

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

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3月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	21	22	23	24	25
定番品のお届け	28	1	2	3	4
特別企画品のお届け	7	8	9	10	11

粘り強く 前へ進んで

3.11  
震災から  
11年

# 東北の仲間からの春だより

震災から立ち上がり、今も奮闘している生産者からのメッセージをカタログやNews Letterでお届けします。



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市、震災当時は石巻市)

11年前、組合員と役員がとんでもなく熱い支援を日帰りで通って頂いたこと、絶対に忘れることはありません。支援という言葉は「してあげる」といってどこかそんな感覚で使われますが常総生協では不思議なことに、悲しみと苦しさに寄り添い、汗と涙、そして痛みさえ分かち合うんだと言葉には出さなくともそんな思いが強くあふれ不安でゆれる私たちの心を支えてくれました。自分が辛い時ほど苦しむ人の身になって考え寄り添い、戻ってくる笑顔はどんなに素敵か、しいは自分も辛さを超えて元気になる、そう考えたのは皆さんのおかげ。生協も組合員も生産者もそんな根っこを大切にすれば事業自体も強く歩き始めます。素敵な生協は組合員そのものです、支え合い育てるんです。当社の野菜加工で引きこもりの若者たちとの作業工場を作って沢山の学びを持てられたのも皆さんの思いがあったから。笑顔いっぱい心ゆたかにを夢見て...そんな私はメッセージが込められた練り物の生産者です(笑顔) 代表取締役 高橋英雄



高橋徳治商店の皆さん



若者の就労支援をしている冷凍野菜工場加工した茶豆を使っています

茶豆が鮮やかで香ばしい

北海道産の無リンすり身とたっぷりの茶豆(全体の60%以上)の練り物。自然解凍レンジで温めて。

9 ごろごろ茶豆ちぎり揚 凍 180日 米大 100g 341円(税込) 368円

茶豆(国内産)・すけそうだら(北海道)



国産の無リンすり身を使用、魚の旨味を追及したおでん種セット。

10 おでん種セット 凍 60日 卵米大 7種13品380g 752円(税込) 812円

すけそうだら(北海道)



セット内容: さつま揚げ×2、ソフトはんぺん、玉ねぎ揚げ、ぼたんちくわ×2、ごぼう巻き、白身つみれ×4、小魚つみれ×2

11 ソフトはんぺん 凍 180日 卵米 4枚200g 395円(税込) 427円

すけそうだら(北海道)

担当営業からのおすすめ

昨年、ご好評を頂いた特別パックが、今回限りの再登場となります。復興第一号商品で人気No.1の「おとうふ揚げ」。お鍋や煮物の相性が良い「椎茸入」、「五目」。「五目」で使用している国産野菜の一部は、地域の若者たちの自立・就労支援を目的に竣工した野菜工場加工されたものです。自然災害やコロナ禍に翻弄される1年となるかもしれませんが、11年目も感謝と挑戦の気持ちを忘れず、より美味しい練り物をお届けします!



営業部 高橋敏容さん

おトクな限定企画!

今までの歩みと未来への想いをこめて

復興第一号のおとうふ揚げ(4個)に椎茸入(3個)と五目(3個)の10個セットです。



8 おとうふ揚げ3種セット 凍 180日 米大 3種10品 335g 565円(税込) 610円

すけそうだら(北海道)

コタニ (岩手県・綾里浜)



今、岩手の綾里の浜ではわかめの収穫が始まろうとしています。今年のわかめは、震災前に比べると漁獲量は半分になってしまいましたが、今のところ順調の様です。そんな中でも、組合員に良質な海藻を届けようと、丁寧な選別を心がけて頑張っています。春が旬のわかめ、ぜひ毎日の健康に役立てください。

軟らかいので手でちぎって お好みの大きさにできます



コタニ (岩手県・大船渡市)

14 岩手産さしみ昆布 早採りの軟らかい昆布を湯通し塩蔵しました。水に戻してすぐに使えます。そのまま醤油をかけて、酢の物、炒め物、煮物に。

250g 390円(税込) 421円

昆布(岩手県)



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。

コタニ (岩手県・大船渡市)

12 岩手産切つてある生わかめ 凍 90日 120g 368円(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 むすび昆布 釧路産のやわらかい棹前昆布を結びました。おでん、煮物に。

30g 380円(税込) 410円

昆布(北海道)

センシン食品 (福島県・松川浦)



センシン食品・高橋永真さんと息子の大善さん

震災から11年。浜の設備の復興は進みましたが、やはり震災前の様な賑わいはありません。追い打ちをかけるかの様に魚の漁獲量も減っています(震災前より船が減った事、海流や海の変化による漁獲減など)。そんな中でも、現在若い力が地域を盛り上げようと、頑張っています。

今週のおすすめ

応援します! 福島県産!

3.11の震災後、相馬支援として全国の特産品を集めて誕生した商品です。松前漬の「ねばり」、浜の復興を「ねばーギブアップ」の「ねばり」。「相馬野馬追い」、「旨い松前漬を!」の「うま」。全て掛け合わせ。まさに松前漬のように混ぜて命名されたのが「ねばうま」。昆布のうま味がしっかりしています。塩分も控えめですが、塩味が気になる方は白菜の浅漬を小さく切ってこの「ねばうま」とまぜてください。



供給部 阿部のおすすめ



16 「ねばうま」(松前漬) 凍 米大 100g 418円(税込) 451円

するめいか(北海道)



全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み丸大豆醤油を使用。

シーズン初

雪国山形の春をつけるほろ苦いアブラナ科の葉物です。おひたし、漬物、煮びたし、炒め煮などでどうぞ。農薬無散布。



17 おきたまの莖立菜 約200g 225円(税込) 243円

山形県 [放]不検出<4.1<3.8

無農薬

~桜葉香る春のひもの~



18 真サバ桜葉香仕上げ 島源商店(静岡県・伊東市) 2枚160g 380円(税込) 410円

真さば(長崎県)

春の食卓に



19 無茶々園のせとか 無茶々園(愛媛県・西予市) 700g 798円(税込) 862円

愛媛県

シーズン初

内皮は極薄で、かんきつ類屈指のジューシーさを誇ります。「ゴクゴクと食べる」と言われる柑橘。農薬0~3回。



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

6個310g 574円(税込) 620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

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県	[放]不検出<1.1<0.9
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



**「柏田中の完熟トマト」**  
シーズンスター!  
今年も柏田中の完熟トマトのシーズンが始まりました。常総生協本部から車でわずか20分ほど走ると、「柏田中の完熟トマト」の圃場があります。生産者は鈴木さん、寺田さんのお二人で、毎年3月からスタートします。2月になってからは「柏田中の完熟トマトはいつ出てるの?」と多くの組合員さんから聞かれる、そんな人気のトマトです!

寺田さん  
鈴木さん  
鈴木さんご家族

時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。  
通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい

JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

**21 柏田中の完熟トマト**  
1kg **720円(税込778円)**  
千葉県 [放] 不検出 <4.1 <2.5

温州みかんの中でもやや大きめで、甘酸のバランスが良く、濃厚な味わいが特長です。減農薬栽培。

江川農園(神奈川県・小田原市)  
**江川さんの青島みかん**  
**25 1kg 380円(税込410円)**  
**26 5kg 1800円(税込1944円)**  
神奈川県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

木下さん(愛媛県・西予市)  
**29 しらぬい(デコボン)**  
甘みが強く人気の晩柑。果頂部のデコは樹齢と共に低くなるものもあります。減農薬栽培。  
800g **600円(税込648円)**  
愛媛県

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

小玉サイズのりんごです  
希少な品種で酸味と甘みのバランスが良く、紅玉に近い味わいのりんごです。減農薬・無化学肥料栽培。  
さんさんファーム・宮下さん(長野県・松川町) 3玉  
**34 りんご(ピンクレディー)**  
(450~500g) **420円(税込454円)**  
長野県

ケーアイ農産(青森県・八戸市)  
**36 りんご(ふじ)小玉**  
3~4玉 **530円(税込572円)**  
青森県

料理の薬味にどうぞ  
大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)  
**41 しょうが**  
爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。  
100g **165円(税込178円)**  
高知県

榎谷さん(熊本県)  
**42 にんにく**  
ホワイト種より外皮は紫がかったいます。味は良く香りが強いのが特長です。農薬無散布。  
約100g **220円(税込238円)**  
熊本県

右田さん(熊本県・芦北町)  
**47 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

大木さん(茨城県・常総市)  
**48 大木さんの中玉トマト**  
大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。  
300g **368円(税込397円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3

ご協力ください!!  
少し糖度が少ない  
**りんご!? ふじ**  
通常のりんごより糖度が低いものを通称「青実果」と呼びます。青実果は生育期間中の気温上昇によって、樹体生育が盛んになる事で発生し、温暖化が進むにつれて発生が増えていきます。糖度は落ちるものの、そのまま食べても問題なく、サラダやヨーグルト、ジュースなどにご利用いただけます!今年は温暖化の影響で1トン以上出でてしまいました。安価でお届けしますので、ご協力頂けると幸いです。

りんご(ふじ) ちよっと糖度が低いだけ!  
さんさんファーム・宮下さん(長野県・松川町)  
**22 りんご(ふじ)訳あり**  
3玉 **380円(税込410円)**  
長野県

若干のキズや模様が表面に付きましたが味は問題ないものを大小込みの徳用規格でお届けします。減農薬栽培。  
岩川さん(鹿児島県・屋久島町)  
**28 屋久島タンカン**  
皮がむきやすく果肉はやわらかで多汁。甘みが強く、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。農薬無散布。  
約550g **555円(税込599円)**  
鹿児島県

日向夏の偶発品種。レモン色の果皮でやさしい香りと甘さが特徴。皮が厚めなので包丁等で切って。農薬0~5回。  
無茶々園(愛媛県・西予市)  
**31 無茶々園のはるか**  
1kg **578円(税込624円)**  
愛媛県

親子3代にわたり農業を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用下さい。農薬無散布。  
松永農園(静岡県・静岡市)  
**37 松永さんのレモン**  
400g **410円(税込443円)**  
**38 1kg 824円(税込890円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

種類、お刺身、お肉にも♪  
作本さん(熊本県・熊本市)  
**43 大葉**  
独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。  
10枚 **145円(税込157円)**  
熊本県

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

パリッパリの食感が特徴♪  
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。  
今村さん(北海道・栗山町)  
**49 初恋スマートミニトマト**  
約180g **276円(税込298円)**  
**50 約400g 540円(税込583円)**  
北海道

晩生品種の一番人気  
**しらぬい最盛期!**  
「清見」×「ボンカン」の掛け合わせのしらぬい。熊本果実連の登録商標で「デコボン」の名で有名です。  
甘さ ★★★  
酸味 ★  
食感 プリプリ

ポイント  
①手で簡単にむける  
②薄皮で食べやすい  
③濃厚な甘み

無茶々園(愛媛県・西予市)  
**無茶々園の不知火(デコボン)**  
**23 1kg 698円(税込754円)**  
**24 3kg 1998円(税込2158円)**  
愛媛県

シーズン初の稀少柑橘  
とろける食感がやみつきに!!  
シーズン初  
ブリップリ!?シャキシャキ!?  
新食感と極上の甘み  
**甘平**  
「西の香」×「ボンカン」の掛け合わせですっきりとした重みがあります。パンパンに詰まった果肉と独特の食感が特徴で、ふるさと納税や贈答用として近年人気の品種です。

What's 黄金柑??  
爽やかな香りで果汁たっぷりの果肉が特徴の黄金柑。酸味はひかえめで甘く、果肉がゼリーのようなです。  
海瀬農園(静岡県・沼津市)  
**32 黄金柑**  
黄色い果皮に小さめサイズですが、味と香りのバランスは良くオレンジに近い風味。無化学肥料、減農薬栽培。  
700g **461円(税込498円)**  
静岡県 [放] 不検出 <3.5 <4.1

白石農園(愛媛県・宇和島市) 2~3玉  
**33 甘平(かんべい)**  
愛媛県のみで栽培されている柑橘「甘平」。抜群の甘さとプチプチとした果肉が特徴です。減農薬栽培。  
700g(2~3玉) **920円(税込994円)**  
愛媛県

もっちりした食感と甘味が◎  
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)  
**40 パナナ**  
小規模農家が集まったインカパナナ社より、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)

鮮度が良いシャキシャキの歯ごたえ  
イバラキ食品(茨城県・石岡市)  
**45 もやし**  
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。  
250g **52円(税込56円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

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

井上さん(埼玉県)、岩下さん(熊本県)  
**52 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



From 微生物農法の会 長島さん



無農薬 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

53 長島さんのレタス 1玉 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



無農薬

54 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



無農薬 微生物農法の会・長島さん達(茨城県・行方市)

55 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

組合員さんから教えてもらいました まだまだ寒いこの時期、ひと工夫でおたすけアイテムに

ほうれん草などの青菜をさっと茹でて小分けにし冷凍しておく、ちょっと青みが欲しい時に便利です。また、椎茸なども薄切りにして冷凍しています。野菜炒めなどにちょっと入れる時に助かっています。(守谷市：Aさん)



無農薬 あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)

60 小松菜(少量) 1束(約150g) 150円(税込162円) 茨城県



無農薬 浅野さん(茨城県・常総市)

61 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



福山さん達(宮城県・新富町)

56 ピーマン 約130g 194円(税込210円) 宮城県



岡安さん達(愛知県・幸田町)

57 芽キャベツ 約130g 210円(税込227円) 愛知県



吉澤さん達(群馬県・昭和村)

58 グリーンアスパラ 約100g 275円(税込297円) 群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



吉澤さん達(群馬県・昭和村)

59 ホワイトアスパラ 約100g 258円(税込279円) 群馬県 [放] 不検出 <4.2 <4.2



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

62 ブロッコリー 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)

63 木村さんのキャベツ 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)

64 木村さんの白菜 1個 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <2.9 <3.5



上野さん達(栃木県・上三川町)

65 長ねぎ 500g 220円(税込238円) 栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.7



木村農園(茨城県・つくば市)

66 木村さんのかぶ 1束(4~5玉) 183円(税込198円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



三須さん達(千葉県・富里市)

67 大根 1本(900g以上) 198円(税込214円) 千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

68 高柳さんのれんこん 400g 480円(税込518円) 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



上村さん達(青森県・八戸市)

69 長芋 200g 220円(税込238円) 青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



木村農園(茨城県・つくば市)

70 木村さんの里芋 800g 298円(税込322円) 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



木村農園(茨城県・つくば市)

71 木村さんのごぼう 400g 198円(税込214円) 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)

72 大和田さんのさつまいも 500g 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6



あゆみの会・村野さん達(鹿児島県・中種子町)

73 みつき(安納紅) 500g 400円(税込432円) 鹿児島県



新村さん達(鹿児島県・大崎町)

74 かぼちゃ(カット) 600g前後 554円(税込598円) 鹿児島県



浅野さん(茨城県・常総市)

75 浅野さんの人参 500g 160円(税込173円) 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.5



加瀬さん達(千葉県)

76 人参(洗い) 1kg 390円(税込421円) 千葉県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



渡部さん(北海道・土士幌町)

77 じゃがいも 1kg 330円(税込356円) 北海道



無農薬

78 じゃがいも 3kg 940円(税込1015円) 北海道



まごころの里(北海道・栗山町)

79 玉ねぎ 1kg 230円(税込248円) 北海道

甘さ際立つ天然スイーツ 組合員さんからのクチコミ 熟した様な、ねっとりとした状態で黄色い半透明の色合いもきれいだし、食べながらすごいなあと感じています!(つくば市：Nさん)

きのこ 山田さん(茨城県・つくば市) 83 山田さんのしめじ 200g 250円(税込270円) 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

日持ちがよく、シャキッとしたしっかり食感 丸金(長野県・長野市) 84 えのき茸 200g 208円(税込225円) 長野県

白えのきにはない、コクのある味が特徴 丸金(長野県・長野市) 85 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) 86 安田さんのなめこ 70g 115円(税込124円) 福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

あゆみの会・白鳥干しいも生産組合(茨城県・鉾田市) 81 干しいも 150g 598円(税込646円) さつまいも(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9

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。 82 干し柿(市田柿) 7~8個200g 798円(税込862円) 長野県

村上さん(栃木県・高根沢町) 87 舞茸 100g 196円(税込212円) 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市) 88 エリンギ 100g 261円(税込282円) 三重県

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市) 89 A品 100g 210円(税込227円) 茨城県

90 B品 200g 225円(税込243円) 茨城県

# 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



**91 冷凍かぼちゃ**  
北海道産のかぼちゃ使用。しっとりとした甘いかぼちゃです。煮物やスープに。  
500g **343円**(税込**370円**) 通常税込**380円**  
かぼちゃ(北海道)



**92 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。  
300g **227円**(税込**245円**) 通常税込**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  
**93 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。  
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  
**94 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。  
250g **296円**(税込**320円**)  
枝豆(北海道)



**95 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。  
100g×2 **320円**(税込**346円**)  
大根(国内産) [放] 不検出<3.5<3.0



**96 めはり高菜漬ほんまもん**  
契約栽培した国産高菜を一株づつ丁寧に並べて、塩とウコンだけで漬け込みました。  
150g **440円**(税込**475円**) 通常税込**497円**  
高菜(国内産)



**97 里ごぼう**  
シャキシャキの国産里ごぼうを、醤油をベースにさっぱりとした味に仕上げました。  
100g **417円**(税込**450円**)  
ごぼう(国内産)



**100 農家で漬けたゆず白菜**  
添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間をおけば酸味のある漬物に。  
250g **260円**(税込**281円**)  
白菜(国内産)

今が美味しい時季 **白菜の漬物**  
表紙掲載 **16 松前漬**  
「ねぼうま」に絞って刻んで混ぜてみて!



**98 すっぱいいなか漬(寒干し沢庵・糠漬)**  
原材料: 干し大根、ぬか、食塩、昆布、渋柿の皮、唐辛子  
宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。  
140g **325円**(税込**351円**)  
大根(宮崎県)



**99 糖しほり大根**  
原材料: 大根、砂糖、食塩、米酢  
砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。  
250g **320円**(税込**346円**)  
大根(国内産)



**101 白菜の手もみ漬**  
旬の白菜、きゅうり、人参を食塩と米酢、昆布だけで浅漬けにしました。  
200g **270円**(税込**292円**)  
白菜(国内産)



**102 農家で漬けた白菜漬**  
添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬、時間をおけば酸味のある漬物に。  
250g **260円**(税込**281円**)  
白菜(国内産)

**特** 宮城県仙台市 **趙さんの手作りキムチ**

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。

**103 趙さんの味 はさみ込みキムチ**  
350g **535円**(税込**578円**) 通常税込**589円**  
白菜(国内産)

**104 趙さんの味 熟成白菜キムチ**  
200g **365円**(税込**394円**)  
白菜(国内産)、唐辛子(中国)

**旬の野菜で カンタン漬**

**105 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%。  
120g **420円**(税込**454円**)  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**106 三五八漬けの素**  
700g **435円**(税込**470円**)  
米(国内産)

**107 熟成めか床**  
和歌山県の漬物屋が地元の米糠を使い熟成させためか床。きなこ、渋柿の皮、唐辛子、昆布を加えています。  
1kg **510円**(税込**551円**)  
米ぬか(和歌山県)

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

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

**契約(定期購入) 登録者募集中!**

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

■契約者特別価格について  
・「めぐみちゃん」5kgは、通常組合員価格から**70円(税込76円)**引き。2kgは**25円(税込27円)**引き。  
・「黒澤さんのお米」は、通常組合員価格から**100円(税込108円)**引き。また黒澤さんの無農薬米の「米ぬか」については契約者にのみご要望の際は1kg **180円(税込194円)**でお届けしています。

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

**水海道のめぐみちゃん (コシヒカリ)**

**502001 白米** 5kg **2350円**(税込**2538円**)  
**502002 玄米** 5kg **2250円**(税込**2430円**)  
**502003 白米** 2kg **945円**(税込**1021円**)  
JA常総ひかり・東町特産米組合(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(今播米)** (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)

**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)

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)** (無農薬) 2kg **1630円**(税込**1760円**)  
**502042 つや姫(玄米)** (無農薬) 2kg **1565円**(税込**1690円**)  
**502044 ひとめぼれ(白米)** (無農薬) 5kg **2750円**(税込**2970円**)  
**502045 ひとめぼれ(胚芽精米)** (無農薬) 2kg **1250円**(税込**1350円**)  
おきたま興農舎(山形県・高畠町)

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)

炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に

**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

**502072 有機胚芽玄米「ぐるめくらぶ」**  
1kg **1150円**(税込**1242円**)  
米(岩手県)

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。

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

**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。

# タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)

2005年、地元の新鮮な魚で無添加の缶詰・煮魚を製造開始。しかし2011年、沿岸にあった工場は津波で流されてしまいました。

「地元の素材を丁寧に加工し、広く提案することが地域の復興につながる」と信じ、この11年頑張ってきました。



タイム缶詰 代表の小向長悟さん



ここがモッタイナイ！  
美味しい魚なのに、変わった名前なので利用されません！

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)  
**108** モッタイナイ魚・白身魚切り落としの煮付け  
ねずみざめ(別名:毛鹿鮫)を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。湯煎で。

凍 90日 米 大 小 220g **430円** (税込 **464円**)  
ねずみざめ (太平洋)



ここがモッタイナイ！  
美味しいのに切身としては売れないので残ってしまいます！

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)  
**110** モッタイナイ魚・めかじき切落とし煮付け  
めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。

凍 90日 米 大 小 100g(固形60g)×2袋 **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
めかじき (太平洋)



ここがモッタイナイ！  
美味しい部位なのに下処理が大変なのであまり利用されません！

タイム缶詰 (岩手県・陸前高田市)  
**109** モッタイナイ魚・めかじき尾肉煮付け  
めかじきの尾部分を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。コラーゲン豊富。湯煎で。

凍 90日 米 大 小 200g **430円** (税込 **464円**)  
めかじき (太平洋)

# 東北の浜 応援！



濃厚な旨味の春のかき！

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**111** 高橋徳治商店の蒸し焼き  
旨味成分グリコー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)



今年もいかは大不漁ですががんばって作りました！

共和水産 (岩手県・宮古市)  
**112** 三陸岩手いかの糸造り  
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 180日 80g **435円** (税込 **470円**) 通常税込 **484円**  
するめいか (三陸)



東北の魚屋さんが作った漬魚

東北トクスイ (宮城県・塩釜市)  
**113** 三陸産天然ぶり生姜醤油漬  
三陸産のぶりを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けこみました。

凍 180日 米 大 小 3切180g **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
ぶり (三陸南郡沖) [放] 不検出 <3.8 <2.9

## サッと洗って凍ったまま加熱してください



春はあさりの旬！  
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。

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**114** 国内産冷凍あさり  
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



全国でも有数の産地、地元漁港より新鮮度そのまま冷凍してお届けします。

塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**115** 瀬沼のしじみ(冷凍)  
凍 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

## ちょっと大きめサイズ



ヤマフ (佐賀県・唐津市)  
**118** 九州産真あじの生開き干し  
厳選した九州産の鰯(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)

## 朝食・昼食にピッタリサイズ



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**119** 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)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)  
**120** 甘塩縞ほっけ開き  
脂の乗りがよい縞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**)  
縞ほっけ (アメリカ)



骨丸とどでカルシウム補給！  
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市) 7~12尾

**116** 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、大目サイズのものをお届けします。

凍 180日 7~12尾150g **320円** (税込 **346円**)  
からふとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)



桜葉香る 春の一枚  
島源商店 (静岡県・伊東市)

**117** 伊豆のカマス桜葉香仕上げ  
静岡県伊東産のカマスを開き、塩汁に漬け込み伊豆松崎産の桜葉粉末を振り仕上げました。解凍後焼いてどうぞ。

凍 45日 2枚110g **350円** (税込 **378円**)  
カマス (静岡県)



ごま油と味噌のいいコンビ！  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市) 2枚

**124** 香ばし味噌のさばフィーレ  
ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬けです。野菜をたっぷり加えてホイル焼きも美味。

凍 30日 米 大 200g(片身2枚入) **460円** (税込 **497円**) 通常税込 **518円**  
さば (長崎県、佐賀県)



たっぷりの野菜と いっしょにホイル焼きにも  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市) 5~6切

**125** 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け。冷めても柔らかいのでお弁当にも。

凍 30日 米 大 5~6切170g **645円** (税込 **697円**)  
ぶり (長崎県)



東北トクスイ (宮城県・塩釜市) 3切

**126** しまほっけ黒糖みりん漬  
脂ののったアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりごまをブレンドした特製の調味液に低温で漬け込みました。

凍 米 大 小 3切210g **415円** (税込 **448円**)  
しまほっけ (アメリカ)



身離れがよい魚で食べやすいです  
タイマツ(鳥取県・米子市)

**127** 氷温造り 生姜焼き用シルバー切身  
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)を生姜醤油に漬けて氷温熟成させました。

凍 180日 米 大 小 2切140g **350円** (税込 **378円**)  
シルバー (主にニュージーランド)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)  
**128** 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 **425円** (税込 **459円**)  
紅鮭 (ロシア)



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

凍 180日 3切165g **530円** (税込 **572円**)  
紅鮭 (ロシア)



ヤマボシ (静岡県・焼津市)  
**130** めばちまぐろカマ  
遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。

凍 60日 3個300g **450円** (税込 **486円**)  
めばちまぐろ (太平洋)



オリーブオイル+黒コショウ+バジルでイタリアンなひと皿に！  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

**131** 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 **528円** (税込 **570円**) 通常税込 **592円**  
秋鮭 (北海道)



骨が気にならないので炒めものなどに気軽に使えます！  
鳴門魚類 (徳島県・鳴門市) 5~8枚

**132** 真あじフィーレ  
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)

# 山陰・浜坂からの春だより



ほたるいかの新物は4月にお届けします！お楽しみに！  
山本静雄 (山陰)



特 酢味噌で春の味  
山米 (兵庫県・新温泉町)

**133** 釜揚げほたるいか(ポイル漬)  
旬の時期に漁獲した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 **380円** (税込 **410円**) 通常税込 **451円**  
ほたるいか (兵庫県)



調理例  
山米 (兵庫県・新温泉町) 5~7尾

**134** 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)



特  
山米 (兵庫県・新温泉町)

**135** 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 **365円** (税込 **394円**) 通常税込 **410円**  
ほたるいか (兵庫県)



山米 (兵庫県・新温泉町)

**136** 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)

流水解凍ですぐ出せるひと皿



生きたまま急速凍結!  
だから新鮮! **特**



流水解凍で  
本格まぐろ丼 **特**



かぶらがいい  
アクセント! **特**

ヤマボシ (静岡県・焼津市)  
**137** 焼津港の  
ところかつお刺身用  
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。生きた  
まま凍結した原料なので鮮度抜群。  
凍 賞30日  
170g (2個) **535円** (税込 **578円**) 通常税込 **594円**  
かつお (日本太平洋沖合北部)

ヤマボシ (静岡県・焼津市)  
**138** 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 賞30日  
100g **550円** (税込 **594円**) 通常税込 **610円**  
めばちまぐろ (太平洋)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
**139** 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 賞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)

骨丸ごと! カルシウム補給に



ずっと不漁で  
作れませんでした  
やっと出来ました! **特**



柔らかな  
釜揚げです! **特**



夕食の  
「あと一品」にも! **特**

武田食品 (兵庫県・洲本市)  
**140** いかなぎ釘煮  
朝一番に水揚げされた新鮮ないか  
なぎを使用。ほんのりとした苦味と、素  
材の旨みを活かし、味付けしました。  
冷 賞90日 米 大 小  
80g **580円** (税込 **626円**) 通常税込 **648円**  
いかなぎ (兵庫県)

ヤマタ水産 (愛知県・名古屋市)  
**141** 篠島産釜揚げしらす  
2個組  
篠島産の大さ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 賞180日  
70g x 2 **560円** (税込 **604円**) 通常税込 **626円**  
いわし稚魚 (愛知県)

千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)  
**142** 骨までやわらか  
いわしおかか煮  
加圧処理済みで骨まで食べられます。  
醤油ベースの煮汁に生姜、鰹節を加  
えました。加工濃粉: 全体の0.6%。  
凍 米 大 小  
75g x 2 **355円** (税込 **383円**) 通常税込 **399円**  
真いわし (国内産)

春の食卓に大活躍の水産加工品

使い切りパックで便利 **特**  
遠州灘~伊勢湾  
にかけての海域  
で獲れた鮮度の  
良いしらすを塩  
茹でし、軟らかく  
干しました。  
海水水産 (静岡県・浜松市)  
**143** しらす干し  
凍 賞120日 20g x 3 **435円** (税込 **470円**) 通常税込 **486円**  
しらす (遠州灘~伊勢湾)

おにぎりに!  
国産の小魚とア種類の  
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。  
塩屋 (茨城県・ひたちなか市)  
**144** 魚屋さんの混ぜちりめん  
凍 賞30日 米  
50g **330円** (税込 **356円**)  
しらす (遠州灘~伊勢湾)

淡水産 (宮城県・石巻市)  
**145** 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 賞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)

淡水産 (宮城県・石巻市)  
**146** 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 賞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)

三寒四温  
ちょっと寒い夜は  
つみれ汁! **特**  
大新 (鳥取県・境港市)  
**151** いわしごぼうつみれ  
国産いわし、トビウオのすり身に、ご  
ぼうを加えました。  
凍 賞120日 米 小  
180g **325円** (税込 **351円**) 通常税込 **362円**  
いわし (国内産)

次回値上げ **特**  
ノルウェー産のさば  
を、甘塩タイプの塩  
さばにしました。脂  
質20%以上で、脂  
がのっています。  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
**147** 氷温造り 甘塩さば切身4切  
凍 賞120日 4切260g **435円** (税込 **470円**) 通常税込 **486円**  
さば (ノルウェー)

次回値上げ **特**  
ノルウェー産のさ  
ばを使用し紀州  
南高梅干しを  
丸々1個入れ、香  
り高く煮付けま  
した。湯煎で簡単  
にできます。  
ダイマツ (鳥取県・米子市)  
**148** 氷温造り さばの梅煮  
凍 賞180日 米 大 小  
100g (固形量70g) x 3切 **550円** (税込 **594円**)  
さば (ノルウェー)、梅 (和歌山県)

トクスィコーポレーション (東京都・中央区)  
**149** 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 賞 米  
180g **365円** (税込 **394円**) 通常税込 **410円**  
えび (インド)、アカイカ (北太平洋)

共和水産 (岩手県・宮古市)  
**150** 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。炒め物、煮物などに。  
凍 賞 米  
3~6枚230g **410円** (税込 **443円**)  
するめいか (岩手県、青森県) [販] 不検出 <3.8 <3.9

大新 (鳥取県・境港市)  
**151** いわしごぼうつみれ  
国産いわし、トビウオのすり身に、ご  
ぼうを加えました。  
凍 賞120日 米 小  
180g **325円** (税込 **351円**) 通常税込 **362円**  
いわし (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。

大正三年創業  
長崎蒲鉾  
主に九州、長崎に揚がる新鮮な魚を原料  
とし、丁寧な練り物作りを行っています。  
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。  
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**152** 長崎 漁師揚げ  
冷 賞7日 卵  
100g **290円** (税込 **313円**)  
雑魚 (長崎県)

高橋徳治商店 こだわりの練り物  
カット面が彩り鮮やか  
お弁当にも **特**  
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**158** 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種の野菜  
(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。  
凍 賞180日 米 大 5個175g **312円** (税込 **337円**)  
すけそうだら (北海道)

もっと魚を食べほしい! **特**  
白身魚を食べやすい  
ナゲットに大変身!  
地元宮城の生協組合員さんと共同で開発。  
「魚の臭みはないか」「食感は」  
「塩加減や香辛料の塩梅は」  
「子どもの手でつかみやすい  
か」試食と試行を重ね、理想  
を形にしました。

具材に枝豆、莖  
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。  
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**153** 長崎 彩り莖わかめ天  
冷 賞30日 米 大 5枚100g **258円** (税込 **279円**)  
スケトウダラ・莖わかめ (国内産)

煮物や炒め物、うどん・そばの具材にも **特**  
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。  
長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**154** 長崎 もずく天  
冷 賞8日 米 米 2枚 **368円** (税込 **397円**)  
魚肉 (国内産・タイ)、もずく (国内産)

シーズン最終 **特**  
お好みの野菜や豆腐を  
たっぷり加えて  
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)  
**159** 牡蠣味噌鍋セット  
凍 賞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)

ザックリふんわり食感  
自然解凍OK **特**  
たっぷりの白身  
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。  
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**160** パクパクなぎょっと  
凍 賞180日 米 大  
160g (8個) **298円** (税込 **322円**) 通常税込 **335円**  
カナガシラ (国内産)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**155** 長崎 うすら天  
うすら卵を丸ごとすり身に包んだ揚  
げ蒲鉾です。おでん種の1品や煮物、  
お弁当のおかすにも。  
冷 賞30日 卵 米  
3個入 **290円** (税込 **313円**)  
魚肉・うすら卵 (国内産)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**156** 長崎 いか天  
いかの胴部分のカットと、いかのミン  
チをすり身に混ぜて独特の食感に仕  
上げた、いかたっぷりの揚げ天です。  
冷 賞7日 米  
30g x 4 **270円** (税込 **292円**)  
すけそうだら (北海道、アメリカ)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)  
**157** 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 賞7日 卵 米  
25g x 5 **368円** (税込 **397円**)  
甘鯛 (長崎県)

惣菜やお酒のつまみに **特**  
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**161** 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 賞180日 米  
100g **315円** (税込 **340円**)  
すけそうだら (北海道)

お弁当にも使い勝手のよい大きさです **特**  
高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)  
**162** ミニ笹かまぼこ  
旨味の濃い宮城県産の小魚と北海道のスケソウダラすり  
身に笹かまぼこに焼き上げました。  
凍 賞180日 卵 米  
8枚136g **320円** (税込 **346円**)  
小魚すり身 (宮城県)、タラすり身 (北海道) [販] 不検出 <3.7 <3.9



# 中津ミートの精肉・味付け肉応援

# 全品大特価特集!



中津ミートの皆さん

### 丹沢高原豚の基準

〈銘柄豚名〉丹沢高原豚  
 〈生産者〉海老名畜産/海老名畜産(有)  
 神奈川県愛甲郡愛川町三増  
 〈品種〉L(ランドレース)  
 W(大ヨークシャー)  
 D(デュロック)



### 産直豚肉の特徴

#### 味について

・さつまいも・大麦を使用することにより、脂肪の融点を程よく上げ、また甘味のある脂肪に仕上げ、豚肉を風味ある味にしています。

・肥育期の飼料に合成アミノ酸、肉骨粉、動物性油脂などを使用すると低コストで早く肥育できますが、獣臭がしてしまいます。育成期、肥育期の全てで魚粉を使用することにより、獣臭を抑え臭みのない豚肉にしています。

### 育成期・肥育期の飼料について

- ・飼料の内容を公開しています。
- ・豚肉の味は、品種35%、飼料65%で決まるといわれていますが、より美味しい豚肉にするため肥育期の飼料にサツマイモ・大麦を使用しています。
- ・非遺伝子組換え・PHF(収穫後に農薬を使用していない農作物)のトウモロコシ・大豆を使用しています。
- ・肥育期の飼料には一切の薬剤を使用していません。
- ・動物性油脂は使用せず、植物性油脂(大豆油かす)を使用しております。

### 育成期・肥育期飼料(公開指定配合)

#### 食肉の安全性と品質を考慮し、飼料を公開しています

- ①非遺伝子組換え・PHF(収穫後に農薬を使用していない農作物)のトウモロコシ・大豆を使用しています。
- ②仔豚幼児期の飼料には、肺炎や下痢症予防のため抗生物質等の薬剤を餌に使用しておりますが、肥育期の飼料には一切の薬剤を使用していません。
- ③動物性油脂は使用せず、タンパク源に魚粉を使用しています(一般の配合飼料にはタンパク源として合成アミノ酸や肉骨粉が使用されています)。
- ④国産飼料用玄米を使用しています。味や肉質が向上するだけでなく、食料自給率の強化、耕作放棄地の対策、海外産穀物飼料の供給懸念や価格高騰の不安要因の対策につながります。

原材料の区分	配合割合	原材料名
穀類	84%	国産飼料用玄米
		大麦
		トウモロコシ
		マイロ
植物性油かす類	14%	甘藷(さつまいも)
		大豆油かす
動物性飼料	1.0%	魚粉
その他	1.1%	炭酸カルシウム
		リン酸カルシウム
		食塩



286円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**163 丹沢高原豚 ロースしゃぶしゃぶ用**  
 きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ約2mm。

冷蔵 賞4日  
 200g **530円(税込572円)** 通常税込594円  
 神奈川県



244円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**164 丹沢高原豚 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。

冷蔵 賞4日  
 200g **451円(税込487円)** 通常税込509円  
 神奈川県



238円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**165 丹沢高原豚 パラスライス**  
 脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。

冷蔵 賞4日  
 200g **440円(税込475円)** 通常税込497円  
 神奈川県



222円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**166 丹沢高原豚 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 **410円(税込443円)** 通常税込464円  
 神奈川県



284円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**167 丹沢高原豚 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 **525円(税込567円)** 通常税込589円  
 神奈川県



235円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**168 丹沢高原豚 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、そのまま塩焼き等でもおいしいです。

冷蔵 賞4日  
 200g **434円(税込469円)** 通常税込490円  
 神奈川県



286円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**169 丹沢高原豚 ロース塩こうじ漬**  
 豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。

冷蔵 賞6日 米  
 2枚 200g **530円(税込572円)** 通常税込594円  
 豚肉(神奈川県)



219円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**170 丹沢高原豚 豚こま味噌漬**  
 豚こまを自家製味噌で漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。

冷蔵 賞6日 落米大  
 200g **405円(税込437円)** 通常税込448円  
 豚肉(神奈川県)



251円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**171 丹沢高原豚 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 **465円(税込502円)** 通常税込524円  
 神奈川県



258円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**172 丹沢高原豚 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 **478円(税込516円)** 通常税込538円  
 神奈川県



187円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**173 丹沢高原豚 小間切**  
 各部位から集めています。

冷蔵 賞4日  
 200g **345円(税込373円)** 通常税込389円  
 神奈川県



184円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**174 丹沢高原豚 豚挽肉**  
 赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵 賞4日  
 200g **340円(税込367円)** 通常税込383円  
 神奈川県

## 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!



222円/100g

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 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。

冷蔵 賞届いて4日  
 500g **1030円(税込1112円)**  
 茨城県



273円/100g

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 ローススライス**  
 ロースポークをローズスライスにしました。炒め物や揚げ物に!

冷蔵 賞届いて4日  
 250g **632円(税込683円)** 通常税込693円  
 茨城県



238円/100g

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 パラスライス**  
 厚さ3~3.5mm。

冷蔵 賞届いて4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

**178 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 賞届いて4日  
 250g **528円(税込570円)**  
 茨城県



254円/100g

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 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。とんかつやソーテー等に。

冷蔵 賞届いて4日  
 2枚 200g **470円(税込508円)** 通常税込513円  
 茨城県



163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 徳用小間切**  
 小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞届いて4日  
 200g x2 **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

**181 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 賞届いて4日  
 150g x2 **460円(税込497円)**  
 茨城県



201円/100g

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

冷蔵 賞14日 米大 小  
 250g **465円(税込502円)** 通常税込508円  
 豚肉(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 挽肉**  
 赤身率は8割です。

凍 賞30日  
 300g **460円(税込497円)** 通常税込502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)。



211円/100g

秋川牧園(山口県・山口市)

**189 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。ほしい分だけ簡単に取り出せるバラ凍結。

凍 賞180日  
 300g **585円(税込632円)** 通常税込643円  
 鶏肉(山口県・島根県・福岡県・熊本県)



130円/100g

野口さん達(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 賞180日  
 300g **360円(税込389円)** 通常税込400円  
 茨城県



173円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**185 つくば茜鶏 モモ**  
 ジュ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 **480円(税込518円)** 通常税込529円  
 茨城県



202円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**186 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

野口さん達(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 賞180日  
 250g **490円(税込529円)**  
 茨城県



212円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**188 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



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**190 つくば茜鶏 手羽先**  
ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

142円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**191 つくば茜鶏 手羽元**  
唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

104円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**192 つくば茜鶏 レバー**  
生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 賞180日

250g **240円**(税込**259円**)

茨城県

143円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**193 つくば茜鶏 挽肉**  
各部位からなるバラ凍結品。

凍 賞180日

500g **660円**(税込**713円**)

茨城県

中津ミート

**畜産加工品 イチオシ商品!**



中津ミート (神奈川県・愛川町)

**200 中津肉団子 (甘酢タレ)**  
中津の自家牧場の豚肉と茨城県産牛肉の合挽を使用。甘酢仕上げ。美味しく、安心できる肉団子です。

凍 賞24日 米大 小

240g (9個入) **405円**(税込**437円**) 通常税込**450円**

豚肉 (国内産)

中津ミート (神奈川県・愛川町)

**201 中津のミートソース 2パック**  
中津ミートの豚肉たっぷりのソース。化学調味料を使わない、シンプルな味付け。パスタなら1パックで2人前。

凍 賞24日 大

250g x2 **776円**(税込**838円**) 通常税込**880円**

豚肉 (国内産)

ラザニア皮はP12にて掲載中です

大特価

**牛肉**

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

448円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

**194 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。

凍 賞6日

200g **830円**(税込**896円**)

茨城県

302円/100g



JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山

**195 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 賞30日

250g **698円**(税込**754円**)

茨城県

438円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**196 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし**  
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 賞30日

170g x2 **1380円**(税込**1490円**)

鹿児島県

612円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

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

凍 賞30日

180g **1020円**(税込**1102円**) 通常税込**1123円**

鹿児島県

301円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**198 国産牛小間切**  
ウテ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

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

福岡県、大分県

214円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

**199 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 賞30日

200g **395円**(税込**427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。



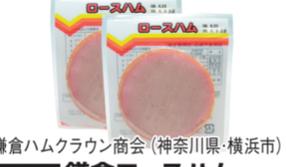
鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**202 鎌倉マイルドポーク ウィナー×2**  
焼き塩を使用しているため塩加減がとれてマイルドに仕上がっています。

凍 賞10日

94g x2 **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)

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

凍 賞15日

60g x2 **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)

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

凍 賞10日

49g x3 **265円**(税込**286円**) 通常税込**297円**

豚肉 (国内産)



鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**205 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。

凍 賞15日

30g x5 **385円**(税込**416円**)

豚肉 (国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

**206 中津バラベーコン スライス**  
甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。

凍 賞7日

100g **370円**(税込**400円**) 通常税込**410円**

豚肉 (国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

**207 中津ボンレスハム スライス**  
自社農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルに仕上げました。

凍 賞7日

100g **342円**(税込**369円**) 通常税込**380円**

豚肉 (国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

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

凍 賞7日

120g **280円**(税込**302円**) 通常税込**313円**

豚肉 (国内産)



中津ミート (神奈川県・愛川町)

**209 中津のハンバーグ (ミニ)3パック**  
豚肉の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。

凍 賞180日 卵乳小

(30g x6) x3 **978円**(税込**1056円**) 通常税込**1078円**

豚肉 (国内産)



ミートバル村山 (茨城県・土浦市)

**210 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。

凍 賞7日 米大 小

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

豚肉 (茨城県)



野口さん達 (茨城県・桜川市)

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

凍 賞180日 乳

160g **350円**(税込**378円**)

鶏肉 (茨城県)



大進食品 (神奈川県・横浜市)

**212 神戸満る里の 牛生ハンバーグ**  
国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。※ビニールが挟まっているので冷凍時でも割かせます。

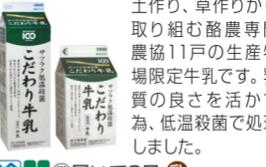
凍 賞180日 卵乳大 小

130g x4個 **888円**(税込**959円**) 通常税込**998円**

牛肉・玉ねぎ・卵 (国内産)

**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**

凍 賞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・スープ 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

**16ページにはちみつ特集 あります**

藤井養蜂場のジャムシリーズ



藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

**213 いちじくジャム**  
いちじくの風味を生かし、糖度40度の低糖ジャムに仕上げました。お菓子作りにも。原材料にはちみつを含みます。

凍 賞180日

180g **460円**(税込**497円**)

いちじく (広島県)

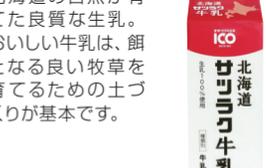
藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

**214 白桃ジャム**  
長野県産川中島白桃を使用。清涼感のある甘みが特徴。糖度40度の低糖度仕上げ。原材料にはちみつを含みます。

凍 賞180日

180g **430円**(税込**464円**)

桃 (長野県)



サツラク農協 (北海道・札幌市)

**4 サツラク牛乳**

凍 賞15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4



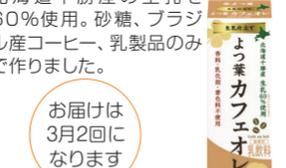
北海道酪農公社 (北海道・江別市)

**5 おいしさまるやか (成分調整牛乳)**

凍 賞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)

**217 生乳仕立て よつ葉カフェオレ**

凍 賞10日 乳

1ℓ **277円**(税込**299円**)

生乳 (北海道)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

**215 栗ジャム**  
国産の栗を蒸し上げ、ひとつひとつ実を取り出し、ペースト状にしたものに粗糖を加え、直火炊きました。

賞180日

120g **650円**(税込**702円**) 通常税込**713円**

栗 (熊本県)



味日本 (広島県・広島市)

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

乳小

104.4g (17.4g x6袋) **440円**(税込**475円**) 通常税込**486円**

とうもろこし (北海道)



創健社 (神奈川県・横浜市)

**216 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。

米大 小

10g x4 **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。

凍 賞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)を鶏に与えています。

凍 賞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「やさと仲間」 平飼卵**  
開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。

凍 賞6日 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)

**218** 6枚 **219** 8枚 **220** ノースライス

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

270円(税込292円) 270円(税込292円) 260円(税込281円)

【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 小

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

**221** 8枚 **222** ノースライス

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

**223** 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

届いて1~2日 小

1斤 **300**円(税込**324**円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

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)

**224** 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

届いて1~2日 小

1斤 **616**円(税込**665**円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

**225** 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

届いて1~2日 小

3個 **300**円(税込**324**円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.9

地元で愛されるパン屋

クローヌジャボン (茨城県・取手市)

**226** 半斤3枚 **227** 1斤6枚

クローヌの角形食パン

届いて2日 乳 小

140円(税込151円) 270円(税込292円)

小麦 (アメリカ、他)

クローヌ

クローヌの食パンのノースライスです。

1斤8枚 **270**円(税込**292**円)

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)

**229** ノースライス

1斤 **265**円(税込**286**円)

いばらきベーグル (茨城県・常総市) 1個入

**230** 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

凍 届いて30日 米 小

1個 **162**円(税込**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

**231** 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

凍 届いて30日 米 小

1個 **194**円(税込**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

**232** いちごベーグル

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

凍 届いて30日 米 小

1個 **217**円(税込**234**円) 通常税込**240**円

小麦(北海道)、いちご(茨城県)

いばらきベーグル (茨城県・常総市) 1個入

**233** れんこんベーグル

国産小麦(北海道)と玄米粉(米粉、茨城県)をブレンドした生地に、れんこんを混ぜ合わせました。

凍 届いて30日 米 小

1個 **221**円(税込**239**円)

れんこん(茨城県) 【放】不検出 <3.7 <3.8

オートミールフレークの香ばしさが特徴のベーグルに仕上がっています

いばらきベーグル (茨城県・常総市)

**234** オートミールベーグル

原材料:小麦粉(北海道)、玄米粉(茨城県)、オート麦、粗製糖、天日塩、天然酵母

凍 届いて30日 米 小

1個 **216**円(税込**233**円) 通常税込**239**円

オート麦(鹿児島)

いばらきベーグル (茨城県・常総市)

**235** 全粒くるみレーズンベーグル

くるみとレーズンを生地にたっぷり混ぜ合わせ、そのままでも美味しくお召上がり頂けます。

凍 届いて30日 米 小

1個 **221**円(税込**239**円)

小麦粉(北海道)

いばらきベーグル (茨城県・常総市)

**236** 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上がり頂けます。

凍 届いて30日 乳 米 大 小

1個 **221**円(税込**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)

**237** 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。

凍 届いて30日 米 小

1個 **189**円(税込**204**円) 通常税込**210**円

小麦粉・小豆(北海道)

いばらきベーグル (茨城県・常総市)

**238** プリュッセルワッフル

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

凍 届いて180日 卵 乳 大 小

約65g×6 **605**円(税込**653**円)

小麦(カナダ、他)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

**239** 国産全粒粉プチパン

原材料:小麦粉、全粒粉、天然酵母、ロースト胚芽、てんさい糖、生イースト、塩

凍 届いて180日 小

約40g×5 **415**円(税込**448**円)

小麦(国内産)

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

**240** レンジdel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で、保存料や着色料・アミノ酸も不使用。

凍 届いて180日 小

90g×3個 **487**円(税込**526**円) 通常税込**537**円

小麦粉(国内産)

いばらきベーグル (茨城県・常総市)

**241** 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。

届いて7~11日 乳 100g **500**円(税込**540**円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2

# 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

カプレーゼ

リユース瓶でお届けします

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

**241** 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。

届いて7~11日 乳 100g **500**円(税込**540**円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2

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。

届いて10~11日 乳

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

**242** プレーン 400g **361**円(税込**390**円)

**243** 微糖 400g **370**円(税込**400**円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.4 <3.4

薄くスライスしてチーズトーストで!

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

**244** 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。

届いて7日以上 乳

40g **292**円(税込**315**円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.8 <4.1

バジル産有機栽培

鈴木牧場(茨城県・石岡市)

**245** 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。手で裂いてお召上がりください。

届いて14日以上 乳

30g **199**円(税込**215**円)

生乳(茨城県) 【放】不検出 <3.3 <3.1

福島の酪農応援!

酪王乳業(福島県・郡山市)

**246** 酪王乳業 生乳たっぷりのおよヨーグルト 2本組

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

届いて19日 乳

180ml×2 **240**円(税込**260**円) 通常税込**276**円

生乳(福島県)

ホリ乳業(石川県・金沢市)

**246** 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。

届いて21日 乳

380g **550**円(税込**594**円)

生乳(石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0

ホリ乳業(石川県・金沢市)

**247** 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。

届いて21日 乳

90g×3 **465**円(税込**502**円)

生乳(石川県) 【放】不検出 <4.0 <4.0

サツラク農協(北海道・札幌市)

**248** 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。

届いて18日 乳

500g **265**円(税込**286**円)

生乳(北海道) 【放】不検出 <3.9 <3.1

サツラク農協(北海道・札幌市)

**249** 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)

届いて18日 乳

80g×3 **212**円(税込**229**円)

生乳(北海道) 【放】不検出 <3.9 <3.1

酪王乳業(福島県・郡山市)

**250** 酪王乳業 生乳たっぷりのおよヨーグルト 5本組

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

届いて19日 乳

180ml×5 **590**円(税込**637**円) 通常税込**680**円

生乳(福島県)

創健社(神奈川県・横浜市)

**251** 創健社 ハイプラスマーガリン

べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まるでココクのあるマーガリンです。

届いて15日 乳 大

180g **296**円(税込**320**円)

やさしい甘さのみかんにゆずを加え、香り豊かに仕上げました。国産柑橘の素材をいかした美味しさです。

よつ葉乳業(北海道・音更町)

**252** よつ葉のむヨーグルト(国産みかん&ゆず)

届いて21日 乳

250g **176**円(税込**190**円)

生乳(北海道)、みかん・ゆず(国内産)

乳原料は100%北海道産。乳原料の美味しさに自信があるからこそそのシンプルな素材で作りました。微糖タイプ。

よつ葉乳業(北海道・音更町)

**253** よつ葉のむヨーグルト(やさしい甘さ)

届いて21日 乳

250g **176**円(税込**190**円)

生乳(北海道)

濃厚プリン

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

**254** 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。

届いて30日 卵 乳 大

100g×2 **250**円(税込**270**円)

牛乳(愛知県) 【放】不検出 <3.8 <3.5

豆乳ぶりん 黒ごま

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)

**255** 豆乳ぶりん 黒ごま

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

届いて30日 卵 大

80g×4 **298**円(税込**322**円)

豆乳(国内産)

日本生活協同組合連合会

**256** 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。

届いて15日 乳

65ml×10 **178**円(税込**192**円)

創健社(神奈川県・横浜市)

**257** 創健社 ハイプラスマーガリン

べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まるでココクのあるマーガリンです。

届いて15日 乳 大

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。



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**258 桜寄せ豆腐**  
国内産大豆に桜の葉を混ぜ込んで固め、桜の花をのせた、春限定のお豆腐。香料、着色料不使用。  
冷 賞届いて4日 大  
200g **220円**(税込 **238円**) 通常税込 248円  
桜の花 (国内産) [放] 不検出 <2.2 <2.2



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**259 きめ豆腐**  
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。  
冷 賞届いて4日 大  
300g **165円**(税込 **178円**)  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



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



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**261 押し豆腐**  
国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。  
冷 賞届いて21日 大  
220g **235円**(税込 **254円**)  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**262 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 賞届いて6日 大  
3枚 **165円**(税込 **178円**)  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**263 絹生揚げ**  
絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。  
冷 賞届いて4日 大  
230g **205円**(税込 **221円**)  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**264 きざみ揚げ(冷凍) 2袋**  
国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。  
凍 賞届いて3日 大  
100g x 2 **398円**(税込 **430円**) 通常税込 449円  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**265 豆腐屋が作った揚げ物セット**  
人気の「きつねがんも」、「一口厚揚げ」、「一口京がんも」を合わせたバラエティ豊かなお得セット。  
冷 賞届いて3日 大  
3種7品 **240円**(税込 **259円**)  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**266 鍋物種セット**  
餅入きんちゃく30g x 2、ひじき入り京がんも20g x 2、えび入り京がんも20g x 2のセット。鍋物の種に。  
冷 賞届いて3日 大  
3種6個 **375円**(税込 **405円**)  
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**267 きのがんも**  
がんもどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますので、そのままでも、煮物にも。  
冷 賞届いて5日 大  
2個 **265円**(税込 **286円**)  
ぶなしめじ(茨城県、他) [放] 不検出 <2.1 <2.2



納豆を毎日の食卓に!



JAやさと (茨城県・石岡市)  
**268 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 賞届いて7日 大  
35g x 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)  
**269 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 賞届いて10日 大  
40g x 3 **140円**(税込 **151円**)  
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4



登喜和食品 (東京都・府中市)  
**270 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 賞届いて9日 大  
80g **216円**(税込 **233円**)  
大豆 (茨城県) [放] 137Cs=3.7



登喜和食品 (東京都・府中市)  
**271 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 賞届いて9日 大  
40g x 2 **184円**(税込 **199円**)  
大豆 (北海道)



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)  
**272 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 賞届いて10日 大  
4個(タレ無) **206円**(税込 **222円**)  
卵 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

# 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。



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)  
**273 上州産 徳用こんにやく**  
群馬県産のこんにやく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。  
冷 賞届いて60日 大  
450g **110円**(税込 **119円**)  
こんにやく粉 (群馬県) [放] 不検出 <4.2 <3.7



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)  
**274 上州産 徳用しらたき**  
群馬県産のこんにや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 賞届いて60日 大  
400g **110円**(税込 **119円**)  
こんにやく粉 (群馬県) [放] 不検出 <3.7 <3.5



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)  
**275 こんにやくみそおでん (特製タレ付)**  
国産こんにやく粉を使用。白、黒の2色が串にさしてあります。特製のみそだれを添付しました。  
冷 賞届いて60日 大  
10本入 **270円**(税込 **292円**)  
こんにやく粉 (群馬県、栃木県)



原料のこんにやく芋は群馬県産!  
味付けは、カツオ節と醤油、砂糖のみ  
グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 6個入  
**279 有機味付 玉こんにやく**  
味がしっかりしみていて、食感の良さも魅力です。湯煎するだけで手軽に食べられます。  
冷 賞届いて130日 大  
6個入 **220円**(税込 **238円**)  
こんにやく芋 (群馬県)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 6個入  
**280 味付やわらかこんにやく**  
噛む力が弱い方でも食べやすいやわらかいこんにやく。かつおだしと醤油で味付けしてあります。湯煎で温めて。  
冷 賞届いて90日 大  
6個入 **220円**(税込 **238円**)  
こんにやく芋 (群馬県)



武田食品 (兵庫県・洲本市)  
**276 淡路島天然わかめ(塩蔵)**  
淡路島・由良地区でとれた天然わかめ。食感が良く、自然な味わいです。  
冷 賞届いて90日 大  
150g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 443円  
わかめ (兵庫県)



あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感に粘りが加わり食べやすい。お好みのたれて。  
凍 賞届いて6日 大  
40g x 3 **330円**(税込 **356円**)  
あかもく (国内産)、めかぶ (三陸)



人気!注目のフコイダンがたっぷり  
リアス (千葉県・船橋市)  
**278 松島産 おさしみあかもく**  
めりめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、種類の具などにどうぞ。  
凍 賞届いて7日 大  
100g **250円**(税込 **270円**)  
あかもく (宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0



グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2個組  
**281 やわらかこんにやく 2個組**  
噛む力が弱い方でも食べやすいやわらかいこんにやく。このままでも食べられますが、味付けしても。  
冷 賞届いて76日 大  
120g x 2 **300円**(税込 **324円**)  
こんにやく芋 (群馬県)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 6個  
**282 小巻きしらたき**  
群馬県産のこんにやく芋を使用したしらたきを小巻きにしました。さっと水洗いして煮物や炒め物に。  
冷 賞届いて140日 大  
6個 **200円**(税込 **216円**)  
こんにやく芋 (群馬県)



浜食 (東京都・調布市)  
**283 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 賞届いて10日 大  
200g **230円**(税込 **248円**) 通常税込 259円  
もずく (沖縄県)



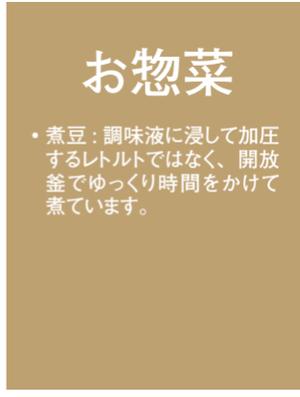
共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**284 内麦焼そば (ソース付)**  
国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。  
冷 賞届いて6日 大  
麺150g x 3 **247円**(税込 **267円**) 通常税込 278円  
ソース30g x 3  
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



調理イタゴ シーズン最終  
平井屋 (山梨県・西桂町)  
**285 甲州名物生ほうとう**  
甲州名物・ほうとうを国産小麦で作りました。うどんすきにも適した生うどんです。便利なスープ付き。  
冷 賞届いて20日 大  
400g(めん300g x 2) **358円**(税込 **387円**)  
小麦 (国内産)



共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**286 内麦生ラーメン醤油 (3食入)**  
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。  
冷 賞届いて7日 大  
麺120g x 3 **350円**(税込 **378円**)  
スープ30g x 3  
小麦 (岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



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)  
**287 国産味付メンマ**  
国産(愛媛県)のたけのこを使用し、食感を生かした歯ごたえのある味付けメンマです。ラーメンや箸休めに。  
冷 賞届いて90日 大  
90g **461円**(税込 **498円**)  
たけのこ (愛媛県)



菊田商店 (東京都・練馬区)  
**288 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 賞届いて90日 大  
150g **324円**(税込 **350円**)  
とら豆 (北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)  
**289 昆布豆**  
秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火、とら火で長時間煮ました。程よく煮縮まり、ふっくらと仕上がっています。  
冷 賞届いて90日 大  
130g **220円**(税込 **238円**)  
大豆 (秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**290 しらすくろみ**  
瀬戸内海産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くるみ(有機JAS認定)を加えました。えぐ味の少ないくろみしらすが後を引くおいしさです。  
冷 賞届いて90日 大  
100g **580円**(税込 **626円**)  
しらす (瀬戸内海)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**291 国産山くらげ たまり漬**  
国産(茨城県)で栽培・収穫された山くらげを醤油だれで漬け込みました。コリコリとした食感が特徴です。  
冷 賞届いて90日 大  
90g **461円**(税込 **498円**)  
山くらげ (茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.5



高嶋酒類食品 (兵庫県・神戸市)  
**292 灘の酒粕**  
「灘の生一本」で知られる蔵元ならではの酒粕。半練タイプなので、そのまま汁や甘酒に使えます。  
冷 賞届いて90日 大  
200g **270円**(税込 **292円**)  
米 (国内産)



趙さんの味 (宮城県・仙台市) 4人前  
**293 趙さんのキムチ鍋セット**  
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、豆腐等を加えて。  
冷 賞届いて14日 大  
4人前 **598円**(税込 **646円**) 通常税込 670円  
白菜 (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

### 肉厚なイカにあんかけを絡めて



調理時間 準備品  
約15分 卵2個、片栗粉大さじ1・油

2人前  
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)  
食塩相当量: 3.9g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 294 アカイカとたっぷり野菜あんかけ

国産の柔らかく肉厚なイカに特製タレを合わせました。野菜もたっぷり、ご飯とも相性抜群です。

冷蔵 届いて1~2日 米 大 小

2人前(約390g) **760円(税821円)** 通常税込 940円  
アカイカ・白菜 (国内産)

### シャキシャキ野菜がたっぷり



調理時間 準備品  
約10分 油

2人前  
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

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 295 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め

やさしく農産物協同組合(茨城県・石岡市) 醤油ベースの美味しさと豚肉の甘み、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778円)** 通常税込 821円  
小松菜 (国内産)

### 豆腐入りでふんわり食感



調理時間 準備品  
約5分 油

2人前  
セット内容: 具材入りタレ(豆腐団子)、玉ねぎ、ピーマン、人参、水煮たけのこ  
食塩相当量: 1.5g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 296 ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

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

冷蔵 届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前(約450g) **760円(税821円)** 通常税込 961円  
豆腐・玉ねぎ (国内産)

### タケノコと豚肉のハーモニー



調理時間 準備品  
約6分 油

2人前  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉  
食塩相当量: 3.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 297 国産野菜の青椒肉絲

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

冷蔵 届いて1~2日 卵 米 大 小

2人前(約320g) **810円(税875円)** 通常税込 1015円  
玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

### 肉と大根のさっぱりした味わい



調理時間 準備品  
約7分 油

2人前  
セット内容: カット野菜(大根、人参、小松菜)、調理肉  
食塩相当量: 1.63g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 298 鶏肉入り大根きんぴら

新鮮な野菜セットと鶏肉入りの本格的なタレがついたきんぴらキットです。

冷蔵 届いて1~2日 米 大 小

2人前(約420g) **698円(税754円)** 通常税込 875円  
大根(国内産)、鶏肉 (山口県)

### 卵を加えて



調理時間 準備品  
約4分 油、卵3~4個

2人前  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン)、単品もやし、海鮮炒めソース、ガーリックソース  
食塩相当量: 3.3g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 299 海鮮オムレツ

新鮮な野菜と本格海鮮ソース、味が決まるガーリックソースがセットになっています。

冷蔵 届いて1~2日 大 小 中

2人前(約255g + もやし250g) **785円(税848円)** 通常税込 972円  
玉ねぎ (国内産)、えび (ベトナム)

### もちり麺がピリ辛スープに絡む



調理時間 準備品  
約6分 油

2人前  
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  
食塩相当量: 7.87g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 300 半日分の野菜が摂れる担々麺

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

冷蔵 届いて1~2日 卵 大 小

2人前(約490g) **998円(税1078円)** 通常税込 1220円  
小麦粉 (神奈川県)、にら (国内産)

### 黒酢で味に深みをプラス



調理時間 準備品  
約6分 油

2人前  
セット内容: カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉  
食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 301 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みな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) **780円(税842円)** 通常税込 971円  
玉ねぎ (国内産)、豚肉 (鹿児島県)

### 白身魚の旨味と野菜がマッチ



調理時間 準備品  
約5分 油

2人前  
セット内容: 調理魚、カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参、エリンギ、パプリカ)  
食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 302 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

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

冷蔵 届いて1~2日 米 大 小

2人前(約375g) **835円(税902円)** 通常税込 1037円  
玉ねぎ (国内産)、シイラ (長崎県)

### 餃子と野菜のハーモニー



調理時間 準備品  
約5分 水900ml

2人前  
セット内容: 水餃子12個、カット野菜(白菜、ねぎ、人参、玉ねぎ、きくらげ)、スープ  
食塩相当量: 11.1g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

### 303 白湯水餃子スープ(国産きくらげ入り)

新鮮でおいしい野菜と餃子のセットです。下処理カット済みなので、お鍋一つ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440g) **698円(税754円)** 通常税込 875円  
白菜 (国内産)

レンジや湯煎でOKなものも! フライパンや鍋ひとつでできちゃう

**304 いわし蒲焼用(タレ付)** 6~12枚  
国内で漁獲された真いわしを三枚におろして腹骨を取り、国産小麦粉をまぶしました。別添タレ付き。  
凍 180日 米 大 小  
6~12枚180g+タレ50g **380円(税410円)** 通常税込 430円  
真いわし (国内産)

**305 さんまチーズサンド** 6~8個  
開いたさんまによつ葉のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。  
凍 180日 米 小  
6~8個150g **395円(税427円)**  
さんま (国内産)

**306 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)** 6~11枚  
フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。  
凍 180日 米 大 小  
6~11枚150g+タレ50g **375円(税405円)**  
真あじ (千葉県) [放] 不検出 <3.3 <3.7

**307 砂肝ゆずこしょう炒め** 120g  
若鶏の砂肝をスライスし、ゆずこしょうと醤油ベースの特製タレにつけました。解凍後フライパンで炒めて。  
凍 米 大 小  
120g **231円(税249円)** 通常税込 267円  
鶏肉 (山口県、他)

**308 徳用北京餃子** 15個入  
普通の餃子より野菜(特ににら)を多く入れました。皮は国産小麦粉使用。焼いて。  
凍 米 大 小  
18g×15 **389円(税420円)** 通常税込 432円  
豚肉 (国内産)

**309 ヨコハマの餃子** 25個入  
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 **568円(税613円)**  
豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.3 <4.0

**310 マム 女性のための餃子(国産きくらげ入)** 20個入  
国産乾燥きくらげを使用し、にんにく等を使っておりませんのでくせのない食べやすい餃子になっています。  
凍 大 小  
18g×20 **543円(税586円)**  
キャブ小麦 豚肉 きくらげ (国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.4

**311 えびにら餃子** 10個入  
にらとえびの旨みがマッチした餃子。ごま油の風味がきいています。皮は国産小麦粉使用。焼いて。  
凍 米 大 小  
18g×10 **385円(税416円)**  
えび (インドネシア、ベトナム、他)

**312 大きな豆腐肉団子(黒酢あん)** 8個入  
団子の豆腐は国産大豆・天然にがり使用、タレは玄米原料の黒酢を使用。湯煎かレンジで温めて。  
凍 卵 米 大 小  
8個340g(固形量208g) **477円(税515円)**  
野菜・豆腐・鶏肉 (国内産)

**313 氷温造り さわらの雪見おろし(南蛮柚子)** 220g  
国産(一部韓国産)のさわらを米油で調理。酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。  
凍 180日 米  
220g **335円(税362円)**  
さわら (国内産、韓国)

**314 骨までやわらか さんまみぞれ煮** 75g×2  
加圧処理済みで湯煎10分で骨まで食べられます。粗目の大根おろしを加えたタレでみぞれ煮にしました。  
凍 米 大 小  
75g×2 **398円(税430円)**  
さんま (国内産)

**315 うなぎ蒲焼 70g×2**  
愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。  
凍 米 大 小  
70g×2、たれ・山椒付 **1960円(税2117円)** 通常税込 2225円  
うなぎ (愛知県)

**316 冷凍ナムルセット(2個組)** 150g×2  
もやし・小松菜・ぜんまい・大根の4種。冷蔵か流水解凍後、ほぐし和え直してから盛付け。ぜんまいは中国産。  
凍 米 大 小  
150g×2 **870円(税940円)** 通常税込 994円



家庭で作るような優しい味わい
317 手羽先煮物
秋川牧園(山口県・山口市)



鶏肉の美味しさと醤油タレの優しい風味がよくマッチ
318 やきとりセット(2種×各3本)
秋川牧園(山口県・山口市)



茹で時間約1分
319 冷凍 稲庭風うどん(5食入)
シマタヤ(東京都・渋谷区)



鍋かレンジで
320 関西風きつねうどん
ミッキーフーズ(大阪府・大阪市)



本場九州産のちゃんぽん麺
321 野菜たっぷりチャンポン
ニッコー(神奈川県・大和市)

組合員さんからのクチコミ
出身が九州なもので、味が本場ものに近くても美味しい、他と比べ物にならないから楽しみにしています。



レンジで温めて
322 鶏五目中華ちまき
カラミンフーズ(東京都・新宿区)



323 太巻寿司
ポラスター(石川県・白山市)



レンジで温めトースターで仕上げればさっくり食感に
324 海老天ぷら
菅原食品販売(宮城県・塩竈市)



レンジかトースターで温めて
325 天ぷらセット(濃縮たれ付)
菅原食品販売(宮城県・塩竈市)



国産野菜・小麦使用トースター仕上げでサクサクに
326 野菜かき揚げ
ニッコー(神奈川県・大和市)

お弁当におかずにも
327 エビカツフライ
ニッコー(神奈川県・大和市)

トースター、レンジで
328 からあげ
秋川牧園(山口県・山口市)

鍋物、煮物、炒め物、カレーやシチューに
329 鶏つくね
秋川牧園(山口県・山口市)

組合員さんからのクチコミ
お鍋に入れたり、鍋ラーメンに入れて食べると美味しいです。また取り扱って下さい。

スープやカレー、鍋物などに!
330 とりがらすープ
秋川牧園(山口県・山口市)

200→160gへリニューアル!
331 阿波すだち鶏軟骨入つくねスティック
阿波すだち鶏ムネ肉ミンチで作ったつくねスティック。

食べ応えありお弁当にも
332 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。

レンジかトースターで
333 ミニポテトオープントースター用
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。

レンジか蒸して
334 鶏ごぼうシュウマイ
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。

皮はふっくら・具たっぷり
335 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、肉と野菜を包みこみました。

冷めても美味しい!
336 おからクリーミーコロケ
おからとじゃがいもをベースにした素朴な味のコロケ。

レンジかフライパンで温めて
337 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。

オープントースターかレンジで
338 スパイシーささみカツ
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。

骨がなくて食べやすい
339 フライドチキン(骨なし)
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。

ふっくら仕上げ 1枚ずつの手焼きです
340 関西風お好み焼き
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。

次回から値上げします
341 ラザニア皮
カタログ本紙8ページ201のミートソースを使っても!

一つ一つ丁寧に心をこめて
343 ティラミスカップケーキ
有機ココア使用
容器直径7.5cm

人気です! KUBOTAのアイス
南国土佐
厳選抹茶と自家製小豆餡の上品で、まろやかな美味しさ

クリーミーでちょうどいい甘さです
342 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。

冷蔵庫にて十分に(冬場4時間夏場3時間)解凍して
344 アーモンドクッキーシュー
添加物は使わず国内産原材料を主に安心できる物を使用。

高品質なマダガスカル産バニラ・ビーンズを使用
345 エクレア
食べ応えあるシュー皮にカスタードクリームを詰めクレープチュールチョコをかけた。冷蔵庫で解凍して。

まろやかな回当り奥深い味わい
347 バニラアイスクリーム
マダガスカル産の最高級バニラビーンズをはじめ、PHF卵など素材を厳選して造った無添加商品です。

黒胡麻の香り際立つとどろきさっぱり
348 ごまアイス
黒胡麻の芳醇な香りが魅力のカップアイス。シンプルな原材料でナチュラルな美味しさ。

菓子

・化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。

※お子さんが食べる機会が多い為、原材料を表記しています。

500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

全て国産原料を使用



352 きなこねじり菓子

原材料: きなこ、水飴、粗糖、食用植物油(こめ油)

8本 290円(税込) 313円(通常税込) 324円

大豆(国内産)



357 じゃがいも

国産小麦由来の小麦粉主原料の生地をふんわりと焼き上げ、北海道産小豆使用のつぶ餡をはさみました。

1個 137円(税込) 148円

小麦(国内産)



362 珈琲キャラメル

ミルク風味のキャラメル生地に、香り高い有機珈琲を加え、甘さ控えめに仕上げました。

140g(個包装込み) 280円(税込) 302円

コーヒー(コロンビア)



368 蜂蜜かすてら

さかえ屋(千葉県・松戸市)

5切 5切 約225g 470円(税込) 508円(通常税込) 518円

卵・小麦粉(国内産)



719 上煎茶

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

100g 1670円(税込) 1804円

茶葉(静岡県) [放]不検出<0.5<0.5



375 有機アップルサイダー+レモン

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

250ml 135円(税込) 146円(通常税込) 151円

有機りんご(アルゼンチン、セルビア他)



349 アーモンドじゃこ 2個組

原材料:アーモンド、片口いわし、三温糖、水飴、ごま

(7g×5)×2 390円(税込) 422円(通常税込) 432円

片口いわし(日本近海)



353 ブランクッキー

植物から生まれたクッキーです。

80g 181円(税込) 195円(通常税込) 201円

小麦(国内産)



358 小倉ようかん

原材料:砂糖(てん菜(国産))、生飴、小豆(北海道産)、水飴、寒天

1個58g 111円(税込) 120円

小豆(北海道)



350 ポテトチップス(うす塩)2個組

原材料:馬鈴薯、植物油(パーム油、米油)、食塩

60g×2 302円(税込) 326円(通常税込) 340円

じゃがいも(国内産)



689 うの花クッキー

原材料:小麦粉、てんさい糖、ショートニング(パーム油、米油)、おから、豆乳、コーンスターチ、塩、重曹

80g 189円(税込) 204円

小麦(国内産) [放]不検出<3.7<4.4



359 ふところ餅

もちもちで柔らかい、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子。温めても、そのままでも。

110g 290円(税込) 313円

米(国内産)



351 五穀ドライワッフル 2個組

原材料:国産小麦粉、粗糖、ショートニング、卵、大麦、ひえ、はとむぎ、アマランサス、粉乳、重曹、レシチン

8枚×2 540円(税込) 584円(通常税込) 604円

小麦(国内産)



354 乗しぐれ

原材料:白餡、砂糖(てん菜糖)、水飴

120g(個包装) 281円(税込) 303円

手亡豆(北海道) [放]不検出<3.2<4.0



360 ドライクランベリー

アメリカ産ドライクランベリー。そのまま食べたり、菓子やパン作りに。

80g 460円(税込) 497円

クランベリー(アメリカ)

風邪の多い季節 はちみつ効果で のどを優しく いたわります

P16のはちみつ 特集もご覧ください



355 はちみつキャンディー

レンゲ蜂蜜を25%使用し、さっぱりとした甘さに仕上げました。原材料:砂糖、レンゲ蜂蜜、水あめ、麦芽糖

80g 260円(税込) 281円(通常税込) 292円

レンゲはちみつ(中国)

のどを優しくいたわるので、風邪をひいた時にもどうぞ

身体を温める生姜汁にはちみつを加えました。お湯で約3倍に割って生姜湯にしたり、焼酎やウイスキーに入れて。

356 はちみつドリンク 生姜

300ml 780円(税込) 842円(通常税込) 864円

生姜(国内産)



361 ラ・トリュフ

原材料:カカオマス、やし油、砂糖、ココアバター、ココアパウダー、レシチン(大豆由来、非遺伝子組換え)(原材料の一部に乳を含む)

8g×8 645円(税込) 697円(通常税込) 799円

カカオ(コートジボワール、ガーナ他)

原料にところてんを使っています 原料高騰の為次回より値上げになります



364 トコゼリー みかん

国産の天草、みかんと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g 165円(税込) 178円(通常税込) 189円

天草(国内産)



365 トコゼリー ビーチ

国産の天草、ピーチと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g 165円(税込) 178円(通常税込) 189円

天草(国内産)



366 トコゼリー パイン

国産の天草、パインと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g 165円(税込) 178円(通常税込) 189円

天草(国内産)



367 トコゼリー ぶどう

国産の天草、ぶどうと数種類の果物の果肉を使用しており、1種類の果物では出せない味わいがあります。

130g 165円(税込) 178円(通常税込) 189円

天草(国内産)



370 ほうじ茶ぜんざい

国産大納言小豆を使用し、福井県産大豆入りほうじ茶で炊き上げた香ばしさの広がるぜんざいです。

185g 339円(税込) 366円(通常税込) 377円

大納言小豆(北海道)



371 十穀ぜんざい

国産大納言を使用しじっくりと炊き上げた甘さ控えめのぜんざいに雑穀をブレンドしました。

185g 339円(税込) 366円(通常税込) 377円

大納言小豆(北海道)

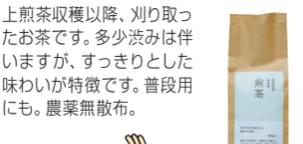
飲料

・緑茶:無農薬です。・ジュース類:果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。・※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

720 煎茶

100g 1000円(税込) 1080円

茶葉(静岡県) [放]不検出<3.2<3.4



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。普段用にも。農業無散布。

かわばた園(静岡県・静岡市)

100g 1000円(税込) 1080円

茶葉(静岡県) [放]不検出<3.2<3.4



372 アルグレイティー(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。農業無散布。

100g 550円(税込) 594円

紅茶(スリランカ)



373 さくらの紅茶(ティーバッグ)

セイロン紅茶に、乾燥させた国内産の桜の葉をブレンド。春を感じさせる季節限定の紅茶。和菓子等に相性抜群。香料等不使用。

2g×10 470円(税込) 508円(通常税込) 518円

紅茶(スリランカ)、桜の葉(国内産)



374 かりんしょうが湯

すりおろした国内産の有機生姜にかりんを加えた、フルーティでやさしい飲み口のしょうが湯です。

20g×5 320円(税込) 346円

有機生姜(国内産)



379 エチゴ プレミアムレッドエール

鮮色の色合いが特徴。芳醇でしっかりとした苦味とコクに、蜜柑系の上品な香りが広がります。

350ml 290円(税込) 319円(通常税込) 325円

麦芽(フランス、ドイツ)



377 龍泉洞の水 500ml×24本

岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。

500ml×24 2880円(税込) 3110円

岩手県 [放]不検出<0.5<0.5



378 龍馬1865 6缶

国産・無添加(炭酸を除く)のノンアルコールビール。無添加なので授乳中・妊娠中でも安心。

350ml×6 762円(税込) 822円(通常税込) 864円

麦芽(ドイツ)



771 天然葡萄酒 赤甘口

契約農園で有機的に育てられたぶどうが原料の、まろやかな甘みのワイン。酸化防止剤無添加。

720ml 1380円(税込) 1518円

ぶどう(岐阜県)



772 天然葡萄酒 白辛口

自家農園、一部契約栽培のデラウェア種使用。熟成期間を長くとり、さわやかな辛口に仕上げました。

720ml 1380円(税込) 1518円

ぶどう(岐阜県)



**ふるさと**  
長谷川商店(東京都・中央区)  
**399** 焼のり(有明産)  
有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼き上げました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。  
◎180日  
全型10枚 **380円**(税込**410円**)  
のり(有明海)

**化学調味料、保存料不使用**  
**ふるさと**  
前日OK!  
和田萬商店(大阪府・大阪市)  
**598** のりとたまごごとまとかつおのふりかけ  
胡麻専門店が作った無添加のふりかけ。のり、卵、かつおに胡麻をたっぷり、少し甘めのやさしい味です。  
卵 大 小  
30g **295円**(税込**319円**) 通常税込**324円**  
胡麻(エチオピア、他)、かつお(国内産)

**ふるさと**  
大紀コープファーム(奈良県・五條市)  
**400** しその葉ふりかけ  
大紀コープファームの生産者が栽培した農業不使用のしそをもみしそにし、乾燥させて細かくしたものです。  
◎90日 50g **190円**(税込**205円**)  
しそ(和歌山県)

**山田製油**  
**山田製油の炒りごま**  
山田製油の炒りごまは「直火焙煎」です。すりごまは、御影石の石臼で丁寧に挽いた香り高い仕上がりが自慢です。山田製油では胡麻の仕入れに厳しい基準を設けています。炒りごまは「直火焙煎」で、熟練した職人が胡麻の状態をみながら天候や湿度に応じて「焙煎具合」を調節しています。また脱脂ごまを使って製品を作ることによって食品ロスに少しでも貢献できないかと考え、原料にもこだわりごま屋の美味しいお菓子を作りました!

**ふるさと**  
茹で時間約7分  
前日OK!  
ニューオークボ(千葉県・柏市)  
**627** プロスパゲッティ(1.6mm)  
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**) 通常税込**410円**  
小麦(カナダ、アメリカ)

**ふるさと**  
茹で時間10分  
デュラム小麦の中心だけの粉を使って、麺に負担をかけないように手打式で時間をかけて作りました。  
ニューオークボ(千葉県・柏市)  
**401** エルボマカロニ  
◎ 100g **135円**(税込**146円**)  
小麦(カナダ、アメリカ)

**ふるさと**  
茹で時間4分  
デュラム小麦のセモリナ粉を使って作ったスクリュウ型のマカロニ。  
ニューオークボ(千葉県・柏市)  
**402** スクリューマカロニ  
◎ 100g **135円**(税込**146円**)  
小麦(カナダ、アメリカ)

**山田製油の炒りごまが他とは違う3つのポイント!**  
①厳選した原料  
山田製油では胡麻の仕入れに厳しい基準を設けています。品質の調査はもちろん、常に職人が目や舌で確かめて最良のものを仕入れます。  
②独自のブレンド  
炒りごまの味に深みを出すために、ごまの状態に合わせて炒った3種類のごまをブレンドしています。  
③直火焙煎でより香り高く職人の技が光る炒りごま  
熟練した職人がその日の天候や気温、胡麻の状態をみながら一番おいしくなる瞬間を逃さず直火焙煎で炒り上げています。そんな香り豊かな炒りごまは、一粒でも香ばしく、プチプチと弾ける食感は格別な美味しさです。

**ふるさと**  
茹で時間約10分  
手打式製法のマカロニ。高熱をかけていないので麺は透き通っていません。ペン先の形をしたマカロニです。  
ニューオークボ(千葉県・柏市)  
**403** ペンネマカロニ  
◎ 100g **135円**(税込**146円**)  
小麦(カナダ、アメリカ)

**ふるさと**  
川光商事(東京都・中央区)  
**404** 玉三 上新粉  
国内産うるち米を100%使用した上新粉です。風味のよいだんごができます。  
◎ 220g **170円**(税込**184円**)

**ふるさと**  
川光商事(東京都・中央区)  
**405** 玉三 本葛  
山野に自生する葛の根から採取し、精製した本葛粉です。きめが細かく、素材の旨みを生かします。  
◎ 70g **480円**(税込**518円**)

**和え物や麺類の薬味、フライの衣などに**  
**ふるさと**  
山田製油(京都府・京都市)  
**406** 京都山田炒りごま(白)  
職人が直火焙煎で丁寧に炒り上げた、芳ばしい香りが特徴の炒りごまです。  
◎180日 50g **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**  
白ごま(グアテマラ、ニカラガ、モザンビークなど)  
**ふるさと**  
山田製油(京都府・京都市)  
**407** 京都山田炒りごま(黒)  
職人が直火焙煎で丁寧に炒り上げた、芳ばしい香りが特徴の炒りごまです。  
◎180日 50g **240円**(税込**259円**) 通常税込**270円**  
黒ごま(ミャンマー、パラグアイなど)

**ふるさと**  
日本生活協同組合連合会  
前日OK!  
**676** ライトツナフレーク まぐろ油無添加  
化学調味料を使用しないオイル無添加タイプのツナ缶詰。料理の素材など幅広く使えます。  
◎ 70g×3 **365円**(税込**394円**) 通常税込**405円**  
きはだまぐろ(台湾、他)

**ふるさと**  
日本生活協同組合連合会  
前日OK!  
**666** 大豆ドライパック  
北海道産の粒よりの大豆をふっくら煮上げた素材缶。サラダや五目煮などに。  
◎ 140g×3 **420円**(税込**454円**)  
大豆(北海道)

**ふるさと**  
タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)  
前日OK!  
**410** 国産いわし煮付け缶  
脂のりの良い厳選した国産の大羽いわしを、オリジナルの無添加タレで煮付けました。  
◎ 180g(固形量115g) **350円**(税込**378円**) 通常税込**389円**  
いわし(国内産)

**タイム缶詰のお届けは3月2回となります**  
**ふるさと**  
タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)  
前日OK!  
**411** 国産さんま水煮缶  
国産のさんまを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。  
◎ 180g(固形量125g) **410円**(税込**443円**) 通常税込**454円**  
さんま(国内産)  
**ふるさと**  
タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)  
前日OK!  
**412** 三陸産いわし水煮缶  
三陸産の脂のりの良いいわしを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。  
◎ 180g(固形量125g) **350円**(税込**378円**) 通常税込**389円**  
いわし(三陸沖) [放] 不検出<3.6<4.4  
**ふるさと**  
タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)  
前日OK!  
**413** 国産さば水煮缶  
旬の時期に漁獲した生食グレードの国産さばを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。  
◎ 180g(固形量130g) **350円**(税込**378円**) 通常税込**389円**  
さば(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。  
◎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  
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

**ふるさと**  
せっけんの街(千葉県・柏市)  
前日OK!  
**778** 粉石けん せっけんの街  
廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。  
◎ 2kg **730円**(税込**803円**)

**ふるさと**  
太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
前日OK!  
**857** パックス化粧石けんE  
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**)

**離乳食**  
お子様向け商品  
◎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  
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

**まずは台所の洗剤から暮らしを見直しませんか?**  
\ここがイネ!\n**「おれんじ」**  
・石油由来の合成界面活性剤ではなく分解性の良いせっけんです!  
・合成香料は不使用!  
・油汚れに強いです!  
成分: 純石けん分23%、固化防止剤(エチルアルコール)、オレンジオイル

**油よこれもよく落ちます**  
オレンジオイルを配合し、ほのかな柑橘の香りが漂う台所用の液体石けん。そのままスポンジにつけて、または少し薄めてご利用ください。  
せっけんの街(千葉県・柏市)  
**414** 本体 300ml **320円**(税込**352円**)  
**415** 詰替用 650ml **420円**(税込**462円**)

**7か月頃から**  
**ふるさと**  
味千汐路(新潟県・糸魚川市)  
前日OK!  
**416** 緑黄色野菜のおじや  
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)  
**12か月頃から**  
**ふるさと**  
味千汐路(新潟県・糸魚川市)  
前日OK!  
**417** 緑黄色野菜の炊き込みごはん  
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。  
◎ 100g **380円**(税込**410円**)  
有機米(国内産)

**◎芯の大きいタイプ**  
牛乳パック40%を含む再生紙100%のトレットペーパー、シングルです。ゴミになる紙管がありません。  
**ふるさと**  
丸富製紙(静岡県・富士市)  
前日OK!  
**892** ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)  
◎ 130m×6ロール **480円**(税込**528円**)

**野菜や果物のみずみずしさを保つ食品保存用ラップです。**  
**ふるさと**  
日本生活協同組合連合会  
前日OK!  
**894** ミニ 40m 22cm×40m **100円**(税込**110円**)  
**ふるさと**  
日本生活協同組合連合会  
前日OK!  
**895** レギュラー 40m 30cm×40m **110円**(税込**121円**)

**12か月頃から**  
**ふるさと**  
味千汐路(新潟県・糸魚川市)  
前日OK!  
**418** 鶏肉と野菜の五目煮  
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)  
**ふるさと**  
太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
前日OK!  
**885** パックスベビーオイル 40ml  
さらっとお肌になじみ、乾燥から守る植物性オイルです。マカデミアナッツ油に、天然ビタミンEを配合。  
◎ 40ml **1350円**(税込**1485円**)  
**ふるさと**  
太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
前日OK!  
**886** パックスベビーボディクリーム 50g  
化学物質を使用しない、石けんで乳化したベビー用保湿クリームです。伸びが良く、べとつかないクリームです。  
◎ 50g **540円**(税込**594円**)

# 春「門出の祝い膳」

今週は手作りのお祝い企画。人気の肉料理を中心に、お祝い膳にぴったりの素材を揃えました。肉料理にはぜひたっぷりの野菜を添えてどうぞ。

518円/100g **特**



ふるさと **ふるさと**

福永産業 (福岡県・遠賀町)

**424 鹿肉ステーキ**

鹿肉のモモ肉をステーキでお届けします。ご自宅でも焼くことができます。

凍 30日 250g **1200円(税別)** 通常税込1361円

鹿肉 (国内産)

ご飯にもパンにも合う レンジかトースターで



ふるさと **ふるさと**

秋川牧園 (山形県・山形市)

**428 黒豚メンチカツ**

秋川牧園の黒豚メ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 牛乳 大 小 120g(4個) **343円(税別)** 通常税込397円

豚肉 (国内産)

P14ですき焼割り下掲載中 540円/100g **特**



ふるさと **ふるさと**

霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りにしました。

福永産業 (福岡県・遠賀町)

**421 特大 鹿肉ステーキ**

脂肪が少なく味が濃い、豚も肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。

凍 30日 250g **2500円(税別)** 通常税込2797円

鹿肉 (国内産)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**425 鎌倉ボンレスハム**

焼き塩を使用しているため塩加減がとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。

凍 20日 400g **1200円(税別)** 通常税込1350円

豚肉 (国内産)

レンジで温めて



ふるさと **ふるさと**

ニッコー (神奈川県・大和市)

**429 ミニたい焼き(あずき)**

国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡して、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 小 10個400g **384円(税別)** 通常税込432円

小豆 (北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

237円/100g **特**



ふるさと **ふるさと**

JA全農いばらぎ (茨城県) ミートパル村山

**422 茨城県産ローズポーク**

赤身主体部位であるモモ肉を薄くスライスしました。厚さ1mm。

冷 賞 届いて3日 250g **549円(税別)** 通常税込598円

茨城県

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

**426 鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)**

焼き塩を使用しているため塩加減がとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。

冷 賞 10日 400g **680円(税別)** 通常税込734円

豚肉 (国内産)

国内産水稲もち米と北海道産小豆を使用



ふるさと **ふるさと**

日本生活協同組合連合会

**430 おいしい赤飯**

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。

冷 賞 180日 米 160g×3 **330円(税別)** 通常税込367円

小豆 (北海道)、もち米 (国内産)

239円/100g **特**



ふるさと **ふるさと**

JA全農いばらぎ (茨城県) ミートパル村山

**423 茨城県産ローズポーク 徳用焼肉セット**

ローズポークの豚バラ焼肉用、ローズスライス焼肉用、モモスライス焼肉用をセットにしました。

冷 賞 届いて4日 200g×3種 **1330円(税別)** 通常税込1447円

茨城県

タイセイフーズ (青森県・むつ市)

**427 国産やわらかいかステーキカット**

八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノ目を入れてあります。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。

凍 3枚220g **465円(税別)** 通常税込518円

紫いか (青森県)

果糖ブドウ糖液糖を使用していません



ふるさと **ふるさと**

ヒカリ食品 (徳島県・上板町)

**431 オーガニックジンジャーエール 6本組**

国産有機しょうがを使用した有機ジンジャーエール。爽やかな飲み心地に有機しょうがの辛みをきかせました。

凍 250ml×6 **810円(税別)** 通常税込906円

しょうが (国内産)

## 3月8日は「ミツバチの日」

# はちみつ 特集 全品特価

はちみつ、養蜂に関して質問などお待ちしております

「マヌカ」は、ニュージーランドの原住民のマオリ族が薬として使っていた木のこ。強い殺菌作用があり、薬用効果が評判のはちみつです。

スパイシーな香り、キャラメルのような味。ピロリ菌への拮抗作用の効果が、医療にも活用。

甘味の中にほんのりペリーの酸味がひろがりさわやか、ヨーグルト、ドライフルーツにかけて。

ほんのりとコーヒーの香り、深いコクを感じる。コーヒーの砂糖代わりにおすすめ。

藤井養蜂場の三浦さんによる、はちみつ講座

「単花蜜」と「百花蜜」の違いは?

「単花蜜」とは、ミツバチが単一種の花から採取したはちみつです。ミツバチには「訪花の一定性」という習性があります。日本は四季がはっきりしており、時期の花を追いかけて移動する「転地養蜂」が主流で、単花蜜の商品価値が重要視されます。お好みの味、香りのはちみつを選べるのも単花蜜の魅力と言えます。一方、蜜源となる単一の植物が少ないエリアや、四季がなく、多くの花が一斉に咲くような環境などでは、どうしても複数の花のミツバチが混じってしまいます。これを「百花蜜」といいます。採れる場所や時期によって味や香り、色は変わってきます。

ふるさと **ふるさと**

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

**435 ブラジル産 コーヒーはちみつ 500g**

500g **1150円(税別)** 通常税込1296円

はちみつ (ブラジル)

**432 マヌカはちみつ**

180g **5645円(税別)** 通常税込6097円

はちみつ (ニュージーランド)

ふるさと **ふるさと**

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

**436 カナダ産 ブルーベリーの花はちみつ**

500g **1150円(税別)** 通常税込1296円

はちみつ (カナダ)

**433 国産純粋はちみつ レンゲ**

350gポリ容器 **2580円(税別)** 通常税込2894円

はちみつ (鹿児島県、熊本県)

ふるさと **ふるさと**

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

**437 国産純粋はちみつ ソバ**

180g **910円(税別)** 通常税込1026円

はちみつ (国内産)

**434 スペイン産オレンジはちみつ**

350g **900円(税別)** 通常税込1015円

はちみつ (スペイン)

ふるさと **ふるさと**

藤井養蜂場 (福岡県・朝倉市)

**438 ハンガリー産 アカシアはちみつ**

350g **870円(税別)** 通常税込940円

はちみつ (ハンガリー)

**439 ハワイ産オーガニック蜂蜜(オヒアレファ)**

450g **1450円(税別)** 通常税込1620円

はちみつ (アメリカ)

## 手作りみそ用素材 3月2回まで掲載の予定です

無農薬

地場の大豆がなくなった為、おきたま興農舎の青大豆(山形県・農業無散布)をお届けします



ふるさと **ふるさと**

おきたま興農舎 (山形県・高富町)

山形県の伝統品種「秘伝」を使い、味噌作りにも便利な蒸し大豆にしました。無農薬栽培。

ふるさと **ふるさと**

常総生協 (茨城県・守谷市)

やまこみそ(茨城県・守谷市)

**444 米こうじ**

1kg **880円(税別)** 通常税込950円

米 (茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1

どんぐりてい(茨城県・坂東市)

**445 どんぐりていの米こうじ**

500g **740円(税別)** 通常税込799円

ササニシキ (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

アレルギー表示

卵 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。

※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。

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。

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。

ふるさと便 は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。

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。

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。