

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～

co-op mail
joso
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます

ネット注文登録

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

2022年12月5回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙12/ 提出	19	20	21	22	23
年末につき変則供給になります 別紙配布のお知らせをご確認ください					
定番品12/ お届け	29 (木)	30 (金)	31 (土)		
特別企画品1/ お届け	9	10	11	12	13

健やかなる新年を願って

もう間もなく新たな年を迎えます。
家族が集まる年末年始、旬の野菜をたっぷり
使った温かいお鍋はいかがでしょう。
一年間健康に過ごせたことに感謝しつつ、生協の素材を
使って、おいしく楽しいひとときをお過ごしください。

- ・**ご注意!** 年明けは1月2回 (1月9日の週) からのお届けです。お届けの日数が空きますのでお忘れな
いようご利用ください。
- ・予約商品のお届け…「創健社のお正月商品」のおせちセット等の直送商品は、ご指定日に宅配
便でのお届けになります。
- ・折込チラシ…おせちレシピ (おもてなし編) を配布しています。併せてご覧ください。
- ・変則供給の為「前日OK」「ふるさと便」の対応はできません。予めご了承ください。

今週のおすすめ

ストレスなく健康に育てられた黒毛和牛
鹿児島・坊津黒牛



供給部
磯野の
おすすめ

バランスよく入ったサンでねっ
とりとした舌ざわりに、繊維が
細くふんわりとした柔らかさが
特徴です。供給部の今年最後
のおすすめ品です!

福永産業 (福岡県・遠賀町)
8 特大 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用 540円/100g
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。
凍賞30日 モモ、バラ 500g **2500円 (税込2700円)** 通常税込 2797円
鹿児島県

これ1つで贅沢なお正月を
JOSOおせちセット

単品で買うより
税込362円 オトク!

セット内容: いちろうこ蒲鉾・
伊達巻セット3種660g、田
作り45g、一口昆布巻80g、
煮豆黒豆 (雁喰黒豆) 200g

常総生協 (茨城県・守谷市)
9 JOSO定番 おせちセット
常総生協で人気のおせち定番
商品をお得なセットでお届け
します。
冷賞1月7日 卵米大小
4種6品985g **2988円 (税込3227円)** 通常税込 3589円
鶏卵 (国内産)、すけそうだら (アメリカ、国内産)

茨城県の銘柄牛「常陸牛」
のモモをすき焼き用にスラ
イスしました。
冷賞4日
JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
常陸牛モモすき焼き用
10 300g 1181円/100g
3280円 (税込3542円) 通常税込 3672円
11 500g 1166円/100g
5400円 (税込5832円) 通常税込 6048円
茨城県 [放] 不検出 <4.2 <3.5

鮮やかな霜降りの
入った部分のみを
厳選した黒牛の切
り落とし。
福永産業 (福岡県・遠賀町)
12 鹿児島 坊津黒牛特選切り落とし 666円/100g
凍賞30日 150g×2 **1850円 (税込1998円)** 通常税込 2106円
鹿児島県

岩瀬さんの豚のロー
ス、モモ、バラをしゃ
ぶしゃぶ用にスライス
しました。3つセット
でお買い得です。
270円/100g
岩瀬牧場 (茨城県・土浦市) ミートバル村山
**13 徳用 岩瀬さんの豚
しゃぶしゃぶセット**
冷賞届いて3日
200g×3種 **1500円 (税込1620円)** 通常税込 1836円
茨城県

JA全農いばらき (茨城県) ミートバル村山
**14 茨城県産ローズポーク
モモしゃぶしゃぶ用** 229円/100g
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 **530円 (税込572円)** 通常税込 598円
茨城県

北海道産昆布からだ
しをとり、鹿児島伝
統の黒酒を使用。旨
味のきいたすき焼き
割り下。
ボールスタア (東京都・東村山市)
15 すき焼き割り下
米大 400ml **420円 (税込454円)** 通常税込 475円
大豆・小麦 (アメリカ、カナダ)

木村農園 (茨城県・つくば市)
16 木村さんの下仁田ねぎ 特
軟白部は太くやわらかくて甘いねぎです。寒くなるほど甘
味が強くなります。減農薬栽培。
約500g **250円 (税込270円)** 通常税込 378円
茨城県

山田さん (茨城県・つくば市)
**17 山田さんのしめじ
(増量)** 特
香り・風味が良い、こだわりのひらた
けしめじを栽培しています。
冷 200g+50g **250円 (税込270円)**
茨城県

村上山 (栃木県・高根沢町)
18 舞茸 (増量) 特
衛生管理にも気を配った安心の品
質。日持ち、香り共に良好です。
冷 100g+30g **220円 (税込238円)**
栃木県 [放] 不検出 <4.4 <3.7

鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)
**19 生芋あく抜き
しらたき 2個組** 特
国内産のこんにゃく芋で作られた、
歯切れと味のみの良い白滝です。
冷賞90日
180g
×2 **260円 (税込281円)** 通常税込 302円
こんにゃく芋 (国内産)

お得2
バック
グリーンリーフ (群馬県・昭和村)
**20 農家で漬けた白菜漬け
2個組** 特
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。
冷賞9日 米 250g×2 **480円 (税込518円)** 通常税込 562円
白菜 (国内産)

竹村さん (茨城県・かすみがうら市)
21 竹村さんのいちご 特
自分の子供に食
べさせられるもの
をモットーに自家
製肥料・忌避剤で
栽培しています。
減農薬栽培。
200g×2 **899円 (税込971円)**
茨城県

木下さん達 (愛媛県・宇和島市)
22 紅まどんな (無選別) 特
甘さよし、香りよし、果汁も多く、メディアでも取り上げら
れました。大小無選別でお買い得。減農薬栽培。
700g (4〜6玉) **840円 (税込907円)** 通常税込 929円
愛媛県

江川農園 (神奈川県・小田原市)
**23 江川さんの
キウイフルーツ** 特
樹になら
し
ておき、十分
に味をのせ
てから収
穫、追熟し
ています。農
薬無散布。
500g **430円 (税込464円)** 通常税込 498円
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

【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
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] ¹³⁷ 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] ¹³⁷ Cs=9.4 ¹³⁴ 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	

※イメージ



蒲鉾伊達巻

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

52 長崎 慶春かまぼこ 寿(紅・白)

えそ、ぐち、たららのすり身使用。合成でなく紅麴色素を使った、「紅白」と「寿」のかまぼこをセットにしました。お正月の祝膳に。

冷蔵 賞1月5日 卵米

150g×2 1098円(税込 1186円)

えそ (国内産)

だから美味しい『長崎蒲鉾』

- 長崎県は日本屈指の水産県。蒲鉾の原料になる魚が豊富に手に入ります。
- 水揚げされた魚は、港のすぐ隣にある長崎蒲鉾社共同の工場で新鮮な内にすり身に加工します。

えそ、ぐち、たららのすり身を使用。ソフトな弾力としなやかな食感が特徴の蒲鉾です。紅は紅麴色素使用。

冷蔵 賞1月5日 卵米

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

長崎慶春かまぼこ

50 紅 180g 680円(税込 734円)

51 白 180g 680円(税込 734円)

えそ (国内産)

ぐちのすり身を使い、弾力、歯ごたえを大切に仕上げました。紅白2本組です。紅は紅麴色素使用。

小田原龍清 (神奈川県・小田原市)

55 小田原龍清 迎春紅白かまぼこセット

冷蔵 賞1月5日 卵米

150g×2 980円(税込 1058円)

ぐち (タイ、他)

小田原板付蒸しかまぼこです。ぐちのすり身を使い、弾力、歯ごたえを大切にしながら味よく仕上げました。紅は紅麴色素使用です。

冷蔵 賞1月5日 卵米

小田原龍清 (神奈川県・小田原市)

小田原龍清 かまぼこ

57 紅 220g 907円(税込 980円)

58 白 220g 907円(税込 980円)

ぐち (タイ、他)

イメージ

上えそ、特白ぐち、すけそうだら、はものすり身使用。つなぎに卵白とでんぷん、他に魚肉エキス、食塩、酒、本みりんを使用。冷凍すり身よりも生すり身を多く使っていますので、一段と味の良い蒲鉾です。紅は紅麴色素。

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

長崎 特大板 冷蔵 賞1月5日 卵米

53 紅 240g 1080円(税込 1166円)

54 白 240g 1080円(税込 1166円)

えそ (国内産、タイ)

お正月の定番である紅白の蒲鉾、伊達巻をセットにしました。蒲鉾の紅は紅麴色素。

すけそうだらのすり身を使用。魚本来の味を生かした仕上りです。

冷蔵 賞1月7日 卵米

いちろうこ (静岡県・静岡市)

いちろうこ蒲鉾

60 紅 220g 548円(税込 592円)

61 白 220g 548円(税込 592円)

すけそうだら (アメリカ、国内産)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

62 長崎 しっぽく「蒸し」

長崎近海以西で獲れる高級白身魚を主原料にきくらげ、人参、グリーンピース、卵焼きなどを練り込みました。1本の蒲鉾の中で和、洋、中華の味を見事に調和させた、長崎のしっぽく料理にちなんだ蒸し蒲鉾です。

冷蔵 賞1月5日 卵米 大小

240g 1080円(税込 1166円)

えそ (国内産、タイ)

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

63 長崎 海老蒲鉾

長崎産のえそを主原料にぐち、たららをブレンドしたすり身に海老、錦糸卵を混ぜ込み蒸しあげました。

冷蔵 賞1月5日 え 卵米 小

120g 658円(税込 711円)

海老 (インドネシア)、えそ (国内産)

カネ久商店 (静岡県・焼津市)

64 寿なると巻セット

たらとぐちのすり身を使って作りしました。紅は紅麴色素使用です。長期保存は冷凍で。

冷蔵 賞1月5日

90g×2 495円(税込 535円)

すけそうだら (アメリカ、国内産)

板わざで!

丸山園 (静岡県・可津町)

65 わさび漬け

天城の深山に湧く清水で育ったわさびを、充分熟成させた酒粕で漬けました。(茎20%、根10%、酒粕55%)

冷蔵 賞14日 米 大

100g 265円(税込 286円)

わさび (静岡県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

66 長崎 伊達巻

ぐちのすり身を主原料に、ふっくら焼き上げた長崎風の伊達巻です。甘すぎずカステラ感覚でいただけます。

冷蔵 賞1月5日 卵米

250g 1138円(税込 1229円)

ぐち (国内産)、鶏卵 (国内産)

原材料に麦芽糖を加えることにより、従来の味を変えずに甘さだけを抑えた伊達巻。

つきじ入船 (東京都・中央区)

67 つきじ入船伊達巻(甘さ控えめ)

冷蔵 賞1月5日 卵米

350g 998円(税込 1078円)

卵 (国内産)

山止蒲鉾 (神奈川県・小田原市)

68 手焼き伊達巻ハーフ

しっとりとした巻風に仕上げた伊達巻。昔ながらの「手焼き」製法で丁寧に焼き上げました。

冷蔵 賞1月5日 卵米

1本(約220g) 1050円(税込 1134円)

卵 (国内産)、グチ (国内産、他)

いちろうこ (静岡県・静岡市)

69 いちろうこ伊達巻

無リンのすけそうたらすり身を使用。たっぷりの卵を使い、ふんわりとした食感で程よい甘さが特徴です。

冷蔵 賞1月7日 卵米

220g 758円(税込 819円)

鶏卵 (国内産)、すけそうだら (アメリカ、国内産)

小田原龍清 (神奈川県・小田原市)

70 小田原龍清 錦玉子

卵白と卵黄だけを丹念に練り上げて、食塩と砂糖だけのシンプルな味付けで上品な甘さに仕上げました。おせちの口どりに。

冷蔵 賞1月5日 卵

210g 980円(税込 1058円)

鶏卵 (国内産)

ささし蒲鉾 (静岡県・静岡市)

71 きみ巻(小)

無リンのすり身を卵黄を混ぜた甘い身で包みこんで簾で巻いています。おせち料理の彩にもおすすめです。

冷蔵 賞22日 卵米

1本(150g) 598円(税込 646円)

卵 (国内産)

マルス食品 (静岡県・静岡市)

72 厚焼玉子

国産鶏卵を使用した玉子焼きです。かつおだしを利かせた風味をお楽しみください。

冷蔵 賞1月8日 卵米 小

240g 398円(税込 430円)

卵 (静岡県)

つきじ入船 (東京都・中央区)

73 つきじ入船紅白ようかん

祝いの膳を彩る紅白羊かんです。着色料にはベニコウジを使用し自然な色味を表現しています。

冷蔵 賞1月5日 米

1本 461円(税込 498円)

豆

煮物の老舗・菊田商店

現在業界ではレトルトにより製造された物が多く、直火炊きは高級専門店での扱いに限られます。また、甘さ控えめをうたい、栄養を含む煮汁を捨て、別の糖液(浸透性の高いソルビットなどを含む)に漬け込む方法がとられ、水ぶくれの煮豆になります。直火炊きは家庭煮と同じ開放釜でとろ火で時間をかけて煮上げるので、豆の繊維も壊れず、栄養分も逃がさず、コシも甘さもある煮豆ができます。

菊田商店 (東京都・練馬区)

74 丹波黒豆

兵庫県産の大粒の原料にこだわり、伝統の直火炊きで豆の芯まで味を浸透させ、ふっくらと仕上げています。

冷蔵 賞90日 米 大小

170g (固形量130g) 630円(税込 680円)

黒大豆 (兵庫県)

旨味では丹波黒豆に匹敵する希少な豆

岩手県・旧沢民村特産の雁喰豆(平黒大豆)で、平べったい形が特徴。肉質の緻密さは丹波黒豆をしのぐ名品。

菊田商店 (東京都・練馬区)

75 煮豆 黒豆(雁喰黒豆)

冷蔵 賞90日 米 大小

200g 530円(税込 572円)

黒大豆 (岩手県)

菊田商店 (東京都・練馬区)

76 煮豆 お福豆(紫花豆)

北海道の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。

冷蔵 賞90日 米

120g 320円(税込 346円)

紫花豆 (北海道)



きんとん

「きんとん(金団)」には金色の団子や座布団という意味があります。そこから転じて、きんとんは金銀財宝を連想させる縁起物として、昔から食べられてきました。



77 栗きんとん

国内産の粒揃いの栗を使用。国内産の金時芋を裏ごしして、直火のとう火で丹念に練り上げました。

冷蔵賞30日 米
250g **1833円**(税込**1980円**)
栗(国内産)



仁徳(千葉県・船橋市)

84 昆布巻

北海道産昆布を無漂白のかんぴょうで巻いた、一口サイズの昆布巻きです。

冷蔵賞60日 大 小
110g **450円**(税込**486円**)
昆布(北海道)



タカハシ食品(北海道・函館市)

89 鰯子と昆布の旨煮

真鰯と昆布を直火窯で丁寧に炊き上げ、鰯子の皮を一つずつ手で剥きました。お茶漬け、お弁当のおかずにも。

冷蔵賞90日 米 大 小
100g **528円**(税込**570円**)
真だら(アメリカ)



仁徳(千葉県・船橋市)

94 アーモンド田作り

十分に干した良質の片くちいわしを、醤油、砂糖、水あめ、寒天で調味。アーモンドのスライスを加えました。

冷蔵賞30日 大 小
45g **365円**(税込**394円**)
片口いわし(国内産)



山形県庄内地方の在来種・温海(あつみ)かぶら使用



月山農場(山形県・酒田市)

104 月山赤かぶ漬(ブロック)

庄内名産の温海かぶらの浅漬けタイプです。歯切れがよく、サラダ感覚で食べられます。

冷蔵賞45日 米
250g **369円**(税込**399円**)
赤かぶ(山形県) 【放】不検出 <3.2<4.1



78 豆きんとん

北海道産いんげん豆を使い(餡のいんげん豆は北海道産とペルー産)、時間をかけて練り上げました。やわらかさの中にコシのある豆の風味が味わえます。

冷蔵賞30日 米
250g **740円**(税込**799円**)
いんげん豆(北海道、ペルー)



79 和栗甘露煮

愛媛県産の栗を使用した甘露煮。無添加で栗本来の旨みを引き出しています。

賞90日
200g(固形量100g) **1100円**(税込**1188円**)
栗(愛媛県)

ミルフィーユ状で見た目にもきれいです



85 さけ重ね巻

国産の鮭と昆布を重ねてやわらかく炊き上げたおふくろの味。ご飯のおともやお弁当のおかずにも重宝します。

冷蔵賞90日 米 大 小 170g **780円**(税込**842円**)
鮭・昆布(国内産)



タカハシ食品(北海道・函館市)

86 ホタテしぐれ煮

北海道噴火湾産のベビーホタテのしぐれ煮。砂糖、醤油、みりんのみで味付けし、昔ながらの直火炊き製法。

冷蔵賞90日 米 大 小
70g **520円**(税込**562円**)
ほたて(北海道)



金沢錦(石川県・金沢市)

90 ほたて松葉串

北海道産のほたてを串に刺し、無添加のシンプルな調味料でじっくり炊き上げました。

冷蔵賞60日 米 大 小 5本45g **680円**(税込**734円**)
ほたて(北海道)



95 くるみ入田作り

国産の片口いわしにクルミを加え、無添加の調味料で煎り炊きし、香ばしく仕上げました。

冷蔵賞60日 米 大 小
40g **438円**(税込**473円**)
片口いわし(国内産)



近江農産(滋賀県・東近江市)

100 千枚漬

近江特産の聖護院かぶらを薄く輪切りにし、塩漬けの後、昆布、砂糖、醸造酢、みりんできれいに漬けました。

冷蔵賞15日 米
150g **360円**(税込**389円**)
聖護院かぶら(滋賀県)



よろこぶ…よろこんぶ【昆布巻】！

「喜ぶ」にかけたことから用いられている縁起食材。「子生(こぶ)」とかけて子孫繁栄を意味し、巻物という形態から文化関係に通じ、学問成就を願う意味も込められています。



タカハシ食品(北海道・函館市)

87 いいだこと里芋の煮付

国産の里芋と一口サイズのいいだこを醤油をベースに昆布だしを効かせてやわらかく炊きあげました。

冷蔵賞60日 米 大 小
120g **480円**(税込**518円**)
里芋(国内産)、いいだこ(タイ、ミャンマー、ベトナム)



金沢錦(石川県・金沢市)

91 はまぐり山椒煮

ミャンマー、タイ、ベトナム産のはまぐりを山椒の風味を効かせて醤油、砂糖、みりん、純米酒で炊きました。

冷蔵賞60日 米 大 小
75g **461円**(税込**498円**)
はまぐり(ミャンマー、タイ、ベトナム)



かわかわ農場(新潟県・新発田市)

97 できあがりお煮しめセット

里芋120g、ごぼう80g、甘酢れんこん120g、竹の子100g、椎茸80gのセットです。すべて減農薬栽培。

冷蔵賞90日 大 小
5種500g **1850円**(税込**1998円**)
野菜(国内産)



96 さといも入りお煮しめセット水煮

国産野菜(里芋、筍、こんにゃく、人参、ごぼう、れんこん)の皮をむき、カット。加熱調理済の素材パック。

冷蔵賞120日
6種400g **630円**(税込**680円**)
里芋・こんにゃく・他野菜(国内産)



道長(愛知県・豊川市)

101 赤かぶ千枚漬

豊川市・鈴木慶市さんの赤かぶ。鮮やかな赤色。まさに冬の味覚です。独特な風味と食感をお楽しみください。

冷蔵賞 米
130g **380円**(税込**410円**)
赤かぶ(愛知県)



ほたて、たこ、いか、えびを贅沢に使いました

趙さんの味(宮城県・仙台市)

106 趙さんの味ポッサムキムチ

海の幸、山の幸をふんだんに使った「福」を包んだ趙さんオリジナルキムチ。

冷蔵賞10日 え 米 大 小
400g **950円**(税込**1026円**)
白菜(国内産)



にしん・昆布(北海道)



鮭・昆布(北海道)

湯煎ですぐ出せる一品



88 ぶり大根

長崎県沖で漁獲された天然ぶりのかまと大根を醤油ベースのシンプルな味付けで炊きあげました。

冷蔵賞60日 米 大 小
200g **588円**(税込**635円**)
ぶり(長崎県)、大根(国内産)



金沢錦(石川県・金沢市)

92 北海道産タコやわらか煮

北海道噴火湾産のタコを砂糖、醤油、本みりんのみで味付けしました。

冷蔵賞90日 米 大 小
70g **620円**(税込**670円**)
たこ(北海道)



かわかわ農場(新潟県・新発田市)

98 えびの含め煮

ブラックタイガーを自社で煮出しただし汁、本醸造うすくち特級醤油、みりんのみで味付けしました。

冷蔵賞90日 え 米 大 小
3尾 **590円**(税込**637円**)
ブラックタイガー(マレーシア)



102 柿なます

西吉野の大紀コープファームから。柿の甘さを生かし、さっぱり味に仕上げたなますです。

冷蔵賞20日 米
200g **350円**(税込**378円**)
大根(和歌山県、三重県)



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

103 甘酢れんこん

れんこん独特のもっちりとした粘りとシャキシャキ感に、梅酢の甘酸っぱさが合う漬物です。

冷蔵賞20日 米
80g **368円**(税込**397円**)
れんこん(国内産)



趙さんの味(宮城県・仙台市)

107 趙さんの味熟成白菜キムチ

1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。

冷蔵賞14日 え 米 大 小
200g **365円**(税込**394円**)
白菜(国内産)、唐辛子(中国)



賞90日 米 大 小

リアス(千葉県・船橋市)

にしん昆布巻

80 1本・180g
1本180g **830円**(税込**896円**)



賞90日 米 大 小

リアス(千葉県・船橋市)

さけ昆布巻

82 1本・180g
1本180g **830円**(税込**896円**)



金沢錦(石川県・金沢市)

87 いいだこと里芋の煮付

国産の里芋と一口サイズのいいだこを醤油をベースに昆布だしを効かせてやわらかく炊きあげました。

冷蔵賞60日 米 大 小
120g **480円**(税込**518円**)
里芋(国内産)、いいだこ(タイ、ミャンマー、ベトナム)



タカハシ食品(北海道・函館市)

92 北海道産タコやわらか煮

北海道噴火湾産のタコを砂糖、醤油、本みりんのみで味付けしました。

冷蔵賞90日 米 大 小
70g **620円**(税込**670円**)
たこ(北海道)



かわかわ農場(新潟県・新発田市)

98 えびの含め煮

ブラックタイガーを自社で煮出しただし汁、本醸造うすくち特級醤油、みりんのみで味付けしました。

冷蔵賞90日 え 米 大 小
3尾 **590円**(税込**637円**)
ブラックタイガー(マレーシア)



102 柿なます

西吉野の大紀コープファームから。柿の甘さを生かし、さっぱり味に仕上げたなますです。

冷蔵賞20日 米
200g **350円**(税込**378円**)
大根(和歌山県、三重県)



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

103 甘酢れんこん

れんこん独特のもっちりとした粘りとシャキシャキ感に、梅酢の甘酸っぱさが合う漬物です。

冷蔵賞20日 米
80g **368円**(税込**397円**)
れんこん(国内産)



趙さんの味(宮城県・仙台市)

107 趙さんの味熟成白菜キムチ

1年じっくり熟成させた鮭の魚醤を使い、こってりとコクのある旨味を引き出した本格キムチです。

冷蔵賞14日 え 米 大 小
200g **365円**(税込**394円**)
白菜(国内産)、唐辛子(中国)

北海道産の昆布とにしん、栃木県産の干瓢を使用し、時間をかけて炊き上げました。



81 2本・80g

2本80g **525円**(税込**567円**)



賞90日 米 大 小

リアス(千葉県・船橋市)

さけ昆布巻

82 1本・180g
1本180g **830円**(税込**896円**)



金沢錦(石川県・金沢市)

88 ぶり大根

長崎県沖で漁獲された天然ぶりのかまと大根を醤油ベースのシンプルな味付けで炊きあげました。

冷蔵賞60日 米 大 小
200g **588円**(税込**635円**)
ぶり(長崎県)、大根(国内産)



仁徳(千葉県・船橋市)

93 田作り

日本沿岸でとれる片口いわしが原料。砂糖、生しほりしょうゆ、水あめを使って炒り煮にしました。

冷蔵賞60日 大 小
45g **365円**(税込**394円**)
片口いわし(国内産)



かわかわ農場食品(新潟県・新発田市)

99 くわいのうま煮

国内産のくわいを1玉1玉ていねいに手むきし、自社で煮出した調味液で炊きあげました。

冷蔵賞90日
3玉 **500円**(税込**540円**)
くわい(国内産)



103 甘酢れんこん

れんこん独特のもっちりとした粘りとシャキシャキ感に、梅酢の甘酸っぱさが合う漬物です。

冷蔵賞20日 米
80g **368円**(税込**397円**)
れんこん(国内産)



趙さんの味(宮城県・仙台市)

108 趙さんの味熟成カクテキ

1年以上熟成、発酵させた鮭の魚醤を使い旨味を引き出した濃厚でこってりとしたキムチ。

冷蔵賞14日 え 米 大 小
200g **370円**(税込**400円**)
大根(国内産)



趙さんの味(宮城県・仙台市)

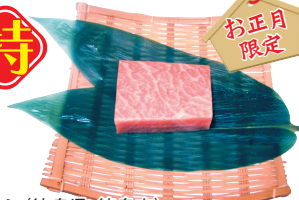
108 趙さんの味熟成カクテキ

1年以上熟成、発酵させた鮭の魚醤を使い旨味を引き出した濃厚でこってりとしたキムチ。

冷蔵賞14日 え 米 大 小
200g **370円**(税込**400円**)
大根(国内産)

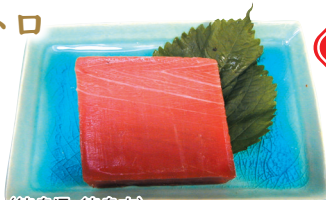
まぐろ

特



本まぐろのトロ

特



マストミ (徳島県・徳島市)

109 本まぐろ大トロ

まぐろの中でも最上級の本まぐろを使用。漁獲後、船内で急速凍結していますので鮮度抜群です。

凍 賞20日 100g 2680円(税) 2894円(通常税込 3218円) 本まぐろ (大西洋)

マストミ (徳島県・徳島市)

110 本まぐろ中トロ

大西洋で漁獲した本まぐろを船内にて急速凍結しました。さめの細かい脂、風味は本まぐろならではの。

凍 賞20日 100g 1780円(税) 1922円(通常税込 2084円) 本まぐろ (大西洋)

特



マストミ (徳島県・徳島市)

111 本まぐろ赤身

凍 賞20日 100g 1450円(税) 1566円(通常税込 1620円) 本まぐろ (大西洋)

特

船内凍結の鮮度の良いめばちまぐろをサク取り。全て食べられるよう皮、骨、血合い除去済み。



マストミ (徳島県・徳島市)

めばちまぐろ短冊

112 2冊1パック

凍 賞20日 2冊200g 988円(税) 1067円(通常税込 1166円) めばちまぐろ (太平洋)

特



113 2冊2パック

凍 賞20日 (2冊200g)×2 1896円(税) 2048円(通常税込 2332円) めばちまぐろ (太平洋)

「まぐろの女王」とも呼ばれる

南マグロ

中でも甘みのある中トロです!

特



不揃いですが味は絶品!

上品な脂の甘みと赤身の旨味を味わえる天然南まぐろの中トロ。形が不揃いな分、価格は抑えました。

マストミ (徳島県・徳島市)

114 ふぞろいの天然南まぐろ中トロ

凍 賞15日 130g 1180円(税) 1274円(通常税込 1328円) ミナミマグロ (インド洋)

切り分けた後、半日ほど冷蔵庫で熟成させると更に美味しくなります!

まぐろ屋さんおすすめの解凍方法

- ①1ℓの水に大3程度の塩水を作り、表面を軽く洗う。
- ②ラップをかけて冷蔵庫で半解凍し、お好みの大きさに切り分けて。



原材料: びんちょうまぐろ (和歌山県)

ヤマサ脇口水産 (兵庫県・洲本市)

115 海桜まぐろ びんちょうまぐろ(ブツ切り)

紀伊勝浦産の天然活メびんちょう鮪を特許技術で急速凍結。お得なブツ切りです。

凍 賞30日 300g 998円(税) 1078円(通常税込 1112円) びんちょうまぐろ (和歌山県)

和歌山 那智勝浦港

ヤマサ脇口水産のまぐろ

- ・なんと流水解凍でOK! : ドリップが出にくい特殊技術で凍結しています。
- ・産地明確! : 和歌山県・那智勝浦港に水揚げされる生まぐろを直接買い付けます。
- ・環境保全型! : 近海の「はえ縄漁獲」(釣り)のまぐろのみを使用。



失敗なし! 流水解凍でモチモチの旨さ!

旨味濃いめばち



ヤマサ脇口水産 (兵庫県・洲本市)

海桜まぐろ

116 めばち冊(赤身)

紀伊勝浦産の天然活メ鮪を特許技術で急速凍結。流水解凍でもモチモチの生まぐろの旨さが蘇ります。

凍 賞30日 100g 980円(税) 1058円(通常税込 1112円) めばちまぐろ (和歌山県)



117 びんちょう冊

凍 賞30日 100g 640円(税) 691円(通常税込 745円) びんちょうまぐろ (和歌山県)

魚肉練製品 おでん 鍋

つゆ付きなのでラクラク

長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

125 長崎 漁師町おでんだネ (つゆ付)

冷 賞30日 卵米大 5種12個254g 739円(税) 798円(通常税込 819円) たら (国内産)、えそ (タイ)、あじ (長崎県)、雑魚 (長崎県、熊本県)

おでんの具にも



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

126 長崎 いわし団子

いわしやあじを主原料の無リンすり身にいわしほぐし身を加え、合わせ味噌でいわしの風味を活かしました。

冷 賞29日 卵米大 4個112g 315円(税) 340円(通常税込 371円) いわし (国内産)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

127 長崎 小丸天

具材が入っていないシンプルな揚げ物。旨味や食感を引き出すようにスケトウダラをメインに魚肉をブレンド。

冷 賞8日 米 4枚120g 290円(税) 313円(通常税込 344円) スケトウダラ (国内産)、エソ (タイ)



長崎蒲鉾 (長崎県・長崎市)

128 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×4 298円(税) 322円(通常税込 353円) すけそうだら (北海道、アメリカ)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

131 海鮮寄せ鍋(スープ付)

凍 賞180日 卵か米大 5種360g+スープ80g 1118円(税) 1207円(通常税込 1242円) 赤魚(デンマーク、ロシア、アメリカ)、すけそうだら(アメリカ、ロシア)、かき(広島県)

極上の味わい スープ2袋目は鋼のぶに

人気の高い国産牛の小腸のみを丁寧に処理、臭みがありません。素材の良さが味わえる塩味スープのセット。



大進食品 (神奈川県・横浜市)

132 博多名物 国産牛モツ鍋セット

凍 賞180日 米 400g(牛内臓肉200g スープ100g×2) 2043円(税) 2206円(通常税込 2410円) 牛小腸 (国内産)



マストミ (徳島県・徳島市)

118 めばちまぐろ切り落としスライス

凍 賞15日 100g 555円(税) 599円(通常税込 644円) めばちまぐろ (太平洋)

流水で約5分で解凍OK

凍 賞20日 マストミ (徳島県・徳島市) つぶつぶまぐろ たたき身

119 2袋

50g×2 580円(税) 626円(通常税込 646円)

凍 賞20日 マストミ (徳島県・徳島市) つぶつぶまぐろ たたき身

120 徳用 50g×4 1080円(税) 1166円(通常税込 1274円) めばちまぐろ (台湾)



鮮度の良いメバチマグロを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒感を残しました。



ハマヤ (高知県・高知市)

121 薫焼き鰯タタキ 「龍馬タタキ」

一本釣りした脂のりの良い鰯を、四万十川流域の稲藁を使ってあぶりしました。別添の無添加たれ付き。

凍 賞60日 米大 300g、たれ15g 1380円(税) 1490円(通常税込 1598円) かつお (三陸東沖太平洋)



白鳥さん (静岡県・静岡市)

122 本わさび

良質なわさびの産地として有名な静岡県葵区有東木の本わさびを厳選しました。

冷 賞180日 1本50g 798円(税) 862円(通常税込 917円) 静岡県 [放] 不検出 <4.0 <3.9

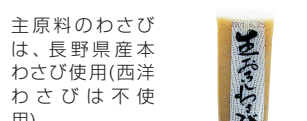


せいふてい (神奈川県・横浜市)

123 冷凍 おろし本わさび

長野県安曇野産わさび100%。保存料、香辛料は一切使用していません。わさび本来の味が味わえます。

凍 賞180日 6袋30g 380円(税) 410円(通常税込 441円) わさび (長野県)



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)

124 生おろしわさび

賞180日 米大 40g 400円(税) 432円(通常税込 464円) 本わさび (長野県)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

129 おでん種セット

無リンすり身に、キャベツやじゃがいも等7種の国産野菜をたっぷり混ぜ込みました。自然解凍でもOK。

凍 賞180日 米 7種13品376g 820円(税) 886円(通常税込 941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×2、ごぼう巻き、白身つみれ×4、小魚つみれ×2

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。だしがスープに溶け込み、絶妙な味わい。

高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

凍 賞180日 米 5個165g 315円(税) 340円(通常税込 371円) すけそうだら (北海道)



秋川牧園 (山口県・山口市)

130 鶏鍋セット(醤油)

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

凍 賞180日 卵米大 550g(鶏肉・つくね各200g スープ150g) 1101円(税) 1189円(通常税込 1269円) 鶏肉 (国内産)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

133 7種の野菜揚げ

無リンすり身に、キャベツやじゃがいも等7種の国産野菜をたっぷり混ぜ込みました。自然解凍でもOK。

凍 賞180日 米 5個165g 315円(税) 340円(通常税込 371円) すけそうだら (北海道)



高橋徳治商店 (宮城県・東松島市)

134 ぼたんちくわ

無リンたらすり身にアブラツノザメを混ぜ、魚肉の旨味が味わえる竹輪にしました。煮付けやおでん、磯辺揚げなどにも。

凍 賞180日 米 5本165g 351円(税) 379円(通常税込 407円) すけそうだら (北海道)



秋川牧園 (山口県・山口市)

135 鶏つくね

若鶏のムネ肉に鶏皮を加えてジューシーを出し塩麴で旨味を引き出した柔らかい食感の鶏だんご。加熱調理済みなですぐに使えます。

凍 卵米大 200g 363円(税) 392円(通常税込 421円)

いくらに身刺



佐井村漁協（青森県・佐井村）

136 いくら醤油漬

9月上旬～11月下旬に北海道東海岸から青森県沿岸の定置網で漁獲・厳選された秋鮭のいくらです。

凍 米 大 小

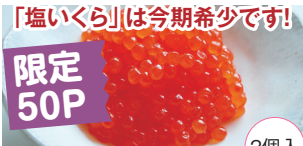
40g **830円** (税 **896円**)
いくら (北海道、青森県) [放] 不検出 <3.5 <3.3

佐井村漁協（青森県・佐井村）

137 いくら醤油漬 (わけあり)

9月上旬～11月下旬に北海道東海岸から青森県沿岸の定置網で漁獲された鮭のいくら。

凍 米 大 小

60g **825円** (税 **891円**) 通常税込 **913円**
いくら (国内産)

雄武漁協（北海道・雄武町）

138 紋別雄武港 塩いくら (2個入)

北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲された秋鮭の卵を、水揚げ後6時間以内に塩のみで加工しました。

凍 米 大 小

25g×2 **1480円** (税 **1598円**)
いくら (北海道)

ミョウバン不使用です

岩手、青森、北海道産のうにを本来の風味、甘味、旨味を損なわぬよう獲れたて新鮮なまま凍結しました。



あまごころ本舗（福岡県・福岡市）

139 国産冷凍うに

凍 米 大 小

50g **1980円** (税 **2138円**)
キタムラサキウニ (岩手県、青森県、北海道)

村上龍三さん（北海道・雄武町）

140 甘塩造り 村上さんのうに一夜漬

ウニのなかでは最高ランクに位置するエゾパフンウニの一夜漬け。甘塩です。

凍 米 大 小

60g **2780円** (税 **3002円**)
エゾパフンウニ (北海道)

西米食品（鳥取県・米子市）

141 かにみそ

原材料は、かにみそ(国産)、日本酒、砂糖ととてもシンプル。かにみそ本来の味が楽しめます。

凍 米 大 小

100g **820円** (税 **886円**) 通常税込 **908円**
ベニズワイガニ (日本海)

千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

145 猿払産 刺身用ほたて貝柱

オホーツク海に面する猿払(さるふつ)は、海流や地形などの自然環境に恵まれ、美味しいほたてを育てます。

凍 米 大 小

6～8粒100g **560円** (税 **605円**) 通常税込 **626円**
ほたて貝柱 (北海道)

札幌中一（北海道・札幌市）

146 甘エビ刺身用

凍 米 大 小

200g **848円** (税 **916円**)
甘えび (北海道)

千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

150 小肌酢漬け

東京湾で漁獲されたこはだを三枚におろし、りんご酢を配合した調味酢に漬け込みました。

凍 米 大 小

3～4枚90g **298円** (税 **322円**)
こはだ (千葉県)

千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

151 小肌あわ漬

凍 米 大 小

5枚200g **431円** (税 **465円**)
こはだ (千葉県)

えびたこ



トクスイコーポレーション（東京都・中央区）

154 ブラックタイガー 3L

インドネシア・スラウェシ島で粗放養殖。生からの1回凍結品ですので、えびの旨味、食感が違います。

凍 米 大 小

4尾120g **850円** (税 **918円**)
ブラックタイガー (インドネシア)

トクスイコーポレーション（東京都・中央区）

155 天然むきエビ(特大)

ミャンマー沖(ベンガル湾、アングマン海)で漁獲した天然えびを、現地工場でおむき、急速バラ凍結しました。

凍 米 大 小

160g **548円** (税 **592円**)
えび (ミャンマー)

156 天然有頭赤えび

アルゼンチン産の船内凍結された鮮度の良い天然の赤えびです。お刺身、塩焼きなどにご利用いただけます。

凍 米 大 小

10尾250g **980円** (税 **1058円**)
赤えび (アルゼンチン)

157 えびフライ特大(2L)

水揚げ後すぐに下処理したえびに、国産小麦のパン粉をまぶしました。大きくて満足感あり。油で揚げて。

凍 米 大 小

5尾205g **948円** (税 **1024円**)
ブラックタイガー (インドネシア)

158 千葉県産 地だこぶつ切り

千葉県産の真だこを生からボイルし、ブツ切りにカットしました。解凍後そのまま召し上がれます。

凍 米 大 小

100g **554円** (税 **598円**)
真だこ (千葉県)

159 雄武産 ボイルだこ (生食用)

オホーツク海に面する雄武の前浜で漁獲したみずだこを新鮮なうちにボイルしました。解凍後、酢だこなどで。

凍 米 大 小

100g **498円** (税 **538円**)
みずだこ (北海道)

160 島香さんの たこ甘酢漬

岩手県沖で漁獲したミズダコを食塩のみでボイルし、甘酢に漬けました。解凍後、各種お料理に。

凍 米 大 小

105g **580円** (税 **626円**) 通常税込 **646円**
ミズダコ (岩手県沖) [放] 不検出 <4.2 <4.3

炊き込みご飯 うなぎ

たこゴロゴロ!

国産の真だこをボイル後カットし、薄味の調味液と合わせました。お米と一緒に炊き込んで下さい。

2合用

161 国産真だこ たこめしの素 (2合用)

凍 米 大 小

240g(蛸100g 液140g) **647円** (税 **699円**) 通常税込 **713円**
真だこ (国内産)

カネキ水産（兵庫県・神戸市）



162 北海道産ほたての 五目炊き込み御飯

北海道産ほたてと豊富な具材でボリューム感のある炊き込み御飯の素。いりこ昆布の天然だしを使用。

凍 米 大 小

200g(2合用) **438円** (税 **473円**)
ほたて (北海道)

163 パエリアセット (魚介類とスープのセット)

パエリア用スープと、するめいかリング、バーナ貝、ブラックタイガー、ボイル帆立、あけ貝むき身のセット。

凍 米 大 小

5種400g **980円** (税 **1058円**)
するめいか(三陸沖)、バーナ貝(ニュージーランド)、ブラックタイガー(インドネシア)

164 70g×2

70g×2 たれ・山椒付 **2480円** (税 **2678円**) 通常税込 **2894円**

165 70g×3

70g×3 たれ・山椒付 **3700円** (税 **3996円**) 通常税込 **4190円**
うなぎ (愛知県)

166 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 米 大 小

100g **1570円** (税 **1696円**)
マアナゴ (長崎県)



食べやすいハーフカット



友田セーリング (鳥取県・境港市)
171 紅ずわいがに爪肉

紅ずわいがにの爪肉を、ボイル・凍結した後、食べやすいように殻を半分にカット。

凍 か 240g(21〜30粒) **1280円**(税込**1382円**) 通常税込1423円
紅ずわいがに (国内産、韓国)



毛がに (北海道)

殻なしラクラク

カナダ (またはロシア) 産のずわいがにの脚部分を食べやすい様にむきました。サラダ、手巻き寿司の具材に。

友田セーリング (鳥取県・境港市)
172 パクッとボイルずわいがに棒肉

凍 か 300g **6580円**(税込**7106円**)
ずわいがに (カナダ又はロシア)



友田セーリング (鳥取県・境港市)

棒肉と肩肉をバランス良くパック



凍 か トクスイコーポレーション (東京都・中央区)
ボイルズワイガニ (ビードロカット)

169 1パック
500g **4980円**(税込**5378円**)
本ずわいがに (ロシア)

ロシア海域で漁獲された本ずわいがにを、ボイルし凍結。食べやすく半殻状態にカットしました。



170 2バック
500g×2 **9248円**(税込**9988円**) 通常税込10756円

かにご飯、酢のものにも!



雄武漁協 (北海道・雄武町)
173 雄武産 毛がにむき身

北海道・雄武沖で漁獲した毛がにを塩のみでボイル後、急速凍結しました。解凍後、酢の物などに。

凍 賞180日 か 150g **1580円**(税込**1706円**)
毛がに (北海道)

かにご飯
研いだお米 (2合) と本品1P、塩少々で炊き込むだけ!

限定 30P

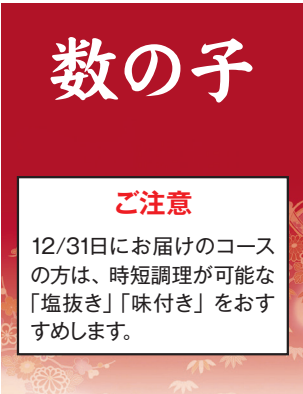
かに・えび・ほたて各4個のセットです



太新 (鳥取県・境港市)
174 海鮮つまれ (かに・えび・ほたて)

3種のつまれ (かに・えび・ほたて)、それぞれの素材の美味しさを閉じ込めたふんわりとした食感のつまれ。

凍 賞180日 え卵 か 米 大小 12個156g **360円**(税込**389円**)
かに (国内産・アメリカ)、えび (タイ)、ほたて (国内産)



ご注意

12/31日にお届けのコースの方は、時短調理が可能な「塩抜き」「味付き」をおすすめします。

磯の風味、歯ごたえの良さは小樽産ならではの
北海道小樽の前浜で漁獲された貴重な包卵ニシンから、丁寧に取り出した数の子です。塩のみで加工しました。

札幌中一 (北海道・札幌市)
175 小樽産 塩数の子 (1本羽)

冷 賞90日 110g **1520円**(税込**1642円**)
にしんの卵 (北海道)



塩抜きしてありますので、解凍後そのまま使用できます

アメリカ、カナダの太平洋沿岸で漁獲されるにしんの成熟卵を無漂白で仕上げました。



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

177 塩抜き数の子 (折子)

凍 賞90日 200g **1650円**(税込**1782円**)
にしんの卵 (アメリカ、カナダ)

味付きでラクラク♪



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
178 味付数の子

アメリカ、カナダの太平洋沿岸で漁獲されたにしんの卵を使用。鰹だしがきいた醤油ベースの味付けです。

凍 賞180日 米 大小 130g **980円**(税込**1058円**)
にしんの卵 (アメリカ、カナダ)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
176 塩数の子 (1本羽)

アメリカ、カナダ産の無漂白塩数の子です。塩抜きして調味してください。

冷 賞120日 140g **1280円**(税込**1382円**)
にしんの卵 (アメリカ、カナダ)



ハーヴィ (東京都・世田谷区)

179 数の子松前漬

北海道産するめいかと日高昆布に、無漂白の数の子を含ませ、醤油、みりん、純米酒を主体に味付けしました。

凍 賞90日 米 大小 100g **570円**(税込**616円**)
数の子 (カナダ、アラスカ)

塩抜きの方法

- ①夕方、3リットルの水に対し、小さじ2杯くらいの食塩を溶かして数の子を入れる。
- ②寝る前に再度同じ要領で水を取り替える。
- ③朝起きて、数の子の味をチェック!

アメリカ、カナダの太平洋沿岸で漁獲されるにしんの成熟卵を無漂白で仕上げました。塩抜きしてどうぞ。



冷 賞120日
千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)
塩数の子 (折子)

180 150g **1280円**(税込**1382円**)
181 250g **1980円**(税込**2138円**)
にしんの卵 (アメリカ、カナダ)

お正月明け用にもご準備を 生協の年明け配送は1月9日~です



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

182 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。

凍 賞30日 180g **380円**(税込**410円**) 通常税込430円
あさり (国内産) 【放】不検出 <3.4 <4.0



塩屋 (茨城県・ひたちなか市)

183 網走湖産 冷凍しじみ (大粒)

北海道網走湖で漁獲した大粒のやまとしじみです。砂抜き後、冷凍してお届けします。

凍 賞30日 150g **449円**(税込**485円**)
やまとしじみ (北海道)



海泉水産 (静岡県・浜松市)

184 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 賞120日 20g×3 **450円**(税込**486円**)
しらす (遠州灘〜伊勢湾)



京都やま六 (京都府・京都市)

185 さわら柚子みそ漬

東シナ海で漁獲した抱卵前の寒さわらを、京都老舗の西京味噌にゆず果汁を加えた床に漬け込みました。

凍 米 大 2切 140g **430円**(税込**464円**) 通常税込484円
さわら (韓国)

京都の漬魚



京都やま六 (京都府・京都市)

186 銀だら西京漬

脂ののった銀だらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。味噌を軽く落として弱火で焼いて下さい。

凍 米 大 2切140g **890円**(税込**961円**)
銀だら (アメリカ)



京都やま六 (京都府・京都市)

187 かけい山椒みそ漬

白身で脂ののったからすかけいを、京都老舗の西京味噌に山椒を加えた床に漬けこみました。

凍 米 大 2切140g **570円**(税込**616円**)
からすかけい (デンマーク、ロシア他)

年末好評の「玉姫」をお正月にも!



播磨海洋牧場 (兵庫県・姫路市)

188 播磨の玉姫 (真がきのむき身)

播磨灘の真がきをむき身にしました。一粒食べるとクリーミーな食感と風味が口いっぱいに広がります。

凍 賞30日以上 140g(6〜9粒) **468円**(税込**505円**) 通常税込518円
真がき (兵庫県)



播磨海洋牧場 (兵庫県・姫路市)

189 天日干しアジ

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

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



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

190 子持ち からふとししゃも

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

凍 賞180日 7〜12尾 150g **298円**(税込**322円**) 通常税込346円
からふとししゃも (ノルウェー、アイスランド、カナダ)



千倉水産加工販売 (千葉県・船橋市)

191 ロシア産紅鮭切身 (中辛) 2切

東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。

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



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

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



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

193 雄武産 秋鮭 (雄宝) 切身 (無塩)

北海道・雄武 (おうむ) 沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。

凍 賞30日 70g×3 **646円**(税込**698円**)
秋鮭 (北海道)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

194 天然寒ぶり切身

九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身 (脂身部分) が厚く、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。

凍 賞30日 約80g×3 **598円**(税込**646円**) 通常税込698円
ぶり (九州近海)



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

195 真だら切身

岩手県宮古とその周辺の浜に水揚げされる鮮魚真だらを切身にし、急速凍結しました。

凍 賞60日 2切 120g **399円**(税込**431円**) 通常税込475円
真だら (岩手県) 【放】不検出 <3.9 <4.9



丸友しまか (岩手県・宮古市)

196 エビホタテミックス

天然むきえびとほたて貝柱をバラ凍結。必要な分だけ取り出せて便利です。

凍 え 200g **480円**(税込**518円**) 通常税込538円
えび (インド)、ほたて (青森県)



トクスイコーポレーション (東京都・中央区)

197 まぐろ丼 (イカ入り)

船上凍結処理された鮮度の良いめばちまぐろに、モチモチとした食感のソデイカを合わせました。

凍 賞15日 米 大小 50g×2 タレ20g×2 **480円**(税込**518円**) 通常税込538円
めばちまぐろ (台湾)、ソデイカ (沖縄県)



マズメ (徳島県・徳島市)

198 氷造り さばの味噌煮

ノルウェー産のさばを信州みそベースのみそ煮にしました。湯煎するだけですぐに食べられます。

凍 賞180日 米 大小 80g(固形量50g)×4袋 **535円**(税込**578円**) 通常税込594円
さば (ノルウェー)



ダイマツ (鳥取県・米子市)

199 氷造り さばの味噌煮

ノルウェー産のさばを信州みそベースのみそ煮にしました。湯煎するだけですぐに食べられます。

凍 賞180日 米 大小 80g(固形量50g)×4袋 **535円**(税込**578円**) 通常税込594円
さば (ノルウェー)

お正月のおもてなしに

神奈川県

おせち料理の箸休めに
カレー炒めは
いかがですか?



199円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

230 丹沢高原豚 小間切 (徳用)

各部位から集めています。火の通りが良いので野菜炒め、カレーなどに。

冷蔵賞4日

500g **920円**(税込**994円**) 通常税込1058円

豚肉 (神奈川県)

鶏 肉

158円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

241 つくば茜鶏 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍

300g **440円**(税込**475円**)

茨城県

牛 肉

表紙に特大坊津黒牛すき焼き用
常陸牛モモすき焼き用
坊津黒牛特選切り落とし
掲載中

畜産加工品

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

256 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シンプルな味に仕上げました。

冷蔵賞7日

100g **390円**(税込**421円**)

豚肉 (国内産)

194円/100g 常総生協オリジナル



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

231 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。

冷蔵賞14日 米大 小 250g **450円**(税込**486円**) 通常税込508円

豚肉 (茨城県)

411円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

233 丹沢高原豚 ヒレ塩こうじ漬

豚ヒレ肉の切身を、自社製の塩こうじに漬けました。

冷蔵賞6日 米 5~7枚200g **760円**(税込**821円**)

豚肉 (神奈川県)

172円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

237 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

250g **398円**(税込**430円**)

茨城県

158円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

242 つくば茜鶏 手羽元

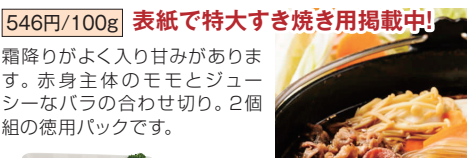
唐揚げやスープ煮に。

凍

300g **440円**(税込**475円**)

茨城県

546円/100g 表紙で特大すき焼き用掲載中!



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の合わせ切り。2個組の徳用パックです。

福永産業 (福岡県・遠賀町)

247 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用

モモ、バラ170g×2 **1720円**(税込**1858円**) 通常税込1933円

鹿児島県

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

251 鎌倉マイルドポーク ウィナー×2

焼き塩を使用しているので塩カド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

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

257 丹沢農場の肉団子 (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。

冷蔵賞24日 米大 240g(9個入) **460円**(税込**497円**)

豚肉 (国内産)

313円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

232 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。

冷蔵賞6日 米 2枚200g **580円**(税込**626円**) 通常税込646円

豚肉 (神奈川県)

243円/100g



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

234 丹沢高原豚 豚こま味噌漬

豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。

冷蔵賞6日 米 200g **450円**(税込**486円**) 通常税込497円

豚肉 (神奈川県)

239円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

239 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

250g **554円**(税込**598円**)

茨城県

168円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

244 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。

凍

250g **389円**(税込**420円**)

茨城県

324円/100g 国産 FRESH MEAT



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

248 丹沢農場の牛豚合挽肉

みずほ牛の牛肉と丹沢高原豚の豚肉を使用した5:5の割合です。

凍賞120日

200g **600円**(税込**648円**)

牛肉 (国内産)、豚肉 (神奈川県)

鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県・横浜市)

253 鎌倉ローズハム スライス×2

ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。

冷蔵賞15日

60g×2 **500円**(税込**540円**)

豚肉 (国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

丹沢農場の素朴なハンバーグ



丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

258 丹沢農場のハンバーグ

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。

凍賞180日 卵乳小 200g(100g×2) **380円**(税込**410円**) 通常税込421円

豚肉 (国内産)

CO-OP MAIL JOSO [2022年12月5日]

生協祭り
の様子

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

Animal Welfare をモットーに
丹沢農場 神奈川県愛川町

いつもご利用ありがとうございます。今年もお世話になりました。当社では今年の4月に社名変更を行い、心身ともに新たな気持ちで製造をおこなっています。引き続き「味」「安全性」にこだわって参ります。来年以降も宜しくお願い致します。

担当：太田

指定農場の豚肉を、発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

丹沢農場の徳用ハム切り落とし

235 1袋 100g **290円**(税込**313円**) 通常税込351円

236 4袋 100g×4 **1150円**(税込**1242円**) 通常税込1404円

豚肉 (国内産)

272円/100g かしわ天にして、そばと一緒に!



野口さん達 (茨城県・桜川市)

240 つくば茜鶏 モモ

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

凍

250g **630円**(税込**680円**) 通常税込697円

茨城県

245円/100g からあげにして!



野口さん達 (茨城県・桜川市)

245 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

250g **568円**(税込**613円**) 通常税込624円

茨城県

307円/100g



福永産業 (福岡県・遠賀町)

249 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍賞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)

250 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 **400円**(税込**432円**)

福岡県、大分県

丹沢農場 (神奈川県・愛川町)

255 丹沢農場の粗挽ウィナー

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。

冷蔵賞7日

120g **320円**(税込**346円**)

豚肉 (国内産)

野口さん達 (茨城県・桜川市)

260 つくば茜鶏 親子丼の素 2袋

つくば茜鶏を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。玉ねぎを加えて煮込み、卵でとじてどうぞ。

凍賞6日 米大 小 130g(鶏肉40g タレ90g)×2 **370円**(税込**400円**)

鶏肉 (茨城県)

縁起
野菜①穴が開いて「先が見通せる」
れんこん

※イメージ

素材の味とムチムチの食感が
大好評!

微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

261 高柳さんのれんこん

歯ざわりが良く、それでいてムチッとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。

400g **420円**(税) **454円**(税込) 通常税込 475円

茨城県

微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)

262 高柳さんのれんこん

掘りたてのれんこんをカットせずにそのままお届けします。芽の方から付け根までの食感の違いなどお楽しみください。

1.2~1.5kg **1090円**(税) **1177円**(税込) 通常税込 1188円

[放] 不検出 <3.4 <3.5

温州みかんの中でもやや大きめで高糖系の品種です。減農薬栽培。

江川農園(神奈川県・小田原市)

江川さんの
大津みかん

265 1kg

380円(税) **410円**(税込)

266 5kg

1800円(税) **1944円**(税込)

神奈川県

年末年始はこたつでみかん



渥美農園(静岡県・浜松市)

渥美さんのみかん

267 約800g(7~13玉)

410円(税) **443円**(税込)

268 2kg

890円(税) **961円**(税込)

静岡県

23 江川さんのキウイは1ページに掲載中です

10ヶ月かけて作られた天然スイーツ



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)

272 干し柿(市田柿)

柿を1/3まで乾燥し糖度を高めました。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。無燻蒸処理。

賞60日 150g(4~7個) **798円**(税) **862円**(税込)

長野県



あゆみの会・白鳥平しいも生産組合(茨城県・鉾田市)

273 干しいも

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

賞60日 150g **646円**(税) **698円**(税込)

さつまいも(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.9

お得な3kg箱はP16の471で掲載



無茶々園(愛媛県・西予市)

269 無茶々園の
温州みかん

甘いだけでなく、甘みと酸味のバランスのとれた濃厚な味わいが特長。農薬0~3回。

1kg **555円**(税) **599円**(税込)

愛媛県

安心の無農薬栽培



松永農園(静岡県・静岡市)

274 松永さんのレモン

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。

400g **430円**(税) **464円**(税込)

静岡県 [放] 不検出 <3.7 <4.1



大紀コープファーム(奈良県・五條市)

277 徳用 ゆず

除草剤は不使用。農薬も慣行栽培の半分以下に抑えています。見た目は少し劣りますが香り等は変わりません。

約500g **345円**(税) **373円**(税込)

奈良県、和歌山県



千葉さん達(北海道)

278 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかったいて見た目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。減農薬栽培。

約100g **250円**(税) **270円**(税込)

北海道



作本さん達(熊本県・熊本市)

279 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) **157円**(税込)

熊本県



大紀コープファーム生産者グループ(高知県)

280 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) **178円**(税込)

高知県

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。



右田さん達(熊本県・芦北町)

ミニトマト

283 約150g

230円(税) **248円**(税込)

284 400g

554円(税) **598円**(税込)

熊本県

食べすぎにも、JOSOトマトで健胃作用

バ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。



藤嶋さん達(熊本県)、又は今村さん達(北海道)

初恋スマートミニトマト

285 約180g

330円(税) **356円**(税込)

286 約400g

590円(税) **637円**(税込)

熊本県、又は北海道



大木さん(茨城県・常総市)

287 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 **398円**(税) **430円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3

縁起
野菜③「細く長く、しあわせに」
ごぼう

たたきごぼう

細く長く地中にしっかり根を張るごぼうは縁起のよい食材とされています。年末の年越しそばの天ぷら、たたきごぼう、サラダなど様々な料理にお使いください。また、縁起がよいだけでなく、食物繊維や栄養価も高いです。



昆布巻きの具材としても♪



茨城県



木村農園(茨城県・つくば市)

264 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g **198円**(税) **214円**(税込)

[放] 不検出 <4.3 <6.9



おきたま興農舎・本田さん達(山形県・高島町)

270 りんご(ふじ)

甘みと酸味のバランスが良く、多汁で香りも高い人気の品種。減農薬栽培。

3玉 **430円**(税) **464円**(税込)

山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8



成田農園・成田さん(青森県・板柳町)

271 りんご(王林)

やや柔らかめな品種ですが、芳醇な香りと甘さは抜群です。減農薬栽培。

3玉 **646円**(税) **698円**(税込)

青森県



赤羽根さん(栃木県・壬生町)

275 赤羽根さんの
キウイフルーツ

ホルモン剤不使用の為、比較的小ぶりですが、キウイ本来の甘さがぎゅっと詰まっています。農薬無散布。

200g(3~4玉入り) **260円**(税) **281円**(税込)

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

食感が良く甘味があります



ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

276 バナナ

小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料不使用のものをお届けします。

450g以上 **369円**(税) **399円**(税込)

ペルーまたはエクアドル



上野さん達(栃木県・上三川町)

281 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) **150円**(税) **162円**(税込)

栃木県

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)

282 もやし

筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷりと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 **59円**(税) **64円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

290 長島さんのレタス

1玉 **250円**(税) **270円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



無農薬

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

291 長島さんの
サニーレタス1玉 **170円**(税) **184円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



藤嶋さん(熊本県・天草市)

292 きゅうり

ハウス栽培にて農業をできるだけ減らして栽培しました。そのまま、またはぬか漬け、三五八漬けなどでどうぞ。減農薬栽培。

3本 **230円**(税) **248円**(税込)

熊本県



井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)

293 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業使用を最小限に。

約100g **276円**(税) **298円**(税込)

埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5



木村農園(茨城県・つくば市)

294 スティック
ブロッコリー

茎はアスパラ感覚で、蕾の部分はブロッコリー同様に食べられます。ボイルしてサラダ風、中華の炒め物等にも。減農薬栽培。

200g **220円**(税) **238円**(税込)

茨城県



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

295 ブロッコリー

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

1個(蕾9cm以上) **276円**(税) **298円**(税込)

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.9

縁起野菜④「新年 芽が出るように」芽キャベツ

西洋では「赤ちゃんはキャベツから生まれてくる」と言い伝えがあるように、キャベツは子宝のシンボルとされています。特に芽キャベツはひとつの株から小さな実がいくつもなります。子宝だけでなく、様々な“芽”が出るように、新年食してみたいいかがでしょうか。



岡安さん達 (愛知県・幸田町)

296 芽キャベツ

約130g **220円**(税 **238円**)

愛知県

縁起野菜⑤「子宝を願う、子孫繁栄」里芋

「根気」や「粘り強さ」を現す里芋。また子芋がたくさん付くことから「子宝を願う、子孫繁栄」という意味合いもあります。P14

529 「春夏秋冬だしの素」1本で美味しい煮物が作れます。



木村農園 (茨城県・つくば市)

297 木村さんの里芋

肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農業無散布。

800g **298円**(税 **322円**) 通常税込 **430円**

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



木村農園 (茨城県・つくば市)

298 木村さんの里芋 (洗い・小)

どうしても出てしまう小玉の里芋を、洗ってお届けします。ほとんど皮がむけているので、そのまま使えます。

300g **115円**(税 **124円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8

縁起野菜⑥紅白でおめでたいさっぱり料理 大根

生の魚介と大根、人参と酢で作ったことから、“なます”の名が付けられました。またお祝いの水引に見立てているともいわれています。**320**の**木村さんの黒田五寸人参**と一緒にどうぞ。

※できるだけ葉付きでお届けします



組合員さんからの **クチコミ**

木村さんの三浦系大根は巨大(大きさでなく)でも皮まで甘く、生で手前みそをつけて食べてもよし、拍子切りにして少し干して煮てもよし、味噌漬けにしてもおでん煮にしても、とにかく最高に美味しかったです。毎日食べても飽きずに食べられます。(つくば市:Kさん)

木村農園 (茨城県・つくば市)

299 木村さんの大根(三浦系)

1本 **199円**(税 **215円**) 通常税込 **227円**

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

カットしてお届けする場合がございます



井上さん (埼玉県・美里町)

300 深谷ネギ (根深白ネギ)

白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農業無散布。

約350g **240円**(税 **259円**)

埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1

お鍋、炒め物にもどうぞ！



上野さん達 (栃木県・上三川町)

301 長ねぎ

地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農業無散布。

500g **250円**(税 **270円**)

栃木県 [放] 不検出 <4.4 <3.8



あゆみの会・関さん達 (茨城県・茨城町)

302 小松菜(少量)

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) **150円**(税 **162円**)

茨城県



微生物農法の会・長島さん達 (茨城県・行方市)

303 長島さんの小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農業無散布。

1束(約200g) **176円**(税 **190円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



浅野さん (茨城県・常総市)

304 浅野さんのほうれん草

秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農業無散布。

約200g **198円**(税 **214円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



木村農園 (茨城県・つくば市)

305 木村さんのターサイ

クセがなく、下茹でせずに使える青菜。サイズが小さい時は2株になる場合もあります。減農薬栽培。

1株 **160円**(税 **173円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.8



木村農園 (茨城県・つくば市)

306 木村さんの春菊

特有の風味、香りで鍋物には欠かせません。和え物にも。減農薬栽培。

1束 **170円**(税 **184円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3



FarmERS BandO青木農・en (茨城県・坂東市)

307 青木さんの野菜セット

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

3品目 **598円**(税 **646円**)

茨城県



木村農園 (茨城県・つくば市)

308 1玉

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

309 カット 1/2カット (700g以上) **150円**(税 **162円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.5



木村農園 (茨城県・つくば市)

310 1玉

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。

311 カット 1/2カット (600g以上) **150円**(税 **162円**)

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.9



福山さん達 (宮崎県・新富町)

312 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g **184円**(税 **199円**) 通常税込 **210円**

宮崎県



木村農園 (茨城県・つくば市)

313 木村さんのかぶ

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

1束(4~5玉) **183円**(税 **198円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2



新村さん達 (鹿児島県・大崎町)

314 かぼちゃ (カット)

エビス主体にお届けします。煮物、ソテー等に。減農薬栽培。

600g前後 **554円**(税 **598円**)

鹿児島県



三須さん達 (千葉県・富里市)

315 1本

煮物、大根おろし等に。農業無散布。

316 カット 1/2本 (500g以上) **150円**(税 **162円**)

千葉県



微生物農法の会・大和田さん (茨城県・行方市)

317 大和田さんのさつまいも

品種は紅はるか又はシルクスweet。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農業無散布。

500g **250円**(税 **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)

318 みつき(安納紅)

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

500g **400円**(税 **432円**)

鹿児島県



浅野さん (茨城県・常総市)

319 浅野さんの人参

風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農業無散布・化学肥料不使用。

500g **200円**(税 **216円**)

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <4.5



木村農園 (茨城県・つくば市)

320 木村さんの黒田五寸人参

収量が少なく作付けする農家が減っている品種です。やわらかくて美味しいと好評です。減農薬栽培。

1kg **250円**(税 **270円**)

茨城県 [放] 不検出 <0.8 <0.8



まごころの里 (北海道・美幌町)

321 じゃがいも (ジャシー)

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

700g **230円**(税 **248円**)

北海道



渡部さん (北海道・上士幌町)

322 1kg

煮物、サラダ、じゃがバター等で。農業無散布。

323 3kg

北海道



上村さん達 (青森県・八戸市)

324 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g **220円**(税 **238円**)

青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0



まごころの里 (北海道・栗山町)

325 1kg

丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。

326 3kg

北海道



きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がると思われる「食物繊維」が多く含まれています。



あゆみの会・水谷さん達 (三重県・尾鷲市)

330 エリンギ

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

100g **261円**(税 **282円**)

三重県



丸金 (長野県・長野市)

327 えのき茸

地元長野県、および近県の間伐材から造ったオガ粉(木の粉)を菌床の原料としています。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。

328 ブラウン えのき茸

200g **208円**(税 **225円**)

200g **218円**(税 **235円**)

長野県 [放] 不検出 <3.4 <2.8

江藤さん (大分県・玖珠町)

331 江藤さんの原木生しいたけ

江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。

100g **322円**(税 **348円**)

大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4



安田さん (福島県・郡山市)

329 安田さんのなめこ

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

70g **115円**(税 **124円**)

福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3



なかのきのこ園・飯泉さん (茨城県・つくば市)

332 A品

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

100g **210円**(税 **227円**)

茨城県、岩手県、山梨県

牛乳・卵 日配品

ご注意
年明けのお届けは1月2回
(1月9日週～)となります。
ストックをお忘れなく!

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



サツラク農協 (北海道・札幌市)

3 サツラク低脂肪牛乳

冷蔵 賞15日 乳

500ml **163円**(税**176円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

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

サツラク農協 (北海道・札幌市)
サツラク低温殺菌牛乳

1 1ℓ 330円(税**356円**)

2 500ml 198円(税**214円**)

生乳 (北海道)



**日持ちします
ぜひストックを!**

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



サツラク農協 (北海道・札幌市)

4 サツラク牛乳

冷蔵 賞15日 乳

1ℓ **276円**(税**298円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

北海道産の生
乳を100%使
用し、乳脂肪分
を2.0%に低減
した成分調整
牛乳。



北海道酪農公社 (北海道・江別市)

**5 おいしさまるやか
(成分調整牛乳)**

冷蔵 賞届いて10日 乳

1ℓ **240円**(税**259円**)
生乳 (北海道)



宇治田農場 (茨城県・石岡市)

6 宇治田さんの平飼い卵

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。

賞7日 卵 6個 **330円**(税**356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7



JAやさと鶏卵部会 (茨城県・石岡市)

7 八郷の卵

全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物(とうもろこし
・大豆等)を鶏に与えています。

賞11日 卵 10個 **288円**(税**311円**) 通常税込**322円**
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



酪王乳業 (福島県・郡山市)
生乳たっぷりのむヨーグルト

340 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

冷蔵 賞19日 乳 180ml×2 **276円**(税**298円**)
生乳 (福島県)



341 5本組

冷蔵 賞19日 乳 180ml×5 **646円**(税**698円**) 通常税込**711円**
[放] 不検出 <3.7 <4.5



茨城乳業 (茨城県・石岡市)

342 タマゴプリン

牛乳・卵は茨城県産のみ使用。家庭作
りと同じく蒸して固めています。凝固
剤、安定剤不使用。

冷蔵 賞14日 卵乳 85g×3 **268円**(税**289円**)
牛乳・卵 (茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

意外と日持ちします♪ 賞味期限をご確認の上、年明け用にもぜひ!

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)

石岡 鈴木牧場ヨーグルト

冷蔵 賞届いて10~11日 乳

334 プレーン 400g 340円(税**367円**) 通常税込**390円**

335 微糖 400g 370円(税**400円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

1個に牛乳約1ℓ分の栄養がギュッ!



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。

鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

**336 石岡 鈴木牧場
フレッシュモッツアレラ**

冷蔵 賞届いて7~11日 乳 100g **498円**(税**538円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

リユース瓶で
お届けします

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。



サツラク農協 (北海道・札幌市)

**338 サツラク酪農家限定ヨーグルト
(プレーン)**

冷蔵 賞18日 乳 500g **288円**(税**311円**)
生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

ピンは再利用しますので必ずご返却下さい



サラダのトッピングにも



鈴木牧場 (茨城県・石岡市)

**337 石岡 鈴木牧場
さけるチーズ(プレーン)**

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。

冷蔵 賞14日以上 乳 30g **181円**(税**195円**)
生乳 (茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1



サツラク農協 (北海道・札幌市)

**339 サツラク酪農家限定ヨーグルト
(加糖)**

11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安
定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖)

冷蔵 賞18日 乳 80g×3 **212円**(税**229円**) 通常税込**240円**
生乳 (北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**343 よつ葉シュレッドチーズ
(増量)2個組**

よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モッツアレ
ラ)100%。セルロース(結着防止剤)不使用。

冷蔵 賞90日 乳 (250g+50g)×2 **1096円**(税**1184円**) 通常税込**1242円**
生乳 (北海道)



よつ葉乳業 (北海道・音更町)

**344 よつ葉北海道十勝スモークチーズ
2個組**

十勝産チェダーチーズ100%を国産桜チップで燻製。子
供でも食べやすいひと口サイズ。※乳化剤使用。

冷蔵 賞180日 乳 45g×2 **396円**(税**428円**) 通常税込**454円**
生乳 (北海道)

木曜コースの一部と金曜コースは、納品の都合上「賞4日」の商品は「賞3日」となります



冷蔵 賞届いて4日 大豆

丸和食品 (東京都・練馬区)

345 ミニもめん豆腐

150g×2 **198円**(税**214円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



使い切り少量パック

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

346 ミニきめ豆腐

150g×2 **198円**(税**214円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



丸和食品 (東京都・練馬区)

347 もめん豆腐

300g **198円**(税**214円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

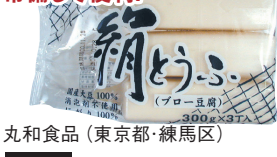


冷蔵 賞届いて4日 大豆

348 きめ豆腐

300g **183円**(税**198円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

常備して便利!



丸和食品 (東京都・練馬区)

349 絹とうふ(充填豆腐)

300g×3 **395円**(税**427円**)
大豆 (青森県、秋田県) [放] 不検出 <3.6 <3.4

豆乳濃度が高く
深い味わい



丸和食品 (東京都・練馬区)

350 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。

冷蔵 賞21日 大豆 220g **264円**(税**285円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1



丸和食品 (東京都・練馬区)

351 焼き豆腐

もめん豆腐の表面をバーナーで焼
き、煮くずしにくくしました。すき焼
き、鍋料理に。

冷蔵 賞届いて4日 大豆 250g **205円**(税**221円**) 通常税込**232円**
大豆 (国内産)



丸和食品 (東京都・練馬区)

352 油揚げ

国産大豆100%の豆腐を生地に使い、
ふっくらと仕上げました。揚げ油は菜種
一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。

冷蔵 賞届いて6日 大豆 3枚 **183円**(税**198円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



丸和食品 (東京都・練馬区)

353 手揚げ油揚げ

国産大豆、にがり使用の生地を一枚
一枚でいねいに手揚げした油揚げ。

冷蔵 賞届いて3日 大豆 2枚 **239円**(税**258円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.7



丸和食品 (東京都・練馬区)

354 きざみ揚げ(冷凍)

国産大豆100%使用。製造段階で出
来てしまった規格外の油揚げを細か
く刻み、冷凍しました。

凍大豆 100g **228円**(税**246円**)
大豆 (国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



丸和食品 (東京都・練馬区)

**355 有機国産大豆
寄せ豆腐**

秋田県産有機大豆と海水にがりのみ
で作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

冷蔵 賞届いて4日 大豆 100g×2 **245円**(税**265円**) 通常税込**280円**
大豆 (秋田県) [放] 不検出 <0.9 <1.0



JAやさと (茨城県・石岡市)

**356 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。

冷蔵 賞7日 大豆 35g×3 **148円**(税**160円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8



JAやさと (茨城県・石岡市)

**357 本味納豆
(タレ・カラシ無)**

茨城県産大豆使用。小粒納豆より少
し大きめの大豆で作りました。タレ、
カラシ無し。

冷蔵 賞7日 大豆 40g×3 **140円**(税**151円**)
大豆 (茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.0



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

**358 生芋あく抜き
こんにやく**

昔ながらの缶蒸し製法で作りあげた
こんにやくです。

冷蔵 賞90日 220g **140円**(税**151円**)
こんにやく芋 (国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.9



鶴田食品千葉 (千葉県・流山市)

**19 生芋あく抜き
しらたき 2個組**

国内産のこんにやく芋で作られた、
歯切れと味のみの良い白滝です。

冷蔵 賞90日 180g×2 **260円**(税**281円**) 通常税込**302円**
こんにやく芋 (国内産)



浜食 (東京都・調布市)

359 洗いもずく

沖縄・伊平屋島産の良質なもずくで
す。塩抜きが必要がなく、そのまま食
べられます。ミネラル補給に。

冷蔵 賞10日 200g **240円**(税**259円**)
もずく (沖縄県)



ニッカンフーズ (大分県・日田市)

**360 たけのこ水煮
(スライス)**

掘りたてのたけのこを素早くボイルし
て、味、香りを残しました。軟らかく
風味が豊かです。

冷蔵 賞180日 300g **475円**(税**513円**)
たけのこ (国内産)

冷凍食品

煮物やスープに
調理例

イズックス（東京都・中央区）

361 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。

凍 500g **384円**(税**415円**) 通常税込**428円**
かぼちゃ（北海道）

特



日本生活協同組合連合会

362 アボカドスライス

皮むき、種取したアボカドをスライスにしました。凍ったまま皿に広げ室温で解凍して。(20℃で約30～40分)

凍 150g **328円**(税**354円**)
アボカド（ペルー）

イズックス（東京都・中央区）

363 冷凍 北海道産 いんげん

北海道中札内村産いんげんを旬の時期に収穫して加工。凍ったまま炒めるか茹でてお召上がりください。

凍 200g **287円**(税**310円**)
いんげん（北海道）枝豆より小ぶりで香りが高く
甘味強いのが特徴です

高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

364 冷凍ちや豆

蒸したてを急速凍結し、甘さを最大限に引き立てました。冷蔵庫内で解凍後そのままお召上がりください。

凍 180日 大 200g **368円**(税**397円**)
ちや豆（国内産） [放] 不検出 <3.8 <3.5

日岡商事（兵庫県・加古川市）

365 さつまいもペースト

さつまいも（鳴門金時）を蒸して裏ごししてあります。手作りお菓子、料理等の素材として。

凍 400g **634円**(税**685円**)
さつまいも（国内産）

手づくり伊達巻・お吸い物にどうぞ



高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

366 ソフトはんぺん

発泡剤・増粘多糖類不使用。一般的な茹で上げではなく蒸し釜で加熱して、弾力ある軟らかさに仕上げました。

凍 180日 卵米 4枚200g **404円**(税**436円**)
すけそうだら（北海道）

高級感のある料理素材として幅広く使えます



高橋徳治商店（宮城県・東松島市）

367 えびしんじょすり身

天然えびを80%近く使用。揚げ物、吸い物、餃子、春巻き等に。

凍 180日 え卵米 150g **447円**(税**483円**)
えび（インドネシア）

井や麺に



日本生活協同組合連合会

368 とろろ芋(大和芋入り)

国産の長芋と大和芋を7対3で配合した1袋40gの使い切りサイズ。解凍してそのまま、蕎麦やうどんに。

凍 40g×4袋 **314円**(税**339円**)
長芋・大和芋（国内産）

オードブル・おつまみに便利!



マストミ（徳島県・徳島市）

369 とり南蛮

唐揚げを甘酢に漬けました。一口サイズでお弁当に便利。トースター、レンジで温めて。

凍 卵米 大小 200g **431円**(税**465円**)
鶏肉（徳島県）

天然のエビ使用、自然なプリプリ感♪



マストミ（徳島県・徳島市）

370 天然えびのチリソース

凍 90日 え卵米 大小 150g **505円**(税**545円**) 通常税込**590円**
えび（インドネシア、ミャンマー）

凍ったまま油に入れガラッと揚げて



日岡商事（兵庫県・加古川市）

371 ナチュラルカットポテト

北海道産のじゃがいもを皮付きのままカットしました。

凍 300g **343円**(税**370円**) 通常税込**382円**甘辛い濃いめのタレと
若鶏肉の相性が抜群♪

秋川牧園（山口県・山口市）

5種 10本

天然エビの旨味どぶりとした
食感が楽しめます

マストミ（徳島県・徳島市）

372 ひとくちエビフライ

衣は国産小麦・卵を使用。レンジかトースターで。

凍 90日 え卵米 小 100g **472円**(税**510円**) 通常税込**555円**
エビ（インドネシア・ミャンマー）、小麦（国内産）

特



秋川牧園（山口県・山口市）

373 チキンカツ(和風醤油)

若鶏むね肉に下味をつけ、にんにく・生姜・醤油が香る和風のチキンカツ。フライパンでカラッと焼き上げて。

凍 卵米 大小 200g **451円**(税**487円**)
鶏肉（国内産）

柔らかく優しい味 炒めた野菜と絡めても



ニッコー（神奈川県・大和市）

374 大きな豆腐肉団子

凍 卵米 大小 340g **498円**(税**538円**)
鶏肉（国内産）

マストミ（徳島県・徳島市）

375 まぐろ団子甘酢ソース

米糞豊富なまぐろを団子にし自家製ソースを絡めました。ソースは栽培法まで吟味したこだわり原料。湯煎で。

凍 90日 卵米 大小 280g(4個×2) **461円**(税**498円**)
まぐろ（台湾、国内産）

376 やきとり5種盛り合わせ

秋川牧園の若鶏使用。もも串3本・つくね串2本・鶏肝串2本・皮串1本・砂肝串2本のセット。湯煎かレンジで。

凍 卵米 大小 275g(10本入) **1052円**(税**1136円**) 通常税込**1166円**
鶏肉（山口県、他）

377 飛鳥の黒豚シューマイ

豚肉たっぷりのシューマイです。ジュシーで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。

凍 120日 大小 12個180g **414円**(税**447円**)
豚肉（国内産）

冷めても美味じい

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。

飛鳥食品（東京都・江戸川区）

378 飛鳥の彩りシューマイ

凍 120日 大小 12個180g **347円**(税**375円**) 通常税込**405円**
豚肉（国内産）

379 飛鳥のえびシューマイ

国産たらのすり身と天然えび、玉ねぎの味わいを生かし、ふくらら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。

凍 120日 え米 小 12個180g **434円**(税**469円**)
すけとうだら（北海道）、えび（ベトナム）お弁当にぴったりの
小さめサイズ

380 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 乳米 大小 12個180g **446円**(税**482円**)
帆立（青森県）モチモチで美味しいと
好評です!

381 飛鳥の黒豚水餃子

国産小麦粉を使用した厚めの皮で包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。

凍 120日 え米 大小 15個250g **508円**(税**549円**)
豚肉（国内産）

飛鳥食品（東京都・江戸川区）3個入

382 飛鳥の黒豚肉まん

国産豚肉を使用した具を国産小麦使用の皮で包みました。是非蒸してお召し上がりください。

凍 120日 大小 3個270g **466円**(税**503円**)
豚肉（国内産）自家製のねぎ油で味にコクを
出しました

383 飛鳥の野菜まん

国産小麦使用の皮で国産のチンゲン菜、人参、きくらげ、椎茸、春雨で作った具を手作りで成形し包みました。

凍 120日 小 4個240g **405円**(税**437円**) 通常税込**477円**
チンゲン菜（国内産）

飛鳥食品（東京都・江戸川区）3個入

384 飛鳥のカレーまん

手でほぐした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み国産小麦の皮で包みました。蒸すかレンジで温めて。

凍 120日 乳米 大小 3個270g **426円**(税**460円**) 通常税込**491円**
小麦（国内産）

飛鳥食品（東京都・江戸川区）4個入

385 飛鳥のあんまん

ごまの風味がしっかりと利いた甘さ控えめの餡を、国産小麦の生地で包みました。蒸してお召し上がりください。

凍 120日 小 4個240g **423円**(税**457円**)
小麦（国内産）一つひとつ丁寧に手作りで
作っています

飛鳥食品（東京都・江戸川区）15個入

386 飛鳥の海鮮水餃子

豚肉にえび・帆立・干し貝柱を具にたっぷり加え国産小麦粉にほうれん草パウダーを混ぜた皮で包みました。

凍 120日 え卵米 大小 15個250g **508円**(税**549円**)
小麦（国内産）、えび（ベトナム）

大進食品（神奈川県・横浜市）

387 ヨコハマの餃子

国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した無添加の餃子。焼いて。

凍 大小 18g×25 **558円**(税**603円**) 通常税込**613円**
豚肉（国内産） [放] 不検出 <3.3 <4.0

388 中華丼の具(塩)

新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。

凍 180日 え米 大小 180g×2 **544円**(税**588円**)
米（国内産）

389 香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン

豚肉・玉葱・人参・葱・玉子など具材を直火で香ばしく炒めた本格的な炒飯。フライパンかレンジで温めて。

凍 卵米 大小 230g×2 **403円**(税**435円**)
米（国内産）

390 ママ国産野菜の春巻

キャベツ、玉ねぎ、にんじん、竹の子、にら等の国産野菜をたくさん使用したヘルシーな春巻。

凍 大小 10本500g **572円**(税**618円**)
キャベツ・玉葱・小麦（国内産）

391 パリッと本格春巻(国産きくらげ入)

きくらげなど国内産原料にこだわった中華あん到手作りの皮で巻き方を工夫。パリッとした食感が楽しめます。

凍 大小 5本200g **375円**(税**405円**) 通常税込**422円**
きくらげ・豚肉・小麦（国内産） [放] 不検出 <3.4 <3.9

年末年始で疲れた胃を労わるためにも
1月7日は七草粥で
無病息災を祈って

七草と由縁

たっぴりのかつお節でだしを取り、七草を加え米粒がくずれないように仕上げました。内袋のまま約10分湯煎してお召し上がり下さい。

日岡商事（兵庫県・加古川市）

392 七草粥

凍米大 300g **500円** (税込 **540円**)

なすな：なでて汚れを取り除く
せり：せり（せり）勝つ
はこべら：繁栄がはびこる
ほとけのざ：仏の母座
すずしろ：神を呼ぶための鈴
すずしろ：神を呼ぶための鈴

身体の芯から温めてくれる一品

カラミノラーズ（東京都・新宿区）

399 食べるサムゲタン風スープ

韓国の薬膳料理サムゲタンをアレンジしたスープ。ほぐした鶏肉にもち米を加えました。湯煎して。

凍米 300g×2 **672円** (税込 **726円**) 通常税込 **766円**

鶏肉（国内産）

食品調味料

年越しには麺類
「細く長く」、
げんをかついで

辛さど旨みが絶妙

カラミノラーズ（東京都・新宿区）

400 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 250g×2 **709円** (税込 **766円**)

米・牛肉（国内産）

凍卵乳小 4個320g **459円** (税込 **496円**)

小麦（国内産）

塩味が全体の風味を引き立てます

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

402 芽吹き屋 黒豆塩大福 2個組

岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍米大 4個220g×2 **800円** (税込 **864円**)

黒豆（岩手県）

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

403 芽吹き屋 みたらしだんご

国産米を原料とした上新粉生地にみたらしたれをかけたお団子です。

凍米大 210g(3本入) **319円** (税込 **345円**)

米（国内産）

そば湯もお楽しみいただけます

北館製麺（岩手県・八幡平市）

404 季節限定 新そば

今秋に収穫したそばを石臼で丁寧に挽いて小麦粉と練り上げました。

凍米小 200g×2 **795円** (税込 **859円**)

そば（国内産） [放] 不検出<10.0<10.0

そば関連コーナー

かつおだしと熟成させたかえしの味わいを楽しめる本格派のつゆ。ざるそば、ざるうどんのストレートつゆです

おびなた（長野県・長野市）

406 そばつゆ(ストレート)

米大 400ml **330円** (税込 **356円**) 通常税込 **378円**

お湯かけ麺 わかめそば 3袋

かつおと昆布だしを効かせ、甘さ控えめの味わい。

72.5g×3 **540円** (税込 **582円**) 通常税込 **633円**

創健社（神奈川県・横浜市）

408 お湯かけ麺 鳥南はん味そば 3袋

独自の製法でコシを出した香り豊かなそばです。特製つゆは鶏の旨みにゆずをほのかに効かせました。

71g×3 **585円** (税込 **633円**)

うどん関連コーナー

埼玉県産の小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるりとした喉越しのうどんにしました。

三上製麺（埼玉県・所沢市）

638 もっちりつるっこ おいしいうどん

小 300g×2 **480円** (税込 **518円**)

小麦（埼玉県、他） [放] 137Cs=5.1

2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただしの素。

笛木醤油（埼玉県・川島町）

529 金笛 春夏秋冬 だしの素

大 1g **998円** (税込 **1078円**)

大豆（国内産、アメリカ、カナダ）

お餅は
2ページをご覧ください

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。

チョーコー醤油（長崎県・長崎市）

530 白だし

米大 400ml **450円** (税込 **486円**)

大豆・小麦（アメリカ、カナダ）

次回から値上げ

北海道産あずきを使用、砂糖のみを加えた自然な味です。

川光商事（東京都・中央区）

413 ねりあん

260g **285円** (税込 **308円**)

水揚げした桜えびをそのまま天日干ししたもの。かき揚げ、お好み焼き等に。開封後は冷蔵庫で保管して。

友和丸（静岡県・静岡市）

410 15g

411 25g

桜えび（駿河湾）

590円(税込637円) 通常税込648円

980円(税込1058円) 通常税込1080円

[放] 不検出<3.8<3.8

リニューアル

カラスと揚がります! チャック付

岐阜県産の小麦粉に、北海道産馬鈴薯でん粉、膨張剤には内モンゴル産の重曹を使用。

桜井食品（岐阜県・美濃加茂市）

412 天ぷら粉

小 400g **370円** (税込 **400円**) 通常税込 **416円**

1月2回から値上げ

アルゼンチンの大草原の中のいろいろな花から採れたはちみつです。

純粋 はちみつ

藤井養蜂場（福岡県・朝倉市）

555 アルゼンチン産 はちみつ

1kg **1650円** (税込 **1782円**)

はちみつ（アルゼンチン）

リアス（千葉県・船橋市）

415 松前漬 (原料・タレ付)

北海道産昆布と刻んだ真イカするめが半々で入っています。

40g +タレ120ml **550円** (税込 **594円**)

昆布（北海道）

リアス（千葉県・船橋市）

416 手造り佃煮の素

ボールに乾燥具材とタレを入れ、よく和えてから鰯節を加え混ぜてください。

60g+タレ50ml **520円** (税込 **562円**)

いわし（国内産）

甘さ控えめ ポリウムたっぷり レンジが自然解凍で

ハマセイ（愛知県・春日井市）

393 大判焼き 小倉

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

凍米小 85g×5個 **468円** (税込 **505円**)

小麦粉（北海道、九州）

コクのあるカスタード レンジで温めて

ニッコー（神奈川県・大和市）

394 大判焼き(カスタード)

牛乳・卵黄をたっぷり使ったカスタードクリームを蜂蜜入りのしっとりした国産小麦粉使用の皮で包みました。

凍卵乳小 4個320g **459円** (税込 **496円**)

小麦（国内産）

和テイストなアイスも人気!

KUBOTAのアイス

南国生佐

香り立つ パナラビーンズを使用した無添加アイスです

久保田食品（高知県・南国市）

395 夢中熱中 バニラとおずきの最中

北海道十勝産小豆を使い手間をかけ炊き上げた自家製粒あん素材のおいしさが際立つバニラアイスの最中。

凍卵乳小 110ml **120円** (税込 **130円**)

生乳・小豆（北海道）

底にある、どろ〜り黒蜜ときなごが相性抜群

久保田食品（高知県・南国市）

397 黒蜜きなこ アイスcream

国内産黒豆のきなこを使用。自家製黒蜜の落ち着いた甘味と芳醇なきなこの香りがベストマッチした美味しさ。

凍卵乳大 100ml **220円** (税込 **238円**)

生乳・黒大豆（国内産）

抹茶

久保田食品（高知県・南国市）

396 抹茶アイスクリーム

上質の抹茶を使用し、コクのある濃厚な味わいに仕上げました。厳選抹茶の香りと味わいを楽しんで。

凍卵乳 110ml **190円** (税込 **205円**)

生乳（北海道）・茶（京都）

久保田食品（高知県・南国市）

398 ほうじ茶 アイスクリーム

ほうじ茶ならではの香ばしさと、さっぱりとした後味が特徴です。厳選した高品質の茶葉を使用。

凍卵乳 100ml **220円** (税込 **238円**)

生乳・ほうじ茶（国内産）

凍ったまま半分に割って使えます

シマダヤ（東京都・渋谷区）

401 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%

凍小 200g×5食 **408円** (税込 **441円**)

小麦（国内産）

塩味が全体の風味を引き立てます

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

402 芽吹き屋 黒豆塩大福 2個組

岩手産「平黒大豆」を国産もち米の生地粒のまま練り込み、すっきりした甘さの粒あんを包みました。

凍米大 4個220g×2 **800円** (税込 **864円**)

黒豆（岩手県）

岩手阿部製粉（岩手県・花巻市）

403 芽吹き屋 みたらしだんご

国産米を原料とした上新粉生地にみたらしたれをかけたお団子です。

凍米大 210g(3本入) **319円** (税込 **345円**)

米（国内産）

リアス（千葉県・船橋市）

415 松前漬 (原料・タレ付)

北海道産昆布と刻んだ真イカするめが半々で入っています。

40g +タレ120ml **550円** (税込 **594円**)

昆布（北海道）

リアス（千葉県・船橋市）

416 手造り佃煮の素

ボールに乾燥具材とタレを入れ、よく和えてから鰯節を加え混ぜてください。

60g+タレ50ml **520円** (税込 **562円**)

いわし（国内産）

アサヒグループ食品（東京都・墨田区）

417 化学調味料無添加 いろいろみそ汁セット

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

8袋 **1200円** (税込 **1296円**)

大紀コープファーム（奈良県・五條市）

418 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。

120g **420円** (税込 **454円**)

梅（奈良県、和歌山県、三重県）

田楽きりたんぼも美味!

斎藤昭一商店（秋田県・秋田市）

419 きりたんぼ (比内地鶏スープ付)

米どころ秋田のあきたこまちで作りました。きりたんぼ鍋に。化学調味料を使用しない比内地鶏スープ付。

65g×5本 スー7200g **980円** (税込 **1058円**) 通常税込 **1188円**

米（秋田県） [放] 不検出<3.7<3.9

斎藤昭一商店（秋田県・秋田市）

420 きりたんぼ

米どころ秋田県のあきたこまちで作ったきりたんぼ。きりたんぼ鍋に。

65g×5本 **648円** (税込 **700円**) 通常税込 **734円**

米（秋田県） [放] 不検出<3.7<3.9

パン



自家製酵母パン Le・Lourdes

※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)

バンド・ミ(食パン) 1斤

421 6枚

422 8枚

423 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292円)

270円(税292円)

260円(税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

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります



【放】不検出 <3.9 <3.8

※届いて1〜2日 小

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

バンド・ミ(レーズン食パン) 1斤

424 8枚

425 ノースライス

425 ノースライス

415円(税448円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)



原材料：小麦粉 (北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩

【放】不検出 <4.0 <4.7

(レ・ルルド)

Le・Lourdes

(神奈川県・中井町)

生協祭り様子

2022年もあと僅かになりました。1年を通して格別のご愛顧を賜りありがとうございました。新しい年も美味しいパンをお届けできるよう心がけてまいります。

玉山さん夫妻

(レ・ルルド)

Le・Lourdes

(神奈川県・中井町)

バンド・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324円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県)

(レ・ルルド)

Le・Lourdes

(神奈川県・中井町)

バンド・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

3個 300円(税324円)

小麦 (北海道、神奈川県、茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.9

(レ・ルルド)

Le・Lourdes

(神奈川県・中井町)

チーズカンパーニュ

原材料：小麦粉 (北海道、神奈川県、茨城県)、ナチュラルチーズ (北海道)、自家製天然酵母、塩

※届いて1〜2日 乳小

1個 535円(税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**

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

※届いて2日 乳小

429 半斤3枚

430 1斤6枚

140円(税151円)

270円(税292円)

431 1斤8枚

432 ノースライス

270円(税292円)

265円(税286円)

小麦 (アメリカ、他)

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)

生協祭り様子

いばらきベーグル

(茨城県・常総市)

茨城ベーグル

今年も1年間ありがとうございました。来年も美味しいベーグルをお届け出来るよう一生懸命作ります。

中村さん夫妻

いばらきベーグル (茨城県・常総市) 1個入

433 焼き芋ベーグル

茨城産のさつまいもをオープンでじっくりと焼き上げ、生地にたっぷり混ぜ合わせました。

凍 30日 乳小

1個 220円(税238円) 通常税込 248円

小麦 (北海道)、さつまいも (茨城県)

地元のお店

いばらきベーグル

(茨城県・常総市)

ナチュラルチーズをかけて焼き上げました

434 チーズベーグル

原材料：小麦粉 (北海道)、玄米粉 (茨城県)、ナチュラルチーズ、粗製糖、天日塩、天然酵母、(原材料の一部に乳を含む)

凍 30日 乳小

1個 220円(税238円) 通常税込 248円

小麦 (北海道)、ナチュラルチーズ (国内産)

いばらきベーグル

(茨城県・常総市)

435 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 乳小

1個 167円(税180円)

小麦 (北海道)、玄米粉 (茨城県)

いばらきベーグル

(茨城県・常総市)

436 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 乳小

1個 194円(税210円)

小麦 (北海道)、玄米粉 (茨城県)

いばらきベーグル

(茨城県・常総市)

437 クーベルチュールチョコベーグル

ココア生地、風味豊かなクーベルチュールチョコを混ぜ合わせました。

凍 30日 乳小

1個 221円(税239円)

小麦 (北海道)、チョコ (国内産)

菓子

ノースカラース (北海道・札幌市)

438 純国産 ポテトチップス うす塩

原材料：じゃがいも (国産・遺伝子組み換えでない)、こめ油 (米 (国産))、食塩 (北海道製造)

賞 120日 米

55g 180円(税194円)

じゃがいも (国内産)

ノースカラース (北海道・札幌市)

439 純国産 芋けんぴ

原材料：さつまいも (九州産)、米油 (米 (国産))、てん菜糖 (てん菜 (北海道産・遺伝子組み換えでない))

賞 120日 米

125g 230円(税248円)

さつまいも (九州)

ノースカラース (北海道・札幌市)

440 純国産 北海道かりんとう

3度揚げをしたかりんとうで丹念に揚げることによってサクサクの歯ざわりのよい食感に仕上げております。

賞 90日 乳小

100g 230円(税248円)

小麦粉 (国内産)

ノースカラース (北海道・札幌市)

441 純国産 きなこねじり

北海道産大豆のきなこを水あめで練り上げ、オホーツク海の塩で味付けしました。

賞 150日 米大

110g 295円(税319円)

きな粉 (北海道)

しらたかノラの会 (山形県・白鷹町)

442 3色煎り豆

原材料：大豆、青大豆 (秘伝)、黒大豆

賞 60日 大

75g 298円(税322円)

大豆 (山形県)

植物性の素材だけを使ったプレーンなクッキー

キング製菓 (愛知県・小牧市)

443 うの花クッキー 2袋

おからと豆乳を練り込み焼き上げました。

賞 180日 米大 80g×2 400円(税432円) 通常税込 476円

小麦 (国内産) 【放】不検出 <3.7 <4.4

食物繊維が約40%含まれるクッキー

キング製菓 (愛知県・小牧市)

444 ブランクッキー 2袋

てんさい糖でのシンプルな味付けのため噛むほどに素材の味を楽しめます。

賞 180日 米小 80g×2 420円(税454円) 通常税込 496円

小麦 (国内産)

食べやすい小袋タイプです

サンコー (愛知県・豊橋市)

445 アーモンドじゃこ 2個組

カルシウム豊富なじゃことアーモンドをミックスしました。

賞 120日 (7g×5)×2 396円(税428円) 通常税込 454円

片口いわし (日本近海) 【放】不検出 <0.7 <0.8

カカオ分35%の本格ミルクチョコレート

※イメージ

東京フード (茨城県・つくば市)

446 クーベルチュールオーレチョコレート

原材料：砂糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス、乳化剤、香料

賞 400g 1150円(税1242円) 通常税込 1354円

カカオ (西アフリカ、他)

サンコー (愛知県・豊橋市)

447 芋グラッセ

九州産のさつまいも(紅はるか)を使用。しっとり、サクサクとした食感です。

賞 120日 50g 260円(税281円)

さつまいも (九州)

サンコー (愛知県・豊橋市)

448 そば粉のかりんとう

国産の小麦粉、そば粉を使用。そば粉の風味を感じられる、ポリポリとした食感のよいかりんとうです。

賞 90日 米小 80g 195円(税211円)

小麦、そば (国内産) 【放】不検出 <0.9 <0.8

サンコー (愛知県・豊橋市)

449 小倉ようかん

北海道産の小豆とてん菜糖を使用した羊羹です。食べやすい小さめの袋に入れたタイプです。

賞 1個58g 135円(税146円)

小豆 (北海道)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

450 干柿スライス

大紀コープのたねなし柿(刀根柿、平核無柿)の皮を剥き1cmスライスし干し上げました。無燻蒸仕上げ。原材料：柿

賞 90日 40g 290円(税313円)

柿 (奈良県、和歌山県)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

451 あんぽ柿

減農薬、無化学肥料栽培のひらたねなし柿を、硫黄薫蒸をせず、保存料・添加物を使わずに加工した干し柿。

賞 14日 4〜5玉 約200g 598円(税646円) 通常税込 670円

柿 (奈良県、和歌山県)

大紀コープファーム (奈良県・五條市)

452 ゆず巻き柿

干し柿で、無農薬栽培のゆずを巻きました。柿の甘さとゆずの香りがよく合った一品です。原材料：柿、ゆず、砂糖

賞 30日 190g 650円(税702円) 通常税込 734円

柿・ゆず (奈良県、和歌山県)

飲料

童仙房茶舗 (京都府・南山城村)

453 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。

賞 100g 800円(税864円)

緑茶 (京都府)

童仙房茶舗 (京都府・南山城村)

454 童仙房茶舗 宇治有機ほろうじ茶

有機栽培一番茶の刈り残しを遠赤外線でお茶に仕上げました。

賞 120g 550円(税594円)

緑茶 (京都府)

常陸屋本舗 (東京都・江東区)

727 六条麦茶 ティーパック

国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎り上げた、まろやかな味の麦茶。

賞 10g×34 250円(税270円)

大麦 (国内産)

ランカスター (千葉県・千葉市)

733 セイロン紅茶 (ティーバッグ)

品質を追求し、徹底的に無駄を省いた紅茶。組合員の利用によりこの価格が維持されています。

賞 2g×50 430円(税464円)

紅茶 (スリランカ)

ランカスター (千葉県・千葉市)

455 アップルティー (ティーバッグ)

セイロン紅茶に爽やかなりんごの香りをつけました。ストレートでどうぞ。濃い目にだしてアイスティーにも。

賞 2g×20 480円(税518円)

紅茶 (インド)

※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

果糖ブドウ糖液糖を使用しません

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。

