

# 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  
**josso**  
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

2022年1月3回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	10	11	12	13	14
定番品 のお届け	17	18	19	20	21
特別企画品 のお届け	24	25	26	27	28



どれが入るかはお楽しみ♪

おまかせ  
3種!!

特

ふるさと

飛鳥食品 (東京都・江戸川区)

8 飛鳥の中華点心 福袋

凍 120日 豚乳米大

人気の中華点心から、黒豚水餃子15個250g、手作りミニ肉まん5個250g、手作り帆立シューマイ6個192g、カレーまん3個270gのうち3つをセット。

おまかせ3種 1292円(税) 1395円(税込) 通常税込1500円



飛鳥食品の皆さん

豚肉・小麦 (国内産)



特

初売りお年玉企画!

当りの方にはプラス一品♪



丸和食品の皆さん



定番商品の押し豆腐220g、厚揚2個、京がんも7個をセットにしました。

3種 640円(税) 691円(税込) 通常税込707円

丸和食品 (東京都・練馬区)

9 丸和の新春初夢セット

冷 賞届いて4~21日 大豆 (国内産)

保存料、着色料等の化学調味料不使用

安心の定番 ハムソーセージセットがお買い得!



鎌倉ハムの人気商品をお得なセットで。ロースハムスライス、バラベーコンスライス、あらびきウインナーのセット。



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

10 鎌倉 新春お祝いセット

冷 15日 3種230g 685円(税) 740円(税込) 通常税込745円

※イメージ



お湯かけ麺の5種(しょうゆ、しお、わかめそば、わかめうどん、カレーうどん)セット。お湯を注いで3分で出来上がり。



創健社 (神奈川県・横浜市)

12 お湯かけ麺 5種アソートセット

賞 150日 5種 850円(税) 918円(税込) 通常税込967円

## 【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。

いつものご利用に感謝して  
年明けめでたい  
**福袋**

新年を祝い、常総生協の各生産者から嬉しい福袋(詰合せ)生産者の“おまかせ”商品もありますが、どれもお得なものばかり♪ ぜひお楽しみください。

ひたちなか「塩屋」からお楽しみ福袋♪

職人技の目利きで  
確かな品質

冷凍あさり200g、冷凍しじみ200g、冷凍ホンビノス貝200g、冷凍ハマグリ3個、国産柳蛸150g、無添加たらこ(切り込)60g、無添加明太子(切り込)60gの中から3~4品を詰め合わせます。



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

11 塩屋のお楽しみ福袋

凍 30日 3~4品入 980円(税) 1058円(税込) 通常税込1404円

コミュニティレードで生産者とつながる

プレス・オルターナティブのチョコを詰め合わせにしました



プレス・オルターナティブ (東京都・目黒区)

13 プレス・オルターナティブのチョコ福袋

冷 5種205g 1910円(税) 2063円(税込) 通常税込2160円

若干のスレキズがありますが、味は抜群!



カタログ定番商品で取り扱っているサンふじりんごを若干のスレキズや大小無選別を詰めたボリュームパックでお届け!袋掛けせず、サン(太陽)の光をたっぷり浴びた美味しりんごをご賞味ください。

はなうた家 (長野県・麻績村)

14 はなだしりんご(サンふじ)

1.5kg(5~7玉) 980円(税) 1058円(税込)

若干のスレキズがありますが、味に問題はありません。ネオニコチノイド系農薬・除草剤等不使用。

放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県	[放] 不検出 <1.1 <0.9
茨城県	[放] <sup>137</sup> Cs=7.5
宮城県	[放] <sup>137</sup> Cs=9.4 <sup>134</sup> Cs=3.6

今週のおすすめ

切り方によって美味しさが変わる!  
高柳さんの絶品れんこん



もちもちした食感が特徴の高柳さんのれんこん。天ぷらや煮物としていたいたくのはもちろん美味しいですが、私のおすすめの食べ方は豚肉で半月切りにしたれんこんと大葉を巻いて、フライパンで焼く。味付けは塩こしょうで、とっても美味しいですよ!ぜひお試しください!

微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)  
15 高柳さんのれんこん  
400g 460円(税込497円) 通常税込518円  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5

はじける香りとあふれる果汁

香りもよく、種も少ない極めて良質の枝変わり「いよかん」は、今では愛媛県産が8割以上を占める特産品です。外皮を剥いたとたんに広がる爽やかな香りが最大の特徴です。みずみずしくプリプリとした大粒果肉の中には、甘酸っぱい果汁が滴り落ちる程たっぷり!



無茶々園(愛媛県・西予市)  
16 無茶々園の伊予柑  
1kg 480円(税込518円)  
愛媛県

藤嶋さんがしらぬいを止めてでも作りたい品種  
甘い&プチプチ食感の天草エクセレント

しらぬい(デコボン)でお世話になっている藤嶋さんが「しらぬい」を超える品種だ!というほどの品種「天草エクセレント」。温州みかんのように手で剥くことができ、甘みも抜群、プチプチした食感も楽しめます。



熊本県



無茶々園(愛媛県・西予市)  
18 無茶々園のポンカン  
1kg 554円(税込598円)  
19 3kg 1550円(税込1674円)  
愛媛県



渥美農園(静岡県・浜松市)  
20 渥美さんの温州みかん  
約800g(7~13玉) 398円(税込430円)  
21 2kg 780円(税込842円)  
静岡県



江川農園(神奈川県・小田原市)  
22 江川さんの青島みかん  
1kg 380円(税込410円)  
23 5kg 1800円(税込1944円)  
神奈川県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



江川農園(神奈川県・小田原市)  
24 江川さんのキウイフルーツ  
500g 450円(税込486円)  
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4



組合員さんからのクチコミ  
江川さんのキウイ本当に甘くて美味しいです。市販ではないくらい甘いと思います。(Hさん)



安心の無農薬栽培レモン  
親子3代にわたり農薬を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。



赤羽根さん(栃木県・壬生町)  
25 赤羽根さんのキウイフルーツ  
200g(3~4玉入り) 260円(税込281円)  
栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



おきたま興農舎・本田さん(山形県・高島町)  
26 りんご(ふじ)  
3玉 420円(税込454円)  
山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8



竹村さん(茨城県・かすみがうら市)  
27 竹村さんのいちご  
200g×2 880円(税込950円)  
茨城県



松永農園(静岡県・静岡市)  
28 松永さんのレモン  
400g 410円(税込443円)  
29 1kg 824円(税込890円)  
静岡県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



組合員さんからのクチコミ  
無農薬のレモンは貴重!ハチミツにつけても、塩レモンにしても、紅茶に入れても、なんの心配もいらない特別なレモン。半分は切ったら果肉が盛り上がるジュシーさはレモン耐ハイでも美味しいです。(Mさん)



もちりした食感と甘味が◎  
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)  
30 パナナ  
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。  
約450~600g 310円(税込335円)  
ペルー(トゥンベス地域)



大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)  
31 しょうが  
100g 165円(税込178円)  
高知県



榎谷さん(熊本県)  
32 にんにく  
約100g 220円(税込238円)  
熊本県



作本さん(熊本県・熊本市)  
33 大葉  
10枚 145円(税込157円)  
熊本県



上野さん(栃木県・上三川町)  
34 ニラ  
1束(約100g) 130円(税込140円)  
栃木県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
35 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



36 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



藤嶋さん(熊本県・天草市)  
37 きゅうり  
3本 230円(税込248円)  
熊本県



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



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



今村さん(北海道・栗山町)  
40 初恋スマートミニトマト  
平均糖度8~10度のフルーツ感覚のミニトマトです。ヘタの取れた果実も入ります。減農薬栽培。  
約180g 276円(税込298円)  
北海道



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



42 トマト(龍舌系)  
約穀、鶏糞、米糠に島本微生物の酵素資材を加えたものを使用。減農薬栽培。  
450g 570円(税込616円)  
熊本県・栃木県



イバラキ食品(茨城県・石岡市)  
43 もやし  
250g 52円(税込56円)  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



たちばなファーム・岩井さん(静岡県・浜松市)  
44 菜花  
新芽の部分を若菜とともに摘み取りました。寒さが、甘く、ほんのり苦味のある美味しい菜花を育てます。減農薬栽培。  
150g 160円(税込173円)  
静岡県



あゆみの会・関さん(茨城県・茨城町)  
45 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



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
46 長島さんの小松菜  
貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。  
1束(約200g) 176円(税込190円)  
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



浅野さん(茨城県・常総市)  
47 浅野さんのほうれん草  
秋口はトンネル、以降は露地栽培。人參でおなじみ、常総市の浅野さんより。農薬無散布。  
1束 約200g 190円(税込205円)  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



木村農園(茨城県・つくば市)  
48 木村さんのターサイ  
クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。減農薬栽培。  
1株 160円(税込173円)  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8



福山さん達 (宮城県・新富町)

**49 ピーマン**

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g **194円**(税込**210円**)

宮城県



岡安さん達 (愛知県・幸田町)

**51 芽キャベツ**

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

約130g **210円**(税込**227円**)

愛知県



井上さん (埼玉県)、岩下さん達 (熊本県)

**55 サラダスナップ**

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

約100g **276円**(税込**298円**)

埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



木村農園 (茨城県・つくば市)

**61 木村さんのかぶ**

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

1束(4~5玉) **183円**(税込**198円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



木村農園 (茨城県・つくば市)

**67 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



まごころの里 (北海道・美幌町)

**73 じゃがいも (サッシー)**

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

700g **230円**(税込**248円**)

北海道



微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)

**50 ブロccoli**

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

1個 **276円**(税込**298円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



木村農園 (茨城県・つくば市)

**52 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



木村農園 (茨城県・つくば市)

**56 木村さんの白菜**

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

1個 **250円**(税込**270円**)

茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5



※イメージ やさとの仲間 (茨城県・石岡市)

**53 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



飯野農園 (茨城県・つくば市)

**54 飯野さんの野菜セット (固定種・在来種)**

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。

3品 **598円**(税込**646円**)

茨城県



井上さん (埼玉県・美里町)

**57 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、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。

約350g **240円**(税込**259円**)

埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



上野さん達 (栃木県・上三川町)

**58 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



あゆみの会・村野さん達 (鹿児島県・中種子町)

**63 みつき(安納紅)**

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

500g **400円**(税込**432円**)

鹿児島県



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)

**64 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 **250円**(税込**270円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

畑そのままに **2022年新規契約者募集中です!** 1回の「お試し」からでもOK!! キッズ対象

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



三須さん達 (千葉県・富里市)

**59 大根**

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1本(900g以上) **198円**(税込**214円**)

千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



木村農園 (茨城県・つくば市)

**60 木村さんの大根**

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

1本 **210円**(税込**227円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



さんさんファーム・宮下さん達 (長野県・松川町)

**65 干し柿(市田柿)**

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

7~8個200g **798円**(税込**862円**)

長野県



あゆみの会・白鳥干しいも生産組合 (茨城県・鉾田市)

**66 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。

60日 150g **598円**(税込**646円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.9



木村農園 (茨城県・つくば市)

**69 木村さんのごぼう**

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やさんぴらに。減農薬栽培。

400g **198円**(税込**214円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



浅野さん (茨城県・常総市)

**70 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



木村農園 (茨城県・つくば市)

**71 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 **250円**(税込**270円**)

茨城県 [放] 不検出 <0.8 <0.8



無茶々園 (愛媛県・西予市)

**72 無茶々園の人参**

期間限定のお楽しみです。柑橘でおなじみの無茶々園の人参です。農薬無散布。

1kg **430円**(税込**464円**)

愛媛県



渡部さん (北海道・上士幌町)

**75 1kg**

**330円**(税込**356円**)

**76 3kg**

**940円**(税込**1015円**)

北海道



まごころの里 (北海道・栗山町)

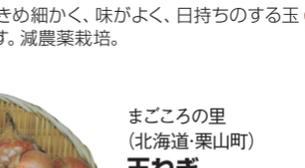
**77 1kg**

**230円**(税込**248円**)

**78 3kg**

**630円**(税込**680円**)

北海道



まごころの里 (北海道・栗山町)

**79 山田さんのしめじ**

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

200g **250円**(税込**270円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



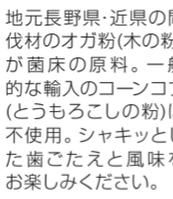
山田さん (茨城県・つくば市)

**79 山田さんのしめじ**

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

200g **250円**(税込**270円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



丸金 (長野県・長野市)

**80 えのき茸**

200g **208円**(税込**225円**)

**81 ブラウン えのき茸**

200g **218円**(税込**235円**)

長野県



安田さん (福島県・郡山市)

**82 安田さんのなめこ**

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

70g **115円**(税込**124円**)

福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



村上さん (栃木県・高根沢町)

**83 舞茸**

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

100g **196円**(税込**212円**)

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

**84 エリンギ**

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

100g **261円**(税込**282円**)

三重県



なかのきの園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

**85 A品**

100g **210円**(税込**227円**)

**86 B品**

200g **225円**(税込**243円**)



原本栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものは風味・香り共に違いますが、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



最新の放射能検査結果は職員のおすめの裏面をご覧ください

# 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)

## 87 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

## 88 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)

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

## 89 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)

ビールのおつまみ、おやつにも♪



日本生活協同組合連合会

## 90 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。塩味がついていし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)

### 貴重な国産たけのこ



ニッカンフーズ (犬分県・日田市)

## 91 たけのこ水蒸(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。

冷 300g **475円** (税込 **513円**)  
たけのこ (国内産)



菊田商店 (東京都・練馬区)

## 92 煮豆 金時豆

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

冷 150g **260円** (税込 **281円**)  
大正金時豆 (北海道)



大紀コブファーム (奈良県・五條市)

## 93 小梅干し

大紀の小梅を低農薬栽培のしそ、沖縄の塩で漬けた梅干し。天日干しをしています。塩分16~18%。

冷 120g **420円** (税込 **454円**)  
梅 (奈良県、和歌山県、三重県)



## 94 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。

冷 120g **425円** (税込 **459円**)  
瓜 (徳島県)、守口大根 (愛知県)



とみき漬物 (長野県・野沢温泉村)

## 95 昔ながらのうまい菜っぱ

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

冷 300g **480円** (税込 **518円**)  
野沢菜 (国内産)

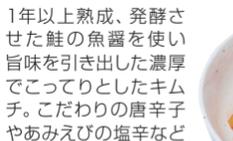


趙さんの味 (宮城県・仙台市)

## 96 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)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

## 97 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ておきました。

冷 200g **370円** (税込 **400円**)  
大根 (国内産)



趙さんの味 (宮城県・仙台市)

## 98 趙さんの味 水キムチ

豊富な乳酸菌が腸内環境を整えます。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、お好みの酸味でどうぞ。

冷 300g **500円** (税込 **540円**)  
白菜 (国内産)



士別農園 (北海道・士別市)

## 99 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。

冷 150g **330円** (税込 **356円**)  
きゅうり・白瓜・他野菜 (北海道)



士別農園 (北海道・士別市)

## 100 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。

冷 400g **370円** (税込 **400円**)  
米 (北海道)



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。

## 101 500g 735円 (税込 794円)

## 102 1kg 1350円 (税込 1458円)

米ぬか (栃木県・茨城県) [放] 不検出 <0.7 <0.6

## 魚はもちろん パスタにも ピリ辛味で食欲そそる 万能調味料



農業不使用の青唐辛子、農園で作った米麹、醤油を同量ずつ漬けたもの。あったかご飯や焼肉、冷奴に。

士別農園 (北海道・士別市)

## 103 士別農園の三升漬

冷 200g **420円** (税込 **454円**)  
青唐辛子 (北海道)

## お米

注文书の6ヶタ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。

金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円  
で試算した場合です

ごはん1杯 **31円**

菓子パン1つ (ごはん3.9杯) **120円**

カップラーメン1つ (ごはん6.5杯) **200円**

ペットボトル1本 (ごはん4.9杯) **150円**

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)

JA常総ひかり・東町特裁米組合 (茨城県・常総市)

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**)

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。

### 山形・おきたま興農舎

502041 つや姫(白米) **1630円** (税込 **1760円**)

502042 つや姫(玄米) **1565円** (税込 **1690円**)

502043 つや姫(胚芽精米) **1690円** (税込 **1825円**)

502045 ひとめぼれ(胚芽精米) **1250円** (税込 **1350円**)

おきたま興農舎 (山形県・高島町)

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

### 宮城・黒澤さんのひとめぼれ (今搗米)

無農薬

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年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

### 宮城・黒澤さんのコシヒカリ

無農薬

502015 白米 5kg **3500円** (税込 **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)

### 白米・胚芽米に3割ほど混ぜてご利用下さい

自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎町)

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

自然薬方研究所 薬方堂 (茨城県・龍ヶ崎町)

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

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

無農薬

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)

3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。注文を受けてからもみ搗、精米をしてお届けします。

### 宮城・黒澤さんのササニシキ

無農薬

502020 白米 5kg **3500円** (税込 **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 **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)

## 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	おきたま興農舎	ひとめぼれ	検査中	検査中
		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。

### 高知県 黒潮町

## ひと足早く 早春の魚をお届け!

土佐佐賀産直出荷組合  
土佐佐賀産直出荷組合のみなさん

**特**

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

組合員さんからの **クチコミ**  
土佐のお魚セット、とてもおいしくて大好きです。このあたりのスーパーであまり売っていないお魚を入れてもらえると嬉しいです。(つくばみらい市: Mさん)

**104 土佐の色々セット(2種セット)**  
凍(賞)40日 2種400g以上 **880円(税込950円)** (通常税込972円)

調理イメージ 解凍後、炒めた野菜と混ぜ合わせるだけ!

**105 ぶり甘酢あんかけ** (約2人前)  
天然ぶり切身に衣を付けてカラッと揚げ、オリジナル調味液に漬け込んだ、調理済甘酢あんかけです。  
凍(賞)90日 米(大)小 140g(固形70g 調味液70g) **550円(税込594円)**  
ぶり(高知県)

調理例 解凍後、お好みの野菜と混ぜ合わせるだけ!

**106 自身魚のケチャップ煮** (約2人前)  
土佐沖で捕れたシラを食べやすい大きさの切り身にして、特製こだわり調味液でケチャップ煮にしました。  
凍(賞)90日 米(大)小 140g(固形70g 調味液70g) **550円(税込594円)**  
シラ(高知県)

砂糖を使わない 西京漬

**107 寒さば西京漬**  
長崎産の脂のりの良い真さばを使用。鳴門魚類特製の西京味噌床に2日間漬け込み、熟成させました。  
凍(賞)30日 米(大) 片身2枚 180g以上 **460円(税込497円)** (通常税込518円)  
真さば(長崎県)

粕好きも納得の 味わい!

**108 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時間漬け込んだ本仕込みの粕漬です。  
凍(賞)180日 米 2切(約140g) **448円(税込484円)** (通常税込497円)  
赤魚(アイスランド)

水温熟成で 旨味が増えています!

**109 水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(賞)180日 米(大)小 4切 220g **430円(税込464円)** (通常税込486円)  
シルバー(主にニュージーランド)

## 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してください

**110 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(賞)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

**111 酒沼のしじみ(冷凍)**  
全国でも有数の産地、地元酒沼より新鮮度のまま冷凍してお届けします。  
凍(賞)30日 200g **393円(税込424円)**  
やまとしじみ(茨城県) [放]不検出<3.6<3.8

**112 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(賞)180日 300g **298円(税込322円)** (通常税込378円)  
からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)

さんま&あじの定番2種セット!

**113 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(賞)30日 さんま2枚、あじ2枚 **555円(税込599円)** (通常税込626円)  
さんま(国内産)、あじ(オランダ)

**114 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(賞)30日 4枚210g以上 **548円(税込592円)**  
真あじ(佐賀県)

**115 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しました。解凍して焼いてどうぞ。  
凍(賞)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)

小ぶりですが、さんまの旨味が しっかり味わえます

**116 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(賞)180日 米(大)小 4尾150g **395円(税込427円)**  
さんま(岩手県)

**117 さば一夜干し 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(賞)120日 片身2枚200g **398円(税込430円)**  
真さば(ノルウェー)

**118 さば一夜干し 3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(賞)120日 片身3枚300g **588円(税込635円)**  
真さば(ノルウェー)

夕食にちょうどいいサイズ!

**119 雄武産秋鮭みりん漬**  
北海道雄武産の銀毛秋鮭を、鳴門魚類で独自調合した塩みりに漬け込みました。とてもまろやかです。  
凍(賞)30日 米(大)小 140g(2切) **548円(税込592円)**  
秋鮭(北海道)

中辛

**120 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(賞)180日 2切140g **425円(税込459円)**  
紅鮭(ロシア)

甘塩

**121 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切**  
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすくて1切約55gにしました。甘塩です。  
凍(賞)180日 3切165g **530円(税込572円)**  
紅鮭(ロシア)

**122 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩)**  
北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。  
凍(賞)30日 70g×3 **548円(税込592円)**  
秋鮭(北海道)

**123 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(賞)30日 片身2枚200g **398円(税込430円)**  
真さば(長崎県、佐賀県)

骨がないから食べやすい! お子さんにも おすすめです!

九州近海(五島・対馬海域)で寒の時期に漁獲した大型のぶりを切身にし、さらに食べやすくブツ切にしました。骨も除去してあるので、小さなお子様にも安心。お弁当にも使いやすいサイズです。

原料の寒ぶりとお工場長の鈴江さん

**124 天然寒ぶりブツ切**  
凍(賞)30日 200g **598円(税込646円)** (通常税込670円)  
ぶり(九州近海)

ぶりのバター醤油ソテー

**125 真あじフィーレ** (5~8枚)  
凍(賞)30日 片身5~8枚前後 200g **440円(税込475円)**  
真あじ(長崎県)

煮付けでどうぞ

**126 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(賞)180日 2切200g **390円(税込421円)**  
浅羽かれい(アラスカ)

**127 子持ち浅羽かれい切身(3切)**  
凍(賞)180日 3切300g **554円(税込598円)**

**128 塩さんま**  
さんまの頭と内臓をとり、1尾ずつの個包装にしました。必要な量だけ使えて便利です。  
凍(賞)180日 75g×3 **480円(税込518円)**  
さんま(北海道、三陸) [放]不検出<3.8<3.5

**129 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(賞)180日 4切320g **480円(税込518円)**  
さば(国内産)

水産品の放射能検査について

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

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

七味マヨを添えて!



共和水産 (岩手県・宮古市)

**130** 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 180g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**

すめいか (三陸北部沖)

しめさば、しめさば昆布締め、かぶら漬のセット



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

**131** 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 米 大小 3枚 300g **680円** (税込 **734円**) 通常税込 **754円**

さば (国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.4

1月17日は 冬土用の入り うなぎ屋さん応援! 高知県・四万十市 加持さんのうなぎ



加持養鰻場 (高知県・四万十市)

**132** 加持さんのうなぎ蒲焼

凍 180日 米 大小 130g+タレ15cc +粉山椒 **2100円** (税込 **2268円**) 通常税込 **2349円**

うなぎ (高知県)

**133** 静岡県産 蒲焼きざみうなぎ

静岡産のうなぎを関東風に蒸し、丁寧に焼き上げました。添付のたれは無着色、山椒付き。

凍 米 大小 80g 1200円 (税込 1296円) 通常税込 1350円

うなぎ (静岡県)

原材料:二ホンウナギ(静岡県産、養殖)、しょうゆ(大豆(遺伝子組み換えでないものを分別)・小麦を含む)(国内製造)、みりん、砂糖、添付たれ(しょうゆ(大豆(遺伝子組み換えでないものを分別)・小麦を含む)(国内製造)、みりん、砂糖)、添付さんしょう(さんしょう粉)(国内製造)

**134** 70g×2 70g×2 たれ・山椒付 **1960円** (税込 **2117円**) 通常税込 **2225円**

**135** 70g×3 70g×3 たれ・山椒付 **2900円** (税込 **3132円**) 通常税込 **3262円**

うなぎ (愛知県、他)

**136** 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 210g **430円** (税込 **464円**)

いか (チリ)、えび (インド)、ほたて (青森県)

**137** 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 8尾前後180g **845円** (税込 **913円**)

ブラックタイガー (インドネシア)

**138** 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 **470円** (税込 **508円**)

紅鮭 (アラスカ)

**139** 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 90g **380円** (税込 **410円**)

すけとうだらの卵巣 (ロシア)

**140** 氷温熟成 辛子明太子(切り)

厳冬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。お好み切りです。

凍 90g **380円** (税込 **410円**)

すけとうだらの卵 (ロシア)

抗生剤不使用の うなぎの安心な肝です

加持養鰻場 (高知県・四万十市)

**146** 加持さんのうなぎの肝

肝吸いや照り焼きなどでお召し上がりください。粉山椒や柚子胡椒などお好みの薬味を添えてどうぞ。

凍 60g **360円** (税込 **389円**)

うなぎの肝 (高知県)

**141** 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、凍らかく干しました。

凍 20g×3 **450円** (税込 **486円**)

しらす (遠州灘～伊勢湾)

**142** 三陸若手 いかの糸造り

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

凍 80g **448円** (税込 **484円**)

すめいか (三陸)

**143** 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 6～8粒100g **498円** (税込 **538円**)

ほたて貝柱 (北海道)

**144** 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本釣りした鰹を炭火焼きに。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群です。

凍 170g(2個) **480円** (税込 **518円**)

かつお (日本太平洋沖合北部)

**145** 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本釣りした鰹を炭火焼きにし、無添加たれに漬けました。

凍 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)

**147** こだわりさつま揚げ (磯の香)

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。

冷 3枚90g **250円** (税込 **270円**)

すけそうだら (北海道)

**148** こだわりさつま揚げ (黒ごま芋)

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

冷 3枚120g **310円** (税込 **335円**)

すけそうだら (北海道)

**149** こだわりさつま揚げ (ごぼう天)

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

冷 3枚90g **250円** (税込 **270円**)

すけそうだら (北海道)

**150** 焼ちくわ

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

冷 5本130g **260円** (税込 **281円**)

すけそうだら (北海道)

**151** 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にの煮汁、いわし魚醤で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。

冷 10本125g **320円** (税込 **346円**)

すけそうだら (北海道)

**152** 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。

凍 50g×2 **385円** (税込 **416円**)

魚肉 (愛媛県)

**153** 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。

凍 50g×2 **385円** (税込 **416円**)

魚肉 (愛媛県)、わかめ・めかぶ (宮城県)

**154** 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ると汁が良く出ます。

凍 150g **385円** (税込 **416円**)

魚肉 (愛媛県)

**155** 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ベースにふんわりした食感の練り製品。

凍 5個150g **300円** (税込 **324円**)

すけそうだら (北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.5

**156** 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の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。

凍 100g **315円** (税込 **340円**)

すけそうだら (北海道)

**157** いわしだんご

汁物に入れると美味しいダシが出ます。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 5個150g **292円** (税込 **315円**) 通常税込 **324円**

いわし (宮城県)

**158** 玉ねぎ揚げ

北海道の無リンすり身と豆腐に国産のフレッシュな玉ねぎを練りこんだ揚げ蒲鉾。レンジかオーブンで温めて。

凍 165g(5個) **305円** (税込 **329円**)

すけそうだら (北海道)

**159** わかめはんぺん

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

凍 4枚200g **350円** (税込 **378円**)

わかめ (岩手県)

**160** おでん種4種セット

従来より少量の具材で取り揃えました。(ぼたんちくわ・玉ねぎ揚げ・小魚つみれ各2個、ごぼう揚げ)

凍 4種7品227g **504円** (税込 **544円**) 通常税込 **564円**

すけそうだら (北海道)

**159** わかめはんぺん

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

凍 4枚200g **350円** (税込 **378円**)

わかめ (岩手県)

**160** おでん種4種セット

従来より少量の具材で取り揃えました。(ぼたんちくわ・玉ねぎ揚げ・小魚つみれ各2個、ごぼう揚げ)

凍 4種7品227g **504円** (税込 **544円**) 通常税込 **564円**

すけそうだら (北海道)

**159** わかめはんぺん

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

凍 4枚200g **350円** (税込 **378円**)

わかめ (岩手県)

**160** おでん種4種セット

従来より少量の具材で取り揃えました。(ぼたんちくわ・玉ねぎ揚げ・小魚つみれ各2個、ごぼう揚げ)

凍 4種7品227g **504円** (税込 **544円**) 通常税込 **564円**

すけそうだら (北海道)

**152** 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。

凍 50g×2 **385円** (税込 **416円**)

魚肉 (愛媛県)

**153** 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。

凍 50g×2 **385円** (税込 **416円**)

魚肉 (愛媛県)、わかめ・めかぶ (宮城県)

**154** 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ると汁が良く出ます。

凍 150g **385円** (税込 **416円**)

魚肉 (愛媛県)

**159** わかめはんぺん

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

凍 4枚200g **350円** (税込 **378円**)

わかめ (岩手県)

**160** おでん種4種セット

従来より少量の具材で取り揃えました。(ぼたんちくわ・玉ねぎ揚げ・小魚つみれ各2個、ごぼう揚げ)

凍 4種7品227g **504円** (税込 **544円**) 通常税込 **564円**

すけそうだら (北海道)

**160** おでん種4種セット

従来より少量の具材で取り揃えました。(ぼたんちくわ・玉ねぎ揚げ・小魚つみれ各2個、ごぼう揚げ)

凍 4種7品227g **504円** (税込 **544円**) 通常税込 **564円**

すけそうだら (北海道)



とんかつの歴史

もともと「コートレット」とは、仔牛や子羊の骨つきの肉や、その肉を使った料理を表す言葉。開国から間もない明治期の日本では、これを見よう見まねで鶏肉や牛肉を使った「カツレツ」が作られていたといえます。1890年代、銀座の「煉瓦亭」が「ポーカツレツ」と名づけた料理を売り出しました。これが、現在まで続く「とんかつ」のルーツとされています。

254円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**161 茨城県産ローズポーク肩ロース切身**

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。

冷蔵 賞6日  
2枚 200g **470円**(税込**508円**) 通常税込**513円**  
茨城県

**豚肉**

- ・中津ミート：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ・ローズポーク：ミートバル村山では村山さん自身が自分の目で見て判断した上物の精肉だけを加工してお届けしています。他にはない逸品です!

233円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**162 茨城県産ローズポークバラブロック**

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷蔵 賞6日  
300g **648円**(税込**700円**)  
茨城県



222円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**163 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。

冷蔵 賞6日  
200g **410円**(税込**443円**) 通常税込**448円**  
茨城県



308円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**164 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。

冷蔵 賞届いて3日  
300g **855円**(税込**923円**) 通常税込**929円**  
茨城県



163円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**165 茨城県産ローズポーク徳用小間切**

小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞6日  
200g × 2 **605円**(税込**653円**) 通常税込**659円**  
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**166 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、カツ等に見えるようにブロックでお届け。

冷蔵 賞6日  
500g **1030円**(税込**1112円**)  
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**167 茨城県産ローズポークバラスライス**

厚さ3~3.5mm。

冷蔵 賞6日  
250g **551円**(税込**595円**)  
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**168 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。

冷蔵 賞6日  
250g **528円**(税込**570円**)  
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**169 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。

冷蔵 賞6日  
150g × 2 **460円**(税込**497円**)  
茨城県



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山  
**170 茨城県産ローズポーク挽肉**

赤身率は8割です。

凍結 賞30日  
300g **455円**(税込**491円**) 通常税込**502円**  
茨城県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**171 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。

冷蔵 賞4日  
200g **445円**(税込**481円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**172 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  
200g **460円**(税込**497円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**173 中津豚モモスライス**

脂身の少ない赤身の多い部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞4日  
200g **430円**(税込**464円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**174 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  
200g **545円**(税込**589円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**175 中津豚こま生姜焼き用(味付)**

自社牧場の豚のこま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。共に、野菜を加えて炒めても。

冷蔵 賞5日 特米大  
200g **407円**(税込**440円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**176 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 特米大  
2枚200g **550円**(税込**594円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**177 中津豚ロース味噌漬**

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

冷蔵 賞6日 特米大  
200g(固形量約80g×2) **554円**(税込**598円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**178 中津豚ロースステーキ香味焼用**

豚ロースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。ご家庭で焼いてお召上がり下さい。

凍結 賞180日 特米大  
80g × 2 **515円**(税込**556円**)  
豚肉(神奈川県)



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**179 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  
200g **498円**(税込**538円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**180 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  
200g **485円**(税込**524円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**181 中津豚小間切**

各部位から集めています。

冷蔵 賞4日  
200g **360円**(税込**389円**)  
神奈川県



中津ミート(神奈川県・愛川町)  
**182 中津豚挽肉**

赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵 賞4日  
200g **355円**(税込**383円**)  
神奈川県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**183 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  
300g **480円**(税込**518円**) 通常税込**529円**  
茨城県



唐揚げの歴史

唐揚げは、江戸時代初期に中国から伝来されたとも言われており、この時の唐揚げは小さく切った豆腐を油で揚げ、それを醤油と酒で煮たものと紹介されていたようです。今の唐揚げと同じように野菜や魚などを揚げた料理の方法は「煎出(いりだし)」や「衣かけ」と呼ばれていました。

173円/100g



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**184 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  
300g **360円**(税込**389円**) 通常税込**400円**  
茨城県

**鶏肉**

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



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**185 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  
250g **490円**(税込**529円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**186 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  
250g **490円**(税込**529円**)  
茨城県



田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**187 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  
250g **490円**(税込**529円**)  
茨城県

142円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**187 つくば茜鶏 手羽元**  
唐揚げやスープ煮に。

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)

**188 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

104円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**189 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

143円/100g



田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**190 つくば茜鶏 挽肉**  
各部位からなるバラ凍結品。

凍 180日

500g **660円**(税込**713円**)

茨城県

303円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**195 国産牛角切り**  
赤身のウデ肉、モモ肉、スネ肉を角切りにしました。カレー、シチューはもちろん、煮込み料理に最適です。

凍 30日

200g **560円**(税込**605円**) 通常税込**616円**

福岡県、大分県

301円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**196 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

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。

624円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**192 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用**  
霜降りが一番入り、味がもともと濃い部分です。

凍 30日

180g **1040円**(税込**1123円**)

鹿児島県

211円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**197 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

446円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**191 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

438円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**193 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。

凍 30日

170g×2 **1380円**(税込**1490円**)

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。

ハムとチーズのフレンチトースト



◆材料(4人分)  
ハム ..... 4枚  
食パン ..... 8枚  
スライスチーズ ..... 4枚  
卵 ..... 2個  
牛乳 ..... 200ml  
砂糖 ..... 大さじ2  
バター ..... 1すくい

◆作り方  
① 食パンにハムとチーズを挟みます。  
② 卵、牛乳、砂糖をよく混ぜ、パンの両面を浸します。  
③ バターを溶かしたフライパンで、両面こんがり焼いて完成です。

お徳3パック

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**194 鎌倉ボンレスハム ×3**  
合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。

冷 15日

60g×3 **640円**(税込**691円**) 通常税込**729円**

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**198 鎌倉マイルド ポークウインナー×2**  
焼き塩を使用しているため塩加減がたれてマイルドに仕上がっています。

冷 10日

94g×2 **335円**(税込**362円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<4.4<4.1

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

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

冷 10日

49g×3 **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)

**200 鎌倉ローズハム スライス×2**  
ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷 15日

60g×2 **500円**(税込**540円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.4<3.3

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

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

冷 15日

30g×5 **380円**(税込**410円**) 通常税込**416円**

豚肉(国内産)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**202 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)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**203 中津粗挽ウインナー**  
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。

冷 7日

120g **290円**(税込**313円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**204 中津生ウインナー (トマトバジル)**  
生ウインナーならではの美味しさ。豚肉の旨味とトマトのほのかな甘みやバジルの香りのバランスが最高です。

凍 180日

6本120g **370円**(税込**400円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**205 中津麻婆豆腐の素 (甘口)**  
豚肉本来の味を大切にしたいの味付け。豆板醤を使っていないので、辛いのが苦手な方でも。

冷 24日 大 小

200g **375円**(税込**405円**)

豚肉(神奈川県)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**206 中津ミートのハンバーグ**  
牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。飽きのこないシンプルなおいしさのハンバーグです。

凍 180日 卵 乳 小

200g (100g×2) **360円**(税込**389円**)

豚肉(神奈川県)

田仲さん達 (茨城県・桜川市)

**207 つくば茜鶏 蒸し焼き スライスチキン**  
つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 180日 乳

160g **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**

鶏肉(茨城県)

ミートバル村山 (茨城県・土浦市)

**208 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 大 小

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

豚肉(茨城県)

牛乳・卵

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

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

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

丸和油脂(東京都・品川区)

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

冷 乳 大

200g **320円**(税込**346円**)

デイリーフーズ(長野県・坂城町)

**608 黒ごまペースト**  
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。

冷 前日OK!

145g **410円**(税込**443円**) 通常税込**454円**

ごま(ミャンマー、他)

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)

よつ葉乳業(北海道・音更町)

**212 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)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**615 ブルーベリージャム**  
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。

前日OK!

180g **590円**(税込**637円**) 通常税込**648円**

ブルーベリー(熊本県)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**210 カナダ産 ブルーベリーの花はちみつ**  
カナダ(ケベック州)は世界有数のブルーベリーの産地で、花粉交配をしながら採れる珍しいはちみつです。

前日OK!

500g **1200円**(税込**1296円**)

はちみつ(カナダ)

創健社(神奈川県・横浜市)

**211 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。

冷 前日OK!

10g×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。

冷 7日 卵

6個 **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.3<3.4

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

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

6個 **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。

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**パン・ド・ミ(食パン) 1斤** (賞届いて1~2日) **小**

**213** 6枚 **270円(税292円)**

**214** 8枚 **270円(税292円)**

**215** ノースライス **260円(税281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、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



[放] 不検出 <3.9 <3.8

賞届いて1~2日 **小**

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤**

**216** 8枚 **425円(税459円)**

**217** ノースライス **415円(税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  
[放] 不検出 <4.0 <4.7

プレスオールターナティブのフルーツとナッツを使用

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**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)  
**パンズ**

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩  
賞届いて1~2日 **小**

3個 **300円(税324円)**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9



Le・Lourdes (神奈川県・中井町)  
**チーズカンパーニュ**

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、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 **530円(税572円)** 通常税込578円

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.6 <3.8

レンジ等で加熱してからお召し上がりください!



サンコー(愛知県・豊橋市)  
**玄米粉入り蒸しパン あん入り**

国産小麦100%原料由来の小麦粉、焙煎発芽玄米粉使用。  
賞60日 **米小**

3個 **350円(税378円)** 通常税込389円

小麦(国内産)



サンコー(愛知県・豊橋市)  
**玄米粉入り蒸しパン**

原材料:小麦粉(国内産)、砂糖(てん菜糖)、焙煎発芽玄米粉、有機ショートニング、イースト(酵母)、食塩、膨張剤(ベーキングパウダー)や着色料・アミノ酸も不使用。  
賞60日 **米小**

3個 **357円(税386円)**

小麦粉(国内産)



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**

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)



いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**224** プレーンベーグル

原材料:国産小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、粗精糖、天日塩、天然酵母  
賞30日 **米小**

1個 **162円(税175円)** 通常税込180円

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**225** 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)、粗精糖、天日塩、天然酵母  
賞30日 **米小**

1個 **194円(税210円)**

小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**226** 焼き芋ベーグル

原材料:小麦粉、玄米粉、さつまいも、粗精糖、天日塩、天然酵母  
賞30日 **米小**

1個 **210円(税227円)** 通常税込238円

小麦(北海道)、さつまいも(茨城県)



賞届いて2日 **乳小**

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)  
**クーロンヌの角形食パン**

**230** 半斤3枚 **140円(税151円)**

**231** 1斤6枚 **270円(税292円)**

**232** ノースライス **265円(税286円)**

小麦(アメリカ、他)



自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもっちり食感とクセない味わいに仕上げました。

原材料:小麦粉(国内製造)、砂糖、ラード、脱脂粉乳、パン酵母、塩(小麦、豚肉、乳成分含む)

賞届いて2日 **乳小**

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)  
**クーロンヌの角形食パン**

**230** 半斤3枚 **140円(税151円)**

**231** 1斤6枚 **270円(税292円)**

**232** ノースライス **265円(税286円)**

小麦(アメリカ、他)



いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**227** おからベーグル

おからをたっぷり混ぜ合わせることで独特のモチモチ感のあるベーグルに仕上がっています。  
賞30日 **米大小**

1個 **194円(税210円)**

小麦粉(北海道)、おから(茨城県)



いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**228** クーベルチュールチョコベーグル

風味豊かなクーベルチュールチョコを混ぜ合わせ、そのままでも美味しくお召し上がり頂けます。  
賞30日 **乳米大小**

1個 **221円(税239円)**

小麦粉(北海道)、チョコ(国内産)



いばらきベーグル(茨城県・常総市) 1個入

**229** 小豆ベーグル

国産小豆を生地にたっぷり混ぜ合わせました。小豆の風味が特徴のベーグルです。  
賞30日 **米小**

1個 **189円(税204円)** 通常税込210円

小麦粉、小豆(北海道)



賞届いて2日 **乳小**

ハッコー食品(千葉県・千葉市)  
**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  
賞180日 **卵乳大小**

約65g×6 **605円(税653円)**

小麦(カナダ、他)



賞届いて2日 **乳小**

ハッコー食品(千葉県・千葉市)  
**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  
賞180日 **小**

約40g×5 **415円(税448円)**

小麦(国内産)



賞届いて2日 **乳小**

クワシーゴフ(東京都・杉並区)  
**レンジdeほっこりカレーパン**

国産小麦粉とバター・砂糖などの素材だけで練り上げた生地、保存料や着色料・アミノ酸も不使用。  
賞60日 **米大小**

90g×3個 **487円(税526円)** 通常税込537円

小麦粉(国内産)

## 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

ノンホモの生乳を原料に自家プラントで作ったなめらかでやさしい味のヨーグルト。

賞届いて10~11日 **乳**

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**石岡 鈴木牧場ヨーグルト**

**236** プレーン **361円(税390円)**

**237** 微糖 **370円(税400円)**

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4



賞届いて7~11日 **乳**

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ**

健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。  
賞届いて7~11日 **乳**

100g **500円(税540円)**

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2



賞届いて7日以上 **乳**

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**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。  
賞7日以上 **乳**

40g **292円(税315円)**

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1



賞届いて14日以上 **乳**

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**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。  
賞14日以上 **乳**

30g **199円(税215円)**

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1



賞届いて14日以上 **乳**

鈴木牧場(茨城県・石岡市)  
**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。  
賞14日以上 **乳**

30g **199円(税215円)**

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1



賞届いて21日 **乳**

ホリ乳業(石川県・金沢市)  
**241** 腸内活性ヨーグルト(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。  
賞21日 **乳**

380g **550円(税594円)**

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



賞届いて21日 **乳**

ホリ乳業(石川県・金沢市)  
**242** 腸内活性ヨーグルト(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。  
賞21日 **乳**

90g×3 **465円(税502円)**

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0



賞届いて18日 **乳**

サツラク農協(北海道・札幌市)  
**243** 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。  
賞18日 **乳**

500g **265円(税286円)**

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



賞届いて18日 **乳**

サツラク農協(北海道・札幌市)  
**244** 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)  
賞18日 **乳**

80g×3 **212円(税229円)**

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



賞届いて19日 **乳**

酪王乳業(福島県・郡山市)  
**245** 生乳たっぷりのおむヨーグルト

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  
賞19日 **乳**

180ml×2 **256円(税276円)**

生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5



賞届いて4~7日 **乳**

サツラク農協(北海道・札幌市)  
**250** 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。  
賞届いて4~7日 **乳**

200ml **455円(税491円)**

生乳(北海道)



賞届いて15日 **乳**

日本生活協同組合連合会  
**246** 乳酸ドリンク

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。  
賞15日 **乳**

65ml×10 **178円(税192円)**



賞届いて30日 **卵乳大**

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**247** 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。  
賞30日 **卵乳大**

100g×2 **250円(税270円)**

牛乳(愛知県) [放] 不検出 <3.8 <3.5



賞届いて30日 **卵大**

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**248** 豆乳ぶりん 抹茶

国産大豆100%の自家製豆乳使用。シンプルな原料ながらもほろ苦い抹茶の風味が活かした抹茶プリンです。  
賞30日 **卵大**

80g×4 **298円(税322円)**

豆乳(国内産)



賞届いて60日 **乳**

北海道酪農公社(北海道・江別市)  
**249** 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。  
賞60日 **乳**

# 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。



使い切り少量パック  
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。  
**252 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



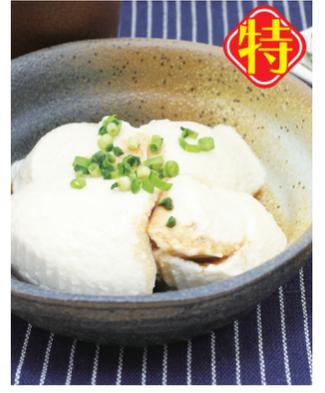
**253 ミニきめ豆腐**  
150g×2 **175円**(税込**189円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



丸和食品(東京都・練馬区)  
**254 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 届いて4日  
300g **176円**(税込**190円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



**255 きめ豆腐**  
冷 届いて4日  
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)  
**256 鍋用寄せ豆腐**  
寄せ豆腐の特長である、口当たりのいい「弾力」と「まろやかさ」を持ちつつ、鍋の中で煮崩れしないように開発しました。  
冷 届いて4日  
200g **150円**(税込**162円**)  
大豆(国内産)



丸和食品(東京都・練馬区)  
**257 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 届いて6日  
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)  
**258 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 届いて3日  
2枚 **220円**(税込**238円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.6<1.7



丸和食品(東京都・練馬区)  
**259 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 届いて5日  
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)  
**260 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 届いて3日  
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)  
**261 青大豆 寄せ豆腐**  
青大豆で作ったコクのある甘味の寄せ豆腐です。  
冷 届いて4日  
200g **215円**(税込**232円**)  
大豆(国内産)



JAやさと(茨城県・石岡市)  
**265 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)**  
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。  
冷 届いて7日  
35g×3 **148円**(税込**160円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出<4.2<4.2



水府納豆(茨城県・常陸太田市)  
**266 水府納豆ミニ3個(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 届いて10日  
40g×3 **140円**(税込**151円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.0<3.4



丸和食品(東京都・練馬区)  
**262 お好み風がんも**  
国産大豆使用の豆腐生地に、具材をたくさん加え、一番搾り菜種油で揚げました。さっと焼いても、煮物でも。  
冷 届いて5日  
5個 **260円**(税込**281円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.6<1.6



丸和食品(東京都・練馬区)  
**263 きつねがんも**  
具だくさんのがんもを油揚げで包みました。肉厚な油揚げが煮汁をよく含むので、煮物、おでん、鍋物に最適。  
冷 届いて5日  
4個 **230円**(税込**248円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.3



丸和食品(東京都・練馬区)  
**264 もち入りきんちゃく**  
山形県産水稲餅米で作った餅を油揚げで包みました。かんぴょうは国産無漂白。おでん、鍋物などに。  
冷 届いて5日  
3個 **325円**(税込**351円**)  
餅(山形県)



登喜和食品(東京都・府中市)  
**267 遊作納豆(タレ・カラシ付)**  
茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。  
冷 届いて9日  
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)  
**268 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 届いて9日  
40g×2 **172円**(税込**186円**)  
大豆(北海道)

**日配品 海藻・麺類**  
・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。



鶴田食品千葉(千葉県・流山市)  
**269 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 届いて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)  
**270 上州産 徳用しらたき**  
群馬県産のこんにゃく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。  
冷 届いて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



コタニ(岩手県・大船渡市)  
**271 岩手産切っただる 生わかめ**  
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 届いて90日  
120g **335円**(税込**362円**)  
わかめ(岩手県) [放] 不検出<3.8<3.7



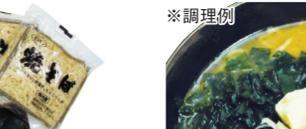
浜食(東京都・調布市)  
**272 洗いもずく**  
沖縄・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きが必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。  
冷 届いて10日  
200g **240円**(税込**259円**)  
もずく(沖縄県)



宮城県産めかぶ  
**273 宮城県産めかぶ(タレ付)**  
4個入  
凍 届いて180日  
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



共生食品(神奈川県・相模原市)  
**274 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 届いて6日  
麺150g×3 ソース30g×3 **257円**(税込**278円**)  
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



共生食品(神奈川県・相模原市)  
**275 内麦生ラーメン 味噌(3食入)**  
※調理例  
冷 届いて7日  
麺120g×3、スープ36g×3 **355円**(税込**383円**)  
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



三立食品(東京都・葛飾区)  
**276 春巻の皮(みちのく)**  
国産小麦粉と赤穂の天日塩で作ったシンプルな皮。油で揚げたり、焼いても美味しい。ピザ生地代わりに。  
冷 届いて25日  
10枚 **235円**(税込**254円**)  
小麦(北海道、岩手県) [放] 不検出<2.8<3.9

# 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。



遠忠食品(埼玉県・越谷市) 2合用  
**277 国産 とりごぼうご飯の素**  
山口・秋川牧園の鶏肉と国産野菜を使用。冷めても美味しいのでお弁当やおにぎりにも。化学調味料不使用。  
冷 届いて90日  
170g(2合用) **550円**(税込**594円**)  
鶏肉(山口県)



遠忠食品(埼玉県・越谷市)  
**278 ピーナッツみそ**  
千葉県八街産の落花生を菜種油で揚げ、味噌、水飴、砂糖、ごま、寒天で仕上げました。  
冷 届いて90日  
80g **285円**(税込**308円**)  
落花生(千葉県) [放] 不検出<3.0<3.1



遠忠食品(埼玉県・越谷市)  
**279 ひじき五目煮**  
大豆、ひじき、こんにゃく、油揚げ、人参を、鰹節のダシをとって煮付けました。  
冷 届いて30日  
100g **325円**(税込**351円**)  
ひじき(長崎県)



遠忠食品(埼玉県・越谷市)  
**280 江戸前得意!生のり佃煮**  
千葉県木更津の盤州干潟で養殖された黒のりを、鮮度良く生のまま昔ながらの直火炊きで時間をかけて炊き上げました。  
冷 届いて180日  
85g **360円**(税込**389円**)  
のり(千葉県)



JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)  
**281 やさとの半熟たまご(温玉)**  
非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。  
冷 届いて10日  
4個(タレ無) **206円**(税込**222円**)  
卵(茨城県) [放] 不検出<3.3<3.4



遠忠食品(埼玉県・越谷市)  
**282 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。  
冷 届いて90日  
80g **320円**(税込**346円**)  
ごぼう(国内産)



おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**283 揚げだし豆腐**  
**283 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。  
冷 届いて2日  
揚げ出し豆腐4個 つゆ25g **240円**(税込**259円**)  
大豆(国内産)



**284 大根おろしタレ**  
冷 届いて2日  
揚げ出し豆腐4個 大根おろしタレ25g **230円**(税込**248円**)  
大豆(国内産)



# 包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

## 全品特価

### カシューナッツの歯ごたえが魅力



1食当り 412円 (税別)  
調理時間 準備品 約7分 油  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、タレ漬け鶏肉、カシューナッツ  
食塩相当量: 1.9g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

285 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め

新鮮でおいしい野菜とナッツの食感が絶妙です。下処理、カット済みなので手軽に調理できます。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小  
2人前(約340g) 824円(税別) 890円(税込) 1078円(通常税込)  
玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)

### ピリ辛ごまタレが豚肉に合う



1食当り 300円 (税別)  
調理時間 準備品 約5分 油  
セット内容: カット野菜(キャベツ、ピーマン、人参)、担々の素(豚肉、野菜、香辛料、ごま油等)  
食塩相当量: 1.45g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

286 3種野菜と国産豚の担々ごま炒め

新鮮な野菜とごまの風味たっぷりの担々の素でゴマ味噌担々炒めセットです。

冷蔵届いて1~2日 大 小 米  
3人前(約540g) 899円(税別) 971円(税込) 1134円(通常税込)  
豚肉(国内産)

### 子どもにも食べやすいアジ



1食当り 430円 (税別)  
調理時間 準備品 約10分 油  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、具材入り添付たれ(あじ他)  
食塩相当量: 3.2g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

287 豆アジの南蛮風炒め

国産のアジと野菜を使用した南蛮風炒めのセットです。アジは小ぶりであらゆるお子様も食べやすいです。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小  
2人前(約370g) 860円(税別) 929円(税込) 1079円(通常税込)  
アジ(国内産)、玉ねぎ(国内産)

### シャキシャキ野菜がたっぷり



1食当り 360円 (税別)  
調理時間 準備品 約10分 油  
セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ  
食塩相当量: 2.1g  
やさと農業協同組合(茨城県・石岡市)

288 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め

醤油ベースの美味しさで豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小  
2人前(約630g) 720円(税別) 778円(税込) 821円(通常税込)  
小松菜(国内産)

### スタミナメニューの定番品



1食当り 399円 (税別)  
調理時間 準備品 約4分 油  
セット内容: タレ漬け豚肉、カット野菜(人参、ニラ)、もやし  
食塩相当量: 1.1g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

289 国産豚のニラレバ炒め

新鮮でおいしい野菜と本格ニラレバソースのセットです。野菜は下処理カット済みです。

冷蔵届いて1~2日 米 大 小  
2人前(約280g) 798円(税別) 862円(税込) 1037円(通常税込)  
ニラ(国内産)、豚レバー(神奈川県)

### 海鮮のダシともちり麺



1食当り 335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、野菜ピジョン  
食塩相当量: 2.28g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

290 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ピジョ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 大 小  
3人前(約465g+もやし250g) 1005円(税別) 1085円(税込) 1294円(通常税込)  
小麦粉(東京都)、白菜(国内産)

### 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)

291 国産野菜の青椒肉絲

国産野菜、調味料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(税別) 890円(税込) 1037円(通常税込)  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

### 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)

292 彩り野菜と国産豚の黒酢炒め

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

冷蔵届いて1~2日 卵 米 大 小  
2人前(約410g) 798円(税別) 862円(税込) 1037円(通常税込)  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

### ご飯との相性バッチリ



1食当り 430円 (税別)  
調理時間 準備品 約5分 油  
セット内容: カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参)、タレ漬け豚肉  
食塩相当量: 1.4g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

293 国産豚の野菜炒め

新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。スタミナ肉入りソースはご飯との相性バッチリ。

冷蔵届いて1~2日 卵 米 大 小  
2人前(約510g) 860円(税別) 929円(税込) 1078円(通常税込)  
キャベツ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

### スタミナ肉でご飯がすすむ!



1食当り 469円 (税別)  
調理時間 準備品 約5分 卵3~4個・油  
セット内容: タレ漬け肉、カット野菜(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品もやし、野菜ピジョン  
食塩相当量: 1.41g  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

294 生きくらげと豚肉の野菜炒め

新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。カット済みの野菜はそのまま調理できます。

冷蔵届いて1~2日 卵 米 大 小  
2人前(約245g+もやし250g) 938円(税別) 1013円(税込) 1188円(通常税込)  
きくらげ(群馬県)、豚肉(鹿児島県)

レンジや湯煎でOKなものも! フライパンや鍋一つでできちゃう

「土佐沖獲れあじ」のフライ  
295 ごはんがすすむ! 真ほっけ蒲焼(タレ付)  
296 あじフライ

フライパンで少ない油でも調理できます  
297 さば竜田揚げ

多めの油で焼いて  
298 パリッと本格春巻(国産きくらげ入)

餃子鍋もオススメです  
299 飛鳥の海鮮水餃子  
300 徳用北京餃子  
301 ヨコハマの餃子

組合員さんからのクチコミ  
298 パリッと本格春巻(国産きくらげ入)  
303 マム 焼いて簡単手巻きじゃがバター

目玉焼きを添えて混ぜながら食べるのが本場流  
304 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)

人気のやきとりセットの中から、もも串だけをセット  
305 焼き鳥もも串セット

組合員さんからのクチコミ  
306 鶏の焼きつくね

個包装で便利! 湯煎でOK!  
307 氷温造り さばの味噌煮

組合員さんからのクチコミ  
308 氷温造り あじの南蛮漬

組合員さんからのクチコミ  
308 氷温造り あじの南蛮漬

304 アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)

305 焼き鳥もも串セット

306 鶏の焼きつくね

307 氷温造り さばの味噌煮

308 氷温造り あじの南蛮漬

308 氷温造り あじの南蛮漬

本場九州産のちゃんぽん麺♪



ニッコウ (神奈川県・大和市)

鍋一つでできます  
次回からリニューアル



ニッコウ (大阪府・大阪市)

茹で時間約1分



シマダヤ (東京都・渋谷区)

手打ちそばに勝るとも劣らない風味です



創健社 (神奈川県・横浜市)

カラミソフーズ (東京都・新宿区)



**309 野菜たっぷりチャンポン**

沸騰した湯に凍ったまま入れ湯がくだけ。自社製生麺でコシがあり、国産野菜と豚肉など具もたっぷりです。

凍 卵米大 280g(麺130g) **380円**(税込**410円**)  
小麦 (国内産)

**310 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とん。つゆ付。

凍 卵米大 2食560g **420円**(税込**454円**)  
小麦 (国内産)

**311 冷凍 稲庭風うどん (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 卵米大 200g×5 **408円**(税込**441円**)  
小麦 (国内産)

**312 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 卵米大 130g×2 **590円**(税込**637円**)  
そば (長野県)

**313 韓国風太巻 牛肉入 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 卵米大 300g **700円**(税込**756円**)

お弁当におかず♪

軽だしのきいた豆味噌ダレは甘さ控えめ



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**314 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。トレーごとレンジOK。

凍 卵米大 6個108g **384円**(税込**415円**)  
豚肉 (国内産)

食べ応えありお弁当にも



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**315 ごぼうとひじきの豆腐団子**

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

凍 卵米大 8個144g **345円**(税込**373円**)  
ごぼう (国内産)

トースター、レンジで



秋川牧園 (山口県・山口市)

**316 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 卵米大 150g **447円**(税込**483円**)  
鶏肉 (山口県、他)

真冬は鍋でぽっかぽかに

鍋、味噌汁、煮物の具に



大新 (鳥取県・境港市)

**321 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 卵米大 160g **338円**(税込**365円**)  
あじ (国内産)

平庄商店 (北海道・根室市)



**317 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 卵米大 110g **298円**(税込**322円**)  
さんま (北海道)

冷めても美味しい♪  
1個約50gと大きめサイズ



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**318 おからクリーミーコロッケ**

おからとじゃがいもをベースにした素朴な味のコロッケ。夕飯のおかずやお弁当に。揚げかレンジで温めて。

凍 卵米大 200g(4個入) **287円**(税込**310円**)  
おから (国内産)

皮は国産小麦粉、天日塩を使い、自社で作っています



ニッコウ (神奈川県・大和市)

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

揚げ焼きしても美味しいです



ニッコウ (神奈川県・大和市)

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

お好みの具を加えて



秋川牧園 (山口県・山口市)

**322 鶏鍋セット(醤油)**

鶏肉モモ・ムネ、鶏つくね、若鶏ガラから煮出したスープをベースに軽の旨味がきいた醤油スープのセット。

凍 卵米大 550g(鶏肉・つくね各200g、スープ150g) **991円**(税込**1070円**)  
鶏肉 (国内産)

国産じゃが芋と国産小麦マカロニ使用の贅沢グラタン



秋川牧園 (山口県・山口市)

**323 牛乳グラタン (鶏肉とポテト)**

自社の牛乳と鶏肉を使いコクのあるホワイトソースで包みました。トースターかオーブンで約15~20分温めて。

凍 卵米大 100g×2 **532円**(税込**575円**)  
牛乳 (山口県、他)

レンジかフライパンで温めて



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**324 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 卵米大 (90g×3)×2 **842円**(税込**910円**)  
大豆・鶏肉 (国内産)

塩麹でほんのりとした甘みある美味しさに



秋川牧園 (山口県・山口市)

**325 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 卵米大 150g **396円**(税込**428円**)  
鶏肉 (国内産)

レンジかトースターで温めて



秋川牧園 (山口県・山口市)

**326 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、じっくり焼きました。

凍 卵米大 250g **505円**(税込**545円**)  
鶏肉 (山口県、他)

栄養満点のレバー入り!



秋川牧園 (山口県・山口市)

**327 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 卵米大 400g **586円**(税込**633円**)  
鶏肉 (山口県、他)

お好きな具をのせてトースターで焼いて



デリカ横綱 (愛知県・春日井市)

**328 こだわりのピザ(プレーン)**

国産小麦粉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 卵米大 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)

ダイストマトとケチャップでしっかりトマト味



ニッコウ (神奈川県・大和市)

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

化学調味料、保存料、着色料不使用



西川食品 (和歌山県・紀の川市)

**330 オムライス**

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

凍 卵米大 180g×2 **466円**(税込**503円**)  
鶏卵・米 (国内産)

組合員さんからのクチコミ

思いのほかボリュームもあり、味付けは程よく、レンジで簡単に食べられて便利です。



ニッコウ (神奈川県・大和市)

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

クリーミーでちょうどいい甘さです



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**332 大判焼き(白あん)**

はちみつが入ったしっとりとした皮で、大手亡豆から作った口当たりの良い甘さの白あんを包みました。

凍 卵米大 4個340g **380円**(税込**410円**)  
小麦 (国内産)

甘さ控えめ ボリュームたっぷり  
レンジか自然解凍で



ハマセ伊 (愛知県・春日井市)

**333 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 卵米大 85g×5個 **430円**(税込**464円**)  
小麦粉 (北海道、九州)

小腹のすいたときに 自然解凍可



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**334 ミニたい焼き(すんだあん)**

自社製すんだ餡は枝豆の食感が残るように、国産小麦を使用した生地はふわふわに仕上げました。

凍 卵米大 8個272g **435円**(税込**470円**)  
小麦粉 (国内産)・枝豆 (タイ)

人気です! KUBOTA のアイス

南国土佐



ラム酒の香り広がる、大人のためのアイスクリーム

久保田食品 (高知県・南国市)

**338 ラムレーズンアイスクリーム**

生乳(北海道)・レーズン(アメリカ)

凍 卵米大 110ml **190円**(税込**205円**)

黒ごま&あずきの甘さが絶妙に美味しい



ニッコウ (神奈川県・大和市)

**335 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 卵米大 55g×5 **400円**(税込**432円**)  
小麦 (国内産)

冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉 芽吹き屋



岩手阿部製粉 (岩手県・花巻市)

**336 芽吹き屋 くるみだんご**

国産うるち米を原料とした上新粉を使用。白あんにくるみを加え、程よい甘さと香ばしさが人気です。自然解凍で。

凍 卵米大 4本180g **400円**(税込**432円**)  
くるみ (アメリカ)

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)

**337 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粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒餡を包みました。自然解凍で。

凍 卵米大 4個220g **400円**(税込**432円**)  
黒豆 (岩手県)

フレッシュで甘酸っぱい毎日の練乳の味がベストマッチ



久保田食品 (高知県・南国市)

**339 苺とミルクのアイスキャンデー**

ミルク感あふれるキャンデーに手作業で丁寧に加工した高知県産苺をスライスして貼り付けました。

凍 卵米大 80ml **180円**(税込**194円**)  
生乳 (北海道)・苺 (高知県)

久保田オリジナルブレンドの紅茶葉を使用



久保田食品 (高知県・南国市)

**340 ミルク紅茶アイスクリーム**

2種の紅茶葉(セイロン・ダージリン)をブレンドし、じっくり抽出。味の深みと香りにこだわり仕上げました。

凍 卵米大 100ml **200円**(税込**216円**)  
生乳 (国内産)・紅茶 (インド・スリランカ)

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。

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。

久しぶりの登場 4連きらず揚げ

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) 特 20g×4 225円(税込243円) 通常税込248円

原材料: 国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒砂糖、食塩、膨張剤(重曹) 特 20g×4 225円(税込243円) 通常税込248円

お得な豆乳ドーナツ2袋タイプ掲載中!

丸和食品(東京都・練馬区) 特 343 豆乳ドーナツ(白蜜)2袋 155g×2 430円(税込464円) 通常税込475円

丸和食品(東京都・練馬区) 特 344 豆乳ドーナツ(黒糖)2袋 155g×2 430円(税込464円) 通常税込475円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 345 ポテトチップスしお味 60g×2 276円(税込298円) 通常税込320円

原料高騰の為今回で最終

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 346 芋けんぴ 90g×2 338円(税込366円) 通常税込376円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 700 小魚せんべい 60g 180円(税込194円) 通常税込248円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 347 まるごと小魚 4g×5連 166円(税込179円) 通常税込185円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 348 国産野菜のかりんとう 20g×4 248円(税込268円) 通常税込268円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 349 牛乳かりんとう 125g 190円(税込205円) 通常税込205円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 350 米粉クッキー 6本 274円(税込296円) 通常税込296円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 351 だら焼き 1個 137円(税込148円) 通常税込148円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 352 小倉ようかん 1個58g 111円(税込120円) 通常税込120円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 353 栗しぐれ 120g(個包装) 281円(税込303円) 通常税込303円

サンコー(愛知県・豊橋市) 特 354 ミニバウムクーヘン 6個(1個×6袋) 307円(税込332円) 通常税込332円

特 355 160g 675円(税込729円) 通常税込740円

特 357 うす塩 120g 510円(税込551円) 通常税込562円

ますだ(千葉県・八街市) 特 359 ゆで落花生「郷の香」 200g 604円(税込652円) 通常税込663円

ますだ(千葉県・八街市) 特 360 甘納豆(落花生) 120g 324円(税込350円) 通常税込355円

マルヤス食品(愛媛県・愛南町) 特 361 トコゼリー ピーチ 130g 165円(税込178円) 通常税込189円

マルヤス食品(愛媛県・愛南町) 特 362 トコゼリー みかん 130g 165円(税込178円) 通常税込189円

マルヤス食品(愛媛県・愛南町) 特 363 トコゼリー ぶどう 130g 165円(税込178円) 通常税込189円

マルヤス食品(愛媛県・愛南町) 特 364 トコゼリー パイン 130g 165円(税込178円) 通常税込189円

東京フード(茨城県・つくば市) 特 365 クーベルチュールオーレチョコレート 400g 1140円(税込1231円) 通常税込1231円

米又(福井県・福井市) 特 366 ほろじ茶ぜんざい 185g 339円(税込366円) 通常税込377円

米又(福井県・福井市) 特 367 十穀ぜんざい 185g 339円(税込366円) 通常税込377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。

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

かわばた園(静岡県・静岡市) 特 719 上煎茶 100g 1670円(税込1804円) 通常税込1804円

ランカスター(千葉県・千葉市) 特 368 アッサムティー(リーフ) 100g 550円(税込594円) 通常税込594円

ランカスター(千葉県・千葉市) 特 369 キャラメルティー(リーフ) 100g 770円(税込832円) 通常税込842円

プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 大特価 370 Artisan Tea(ダーズリンティー) 10.8g(1.8g×6個) 490円(税込529円) 通常税込626円

ナガノトマト(長野県・松本市) 特 371 3パック 125ml×3 350円(税込378円) 通常税込378円

エチゴビール(新潟県・新潟市) 特 374 エチゴのんびりふんわり白ビール 350ml 290円(税込319円) 通常税込325円

エチゴビール(新潟県・新潟市) 特 375 エチゴプレミアムレッドエール 350ml 290円(税込319円) 通常税込325円

ナガノトマト(長野県・松本市) 特 372 3パック 125ml×3 440円(税込475円) 通常税込475円

森文醸造(愛媛県・内子町) 特 750 フレッシュアセロラ 480ml 1680円(税込1814円) 通常税込1814円

ゴールドバック(長野県・松本市) 特 373 北海道トマト100%(無塩) 160g×20 2850円(税込3078円) 通常税込3078円

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町) 特 757 龍泉洞の水 2ℓ×6 1300円(税込1404円) 通常税込1404円

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 720ml 1675円(税込1843円) 通常税込1843円

林農園(長野県・塩尻市) 特 377 五一わいん草生栽培セイベル9110 720ml 1580円(税込1738円) 通常税込1738円

食品調味料

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

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

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。



前日OK!

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

521 食酢

500ml 152円(税込164円) 米(国内産)

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、コクとのびのある純米酢に仕上げました。



前日OK!

飯尾醸造(京都府・宮津市)

518 純米富士酢

500ml 670円(税込724円) 米(京都府)

オーストラリア産なたね使用。压榨一番しぼりのみ使用。コシが強く、繰り返し使えます。



前日OK!

米澤製油(埼玉県・熊谷市)

385 压榨一番しぼりなたねサラダ油(丸缶)

600g 750円(税込810円) なたね(オーストラリア)

「米一升・みりん一升」の本場三河の伝統製法で作られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさです。



酒類

前日OK!

角谷文治郎商店(愛知県・碧南市)

505 三州三河みりん

700ml 1025円(税込1128円) もち米(佐賀県)

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



前日OK!

笛木醤油(埼玉県・川島町)

390 金笛胡麻ドレッシング

390ml 890円(税込961円) 胡麻(中国)

産直卵となたねサラダ油を使った、マイルドな全卵タイプのマヨネーズ。たんぱく加水分解物使用。



前日OK!

オタフクソース(広島県・広島市)

533 マヨネーズ

500g 368円(税込397円) なたね(オーストラリア)

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

572 こだわりのだしパック

かつお節の良品に、細かくしたいけと昆布をブレンド。かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。 180日

8g×18 560円(税込605円) かつお(静岡県) [放]不検出<2.9<2.7

リアス(千葉県・船橋市)

393 羅臼切り出し昆布

濃厚でコクのあるだしが特長の徳用昆布。肉じゃが、鍋物、めんつゆ、煮物、みそ汁など幅広いだしに。茶色がかかった葉の色が特徴です。

40g 405円(税込437円) 昆布(北海道)

体を芯から温めて! 免疫力もアップ!! 根菜がたっぷり入っているけんちん汁は冬の定番スープです



やまこみそ(茨城県・守谷市)

397 やまこ味噌(粒・甘口)

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

1kg 628円(税込678円) 米・丸大豆(国内産) [放]不検出<3.2<3.5

宮崎県産 どんこしいたけ

400 宮崎県産 どんこしいたけ

宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。

55g 920円(税込994円) しいたけ(宮崎県)

那須バイオファーム(栃木県・高根沢町)

401 乾燥まいたけ

新鮮な舞茸をまるごと乾燥しました。ぬるま湯に入れて、1~2時間かけゆっくりに。汁はだし汁として。

30g 540円(税込583円) 舞茸(栃木県) [放] 137Cs=37.2

グラニュー糖の様にサラサラしています



ムソー(大阪府・大阪市)

379 有機てんさい糖

キメが細かく舌触りがよいててんさい糖はお菓子作りにピッタリ。グラニュー糖のように白い結晶のお砂糖です。

400g 480円(税込518円) てんさい(リトアニア)

漬物や、お味噌作りにも



HSコーポレーション(愛知県・豊明市)

380 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 910円(税込983円) 海水(ベトナム)

煮物の素材の色が引き立ちます 火入れをしない生醤油。色は薄口、味は濃い口。



前日OK!

入正醤油(千葉県・東庄町)

524 入正生しぼり醤油

1L 550円(税込594円) 大豆(アメリカ、ブラジル)

淡口ごま油と濃口ごま油をブレンドし、国産の無農薬の赤とうがらしを加えました。



前日OK!

チヨダ(埼玉県・戸田市)

387 ラー油

45g 380円(税込410円) ごま(アフリカ、中南米諸国)

九鬼産業(三重県・四日市市)

386 九鬼純正胡麻油 こいくち

厳選した胡麻原料を強く煎り、胡麻特有の香りをより引き出した胡麻油です。

340g 580円(税込626円) 胡麻(ナイジェリア、他)

ポールスタア(東京都・東村山市)

539 国産野菜ウスターレストランソース

国産の野菜、果物とスパイスなどに加え芳醇な味わいに仕上げました。

200ml 370円(税込400円) 米

ポールスタア(東京都・東村山市)

391 帯広豚 豚丼のたれ

豚丼は帯広生まれ。本場の味をそのまま再現し、やや甘めのしっかりとしたタレに仕上げました。

250g 395円(税込427円) 醤油(国内産)

リアス(千葉県・船橋市)

395 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具

海藻と野菜と一緒に便利な乾燥ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。

26g 398円(税込430円) 切干大根(宮崎県)、葉干しはりの(国産) [放]不検出<4.9<5.1

海の精(東京都・大島町)

381 海の精 ペッパーソルト

伊豆大島の自然海塩「海の精やきしお」と黒こしょう(オランダ産有機認証)、白こしょう(ドイツ産有機認証)を直前に煎って挽いたものをブレンド。

55g 480円(税込518円) 海水(伊豆大島近海)

海の精(東京都・大島町)

382 海の精 ペッパーソルト(詰め替え用)

「海の精やきしお」と有機の黒と白のコショウをブレンド。煎りたて挽きたてをバックしました。

55g 330円(税込356円) 海水(伊豆大島近海)

2年間杉桶で発酵熟成させた天然醸造醤油から、食塩のみ50%カット。



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)

日本生活協同組合連合会

384 虹の宴 料理酒

お料理の隠し味として欠かせません。

1.8L 730円(税込803円) 米(国内産)

シンプルな味わい 和食にもあいます 有機栽培のマンサニージャ・カセレーニャ種単一品種のオイルです。パンや野菜・果物との相性が抜群です。



前日OK!

日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)

388 有機EXバージンオリーブ油シングル

180g 1050円(税込1134円) オリーブ(スペイン)

芳醇な味わい 4種類の有機栽培のオリーブオイルをブレンド。フルーティでコクがあり、ガスパチョなど野菜料理に。



前日OK!

日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)

389 有機EXバージンオリーブ油ブレンド

180g 1050円(税込1134円) オリーブ(スペイン)

ポールスタア(東京都・東村山市)

392 桃花林 ゆずみそ

信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。

120g 198円(税込214円) 大豆(国内産)

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

565 削り節パック 徳用

かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼そばなどに手軽に使える蛋白源。徳用タイプです。

3g×20 490円(税込529円) かつお(国内産)

煮物や汁物、カレーは洗ってそのまま加熱OK

396 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です。サラダや炒め物、酢の物はサッとゆがいて使用。

150g 265円(税込286円) 大豆(北海道)

創健社(神奈川県・横浜市)

579 洋風だし一番

野菜とほたての旨みたっぷりのスープを、使いやすい顆粒状にしました。

8g×10 353円(税込381円) 乳(大小)

麦麹をたっぷり使って甘口に仕上げられています



田中屋(愛媛県・松山市)

398 麦こうじ味噌(粒・甘口)

大豆1に対して大麦麹を4の割合で仕込んだ贅沢な味噌です。やわらかな甘味と風味が特徴。塩分8.5%。

500g 550円(税込594円) 大麦(愛媛県)

お届けは1月4回になります



田中屋(愛媛県・松山市)

399 米糀みそ・田中屋

九州産の有機栽培米と大豆(フコタカ)を原料に塩分約10%で仕込みました。

500g 650円(税込702円) 米・大豆(九州)

洋風スープも!



日本生活協同組合連合会

403 十勝スイートコーン うらこし

北海道十勝平野で収穫したスイートコーンをうらこしにし、味と香りを逃さないよう缶詰にしました。

180g 143円(税込154円) とうもろこし(北海道)

特



コープ自然派事業連合

404 クリームシチュールーム

素性の確かな国内産牛脂を使用。さまざまな料理のベースに使えます。1袋約7皿分。

150g 260円(税込281円) 小麦(北海道)

きのこのダシをきかせて!

400 宮崎県産 どんこしいたけ

宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。

55g 920円(税込994円) しいたけ(宮崎県)

那須バイオファーム(栃木県・高根沢町)

401 乾燥まいたけ

新鮮な舞茸をまるごと乾燥しました。ぬるま湯に入れて、1~2時間かけゆっくりに。汁はだし汁として。

30g 540円(税込583円) 舞茸(栃木県) [放] 137Cs=37.2

「酒粕」は天然の健康食品!

アミノ酸やビタミンがたっぷり、お肌にもいいです! 料理に使うと味にコクが出ます。



シーズン初

「木槽搾り」にて丁寧に搾った酒粕を丁寧に濾しました。農薬・化学肥料不使用米使用。

402 木槽搾り純米酒粕

青砥酒造(島根県・安来市)

500g 610円(税込659円) 米(国内産)

手で開けられる紙容器入り



ナガノトマト(長野県・松本市)

405 あらくつぶしたトマトピューレづけ2個組

イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ピューレづけにしました。トマトを切らずに使えます。

390g×2 440円(税込476円) トマト(イタリア)

摘みたてをお届け!



庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

406 月桂樹(ローリエ)

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

13枚 185円(税込200円) 月桂樹(山形県) [放]不検出<4.4<4.1

**583 寿司はねのり** 前日OK!

長谷川商店(東京都中央区)

軟らかで歯切れがよく、甘みのあるのり。寿司用に焼いた物の中からはねた若干難点があるのりです。  
◎180日

全型10枚 **270円**(税込**292円**)  
のり(国内産)

**407 九鬼産国産混ぜ込みふりかけ 梅しそ**

九鬼産業(三重県・四日市市)

国産素材で作った、混ぜ込みタイプのふりかけです。白ごま、赤しそ、梅肉、昆布、わかめが入っています。

25g **250円**(税込**270円**)  
白ごま(国内産)

**408 おいしいご飯3個パック**

日本生活協同組合連合会

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、湯でんで調理可能。

200g×3 **340円**(税込**367円**)  
米(山形県) [放] 不検出<3.3<3.7

**409 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。長野の地場産を中心に国産原料を使用。

140g **200円**(税込**216円**)

**胡麻豆腐**

◆材料  
練り胡麻(黒)……110g  
葛粉……50g  
水……450ml  
塩・砂糖……ひとつまみ

◆作り方  
① 鍋に材料を全部入れ、よく溶かしておく。  
② 鍋を中火にかけ木杓子で混ぜる。焦げつかないように弱火にし、15~20分練り上げる。  
③ 流し箱に入れ冷蔵庫で冷やし固め、適当な大きさに切る。

味噌だれやわさびしょうゆなどお好みで

黒ゴマは腎に働き、体を芯から温めてくれます。高と一緒にとって風邪予防!

**410 手すり風すりごま金**

日本生活協同組合連合会

鉄釜焙煎で旨味・香りを引き出したごまを、すり鉢ですったように仕上げました。

65g **145円**(税込**157円**)  
金ごま(トルコ、エジプト等)

**411 ソフト納豆昆布**

リアス(千葉県・船橋市)

昆布をスライスし、ソフトな食感に仕上げました。ご飯にふりかけたり、お吸い物・酢の物の具にどうぞ。

◎180日 35g **300円**(税込**324円**)  
昆布(北海道)

**654 いりぬか** 前日OK!

川光商事(東京都・中央区)

蒸気を使用しているため、均一に煎られています。

500g **110円**(税込**119円**)  
米ぬか(国内産) [放] 137Cs=2.2

**412 無茶々園鷹の爪**

無茶々園(愛媛県・西予市)

農業、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の唐辛子を、丸ごと丁寧に乾燥させました。

◎180日 7g **240円**(税込**259円**)  
唐辛子(愛媛県)

**413 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 **480円**(税込**518円**)

**414 練り胡麻・黒**

大村屋(大阪府・大阪市)

軽く炒り上げた黒胡麻を、粒子の細かいクリーム状にしました。皮を剥かずにはペースト状にしています。

240g **630円**(税込**680円**)  
黒胡麻(ミャンマー)

**627 プロスパゲッティ(1.6mm)** 特 前日OK!

ニューオークボ(千葉県・柏市)

デュラム小麦の良質部分だけを使ったぜいたくなスパゲッティ。高温をかけるに製麺し72時間以上かけて乾燥。

450g **370円**(税込**400円**)  
小麦(カナダ、アメリカ)

**628 プロスパゲッティ(2.0mm)** 特 前日OK!

ニューオークボ(千葉県・柏市)

麺に熱を加えないよう時間をかけて作りまし。小麦の栄養と旨味が熱に破壊されず残っています。

450g **370円**(税込**400円**)  
小麦(カナダ、アメリカ)

**415 パルメザンチーズ**

日本生活協同組合連合会

ニュージーランド産とオーストラリア産原料を100%使用した、豊かな風味とコクのパルメザンチーズです。スパゲッティ、グラタンなどの味をいっそう引き立てます。

70g **332円**(税込**359円**)  
生乳(ニュージーランド・オーストラリア)

**617 バジルペースト** 前日OK!

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

大分県で無農薬で栽培されたバジルを使用。調味料を最低限に抑えているので、各種料理に利用できます。原材料にはちみつを含みます。

95g **745円**(税込**805円**)  
バジル(大分県)

**味噌煮込みうどん**

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。

◎180日 米・大豆

**418 1袋** 94g **140円**(税込**151円**)  
**419 5袋** 94g×5 **694円**(税込**750円**)  
小麦(北海道)

**541 有機ピザソース** 前日OK!

ヒカリ食品(徳島県・上板町)

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

225g **400円**(税込**432円**)  
トマト(国内産、アメリカ、他)

**618 強力全粒粉(北海道産小麦使用)** 前日OK!

江別製粉(北海道・江別市)

北海道産のハルユタカ、ホロシリ、ホクシンのブレンド。食物繊維、ミネラルを含んだ全粒粉。

◎120日 小

500g **365円**(税込**394円**)  
小麦(北海道)

**416 焼き塩さば** 前日OK!

千葉産直サービス(千葉県・千葉市)

銚子港で水揚げされた旬のさばに純米酒をふりかけ、直火であぶってから仕込みに焼く。香ばしい味です。

100g(固形量80g) **349円**(税込**377円**)  
さば(千葉県)

**417 ミネろイワシ缶(味付)** 前日OK!

千葉産直サービス(千葉県・千葉市)

脂ののった真いわしを奄美・喜界島産さとうきび100%の粗糖と長期熟成の杉樽仕込み醤油で仕上げました。

100g(固形量70g) **280円**(税込**302円**)  
いわし(銚子沖) [放] 不検出<0.9<1.0

**お鍋一つでできます**

九州産小麦を100%使用した「島原手延べそうめん」に、野菜の出汁を使ったスープを合わせました。

みそ半(長崎県・南島原市)

**420 隠れ岩松 野菜だしにゆうめん** 特 前日OK!

180g(凍80g×2 スープ70g×2) **335円**(税込**362円**)  
小麦粉(国内産)

「島原手延べそうめん」に、焙焼して風味を引き出した長崎県の飛魚(あご)を使ったスープを合わせました。

みそ半(長崎県・南島原市)

**421 隠れ岩松 飛魚だしにゆうめん** 特 前日OK!

176g(凍80g×2 スープ70g×2) **335円**(税込**362円**)  
小麦粉(国内産)

**日用雑貨**

家庭から化学物質を排除しましょう!

- 合成界面活性剤を含むものは扱いません。
- 生分解性が良く、人体にも優しいせっけんをおすすめします。

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

**778 粉石けん せっけんの街** 前日OK!

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**)

**822 固形せっけん うてなちゃん** 前日OK!

せっけんの街(千葉県・柏市)

原料油脂のうち7割が、家庭で使用された廃食油。水を含んだスポンジでせっけんをとってお使いください。

250g **335円**(税込**369円**)

**422 台所用米ぬか粉せっけん** 前日OK!

ポーソー油脂(東京都・中央区)

米ぬか由来の油脂を主原料にした水環境と手肌にやさしい台所用石けん。合成界面活性剤、蛍光増白剤不使用。

330g **360円**(税込**396円**)

**819 米ぬか台所用液体せっけん詰替用** 前日OK!

ポーソー油脂(東京都・中央区)

米ぬか脂肪酸とヤシ脂肪酸を組み合わせ、手肌にやさしい液体石けん。さわやかな柑橘系の合成香料使用。

400ml **189円**(税込**208円**)

**858 美の友 浴用石けん** 前日OK!

不動化学(大阪府・大阪市)

浴用から台所まで使える万能石けんです。香料、保存料、着色料不使用。

120g×3 **450円**(税込**495円**)

**827 詰替用 パックスナチュロンシャンプー** 前日OK!

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

ヒマワリ油を使用した髪にやさしい植物性石けんシャンプーです。シトラスフローラルの香りです。

500ml **650円**(税込**715円**)

**831 詰替用 パックスナチュロンリンス** 前日OK!

太陽油脂(神奈川県・横浜市)

石けんシャンプーを使用した後の髪を弱酸性に戻し、しっとり艶やかに保つ専用のリンスです。シトラスフローラルの香りです。

500ml **650円**(税込**715円**)

**874 スクワナチュレハンドクリーム** 前日OK!

ポーソー油脂(東京都・中央区)

スクワラン油を主体に作った手あれ防止のクリーム。水仕事の後に。かかとやひじのお手入れにも。

80g **470円**(税込**517円**)  
スクワラン油(国内産)

**423 花束ペーパータオル(ハード)** 前日OK!

丸富製紙(静岡県・富士市)

再生紙100%のハードペーパータオル。220mm×200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭きとれます。

200枚 **130円**(税込**143円**)

**898 花束吸収名人キッチンペーパー** 前日OK!

丸富製紙(静岡県・富士市)

組合員から回収した牛乳パックが原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。

100w×3箱 **390円**(税込**429円**)

**892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)** 前日OK!

丸富製紙(静岡県・富士市)

牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレトペーパー。シングルです。ゴミになる紙管がありません。

130m×6ロール **480円**(税込**528円**)

**離乳食**

**424 小松菜と人参のお粥**

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

塩など調味料を使用せず国産有機米と国産有機小松菜、国産有機人参を煮込んだお粥です。

100g **380円**(税込**410円**)  
有機米(国内産)

**425 緑黄色野菜のおじや**

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

塩など調味料を使用せず、有機緑黄色野菜と有機米、有機野菜を有機野菜スープで煮込んだおじやです。

100g **380円**(税込**410円**)  
有機米(国内産)

**426 緑黄色野菜の炊き込みごはん**

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

国産緑黄色野菜を国産有機米と有機野菜スープ、だしで煮込み、有機醤油で味付けした炊き込みごはんです。

米・大豆 100g **380円**(税込**410円**)  
有機米(国内産)

**427 ミックス野菜**

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

塩など調味料を使用せず国産有機野菜を栄養たっぷりの有機野菜スープで煮込みました。

100g **380円**(税込**410円**)  
人参(国内産)

**428 鶏肉と野菜の五目煮**

味千汐路(新潟県・糸魚川市)

国産鶏むね肉と国産有機野菜を旨みたっぷりの天然だしと栄養たっぷりの野菜スープで煮込みました。

100g **380円**(税込**410円**)  
人参(国内産)

本当に美味しいのは今から!

生で 鍋で フライで

# おいしい牡蠣を満喫



※イメージ



まるたか水産  
高橋社長

「海のミルク」と言われるほど栄養豊富な牡蠣。特に、鉄、亜鉛、ビタミンB<sub>12</sub>が食品の中でもダントツに多く含まれています。まるたか水産の生かきは水なしパックでお届けするので牡蠣そのものの濃厚な味わいを味わえるのが特徴。今が旬の味を“そのまま”味わってほしいからこそこのこだわりです。

**鮮魚**



牡鹿半島の外洋に面した茨城県中心にお届け。水なしパックなので、かき本来の甘み、食感が楽しめます。

まるたか水産(宮城県・石巻市)  
**429 茨浜湾で育った二年子生かき(生食用)**  
冷蔵 3日 100g **555円**(税込 **599円**) 通常税込 **621円**  
かき(宮城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4



**牡蠣のグラタン**  
大きめサイズで食べ応え!  
スルメイカリング、ほたて、天然エビのミックス。通常よりも大粒です。



トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**435 大粒シーフードミックス**  
凍え 340g **895円**(税込 **967円**) 通常税込 **1004円**  
するめいか・ほたて(国内産)、天然エビ(マレーシア、インドネシア)

価格はそのまま  
**50g増量** チーズ  
**50g増量** シュレット  
よつ葉乳業(北海道・音更町)  
**434 よつ葉シュレットチーズ(増量)2個組**  
よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モッツァレラ)100%。セルロース(結着防止剤)不使用。  
冷蔵 90日 乳 250g+50g×2 **1096円**(税込 **1184円**) 通常税込 **1242円**  
生乳(北海道)



せいふてい(神奈川県・横浜市)  
**436 ホワイトソースルウ**  
乳米小 150g **270円**(税込 **292円**) 通常税込 **302円**  
小麦(国内産)



塩屋(茨城県・ひたちなか市)  
**430 広島県産 冷凍かき**  
広島県産の新鮮なかきを急速凍結しました。鍋、グラタン、ソテーなど幅広く使えます。  
凍 90日 200g **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **559円**  
かき(広島県)

かき好きも納得のフライ!  
三陸産のかきを使用。身がぷりっと引き締まり味も濃厚なかきフライです。  
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**432 高橋徳治商店のかきフライ**  
凍 180日 卵大小 240g **658円**(税込 **711円**) 通常税込 **734円**  
かき(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**433 牡蠣味噌鍋セット**  
凍 60日 米大小 250g(牡蠣150g・タレ100g) **685円**(税込 **740円**) 通常税込 **756円**  
牡蠣(宮城県)



解凍してそのままパスタ、鍋、スープでOK!  
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**431 高橋徳治商店の蒸しかき**  
旨味成分グリコゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので味が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。  
凍 60日 105g **398円**(税込 **430円**)  
かき(宮城県)

お好みの野菜や豆腐をたっぷり加えてどうぞ  
宮城県産の牡蠣を高鮮度の状態で急速凍結。オリジナルのこだわり味噌ダレを添付。鍋に味噌ダレと水300cc、冷凍の牡蠣、お好みの野菜などを加えてどうぞ。  
高橋徳治商店(宮城県・東松島市)  
**433 牡蠣味噌鍋セット**  
凍 60日 米大小 250g(牡蠣150g・タレ100g) **685円**(税込 **740円**) 通常税込 **756円**  
牡蠣(宮城県)



鶏ササミとわかめのしゃぶしゃぶ  
海から採ったそのまんま。茎もついた茶褐色のわかめをお届けします。磯の香りが豊かで、みずみずしいシャキシャキとした食感が楽しめます。湯通しすることで、茶褐色は鮮やかな緑色に変わります。まずはしゃぶしゃぶがおすすめ。わかめが持つ香りと食感が存分に感じられます。  
海から採ったそのまんま。茎もついた茶褐色のわかめをお届けします。磯の香りが豊かで、みずみずしいシャキシャキとした食感が楽しめます。湯通しすることで、茶褐色は鮮やかな緑色に変わります。まずはしゃぶしゃぶがおすすめ。わかめが持つ香りと食感が存分に感じられます。

リアス(千葉県・船橋市)  
**437 採ってそのまま生わかめ**  
冷蔵 届いて2~3日 250g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **448円**  
わかめ(宮城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

今年も「採ってそのまま」のシーズンスタートです  
わかめの概念が覆される、抜群の歯ごたえと磯の香り  
わかめと一緒にしゃぶしゃぶで  
198円/100g  
田仲さん達(茨城県・桜川市)  
**438 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 180日 300g **550円**(税込 **594円**) 通常税込 **605円**  
茨城県

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したばっけ醤油。かつおのたたき、海藻サラダ、焼き魚、お鍋などに。  
前日OK!  
チョーコー醤油(長崎県・長崎市)  
**544 ゆず醤油 かけぼん**  
米大小 400ml **390円**(税込 **421円**) 通常税込 **432円**  
ゆず(国内産)

地域の有機大豆は生産者指定はできません。ご了承ください。また多少の割れ欠け・外皮が黒いものが入る場合があります

**手作りみそ用素材**  
3月1日までに掲載の予定です

生産者と組合員、職員が一緒になって育ててきました。農業無散布・化学肥料不使用。

有機大豆プロジェクトメンバー(茨城県)  
**439 1kg** **850円**(税込 **918円**)  
**440 2kg** **1660円**(税込 **1793円**)  
茨城県

生産者と組合員、職員が一緒になって育てた大豆を蒸し大豆にしました。農業無散布・化学肥料不使用。

常総生協(茨城県・守谷市)  
**441 乾豆 1kg分** **1180円**(税込 **1274円**)  
**442 乾豆 1kg分×2** **2350円**(税込 **2538円**)  
茨城県



どんぐりてい(茨城県・坂東市)  
**443 どんぐりていの米こうじ**  
500g **740円**(税込 **799円**)  
ササニシキ(茨城県)

やまこみぞ(茨城県・守谷市)  
**444 米こうじ 1kg**  
茨城産コシヒカリ100%。すぐ使わないときは塩をまぜて(塩きり)おいて下さい。賞味期限を10日位のばせませす。  
冷蔵 届いて15日前後 米 1kg **880円**(税込 **950円**)  
米(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1

やまつね味噌(千葉県・我孫子市)  
**445 麦こうじ 1kg**  
創立安政2年3月(1855年)創業以来、味噌、麴の製造販売をしてきた、我孫子・布佐にある老舗のみそ屋さん。  
冷蔵 60日 1kg **1400円**(税込 **1512円**)  
大麦(国内産)

青い海(沖縄県・糸満市)  
**512 沖縄の塩「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)

常総生協(茨城県・守谷市)  
**446 みそ作りセット(米こうじ)**  
地場の有機大豆1kg、米こうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。  
米大 大豆1kg、米こうじ1kg、塩1kg **1980円**(税込 **2138円**)  
茨城県

常総生協(茨城県・守谷市)  
**447 みそ作りチャレンジセット(蒸し大豆)**  
地場の有機蒸し大豆1袋、米こうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。  
米大 蒸し大豆1袋、米こうじ1kg、塩1kg **2290円**(税込 **2473円**)  
茨城県

**表示マークのご案内**  
取り扱いサイクル・価格表記  
4週に1回お届け 4週に3回お届け  
隔週お届け 毎週お届け  
シーズン最終 季節商品につき今回で最終  
シーズン初 今季初登場  
新 新発売の商品  
特 特別価格商品

**お届け時の温度帯**  
凍 冷凍品  
冷 冷蔵品  
表記のないものについては常温でのお届けです。  
農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。  
その他  
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しょう!