

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2021年度 みんなで取り組む活動テーマ
笑顔ではぐくむ免疫力

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5月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	26	27	28	29	30
定番品のお届け	3	4	5	6	7
特別企画品のお届け	10	11	12	13	14

母の日は料理のプレゼント!



5月9日は母の日。いつも忙しく過ごしているお母さんの代わりに、お料理を作ってあげるのはいかがでしょうか? 日ごろの感謝の気持ちをこめて、みんなで作った料理をプレゼント♪ お子さんと一緒でも作りやすい「ハンバーグ」がおおすすめです。

特
国産牛肉の旨みがいっしょに残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。※ビニールが挟まっているので冷凍時でも剥がせます。
大進食品(神奈川県・横浜市)
11 神戸満る里の牛生ハンバーグ ほどよい玉ねぎ加減♪
凍 賞180日 卵乳大
130g×4個 **898円(税込970円)** 通常税込998円
牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

特
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
12 茨城牛(山方)牛豚合挽肉(増量)
茨城牛(山方)とロースポーク使用。牛・豚比率5:5。今回は増量規格でお届け。
凍 賞30日
300g **540円(税込583円)**
茨城県

特
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
13 ロースポーク 挽肉
茨城県の銘柄豚「ロースポーク」の挽肉。赤身率8割です。
凍 賞30日
300g **460円(税込497円)**
茨城県

特
よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モzzarella)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。
よつ葉乳業(北海道・音更町)
14 よつ葉シュレッドチーズ 2個組
冷 賞90日 乳 250g×2 **1096円(税込1184円)** 通常税込1242円
生乳(北海道)

特
トマトの旨味でぐんとコクのあるひと皿
Happy MOTHER'S DAY

特
福永産業(福岡県・遠賀町)でお届けします。
15 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし170g×2
凍 賞30日
170g×2 **1360円(税込1469円)** 通常税込1480円
鹿児島県

特
辛味が少なく、甘みが強い玉ねぎです。サラダに最適。減農薬栽培。
江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんの玉ねぎ
16 1kg 270円(税込292円)
17 5kg 1200円(税込1296円)
神奈川県 [放]不検出 <2.8 <3.2

文旦(ザボン)の枝変わりとされ、果肉は軟らかで多汁です。農薬3回まで。
無茶々園(愛媛県・西予市)
21 無茶々園のジュシーフルーツ (河内晩柑)
3kg **1498円(税込1618円)**
愛媛県

時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。
通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい
JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)
18 柏田中の完熟トマト
1kg **598円(税込646円)** 通常税込754円
千葉県 [放]不検出 <3.9 <3.2

特
香り・風味が良い、こだわりのひらたけしめじを栽培しています。
山田さん(茨城県・つくば市)
19 山田さんのしめじ(増量)
冷 200g+50g **250円(税込270円)**
茨城県

特
手で開けられる紙容器入り
ナガノトマト(長野県・松本市)
20 あらくつぶしたトマト ビューレづけ2個組
イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ビューレ漬けにしました。トマトを切らずに使えます。
390g×2 **440円(税込476円)** 通常税込496円

香り立つパニラビーンズを使用した無添加アイスです
久保田食品(高知県・南国市)
22 夢中熱中 パニラとあずきの最中
北海道十勝産小豆を使い手間をかけ炊き上げた自家製粒あんと素材のおいしさが際立つパニラアイスの最中。
凍 乳小 110ml **120円(税込130円)**
生乳・小豆(北海道)

ちょっと豪華なちらし寿司
特
うなぎちらし
大黒淡水(静岡県・焼津市)
24 70g×2 1880円(税込2030円) 通常税込2138円
たれ・山椒付
25 70g×3 2780円(税込3002円) 通常税込3132円
たれ・山椒付
うなぎ(愛知県)

特
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
23 紅鮭スモークサーモン (2パック)
塩のみで味付けし、「冷凍方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。
凍 賞180日
70g×2 **898円(税込970円)** 通常税込1016円
紅鮭(アラスカ)

とっておきのワインでお祝い♪
特
井筒生ワイン
井筒ワイン(長野県・塩尻市)
27 赤 720ml 1590円(税込1749円)
28 白 720ml 1590円(税込1749円)
ぶどう(長野県)
29 スパークリング・ロゼ
爽快な飲み心地の、口当たりの良い酸化防止剤無添加のスパークリングワイン。原材料:ぶどう、炭酸ガス
500ml **1205円(税込1326円)**
ぶどう(長野県)

【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
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

お母さん、いつもありがとう
この時期一番人気の
「柏田中の完熟トマト」
(贈答用)

柏田中の完熟トマトのポイント!
★お届け直前まで熟して甘さ抜群!
★早もぎした市販のトマトよりも栄養価が高い!
※日本食品分析センターにて実証

※離島、沖縄には配達できません



組合員さんからのクチコミ

ブチトマト以外は食べない娘が「ドレッシング、かけなければ良かった〜」と後悔するほど美味しかったです。(つくば市:Mさん)

※母の日の前日までのお届けとなります。
※折り込みの「宅配用紙」にお届け情報をご記入ください。

30 宅配 柏田中の完熟トマト
毎シーズン一番人気のJAいちかわの完熟トマト。寺田さん、鈴木さんが丹精込めて作った完熟トマトを厳選。
4kg 3980円(税込4298円)
千葉県

気温が高くなってきました
濃い甘〜いトマトで水分補給♪
大木さん「中玉トマト」

中玉トマトは「フルティカ」という品種で、この大きさでは最高レベルの糖度です。滑らかな舌触りと弾力性のある食感をお楽しみください。

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、まるでフルーツ。うっとりします(ニックネーム:よっしーさん)

お父さんである正一さんから引き継いで、息子の「陽介」さんがメインで作っています。
大木陽介さん
大木さん(茨城県・常総市)

31 大木さんの中玉トマト
大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。
300g 368円(税込397円)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3

旬を味わおう 天然の山菜を直送! 最終

生産者木村さん達が、注文後に山に入り、山菜を収穫します。

行者にんにく
木村さん達(青森県・青森市)
32 天然行者にんにく
通常のニンニクよりも「アリシン」を多く含み、疲労回復・新陳代謝促進作用があるとされています。
約50g 298円(税込322円)
青森県

たらの芽
木村さん達(青森県・青森市)
33 天然ごごみ(八甲田産)
軽いぬめりと甘味、歯切れの良さが特長のシダ科の山菜(草蘇鉄の若葉)です。アク抜きは不要です。
約50g 320円(税込346円)
青森県

今回のみ
留目さん(青森県・青森市)
34 天然たらの芽(八甲田産)
春の香りを告げる山採りのたらの芽です。天ぷらは春ならでは一品。さつと塩茹でしておひたしや和え物に。
約50g 340円(税込367円)
青森県

初夏に食べられるみかん!?
南津海(なつみ)

見た目は「温州みかん」にそっくり!熟成期間が長いので旨味が凝縮され、甘味と酸味のバランスがまるで温州みかんのよう。生産量が少なく、初夏に出回る柑橘です。大きさは約8cmほどでみかんより一回りほど大きいサイズ。皮が少しデコボコしていますが手で剥くことができ、中の皮もそのままお召し上がりいただけます。

37 無茶々園のひょう柑
適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。
1kg(3~5玉) 554円(税込598円)
愛媛県

38 ニューサマーオレンジ
白いワタ部分に苦味が少ないので黄色い皮だけをむき、一緒に食べると美味しい。減農薬栽培。
約600g 398円(税込430円)
愛媛県

39 無茶々園の甘夏
適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。減農薬栽培。
1kg 398円(税込430円)
愛媛県

40 無茶々園の甘夏
適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。減農薬栽培。
1kg 398円(税込430円)
愛媛県

41 松永さんの甘夏
駿河湾から駆け上がりの年中温暖な急斜面に、レモン、ピワと混植しています。農薬無散布。
3玉 360円(税込389円)
静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

42 甘夏
大紀コブファーム(奈良県・五条市)
1.2kg(3~5玉) 416円(税込449円)
三重県

43 ジューシーフルーツ
果肉は軟らかく多汁で爽やかな柑橘。落果防止剤は使用していません。農薬無散布。
800g 399円(税込431円)
鹿児島県

From 木下農園 From 無茶々園

35 南津海(なつみ)
糖度13~14度、酸1%前後と味のバランスがよく、果肉は、柔軟多汁で風味が良好です。減農薬栽培。
600g 520円(税込562円)
愛媛県

36 無茶々園のなつみ
カラマンダリンとポンカンの掛け合わせ。甘みが強く、皮が薄く、食べやすいのが特徴。農薬0~3回使用。
700g以上(6玉) 554円(税込598円)
愛媛県

44 2Sサイズ 約800g~1kg 720円(税込778円)
45 4Sサイズ 約500g~600g 520円(税込562円)
沖縄県

46 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。
200g×2 698円(税込754円)
茨城県 [放] 不検出 <1.0 <1.0

47 りんご(ふじ)
佐々木さん達(青森県・三戸町)
4玉 498円(税込538円)
青森県

48 バナナ
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
約450~600g 310円(税込335円)
千葉県(タウンベス地域)

石表島から南国フルーツをお届け

樹上で完熟させました。芯まで食べられると毎年好評。減農薬栽培。

アララガ農園・池村さん(沖縄県・西表島)

池村さんのパイナップル(ピーチ種)

44 2Sサイズ 約800g~1kg 720円(税込778円)
45 4Sサイズ 約500g~600g 520円(税込562円)
沖縄県

シーズ最終

果汁が豊富なうえ甘さが際立つ品種です。この時期でも楽しめるよう収穫後低温貯蔵したりんごをお届けします。減農薬栽培。

47 りんご(ふじ)
佐々木さん達(青森県・三戸町)
4玉 498円(税込538円)
青森県

もっちりした食感と甘味が◎
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・化学合成肥料を使用していないものをお届けします。

48 バナナ
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
約450~600g 310円(税込335円)
千葉県(タウンベス地域)

料理の薬味にどうぞ

49 にんにく
岩間さん達(青森県)
ホワイト種より外皮は紫がかって見えた目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。減農薬栽培。
約70g 240円(税込259円)
青森県 [放] 不検出 <3.6 <3.4

50 しょうが
大紀コブファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)
爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。
100g 159円(税込172円)
高知県

麺類、お刺身、お肉にも♪

51 大葉
作本さん達(熊本県・熊本市)
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。
10枚 138円(税込149円)
熊本県

52 ニラ
上野さん達(栃木県・上三川町)
栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農薬無散布。
1束(約100g) 130円(税込140円)
栃木県

鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ

53 もやし
イバラキ食品(茨城県・石岡市)
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。
250g 51円(税込55円)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

54 中村さんのピーリーフ
中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)
約20種類の品種を使って作ったピーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。
40g 160円(税込173円)
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

55 長島さんのレタス
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
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。
1玉 250円(税込270円)
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

56 長島さんのサニーレタス
1玉 170円(税込184円)
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

57 きゅうり
藤嶋さん(熊本県・天草市)
ハウス栽培にて農薬をできるだけ減らして栽培しました。そのまま、またはぬか漬、三五八漬などでどうぞ。減農薬栽培。
3本 198円(税込214円) 通常税込248円
熊本県

58 ミニトマト
右田さん達(熊本県・芦北町)
約150g 220円(税込238円)
熊本県

59 初恋スマートミニトマト
藤嶋さん、瀧本さん(熊本県・天草市)
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。
約180g 276円(税込298円)
熊本県

おきたま興農舎・丹野さん達(山形県・高島町)より

おかひじき

山形県置賜地方の伝統野菜です。おかひじきはカロチンをはじめ、カルシウム、カリウム、鉄、マグネシウムなどのミネラルが多く、ビタミンA・Cも豊富に含まれている栄養豊富な野菜です。



おかひじきとお豆のサラダ

まずはさっと湯がいてから醤油で和えてお召しあがりください。卵焼きに入れたり、サラダやパスタの具にと、癖が無いので何にでも使えます

ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布。



からし醤油でどうぞ

無農薬



おきたま興農舎・丹野さん達(山形県・高島町)

60 おかひじき

100g 198円(税込214円)

山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0

春作のブロッコリーが最盛期♪



P7169 マイルドポークウインナーを使って簡単炒め物。火を通すと甘味が増します♪



無農薬

井上さん(埼玉県・美里町) 61 春ブロッコリー

埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

春作のブロッコリーが最盛期を迎えています。埼玉県美里町の生産者・井上さんが農薬を使わずに育てています。

ブロッコリーの栄養

ブロッコリーには美容や風邪予防によいとされるビタミンCや、酸化作用のあるβカロテンが豊富に含まれています。またビタミンKや葉酸も多く含まれています。ビタミンKは出血時の血液を凝固させる働きや、骨からカルシウムが溶け出すのを防ぐ働きがあります。

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。

予告!

四季を感じながら、生産者とつながろう!

5月から地場の有機野菜セットがスタートします!

旬の野菜は味がのって美味しいだけでなく、栄養価も高く良い面がたくさんあります。また、顔が見える生産者の野菜をいただくということは、「自分の食を支えてくれる人を知る」事でもあります。旬を知り、鮮度の高い野菜を食べ、つながりを持っていきましょう。

地場の有機野菜セット

- ★農薬無散布
- ★化学肥料不使用
- ★良質な堆肥・ボカシ肥料を使用



登録はこちら!



詳しい生産者の情報は、折り込みチラシをご覧ください。



浅野さん(茨城県・常総市)

62 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。

1束 約200g 190円(税込205円)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



微生物農法の会・宮内さん達(茨城県・行方市)

63 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。

1束(約200g) 176円(税込190円)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

64 小松菜

1束(約150g) 150円(税込162円)

茨城県

蒸して温野菜でどうぞ!

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。



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

65 チンゲン菜

2~3株 142円(税込153円)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6



井上さん達(埼玉県)、溝口さん達(北海道)

66 グリーンアスパラ

甘みがあり、きめが細かく、繊維が粗くない、食味良好のアスパラです。農薬無散布。

約100g 275円(税込297円)

埼玉県、北海道 [放] 不検出 <4.2 <3.4



井上さん達(埼玉県)

67 紫アスパラ

生で食べられるアスパラ。薄くスライスしてサラダどうぞ。茹でると紫色は抜けてしまいます。農薬無散布。

約100g 280円(税込302円)

埼玉県 [放] 不検出 <3.9 <4.2



井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)

68 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



福山さん達(宮崎県・新富町)

69 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g 194円(税込210円)

宮崎県



上野さん達(栃木県・上三川町)

70 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



木村農園(茨城県・つくば市)

71 木村さんのかぶ

漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。

1束(4~5玉) 183円(税込198円)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



熊崎さん達(愛知県・南知多町)

72 大根

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) 198円(税込214円)

愛知県



福田さん達(沖縄県・宮古島)

73 かぼちゃ(カット)

ホクッとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。

500g前後 450円(税込486円)

沖縄県



飯野農園(茨城県・つくば市)

74 飯野さんのにんにくの芽

品種は嘉定(かじょう)。油や肉と相性が良く、強い甘みがあります。自家採種のタネ、農薬・化学肥料不使用。

100g(10本前後) 350円(税込378円)

茨城県



あゆみの会・池田さん達(北海道)宮城さん達(茨城県)

75 人参(不揃い)

正規品ではなく規格が大小混在、若干の奇形が入る場合があります。予めご了承の上ご利用ください。農薬無散布・化学肥料不使用。

500g 170円(税込184円)

北海道または茨城県



久保さん(鹿児島県・伊仙町)

76 新じゃがいも(ニシユタカ)

新じゃがいもならではの甘味・風味をお楽しみ下さい。減農薬栽培。

800g 498円(税込538円)

鹿児島県



上村さん達(青森県・八戸市)

77 長芋

産地に貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g 220円(税込238円)

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。

林田さん達(長崎県・南島原市)

78 新玉ねぎ

1kg 410円(税込443円)

79 3kg

1100円(税込1188円)

長崎県



きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がるとされる「食物繊維」が多く含まれています。



安田さん(福島県・郡山市)

82 安田さんのなめこ

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

70g 115円(税込124円)

福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



丸金(長野県・長野市)

80 えのき茸

一般的に使われている輸入のコーンコブ(とうもろこしの粉)は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。

200g 208円(税込225円)

長野県



丸金(長野県・長野市)

81 ブラウンえのき茸

野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。

200g 218円(税込235円)

長野県



村上さん(栃木県・高根沢町)

83 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g 196円(税込212円)

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)

84 ホワイトマッシュルーム

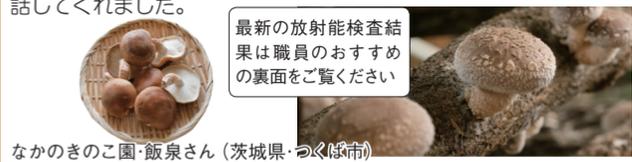
床土には馬糞肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。

100g 248円(税込268円)

千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

生産者にフォーカス「原木しいたけ」

「原木栽培のしいたけは食感がしっかりしていて味・香りが濃厚で歯応えと味の違いは食べてもらえばわかりますよ」と代表の飯泉さん。主売である菌床栽培のしいたけは3~4ヶ月で出荷できますが、原木栽培では種菌を植えてから収穫まで半年~2年ほどの時間がかかります。原木を並べる広いスペースも必要となつて、重い原木を運ぶのは重労働です。飯泉さんは「時間や手間がかかっても、しいたけ本来の旨味や食感を味わえるのが原木しいたけです。私たちは本当においしいきのこを食べてもらいたいという思いで、日々試行錯誤しながらしいたけを育てているんです」と話してくれました。



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

85 A品

100g 210円(税込227円)

茨城県

86 B品

200g 225円(税込243円)

茨城県

最新の放射能検査結果は職員のおすそめ裏面をご覧ください

冷蔵

母の日はまぐろで!

1つの花でまぐろスライス約3枚使用

切り落としスライスで作りました!

オーロラソース
マヨネーズ大2
ケチャップ大3

まぐろのカーネーションサラダ

特

マストミ (徳島県・徳島市)

87 めばちまぐろ切り落としスライス

太平洋上で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して丼などで美味しく召し上がれます。

凍 15日 100g **465円** (税込 **502円**) 通常税込 **518円**

めばちまぐろ (太平洋)

特

マストミ (徳島県・徳島市)

2食入

88 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)

鮮度の良いピンチョウ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合います。

凍 30日 80g×2 **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**

ピンチョウマグロ (太平洋)

特

マストミ (徳島県・徳島市)

たっぷり4袋入!

89 キハダまぐろのたたき(徳用)

クセがなくあっさりした味わいのキハダまぐろを使用。なめらかな食感とまぐろの甘みが楽しめます。

凍 20日 40g×4 **580円** (税込 **626円**) 通常税込 **648円**

キハダまぐろ (太平洋)

塩屋さんおすすめ! レンジ調理で絶品パスタ!

電子レンジで簡単! **アクアパッツアのパスタ**

◆材料(約2人前)

真たらのアquaパッツア 1セット
パスタ(乾麺) 100g
水 450cc
オリーブオイル又はバター 適量

◆作り方

- 1 パスタを二つ折りにして深めのお皿又は耐熱容器に敷く。
- 2 添付タレを水で溶いてパスタの上にかける。
- 3 具材を全て入れて、軽くラップ又は蓋をして600Wで14分ほど加熱(機器によって加熱時間は変わります)。
- 4 パスタをかき混ぜて食べ頃であればオリーブオイルを回し入れる。又はバターを置いて出来上がり。

特

フライパンやお鍋で簡単に出来上がります。魚介類の旨味を引き出すトマトベースのアクアパッツアです。

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

2~3人前

90 真たらのアquaパッツア

凍 60日 具材310g、タレ25g×2 **830円** (税込 **896円**) 通常税込 **918円**

真たら・あさり・いか(国内産)

凍ったままさっと洗って調理してください

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

91 国内産冷凍あさり

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 **386円** (税込 **417円**)

あさり(熊本県、愛知県、三重県、千葉県) [放]不検出<3.4<4.0

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

92 酒沼のしじみ(冷凍)

全国でも有数の産地、地元酒沼より高鮮度そのまま冷凍してお届けします。

凍 30日 200g **360円** (税込 **389円**)

やまとしじみ(茨城県) [放]不検出<3.6<3.8

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

93 からふとししゃも丸干(おす)

オスのししゃもは、卵に栄養分が取れないので身がおいしいです。焼いてどうぞ。

凍 180日 300g **298円** (税込 **322円**) 通常税込 **378円**

からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

94 天日干しアジ

佐賀県に水揚げされたアジを開き、潮風と太陽で干し上げる「天日干し」にしました。干物の定番です。

凍 30日 4枚210g以上 **548円** (税込 **592円**)

真あじ(佐賀県)

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

95 塩屋の干物セット(2種)

さんま2枚、あじ2枚 **555円** (税込 **599円**) 通常税込 **626円**

さんま(国内産)、あじ(オランダ)

特

さんま&あじの定番2種セット!

塩屋自慢の2種の干物をお得なセットにしました。朝食にも夕食にも重宝する組み合わせです。

丸一商店(千葉県・南房総市)

96 さば一夜干し

脂のりの良いノルウェー産のさばを一夜干しに仕上げました。

凍 120日 2枚 片身2枚200g **398円** (税込 **430円**)

真さば(ノルウェー)

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

98 しまほっけ一夜干し

アメリカまたはロシア産の大きなしまほっけを塩水漬けて一夜干しました。解凍して焼いてどうぞ。

凍 30日 2枚330g **620円** (税込 **670円**)

しまほっけ(アメリカ、またはロシア)

及川冷蔵(若手県・大船渡市)

99 骨抜きさんま天日干し

小ぶりなさんまの頭、内臓、中骨を取り除き、塩麹に漬けて天日干しました。

凍 180日 4尾150g **395円** (税込 **427円**)

さんま(若手県)

特

フライパンで簡単に調理できます

山陰沖で漁獲されたさばを独自の氷温製法で旨味を凝縮し、甘口ののみりん醤油で味付けしました。

ダイマツ(鳥取県・米子市)

100 氷温造り山陰産さばのみりん漬

凍 180日 5切285g **350円** (税込 **378円**) 通常税込 **394円**

さば(山陰)

ダイマツ自慢の氷温造りシリーズ

ダイマツ(鳥取県・米子市)

101 氷温造りシルバー醤油漬

主にニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を甘口ののみりん醤油に漬けました。

凍 180日 4切220g **450円** (税込 **486円**)

シルバー(主にニュージーランド)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

102 赤魚本仕込み粕漬

アイスランド産の赤魚を使用。石巻の墨廻江(すみのえ)酒造の酒粕に、72時間漬けた本仕込みの粕漬です。

凍 180日 2切(約140g) **460円** (税込 **497円**)

赤魚(アイスランド)

石巻の銘産「墨廻江(すみのえ)酒造」の酒粕使用

ヤマサコウショウ(宮城県・石巻市)

102 赤魚本仕込み粕漬

アイスランド産の赤魚を使用。石巻の墨廻江(すみのえ)酒造の酒粕に、72時間漬けた本仕込みの粕漬です。

凍 180日 2切(約140g) **460円** (税込 **497円**)

赤魚(アイスランド)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

103 寒さば西京漬

長崎産の脂のりの良い真さばを使用。鳴門魚類特製の西京味噌床に2日間漬けて、熟成させました。

凍 30日 片身2枚180g以上 **480円** (税込 **518円**)

真さば(長崎県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

104 雄武秋鮭のみりん漬

北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自調合した塩みりに漬けてみました。とてもまろやかです。

凍 30日 140g(2切) **528円** (税込 **570円**) 通常税込 **592円**

秋鮭(北海道)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

105 真あじフィーレ

長崎産の旬の真あじを食べやすく3枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。

凍 30日 片身5~8枚前後200g **440円** (税込 **475円**)

真あじ(長崎県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

106 さばフィーレ(甘塩)

鮮度の良い真さばを甘塩仕立てに仕上げました。

凍 30日 片身2枚200g **398円** (税込 **430円**)

真さば(長崎県、佐賀県)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

106 さばフィーレ(甘塩)

鮮度の良い真さばを甘塩仕立てに仕上げました。

凍 30日 片身2枚200g **398円** (税込 **430円**)

真さば(長崎県、佐賀県)

千倉水産加工販売女川工場(宮城県・女川町)

107 国産塩さば切身

寒の時期に日本海で漁獲した大きめのさばを三枚におろして切身に。程良く塩味をつけました。

凍 180日 4切320g **480円** (税込 **518円**)

さば(国内産)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

108 塩さんま

さんまの頭と内臓をとり、1尾ずつの個包装にしました。必要な量だけ使えて便利です。

凍 75g×3 **480円** (税込 **518円**)

さんま(北海道、三陸) [放]不検出<3.8<3.5

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

109 子持ち浅羽かれい切身(2切)

漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。

凍 180日 2切200g **390円** (税込 **421円**)

浅羽かれい(アラスカ)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

110 子持ち浅羽かれい切身(3切)

漁獲後、船上で頭、内臓を取り、急速凍結した鮮度の良い浅羽かれいです。成熟卵を抱えたものを切身に。

凍 180日 3切300g **554円** (税込 **598円**)

浅羽かれい(アラスカ)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

111 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)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

112 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)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

113 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)

北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。

凍 30日 70g×3 **548円** (税込 **592円**)

秋鮭(北海道)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

114 ブラックタイガー 2L

インドネシア・スラウェシ島で粗放養。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。

凍 180日 8尾前後180g **845円** (税込 **913円**)

ブラックタイガー(インドネシア)

共和水産(若手県・宮古市)

115 フライパンで出来る! 三陸いか一夜干カット

三陸北部沖で漁獲した新鮮なするめいかを一夜干しし、食べやすいようにカット。フライパンで焼いて。

凍 180日 180g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**

するめいか(三陸北部沖)

きびなご(鹿児島県)

116 きびなごさっぱり漬

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

凍 80g **320円** (税込 **346円**)

きびなご(鹿児島県)

やまた水産(鹿児島県・阿久根市)

116 きびなごさっぱり漬

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

凍 80g **320円** (税込 **346円**)

きびなご(鹿児島県)

水産品の放射能検査について

・調査対象漁獲海域：関東1都3県と静岡県太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

ちょっと特別な食卓に!

大活躍の徳用パック!



特

鮭のレモンマリネ

シーフードの旨みたっぷりパエリアで!



特

しめさば、しめさば昆布締め、かぶら漬のセット



特

脂のり抜群の一本釣りかつお!



特

照り焼き風のつくねにして!



特

美味しいたこめしをプレゼント!



特

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

117 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切

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。

凍 180日

10切 550g **1480円(税込1598円)** 通常税込1663円

紅鮭(ロシア)

カネキ水産(愛知県・蒲郡市)

118 シーフードミックス

いか、えび、ほたて貝をミックスし、バラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具などに。

凍 90日

210g **398円(税込430円)** 通常税込464円

いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

119 しめさば3種セット

真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍後、適当な大きさに切ってください。

凍 180日 米 大小

3枚 300g **680円(税込734円)** 通常税込754円

さば(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.4

ヤマボン(静岡県・焼津市)

120 焼津港の ところかつお炭火焼き

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

凍 30日

150g **465円(税込502円)** 通常税込518円

かつお(日本太平洋沖合北部)

マストミ(徳島県・徳島市)

121 まぐろつみれ

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。

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)

カネキ水産(兵庫県・神戸市)

122 明石蛸たこめしの素(2合用)

年間を通じて旨味のある、明石浦産の真だこを使用。お米と一緒に炊き込むだけで召し上がれます。

凍 90日 米 大小

240g (凍100g凍140g) **640円(税込691円)** 通常税込713円

真だこ(兵庫県)

ダイマツ(鳥取県・境港市)

123 水温熟成たらこ(切り)

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

凍 180日

90g **380円(税込410円)**

すけとうだらの卵(ロシア)

ダイマツ(鳥取県・境港市)

124 水温熟成辛子明太子(切り)

厳冬期のロシア産の原料を使用。魚卵業界では唯一の「水温熟成」で仕上げました。お得な切りです。

凍 180日 米 大小

90g **380円(税込410円)**

すけとうだらの卵(ロシア)

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

※イメージ

共和水産(岩手県・宮古市)

125 三陸若手 いかの糸造り

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・船橋市)

126 猿払産 刺身用ほたて貝柱

オホーツク海に面する猿払(ざるふつ)は、海流や地形などの自然環境に恵まれ、美味しいほたてを育てます。

凍 180日

6~8粒100g **498円(税込538円)**

ほたて貝柱(北海道)

ヤマボン(静岡県・焼津市)

127 焼津港の ところかつお炭火焼き炙り丼

7月~10月にかけて日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りの鰹を炭火焼きにし、無添加たれに漬けました。

凍 30日 米 大小

110g (固形量80g+たれ30g) **418円(税込451円)**

かつお(日本太平洋沖合北部)

千倉水産加工販売 女川工場(宮城県・女川町)

128 ごはんがすすむ! 真ほっけ蒲焼(タレ付)

骨を取り切身にした後、小麦粉をまぶしました。両面を焼き、添付タレをからめてどうぞ。

凍 180日 米 大小

5~7枚180g タレ50g **398円(税込430円)**

真ほっけ(北海道)

ダイマツ(鳥取県・米子市)

129 水温造り あじの南蛮漬

日本海産の真あじを食べやすく下処理し、国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。

凍 180日 米 大

220g **320円(税込346円)**

真あじ(日本海)

平庄商店(北海道・根室市)

130 さんまぼろぼろ

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

凍 180日 米 大小

110g **298円(税込322円)**

さんま(北海道)

大新(鳥取県・境港市)

131 あじごぼうつみれ

国内産のあじとイトヨリダイのすり身に、国産のごぼう、玉ねぎを加えました。

凍 180日 米 大小

160g **338円(税込365円)**

あじ(国内産)

湯煎でOK!

特

個包装で便利!

松岡水産(千葉県・銚子市)

132 さばのみぞれ煮

うまみを逃がさない真空調理法により仕上げました。加熱調理済みの個食パックです。

凍 180日 米 大小

180g(固形量120g)×2 **430円(税込464円)** 通常税込486円

さば(ノルウェー)

ダイマツ(鳥取県・米子市)

133 水温造り さばの味噌煮

ノルウェー産のさばを信州みそベースのみそ煮にしました。湯煎するだけですぐに食べられます。

凍 180日 米 大小

80g(固形量50g)×4袋 **550円(税込594円)**

さば(ノルウェー)

女性目線でつくる土佐佐賀産直の加工品

組合員さんからの **クチコミ**

土佐のお魚セットとてもおいしく大好きです。このあたりのスーパーであまり売っていないお魚を入れてもらえると嬉しいです。このあたりのおさかなは同じものばかりなので。(つくばみらい市:Mさん)

簡単な調理法を添付!

特

土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町)

134 土佐の色々セット(2種セット)

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

凍 40日

2種 400g以上 **880円(税込950円)** 通常税込972円

フライパンで少ない油でも調理できます

「土佐沖獲れあじ」のフライ

土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町)

135 さば電田揚げ

高知県沖で獲れた鮮度抜群のさばを醤油、みりん、酒に漬け込み電田揚げにしました。凍ったまま揚げてください。

凍 40日 米 大小

150g **430円(税込464円)**

さば(高知県)

土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町)

136 あじフライ

土佐沖で獲れたあじを丁寧に下処理後、フィーレにしてフライ用にしました。凍ったまま揚げてください。

凍 40日 米 小

3~5枚100g **520円(税込562円)**

あじ(高知県)

氷水でしっかりと冷しながら練ることでふっくらジューシーに!!

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

12 牛豚合挽肉 626 パン粉 663 デミグラス風ソースルゥ

手作りハンバーグ

◆材料(4人分)

牛豚合挽肉 300g
 玉ねぎ 1/2個
 卵 1個
 パン粉 1/2カップ
 牛乳 50cc
 塩・こしょう 少々
 デミグラス風ソースルゥ 適量

◆作り方

- 玉ねぎはみじん切りにして、炒めて冷ましておく。パン粉は牛乳に浸しておく。
- 氷水につけたボウルに、ひき肉と冷ました玉ねぎ、卵、パン粉、塩・こしょうを入れて粘りが出るまでよく練る。
- タネを4等分して、手でたたきながら表面がつるつるになるように形を整える。
- フライパンにサラダ油を熱して、中火で焼く。焼き目がついたら裏返してふたをして弱火で蒸し焼きにする。
- お皿にハンバーグを取り出し、フライパンに残った余分な脂をキッチンペーパーで取り除く。
- ⑥のフライパンにデミグラス風ソースルゥと水を入れ、とろみがつくまで煮詰めハンバーグにかける。

※お好みの野菜を付け合わせに ※パン粉の代わりに650あげ麩でも(お肉の分量の1割が目安)

切り取ってご活用ください

春のお友だち紹介キャンペーン

今回はお友達、組合員さんの両方にシュークリームをプレゼント!

2021年5月31日(月)お申し込み分まで

紹介いただいた組合員さんも、新しく加入されたお友達にも嬉しい特典がいっぱい!

紹介された方の特典 **お友達にプレゼント!**

完熟トマトの爽やかマリネセット

セット内容

柏田中の完熟トマト 1kg
 新玉ねぎ 1kg
 食酢 360ml
 + Present アーモンドクッキーシュー 3個

紹介者の特典 **組合員にプレゼント!**

3000円分相当の常総生協利用クーポン券をプレゼント

1枚1,000円に相当し、注文提出時に添付していただく商品代金からご精算致します。出資金への振替も可能です。

ご紹介ありがとうクーポン 3,000円分プレゼント!

◆今なら! Present アーモンドクッキーシュー 3個

母の日のお祝い膳に



特



福永産業 (福岡県・遠賀町)
137 特大 鹿児島 坊津黒牛 すき焼き用
霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りにしました。
凍 賞30日
モモ、バラ 500g **2530円**(税込) **2732円**(通常税込 2786円)
鹿児島県



特



福永産業 (福岡県・遠賀町)
138 徳用 鹿児島 坊津黒牛 モモしゃぶしゃぶ用
程良い霜降りの入った赤身主体のモモ肉をうす切りにしました。
凍 賞30日
300g **1450円**(税込) **1566円**(通常税込 1598円)
鹿児島県



特



福永産業 (福岡県・遠賀町)
139 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用×2
モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。
凍 賞30日
170g×2 **1770円**(税込) **1912円**(通常税込 1944円)
鹿児島県



特



福永産業 (福岡県・遠賀町)
140 国産牛 ロース焼肉用
適度な脂肪を含みコクのあるカタルース、リブロースを焼肉用にカットしました。
凍 賞30日
150g **810円**(税込) **875円**(通常税込 900円)
福岡県、大分県



特



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
141 茨城牛(山方)モモ ローストビーフ用
常陸大宮市(旧山方町)のF-1牛(ホルスタイン種と黒毛和種の交雑種)のモモ肉をブロックでお届けします。
冷 賞6日
モモ 300g **1750円**(税込) **1890円**(通常税込 1944円)
茨城県



特



田仲さん達 (茨城県・桜川市)
142 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン
つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。
凍 賞180日 乳
160g **340円**(税込) **367円**(通常税込 378円)
鶏肉 (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。

手作り焼き豚で！
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。

焼き豚

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
143 ローズポーク 肩ブロック
冷 賞6日 400g **610円**(税込) **659円**
茨城県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
144 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
145 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
146 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
13 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

焼肉におすすめの希少部位

中津ミート (神奈川県・愛川町)
147 中津トントロ焼肉用
1頭から約300gしか取れない希少部位のトントロを、焼肉用にカットしました。焼肉、炒め物に。
凍 賞120日 200g **488円**(税込) **527円**(通常税込 538円)
神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)
148 中津豚カシラ(ホホ肉)
豚のカシラ(ホホ)肉です。1頭から約300gしかとれない希少な部位です。しっかりとした肉質。
凍 賞120日 200g **475円**(税込) **513円**(通常税込 524円)
神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)
149 中津豚モモブロック
赤身主体でやわらかいモモ肉のブロック。煮物、焼き物、カツ等にどうぞ。
冷 賞4日
400g **860円**(税込) **929円**
神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)
150 中津豚ロース しょうが焼用
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。厚さ5mm。
冷 賞4日
200g **545円**(税込) **589円**
神奈川県

JA全農いばらき (茨城県) 野口商店
155 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

中津ミート (神奈川県・愛川町)
151 中津豚ロース しゃぶしゃぶ用
きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ約2mmにスライスしました。
冷 賞4日
200g **550円**(税込) **594円**
神奈川県

広島風お好み焼き

ホットプレートでお好み焼き！
脂と赤身が層になったバラ肉を約3mmにスライス。肉巻きや炒め物、鍋など様々な料理に。

中津ミート (神奈川県・愛川町)
152 中津豚バラスライス
冷 賞4日 200g **460円**(税込) **497円**
神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)
153 中津豚小間切
各部位から集めています。火の通りが良いので野菜炒め、カレーなどに。
冷 賞4日
200g **360円**(税込) **389円**
神奈川県

中津ミート (神奈川県・愛川町)
154 中津豚挽肉
赤身率8割以上の挽肉。豚そばろ、肉団子などに。
冷 賞4日
200g **355円**(税込) **383円**
神奈川県

100gあたり 約133円

中津ミート (神奈川県・愛川町)
154 中津豚挽肉
赤身率8割以上の挽肉。豚そばろ、肉団子などに。
冷 賞4日
200g **355円**(税込) **383円**
神奈川県

味付け肉で手軽にあと一品♪

※調理例

中津ミート (神奈川県・愛川町)
156 中津豚こま味噌漬
豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。
冷 賞6日 鶏米大 200g **415円**(税込) **448円**
豚肉 (神奈川県)

※調理例

中津ミート (神奈川県・愛川町)
157 中津豚ロース 塩こうじ漬
豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。
冷 賞6日 米 2枚200g **550円**(税込) **594円**
豚肉 (神奈川県)

鶏肉

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

100gあたり 約176円

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
158 つくば茜鶏 ムネ
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。
凍 賞180日
300g **370円**(税込) **400円**
茨城県

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
159 つくば茜鶏 モモ
ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良く、味にコクがあります。
凍 賞180日
300g **490円**(税込) **529円**
茨城県

田仲さん達 (茨城県・桜川市)
160 つくば茜鶏 ムネモモ小間切
ムネ肉とモモ肉を一口大にカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。煮物、炒め物に。
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)
161 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)
162 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)
163 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)
164 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)
165 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

最盛期の柏田中トマトと新じゃがで!
新感覚の肉じゃが

トマトじゃが

- ◆材料
- じゃがいも..... 3個
 - 人参..... 1/2本
 - 玉ねぎ..... 1個
 - トマト..... 3個
 - いんげん..... 100g
 - にんにく..... 1片
 - 牛切り落とし..... 170g
 - 水..... 1カップ
 - 砂糖..... 大1
 - A 醤油..... 大2
 - 酒..... 大2
 - みりん..... 大1
 - オリーブオイル..... 適宜
 - パセリ..... 適宜

- ◆作り方
- じゃがいもは4つ切りにして水にさらす。人参は1cm幅の半月切り、玉ねぎはくし切り、トマトは大きめに切る。いんげんは茹でて3等分にする。
 - 鍋にオリーブオイルと薄切りにしたにんにくを入れて炒め、香りが立ったら牛肉を炒める。色が変わったら、じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマトを炒める。
 - 油がまわったら水を加え、ひと煮立ちしたらAで調味し、煮含める。出来上がりにいんげんを入れる。
 - 器に盛り、みじん切りにしたパセリをちらす。



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。

冷蔵 賞6日
200g **645円**(税込**697円**)
茨城県



田中さん達(茨城県・桜川市)
167 つくば黒鶏 挽肉
ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。
凍 賞180日
500g **660円**(税込**713円**)
茨城県

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。

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。

ビーフカレーにはこれ!

福永産業(福岡県・遠賀町)
168 鹿児島 坊津黒牛 カレーシチュー用250g
モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカットにしました。おおよそ4~5人分です。
凍 250g **1000円**(税込**1080円**)
鹿児島



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
169 鎌倉マイルドポークウィンナー×2
焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。
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



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
170 鎌倉つかいっきりポークウィンナー×3
使い切りサイズのポークウィンナーを、お得な3パックセットにしました。
冷蔵 賞10日
49g×3 **275円**(税込**297円**)
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
171 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 **500円**(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)
172 鎌倉チョリソー
国内産豚肉で肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。
冷蔵 賞15日
30g×5 **385円**(税込**416円**)
豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
173 鎌倉串ざしフランクフルト
豚肉、塩、香辛料のみ使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。
冷蔵 賞10日
40g×5 **360円**(税込**389円**)
豚肉(国内産)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
174 中津粗挽ウィンナー
ジュシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。
冷蔵 賞7日
120g **290円**(税込**313円**)
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
175 中津バラベーコンスライス
甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。
冷蔵 賞7日
100g **380円**(税込**410円**)
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
176 中津ボンレスハムスライス
自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルに仕上げました。
冷蔵 賞7日
100g **352円**(税込**380円**)
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
177 中津スモークレバー
中津ミートの豚レバーを海塩、三温糖、香辛料のみで味付けし、スモークしました。スライスしてどうぞ。
凍 賞180日
100g **330円**(税込**356円**)
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
178 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 賞180日 卵乳小
180g(30g×6) **335円**(税込**362円**)
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)
179 中津肉団子(甘酢タレ)
中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美味しく、安心できる肉団子です。
冷蔵 賞24日 米大 小
240g(9個入) **417円**(税込**450円**)
豚肉(神奈川県)



ミートバル村山(茨城県・土浦市)
180 村山さんのチャーシュー
村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。
冷蔵 賞7日 米大 小
200g **480円**(税込**518円**)
豚肉(茨城県)

鈴木牧場

ピンは洗ってお返しく下さい
ピンは再利用いたしますので、**食べ終わったらピンを洗って供給担当に返却**ください。ご協力のほどお願い致します。



18 柏田中のトマト×鈴木牧場のヨーグルト
常総生協の人気商品でおいしいデザート

トマトのコンポート

- ◆材料
- トマト... 小5~6個
 - はちみつ... 50g
 - A白ワイン... 大3
 - 水... 180ml
 - ヨーグルト... 適宜
- ◆作り方
- トマトはへたを取り湯むきしておく。
 - 鍋にAを沸騰させ、①を重ならないよう入れ、弱火で落とし蓋をして7~8分煮る。
 - 火を止め、粗熱が取れたら冷蔵庫で一晩おく。
 - 器に盛り、ヨーグルトと煮汁を混ぜたものをかけて頂く。



ピンは再利用します。キャップ内側の白い円ボタンを取って、必ずご返却下さい

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に自家プラントで作りました。ノンホモ(脂肪球を砕いていない)なのでツツツと脂肪のかたまりができますが、口当たりに違和感なく、なめらかでやさしい味です。



鈴木牧場(茨城県・石岡市)
181 プレーン
400g **361円**(税込**390円**)
182 微糖
400g **370円**(税込**400円**)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.4<3.4



鈴木牧場(茨城県・石岡市)
184 石岡鈴木牧場スカルツァ(プレーン)
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。
冷蔵 賞7日以上 乳
40g **292円**(税込**315円**)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.8<4.1



鈴木牧場(茨城県・石岡市)
183 石岡鈴木牧場フレッシュモッツアレラ
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。
冷蔵 賞届いて7~11日 乳
100g **500円**(税込**540円**)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.5<3.2



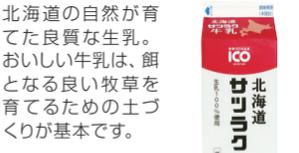
鈴木牧場(茨城県・石岡市)
185 石岡鈴木牧場さけるチーズ(バジル)
鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召し上がりください。
冷蔵 賞14日以上 乳
30g **199円**(税込**215円**)
生乳(茨城県) [放]不検出<3.3<3.1

牛乳・卵

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



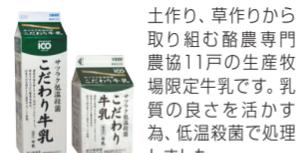
サツラク農協(北海道・札幌市)
9 サツラク低脂肪牛乳
冷蔵 賞15日 乳
500ml **146円**(税込**158円**)
生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5



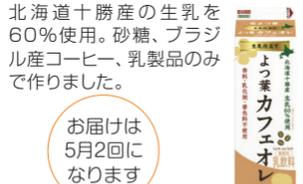
北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。
サツラク農協(北海道・札幌市)
5 サツラク牛乳
冷蔵 賞15日 乳
1ℓ **250円**(税込**270円**)
生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4



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。
サツラク農協(北海道・札幌市)
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)



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。
サツラク農協(北海道・札幌市)
3 1ℓ 302円(税込**326円**)
10 500ml 178円(税込**192円**)
生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.5



北海道十勝産の生乳を60%使用。砂糖、ラジール産コーヒー、乳製品のみで作りました。
よつ葉乳業(北海道・音更町)
186 生乳仕立てよつ葉カフェオレ
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



天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)
契約「やさと仲間」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個入り 卵
6個 **330円**(税込**356円**)
茨城県 [放]不検出<3.5<3.7

契約者、募集中です!
有機農業の循環の中から産まれた卵です



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

187 腸内活性 ヨーグルメイト(プレーン)

ホリ牧場で搾乳した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。

冷蔵 賞21日 乳

380g **550円**(税込**594円**)

生乳(石川県) [放]不検出<4.0<4.0



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

188 腸内活性 ヨーグルメイト(加糖)

ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

冷蔵 賞21日 乳

90g×3 **465円**(税込**502円**)

生乳(石川県) [放]不検出<4.0<4.0



サツラク農協 (北海道・札幌市)

189 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)

190 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18日 乳

80g×3 **212円**(税込**229円**)

生乳(北海道) [放]不検出<3.9<3.1



母の日に手作りデザートを♪

クリームチーズスクレア

トライフル

乳脂肪分47%のフレッシュで純粋な生クリーム。サツラクの新鮮なノンホモ生乳100%使用。



酪王乳業 (福島県・郡山市)

191 牛乳寒天 2個組

生乳を60%以上使用し、練乳でコクをプラスした懐かしい味わいの牛乳寒天。

冷蔵 賞19日 乳

(70g×3)×2 **300円**(税込**324円**) 通常税込**346円**

生乳(福島県)



日本生活協同組合連合会

192 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15日 乳

65ml×10 **178円**(税込**192円**)



北海道酪農公社 (北海道・江別市)

193 北海道 チョーンバター

北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャーン(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。

冷蔵 賞60日 乳

100g **285円**(税込**308円**)

生乳(北海道)



北海道酪農公社 (北海道・江別市)

194 北海道 クリームチーズ

北海道の生乳クリーム100%。チーズケーキや料理のベースに。パンやクラッカーにつけても。

冷蔵 賞60日 乳

100g **285円**(税込**308円**)

生乳(北海道)

195 サツラク北海道 純生クリーム

冷蔵 賞届いて4~7日 乳

200ml **455円**(税込**491円**)

生乳(北海道)

大豆加工品

- ・国産大豆 100% 使用。
- ・豆腐は海水にかりて固め、消泡剤も不使用です。



おかべや (神奈川県・相模原市)

196 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 賞届いて5日 大

330g **189円**(税込**204円**)

大豆(国内産)

197 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 賞届いて5日 大

330g **189円**(税込**204円**)

大豆(国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

200 もめん豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。

冷蔵 賞届いて4日 大

300g **176円**(税込**190円**)

大豆(国内産) [放]不検出<1.2<1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

201 きぬ豆腐

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりて固めました。

冷蔵 賞届いて4日 大

300g **165円**(税込**178円**)

大豆(国内産) [放]不検出<0.9<1.2



おかべや (神奈川県・相模原市)

198 おかべや 萬歳豆腐

国産大豆100%。南大東島の天然にがり100%。冷蔵庫で長期保存できる充填タイプ。消泡剤無添加。

冷蔵 賞20日 大

75g×4 **189円**(税込**204円**)

大豆(国内産)



おかべや (神奈川県・相模原市)

199 おかべや きぬ生揚げ

北海道産大豆・天然にがり100%使用。風味豊かな国産一番搾り菜種油で揚げました。

冷蔵 賞届いて3日 大

2個 **270円**(税込**292円**) 通常税込**302円**

大豆(北海道)



丸和食品 (東京都・練馬区)

202 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 賞届いて6日 大

3枚 **165円**(税込**178円**)

大豆(国内産) [放]不検出<1.5<1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)

203 手揚げ油揚げ

国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。

冷蔵 賞届いて3日 大

2枚 **220円**(税込**238円**)

大豆(国内産) [放]不検出<1.6<1.7

204 ごま入り寄せ豆腐

寄せ豆腐の中に練りごまを加え、栄養価と風味をアップ。しつこくない後味のよい甘みです。

冷蔵 賞届いて4日 大

200g **180円**(税込**194円**)

大豆(国内産) [放]不検出<1.0<1.3



JAやさと (茨城県・石岡市)

208 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、風味のよい納豆です。

冷蔵 賞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



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

209 水府納豆ミニ3 (タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。

冷蔵 賞10日 米 大 小

40g×3 **140円**(税込**151円**)

大豆(茨城県) [放]不検出<3.0<3.4



登喜和食品 (東京都・府中市)

210 十勝の息吹 大粒2P (タレ・カラシ付)

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

冷蔵 賞9日 米 大 小

40g×2 **172円**(税込**186円**)

大豆(北海道)



丸和食品 (東京都・練馬区)

205 きざみ揚げ(冷凍)

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 賞 大

100g **208円**(税込**225円**)

大豆(国内産) [放]不検出<1.2<1.9



丸和食品 (東京都・練馬区)

206 一口厚揚げ

厚揚げを一口サイズにしたもの。形くずれしにくいので、炒め物などにも手軽に使えます。

冷蔵 賞届いて3日 大

8個 **225円**(税込**243円**)

大豆(国内産) [放]不検出<1.1<1.2

207 白和え 2袋

絹ごし豆腐に、こんにゃく、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21日 米 大 小

150g×2 **398円**(税込**430円**) 通常税込**454円**

大豆(国内産)



登喜和食品 (東京都・府中市)

211 遊作納豆 (タレ・カラシ付)

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

冷蔵 賞9日 米 大 小

80g **206円**(税込**222円**)

大豆(茨城県) [放]不検出<3.7<3.7

日配品

- ・こんにゃく: 国産のこんにゃく芋を使用しています。
- ・麺・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)

212 上州産徳用 こんにゃく

群馬県産のこんにゃく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。

冷蔵 賞60日

450g **110円**(税込**119円**)

こんにゃく粉(群馬県) [放]不検出<4.2<3.7



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

213 上州産徳用しらたき

群馬県産のこんにゃく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。

冷蔵 賞60日

400g **110円**(税込**119円**)

こんにゃく粉(群馬県) [放]不検出<3.7<3.5



浜食 (東京都・調布市)

214 洗いもずく 2個組

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10日 米

200g×2 **460円**(税込**496円**) 通常税込**518円**

もずく(沖縄県)

コタニ (岩手県・大船渡市)

215 岩手産生わかめ (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 賞90日

120g **368円**(税込**397円**)

わかめ(岩手県) [放]不検出<3.8<3.7



ニッカンフーズ (大分県・日田市)

216 たけのこ水煮 (スライス)

掘りたてのたけのこを早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。

冷蔵 賞180日

300g **475円**(税込**513円**)

たけのこ(国内産)



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

217 やさとの半熟たまご (温玉)

非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。

冷蔵 賞10日 卵

4個(タレ無) **195円**(税込**211円**)

卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4



共生食品 (神奈川県・相模原市)

218 内麦焼そば (ソース付)

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

冷蔵 賞6日 卵 大 小

麺150g×3
ソース30g×3 **257円**(税込**278円**)

小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



共生食品 (神奈川県・相模原市)

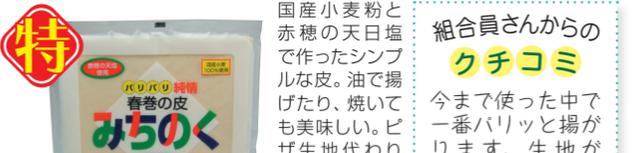
219 内麦生ラーメン味噌 (3食入)

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

冷蔵 賞7日 卵 米 大 小

麺120g×3
スープ36g×3 **355円**(税込**383円**)

小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1



三立食品 (東京都・葛飾区)

220 春巻の皮(みちのく)

国産小麦粉と赤穂の天日塩で作ったシンプルなお皮。油で揚げたり、焼いても美味しい。ピザ生地代わりに。

冷蔵 賞25日 小

10枚 **225円**(税込**243円**) 通常税込**254円**

小麦(北海道、岩手県)

組合員さんからのクチコミ

今まで使った中で一番パリッと揚がりやすい。生地がしっかりしていて破れにくいのも気に入っています。(ニックネーム: NYさん)

冷やしラーメン始めました♪



シーズン初

特

そのまま、ほくして
ゼラダや手巻き寿司にも



共生食品 (神奈川県・相模原市)
221 内麦生ラーメン冷し (3食入)

麺は国産小麦粉、無かんすい、卵つなぎ、無着色。醤油、醸造酢をベースに、ごまの風味がきいたスープ付。

冷蔵 7日 卵米大
麺120g×3 スープ45cc×3 **285円** (税込 **308円**) 通常税込 **322円**
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

222 かに風味かまぼこ

無リンのスケンウダすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。
冷蔵 60日 かん
10本125g **320円** (税込 **346円**)
すけそうだら (北海道)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

223 紅生姜(きざみ)

高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。

冷蔵 90日
80g **170円** (税込 **184円**)
生姜 (高知県)

オンライン講習会でも好評でした!



ケイミーオフィス・青木さん

マイぬか床で 免疫力UP



お届けは5月2回になります

当日は、基本的なぬか床の使い方やお世話の仕方はもちろん、ぬか床を使った鶏肉や魚のアレンジレシピなどとても楽しい時間になりました。当日の様子は今週配布のNews Letterにも掲載しています。また、講習会の動画も常総生協のYouTubeチャンネルで公開していますので是非ご覧ください。

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

冷蔵 90日 米
勅使川原精麦所 (栃木県・佐野市)

224 うれしいぬか床 500g

225 1kg
米ぬか (栃木県)

ピキナーにうれしいリーフレット付!



735円 (税込 **794円**)

1350円 (税込 **1458円**)



2合用
遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

226 国産とりごぼうご飯の素

山口・秋川牧園の鶏肉と国産野菜を使用。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりにも。化学調味料不使用。

冷蔵 90日 米大
170g(2合用) **550円** (税込 **594円**)
鶏肉 (山口県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

227 生ふりかけおかか

かつお節、さば節、白胡麻、きくらげ、松の実、青のりを、醤油、砂糖、みりん、水飴で生ふりかけ風に炊きました。

冷蔵 60日 米大
40gピン入 **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **421円**
かつお節 (静岡県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

228 揚げごぼう(甘酢漬)

国内産のごぼうを細くカットし、菜種油でサッと揚げて、りんご酢ベースの甘酢でからめました。

冷蔵 90日 米大
80g **310円** (税込 **335円**) 通常税込 **346円**
ごぼう (国内産)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

229 ひじき五目煮

大豆、ひじき、こんにゃく、油揚げ、人参を、鰹節のダシをとって煮付けました。

冷蔵 30日 米大
100g **325円** (税込 **351円**)
ひじき (長崎県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

230 ピーナッツみそ

八街・増田商店の落花生をポーソー油脂の菜種油で揚げ、味噌、水飴、砂糖、ごま、寒天で仕上げました。

冷蔵 90日 米大
80g **285円** (税込 **308円**)
落花生 (千葉県) [放] 不検出 <3.0 <3.1

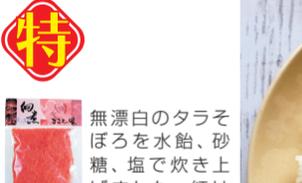


菊田商店 (東京都・練馬区)

231 煮豆 金時豆

北海道十勝産の大正金時豆を使用。直火炊きで軟らかさの中にも豆のコシを残して歯ごたえよく仕上げました。

冷蔵 90日 米
150g **260円** (税込 **281円**)
大正金時豆 (北海道)



無漂白のタロそばろを水飴、砂糖、塩で炊き上げました。紅は紅麴色素使用。

仁徳 (千葉県・船橋市)

232 寿しおぼろ

冷蔵 30日 80g **295円** (税込 **319円**) 通常税込 **329円**
すけそうだら (北海道)



母の日に感謝の心を込めて♪

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

233 江戸前でい! 生のり佃煮

千葉県木更津の盤州干潟で養殖された黒のりを、鮮度良く生のまま昔ながらの直火炊きで時間をかけて炊き上げました。
冷蔵 180日 米大
85g **360円** (税込 **389円**)
のり (千葉県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

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)



母の日は美味しいワインとチーズで乾杯♪

よつ葉乳業 (北海道・音更町)

238 よつ葉北海道おつまみチーズゴーダ2パック

北海道十勝産の生乳を100%使用したゴーダチーズを食べやすい一口サイズにカットしました。マイルドな味が特徴です。
冷蔵 120日 乳
30g×2 **352円** (税込 **380円**) 通常税込 **402円**
生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

239 よつ葉北海道おつまみチーズチェダー2パック

北海道十勝産の生乳を100%使用したチェダーチーズを食べやすい一口サイズにカットしました。ほのかな酸味が特徴です。
冷蔵 120日 乳
30g×2 **352円** (税込 **380円**) 通常税込 **402円**
生乳 (北海道)



前回好評

とみき漬物 (長野県・野沢温泉村)

235 昔ながらのうまい菜っば

保存料・着色料・化学調味料不使用で、かつおだし・昆布だしの旨味で漬けた昔ながらの野菜漬です。

冷蔵 20日 米大
300g **480円** (税込 **518円**)
野菜漬 (国内産)



まぜご飯にも!!

土別農園 (北海道・士別市)

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)



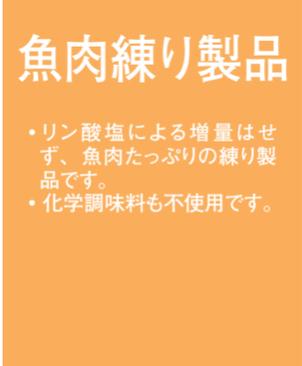
硬めの漬床で保存しやすい

士別農園 (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。



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

240 こだわりさつま揚げ(磯の香)

鹿児島島の魚で作る自家製すり身を使い、オキアミとおさ粉の風味を効かせました。

冷蔵 29日 米
3枚90g **250円** (税込 **270円**)
すけそうだら (北海道)



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

241 こだわりさつま揚げ(黒ごま芋)

すけそうだら、いとよりだ、鹿児島島の魚を使った自家製すり身にさつま芋と黒ごまを混ぜ込みました。

冷蔵 29日 米
3枚120g **310円** (税込 **335円**)
すけそうだら (北海道)



ごぼうの風味が美味しい!

松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

242 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 **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**
すけそうだら (北海道)



松野下蒲鉾 (鹿児島県・枕崎市)

243 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)

高橋徳治商店 こだわりの練り物 近海のお魚たっぷり♪

玉ねぎの甘さがたまらない



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

244 玉ねぎ揚げ

凍 180日 米大
165g(5個) **295円** (税込 **319円**) 通常税込 **329円**
すけそうだら (北海道)

煮物にも、椎茸の旨味が広がります



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

246 椎茸入おとうふ揚げ

凍 180日 米大
5個150g **300円** (税込 **324円**)
すけそうだら (北海道)

春巻きの貝に



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

247 えびしんじょすり身

凍 180日 米大
150g **421円** (税込 **455円**) 通常税込 **470円**
えび (インドネシア)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

245 曲がりネギちりめん揚げ

凍 180日 米
100g **315円** (税込 **340円**)
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

246 椎茸入おとうふ揚げ

凍 180日 米大
5個150g **300円** (税込 **324円**)
すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

247 えびしんじょすり身

凍 180日 米大
150g **421円** (税込 **455円**) 通常税込 **470円**
えび (インドネシア)

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。



イズックス (東京都・中央区)

248 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

500g **327円**(税込**353円**)
かぼちゃ (北海道)

ポテトサラダやグラタンに♪
味染み抜群!



249 マッシュポテトベース

北海道産の美味しいじゃがいもを皮ごと蒸し、皮むき後に裏ごして冷凍。解凍はレンジで1個約3分(500W)。

375g(3個入) **273円**(税込**295円**) 通常税込**308円**
馬鈴薯 (北海道)



ハンバーグの付け合わせに

マッシュポテトベースは原料がじゃが芋だけなので、バターや牛乳・塩・胡椒で整えて

ハンバーグやカレーなどの料理に



2袋

デリカ横綱 (愛知県・春日井市)

250 ローストオニオン

国産の玉ねぎを薄くスライスし時間をかけるとろ火で水分を飛ばしあめ色になるまでローストしました。

180日 100g×2 **422円**(税込**456円**)
玉ねぎ (国内産)



日本生活協同組合連合会

251 CO北海道 つがコーン300g

北海道十勝産のスイートコーンを収穫後、加工・凍結しました。保存に便利なチャック付き。

300g **245円**(税込**265円**)
とうもろこし (北海道)

サラダやスープ、煮込み料理などに



日本生活協同組合連合会

252 CO5種のお豆ミックス300g

北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。

300g **262円**(税込**283円**)
大豆 (北海道)

ピザやハンバーグのトッピングにも



ナカシン冷蔵 (鹿児島県・いちき串木野市)

253 カットゴールデンパイナップル

フィリピン産パイナップルを一口サイズにカットして冷凍。ヨーグルトやデザート等に。半解凍でも美味しい。

200g **264円**(税込**285円**) 通常税込**302円**
パイナップル (フィリピン)

簡単アレンジで作れちゃう! ハンバーグやピザで

楽しいおうちごはん



Happy Mother's Day

レンジかフライパンで温めて



3個入×2

ニッコー (神奈川県・大和市)

254 ふんわり豆腐ハンバーグ2パック

消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えた豆腐ハンバーグ。

180日 (90g×3)×2 **842円**(税込**910円**) 通常税込**940円**
大豆・鶏肉 (国内産)

お好きな具をのせて♪トースターで焼いて



デリカ横綱 (愛知県・春日井市)

255 こだわりのピザ(プレーン) 2枚入

国内産小麦粉100%の生地に無添加のトマトソース・北海道産シュレッドチーズで仕上げたプレーンピザ。

180日 約180g(2枚入) **528円**(税込**570円**)
小麦粉・シュレッドチーズ (国内産)

手軽にご家庭で手造りの味が楽しめます



サンフレッセ (埼玉県・伊奈町)

256 冷凍内麦ピザ生地

国産小麦粉使用、イーストフード不使用のピザ生地。2〜3時間室温で自然解凍後、のばしてトッピングして。

480g(4個入) **319円**(税込**345円**) 通常税込**360円**
小麦 (国内産)

鍋物、煮物、炒め物、カレーやシチューに幅広く使えます



秋川牧園 (山口県・山口市)

257 鶏つくね

若鶏のムネ肉に鶏皮を加えてジューシーを出し塩麹で旨味を引き出した柔らかい食感の鶏だんご。加熱調理済みなのですぐに使えます。

200g **315円**(税込**340円**) 通常税込**356円**
鶏肉 (山口県、他)

ミートボールもピザやメインディッシュに



秋川牧園 (山口県・山口市)

258 レバー入りミートボール

レバー入り(約13%)ミートボール。ソースで絡めたり、カレーやシチューにも。トースター、レンジで温めて。

400g **546円**(税込**590円**) 通常税込**605円**
鶏肉 (山口県、他)

お弁当におかず



ニッコー (神奈川県・大和市)

259 ひとくち味噌かつ

名古屋名物味噌カツをお弁当用にアレンジ。鰹だしのきいた豆味噌ダレは甘さ控えめ。トレーごとレンジOK。

6個入 108g **384円**(税込**415円**) 通常税込**432円**
豚肉 (国内産)

トースター、レンジで



秋川牧園 (山口県・山口市)

260 からあげ

開放鶏舎で植物性主体の飼料で育てた若鶏のムネ肉を醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。

150g **436円**(税込**471円**)
鶏肉 (山口県、他)

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。



秋川牧園 (山口県・山口市)

261 鶏の焼きつくね

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

組合員さんからのクチコミ



温めるだけなので、お弁当のおかずにも便利です。冷凍食品にうるさい娘のお墨付き、冷凍とは思えないほど美味しいと大絶賛です。

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

人気のやきとりセットの中から、もも串だけをセット



秋川牧園 (山口県・山口市)

262 焼き鳥もも串セット

こんがりジューシーに焼き上げたもも肉と甘い醤油だれの組合せが美味しい焼き鳥。湯煎またはレンジで。

150g(5本) **616円**(税込**665円**)
鶏肉 (山口県、他)

レンジかトースターで温めて



秋川牧園 (山口県・山口市)

263 手羽元ゆずこしょう焼き

若鶏手羽元を九州特産「ゆずこしょう」と国産丸大豆醤油を使った特製ダレに漬けて、じっくり焼きました。

250g **477円**(税込**515円**)
鶏肉 (山口県、他)

塩麹でほんのりとした甘みある美味しさに



秋川牧園 (山口県・山口市)

264 チキンカツ

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

150g **386円**(税込**417円**)
鶏肉 (国内産)

ビールのおつまみ、おやつにも



日本生活協同組合連合会

265 CO北海道のそのまま枝豆250g

北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついてますのでそのまま召し上がれます。

250g **273円**(税込**295円**) 通常税込**320円**
枝豆 (北海道)

目玉焼きを添えて混ぜながら食べるのが本場流



カラミンフーズ (東京都・新宿区)

266 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)

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

100g×2 **405円**(税込**437円**) 通常税込**467円**
鶏肉 (国内産)

化学調味料、保存料、着色料不使用



西川食品 (和歌山県・紀の川市)

267 オムライス

国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを牛乳を加えた玉子で包みました。レンジで温めて。加工澱粉:1%

180g×2 **479円**(税込**517円**)
鶏卵・米 (国内産)

おうちで本格中華 アジアン料理



ニッコー (神奈川県・大和市)

268 徳用北京餃子

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

18g×15 **400円**(税込**432円**)
豚肉 (国内産)



大進食品 (神奈川県・横浜市)

269 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。

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

一つひとつ丁寧に手作りで作っています



飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

271 飛鳥の海鮮水餃子

豚肉にえび・帆立・干し貝柱を具にたっぷり加え国産小麦粉にほうれん草パウダーを混ぜた皮で包みました。

15個250g **476円**(税込**514円**) 通常税込**534円**
小麦 (国内産)、えび (ベトナム)

多めの油で焼いて



大進食品 (神奈川県・横浜市)

272 パリッと本格春巻(国産きくらげ入)

きくらげなど国内産原料にこだわった中華あん、手作りの皮で巻き方を工夫、パリッとした食感が楽しめます。

5本200g **391円**(税込**422円**)
きくらげ・豚肉・小麦 (国内産) [放]不検出<4.0<4.0



ニッコー (神奈川県・大和市)

273 肉しゅうまい

国産豚肉、玉ねぎがたっぷり入ったしゅうまいです。皮も国産小麦粉使用。ポークエキス、かつおエキス使用。

16g×15 **392円**(税込**423円**) 通常税込**443円**
豚肉 (国内産)



ニッコー (神奈川県・大和市)

274 点心えびしゅうまい

国産小麦粉で作った皮の中に、プリプリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。

27g×7 **395円**(税込**427円**)
えび (インドネシア、ベトナム、他)



飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

275 飛鳥の黒豚チャービン(中華おやき)

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。

4個320g **380円**(税込**410円**) 通常税込**426円**
小麦 (国内産)



カラミンフーズ (東京都・新宿区)

276 韓国風太巻 牛肉ナムルキンパ

酢飯ではなく、食塩とごまをまぜたご飯に、ナムル等の具材を巻いた韓国風海苔巻き。レンジで解凍して。

300g **700円**(税込**756円**)
小麦 (国内産)



カラミンフーズ (東京都・新宿区)

277 キムチ屋の造る テグタン麺セット

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

麺170g×2 スープ47g×2 **504円**(税込**544円**)
小麦 (国内産)

シーズン初

ハンバーグの具に、ソースに♪

フライパンに残った肉汁と本品を絡ませて

2人前×2袋

ポールスタア (東京都・東村山市)

299 ロコモコソース (2人前×2袋)

¥180日 乳米大小



桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

626 国産パン粉

岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。

¥180日 小

200g **265**円(税込**286**円) 通常税込238円

小麦(岩手県) [放] 不検出<1.0<1.0

シーズン初

冷たい麺の季節です!

パッケージが変わりました

みそ半 (長崎県・南島原市)

300 島原手延べそうめん

九州産小麦粉を100%使用。島原伝統の手延べ技法で丁寧に仕上げ、炭蔵の熟成庫でねかせました。

250g(5束) **280**円(税込**302**円) 通常税込313円

小麦(国内産)

はたけな製麺(宮城県・白石市)

301 無塩温麺(国産小麦)

油と塩を使わずに練り上げた細麺。胃に負担が少なく、麺が短いので食べやすくなっています。

90g×3 **300**円(税込**324**円)

小麦粉(北海道)

創健社 (神奈川県・横浜市)

663 植物素材のデミグラス風ソースルゥ

8種類の野菜の旨味と香り高いスパイスを使い、国内産赤ワインで仕上げた深いコクと豊かな風味のルゥ。

乳大小 120g **400**円(税込**432**円)

小麦(国内産)

創健社 (神奈川県・横浜市)

664 ハヤシライスルゥ

国産小麦粉を使用したハヤシライスルゥ。5皿分。

大 小 115g **340**円(税込**367**円)

山形屋商店 (宮城県・登米市)

650 あげ麩

国産小麦粉とグルテンで作った麩を大豆油で揚げました。汁物にそのまま入れて、水戻しして煮物や炒め物に。

¥180日 大 小

40g **250**円(税込**270**円) 通常税込281円

小麦(国産)

茹で時間約4分

国産のそばを石臼製粉し、挽きたてを練り込み、小麦粉、でんぷんを加えて打っています。

北館製麺 (岩手県・八幡平市)

636 挽きたてのざるそば

200g×2 **500**円(税込**540**円)

茹で時間4分半

国産原料のみ使用。やかなお茶の香りとお茶の緑色を極めました。

おびなた (長野県・長野市)

302 抹茶そば

240g **430**円(税込**464**円) 通常税込475円

そば(国内産)、小麦(国内産)

主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。

東京フード (茨城県・つくば市)

303 生おろしわさび

40g **370**円(税込**400**円)

本わさび(長野県)

手作りピザを楽しもう♪

簡単 **ピザ生地**



北海道産の小麦100%です

江別製粉 (北海道・江別市)

619 パン用粉(強力粉)

北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。

小 1kg **410**円(税込**443**円) 通常税込454円

小麦(北海道)

江別製粉 (北海道・江別市)

621 薄力粉(北海道産小麦使用)

北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクサン」。

小 1kg **342**円(税込**369**円)

小麦(北海道)

2倍希釈タイプ

鰹だしをきかせたつゆに、ねりごま、すりごま、信州みそを加えました。香り豊かでコクのあるつゆです。

ポールスタア (東京都・東村山市)

304 かつお香るごまみそめんつゆ

米大 小 455g **420**円(税込**454**円) 通常税込475円

脱脂大豆(アメリカ、カナダ)、小麦(アメリカ、カナダ)

麺つゆには2~3倍に希釈して

「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。

沼屋本店 (茨城県・つくば市)

528 常総だし醤油

米大 小 360ml **540**円(税込**583**円) 通常税込604円

大豆(茨城県) [放] 不検出<3.5<3.1

おびなた (長野県・長野市)

305 そばつゆ(ストレート)

かつおだしと熟成させたかえしの味わさびを楽しめる本格派のつゆ。そば、ざるうどんのストレートつゆです。

米大 小 400ml **350**円(税込**378**円)

◆材料

強力粉 150g
薄力粉 50g
ドライイースト 3g
砂糖 小1塩
オリーブオイル 大2
ぬるま湯 100~120cc

小分けパックで便利!

風と光 (神奈川県・横浜市)

306 有機穀物で作った天然酵母

有機天然酵母を小麦粉に直接混ぜてご使用下さい。ぬるま湯等での使用はしないで下さい。直接溶かすと酵母の力が衰えてしまい発酵力が鈍ります。

3g×10 **530**円(税込**572**円) 通常税込594円

有機とうもろこし(ドイツ)

ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

541 有機ピザソース

甘みのある有機トマトと有機野菜に白コショウ、オレガノ等を加え、香り豊かなピザソースに仕上げました。

米 225g **400**円(税込**432**円)

トマト(日本、アメリカ、他)

シーズン初

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

307 冷しらめめん 2袋

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

¥180日 米大 小 123g×2 **280**円(税込**302**円) 通常税込324円

小麦(北海道)

茹で時間約4分

日本製粉 (富山県・砺波市)

632 パーミセリ神戸(1.4mm)

デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。ゆで時間約4分。

小 300g×2 **245**円(税込**265**円)

小麦(カナダ)

18 柏田中のトマトと

沖縄アロエ (沖縄県・那覇市)

308 タコライスソース

沖縄の県民食「タコライス」のソースです。辛さ控えめ。化学調味料不使用。

¥180日 大 小 230g **480**円(税込**518**円) 通常税込540円

妙め物料理(チャンプルー)やポークだまなどに

沖縄物産企業連合 (沖縄県・那覇市)

309 らくちん沖縄ポーク(ランチョンミート)

「沖縄県産豚肉」をベースに「国産鶏肉」をブレンドしたランチョンミートです。発色剤、保存料は使用なし。

乳 140g **350**円(税込**378**円)

豚肉(沖縄県)、鶏肉(国内産)

白ごまの香りが生きています

大村屋 (大阪府・大阪市)

310 練り胡麻・白

苦味が出ないように軽く炒り上げた白胡麻を皮を剥かずすり潰しペースト状にしました。和え物や胡麻だれに。

240g **646**円(税込**698**円)

白胡麻(グアテマラ)

川光商事 (東京都・中央区)

311 玉三本葛

山野に自生する葛の根から採取し、精製した本葛粉です。きめが細かく、素材の旨みを生かします。

70g **470**円(税込**508**円) 通常税込518円

分包スティックタイプ

食物繊維が豊富な海藻を粉末状にしました。ところろ天、牛乳かんなどが簡単に作れます。

伊那食品 (長野県・松川町)

312 お湯で溶ける粉末寒天

20g(2g×10袋) **330**円(税込**356**円)

海藻(地中海、他)

お湯で溶ける粉末寒天

おなかの調子を整えてお通じ改善!

植物素材にこだわったカレーです!

創健社 (神奈川県・横浜市)

313 甘口×5

210g×5 **1325**円(税込**1430**円) 通常税込1475円

野菜(国内産)

動物性の調味料は一切不使用のベジタリアン向けのレトルトカレー。国内産小麦使用。化学調味料、保存料不使用。

創健社 (神奈川県・横浜市)

314 中辛×5

210g×5 **1325**円(税込**1430**円) 通常税込1475円

創健社 (神奈川県・横浜市)

660 植物素材の本格カレー 甘口

25種類のオリジナルブレンドスパイス、直火焙煎した国産小麦粉、有機栽培べに花油等を使用したカレールゥ。6皿分。

大 小 135g **400**円(税込**432**円)

母の日に手作りスイーツ♪

桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)

624 ホットケーキミックス(無糖)

岐阜県産の農林61号小麦を使用。膨張剤に重曹を使用し、砂糖は使っておりませんので、お好みで甘味を加えて。

小 400g **350**円(税込**378**円)

小麦(岐阜県)

195 生クリームとジャムでロールケーキ

日本生活協同組合連合会

671 COみかん缶5号(305g)×3

みかんのおいしさが生きる、甘さを抑えたライトシロップ漬の缶詰です。

305g×3 **710**円(税込**767**円)

みかん(国内産) [放] 不検出<4.2<3.9

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

北海道根室海峡で獲れた新鮮な秋鮭の中骨を水煮にしました。

180g×2 **730**円(税込**788**円)

鮭(北海道)

創健社 (神奈川県・横浜市)

660 植物素材の本格カレー 甘口

25種類のオリジナルブレンドスパイス、直火焙煎した国産小麦粉、有機栽培べに花油等を使用したカレールゥ。6皿分。

大 小 135g **400**円(税込**432**円)

創健社 (神奈川県・横浜市)

661 植物素材の本格カレー 中辛

25種類のオリジナルブレンドスパイス、直火焙煎した国産小麦粉、有機栽培べに花油等を使用したカレールゥ。6皿分。

大 小 135g **400**円(税込**432**円)

創健社 (神奈川県・横浜市)

662 植物素材の本格カレー 辛口

30種類のオリジナルブレンドスパイス、国産小麦粉、有機栽培べに花油等を使用。コクのある本格カレールゥ。6皿分。

大 小 135g **400**円(税込**432**円)

日本生活協同組合連合会

315 COおいしいご飯 3個パック

山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

200g×3 **340**円(税込**367**円)

米(山形県) [放] 不検出<3.3<3.7

日本生活協同組合連合会

316 COおいしい赤飯 160g×3個パック

国内産水稲もち米と北海道産小豆を使用したレトルト包装米飯。レンジ、湯せんで調理可能。

160g×3 **340**円(税込**367**円)

小豆(北海道)

マルユウ (北海道・根室市)

683 さけ中骨水煮 2缶

北海道根室海峡で獲れた新鮮な秋鮭の中骨を水煮にしました。

180g×2 **730**円(税込**788**円)

鮭(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。 ※お子さんが食べる機会が多い為、原材料を表記しています。

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



サンコー (愛知県・豊橋市) 前日OK! 709 ごま入り味付けいりこ 原材料: 片口いわし、砂糖(三温糖)、水飴、ごま 150円

2.5g×12 285円(税込308円) 片口いわし(瀬戸内海) [放] 不検出 <4.1 <4.7



太田油脂 (愛知県・岡崎市) 前日OK! 691 国産やさいのポーロ 原材料: ばれいしょでん粉、てんさい糖、卵黄、国産小麦粉、脱脂粉乳、かぼちゃ粉末、にんじん粉末 180円

15g×4 215円(税込232円) じゃがいも(国内産)



秘伝のスパイスが効いた風味豊かなカレー味 前日OK! 715 カシューナッツカレー味 原材料: カシューナッツ、小麦粉、砂糖、コーンスターチ、食塩、菜種油、ターメリック、カレー粉 180円

60g 498円(税込538円) 通常税込562円 カシューナッツ(スリランカ) [放] 不検出 <3.5 <4.1



サンコー (愛知県・豊橋市) 前日OK! 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。 120円

60g 180円(税込194円) 馬鈴薯澱粉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.5



ますだ (千葉県・八街市) 前日OK! 318 うす皮煎り落花生 うす皮がついたまま塩水につけ味付け。香ばしくて止まらないおいしさです。 90円

170g 680円(税込734円) 落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.8 <4.2



砂糖不使用 前日OK! 716 メープルアーモンド プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 原材料: ローストアーモンド、メープルシロップ、食塩 180円

40g 430円(税込464円) アーモンド(アメリカ)



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市) 前日OK! 324 はちみつキャンディー レング蜂蜜を25%使用し、さっぱりとした甘さに仕上げました。 80円

80g 270円(税込292円) レングはちみつ(中国)



サンコー (愛知県・豊橋市) 前日OK! 702 えびまるせん 原材料: 馬鈴薯澱粉、米油、えび、オキアミ、いか、食塩、アオサ、粗糖 120円

50g 180円(税込194円) 馬鈴薯(北海道)



ますだ (千葉県・八街市) 前日OK! 319 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) 90円

120g 420円(税込454円) 落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <3.7



日本生活協同組合連合会 前日OK! 317 CO国産小麦の野菜バー 85g 10種類の野菜をさっくり軽い食感の生地に練り込んで焼き上げたスティックビスケット。 100円

85g 100円(税込108円) 小麦粉(国内産)



サンコー (愛知県・豊橋市) 前日OK! 692 はとむぎおこし 原材料: 水飴、玄米、黒砂糖、麦芽糖、砂糖(てんさい糖含蜜糖)、はと麦、パーム油、インマルトオリゴ糖、食塩 120円

10枚 208円(税込225円) はと麦(タイ、オース) [放] 不検出 <4.1 <4.2

おやつにおすすめ!



日本生活協同組合連合会 前日OK! 320 CO南部せんべい落花生 6枚 150円(税込162円) 小麦(オーストラリア、アメリカ、日本、カナダ)

6枚 150円(税込162円)



日本生活協同組合連合会 前日OK! 321 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。 120円

105g 105円(税込113円) さつまいも(国内産)



日本生活協同組合連合会 前日OK! 322 COファミリーチョコレート 200g 一口タイプのミルクチョコレートを食べやすく一つ一つひねり包装にしてみました。 200円

200g 276円(税込298円)



日本生活協同組合連合会 前日OK! 323 COピーナッツチョコ 70g 一粒サイズのピーナッツチョコ。焙煎した香ばしいピーナッツをチョコレートに練り込みました。 100円

70g 100円(税込108円)

初夏におすすめ♪ ひんやり美味しいデザート



前日OK! 325 豆かんてん黒糖みつ ムソー(大阪府・大阪市) 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。 90円

155g 270円(税込292円) 天草(国内産)



前日OK! 326 きな粉黒みつ寒天 ムソー(大阪府・大阪市) 原材料: 天草、黒糖、きな粉 90円

160g 270円(税込292円) 天草(国内産)



前日OK! 327 小粒水ようかん サンコー(愛知県・豊橋市) 原材料: 三温糖、生餡、水飴、蜂蜜、寒天、塩 150円

16g×12 240円(税込259円) 通常税込270円 [放] 不検出 <3.1 <3.7



前日OK! 328 国産果汁のりんごゼリー サンコー(愛知県・豊橋市) 原材料: 濃縮りんご果汁、砂糖、ゲル化剤(増粘多糖類) 120円

22g×7個 198円(税込214円) 通常税込238円 りんご(長野県) [放] 不検出 <3.6 <4.0



前日OK! 329 松永さんのみかんジャム 松永さんが無農薬栽培したみかんを、砂糖と自家製シモンで煮詰めた手作りジャム。 190g 510円(税込551円) みかん(静岡県)



前日OK! 330 松永さんのキウイジャム 松永さんが無農薬栽培したキウイを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。 190g 630円(税込680円) 通常税込691円 キウイ(静岡県)



前日OK! 608 黒ごまペースト デリーフーズ(長野県・坂城町) 黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。 145g 410円(税込443円) 通常税込454円 ごま(ミャンマー、他)



前日OK! 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。 104.4g(17.4g×6袋) 450円(税込486円) とうもろこし(北海道)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう! ・合成界面活性剤を含むものは扱いません。 ・生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

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



太陽油脂(神奈川県・横浜市) 前日OK! 827 詰替用パックスナチュロンシャンプー ヒマワリ油を使用した髪にやさしい植物性石けんシャンプーです。 500ml 650円(税込715円)



太陽油脂(神奈川県・横浜市) 前日OK! 831 詰替用パックスナチュロンリンス 石けんシャンプーを使用した後の髪を弱酸性に戻し、しっとり豊かに保つ専用のリンスです。 500ml 650円(税込715円)



丸富製紙(静岡県・富士市) 前日OK! 898 花束吸収名人キッチンペーパー 組合員から回収した牛乳パックが原料。 100w×3箱 390円(税込429円)



丸富製紙(静岡県・富士市) 前日OK! 331 花束ペーパータオル(ハード)200枚 再生紙100%のハードペーパータオル。 200枚 130円(税込143円)



丸富製紙(静岡県・富士市) 前日OK! 892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー) 130m×60ロール 480円(税込528円)



前日OK! 876 パックスナチュロンUVクリームR 合成紫外線吸収剤、合成界面活性剤を使わず、石けんで乳化したシンプルなクリーム。 45g 1100円(税込1210円) 通常税込1320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。

おかべや天然パン工房



おかべや(神奈川県・相模原市)
332 おかべや 豆乳角型食パン
半斤3枚
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞届いて2日 米大小
半斤3枚 **185円**(税込**200円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
333 1斤6枚
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞届いて2日 米大小
1斤6枚 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
334 おかべや 豆乳ノースライスパン
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、塩
賞届いて2日 米大小
1斤 **353円**(税込**381円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
335 おかべや 素焼きパン
原材料:小麦粉(北海道)、天然酵母、種子島の粗糖、塩
賞届いて3日 米小
1個 **515円**(税込**556円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
336 おかべや もちり玄米五穀パン
原材料:小麦粉(北海道)、玄米、黒米、もち粟、もちきび、もち麦、ういろう豆、豆腐、天然酵母、砂糖、塩
賞届いて2日 米大小
3個 **387円**(税込**418円**)
小麦(北海道)



おかべや(神奈川県・相模原市)
337 おかべや くるみのプチパン
原材料:小麦粉(北海道)、くるみ、バター、天然酵母、種子島の粗糖、豆乳、天日塩
賞届いて2日 乳米大小
2個 **352円**(税込**380円**)
小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)



おかべや(神奈川県・相模原市)
338 おかべや いちじくカンパーニュ
原材料:小麦粉(北海道)、干しいちじく、天然酵母、塩
賞届いて2日 米小
1個 **350円**(税込**378円**)
小麦(北海道)、いちじく(トルコ)



おかべや(神奈川県・相模原市)
339 おかべや 紅茶オレンジ
原材料:小麦粉(北海道)、オレンジピール、レモンピール、天然酵母、砂糖、紅茶、塩/酒精、香料
賞届いて2日 米小
1個 **176円**(税込**190円**)
小麦(北海道)、紅茶(スリランカ)



おかべや(神奈川県・相模原市)
340 おかべや ぎゅっしりオーガニックレーズン
原材料:小麦粉(北海道)、オーガニックレーズン、バター、砂糖、天然酵母、塩、豆乳、ラム酒、卵
賞届いて2日 卵乳米大小
1個 **171円**(税込**185円**)
小麦(北海道)、レーズン(アメリカ)



おかべや(神奈川県・相模原市)
341 おかべや 豆ぱん
原材料:小麦粉(北海道)、金時豆、バター、種子島の粗糖、天然酵母、天日湖塩、豆乳
賞届いて2日 乳米大小
2個 **333円**(税込**360円**)
金時豆(国内産)



おかべや(神奈川県・相模原市)
342 おかべや おから甘食(ごま油使用)
原材料:小麦粉(北海道)、砂糖、おから、卵、太白ごま油、麦芽水あめ、豆乳、ベーキングパウダー、重曹
賞届いて4日 卵大小
3個 **412円**(税込**445円**)
小麦(北海道)

自家製酵母パン

ありが通ります。通常の2倍の発酵時間。酵母がしっかりと発酵していることが確認できます。

Le・Lourdes

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



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
343 8枚
賞届いて1~2日 小
270円(税込**292円**)



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
345 パン・ド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス
賞届いて1~2日 小
1斤 **300円**(税込**324円**)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes(神奈川県・中井町)
346 ドッグパン
原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩
賞届いて1~2日 小
3個 **300円**(税込**324円**)
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<3.5<3.9

人気のクロワッサンを20個入りでお届け

内麦小麦を使用したクロワッサン。賞味期限45日と日持ちするので、ストックにもおすすめ。



パネックス(長野県・伊那市)
347 内麦クロワッサン 20個
賞45日 卵乳米大小
20個 **1110円**(税込**1199円**)
小麦(国内産) [放]不検出<4.3<4.2

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)
349 国産全粒粉プチパン
原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩
凍 賞180日 小
約40g×5 **415円**(税込**448円**)
小麦(国内産)



池田食品(埼玉県・所沢市)
350 マンモチモチ手のぼしナン
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。
凍 小
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)
351 ブリュッセルワッフル
原材料:小麦粉、牛乳、卵、植物油、砂糖、食用加工油脂、トレハロース、粉末油脂、ベーキングパウダー、塩、香料
凍 賞180日 卵乳米大小
約65g×6 **605円**(税込**653円**)
小麦(カナダ、他)

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



童仙房茶舗(京都府・南山城村)
352 童仙房茶舗 有機上煎茶
有機栽培宇治茶の一番茶のみを使用した煎茶です。新芽の中からさらに厳選した逸品です。
100g **1100円**(税込**1188円**)
緑茶(京都府)



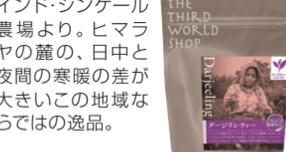
童仙房茶舗(京都府・南山城村)
353 童仙房茶舗 有機煎茶
有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。
100g **700円**(税込**756円**)
緑茶(京都府)



かわばた園(静岡県・静岡市)
722 ほうじ茶
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します。農薬無散布。
賞180日 100g **640円**(税込**691円**)
茶(静岡県) [放]不検出<0.4<0.5



かわばた園(静岡県・静岡市)
354 粉末煎茶「風月茶」
かわばた園の上煎茶を石臼で挽いた粉末のお茶です。お茶の葉全部を安心してお飲みください。農薬無散布。
賞180日
50g **845円**(税込**913円**)



プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
355 ダーズリンティ(リーフ)
インド・シングル農場より。ヒマラヤの麓の、日中と夜間の寒暖の差が大きいこの地域ならではの逸品。
80g **890円**(税込**961円**)
紅茶(インド)



ランカスター(千葉県・千葉市)
356 アッサムティー(リーフ)
ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる、濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。農薬無散布。
100g **550円**(税込**594円**)
紅茶(インド)



プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
357 ダーズリンティ(ティーバッグ)
インド・シングル農場より。ヒマラヤの麓の、日中と夜間の寒暖の差が大きいこの地域ならではの逸品。便利なティーバッグタイプ。
1.8g×10包 **480円**(税込**518円**)
紅茶(インド)



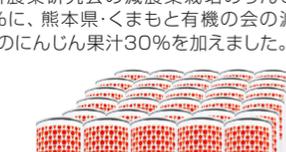
ランカスター(千葉県・千葉市)
358 ジャスミン茶(ティーバッグ)
中国を代表する花茶の1つ。沸騰したお湯で1~2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひたひたします。
2g×30 **398円**(税込**430円**)
ジャスミン(中国)



プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)
359 チャイ・バック
1人分の茶葉にスパイス6種(生姜、シナモン、ナツメグ、レモングラス、クローブ、カルダモン)を詰めました。
3g×12パック **440円**(税込**475円**)
紅茶(インド)



ひこばえ(大阪府・茨木市)
360 5缶
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。
190g×5 **670円**(税込**724円**)
りんご(青森県)、人参(熊本県)



創健社(神奈川県・横浜市)
753 丹沢サイダー
神奈川県中西部に広がる丹沢山系に湧くおいしい水からつくりました。甘さ控えめでさわやかな後味です。
250ml×30 **2820円**(税込**3046円**)
[放]不検出<3.3<4.0



森文醸造(愛媛県・内子町)
750 フレッシュアセロラ
国産の無農薬アセロラ果汁にゆず果汁とオリゴ糖を加えた、5~7倍希釈用ジュースです。
480ml **1680円**(税込**1814円**)
アセロラ(国内産)

今週のおすすめ 井筒 果汁発酵生ワイン

火入れや濾過をせず、酵母が生きた状態のまま瓶詰めしたワインです。フレッシュな味わいだけでなく、身体に優しい酵素や微かな炭酸も含んでいます。普段はワイナリーでしか味わえない、まるで葡萄をそのまま食べているようなフルーティな出来立てワインが楽しめます。



井筒ワイン(長野県・塩尻市)
27 赤 720ml
1590円(税込**1749円**)



28 白 720ml
1590円(税込**1749円**)
ぶどう(長野県)

【特徴】
・酸化防止剤無添加
・国産生ワイン



三里塚物産(千葉県・成田市)
362 無農薬のにんじんジュース100%
龍崎さん、香取さんを中心に、千葉県の生産者が無農薬栽培した人参のみを搾った100%ストレートジュース。
冷 賞30日
320g **450円**(税込**486円**)
人参(千葉県) [放]不検出<3.6<4.1



三里塚物産(千葉県・成田市)
363 しそジュース(希釈用)
無農薬栽培のしそ、粗糖、醸造酢が原料。ポリフェノールを多く含みます。
210g **370円**(税込**400円**)
しそ(千葉県) [放]不検出<3.2<3.9



創健社(神奈川県・横浜市)
753 丹沢サイダー
神奈川県中西部に広がる丹沢山系に湧くおいしい水からつくりました。甘さ控えめでさわやかな後味です。
250ml×30 **2820円**(税込**3046円**)
[放]不検出<3.3<4.0



岩泉ホールディングス(岩手県・岩手町)
757 龍泉洞の水 2ℓ×6本
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
2ℓ×6 **1300円**(税込**1404円**)
岩手県 [放]不検出<0.5<0.5

母の日に、自分へのご褒美にいかがですか



from 弁天堂
チョコレート風味 たっぶり

乳化剤香料不使用のチョコ、オーガニックココアを使用。スポンジはオーガニック菜種油で軽い仕上がりに。

弁天堂 (兵庫県・淡路市)

364 ザッハトルテ

凍 賞60日 卵乳小 1個(直径約12cm) **917円**(税込**990円**) 通常税込1030円

生乳(北海道)

冷蔵庫で十分に
(冬場4時間 夏場3時間)
解凍して



弁天堂 (兵庫県・淡路市)
365 アーモンドクッキーシュー

添加物は使わず国内産原材料を主に安心できる物を使用。香ばしくパリパリ感あるシュー生地仕上げました。

凍 賞60日 卵乳小 3個 **778円**(税込**840円**) 通常税込861円

卵・生乳(国内産)

箱入りで贈答やおもてなしにも
冷蔵解凍で



弁天堂 (兵庫県・淡路市)
366 カスタードクリームブッセ

カスタードクリームはちょっと濃い目の味に仕上げ、十分にホイップしてフワフワな生地でサンドしました。

凍 賞60日 卵乳米小 3個 **689円**(税込**744円**) 通常税込774円

卵・小麦・生乳(国内産)

純粋蜂蜜の上品な
香りと甘味

伝統の技術を生かし、丹念に焼き上げたまろやかでしっとりした味わいのカステラ。シンプルながらも味わい深い逸品をお楽しみください。



from 文明堂
文明堂 (東京都・新宿区)
367 ハニーカステラ

1本(5切) **650円**(税込**702円**)

368 1本(10切) **1300円**(税込**1404円**)

小麦(国内産)

オレンジハチミツの独特な香りとしっとり感を引き出したカステラ。ザラメは敷いてありません。

今週のらくうまごはん

タケノコと豚肉の
ハーモニー



調理時間 準備品
約6分 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

369 国産野菜の青椒肉絲

ご家庭では手間の多い細切野菜とタケノコとタレ漬け豚肉のセットです。下処理済なのでフライパン1つでOKです。

冷 賞届いて1~2日 卵米大小 2人前(約320g) **864円**(税込**933円**) 通常税込1037円

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

黒酢で味に深みを
プラス



調理時間 準備品
約6分 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

370 彩り野菜と国産豚の黒酢豚

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

冷 賞届いて1~2日 卵米大小 2人前(約410g) **864円**(税込**933円**) 通常税込1037円

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

もちり麺が
ピリ辛スープに絡む



調理時間 準備品
約6分 油

セット内容: カット野菜、麺×2袋、坦々の素、もやし、スープ

食塩相当量: 7.87g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

371 半日分の野菜が摂れる担々麺

新鮮な野菜とごまの風味たっぷりの担々の素に、もちり麺と濃厚なスープがセットになりました。

冷 賞届いて1~2日 卵米大小 2人前(約490g) **1200円**(税込**1296円**)

小麦粉(神奈川県)、にら(国内産)

豆腐入りで
ふんわり食感



調理時間 準備品
約5分 油

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

食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

372 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

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

冷 賞届いて1~2日 卵米大小 2人前(約450g) **924円**(税込**998円**)

豆腐・玉ねぎ(国内産)

甘辛みそタレで
ご飯がすすむ



調理時間 準備品
約6分 油

セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(キャベツ、人参、ピーマン)

食塩相当量: 2.28g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

373 国産豚の回鍋肉セット

新鮮な野菜と本格回鍋肉ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパンでどうぞ。

冷 賞届いて1~2日 卵米大小 2人前(約360g) **950円**(税込**1026円**)

キャベツ(国内産)、豚肉(香川県、徳島県)

注文書の6ヶ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のみご希望の際は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**(税込**2538円**)

502003 白米 2kg **945円**(税込**1021円**)

502002 玄米 5kg **2250円**(税込**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)

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)

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

やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg **2314円**(税込**2499円**)

502032 玄米 5kg **2165円**(税込**2338円**)

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

てわのちす

374 もち米 2kg **1100円**(税込**1188円**)

もち米(山形県)

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

502020 白米 5kg **3500円**(税込**3780円**)

黒澤さん(宮城県・涌谷町) [放]不検出<0.1<0.1

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい

有機発芽玄米「ぐるめくらぶ」

502072 1kg **1150円**(税込**1242円**)

米(岩手県)

農業の専門学校で学生達が日々の実習の中で栽培したお米です。減農薬・減化学肥料栽培で、特別栽培米基準の内容です。

鯉淵学園のコシヒカリ

502051 白米 5kg **1998円**(税込**2158円**)

502052 玄米 5kg **1898円**(税込**2050円**)

鯉淵学園(茨城県・水戸市)

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)。

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

502074 白米用 雑穀セット 500g **1048円**(税込**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)。

自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)

502077 玄米用 雑穀セット 500g **1143円**(税込**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	コシヒカリ	最高値0.1Bq/kg	最高値0.2Bq/kg
	やさとのお米		不検出	不検出
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 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γ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)。

発酵食品 & 食物繊維で 体の中から免疫力UP



私たちの免疫力を高めるうえで「腸」はとても重要な働きをしています。腸は、口から食べた食べ物を消化・吸収する場所ですが、外から体内に入ってきた食品と共にウイルスや病原菌などが侵入してくるリスクが高い場所でもあります。そのため、腸の壁の内側には、免疫をつかさどっている免疫細胞が集中しており、体全体の免疫細胞の約7割が腸に集まっていると言われています。腸内環境を整えて病気に負けない体づくりを心がけましょう!



377 サツラク酪農家限定 ヨーグルト加糖 2個組
サツラク農協(北海道・札幌市)
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。
冷 賞18日 乳 (80g×3) ×2 **368円(税398円)** 通常税込458円
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.1



378 べったら漬
小田原屋(福島県・郡山市) 2本入
手剥きした大根を低温でゆっくり漬込み、米と合わせ熟成。歯切れの良さとさっぱりとした漬け上がり特徴。
冷 賞30日 米 ハーフ2本入 **445円(税481円)** 通常税込494円
大根(国内産)



375 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付) 2個組
JAやさと(茨城県・石岡市)
茨城県で採れた小粒大豆をねがせた風味のよい納豆です。
冷 賞7日 米 大 小 (35g×3) ×2 **268円(税290円)** 通常税込320円
大豆(茨城県) [放] 不検出 <4.0 <3.9



376 宮城県産めかぶ(タレ付)
マルダイ長沼商店(宮城県・石巻市)
宮城県産のめかぶを食べやすいように細切りにし、小分けパックしました。醤油ベースの別添タレ付きです。
凍 賞180日 米 大 小 40g×4(タレ4個付) **348円(税376円)** 通常税込389円
めかぶ(宮城県) [放] 不検出 <4.3 <4.7



381 さんま糖漬け
千倉水産加工販売 女川工場(宮城県・女川町) 3尾
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糠床に漬け込みました。
凍 賞180日 米 3尾170g **380円(税410円)** 通常税込421円
さんま(国内産)



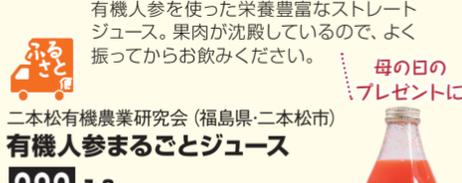
382 中津豚ロース味噌漬
中津ミート(神奈川県・愛川町) 2枚
隠し味にピーナッツバターを加えた自家製味噌ダレに豚ロースを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。
冷 賞6日 米 大 小 200g(固形量約80g×2) **544円(税588円)** 通常税込598円
豚肉(神奈川県)



379 鶏の塩麹漬け
秋川牧園(山口県・山口市)
ムネ肉を塩麹に漬け、軟らかさと旨みを引き出しました。生姜とごま油の風味が香ります。解凍後焼いて。
凍 賞180日 米 150g **320円(税346円)** 通常税込360円
鶏肉(山口県、他)



380 ささぎごぼうさつま揚げ
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)
北海道のすけそうだらのすり身に国産ささぎごぼうを混ぜて揚げました。レンジか冷蔵庫解凍。
凍 賞180日 米 130g **347円(税375円)** 通常税込389円
すけそうだら(北海道)



383 1ℓ
二松有機農業研究会(福島県・二本松市)
有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているので、よく振ってからお飲みください。
凍 賞180日 米 大 小 1027円(税1109円)
384 1ケース (1ℓ×6本入)
5772円(税6234円) 通常税込6655円
人参(福島県) [放] 不検出 <0.5 <0.4



385 2本組
酪王乳業(福島県・郡山市)
生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖
凍 賞180日 米 180ml ×2 **240円(税260円)** 通常税込276円
386 5本組
180ml ×5 **590円(税637円)** 通常税込680円
生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



387 近江牛のこだわり牛丼
デリカ横綱(愛知県・春日井市) 2食入
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 賞60日 米 大 小 140g×2 **583円(税630円)** 通常税込664円
牛肉(滋賀県)



388 ライスバーガー 国産牛焼肉
ニッキーフーズ(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。加工濃粉:全体の0.5%以下
凍 賞60日 米 大 小 5個 600g **1018円(税1099円)** 通常税込1126円
米・牛肉(国内産)



389 中華丼の具(塩) 2パック×2個組
ニッコー(神奈川県・大和市) 2パック×2
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 賞180日 米 大 小 (180g×2) ×2 **962円(税1038円)** 通常税込1070円



390 からあげ 2パック
秋川牧園(山口県・山口市)
開放鶏舎で植物性主体の飼料で育てた若鶏のムネ肉を醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。
凍 賞180日 米 大 小 150g×2 **834円(税900円)** 通常税込942円
鶏肉(山口県、他)



391 ごぼうとひじきの豆腐団子
ニッコー(神奈川県・大和市) 8個入
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 賞180日 米 大 小 8個144g **333円(税360円)** 通常税込373円
ごぼう(国内産)



392 飛鳥の黒豚シュウマイ 2パック
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 12個×2
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。
凍 賞120日 米 大 小 12個180g×2 **733円(税792円)** 通常税込842円
豚肉(国内産)



393 鎌倉ロースハムスライス×3
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
発色剤、結着剤、化学調味料などをいっさい使用しない無添加ハム。40gの使いきりサイズを3Pでお届けです。
冷 賞15日 40g×3 **480円(税518円)** 通常税込540円
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.1



394 愛知産しらす干し 徳用 2個組
三河屋(愛知県・岡崎市)
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 賞180日 米 大 小 60g×2 **556円(税600円)** 通常税込626円
いわし稚魚(愛知県)



395 生芋あく抜き板こんにゃく 2個組
鶴田食品千葉(千葉県・流山市)
こんにゃく芋のアクや不純物を原料の段階で除去しました。アク抜きせずに使えます。
冷 賞90日 220g×2 **260円(税281円)** 通常税込302円
こんにゃく芋(国内産)



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



397 きざみ揚げ(冷凍) 2袋
丸和食品(東京都・練馬区)
国産大豆100%使用。製造段階で出来上がった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。
凍 賞180日 米 大 小 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



398 CO牛乳70%アイスパバー 10本
日本生活協同組合連合会
鳥取県大山乳業農協の生乳を70%配合。乳化剤、安定剤、香料を使用せずミルクの風味を生かしたアイスパバー。
凍 賞180日 米 大 小 30ml×10本 **222円(税240円)** 通常税込260円
生乳(鳥取県)

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 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下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性を指します。
・アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。
・原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。
※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめてください!