

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
ネット注文登録

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

2021年12月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙11/提出	22	23	24	25	26
定番品11/のお届け	29	30	1	2	3
特別企画品12/のお届け	6	7	8	9	10

つくば市 飯野農園

飯野農園では、固定種・在来種を中心にタネを自家採取し、野菜を育てています。「タネを守ることはもちろんですが、長らく残り続けた野菜は圧倒的な「美味しさ」がある」と飯野さんは語ります。今回は3品のお試し野菜セットもありますので、ぜひご利用ください



その土地の風土にあった固定種・在来種を育てています。農薬無散布・化学肥料不使用。

無農薬
飯野農園(茨城県・つくば市)
8 飯野さんの野菜セット(固定種・在来種)
3品 **598円(税込646円)** 野菜の指定はできません。予めご了承ください

つながろう!

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、つながりの場を作ることが困難な状況です。そのような状況の中で、常総生協理事会で検討を重ねて発足した「つながろうプロジェクト2021」。今週は「紙面で生協まつり」ということで、各生産者のこだわりや商品を紹介します! また、11月20日(土)は「オンラインで生協まつり」と題し1日を通して生産者との交流が楽しめます。さらに、まつりの最後には豪華景品が当たるビンゴ大会も…。ぜひご参加ください!

今年もカタログで**生協祭**

週末は**オンライン生協まつり!**

★特設ページにQRコード

宇和島練り物工房 みよし

手作業で作られるじゃこ天は、適度な弾力があり、噛むほどに旨みがあふれ出します。外側はカラッと揚げられていますので、軽く炙ると香ばしさが食欲をそそります。

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)
10 みよし天
宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)をたっぷり使ったじゃこ天。トースターで軽く(3~4分)焼いても。
冷蔵21日 米
50g×2 **375円(税込405円)** 通常税込416円
魚肉(愛媛県)

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)
11 魚団子
新鮮なアジに豆腐を混ぜた柔らかい食感の魚団子です。煮物やお味噌汁の具材に入れると出汁が良く出ます。
冷蔵21日 米大
150g **375円(税込405円)** 通常税込416円
魚肉(愛媛県)

共生食品

共生食品では、「原料が持つ素材のチカラ」を大切に無かんすい・無着色のたまごつなぎでこだわりの麺に仕上げています。

共生食品 小野寺さん

共生食品(神奈川県・相模原市)
12 内麦焼そば(ソース無)
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。
冷蔵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

共生食品(神奈川県・相模原市)
13 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6日 卵大
麺150g×3 ソース30g×3 **247円(税込267円)** 通常税込278円
小麦(岩手県) [放]不検出<3.4<4.1

コタニ

黒潮と親潮の二大潮流が交錯する岩手の海岸は、「わかめ」の成長には最も適していることで有名です。きれいな海水が良く流れる場所でたくましく育った「岩手わかめ」の風味と食感を味わっていただけます。

岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。肉厚でやわらかいのが特長。

コタニ(岩手県・大船渡市)
14 岩手産わかめ(カット)
冷蔵90日
120g **298円(税込322円)** 通常税込397円
わかめ(岩手県) [放]不検出<3.8<3.7

コタニ(岩手県・大船渡市)
15 徳用 三陸岩手のカットわかめ
冷蔵90日
45g **498円(税込538円)** 通常税込648円
わかめ(岩手県) [放]不検出<3.5<3.5

ニッコー

国産原料を基本とし、顔の見える生産者から原料をいただいています。2011年から自社農園もはじめ、畑で育てた野菜の一部を商品に使用しております。原料からこだわった冷凍食品をぜひご賞味ください。

皮はふっくらで具たっぷり

ニッコー(神奈川県・大和市)
16 天津包子(肉まん)
国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醗酵させた皮で、肉と野菜をたっぷり包みました。
凍乳米大
275g(5個入) **385円(税込416円)** 通常税込432円
小麦(国内産)

ニッコー(神奈川県・大和市)
17 天津包子(あんまん)
国産小麦粉を使用した皮で、北海道産のあずきに黒ごまを練りこんだ中華あんを包みました。
凍乳米大
55g×5 **385円(税込416円)** 通常税込432円
小麦(国内産)

鎌倉ハム

鎌倉ハムクラウン商会は無塩せきのパイオニア。発色剤や添加物が入って当たり前な時代から、一貫して余分な物は一切使わない製品を作り続けています。

魚住治人さん

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
18 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。
冷蔵15日
400g **798円(税込862円)** 通常税込900円
豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)
19 鎌倉バラベーコンスライス×2
豚バラを塩漬し、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。
冷蔵15日
85g×2 **590円(税込637円)** 通常税込648円
豚肉(国内産) [放]不検出<3.5<4.7

プレス・オールターナティブ

「地域の困った!の声を、地域の人たちと一緒に事業化することで問題を解決する」コミュニティトレードへと活動の場を広げ、安心社会を作っています。

プレスの田中さん

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
20 Artisan アーモンドチョコレート
カカオ本来の味わいをお楽しみいただけるビターチョコレートにアーモンドクランチをちりばめました。
冷蔵
50g **410円(税込443円)** 通常税込454円
有機カカオマス(オランダ、フランス)

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
21 Artisan Tea (ダージリンティー)
FTGFOP(ファイン・ティッピー・ゴールデン・フラワリー・オレンジ・ペコー)という上級グレードのリーフ。
2022年4月20日以降
10.8g(1.8g×6包) **570円(税込616円)** 通常税込626円
紅茶(インド)

lanika Star ランカスター

1971年創業以来、原料の買い付けから製造・加工、お届けまで全て自社で一貫して行い、納得のいく商品だけをお届けしています。

林さん

ランカスター(千葉県・千葉市)
22 アールグレイティー(リーフ)
柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。
100g **525円(税込567円)** 通常税込594円
紅茶(スリランカ)

ランカスター(千葉県・千葉市)
23 セイロン紅茶 オレンジペコ(リーフ)
スリランカ西部の高地ティンブラ地方で採れる、大きめの茶葉。明るい鮮紅色で爽やかな香り、色、コクの三拍子揃った紅茶。
100g **525円(税込567円)** 通常税込605円
紅茶(スリランカ)

【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=9.4¹³⁴Cs=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

温州みかんだけじゃない! 希少な極甘柑橘がシーズンスタート

まさにゼリーを食べるような食感と甘さ



プリップリの果肉に驚き! 品種の名前が「天草エクセレント」。しらぬいを手掛ける藤嶋さんが「あのしらぬいを超える柑橘だ!」と太鼓判を押す柑橘です。皮が剥きづらいほどパンパンに詰まった果肉です。



生産者の木下さん

24 紅まどな(無選別)
700g(4~6玉) **798円**(税込 **862円**)
愛媛県



ほとんど市場に出ていない柑橘です。あの「デコポン」を超えると呼ばれる新品種。タネがなく、多汁、甘さも抜群です。減農薬栽培。

25 天草エクセレント(無選別)
700g(7~12玉) **598円**(税込 **646円**)
熊本県



30 1kg **555円**(税込 **599円**)
31 3kg **1498円**(税込 **1618円**)
愛媛県



32 約800g **398円**(税込 **430円**)
33 2kg **780円**(税込 **842円**)
静岡県 [放] 不検出 <3.3 <4.0

From 小田原 江川農園



「みかんを作る事は里山を、故郷を守る事につながります」と語る江川さん。この小田原・沼代の地を守る為、みかん畑を共同管理、農薬や化学肥料を極力使いません。今年は天候不順や獣害などがありましたが、シーズンスタートを迎える事ができました。ぜひご賞味ください。

江川農園(神奈川県・小田原市)

27 1kg **315円**(税込 **340円**)
28 5kg **1550円**(税込 **1674円**)
神奈川県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

From 長野県 はなうた家



りんご(サンふじ)は太陽の光を直接当てて育ったりんごです。若干の色ムラはありますが、たっぷり太陽の光を浴びて甘みがのっています。



はなうた家(長野県・麻績村)

29 りんご(サンふじ)
3玉入り(900g以上) **698円**(税込 **754円**)
長野県

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

39 りんご(王林)
3玉(750g以上) **698円**(税込 **754円**)
青森県

34 約900g **420円**(税込 **454円**)
35 わけあり 1.8kg **461円**(税込 **498円**)
奈良県

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

44 しょうが
100g **165円**(税込 **178円**)
高知県

45 大葉
10枚 **145円**(税込 **157円**)
熊本県

47 もやし
250g **52円**(税込 **56円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

49 きゅうり
3本 **230円**(税込 **248円**)
熊本県

小さいサイズ ◀ 冬もJOSOTマトでリコピンチャージ ▶ 大きいサイズ

50 ミニトマト
約150g **220円**(税込 **238円**)
熊本県

51 初恋スマート ミニトマト
約180g **276円**(税込 **298円**)
北海道

52 大木さんの中玉トマト
300g **368円**(税込 **397円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3

53 トマト(麗旬系)
450g **570円**(税込 **616円**)
熊本県

54 長島さんのレタス
1玉 **250円**(税込 **270円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.8

55 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

56 小松菜(少量)
1束(約150g) **150円**(税込 **162円**)
茨城県

57 長島さんの小松菜
1束(約200g) **176円**(税込 **190円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

58 浅野さんのほうれん草
1束(約200g) **190円**(税込 **205円**)
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

59 木村さんの春菊
1束 **170円**(税込 **184円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3

60 木村さんのターサイ
1株 **160円**(税込 **173円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8

61 木村さんのピーマン
150g **155円**(税込 **167円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

お祭り特価市!

たどり着いた品種「金澄34号」

現在は「金澄20号」という品種が全国的に最も多く作られています。食感や食味の良さ、そしてここ行方という土地にあることから、高柳さんはこの「金澄34号」に惚れ込み、20年以上作り続けています。

素材の味とムチムチの食感が大好評!

微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市) **62** 高柳さんのれんこん
歯ざわりが良く、それでいてムチツとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

400g **460円** (税込 497円) 通常税込 518円
茨城県 【放】不検出 <3.4 <3.5

微生物のチカラで育てるさつまいも



現在は「紅はるか」から「シルクスweet」に品種リレーしていきます。繊細な食感で甘みが際立つ品種です。

微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市) **63** 大和田さんのさつまいも
品種は紅はるか又はシルクスweet。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。

500g **235円** (税込 254円) 通常税込 270円
茨城県 【放】不検出 <3.9 <3.6

クセが少なくどんな料理にも♪

辛味が比較的少なく、クセのない食感なので煮物、大根おろしなど様々な料理に使えます。



※冷蔵庫に入るサイズの太根です

ダニエル有機農園(茨城県・石岡市) **64** ミニ大根
冷蔵庫にも入りやすい短い太根です。有機JAS認定作物。農薬無散布・化学肥料不使用。

1本 **172円** (税込 186円) 通常税込 193円
茨城県

鍋にバッチリとろける旨み

白根の長さは20cmあまりで直径が大きいもので6~9cmにもなります。火を通すと特有の旨みやとろみがでます。



木村農園(茨城県・つくば市) **65** 木村さんの下仁田ねぎ
軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど旨味が強くなります。減農薬栽培。

約500g **320円** (税込 346円) 通常税込 378円
茨城県

生食でも食べられる伝統品種

最も濃く、中心部まで濃紅橙(赤)です。肉質は比較的柔らかく、生食でも美味しく食べられます。



66 木村さんの黒田五寸人参
収量が少なく作付けする農家が減っている品種です。やわらかくて美味しいと好評です。減農薬栽培。

1kg **230円** (税込 248円) 通常税込 270円
茨城県 【放】不検出 <0.8 <0.8

貴重なひらたけしめじ

今は「ぶなしめじ」が主流になっていますが、ひらたけしめじは苦みが少なく旨み出汁が良くできるのが特徴です。菌ごたえが良く風味豊かな味わいをお楽しみいただけます。



山田さん(茨城県・つくば市) **67** 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 **242円** (税込 261円) 通常税込 270円
茨城県 【放】不検出 <3.5 <3.6

From 石岡市 田中農園

68 田中農園の"大人"のサラダセット
ルッコラ、赤からし菜、わさび菜をセット。オリーブオイルと塩でどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。

3品 約180g **230円** (税込 248円)
茨城県

69 田中農園の野菜セット
八郷の有機農業生産者(田中さん)より旬の野菜をお届け。農薬無散布・無化学肥料栽培。

4品目 **750円** (税込 810円)
茨城県

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

1個 **250円** (税込 270円)
北海道

71 深谷ネギ(根深白ネギ)
白い根深のネギです。さめが細かく軟らかく、寒くなるほど旨味が高くなります。農薬無散布。

約350g **240円** (税込 259円)
埼玉県 【放】不検出 <4.4 <4.1

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

500g **220円** (税込 238円)
栃木県 【放】不検出 <3.8 <3.7

73 木村さんの白菜
漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉などの重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。

1個 **198円** (税込 214円)
茨城県 【放】不検出 <0.5 <0.5

74 木村さんのキャベツ
ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。

1玉 **183円** (税込 198円)
茨城県 【放】不検出 <0.6 <0.6

76 木村さんの里芋
肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。

800g **298円** (税込 322円)
茨城県 【放】不検出 <3.8 <4.0

77 木村さんのごぼう
食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g **198円** (税込 214円)
茨城県 【放】不検出 <4.3 <6.9

78 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

79 浅野さんの人参
風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬使用は夜盗虫大量発生時のみ。

500g **174円** (税込 188円)
茨城県 【放】不検出 <3.9 <4.5

80 ぎんなん
古くから中国ではスタミナ食や薬用として知られています。殻を割って茹でてどうぞ。農薬無散布。

80g **150円** (税込 162円)
長野県

82 ぼっちゃんかぼちゃ
ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農薬無散布。

1~2玉約280g **230円** (税込 248円)
北海道

83 かぼちゃ(カット)
品種は菓系の粉質のものを選定。サラダやコロッケ、スープに。農薬無散布。

600g前後 **450円** (税込 486円)
北海道

84 土別のかぼちゃ
ホクツとした口当たりと程よい甘みで、煮物の他ポタージュやソーテー、パイ等に。減農薬栽培。

1玉 **398円** (税込 430円)
北海道

85 干しいも
ねっとり食感と甘味の強い紅はるかを使って、丁寧に干し上げました。※原料の干しいもは農薬無散布。

150g **598円** (税込 646円)
さつまいも(茨城県) 【放】不検出 <3.6 <3.9

シーズン初
煮物、サラダ、じゃがバター等で。農薬無散布。

86 1kg **280円** (税込 302円)
87 3kg **800円** (税込 864円)
北海道

きのこ
山田さんのしめじは67に掲載中です

90 ホワイトマッシュルーム
床土には馬厩肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。

100g **248円** (税込 268円)
千葉県 【放】不検出 <3.7 <4.0

91 エリンギ
肉質はきめ細かくなめらかでしっかりとあります。歯切れ、香りとともに良く、日持ちするのが特長です。

100g **261円** (税込 282円)
三重県

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

70g **115円** (税込 124円)
福島県 【放】不検出 <4.3 <4.3

93 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

まごころの里(北海道・栗山町) **玉ねぎ**

88 1kg **210円** (税込 227円)
89 3kg **598円** (税込 646円)
北海道

94 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

95 ブラウンえのき茸
野生種に近く味と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

96 江藤さんの原木しいたけ
江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。

100g **322円** (税込 348円)
大分県 【放】不検出 <3.4 <3.4

97 A品 **98** B品
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものと風味・香り共に異なります。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。

100g **210円** (税込 227円) 200g **225円** (税込 243円)
茨城県

最新の放射線検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市) **飯泉さんのしいたけ**

農産加工品

農産物の味わいをそのまま冷凍・冷蔵保存しました



イズックス (東京都・中央区)

99 冷凍かぼちゃ

北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。

凍 500g 327円(税込353円)
かぼちゃ(北海道)

サラダやスープ、煮込み料理などに



日本生活協同組合連合会

100 5種のお豆ミックス

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)



日本生活協同組合連合会

101 北海道つぶコーン

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)

ビールのおつまみ、おやつにも♪



日本生活協同組合連合会

102 北海道のそのまま枝豆

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

凍 250g 296円(税込320円)
枝豆(北海道)



大紀コープファーム (奈良県・五條市)

103 徳用 梅干し

昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。サイズ無選別。



八幡屋 (茨城県・古河市)

104 福神漬(2個組)

国内産の大根、茄子、蓮根、しその葉、生姜、なた豆、ごまを、砂糖、醤油、食塩、酢、みりん、かつおだしで漬込み。



浜食 (東京都・調布市)

105 ピリ辛れんこん醤油漬

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



月山農場 (山形県・酒田市)

106 月山赤かぶ漬(スライス)

庄内名産の温海かぶらを、酢、食塩、砂糖のみで漬け込みました。独特の辛味があり、歯ざわりの良い漬物です。



菊田商店 (東京都・練馬区)

107 煮豆 とら豆

北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。

冷 150g 324円(税込350円)
とら豆(北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)

108 昆布豆

秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とろ火で長時間煮ました。程よく煮締め、ふっくらと仕上がっています。

冷 130g 220円(税込238円)
大豆(秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2

趙さんのキムチは

ここがポイント!

- 塩漬け...ミネラルたっぷり塩湖の塩で、季節により塩加減を変え、葉1枚1枚丁寧に塩をふります。
- 蔵王のラ・フランス...寒暖の差が激しいみや蔵王の麓で育ったラ・フランスを使いフルーティーな香りと自然な甘さを出しています。
- 鮭の魚醤...宮城の江合川で捕れた鮭を、1年以上かけじっくり発酵させた魚醤をヤンニョムの材料に使っています。魚臭さがなく香ばしい味をかもしだしてくれます。

こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と、白菜を漬け込んだ本格発酵キムチ。

趙さんの味 (宮城県・仙台市)

109 趙さんの味 はさみ込みキムチ

冷 350g 535円(税込578円) 通常税込589円
白菜(国内産)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

110 趙さんの味 熟成カクテキ

1年以上熟成、発酵させた鮭の魚醤を使い旨味を引き出した濃厚でこってりとしたキムチ。こだわりの唐辛子やあみえびの塩辛など数種類の薬味と大根を漬けこみました。

冷 200g 370円(税込400円)
大根(国内産)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

111 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醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。

冷 200g 365円(税込394円)
白菜(国内産)、唐辛子(中国)

10/30(土)に 講習会を開催しました!

詳しくは今週配布のニュースレターをご確認ください

ケイミーオフィスの青木さんを講師に、ぬか床のお手入れの仕方や美味しく漬けるポイントなどを教えて頂きました。今週配布のJOSOエールで足しぬか用米ぬかも企画しています。

お届けは12月2回になります

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。

青木さん

お届は12月2回になります

ぬか床に安心のビヤナーにも安心の説明リーフレット付!

冷 90日 米 500g 735円(税込794円)
うれしいぬか床

冷 14日 米 1kg 1350円(税込1458円)
米ぬか(栃木県・茨城県・群馬県)

注文书の6ヶタ欄に記載をお願いします

お米

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

こう見るといかがでしょうか? 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)

120円

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

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥をもち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。

新米

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)

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。

新米

やさとのお米(コシヒカリ)

502031 白米 5kg 1998円(税込2158円)

502032 玄米 5kg 1888円(税込2039円)

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

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

新米

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・東町特栽米組合(茨城県・常総市)

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

新米

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)

ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

新米

山形・おきたま興農舎

502041 つや姫(白米) 2kg 1630円(税込1760円)

502042 つや姫(玄米) 2kg 1565円(税込1690円)

502043 つや姫(胚芽精米) 2kg 1690円(税込1825円)

502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 2750円(税込2970円)

おきたま興農舎(山形県・高島町)

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に

ミネラル補給のために塩を散布したり、ヒノキエキスなど天然の素材を使った自家製忌避剤を使用。3合のお米に、大さじ1杯からどうぞ。農薬無散布。

庄内協同ファーム・富樫さん(山形県・鶴岡市)

502071 白山紫黒(有機栽培紫黒米) 300g 670円(税込724円) 山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい

初め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ごまち。

中村商店(神奈川県・横浜市)

502072 有機初発芽玄米「ぐるめくらぶ」 1kg 1150円(税込1242円) 米(岩手県)

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

2021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	コシヒカリ	0.2Bq/kg	0.3Bq/kg
山形県	ひとめぼれ		検査中	検査中
	おきたま興農舎	つや姫	検査中	検査中
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	検査中	検査中

最新の検査結果は、毎週配布している「放射能検査結果一覧」にてご確認ください。

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鰯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。



114 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



116 狭浜湾で育ったプリプリ冷凍かき
 三陸・狭浜(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



121 狭浜湾で育った二年子生かき(生食用)
 牡鹿半島の外洋に面した狭浜産中心にお届け。水無しパックなので、かき本来の甘み、食感が楽しめます。
冷 3日
 100g **555円**(税込**599円**)
 かき(宮城県)



126 2枚
 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
 片身2枚200g **398円**(税込**430円**)
 真さば(ノルウェー)



131 香ばし味噌のさばフィレ
 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
凍 30日
 200g(片身2枚入) **465円**(税込**502円**)
 さば(長崎県、佐賀県)



135 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)



140 めばちまぐろカマ
 ヤマカサ(静岡県・焼津市)
凍 60日
 3個300g **450円**(税込**486円**)
 めばちまぐろ(太平洋)

祭 トクスイコーポレーション

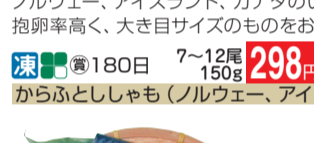
水産品全般を扱っていますが、特にエビは現地の工場と船を持ち、漁獲から輸入～加工までを一貫管理できる体制を整えています。



117 三陸産天然ぶり生姜醤油漬
 三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けてみました。
凍 180日
 3切180g **368円**(税込**397円**)
 ぶり(三陸南部沖) [放]不検出<3.8<2.9



122 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**)
 からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)



127 3枚
 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
凍 120日
 片身3枚300g **588円**(税込**635円**)
 真さば(ノルウェー)



128 甘塩縮ほっけ開き
 脂の乗りがよい縮ほっけを原料に丁寧に甘塩で仕上げました。焼き物に最適です。
凍 30日
 約350g **630円**(税込**680円**)
 縮ほっけ(アメリカ)



136 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切
 ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい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)



141 三陸産するめいか つぼ抜き
 三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してつぼ抜きにしました。
凍
 3~6枚230g **410円**(税込**443円**)
 するめいか(岩手県、青森県) [放]不検出<3.8<3.9



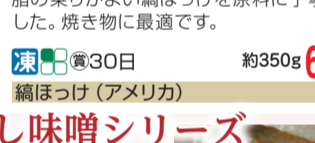
118 えび・いかミックス
 むきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。
凍
 180g **365円**(税込**394円**)
 えび(インド)、アカイカ(北太平洋)



123 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)



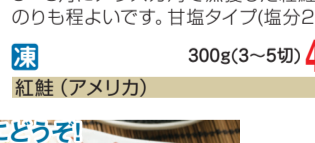
129 メバル塩漬漬
 東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
凍 180日
 220g(2枚) **398円**(税込**430円**)
 キタノメヌケ(アメリカ)



132 香ばし味噌のぶり切身
 九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬。冷めても柔らかいのでお弁当にも。
凍 30日
 5~6切170g **645円**(税込**697円**)
 ぶり(長崎県)



137 紅鮭かま(甘塩)
 6~8月にアラスカ湾で漁獲した紅鮭のかま部分です。脂のりも程よいです。甘塩タイプ(塩分2~3%)。
凍
 300g(3~5切) **430円**(税込**464円**)
 紅鮭(アメリカ)



142 スモークサーモン
 塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。
凍
 70g **450円**(税込**486円**)
 紅鮭(アラスカ)

祭 千倉水産加工販売

千倉の自社工場では、しめさばを中心とした水産加工品の製造を、宮城県女川町の自社工場では、前浜という利点を活かし、サンマやサバを中心とした色々な魚種で加工品を製造しています。



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下さい。
凍 180日
 3枚300g **680円**(税込**734円**)
 さば(国内産) [放]不検出<3.4<3.4



120 さんま梅サンド
 腹骨を除いたさんまに梅肉ペーストをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。梅肉がさわやかです。
凍 180日
 6~8個140g **380円**(税込**410円**)
 さんま(国内産)



124 九州産真あじの生開き干し
 厳選した九州産の真あじを鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いて下さい。
凍
 2枚160g **398円**(税込**430円**)
 真あじ(九州)



125 さんま開き2枚
 北海道産の脂のりの良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。
凍 120日
 2枚170g **398円**(税込**430円**)
 さんま(北海道)



133 真あじフィレ
 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。
凍 30日
 片身5~8枚前後200g **440円**(税込**475円**)
 真あじ(長崎県)



138 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)
 北海道・雄武(おむむ)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)



142 紅鮭 スモークサーモン
 塩のみで味付けし、「冷燻方式」で仕上げました。桜のチップでスモークした本格スモークサーモンです。
凍
 70g **450円**(税込**486円**)
 紅鮭(アラスカ)



122 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**)
 からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)



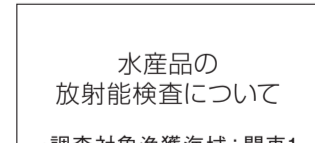
127 3枚
 鳴門魚類(徳島県・鳴門市)
凍 120日
 片身3枚300g **588円**(税込**635円**)
 真さば(ノルウェー)



132 香ばし味噌のぶり切身
 九州沖の天然ぶりを使用し、ごま油の香りをきかせた味噌漬。冷めても柔らかいのでお弁当にも。
凍 30日
 5~6切170g **645円**(税込**697円**)
 ぶり(長崎県)



137 紅鮭かま(甘塩)
 6~8月にアラスカ湾で漁獲した紅鮭のかま部分です。脂のりも程よいです。甘塩タイプ(塩分2~3%)。
凍
 300g(3~5切) **430円**(税込**464円**)
 紅鮭(アメリカ)



141 三陸産するめいか つぼ抜き
 三陸北部沖で漁獲された小型のするめいかの内臓と下足を除去してつぼ抜きにしました。
凍
 3~6枚230g **410円**(税込**443円**)
 するめいか(岩手県、青森県) [放]不検出<3.8<3.9

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。

毎日漁港へ目利き一筋! ~山米のうまいもん~



143 釜揚げほたるいか(ポイル済)
旬のホタルイカを高鮮度のうちに茹でて急速凍結。流水解凍して酢味噌などでどうぞ。
凍 90日 100g **398円**(税込) **430円**(通常税込451円)
ほたるいか(兵庫県)



145 はたはた下処理済み
山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて。天ぷらの具材にも。
凍 90日 100g5~7尾 **298円**(税込) **322円**
はたはた(兵庫県)



144 ほたるいか沖漬け
高鮮度のうちに特製の醤油だれ(天然醸造醤油、三河みりん、料理酒「蔵の素」)に漬け込みました。
凍 米大小 100g **370円**(税込) **400円**(通常税込410円)
ほたるいか(兵庫県)



146 山かれい切り身
浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。上品な白身で地元で人気です。
凍 90日 150g **268円**(税込) **289円**
山かれい(兵庫県)

見た目にも鮮やかな一皿に



147 しめさばかぶら漬
国内産(主に三陸沖)の真さばを三枚におろし独自の調味酢に漬け、かぶ、人参、生姜をのせ、かぶら漬に。
凍 180日 米大小 2枚210g **480円**(税込) **518円**(通常税込538円)
真さば(国内産)

おでんに入れても◎



148 高橋徳治商店の蒸し焼き
旨味成分グリコゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので身が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。
凍 60日 105g **380円**(税込) **410円**(通常税込430円)
かき(宮城県)

炊き込むだけで絶品のたこめし!



149 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(増100g) 凍140g **640円**(税込) **691円**(通常税込713円)
真だこ(兵庫県)



150 無添加たらこ(切り込み)
すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わずに味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。
凍 30日 米 60g **340円**(税込) **367円**
すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)



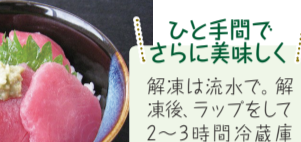
151 無添加明太子(切り込み)
着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。
凍 30日 米 60g **340円**(税込) **367円**
すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)



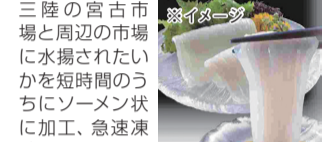
152 焼津港のまぐろ漬け丼
焼津港に水揚げされた鮮度の良いまぐろをスライスし、無添加の醤油ダレに漬けました。
凍 30日 米大小 160g(2パック) **498円**(税込) **538円**
まぐろ(太平洋)



153 焼津港のめばちまぐろ中落ち風
めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。
凍 30日 100g **565円**(税込) **610円**
めばちまぐろ(太平洋)



154 三陸岩手いかに糸造り
三陸の宮古市場と周辺の市場に水揚げされたいかに短時間のうちにソーメン状に加工、急速凍結しました。
凍 180日 80g **448円**(税込) **484円**
するめいか(三陸)



155 海鮮いかキムチ
岩手県産のするめいか、めかぶ、オキアミを使用してキムチにしました。冷蔵庫でカップのまま約2時間で解凍できます。急ぎの時は流水解凍です。
凍 180日 米大小 110g **398円**(税込) **430円**(通常税込448円)
するめいか(岩手県)



156 魚屋さんの混ぜちりめん
国産の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。
凍 30日 米 50g **330円**(税込) **356円**
しらす(遠州灘~伊勢湾)



157 篠島産釜揚げしらす 2個組
篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。
凍 180日 70g×2 **560円**(税込) **604円**(通常税込626円)
いわし稚魚(愛知県)



158 しらす干し
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。
凍 120日 20g×3 **450円**(税込) **486円**
しらす(遠州灘~伊勢湾)



159 長崎 彩り茎わかめ天
具材に枝豆、茎わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。
冷 30日 米大 5枚100g **258円**(税込) **279円**
スケトウダラ・茎わかめ(国内産)



160 長崎 もすく天
白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にもすくをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。
冷 8日 米 2枚 **368円**(税込) **397円**
魚肉(国内産・タイ)、もすく(国内産)

魚肉練り製品

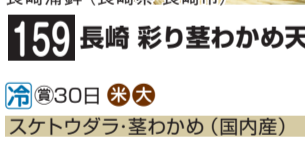
・リン酸塩による増量はせず、魚肉たっぷりの練り製品です。
・化学調味料も不使用です。



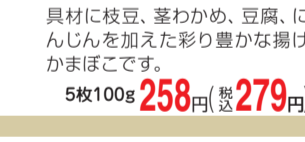
161 長崎 漁師揚げ
あじ、さわらなど長崎近海の魚100%を主原料に、食感に弾力を出し、薄く揚げた蒲鉾。
冷 7日 卵 100g **290円**(税込) **313円**
雑魚(長崎県)



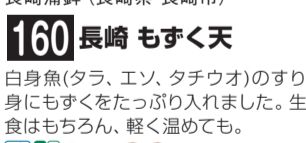
162 長崎甘鯛入りさつま揚げ
長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。
冷 7日 卵米 25g×5 **368円**(税込) **397円**
甘鯛(長崎県)



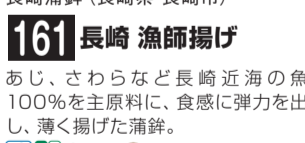
163 わかめかぶ天
宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に三陸産のわかめとめかぶを練り込んだじゃこ天です。
冷 14日 米 50g×2 **385円**(税込) **416円**
魚肉(愛媛県)、わかめ・めかぶ(宮城県)



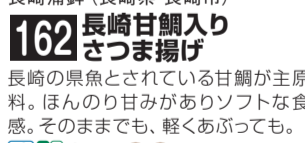
164 ニラ生姜天
宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に高知県産のニラと生姜を練り込んだじゃこ天です。
冷 14日 米 50g×2 **385円**(税込) **416円**
魚肉(愛媛県)、ニラ・生姜(高知県)



165 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の塩味が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常溫で解凍、または軽くあぶって。
凍 180日 米 100g **315円**(税込) **340円**
すけそうだら(北海道)



166 おとうふ揚げ(五目)
おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種類の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。
凍 180日 米大 5個175g **312円**(税込) **337円**
すけそうだら(北海道)



167 いわしだんご
三陸産の真いわしと北海道産のタラのすり身を合わせ、ねぎと味噌を練り込んだ柔らかい食感のだんごです。
凍 60日 米大 5個150g **288円**(税込) **311円**(通常税込324円)
いわし(宮城県)



168 焼ちくわ
石巻港水揚げの小魚と北海道無リンスクエンタラすり身を混ぜ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわ。
凍 180日 卵米 7本224g **360円**(税込) **389円**
スケソウダラ(北海道)



169 三陸おでん種セット
セット内容: ちくわ丸×2、ぼたんちくわ×2、わかめはんぺん、さんまつふれ×2、いわしだんご×1、おとうふ揚げ(椎茸)×2
宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩手県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。
凍 60日 卵米大 6種10品326g **602円**(税込) **650円**(通常税込670円)
すけそうだら(北海道)



組合員さんからのクチコミ
茎わかめのシャキシャキ食感が新感覚。海藻が得意ではないお子様にもおすすめです!

祭 使う技には100年を超える歴史があります 高橋徳治商店



単なる作り手としてだけでなく、食べる「もの」、食べることを通じて身体と心の最良な環境づくりに励んでいます。



165 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の塩味が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常溫で解凍、または軽くあぶって。
凍 180日 米 100g **315円**(税込) **340円**
すけそうだら(北海道)



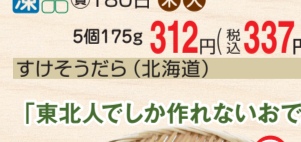
166 おとうふ揚げ(五目)
おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種類の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。
凍 180日 米大 5個175g **312円**(税込) **337円**
すけそうだら(北海道)



167 いわしだんご
三陸産の真いわしと北海道産のタラのすり身を合わせ、ねぎと味噌を練り込んだ柔らかい食感のだんごです。
凍 60日 米大 5個150g **288円**(税込) **311円**(通常税込324円)
いわし(宮城県)



168 焼ちくわ
石巻港水揚げの小魚と北海道無リンスクエンタラすり身を混ぜ、しなやかな弾力と旨味のしっかりしたちくわ。
凍 180日 卵米 7本224g **360円**(税込) **389円**
スケソウダラ(北海道)



169 三陸おでん種セット
セット内容: ちくわ丸×2、ぼたんちくわ×2、わかめはんぺん、さんまつふれ×2、いわしだんご×1、おとうふ揚げ(椎茸)×2
宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩手県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。
凍 60日 卵米大 6種10品326g **602円**(税込) **650円**(通常税込670円)
すけそうだら(北海道)



組合員さんからのクチコミ
鍋に入れても汁が出て美味しかったです!

カレーの壺を使用した コロッケ

- ◆材料(4人分)
- カレーの壺ペースト(オリジナル) 大さじ1~2
 - じゃがいも 大2個
 - たまねぎ 1個
 - 豚ひき肉 200g
 - 塩 適量
 - こしょう 適量
 - 「卵」 1個
 - ★小麦粉 適量
 - 「パン粉」 適量
 - 油 適量
 - 揚げ油 適量
 - レモン 適量



カレーの壺ペーストは、オリジナル・マイルド・スパイシー(P14にもあります)からお好みでお使いください。

- ◆作り方
- 1 たまねぎはみじん切り、じゃがいもは丸ごと茹でて、茹で上がったたら皮を剥いてつぶしておく。
 - 2 フライパンに油を熱し、ひき肉を炒める。
 - 3 色が変わってきたらたまねぎを加えて炒め、カレーの壺ペーストを加えてスパイスの良い香りがするまで炒める。
 - 4 つぶしておいたじゃがいもに③を加えて混ぜ、塩こしょうで味を調える。
 - 5 ピンポン玉大に丸めて、★印の衣の材料をつけ、たっぷりの油で揚げる。
 - 6 揚げたコロッケをお皿に盛り付けて、くし切りにしたレモンを添える。

164円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

170 茨城県産ローズポーク挽肉

赤身率は8割です。

凍 賞30日

300g **455円**(税込**491円**) 通常税込**502円**

茨城県

幅広く使える便利なペーストタイプ

たっぷり使用したマトとレモンガラスの風味が魚介の風味を引き立てます。約22皿分。

カレーの壺

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

171 カレーの壺(オリジナル)

220g **580円**(税込**626円**)

スパイス(スリランカ、他)

つくば茜鶏

名前の由来は筑波山の夕焼けのびのび育てるこだわり養鶏

今回はムネ、モモ、挽肉、唐揚げ用2パックのみ

大特価掲載です!



126円/100g

大特価

田仲さん達(茨城県・桜川市)

172 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 賞180日

300g **350円**(税込**378円**) 通常税込**400円**

茨城県

169円/100g

大特価

田仲さん達(茨城県・桜川市)

173 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 賞180日

300g **470円**(税込**508円**) 通常税込**529円**

茨城県

136円/100g

大特価

田仲さん達(茨城県・桜川市)

174 つくば茜鶏 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 賞180日

500g **630円**(税込**680円**) 通常税込**713円**

茨城県

祭

ミートバル村山

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

175 茨城県産ローズポーク ロース切り身

2枚200g **533円**(税込**576円**) 通常税込**586円**

茨城県

赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。

どうも!村山です!今回新商品でローズポークのロース切り身を出させていただきます!組合員の皆様これからもどうぞ宜しくお願いいたします!

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：ミートバル村山では厳選して自分の目で判断しています。

248円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

176 茨城県産ローズポーク スペアリブ

バーベキューには欠かせません。部位は味の濃いローズポークの豚肩バラ。

凍 賞6日

4本500g **1150円**(税込**1242円**) 通常税込**1247円**

茨城県

220円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

177 茨城県産ローズポーク モモ赤身カレー用

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

凍 賞6日

200g **407円**(税込**440円**) 通常税込**448円**

茨城県

222円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

178 茨城県産ローズポーク モモブロック

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。

凍 賞6日

500g **1030円**(税込**1112円**)

茨城県

306円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

179 茨城県産ローズポーク ロースしゃぶしゃぶ

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1mm前後にスライスしました。

凍 賞届いて3日

300g **850円**(税込**918円**) 通常税込**929円**

茨城県

238円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

180 茨城県産ローズポーク パラスライス

厚さ3~3.5mm。

凍 賞6日

250g **551円**(税込**595円**)

茨城県

228円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

181 茨城県産ローズポーク モモスライス

赤身主体部位。厚さ3mm。

凍 賞6日

250g **528円**(税込**570円**)

茨城県

163円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

182 茨城県産ローズポーク 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

凍 賞6日

200g x 2 **605円**(税込**653円**) 通常税込**659円**

茨城県

166円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

183 茨城県産ローズポーク 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。

凍 賞6日

150g x 2 **460円**(税込**497円**)

茨城県

117円/100g

特

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

184 茨城県産 豚レバー

ビタミン、鉄分豊富なレバー。

凍 賞30日

300g **325円**(税込**351円**) 通常税込**356円**

国内産 [放]不検出<4.1<4.2

茨城県

241円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

185 中津豚モモしゃぶしゃぶ用

脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。

凍 賞4日

200g **445円**(税込**481円**)

神奈川県

255円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

186 中津豚肩ローススライス

脂身が適度に入り旨みがあります。厚さ3mm。

凍 賞4日

200g **471円**(税込**509円**)

神奈川県

262円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

187 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 賞120日

200g **485円**(税込**524円**)

神奈川県

269円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

188 中津トントロ焼肉用

1頭から約300gしかとれない希少な部位。

凍 賞120日

200g **498円**(税込**538円**)

神奈川県

195円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

189 中津豚小間切

各部位から集めています。

凍 賞4日

200g **360円**(税込**389円**)

神奈川県

**美味しい唐揚げを
食べませんか?**

お得2パック

大特価

田仲さん達(茨城県・桜川市)

193 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 賞180日

250g x 2 **920円**(税込**994円**) 通常税込**1058円**

茨城県

176円/100g

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

190 豚挽肉(バラ凍結)

赤身率8割です。

凍 賞90日

400g **650円**(税込**702円**)

茨城県

397円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

191 中津豚ヒレ一口カツ用

希少なヒレ肉を一口カツのサイズにカットしました。

凍 賞4日

200g(5~6切) **735円**(税込**794円**)

神奈川県

245円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

192 中津豚モモ一口カツ用

赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼きでもおいしいです。

凍 賞4日

200g **454円**(税込**490円**)

神奈川県

199円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

193 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 賞180日

250g x 2 **920円**(税込**994円**) 通常税込**1058円**

茨城県

右田さん達(熊本県・芦北町)

50 ミニトマト

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

約150g **220円**(税込**238円**)

熊本県

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)。

202円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

194 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 賞180日

300g **560円**(税込**605円**)

茨城県

212円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

195 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 賞180日

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県

212円/100g

田仲さん達(茨城県・桜川市)

196 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 賞180日

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県

142円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

197 つくば茜鶏 手羽元
唐揚げやすूप煮に。

凍 180日

400g **525円** (税込 **567円**)

茨城県

142円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

198 つくば茜鶏 手羽先
ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍 180日

400g **525円** (税込 **567円**)

茨城県

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。

446円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山


201 茨城県産(山方牛) 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 6日

200g **825円** (税込 **891円**) 通常税込 **896円**

茨城県

祭 養豚から加工までの一貫生産 飼料にもこだわった加工品 **中津ミート**



海老名畜産食肉センター 有限会社 中津ミート TEL.046-285-3187

神奈川県の澄んだ空気の中、こだわりの飼料と飼育方法で自社ブランド「丹沢高原豚」を育てています。アニマルウェルフェアの精神に則り、ストレスをかけずに健康で美味しい豚肉に仕上げています。

104円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

199 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 180日

250g **240円** (税込 **259円**)

茨城県

214円/100g



秋川牧園 (山口県・山口市)

200 若鶏手羽中ハーフ(バラ凍結)
非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた若鶏の手羽中。ほしひ分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。

凍 180日

300g **595円** (税込 **643円**)

山口県・島根県・福岡県・熊本県

297円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

202 茨城県産(山方牛) 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。

凍 30日

250g **688円** (税込 **743円**) 通常税込 **754円**

茨城県

608円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

203 鹿児島 坊津黒牛 焼肉用(モモ、バラ)
モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。

凍 30日

300g **1690円** (税込 **1825円**)

鹿児島県

特 中津ミート(神奈川県・愛川町) 徳用 中津ハム切り落とし

204 1パック 指定農場の豚肉を、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。どうしても出してしまう端材を、徳用パックで切り落とししてお届けです。

凍 180日

100g **280円** (税込 **302円**) 通常税込 **324円**

豚肉(神奈川県)

205 4パック 凍 180日

100g x 4 **1110円** (税込 **1199円**) 通常税込 **1296円**

575円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

206 鹿児島 坊津黒牛 サイコロステーキ用x2
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 30日

170g x 2 **1810円** (税込 **1955円**)

鹿児島県

349円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

207 国産牛モモスライス
モモ肉を2~3mm程度にスライス。

凍 30日

170g **550円** (税込 **594円**)

福岡県、大分県

301円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

208 国産牛小間切
ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 30日

160g **445円** (税込 **481円**) 通常税込 **491円**

福岡県、大分県

211円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

209 国産牛挽肉
ホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。

凍 30日

200g **390円** (税込 **421円**) 通常税込 **432円**

福岡県、大分県

畜産加工品

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

表紙に鎌倉ハムクラウン商會を一部掲載しています。

210 鎌倉マイルド ポークウインナーx2
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 10日

94g x 2 **335円** (税込 **362円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出 <4.4 <4.1

特



鎌倉ハムクラウン商會(神奈川県・横浜市)

211 鎌倉つかいっきり ポークウインナーx3
使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。

冷 10日

49g x 3 **265円** (税込 **286円**) 通常税込 **297円**

豚肉(国内産)

特



鎌倉ハムクラウン商會(神奈川県・横浜市)

212 鎌倉ローズハム スライスx2
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 15日

60g x 2 **500円** (税込 **540円**)

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

特



鎌倉ハムクラウン商會(神奈川県・横浜市)

213 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 10日

40g x 5 **360円** (税込 **389円**) 通常税込 **400円**

豚肉(国内産)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

214 中津皮なし 和風ミニウインナー
温めると醤油の控え目な旨味が広がります。食べやすい皮なし。

冷 7日 大 小

120g **287円** (税込 **310円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

215 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。

冷 7日

100g **352円** (税込 **380円**)

豚肉(神奈川県)

216 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 7日 米 大 小

200g **470円** (税込 **508円**) 通常税込 **518円**

豚肉(茨城県)

特



デリカ横綱(愛知県・春日井市)

217 近江牛のしぐれ煮
ブランド牛の近江牛を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分程度温めてお召し上がりください。

冷 60日 米 大 小

180g **416円** (税込 **449円**) 通常税込 **460円**

牛肉(滋賀県)

特



デリカ横綱(愛知県・春日井市)

218 近江牛のこだわり牛丼 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 60日 米 大 小

140g x 2 **583円** (税込 **630円**) 通常税込 **664円**

牛肉(滋賀県)

牛乳・卵

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

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) **サツラク低温殺菌牛乳**

1 1ℓ 302円 (税込 **326円**)

2 500ml 178円 (税込 **192円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を控えながらも美味しさを追究し、乳脂肪分を1.0%に調整。

サツラク農協(北海道・札幌市) **3 サツラク低脂肪牛乳**

冷 15日 乳

500ml **146円** (税込 **158円**)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

ジャム・蜂蜜 みそ汁

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

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

特



森食品(長野県・千曲市)

616 完熟杏ジャム 前日OK!
木で完熟した杏を使用。杏特有の酸味と甘さをいかした風味です。人工的にペクチンを使わないので軟らかめでさらさらとしたジャムです。

245g **430円** (税込 **464円**)

杏(長野県)

特



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

219 紅玉ジャム
長野県産の紅玉りんごを使用。あっさりとした甘さが味わえます。原材料にはちみつを含みます。

180g **370円** (税込 **400円**) 通常税込 **410円**

りんご(長野県)

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) **4 サツラク牛乳**

冷 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。

北海道酪農公社(北海道・江別市) **5 おいしさまるやか(成分調整牛乳)**

冷 届いて10日 乳

1ℓ **219円** (税込 **237円**)

生乳(北海道)

北海道十勝産の生乳を60%使用。砂糖、ブラジル産コーヒー、乳製品のみで作りました。

よつ葉乳業(北海道・音更町) **223 生乳仕立て よつ葉カフェオレ**

冷 届いて6~10日 乳

1ℓ **277円** (税込 **299円**)

生乳(北海道)

特



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

220 国産リンゴの花はちみつ
りんご農家との契約で一部の養蜂家だけがとれる蜂蜜。ほのかなりんごの花の香りとまろやかな味が特長です。

180g **1100円** (税込 **1188円**)

はちみつ(国内産)

特



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

221 国産純粋はちみつ アカシア
アカシアの花から採った天然100%純粋はちみつ。色、香り共に淡く、あっさりした味で、人気のはちみつ。

350g ポリ容器 **2300円** (税込 **2484円**) 通常税込 **2506円**

はちみつ(秋田県、他) [放] 不検出 <3.1 <2.6

特



創健社(神奈川県・横浜市)

222 けんちん汁 みそ仕立て
岩手県産の丸大豆と国内産米で仕込んだ味噌を使用。野菜たっぷり、味噌の風味豊かなけんちん汁です。

10g x 4 **560円** (税込 **605円**)

大豆(岩手県)

宇治田農場(茨城県・石岡市)

6 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。葉・抗生物質不使用。

冷 7日 卵

6個 **330円** (税込 **356円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.4

今週から値上げしています

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 11日 卵

10個 **257円** (税込 **278円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

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

天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市) **契約「やさとの間」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 卵 入り **330円** (税込 **356円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

パン

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

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。

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、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

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

パン・ド・ミ(食パン) 1斤(届いて1~2日)

224 6枚 270円(税込292円)

225 8枚 270円(税込292円)

226 ノースライス 260円(税込281円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



[放] 不検出 <3.9 <3.8

※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

届いて1~2日

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

227 8枚 425円(税込459円)

228 ノースライス 415円(税込448円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



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



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

パン・ド・ミ(全粒粉食パン)ノースライス

229 1斤 300円(税込324円)

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

届いて1~2日

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

230 ドッグパン 3個 300円(税込324円)

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

届いて1~2日

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

祭 国産小麦を使用した身体に優しいパン Le・Lourdes (レ・ルルド)



天然酵母パンですが、クセが少なく材料は「小麦、水、塩」のみで油や砂糖は基本使いません。ドイツパン・フランスパンを研究した玉山さんのパンはずっしり重く、小麦の香ばしい味と香りが美味しく感じられます。



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

231 フルーツナッツ食パン(ノースライス) 1斤 611円(税込660円)

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

届いて1~2日

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

232 フルーツナッツカンパーニュ 1個 610円(税込659円)

第三世界ショップ・プレスオールドナティブさんのドライフルーツ・ナッツがたっぷりのパンです。

届いて1~2日

小麦(北海道、神奈川県)

地元のお店 いばらきベーグル

233 プレーンベーグル 1個 162円(税込175円)

原材料：国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母

浅野さんの人參を 使いました

234 全粒粉ベーグル 1個 189円(税込204円)

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

浅野さんの人參を 使いました

235 にんじんベーグル 1個 205円(税込221円)

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

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

239 半斤3枚 140円(税込151円)

240 1斤6枚 270円(税込292円)

241 ノースライス 265円(税込286円)

冷凍パン

242 ブリュッセルワッフル 約65g×6 605円(税込653円)

243 国産全粒粉プチパン 約40g×5 415円(税込448円)

池田食品

244 ママンモチモチ手のぼしナン 3枚 290円(税込313円)

浅野さんのほうれん草を 使いました

236 ほうれん草ベーグル 1個 217円(税込234円)

原材料：小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、ほうれん草(浅野農園)、粗精糖、天日塩、天然酵母

浅野さんのほうれん草を 使いました

237 かぼちゃベーグル 1個 217円(税込234円)

原材料：国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、かぼちゃ、粗精糖、天日塩、天然酵母

浅野さんのほうれん草を 使いました

238 抹茶ベーグル 1個 189円(税込204円)

原材料：小麦粉、玄米粉、抹茶、粗精糖、天日塩、天然酵母

冷凍パン

242 ブリュッセルワッフル 約65g×6 605円(税込653円)

冷凍パン

243 国産全粒粉プチパン 約40g×5 415円(税込448円)

池田食品

244 ママンモチモチ手のぼしナン 3枚 290円(税込313円)

乳製品 デザート

素材の味を活かした製品づくりを心掛けています

石岡 鈴木牧場ヨーグルト

245 プレーン 400g 361円(税込390円)

246 微糖 400g 370円(税込400円)

石岡 鈴木牧場

247 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 100g 500円(税込540円)

石岡 鈴木牧場

248 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン) 40g 292円(税込315円)

石岡 鈴木牧場

249 石岡 鈴木牧場さけるチーズ(バジル) 30g 199円(税込215円)

バジル使用

249 石岡 鈴木牧場さけるチーズ(バジル) 30g 199円(税込215円)

ホリ乳業

250 腸内活性ヨーグルト(プレーン) 380g 550円(税込594円)

ホリ乳業

251 腸内活性ヨーグルト(加糖) 90g×3 465円(税込502円)

サツラク農協

252 サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン) 500g 265円(税込286円)

サツラク農協

253 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖) 80g×3 212円(税込229円)

今週のおすすめ

これからの時期は常備したい 様々なメニューで大活躍

シチューにグラタン、ラーメンにケーキ、トーストやホイイル焼き、じゃがバターetc... 様々な料理に活用できます。賞味期限も長く、冷凍すれば長期保存も可能なので2個セットでお買い得の今回が買い時です。私のおすすめは「バター醤油炒め」、どんな食材も美味しくしてくれる万能の味付けです。

254 生乳たっぷりのおよーグルト 180ml×2 256円(税込276円)

255 濃厚豆乳プリン 100g×2 250円(税込270円)

256 豆乳ぶりん 黒ごま 80g×4 298円(税込322円)

257 べに花ハイプラスマーガリン 180g 296円(税込320円)

258 北海道チャーシューバター 2個組 100g×2 520円(税込562円)

酪王乳業

254 生乳たっぷりのおよーグルト 180ml×2 256円(税込276円)

おとう工房いしかわ

255 濃厚豆乳プリン 100g×2 250円(税込270円)

おとう工房いしかわ

256 豆乳ぶりん 黒ごま 80g×4 298円(税込322円)

創健社

257 べに花ハイプラスマーガリン 180g 296円(税込320円)

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。



259 ミニもめん豆腐
150g×2 **180円**(税込**194円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



260 ミニきぬ豆腐
150g×2 **175円**(税込**189円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



261 もめん豆腐
300g **176円**(税込**190円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



262 きぬ豆腐
300g **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



263 押し豆腐
220g **235円**(税込**254円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.4<1.1



266 ごま入り寄せ豆腐
200g **180円**(税込**194円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.0<1.3



267 油揚げ
3枚 **165円**(税込**178円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.5<1.5



268 味付いなり揚げ 2個組
10枚×2 **780円**(税込**842円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.0



269 きのがんも
2個 **255円**(税込**275円**)
ぶなしめじ(茨城県、他) [放] 不検出<2.1<2.2



265 きざみ揚げ(冷凍) 2袋
100g×2 **398円**(税込**430円**)
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.9



271 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付)
35g×3 **148円**(税込**160円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<4.2<4.2



272 水府納豆ミニ3個 (タレ・カラシ付)
40g×3 **140円**(税込**151円**)
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.0<3.4



273 遊作納豆 (タレ・カラシ付)
80g **206円**(税込**222円**)
大豆(茨城県)



274 十勝の息吹 大粒2P (タレ・カラシ付)
40g×2 **172円**(税込**186円**)
大豆(北海道)

日配品 海藻・麺類

- ・こんにやく：国産のこんにやく芋を使用しています。
- ・麺：皮：国産小麦 100% です。



275 上州産 徳用こんにやく
450g **110円**(税込**119円**)
こんにやく(群馬県) [放] 不検出<4.2<3.7



276 上州産徳用しらたき
400g **110円**(税込**119円**)
こんにやく(群馬県) [放] 不検出<3.7<3.5



277 洗いもずく
200g **240円**(税込**259円**)
もずく(沖縄県)



278 淡路島 天然わかめ (塩蔵)
150g **398円**(税込**430円**)
わかめ(兵庫県)



279 松島産おさしみあかもく
100g **244円**(税込**264円**)
あかもく(宮城県) [放] 不検出<3.8<4.0



280 国産あかもくめかぶ ミックス
40g×3 **311円**(税込**336円**)
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)

内麦焼そばは

表紙でご案内しています

こだわり製法の生スパゲッティ ニューオークポ

茹で時間3分

デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。茹で時間3分。原材料：小麦粉、食塩

282 生フェットチーネ
260g (130g×2) **310円**(税込**335円**)
小麦(カナダ、アメリカ)

内麦生ラーメン 醤油(3食入)

共生食品(神奈川県・相模原市)

国産小麦粉を使った、無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。スープはあっさりタイプなので具材で補って。

281 内麦生ラーメン 醤油(3食入)
麺120g×3 スープ30g×3 **350円**(税込**378円**)
小麦(若手県) [放] 不検出<3.4<4.1

生スパゲッティ

茹で時間3分

デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。茹で時間3分。原材料：小麦粉、食塩、卵白粉

283 生スパゲッティ
260g (130g×2) **310円**(税込**335円**)
小麦(カナダ、アメリカ)

ほうれん草入り生フェットチーネ

茹で時間3分

デュラム小麦の中心部分の粉を使って麺に負担をかけない手打方式で作った生麺。茹で時間3分。原材料：小麦粉、ほうれん草ピューレ、食塩

284 ほうれん草入り生フェットチーネ
260g (130g×2) **350円**(税込**378円**)
ほうれん草(北海道)

お惣菜

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。

285 しらすくすみ
100g **580円**(税込**626円**)
しらす(瀬戸内海)

286 いかなご釘煮
80g **600円**(税込**648円**)
いかなご(兵庫県)

貴重な国産だけのごを使用

287 国産味付メンマ
90g **461円**(税込**498円**)
たけのこ(愛媛県)

コリコリした食感がやみつきに!

288 国産山くらげ たまり漬
90g **461円**(税込**498円**)
山くらげ(茨城県) [放] 不検出<3.6<3.5

今週から値上げしています

289 やさとの半熟たまご (温玉)
4個(タレ無) **206円**(税込**222円**)
卵(茨城県) [放] 不検出<3.3<3.4

日本の国産農産物を支える “食べものづくり” 丸和食品

「丸和食品」では原料に徹底的にこだわって商品を作っています。使用する大豆はもちろん国産のみ、がんもどきなどに使用する野菜も全て国産です。

264 丸和の元気セット
3種 **490円**(税込**529円**)
大豆(国内産)

旬のきのこがたっぷり! 丸和食品

269 きのがんも
2個 **255円**(税込**275円**)
ぶなしめじ(茨城県、他) [放] 不検出<2.1<2.2

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

全品特価

タケノコと豚肉のハーモニー

黒酢で味に深みをプラス

肉厚なイカにあんかけを絡めて

白身魚の旨味と野菜がマッチ

シャキシャキ野菜がたっぷり

1食当り 412円
調理時間 約6分
準備品 油

1食当り 399円
調理時間 約6分
準備品 油

1食当り 385円
調理時間 約15分
準備品 卵2個、片栗粉大さじ1・油

1食当り 425円
調理時間 約5分
準備品 油

1食当り 360円
調理時間 約10分
準備品 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

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

セット内容: カット野菜(白菜、チンゲン菜、人参、玉ねぎ、きくらげ、水煮たけのこ)、漬け魚(アカイカ)

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)

セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

290 国産野菜の青椒肉絲
2人前(約320g) 824円(税890円)
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

291 彩り野菜と国産豚の黒酢豚
2人前(約410g) 798円(税862円)
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

292 アカイカとたっぷり野菜あんかけ
2人前(約390g) 770円(税832円)
アカイカ(国内産)、白菜(国内産)

293 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬
2人前(約375g) 850円(税918円)
玉ねぎ(国内産)、シイラ(長崎県)

294 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め
2人前(約630g) 720円(税778円)
小松菜(国内産)

だしの効いた大根と豚肉

卵を加えて

ブイヨンが効いた優しい味わい

豆腐入りでふんわり食感

もちりもちり麺がピリ辛スープに絡む

1食当り 349円
調理時間 約15分
準備品 片栗粉大さじ1・油

1食当り 416円
調理時間 約4分
準備品 油、卵3~4個

1食当り 380円
調理時間 約10分
準備品 水700cc

1食当り 389円
調理時間 約5分
準備品 油

1食当り 545円
調理時間 約6分
準備品 油

セット内容: カット野菜(大根、ねぎ)、豚肉、調味料

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン)、海鮮炒めソース、ガーリックソース、単品もやし

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン、ぶなしめじ)、水餃子12個、欧風だし

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

セット内容: カット野菜(にら、人参)、麺×2袋、坦々の素、単品もやし、スープ

295 大根の豚そぼろあんかけ
2人前(約460g) 698円(税754円)

296 海鮮オムレツ
2人前(255g) +もやし250g 832円(税899円)

297 ブイヨン水餃子スープ
2人前(約330g) 760円(税821円)

298 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め
2人前(約450g) 778円(税840円)

299 半日分の野菜が摂れる担々麺
2人前(約490g) +もやし250g 1090円(税1177円)

フライパンや鍋一つできちゃう

300 さんまチーズサンド
180円 6~8個 395円(税427円)

301 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)
180円 6~11枚 375円(税405円)

302 いわし蒲焼用(タレ付)
180円 6~12枚 398円(税430円)

303 鶏レバー甘辛焼き
120g 380円(税410円)

304 徳用北京餃子
18g×15 400円(税432円)

305 えびにら餃子
18g×10 385円(税416円)

306 殻まで丸ごとえびのアヒージョ
100g 472円(税510円)

307 やきとりセット
180g(2種各3本) 639円(税690円)

16ページでお祭り特価!

308 氷温造りさわらの雪見おろし(南蛮柚子)
220g 335円(税362円)

309 骨までやわらかさんまみぞれ煮
75g×2 398円(税430円)

310 がぜみそ(うに味噌漬)
80g 630円(税680円)

311 うなぎ蒲焼 70g×2
70g×2、たれ・山椒付 1850円(税1998円)

312 冷凍ナムルセット(2個組)
150g×2 870円(税940円)

手軽に本格的なチャブチェを楽しめます



カラミフーズ (東京都・新宿区)

313 チャブチェ (2食入)
ブルブルの春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。湯煎して。
凍 米 大 小
180g×2 599円(税込647円)
春雨(国内産)

レンジで温めて



カラミフーズ (東京都・新宿区)

317 鶏五目中華まき (4個入)
国産もち米に鶏肉・牛蒡・人参・椎茸等を混ぜ、醤油・オイスターソースで味付けしたおこわを竹皮で包みました。
凍 米 大 小
320g(4個入) 640円(税込691円)
もち米・鶏肉(国内産)

HOT な お鍋で 心もぽっかぽか
キムチ、トック(韓国風の餅)、スープ、コチュジャンをセットにしました。豚肉や長ねぎ、豆腐など加えてどうぞ。
超さんの味(宮城県・仙台市)
314 超さんのキムチ鍋セット (4人前)
冷 米 大 小
白菜(国内産) 4人前 610円(税込659円) 通常税込670円

シーズン初
たっぷり 4人前!
ポニラスター(石川県・白山市)
319 太巻寿司 (8切入)
干ひょう煮、厚焼卵、椎茸煮、桜でんぶ、三つ葉の具を太巻に。レンジで解凍して。椎茸、干ひょうは中国産。
凍 卵 米 大 小
8切300g 446円(税込482円)
米(国内産)

体を芯から温めるスープです
カラミフーズ(東京都・新宿区)
315 食べるユッケジャンスープ(トック入) (2食入)
国産の牛肉・野菜・トック(餅)が入った辛味のあるスープ。様々な素材の旨味が絡み濃厚な味わい。湯煎で。
凍 米 大 小
250g×2 617円(税込666円) 通常税込698円
米・牛肉(国内産)

大新(鳥取県・境港市)
316 いわしごぼうつみれ (120食)
国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。
凍 米 大 小
180g 335円(税込362円)
いわし(国内産)

電子レンジで温めて
大進食品(神奈川県・横浜市)
318 阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグお惣菜セット (230g)
徳島県産蓮根と鶏肉のハンバーグ・茄子の揚げし・ひじきと大豆の煮物・青菜とじゃこのお浸しを詰めました。
凍 米 大 小
230g 685円(税込740円) 通常税込756円
鶏ひき肉・れんこん(徳島県)

鍋かレンジで
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
320 関西風きつねうどん (2食入)
国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバカツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。
凍 米 大 小
2食520g 320円(税込346円)
小麦(国内産)

茹で時間約1分
シマダヤ(東京都・渋谷区)
321 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食分を更に半分にてきる切込み付。加工澱粉:約5.5%
凍 米 小
200g×5 408円(税込441円)
小麦(国内産)

お弁当におかずにも
ニッキー(神奈川県・大和市)
322 照り焼きミートボール (12個入)
豚肉と鶏肉で作ったミートボールに照り焼きをかけ、使い易い小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。
凍 卵 米 大 小
12個180g 395円(税込427円)
鶏肉・豚肉(国内産)

食べ応えありお弁当にも
ニッキー(神奈川県・大和市)
323 ごぼうとひじきの豆腐団子 (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 卵 米 大 小
8個144g 345円(税込373円)
ごぼう(国内産)

井や麺に
パイオニアフーズ(北海道・京極町)
324 野菜かき揚げ (4個入)
国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。
凍 米 小
4個260g 430円(税込464円)
玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)

レンジで温めトースターで仕上げればざっくり食感に
菅原食品販売(宮城県・塩竈市)
325 海老天ぷら (3本入)
塩竈の天ぷら専門メーカーが国産小麦の天ぷら粉と米油を使い、作りました。
凍 米 小
3本入 426円(税込460円)
海老(ベトナム、インドネシア)

レンジがトースターで温めて
菅原食品販売(宮城県・塩竈市)
326 天ぷらセット(濃縮たれ付) (2人前)
5種の野菜(南瓜、さつまいも、舞茸、茄子、野菜かき揚げ)を米油で揚げた天ぷらセット。たれは希釈して。
凍 米 大 小
200g(2人前5種×2個) 550円(税込594円)
かぼちゃ、さつまいも(国内産)

ニッキー(神奈川県・大和市)
327 エビカツフライ (4個入)
魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。
凍 米 大 小
4個152g 380円(税込410円) 通常税込427円
えび(インドネシア、ベトナム、タイ)

トースター、レンジで
秋川牧園(山口県・山口市)
328 からあげ (150g)
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 卵 米 大 小
150g 447円(税込483円)
鶏肉(山口県、他)

レンジがトースターで
パイオニアフーズ(北海道・京極町)
329 ミニポテトオープントースター用 (500g)
北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感がたまりません。ほんのり塩味がきいています。
凍 米
500g 298円(税込322円)
じゃがいも(北海道)

レンジで温めて
ニッキー(神奈川県・大和市)
330 鶏ごぼうシュウマイ (8個入)
削り節の煮出し汁でごぼうを煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせた、味わい深い仕上がりのシュウマイ。
凍 卵 米 大 小
27g×8 355円(税込383円)
鶏肉(国内産)

JOSOわいどにあります!
ライスバーガー
スパークワント
エアリアセット
芽吹き屋和菓子 etc.
イメージ

レンジがトースターでご飯にもバシにも合う
秋川牧園(山口県・山口市)
331 黒豚メンチカツ (4個入)
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 小
120g(4個) 368円(税込397円)
豚肉(国内産)

骨がなく食べやすい
秋川牧園(山口県・山口市)
332 フライドチキン(骨なし) (300g)
塩麹で若鶏むね肉に柔らかさと旨みを加えコーンフレークの衣でサクサク食感をプラス。骨なしタイプ。
凍 卵 米 大 小
300g 852円(税込920円) 通常税込950円
鶏肉(国内産)

オープントースターがレンジで
秋川牧園(山口県・山口市)
333 スパイシーささみカツ (160g)
開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツにしました。フライ済。
凍 卵 米 小
160g 404円(税込436円)
鶏肉(山口県、他)

ふくらみ仕上げ1枚ずつの手焼きです
美雷(大分県・宇佐市)
334 関西風お好み焼き (160g×2枚)
国産小麦使用ミックス粉にキャベツ・卵・豚肉・天玉を加えたカツオ風味のお好み焼き。レンジで温めて。
凍 卵 米 大 小
160g×2枚 536円(税込579円)
小麦(北海道)、キャベツ(福岡県)

レンジで温めて
ニッキー(神奈川県・大和市)
335 ミニたい焼き(あずき) (10個入)
国産小麦を使用し、北海道産小豆を製粉して、ミニタイプに仕上げました。小さなお子さんのおやつに。
凍 米 小
10個400g 384円(税込415円) 通常税込432円
【放】不検出<3.3<3.3

素材にこだわり心をこめて作りました
この2商品は次回は2月以降です
高品質なマダガスカル産パナラビーズを使用
弁天堂(兵庫県・淡路市)
336 アーモンドクッキーシュー (3個)
冷蔵庫にて十分に(冬場4時間夏場3時間)解凍して
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。香ばしくパリッ感のあるシュー生地仕上げました。
凍 米 大 小
3個 778円(税込840円) 通常税込861円
卵・生乳(国内産)

祭 シンプルな原材料だからこそ「あと味の良さ」
久保田食品
今年春、新工場が竣工しました!
今週、久保田食品のアイスを購入された方の中から抽選で10名様にカップアイス2個セットをプレゼント!
黒蜜きなこ ほうじ茶

一度吸い始めたら、やめられない(噴き出し注意!)
久保田食品(高知県・南国市)
341 おっぱいアイスマルク (80ml)
牛乳の素朴なおいしさをベースにパナラビー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 米 小
80ml 100円(税込108円)
生乳(北海道)

香り立つパナラビー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)
344 夢中熱中 パナラとあずきの最中 (110ml)
北海道十勝産小豆を使い手間をかけた炊き上げた自家製粒あん素材のおいしさが際立つパナラアイスの最中。
凍 卵 米 小
110ml 120円(税込130円)
生乳・小豆(北海道)

半解凍でも甘さ控えめのチョコレート様々な食感で
弁天堂(兵庫県・淡路市)
338 チョコレートムースカップケーキ (2個入)
滑らかなチョコレートムースとココアスポンジケーキの上にパリッとしたチョコをかけた。容器直径約7.5cm
凍 米 大 小
2個 870円(税込940円)
生乳(北海道)

容器直径7.5cm
弁天堂(兵庫県・淡路市)
339 国産レモンのレアチーズケーキ (2個入)
国産レモンの酸味を活かしたレアチーズケーキ。香料や酸味料等の添加物不使用。国産原料主体で作りました。
凍 米 大 小
2個 700円(税込756円)
クリームチーズ(北海道)

デコレーションしてお使い下さい
弁天堂(兵庫県・淡路市)
340 スポンジケーキ台(プレーン)5号 (180g)
国内産小麦、たむらのタマゴの養鶏卵、国内産砂糖、よつぱり乳業の牛乳を使用した5号サイズのスポンジケーキ。
凍 米 大 小
180g(直径約15cm) 1028円(税込1110円)
卵・粗糖・小麦(国内産)

旬の高知県産苺の果汁・果肉を使用
久保田食品(高知県・南国市)
342 いちごアイス (100ml)
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 米 小
100ml 190円(税込205円)
生乳(北海道)・いちご(高知)

チョコレートの香りあふれるクリーミーな味わい
久保田食品(高知県・南国市)
343 チョコレートアイスクリーム (110ml)
ベルギー産クーベルチュールチョコレートをふんだんに使用し、濃厚なおいしさに仕上げたアイスクリーム。
凍 卵 米 大
110ml 190円(税込205円)
生乳(国内産)・カカオ(エクアドル他)

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。

※お召し上がりいただく機会が多い為、原材料を表記しています。

表紙でもプレスの新商品の掲載があります。



345 メイシーちゃんハートのチョコ 2P

フェアトレードチョコレートを、福祉施設のデザイナーによるパッケージでお届けします



原材料：有機全粉乳、有機ココアバター、有機粗糖、有機黒糖、有機カカオマス...



原材料：有機カカオマス、有機粗糖、有機ココアバター、有機黒糖、有機乾燥ラズベリー...

安心のお菓子で心にも栄養を サンコー



主要原料は国内産、遺伝子組み換え原料原則不使用、合成食品添加物不使用...



351 安納芋ようかん



350 芋けんぴ



346 ダイスチョコ 抹茶



347 ビッグアーモンドチョコレート

スパイス&ココアパフ味のチョコレートです

348 Artisan Chocolate スパイス&ココアパフ味

ラズベリー味のチョコレートです

349 Artisan Chocolate ラズベリー味



352 ふわふわチップ じゃがいも味



353 ふわふわチップ にんじん味



354 とうもろこしでつくったパフスナック 塩味



355 メイシーちゃんポテトチップス



356 アーモンドじゃこ 2個組



357 そば粉のかりんとう



358 ミニどら焼き



359 ミニバウムクーヘン



360 ふところ餅



361 寒天コーヒージェリー



362 豆乳ドーナツ (白蜜)2袋



363 豆乳ドーナツ (黒糖)2袋



364 天日干しざやいり落花生



366 うす塩



368 ゆで落花生「郷の香」



369 信州りんごジュース (シナノゴールド)



370 丹沢サイダー



371 国産大豆の調整豆乳



373 北海道トマト 100%(無塩)

農薬や化学肥料に頼らず作り続けて50年 かわばた園



代々受け継がれてきた静岡の茶畑で、農薬や化学肥料に頼らないお茶づくりに励んでいます。

上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴です。

若い葉を茶刈り機で収穫したお茶です。渋みの少ない香りある若芽のお茶をお楽しみください。



374 龍泉洞の水



754 ただの炭酸水



742 ミックスキャロット



735 有機ルイボスティー



375 エチゴプレミアムレッドエール



376 エチゴピルスナー

食品調味料

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

【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

【前日OK!】
 ホクレン農業協同組合連合会(北海道・札幌市)
510 てんさい糖
 北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。
 650g **450円**(税込 **486円**)
 てん菜(北海道)

旬の根菜をたっぷり入れて
スープカレーでほっこり
 幅広い使える便利なペーストタイプ
 辛さを抑えたマイルドなやさしい味わいで、素材の旨みを生かします。辛味が苦手な方やお子様におすすめ。
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
378 カレーの壺(マイルド)
 220g **580円**(税込 **626円**)
 スパイス(スリランカ、他)

カレーの壺(オリジナル)は7ページ
 スパイシーでピリッとパンチの利いた辛み。スパイスをローストしたスモーク成分が食感を高めます。約22皿分。
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
379 カレーの壺(スパイシー)
 220g **580円**(税込 **626円**)

保存料・化学調味料不使用
万能!甘辛調味料
 スリランカ産マンガの果肉を、スパイスや酢、砂糖と一緒に煮込んで作った。甘辛風味の万能調味料です。
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
380 チャツネ
 260g **580円**(税込 **626円**)
 マンゴー(スリランカ)

【前日OK!】
 HSコーポレーション(愛知県・豊明市)
377 ビンハオ天日塩
 昔ながらの塩田製法で、太陽と風のみで作られた天日塩です。漬物、焼物、炒め物など様々な料理に。
 1kg **920円**(税込 **994円**)
 海水(ベトナム)

くせないまろやかな味が何にでも合います。
 【前日OK!】
 創健社(神奈川県・横浜市)
519 有機純米酢
 500ml **395円**(税込 **427円**)
 米(国内産)

【特】
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
381 ペッパー 黒粗挽き
 スリランカの太陽をたっぷり浴びて育った黒こしょう。ピリッとした爽やかで野性的な辛味が特長。無農薬栽培。
 20g **350円**(税込 **378円**)
 黒こしょう(スリランカ)

【特】
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
382 ペッパー 黒ホール
 スリランカの太陽をたっぷり浴びて育った黒こしょう。ピリッとした爽やかで野性的な辛味が特長。無農薬栽培。
 20g **350円**(税込 **378円**)
 黒こしょう(スリランカ)

【前日OK!】
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
383 ココナッツミルク
 スリランカ産のココナッツを搾りました。カレー、煮込み料理などに。原材料:ココナッツミルク、グアーガム
 200ml **280円**(税込 **302円**)
 ココナッツ(スリランカ)

【前日OK!】
 プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)
384 スリカレー手作りカレーセット
 本格カレー用スパイスセット。スリランカカレーに必要なスパイスを適量揃えてパッケージしました。
 34g(4~8皿分) **470円**(税込 **508円**)
 スパイス(スリランカ、インド他)

【前日OK!】
 井ゲタ醤油(島根県・出雲市)
385 しじみだし醤油
 500ml **740円**(税込 **799円**)
 大豆(ベトナム)

【前日OK!】
 入正醤油(千葉県・東庄町)
386 入正超特選醤油「滞つくし」
 360ml **460円**(税込 **497円**)
 大豆(アメリカ、ブラジル)

【前日OK!】
 笛木醤油(埼玉県・川島町)
527 金笛減塩醤油
 600ml **540円**(税込 **583円**)
 大豆(国内産、アメリカ、カナダ)

【前日OK!】
 味の一醸造(埼玉県・狭山市)
387 味の母
 720ml **750円**(税込 **810円**)
 米(国内産)

【前日OK!】
 大和川酒造店(福島県・喜多方市)
388 料理酒「蔵の素」(契約栽培米使用)
 300ml **495円**(税込 **545円**)
 米(福島県) [放] 不検出<3.8<3.4

【前日OK!】
 経節のカネイ(兵庫県・神戸市)
389 昆布・椎茸入りだし削り
 150g **390円**(税込 **421円**)
 さほいわし・かつお(鹿児島県、熊本県、愛媛県、他)

【前日OK!】
 創健社(神奈川県・横浜市)
390 中華風だし一番
 中華料理の要となるだしのうまみを凝縮した万能だしです。野菜とオイスターのうまみを効かせた味とコク。
 8g×10 **353円**(税込 **381円**)

【前日OK!】
 日本生活協同組合連合会
546 野菜たっぷり和風ドレッシング500
 500ml **440円**(税込 **475円**)

【前日OK!】
 私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
531 マヨネーズ(キサイチ)
 全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。
 卵 330g **505円**(税込 **545円**)
 なたね(オーストラリア)

【前日OK!】
 ボールスタア(東京都・東村山市)
538 国産野菜果実中濃レストラソース
 国産の果物と野菜に、12種のスパイスと3種のピネガーを加え、芳醇な味わいに仕上げました。
 200ml **370円**(税込 **400円**)

【前日OK!】
 米澤製油(埼玉県・熊谷市)
548 圧搾一番しぼりなたねサラダ油(大)
 オーストラリア産なたねが原料の圧搾一番搾りの油。天ぷらの揚げ油としてもコシが強く、繰り返し使えます。
 1400g **1100円**(税込 **1188円**)
 なたね(オーストラリア)

【前日OK!】
 米澤製油(埼玉県・熊谷市)
550 ごま油
 450g **990円**(税込 **1069円**)
 胡麻(ナイジェリア、他)

【前日OK!】
 日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)
391 有機EXバージンオリーブ油ブレンド
 180g **1100円**(税込 **1188円**)
392 450g 2200円(税込 **2376円**)
 オリーブ(スペイン)

【前日OK!】
 創健社(神奈川県・横浜市)
546 野菜たっぷり和風ドレッシング500
 500ml **440円**(税込 **475円**)

【前日OK!】
 カラミノウラ(東京都・新宿区)
393 スンドゥップの素
 女性に大人気の韓国の鍋料理「スンドゥップ」。鍋に入れ豆腐半丁と卵1つでお手軽に本格的な味を楽しめます。
 200g(100g×2) **450円**(税込 **486円**)
 大豆・米(国内産)

【前日OK!】
 カラミノウラ(東京都・新宿区)
394 国産鶏もも肉のトマトソース煮 2袋
 柔らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチ食品にしました。
 110g×2 **800円**(税込 **864円**)
 鶏肉(国内産)

【前日OK!】
 日本生活協同組合連合会
395 おいしい赤飯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、湯せん調理可能。
 160g×3 **340円**(税込 **367円**)
 小豆(北海道)、もち米(国内産)

【前日OK!】
 農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)
399 そば粉
 500g **970円**(税込 **1048円**)
 そば(茨城県)

日本の海藻を広め、「絆」を大切に
リアス
 三陸のわかめから、北海道の昆布、日本全国の海藻を取り扱う海藻専門の加工メーカー。海藻のプロとして各現場(生産地・消費地)に赴き、顔の見える取り組みと絆を大切に、確かな目で原料を確保しています。
596 わかめご飯の素
 石巻三浜のわかめに国内産の白ごまと石川県津洲産の海塩を加えました。わかめの風味がおいしいふりかけ。
 20g **460円**(税込 **497円**)
 わかめ(宮城県)
396 おぼろ昆布
 北海道産昆布をすいたもの。おにぎりに巻いても、ラーメンや味噌汁、お吸い物にも。
 40g **370円**(税込 **400円**)
 昆布(北海道)
397 昆布ドレッシング
 北海道産真昆布を使用した海藻専門店のドレッシングです。遺伝子組換え原材料不使用。
 200ml **410円**(税込 **443円**)
 真昆布(北海道)

かまど炊きでふっくら&もっちり
どんぐりてい
 昔ながらの薪をつかった「かまど」で蒸して作ります。かまど炊きでふっくらもっちり。噛めば噛むほど、口の中に自然な甘さが広がる「のし餅」をお届けします!
398 どんぐりていののし餅 1枚
 茨城県産のもち米で、どんぐりていのお母さん達が作りました。噛めば噛むほど、自然な甘さが広がります。
 1kg **1080円**(税込 **1166円**)
 もち米(茨城県)

664 ハヤシライス
 創健社 (神奈川県・横浜市)
 国産小麦粉を使用したハヤシライス。5皿分。
 115g **340円**(税込**367円**)

401 ホワイトソース
 せいふてい (神奈川県・横浜市)
 フレーク状のルー。グラタンやシチュー等に。牛脂は素性の確かなものを使用。
 150g **280円**(税込**302円**)
 小麦 (国内産)

577 チキンコンソメ
 コープ自然派事業連合
 国産鶏を原料にした、化学調味料不使用のコンソメパウダー。湯をそそいでスープ、煮込み料理のベースに。
 80g(4g×20) **348円**(税込**376円**)

402 月桂樹(ローリエ)
 庄内協同ファーム (山形県・鶴岡市)
 半乾燥でお届け。香りが少なく感じられませんが、乾燥させたり調理すると清々しく香り立ちます。無農薬。
 13枚 **185円**(税込**200円**)
 月桂樹 (山形県) [放]不検出<4.4<4.1

あったか簡単麺
 味噌煮込みうどんがノンフライ麺にリニューアルして再登場!
 桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)
 国内産小麦粉を麺に使用し、ノンフライで乾燥させています。コクのある味噌との出会いをお楽しみください。
 1袋 **403円**(税込**430円**)
 94g **148円**(税込**160円**)
404 5袋 **694円**(税込**750円**)
 94g×5 **694円**(税込**750円**)
 小麦 (北海道)

626 国産パン粉
 桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)
 岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。
 200g **265円**(税込**286円**)
 小麦 (岩手県) [放]不検出<1.0<1.0

621 薄力粉
 江別製粉 (北海道・江別市)
 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「ホクシン」。
 1kg **349円**(税込**377円**)
 小麦 (北海道)

635 パスタ
 江別製粉 (北海道・江別市)
 北海道産100%。一般品より軟らかな食感で、スープ仕立てや和風の味付け向き。
 200g **190円**(税込**205円**)
 小麦 (北海道)

668 スイートコーンドライパック
 ニチロ十勝食品 (北海道・更別村)
 北海道十勝産のもぎたてのスイートコーンの味と香りを逃さないように、短時間で缶詰にしました。
 110g×2 **280円**(税込**302円**)
 スイートコーン (北海道)

日本初のRSPO認証ラーメン
639 さくらのラーメン
 桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)
 麺は国内産の小麦粉を使用、かんすいは不使用です。天日塩のまろやかな味にチキンエキスを加えました。
 99g×5 **725円**(税込**783円**)
 小麦粉 (国内産)
405 さくらのラーメン
 桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)
 麺は国内産の小麦粉を使用、無かんすいは不使用です。魚介と肉エキスをベースに、飽きのこないあっさり醤油スープです。
 99g×5 **725円**(税込**783円**)
 小麦粉 (国内産)

622 片栗粉
 川光商事 (東京都・中央区)
 北海道産馬鈴薯澱粉100%使用。とろみが強く透明度があります。あんかけ、とろみづけ、唐揚げに。
 400g **210円**(税込**227円**)
 じゃがいも (北海道)

406 山菜味くらべ
 長野森林組合 (長野県・長野市)
 山ふき、わらび、しいたけ、姫竹をうすく味付けし、ビン詰めしました。長野の地産産を中心に国産原料を使用。
 140g **200円**(税込**216円**)

674 国産いわししょうゆ味
 信田伍結 (千葉県・銚子市)
 まいわしを天然醸造醤油とさき糖で薄味に仕上げました。1缶3尾前後。
 100g×2 **386円**(税込**416円**)
 いわし (国内産)

673 国産いわし油漬け
 信田伍結 (千葉県・銚子市)
 真いわしを、紅花油と塩で油漬けにし、唐辛子でアクセントをつめました。
 100g×2 **386円**(税込**416円**)
 いわし (国内産)

408 京都山田炒りごま(白)
 山田製油 (京都府・京都市)
 白ごま(グアテマラ、ニカラグア、モザンビークなど)
 50g **250円**(税込**270円**)
409 京都山田炒りごま(黒)
 山田製油 (京都府・京都市)
 黒ごま(ミャンマー、パラグアイなど)
 50g **250円**(税込**270円**)

葛湯であったか!
 林檎をすって、風邪予防に梅エキスを少し入れても

410 玉三本葛
 川光商事 (東京都・中央区)
 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**

411 梅エキス
 大紀コープファーム (奈良県・五條市)
 大紀コープファームの青梅100%。梅汁をとり、それを8~10時間煮詰めたもの。疲労回復、整腸作用があります。
 65g **1860円**(税込**2009円**)
 通常税込**2030円**
 梅 (奈良県、和歌山県、三重県)

パン作りに!
 ホットケーキミックスで黒糖や小豆を使って蒸しパン作りも!
 あずきの蒸しパン

624 ホットケーキミックス(無糖)
 桜井食品 (岐阜県・美濃加茂市)
 岐阜県産の農林61号小麦を使用。膨張剤に重曹を使用し、砂糖は使っていませんので、お好みで甘味を加えて。
 400g **350円**(税込**378円**)
 小麦 (岐阜県)

413 波照間島特産黒糖ふんまつ
 沖繩物産企業連合 (沖縄県・那覇市)
 沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。
 200g **300円**(税込**324円**)
 さとうきび (沖縄県)

412 一味
 向井珍味堂 (大阪府・大阪市)
 国産のとうがらしを職人がていねいに煎り上げました。浅煎りと深煎りを絶妙なバランスでブレンド。
 20g **375円**(税込**405円**)
 唐辛子 (国内産)

636 挽きたてのざるそば
 北館製麺 (岩手県・八幡平市)
 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。茹で時間約4分。
 200g×2 **500円**(税込**540円**)

638 もっちりつるっこ
 三上製麺 (埼玉県・所沢市)
 埼玉県の小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるりとした喉越しのうどんにしました。
 300g×2 **470円**(税込**508円**)
 小麦 (埼玉県、他) [放] ¹³⁷Cs=5.1

619 パン用粉(強力粉)
 アルファフードスタップ (愛知県・名古屋)
 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。
 1kg **420円**(税込**454円**)
 小麦 (北海道)

414 白神こだま酵母
 サラ秋田白神 (東京都・八王子市)
 白神山地から発見された、純天然酵母。無添加の酵母で発酵力に優れ、本格的なパンを短時間で焼き上げます。
 10g×5 **680円**(税込**734円**)

669 ゆであずき(北海道)
 日本生活協同組合連合会
 北海道小豆100%使用。糖度を38~42%におさえました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。
 190g **155円**(税込**167円**)
 小豆 (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。
778 粉せっけん
 せっけんの街 (千葉県・柏市)
 廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。
 2kg **730円**(税込**803円**)

415 本体
 せっけんの街 (千葉県・柏市)
 台所用液体せっけん おれんじ
 300ml **320円**(税込**352円**)
416 詰替用
 650ml **420円**(税込**462円**)
 ボトル2本分でおトク

894 ミニ 40m
 日本生活協同組合連合会
 ポリエチレンラップ
 22cm×40m **100円**(税込**110円**)
895 レギュラー 40m
 30cm×40m **110円**(税込**121円**)

環境にもお肌にも優しい化粧品
アーダブレーン
 1986年の創業以来、「お肌にやさしい製品は、環境にもやさしい。」に基づき、石油系の界面活性剤や香料など、一切使用しない無添加の製品をお届けしています。お肌に有用な成分を届けるために、不必要な成分を入れない「積極的な無添加」を貫いています。
赤ちゃんや敏感肌の方も使えます
 高純度ワセリンにCBD(カンナビジオール)の茎から抽出された成分で、食用・化粧品とも世界中でその効果が注目されています。この製品に使われるCBD原料については、ヨーロッパ基準のGMP製造、ドイツオーガニック認証CERES、HACCP認証を受けたものだけを使用しています。
428 インアールセンシティブシールド
 クリスタル(保湿クリーム)
 約20g **3330円**(税込**3663円**)
 通常税込**4070円**

857 パックス化粧石けんE
 太陽油脂 (神奈川県・横浜市)
 無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。
 95g×3 **260円**(税込**286円**)

892 ワンタッチコアレス
 丸富製紙 (静岡県・富士市)
 トイレットペーパー
 130m×6ロール **480円**(税込**528円**)

899 レギュラー 40m
 日本生活協同組合連合会
 ポリエチレンラップ
 30cm×40m **110円**(税込**121円**)

428 インアールセンシティブシールド
 クリスタル(保湿クリーム)
 約20g **3330円**(税込**3663円**)
 通常税込**4070円**

お祭り特価市!

価格はそのまま
50g増量
よつ葉 **シュレッドチーズ**
よつ葉ナチュラルチーズ(エダマメ、モッツァレラ)100%。セルロース(結着防止剤)不使用。

よつ葉乳業(北海道・音更町)

417 よつ葉シュレッドチーズ(増量)2個組
冷蔵 90日 乳

(250g+50g)×2 **1096円(税1184円)** 通常税込1242円

生乳(北海道)

たっぷり白身小魚と豆腐を使用。魚独特の匂いが残らないようスパイスを使い、ナゲット風に仕上げました。

418 バクバクなぎょっと
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

凍 180日 米大 160g(8個) **292円(税315円)** 通常税込335円

カナガシラ(国内産)

大進食品(神奈川県・横浜市)

419 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 卵大小 18g×25 **537円(税580円)** 通常税込613円

豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0

まるやか&スパイスも
しっかり!

秋川牧園(山形県・山形市)

420 骨付きタンドリーチキン
秋川牧園のプレーンヨーグルトをベースにカレー味のソースを絡めた手羽元。オーブンかフライパンで焼いて。

凍 乳米 500g **616円(税665円)** 通常税込725円

鶏肉(国内産)

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)

421 芽吹き屋 黒豆塩大福 2個組
岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地にもち米の粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍 米大 4個220g×2 **716円(税774円)** 通常税込864円

黒豆(岩手県)

使いやすいポリ容器入り
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)

422 ミャンマー産ひまわりはちみつ
350g **530円(税572円)** 通常税込594円

はちみつ(ミャンマー)

もち米は庄内産のでわもち。減農薬・無化学肥料栽培。

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

423 玄米丸もち
90日 米 500g **610円(税659円)** 通常税込697円

玄米もち米(山形県) [放]不検出<1.5<1.4

やまこみそ(茨城県・守谷市)

424 やまこ味噌(濃・中辛)
国産原料を使用し、1年熟成させました。塩分11%。原材料:米、大豆、塩

冷蔵 120日 米大 1kg **610円(税659円)** 通常税込678円

米、大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.5

ランチオンミートを使って
おにぎらず

金庄(千葉県・船橋市)

425 徳用 千葉産石焼のり
草の目がタテ目に入っているのが千葉のりの特長。熱した石を使い、低温で時間をかけてじっくり焼きました。

90日 全型20枚 **580円(税626円)** 通常税込646円

のり(千葉県) [放]不検出<4.0<4.4

煮物や汁物、カレーは洗ってそのまま加熱OK

リアス(千葉県・船橋市)

426 大牧農場の元気な打ち豆
北海道産の大豆を調理しやすいよう打ち豆にし乾燥したもの。サラダや炒め物、酢の物はサッとゆがいて使用。

90日 米大 150g **250円(税270円)** 通常税込286円

大豆(北海道)

本誌初登場!!

21世紀コーヒー(埼玉県・川回市)

427 いつもの珈琲(粉)
アラビカ種のみを使いそれぞれ別々に焙煎してからブレンドするアフターブレンド製法。飽きのこない風味。

200g×2 **736円(税795円)** 通常税込820円

コーヒー豆(ブラジル、コロンビア、ペルー)

赤ちゃんや敏感肌の方も使えます

高純度ワセリンにCBD(カンナビジオール)を配合。乾燥が気になる部位に塗布して。全身に使えます。

原材料:ワセリン、カンナビジオール

アーダブレーン(東京都・清瀬市)

428 インアールセンシティブシールドクリスタル(保湿クリーム)
約20g **3330円(税3663円)** 通常税込4070円

今年の新物をお届けしました!

おつまみも一緒に

毎年好評の井筒生ワイン
味見企画! 同じ原料から作った葡萄ジュースも♪

国産 井筒生ワイン

酸化防止剤無添加 ※イメージ

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

429 赤 720ml **1635円(税1799円)** 通常税込1870円

430 白 720ml **1635円(税1799円)** 通常税込1870円

ぶどう(長野県)

ほのかな酸味のチェダーと
まるやかな味わいのゴーダ

よつ葉乳業(北海道・音更町)

434 よつ葉チェダーチーズ&ゴーダチーズ
十勝の生乳を使って熟成させたセミハードタイプのナチュラルチーズ。チェダーとゴーダのセット。

冷蔵 90日 乳 各100g **598円(税646円)** 通常税込694円

生乳(北海道)

よつ葉乳業(北海道・音更町)

435 よつ葉カマンベールチーズ
非遺伝子組換え原料の原料乳。表面に白カビを繁殖させて熟成させました。

冷蔵 180日 乳 90g **398円(税430円)** 通常税込448円

生乳(北海道)

新鮮な完熟コンコードぶどうで作った果汁100%ストレートジュース。開栓後は冷蔵庫で保存してください。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

431 井筒 グレープジュース 赤
1000ml **914円(税987円)** 通常税込998円

ぶどう(長野県)

新鮮な完熟りんごで造ったりんご果汁100%ストレートジュースです。信州産りんご100%使用。

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

433 井筒 アップルジュース
1000ml **807円(税872円)** 通常税込893円

りんご(長野県)

この1袋にナッツのおいしさを詰め込みました

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区)

436 よくばりナッツ
原材料:くるみ、アーモンド、ピスタチオ、カシューナッツ

90日 80g **563円(税608円)** 通常税込626円

ナッツ(アメリカ、スリランカ)

山九水産(山口県・長門市)

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

冷蔵 90日 (40g×3)×2 **550円(税594円)** 通常税込644円

魚肉(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

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。

パスタにしても美味しい!

創健社(神奈川県・横浜)

438 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562円)** 通常税込584円

さば(長崎県、他)

「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オンミートです。発色剤、保存料は使用なし。

沖縄物産企業連合(沖縄県・那覇市)

439 らくちん沖縄ポーク(ランチオンミート)
140g **340円(税367円)** 通常税込378円

豚肉(沖縄県)、鶏肉(国内産)

アレルギー表示

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

「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が有ることをいいます。

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!