

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2020年度 みんなで取り組む活動テーマ
JOSO食材でかんたん・おうちごはん!
～食卓から笑顔あふれる未来へ～

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

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

2021年1月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙12/提出	21	22	23	24	25
定番品1/のお届け	4	5	6	7	8
特別企画品1/のお届け	11	12	13	14	15

生産者と守り、育ててきた 三浦大根

木村農園
(茨城県・つくば市)

緻密な肉質で美味!

特筆すべきは、肉質の緻密さ。みずみずしさを残しつつ、みっちりとしが詰まっており煮崩れしません。特に1~2月の寒い時期には煮物・鍋物に最適なんです。この味わいはやはり「三浦大根」でしか味わえません。

現在の市場流通は「青首大根」が約9割を占めていますが、常総生協では毎年この時期に、伝統品種である「三浦大根」を木村農園さんに作ってもらっています。でっぴりとしたフォルムは、圧巻の一言。個体差はありますが、長さは50~60cm/重さは約3kg、大きなものだと5~8kgまで成長する巨大な大根です。

下の部分は辛味があるので、煮物に、上の部分は甘味が強いので、おろしや炒め物に

*** 上部~下部はこうしてアレンジ ***



栄養がギュッと詰まった葉っぱは炒めものや汁ものに♪

大根葉ふりかけ

伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

10パック

566 かつおぶしパック

かつお節(本枯れ節)をうすく削って、風味を大切に小袋パックにしました。
◎180日

5g×10 430円(税464円)

かつお(国内産)

無農薬

木村農園(茨城県・つくば市)

11 木村さんの大根(三浦系)

ずんぐりと中央がふくらんだ形状で、肉質はきめ細かく、加熱すると甘みが増します。農薬無散布。

1本 198円(税214円) 通常税込227円

茨城県

できるだけ葉付きでお届けします

特

特

丸和食品(東京都・練馬区)

12 きざみ揚げ(冷凍) 2袋

国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。

凍 100g×2 398円(税430円) 通常税込449円

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



おでんに

相性バッチリ



三浦大根のみずみずしさを活かして

みぞれ鍋に



長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。

13 長崎 漁師町おでんだネ(つゆ付)

冷 30日 卵米 大小

5種12個254g 660円(税713円)

たら(国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)

成形していないので、どんな用途にも使えます



18 いろいろ使える鶏つみれ

凍 卵米 大小 200g 315円(税340円) 通常税込351円

鶏肉(山口県、他)



19 徳用 雄武秋鮭切身(無塩)

北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した天然銀毛鮭です。無塩。使いやすい50gの切身を徳用パックにしました。

凍 30日 10切500g 1198円(税1294円) 通常税込1393円

秋鮭(北海道)



20 中津麻婆豆腐の素 2個組

鶏ガラからじっくりダシ取りをしました。豆腐、なすなどをお好みで加えて。

冷 24日 米 大小 200g×2 700円(税756円) 通常税込780円

豚肉(神奈川県)



22 豚バラ焼大根のたれ

大根と豚肉と一緒に炒めるだけ。醤油をベースにかきエキス調味料、チキンエキス、昆布エキス、ごま油などを加え、オイスターの風味香るうまみ深い味わいに仕上げました。1袋2~3人前。

冷 180日 米 大小 70g×2袋 220円(税238円)

茨城県



23 (月・火不可) ロースポーク パラスライス

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

脂と赤身が層になったバラ肉を厚さ3~3.5mmにスライスしました。

冷 6日 250g 515円(税556円)

茨城県

21 (月・火不可) 茨城牛(山方)牛豚合挽肉

茨城牛(山方)とロースポーク使用。風味の良さを併せ持った合挽肉。牛豚比率5:5。

凍 30日 250g 525円(税567円)

茨城県

24 愛知産しらす干し 徳用

大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をパック詰めしました。

凍 60g 290円(税313円)

いわし稚魚(愛知県)

【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
検出されなかった場合:	セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
茨城県	[放] ¹³⁷ Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合:	検出された数値を掲載
宮城県	[放] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ Cs=3.6
2種類とも検出された場合:	それぞれの検出値を掲載

1日1個で医者いらず (ふじ) **From 山形**

年明けのりんごでビタミンチャージ

蜜が入りやすい
パリッとした食感

必ず蜜が入るとは限りません。御了承ください

組合員さんからのクチコミ
1月1回供給のりんごふじ。めちゃめちゃ美味でした。生産者のお名前忘れましたが…また買いたいです。(取手市:Aさん)

甘み★★★★
酸味★
食感★★★★

おきたま興農舎・本田さん達 (山形県・高島町)

25 りんご(ふじ)
3玉 **420円**(税込**454円**)
山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

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。

完全した **From 小田原**

キウイフルーツは芳醇で美味

やわらかくとろけるような果肉から、甘さと酸味が絶妙なバランスで織りなす江川さんの「キウイフルーツ」。また熟度が高いと市場出荷→店頭へ並ぶ時間のかかる一般店では販売が難しく、追熟せずそのまま出荷しているケースが多いです。江川さんは長年愛用している自前の追熟施設で、1ヶ月以上に及び長期熟成をおこない、お届けしています。

樹にならして置き、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。

江川農園 (神奈川県・小田原市)

26 江川さんのキウイフルーツ
500g **450円**(税込**486円**)
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

大きさはピンポン玉 **甘みの強い大木さんの「中玉トマト」**

ミニトマトよりもやや大きい中玉トマト。品種は「フルティカ」といって、食べやすい大きさと中玉サイズでも甘い品種です。10年以上お付き合いのある大木正一さんから、現在は息子である陽介さんが引き継いでいます。

大木さん (茨城県・常総市)

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。

組合員さんからのクチコミ
とにかく美味しい! シーズン真っ只中になると、さらに甘くなり、まるでフルーツ。うっとりします…。(つくば市:1さん)

27 大木さんの中玉トマト
300g **368円**(税込**397円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9

【注意事項】必ずお読みください!

年始対応につき(●(曜日)不可)商品は該当曜日にお届けができません。御了承ください。

- (月・火不可) → 月・火コースお届け不可
- (月不可) → 月コースお届け不可

中村農芸・中村さん (茨城県・取手市)

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

無茶々園のみかん3kgは15ページ!

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**

29 1kg **380円**(税込**410円**)
30 5kg **1800円**(税込**1944円**)
神奈川県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

渥美農園(静岡県・浜松市) **渥美さんの温州みかん**

31 800g (7~13玉) **398円**(税込**430円**)
32 2kg **780円**(税込**842円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.3 <4.0

藤嶋さん達(熊本県・天草市) **天草エクセレント(無選別)**

7~12玉
33 700g(7~12玉) **598円**(税込**646円**)
熊本県

無農薬 **もっちりした食感と甘味が◎**

ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市) **ペルーバナナ**

38 約450~600g **310円**(税込**335円**)
ペルー(トゥンベス地域)

無農薬 **りん片バラでお届けする場合があります**

榎谷さん達(熊本県) **にんにく**

39 約100g **220円**(税込**238円**)
熊本県

年明けから値下げ

竹村さん(茨城県・かすみがうら市) **竹村さんのいちご**

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。

34 200g×2 **860円**(税込**929円**)
茨城県

無農薬 **3~4玉**

赤羽根さん(栃木県・壬生町) **赤羽根さんのキウイフルーツ**

有機JAS認証のキウイです。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ー詰まっています。

35 200g (3~4玉入り) **260円**(税込**281円**)
栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

安心の無農薬栽培レモン

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下さい。農薬無散布。

松永農園(静岡県・静岡市) **松永さんのレモン**

36 400g **410円**(税込**443円**)
37 1kg **824円**(税込**890円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

無農薬 **鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ**

イバラキ食品(茨城県・石岡市) **もやし**

筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。

43 250g **51円**(税込**55円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

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

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**

44 (月・火不可) 1玉 **250円**(税込**270円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

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

微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市) **長島さんのサニーレタス**

45 (月・火不可) 1玉 **170円**(税込**184円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

料理の薬味にどうぞ

大紀コープファームしょうが生産者グループ(奈良県) **しょうが**

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

40 100g **159円**(税込**172円**)
高知県

種類、お刺身、お肉にも!

作本さん達(熊本県・熊本市) **大葉**

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

41 10枚 **138円**(税込**149円**)
熊本県

無農薬

上野さん達(栃木県・上三川町) **ニラ**

栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農薬無散布。

42 1束(約100g) **130円**(税込**140円**)
栃木県

無農薬 **食べ応えのある大玉トマト**

初穀、鶏糞、米糠に島本微生物の酵素資材を加えたものを使用。減農薬栽培。

今村さん達(北海道・栗山町) **初恋スマートミニトマト**

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

47 約180g **276円**(税込**298円**)
北海道

無農薬 **微生農法の会・長島さん(茨城県・行方市)**

44 (月・火不可) 1玉 **250円**(税込**270円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

無農薬 **除草剤や化学合成肥料を使用せず、魚粉や堆肥などの有機肥料を使用して作りました。農薬無散布。**

メキシコ・ベストプロデューサー社 **アボカド**

49 1玉 **320円**(税込**346円**)
メキシコ

右田さん達(熊本県・芦北町) **ミニトマト**

有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。

46 約150g **220円**(税込**238円**)
熊本県

無農薬 **浅野さん(茨城県・常総市)**

51 浅野さんのほうれん草

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

51 1束(約200g) **190円**(税込**205円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

無農薬 **あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)**

52 チンゲン菜

軟らかくてクセがない中国野菜。サイズが小さい時は3株になる場合もあります。減農薬栽培。

52 2~3株 **142円**(税込**153円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

無農薬 **あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)**

53 小松菜

アク抜きせずに使って便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

53 1束(約150g) **150円**(税込**162円**)
茨城県

無農薬 **微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)**

54 微生物農法の会の小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

54 1束(約200g) **176円**(税込**190円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

無農薬 **木村農園(茨城県・つくば市)**

55 木村さんのターサイ

クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。

55 1株 **160円**(税込**173円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

寒い時季は薬物をたっぷり使ってお鍋はいかが?

無農薬 **中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)**

50 (月・火不可) 中村さんのベビーリーフ

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

50 40g **160円**(税込**173円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

無農薬 **浅野さん(茨城県・常総市)**

51 浅野さんのほうれん草

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

51 1束(約200g) **190円**(税込**205円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

無農薬 **あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)**

52 チンゲン菜

軟らかくてクセがない中国野菜。サイズが小さい時は3株になる場合もあります。減農薬栽培。

52 2~3株 **142円**(税込**153円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

無農薬 **あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)**

53 小松菜

アク抜きせずに使って便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

53 1束(約150g) **150円**(税込**162円**)
茨城県

無農薬 **微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)**

54 微生物農法の会の小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

54 1束(約200g) **176円**(税込**190円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

無農薬 **木村農園(茨城県・つくば市)**

55 木村さんのターサイ

クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。

55 1株 **160円**(税込**173円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

旬の白菜・キャベツをさらに美味しく♪

この時期は白菜最盛期。ビタミンやミネラルを多く含み、100g14~15Kcalと低カロリーなので、カロリーも気にする方にもおすすめです。



木村農園 (茨城県・つくば市)

56 木村さんの白菜

漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね焼きも美味。減農薬栽培。

1個 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5



岡安さん達 (愛知県・幸田町)

57 芽キャベツ

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。

約130g 210円(税込227円) 愛知県



木村農園 (茨城県・つくば市)

58 木村さんのキャベツ

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。

1玉 183円(税込198円) 茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.4

天然の“スイーツ”はいかが？



あゆみの会 白鳥平じいも生産組合 (茨城県・銚田市)

59 干しいも

あゆみの会羽成さん達より。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。減農薬栽培。

150g 540円(税込583円) 茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.9



さんさんファーム・宮下さん達 (長野県・松川町)

60 干し柿(市田柿)

表面の白い粉はカビではなく糖分で、主としてブドウ糖です。1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。

7~8個200g 780円(税込842円) 長野県

畑 地場の有機野菜セット 新規契約者募集中です!

無農薬野菜セット				
①	清水さんの野菜セット 7~9品目	1270円(税込1372円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	清水さんの野菜セット 5~6品目	910円(税込983円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	清水さんの野菜セット 3~4品目	635円(税込686円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	宇治田さんの野菜セット 6~8品目	1838円(税込1985円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	天池さんの野菜セット 5品目	940円(税込1015円)		
②	毎週 隔週 4週に1度	お試し		
①	微生物農法の会野菜セット 5~6品目	1250円(税込1350円)		
②	隔週	お試し		

野菜セットの契約を申し込みます
①ご希望の野菜セット、②配達週・毎週隔週4週に1度・お試しに○をつけて、注文書と一緒に提出ください。

組合員番号 _____
お名前 _____
お届け開始回 月 回~



石毛さん (千葉県・旭市)

61 きゅうり

農業使用を徐々に減らしながら、有機肥料資材を使用しています。そのままでも、サラダにもどうぞ。減農薬栽培。

3本 230円(税込248円) 千葉県



福山さん達 (宮崎県・新富町)

62 ピーマン

肉詰めで、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g 194円(税込210円) 宮崎県



井上さん (埼玉県)、岩下さん達 (熊本県)

63 サラダスナップ

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薬使用を最小限に。

約100g 263円(税込284円) 埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

64 (月・火不可) ブロッコリー

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

1個 276円(税込298円) 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



井上さん (埼玉県・美里町)

65 深谷ネギ (根深白ネギ)

白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。

約350g 240円(税込259円) 埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



上野さん達 (栃木県・上三川町)

66 長ねぎ

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

500g 220円(税込238円) 栃木県 [放] 不検出 <4.1 <3.7



微生物農法の会・高柳さん (茨城県・行方市)

67 (月・火不可) 高柳さんのれんこん

歯ざわりが良く、それでいてム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。

400g 480円(税込518円) 茨城県 [放] 137Cs=4.9



木村農園 (茨城県・つくば市)

68 木村さんのかぶ

ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

1束(4~5玉) 183円(税込198円) 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)

69 (月・火不可) 大和田さんのさつまいも

品種は紅はるか又はシルクスweet。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。

500g 220円(税込238円) 茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.4



あゆみの会・村野さん達 (鹿児島県・中種子町)

70 みつき(安納紅)

安納手は種子島だけで作られている甘みの強いさつまいもです。ねっとりした食感が特長的です。減農薬栽培。

500g 400円(税込432円) 鹿児島県



新村さん達 (鹿児島県・大崎町)

71 かぼちゃ(カット)

エビス主体にお届けします。煮物、ソテー等に。減農薬栽培。

600g前後 554円(税込598円) 鹿児島県



三須さん達 (千葉県・富里市)

72 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) 190円(税込205円) 千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



木村農園 (茨城県・つくば市)

73 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やさんばりに。減農薬栽培。

400g 192円(税込207円) 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.8



木村農園 (茨城県・つくば市)

74 木村さんの里芋

肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。

800g 298円(税込322円) 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.6



浅野さん (茨城県・常総市)

75 浅野さんの人参

風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬使用は夜盗虫大量発生時のみ。

500g 174円(税込188円) 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.5



木村農園 (茨城県・つくば市)

76 木村さんの黒田5寸人参

収量が少なく作付けする農家が減っている品種です。やわらかくて美味しいと好評です。減農薬栽培。

1kg 218円(税込235円) 茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.9



渡部さん (北海道・上士幌町)

77 メークイン

舌触りが「男爵」のようなさらさらした感じではなく滑らかで、ほんのりと甘みがあります。農薬無散布。

1kg 290円(税込313円) 北海道



まごころの里 (北海道・美幌町)

78 ジャガイモ(サッシー)

澱粉質で食味に優れ、ホクホクしています。煮くずれしにくく、芽が出にくいのが特長。減農薬栽培。

700g 200円(税込216円) 北海道



渡部さん (北海道・上士幌町)

79 じゃがいも

1kg 280円(税込302円)

80 3kg 800円(税込864円) 北海道

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。



まごころの里 (北海道・栗山町)

81 玉ねぎ

1kg 210円(税込227円)

82 3kg 598円(税込646円) 北海道

きのこ 年々年始 食べすぎた体をリセット

きのこ類は、総じて食物繊維が豊富で低カロリー。きのこをとり入れて、体スッキリを目指しましょう。



山田さん (茨城県・つくば市)

83 山田さんのしめじ

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

200g 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



丸金 (長野県・長野市)

84 えのき茸

200g 208円(税込225円)

85 ブラウン えのき茸 200g 218円(税込235円) 長野県



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

86 エリンギ

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

100g 261円(税込282円) 三重県



村上さん (栃木県・高根沢町)

87 舞茸

100g 196円(税込212円) 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



安田さん (福島県・郡山市)

88 安田さんのなめこ

独自の栄養素をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。

70g 115円(税込124円) 福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

89 飯泉さんの生しいたけ

100g 210円(税込227円) 茨城県



原本栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものは風味・香り共に違います。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。

90 B品

200g 225円(税込243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。

胃腸をいたわる からだあったまる 大根とまぐろつみれの生姜煮



◆材料
 「まぐろつみれ」
 …… 200g(10個)
 大根 …… 10cm
 人参 …… 1/2本
 小松菜 …… 1束
 生姜 …… 1片
 水 …… 3カップ
 【A】 醤油、みりん …… 各大さじ3

◆作り方
 ① 大根と人参は5mm厚のいちょう切りにし、小松菜は4cm程度の長さで切ります。しょうがは千切りにします。
 ② 鍋に水、①の野菜、「まぐろつみれ」(冷凍のまま)を入れて、火が通るまで煮ます。
 ③ 【A】を加え、約5分煮て出来上がりです!

まぐろのスジ部分は、熱を加えると柔らかくなり旨味もたっぷり。山芋を加え、ふんわり柔らかかつみれです。

加熱すると軟らかく、旨味が濃いスジ部分を使用しました。中華スープの具材、煮物、揚げ物などでどうぞ。



マストミ (徳島県・徳島市)
91 まぐろつみれ
 凍 30日 卵 大小 10個200g **365円** (税込 **394円**) 通常税込 **410円**
 めばちまぐろ (台湾)

新春にピッタリ! 桜葉香る新春の1皿



長崎産の真サバを三枚におろし、塩水に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り上げました。
 島源商店 (静岡県・伊東市)
92 真サバ桜葉香仕上げ
 凍 45日 2枚160g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**
 真さば (長崎県)

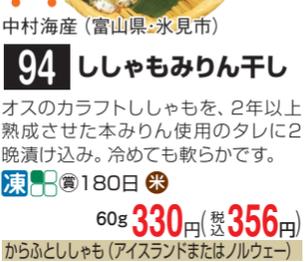


静岡・伊東産のカマスと桜葉のいいコンビ
 静岡県伊東産のカマスを開き、塩汁に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り上げました。
 島源商店 (静岡県・伊東市)
93 伊豆のカマス 桜葉香仕上げ
 凍 45日 2枚110g **350円** (税込 **378円**)
 カマス (静岡県)

さつとあぶって カルシウム補給に



中村海産 (富山県・氷見市)
94 ししゃもみりん干し
 オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込み。冷めても軟らかです。
 凍 180日 60g **330円** (税込 **356円**)
 からふとししゃも (アイスランドまたはノルウェー)



高木商店 (千葉県・南房総市)
100 北海道産真ほっけ 開き一沙干し
 北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。
 凍 180日 3枚400g **480円** (税込 **518円**)
 真ほっけ (北海道)

冷凍のまま加熱してください

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
95 国内産冷凍あさり (増量)
 熊本、愛知、三重、千葉の4産地から季節に合わせてお届け。手作業で選別し若干の熱処理後、凍結しました。
 凍 30日 200g+20g **386円** (税込 **417円**)
 あさり (熊本県、愛知県、三重県、千葉県)

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
96 徳用 酒沼のしじみ (冷凍)
 有数のやまとしじみの産地、酒沼(ひぬま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。
 凍 30日 500g **765円** (税込 **826円**)
 しじみ (茨城県) [放] 不検出<3.6<3.8

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
97 広島県産 冷凍かき
 広島県産の新鮮なかきを急速凍結しました。鍋、グラタン、ソテーなど幅広く使えます。
 凍 90日 300g **730円** (税込 **788円**)
 かき (広島県)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
98 子持ちからふとししゃも
 ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大きいサイズのものをお届けします。
 凍 180日 7~12尾 150g **298円** (税込 **322円**) 通常税込 **346円**
 からふとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)

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

高木商店 (千葉県・南房総市)
100 北海道産真ほっけ 開き一沙干し
 北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。
 凍 180日 3枚400g **480円** (税込 **518円**)
 真ほっけ (北海道)

中村商店 (北海道・函館市)
101 生干いか
 北海道で水揚げされたすめいかを鮮度の良い物だけ厳選し塩のみで干しあげました。焼きすぎにご注意!
 凍 90日 1枚 **375円** (税込 **405円**)
 すめいか (北海道)

まるしち水産 (千葉県・大網白里市)
102 真いわし丸干し(大)
 千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。
 凍 30日 3尾約300g **398円** (税込 **430円**)
 真いわし (千葉県) [放] 不検出<3.6<3.9

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
103 朝食用 近海真あじ開き
 九州近海産の真あじを開き、塩のみで仕上げました。朝食用にちょうどいい大きさです。
 凍 30日 3枚220g **438円** (税込 **473円**)
 真あじ (九州近海)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
104 無頭さんま開き (中骨取り)
 北海道沖で漁獲したさんまの頭、中骨を除去し、開き加工しました。解凍後、グリル等で焼いて下さい。
 凍 180日 4枚220g **448円** (税込 **484円**)
 さんま (北海道)

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
105 寒さばフィーレ みりん干し
 長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりひと晩漬けて、天日で干し上げました。
 凍 30日 2枚160g以上 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **538円**
 真さば (長崎県)

京都やま六 (京都府・京都市)
106 さわら西京漬
 東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。
 凍 60日 2切140g **435円** (税込 **470円**) 通常税込 **484円**
 さわら (韓国)

京都やま六 (京都府・京都市)
107 紅鮭西京漬
 紅鮭を、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。
 凍 60日 2切150g **598円** (税込 **646円**)
 紅鮭 (ロシア)

京都やま六 (京都府・京都市)
108 かわいい柚子こしょう 味噌漬
 白身で脂ののったからすかいたを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。柚子こしょうがきいています。
 凍 60日 2切140g **570円** (税込 **616円**)
 からすかいた (デンマーク)

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)
109 銀だら味噌漬
 アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。
 凍 180日 2切120g **398円** (税込 **430円**) 通常税込 **464円**
 銀だら (アメリカ)

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)
110 三陸産天然ぶり 生姜醤油漬
 三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けこみました。
 凍 180日 3切180g **398円** (税込 **430円**)
 ぶり (三陸南部沖) [放] 不検出<3.8<2.9

使った感想募集中!
料理の名人 (万能調味タレ)
 少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。アレンジして、わが家の味を見つけて下さい。
 凍 60日 250cc **498円** (税込 **538円**) 通常税込 **562円**

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
112 寒さわら切身(無塩)
 五島列島、済州島海域で漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身に。無塩なのでアレンジ自在です。
 凍 30日 約70g x 2 **535円** (税込 **578円**) 通常税込 **594円**
 さわら (五島列島、済州島海域)

鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
113 寒さばフィーレ (無塩)
 長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。
 凍 30日 片身2枚 200g前後 **390円** (税込 **421円**)
 真さば (長崎県、佐賀県)

マストミ (徳島県・徳島市)
114 まぐろカプト肉切身
 DHAが豊富なめばちまぐろ頭部の肉です。脂分が多く、煮ても焼いても軟らかです。※台湾船籍の船で漁獲
 凍 30日 300g **370円** (税込 **400円**)
 めばちまぐろ (太平洋)

つかさ食品 (千葉県・南房総市)
115 バクッと食べられるさんまみりん醤油漬
 国産の脂のりの良いさんまを厳選し、国産大豆醤油と濃口醤油をブレンドしたみりん醤油に漬け込みました。
 凍 180日 6~7枚160g **398円** (税込 **430円**)
 さんま (国内産)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
118 ロシア産紅鮭切身 (中辛)2切
 東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。
 凍 180日 2切140g **380円** (税込 **410円**)
 紅鮭 (ロシア)

千倉水産加工販売 女川工場 (宮城県・女川町)
116 さんま糖漬け
 国内産(主に北海道沖漁獲)のさんまの頭、内臓を除去し、塩のみでこしらえた糖床に漬け込みました。
 凍 180日 4尾230g **428円** (税込 **462円**)
 さんま (国内産)

トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
119 ロシア産紅鮭切身 (甘塩)
 ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。
 凍 180日 3切165g **498円** (税込 **538円**)
 紅鮭 (ロシア)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
117 脂ののった真いわし三枚おろし
 入梅時期に千葉県沖で漁獲される大羽いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結しました。
 凍 180日 6~10枚200g **370円** (税込 **400円**)
 真いわし (千葉県) [放] 不検出<3.4<3.7

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

お弁当、夕食のあと1品に



120 フライパンでできる
白身魚の蒲焼風
北海道産のすけそうだらをカットし、パリッと仕上がるでんぶん主体の粉をまぶしました。甘めのタレ付き。
凍 90日 米 大 小
210g(卵付魚180g+タレ30g) **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **538円**
すけそうだら(北海道)



121 ごはんがすすむ!
さんま蒲焼(タレ付)
主に北海道産で漁獲したさんまを半分は切り、国産小麦粉をまぶし蒲焼用のタレを添付しました。
凍 90日 米 大 小
6~8枚160g+タレ50g **460円**(税込 **497円**)
さんま(国内産)



122 フライパンで簡単!
いわし竜田揚
境港産の真いわしを、国産丸大豆醤油で下味を付け、北海道産ばれいしょでん粉で粉付けしました。
凍 90日 米 大 小
7~10枚160g **380円**(税込 **410円**)
真いわし(鳥取県)

湯煎で簡単



煮汁の原料(共通)

醤油(国産大豆、国産小麦)、砂糖、発酵調味料、酒、片栗粉、生姜、昆布

ひと口サイズで食べやすい!



タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
123 モツタイナイ魚・めかじき切落とし煮付
凍 90日 米 大 小

100g(固形60g)×2袋 **398円**(税込 **430円**)
めかじき(太平洋)

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。



タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
124 ふっくら煮魚 まぐろコマ煮付
まぐろのコマ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。湯煎で。
凍 90日 米 大 小
250g **430円**(税込 **464円**)
まぐろ(太平洋)



タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
125 ふっくら煮魚 八戸前沖さば煮付
脂のりの良い「八戸前沖さば」を、オリジナルの無添加タレで煮付けました。湯煎で食べられます。
凍 90日 米 大 小

通常のさばの脂質は12%前後なので、「八戸前沖さば」はかなり高脂質と言えます。

100g(固形60g)×2 **380円**(税込 **410円**)
さば(青森県)



マストミ(徳島県・徳島市)
126 まぐろ漬け丼用(メバチマグロ)
鮮度の良いメバチマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に良く合います。
凍 30日 米 大 小
70g×2 **528円**(税込 **570円**) 通常税込 **583円**
メバチマグロ(太平洋)



札幌中一(北海道・札幌市)
127 秋鮭漬け丼
北海道産の秋鮭を醤油ベースのオリジナルのタレに漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、ご飯にのせて。
凍 90日 米 大 小
160g(80g×2) **750円**(税込 **810円**)
秋鮭(北海道)



マストミ(徳島県・徳島市)
128 かつお味噌漬丼
大型でもっちりとした良質の鰹に、鰹節と昆布のダシ汁を加えた特製味噌だれを合わせました。
凍 20日 米 大 小
80g×2 **498円**(税込 **538円**)
かつお(太平洋)



マストミ(徳島県・徳島市)
129 つぶつぶまぐろ丼セット
太平洋で漁獲しためばちまぐろを使用し、つぶつぶ感を残してネギトロ用に加工しました。*台湾船籍船漁獲
凍 20日 米 大 小
50g×2、タレ20g×2 **560円**(税込 **605円**)
めばちまぐろ(太平洋)



共和水産(岩手県・宮古市)
130 三陸岩手いわしの糸造り
凍 180日
80g **448円**(税込 **484円**)
するめいか(三陸)



千倉水産加工販売(千葉県・南房総市)
133 しめさば
国内産(主に三陸沖)のさばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍の状態でご確認ください。
凍 180日 米 大 小
2枚210g **485円**(税込 **524円**)
さば(国内産)



札幌中一(北海道・札幌市)
131 訳あり帆立貝柱
北海道産の帆立貝柱の割れ品。見た目が欠けているだけで鮮度は抜群です。解凍してそのままお刺身でも。
凍 90日
200g **750円**(税込 **810円**)
帆立貝柱(北海道)



房州千葉の郷土料理
カネヨシ水産(千葉県・九十九里町)
134 いわしごま漬
かたくいわしの頭、内臓を除去して酢漬けにし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。
凍 90日 米 小
100g **280円**(税込 **302円**)
かたくいわし(千葉県) [放]不検出<3.1<3.9



松岡水産(千葉県・銚子市)
132 北海道さけスモークサーモン
北海道産の秋鮭を塩のみで味付け。素材の旨味を生かす為、桜のチップを使い、「冷燻方式」で仕上げました。
凍 180日
40g×2 **480円**(税込 **518円**)
秋鮭(北海道)



時季限定
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
135 かにとえびのやわらかしんじょ
蟹と海老を白身魚のすり身などと合わせ、ふんわりとしたしんじょに仕上げました。*山芋が入っています
凍 180日 米 卵 小
6個180g **415円**(税込 **448円**)
かに(国内産)

~お正月明け~備えて安心



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
136 天然むきエビ(特大)
マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然えびを、現地工場が急速バラ凍結した1回凍結品です。
凍 90日 米 大 小
160g **548円**(税込 **592円**)
えび(マレーシア)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
137 エビホタテミックス
天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出して便利です。
凍 90日 米 大 小
200g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **454円**
えび(ミャンマー)、ほたて(北海道、青森県)



共和水産(岩手県・宮古市)
138 三陸産するめいかつば抜き
三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してつば抜きにしました。炒め物、煮物などに。
凍 90日 米 大 小
3~6枚230g **410円**(税込 **443円**)
するめいか(岩手県、青森県) [放]不検出<3.8<3.9



油調済みお弁当にもぴったり!
桃屋食品(北海道・札幌市)
139 チーズ入り鮭フライ
北海道産の秋鮭にチーズをはさみ衣をつけて揚げました。トースターや電子レンジで凍ったまま温めて下さい。
凍 90日 米 卵 小
2枚120g **560円**(税込 **605円**)
秋鮭(北海道)



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
140 たらこ(切れ子)
ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬け、パスタの具材などに。
凍 90日 米 小
55g **298円**(税込 **322円**)
すけそうだらの卵(ロシア)



鍋に、みそ汁に!
日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたたき身です。
とれとれいわし(タタキ身)
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
141 とれとれいわしたたき身
凍 120日
300g(150g×2) **398円**(税込 **430円**)
いわし(鳥取県、千葉県、他) [放]不検出<3.8<3.9

大根をおろすと、たくさん食べられます! 胃にもやさしい鍋です

- ◆材料(3~4人分)
大根おろし 1/2本
豚肉 300g
豆腐 半丁
水菜 1株
ネギ 1本
しいたけ 4個
白だし 100ml
水 1000ml
酒 大1
塩、しょう油 適量



みぞれ鍋



- ◆作り方
① 豚肉、野菜は食べやすい大きさに切る。
② 大根をすりおろして、ざるなどで水気を切っておく。
③ 鍋に水と調味料を入れて、沸いてきたら豚肉、野菜を煮込む。
④ 具材が煮えてきたら、大根おろしを入れて塩で味を調える。

切り取ってご活用ください

- ◆今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
11 三浦大根
17 ロースポーク ロースしゃぶしゃぶ用
530 白だし

栄養満点の葉っぱも食べないともったいない!

- ◆材料
大根の葉 1本分
ゴマ油 大1~2
酒 大2
みりん 大2
しょう油 大2
きざみ揚げ お好み
しらす干し お好み
かつお節 2パック
ごま 大2



- ◆作り方
① 大根の葉はきれいに洗って、細かく刻む(さっと下茹ですると、刻みやすい)。きざみ揚げも細かく刻む。
② フライパンにごま油を熱して、刻んだ葉を強火で炒める。
③ しんなりしてきたら中火にし、きざみ揚げ、しらす干しを入れてさらに炒め、酒、みりん、しょう油を入れる。
④ 味がなじんできたら、最後にかつお節とごまを入れて水気がなくなるまで炒める。

切り取ってご活用ください

- ◆今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
11 三浦大根
12 きざみ揚げ
24 しらす干し

具材はお好みで入れてください

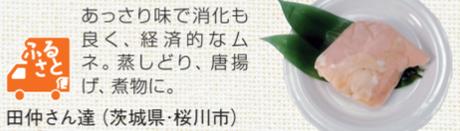
お正月で疲れた胃腸を
いたわりましょう

中華粥

- ◆材料
- 米……………カップ1と1/2
 - 水……………カップ7
 - だし汁……………カップ1
 - 鶏ムネ肉……………200g
 - 干しエビ……………15g
 - 干しいたけ……………5枚
 - 切り三つ葉……………少々
 - 中華クック……………小1
 - 塩……………小1
 - ごま油……………少々



- ◆作り方
- 洗った米と分量の水を鍋に入れ火にかける。
 - 鶏肉は皮を除き細切り、干しいたけと干しエビはぬるま湯で戻し、しいたけは細切りにする。戻し汁はだし汁として使う。三つ葉は2cm位のざく切りにする。
 - ①に鶏肉、干しいたけ、干しエビ、だし汁、中華クックとりがらと帆立の風味をいれ、アクを取ってから弱火で20分煮る。
 - 塩で味を調え、三つ葉とごま油をまわし入れ火を止める。



あっさり味で消化も良く、経済的なムネ。蒸しどり、唐揚げ、煮物に。

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

142 つくば茜鶏 ムネ

凍 賞6日 300g **360円(税込389円)** 通常税込400円

茨城県

豚肉

- ・中津ミート：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ・ローズポーク：茨城県の銘柄豚です。飼育期間は約6か月。

中津ミートの豚肉は
今回お休みです
1月2回からは
通常通り企画します

ご注文にあたっての
注意事項
(月・火不可)
年始対応につき月・火コース
のお届けが出来ません。
何卒ご了承ください



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

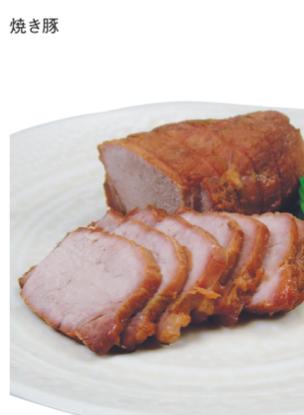
**143 (月・火不可) ローズポーク
バラブロック 300g**

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷 賞6日

300g **580円(税込626円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**144 (月・火不可) ローズポーク
肩ブロック**

味の濃い部位。焼き豚を作るのに最適。じっくり煮込む料理にも。

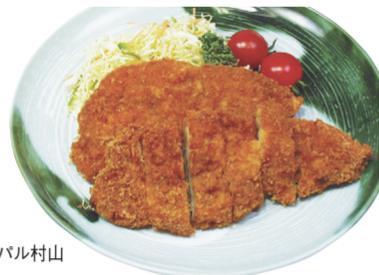
冷 賞6日

400g **610円(税込659円)**

茨城県



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。



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

145 (月・火不可) ローズポーク肩ロース切身

冷 賞6日

2枚200g **470円(税込508円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**146 (月・火不可) ローズポーク
肩スライス**

脂身の少ない、味の濃い部位です。すじ切りして。厚さ3mm。

冷 賞6日

300g **460円(税込497円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**147 (月・火不可) ローズポーク
モモしゃぶしゃぶ用**

赤身主体部位であるモモ肉をしゃぶしゃぶ用に薄くスライスしました。厚さ1mm。

冷 賞6日

250g **480円(税込518円)** 通常税込529円

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**148 (月・火不可) ローズポーク
モモスライス**

赤身主体部位であるモモ肉をスライスしました。厚さ3mm。

冷 賞6日

250g **490円(税込529円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**149 (月・火不可) ローズポーク
モモ赤身カレー用**

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

冷 賞6日

200g **390円(税込421円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**150 (月・火不可) ローズポーク
小間切**

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚「ローズポーク」を生産者限定でお届けします。

冷 賞6日

150g×2 **390円(税込421円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**151 (月・火不可) ローズポーク
徳用小間切**

たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。

冷 賞6日

200g×2 **510円(税込551円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

152 (月・火不可) ローズポーク挽肉

茨城県の銘柄豚「ローズポーク」の挽肉。赤身率8割です。

凍 賞30日

300g **460円(税込497円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**153 (月・火不可) ローズポーク
小間切(タレ付)**

冷 賞14日 賞6日

250g **415円(税込448円)** 通常税込459円

茨城県



ローズポークの豚小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。



JA全農いばらき(茨城県)野口商店

154 豚挽肉(バラ凍結)

茨城県の銘柄豚、ローズポークを使用。使いやすいバラ凍結品。赤身率8割です。

凍 賞90日

400g **650円(税込702円)**

茨城県

鶏肉

・つくば茜鶏：動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼い鶏です。Non-GMO、PHFの飼料を与えます。飼育期間は約80日(一般的には55日)。



田仲さん達(茨城県・桜川市)

14 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりと肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。

凍 賞180日

300g **480円(税込518円)** 通常税込529円

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

**155 つくば茜鶏
ムネモモ小間切**

凍 賞180日

250g **480円(税込518円)** 通常税込529円

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

**156 つくば茜鶏
ムネモモ唐揚げ用**

ムネ肉とモモ肉を唐揚げ用にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 賞180日

250g **490円(税込529円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

157 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。塩焼き、唐揚げに。だしがでるので煮物にも。

凍 賞180日

400g **525円(税込567円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

158 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日

400g **525円(税込567円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

159 つくば茜鶏 ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茹でてサラダに。バラ凍結。

凍 賞180日

300g **560円(税込605円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

160 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 賞180日

250g **240円(税込259円)**

茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)

161 つくば茜鶏 挽肉

凍 賞180日

500g **640円(税込691円)** 通常税込713円

茨城県



ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

牛肉

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



福永産業(福岡県・遠賀町)

**162 鹿児島 坊津黒牛
切り落とし**

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

凍 賞30日

170g **690円(税込745円)**

鹿児島県



福永産業(福岡県・遠賀町)

163 国産牛小間切

肉じゃが、カレー、シチューなどの煮物、炒め物、焼肉と幅広く使えます。ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g **445円(税込481円)**

福岡県、大分県



福永産業(福岡県・遠賀町)

164 国産牛挽肉

福岡県、大分県の3名の生産者のホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。

凍 賞30日

200g **390円(税込421円)**

福岡県、大分県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**165 茨城牛(山方)
モモスライス**

山方のF-1牛の赤身のやわらかいモモ肉を、拍子木切りにしやすい厚さにスライスしました。

冷 賞6日

200g **1100円(税込1188円)**

茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**166 茨城牛(山方)
切り落とし**

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

冷 賞6日

200g **645円(税込697円)**

茨城県

お弁当やランチに大活躍♪



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
167 鎌倉 あらびきウインナー×2
 無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。
 冷蔵 賞15日
 85g×2 **340円(税込367円)** 通常税込378円
 豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

中津ミート(神奈川県・愛川町)
168 中津ミートのハンバーグ(ミニ)
 牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。
 凍蔵 賞180日 卵乳小
 180g(30g×6) **325円(税込351円)** 通常税込362円
 豚肉(神奈川県)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
169 鎌倉 ロースハム スライス×2
 ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。
 冷蔵 賞15日
 60g×2 **480円(税込518円)** 通常税込540円
 豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
170 鎌倉 バラベーコン スライス×2
 豚バラを塩漬け、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。
 冷蔵 賞15日
 85g×2 **540円(税込583円)** 通常税込605円
 豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.5 <4.7

中津ミート(神奈川県・愛川町)
171 中津豚 ロースステーキ 香味焼用
 豚ロースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。ご家庭で焼いてお召上がり下さい。
 凍蔵 賞180日 小
 80g×2 **505円(税込545円)** 通常税込556円
 豚肉(神奈川県)

畜産加工品

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

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
172 鎌倉 マイルドポーク ウインナー×2
 焼き塩を使用しているため塩加減がとれてマイルドに仕上がっています。
 冷蔵 賞10日
 94g×2 **335円(税込362円)**
 豚肉(国内産) [放] 不検出 <4.4 <4.1

中津ミート(神奈川県・愛川町)
173 ボロニアソーセージ スライス(レッドベル)
 豚肉の旨味と自社指定ブレンド香辛料、レッドベルペッパーミックスの甘みの組み合わせが絶妙です。
 凍蔵 賞180日
 120g **340円(税込367円)**
 豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)
174 中津ミートのハンバーグ
 200g(100g×2) **360円(税込389円)**
 豚肉(神奈川県)

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。飽きのこないシンプルなおいしさのハンバーグです。
175 中津豚レバーの唐揚げ(衣つき)
 凍蔵 賞180日 米大 小 125g **330円(税込356円)**
 豚レバー(神奈川県)

レバーが苦手な方にもおすすめ
 自社牧場で育てた豚のレバーを醤油味のタレに漬け込み、衣をつけました。凍ったまま油で3~4分揚げてどうぞ。
176 つくば 蕎麦 蒸し焼きスライスチキン
 つくば蕎麦のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。
 凍蔵 賞180日 乳
 160g **340円(税込367円)** 通常税込378円
 鶏肉(茨城県)

実はたくさん入ってます!

市販のサラダチキンは添加物がいっぱい

コンビニ各社が「サラダチキン」という商品名で売り出している蒸し(茹で)鶏ムネ肉。サラダチキンは「高たんぱく・低カロリーヘルシー食材」。しかも「柔らかくて美味しい!」と評判で人気を集めています。ただ、原材料を見てみると…

原材料(一例)
 鶏むね肉、食塩、醸造酢、香辛料、チキンパウダー、卵白粉、脱脂粉乳、小麦粉、砂糖、粉末しょうゆ、酵母エキス、マルトデキストリン、加工澱粉、ポリリン酸Na、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、グリシン、香料

対して**蕎麦スライスチキン**は…

原材料
 ムネ肉、塩、ガラスープ(自社製)、乳清たん白

結論
せっかくのヘルシー食材、どうせ食べるならシンプルな物がいいですね!

中津ミート(神奈川県・愛川町)
177 中津豚レバー焼肉用(味付)
 自社牧場で育てた豚のレバー(肝臓)を、オリジナルのタレに漬けました。そのまま焼いてどうぞ。
 凍蔵 賞120日 米大 小
 200g **324円(税込350円)**
 豚レバー(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)
178 中津麻婆豆腐の素(甘口)
 200g **375円(税込405円)**
 豚肉(神奈川県)

田仲さん達(茨城県・桜川市) **179 つくば 蕎麦 親子丼の素 2袋**
 つくば蕎麦を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。玉ねぎを加えて煮込み、卵でとじてどうぞ。
 凍蔵 賞180日 米大 小
 130g(鶏肉40g タレ90g)×2 **300円(税込324円)**
 鶏肉(茨城県)

牛乳・卵

- サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛づくりにこだわり、生乳の生産から加工まで一貫しておこなっています。
- 卵: 飼料は non-GMO (非遺伝子組換え)、抗生物質や抗菌剤など使用しないものを与えています。

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。
5 サツラク牛乳
 冷蔵 賞15日 乳
 1ℓ **250円(税込270円)**
 生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

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。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。
3 サツラク低温殺菌牛乳
 冷蔵 賞届いて3日 乳
 1ℓ **302円(税込326円)**
 生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

鈴木牧場の商品は今週はお休みです。1月2回から通常通り企画します

ヨーグルトの内フタ(白い物)は必ず取り除いてください。

ヨーグルト、牛乳の瓶はきれいに洗って返却をお願いします。

看板牛(クリステータ)

ご協力よろしくお願いします!

組合員の皆さんへお願い
 鈴木牧場では、ヨーグルトや牛乳の瓶をリユースしています。返却する時は左記の点にご注意ください。

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。
9 サツラク低脂肪牛乳
 冷蔵 賞15日 乳
 500ml **146円(税込158円)**
 生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

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。
4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)
 冷蔵 賞届いて10日 乳
 1ℓ **219円(税込237円)**
 生乳(北海道)

北海道十勝産の生乳を50%以上使用。砂糖、ブラジル産コーヒー、乳製品のみで作りました。
180 よつ葉ミルクコーヒー
 冷蔵 賞届いて6~10日 乳
 1ℓ **277円(税込299円)**
 生乳(北海道)

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)
7 八郷の卵
 全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物(とうもろこし・大豆等)を鶏に与えています。
 冷蔵 賞11日 卵
 10個 **236円(税込255円)**
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

宇治田農場(茨城県・石岡市)
8 宇治田さんの平飼卵
 多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬・抗生物質不使用。
 冷蔵 賞7日 卵
 6個 **330円(税込356円)**
 茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

有機農業の循環の中から産まれた卵です
 卵パックは再利用します必ずお返し下さい
 天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)
契約「やさとの仲間」平飼卵
 開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。
 冷蔵 賞6日 卵 入り **330円(税込356円)**
 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

181 よつ葉 プレーンヨーグルト

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

冷蔵 賞味12日後 乳

400g **230円**(税込 **248円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3



サツラク農協 (北海道・札幌市)

182 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン)

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

冷蔵 賞味18日 乳

500g **265円**(税込 **286円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



サツラク農協 (北海道・札幌市)

183 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)

11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)

冷蔵 賞味18日 乳

80g×3 **212円**(税込 **229円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



日本生活協同組合連合会

184 CO乳酸ドリンク

65ml×10本入

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷蔵 賞味15日 乳

65ml×10 **178円**(税込 **192円**)

[放] 不検出 <3.4 <4.1



モンテール (東京都・足立区)

185 牛乳と卵のデザートワッフル

自家製カスタードクリームとホイップクリームのミックスを、ワッフルで包みました。

冷蔵 賞味4日 卵 乳 大小

4個 **227円**(税込 **245円**)

[放] 不検出 <3.4 <3.6



茨城乳業 (茨城県・石岡市)

186 タマゴプリン

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

冷蔵 賞味14日 卵 乳

85g×3 **235円**(税込 **254円**)

牛乳・卵(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

187 豆乳ぶりん 抹茶

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。

冷蔵 賞味30日 卵 大

80g×4 **298円**(税込 **322円**)

豆乳(国内産)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

188 豆乳ぶりん 黒ごま

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

冷蔵 賞味30日 卵 大

80g×4 **298円**(税込 **322円**)

豆乳(国内産)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

189 よつ葉 シュレットチーズ

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

冷蔵 賞味90日 乳

250g **575円**(税込 **621円**)

生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

190 よつ葉北海道十勝スモークチーズ

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

冷蔵 賞味180日 乳

45g **210円**(税込 **227円**)

生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

191 よつ葉北海道バター 加塩

北海道産生乳100%の加塩バターです。

冷蔵 賞味180日 乳

150g **298円**(税込 **322円**)

生乳(北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

192 パンにめりやすい よつ葉バター&ひまわりオイル

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

冷蔵 賞味90日 乳

120g **358円**(税込 **387円**)

生乳(北海道)

大豆加工品

- ・国産大豆 100% 使用。
- ・豆腐は海水にがりで固め、消泡剤も不使用です。

今回、おかべやの商品はもめん豆腐ときぬ豆腐だけになります。次回からは通常通り企画します

大豆加工品



195 もめん豆腐

国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

冷蔵 賞味4日 大

300g **176円**(税込 **190円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



196 きぬ豆腐

国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

冷蔵 賞味4日 大

300g **165円**(税込 **178円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



197 絹とうふ(充填豆腐)

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

冷蔵 賞味30日 大

300g×3 **395円**(税込 **427円**)

大豆(青森県,秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4



198 押し豆腐

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

冷蔵 賞味21日 大

220g **235円**(税込 **254円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



201 ねぎ入り具だくさんがんも

丸和の豆腐生地に、人参、ごぼう、長ネギ、生姜、切昆布、黒ごまなど具材をたくさん加えました。

冷蔵 賞味5日 大

80g×2 **320円**(税込 **346円**) 通常税込 **356円**

大豆(国内産)



おかべや (神奈川県・相模原市)

193 おかべや 宴もめん

国産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。

冷蔵 賞味5日 大

330g **189円**(税込 **204円**)

大豆(国内産)



おかべや (神奈川県・相模原市)

194 おかべや 雅きぬ

国産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。高濃度豆乳なので大豆の旨味が味わえます。消泡剤無添加。

冷蔵 賞味5日 大

330g **189円**(税込 **204円**)

大豆(国内産)



199 ゆず寄せ豆腐

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。

冷蔵 賞味4日 大

200g **240円**(税込 **259円**)

ゆず(愛媛県) [放] 不検出 <1.0 <1.0



200 油揚げ

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

冷蔵 賞味6日 大

3枚 **165円**(税込 **178円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



204 味付きつねがんも

具だくさんのがんもを油揚げで包み、自社製造の合わせだしで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷蔵 賞味30日 米 大 小 4個

4個 **320円**(税込 **346円**) 通常税込 **356円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3



204 味付きつねがんも

具だくさんのがんもを油揚げで包み、自社製造の合わせだしで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷蔵 賞味30日 米 大 小 4個

4個 **320円**(税込 **346円**) 通常税込 **356円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3



JAやさと (茨城県・石岡市)

209 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

冷蔵 賞味7日 米 大 小

35g×3 **148円**(税込 **160円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.2 <4.2



JAやさと (茨城県・石岡市)

210 本味納豆 (タレ・カラシ無)

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

冷蔵 賞味7日 大

40g×3 **140円**(税込 **151円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.0



202 厚揚げ

国産大豆100%。にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

冷蔵 賞味4日 大

90g×2 **155円**(税込 **167円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.2



203 味付いなり揚げ

肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。

冷蔵 賞味90日 米 大 小 10枚

10枚 **395円**(税込 **427円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0



204 味付きつねがんも

具だくさんのがんもを油揚げで包み、自社製造の合わせだしで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷蔵 賞味30日 米 大 小 4個

4個 **320円**(税込 **346円**) 通常税込 **356円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3



208 水揚げ大豆

国産大豆を水揚げにしました。ほんのり塩味がついています。サラダや筑前煮、カレーにも。

冷蔵 賞味21日 大

200g **240円**(税込 **259円**)

大豆(国内産)



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

211 水府納豆ミニ2 (タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

冷蔵 賞味10日 米 大 小

40g×2 **100円**(税込 **108円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <2.9 <3.7



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

212 押し麦入り納豆 (タレ・カラシ無)

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

冷蔵 賞味10日 大

40g×2 **165円**(税込 **178円**)

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2



205 白和え

絹ごし豆腐に、こんにやく、人参、椎茸、白ごまを加え、自社で煮出しただしで味付けしました。

冷蔵 賞味21日 米 大 小

150g **210円**(税込 **227円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.4



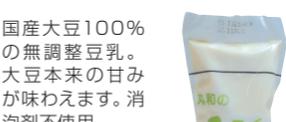
206 生おから

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

冷蔵 賞味30日 大

200g **157円**(税込 **170円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3



207 豆乳

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。

冷蔵 賞味30日 大

300cc **210円**(税込 **227円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.5 <0.6



217 洗いもずく

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

冷蔵 賞味10日 米

200g **240円**(税込 **259円**)

もずく(沖縄県)



登喜和食品 (東京都・府中市)

213 十勝の息吹ひきわり2P (タレ・カラシ付)

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

冷蔵 賞味9日 米 大 小

40g×2 **172円**(税込 **186円**)

大豆(北海道)



登喜和食品 (東京都・府中市)

214 丸大豆テンペ

北海道十勝産大豆(トヨホマシ)をテンペ菌で発酵。発酵終了後に低温加熱処理をして長期保存を実現。

冷蔵 賞味30日 米 大

100g **265円**(税込 **286円**)

大豆(北海道)

日配品

- ・こんにやく: 国産のこんにやく芋を使用しています。
- ・麵・皮: 国産小麦100%です。
- ・煮豆: 調味液に浸して加圧するレトルトではなく、開放釜でゆっくり時間をかけて煮ています。



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

215 生芋あく抜きこんにやく

昔ながらの缶蒸し製法で作ったこんにやくです。

冷蔵 賞味90日

220g **140円**(税込 **151円**)

こんにやく(芋(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

216 生芋あく抜きしらたき

国内産のこんにやく芋で作られた、歯切れと味のの良い白滝です。

冷蔵 賞味90日

180g **140円**(税込 **151円**)

こんにやく(芋(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.6



登喜和食品 (東京都・調布市)

217 洗いもずく

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

冷蔵 賞味10日 米

200g **240円**(税込 **259円**)

もずく(沖縄県)



浜食 (東京都・調布市)

218 味付太もすく

沖縄県の伊平屋島で収穫された本もすくを、純米酢や丸大豆醤油等でさっぱりと味付けしました。

冷蔵 15日 米大 200g 285円(税込308円) もすく(沖縄県)

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。そのまま醤油をかけて、酢の物、炒め物、煮物に。

組合員さんからのクチコミ さしみこんぶ、とてもやわらかく料理でき、おいしかったです。



コタニ (岩手県・大船渡市)

221 岩手産さしみ昆布

冷蔵 90日 250g 390円(税込421円) 昆布(岩手県)

昆布豆、金時豆、青豆、とら豆、雁喰豆の5種セット

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



菊田商店 (東京都・練馬区)

225 菊田煮豆小袋セット

冷蔵 90日 米大 40g x 5種 440円(税込475円) 豆(国内産)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

229 国産きのこごはんの素

埼玉県産舞茸、えのき茸、ひらたけ、なめこ、椎茸を、椎茸のもどし汁、かつおの煮出汁、塩、醤油で調味。

冷蔵 90日 米大 170g(2合用) 385円(税込416円) 舞茸・えのき茸・他きのこ類(埼玉県) [放] 不検出 <4.8 <4.8



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

233 農家で漬けたゆず白菜

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

冷蔵 9日 米 250g 260円(税込281円) 白菜(国内産)



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

234 大根しょうゆ漬

大根を醤油・砂糖・米酢を合わせた調味液で漬け込みました。かつおだしもきいています。

冷蔵 12日 米大 150g 298円(税込322円) 大根(国内産)

甘さと辛さがやみつ



235 糖しぼり大根キムチ

人気の糖しぼり大根を一口サイズにカットしてオリジナルのキムチたれで和えました。

冷蔵 15日 米 180g 350円(税込378円) 大根(国内産)、唐辛子(韓国)



236 土別農園 福神漬

野菜をすべて手きざみし、農園独自の調味液で漬け込みました。

冷蔵 180日 米大 150g 330円(税込356円) きゅうり・白瓜・他野菜(北海道)



土別農園(北海道・士別市)

237 土別農園 三五八漬の素

自社栽培米から作った米こうじを使用した硬めの漬床。野菜に適量まぶして袋に入れるだけでまろやかな甘さの漬物ができます。

冷蔵 米 400g 370円(税込400円) 米(北海道)

魚肉練り製品

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

温めるとより一層美味しくいただけます

長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。



238 長崎 じゃこ天

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 冷蔵 30日 卵米 2枚100g 250円(税込270円) 雑魚(長崎県)

そのまま、ほぐしてサラダや手巻き寿司に

無リンのスケソウダラすり身を国内産かのに煮汁、いわし魚醤油で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

冷蔵 60日 米 10本125g 320円(税込346円) すけそうだら(北海道)

焼ちくわ

無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、イトヨリダイ)を主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。

冷蔵 15日 米 5本130g 260円(税込281円) すけそうだら(北海道)



239 こだわりさつま揚げ(ごぼう天)

すり身の柔らかい食感の中に合わせる、ごぼうのシャキシャキとした食感が心地よいさつま揚げ。

冷蔵 30日 米 3枚90g 250円(税込270円) すけそうだら(北海道)



240 かに風味かまぼこ

無リンのスケソウダラすり身を国内産かのに煮汁、いわし魚醤油で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

冷蔵 60日 米 10本125g 320円(税込346円) すけそうだら(北海道)



241 焼ちくわ

無リンの魚肉すりみ(スケソウダラ、イトヨリダイ)を主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。

冷蔵 15日 米 5本130g 260円(税込281円) すけそうだら(北海道)



わかめサラダ(冷しゃぶ風)

220 岩手産わかめ(カット)

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。

冷蔵 90日 120g 340円(税込367円) わかめ(岩手県)



菊田商店(東京都・練馬区)

223 煮豆 黒豆(雁喰豆)

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

冷蔵 90日 米大 150g 380円(税込410円) 黒大豆(岩手県)

国内産の葉唐辛子を使用し、醤油、水あめ(国産さつまいも使用)、みりんのみで炊き上げました。ご飯のおかず、お弁当、おにぎりの具などに

227 国産葉唐辛子(三河みりん使用)

冷蔵 90日 米大 30g 280円(税込302円) 葉唐辛子(国内産)



浜食(東京都・調布市)

231 ビリ辛きゅうり醤油漬

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

冷蔵 60日 米大 200g 290円(税込313円) きゅうり(国内産)



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

232 糖しぼり大根

砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。

冷蔵 30日 米 250g 310円(税込335円) 大根(国内産)

高橋徳治商店 こだわりの練り物



242 おとうふ揚げ

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

凍 180日 米大 5個175g 295円(税込319円) すけそうだら(北海道)



243 わかめはんぺん

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

凍 180日 卵米 4枚200g 350円(税込378円) わかめ(岩手県)



244 7種の野菜揚げ

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

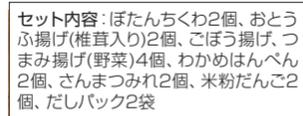
凍 180日 米 5個165g 296円(税込320円) すけそうだら(北海道)



245 チヂミ風さつま揚げ

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

凍 180日 米 3枚126g 296円(税込320円) すけそうたら(北海道)



246 欲ばりおでん種セット

お馴染みの練り物にサンマつみれ・ごぼう揚げ・米粉団子を加え、具材に合わせた特別仕様のだしパック付。

凍 60日 卵米大 7種158377g だしパック2袋 778円(税込840円) すけそうだら(北海道)



246 欲ばりおでん種セット

お馴染みの練り物にサンマつみれ・ごぼう揚げ・米粉団子を加え、具材に合わせた特別仕様のだしパック付。

凍 60日 卵米大 7種158377g だしパック2袋 778円(税込840円) すけそうだら(北海道)



302 黒焼そばソースを使って!

独自のウスターソースにイカ墨、黒酒を加えた今までとは違う焼そばソース。小中学校の給食でも採用されている隠れた名品です。

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。

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。

228 高菜ちりめん

冷蔵 30日 40g 240円(税込259円) ちりめん(鹿児島県)



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

232 糖しぼり大根

砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。

冷蔵 30日 米 250g 310円(税込335円) 大根(国内産)



グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

232 糖しぼり大根

砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。

冷蔵 30日 米 250g 310円(税込335円) 大根(国内産)

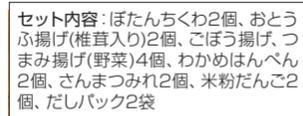
高橋徳治商店 こだわりの練り物



242 おとうふ揚げ

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

凍 180日 米大 5個175g 295円(税込319円) すけそうだら(北海道)



243 わかめはんぺん

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

凍 180日 卵米 4枚200g 350円(税込378円) わかめ(岩手県)



244 7種の野菜揚げ

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

凍 180日 米 5個165g 296円(税込320円) すけそうだら(北海道)

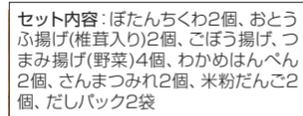


245 チヂミ風さつま揚げ

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

凍 180日 米 3枚126g 296円(税込320円) すけそうたら(北海道)

近海のお魚たっぷり



246 欲ばりおでん種セット

お馴染みの練り物にサンマつみれ・ごぼう揚げ・米粉団子を加え、具材に合わせた特別仕様のだしパック付。

凍 60日 卵米大 7種158377g だしパック2袋 778円(税込840円) すけそうだら(北海道)



246 欲ばりおでん種セット

お馴染みの練り物にサンマつみれ・ごぼう揚げ・米粉団子を加え、具材に合わせた特別仕様のだしパック付。

凍 60日 卵米大 7種158377g だしパック2袋 778円(税込840円) すけそうだら(北海道)

冷凍食品

・化学調味料は不使用です。
・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。

海藻で

食物繊維とミネラルで体を整えて♪

海藻に多く含まれる水溶性繊維の「アルギン酸」は整腸作用・コレステロール低下に効果があり、またカルシウムの栄養素となるミネラルもたっぷり。積極的に摂取しましょう。



イズックス (東京都・中央区)

247 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g **327円** (税込 **353円**)
かぼちゃ (北海道)

サラダ・あえもの・丼に!



日本生活協同組合連合会

248 COアボカドスライス150g

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

凍 150g **278円** (税込 **300円**) (通常税込 **321円**)
アボカド (ペルー)



日本生活協同組合連合会

249 CO十勝の青えんどう豆200g

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

凍 200g **248円** (税込 **268円**) (通常税込 **288円**)
青えんどう豆 (北海道)



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

250 冷凍だちやまめ

山形県庄内平野で、化学合成農薬・化学肥料を使わず、心を込めて育てた茶豆系の枝豆です。さっと湯がいて。

凍 200g **503円** (税込 **543円**)
枝豆 (山形県)

流水解凍でパツと使えて便利です



コタニ (岩手県・大船渡市)

251 冷凍わかめ (岩手県産)

岩手県産で、3月から4月に収穫したわかめをボイルし、使い易く小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍 40g x5パック **324円** (税込 **350円**) (通常税込 **365円**)
わかめ (岩手県) [放] 不検出 <2.8 <3.0



コタニ (岩手県・大船渡市)

252 すぐに使える生わかめ (岩手県産)

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

凍 40g x5パック **380円** (税込 **410円**) (通常税込 **421円**)
わかめ (岩手県) [放] 不検出 <0.6 <0.6

自社製塩麹にじっくり漬け込みました



お弁当におかず

マストミ (徳島県・徳島市)

253 マグロの塩麹竜田

塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの竜田揚げ。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。

凍 150g **407円** (税込 **440円**) (通常税込 **454円**)
びんちょうまぐろ (太平洋)



マストミ (徳島県・徳島市)

254 神山鶏の塩麹竜田

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

凍 150g **360円** (税込 **389円**)
鶏肉 (徳島県)



ニッコー (神奈川県・大和市) 8個入

256 鶏さぼろハンバーグ

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

凍 26g x 8 **400円** (税込 **432円**)
鶏肉 (国内産)



マストミ (徳島県・徳島市)

257 鶏のから揚げ

無投薬の神山鶏の肉を特製旨味タレに漬けた柔らかくジューシーな中華風唐揚げ。レンジかトースターで温めて。

凍 200g **425円** (税込 **459円**)
鶏肉 (徳島県)



農事組合法人マルツボ (茨城県・かすみがうら市)

258 焼きいもスティック

茨城県産さつまいも100%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も。

凍 300g **300円** (税込 **324円**)
さつまいも (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.7

シリーズ市販品との違い 冷凍食品 コロケ編

手作りに代わってくれるものだからこそ、使われている「素材」を見極めて

冷凍の惣菜は保存料を使わなくても品質を保つことができますが、様々な素材や調味料が使われ、「保存料・化学調味料不使用」と謳うものでもリン酸塩や発色剤を含むものが多くあります。今までの「市販品との違い」のおさらいもかねて見直せば、ひとつのお惣菜にどれだけの添加物が入っているのが良くわかります。

◆市販品と比べてみました

市販品の例

野菜(とうもろこし(北海道)(遺伝子組換えでない)、ばれいしょ(北海道)(遺伝子組換えでない)、たまねぎ(北海道))、砂糖、パン粉(大豆を含む)、ラード、食塩、衣(パン粉、植物油、加工油脂、粉末状植物性たん白、乾燥卵白(卵・乳成分を含む)、小麦粉、デキストリン、でん粉、ぶどう糖、ポークコラーゲン)、揚げ油(パーム油、米油)/加工でん粉、乳化剤、増粘剤(グァーガム)

大進食品

ばれいしょ(北海道産)、豚肉(国産)、玉ねぎ(国産)、パン粉、砂糖、しょう油、ワイン、こしょう、バター(国産)、衣(パン粉、米粉)、



大進食品 (神奈川県・横浜市)

255 ママ学校帰りのコロケ

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げても。

凍 60g x 5 **370円** (税込 **400円**) (通常税込 **410円**)
じゃがいも (北海道)



秋川牧園 (山口県・山口市)

263 ささみハーブカツ

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

凍 200g **412円** (税込 **445円**)
鶏肉 (山口県、他)



ニッコー (神奈川県・大和市)

259 大きな豆腐肉団子

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

凍 340g **455円** (税込 **491円**)
鶏肉 (国内産)



秋川牧園 (山口県・山口市)

260 チキンカツ(和風醤油)

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

凍 200g **414円** (税込 **447円**)
鶏肉 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市) 3個入

261 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ

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

凍 3個210g **425円** (税込 **459円**)
大豆・鶏肉 (国内産)



大進食品 (神奈川県・横浜市)

262 オーガニックペンネのトマトソースグラタン

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

凍 170g x 2 **537円** (税込 **580円**)
小麦 (イタリア)



秋川牧園 (山口県・山口市) 3~4人前

265 鶏鍋セット(塩)

鶏もも・ムネ、つくね、若鶏をじっくり煮出した鶏がらスープに鰹と昆布の旨味をきかせた塩味スープのセット。

凍 550g (鶏肉・つくね各200g、スープ150g) **991円** (税込 **1070円**) (通常税込 **1111円**)
鶏肉 (山口県、他)

本格中華

おうちで

ジュシーで食べ応えのある大きさと美味しさ

日岡商事 (兵庫県・加古川市) 5個入

266 ジャンボ餃子

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

凍 45g x 5個 **332円** (税込 **359円**) (通常税込 **370円**)
キャベツ・豚肉・玉葱 (国内産)

モチモチで美味しいと好評です!

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

大進食品 (神奈川県・横浜市) 25個入

267 ヨコハマの餃子

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。

凍 18g x 25 **568円** (税込 **613円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

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

飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 15個入

268 飛鳥の黒豚水餃子

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

凍 15個250g **495円** (税込 **535円**)
豚肉 (国内産)

ニッコー (神奈川県・大和市)

269 中華丼の具(塩)

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

凍 180g (えび・いかに各200g、スープ150g) **486円** (税込 **525円**) (通常税込 **535円**)
豚肉 (山口県、他)

人気商品

揚げたて!

ニッコーフーズ (大阪府・大阪市) 14本入

270 国産原料にこだわったお徳用春巻

豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。

凍 14本420g **401円** (税込 **433円**) (通常税込 **443円**)
小麦 (国内産)

ふっくら柔らかくて、やさしい味わいです

飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 12個入

271 飛鳥のえびシューマイ

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

凍 12個180g **418円** (税込 **451円**)
すけとうらら (北海道)、えび (ベトナム)

飛鳥食品 (東京都・江戸川区) 6本入

272 フライパンでキーマ春巻

豚肉、玉葱、トマトピューレ、スパイスを使った本格キーマカレーを春巻に。フライパンかオーブンで。

凍 6本150g **373円** (税込 **403円**)
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <4.2 <2.6

簡単!本格中華の素

マストミ (徳島県・徳島市)

273 野菜で仕上げる回鍋肉

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

凍 110g **365円** (税込 **394円**)
豚肉 (鹿児島県、宮崎県)

北海道育ちの健康な豚肉と3つの野菜(玉ねぎ・ピーマン・人参)に黒酢を加えたまろやかな風味の酢豚。湯煎して。

マストミ (徳島県・徳島市)

274 黒酢の酢豚

凍 330g **586円** (税込 **633円**) (通常税込 **643円**)
豚肉 (北海道)

鍋で作るお手軽ラーメン♪

275 野菜たっぷり あんかけラーメン

ニッキー (神奈川県・大和市)

沸騰した湯に凍ったまま入れて湯がくだけ。モンゴルかんすい使用。具はもやし・キャベツ・玉葱・人参等。

凍 卵米大 450g(麺160g) **370円** (税) **400円** (通常税込 416円)

小麦 (国内産)

276 わかめどっさりうどん

ニッキー (大阪府・大阪市)

2食入

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。鯉、昆布ダシの関西風つゆで。

凍 卵米大 2食556g **350円** (税) **378円**

わかめ (韓国)

277 冷凍うどん

日岡商事 (兵庫県・加古川市)

国産小麦粉と食塩のみで作りしました。凍ったまま麺を沸騰したお湯で1分半ほど茹でて下さい。温でも冷でも。

凍 卵米大 200g×3玉 **412円** (税) **445円**

小麦粉 (国内産)

278 えび天そば

ニッキー (大阪府・大阪市)

2食入

国産小麦粉と北米産そば粉の蕎麦にえび天やねぎの具材を盛り付けました。加工でん粉：具の約0.2%

凍 卵米大 2食496g **498円** (税) **538円**

えび (インドネシア、ベトナム他)

279 フジワラの青汁

フジワラ化学 (愛媛県・西条市)

鮮度の良い状態でジュースにしました

1個 約169円

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

凍 卵米大 90ml×7 **1097円** (税) **1185円** (通常税込 1285円)

ケール (愛媛県)

280 ライスバーガー 国産牛焼肉

ニッキー (大阪府・大阪市)

醤油で焼きあげたライスプレートに特製焼肉たれで仕上げた国産牛と玉葱をサンド。加工澱粉：全体の0.5%以下

凍 卵米大 5個 600g **1028円** (税) **1110円** (通常税込 1126円)

米・牛肉 (国内産)

281 おこわおにぎり (赤飯・ひじき五目)

ニッキー (神奈川県・大和市)

2種×4個

おこわ赤飯と五目おにぎり(鶏肉、ひじき、牛蒡、筍、人参)のセット。加工デンプン：全体の0.5%

凍 卵米大 376g (2種×4個) **410円** (税) **443円**

もち米 (国内産) [放] 不検出<0.3<0.4

282 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグお惣菜セット

大進食品 (神奈川県・横浜市)

電子レンジで温めて

徳島県産蓮根と鶏肉のハンバーグ・茄子の揚げし・ひじきと大豆の煮物・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。

凍 卵米大 230g **685円** (税) **740円** (通常税込 756円)

鶏ひき肉・れんこん (徳島県)

283 助六寿司

ポーラスター (石川県・白山市)

2種×4個

太巻きと五目いなりを4個ずつ詰め合わせました。自然解凍またはレンジで解凍して。保存料不使用。

凍 卵米大 280g (2種×4個) **420円** (税) **454円** (通常税込 464円)

米 (国内産)

284 冷凍ブルーベリー 2パック

小林さん (長野県・高山村)

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。たっぷり使える2パックです。農業無散布。

凍 卵米大 110g×2 **694円** (税) **750円** (通常税込 774円)

ブルーベリー (長野県)

285 ミニたい焼き(カスタード)

ニッキー (神奈川県・大和市)

10個入

皮は国産小麦粉、クリームは牛乳と卵を使用したコクのあるカスタード(グリシンや乳化剤・着色料不使用)。

凍 卵米大 10個350g **412円** (税) **445円** (通常税込 470円)

小麦 (国内産)

286 豆乳カステラ

ニッキー (神奈川県・大和市)

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

凍 卵米大 5切 **335円** (税) **362円**

大豆 (国内産)

KUBOTAのアイス

南国土佐

厳選した高品質の茶葉を使用

287 ほうじ茶アイスクリーム

久保田食品 (高知県・南国市)

ほうじ茶ならではの香ばしさ、さっぱりとした後味が特徴です。

凍 卵米大 100ml **220円** (税) **238円**

生乳・ほうじ茶 (国内産)

288 四万十栗アイスクリーム

久保田食品 (高知県・南国市)

上質の四万十栗を使用、素材の良さを活かすようにシンプルな原材料で仕上げました。アルコール分：0.1%

凍 卵米大 100ml **280円** (税) **302円**

生乳 (国内産)・栗 (高知県)

289 いちごアイス

久保田食品 (高知県・南国市)

牛乳と苺と砂糖だけで作り上げ、素材本来の持ち味を最大限に引き出したアイスクリームです。

凍 卵米大 100ml **190円** (税) **205円**

生乳 (北海道)・いちご (高知県)

290 芽吹き屋 ごまとろり

冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉

とろりとした黒ごまあんを、国産上新粉を使用した生地です。

凍 卵米大 12個216g **498円** (税) **538円**

上新粉 (国内産)

291 芽吹き屋 大福セット

人気の味をお楽しみください

岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

人気の大福「黒豆塩大福」「よもぎ大福」「くるみ大福」の3種を詰め合わせました。自然解凍で。

凍 卵米大 6個310g **581円** (税) **627円** (通常税込 648円)

もち米 (国内産)

食品調味料

- 常総生協がおすすする調味料の基本は「さ・さしすせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
- 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。

※紛失された場合は供給担当まで

510 てんさい糖

ホクレン農業協同組合連合会 (北海道・札幌市)

北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。

650g **450円** (税) **486円**

てん菜 (北海道)

512 沖縄の塩「シママース」

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塩の塩です。

1kg **300円** (税) **324円**

海水 (沖縄県)、天日塩 (オーストラリア、メキシコ)

528 常総だし醤油

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。

360ml **540円** (税) **583円**

大豆 (茨城県)、小麦 (茨城県)、食塩 (オーストラリア)

524 入正生しぼり醤油

入正醤油 (千葉県・東庄町)

煮物の素材の色が引き立ちます

大豆 (アメリカ、ブラジル)

1L **550円** (税) **594円**

602 すし酢 (昆布だし入り)

私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)

酢のものにも 醸造酢に砂糖、塩、昆布だしを加えたバランスのよい寿司酢です。

360ml **250円** (税) **270円**

507 CO本みりん

日本生活協同組合連合会

原料にもち米、米麹を使用し、じっくり糖化熟成させたみりんです。醸造アルコール、糖類を添加しています。

1L **390円** (税) **429円**

もち米 (タイ、他)

548 圧搾一番しぼりなたねサラダ油(大)

米澤製油 (埼玉県・熊谷市)

オーストラリア産なたねが原料の圧搾一番搾りの油。天ぷらの揚げ油としてもコシが強く、繰り返し使えます。

1400g **900円** (税) **972円**

なたね (オーストラリア)

293 九鬼 純正胡麻油

九鬼産業 (三重県・四日市市)

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

600g **900円** (税) **972円**

胡麻 (ナイジェリア、他)

294 やまこ味噌(粒・甘口)

やまこみそ (茨城県・守谷市)

塩分9%

国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。原材料：米、大豆、塩

1kg **600円** (税) **648円**

大豆 (国内産) [放] 不検出<3.2<3.5

295 やまこ味噌(濃・中辛)

やまこみそ (茨城県・守谷市)

塩分11%

国産原料を使用し、1年間熟成させました。塩分11%。原材料：米、大豆、塩

1kg **600円** (税) **648円**

大豆 (国内産) [放] 不検出<3.2<3.5

296 醗酵カシスの魅力

創健社 (神奈川県・横浜市)

ヨーグルト、アイスクリーム、ケーキにかけたり、豆乳、牛乳、紅茶の甘味料がわりにも

130g **480円** (税) **518円** (通常税込 540円)

カシス (ニュージーランド)

297 醗酵カシス(飲料)

創健社 (神奈川県・横浜市)

原料のカシスはニュージーランド産。カシスにはブルーベリーの3~4倍のアントシアニンが含まれています。また高い抗酸化力で、アンチエイジング効果も期待できます。スマホやパソコンの疲れ目にも!

565ml **1890円** (税) **2041円**

カシス (ニュージーランド)

301 どんぐりていの春の朝採りスギナパウダー

農家レストランどんぐりてい (茨城県・坂東市)

スギナ専用の畑で無農薬栽培。朝採りした後に乾燥、自家製粉しました。毎日3gを目安に、水に溶いて。

50g **1150円** (税) **1242円** (通常税込 1296円)

すぎな (茨城県)

298 富士玄米黒酢

飯尾醸造 (京都府・宮津市)

毎日飲んで血液をサラサラに! 天然のアミノ酸たっぷりです

水で5~8倍に薄めてお飲みください

無農薬栽培の玄米100%使用。米酢に比べ、アミノ酸を多く含みます。料理はもちろん、飲用としても。

500ml **1430円** (税) **1544円** (通常税込 1566円)

玄米 (京都府)

299 梅干し(しそ漬)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

疲労回復、食欲増進に!

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

200g **510円** (税) **551円**

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

300 梅エキス

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

昔から疲労回復 整腸作用のある 民間薬です

梅汁をとり、8~10時間煮詰めしたもの。疲労回復、整腸作用があります。

65g **1860円** (税) **2009円** (通常税込 2030円)

梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

301 どんぐりていの春の朝採りスギナパウダー

農家レストランどんぐりてい (茨城県・坂東市)

生命力の強い野草で 体質改善を!

スギナ専用の畑で無農薬栽培。朝採りした後に乾燥、自家製粉しました。毎日3gを目安に、水に溶いて。

50g **1150円** (税) **1242円** (通常税込 1296円)

すぎな (茨城県)



今週のおすすめ

東京都東村山市のB級グルメ

独自のウスターソースにイカ墨、黒酒を加えました。コクがあり、スパイシーでまろやか。焼きそば以外にも炒飯、焼うどん、たご焼き、ドライカレー、パスタに使えます!

224 内麦焼そばと一緒に、休日のランチに!



ポールスタア (東京都・東村山市)

302 東村山黒焼そばソース

米大 小

200ml **430円** (税込 **464円**) 通常税込 **486円**



ふろふき大根にはこれで!

信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。



ポールスタア (東京都・東村山市)

303 桃花源 ゆずみそ

賞120日 米大

120g **198円** (税込 **214円**)



1/2カップのヨーグルトと本品を混ぜて、肉を漬け込みます。冷蔵庫でねかせたら、オーブンやフライパンで焼くだけ。



井上スパイス (埼玉県・上尾市)

304 王様のタンリーチキンスパイス

原材料:食塩、コリアンダー、クミン、唐辛子、ローレル、ガーリック、ジンジャー、ガラムマサラ、ターメリックなど

15g **200円** (税込 **216円**)



アジアン風味のサラダが手軽に作れます!

戻した春雨にエビ・豚肉・香味野菜などお好みの具材を加え、本品とレモン汁で味付けするだけ。ハーブや魚醤・ガーリックの豊かな風味が広がるサラダです。



井上スパイス (埼玉県・上尾市)

305 アジアン春雨サラダスパイス

7g **200円** (税込 **216円**)



日本澱粉工業 (鹿児島県・鹿児島市)

653 はるさめ

九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。サラダ、酢の物、鍋物、炒め物等に。

100g **110円** (税込 **119円**)

甘藷 (国内産)



ポールスタア (東京都・東村山市)

306 青森県田子町産100%おろしにんにく

青森県田子町の「福地ホワイト6片」という最高品種のにんにくをおろしました。塩とクエン酸を少量添加。

80g **390円** (税込 **421円**)

にんにく (青森県) [放] 不検出 <3.4 <3.6



中華料理には欠かせない唐辛子みそ。麻婆豆腐、炒め物、ラーメンなどに独特の風味と辛みを出せます。

丸新商会 (千葉県・市川市)

307 豆板醤

米大 小

130g **315円** (税込 **340円**)

唐辛子 (中国)



中華料理用の甘みそです。肉味噌や、甘みを生かして炒め物などの味付けに。

丸新商会 (千葉県・市川市)

308 甜麵醬

米大 小

130g **320円** (税込 **346円**)

大豆 (中国)



ポールスタア (東京都・東村山市)

539 国産野菜ウスターレストランソース

国産の野菜、果物とスパイスなど加え芳醇な味わいに仕上げました。

米 200ml **370円** (税込 **400円**)



生しぼりしょうゆにアセロラ、ゆず果汁を加えたぼん酢。たんぱく加水分解物使用。

森文醸造 (愛媛県・内子町)

542 アセロラぼん酢 (150ml)

米大 小

150ml **330円** (税込 **356円**)

アセロラ (国内産)



海藻サラダ、チキンサラダ、パスタなどに

リファス (千葉県・船橋市)

309 昆布ドレッシング

北海道の真昆布を使用した海藻専門店がつくったドレッシングです。万能タルタルタイプ。

米大 小

200ml **445円** (税込 **481円**)

真昆布 (北海道)



日本生活協同組合連合会

546 CO野菜たっぷり和風ドレッシング500

たっぷりの生玉ねぎの風味に、醤油のこく。生にこだわったドレッシングです。

米大 小

500ml **440円** (税込 **475円**)



煮干し丸ごと栄養満点です!煮干し粉は、乾煎りしてからお水を入れてだしをとると香りよい出汁になります。

かねの水産 (千葉県・大網白里市)

310 煮干粉

酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。

米大 小

100g **200円** (税込 **216円**)

かたくちいわし (国内産) [放] 不検出 <4.0 <4.0



国産大豆100%使用の凍り豆腐。味噌汁はもちろん、ちらし寿司や五目寿司などに。

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

314 切干大根

二度干ししてあるので甘みがあり、戻りも良いです。

米大 小

50g **230円** (税込 **248円**)

大根 (国内産)



おかべや (神奈川県・相模原市)

311 おかべやの昆布だし

厳選した素材を顆粒にした「こんぶだし」です。お湯に戻すだけで香り豊かな美味しい「だし」ができます。

60g(5g×12袋) **690円** (税込 **745円**)

昆布 (北海道)



日本生活協同組合連合会

312 CO手すり風すりごま金65g

鉄釜焙煎で旨味・香りを引き出したごまを、すり鉢ですったように仕上げました。

65g **137円** (税込 **148円**) 通常税込 **157円**

金ごま (トルコ、エジプト等)



伊豆海産 (静岡県・西伊豆町)

564 花かつお

かつお節をうすく削り、おいさと風味をそのままパックしました。おひたし、冷奴に。

米大 小

50g **320円** (税込 **346円**)

かつお (静岡県) [放] 不検出 <3.9 <4.1



長谷川商店 (東京都・中央区)

583 寿司はねのり

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

米大 小

全型10枚 **270円** (税込 **292円**)

のり (国内産)



湯戻しせずそのままお鍋に入れるだけ

リアス (千葉県・船橋市)

313 凍り豆腐みそ汁用

国産大豆100%使用の凍り豆腐。味噌汁はもちろん、ちらし寿司や五目寿司などに。

米大 小

70g **415円** (税込 **448円**)

大豆 (国内産)



二度干ししてあるので甘みがあり、戻りも良いです。

米大 小

90日



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。

東京フード (茨城県・つくば市)

315 練りからし

米大 小

40g **330円** (税込 **356円**)

からし (カナダ)



庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)

316 月桂樹(ローリエ)

半乾燥でお届け。香りが少なく感じられますが、乾燥させたり調理すると清々しく香り立ちます。無農薬。

米大 小

13枚 **175円** (税込 **189円**) 通常税込 **200円**

月桂樹 (山形県) [放] 不検出 <4.4 <4.1



国内産完熟トマトを100%使用して作りました。トマトの味を生かした煮込み料理などに。

ユニオンソース (栃木県・日光市)

536 トマトピューレ

200g **290円** (税込 **313円**)

トマト (国内産)



江藤さん (大分県・玖珠町)

317 江藤さんの干しいたけ

自分の山から切り出した原木に植菌し栽培したいたけを乾燥させました。

米大 小

50g **510円** (税込 **551円**)

しいたけ (大分県)



化学調味料不使用

九鬼産業 (三重県・四日市市)

318 九鬼国産ごまふりかけ

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

米大 小

25g **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**

金ごま (国内産)



北海道土別農園の減農薬栽培あずきです。皮が柔らかく、ふくらみ煮上がりやすい。

米大 小

300g **395円** (税込 **427円**)

小豆 (北海道)



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

319 エルボパスタ

一般品よりソフトな感じ。サラダやグラタン、スープなど様々な料理にお使いください。

米大 小

300g **360円** (税込 **389円**)

小麦粉 (北海道)



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

320 ツイストパスタ

一般品と比較してソフトな感じ。サラダやグラタン、スープなど様々な料理にお使いください。

米大 小

300g **360円** (税込 **389円**)

小麦粉 (北海道)



茹で時間約8分

ニューオークボ (千葉県・柏市)

321 国産小麦スパゲッティ(ゆめちから)

北海道産ゆめちからを使用。茹で上げた時に小麦の旨味と風味を味わえます。太さ1.7mm。

米大 小

300g **305円** (税込 **329円**) 通常税込 **340円**

小麦粉 (北海道)



微量のふすまが入るため若干色がついています

常総生協 (茨城県・守谷市)

620 つくば産小麦 ユメシホウ

つくば市の草間さんより。品種はユメシホウで、中力タイプ。無農薬・無化学肥料栽培。

米大 小

1kg **580円** (税込 **626円**)

小麦 (茨城県) [放] 不検出 <0.9 <1.0



1月11日は鏡開きです!

士別農園 (北海道・士別市)

582 土別農園 小豆

北海道土別農園の減農薬栽培あずきです。皮が柔らかく、ふくらみ煮上がりやすい。

米大 小

300g **395円** (税込 **427円**)

小豆 (北海道)



遺伝子組み換えでない大豆を熱風焙煎方式で芯まで煎ってから粉にしました。麦芽糖を加え、上品な甘みです。

米大 小

80g **180円** (税込 **194円**)

大豆 (北海道)



創健社 (神奈川県・横浜市)

323 塩らーめん 2袋

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。

米大 小

102g×2 **296円** (税込 **320円**)

小麦 (国内産)



創健社 (神奈川県・横浜市)

324 味噌らーめん 2袋

化学調味料、及びチキン・ポーク・ビーフエキスをわずかに植物素材とホタテの旨みで仕上げた味噌ラーメン。

米大 小

104.2g×2 **296円** (税込 **320円**)

小麦 (国内産)



相浦缶詰 (長崎県・佐世保市)

325 いわし味付

九州山陰地方で水揚げされたまいわしを、丸大豆醸造醤油と喜界島産粗糖のみで味付けしました。

米大 小

100g (固形量70g) **325円** (税込 **351円**)

いわし (九州、山陰地方)



そのままは勿論、サラダや煮物に

マルユウ (北海道・根室市)

683 さけ中骨水煮 2缶

北海道根室海峽で獲れた新鮮な秋鮭の中骨を水煮にしました。

米大 小

180g×2 **710円** (税込 **767円**) 通常税込 **788円**

鮭 (北海道)



栃木県の上野さんが農業や化学肥料を使わずに、同じ田んぼで混植して育てたお米です。白米2合に、本品大さじ3杯入れて炊くと、もちもちした美味しいカラフルなご飯になります。

上野さん (栃木県・上川町)

326 いろいろ米 スタンドパック

米 (栃木県) [放] 不検出 <3.8 <3.1



農業・化学肥料不使用 600種類近いお米の中から、50種類をブレンドしたお米です。

米 (栃木県) [放] 不検出 <3.8 <3.1

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。

OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。

696 玄米せんべい黒胡麻 原材料：うるち玄米(国内産)、黒胡麻、醤油、麦芽糖、馬鈴薯澱粉

695 玄米せんべい白胡麻 原材料：うるち玄米(国内産)、白胡麻、醤油、麦芽糖、馬鈴薯澱粉

699 荒挽きえびせん 原材料：馬鈴薯澱粉、えび、植物油(米油)、三温糖、食塩、ごま、酵母エキス、唐辛子、着色料(紅麴色素、パプリカ色素)

700 小魚せんべい 馬鈴薯澱粉を主原料とした生地に、小魚の粉末を練り込みました。

332 きらず揚げしお4連 原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)

333 きらず揚げ黒砂糖 原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒砂糖、食塩、膨張剤(重曹)

334 ぱりまるプレーン 原材料：水煮大豆、米粉、おから、砂糖、食塩

335 CO 芋けんぴ105g 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。

336 ビッグアーモンドチョコレート カリッと香ばしいアーモンドに新鮮なよつ葉牛乳から作ったミルクパウダーをたっぷり使いました。

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

340 完熟梅ジャム 完熟の南高梅をビートグラニュー糖とこんにゃく粉で炊き上げました。

341 デキシーチョコレートクリーム カカオのおいしさたっぷりのチョコレート味。甘さ控えめ。

342 北海道産純粋はちみつ 北海道で採れたクローバー、シナなどのはちみつです。

343 きんかんはちみつ漬 種抜ききんかんをはちみつに漬け込みました。

802 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー 酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの相乗作用で、洗濯槽や排水パイプ等洗いにくい部分の汚れを落とします。

809 ヘナ 100% ラジャスタン州のヘナ100%・無添加。水またはお湯でといて髪に塗ると、白髪がオレンジ系の赤色に。

820 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー 300g×3袋 750円(税込825円)

879 ヘナ 100% 100g 1000円(税込1100円)

327 天日干しさいり落花生160g 千葉八街産。今ではめずらしくなった天日干し乾燥。香りが高く、甘みも強いです。

328 天日干しさいりQなっつ150g 今ではめずらしくなった天日干し乾燥。はっきりした甘み、あっさりした食べやすい味が特徴。

329 バターピー(ほそ実) 原材料：落花生、フレッシュバター、植物油(パーム核油)、食塩(原材料の一部に大豆を含む)

704 ポテトチップス(バター・しょうゆ) 原材料：馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳

330 甘納豆(落花生) 天日干しの落花生をむき身にし、しっとりやわらかく甘納豆にしました。

705 ポテトチップス(野菜コンソメ) 原材料：馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、ぶどう糖、デキストリン、野菜エキスパウダー、食塩、香辛料、発酵調味料、酵母エキス、粉末醤油

331 CO 南部せんべい落花生6枚 東北地方の伝統的焼き菓子です。

706 ポテトチップス(うす塩) 原材料：馬鈴薯、植物油(パーム油、米油)、食塩

336 ビッグアーモンドチョコレート 400g 1460円(税込1577円)

337 寒天コーヒゼリー 135g 215円(税込232円)

332 きらず揚げしお4連 20g×4 230円(税込248円)

333 きらず揚げ黒砂糖 160g 270円(税込292円)

334 ぱりまるプレーン 20g×3 280円(税込302円)

335 CO 芋けんぴ105g 105g 105円(税込113円)

336 ビッグアーモンドチョコレート 400g 1460円(税込1577円)

337 寒天コーヒゼリー 135g 215円(税込232円)

338 ミレービスケット 165g 210円(税込227円)

339 ミレービスケット(ノンフライ) 100g 165円(税込178円)

340 完熟梅ジャム 150g 410円(税込443円)

341 デキシーチョコレートクリーム 200g 320円(税込346円)

素朴なおいしさがうれしい! ミレービスケット 組合員さんからのクチコミ

338 ミレービスケット 165g 210円(税込227円)

339 ミレービスケット(ノンフライ) 100g 165円(税込178円)

340 完熟梅ジャム 150g 410円(税込443円)

341 デキシーチョコレートクリーム 200g 320円(税込346円)

778 粉石けん せっけんの街 廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。

840 パックス ナチュロン石けんはみがき 清涼剤に天然ハーブエキス使用。

802 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー 300g×3袋 750円(税込825円)

879 ヘナ 100% 100g 1000円(税込1100円)

842 パックス ソルティーはみがき 塩のちからで歯周炎(歯槽膿漏・歯肉炎)を予防して歯ぐきを健やかに保つ。

892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー) 130m×6ロール 480円(税込528円)

842 パックス ソルティーはみがき 120g 390円(税込429円)

890 ペンギン芯なし(トイレトペーパー) 130m×6ロール 480円(税込528円)

化粧水 1月2回にお届けします ヨモギ、スイカズラ、ラベンダーの成分には血行促進や抗菌作用があり、ニキビ対策にぴったり。

345 よもぎ水 100ml 1800円(税込1980円)

347 かみつれ水 100ml 1800円(税込1980円)

お肌にやさしい化粧水

346 どくだみ水 100ml 1800円(税込1980円)

パン

- ・国産小麦 100%。
- ・イーストフード不使用。天然酵母で発酵させます。

おかべや、レ・ルルドのパンはお休みです
次回から通常通り企画します

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!



ハッコー食品 (千葉県・千葉市)

348 国産全粒粉プチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

凍 約180日

約40g×5 **415円**(税込**448円**)

小麦(国内産)



池田食品 (埼玉県・所沢市)

349 ママン モチモチ手のばしナン

手のばして焼き上げたもちもち食感。自然解凍(1枚あたり約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

凍 約180日

210g(3枚入り) **300円**(税込**324円**)

小麦粉(北海道)



ハッコー食品 (千葉県・千葉市)

350 プリュッセルワッフル

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

凍 約180日 卵乳米大小

約65g×6 **605円**(税込**653円**)

小麦(カナダ、他)



パネックス (長野県・伊那市)

351 内麦クロワッサン

約45日 卵乳米大小

10個 **580円**(税込**626円**)

小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2



オリオンベーカリー (岩手県・花巻市)

352 発芽玄米入りクロワッサン

岩手県産の小麦を使ったクロワッサンです。

約35日 卵乳米大小

10個 **600円**(税込**648円**)

小麦(岩手県) [放]不検出<3.8<4.2

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

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



川光商事 (東京都・中央区)

353 玉三 丹波黒豆麦茶

国産六条麦茶に丹波黒豆をブレンドした、香り豊かでコクのある麦茶です。煮出し、水出しどちらでも。

約180日

10g×20 **250円**(税込**270円**)

大麦・黒大豆(国内産)



ランカスター (千葉県・千葉市)

354 アップルティー(ティーバッグ)

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。濃い目にだしてアイスティーにも。

約180日

2g×20 **480円**(税込**518円**)

紅茶(インド)



創健社 (神奈川県・横浜市)

355 醸酵生姜(飲料)

国産生姜を酵母発酵技術を用い、飲みやすい発酵飲料に仕上げました。生姜粉末を加える事により生姜のパンチも効かせてあります。

約180日

565ml **1980円**(税込**2138円**)

生姜(国内産)



青森県・新農業研究会の減農薬栽培のりんご果汁70%に、熊本県・くまもと有機の会の減農薬栽培のにんじん果汁30%を加えました。

ひこばえ (大阪府・茨木市)

357 アップルキャロット

約180日

190g×5 **850円**(税込**918円**)

りんご(青森県)、人参(熊本県)



長野興農 (長野県・長野市)

359 信州りんごジュース(シナノゴールド)

長野県産のオリジナル品種シナノゴールドのみを使用。酸化防止剤不使用。

約180日

160g×6 **740円**(税込**799円**)

りんご(長野県)



ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

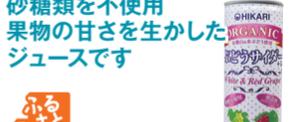
360 オーガニックジンジャーエール

国産有機しょうがを使用した有機ジンジャーエール。爽やかな飲み心地に有機しょうがの辛みをきかせた刺激的な味わいです。

約180日

250ml **140円**(税込**151円**)

しょうが(国内産)



ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

361 オーガニックぶどうサイダー+レモン

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

約180日

250ml **140円**(税込**151円**)

ぶどう(国内産)

日々の「健康管理」にお役立てください



20缶

362 北海道トマト100%(無塩)

北海道の大地で真っ赤に育ったトマトを収穫して直ぐ搾ったストレートタイプのトマトジュースです。食塩無添加。

約180日

160g×20 **2850円**(税込**3078円**)

トマト(北海道)



15缶

363 北海道野菜の青汁

北海道産大麦若葉と10種類の野菜の青汁です。りんごブレンドで爽やかにおいしく続けられます。

約180日

160g×15 **2150円**(税込**2322円**)

果実(国内産)・野菜(北海道)



私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)

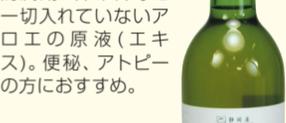
751 純玄米酢くろずドリンク

自然発酵法で醸造された純玄米酢に、蜂蜜、りんご果汁、オリゴ糖を加えました。4~5倍に希釈して。原材料にはちみつを含みます。

約180日

500ml **870円**(税込**940円**)

米



日本ハーブ食品 (静岡県・静岡市)

749 生搾りキダチアロエエキス

1日15~40ml程度を目安に直接お飲みになるか、苦味が気になる方ははちみつや果汁等で味付けしてご利用ください。リンゴ、オレンジ果汁、ヨーグルトなどがおすすめ。

約180日

500ml **1870円**(税込**2020円**)

キダチアロエ(静岡県) [放]不検出<4.2<4.0



日本生活協同組合連合会

754 CO ただの炭酸水 200ml

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。

約180日

200ml×24 **1248円**(税込**1344円**)



日本生活協同組合連合会

756 CO月山の水2ℓ<<PET>>

出羽三山の地下水を170mの深井戸からくみ上げました。くせない飲みやすいミネラルウォーターです。

約180日

2ℓ **125円**(税込**135円**)

山形県 [放]不検出<0.5<0.5



20缶

362 北海道トマト100%(無塩)

北海道の大地で真っ赤に育ったトマトを収穫して直ぐ搾ったストレートタイプのトマトジュースです。食塩無添加。

約180日

160g×20 **2850円**(税込**3078円**)

トマト(北海道)



15缶

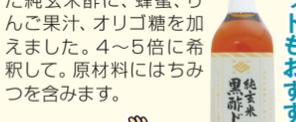
363 北海道野菜の青汁

北海道産大麦若葉と10種類の野菜の青汁です。りんごブレンドで爽やかにおいしく続けられます。

約180日

160g×15 **2150円**(税込**2322円**)

果実(国内産)・野菜(北海道)



私市醸造 (千葉県・鎌ヶ谷市)

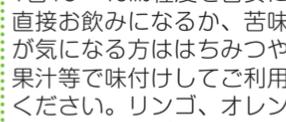
751 純玄米酢くろずドリンク

自然発酵法で醸造された純玄米酢に、蜂蜜、りんご果汁、オリゴ糖を加えました。4~5倍に希釈して。原材料にはちみつを含みます。

約180日

500ml **870円**(税込**940円**)

米



日本ハーブ食品 (静岡県・静岡市)

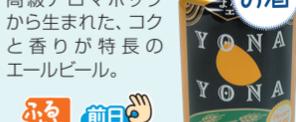
749 生搾りキダチアロエエキス

1日15~40ml程度を目安に直接お飲みになるか、苦味が気になる方ははちみつや果汁等で味付けしてご利用ください。リンゴ、オレンジ果汁、ヨーグルトなどがおすすめ。

約180日

500ml **1870円**(税込**2020円**)

キダチアロエ(静岡県) [放]不検出<4.2<4.0



エールモルトと最高級アロマホップから生まれた、コクと香りが特長のエールビール。

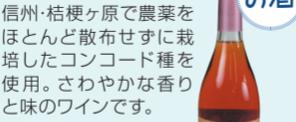
ヤッホー・ブルーイング (長野県・佐久市)

758 よなよなエール

約150日

350ml **248円**(税込**273円**)

大麦(イギリス)



酸化防止剤無添加

信州・桔梗ヶ原で農業をほとんど散布せずに栽培したコンコード種を使用。さわやかな香りと味のワインです。

井筒ワイン (長野県・塩尻市)

770 井筒ワイン ロゼ甘口

約180日

720ml **1370円**(税込**1507円**)

ぶどう(長野県)

からだが喜ぶ自然の恵み

べにばな野草園の野草茶

1月2回にお届けします

べにばな野草園・伊藤さん

整腸、利尿作用や婦人病予防など、女性に嬉しい野草をブレンド。シンの香りが気分をリラックスさせてくれます。

べにばな野草園 (山形県・酒田市)

365 女葉月茶

約180日

50g **900円**(税込**972円**)

メハツキ(山形県) [放]不検出<0.5<0.4

胃腸の調子を整え、利尿作用や身体を温める動きのある野草をブレンド。季節によって野草の種類が変わります。

べにばな野草園 (山形県・酒田市)

364 野草茶

約180日

50g **760円**(税込**821円**)

[放]不検出<0.5<0.5

昔から優れた薬草とされるドクダミは、身体の中の老廃物を排出させたり、お通じを良くする働きがあります。

べにばな野草園 (山形県・酒田市)

366 ドクダミ茶

約180日

40g **900円**(税込**972円**)

ドクダミ(山形県) [放]不検出<0.5<0.5

お正月明けはほっと一息

無農薬栽培のお茶と自家製梅干しをどうぞ

かわばた園 (静岡県・静岡市)

719 上煎茶 100g

約180日

100g **1310円**(税込**1415円**)

茶葉(静岡県) [放]不検出<0.5<0.5

秋に収穫したお茶を主体に、鉄釜で焙じたお茶です。香りが強く、味はさっぱりとしていて、特に食後におすすめです。農業無散布。

かわばた園 (静岡県・静岡市)

722 ほうじ茶

約180日

100g **640円**(税込**691円**)

茶(静岡県) [放]不検出<0.4<0.5

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。原材料の梅やしそはすべて自園にて無農薬で作っています。

かわばた園 (静岡県・静岡市)

367 かわばた園の自家製梅干し

約180日

300g **690円**(税込**745円**)

梅、しそ(静岡県)

イチオシ 今週のイチオシ!

始まりは江戸時代

麴を知り尽くした職人がつくりました



生善のしぼり汁を加えて風邪予防にも

米はもちろん米麴も国産のものだけを使って作った、やさしい味わいのあま酒です。寒くなる時季、しょうが汁を加えると体が温まります。



麴でご飯を糖化させたものです。米麴もすべて国産米使用。同量の水を加えてあたためてください。

[放] 不検出 <3.1 <3.1

藤巻商店 (千葉県・印西市)

368 生あま酒 2パック

賞90日 300g×2 500円(税540円)
米(国内産)

コクと旨味を引き出しました

本格派のドレッシング!

今年9月に新登場しました。人気商品だった「ハロードレッシング」が、中身もほとんど変わらず(レモン果汁が入っていません)パッケージが新しくなりました。濃厚でクリーミーなドレッシング。玉ねぎとニンニクのコクと旨みが、野菜を引き立たせてます。一度食べたらやみつきに!保存料、添加物を使っていません。



生野菜、温野菜や蒸し野菜にも!



369 フォロドレッシング 330ml

賞60日 米大 330ml 430円(税464円)
玉ねぎ(国内産)

香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。野菜サラダにかけてお召し上がりください。



お子様にも

お弁当、夕食のあと一品にも!

- ・いわしとすけそうだらで作ったミニハンバーグです。
- ・いわしの粗挽き感を生かすため、練りは加えていません。
- ・チーズを入れることでお子さまでも食べやすくしています。

★試食した職員の感想★

いわしの粗挽き感が残っています。チーズがアクセントですね。レンジも可能ですが、フライパンで焼いた方が香ばしく美味しいです。



12個入

小麦・卵・乳成分・大豆・山芋を含みます。



370 国産野菜とチーズのおさかなバーグ

賞180日 卵乳米大 240g(12個) 360円(税389円)
いわし・すけそうだら(国内産)

原材料:いわし(国産)、野菜(玉ねぎ(国産)、にんじん(国産)、キャベツ(国産))、すけそうだらすり身(すけそうだら(国産)、砂糖)、プロセスチーズ、つなぎ(パン粉、卵、山芋)、純製ラード、豆腐、醤油、砂糖、食塩、鷹節エキス、醸造調味料、香辛料/エノキタケエキス、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・山芋を含む)

今年は豊作につき企画延長!

年明けも無茶々園の「温州みかん」



例年、年内でのお届けで終わっていた「温州みかん」ですが、無茶々園さんから「今年は年明けも少しあります」と連絡があり、急遽3kg箱を企画します。

組合員さんからのクチコミ

無茶々園の藤本敦様のみかん、すごくおいしいです。ありがとうございます。お手紙も楽しく勉強になりました。(取手市:Sさん)

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

無茶々園(愛媛県・西予市)

371 無茶々園の温州みかん

賞90日 3kg 1398円(税1510円) 通常税込1618円
愛媛県

とことん本物にこだわる

時季限定の白菜漬



原料は国産に限定して漬けています。原材料も沖縄の天日塩や北海道の昆布、木桶で発酵させた天然醸造酢などを使用し、こだわって作りあげました。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

372 白菜の手もみ漬

賞7日 米 200g 260円(税281円) 通常税込292円
白菜(国内産)

旬の白菜、きゅうり、人参を食塩と米酢、昆布だけで浅漬けしました。

リアス・坂詰さんイチオシ

国産の海藻をたくさん食べて!

こんぶ、わかめ、赤とさか、白とさかの4種類の海藻が入っています。彩りの良い海藻がミックスされた海藻サラダは、シャキシャキとした歯応えが特徴です。



特 久々登場!

サラダにぴったりのイチオシ商品です!向のJOSO野菜と一緒に食卓に彩りを添える一品としてお楽しみください。

塩抜きしてお使いください。



リアス・坂詰さん

リアス(千葉県・船橋市)

373 国産生海藻サラダ(塩蔵)

賞90日 80g 198円(税214円) 通常税込227円
わかめ(徳島県)

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

お米 ・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。
・土づくりを心掛けた生産者さんたちが作っています。

契約(定期購入) 登録者募集中!

★登録して頂くと、ご希望のスケジュール通りにお米が届きます。
★年間1回からでも受け付けています。(詳細は生協、または配達担当者までお問い合わせください。電話:0297-48-4911)

■契約者特別価格について
・「めぐみちゃん」5kgは、通常組合員価格から70円(税込76円)引き。2kgは25円(税込27円)引き。
・「黒澤さんのお米」は、通常組合員価格から100円(税込108円)引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者におのみご要望の際は1kg180円(税込194円)でお届けしています。

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



水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)

502001 白米 5kg 2350円(税2538円)
502003 白米 2kg 945円(税1021円)
502002 玄米 5kg 2250円(税2430円)
JA常総ひかり・東町特裁米組合(茨城県・常総市)

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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米) 無農薬
502011 白米 5kg 3500円(税3780円)
502012 玄米 5kg 3200円(税3456円)
502013 7分 5kg 3500円(税3780円)
502014 5分 5kg 3500円(税3780円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農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 無農薬
502015 白米 5kg 3500円(税3780円)
502016 白米 2kg 1400円(税1512円)
502017 玄米 5kg 3200円(税3456円)
502018 7分 5kg 3500円(税3780円)
502019 5分 5kg 3500円(税3780円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

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

やさとのお米(コシヒカリ) 無農薬
502031 白米 5kg 2314円(税2499円)
502032 玄米 5kg 2165円(税2338円)
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

3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。注文を受けてからもみ摺、精米をしてお届けします。

宮城・黒澤さんのササニシキ 無農薬
502020 白米 5kg 3500円(税3780円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町) [放] 不検出 <0.1 <0.1

てわのち 無農薬
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
374 もち米 減農薬、無化学肥料栽培。
米 2kg 1100円(税1188円)
もち米(山形県)

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい
粉の状態から常温に近い水温で発芽させて、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。中村商店(神奈川県・横浜市)
502072 有機発芽玄米「ぐるめくらぶ」
冷 賞90日 米 1kg 1150円(税1242円)
米(岩手県)



※イメージ

ひきわりハトムギ、丸麦、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。



502074 白米用雑穀セット 500g 1048円(税1132円) [放] 不検出 <0.5 <0.5

ハトムギ、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。



502077 玄米用雑穀セット 500g 1143円(税1234円) [放] 不検出 <0.7 <0.7

2020年産お米放射能検査結果

(セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

産地	名称	品種	白米	玄米
茨城県	めぐみちゃん(2020年産)	コシヒカリ	最高値0.1Bq/kg	最高値0.2Bq/kg
	[参考]めぐみちゃん(2019年産)		最高値0.2Bq/kg	0.4Bq/kg
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	不検出	不検出
		つや姫	不検出	不検出
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	不検出	不検出
			不検出	検出限界0.1Bq/kg(同位体研究所)

・検査機関:常総生活協同組合・判定法:ゲルマニウム半導体Y線スペクトルメーターによる核種判定
※生協では引き続き精度の高い検査をしています(生産者が外部機関で検査をしている場合はそちらの結果を掲載)。

がんばれ 受験生!



いよいよ本格的に始まる受験シーズン。ちょっとした軽食や夜食に合うアイテムを揃えました♪



378 スープワンタン
豚肉をベースに玉ねぎ、ニラを加えた具を皮に包みました。なめらかなワンタンとコンソメ味のスープです。

凍 6小 4人前244g **370円**(税込**400円**) 通常税込**410円**
豚肉(国内産)



645 国産野菜入りコーンポタージュスープ
3種の国産野菜を使ったコーンポタージュスープの素。北海道産スイートコーン使用。

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



375 飛鳥の黒豚シュウマイ 2パック
九州産の黒豚肉をたっぷり使用。ジューシーで味わい豊かな一品。蒸すかレンジで温めて。2パックでのお届け。

凍 120日 6小 12個180g×2 **724円**(税込**782円**) 通常税込**842円**
豚肉(国内産)



379 ミニアメリカドック
衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウイナー使用。ミニタイプでお子さんにぴったり。

凍 6小 6本150g **389円**(税込**420円**) 通常税込**432円**



382 国産野菜のお味噌汁
大紀コープファーム(奈良県・五條市)

米大 9食(3種×各3食) **1100円**(税込**1188円**)
野菜・大豆(国内産)



376 飛鳥の手作りミニ肉まん
国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで温めて。

凍 120日 6小 5個250g **389円**(税込**420円**) 通常税込**451円**
小麦(国内産)



380 甲州名物生ほうとう
甲州名物・ほうとうを国産小麦で作りました。うどんすきにも適した生うどんです。便利なスープ付き。

冷 20日 6大 400g(めん300g、みそ50g×2) **348円**(税込**376円**) 通常税込**387円**
小麦(国内産)



377 大きめえび天の鍋焼きうどん
大きめえび天に三角揚げ、椎茸、人参等の具材をコシのあるうどんにつけました。

凍 卵米大 2食586g **481円**(税込**519円**) 通常税込**540円**
小麦(国内産)



381 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋
無かんすい麺。スープは丸鶏だしと野菜、醤油の旨味で仕上げたスッキリとした味わいです。器に麺とスープを入れ、お湯を注いで3分で出来上がり。

冷 150日 6小 75g×3 **525円**(税込**567円**)



385 チキンナゲット
開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉を使用。トースターで加熱するとカリッと仕上がります。

凍 卵米小 200g **412円**(税込**445円**) 通常税込**457円**
鶏肉(山口県、他)



386 鶏の焼きつくね
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。お弁当やおかずの一品に。加熱して。

凍 卵米大 180g **338円**(税込**365円**) 通常税込**378円**
鶏肉(山口県、他)



387 ごぼうとひじきの豆腐団子
鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。

凍 卵米大 8個144g **327円**(税込**353円**) 通常税込**373円**
ごぼう(国内産)



388 ひとくちソースとんかつ
粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをからめました。レンジ加熱または自然解凍で。

凍 米大 6個120g **380円**(税込**410円**) 通常税込**427円**
豚肉(国内産)



389 鎌倉つかいっきりポークウインナー×3
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。

冷 10日 49g×3 **265円**(税込**286円**) 通常税込**297円**
豚肉(国内産)



390 お魚ソーセージ(3本入) 2袋
化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使った、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。

冷 90日 (40g×3)×2 **550円**(税込**594円**) 通常税込**644円**
魚肉(国内産)



391 月山赤かぶ漬(ブロック)
庄内名産の温海かぶらの浅漬けタイプです。歯切れがよく、サラダ感覚で食べられます。

冷 45日 米 250g **330円**(税込**356円**) 通常税込**367円**
赤かぶ(山形県) [放]不検出<3.2<4.1



392 雄武 寒風干し焼鮭 ぼぐし身
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。

冷 180g **880円**(税込**950円**) 通常税込**1058円**
秋鮭(北海道)



393 近江牛のこだわり牛丼
ブランド牛の近江牛を時間をかけ丁寧に煮込み肉質を柔らかく仕上げました。湯煎で5分程度温めて。

冷 60日 米大 140g×2 **570円**(税込**616円**) 通常税込**630円**
牛肉(滋賀県)



394 2個組 カレーの壺 スパイスチキンカレー
平飼鶏にたまねぎとココナッツミルクを合わせ、パンチのあるスパイスで仕上げました。

米 180g×2 **760円**(税込**821円**) 通常税込**842円**



395 70g×2
大黒淡水(静岡県・焼津市) うなぎ蒲焼

70g×3 **2780円**(税込**3002円**) 通常税込**3132円**
うなぎ(愛知県)



397 さば味噌煮 2袋
鳴門魚類オリジナルの国産大豆味噌を使用。丁寧にだしを取り、じっくりと煮込んださばの味噌煮です。

凍 30日 米大 (片身1枚2切)×2 **480円**(税込**518円**) 通常税込**562円**
真さば(長崎県、佐賀県)

表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記

- 4週に1回お届け
- 4週に3回お届け
- 隔週お届け
- 毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新 新発売の商品

特 特別価格商品

お届け時の温度帯

- 凍 冷凍品
- 冷 冷蔵品

・表記のないものについては常温でのお届けです。

・農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。

その他

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

無農薬 は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

アレルギー表示

卵 卵 乳 牛乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かに かに

・「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指します。

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

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。

・原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

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