

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

残りの夏も元気に過ごすために

しっかり食べて パワーチャージ

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8月4回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	16	17	18	19	20
定番品のお届け	23	24	25	26	27
特別企画品のお届け	30	31	9/1	2	3

まだまだ暑さが続く8月は
体も疲れ気味に。
良質なタンパク質を
しっかり摂って、暑さに
負けない体づくりを
しましょう!



203円/100g **特**
お徳2パック
田仲さん達(茨城県・桜川市)
13 つくば茜鶏
ムネモモ唐揚げ用2パック
唐揚げ用に丁度良い大きさにカット
しました。必要な量だけ使えるバラ凍
結で便利。2パックでお買い得です。
凍 180日
250g × 2 **940円**(税込) **1016円**(通常税込) **1058円**
茨城県



587円/100g **特**
福永産業(福岡県・遠賀町)
11 徳用 鹿児島 坊津黒牛
カルビ焼肉用
鹿児島坊津地区の生産者3名よりお
届け。霜降りが一番入り、味がもっと
も濃い部分です。
凍 30日
300g **1630円**(税込) **1760円**(通常税込) **1825円**
鹿児島県

173円/100g **特**
田仲さん達(茨城県・桜川市)
12 つくば茜鶏 モモ
ジューシーでしっかりとした肉質が特
徴。脂身と赤身のバランスが良い。
凍 180日
300g **480円**(税込) **518円**(通常税込) **529円**
茨城県

特
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
14 鎌倉あらびき
ウインナー(増量)
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 15日
400g **798円**(税込) **862円**(通常税込) **900円**
豚肉(国内産)

特
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山
15 ローズポーク小間切(タレ付)
冷 14日 米 大 小
250g **425円**(税込) **459円**(通常税込) **464円**
豚肉(茨城県)

特
タイセイフーズ(青森県・むつ市)
16 国産やわらかいかステーキカット
八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノコ目を入れてあり
ます。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。
凍 30日
3枚220g **465円**(税込) **502円**(通常税込) **518円**
紫いか(青森県)

人気のやきどりセットの中から、
もも串だけをセット。
特
こんがりジュー
シーに焼き上
げたもも肉と
甘辛い醤油だ
れの組合せが
美味しい焼き
鳥。湯煎または
レンジで。
秋川牧園(山口県・山口市) 5本入
17 焼き鳥もも串セット
凍 30日 米 大 小
150g(5本) **593円**(税込) **640円**(通常税込) **665円**
鶏肉(山口県、他)

特
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
18 ちゃまめくん
(庄内産有機栽培枝豆)
大
250g **435円**(税込) **470円**(通常税込) **486円**
山形県
[放] 不検出 <2.0 <2.3

シーズン初
特
庄内地方の枝豆の
最高峰で自慢の豆
です。在来の品種
で昔から作られて
きました。
山形県

夏は上手に
お酢を取り入れて!
お酢の酸味がさっぱり
感を与え、食欲増進の
お手伝いもしてくる
ので、しっかり食べて
体調を整えましょう。

特
北海道産の秋鮭を国
産米油で揚げて南蛮
漬に。野菜は国内産。
まろやかな甘酢です。
ダイマツ(鳥取県・米子市)
19 氷温造り 秋鮭の南蛮漬
凍 180日 米 大
200g **380円**(税込) **410円**(通常税込) **430円**
秋鮭(北海道)

ふんわり食感、黒酢の酸味がいい
調理イメージ
特
ニッコー(神奈川県・大和市)
22 大きな豆腐肉団子
(黒酢あん)
凍 卵 米 大 小
8個340g(固形量208g) **454円**(税込) **490円**(通常税込) **515円**
野菜・豆腐・鶏肉(国内産)

特
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。好みの召
し上がり方でど
うぞ。
グリンワープ(群馬県・昭和村)
23 農家で漬けた白菜漬
冷 9日 米
250g **250円**(税込) **270円**(通常税込) **281円**
白菜(国内産)

調味液ごと生野菜と
和えればサラダに
特
まるしょう(石川県・小松市)
24 ベジタブルサワー
塩・砂糖・酢で調味した夏向きのお漬
物です。
冷 10日 米
150g **250円**(税込) **270円**(通常税込) **281円**
大根・きゅうり・パプリカ(国内産)

特
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 7~12尾
20 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
き目サイズのものをお届けします。
凍 180日
7~12尾 150g **298円**(税込) **322円**(通常税込) **346円**
からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

純米酢と純粋はちみつ
に沖縄の塩を加えた調
味酢。甘酢漬、ドレッ
シング、マリネ、南蛮漬、
ピクルスなどに。
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
522 食菜酢
前日OK!
360ml **490円**(税込) **529円**(通常税込) **535円**
米(国内産)

※調理例
コタニ(岩手県・大船渡市)
21 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 90日
120g **335円**(税込) **362円**(通常税込) **397円**
わかめ(岩手県)
[放] 不検出 <3.8 <3.7

特
ミッコー(神奈川県・大和市)
27 徳用北京餃子 2パック
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。たっぷり使える2袋セットでお届け。
凍 大 小
(18g×15)×2 **778円**(税込) **840円**(通常税込) **864円**
豚肉(国内産)

特
創健社(神奈川県・横浜市)
28 さば水煮2個組
長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、天日
塩でさっぱりと水煮にしました。
190g(固形量140g)×2 **520円**(税込) **562円**(通常税込) **584円**
さば(長崎県、他)

特
料理の素材としても
さば水煮
お徳2
個組

お徳2
個組
JAやさと(茨城県・石岡市)
25 八郷小粒納豆3連
(タレ・カラシ付)2個組
冷 7日 米 大 小
(35g×3)×2 **268円**(税込) **290円**(通常税込) **320円**
大豆(茨城県)
[放] 不検出 <4.0 <3.9

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。
調理イメージ
共生食品(神奈川県・相模原市)
26 内麦焼そば(ソース無)
冷 6日 卵 小
150g×3 **187円**(税込) **202円**(通常税込) **213円**
小麦(岩手県)
[放] 不検出 <3.4 <4.1

家計応援! いつもの商品がお買い得!
特
ミッコー(神奈川県・大和市)
27 徳用北京餃子 2パック
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。たっぷり使える2袋セットでお届け。
凍 大 小
(18g×15)×2 **778円**(税込) **840円**(通常税込) **864円**
豚肉(国内産)

特
創健社(神奈川県・横浜市)
28 さば水煮2個組
長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、天日
塩でさっぱりと水煮にしました。
190g(固形量140g)×2 **520円**(税込) **562円**(通常税込) **584円**
さば(長崎県、他)

特
料理の素材としても
さば水煮
お徳2
個組

【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] ¹³⁷Cs=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] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=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

小林さんの「桃」第3弾(最終)

供給便

まるでマンゴーのよう

黄金桃

熟してからお召し上がりください

お届けは8月4回～9月1回の予定です

果肉は300g前後で鮮やかな赤黄色に色づいています。甘みが突出しており、熟度を高めればまさに「完熟マンゴー」を彷彿させる美味しさです。



長野県

29 長野 小林さんの桃(黄金桃)

黄色にほんのり赤みが入る果皮。濃厚な甘みで多汁な桃です。減農薬栽培。

1.8~2kg(6~9玉) 2315円(税込2500円)



6~9玉

極早生りんごが今年も登場!

今回のみ りんご(夏あかり)



今回のみの特別企画!極早生品種にしては甘みが強く、酸味が少ないりんごです。2008年に商標登録された新しいりんごで、近年人気が出てきています。貝化石、堆肥等に有機資材を葉面散布するなどして、その樹に合わせた栽培方法で育てました。



甘み★★★★
酸味★
食感★★★★

200g前後とやや小ぶりサイズです。天候によって大きさが左右されますので、何卒ご了承ください。

波動農法研究会・吉原さん達(長野県・須坂市)

30 りんご(夏あかり)

極早生品種にしては、甘味が強く酸味は少なめ、サクサクした食感です。*200g前後と小玉傾向。減農薬栽培。

4玉(700~850g) 778円(税込840円)

長野県

産地直送! 鈴木さんの梨 品種リレー第3弾

食味No.1とも呼び声高い「あきづき」が登場!

あきづきは「新高」×「豊水」×「幸水」を掛け合わせた、まさに良いとこどりの品種。比較的新しい品種ですが、生産者の間では「あきづきが1番美味しい」と言われるほど、評価が高い梨です。



甘さ★★★★
酸味★
食感柔らかめ

お届けは9月中旬頃(お彼岸頃)の予定です

豊水 甘みと酸味のバランスがとれた品種。
あきづき 酸味が少なく、上品な甘みが特徴的。

*減農薬栽培

★同封の「宅配用紙」にも必ずお届け情報をご記入ください。

31 宅配 鈴木さんの梨(あきづき)

3L13玉~14玉 5kg 5537円(税込5980円)

茨城県



鈴木さん



錦野さん(栃木県・小山市)

32 梨(幸水)

懐かしい品種も含め十数種類の梨を栽培。土作り、梨園の環境作りを重視し、健全な樹、食べて元気の出るような梨作りに取り組んでいます。減農薬栽培。

3~4玉 約1kg 825円(税込891円)

栃木県



セズブレイインターナショナルジャパン(東京都)

33 キウイフルーツ(グリーン)

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。

3個入り 399円(税込431円)

ニュージーランド

シーズン最終

甘くて豊富な果汁が人気のぶどうです。1房単位ではなく400g規格でのご案内です。減農薬栽培。



あゆみの会・菅谷さん(千葉県・香取市)

34 巨峰

約400g 731円(税込789円)

千葉県

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。



無農薬

ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

35 バナナ

約450~600g 310円(税込335円)

ペルー(トゥンベス地域)



無農薬

料理の薬味にどうぞ

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。

程谷さん達(熊本県)

36 にんにく

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

約100g 220円(税込238円)

熊本県



この香りで夏を実感。季節を感じる事ができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。

大紀コブファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

38 しょうが

100g 165円(税込178円)

高知県



とさやま開発公社(高知県・高知市)

39 みょうが

50g 205円(税込221円)

高知県

麺類、お刺身、お肉にも♪



作本さん達(熊本県・熊本市)

40 大葉

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

10枚 145円(税込157円)

熊本県



渥美農園(静岡県・浜松市)

41 渥美さんのすだち

酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。旬のさんま等の焼き魚に最適。減農薬栽培。

約150g 185円(税込200円)

静岡県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

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)

42 もやし

筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり并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 52円(税込56円)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

赤城山麓の高原で、季節に応じて野菜を育てています。ぜひ旬のレタス類をご賞味ください。



産地だより 夏の高原野菜



中村さん達(群馬県・長野原町)

44 レタス

高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。減農薬栽培。

1玉 198円(税込214円) 通常税込227円

群馬県 [放] 不検出 <3.7 <3.4



中村さん達(群馬県・長野原町)

45 サニーレタス

サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がり下さい。減農薬栽培。

1玉 172円(税込186円) 通常税込199円

群馬県 [放] 不検出 <3.5 <4.2



木村農園(茨城県・つくば市)

46 木村さんのきゅうり

サラダ、漬物、炒めものなどあると便利な野菜です。夏の水分補給にも。害虫が大量発生した場合のみ農薬対応。

3本 165円(税込178円)

茨城県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

47 長島さんのきゅうり

旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農薬無散布・無化学肥料栽培。

500g(4~6本) 276円(税込298円)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

JOSOのトマトで美味しくリコピンチャージ!

鮮度と歯ごたえが良いです

土の中の栄養バランスを大切に土作り。活性液等も使い作物が健康に育つように心掛けています。減農薬栽培。



あゆみの会・篠塚さん達(千葉県・香取市)

48 ミニトマト

150g 230円(税込248円)

千葉県



FarmERS BandO青木農-en(茨城県・坂東市)

49 青木さんのミニトマト

微生物農法の力を使って土から健康に育てました。農薬無散布、化学肥料不使用。

150g(11~16個) 277円(税込299円)

茨城県

パリッとした食感です

果肉は緻密でかつちりちりしていて、酸味が少なく甘みの強いトマトです。減農薬栽培。



木村農園(茨城県・つくば市)

50 木村さんのアイコトマト

200g 220円(税込238円)

茨城県

大玉で食べ応え抜群!

完熟させた大き目のトマトです。多少スレがあります。減農薬栽培。



木村農園(茨城県・つくば市)

51 木村さんの大玉トマト

500g 277円(税込299円)

茨城県



あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

52 小松菜(少量)

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) 150円(税込162円)

茨城県



原さん達(群馬県・東吾妻町)

53 小松菜

ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農薬無散布。

1束(250g) 230円(税込248円)

群馬県 [放] 不検出 <4.9 <4.2



おきたま農産会・丹野さん達(山形県・高島町)

54 おかひじき

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。

100g 198円(税込214円)

山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0



木村農園(茨城県・つくば市)

55 木村さんのモロヘイヤ

エジプト原産でぬるっとした粘りの特長の、栄養価の高い野菜です。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。

100g 154円(税込166円)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.8



樺沢さん(群馬県・前橋市)

56 つる菜

クセや苦みが少なく、シャキッとした食感です。熱湯にて4~5分ゆで、冷水にひたすと一層美味しく召し上がれます。減農薬栽培。

200g 192円(税込207円)

群馬県



徳弘さん(北海道・富良野市)

57 ズッキーニ

火を通すと甘みが増します。炒め物・グリルでどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。

1本 175円(税込189円)

北海道

飯野さんの固定種の野菜



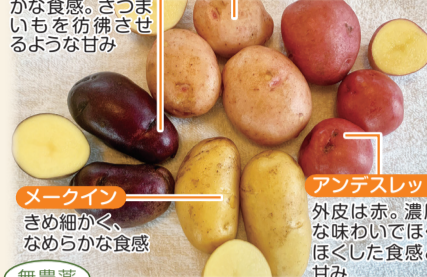
固定種は自家採種ができ、循環型農業を目指す上では重要な視点です。その味わいも、ヒトの個性のように様々。ぜひご賞味ください。

タワラマゼラン

外皮は黒紫。きめ細かく、極なめらかな食感。さつまいもを彷彿させるような甘み

さやあかね

外皮は桜色。極粉質でホクホク食感



メークイン

きめ細かく、なめらかな食感

アンデスレッド

外皮は赤。濃厚な味わいでほくほくした食感と甘み

無農薬

飯野農園(茨城県・つくば市)

59 飯野さんのじゃがいも詰合せ

固定種を含めた4種のじゃがいもから3種が入ります。農薬無散布・化学肥料不使用。

1kg **500円**(税込**540円**)

茨城県



58 飯野さんの固定種のなす詰合せ

日本の茄子・アジア・ヨーロッパの固定種のなすに合わせてお届けします。農薬無散布・化学肥料不使用。

3種(3~6本) **500円**(税込**540円**)

茨城県



飯野農園(茨城県・つくば市)

60 飯野さんのサラダピーマン

苦みがなく、肉厚で甘味があり、生でも食べられます。農薬無散布・化学肥料不使用・自家採取のタネ。

250g(4~8個) **299円**(税込**323円**)

茨城県



微生物農法の力を使って土から健康に育てました。旬の野菜をお届けします。農薬無散布、化学肥料不使用。

61 青木さんの野菜セット

3品目 **598円**(税込**646円**)

茨城県



おきたま興農舎・高橋さくら(山形県・高島町)

62 枝豆(袋入)

品種は黒玉すだれ・湯あがり娘・雪音等を時季に合わせて出荷します。農薬無散布。

300g **435円**(税込**470円**)

山形県

2021年 地場の有機野菜セット 新規契約者募集中です!

①	無農薬野菜セット			
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
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
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
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
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
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~

切り取ってご提出下さい

夏は揚げたしがおすすすめ

木村農園(茨城県・つくば市)

63 木村さんのオクラ

おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。

100g **156円**(税込**168円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

木村農園(茨城県・つくば市)

64 木村さんのピーマン

肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。

150g **155円**(税込**167円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

木村農園(茨城県・つくば市)

65 木村さんの万願寺とうがらし

煮ても焼いても美味しい万願寺とうがらし。ビタミンCやカロテンも豊富です。減農薬栽培。

300g(3~6本) **200円**(税込**216円**)

茨城県

木村農園(茨城県・つくば市)

66 木村さんのなす

焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

3本 **162円**(税込**175円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.2

稲葉さん達(茨城県・結城市)

67 なす

少し遅く定植し、晩秋まで収穫する作型。気温差が大きくなるにつれ、実の糖度が増してきます。減農薬栽培。

5本 **280円**(税込**302円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.3

おきたま興農舎・小林さん達(山形県・高島町)

68 薄皮丸茄子

皮は濃い紫色で薄く、漬けるとパリッと歯ざわりが良いのが特長。通常のなすと同様にご利用いただけます。農薬無散布。

400g **389円**(税込**420円**)

山形県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

松浦さん達(山形県・鶴岡市)

69 枝豆

品種は「湯あがり娘」他。枝から外した状態でお届けします。減農薬・無化学肥料栽培。

約200g **410円**(税込**443円**)

山形県

高楚さん達(千葉県)、樺沢さん達(群馬県)

70 とうもろこし

薄皮で甘いとうもろこしです。7月中旬までは千葉県産、それ以降は群馬県産をお届けの予定です。減農薬栽培。

1本 **190円**(税込**205円**)

千葉県、群馬県 [放] 不検出 <4.2 <3.8

中村さん達(群馬県・長野原町)

71 キャベツ

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

1玉 **220円**(税込**238円**)

群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.2

農家レストランぐりてい・倉持さん達(茨城県・坂東市)

72 倉持さんの長ねぎ

自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。

300g **220円**(税込**238円**)

茨城県

上野さん達(栃木県・上三川町)

73 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 <3.8 <3.7

川島さん達(群馬県・長野原町)

74 大根

自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬・無化学肥料栽培。

1本900g以上 **198円**(税込**214円**)

群馬県 [放] 不検出 <3.2 <3.6

木村農園(茨城県・つくば市)

75 木村さんのかぼちゃ

栗系でホクホク感、甘みのある美味しいかぼちゃです。蒸して。天ぷらやスープでも。減農薬栽培。

1玉 **450円**(税込**486円**)

茨城県

上村さん達(青森県・八戸市)

76 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g **220円**(税込**238円**)

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

上村さん達(青森県・おいらせ町)

77 人参(洗い)

500g **205円**(税込**221円**)

青森県

上野さん達(栃木県・上三川町)

79 じゃがいも

1kg **285円**(税込**308円**) 通常税込**322円**

栃木県

上野さん達(栃木県・上三川町)

80 じゃがいも

3kg **810円**(税込**875円**) 通常税込**896円**

栃木県

まごころの里・吉田さん達(北海道・栗山町)

81 サラダ白玉ねぎ

真っ白い品種の玉ねぎ。甘みがあり、さっと水に通すだけで食べられます。減農薬栽培。

500g **250円**(税込**270円**)

北海道

自家製ボカシ肥料を施肥。作物を健康に育てることにこだわっています。減農薬栽培。

稲葉さん達(茨城県・結城市)

玉ねぎ

1kg **298円**(税込**322円**) 通常税込**335円**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.1

山田さん(茨城県・つくば市)

84 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 **226円**(税込**244円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7

丸金(長野県・長野市)

85 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。心地良い菌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)

86 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)

87 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・水谷さん達(三重県・尾鷲市)

88 エリンギ

肉質はきめ細か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)

89 生きくらげ

こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。

100g **250円**(税込**270円**)

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2

あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)

90 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

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)

飯泉さんの生しいたけ

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください

A品 100g **210円**(税込**227円**)

B品 200g **225円**(税込**243円**)

茨城県

鮭切身の赤色は
アスタキサンチンという抗酸化物質
夏に意識的に摂りたい
栄養素です!



ロシア産の紅鮭を
切り身にして10
切パックにしまし
た。バラ凍結。
トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
93 ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切
凍 180日 10切550g **1480円**(税込 **1598円**) 通常税込 **1663円**
紅鮭(ロシア)

カリウムなどのミネラルも豊富
夏野菜と一緒に
さっぱりソテーで
バランスよく!



インドネシア船籍
のまぐろ延縄船で
漁獲し船内で急速
凍結したばしょ
かじきを国内で切
身加工しました。
東北トクスイ (宮城県・塩釜市)
94 徳用 かじき切身
凍 180日 10切500g **899円**(税込 **971円**) 通常税込 **1026円**
ばしょかじき(インドネシア)

あじに含まれるビタミンB群は
夏バテ予防に効果的
あじのマリネサラダ



長崎産の旬の真
あじを食べやす
く三枚おろしに
しました。天ぷら
やフライに、ナ
ゲット風にも。
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)
95 真あじフィーレ
凍 30日
片身5~8枚前後200g **430円**(税込 **464円**) 通常税込 **475円**
真あじ(長崎県)

スタミナチャージは
やっぱり鰻!
うなぎ蒲焼



愛知県の指定生産者
が飼育した国産のう
なぎです。たれは、醬
油、本みりん、砂糖と
シンプルな内容。
大黒淡水 (静岡県・焼津市)
96 うなぎ蒲焼 70g×2
凍 米 6小
70g×2、たれ・山椒付 **1880円**(税込 **2030円**) 通常税込 **2138円**
うなぎ(愛知県)

水産品
・近海・天然ものを中心に扱います。
・給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰻とエビを扱っています。
・干物、漬魚には、酸化防止剤、化学調味料は不使用です。

凍ったままさっと洗って加熱調理してください

原料高騰の
為次回から
値上げ
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
97 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
別し若干の熟処理後、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)
98 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

メスのししゃもは1ページ
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
99 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
られないので身がおいしいです。焼
いてどうぞ。
凍 180日
300g **350円**(税込 **378円**)
からふとししゃも(アイスランド、ルウエー、カナダ)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
100 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)

及川冷蔵(岩手県・大船渡市)
101 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しま
した。
凍 180日 米 6小
4尾150g **395円**(税込 **427円**)
さんま(岩手県)

さんま&あじの定番2種セット!
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
102 塩屋の干物セット(2種)
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。
凍 30日 さんま2枚、あじ2枚 **580円**(税込 **626円**)
さんま(国内産)、あじ(オランダ)

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)
103 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
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)

丸一商店(千葉県・南房総市)
104 2枚
脂のりの良いノルウェー産のさばを塩水漬後、冷風乾燥にて仕上げました。
凍 120日
片身2枚200g **398円**(税込 **430円**)
真さば(ノルウェー)

105 3枚
片身3枚300g **588円**(税込 **635円**)

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
106 石巻産さば生姜醤油漬
宮城県石巻産のさばを黒糖とすりおろし生姜を加えた醬
油たれに、低温でじっくり24時間漬けてみました。
凍 180日 米 6小
4枚240g **398円**(税込 **430円**)
さば(宮城県) [放]不検出<3.4<2.9

ヤマサコウショウ(宮城県・石巻市)
107 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 米 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)
108 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
日間漬込み、熟成させました。
凍 30日 米 大
片身2枚
180g以上 **480円**(税込 **518円**)
真さば(長崎県)

ダイヤツ(鳥取県・米子市)
109 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
みりん醤油に漬けました。
凍 180日 米 6小
4切220g **450円**(税込 **486円**)
シルバー(主にニュージーランド)

製造終了のため今回で終売です
ダイヤツ(鳥取県・米子市)
110 氷温造り山陰産さばみりん漬
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、甘口のみりん醤油で味付けしました。
凍 180日 米 6小
5切
285g **365円**(税込 **394円**)
さば(山陰)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
111 雄武秋鮭みりん漬け
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んに漬け込
みしました。とてもまろやかです。
凍 30日 米 6小
140g(2切) **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)
112 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)
113 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切
ロシア産の紅鮭の切身です。使いや
すく1切約55gにしました。甘塩で
す。
凍 180日
3切165g **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)
114 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)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
115 子持ち浅羽かれい切身(3切)
3切300g **554円**(税込 **598円**)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
116 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)
凍 30日
70g×3 **548円**(税込 **592円**)

秋鮭は、カルシウム
の吸収効率を高める
ビタミンD、細胞の
酸化を抑制するビタ
ミンEなどが多く含
まれます。
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。

千倉水産加工販売(宮城県・大川町)
117 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)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
118 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(千葉県・船橋市)
119 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。
凍 75g×3 **470円**(税込 **508円**) 通常税込 **518円**
さんま(北海道、三陸) [放]不検出<3.8<3.5

※調理例
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
120 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殖。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 2021.11.6以降 米 大
8尾前後180g **815円**(税込 **880円**) 通常税込 **913円**
ブラックタイガー(インドネシア)

水産品の
放射能検査について
・調査対象漁獲海域：関東1
都3県と静岡県の太平洋沿
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。

海のミルク

かきで夏も元気に

牡蠣に多く含まれるタウリンは滋養強壮や疲労回復に、亜鉛や鉄や、マグネシウムなどのミネラルは貧血予防や夏バテにも効果的です。



お届けは9月1回になります

まるたか水産(宮城県・石巻市)

121 荻浜湾で育ったプリプリ冷凍かき

三陸・荻浜(おぎのはま)湾の新鮮なかきを、自社で殻むきし、冷凍しました。

凍 90日

200g **430円**(税込**464円**)

かき(宮城県) [放]不検出<3.2<4.5

お届けは9月1回になります



まるたか水産(宮城県・石巻市)

122 蒸しかき

凍 90日

60g **330円**(税込**356円**) 通常税込**373円**

かき(宮城県)

グリコーゲンが一番多くなる春に漁獲した牡蠣を厳選し、殻をむいてすぐに、何も加えず蒸しました。



まるたか水産(宮城県・石巻市)

123 大粒かきフライ

凍 90日 米小

4~8個220g **440円**(税込**475円**)

かき(宮城県)

三陸牡鹿半島の清浄海域で育った良質の大粒生かきを使用し、パン粉をまぶして仕上げました。揚げて。



まるたか水産(宮城県・石巻市)

124 冷凍あかもく

石巻・万石浦のあかもくです。粘り成分のフコイダンが豊富。味噌汁や吸い物、酢の物、天ぷらなどでどうぞ。

凍 90日

100g **318円**(税込**343円**) 通常税込**356円**

あかもく(宮城県)

遠州灘の美味しいしらす

お値段そのまま **1袋**でお届けします!



しらす加工の専門会社「海泉水産」から、年に1度の増量企画です。遠州の潮風と、お日様の光を浴びて、旨味がギュッと凝縮されたしらす干しをぜひご賞味ください。

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

海泉水産(静岡県・浜松市)

125 しらす干し(増量)

凍 120日

20g×4 **450円**(税込**486円**)

しらす(遠州灘~伊勢湾)



共和水産(岩手県・宮古市)

126 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めいかを一夜干しにし、食べやすいようにカット。フライパンで焼いて。

凍 90日

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

すめいか(三陸北部沖)



かえき水産(愛知県・蒲郡市)

127 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 **430円**(税込**464円**)

いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)



松岡水産(千葉県・銚子市)

128 紅鮭スモークサーモン

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 90日

70g **470円**(税込**508円**)

紅鮭(アラスカ)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

129 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。半解冻後、適当な大きさに切って下さい。

凍 90日

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



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。

共和水産(岩手県・宮古市)

130 三陸岩手いかに糸造り

凍 90日

80g **448円**(税込**484円**)

すめいか(三陸)



千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

131 猿払産刺身用ほたて貝柱

オホーツク海に面する猿払(ざるぶつ)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 90日

6~8粒100g **498円**(税込**538円**)

ほたて貝柱(北海道)



ヤマボシ(静岡県・焼津市)

132 焼津港のとろかつお炭火焼き

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

凍 90日

150g **480円**(税込**518円**)

かつお(日本太平洋沖合北部)



ヤマボシ(静岡県・焼津市)

133 焼津港のと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本釣りのたけのこを炭火焼きに。無添加たれに漬けました。

凍 90日

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)



ダイヤモンド(鳥取県・境港市)

134 氷温熟成たらこ(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、氷温製法で素材の旨味を引き出しました。

凍 90日

90g **380円**(税込**410円**)

すけとうだらの卵巣(ロシア)



ダイヤモンド(鳥取県・境港市)

135 氷温熟成辛子明太子(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「氷温熟成」で仕上げました。お得な切りです。

凍 90日

90g **380円**(税込**410円**)

すけとうだらの卵(ロシア)



ダイヤモンド(鳥取県・米子市)

136 氷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。まるやかな甘酢です。

凍 90日

220g **320円**(税込**346円**)

真あじ(日本海)



「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)

137 あじフライ

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

凍 90日

3~5枚100g **520円**(税込**562円**)

あじ(高知県)



フライパンで少ない油でも調理できます

土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町)

138 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。

凍 90日

150g **430円**(税込**464円**)

さば(高知県)



千倉水産加工販売 女川工場(宮城県・女川町)

139 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 90日

5~7枚180g タレ50g **398円**(税込**430円**)

真ほっけ(北海道)



ダイヤモンド(鳥取県・米子市)

140 氷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 90日

80g(固形量)×4袋 **535円**(税込**578円**) 通常税込**594円**

さば(ノルウェー)



松岡水産(千葉県・銚子市)

141 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 90日

100g(固形量)×2 **430円**(税込**464円**) 通常税込**486円**

さば(ノルウェー)



大新(鳥取県・境港市)

142 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 90日

160g **338円**(税込**365円**)

あじ(国内産)

野菜をデザートに召し上がれ! お子さんと一緒に簡単に手作りできます

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。



51 トマト 77 人参 193 プレーンヨーグルト 316 レモン果汁



人参のアイス

◆材料
人参 …… 1本(150g)
レモン汁 …… 少々
プレーンヨーグルト …… カップ1/2
牛乳 …… カップ1
はちみつ …… 大さじ3

◆作り方

① 人参は1cmの輪切りにし、柔らかくゆでる。ザルにあげレモン汁をかける。
② 残りの材料と共にミキサーにかけ、製氷皿に流し冷凍庫で固める。

トマトのアイス

◆材料
完熟トマト …… 2コ
プレーンヨーグルト …… カップ1
レモン汁 …… 大さじ2
はちみつ …… 大さじ2

◆作り方

① トマトは湯むきし、ザク切りにする。
② 材料を全部入れ、ミキサーにかけ、製氷皿に流し、冷凍庫で固める。

切り取ってご活用ください

夏のお友だち紹介キャンペーン

2021年8月31日(火)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!



セット内容



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!

夏のパワー不足に最適! 豚肉のしゃぶしゃぶ サラダ!

夏バテ防止!

- ◆材料
- ロースしゃぶしゃぶ用 200g
 - 玉ねぎ 1/2コ
 - 刻み茎わかめ 100g
 - ペビーリーフ 1袋
 - おかひじき 1袋
 - みょうが 1コ
 - 大葉 適量
 - ミニトマト 5コ
 - ごまドレッシング 大さじ3
 - だし汁 大さじ3
 - 酒 大さじ2



- ◆作り方
- 肉は食べやすく切り、酒少々を入れた熱湯でゆで氷水にとる。
 - 玉ねぎは半月のうす切りにし冷水にさらす。おかひじきは2cmの長さに切る。みょうがは縦半分になり、縦にうす切りにする。大葉はせん切りにし、キッチンペーパーに包んで流水でさらす。
 - 刻み茎わかめはザルに入れて塩を洗い流し、水につけて塩抜きする。
 - 玉ねぎ、ペビーリーフ、茎わかめを混ぜて器に敷き、肉のせてみょうがと大葉を散らし、半分に切ったミニトマトを飾る。
 - ごまドレッシングとだし汁を合わせ、食べる時にかける。

292円/100g **特**

中津ミート (神奈川県・愛川町)

143 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。厚さ約2mm。

冷蔵 賞4日

200g **540円** (税込 **583円**) 通常税込 **594円**

神奈川県

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。原材料:植物油、胡麻、醸造酢、醤油、三温糖、卵黄

特

胡麻

◆ふるさと

産地直産 (埼玉県・川島町)

144 金箔 胡麻ドレッシング

賞100日 卵米大小

390ml **880円** (税込 **950円**) 通常税込 **961円**

胡麻 (中国)

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: ミートバルではローズポークの中でも上物の原料だけを加工してお届けしています。

163円/100g **特**

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

145 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。

冷蔵 賞6日

茨城県

400g **605円** (税込 **653円**) 通常税込 **664円**

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

147 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です。

冷蔵 賞6日

茨城県

150g×2 **395円** (税込 **427円**)

214円/100g

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

146 ローズポーク モモスライス

赤身主体部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞6日

茨城県

250g **495円** (税込 **535円**)

142円/100g

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

147 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です。

冷蔵 賞6日

茨城県

150g×2 **395円** (税込 **427円**)

139円/100g

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

148 ローズポーク 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞6日

茨城県

200g×2 **515円** (税込 **556円**)

167円/100g

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

149 ローズポーク 挽肉

赤身率は8割です。

凍結 賞30日

茨城県

300g **465円** (税込 **502円**)

特

中津ミート (神奈川県・愛川町)

152 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。

冷蔵 賞6日 米大

茨城県

200g **405円** (税込 **437円**) 通常税込 **448円**

特

中津ミート (神奈川県・愛川町)

153 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。

冷蔵 賞6日 米

茨城県

2枚 200g **540円** (税込 **583円**) 通常税込 **594円**

特

中津ミート (神奈川県・愛川町)

154 中津豚カシラ (ホホ)肉

1頭から約300gしかとれない希少な部位です。

凍結 賞120日

茨城県

200g **475円** (税込 **513円**) 通常税込 **524円**

特

中津ミート (神奈川県・愛川町)

155 中津トントロ焼肉用

1頭から約300gしか取れない希少な部位。

凍結 賞120日

茨城県

200g **488円** (税込 **527円**) 通常税込 **538円**

232円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

150 中津豚モモブロック

赤身主体で柔らかいモモ肉のブロック。煮物、焼き物、カツ等にどうぞ。

冷蔵 賞4日

神奈川県

400g **860円** (税込 **929円**)

295円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

151 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。厚さ5mm。

冷蔵 賞4日

神奈川県

200g **545円** (税込 **589円**)

219円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

152 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。

冷蔵 賞6日 米大

茨城県

200g **405円** (税込 **437円**) 通常税込 **448円**

292円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

153 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。

冷蔵 賞6日 米

茨城県

2枚 200g **540円** (税込 **583円**) 通常税込 **594円**

257円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

154 中津豚カシラ (ホホ)肉

1頭から約300gしかとれない希少な部位です。

凍結 賞120日

茨城県

200g **475円** (税込 **513円**) 通常税込 **524円**

264円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

155 中津トントロ焼肉用

1頭から約300gしか取れない希少な部位。

凍結 賞120日

茨城県

200g **488円** (税込 **527円**) 通常税込 **538円**

249円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

156 中津豚バラスライス

脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。

冷蔵 賞4日

神奈川県

200g **460円** (税込 **497円**)

195円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

157 中津豚小間切

各部位から集めています。

冷蔵 賞4日

神奈川県

200g **360円** (税込 **389円**)

192円/100g

中津ミート (神奈川県・愛川町)

158 中津豚挽肉

赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵 賞4日

神奈川県

200g **355円** (税込 **383円**)

176円/100g

JA全農いばらき (茨城県) 野口商店

159 豚挽肉 (バラ凍結)

赤身率8割です。

凍結 賞90日

茨城県

400g **650円** (税込 **702円**)

◆材料 (4人分)

- 鶏挽肉 300g
- きゅうり 1本
- オクラ 2本
- ピーマン 1個
- トマト 1個
- 玉ねぎ 1個
- 人参 1個
- パセリ 1/2本
- しょうが 少々
- オリーブオイル 大1
- 塩 小1
- こしょう 少々
- A 砂糖 小1/2
- ケチャップ 大1
- 酒 大2

特

さっぱり野菜の
鶏そぼろ!

◆作り方

- 人参、パセリ、しょうがはみじん切り、それ以外の野菜は2cm角にそれぞれ切る。
- フライパンに油を熱し、鶏挽肉、人参、しょうが、Aを入れて炒める。
- ひき肉がほぐれてきたら、残りの野菜を入れ炒め合わせ、全体に火が回ったら蓋をして3分蒸し焼きにする。
- 野菜から水分が出ていたら、強火でとばす様に炒め、味を見て塩・こしょう(分量外)で調味する。

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

161 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍結 賞180日

茨城県

500g **640円** (税込 **691円**) 通常税込 **713円**

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の鶏です。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)。

173円/100g **特**

◆ふるさと

産地直産 (茨城県・桜川市)

12 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

凍結 賞180日

茨城県

300g **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **529円**

130円/100g **特**

◆ふるさと

組合員さんからのクチコミ

鶏肉、ではなく、鶏として元気に生きていたんだろうことがわかります。感謝して頂いています。ありがとうございます。(ニックネーム: スー)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

160 つくば茜鶏 ムネ

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。

凍結 賞180日

茨城県

300g **360円** (税込 **389円**) 通常税込 **400円**

212円/100g

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

165 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞180日

茨城県

250g **490円** (税込 **529円**)

212円/100g

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

166 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞180日

茨城県

250g **490円** (税込 **529円**)

104円/100g

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

167 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。

凍結 賞180日

茨城県

250g **240円** (税込 **259円**)

202円/100g

◆ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

162 つくば茜鶏 ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。

凍結 賞180日

茨城県

300g **560円** (税込 **605円**)

142円/100g

◆ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

163 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍結 賞180日

茨城県

400g **525円** (税込 **567円**)

142円/100g

◆ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

164 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍結 賞180日

茨城県

400g **525円** (税込 **567円**)

212円/100g

◆ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

165 つくば茜鶏 ムネモモ小間切

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞180日

茨城県

250g **490円** (税込 **529円**)

212円/100g

◆ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

166 つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞180日

茨城県

250g **490円** (税込 **529円**)

104円/100g

◆ふるさと

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

167 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。

凍結 賞180日

茨城県

250g **240円** (税込 **259円**)

牛肉

- ・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の棚木さん、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。

518円/100g



168 牛切り落とし 袋入り
旨味がたっぷり入っている牛肉を切り落としにしました。

250g **1200円**(税込**1296円**) 通常税込**1344円**

凍 大阪府

929円/100g



169 牛中華用柔らか細切り
柔らかいモモ肉を炒め物などに使いやすい細切りにしました。

200g **1720円**(税込**1858円**)

凍 大阪府

意外とヘルシー!? ローストビーフ

ダイエットや生活習慣病など健康を気にする時、何かと避けがちになるお肉...しかしお肉は吸収力の良いとても良質なアミノ酸やビタミン類を豊富に含む万能な食品です。特にじっくり焼き上げたローストビーフのカロリーは牛肉料理の中でも低カロリーでヘルシー。特にローストビーフによく使われている赤身肉には脂肪燃焼に良いと言われている「L-カルチニン」が多く含まれています。老化予防にも良いと言われており、現代人の健康な身体作りに欠かせない食品なのです。



※ローストビーフ丼

ご自宅でローストビーフやタタキどうぞ。

174 鹿児島 坊津黒牛 赤身ブロック

565円/100g



凍(賞30日) 300g **1570円**(税込**1696円**) 通常税込**1739円**

鹿児島県

354円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

170 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。

200g **655円**(税込**707円**)

茨城県

231円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

171 茨城牛(山方) 牛豚合挽肉
風味の良さを併せ持った合挽肉。牛・豚比率5:5。

250g **535円**(税込**578円**)

茨城県

624円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

172 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用
霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

180g **1040円**(税込**1123円**)

凍(賞30日) 鹿児島県

438円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

173 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし170g×2
何にでも使える切り落としです。2パック組でお届けします。

170g×2 **1380円**(税込**1490円**)

凍(賞30日) 鹿児島県

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。

14 あらびき ウィナー 徳用は



表紙でご案内しています

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

175 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。

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)

176 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。

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)

177 鎌倉チョリソー
国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。

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)

178 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。

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)

179 鎌倉串だし フランクフルト
豚肉、塩、香辛料のみを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。

40g×5 **370円**(税込**400円**)

豚肉(国内産)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

180 中津粗挽ウィナー
ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしてどうぞ。炒め物にも。

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)

181 中津皮なし ノンスパイスウィナー
皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。

120g **278円**(税込**300円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

182 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な味に仕上げました。

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)

183 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。

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)

184 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。

180g(30g×6) **335円**(税込**362円**)

豚肉(神奈川県)

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。



酪農家であっても 自然分娩をモットーに

鈴木牧場では自然分娩を基本とし、人間はなるべく介助しないようにしています。ちなみに牛は産まれてから2年経つと成牛になり、子牛を産んで初めてお乳が出せます。妊娠、出産、搾乳。この繰り返しを管理しているのが酪農家の大切な仕事なのです。

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

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

185 プレーン 400g **361円**(税込**390円**)

186 微糖 400g **370円**(税込**400円**)

生乳(茨城県) [放]不検出<3.4<3.4

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)なのでプ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)

187 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレ
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。

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)

188 石岡 鈴木牧場 スカモルツァ(プレーン)
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。

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)

189 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。

30g **199円**(税込**215円**)

生乳(茨城県) [放]不検出<3.3<3.1

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。

10個 **236円**(税込**255円**)

茨城県 [放]不検出<3.7<4.0

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。

サツラク農協(北海道・札幌市)

9 サツラク低脂肪牛乳
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くさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

北海道酪農公社(北海道・江別市)

4 おいしさまるやか(成分調整牛乳)
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。

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)

5 サツラク牛乳
1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4

よつ葉乳業(北海道・音更町)

190 生乳仕立て よつ葉カフェオレ
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。

1ℓ **277円**(税込**299円**)

生乳(北海道)

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

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。

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」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。

6個入り **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.5<3.7



ホリ乳業 (石川県・金沢市)

191 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)

192 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)

193 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)

194 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



酪王乳業 (福島県・郡山市)

195 生乳たっぷり のむヨーグルト

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

冷蔵 賞19日 乳

180ml×2 **256円**(税込**276円**)

生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



日本生活協同組合連合会

196 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**)

製造終了の為今回で終売になります



酪王乳業 (福島県・郡山市)

197 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)



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

198 濃厚豆乳プリン

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

冷蔵 賞30日 卵乳大

100g×2 **250円**(税込**270円**)

牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5



おとうふ工房いしかわ (愛知県・高浜市)

199 豆乳ぷりん 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30日 卵大

80g×4 **298円**(税込**322円**)

豆乳(国内産)



北海道酪農公社 (北海道・江別市)

200 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)



北海道酪農公社 (北海道・江別市)

201 北海道 チャーンバター

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)



サツラク農協 (北海道・札幌市)

202 サツラク北海道 純生クリーム

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。

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。
- ・豆腐は海水にがりで固め、消泡剤も不使用です。



丸和食品 (東京都・練馬区)

203 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)

204 きめ豆腐

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



丸和食品 (東京都・練馬区)

205 ミニもめん豆腐

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

冷蔵 賞届いて4日 大

150g×2 **180円**(税込**194円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

206 ミニきめ豆腐

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

冷蔵 賞届いて4日 大

150g×2 **175円**(税込**189円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

207 有機国産大豆 寄せ豆腐

秋田県産有機大豆と海水にがりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

冷蔵 賞届いて4日 大

100g×2 **240円**(税込**259円**)

大豆(秋田県) [放] 不検出 <0.9 <1.0



丸和食品 (東京都・練馬区)

208 しそ寄せ豆腐

国内産の青じそを丁寧に刻み、豆腐に合わせた一品。ほのかに青じその風味が広がる、さっぱりとしたお豆腐。

冷蔵 賞届いて4日 大

200g **230円**(税込**248円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.3 <1.3



丸和食品 (東京都・練馬区)

209 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)

210 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

揚げ油にもこだわる

「丸和食品」のがんも

大豆を始めとする原材料はもちろん、揚げものの油の菜種油に至るまで、遺伝子組換え原料の徹底排除に取り組み、「安心」「安全」な食べ物を追及しています。




丸和食品 (東京都・練馬区)

214 青豆入り具だくさんがんも

丸和の豆腐に人参、ごぼう、青大豆、生姜、山芋粉、切昆布、黒ごまを加え、菜種一番搾りの油で揚げました。

冷蔵 賞届いて5日 大

80g×2 **285円**(税込**308円**) 通常税込**319円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.4



丸和食品 (東京都・練馬区)

211 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)

212 絹生揚げ

絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。

冷蔵 賞届いて4日 大

230g **205円**(税込**221円**)

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)

213 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



丸和食品 (東京都・練馬区)

215 おから入り野菜炒めがんも

おからと野菜を炒めることにより、素材の旨みを引き出したヘルシーながんも。

冷蔵 賞届いて5日 大

5個 **210円**(税込**227円**) 通常税込**232円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <2.1 <2.3



丸和食品 (東京都・練馬区)

216 一口がんも

国産大豆使用の生地に野菜や昆布を加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。

冷蔵 賞届いて5日 大

10g ×10個 **185円**(税込**200円**) 通常税込**205円**

大豆(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6



JAやさと (茨城県・石岡市)

217 本味納豆(タレ・カラシ無)2個組

茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。

冷蔵 賞7日 大

(40g×3)×2 **260円**(税込**280円**) 通常税込**302円**

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.4



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)

218 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)

219 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軽木を用いました。

冷蔵 賞9日 米大小

80g **206円**(税込**222円**)

大豆(茨城県) [放] 137Cs=3.7



登喜和食品 (東京都・府中市)

220 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)



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

221 やさとの半熟たまご(温玉)

納豆と一緒にどうぞ!

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) **185円**(税込**200円**) 通常税込**211円**

卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

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)

222 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)

223 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。肉じゃがやずきやきなどに。

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



市川食品 (群馬県・高崎市)

224 青のり入りさしみこんにゃく

青のり入りのさしみこんにゃく。ぷりぷりとした食感がやみつきに。酢味噌付き。お好みでわさび醤油でも。

冷蔵 賞60日 米大

さしみこんにゃく <150g×2 酢味噌20g×2 **285円**(税込**308円**) 通常税込**324円**

こんにゃく粉(群馬県) [放] 不検出 <3.7 <4.2



浜食 (東京都・調布市)

225 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10日 米

200g **240円**(税込**259円**)

もずく(沖縄県)

しっかり食べて残りの夏も元気に!



海鮮たっぷりスタミナ焼きそば

226 内麦焼きそば (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。



金子製麺 (神奈川県・中井町)

227 あしがら車屋 冷やし中華(2食入)
地粉、契約卵を練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みできゅうり、ハム、卵などを添えて。



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、りんご酢ベースの甘酢でからめました。



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

229 趙さんの味 熟成オイキムチ
1年以上熟成・発酵させた鮭の魚置とじっくり煮だしただしを使い漬けてみました。やわらかい辛さと、こくのある旨みをお楽しみください。

原材料はすべて無農薬、無化学肥料
自分好みの使い方を見つけて



230 寺田本家 玄米酒粕
今回ご紹介の玄米酒粕は、一般の酒粕と比べると酸味が強く、甘酒や粕汁には向きません。他方、ドーナツやクラッカーに混ぜたり、粕床を作り肉や魚を漬けると滋味溢れる味わいが楽しめます。

231 たけのこ水煮 (スライス)
掘りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。

232 地粉春巻きの皮
一般の春巻きの皮と違い、生地を焼いていない生タイプで、地粉の香りや旨みが味わえます。18cm角。

233 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。

234 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。

235 揚げだし豆腐 (特製つゆ付)
国産大豆100%の揚げ出し豆腐と特製つゆをセットにしました。つゆをかけて電子レンジで約2分温めて。

236 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。

237 江戸前でい! 生のり佃煮
千葉県木更津の盛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。

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

239 昆布だしで漬けた浅漬け三昧
国内産の白菜、きゅうり、大根、人参をシンプルな原料で浅漬けにしました。

240 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。

甘酒でパワーチャージ
手作りスタミナドリンク
お手軽使い切りサイズ
お得なたっぷりサイズ

241 趙さんの味 熟成白菜キムチ
1年じっくり熟成させた鮭の魚置を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。

242 趙さんの味 水キムチ
汁ごと食べる辛くないキムチ、具よりも汁がメイン。発酵が進みますので、お好みの酸味どうぞ。

243 士別農園 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。

244 士別農園 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。

245 300g 300g 450円(税込486円)
246 1kg 1kg 1400円(税込1512円)

247 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、オキアミとおおさ粉の風味を効かせました。

248 こだわりさつま揚げ (黒ごま香)
すけそうだら、いとよくだい、鹿児島県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。

249 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。

高橋徳治商店 こだわりの練り物
玉ねぎの甘さがたまらない
252 玉ねぎ揚げ
253 パクパクなぎょっと

249 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。

250 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。

251 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、いわし魚置で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

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

255 椎茸入おとうふ揚げ
国産の干し椎茸が入った、岩手県近郊大豆の豆腐と北海道助宗タラすり身をふんわりした食感の練製品。

256 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。

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)

257 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)



日本生活協同組合連合会

258 CO北海道 つぶコーン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。

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



259 宮城県産めかぶ(タレ付)

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 40g×4(タレ4個付) **360円** (税込 **389円**)
めかぶ (宮城県) [放] 不検出 <4.3 <4.7



260 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。

凍 300g **262円** (税込 **283円**)
大豆 (北海道)



267 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。

凍 6個108g **400円** (税込 **432円**)
豚肉 (国内産)



268 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。

凍 150g **436円** (税込 **471円**)
鶏肉 (山口県、他)

お肉と一緒に ホットプレートで焼いても美味しい



261 CO北海道の そのまま枝豆250g

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

凍 250g **282円** (税込 **305円**) (通常税込 **320円**)
枝豆 (北海道)



262 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。湯煎かレンジで温めて。

凍 卵米 180g **350円** (税込 **378円**)
鶏肉 (山口県、他)



263 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。

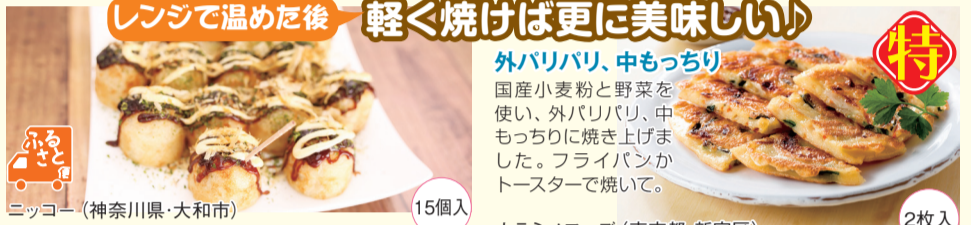
凍 卵米 480g(4個入) **315円** (税込 **340円**) (通常税込 **360円**)
小麦 (国内産)



264 こだわりのピザ(プレーン)

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。

凍 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)



265 ねぎ入りたこ焼

ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて。油で揚げてもおいしいです。

凍 卵米 15個300g **380円** (税込 **410円**)
たこ (ベトナム) [放] 不検出 <3.7 <4.4

266 コリアンチチミ(たれ付)

チミミ230g(2枚) たれ8g×2 **480円** (税込 **518円**) (通常税込 **548円**)
小麦 (国内産)



269 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。

凍 250g **477円** (税込 **515円**)
鶏肉 (山口県、他)



270 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。

凍 400g **560円** (税込 **605円**)
鶏肉 (山口県、他)



271 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。

凍 150g **386円** (税込 **417円**)
鶏肉 (国内産)



272 オムライス

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

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



275 有機パスタの ナポリタン

有機デュラム小麦のセモリナの麺、国産玉葱と人参使用。ソーセージは発色剤不使用。袋ごと湯煎かレンジで。

凍 卵米 400g(2食入) **521円** (税込 **563円**)
小麦 (イタリア)



276 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。

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



273 中華風根菜煮・青椒肉絲風 カップおかず

ピリッと辛みが効いた根菜煮と、青椒肉絲(チンジャオロース)のお弁当用中華総菜。国産原料にこだわった素材を使用しました。

凍 卵米 120g(2種×3個) **394円** (税込 **426円**) (通常税込 **449円**)
ごぼう・人参・ピーマン・たけのこ (国内産)



274 北海道八雲発マムの 帆立クリームコロッケ

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

凍 卵米 40g×6 **389円** (税込 **420円**) (通常税込 **435円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <2.9 <3.7



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



280 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。加工でん粉: 麺の3.5%

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



281 食べるサンラータンスープ

酸っぱくて辛い、中国の四川料理を代表するスープ。豆腐や春雨でボリュームを加えました。湯煎して。

凍 卵米 250g×2 **620円** (税込 **670円**) (通常税込 **698円**)
豚肉 (国内産)



278 神山鶏のばくばく餃子(国産しそ入り)

ばくばく何個でも食べられるクセのない食べやすい餃子。国産大豆味噌、国産しそ使用。焼いても茹でてでも。

凍 卵米 18g×20 **463円** (税込 **500円**) (通常税込 **516円**)
キャベツ (国内産)



283 肉しゅうまい

国産豚肉、玉ねぎがたっぷりのしゅうまい。ポークエキス・かつおエキス使用。蒸すかレンジで温めて。

凍 卵米 16g×15 **410円** (税込 **443円**)
豚肉 (国内産)



284 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。蒸すかレンジで温めて。

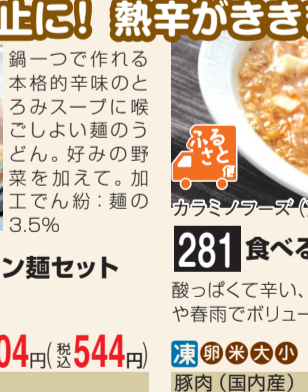
凍 卵米 27g×7 **395円** (税込 **427円**)
えび (インドネシア、ベトナム、他)



285 飛鳥の 彩りシューマイ

彩りがきれいな国産野菜を入れて、お子様にも食べやすいサイズにしました。冷めても美味しく食べられます。

凍 卵米 12個180g **365円** (税込 **394円**)
豚肉 (国内産)



286 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。

凍 卵米 300g **700円** (税込 **756円**)

ギョツとお魚が詰まっています

287 無茶々園おさまじゃこ天
八幡浜港で水揚げされた小魚(ほたるじゃこなど)を骨・皮ごと粗くすり潰した物を主原料に作りしました。

凍◎90日 15g×6 **370円**(税込**400円**) 通常税込**410円**
小魚(愛媛県)

茹で時間約1分

288 冷凍 稲庭うどん (5食入)
国産小麦粉使用。喉ごしよい強いコシのゆで麺。1食分を更に半分にできる切込み付。加工澱粉：約5.5%

凍◎小 200g×5 **408円**(税込**441円**)
小麦(国内産)

鍋一つでできます

289 讃岐かき揚げうどん
国産小麦使用のコシの強い麺に、野菜(牛蒡、玉葱、人参、いんげん)のかき揚げをのせたらうどん。つけ付。

凍◎米*大*小 2食560g **430円**(税込**464円**)
小麦(国内産)

手打ちそばに勝るとも劣らない風味です

290 生冷凍 長野県産 石臼挽十割そば
長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。茹で時間1分半～2分(常温で自然解凍してから)。

凍◎米 130g×2 **590円**(税込**637円**)
そば(長野県)

今週のおすすめ
安心無農薬の特 ブルーベリー

つむすつブルーベリーは、食料繊維などもおすすです♪

ブルーベリーサワーの作り方
酢・砂糖と1:1:1で10日ほど漬けるだけ。炭酸水などで割ってお召し上がりください

品質のすぐれた寒冷地栽培適種のハイブッシュ系ブルーベリーを、収穫後すぐに凍結。農薬無散布。

小林さん(長野県・高山市)
294 冷凍ブルーベリー 2パック
110g×2 **680円**(税込**734円**) 通常税込**774円**
ブルーベリー(長野県)

商品部 稲垣の おすすめ

レンジで温めて

291 ライスバーガー 国産牛焼肉
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◎米*大*小 5個600g **1018円**(税込**1099円**) 通常税込**1126円**
米・牛肉(国内産)

国産野菜とお米で作りました

292 香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン
豚肉・玉葱・人参・葱・玉子など具材を直火で香ばしく炒めた本格的な炒飯。フライパンかレンジで温めて。

凍◎米*大*小 230g×2 **403円**(税込**435円**)
米(国内産)

甘さ控えめ ポリュームたっぷり レンジが自然解凍で

293 大判焼き 小倉
皮は国産小麦主体に砂糖、米粉、重層、塩のみブレンドしたミックス粉で餡は十勝産小豆にこだわった今川焼。

凍◎米*小 85g×5個 **420円**(税込**454円**) 通常税込**464円**
小麦粉(北海道、九州)

組合員さんからのクチコミ

あんがぎっしり入っていて、本当においしかったです!

293 大判焼き 小倉
5個入

安心の美味しさ
ネージュのキャンデー

無茶々園の柑橘果汁を使用。ビート糖のみを使った無添加のアイスキャンデー。

ネージュ(大阪府・八尾市)
295 オレンジキャンデー
6本入

凍 65cc×6 **565円**(税込**610円**) 通常税込**634円**
オレンジ(愛媛県)

組合員さんからのクチコミ

とてもおいしく頂きました。子供達があっという間に食べてしまったので、又企画して下さい。

296 ブルーベリーキャンデー
無農薬のブルーベリーを使用したキャンデー。乳化剤、安定剤、香料その他添加物を使用せずに作りしました。

凍 65cc×6 **565円**(税込**610円**) 通常税込**634円**
ブルーベリー(カナダ)

塩味が全体の風味を引き立てます

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
300 芽吹き屋 黒豆塩大福
岩手産平黒大豆を国産もち米の生地にもっちり練り込み、すっきりとした甘さの粒餡を包みました。自然解凍で。

凍◎米*大 4個220g **400円**(税込**432円**)
黒豆(岩手県)

冷凍なので早くしほみます

無茶々園(愛媛県・西予市)
301 無茶々園の冷凍梅
農薬、化学肥料を使わず育てた梅をそのまま凍らせました。大小込みのサイズの粒餡を包みました。自然解凍で。

凍 1kg **1231円**(税込**1329円**) 通常税込**1360円**
梅(愛媛県)

疲労回復に効果あり
梅サワーの作り方

梅は洗ってヘタをとって

梅：砂糖：酢を1kgずつ漬け、約10日で梅がシワシワになれば出来上がり(保存は冷蔵で)。梅味噌はこのレシピの酢を味噌に変えれば作れます。

「冷凍梅レシピ」希望の方は意見欄にご記入ください。(Web注文は問合せフォームへ)

安心の美味しさ
ネージュのキャンデー

無茶々園の柑橘果汁を使用。ビート糖のみを使った無添加のアイスキャンデー。

ネージュ(大阪府・八尾市)
295 オレンジキャンデー
6本入

凍 65cc×6 **565円**(税込**610円**) 通常税込**634円**
オレンジ(愛媛県)

組合員さんからのクチコミ

とてもおいしく頂きました。子供達があっという間に食べてしまったので、又企画して下さい。

296 ブルーベリーキャンデー
無農薬のブルーベリーを使用したキャンデー。乳化剤、安定剤、香料その他添加物を使用せずに作りしました。

凍 65cc×6 **565円**(税込**610円**) 通常税込**634円**
ブルーベリー(カナダ)

塩味が全体の風味を引き立てます

岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
300 芽吹き屋 黒豆塩大福
岩手産平黒大豆を国産もち米の生地にもっちり練り込み、すっきりとした甘さの粒餡を包みました。自然解凍で。

凍◎米*大 4個220g **400円**(税込**432円**)
黒豆(岩手県)

冷凍なので早くしほみます

無茶々園(愛媛県・西予市)
301 無茶々園の冷凍梅
農薬、化学肥料を使わず育てた梅をそのまま凍らせました。大小込みのサイズの粒餡を包みました。自然解凍で。

凍 1kg **1231円**(税込**1329円**) 通常税込**1360円**
梅(愛媛県)

日本生活協同組合連合会

297 COフローズンヨーグルト 105ml×3個
乳酸菌が生きています。さくっとした口当たりとさらばりした後味。

凍◎乳 105ml×3 **284円**(税込**307円**)
牛乳(国内産)

ネージュ(大阪府・八尾市)
298 チョコレートキャンデー
乳化剤、安定剤は一切使っていません。よつ葉菓業のノンホモ牛乳と濃縮乳、砂糖、ココアパウダーのみ使用。

凍◎乳 65cc×6 **565円**(税込**610円**) 通常税込**634円**
ココア(東南アジア)

ネージュ(大阪府・八尾市)
299 ミルクキャンデー
乳化剤、安定剤を使用せずに作ったミルクキャンデーです。よつ葉菓業のノンホモと濃縮乳を使用しました。

凍◎乳 65cc×6 **565円**(税込**610円**) 通常税込**634円**
牛乳(北海道)

通常の砂糖と同じようにお使い下さい

アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋市)
508 粗精糖(自然派style)
鹿児島県のサトウキビから直接作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。

1kg **340円**(税込**367円**)
さとうきび(鹿児島県)

粉末タイプです

ムソー(大阪府・大阪市)
302 てんさい含蜜糖・粉末
まろやかな風味があり、すっきりとした甘みです。粉末タイプなので溶けやすく、お菓子作りに。

500g **400円**(税込**432円**)
てんさい(北海道)

青い海(沖縄県・糸満市)

512 「シママース」
原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。

1kg **300円**(税込**324円**)
海水(沖縄県)、天日塩(オーストラリア、メキシコ)

青い海(沖縄県・糸満市)

303 粗びき塩胡椒
平釜でじっくり煮詰めた沖縄の海水塩と香味豊かなホワイト&ブラックペッパーの粗びきをブレンド。

75g **460円**(税込**497円**)
塩(沖縄県)、胡椒(マレーシア)

2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。

沼屋本店(茨城県・つくば市)
304 国産丸大豆 寒仕込みしょう油

6小 500ml **740円**(税込**799円**)
大豆(国内産)

丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。一般のしょうゆに比べて食塩50%カット。

キノエネ醤油(千葉県・野田市)
526 丸大豆減塩しょうゆ

6小 1ℓ **440円**(税込**475円**)
大豆(アメリカ、他)

合わせみそに!
鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。塩分8.4%。

はつゆき屋(鹿児島県・日置市)
306 鹿児島麦みそ

1kg **810円**(税込**875円**) 通常税込**886円**
大麦(愛媛県)

飯尾醸造(京都府・宮津市)

518 純米富士酢
無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、コクとほのびのある純米酢に仕上げました。

米 500ml **670円**(税込**724円**)
米(京都府)

飯尾醸造(京都府・宮津市)

307 富士ゆずぽん酢
ゆず&かぼすのダブル果汁に、鯉節だしと昆布だしをプラス。本醸造再仕込み醤油と、純米富士酢使用。

360ml **765円**(税込**826円**) 通常税込**842円**
ゆず(徳島県)、かぼす(大分県)

オーストラリア産菜種から搾り取ったサラダ油です。

ボーソー油脂(東京都・中央区)
547 一番しぼり菜種油 910g

910g **510円**(税込**551円**)
菜種(オーストラリア)

冷奴や一夜漬けに数滴♪

九鬼産業(三重県・四日市市)
308 九鬼 純正胡麻油

340g **565円**(税込**610円**) 通常税込**626円**
胡麻(ナイジェリア、他)

1キロはP16にあります
ミャンマーのひまわり畑のはちみつ。くせの少ないさわやかな風味のはちみつです。

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
310 ミャンマー産 ひまわりはちみつ 350g

350g **550円**(税込**594円**)
はちみつ(ミャンマー)

米と米麹を醗酵させて生まれた自然な甘みが、素材の旨さを引き出してくれる醗酵調味料。

味の醸造(埼玉県・狭山市)
311 味の母

米 720ml **750円**(税込**810円**)
米(国内産)

基本は味の母1：しょうゆ1
焼き鳥のたれ、すき焼き割り下などに

沼屋本店(茨城県・つくば市)
528 常総だし醤油

360ml **540円**(税込**583円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.5<3.1

冷奴や一夜漬けに数滴♪

九鬼産業(三重県・四日市市)
308 九鬼 純正胡麻油

340g **565円**(税込**610円**) 通常税込**626円**
胡麻(ナイジェリア、他)

太田酢店(福島県・須賀川市)
309 りんご酢
契約栽培による樹上完熟のスターキングを使用。1年以上熟成して瓶詰めしました。

300ml **600円**(税込**648円**)
りんご(国内産)

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
521 食酢

米 500ml **152円**(税込**164円**)
米(国内産)

米と米麹を醗酵させて生まれた自然な甘みが、素材の旨さを引き出してくれる醗酵調味料。

味の醸造(埼玉県・狭山市)
311 味の母

米 720ml **750円**(税込**810円**)
米(国内産)

基本は味の母1：しょうゆ1
焼き鳥のたれ、すき焼き割り下などに

沼屋本店(茨城県・つくば市)
528 常総だし醤油

360ml **540円**(税込**583円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.5<3.1

冷奴や一夜漬けに数滴♪

九鬼産業(三重県・四日市市)
308 九鬼 純正胡麻油

340g **565円**(税込**610円**) 通常税込**626円**
胡麻(ナイジェリア、他)

日新製糖(東京都・中央区)
312 氷砂糖 1kg
氷砂糖が溶けるのと梅果汁が出てくる速度が同じ位であることから、梅酒や梅ジュース作りに適しています。

1kg **430円**(税込**464円**) 通常税込**486円**

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
521 食酢

米 500ml **152円**(税込**164円**)
米(国内産)

ステーキや焼肉に♪

風味豊かなにんにくとレモン果汁をふんだんに使用しました。野菜炒めや魚に、ムニエルのソースにも。



313 花亭ビストロ ガーリックステーキソース
 230g **480円**(税込) **518円**(税込)
 ポールスタア(東京都・東村山市)

丸大豆寒仕込みしょう油がベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。

314 沼屋 焼肉のたれ
 260g **385円**(税込) **416円**(税込)
 沼屋本店(茨城県・つくば市)

発酵食品で免疫力アップ。おうちで手作り

食べる糀です!!

「ひしお」は味噌や醤油のルーツで、「もろみ」とも言います。瀬戸内地域では家庭で作る伝統食。旨味たっぷりのまろやかな風味です。いつでも気軽に手作りの「ひしお」が楽しめます。



317 ハーフサイズ 275g **550円**(税込) **594円**(税込)
318 サイズ 550g **915円**(税込) **988円**(税込)
 名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市)

手作りはちょっと時間がないという方には

名刀味噌さん手作りのこちらをどうぞ!

319 名刀「手作りひしお」
 250g **440円**(税込) **475円**(税込)
 名刀味噌本舗(岡山県・瀬戸内市)

生しょうゆとレモン汁でさっぱり焼肉のたれ♪

生しょうゆとレモン汁を2:1で混ぜるだけ!

石岡市の島田さんの大豆を使って、沼屋本店と一緒に作った2年仕込み醤油。原材料:大豆、小麦、食塩 ※アルコール添加はしてありません。

315 常総寒仕込みしょうゆ(生)
 360ml **457円**(税込) **494円**(税込)
 沼屋本店(茨城県・つくば市)

自社栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。ドレッシングやお菓子作りなどに。

316 無茶々園れもんストレート果汁
 150ml **525円**(税込) **567円**(税込)
 無茶々園(愛媛県・西予市)

マリオさんのペッパーがリニューアル!

322 ペッパー 黒粗挽き
 20g **350円**(税込) **378円**(税込) **389円**(税込)
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

肉料理、サンドイッチに、ソースやドレッシングにも!

323 オーガニック粒マスタード
 90g **450円**(税込) **486円**(税込)
 創健社(神奈川県・横浜市)

324 ゆずこしょう
 50g **570円**(税込) **616円**(税込)
 森文醸造(愛媛県・内子町)

531 マヨネーズ(キサイチ)
 330g **475円**(税込) **513円**(税込)
 私市醸造(千葉県・鎌ケ谷市)

535 国産つぎ野菜入り信州生まれのケチャップ
 295g **345円**(税込) **373円**(税込)
 ナガノトマト(長野県・松本市)

539 国産野菜ウスターレストランソース
 200ml **370円**(税込) **400円**(税込)
 ポールスタア(東京都・東村山市)

572 こだわりのだしパック
 8g×18 **575円**(税込) **621円**(税込)
 伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

571 煮干
 200g **480円**(税込) **518円**(税込)
 かねの水産(千葉県・大網白里市)

578 和風だし一番
 8g×10 **362円**(税込) **391円**(税込)
 創健社(神奈川県・横浜市)

579 洋風だし一番
 8g×10 **345円**(税込) **373円**(税込)
 創健社(神奈川県・横浜市)

325 タカノツメ(おきたま)
 約10本入 **200円**(税込) **216円**(税込)
 おきたま農舎(山形県・高島町)

654 いろめか
 500g **110円**(税込) **119円**(税込)
 川光商事(東京都・中央区)

326 うの花料理(乾燥おから)
 125g **150円**(税込) **162円**(税込)
 丸和食品(東京都・練馬区)

327 CO手すり風すりごま金65g
 65g **145円**(税込) **157円**(税込)
 日本生活協同組合連合会

328 無茶々園 切り干し大根
 40g **255円**(税込) **275円**(税込)
 無茶々園(愛媛県・西予市)

329 無茶々園の乾燥大根葉
 20g **255円**(税込) **275円**(税込)
 無茶々園(愛媛県・西予市)

330 玉三 よもぎ入り白玉粉
 100g **250円**(税込) **270円**(税込)
 川光商事(東京都・中央区)

669 COゆであずき(北海道) 190g
 190g **155円**(税込) **167円**(税込)
 日本生活協同組合連合会

海を想って海苔を作っています
331 広島県産 熟成味付け海苔
 板のり7枚(8切56枚) **490円**(税込) **529円**(税込) **540円**(税込)
 リアス(千葉県・船橋市)

332 熟成焼き海苔 全形7枚
 板のり7枚 **500円**(税込) **540円**(税込)
 リアス(千葉県・船橋市)

333 ソフト納豆昆布
 35g **300円**(税込) **324円**(税込)
 リアス(千葉県・船橋市)

337 そばの実
 500g **1030円**(税込) **1112円**(税込) **1145円**(税込)
 農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

338 そば粉
 500g **970円**(税込) **1048円**(税込) **1080円**(税込)
 農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

339 焙煎大麦粉(はったい粉)
 300g **420円**(税込) **454円**(税込)
 農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

334 早ゆでローマンスパゲッチ
 3kg **980円**(税込) **1058円**(税込) **1080円**(税込)
 スリットが入っているので早茹でOK!
 日本製麻(富山県・砺波市)

335 お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 3袋
 75g×3 **510円**(税込) **552円**(税込) **567円**(税込)
 創健社(神奈川県・横浜市)

336 お湯かけ麺 わかめそば 3袋
 72.5g×3 **495円**(税込) **534円**(税込) **567円**(税込)
 創健社(神奈川県・横浜市)

668 スイートコーンドライパック
 110g×2 **270円**(税込) **292円**(税込) **302円**(税込)
 ニチロ十勝食品(北海道・更別村)

340 焙煎大麦(麦茶)
 400g **420円**(税込) **454円**(税込)
 農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

339 焙煎大麦粉(はったい粉)
 400g **420円**(税込) **454円**(税込)
 農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)

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。

341 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)

342 きらず揚げ 黒砂糖 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)

プレスのごだわり商品勢ぞろい
344 ドライクランベリー
345 ヨーグルトと食べるドライフルーツ
346 ドライパイナップル
347 ドライマンゴー

698 草加せんべい しょうゆ
原材料：うるち米、醤油、麦芽糖、でんぷん

343 草加せんべい ミックス
原材料：うるち米、ごま、醤油、海苔、麦芽糖、でんぷん

697 草加せんべい ごま
原材料：うるち米、ごま、醤油、麦芽糖、でんぷん

346 ドライパイナップル
原材料：ドライパイナップル 海外の有機認証を取得。

347 ドライマンゴー
原材料：マンゴー 海外の有機認証を取得。

348 ポテトチップス しお味
原材料：馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、食塩

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

349 全粒粉クラッカー
原材料：小麦粉、植物油(パーム油)、ショートニング(パーム油)、小麦全粒粉、食塩、小麦胚芽、麦芽エキス、甜菜糖、イースト、膨張剤(重曹)

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)

350 きなこぼうろ
原材料：馬鈴薯でん粉、砂糖、水飴、卵黄、きな粉、脱脂粉乳

690 きな粉ウエハース
原材料：小麦粉、ショートニング(パーム油、ヤシ油)、砂糖、きな粉(遺伝子組み換えでない)、澱粉、玄米粉、植物油(パーム油)、モルトエキス

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

351 スイートポリコーシ
原材料：とうもろこし(遺伝子組み換えでない)、砂糖(てん菜糖)、植物油(パーム油)、食塩、膨張剤(重曹)

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

352 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。

353 豆乳マドレーヌ
原材料：鶏卵(国産)、砂糖(てん菜(国産))、有機ショートニング、小麦粉(国産)、水飴、豆乳(大豆(国産))、食塩/膨張剤(ペーキングパウダー)

354 アップルグミ
原材料：水飴、砂糖、濃縮りんご果汁、ゼラチン、粉末オブラート、酸味料、グル化剤、光沢剤、植物レシチン

355 ふところ餅
原材料：米粉(国内産)、砂糖(てん菜糖)、食塩、小麦粉(国内産)、コーヒ、紫芋粉末、抹茶粉末

356 CO 南部せんべい 落花生 6枚
原材料：小麦粉、落花生、コーンスターチ、砂糖、食塩、膨張剤

357 CO 国産小麦の野菜バー 85g
原材料：小麦粉、植物油、砂糖、ショートニング、乾燥野菜、炭酸カルシウム、膨張剤、香料

358 CO ファミリー チョコレート 200g
原材料：砂糖、カカオマス、植物油、全粉乳、ココアバター、ココアパウダー、乳化剤、香料

359 珈琲キャラメル
原材料：水飴、加糖れん乳、砂糖、ショートニング、有機インスタントコーヒー、食塩/乳化剤

712 包み黒糖飴
原材料：粗糖、黒糖、水飴

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。

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。

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。

822 固形せっけん うてなちゃん
原料油脂のうち7割が、家庭で使用された廃食油。

819 米ぬか台所用 液体せっけん詰替用
米ぬか脂肪酸とヤシ脂肪酸を組み合わせた、手肌にやさしい液体石けん。

827 詰替用 パックスナチュロン シャンプー
太陽油脂(神奈川県・横浜市)

831 詰替用 パックスナチュロン リンス
太陽油脂(神奈川県・横浜市)

858 美の友 浴用石けん
浴用から台所まで使える万能石けんです。

361 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。

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。

892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)
丸富製紙(静岡県・富士市)

362 チャイルドアウトドアスプレー
ハイム化粧品(千葉県・松戸市)

虫の嫌うハーブの香りを配合することで家族で安心して使えるチャイルドアウトドアスプレー。

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。

自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)

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

- Le・Lourdes (神奈川県・中井町)
- 363** パン・ド・ミ(食パン) 1斤 (賞)届いて1~2日 小
- 6枚 270円(税292円)
- 364** 8枚 270円(税292円)
- 365** ノースライス 260円(税281円)
- 小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



地元で愛される

クーロンヌのパン

本紙掲載スタート!

特

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)

370 半斤3枚 135円(税146円) 通常税込151円

371 1斤6枚 250円(税270円) 通常税込292円

自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもちもち食感とクセのない味わいに仕上げました。

小麦(アメリカ、他)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

366 パン・ド・ミ(レーズン食パン) 8枚

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩 ※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

賞)届いて1~2日 小

1斤 425円(税459円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放]不検出<4.0<4.7

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

367 パン・ド・ミ(全粒粉食パン)ノースライス

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

賞)届いて1~2日 小

1斤 300円(税324円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

368 フルーツナッツ食パン(ノースライス)

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、アーモンド、胡桃、いちじく、塩

賞)届いて1~2日 小

1斤 616円(税665円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

369 チーズカンパニユ

原材料：小麦粉、ナチュラルチーズ(北海道)、自家製天然酵母、塩

賞)届いて1~2日 乳小

1個 535円(税578円)

小麦(北海道、神奈川県、熊本県) [放]不検出<4.6<3.8

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

ハッコウ食品(千葉県・千葉市)

372 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448円)

小麦(国内産)

ハッコウ食品(千葉県・千葉市)

373 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 卵乳大 小

約65g×6 605円(税653円)

小麦(カナダ、他)

地元の店

374 プレーンベーグル

原材料：国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗糖、天日塩、天然酵母

凍)賞)30日 米小

1個 157円(税170円) 通常税込180円

小麦粉(北海道、玄米粉(茨城県))

浅野さんの人参を頂きました

375 全粒粉ベーグル

原材料：小麦粉(北海道)、全粒粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗糖、天日塩、天然酵母

凍)賞)30日 米小

1個 184円(税199円) 通常税込210円

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)

376 にんじんベーグル

原材料：小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、人参(浅野農園)、粗糖、天日塩、天然酵母

凍)賞)30日 米小

1個 200円(税216円) 通常税込227円

小麦(北海道)、人参(茨城県)

10個入り 1個あたり 税込68円

377 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。

賞)賞)35日 卵乳米大 小

10個 630円(税680円)

小麦(岩手県) [放]不検出<3.8<4.2

パンと一緒に

378 いちごジャム

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

いちごは九州産の「さかほのか」。はちみつ、レモン果汁を使い、食べやすいあっさり味に仕上げました。

180g 420円(税454円) 通常税込464円

いちご(九州)

615 ブルーベリージャム

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

熊本県産のブルーベリーの風味を生かした、あっさりとしたジャム。原材料にはちみつを含みます。

180g 600円(税648円)

ブルーベリー(熊本県)

608 黒ごまペースト

デイリーフーズ(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。そのままパンにつけて、開封後要冷蔵。原材料にはちみつを含みます。

145g 420円(税454円)

ごま(ミャンマー、他)

北海道スイーツコラーシ使用

645 国産野菜入りコーンポタージュスープ

味日本(広島県・広島市)

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。

104.4g(17.4g×6袋) 450円(税486円)

とうもろこし(北海道)

379 化学調味料無添加いろいろみそ汁セット

アサヒグループ食品(東京都・墨田区)

4種類の即席のみそ汁セットです。お椀に入れ熱湯を約160ml注いで、軽くかき混ぜてください。

卵乳米大 小

8袋 980円(税1058円) 通常税込1080円

382 粉末煎茶「風月茶」

かわばた園(静岡県・静岡市)

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飲みください。農業無散布。

賞)180日

50g 845円(税913円)

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)

380 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756円)

緑茶(京都府)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

381 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1188円)

緑茶(京都府)

かわばた園(静岡県・静岡市)

383 カモミールティー(ティーバッグ)

りんごに似た香りのジャーマンカモミールとスリランカのセイロン紅茶を、絶妙な割合でブレンドしました。

2g×20 460円(税497円) 通常税込540円

紅茶(スリランカ)、カモミール(ドイツ)

ランカスター(千葉県・千葉市)

384 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きたちます。

2g×30 398円(税430円)

ジャスミン(中国)

三里塚物産(千葉県・成田市)

385 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 490円(税529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)

386 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。

賞)賞)210g 370円(税400円)

しそ(千葉県) [放]不検出<3.2<3.9

国産大豆(非遺伝子組換え)と水だけで作りました。大豆本来のおいしさを追求した無調整豆乳です。

387 国産大豆の無調整豆乳

マルサンアイ(愛知県・岡崎市)

賞)賞)120日 大

1000ml 320円(税346円)

大豆(国内産)

ヒカリ食品(徳島県・上板町)

388 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。

賞)賞)250ml 140円(税151円)

しょうが(国内産)

エチゴビール(新潟県・新潟市)

760 エチゴビールスタウト(黒ビール)

通常と比べ約1.3倍の麦芽を贅沢に使用して仕込み。スタウト(強い)という名の通りアルコール分7%と強め。

賞)賞)350ml 256円(税282円) 通常税込293円

麦芽(フランス)

地元に契約栽培のさつまいも(コガネセンガン)、米、黒麹で仕込み、素焼きの甕で熟成させた本格焼酎。

392 小正謹醸いも焼酎25

小正醸造(鹿児島県・日置市)

米 720ml 1210円(税1331円)

さつまいも(鹿児島県)

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。

389 5缶

アップルキャロット

ひこばえ(大阪府・茨木市)

190g×5 698円(税754円)

りんご(青森県)、人参(熊本県)

390 30缶

アップルキャロット

190g×30 4100円(税4428円)

ヒカリ食品(徳島県・上板町)

391 みかんサイダー+レモン

国産有機うんしゅうみかんと海外産有機レモンを使用。果汁14%。有機砂糖使用

賞)賞)250ml 130円(税140円) 通常税込151円

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

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。

賞)賞)2ℓ×6 1300円(税1404円)

岩手県 [放]不検出<0.5<0.5

有機肥料で葡萄を育てました。自然のままの優しいワイン

393 5一わいん 草生栽培メルロ

林農園(長野県・塩尻市)

塩尻結核ヶ原産のメルロを100%使用、酸化防止剤不使用の自然派ワイン。雑草と共生させる栽培方法で育てたメルロ。

720ml 1675円(税1843円)

ぶどう(長野県)

塩尻結核ヶ原産のセイベルを100%使用、酸化防止剤不使用の自然派ワイン。雑草と共生させる栽培方法で育てたセイベル。

394 5一わいん 草生栽培セイベル9110

林農園(長野県・塩尻市)

720ml 1580円(税1738円)

ぶどう(長野県)

大好評!! ミールキットが お試し大特価!



ミールキットとは、包丁不要、調理は4~12分以内、「煮るだけ、焼くだけ、炒めるだけ」の3拍子揃った簡単調理品です。これまで計**4800食**ご注文をいただき、組合員さんからも「美味しい」と高評価をいただいています。

JOSOのミールキットの魅力は?

- ★ 自社農場を基本とした新鮮な野菜
 - ★ 化学調味料不使用
 - ★ お肉、その他食材も常総生協とつながりがある生産者から調達
- 例：鶏→秋川牧園
うるち米→おきたま興農舎

組合員さんからのクチコミ

手軽に本格的な味が楽しめました。主人いわくお肉がこの3倍くらいあったらな、との事。タレの味もちょうどよく美味しく味わいました。こちらまでありがとうございました。いつもありがとうございます。(Sさん)

黒酢で味に深みをプラス

1食当り 399円 (税別)

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) 2人前

395 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

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

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約410g) **798円** (税込 **862円**) 通常税込 **1037円**

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

タケノコと豚肉のハーモニー

1食当り 412円 (税別)

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) 2人前

396 国産野菜の青椒肉絲

国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパンひとつで簡単に青椒肉絲が出来上がります。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約320g) **824円** (税込 **890円**) 通常税込 **1037円**

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

海鮮の旨味がたっぷり

1食当り 411円 (税別)

調理時間 準備品
約4分 油

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

食塩相当量：1.5g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前

397 5種野菜と天然えびの海鮮塩炒め

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

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約460g) **822円** (税込 **888円**) 通常税込 **1015円**

白菜(国内産)、えび(ベトナム)

白身魚の旨味と野菜がマッチ

1食当り 411円 (税別)

調理時間 準備品
約5分 油

セット内容：調理魚、カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参、エリンギ、パプリカ)

食塩相当量：1.0g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前

398 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなで、フライパン一つでどうぞ。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2人前(約375g) **822円** (税込 **888円**) 通常税込 **1078円**

玉ねぎ(国内産)、シラ(長崎県)

もっちり麺に絡む野菜と海鮮の旨味

1食当り 337円 (税別)

調理時間 準備品
約5分 油

セット内容：カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、パプリカ)、海鮮ソース、麺2袋(3人前)、もやし、野菜パイオン

食塩相当量：2.28g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 3人前

399 5種野菜の海鮮焼きそば

新鮮な野菜がたっぷり入った野菜セットと麺と海鮮ソースと野菜パイオンがついた海鮮焼きそばセットです。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

3人前(約465g) **1010円** (税込 **1091円**) 通常税込 **1294円**

小麦粉(東京都)、白菜(国内産)

豆腐入りでふんわり食感

1食当り 389円 (税別)

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) 2人前

400 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で、フライパンで調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約450g) **778円** (税込 **840円**) 通常税込 **998円**

豆腐・玉ねぎ(国内産)

甘辛みそタレでご飯がすすむ

1食当り 395円 (税別)

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) 2人前

401 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、カット済みなでフライパンでどうぞ。

冷蔵届いて1~2日 卵米大 小

2人前(約360g) **790円** (税込 **853円**) 通常税込 **1026円**

キャベツ(国内産)、豚肉(香川県、徳島県)

海鮮のダシがきいていて美味

1食当り 438円 (税別)

調理時間 準備品
約6分 ごま油、白飯

セット内容：海鮮の具、カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、タレ

食塩相当量：1.80g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2~3人前

402 海鮮中華丼の具(醤油)

新鮮な野菜と本格海鮮塩炒めソース、だし醤油タレが入った中華丼の具が作れるセットです。

冷蔵届いて1~2日 米大 小

2~3人前(約455g) **875円** (税込 **945円**) 通常税込 **1134円**

キャベツ(国内産)、スルメイカ(青森県)

お米

ご注文の6ヶ欄に記載をお願いします

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



こう見るといかがでしょう?
ご飯はとても経済的で家計の強い見方にもなります。

ご飯1杯 **31円**

31円
菓子パン1つ (ごはん3.9杯)

150円
ペットボトル1本 (ごはん4.9杯)

200円
カップラーメン1つ (ごはん6.5杯)

金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円で試算した場合です

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)

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

てわのちの

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

403 もち米

減農薬、無化学肥料栽培。

米 2kg **1100円** (税込 **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」

冷蔵届いて1~2日 米 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、もちぎび、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、もちぎび、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)。

非常時の対策は常に怠らずに!

防災特集

備えあれば
憂いなし!

日常生活で消費しながら備蓄するローリングストックにもぴったりの商品が大集合。



天然醸造醤油 「薄つくし」使用

信田佐詰 (千葉県・銚子市)

406 国産いわししょうゆ味

まいわしを天然醸造醤油ときび糖で薄味に仕上げました。1缶3尾前後。

100g×4 **732円(税)792円** 通常税込 832円

いわし (国内産)

404 ミャンマー産 ひまわりはちみつ

ミャンマーのひまわり畑のはちみつです。くせのすくないさわやかな風味のはちみつです。

1kg **1450円(税)1566円** 通常税込 1620円

はちみつ (ミャンマー)

409 野菜ごろごろのビーフカレー 5パック

甘口です。辛くないのでお子さんにも♪ 30種類のスパイスをブレンドしたカレーパウダーと、丁寧に時間をかけてじっくりと煎炒した香辛料を使用。

1人前 **206円**

キャニオンスパイス (大阪府・泉南市)

200g(1人前)×5袋 **1030円(税)1112円** 通常税込 1134円

野菜、牛肉 (国内産)

パックご飯は、災害時 湯せんで温めて食べられます

- 1 パックから出して耐熱用のポリ袋に入れます。
- 2 鍋底につかないように、お皿など入れます。
- 3 水と①を鍋に入れ、沸騰したら中火で5分。途中ひっくり返すと時短になります。

ぜひ、耐熱用ポリ袋も一緒にご用意を!

410 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 **330円(税)356円** 通常税込 367円

米 (山形県) [放] 不検出<3.3<3.7

411 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 **330円(税)356円** 通常税込 367円

小豆 (北海道)

412 龍泉洞の水 500ml×24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。

500ml×24 **2750円(税)2970円** 通常税込 3110円

岩手県 [放] 不検出<0.5<0.5

新学期の準備に

413 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。

8個入 **333円(税)360円** 通常税込 373円

ごぼう (国内産)

レンジトースターで ご飯にもパンにも合う

414 黒豚メンチカツ

秋川牧園の黒豚ミンチにたっぷりの国産玉葱、秋川牧園の卵と牛乳も加え味付けをし衣で包み揚げました。

凍 卵米大 120g(4個) **354円(税)382円** 通常税込 397円

豚肉 (国内産)

ひんやり美味しい 冷菓はいかが

419 おっぱいアイスマルク

牛乳の素朴なおいしさをベースにバニラビーンズのほのかな甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。

凍 80ml **100円(税)108円** 通常税込 118円

生乳 (北海道)

旬の高知県産生苺の果汁・果肉を使用

420 いちごアイス

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です。乳脂肪分:1.5%

凍 100ml **190円(税)205円** 通常税込 215円

生乳 (北海道)・いちご (高知県)

鎌倉マイルドポークウィンナー (徳用)

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。400gの徳用サイズ。

10日 **680円(税)734円** 通常税込 754円

豚肉 (国内産)

416 飛鳥の黒豚シューマイ 2パック

九州産の黒豚肉をたっぷり使用。ジュ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 大 12個180g×2 **722円(税)780円** 通常税込 842円

豚肉 (国内産)

瑞々しい自然の美味しさを最大限に引き出しました

421 南国土佐のすももアイスクャンデー 2個

高知県産旬採りすもも(大石早生)の果汁・果肉とお砂糖だけで作り上げた、こだわりのアイスクャンデー。

凍 80ml×2 **320円(税)346円** 通常税込 366円

すもも (高知県)

ひとつひとつ手しぼりで果汁を取りました

422 手しぼりの柚子アイスクャンデー 2個

旬のゆず玉を生産農家から直接仕入れ、自社工場内で手しぼりで果汁を取った、こだわりのキャンデーです

凍 80ml×2 **320円(税)346円** 通常税込 366円

ゆず (高知県)

417 4種野菜のおさかなつくね

あじに4種の国産野菜(玉ねぎ、人参、ごぼう、長芋)を混ぜたつくねです。仕上げに添付たれをからめて。

凍 180日 卵米大 330g(つくね10個、タレ40g×2) **418円(税)451円** 通常税込 473円

あじ (国内産)

418 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 110g **280円(税)302円** 通常税込 322円

さんま (北海道)

423 トコゼリー ピーチ 2個

ピーチと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。国産の天草を使用。無香料、無着色

凍 120日 130g×2 **330円(税)356円** 通常税込 378円

天草 (国内産)

424 トコゼリー みかん 2個

みかんと数種類の果物の果肉を漬してゼリーに溶け込ませているので、1種類の果物では出せない味わいがあります。国産の天草を使用。無香料、無着色

凍 120日 130g×2 **330円(税)356円** 通常税込 378円

天草 (国内産)

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

前日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ます!