 賞180円  
**練りからし**  
40g **350円**(税込**378円**) 通常税込400円  
からし(カナダ)

焼津産かつお荒節、北海道産昆布や国産素材で作ったおでんだしの素です。1袋に対し水750cc。

**前**  
**461** 大 小  
東京フード(茨城県・坂東市)  
**まるやかおでんの素**  
16.5g×4 **380円**(税込**410円**) 通常税込454円

**前**  
**463**  
コタニ(岩手県・大船渡市)  
**むすび昆布**  
30g **440円**(税込**475円**) 通常税込486円  
釧路産のやわらかい棹前昆布を結びました。  
昆布(北海道)

**家計応援!**

**新**

**ポーソー油脂からの  
お得なセット**

口当たりがよく胃もたれしにくいうえ、酸化もしづらいのでお料理の風味が長持ち。ご家庭用だけでなく、贈り物にもどうぞ。

国産米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でくせのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでいます。

セット内容:  
米油 600g×4

**前**  
**464** 米  
ポーソー油脂(千葉県・船橋市)  
**ポーソー油脂の米油セット**  
600g×4 **2100円**(税込**2268円**) 通常税込2376円  
米糠(国内産)

**創健社 こだわりの袋麺セット!**

※イメージ

あったら便利な袋麺を1つずつのセットにしました。

※イメージ

セット内容:  
味噌らーめん104.2g、醤油らーめん99.5g、塩らーめん102g、博多風らーめん106g、長崎皿うどん134g 各1点

**前**  
**465** 卵 米 大小  
創健社(神奈川県・横浜市)  
**創健社の袋麺 5種アソートセット**  
5種5品 **920円**(税込**994円**) 通常税込1058円  
創健社の袋麺(塩・醤油・博多風・味噌・皿うどん)5種類のセット。  
小麦(国内産)

白鷹農産加工研究会 全品特価

466 白もち 500g 698円(税込754円)
467 玄米もち 500g 698円(税込754円)
468 よもぎもち 400g 720円(税込778円)
469 みそもち 500g 739円(税込798円)

おみそ汁の中に入れて免疫力UP! 全品特価

470 凍り豆腐 みそ汁用 60g 410円(税込443円)
471 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具 21g 430円(税込464円)
472 徳用 わかめ(岩手県) 14g 288円(税込311円)

秋田名物「きりたんぼ鍋」で身も心もホカホカに♪
473 きりたんぼ(比内地鶏スープ付) 65g×5本 スープ200g 998円(税込1078円)

乾物・だし その他

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。
573 だしパック 8g×18 498円(税込538円)

583 寿司はねのり 全型10枚 360円(税込389円)

565 削り節パック 徳用 3g×20 598円(税込646円)

474 京都山田炒りごま(白) 50g 250円(税込270円)
475 京都山田炒りごま(黒) 50g 250円(税込270円)

590 塩吹昆布 35g 260円(税込281円)
592 徳用 75g 498円(税込538円)

901 山田製油(京都府・京都市) 山田製油(京都府・京都市) 石臼挽きすりごま小袋(白) 81g(3g×27) 600円(税込648円)

577 チキンコンソメ 80g(4g×20) 360円(税込389円)

648 きな粉(大豆) 130g 240円(税込259円)

596 わかめご飯の素 20g 480円(税込518円)

582 士別農園(北海道・士別市) 士別農園 小豆 300g 415円(税込448円)

599 わかめご飯の素 20g 480円(税込518円)

903 九鬼国産ごまふりかけ 25g 275円(税込297円)

626 国産パン粉 200g 295円(税込319円)

904 純正ラーメン 98g(めん90g) 165円(税込178円)

905 純正ラーメン 豆乳塩だし味 104g(めん90g) 165円(税込178円)

906 秋川牧園の本格チキンカレー 220g 438円(税込473円)

643 長崎うどん 2袋組 595円(税込643円)

671 みかん缶 295g×3 888円(税込959円)

669 ゆであずき(北海道) 190g 160円(税込173円)

666 大豆ドライパック 140g×3 445円(税込481円)

907 おいしい赤飯 160g×3 380円(税込410円)

908 ナポリタンソース 220g 170円(税込184円)

633 スパゲッティ 1.6mm 1kg 498円(税込538円)

今回の味づくりの道具が勢ぞろい!
お届けは2週後です

日用雑貨
家庭から化学物質を排除しましょう!
842 パックス ソルティーはみがき 120g 450円(税込495円)

洗濯用米ぬか粉せっけん 3kg 980円(税込1078円)
896 ピュアティッシュペーパー 200w×5箱 480円(税込528円)

910 シャボン玉 食器洗い機専用 500g 620円(税込682円)
890 ペンギン芯なし(トイレトペーパー) 130m×6ロール 538円(税込592円)

911 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー 300g×3袋 980円(税込1078円)
912 ヘナ100% 100g 1000円(税込1100円)

腸内環境を整えて  
免疫力UP!

# この冬も発酵食品の「腸活」

調理例



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。



鶏肉の塩糀漬け焼き

全品特価

**913 凍** 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川の若鶏ムネ 200g **405円**(税込**437円**) 通常税込**448円** 山口県・島根県・福岡県・熊本県

**914 冷** 糀和田屋(福島県・本宮市) 素材を美味しくする塩こうじ 180g **325円**(税込**351円**) 通常税込**367円** 米(国内産)

たっぷり使える1kg お徳用!



**920 冷** やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 14日白菜キムチ(徳用) 1kg **1590円**(税込**1717円**) 通常税込**1836円** 白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬け上げた株漬けキムチです。白菜(国内産)

大根、白菜を和えるだけでお手軽キムチ!



**921 凍** 京都やま六(京都府・京都市) さわら西京漬 2切140g **435円**(税込**470円**) 通常税込**484円** 東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。さわら(韓国)

**924 冷** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 白菜の手もみ漬け 200g **260円**(税込**281円**) 通常税込**292円** 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。白菜(国内産)

**925 米** アイワ(長野県・岡谷市) 麹屋甚平 浅漬けの素 500ml **410円**(税込**443円**) 通常税込**473円** 米(長野県)

本場中国家庭の味です

## 飛鳥食品 特集



旧満州から引き上げた中国残留孤児の帰国者が自立するための職場として発足。中国の家庭の味を「手作り」に近い製造方法で一品一品真心をこめて作っています。

**927 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥の黒豚肉まん 3個270g **438円**(税込**473円**) 通常税込**503円** 国産豚肉を使用した具を国産小麦使用の皮で包みました。是非蒸してお召し上がりください。豚肉(国内産)

**928 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥のカレーまん 3個270g **426円**(税込**460円**) 通常税込**491円** 手でほぐした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み国産小麦の皮で包みました。蒸すかレンジで温めて。小麦(国内産)

**930 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥のえびシューマイ 12個180g **412円**(税込**445円**) 通常税込**469円** 国産たらすのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふくらませました。蒸すか、レンジで加熱して。すけとうだら(北海道)、えび(ベトナム)

**934 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥のカレーシューマイ 12個180g **380円**(税込**410円**) 通常税込**432円** 豚肉(国内産)

**933 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥の黒豚シューマイ 12個180g **389円**(税込**420円**) 通常税込**447円** 豚肉たっぷりのシューマイです。シューマイで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。豚肉(国内産)

**935 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥の黒豚チャーピン(中華おやき) 4個320g **386円**(税込**417円**) 通常税込**437円** 黒豚肉、キャベツ、長ネギ等、国産原料を使用した中華風おやき。中国の屋台で定番の味。フライパンで焼いて。小麦(国内産)

**929 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥のあんまん 4個240g **395円**(税込**427円**) 通常税込**457円** 小麦(国内産)

**932 凍** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 飛鳥の海鮮水餃子 15個250g **481円**(税込**519円**) 通常税込**549円** 小麦(国内産)、えび(ベトナム)

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

アレルギー表示

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アレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。アレルギーの症状がある場合は、包材表記をご確認の上ご利用ください。

良質な乳製品を毎日の食事に取り入れよう

**915 冷** よつ葉乳業(北海道・音更町) 90日よつ葉カマンベールチーズ 90g **429円**(税込**463円**) 通常税込**474円** 非遺伝子組換え飼料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて熟成させました。生乳(北海道)

**916 1個** よつ葉シュレッドチーズ 250g **650円**(税込**702円**) 通常税込**713円** ナチュラルチーズ(チェダー、モッツアレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。生乳(北海道)

**917 2個組** よつ葉シュレッドチーズ 250g×2 **1270円**(税込**1372円**) 通常税込**1426円** 生乳(北海道)

**918 冷** サツラク農協(北海道・札幌市) サツラク酪農家限定ヨーグルト加糖 2個組 (80g×3)×2 **464円**(税込**502円**) 通常税込**536円** 11戸の生産牧場限定の生乳使用。生乳を90%以上使用し、まろやかでクリーミーな食感。香料、安定剤不使用。生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.1

**919 冷** よつ葉乳業(北海道・音更町) よつ葉北海道バター加塩 2個組 150g×2 **680円**(税込**734円**) 通常税込**756円** 北海道産生乳100%の加塩バターです。生乳(北海道)

「てんべ」は使い勝手抜群の発酵食材!

テンペとは、大豆にテンペ菌をつけて発酵させた、インドネシアの伝統的な発酵食品。納豆ほどにおいや味が強くなく、料理にも取り入れやすいのでおすすめです。

**926 冷** 登喜和食品(東京都・府中市) 30日黒大豆てんべ 100g **335円**(税込**362円**) 通常税込**416円** 北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させました。テンペ菌の作用で大豆そのものよりも栄養がUPしています。大豆(北海道)

**923 冷** グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 30日糖しぼり大根 250g **308円**(税込**333円**) 通常税込**346円** 砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。大根(国内産)

**922 冷** やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) マイルド薬念醬(キムチの素) 200g **480円**(税込**518円**) 通常税込**538円** やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けしたお好みの野菜でキムチが作れます。唐辛子(中国)

※黒大豆てんべのつぶら