

# はじめよう! 健康で経済的なくらし

2022年度 みんなで取り組む活動テーマ  
つくと食べるでつながろう  
～私たちの地産地消～

7月23日(土)

# 土用の丑の日

JOSOのうなぎは、ここが違う!

- ・生産者指定のうなぎ
- ・鮮度抜群の「活鰻」を1尾ずつ手さばき

「丑」とは十二支のひとつ丑のこと。十二支は年だけではなく一日ごとに割り当てられているので、12日に1回丑がめぐってくるのです。四季それぞれの始まりである立春、立夏、立秋、立冬。それぞれの前18日間を「土用」といい、そのうち十二支が丑の日にうなぎを食べると滋養によいといわれてきました。土用は各季節の変わり目で、気温の変化も激しく、体が疲れやすくなります。栄養価の高いうなぎをいただき、この夏を元気に過ごしましょう。

土用の丑の日 うなぎもいろいろ... 「丑」に絡めて美味しさが“ギュー”っと詰まった

## 変わり蒲焼はいかが?

594円/100g

**16 徳用 鹿児島 坊津黒牛カルビ焼肉用**

鹿児島坊津地区の生産者3名よりお届け。霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。

凍◎30日

300g **1650円(税1782円)** 通常税込1825円

鹿児島県

2食入

**17 国産牛の牛丼**

国産牛バラ肉を使い基本素材で仕上げたシンプルで家庭的な味に仕上げた牛丼です。

冷◎60日 ◎米大少

140g×2 **645円(税697円)** 通常税込711円

牛肉(国内産)

つかさ食品(千葉県・南房総市) 6~12枚

**18 いわし蒲焼用(タレ付)**

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 ◎米大少

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)

みよしさんから夏にぴったりの練りものご紹介

6ページもご覧ください

**19 野菜じゃこ天**

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)

凍◎ 150g **398円(税430円)**

魚肉(愛媛県)

原材料: 魚肉(宇和海産)、ばれいしよでんぶん、玉ねぎ、人参、ごぼう、食塩、米麹甘酒、食用なたね油

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に、ごぼう、玉葱、人参をたっぷり練りこんだじゃこ天です。

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**20 生姜の甘酢漬**

国内産の生姜をうす切りにし、甘酢漬にしました。

冷◎30日 ◎

100g **230円(税248円)**

生姜(高知県)

co-op mail

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

2022年7月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	7/11	7/12	7/13	7/14	7/15
定番品のお届け	7/18	7/19	7/20	7/21	7/22
特別企画品のお届け	7/25	7/26	7/27	7/28	7/29

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

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。

**10 うなぎ蒲焼(長焼き)**

愛知県産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◎米大少

大黒淡水(静岡県・焼津市) 3袋入

70g×2 **2118円(税2287円)** 通常税込2408円

70g×3 **3150円(税3402円)** 通常税込3510円

うなぎ(愛知県)

穴子好きも納得の仕上がり

**11 対馬産煮あなご**

対馬西沖の脂のり良いあなごを使用。無添加のオリジナルのたれでじっくり煮込みました。

凍◎180日 ◎米大少

100g **1480円(税1598円)** 通常税込1696円

マアナゴ(長崎県)

うなぎちらし

ちょっとお値段のはるうなぎも、他の素材と一緒に盛ればボリュームたっぷり。華やかなちらし寿司の出来上がり。

**14 刺身用ほたて貝柱**

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

凍◎◎180日

6~8粒100g **560円(税605円)** 通常税込626円

ほたて貝柱(北海道)

非遺伝子組換え飼料使用の養鶏卵で製造。味付け調味料も国内産の原材料使用。かつお、昆布だしスープ使用。

**15 だし巻玉子**

たまらのタマゴ(徳島県・阿南市)

冷◎12日 ◎米大少

270g **335円(税362円)** 通常税込373円

卵(徳島県)

揚げずに作る 「夏野菜の揚げ焼きびたし」

生姜をたっぷり使って

本醸造薄口醤油ベースの濃厚で薄色タイプのダシ入り調味料。焼津産かつお本節と利尻産昆布を使用。

**21 白だし 2本組**

チョーコー醤油(長崎県・長崎市)

◎米大少 400ml×2 **880円(税950円)** 通常税込972円

大豆、小麦(アメリカ、カナダ)

焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

**22 木村さんのなす(増量)**

木村農園(茨城県・つくば市)

3本+1本 **162円(税175円)**

茨城県

焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。

**23 しょうが 2パック**

大紀コープファーム・しょうが生産者グループ(奈良県)

爽やかな香りは薬味として。肉料理の風味付けに。しょうが湯にも安心してお使い下さい。減農薬栽培。

100g×2 **316円(税342円)** 通常税込356円

高知県

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

- ・東北6県・関東1都6県・静岡県産の原材料について、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  
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載

茨城県 [放] <sup>137</sup>Cs=7.5  
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載

宮城県 [放] <sup>137</sup>Cs=9.4 <sup>134</sup>Cs=3.6  
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

# 旬の野菜の“ばっかり食い”野菜だし

◆材料  
 長なす ..... 1本  
 きゅうり ..... 1本  
 大葉 ..... 4枚  
 しょうが ..... 1/2片  
 みょうが ..... 1個  
 納豆昆布 ..... 適宜  
 塩 ..... 小1/2  
 しょうゆ ..... 大1

## ◆作り方

① ボウルにみじん切りにした野菜と納豆昆布を入れ、塩と醤油を入れて混ぜ合わせる。  
 ② 冷蔵庫で冷やして一晩保存。2・3日味が美味しく食べられる目安です。



宅配

# 絶品 鈴木さんの梨が今年も登場



鈴木さん (茨城県・結城市)  
**【宅配】鈴木さんの梨(幸水)**  
 26 2L16玉 5kg 5537円(税込5980円)

お届は 8月上旬~中旬頃の予定です

★同封の「宅配用紙」にも必ずお届け情報をご記入ください。  
 ★盆前ご希望の方は備考に必ずご記入ください。

組合員さんからのクチコミ  
 先日のお梨は大変美味しいとの連絡をもらいました。果物は生協で信用しています。(取手市：Mさん)

鈴木果樹園6代目の鈴木雅一さんが手がけた梨です。梨の慣行栽培の農薬使用回数が25回<sup>(※)</sup>に対し、鈴木果樹園では代々有機たい肥を用いて土づくりをおこない、農薬の使用回数を減らす栽培を続けてきました。完全な農薬無散布は難しいですが、可能な限り土や樹の生命力に任せて育てています。  
 ※茨城県特別栽培農産物認証基準「果実一覽」より抜粋

# 今が旬! 青木さんの固定種の野菜



From 坂東市  
**青木さんのなす**  
 28 500g(3~5本) 369円(税込399円)

**青木さんのトマト**  
 29 800g 570円(税込616円)

## 品種

- 越前水茄子...多汁質で果皮が柔らかく、浅漬けに最適
- 仙台長茄子...やわらかく、長なす漬けに
- アロイトマト...青臭さが残る、どこか懐かしい味わい。甘さも十分です

**特** 稲葉さん達 (茨城県・結城市)  
**24 なす**  
 5本 280円(税込302円) 通常税込322円  
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.3

**特** 木村農園 (茨城県・つくば市)  
**25 木村さんのきゅうり**  
 3本 153円(税込165円) 通常税込178円  
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.2

# 今シーズンもありがとうございます!

樹上で完熟させているので、芯まで食べられると毎年好評。天候によって1週遅れる場合があります。減農薬栽培。  
 アララガマ農園・池村さん (沖縄県・西表島)  
**池村さんのパイナップル(ハワイ種)**  
 30 2S サイズ 1玉 約800g~1kg 698円(税込754円)  
 31 4S サイズ 1玉 500~600g 498円(税込538円)  
 沖縄県

ゼスプリインターナショナルジャパン (東京都)  
**32 キウイフルーツ(グリーン)**  
 3個入り 410円(税込443円)  
 ニューージーランド

木村農園 (茨城県・つくば市)  
**小玉はシーズン最終**  
**33 小玉** シーズン最終  
 1玉 1.0~1.5kg 924円(税込998円)  
**34 大玉**  
 1玉 4.5~5kg 1650円(税込1782円)  
 茨城県

森下さん、辰日さん達 (和歌山県・奈良県)  
**35 桃(白鳳・嶺鳳・なつっこ)**  
 2玉(450g以上) 739円(税込798円)  
 和歌山県・奈良県

根本さん (栃木県・矢板市)  
**36 根本さんの巨峰**  
 約300g 880円(税込950円)  
 栃木県 [放] 不検出 <3.5 <4.3

あゆみの会・加瀬さん達 (千葉県・旭市)  
**37 貴味(たかみ)メロン**  
 1玉 778円(税込840円)  
 千葉県 [放] 不検出 <3.5 <4.0

杉山さん達 (山形県・庄内市)  
**38 アンデスメロン(庄内メロン)**  
 1玉 755円(税込815円)  
 山形県 [放] 不検出 <3.5 <3.3

佐藤さん達 (山形県・庄内市)  
**39 タ映メロン**  
 1玉 1010円(税込1091円)  
 山形県 [放] 不検出 <3.3 <3.2

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

木村農園 (茨城県・つくば市)  
**42 木村さんの赤しそ(枝付)**  
 300g 200円(税込216円)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.4

りん片バラでお届けする場合があります  
**43 にんにく**  
 約100g 220円(税込238円)  
 熊本県

大紀コープファーム生産者グループ (高知県)  
**44 しょうが**  
 100g 165円(税込178円)  
 高知県

大紀コープファーム (奈良県・五條市)  
**45 新しょうが**  
 300g 630円(税込680円) 通常税込745円  
 高知県、和歌山県

とさやま開発公社 (高知県・高知市)  
**46 みょうが**  
 50g 220円(税込238円)  
 高知県

上野さん達 (栃木県・上三川町)  
**47 ニラ**  
 1束(約100g) 135円(税込146円)  
 栃木県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

イバラキ食品 (茨城県・石岡市)  
**48 もやし**  
 250g 59円(税込64円)  
 茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

中村さん達 (群馬県・長野原町)  
**49 レタス**  
 1玉 210円(税込227円)  
 群馬県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

中村さん達 (群馬県・長野原町)  
**50 サニーレタス**  
 1玉 184円(税込199円)  
 群馬県 [放] 不検出 <3.6 <4.4

土れ農園 (茨城県・石岡市)  
**51 天池さんのきゅうり(黒さんご)**  
 3本 218円(税込235円)  
 茨城県 [放] 不検出 <4.1 <3.9

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)  
**52 長島さんのきゅうり**  
 500g(4~6本) 298円(税込322円)  
 茨城県

木村農園 (茨城県・つくば市)  
**53 木村さんのピーマン**  
 150g 160円(税込173円) 通常税込184円  
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

右田さん達 (熊本県・芦北町)  
**54 ミニトマト**  
 約150g 230円(税込248円)  
 熊本県

木村農園 (茨城県・つくば市)  
**55 木村さんのアイコトマト**  
 200g 250円(税込270円)  
 [放] 不検出 <3.4 <3.7

微生物農法の会・長島さん (茨城県・行方市)  
**56 長島さんのトマト**  
 500g 380円(税込410円)  
 [放] 不検出 <0.4 <0.5

木村農園 (茨城県・つくば市)  
**57 木村さんの大玉トマト**  
 500g 277円(税込299円)  
 茨城県

食べ応え抜群!  
**木村さんの大玉トマト**  
 シーズン初  
 完熟させた大き目のトマトです。多少スリがあります。減農薬栽培。

# 旬のピーマンをたくさん食べよう!

**396 やまこみそを使ってなすとピーマンの味噌炒め**

**396 木村さんのピーマン**  
 150g 160円(税込173円) 通常税込184円  
 茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

農産担当 まるでサツマイモのような甘さ!/? 赤じゃがいも (レッドムーン)



表皮の赤色に対し、中は濃い黄色で、茹でた後の肉質はホクホク系ではなく、粘質です。味も特徴的で、じゃがいもよりサツマイモを思わせるようなコクと優しい甘みを感じられます。



煮崩れしにくく、甘味の強い品種です。肉じゃがやカレーなどに。農薬無散布・化学肥料不使用。



58 赤じゃがいも 約600g 265円(税込286円) 熊本県



59 小松菜(少量) 1束(約150g) 150円(税込162円) 茨城県



60 小松菜 1束(250g) 240円(税込259円) 群馬県



61 木村さんのモロヘイヤ 100g 154円(税込166円) 茨城県



62 おかひじき 80g 220円(税込238円) 山形県

地場の有機野菜セット 新規契約者募集中です!

Table with 4 rows of vegetable sets and prices. Includes sets from 清水さん and 天池さん.



畑の状況で内容は毎回変わります。田中農園の野菜セット 4品目 750円(税込810円) 茨城県



64 木村さんのいんげん 100g 156円(税込168円) 茨城県



65 木村さんのオクラ 100g 160円(税込173円) 茨城県



66 木村さんの万願寺とうがらし 150g(3~6本) 198円(税込214円) 茨城県



67 天池さんの甘とう美人 120g 220円(税込238円) 茨城県



68 ズッキーニ 1本 175円(税込189円) 北海道



69 ブロッコリー 1個 276円(税込298円) 青森県



70 枝豆 約200g 420円(税込454円) 山形県



71 とうもろこし 1本 205円(税込221円) 千葉県



72 キャベツ 1玉 230円(税込248円) 群馬県



73 キャベツ(カット) 1/2カット(600g以上) 150円(税込162円) 群馬県



74 大根(カット) 1/2本(500g以上) 150円(税込162円) 群馬県



75 大根 1本(900g以上) 198円(税込214円) 群馬県



76 薄皮丸茄子 400g 461円(税込498円) 山形県



77 長ねぎ 500g 250円(税込270円) 栃木県



78 天池さんのテーブルビーツ 400g 340円(税込367円) 茨城県



79 長芋 200g 220円(税込238円) 青森県



80 かぼちゃ(カット) 600g前後 420円(税込454円) 栃木県



81 浅野さんのじゃがいも 800g 250円(税込270円) 茨城県



82 浅野さんの人参 500g 200円(税込216円) 茨城県



83 人参(洗い) 1kg 398円(税込430円) 青森県



86 山田さんのしめじ 200g 226円(税込244円) 茨城県



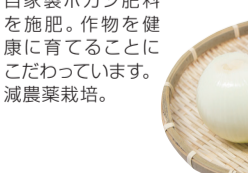
87 安田さんのなめこ 70g 115円(税込124円) 福島県



88 生きくらげ 100g 250円(税込270円) 栃木県



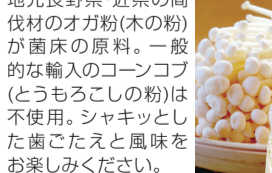
89 エリンギ 100g 261円(税込282円) 三重県



84 玉ねぎ 1kg 340円(税込367円) 茨城県



85 玉ねぎ 3kg 899円(税込971円) 茨城県



90 えのき茸 200g 208円(税込225円) 長野県



91 ブラウンえのき茸 200g 218円(税込235円) 長野県



92 舞茸 100g 196円(税込212円) 栃木県



93 A品 100g 210円(税込227円) 茨城県

飯泉さんの生しいたけ 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

**95 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 **343円**(税込**370円**) 通常税込**380円**  
 かぼちゃ(北海道)

**96 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)

**97 北海道つぶコーン(冷凍)**  
 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)

**98 北海道のそのまま枝豆**  
 北海道十勝産のえだだ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 **278円**(税込**300円**) 通常税込**320円**  
 枝豆(北海道)

**99 産直カットレモン**  
 減農薬の国産レモンB品を8等分にくし切りカットして急速凍結。レモン本来の味と風味が楽しめます。  
 凍 150g **226円**(税込**244円**)  
 レモン(国内産)

**100 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%。  
 凍 120g **420円**(税込**454円**)  
 梅(奈良県、和歌山県、三重県)

**101 しょうがの佃煮**  
 高知産の生姜を使用。ピリッとした辛み、醤油と砂糖の甘辛さがご飯によく合います。おにぎりやお茶漬けに。  
 凍 100g **420円**(税込**454円**)  
 しょうが(高知県)

**102 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。  
 凍 100g×2 **320円**(税込**346円**)  
 大根(国内産) [放]不検出<3.5<3.0

**103 すっぱいいなか漬(寒干し沢庵・糠漬)**  
 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。  
 凍 140g **325円**(税込**351円**)  
 大根(宮崎県)

**104 農家が造った夏野菜のピクルス**  
 大根、きゅうり、人参、ミニトマトを平素製法の塩、北海道の甜菜糖、米酢のみに漬け込んだ和風ピクルス。  
 凍 200g **298円**(税込**322円**) 通常税込**335円**  
 大根(国内産)

**106 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。  
 凍 200g **350円**(税込**378円**) 通常税込**394円**  
 白菜(国内産)、唐辛子(中国)

**麺工房 一九の手打ち生そば**  
 坂東市の倉持さんより。自家栽培の「常陸秋そば」8に小麦粉2の割合で打ちました。当日打って、当日お届け致します。  
 凍 280g(2人分) **695円**(税込**751円**) 通常税込**778円**  
 そば(茨城県) [放]不検出<3.7<4.1

**108 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。  
 凍 120g **412円**(税込**445円**) 通常税込**459円**  
 瓜(徳島県)、守口大根(愛知県)

**109 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。  
 凍 100g **417円**(税込**450円**)  
 ごぼう(国内産)

**111 麺工房一九手打そば**  
 原材料：そば粉(自家栽培、国内製造)、小麦粉(国内製造)  
 凍 280g(2人分) **695円**(税込**751円**) 通常税込**778円**  
 そば(茨城県) [放]不検出<3.7<4.1

**お米の定期契約米**  
 定期契約をすると、毎回のお米がお買い得。みんなでのお米の生産者を応援しよう!  
 水海道のめぐみちゃん(茨城県)、黒澤さんのお米(宮城県)が契約米の対象となります。

**宮城・黒澤さんのコシヒカリ**  
 4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。  
 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)

**山形・おきたま興農舎**  
 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。  
 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**)  
 502044 ひとめぼれ(白米) **2750円**(税込**2970円**)  
 おきたま興農舎(山形県・高畠町)

**水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)**  
 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)。  
 502001 白米 5kg **2310円**(税込**2495円**) 通常税込**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)

**宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今糶米)**  
 4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。  
 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)

**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)

**502071 白山紫黒(有機栽培紫黒米)**  
 炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に。ミネラル補給の為に塩を散布したり、ヒノキエキスなど天然の素材を使った自家製忌避剤を使用。3合のお米に、大さじ1杯からどうぞ。無農薬。  
 凍 300g **670円**(税込**724円**)  
 山形県 [放]不検出<1.2<1.1

**502074 白米用雑穀セット**  
 自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)  
 凍 500g **1048円**(税込**1132円**)  
 [放]不検出<0.5<0.5

**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0.1Bq/kg
	やさとのお米	コシヒカリ	0.2Bq/kg	0.2Bq/kg
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	0.1Bq/kg	0.1Bq/kg
		つや姫		
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	0.1Bq/kg	0.1Bq/kg

・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。

土用の丑は料理の名人でカンタン蒲焼!

「うちはこんな使い方してますよ〜」も募集中!



魚以外にも...

酢を足して南蛮漬け 各種照り焼きなど

すり生姜を加えて生姜焼きのタレ

少し甘めで濃厚な調合済みの調味タレです。アレンジして、わが家の味を見つけて下さい。



料理の名人(万能調味タレ)

250cc 498円(税込538円) 通常税込562円

作り方 1 解凍した切身の両面を焼く。 2 焼いたら「料理の名人」を、余熱でからませて完成! ※照りがさらに欲しい場合はみりんを足してください。



115 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。

115 真あじフィーレ 5~8枚 200g 440円(税込475円)



116 脂ののった真いわし三枚おろし

入梅時期に千葉県沖で漁獲される大羽いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結しました。

116 脂ののった真いわし三枚おろし 6~10枚 200g 370円(税込400円)

脂のり良く、もっちりとした身質!



117 焼津港のとろかつお刺身用

旬の時期に日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りのたれ。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群です。

117 焼津港のとろかつお刺身用 170g(2個) 535円(税込578円) 通常税込594円

生臭みなし! 鮮度抜群!



118 駿河湾産生しらす(1番競り限定)

静岡県吉田港水揚げ限定。水揚げから競りまでの時間が短い「1番競り」しらすなので、鮮度抜群です。

118 駿河湾産生しらす(1番競り限定) 60g 480円(税込518円) 通常税込538円

蒸してあるので皮をむけば食べられます



119 高橋徳治商店の蒸しほや

酢醤油やポン酢、和風ドレッシングによく合います。海藻やきゅうりなどと和えたり、パスタの具にもどうぞ。

119 高橋徳治商店の蒸しほや 80g 380円(税込410円) 通常税込430円

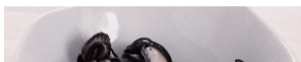
水産品 近海・天然ものを中心に扱います。給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰯とエビを扱っています。干物、漬魚には、酸化防止剤、化学調味料は不使用です。



120 国内産冷凍あさり

主に北海道(厚岸)、愛知(渥美)など国内から、季節や状態に合わせてお届けします。

120 国内産冷凍あさり 200g 386円(税込417円)



121 高橋徳治商店の蒸しかき

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。

121 高橋徳治商店の蒸しかき 105g 398円(税込430円)



122 子持ちからふとししゃも

ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大目サイズのものをお届けします。

122 子持ちからふとししゃも 7~12尾 150g 298円(税込322円) 通常税込346円



123 天日干しアジ

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

123 天日干しアジ 4枚210g以上 548円(税込592円)



124 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。

124 九州産真あじの生開き干し 2枚160g 398円(税込430円)

125 さば一夜干し 2枚 398円(税込430円) 126 さば3枚 588円(税込635円)

127 さんま開き2枚 398円(税込430円)

128 甘塩鱈ほっけ開き 約350g 630円(税込680円)

129 香ばし味噌のさばフィーレ 200g(片身2枚入) 465円(税込502円) 通常税込518円

130 香ばし味噌のぶり切身 5~6切 645円(税込697円)

131 しまほっけ黒糖みりん漬 3切 415円(税込448円)

132 三陸産天然ぶり生姜醤油漬 3切180g 398円(税込430円)

133 石巻産さば生姜醤油漬 4枚240g 398円(税込430円)

134 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切 2切140g 425円(税込459円)

135 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 3切165g 530円(税込572円)

136 雄武産秋鮭(雄宝)切身(無塩) 70g×3 548円(税込592円)

137 とびうお一夜干し(酒塩) 2枚約120g 435円(税込470円) 通常税込486円

山米の旬魚 兵庫県の魚で手作りの干物、総菜をお届けします。

138 さわら西京漬 2切約120g 598円(税込646円) 通常税込689円

139 はたはた下処理済み 100g4~6尾 338円(税込365円)

140 ほたるいかの沖漬け(常総醤油) 100g 380円(税込410円)

141 えび・いかミックス 200g 365円(税込394円) 通常税込410円

142 三陸産するめいか つぼ抜き 3~6枚230g 410円(税込443円)

143 水温造り甘塩さば切身 4切 434円(税込469円) 通常税込486円

144 水産品の放射能検査について

145 水産品の放射能検査について

146 水産品の放射能検査について

147 水産品の放射能検査について

1年かけて育てた 加持さんのうなぎ

(高知県・四万十市)

加持さんのうなぎの特徴

- 密飼いせずよく運動させますので皮は固め。天然ものに近い食感です。
抗生剤などの薬剤不使用です。
タレは国産丸大豆醤油使用の無添加です。



代表の加持さん



無添加タレでじっくり蒲焼に
加持養鰻場 (高知県・四万十市)
144 加持さんのうなぎ蒲焼
凍 180日 米 大 小
130g+タレ15cc+粉山椒 2180円 (税込) 2354円 通常税込 2503円
うなぎ (高知県)

抗生剤不使用のうなぎの安心な肝 肝すいでも!

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。



145 加持さんのうなぎの肝
凍 180日
60g 345円 (税込) 373円 通常税込 389円
うなぎの肝 (高知県)

わさび醤油でも



146 加持さんのうなぎ白焼
四万十川河口付近で獲れた稚魚(シラス)を1年以上の歳月をかけてじっくり育てました。
凍 180日 米 大 小
130g+タレ15cc+粉山椒 1980円 (税込) 2138円 通常税込 2354円
うなぎ (高知県)

カルシウム豊富!



組合員さんからのクチコミ
揚げ物が苦手な私でも、少しの油でカリッと仕上がって美味しかったです。甘口カレーパウダーを少しかけたら、子供たちも喜んで食べました!

夏の疲れにカキ!



カキに豊富な栄養素・ミネラル
・ビタミンB12、鉄:貧血予防など
・亜鉛:味覚障害予防など
・グルコゲン:スタミナ保持など

お茶漬、おにぎり、チャーハンに!



手ほぐしの「コロコロ感」が美味しさのヒミツ!

149 雄武 寒風干し焼鮭 ほぐし身
雄武沖のオホーツク海で漁獲した旬の秋鮭を、焼いてほぐし身にしました。原材料:秋鮭、食塩
凍 180日 米 大 小
180g 938円 (税込) 1013円 通常税込 1037円
秋鮭 (北海道)

流水解凍でラクラク



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



151 焼津港のめばちまぐろ中落ち風
めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。
凍 30日 米 大 小
120g 647円 (税込) 699円
めばちまぐろ (太平洋)

夏の食卓に酢み



152 しめさばかぶら漬
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
凍 180日 米 大 小
2枚160g 488円 (税込) 527円
真さば (国内産)



153 きびなごさっぱり漬
地元で「黒潮のしずく」と呼ばれるほど美しい魚体のきびなご。頭、内臓を除去してマイルドな甘酢漬に。
凍 米 小
80g 320円 (税込) 346円
きびなご (鹿児島県)

納豆、大根おろし、チャーハンに加えてカルシウム補給!

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

155 しらす干し
遠州灘~伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。
凍 120日 米 大 小
20g×3 450円 (税込) 486円
しらす (遠州灘~伊勢湾)

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

157 無添加たらこ (切子込み)
すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わないで味付け。魚醤、鰹節、昆布の風味をお楽しみください。
凍 30日 米 大 小
60g 340円 (税込) 367円
すけそうだらの卵 (ロシア、アメリカ)

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

159 いわしごぼうすみれ
国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。
凍 120日 米 大 小
180g 335円 (税込) 362円
いわし (国内産)

魚肉練り製品

160 みよしのじゃこ天
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 米 大 小
50g×2 375円 (税込) 405円 通常税込 419円
魚肉 (愛媛県)

161 ニラ生姜じゃこ天
宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に高知県産のニラと生姜を練り込んだじゃこ天です。
凍 米 大 小
50g×2 388円 (税込) 419円
魚肉 (愛媛県)、ニラ・生姜 (高知県)

162 わかめかぶじゃこ天
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 米 大 小
50g×2 388円 (税込) 419円
魚肉 (愛媛県)、わかめ・めかぶ (宮城県)

165 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・苜・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。
凍 180日 米 大 小
5個175g 312円 (税込) 337円
すけそうだら (北海道)

166 つまみ揚げ(野菜)
国内産(北海道)のすけそうだらすり身に、国内産野菜とイ力を練り合わせた一口大のさつま揚げです。
凍 180日 卵 米 小
130g 291円 (税込) 314円 通常税込 324円
すけそうだら (北海道)

163 あかもく入り魚団子
愛媛県宇和海産の小魚をすり身にし、あかもくを混ぜ込みました。鍋、おでん、味噌汁などに。
凍 米 大 小
150g 398円 (税込) 430円
魚肉 (愛媛県)

164 魚団子
新鮮なアジに豆腐を混ぜた柔らかい食感の魚団子です。煮物やお味噌汁の具材に入れると出汁が良く出ます。
凍 米 大 小
150g 388円 (税込) 419円
魚肉 (愛媛県)

167 パクパクなぎょっと
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。
凍 180日 米 大 小
160g(8個) 298円 (税込) 322円 通常税込 335円
カナガシラ (国内産)

168 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 180日 米 大 小
100g 315円 (税込) 340円
すけそうだら (北海道)

169 「高橋徳治商店」のごぼう揚
味噌漬でごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。
凍 180日 米 大 小
3枚117g 389円 (税込) 420円
ごぼう (国内産)・すけそうだら (北海道)

170 ソフトはんぺん
お吸い物や、シンプルな焼き物にどうぞ。チーズ、たらこ等をはさんでも美味。
凍 180日 卵 米 大 小
4枚200g 395円 (税込) 427円
すけそうだら (北海道)

宇和島練り物工房 みよし

組合員の皆さんへ
こんにちは。宇和島練り物工房のみよしです。「健康と笑顔を届ける」と決意し、2016年に独立開業してから早いもので6年が経ちました。
代表の三好良貴さん



こだわりの練り物



カット面が彩り鮮やかお弁当にも♪

近海のお魚たっぷり!



おかず、つまみ、おやつにレンジが自然解凍で

精肉・味付け肉編

丹沢農場

精肉・味付け肉で使われる豚肉は全て自社農場で育てた「丹沢高原豚」です。

丹沢高原豚 株式会社 丹沢農場

応援特集

全品 特価

丹沢高原豚の品種

- L (ランドレース)
W (大ヨークシャー)
D (デュロック)
※一貫生産



飼料・味について

豚肉の味は、品種35%、飼料65%で決まるといわれています。より美味しい豚肉にするために飼料も工夫しています。さつまいも、大麦、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)のとうもろこし、大豆を使用し、中でもさつまいもを多めに配合する事で、甘味と風味が際立つ味にしています。肥育期の飼料には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。

丹沢農場が取り組むアニマルウェルフェア(動物福祉)について

一頭あたり約1.5mの広々とした豚房で走り回ったりしてのびのびと過ごしています。※(一般的には0.77㎡/頭)剪定枝を口で噛んだり、冬は自分で穴を掘った窪みに入り、寒さを凌ぐなど豚の習性に則した豚舎で育成・肥育しています。夏は、土着微生物の発酵熱が熱源となるため、ファンや細霧により豚を冷し、快適な環境を維持しています。



175 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。



176 丹沢高原豚 小間切
各部位から集めています。



171 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。



172 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。



173 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。



174 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。

豚肉

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!
丹沢農場: おがくす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。

179 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、カツ等に使えようにブロックでお届け。

180 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。

181 茨城県産ローズポーク パラスライス
厚さ3~3.5mm。

182 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。

183 茨城県産ローズポーク 小間切
飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

茨城県産ローズポークのイチオシ!

184 茨城県産ローズポーク ヒレブロック
脂のほとんどない部位です。

185 茨城県産ローズポーク ローススライス
ローズポークをローススライスにしました。炒め物や揚げ物に!

188 茨城県産ローズポーク 小間切(タレ付)
ローズ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。

189 茨城県産ローズポーク 挽肉
赤身率は8割です。

190 茨城県産 豚レバー
ビタミン、鉄分豊富なレバー。

186 茨城県産ローズポーク モモしゃぶしゃぶ用
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。

187 茨城県産ローズポーク 徳用小間切
小間切徳用タイプ。

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70日(一般的には55日)。

191 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。

192 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。

193 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。

194 つくば茜鶏 手羽先
ゼラチン質に富み、コクのある部位。

195 つくば茜鶏 手羽元
唐揚げやスープ煮に。

196 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。

197 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。

198 つくば茜鶏 挽肉
ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。

# 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。

徳用 鹿児島 坊津黒牛 カルビ焼肉用は表紙に掲載

448円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**202 茨城県産(山方牛)切り落とし**

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

冷蔵 賞6日

200g **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

**203 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。

冷蔵 賞30日

250g **698円**(税込**754円**)

茨城県

597円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

**204 国産牛ロース焼肉用**

適度な脂肪を含みコクのあるカカロース、リブロースを焼肉用にカットしました。

冷蔵 賞30日

150g **830円**(税込**896円**) 通常税込**910円**

福岡県、大分県

300円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

**205 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。

冷蔵 賞30日

200g **556円**(税込**600円**) 通常税込**616円**

福岡県、大分県

307円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

**207 国産牛小間切**

ホルスタイン種を100%使用。赤身ウデ、モモ、バラ肉を使用。

冷蔵 賞30日

160g **455円**(税込**491円**)

福岡県、大分県

216円/100g

福永産業(福岡県・遠賀町)

**208 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。

冷蔵 賞30日

200g **400円**(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)

**209 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とれてマイルドに仕上がっています。

冷蔵 賞10日

94g×2 **335円**(税込**362円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<4.4<4.1

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**210 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。

冷蔵 賞10日

49g×3 **275円**(税込**297円**)

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**211 鎌倉ロースハムスライス×2**

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷蔵 賞15日

60g×2 **500円**(税込**540円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.4<3.3

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**212 鎌倉チョコリソー**

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

冷蔵 賞15日

30g×5 **385円**(税込**416円**)

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**213 鎌倉串ざしフランクフルト**

豚肉、塩、香辛料のみ使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。

冷蔵 賞10日

40g×5 **370円**(税込**400円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**214 丹沢農場の粗挽ウインナー**

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。

冷蔵 賞7日

120g **290円**(税込**313円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**215 丹沢農場のバラベーコンスライス**

甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。

冷蔵 賞7日

100g **380円**(税込**410円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**216 丹沢農場の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ジューシーな味に仕上げました。

冷蔵 賞7日

100g **352円**(税込**380円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**217 丹沢農場のスモークレバー**

中津ミートの豚レバーを海塩、三温糖、香辛料のみで味付けし、スモークしました。スライスしてどうぞ。

冷蔵 賞180日

100g **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**

豚肉(国内産)

ミートバル村山(茨城県・土浦市)

**218 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、又はロースポーク使用。

冷蔵 賞7日 米大小

200g **485円**(税込**524円**) 通常税込**540円**

豚肉(茨城県)

お茶漬けにしても!

デリカ食品(岐阜県・羽島市)

**219 国産牛のしぐれ煮**

国産牛肉を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分程度温めてお召上がりください。

冷蔵 賞60日 米大小

150g **416円**(税込**449円**) 通常税込**471円**

牛肉(国産)

**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)、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**

土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

冷蔵 賞届いて3日 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**

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

冷蔵 賞15日 乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

**ジャム・蜂蜜 スープ**

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

はなのみ(長野県・小布施町)

**220 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。

冷蔵 賞60日

180g **460円**(税込**497円**)

いちじく(広島県)

Citadelle Maple Syrup Producer's Cooperatives

**221 メープルシロップアンバー**

サトウカエデの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメープルシロップ。上品な甘みと香りがあります。

冷蔵 賞60日

250g **890円**(税込**961円**)

楓樹液(カナダ)

サツラク農協(北海道・札幌市)

**4 サツラク牛乳**

北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

冷蔵 賞15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4

北海道酪農公社(北海道・江別市)

**5 おいしさまるやか(成分調整牛乳)**

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

冷蔵 賞届いて10日 乳

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳(北海道)

よの葉製菓(北海道・音更町)

**224 カフェインレスよの葉カフェオレ**

北海道十勝産生乳をたっぷり60%以上使用(製品に占める割合)、香料、乳化剤、着色料不使用で作りました。

冷蔵 賞届いて6~10日 乳

1ℓ **277円**(税込**299円**)

生乳(北海道)

**新特**

柳風水野商店(愛知県・大口町)

**222 ミルクでつくる クリーミーコーンポタージュ**

暑い時期は冷やしたミルクで、寒い時期は温めたミルクで楽しめます。

冷蔵 賞60日

46.5g(15.5g×3個) **385円**(税込**416円**) 通常税込**432円**

スイートコーン(北海道)

**新特**

柳風水野商店(愛知県・大口町)

**223 ミルクでつくる 北海道産ポテトのポタージュ**

北海道産じゃがいも100%の粉末です。

冷蔵 賞60日

46.5g(15.5g×3個) **385円**(税込**416円**) 通常税込**432円**

じゃがいも(北海道)

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。薬・抗生物質不使用。

冷蔵 賞7日 卵

6個 **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.3<3.4

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殺物(とうもろこし・大豆)を鶏に与えています。

冷蔵 賞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。

冷蔵 賞11日 卵

6個入り **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.5<3.7

# 鉄分豊富な 鶏レバー!



鶏レバーは、クセが少なく鉄分やミネラルなど栄養も豊富な食材です。「つくば茜鶏」は飼育期間中、「抗生物質」や「抗菌剤」を使わない特別飼育鶏です。対して、市販の鶏レバーの多くは、効率よく大量に飼育されている鶏を使用するため、「抗生物質」などの薬剤を与えて育てられているので注意が必要です。鉄分不足になりがちな夏はぜひ「つくば茜鶏」の鶏レバーを食べて体の健康を保ちましょう!

	一般のプロイラー	つくば茜鶏
飼育環境	ウインドレス鶏舎	開放鶏舎
飼育日数	50日前後	70日前後
飼育密度(平均)	50~60羽/坪(3.3㎡)	40羽以下/坪(3.3㎡)
投薬	使用あり	使用なし

※ウインドレス鶏舎…窓のない、死も風も入らない締め切られた鶏舎

野口さん達(茨城県・桜川市)

**206 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。

冷蔵 賞180日

250g **258円**(税込**279円**) 通常税込**289円**

茨城県

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**210 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。

冷蔵 賞10日

49g×3 **275円**(税込**297円**)

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**211 鎌倉ロースハムスライス×2**

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷蔵 賞15日

60g×2 **500円**(税込**540円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.4<3.3

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**216 丹沢農場の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ジューシーな味に仕上げました。

冷蔵 賞7日

100g **352円**(税込**380円**)

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

**217 丹沢農場のスモークレバー**

中津ミートの豚レバーを海塩、三温糖、香辛料のみで味付けし、スモークしました。スライスしてどうぞ。

冷蔵 賞180日

100g **340円**(税込**367円**) 通常税込**378円**

豚肉(国内産)



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

225 6枚

226 8枚

227 ノースライス

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

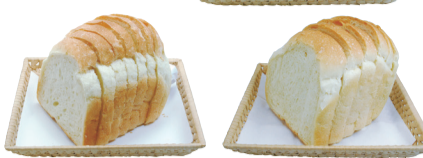
※届いて1~2日 小

270円(税込292円)

270円(税込292円)

260円(税込281円)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩



[放] 不検出 <3.9 <3.8

※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

228 8枚

425円(税込459円)

229 ノースライス

415円(税込448円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩

[放] 不検出 <4.0 <4.7



Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 230 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)



Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 231 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



Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 232 チーズカンパニユ

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

※届いて1~2日 乳 小

1個 535円(税込578円)

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.6 <3.8



地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

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)

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

233 半斤3枚

140円(税込151円)

234 1斤6枚

270円(税込292円)

小麦(アメリカ、他)

※届いて2日 乳 小

235 1斤8枚

270円(税込292円)

236 ノースライス

265円(税込286円)

小麦(アメリカ、他)



クーロンヌジャポン(茨城県・取手市)

237 クーロンヌのバゲット

王道のバゲットです。冷凍でのお届けになりますので使用の際は家庭用オーブン等をご利用下さい。

凍 ※60日 小

1本(ハーフ2本) 320円(税込346円)

小麦(アメリカ、他)



地元のお店 いばらきベーグル

いばらきベーグル(茨城県・常総市)

238 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 ※30日 米 小 1個 157円(税込170円) 通常税込180円

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)



239 ケーベルチュールチョコベーグル

風味豊かなケ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。

凍 ※30日 乳 米 大 小 1個 211円(税込228円) 通常税込239円

小麦(北海道)、チョコ(国内産)



240 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 ※30日 米 小 1個 194円(税込210円)

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)



241 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つぶりと混ぜ合わせ、そのままでも美味しくお召し上がり頂けます

凍 ※30日 米 小 1個 221円(税込239円)

小麦(北海道)、くるみ(アメリカ)



242 ほうれん草ベーグル

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

凍 ※30日 米 小 1個 222円(税込240円)

小麦(北海道)、ほうれん草(茨城県)



243 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 ※180日 卵 乳 大 小 約65g×6 675円(税込729円)

小麦(カナダ、他)



244 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 ※180日 小 約40g×5 460円(税込497円)

小麦(国内産)



245 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で、保存料や着色料・アミノ酸も不使用。

凍 ※乳 大 小 90g×3個 497円(税込537円)

小麦(国内産)

レンジ等で加熱してからお召し上がりください!



246 あん入り

原材料:つぶあん、小麦粉(国産)、黒糖、玄米粉(国産)、パーム油、パン酵母、水飴、食塩

3個 440円(税込475円) 通常税込486円

小麦粉(国内産)



247 あんなし

原材料:小麦粉(国産)、黒糖、玄米粉(国産)、パーム油、パン酵母、水飴、食塩

3個 440円(税込475円)

小麦粉(国内産)



248 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。

3個 360円(税込389円) 通常税込400円

小麦粉(国内産)



249 あんなし

3個 362円(税込391円)

小麦粉(国内産)

1つずつ手作り、牛乳の優しい味わい。夏はやっぱりトマトと一緒に! 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 250 石岡 鈴木牧場 フレッシュモッツアレラ

夏の食卓に 鈴木牧場の手作りヨーグルト。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。 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 251 プレーン 252 微糖

253 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(パジル) 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。 254 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。

お豆腐屋さんプリン。濃厚豆乳プリン 259 濃厚豆乳プリン 260 豆乳ぶりん 黒ごま

255 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) 256 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。

257 生乳たっぷり のむヨーグルト 生乳93%使用の飲むヨーグルト。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖、フラクトオリゴ糖 258 ベに花ハイプラス マーガリン

腸内活性ヨーグルト。3つのすごいところ 1. 単一指定牧場の生乳! (石川県河北潟・ホリ牧場) 2. まろやかな味わい(すっぱくない!) 3. 1,000億の善玉菌(一般のヨーグルトの約100倍!)

262 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。 263 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。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

# 大豆加工品

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

## 使い切り少量パック



丸和食品 (東京都・練馬区)  
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。

**264 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



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



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**266 もめん豆腐**  
300g **176円**(税込**190円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.2



**267 きぬ豆腐**  
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)  
**268 青大豆 寄せ豆腐**  
200g **215円**(税込**232円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<3.7<4.1



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**269 押し豆腐**  
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)  
**270 絹生揚げ**  
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)  
**271 油揚げ**  
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)  
**272 きざみ揚げ(冷凍)2袋**  
100g×2 **398円**(税込**430円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.2<1.9



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**273 ねぎ入り 具だくさんがんも**  
80g×2 **330円**(税込**356円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<3.7<4.1



丸和食品 (東京都・練馬区)  
**274 ひじき入り京がんも**  
7個(140g) **275円**(税込**297円**)  
大豆(国内産) [放] 不検出<3.7<4.1

## 東京都 府中市 登喜和の納豆

原材料:【納豆】大豆(国産)、納豆菌【たれ】醤油、砂糖、食塩、魚醤、かつおエキス、清酒、米粉、酵母エキス【からし】マスタード、食塩、醸造酢、砂糖、りんご果汁、酵母エキス



登喜和食品 (東京都・府中市)  
**275 北海道ひきわりカップ2 (タレ・カラシ付)**  
仕込みの直前に丸大豆をひき割りしました。カット面の酸化を防ぎ、ひと味違う納豆です。  
冷蔵9日 米 大 小  
30g×2 **170円**(税込**184円**)  
大豆(北海道)

登喜和の「ひきわり」納豆  
★北海道産、特別栽培の「とよみずき」大豆使用。  
★仕込みの直前にひき割るので、大豆の酸化が最小限に抑えられ旨さが保たれます。



登喜和食品 (東京都・府中市)  
**276 遊作納豆 (タレ・カラシ付)**  
茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。  
冷蔵9日 米 大 小  
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)  
**277 十勝の息吹 大粒2P (タレ・カラシ付)**  
北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。  
冷蔵9日 米 大 小  
40g×2 **184円**(税込**199円**)  
大豆(北海道)



JAやさと (茨城県・石岡市)  
**278 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、糸引きがよく、風味のよい納豆です。  
冷蔵7日 米 大 小  
35g×3 **148円**(税込**160円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.9<3.1



水府納豆 (茨城県・常陸太田市)  
**279 水府納豆ミニ3個 (タレ・カラシ付)**  
茨城県産小粒大豆使用。糸引き、風味ともよい納豆です。  
冷蔵10日 米 大 小  
40g×3 **140円**(税込**151円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.0<3.4



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)  
**280 徳用あく抜き こんにゃく**  
400g **118円**(税込**127円**)  
こんにゃく粉(国内産)



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)  
**281 徳用あく抜き しらたき**  
350g **118円**(税込**127円**)  
こんにゃく粉(国内産)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)  
**282 小巻き芋しらたき**  
6個 **200円**(税込**216円**)  
こんにゃく芋(群馬県)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)  
**283 農家が造った 生芋さしみこんにゃく**  
200g **198円**(税込**214円**)  
こんにゃく芋(群馬県)



グリーンリーフ (群馬県・昭和村)  
**284 豆乳蒟蒻そーめん**  
種80g たれ15g **198円**(税込**214円**)  
こんにゃく芋(群馬県)



浜食 (東京都・調布市)  
**285 洗いもずく**  
200g **240円**(税込**259円**)  
もずく(沖縄県)

## 淡路の素潜り天然わかめ漁応援!



藤本水産 (兵庫県・淡路市)  
**286 淡路島の天然わかめ(塩蔵)**  
150g **398円**(税込**430円**)  
わかめ(兵庫県)



藤本水産 (兵庫県・淡路市)  
**287 淡路島の天然茎わかめ(塩蔵)**  
200g **345円**(税込**373円**)  
わかめの中芯(兵庫県)

## 人気!注目のフコイダンがたっぷり



リアス (千葉県・船橋市)  
**288 松島湾産 おさしみあかもく**  
100g **250円**(税込**270円**)  
あかもく(宮城県) [放] 不検出<3.8<4.0

## 暑い日はのど越し抜群の刺身こんにゃく&麺



リアス (千葉県・船橋市)  
**289 国産あかもく めかぶミックス**  
40g×3 **330円**(税込**356円**)  
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)

## 夏休みの食卓に



共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**290 内麦焼そば (ソース付)**  
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

## 夏休みの食卓に



共生食品 (神奈川県・相模原市)  
**291 内麦生ラーメン 冷し(3食入)**  
麺は国産小麦粉、無かんすい、卵つなぎ、無着色。醤油、醸造酢をベースに、ごまの風味がきいたスープ付。  
冷蔵7日 卵 米 大 小  
麺120g×3 スープ75ml×3 **285円**(税込**308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)  
**292 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。  
冷蔵7日 卵 米 大 小  
麺120g×3 スープ30g×3 **350円**(税込**378円**)  
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



たむらのタマゴ (徳島県・阿南市)  
**293 味付けゆで玉子**  
M3個 **188円**(税込**203円**)  
卵(徳島県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**294 五目豆煮**  
100g **305円**(税込**329円**)  
大豆(北海道)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**295 直火炊き 黒煮豆**  
120g **280円**(税込**302円**)  
黒豆(国内産)



菊田商店 (東京都・練馬区)  
**296 煮豆 とら豆**  
150g **324円**(税込**350円**)  
とら豆(北海道)



菊田商店 (東京都・練馬区)  
**297 昆布豆**  
130g **220円**(税込**238円**)  
大豆(秋田県) [放] 不検出<2.9<3.2

## 砂糖不使用の佃煮



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**298 国産葉唐辛子 (三河みりん使用)**  
30g **280円**(税込**302円**)  
葉唐辛子(国内産)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**299 きゃらぶき (三河みりん使用)**  
40g **270円**(税込**292円**)  
ぶき(岩手県)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**300 しらすくろみ**  
100g **580円**(税込**626円**)  
しらす(瀬戸内海)



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**301 国産味付ザーサイ**  
100g **348円**(税込**376円**)  
ザーサイ(神奈川県、茨城県) [放] 不検出<3.7<4.1



遠忠食品 (埼玉県・越谷市)  
**302 国産味付メンマ**  
90g **461円**(税込**498円**)  
たけのこ(愛媛県)



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)  
**303 やさとの半熟たまご (温玉)**  
4個(タレ無) **206円**(税込**222円**)  
卵(茨城県) [放] 不検出<3.3<3.4

# 包丁いらす&下処理済み JOSOのミールキット

**開発ごほれ話**  
**人気No.1** **黒酢酢豚はこうして作られた!**

「忙しくて、家族には手料理を食べさせてあげたい」そんな想いを持つ女性スタッフが中心となり、開発が始まったミールキット。健康面を考え調味料は「お酢」、且つ子どもにも食べやすい「豚肉」を使おうという事で、「黒酢酢豚」が誕生しました。豚肉・野菜と絡む「甘辛たれ」は何度も試作し、完成させました。グリーンリーフの数ある商品の中でも人気No.1の「黒酢酢豚」をぜひご賞味ください。

**カキの旨味もプラスして**

調理時間 準備品  
**約10分 油大さじ2・卵2個**

セット内容: カット野菜(にら、人参、たけのこ)、きくらげ、豚肉、醤油タレ(カキタレ)  
食塩相当量: 3.6g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**ブイヨンが効いた優しい味わい**

調理時間 準備品  
**約10分 水700cc**

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン、ぶなしめじ)、水餃子12個、欧風だし  
食塩相当量: 6.3g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**鶏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**

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) 2人前

**白身魚の旨味と野菜がマッチ**

調理時間 準備品  
**約5分 油**

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

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**黒酢で味に深みをプラス**

調理時間 準備品  
**約6分 油**

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

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**304 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚**  
冷蔵お届け1~2日 **798円(税862円)** (通常税込971円)  
2人前(約410g) 玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

**豚にら彩りオイスター炒め**

調理時間 準備品  
**約10分 油大さじ2・卵2個**

セット内容: カット野菜(にら、人参、たけのこ)、きくらげ、豚肉、醤油タレ(カキタレ)  
食塩相当量: 3.6g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**305 豚にら彩りオイスター炒め**  
冷蔵お届け1~2日 **900円(税972円)**  
2人前(約300g) ニラ・豚肉(国内産)

**ブイヨン水餃子スープ**

調理時間 準備品  
**約10分 水700cc**

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン、ぶなしめじ)、水餃子12個、欧風だし  
食塩相当量: 6.3g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**306 ブイヨン水餃子スープ**  
冷蔵お届け1~2日 **860円(税929円)**  
2人前(約330g) 玉ねぎ・豚肉(国内産)

**鶏肉入り大根きんぴら**

調理時間 準備品  
**約7分 油**

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) 2人前

**307 鶏肉入り大根きんぴら**  
冷蔵お届け1~2日 **810円(税875円)**  
2人前(約420g) 大根(国内産)、鶏肉(山口県)

**シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬**

調理時間 準備品  
**約5分 油**

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

グリーンリーフ (群馬県・昭和村) 2人前

**308 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬**  
冷蔵お届け1~2日 **960円(税1037円)**  
2人前(約375g) 玉ねぎ(国内産)、シイラ(長崎県)

**シャキシャキ野菜がたっぷり**

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

やささと農業協同組合 (茨城県・石岡市)

**309 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と豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。  
冷蔵お届け1~2日 **760円(税821円)**  
2人前(約630g) 小松菜(国内産)

**スタミナメニューの定番品**

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)

**310 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。  
冷蔵お届け1~2日 **910円(税983円)**  
2人前(約280g+もやし250g) ニラ(国内産)、豚レバ(神奈川県)

**海鮮のダシがきいていて美味**

調理時間 準備品  
**約6分 ごま油、白飯**

セット内容: 海鮮の具、カット野菜(キャベツ、玉ねぎ、人参、ニラ)、タレ  
食塩相当量: 1.80g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

**311 海鮮中華丼の具(醤油)**  
新鮮な野菜と本格海鮮塩炒めソース、だし醤油タレが入った中華丼の具が作れるセットです。  
冷蔵お届け1~2日 **990円(税1069円)**  
2~3人前(約455g) キャベツ(国内産)、スルメイカ(青森県)

**卵を加えて**

調理時間 準備品  
**約4分 油・卵3~4個**

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)

**312 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。  
冷蔵お届け1~2日 **900円(税972円)**  
2人前(約255g+もやし250g) 玉ねぎ(国内産)、えび(ベトナム)

**海鮮のダシともちり麺**

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、野菜ブイヨン  
食塩相当量: 2.28g

グリーンリーフ (群馬県・昭和村)

**313 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ブイヨンがついた海鮮焼きそばセットです。  
冷蔵お届け1~2日 **1150円(税1242円)**  
3人前(約465g+もやし250g) 小麦粉(東京都)、白菜(国内産)

レンジで湯煎OKなものも! **フライパンや鍋ひとつできちゃう**

**さんまチーズサンド**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**314 さんまチーズサンド**  
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。  
冷凍お届け180日 **380円(税410円)** (通常税込427円)  
6~8個150g さんま(国内産)

**フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**315 フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)**  
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。  
冷凍お届け180日 **438円(税473円)**  
6~11枚150g+タレ50g 真あじ(千葉県) [放]不検出<3.3<3.7

**生姜が効いた甘辛い味が食欲をそそります**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

秋川牧園(山口県・山口市)

**316 鶏の生姜焼き**  
若鶏むね肉のスライスの特製だれに漬込み、味付け済なので解凍後炒めるだけでおかずが1品できます。  
冷凍お届け **361円(税390円)**  
200g 鶏肉(国内産)

**皮がもちりごま油の風味がきいています**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

ニコウ (神奈川県・大和市)

**323 えびにら餃子**  
にらとえびの旨みがマッチした餃子。皮は国産小麦粉使用。焼いて。  
冷凍お届け **370円(税400円)** (通常税込422円)  
18g x 10 えてび(インドネシア、ベトナム、他)

湯煎か冷蔵解凍で **美味しい一品**

カンタン便利なうえ

**骨までやわらかさんまみぞれ煮**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**317 骨までやわらかさんまみぞれ煮**  
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。  
冷凍お届け **380円(税410円)** (通常税込430円)  
75g x 2 さんま(国内産)

**骨までやわらかいわしおかか煮**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**318 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。加工澱粉: 全体の0.6%。  
冷凍お届け **369円(税399円)**  
75g x 2 真いわし(国内産)

**徳用北京餃子**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

ミッコウ (神奈川県・大和市)

**322 徳用北京餃子**  
普通の餃子より野菜(特ににら)を多く入れました。皮は国産小麦粉使用。焼いて。  
冷凍お届け **400円(税432円)**  
18g x 15 豚肉(国内産)

**さっぱりしたケセのない美味しさ! 試食で大好評!**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

大進食品(神奈川県・横浜市)

**325 マム 女性のための餃子(国産きくらげ入)**  
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。  
冷凍お届け **543円(税586円)**  
18g x 20 キャベツ(国内産、きくらげ(国内産)) [放]不検出<3.4<3.4

**氷温造りさばの梅煮**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

ダイヤモンド(鳥取県・米子市)

**319 氷温造りさばの梅煮**  
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。  
冷凍お届け180日 **550円(税594円)**  
100g(固形重70g) x 3切 さば(ノルウェー)、梅(和歌山県)

**氷温造りさわらの雪見おろし(南蛮柚子)**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

ダイヤモンド(鳥取県・米子市)

**320 氷温造りさわらの雪見おろし(南蛮柚子)**  
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。  
冷凍お届け **335円(税362円)**  
220g さわら(国内産、韓国)

**氷温造り秋鮭の南蛮漬**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

ダイヤモンド(鳥取県・米子市)

**321 氷温造り秋鮭の南蛮漬**  
北海道産の秋鮭を国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。  
冷凍お届け **398円(税430円)**  
180g 秋鮭(北海道)

**ヨコハマの餃子**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

大進食品(神奈川県・横浜市)

**324 ヨコハマの餃子**  
国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。  
冷凍お届け **556円(税600円)** (通常税込613円)  
18g x 25 豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0

**さっぱりしたケセのない美味しさ! 試食で大好評!**

調理時間 準備品  
**約10分 冷凍**

大進食品(神奈川県・横浜市)

**325 マム 女性のための餃子(国産きくらげ入)**  
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。  
冷凍お届け **543円(税586円)**  
18g x 20 キャベツ(国内産、きくらげ(国内産)) [放]不検出<3.4<3.4

**鍋かレンジで**  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
2食入

**326 関西風きつねうどん**  
国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ・カツオの出汁を効かせたつゆをセットにしました。

凍 2食520g **320円**(税込**346円**)  
小麦(国内産)

**凍ったまま半分に割って使えます**  
茹で時間約1分  
シマダヤ(東京都・渋谷区)

**327 冷凍 稲庭風うどん**  
国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さと強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉：約7.3%

凍 200g×5食 **398円**(税込**430円**) 通常税込**441円**  
小麦(国内産)

**国産野菜・小麦使用 トースター仕上げでサクサクに**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
4個入

**328 野菜かき揚げ**  
国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。

凍 4個260g **430円**(税込**464円**)  
玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)

**白ごまで香ばしさ、生姜でさっぱりとした仕上がり**  
ポラスター(石川県・白山市)  
6個入

**329 五目いなり寿司**  
5種の具材(椎茸・人参・蓮根等)を混ぜた風味ある酢飯を、甘辛く柔らかな油揚げに詰めました。レンジで。

凍 240g(6個) **380円**(税込**410円**) 通常税込**422円**  
米(国内産)

原材料：味付け油揚げ(油揚げ(大豆を含む)、砂糖、しょうゆ(小麦を含む)、還元麦芽糖水あめ、みりん(国内製造)、精白米(国産)、すし酢(米酢、砂糖、食塩)、しいたけ煮(しいたけ、しょうゆ、砂糖)、にんじん、れんこん水煮、しょうが、白ごま、米酢、なたね油/豆腐用凝固剤

**お弁当におかず**  
トースターでレンジで  
秋川牧園(山口県・山口市)

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

凍 150g **447円**(税込**483円**)  
鶏肉(山口県、他)

**レンジが蒸じて**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
8個入

**331 エビカツフライ**  
魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。

凍 4個152g **395円**(税込**427円**)  
えび(インドネシア、ベトナム、タイ)

**レンジが蒸じて**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
8個入

**332 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、味わい深い仕上りのシュウマイ。

凍 27g×8 **355円**(税込**383円**)  
鶏肉(国内産)

**飛鳥食品(東京都・江戸川区)**  
12個入

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

凍 120日 12個180g **365円**(税込**394円**)  
豚肉(国内産)

**お弁当にぴったりの小さめサイズ**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区)

**334 飛鳥の帆立シューマイ**  
国産の豚肉に帆立を加えた、コクのある味わいのシューマイ。蒸すか、レンジで加熱して。

凍 120日 12個180g **434円**(税込**469円**)  
帆立(青森県)

**食べ応えありお弁当にも**  
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。

ニッコー(神奈川県・大和市)

**335 ごぼうとひじきの豆腐団子**  
8個入

凍 8個144g **336円**(税込**363円**) 通常税込**378円**  
ごぼう(国内産)

**レンジかトースターで**  
パイオニアフーズ(北海道・京極町)

**336 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。ほんのり塩味がきいています。

凍 500g **311円**(税込**336円**)  
じゃがいも(北海道)

**レンジかトースターで ご飯にもパンにも合う**  
秋川牧園(山口県・山口市)  
4個入

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

凍 120g(4個) **368円**(税込**397円**)  
豚肉(国内産)

**ジューシーな手羽中のからあげです**  
秋川牧園(山口県・山口市)

**338 チキンバー**  
秋川牧園の若鶏の手羽中を2つにカットした食べやすいサイズ。解凍後フライパンで手軽に調理できます。

凍 200g **452円**(税込**488円**)  
鶏肉(国内産)

**鶏がらを煮出したダシ使用 醤油味も人気です**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
2食入

**339 中華丼の具(醤油)**  
鶏がら(静岡・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。

凍 180g×2 **455円**(税込**491円**)

**オープントースターかレンジで**  
秋川牧園(山口県・山口市)

**340 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。フライ済。

凍 160g **404円**(税込**436円**)  
鶏肉(山口県、他)

**鶏肉の美味しさと醤油タレの優しい風味がよくマッチ**  
秋川牧園(山口県・山口市)

**341 やきとりセット**  
秋川牧園の若鶏を使用した、もも・つくねの各3本組セット。湯煎またはレンジで。

凍 180g(2種各3本) **620円**(税込**670円**) 通常税込**690円**  
鶏肉(山口県、他)

**家庭で作るような優しい味わい**  
秋川牧園(山口県・山口市)

**342 手羽先煮物**  
若鶏手羽先を特製タレと一緒にじっくり加熱し、味よく染み込ませた煮物に仕上げました。レンジか湯煎で。

凍 180g **498円**(税込**538円**)  
鶏肉(山口県、他)

**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)

**343 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込みました。トースターかオーブンで約15～20分温めて。

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

**中国のおやつ かぼちゃ餅**  
もっちり生地とほろよい甘さの餡です  
南瓜を練り込んだ、もちっとした生地をつぶ餡を包み込みました。多めの油で両面を約5分、フライパン等で焼いてください。

フライパンで 5個入

飛鳥食品(東京都・江戸川区)

**347 飛鳥のかぼちゃ餅**  
甘みを抑えた粒餡を、かぼちゃ(北海道産)ともち米粉で作ったもちもちの皮で、美味しく包んでいます。

凍 120日 5個300g **489円**(税込**528円**) 通常税込**548円**  
南瓜・小麦・もち米・小豆(国内産)

原材料：皮(かぼちゃ(国産)、もち米粉(もち米(国産)、小麦粉(小麦(国産))、砂糖、食塩)、つぶあん(生あん、砂糖、食塩、寒天)

**16ページの456ミートソースと一緒に**  
乾燥のものに比べてソフトでコシがあります。冷蔵庫で自然解凍し、たっぷりの湯で茹でてご使用下さい。

茹で時間目安3～4分  
ハッコー食品(千葉県・千葉市)

**344 ラザニア皮**  
凍 180日 20枚(9cm×9cm) **403円**(税込**435円**) 通常税込**448円**  
小麦(カナダ、オーストラリア他)

**レンジかフライパンで温めて**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
3個×2

**345 ふんわり豆腐ハンバーグ 2パック**  
洗剤を使用せず、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 90g×3×2 **846円**(税込**914円**) 通常税込**954円**  
大豆・鶏肉(国内産)

**レンジで温めて**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
10個入

**346 ミニたい焼き(あずき)**  
国産小麦を使用し、北海道産小豆を製粒して、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 10個400g **400円**(税込**432円**)  
小豆(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

**人気です! KUBOTAのアイス**  
南国土佐  
全ての素材にこだわって作り上げた、かき氷の逸品  
久保田食品(高知県・南国市)

**348 抹茶と十勝あずきかき氷**  
北海道十勝産小豆を丁寧に炊いた自家製粒あん、高級抹茶、国産さとうきび蜜、高知県天日塩使用したかき氷。

凍 180ml **150円**(税込**162円**)  
小豆(北海道)・茶(国内産)

**まるやかな口当たりで奥深い味わい**  
久保田食品(高知県・南国市)

**349 パニラ アイスクリーム**  
マダガスカル産の最高級パ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。

凍 110ml **190円**(税込**205円**)  
生乳(北海道)

**高知県産旬の生苺の果汁・果肉を使用**  
久保田食品(高知県・南国市)

**350 いちごアイス**  
牛乳と苺と砂糖だけで作り上げ、素材本来の持ち味を最大限に引き出したアイスです。乳脂肪分：1.5%

凍 100ml **190円**(税込**205円**)  
生乳(北海道)、いちご(高知)

**心をこめて丁寧に手作りしています**  
BENTEN  
チョコレート風味 たつぷり  
容器直径7.5cm  
弁天堂(兵庫県・淡路市)  
2個入

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

凍 60日 1個(直径約12cm) **1013円**(税込**1094円**)  
生乳(北海道)

**354 国産レmonsのレアチーズケーキ**  
国産レmonsの酸味を活かしたレアチーズケーキ。香料や酸味料等の添加物不使用。国産原料主体で作りました。

凍 60日 2個 **750円**(税込**810円**) 通常税込**835円**  
クリームチーズ(北海道)

**芽吹き屋**  
冷凍和菓子の先駆者  
岩手阿部製粉  
自然解凍して  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
4個入

**351 芽吹き屋 土用餅(あんこ餅)**  
コシの強さと滑らかさが特徴の岩手県産ヒメノモチを使用した餅をこしあんこで包みました。

凍 4個200g **407円**(税込**440円**) 通常税込**456円**  
小豆(国内産)

**岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)**  
4本入

**352 芽吹き屋 三色だんご**  
よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。

凍 4本180g **410円**(税込**443円**)

**箱入りで贈答やおもてなしにも**  
弁天堂(兵庫県・淡路市)  
2個入

**355 カスタードクリーム プッセ**  
カスタードクリームはちょっと濃い目の味に仕上げ、十分にホイップしてフワフワ生地です。

凍 60日 3個 **773円**(税込**835円**) 通常税込**860円**  
卵・小麦・生乳(国内産)

**356 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ルージュチョコをかけた。冷蔵庫で解凍して。

凍 60日 2個 **569円**(税込**615円**)  
生乳(北海道)・小麦粉(国内産)

### 飲む点滴 夏の暑さに「甘酒」で負けない身体づくりに!

**酒粕甘酒**  
原料は米に発酵菌を加えてできた「もろみ」※日本酒を搾った後の酒粕と呼ばれるものです。酒粕に水を加えて溶かし作られるのが酒粕甘酒です。アルコール若干有。

**米麹甘酒**  
味噌や醤油づくりに使われる「米麹」を使って作られる甘酒が米麹甘酒です。ブドウ糖成分が多いことから「飲む点滴」とも呼ばれています。アルコールなし。

同量の水や牛乳、ヨーグルトなどを加えて

原料は米と米麹のみ。酒造好適米「ひだほまれ」を100%使用した濃厚な甘みが特長。冷やしても、温めても。

天領酒造(岐阜県・下呂市)

**747 造り酒屋の濃厚甘酒**

500g **660円(税込713円)** 通常税込734円

米(国内産)

飲料担当

**イチオシ! 甘酒アレンジ**

その1 **甘酒×りんごジュース**  
ほんのりやさしい甘さがやみつき!

その2 **甘酒×ココア**  
ココアのまろやかな口あたり!

その3 **甘酒×トマトジュース**  
トマトの酸味加わりすっきりとした味わいに!

357 赤しそドリンク(希釈用)

2022年10月11日

500ml **1080円(税込1166円)** 通常税込1296円

赤しそ(和歌山県、三重県)

紀州・熊野の恵みがぎゅっ!

**特**

炭酸水で3~5倍に希釈してどうぞ!

**特**

**新**

**1本で紫蘇の葉300枚分!**

熊野古道沿いで栽培された無農薬の赤しそに、梅果汁、みかん果汁を加えフルーティーな味わいに。3~4倍に割って。

熊野鼓動(和歌山県・田辺市)

**357 赤しそドリンク(希釈用)**

2022年10月11日

500ml **1080円(税込1166円)** 通常税込1296円

赤しそ(和歌山県、三重県)

原材料:レモン果汁(和歌山県)、ゆず(和歌山県)、蜂蜜

蜂蜜を砂糖の代わりに使用してのやさしい甘さが特徴的なレモネードです。

熊野鼓動(和歌山県・田辺市)

**358 紀州・熊野はちみつレモネード(希釈用)**

275ml **1015円(税込1096円)** 通常税込1166円

レモン(和歌山県)

### 疲れた体におすすめ バーモントドリンク

◆材料  
はちみつ ..... 大2  
りんご酢..... 大2  
水..... 200cc

◆作り方  
① りんご酢、はちみつ、少量の水を加えてシェイクする。  
② 残りの水を加えてかき混ぜれば出来上がり。

契約栽培による樹上完熟のスターキングを使用。1年以上熟成して瓶詰めしました。

太田酢店(福島県・須賀川市)

**359 りんご酢**

300ml **590円(税込637円)** 通常税込648円

りんご(国内産)

今週のおすすめ

ミャンマーのひまわり畑のはちみつ。くせのないさわやかな風味のはちみつです。

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**391 350g** **530円(税込572円)** 通常税込594円

**392 1kg** **1480円(税込1598円)** 通常税込1728円

はちみつ(ミャンマー)

### 飲料

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

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

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。

**364 秋映りんごジュース**

長野県産の秋映を搾った、100%ストレートジュース。甘味と酸味のバランスがよく、さっぱりとした味わいです。酸化防止剤不使用。

160g×6 **750円(税込810円)** 通常税込821円

りんご(長野県)

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

**360 童仙房茶舗有機煎茶**

有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。

100g **700円(税込756円)**

緑茶(京都府)

有機人参をまるごと使用した貴重なジュース!

有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているため、よく振ってからお飲みください。

二木松有機農業研究会(福島県・二本松市)

**365 200ml 有機人参まるごとジュース**

200ml **270円(税込292円)**

**366 1ℓ** **1050円(税込1134円)** 通常税込1188円

人参(福島県)

有機栽培一番茶の刈り残しを遠赤外線焙煎して香ばしく焙じたほうじ茶です。香り高い飲み口とすっきりした後味をお楽しみください。

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

**361 童仙房茶舗宇治有機ほうじ茶**

120g **550円(税込594円)**

緑茶(京都府)

**ノンアルコールビール**

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。

日本ビール(東京都・目黒区)

**367 龍馬1865(ノンアルコールビール)**

350ml **140円(税込151円)**

**368 6缶** **780円(税込840円)** 通常税込876円

麦芽(ドイツ)

ランカスター(千葉県・千葉市)

**731 ウーロン茶(ティーバッグ)**

水仙種烏龍茶をお手軽なティーバッグに。焙煎の香りが芳ばしく、渋味は少なめに仕上げた飲みやすい味わい。

5g×30 **400円(税込432円)**

水仙(中国)

ALC(アルコール)5% IBU(苦み)16

エチゴビール(新潟県・新潟市)

**369 エチゴ・こしひかり越後ビール**

デコクション製法でじっくりと素材のエキスを抽出し、素材本来の風味と旨みを引き出しました。

350ml **295円(税込325円)**

大麦麦芽(ドイツ、イギリス)

ランカスター(千葉県・千葉市)

**362 マンゴティー(ティーバッグ)**

マンゴの甘い香りのする紅茶です。ストレートでもミルクティーでもおいしいです。

2g×20 **490円(税込529円)** 通常税込540円

紅茶(スリランカ)、香料(中国)

ALC(アルコール)7% IBU(苦み)34

エチゴビール(新潟県・新潟市)

**370 エチゴ・スタウト(黒ビール)**

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

350ml **295円(税込325円)**

麦芽(フランス)

小川生葉(徳島県・東みよし町)

**363 みんなのはと麦茶**

100%国内産はと麦使用。3分~5分、弱火で煮出してお飲みください。水出しもおすすすめ。

8g×20 **580円(税込626円)**

はと麦(栃木県、徳島県)

### 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。

**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

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。

**374 小倉ようかん**

原材料:砂糖(てん菜(国産))、生餡、小豆(北海道産)、水飴、寒天

1個58g **111円(税込120円)**

小豆(北海道)

創健社(神奈川県・横浜市)

**706 ポテトチップス(バター・しょうゆ)**

原材料:馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、瓜どう糖、食塩

60g **170円(税込184円)**

じゃがいも(国内産)

廣八堂(福岡県・朝倉市)

**375 本わらび餅**

お皿に盛りつけ、お好みで添付の黒蜜ときなこをかけてお召上がりください。

73g **210円(税込227円)**

さつまいも(鹿児島県・宮崎県)

創健社(神奈川県・横浜市)

**704 ポテトチップス(バター・しょうゆ)**

原材料:馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、瓜どう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳

60g **170円(税込184円)**

じゃがいも(国内産)

廣八堂(福岡県・朝倉市)

**376 本くず餅**

国内産の本葛粉を使用したくず餅です。添付の黒糖みつ、きな粉をかけてお召上がりください。

70g **210円(税込227円)**

さつまいも(鹿児島県・宮崎県)

味泉(岩手県・盛岡市)

**371 草加せんべい ごま**

原材料:うるち米、ごま、醤油、麦芽糖、でんぷん

7枚 **350円(税込378円)** 通常税込400円

うるち米(国内産)

サンコー(愛知県・豊橋市)

**377 寒天コーヒーゼリー**

原材料:水飴、砂糖、寒天、有機インスタントコーヒー、オブラート、レシチン(大豆由来)\*レシチンはオブラートに含まれています。

135g **220円(税込238円)**

コーヒー(コロンビア) [放]不検出<0.8<0.8

味泉(岩手県・盛岡市)

**372 草加せんべい しょうゆ**

原材料:うるち米、醤油、麦芽糖、でんぷん

7枚 **350円(税込378円)** 通常税込400円

うるち米(国内産)

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**382 梅チュッチュ(梅スティック)**

梅シロップを薄めて作った梅ドリンク。冷凍庫で凍らせてお召上がりください。

90ml×5本 **330円(税込356円)**

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

Factory5x5(大阪府・枚方市)

**373 豆乳入りプチマドレーヌ**

国産小麦、卵、バター、ビート糖、アカシアオーガニック蜂蜜、椿き家の豆乳で丁寧に焼き上げました。

20個 **380円(税込410円)**

鶏卵(国内産)

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**383 生姜しぐれ**

薄くスライスした生姜を砂糖漬けにしました。生姜独特のピリッとした辛味をお楽しみ下さい。原材料:生姜、砂糖

80g **340円(税込367円)** 通常税込378円

生姜(高知県)

サンコー(愛知県・豊橋市)

**378 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) [放]不検出<0.9<0.9

米又(福井県・福井市)

**379 米又の水ようかん**

さらりとした舌触りと黒糖風味のさっぱりとした甘さが特長です。

190g **540円(税込583円)** 通常税込594円

あずき(国内産)

米又(福井県・福井市)

**380 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 **338円(税込365円)** 通常税込377円

大納言小豆(北海道)

米又(福井県・福井市)

**381 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 **338円(税込365円)** 通常税込377円

大納言小豆(北海道)

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**384 梅エキス飴**

原材料:砂糖、水飴、黒糖、梅肉エキス

80g **275円(税込297円)** 通常税込308円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

**385 生しょうが飴**

大紀コープファームの生姜を、京都の大字飴本舗で飴に。原材料:麦芽水飴、砂糖(粗糖)、生姜、こま

80g **265円(税込286円)** 通常税込297円

生姜(国内産)

**おうちでカンタン ひつまぶし**

**386 きざみのり (3ミリ幅)**  
のりを3mm幅に揃えてきざみました。そのままやそばなど種類に、お茶漬けや丼ものにも。  
賞180日

25g **210円** (税込 **227円**) 通常税込 **238円**

のり (国内産)

**387 山椒**  
和歌山県の大粒のぶどう山椒を使用しています。爽やかなかんきつ系の香りとピリリとした刺激が特徴です。

5g **485円** (税込 **524円**) 通常税込 **540円**

山椒 (和歌山県)

**562 かつお本節厚削り**  
かつお節を厚削りにしました。そばやうどんのだしとして、風味の良いだしがとれます。  
賞180日

200g **770円** (税込 **832円**) 通常税込 **842円**

かつお (静岡県)

**どんぐりてい**

どんぐりていの雨宮さん (左) 倉持さん

農業・化学肥料不使用

**389 どんぐりていの玄米粉**  
どんぐりていで収穫した、ササニシキを製菓用に適した玄米粉に製粉。農業・化学肥料不使用。

300g **450円** (税込 **486円**) 通常税込 **497円**

ササニシキ (茨城県)

シフォンケーキなどに

**388 どんぐりていの米粉**  
どんぐりていで収穫した、ササニシキを製菓用に適した米粉に製粉。農業・化学肥料不使用。

300g **460円** (税込 **497円**) 通常税込 **508円**

ササニシキ (茨城県)

手打ちそば、そばがき、クレープなどでお使いください

**390 そば粉**  
特別栽培の常陸秋そばです。甘皮を付けたまま、どんぐりていの石臼でひいています。  
賞90日

500g **980円** (税込 **1058円**) 通常税込 **1080円**

そば (茨城県)

**今週のおすすめ**

**柑橘系を思わせる香りと濃厚な味わい**

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

ひまわりはちみつを舐めるとサラッとした舌触りが特徴です。酸味の少ない濃厚な甘さはパンに塗っていただくと相性抜群です。ハーブティーやヨーグルトに混ぜて食べるのもおすすめです!

**391 350g**  
350g **530円** (税込 **572円**) 通常税込 **594円**

**392 1kg**  
1kg **1480円** (税込 **1598円**) 通常税込 **1728円**

はちみつ (ミャンマー)

供給部 **阿部のおすすめ**

**食品調味料**

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

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

500円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。

**510 てんさい糖**  
北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。

650g **450円** (税込 **486円**)

てん菜 (北海道)

**513 にっぽんの海塩**  
長崎県崎戸島周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすぐなじみます。

500g **240円** (税込 **259円**) 通常税込 **270円**

海水 (長崎県)

**393 360ml**  
360ml **420円** (税込 **454円**)

**394 徳用タイプ**  
900ml **830円** (税込 **896円**)

米 (国内産)

味のやわらかいコクのある醸造酢

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。

**521 食酢**  
500ml **152円** (税込 **164円**)

米 (国内産)

**395 国産丸大豆寒仕込みしょう油**  
2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。

500ml **778円** (税込 **840円**)

大豆 (国内産)

**527 金箔減塩醤油**  
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。

600ml **578円** (税込 **624円**)

大豆 (国内産、アメリカ、カナダ)

**396 やまこ味噌 (粒・甘口) 容器入り**  
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

750g **550円** (税込 **594円**)

大豆 (国内産)

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

1kg **628円** (税込 **678円**)

米・大豆 (国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

爽やかで心地良い酸味が特徴的です!

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したぼん酢醤油。かつおのたたき、海藻サラダ、焼き魚、お鍋などに。

**544 ゆず醤油 かけぼん**  
400ml **450円** (税込 **486円**)

ゆず (国内産)

次回より値上げ

淡口タイプの胡麻油  
料理に風味を持たせます。

**550 ごま油**  
450g **1050円** (税込 **1134円**)

胡麻 (ナイジェリア、他)

サラダや、しゃぶしゃぶなどに

**398 えごま一番 胡麻ドレッシング**  
えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。サラダや、しゃぶしゃぶにも。

150ml **420円** (税込 **454円**)

あっさりしているマヨネーズ

**399 えごま一番 マヨネーズ**  
圧搾しぼりの「えごま一番」を使用した卵黄タイプのあっさりまろやか風味のマヨネーズです。大さじ1杯(15g)あたり、オメガ3(n-3系)脂肪酸のα-リノレン酸が2.4g含まれています。

205g **500円** (税込 **540円**)

化学調味料不使用

**531 マヨネーズ (マイルド)**  
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。

330g **578円** (税込 **624円**)

なたね (オーストラリア)

フライ物にかけたり、お好み焼やたこ焼きのソースにも

**537 国産野菜果実 とんかつレストランソース**  
国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のビネガーを使用。

200ml **370円** (税込 **400円**)

野菜 (国内産)

**ハイサイ! 沖縄物産 特集!**

全品 特価

様々なお料理に、便利なふんまつタイプです

**400 波照間島特産 黒糖ふんまつ**  
沖縄県波照間島で採れたさとうきびのみを使用して作られた粉末黒糖です。

200g **290円** (税込 **313円**) 通常税込 **324円**

さとうきび (沖縄県)

沖縄伝統の製法で煮詰めた香り高い黒糖

**401 多良間島特産 黒糖かちわり**  
さとうきびの汁を煮詰めただけの伝統的な製法で作られた黒糖。滑らかな舌触りで食感は軟らかく、香り高く濃厚な味わいです。

200g **290円** (税込 **313円**) 通常税込 **324円**

さとうきび (沖縄県)

ひと口目の驚きと、喜びを

**ニューオークボ**

次回より原料高騰の為ニューオークボ全商品値上げ

全品 特価

茹で時間約9分

**405 スパゲティ プロンズタイプ**  
デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲティ。ソースに絡みやすい、ざらつきがあるパスタ。

300g x 2 (1.9mm) **480円** (税込 **518円**) 通常税込 **540円**

小麦 (カナダ、アメリカ)

炒め物料理(チャンプルー)やポークたまごに

**402 らくちん沖縄ポーク (ランチョンミート)**  
沖縄県産豚肉をベースに国産鶏肉をブレンドしたランチョンミートです。発色剤、保存料は使用なし。

140g **340円** (税込 **367円**) 通常税込 **378円**

豚肉 (沖縄県)、鶏肉 (国内産)

ポン酢や三杯酢などで

**403 海ぶどう**  
プチプチとした食感が特徴です。久米島の海洋深層水で育てられたものを塩水漬けにしています。  
賞60日

20g **388円** (税込 **419円**) 通常税込 **430円**

海ぶどう (沖縄県)

珍品堂 (沖縄県・糸満市)

**404 ざわわサブレ**  
国産小麦粉に沖縄産の黒糖を使用したサブレです。  
賞180日 卵小

6個入 **230円** (税込 **248円**) 通常税込 **259円**

小麦 (九州)・黒糖 (沖縄県)

茹で時間10分

**630 エルボマカロニ**  
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手打式で時間をかけて作りました。

100g **125円** (税込 **135円**) 通常税込 **146円**

小麦 (カナダ、アメリカ)

茹で時間約10分

**631 ペンネマカロニ**  
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。

100g **125円** (税込 **135円**) 通常税込 **146円**

小麦 (カナダ、アメリカ)

茹で時間4分

**629 スクリューマカロニ**  
デュラム小麦のセモリナ粉を使って作ったスクリュー型のマカロニ。

100g **125円** (税込 **135円**) 通常税込 **146円**

小麦 (カナダ、アメリカ)



**特**  
トマト本来の甘味と程よい酸味が特長!  
創健社(神奈川県・横浜市)  
**407 有機ホールトマト缶**  
イタリア南部の限定農場で栽培された完熟した有機トマトを使用。全形(ホール)タイプ。

400g **160円(税込173円)** 通常税込194円  
有機トマト(イタリア)

大豆は遺伝子組換えの大豆を使用  
主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。  
東京フード(茨城県・つくば市)

**411 生おろしわさび**  
180日 米大

40g **370円(税込400円)**  
本わさび(長野県)



肉料理、サンドイッチに、ソースやドレッシングにも!  
創健社(神奈川県・横浜市)  
**408 オーガニック粒マスタード**  
有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなオーガニック粒マスタードです。

90g **500円(税込540円)**  
有機マスタード種子(カナダ)

有機べに花油と遺伝子組み換え大豆由来の食物繊維を使用  
カナダ産オーガニックからしを使用。香料、着色料、酸味料、乳化剤不使用。  
東京フード(茨城県・つくば市)

**412 練りからし**  
180日 米

40g **330円(税込356円)**  
からし(カナダ)



豆腐、そうめん、焼き茄子、しょうが焼きなどに!  
坂田信夫商店(高知県・香美市)  
**409 国産きざみしょうが**  
国産の色鮮やかな「黄金しょうが」を使いやすいようにきざみました。

80g **435円(税込470円)** 通常税込486円  
しょうが(国内産)



ポールスタア(東京都・東村山市)  
**413 青森県田子町産のおろしにんにく**  
青森県田子町産の風味豊かなにんにく(福地ホワイト種)だけをおろしました。

70g **390円(税込421円)**  
にんにく(青森県)



**特**  
おうちで手作り水ようかん!  
川光商事(東京都・中央区)  
**410 さらしあん**  
小豆の風味が活かした、さらしあんです。

150g **300円(税込324円)** 通常税込335円  
小豆(北海道)



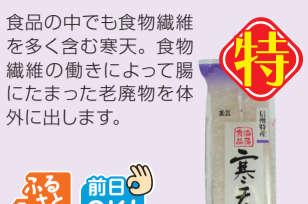
**特**  
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)  
**414 白丸もち**  
もち米は庄内産のでわもち。減農薬・無化学肥料栽培。

500g **620円(税込670円)** 通常税込697円  
もち米(山形県) 【放】不検出<1.7<1.3



**特**  
川光商事(東京都・中央区)  
**415 さらしあん**  
小豆の風味が活かした、さらしあんです。

150g **300円(税込324円)** 通常税込335円  
小豆(北海道)



食品の中でも食物繊維を多く含む寒天。食物繊維の働きによって腸にたまった老廃物を体外に出します。  
川光商事(東京都・中央区)  
**651 棒寒天**

2本 **240円(税込259円)** 通常税込270円  
天草(国内産、モロッコ、他)

乾物・だし



リアス(千葉県・船橋市)  
**417 凍り豆腐みそ汁用**  
国産大豆100%使用の凍り豆腐。味噌汁はもちろん、ちらし寿司や五目寿司などに。

70g **425円(税込459円)**  
大豆(国内産)



リアス(千葉県・船橋市)  
**418 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具**  
海藻と野菜が一緒になった便利な乾物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)、葉干しはらり(国内産) 【放】不検出<4.9<5.1



リアス(千葉県・船橋市)  
**419 切干大根**  
宮崎県産。大根の栄養がぎっしりつまっています。酢の物、煮物、炒め物、味噌汁の具にと広く使ってください。

60g **270円(税込292円)**  
大根(宮崎県)



リアス(千葉県・船橋市)  
**420 国産あかもく入りねばり海藻サラダ**  
すべて国内産の海藻を7種類使用し、水で戻すだけで約10倍に増え、簡単に調理できる便利な商品です。

10g **300円(税込324円)**  
わかめ(三陸) 【放】不検出<3.1<3.2



リアス(千葉県・船橋市)  
**421 国産天然芽ひじき**  
国産の天然芽ひじきです。ふくらみ軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。

30g **380円(税込410円)**  
ひじき(国内産)



三和食品(群馬県・藤岡市)  
**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)**  
キャッサバ(タイ)

**日用雑貨**  
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。

**お知らせ**  
太陽油脂の全商品は、8月1日からおおむね10%程度値上げとなります。「前日OK」掲載の商品も対象となりますので、値上げ前の購入をおすすめします。

オレンジオイル配合で油汚れに強い!  
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せっけん。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)  
**431 本体** 300ml **320円(税込352円)**  
**432 詰替用** 650ml **420円(税込462円)**  
ボトル2本分でおトク

せっけんの街(千葉県・柏市)  
**778 粉せっけん**  
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)**

太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
**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)**

丸富製紙(静岡県・富士市)  
**892 ワンタッチコアレス(トイレトペーパー)**  
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)**

日本生活協同組合連合会  
**ポリエチレンラップ**  
**894 ミニ** 22cm×50m **100円(税込110円)**  
**895 レギュラー** 30cm×50m **110円(税込121円)**

太陽油脂(神奈川県・横浜市)  
**パックス お肌しあわせハンドソープ**  
**433 本体** 330ml **420円(税込462円)**  
**870 詰替用** 300ml **300円(税込330円)**



長谷川商店(東京都・中央区)  
**422 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。

全型10枚 **380円(税込410円)**  
のり(有明海)



創健社(神奈川県・横浜市)  
**423 塩らーめん 2袋**  
国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。

102g×2 **310円(税込334円)**  
小麦(国内産)



九鬼産業(三重県・四日田市)  
**599 九鬼ごましお**  
厳選した黒ごまを独自の技術で焙煎し、香りとコクを引き出しました。赤穂産の塩100パーセント使用。

30g **120円(税込130円)**  
ごま(ミャンマー、他)



創健社(神奈川県・横浜市)  
**424 博多風らーめん**  
化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。

110g×2 **330円(税込356円)**  
小麦(国内産)

九州産小麦粉を100%使用。島原伝統の手延べ技法で丁寧に仕上げ、炭蔵の熟成庫でねかせました。  
みそ半(長崎県・南島原市)  
**425 島原手延べそうめん**  
250g(5束) **275円(税込297円)** 通常税込313円  
小麦(国内産)



丸和食品(東京都・練馬区)  
**426 うの花料理(乾燥おから)**  
国産大豆使用の豆腐のおからを乾燥させたもの。うの花料理、ハンバーグやお菓子作りにも。

125g **155円(税込167円)** 通常税込178円  
大豆(国産) 【放】不検出<3.7<3.6



千葉産直サービス(千葉県・千葉市)  
**427 とろさば 水煮**  
脂が一番のり、旨味が増す秋さばを純国産平釜塩と純米富士酢で水煮にしました。厳選された素材の美味しさが味わえます。

180g(固形量135g) **417円(税込450円)**  
さば(国内産) 【放】不検出<1.0<0.8



千葉産直サービス(千葉県・千葉市)  
**428 とろさば みそ煮**  
脂が一番のり、旨味が増す秋さばをこだわりの調味料で味付けしました。国産麦を使用した甘めのコクのあるみそ使用。

180g(固形量135g) **417円(税込450円)**  
さば(国内産) 【放】不検出<0.8<0.9

**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。

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)  
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**429 きらず揚げ黒砂糖4連**  
20g×4 **230円(税込248円)**  
小麦(国内産) 【放】不検出<4.2<3.3

原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒ごま、食塩、膨張剤(重曹)  
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市)  
**430 きらず揚げ黒ごま**  
160g **270円(税込292円)**  
小麦(国内産) 【放】不検出<3.8<3.9

夏休みは「うてなちゃん」でうわばき洗おう!  
食器洗いや袖口、襟まわりの部分洗い、うわばきまでOK!  
**特**  
うてなちゃん  
★純石けん分90%で油や皮脂汚れに強い!  
★合成界面活性剤不使用で手肌と環境に優しい。  
★分解されづらい蛍光増白剤は不使用。

原材料：廃食用油70%、牛脂30%(成分：純石けん分(脂肪酸ナトリウム)90%)  
原料油脂のうち7割が、家庭で使用された廃食用油。食器洗い、襟や袖口の部分洗い、靴下、上履き洗いにも。

せっけんの街(千葉県・柏市)  
**434 詰替** **250g 305円(税込336円)** 通常税込352円

パスポートのいらない  
**世界のグルメ旅**  
カミノフーズ

**特集 全品 特別価格**

「世界のおいしさを日本の食卓へ」本場の味に忠実でありながら、日本人に受け入れられるテイストに仕上げ、ココロを満たす食品づくりを目指しています

外バリバリ、中もっちり

株式会社 カミノフーズ

2枚

**435 コリアンチチミ(たれ付)**

国産小麦粉と野菜を使い、外バリバリ、中もっちり焼き上げました。フライパンかトースターで焼いて。

凍 卵米大 小

チチミ230g(2枚) 520円(税)562円 通常税込602円

たれ8g×2

小麦(国内産)

夏バテ防止に!辛くて熱いスープで

カミノフーズ(東京都・新宿区)

2食入

**437 食べるユッケジャンスープ(トック入)**

国産の牛肉・野菜・トック(餅)が入ったかなり辛めスープ。様々な素材の旨味が絡み濃厚な味わい。湯煎で。

凍 米大 小

250g×2 676円(税)730円 通常税込766円

米・牛肉(国内産)

外はカリッと香ばしく、中はほっくりモチモチ

カミノフーズ(東京都・新宿区)

2枚

**439 ジャがいものチーズガレット**

千切りのじゃが芋とチーズと一緒にじっくりと薄く焼いた、カリッと香ばしいガレット。フライパンで温めて。

凍 180日 卵米大 小

240g(2枚入) 546円(税)590円 通常税込623円

小麦(国内産)

手軽に本格的なチャプチェを楽しめます

ブルブルの春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。湯煎して。

カミノフーズ(東京都・新宿区)

2食入

**436 チャプチェ**

180g×2 625円(税)675円 通常税込711円

春雨(国内産)

レンジで温めて

カミノフーズ(東京都・新宿区)

4個入

**438 鶏五目中華ちまき**

国産もち米に鶏肉・牛蒡・人参・椎茸等を混ぜ、醤油・オイスターソースで味付したおこわを竹皮で包みました。

凍 米大 小

320g(4個入) 616円(税)665円 通常税込691円

もち米・鶏肉(国内産)

安全性を追求、厳選した素材の風味を大切に作りました

**ネージュのアイスはキャンデーも格別!**

今限りの特価

全品 特別価格

組合員さんからのクチコミ

アイス棒の原産地表示が書いてあるのは生協ならでは?今までアイス棒の出どころを考えたことがなかった。アイスおいしくいただきます。

特長

- ①安全性を徹底追及  
ポストハーベスト農薬や遺伝子組換え・食品添加物不使用
- ②素材の良さを損なわない工夫  
余分な加熱なし。牛乳はホモジナイズ(乳脂肪を細かくすること)をしていません
- ③スティックにも安全性を  
北海道産の白樺の木を使っています

ネージュ(大阪府・八尾市)

6本入

**440 ブルーベリーキャンデー**

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

凍

65cc×6 537円(税)580円 通常税込634円

ブルーベリー(カナダ)

ネージュ(大阪府・八尾市)

6本入

**441 オレンジキャンデー**

無茶々園の柑橘果汁を使用。ビート糖のみを使った無添加のアイスキャンデー。

凍

65cc×6 537円(税)580円 通常税込634円

オレンジ(愛媛県)

ネージュ(大阪府・八尾市)

6本入

**442 ミルクキャンデー**

乳化剤、安定剤を使用せずに作ったミルクキャンデーです。よつ葉乳業のノンホモと濃縮乳を使用しました。

凍 乳

65cc×6 537円(税)580円 通常税込634円

牛乳(北海道)

ネージュ(大阪府・八尾市)

6本入

**443 宇治金時バー**

よつ葉乳業のノンホモ牛乳、静岡の無農薬緑茶、十勝産あずきなど原料にこだわって作った宇治金時バーです。

凍 乳

65cc×6 537円(税)580円 通常税込634円

小豆(北海道)

ネージュ(大阪府・八尾市)

6本入

**444 あずきキャンデー**

十勝産小豆を、風味をこわさないように炊き上げて作りました。

凍 乳

65cc×6 537円(税)580円 通常税込634円

小豆(北海道)

ネージュ(大阪府・八尾市)

6本入

**445 チョコレートキャンデー**

乳化剤、安定剤は一切使っていません。よつ葉乳業のノンホモ牛乳と濃縮乳、砂糖、ココアパウダーのみ使用。

凍 乳

65cc×6 537円(税)580円 通常税込634円

ココア(東南アジア)

加工品編

**丹沢農場 特集 全品 特別価格**

P7では精肉・味付け肉の特集も掲載中!

おんとたい 温屠体とは? 屠畜直後の温かい豚肉を温屠体といいます。

温屠体を使うことにより天然の結着力を活かし、食品添加物やアレルギーを使用せずに弾力のあるウインナーを作ります。

トマトバジル使用になります

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。

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

6本120g

**446 丹沢農場の生ウインナー**

凍 180日

360円(税)389円 通常税込410円

豚肉(国内産)

お得意増量パック

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

240g

**447 丹沢農場の皮なしベビーウインナー(徳用)**

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひとロサイズの皮なしウインナー。

冷 7日

550円(税)594円 通常税込626円

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

200g

**448 丹沢農場のウインナーセット(規格外)**

製造時に出来た規格外です。長さが異なっていたり、スモークにむらがあったりしている商品です。

凍 180日 大 小

380円(税)410円 通常税込432円

豚肉(国内産)

指定農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシブシブな味に仕上げました。どうしても出てしまう端材を、徳用パックで切り落とししてお届けです。

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

100g×4

**449 丹沢農場の徳用ハム切り落とし**

凍 180日

1080円(税)1166円 通常税込1296円

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

100g

**450 丹沢農場の徳用ベーコン切り落とし**

無添加ベーコンの切り落としです。いろいろな料理にお使い下さい。

凍 180日

300円(税)324円 通常税込346円

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

120g

**451 丹沢農場の焼豚スライス**

厳選した調味料に漬けたモモ肉を、じっくり焼き上げました。使いやすいように4~5mm厚さにスライス。

冷 7日 卵米大 小

460円(税)497円 通常税込529円

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

175g

**452 丹沢農場の一口カツ**

豚のモモ肉を使用。国産の薄力粉とパン粉、産直の卵、海塩を使用。凍ったまま油で揚げてください。

凍 180日 卵小

460円(税)497円 通常税込529円

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

(30g×6)×3

**453 丹沢農場のハンバーグ(ミニ)3パック**

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。お弁当にぴったり。

凍 180日 卵米大 小

924円(税)998円 通常税込1078円

豚肉(国内産)

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

200g(100g×2)

**454 丹沢農場のハンバーグ**

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 卵米大 小

340円(税)367円 通常税込389円

豚肉(国内産)

次回より値上げ

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。

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

240g(9個入)

**455 丹沢農場の肉団子(甘酢タレ)**

冷 24日 米大

407円(税)440円 通常税込450円

豚肉(国内産)

お得意2パック

丹沢農場(神奈川県・愛川町)

250g×2

**456 丹沢農場のミートソース 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。

冷 24日 大

794円(税)858円 通常税込880円

豚肉(国内産)

表示マークのご案内

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

- お届け時の温度帯**
  - 凍 冷凍品
  - 冷 冷蔵品
- 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がアレルギー原材料が使用され、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、地産産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農産物の消費をすすめましょう!