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
つくる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

2023年2月3回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	2/6	7	8	9	10
定番品のお届け	2/13	14	15	16	17
特別企画品のお届け	2/20	21	22	23	24

今こそ生産者を応援しよう!

地産地消で支えるこだわり 養鶏「つくば茜鶏」

フランス生まれのレッドブロー種。現在は、野口さん・他2組(直営農場と2か所の契約農場)の生産者で育てている銘柄鶏です。一般のブロイラーが「50日前後」のところ、つくば茜鶏は「70日前後」。年々養鶏農家が減少している中、少数精鋭だからこそ出来る養鶏、生産者のつくば茜鶏に対しての取り組む姿勢がとても貴重です。みんなで応援していきましょう。

※3月1回から飼料費·物流費の高騰の為、全品値上げになります。詳しくは同時折り込みの「NewsLetter」もご覧ください。

豆知識 **命名由来**

茜鶏の生産地、地元の筑波山は1日に「4つの色」に表情を変えると言われています。農場から見える筑波山は、夕方になると山肌が「茜色」になる事からこの地で育てる鶏は「つくば茜鶏」と命名されたようです。

茜鶏の生産者の野口です。いつも格別のご厚情を賜り、厚く御礼を申し上げます。昨年からの為替変動も大きく影響し、飼料を始めとする様々な資材が高騰しております。大変心苦しいのですが3月から価格の見直しをさせて頂きます。更に良い品質を目指し、皆様にご満足頂ける商品をお届けするよう心がける所存です。今後もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

旬の根菜と一緒に

P3 高柳さんのれんこんと一緒に

鶏ムネ肉の黒酢あんかけ

特

156円/100g

ふるさと便

野口さん達（茨城県·桜川市）

8 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 360円（税込389円）通常税込430円

茨城県

特

2～3人分×2袋

大麦黒酢とりんご果汁をブレンドしたさっぱりまろやかな甘みのたれ。1袋2～3人前。

ポールスター（東京都·東村山市）

9 鶏と根菜の黒酢あんかけたれ

賞180日 米 大 小

100g×2袋 210円（税込227円）通常税込248円

水あめ（国内産）

冷凍鶏肉の上手な解凍方法は?

ここがPOINT! **低温だからドリップも出にくい、「氷水」での解凍がおすすめです**

鶏肉が丸ごと入る大きさのボウルに氷水を張り、袋のまま鶏肉が完全に氷水に浸かる状態にします。250gの鶏肉なら約25～30分で解凍できます。

P14のヤンニョムジャンを使って
ヤンニョムチキンに

特

143円/100g

ふるさと便

野口さん達（茨城県·桜川市）

10 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 398円（税込430円）通常税込475円

茨城県

P14の常総福来ぽん酢で
さっぱりぽん酢煮に

特

143円/100g

ふるさと便

野口さん達（茨城県·桜川市）

11 つくば茜鶏 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍

300g 398円（税込430円）通常税込475円

茨城県

お正月企画だけではもったいない!

使いやすさ抜群の茜鶏の雑煮用！戸棚に眠っているお餅と一緒に。

229円/100g

保存に便利なジップ付の袋です

特

ふるさと便

限定327点

野口さん達（茨城県·桜川市）

12 つくば茜鶏 雑煮用

茜鶏のモモ肉を使って、雑煮用にちょうどいい大きさにカットしました。

凍

300g 635円（税込686円）通常税込697円

茨城県

特

ふるさと便

江藤さん（大分県·玖珠町）

13 江藤さんの干ししいたけ

自分の山から切り出した原木に植菌し栽培したしいたけを乾燥させました。

50g 510円（税込551円）通常税込572円

しいたけ（大分県）

常総生協組合員の定番料理

「食菜酢」と「鶏肉」を煮詰めるだけ!

鶏肉のさわやか煮

258円/100g

特

ふるさと便

野口さん達（茨城県·桜川市）

14 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 598円（税込646円）通常税込697円

茨城県

特

ふるさと便

藤井養蜂場（福岡県·朝倉市）

食菜酢

522 1本 前日OK!

360mℓ 485円（税込524円）通常税込535円

15 2本組

360mℓ×2 960円（税込1036円）通常税込1070円

米（国内産）

鶏料理の定番メニュー

みんな大好きからあげ

特

ふるさと便 凍

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

野口さん達（茨城県·桜川市）

つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

16 1パック 238円/100g

250g 550円（税込594円）通常税込624円

17 2パック 233円/100g

250g×2 1080円（税込1166円）通常税込1248円

茨城県

特

ふるさと便

ポーソー油脂（千葉県·船橋市）

米油 米

18 中

910g 760円（税込821円）通常税込842円

19 大

1350g 890円（税込961円）通常税込994円

米糠（国内産）

1日1個で医者いらず

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。

特

おきたま興農舎·本田さん達（山形県·高畠町）

20 りんご(ふじ)

3玉 410円（税込443円）通常税込464円

山形県 [放] 不検出 <3.4 <4.8

P15のおでんの具材として

特

ふるさと便

丹沢農場（神奈川県·愛川町）

21 丹沢農場の生ウインナー

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

凍 賞180日 6本120g 380円（税込410円）通常税込443円

豚肉（国内産）

甘酒作りにも! 味噌づくりにはオトクな1kgがおすすめ (16ページ掲載)

茨城産コシヒカリ100%。使いきりサイズの300g。塩こうじ作りや甘酒作りに。

特

やまこみそ（茨城県·守谷市）

22 米こうじ 300g

冷 賞届いて15日前後 米

300g 380円（税込410円）通常税込430円

米（茨城県） [放] 不検出 <3.8 <4.0

花粉症対策に

カップで手軽に飲めて、じゃばらの風味ですっきりおいしい甜茶。花粉症対策にも。

特

ふるさと便

小川生薬（徳島県·東みよし町）

23 じゃばら入り甜茶

28g(2g×14袋) 460円（税込497円）通常税込540円

甜茶（中国）、じゃばら（国内産）

じゃばらとは?
和歌山県の柑橘類。花粉症に効果があるとされる成分「ナリルチン」が入っているのが特徴です。

【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

濃厚な甘み 柑橘の強烈な香り

シーズン初

日本最南端の産地、屋久島から農薬無散布の稀少なタンカンをお届けします。

特

What's タンカン

味わいはオレンジに近く、柑橘の中では"指折りの高糖度"を誇ります。鹿児島・屋久島では比較的ポピュラーな果実ですが、全国的には流通量が少ない品種です。

無農薬

甘さ ★★★
酸味 ★
香り ★★★

皮がむきやすく果肉はやわらかで多汁。甘みが強くて、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。農薬無散布。

岩川さん達（鹿児島県･屋久島町）

24 屋久島タンカン

約550g 540円(税込583円) 通常税込624円

鹿児島県

産地からSOS！ 訳ありにつきお買い得

外皮に少しスレキズ・黒点があります

イメージ

小林さん（長野県･中野市）

25 長野･小林さんのサンふじ(はねだし)

着色不良、小玉、果皮のこすれ、さび等があるリンゴ。規格無選別。減農薬栽培。

3玉 398円(税込430円)

長野県

外皮にスレキズがあります

見た目は悪いですが、皮を剥けば通常のものと変わらない美味しいはっさくです。

はっさく生産者のみなさん

大紀コープファーム（奈良県･五條市）

26 わけありはっさく(はねだし)

若干のキズや模様が表面に付きましたが味は問題ないものを大小込みの徳用規格でお届けします。減農薬栽培。

3kg箱入 647円(税込699円)

奈良県

今年は大玉がたくさんあります！

今年は生育が順調で大玉がたくさんできました。大玉といっても味のりが良くとても甘いです！

生産者の江川さん

シロップ漬けにも

江川農園（神奈川県･小田原市）

27 江川さんの青島みかん(大玉)

通常よりも大きめサイズです。大きいですが味のりは良いです。減農薬栽培。

5kg 1080円(税込1166円)

神奈川県

無農薬

江川農園（神奈川県･小田原市）

28 江川さんのキウイフルーツ

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 461円(税込498円)

神奈川県 ［放］不検出 <4.0 <4.4

無農薬

3～4玉

赤羽根さん（栃木県･壬生町）

29 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っしり詰まっています。農薬無散布。

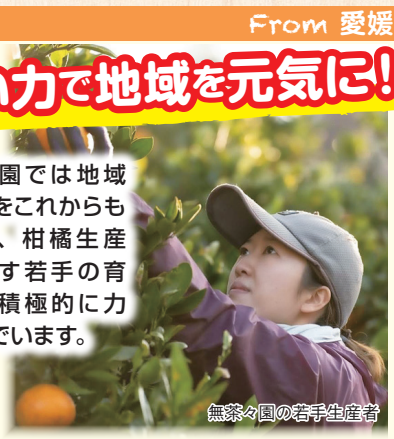
200g(3～4玉入り) 260円(税込281円)

栃木県 ［放］不検出 <3.9 <4.0

From 愛媛　無茶々園

若い力で地域を元気に！

無茶々園では地域の生業をこれからも残す為、柑橘生産者を志す若手の育成にも積極的に力を注いでいます。



無茶々園の若手生産者

甘みが強くて多汁な果肉。皮もむきやすくて食べやすい柑橘です。農薬0～3回。

無茶々園（愛媛県･西予市）

無茶々園のポンカン

32 1kg 598円(税込646円)

33 3kg 1650円(税込1782円)

愛媛県

特

地元では「いい予感」で縁起物！

みかんとオレンジの交配から生まれた伊予柑の、芳香と甘く軟らかい果肉をお楽しみ下さい。農薬0～3回。

無茶々園（愛媛県･西予市）

無茶々園の伊予柑

30 1kg 480円(税込518円) 通常税込538円

31 3kg 1460円(税込1577円) 通常税込1598円

愛媛県

黄色い果肉は爽やかな風味で、果汁は少ないのが特徴。独特の風味が人気の柑橘です。有機許容農薬0～1回。

無茶々園（愛媛県･西予市）

38 無茶々園のはっさく

1kg 554円(税込598円)

愛媛県

From 静岡　松永農園

無農薬

松永さん

松永農園（静岡県･静岡市）

「ポンカン」ならではの独特の甘い香りが特徴で、サクサクした食感も心地よいです。農薬無散布。

34 松永さんのポンカン

約800g 450円(税込486円)

静岡県 ［放］不検出 <3.4 <4.0

無農薬

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

松永農園（静岡県･静岡市）

松永さんのレモン

35 400g 430円(税込464円)

36 1kg 850円(税込918円)

静岡県 ［放］不検出 <3.7 <4.1

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

江川農園（神奈川県･小田原市）

江川さんの青島みかん

39 1kg 380円(税込410円)

40 5kg 1800円(税込1944円)

神奈川県 ［放］不検出 <3.3 <4.2

渥美農園（静岡県･浜松市）

渥美さんのみかん

41 約800g 約800g(7～13玉) 410円(税込443円)

42 2kg 890円(税込961円)

農薬を出来るだけ減らし、生産者にも消費者にも安全なみかん作りを心がけています。減農薬栽培。

静岡県

大紀コープファーム（奈良県･五條市）

43 はっさく

程よい甘みと酸味があります。シャキッとした歯ごたえの爽やかな晩柑。減農薬栽培。

1.5kg 570円(税込616円)

奈良県または和歌山県

木下さん達（愛媛県･西予市）

44 しらぬい(デコポン)

甘みが強く人気の晩柑。果頂部のデコは樹齢と共に低くなるものもあります。減農薬栽培。

800g 630円(税込680円)

愛媛県

竹村さん（茨城県･かすみがうら市）

45 竹村さんのいちご

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

ケーアイ農産（青森県･八戸市）

46 りんご(ふじ)小玉

甘味･酸味･歯ごたえの三拍子が揃った人気品種。蜜が入りやすく、果汁もたっぷりです。減農薬栽培。

3～4玉 554円(税込598円)

青森県

小玉サイズのりんごです

さんさんファーム･宮下さん達（長野県･松川町）

47 りんご(ピンクレディー)

希少な品種で酸味と甘みのバランスが良く、紅玉に近い味わいのりんごです。減農薬･無化学肥料栽培。

3玉(700g以上) 680円(税込734円)

長野県

食感が良く甘味があります

無農薬

ヒロインターナショナル（神奈川県･横浜市）

48 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(税込399円)

ペルーまたはエクアドル

麺類、お刺身、お肉にも♪

作本さん達（熊本県･熊本市）

49 大葉

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。

10枚 145円(税込157円)

熊本県

千葉さん達（北海道）

50 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかって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(税込270円)

北海道

料理の薬味にどうぞ

大紀コープファーム生産者グループ（高知県）

51 しょうが

爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。

100g 165円(税込178円)

高知県

無農薬

上野さん達（栃木県･上三川町）

52 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(税込162円)

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）

53 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。

冷 250g 59円(税込64円)

茨城県 ［放］不検出 <3.7 <3.6

土耕栽培なので水洗いしてからお召し上がりください

無農薬

中村農芸･中村さん（茨城県･取手市）

54 中村さんのベビーリーフ

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味･彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g 160円(税込173円)

茨城県 ［放］不検出 <4.0 <4.3

完熟、分解された堆肥等を使い、地力を高めることで、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布･無化学肥料栽培。

無農薬

微生物農法の会･長島さん（茨城県･行方市）

55 長島さんのレタス

1玉 250円(税込270円)

茨城県 ［放］不検出 <4.4 <3.9

無農薬

56 長島さんのサニーレタス

1玉 170円(税込184円)

茨城県 ［放］不検出 <3.2 <3.6

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

57 約150g 230円(税込248円)

58 400g お得なボリュームパック 554円(税込598円)

熊本県

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。

パリッパリの食感が特徴♪

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

59 約180g 330円(税込356円)

60 約400g お得なボリュームパック 590円(税込637円)

熊本県、又は北海道

大木さん（茨城県･常総市）

61 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。ビ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(税込430円)

茨城県 ［放］不検出 <3.6 <3.3

つくば鶏にはやっぱり野菜鍋

無農薬

浅野さん（茨城県･常総市）

65 浅野さんの人参

風味が良く、甘みも豊富で好評の人参です。農薬無散布･化学肥料不使用。

500g 180円(税込194円) 通常税込216円

茨城県 ［放］不検出 <3.9 <4.5

特 無農薬

浅野さん（茨城県･常総市）

62 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。農薬無散布。

約200g 185円(税込200円) 通常税込214円

茨城県 ［放］不検出 <4.3 <3.7

無農薬

あゆみの会･関さん達（茨城県･茨城町）

63 小松菜(少量)

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬･無化学肥料で栽培しました。

1束(約150g) 150円(税込162円)

茨城県

※できるだけ葉付きでお届けします

無農薬

木村農園（茨城県･つくば市）

64 木村さんの大根(三浦系)

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

1本 210円(税込227円)

茨城県 ［放］不検出 <3.7 <4.0

長谷川さん達（千葉県･匝瑳市）

69 きゅうり

農薬使用を徐々に減らしながら、有機肥料資材を使用しています。減農薬栽培。

3本 240円(税込259円)

千葉県

無農薬

微生物農法の会･長島さん（茨城県･行方市）

70 ブロッコリー

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

1個(蕾9cm以上) 276円(税込298円)

茨城県 ［放］不検出 <3.5 <3.9

素材の味とムチムチの食感が大好評!

特 無農薬

微生物農法の会･高柳さん（茨城県･行方市）

66 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 425円(税込459円) 通常税込475円

茨城県 ［放］不検出 <3.4 <3.5

木村農園（茨城県･つくば市）

67 木村さんの白菜

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

1個 220円(税込238円)

茨城県 ［放］不検出 <2.9 <3.5

お鍋、炒め物にもどうぞ♪

特 無農薬

上野さん達（栃木県･上三川町）

68 長ねぎ

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

500g 235円(税込254円) 通常税込270円

栃木県 ［放］不検出 <4.4 <3.8

2L(2本入)～Sサイズでお届け

無農薬

吉澤さん達（群馬県･昭和村）

71 グリーンアスパラ

日中は40℃近く、夜は−10℃以下で育つ寒締め栽培。農薬無散布。

約100g 298円(税込322円)

群馬県 ［放］不検出 <4.1 <4.5

井上さん（埼玉県）、岩下さん達（熊本県）

72 サラダスナップ

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

約100g 276円(税込298円)

埼玉県、熊本県 ［放］不検出 <4.0 <4.5

P1･7･8のつくば茜鶏と一緒に炒めて

無農薬

微生物農法の会･長島さん達（茨城県･行方市）

73 長島さんの小松菜

貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。

1束(約200g) 176円(税込190円)

茨城県 ［放］不検出 <4.1 <4.5

福山さん達（宮崎県･新富町）

74 ピーマン

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。

約130g 194円(税込210円)

宮崎県

特

岡安さん達（愛知県･幸田町）

75 芽キャベツ

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

約130g 205円(税込221円) 通常税込238円

愛知県

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。

1/2玉

木村農園（茨城県･つくば市）

木村さんのキャベツ

76 1玉 特 215円(税込232円) 通常税込248円

77 カット 1/2カット(600g以上) 150円(税込162円)

茨城県 ［放］不検出 <4.0 <3.9

※できるだけ葉付きでお届けします

無農薬

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

1/2本

三須さん達（千葉県･富里市）

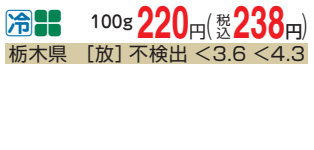
大根

78 1本 1本(900g以上) 210円(税込227円)

※上･下は選べません

79 カット 1/2本(500g以上) 150円(税込162円)

千葉県 ［放］不検出 <3.3 <4.2



無農薬

※イメージ

FarmERS･Band0青木農･en（茨城県･坂東市）

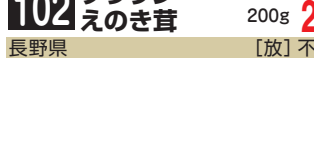
80 青木さんの野菜セット

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。農薬無散布、化学肥料不使用。

3品目 598円(税込646円)

茨城県

カットしてお届けする場合がございます



無農薬

井上さん（埼玉県･美里町）

81 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。農薬無散布。

約350g 240円(税込259円)

埼玉県 ［放］不検出 <4.4 <4.1

通称"蜜芋"と呼ばれるほど甘い

あゆみの会･村野さん達（鹿児島県･中種子町）

82 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(税込432円)

鹿児島県

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

無農薬

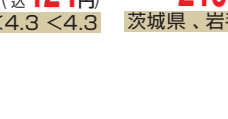
微生物農法の会･大和田さん（茨城県･行方市）

大和田さんのさつまいも

83 500g 250円(税込270円)

84 1kg 498円(税込538円)

茨城県 ［放］不検出 <0.3 <0.6



新村さん達（鹿児島県･大崎町）

85 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(税込598円)

鹿児島県

あゆみの会･白鳥干しいも生産組合（茨城県･鉾田市）

86 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(税込698円)

さつまいも（茨城県） ［放］不検出 <3.6 <3.9

さんさんファーム･宮下さん達（長野県･松川町）

87 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(税込862円)

長野県

木村農園（茨城県･つくば市）

88 木村さんのかぶ

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

1束(4～5玉) 183円(税込198円)

茨城県 ［放］不検出 <3.4 <3.2

木村農園（茨城県･つくば市）

89 木村さんのごぼう

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。

400g 198円(税込214円)

茨城県 ［放］不検出 <4.3 <6.9

木村農園（茨城県･つくば市）

90 木村さんの長芋

山芋の中では水分が多めで比較的粘りも少なめ。千切りにしてサラダに。減農薬栽培。

300g 170円(税込184円)

茨城県 ［放］不検出 <3.4 <3.4

無農薬

木村農園（茨城県･つくば市）

91 木村さんの里芋

肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。

800g 298円(税込322円)

茨城県 ［放］不検出 <3.8 <4.0

切ってサラダに、すってとろろにも◎

上村さん達（青森県･八戸市）

92 長芋

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。

200g 220円(税込238円)

青森県 ［放］不検出 <4.0 <4.0

木村農園（茨城県･つくば市）

93 木村さんの黒田五寸人参

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

1kg 250円(税込270円)

茨城県 ［放］不検出 <0.8 <0.8

無農薬

渡部さん（北海道･上士幌町）

94 メークイン

舌触りが「男爵」のようなさらさらした感じではなく滑らかで、ほんのりと甘味があります。農薬無散布。

1kg 350円(税込378円)

北海道

品種は男爵。煮物、サラダ、じゃがバター等で。農薬無散布。

無農薬

渡部さん（北海道･上士幌町）

じゃがいも

95 1kg 330円(税込356円)

96 3kg 940円(税込1015円)

北海道

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。

まごころの里（北海道･栗山町）

玉ねぎ

97 1kg 230円(税込248円)

98 3kg 630円(税込680円)

北海道

山田さん（茨城県･つくば市）

99 山田さんのしめじ

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

冷 200g 250円(税込270円)

茨城県 ［放］不検出 <3.5 <3.6

村上さん（栃木県･高根沢町）

100 舞茸

衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。

冷 100g 220円(税込238円)

栃木県 ［放］不検出 <3.6 <4.3

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。

丸金（長野県･長野市） 冷

101 えのき茸 200g 208円(税込225円)

102 ブラウンえのき茸 200g 218円(税込235円)

長野県 ［放］不検出 <3.4 <2.8

あゆみの会･水谷さん達（三重県･尾鷲市）

103 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。

冷 100g 261円(税込282円)

三重県

安田さん（福島県･郡山市）

104 安田さんのなめこ

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

冷 70g 115円(税込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）

飯泉さんの生しいたけ 冷

105 A品 100g 210円(税込227円)

106 B品 200g 225円(税込243円)

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。

茨城県、岩手県、山梨県

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

イズックス（東京都･中央区）

107 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 384円(税込415円) 通常税込428円

かぼちゃ（北海道）

日本生活協同組合連合会

108 十勝の青えんどう豆

北海道十勝地方で収穫された緑鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ご飯などに。

凍 200g 328円(税込354円)

青えんどう豆（北海道）

日本生活協同組合連合会

109 十勝のブロッコリー

昼夜の寒暖差が大きい気候で育つ北海道のブロッコリーは甘みがあります。加熱してお召し上がりください。

凍 180g 287円(税込310円) 通常税込343円

ブロッコリー（北海道）

日岡商事（兵庫県･加古川市）

110 ミックスベジタブル

北海道産のとうもろこし、人参、いんげんをダイスカットにしました。ピラフ、炒め物、サラダ等に。

凍 200g 428円(税込462円)

野菜（北海道）

日岡商事（兵庫県･加古川市）

111 オニオンソテー

国産たまねぎをみじん切りにしじっくりと茶色くなるまで炒めました。グラタン･カレー･ドレッシング等に。

凍 乳 大 200g 517円(税込558円)

玉ねぎ（国内産）

日本生活協同組合連合会

112 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 309円(税込334円) 通常税込354円

アボカド（ペルー）

ナカシン冷食（鹿児島県･いちき串木野市）

113 カット ゴールデンパイン

フィリピン産パインアップルを一口サイズにカットして冷凍しました。ヨーグルトやデザート･おやつに。

凍 200g 318円(税込343円)

パインアップル（フィリピン）

大紀コープファーム（奈良県･五條市）

114 梅干し(しそ漬)

品種は白加賀、林州、南高の３種混合。しそ漬のため赤めの色。

賞180日

120g 470円(税込508円)

梅（奈良県、和歌山県、三重県）

丸山園（静岡県･河津町）

115 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 賞14日 米 大 100g 250円(税込270円) 通常税込286円

わさび（静岡県）　［放］不検出 <3.7 <3.8

グリンリーフ（群馬県･昭和村）

116 糖しぼり大根

砂糖、塩、米酢のみで大根を漬け込みました。適度に大根の水分が抜け、パリパリした食感が楽しめます。

冷 賞30日 米 250g 308円(税込333円) 通常税込346円

大根（国内産）

グリンリーフ（群馬県･昭和村）

117 農家で漬けたゆず白菜

添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬け、時間をおけば酸味のある漬物に。

冷 賞9日 米 250g 260円(税込281円)

白菜（国内産）

グリンリーフ（群馬県･昭和村）

118 農家で漬けた白菜漬け

添加物を使っていないので、届いてすぐは浅漬け、時間をおけば酸味のある漬物に。

冷 賞9日 米 250g 260円(税込281円)

白菜（国内産）

やがちゃんキムチ（千葉県･柏市）

119 白菜キムチ「頂」

白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬け上げたキムチです。カット済です。

冷 賞14日 え 米 大 小 300g 480円(税込518円) 通常税込538円

白菜（国内産）

やがちゃんキムチ（千葉県･柏市）

120 こわれほたてキムチ

北海道(猿払･雄武地方)の生ほたて貝柱(割れ欠け)をオリジナルのヤンニョムジャンでキムチにしました。

冷 賞7日 え 米 大 小 150g 830円(税込896円)

ほたて（北海道）

浜食（東京都･調布市）

121 ピリ辛きゅうり醤油漬

厚切りしたきゅうりを醤油、白だし、純米酢、唐辛子などの調味液で、パリパリした食感に仕上げました。

冷 賞60日 米 大 小 200g 290円(税込313円)

きゅうり（国内産）

かじかわ農場（新潟県･新発田市）

122 ミックスビーンズの水煮

４種の豆を水煮にしました。大豆、青大豆、白いんげん豆、金時豆はすべて国産。

冷 賞90日 大 150g 268円(税込289円)

豆（新潟県、北海道）

リアス（千葉県･船橋市）

123 採ってそのまま生わかめ

冷 賞届いて2～3日 250g 455円(税込491円) 通常税込508円

わかめ（宮城県）　［放］不検出 <3.9 <3.8

注文書の6ケタ欄に記載をお願いします

お米

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

いきものを育て環境を守る稲作を実践

冬～春の土づくり
米ぬか中心の自家製ボカシ肥料や堆肥、マメ科の緑肥などで土作りをしています。

4～5月
雑草を抑える為2～3回代かきをします。苗は、病気や雑草に負けないよう大きくがっしりと育てます。

6月
稲でトンボの羽化が始まります。おたまじゃくし、どじょう、カエル、クモ…生き物たちの営みが米作りを助けてくれます。

今年も大豆作りにチャレンジ!

横瀬さん

地場の有機大豆プロジェクトの一員として、横瀬さんに大豆を作ってもらいました。今年はつくば市の沼屋本店で仕込む「常総寒仕込み醤油」として使用します。完成は2年後(2025年)、お楽しみに!

横瀬さんの無農薬米(こしひかり) 米

124	白米	2kg	1380円(税込1490円)
125	玄米	2kg	1260円(税込1361円)

アグリ古柿土･横瀬さん（茨城県･守谷市）

減農薬・減化学肥料栽培（ネオニコチノイド系農薬不使用）のお米です。JA やさと稲作部会の精鋭66名よりお届け。

やさとのお米(コシヒカリ)

502031	白米	5kg	1998円(税込2158円)
502032	玄米	5kg	1888円(税込2039円)

JAやさと稲作部会（茨城県･石岡市）

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

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ) 米

502001	白米	5kg	2350円(税込2538円)
502002	玄米	5kg	2250円(税込2430円)
502003	白米	2kg	945円(税込1021円)

JA常総ひかり・東町特栽米組合（茨城県･常総市）

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。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。

宮城・黒澤さんのひとめぼれ（今摺米） 米 無農薬

502011	白米	5kg	3500円(税込3780円)
502012	玄米	5kg	3200円(税込3456円)
502013	７分	5kg	3500円(税込3780円)
502014	５分	5kg	3500円(税込3780円)

黒澤さん（宮城県･涌谷町）

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

宮城・黒澤さんのコシヒカリ 米 無農薬

502015	白米	5kg	3500円(税込3780円)
502016	白米	2kg	1400円(税込1512円)
502017	玄米	5kg	3200円(税込3456円)
502018	７分	5kg	3500円(税込3780円)
502019	５分	5kg	3500円(税込3780円)

黒澤さん（宮城県･涌谷町）

米にまぜて炊くことで、より栄養バランスのとれたものとなります。食物繊維も豊富。国内産大麦100%。

日本生活協同組合連合会

502073 米粒状麦

800g 320円(税込346円)

大麦（国内産）

アマランサス･そば･キビ･はとむぎ･大麦･キンワの６種をブレンド。ミネラル、食物繊維の補給に。

桜井食品（岐阜県･美濃加茂市）

502075 雑穀ブレンド

そ 400g 711円(税込768円)

2022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	ND(不検出)<0.16	ND(不検出)<0.14
	やさとのお米	コシヒカリ	ND(不検出)<0.09	ND(不検出)<0.13
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	ND(不検出)<0.17	ND(不検出)<0.13
		つや姫	ND(不検出)<0.17	ND(不検出)<0.13
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	ND(不検出)<0.17	ND(不検出)<0.16

・2022年度産の放射能検査の内容は、順次計測します。
・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。

播磨海洋牧場

「活」よりも美味しい魚

海外のシェフからの評価も高い播磨海洋牧場の魚介類。兵庫県の家島(いえじま)近海で獲れた魚を生きたまま水揚げし、「リラックス水槽」へ。このひと手間と「神経締め」「急速凍結」で最良の状態でお届けできます。

代表の向井昭博さんとスズキ

活魚の水揚げ。急いで水槽へ！

生け簀でリラックスさせてから締めます。

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
播磨海洋牧場（兵庫県・姫路市）
播磨の玉姫(真がきのむき身)

127 1パック 140g(6~9粒) 468円(税込505円) 通常税込518円

128 3パック 140g(6~9粒)×3 1380円(税込1490円) 通常税込1555円

真がき（兵庫県）

この3品はすべて2月4回のお届け

塩焼で、オリーブオイルでソテーで

すずきのソテー

播磨海洋牧場（兵庫県・姫路市）

126 播磨灘のすずき切身

生きた状態で漁師から直接仕入れ、処理の寸前まで魚にストレスがかからないように管理します。

凍 賞40日

2切140g 680円(税込734円) 通常税込754円

すずき（兵庫県）

殻の香ばしさも楽しめます

小エビのカレー

播磨海洋牧場（兵庫県・姫路市）

129 播磨灘の地エビ(有頭)

丸ごと食べられる小さな地エビのミックス。ミソの旨味も味わえます。唐揚げ、蒸しエビ、炒め物などに。

凍 賞40日 え　100g 380円(税込410円) 通常税込430円

赤エビ、トラエビ、サルエビ（兵庫県）

まだまだ寒い！海鮮鍋で温まろう

3~4人前

ふるさと便
5種360g+スープ80g
トクスイコーポレーション（東京都・中央区）

130 海鮮寄せ鍋(スープ付)

赤魚(4切100g)、すけそうだら(4切100g)、かき(4個60g)、ホタテ(4個60g)、かに団子(4個)。

凍 賞180日 卵 か 米 大 小

1118円(税込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）

ソテー、鍋に！

真だらのソテー

ふるさと便
東北トクスイ（宮城県・塩釜市）

131 真だら切身

北海道・青森県沖で漁獲された真だらを切身加工しました。ホイル蒸しや、鍋の具材に。

凍 賞180日

3切180g 418円(税込451円) 通常税込470円

真だら（北海道・青森県沖太平洋）

つみれ汁に！

具だくさんつみれ汁

日本近海の高鮮度の真いわしのみを使用したたたき身です。

とれとれいわし タタキ身

ふるさと便
トクスイコーポレーション（東京都・中央区）

132 とれとれいわしたたき身

凍 賞120日

300g(150g×2) 380円(税込410円) 通常税込430円

いわし（鳥取県、千葉県、他）　[放] 不検出 <3.8 <3.9

水産品

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

冷凍のまま加熱してください

ふるさと便
塩屋（茨城県・ひたちなか市）

133 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

ふるさと便
塩屋（茨城県・ひたちなか市）

134 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）

チャック付き袋

ふるさと便
塩屋（茨城県・ひたちなか市）

135 徳用 涸沼のしじみ(冷凍)

有数のやまとしじみの産地、涸沼(ひぬま)より。砂抜き後バラ凍結。凍ったまま加熱調理して下さい。

凍 賞30日

500g 888円(税込959円) 通常税込998円

しじみ（茨城県）　[放] 不検出 <3.6 <3.8

ふるさと便
千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）
7~12尾

136 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）

ふるさと便
中村海産（富山県・氷見市）

137 ししゃもみりん干し

オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込み。冷めても軟らかです。

凍 米 60g 358円(税込387円)

からふとししゃも（アイスランド、ノルウェー、カナダ）

水コースの一部と木コースは2月4回のお届け

ふるさと便
中村商店（北海道・函館市）

138 生干いか

北海道で水揚げされたするめいかを鮮度の良い物だけ厳選し塩のみで干しあげました。焼きすぎにご注意!

凍 賞90日

1枚 375円(税込405円)

するめいか（北海道）

食べやすい腹骨取り

4~6枚

ふるさと便
東北トクスイ（宮城県・塩釜市）

139 北海道産パクッと真ほっけ一夜干し

北海道噴火湾で4~6月に漁獲した真ほっけを三枚におろし、食べやすいように腹骨を除去して干し上げました。

凍 賞180日

4~6枚220g 398円(税込430円)

真ほっけ（北海道）

ふるさと便
塩屋（茨城県・ひたちなか市）

140 国産真あじ開き3枚

対馬海域で漁獲した良質の真あじを、塩水に漬け込み、丁寧に干物に仕上げました。

凍 賞30日

3枚165g 350円(税込378円)

真あじ（国内産）

手間暇かけてます 鳴門魚類のさば味醂干し

「きっちり」とした歯ごたえの中に旨味があります

国産ごまが香ばしい！

ふるさと便
鳴門魚類（徳島県・鳴門市）

141 寒さばフィーレみりん干し

凍 賞30日 米 大 小

2枚 160g以上 480円(税込518円) 通常税込538円

真さば（長崎県）

長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりんタレにじっくりひと晩漬け込み、天日で干し上げました。

- 本みりんをたっぷり使用。ご飯に合う甘口の醤油みりんです。
- はけで塗るくらいの「みりん漬け」が多い中、じっくり1昼夜漬け、冷蔵庫で1日熟成させ、その後天日で干します。

地元の料亭からも指名買いされる本格みりん干しです

ふるさと便
まるしち水産（千葉県・大網白里市）

142 真いわし丸干し(大)

千葉県に水揚げされた真いわしを塩水に漬け、冷風乾燥しました。大きいサイズなので食べ応えがあります。

凍 賞30日

3尾270~300g 398円(税込430円)

真いわし（千葉県）　[放] 不検出 <3.7 <4.2

1枚約150gサイズでボリュームあり!

ふるさと便
乙浜シーフーズ（千葉県・南房総市）

143 金目鯛開き

インド洋海域で日本船が漁獲した金目鯛を開き、塩水漬け後干し上げました。

凍 賞180日　2枚300g 565円(税込610円) 通常税込626円

金目鯛（インド洋）

脂質の高い「金華さば」

三陸沖の金華山海域で獲れた大型のさばを半身の一夜干しにしました。

ふるさと便
乙浜シーフーズ（千葉県・南房総市）

144 金華さば一夜干し

凍 賞180日　3枚420g 558円(税込603円)

さば（宮城県）　[放] 不検出 <3.7 <4.2

ごはんによく合う漬け具合

ふるさと便
東北トクスイ（宮城県・塩釜市）

145 銀だら味噌漬

アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。

凍 賞180日 米 大

2切120g 380円(税込410円) 通常税込430円

銀だら（アメリカ）

ご当地の「仙台味噌」を使いました

ふるさと便
東北トクスイ（宮城県・塩釜市）
2枚

146 金華さば味噌漬

宮城県の金華山沖で漁獲した大型のさばを使用。仙台味噌をベースにした調味味噌に24時間漬け込みました。

凍 賞180日 米 大　2枚220g 398円(税込430円)

さば（宮城県）

京都やま六

はんなり香る 本場・京都の西京漬

ふるさと便
京都やま六（京都府・京都市）

147 さわら西京漬

東シナ海で漁獲したさわらを、京都老舗の西京味噌床に漬け込みました。

凍 米 大　2切140g 435円(税込470円) 通常税込484円

さわら（韓国）

ふるさと便
京都やま六（京都府・京都市）

148 紅鮭西京漬

紅鮭を、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150g 598円(税込646円)

紅鮭（ロシア）

ふるさと便
京都やま六（京都府・京都市）

149 かれい柚子こしょう味噌漬

白身で脂ののったからすかれいを、京都老舗の西京味噌に漬け込みました。柚子こしょうがきいています。

凍 米 大　2切140g 570円(税込616円)

からすかれい（デンマーク）

冷凍庫に常備して便利

中辛

ふるさと便
トクスイコーポレーション（東京都・中央区）

150 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

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

凍 賞180日　2切140g 425円(税込459円)

紅鮭（ロシア）

甘塩

ふるさと便
トクスイコーポレーション（東京都・中央区）

151 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）

煮付け、塩焼き、ムニエル、フライなどに

6~10枚

ふるさと便
千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

152 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。

凍 賞180日

6~10枚200g 370円(税込400円)

真いわし（千葉県）　[放] 不検出 <3.4 <3.7

水コースの一部と木コースは2月4回のお届け

ふるさと便
札幌中一（北海道・札幌市）

153 北海道産にしん(2尾)

一番味が乗った時季のにしんをそのまま急速凍結。大きめサイズで、旨味抜群です。

凍 賞90日

2尾(360g) 668円(税込721円)

にしん（北海道）

水産品の放射能検査について

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

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

さばのムニエル 野菜あんかけ

◆材料(2人分)
さばフィーレ…… 2枚
人参 …… 60g
生しいたけ……4～5枚
小松菜 …… 1株
えのき茸 …… 50g
塩、こしょう … 各少々
薄力粉 …… 適宜
サラダ油 …… 適宜
だし汁……カップ2
醤油 …… 大1と1/2
みりん…… 大2
片栗粉 ……大1
水…… 大3

◆作り方
❶ さばは塩、こしょうをふって薄力粉をつける。フライパンに油を熱し、両面を焼く。
❷ 人参は短冊切り、生しいたけは薄切りにする。小松菜を3～4cm長さに切る。えのき茸は石づきを取り、半分に切る。
❸ 鍋にだし汁を入れ、人参、しいたけ、えのきを加え、煮立ったら醤油、みりんで調味する。
❹ 小松菜を加えて水溶き片栗粉でとじる。 器に魚を盛り、野菜あんをかける。

今が旬!

鳴門魚類（徳島県･鳴門市）
154 寒さばフィーレ(無塩)
長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。
凍 賞30日
片身2枚 200g前後 380円(税込410円) 通常税込421円
真さば（長崎県、佐賀県）

寒のさわらでも!

鳴門魚類（徳島県･鳴門市）
155 寒さわら切身(無塩)
五島列島、済州島海域で寒の時期に漁獲した、魚体1メートル前後の本さわらを切身にしました。無塩です。
凍 賞30日
約70g×2 550円(税込594円)
さわら（五島列島、済州島海域）

北海道ならではの海鮮丼!

札幌中一（北海道･札幌市）
156 秋鮭漬け丼
北海道産の秋鮭を醤油ベースのオリジナルのタレに漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、ご飯にのせて。
凍 賞90日 米 大 小
160g (80g×2) 758円(税込819円) 通常税込842円
秋鮭（北海道）

カルパッチョで!

鳴門魚類（徳島県･鳴門市）
157 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 賞30日
100g 480円(税込518円) 通常税込538円
みずだこ（北海道）

少々割れ･欠けはありますが お刺身でもOKです!

札幌中一（北海道･札幌市）
158 訳あり帆立貝柱
北海道産の帆立貝柱の割れ品。見た目が欠けているだけで鮮度は抜群です。解凍してそのままお刺身でも。
凍 賞90日
200g 950円(税込1026円) 通常税込1058円
帆立貝柱（北海道）

松岡水産（千葉県･銚子市）
159 北海道さけ スモークサーモン2パック
北海道産の秋鮭を塩のみで味付け。素材の旨味を生かす為、桜のチップを使い、「冷燻方式」で仕上げました。
凍 賞180日
40g×2 480円(税込518円)
秋鮭（北海道）

使い勝手の良い個食タイプ、タレ付きで便利

共和水産（岩手県･宮古市）
160 三陸産いかそうめん
三陸産の「するめいか」をソーメン状に加工し、食べやすいカップに入れました。添付のたれをかけて。
凍 賞180日 米 大 小
90g(いか25g×3 たれ5g×3) 428円(税込462円)
するめいか（三陸）

共和水産（岩手県･宮古市）
161 海鮮いかキムチ
岩手県産のするめいか、めかぶ、オキアミを使用してキムチにしました。
凍 賞180日 え 米 大 小
90g 415円(税込448円)
するめいか（岩手県）

房州の郷土料理

カネヨシ水産（千葉県･九十九里町）
162 いわしごま漬
かたくちいわしの頭、内臓を除去して酢漬けにし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。
凍 賞90日 米 小
100g 310円(税込335円)
かたくちいわし（千葉県） ［放］不検出 <3.1 <3.9

おにぎりで!

リアス（千葉県･船橋市）
163 高菜ちりめん
高菜漬を細かく刻み、ちりめんとゴマを加えました。ふりかけ、お茶漬等に。
冷 賞30日
25g 250円(税込270円)
ちりめん（鹿児島県）

トースターでOK! 本格煮あなご

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。

対馬地域商社（長崎県･対馬市）
169 対馬産煮あなご
凍 賞180日 米 大 小
100g 1480円(税込1598円) 通常税込1696円
マアナゴ（長崎県）

ヤマタ水産（愛知県･名古屋市）
164 篠島産しらす干し
篠島産の大きめで味の良いいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をパック詰めしました。
凍 賞180日
50g 378円(税込408円)
いわし稚魚（愛知県）

ヤマタ水産（愛知県･名古屋市）
165 篠島産釜揚げしらす
篠島産の大きめで味の良いいわし稚魚を釜揚げしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。
凍 賞180日
50g 328円(税込354円)
いわし稚魚（愛知県）

炒めもの、煮物に

トクスイコーポレーション（東京都･中央区）
166 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）

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

みうらや（茨城県･神栖市）
168 国産さばの味噌煮
国内産のさばを味噌ベースのたれで煮つけました。湯煎で。
凍 米 大 小
240g(120g(固形80g)×2) 365円(税込394円)
さば（国内産） ［放］不検出 <3.9 <3.5

魚肉練り製品

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

～黒はんぺん入り!～ これが静岡のおでん!

いちうろこ（静岡県･静岡市）
170 いちうろこ 静岡おでん種セット
静岡おでんを代表する黒はんぺんをはじめ、人気の練り物をセットに。国産の無リンすり身を使用し、魚肉の旨味を引き出しました。
冷 賞10日 卵 米
6種13品 573円(税込619円) 通常税込635円
すけそうだら（アメリカ、北海道）

近海のお魚たっぷり♪ 株式会社 高橋徳治商店 こだわりの練り物

お知らせ

3月から、以下商品は原材料高騰の影響により規格(5～10%減)を変更します。
- おとうふ揚げ
- おとうふ揚げ五目
- 玉ねぎ揚げ
- 笹かまぼこ
- ソフトはんぺん

お弁当にも使い勝手のよい大きさです

高橋徳治商店（宮城県･東松島市）
177 ミニ笹かまぼこ
旨味の濃い宮城県産の小魚と北海道のスケソウタラすり身で笹かまぼこに焼き上げました。
凍 賞180日 卵 米
8枚136g 333円(税込360円)
小魚すり身（宮城県）、タラすり身（北海道） ［放］不検出 <3.7 <3.9

高橋徳治商店（宮城県･東松島市）
178 チヂミ風さつま揚げ
北海道タラすり身に国産ニラ･人参、イカ、オキアミを練りこんだ揚げかまぼこ。
凍 賞180日 米
3枚126g 330円(税込356円)
すけそうたら（北海道）

いちうろこ（静岡県･静岡市）
171 小竹輪
石臼ですったすけそうだらのすり身を使った素朴な味わいのちくわです。魚肉の味がしっかり味わえます。
冷 賞10日 米
5本 150g 328円(税込354円) 通常税込365円
すけそうだら（アメリカ、北海道）

4ページ掲載のわさび漬けで「板わさ」!

いちうろこ（静岡県･静岡市）
172 うろこちゃん(板蒲鉾)
国内産のすけそうだらの無リンすり身を使用。石臼で丁寧に練り上げました。リテーナ成形蒲鉾です。
冷 賞14日 卵 米
150g 461円(税込498円)
すけそうだら（国内産）

駿河名産の「黒はんぺん」!

いちうろこ（静岡県･静岡市）
173 いわしはんぺん
駿河名産の「黒はんぺん」。駿河湾産の新鮮ないわしを丸ごと使用しました。いわし本来の風味と歯ごたえ。
冷 賞14日 米
5枚150g 418円(税込451円)
いわし（駿河湾）

高橋徳治商店（宮城県･東松島市）
179 ささがきごぼう さつま揚げ
北海道のすけそうだらのすり身に国産ささがきごぼうを混ぜて揚げました。レンジか冷蔵庫解凍で。
凍 賞180日 米
130g 360円(税込389円)
すけそうだら（北海道）

野菜の食感と甘みを生かしました

5個入

高橋徳治商店（宮城県･東松島市）
181 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 301円(税込325円) 通常税込340円
すけそうだら（北海道）

地元宮城の生協と共同開発

高橋徳治商店（宮城県･東松島市）
182 欲ばりおでん種セット だしパック付
お馴染みの練り物にサンマつみれ･ごぼう揚げ･米粉団子を加え、具材に合わせた特別仕様のだしパック付。
凍 賞180日 卵 米 大 小
7種15品377g･だしパック2袋 815円(税込880円) 通常税込908円
すけそうだら（北海道）

いちうろこ（静岡県･静岡市）
174 小判揚
すけそうだらのすり身を使った小判型のさつま揚げ。香ばしく揚がった魚肉の旨味をお楽しみください。
冷 賞14日 米
5枚150g 348円(税込376円)
すけそうだら（アメリカ、北海道）

いちうろこ（静岡県･静岡市）
175 桜えび入り揚かまぼこ
スケソウダラとぐちを使用した無リンすり身に桜えびを加えてすりあげ、菜種油で揚げました。
冷 賞14日 え 米
3枚150g 518円(税込559円)
桜えび（静岡県）

山九水産（山口県･長門市）
176 お魚ソーセージ(3本入)
化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使った、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。
冷 賞90日
45g×3 335円(税込362円) 通常税込376円
魚肉（国内産）

高橋徳治商店（宮城県･東松島市）
180 おとうふ揚げ
国産大豆の豆腐と、北海道のすけそうだらのすり身を半々に練りこんだ、ふんわり軟らかなおとうふ揚げです。
凍 賞180日 米 大
5個175g 310円(税込335円)
すけそうだら（北海道）

今回のみ 年1回の「小間切増量」企画!

鶏肉のカシューナッツ炒め

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 ふるさと便

野口さん達（茨城県･桜川市）

つくば茜鶏ムネモモ小間切

183 250g 225円/100g

250g 520円（税込562円）通常税込598円

184 (増量)1kg 221円/100g

1kg 2050円（税込2214円）通常税込2376円

茨城県

ふるさと便

プレス･オールターナティブ（東京都･目黒区）

185 カシューナッツ(食塩不使用)

甘みの強いスリランカ産の大粒カシューナッツを国内で食塩や油を使わずに香ばしくローストしました。

㊋180日

70g 590円（税込637円）通常税込691円

カシューナッツ（スリランカ）

梅びしおとササミの相性◎

茜鶏の梅のせ焼き鳥

225円/100g

ふるさと便

野口さん達（茨城県･桜川市）

186 つくば茜鶏 ササミ

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。

凍

250g 520円（税込562円）通常税込598円

茨城県

梅干しの果肉をペースト状にしたもの。甘味料などは不使用。使いやすいチューブ状。

ふるさと便 久々登場!

大紀コープファーム（奈良県･五條市）

187 梅びしお(チューブ入り)

㊋60日

100g 315円（税込340円）通常税込356円

梅（奈良県、和歌山県、三重県）

せっかく食べるなら安心なものを

栄養の宝庫 「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です。ですが、市販の中には効率よく大量に飼育するために抗生物質などの薬剤を与えて育てられたものも多くあります。薬剤は内臓に蓄積されるとも言われており、耐性菌などの新たな問題も出てきています。対して「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。栄養豊富な食材、食べるなら安全なものが良いですね。

	一般のブロイラー	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		使用なし

※ウインドレス鶏舎　窓のない、光も風も入らない締め切られた鶏舎

104円/100g

ふるさと便

野口さん達（茨城県･桜川市）

188 つくば茜鶏 レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍

250g 240円（税込259円）通常税込289円

茨城県

豚肉

- 岩瀬さんの豚：開放豚舎で発酵飼料を食べて元気に育った豚です。飼育期間は約８か月（一般的には６か月）。
- ローズポーク：ミートパ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：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。

281円/100g

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

189 岩瀬さんの豚 モモしゃぶしゃぶ用

赤身主体のモモをしゃぶしゃぶ用にスライス。

冷 ㊋届いて3日

200g 520円（税込562円）

茨城県

349円/100g

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

190 岩瀬さんの豚 肩ロススライス

赤身の中に適度な脂身が交じる、味の良い部位。一口大に切って焼肉にも。

冷 ㊋6日

200g 646円（税込698円）

茨城県

292円/100g

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

191 岩瀬さんの豚 バラうす切り

風味が良く、コクのあるバラを、巻き物にも便利なうす切りにしました。厚さ約1～1.5mm。

冷 ㊋6日

200g 540円（税込583円）

茨城県

281円/100g

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

192 岩瀬さんの豚 モモスライス

赤身主体の部位。巻き物にも重宝します。厚さ3mm。

冷 ㊋6日

200g 520円（税込562円）

茨城県

349円/100g

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

193 岩瀬さんの豚 ロース切身

岩瀬さんが育てる豚のロースはきめが細かく軟らかい部位です。ソテーや、とんかつに。

冷 ㊋6日

2枚200g 646円（税込698円）

茨城県

205円/100g

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

194 岩瀬さんの豚小間切

野菜と炒めて、カレーやシチュー等の煮込みにも。すぐ火が通るので、時間がない時でも便利です。

冷 ㊋6日

150g×2 570円（税込616円）

茨城県

205円/100g

ふるさと便

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

195 岩瀬さんの豚挽肉

旧･新治村、岩瀬さんの豚。自家配合飼料を与え、内臓の丈夫な豚を育てています。赤身率8割です。

凍 ㊋30日

300g 570円（税込616円）

茨城県

ラードの作り方レシピ付

岩瀬さんの豚の背脂を使いやすいミンチ状に加工しました。手作りラードの材料としてどうぞ。

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

196 岩瀬さんの豚 背脂

冷 ㊋6日

500g 150円（税込162円）

茨城県

畜産担当 今週のイチオシ精肉!

292円/100g

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

199 茨城県産ローズポーク ロースしゃぶしゃぶ

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。

冷 ㊋届いて3日

300g 810円（税込875円）通常税込929円

茨城県

158円/100g 豚そぼろにして

ふるさと便

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

200 茨城県産ローズポーク 挽肉

赤身率は8割です。

凍 ㊋30日

300g 440円（税込475円）通常税込502円

茨城県

349円/100g みんな大好きしょうが焼き!

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

197 岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。

冷 ㊋6日

200g 646円（税込698円）

茨城県

93円/100g もつ煮にして

ふるさと便

岩瀬牧場（茨城県･土浦市）ミートパル村山

198 岩瀬さんの豚モツ

旧･新治村、岩瀬さんの豚。自家配合飼料を与えて育った豚の大腸、小腸をボイルし、カットしました。

凍 ㊋90日

500g 430円（税込464円）通常税込540円

茨城県

297円/100g とんかつにして

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

201 丹沢高原豚 ロース切身

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ1cm。

冷 ㊋4日

2枚200g 550円（税込594円）通常税込626円

神奈川県

199円/100g たっぷり使える徳用サイズ

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

202 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 ㊋4日

500g 920円（税込994円）通常税込1058円

豚肉（神奈川県）

233円/100g

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

203 茨城県産ローズポーク バラブロック

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷 ㊋届いて4日

300g 648円（税込700円）

茨城県

238円/100g

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

204 茨城県産ローズポーク バラスライス

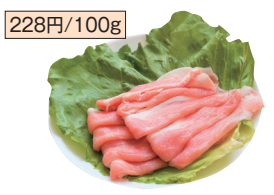
厚さ3～3.5mm。

冷 ㊋届いて4日

250g 551円（税込595円）

茨城県

228円/100g



JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

205 茨城県産ローズポーク モモスライス

赤身主体部位。厚さ3mm。

冷 ㊋届いて4日

250g 528円（税込570円）

茨城県

285円/100g

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

206 茨城県産ローズポーク ロースしょうが焼

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しょうが焼き用にスライスしました。

冷 ㊋届いて4日

250g 660円（税込713円）

茨城県

165円/100g

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

207 茨城県産ローズポーク 徳用小間切

小間切徳用タイプ。

冷 ㊋届いて4日

200g×2 610円（税込659円）

茨城県

166円/100g

JA全農いばらき（茨城県）ミートパル村山

208 茨城県産ローズポーク 小間切

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

冷 ㊋届いて4日

150g×2 460円（税込497円）

茨城県

262円/100g

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

209 丹沢高原豚 モモしゃぶしゃぶ用

脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。

冷 ㊋4日

200g 485円（税込524円）

神奈川県

323円/100g

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

210 丹沢高原豚 ロース味噌漬

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

冷 ㊋6日 落 米 大

200g（固形量約80g×2） 598円（税込646円）

豚肉（神奈川県）

431円/100g

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

211 丹沢高原豚 ひれ豚漬

ひれ肉を、ピリ辛味噌ダレに漬けました。隠し味にピーナッツバターを使い、深みのある味に仕上げました。

冷 ㊋6日 落 米 大

200g（固形量約150g） 798円（税込862円）

豚肉（神奈川県）

243円/100g

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

212 丹沢高原豚 豚こま生姜焼き用(味付)

自社牧場の豚のこま肉を、中津ミート特製の生姜焼きのたれに漬けました。丼に。

冷 ㊋5日 落 米 大 小

200g 450円（税込486円）

豚肉（神奈川県）

199円/100g

丹沢農場（神奈川県･愛川町）

213 丹沢高原豚 レバー焼肉用(味付)

自社牧場で育てた豚のレバー(肝臓)を、オリジナルのタレに漬けました。

凍 ㊋120日 米 大 小

200g 368円（税込397円）

豚レバー（神奈川県）

176円/100g

JA全農いばらき（茨城県）野口商店

214 豚挽肉(バラ凍結)

赤身率8割です。

凍 ㊋90日

400g 650円（税込702円）

茨城県

クリスマス時期限定の貴重なレッグを食卓へ

茜鶏のレッグ(生・味付)

限定108点

野口さん達（茨城県・桜川市）

215 つくば茜鶏 骨付きモモ1本

つくば茜鶏の骨付きモモを火が通りやすいように骨に沿って切れ目を入れています。ローストチキンでどうぞ。

凍

モモ1本(320~360g) 488円(税込527円) 通常税込538円

茨城県

限定44点

冷蔵庫で解凍後、電子レンジで温めて

野口さん達（茨城県・桜川市）

216 つくば茜鶏 ローストチキン(骨付モモ)

つくば茜鶏の骨付きモモを醤油で味付けして、焼きあげました。

凍 大 小

モモ1本(320~360g) 788円(税込851円) 通常税込862円

鶏肉（茨城県）

乾物入りで歯ごたえ十分!食感と栄養価もUP!

コリコリ割り干し大根入りつくね

◆材料(2~3人分)

鶏挽肉 …… 500g
割干大根 …… 20g
長ねぎ …… 1/3本
しょうが(すりおろし) …… 1片
塩 …… 小1/2
ごま油 …… 大1
卵黄 …… 適宜
A 醤油 …… 大2と1/2
A みりん …… 大3

◆作り方

1. 割干大根は軽く水で戻して水気を絞り、2cm長さに切る。長ねぎはみじん切りにする。
2. 挽肉、①、しょうが、塩を粘りが出るまでよく混ぜひと口大にまとめる。
3. フライパンを熱してごま油を入れ、中火にして蓋をし、3分ほど焼いたら蓋を外してつくねを裏返し、さらに3分ほど焼く。
4. Aを入れてからめる。好みで卵黄をつけていただく。

156円/100g

野口さん達（茨城県・桜川市）

217 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 360円(税込389円) 通常税込420円

茨城県

お手軽にたんぱく質を!

野口さん達（茨城県・桜川市）

218 つくば茜鶏 蒸し焼きスライスチキン

つくば茜鶏のムネ肉を蒸して割いてパックしました。そのままサラダにどうぞ。

凍 乳

160g 340円(税込367円) 通常税込430円

鶏肉（茨城県）

鶏肉料理の定番品!

親子丼

1~2人前×2袋

野口さん達（茨城県・桜川市）

219 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 米 大 小

130g(鶏肉40g タレ90g)×2 330円(税込356円) 通常税込400円

鶏肉（茨城県）

鶏肉は 表紙・P7・P8 にて掲載中

牛肉

- 坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の梯木さん、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。

464円/100g

福永産業（福岡県・遠賀町）

220 鹿児島 坊津黒牛 切り落とし

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

凍 賞30日

170g 730円(税込788円)

鹿児島県

519円/100g

福永産業（福岡県・遠賀町）

221 鹿児島 坊津黒牛 牛丼・肉じゃが用

脂が適度に入ったバラ部位を牛丼・肉じゃが用にスライスしました。

凍 賞30日

200g 960円(税込1037円)

鹿児島県

301円/100g

福永産業（福岡県・遠賀町）

222 国産牛小間切

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g 445円(税込481円) 通常税込491円

福岡県、大分県

216円/100g

福永産業（福岡県・遠賀町）

223 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

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）

224 鎌倉あらびき ウインナー×2

無添加(発色剤・結着剤・保存料・化学調味料不使用)で、澱粉による増量はしていません。

冷 賞15日

85g×2 348円(税込376円)

豚肉（国内産）

225 鎌倉あらびき ウインナー×3

冷 賞15日

85g×3 510円(税込551円) 通常税込562円

豚肉（国内産） ［放］不検出 <3.7 <3.8

鎌倉ハムクラウン商会（神奈川県・横浜市）

226 鎌倉ボンレスハム スライス×2

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

冷 賞15日

60g×2 450円(税込486円)

豚肉（国内産） ［放］不検出 <3.9 <3.9

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

227 丹沢農場の皮なし ベビーウインナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウインナー。

冷 賞7日

120g 305円(税込329円)

豚肉（国内産）

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

228 丹沢農場の皮なし ノンスパイスウインナー

皮なしで豚肉、海塩、粗糖だけで作りました。香辛料を使用していないので、小さいお子さんにもどうぞ。

冷 賞7日

120g 305円(税込329円)

豚肉（国内産）

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

229 丹沢農場のショルダーベーコンスライス

豚ウデ肉と、食塩、砂糖、香辛料のみを使い、国産チップで丁寧にスモークした風味豊かな逸品です。

冷 賞7日

100g 405円(税込437円)

豚肉（国内産）

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

230 丹沢農場のロースステーキ香味焼用

豚ロースを厚めにスライスし、まわりに香辛料とパン粉を付けました。

凍 賞180日 小

80g×2 570円(税込616円)

豚肉（国内産）

丹沢農場（神奈川県・愛川町）

231 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) 390円(税込421円)

豚肉（国内産）

牛乳・卵

健康な牛は健康な土から

鈴木牧場牛乳 720mℓ

契約価格319円(税込)

鈴木牧場牛乳の定期登録はこちら←

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 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(税込356円)

2 500mℓ 198円(税込214円)

生乳（北海道） ［放］不検出 <0.5 <0.5

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

サツラク農協（北海道・札幌市）

3 サツラク低脂肪牛乳

冷 賞15日 乳

500mℓ 163円(税込176円)

生乳（北海道） ［放］不検出 <0.4 <0.5

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 賞15日 乳

1ℓ 276円(税込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 おいしさまろやか(成分調整牛乳)

冷 賞届いて10日 乳

1ℓ 240円(税込259円)

生乳（北海道）

カフェインレスです

よつ葉乳業（北海道・音更町）

236 カフェインレス よつ葉カフェオレ

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 賞届いて6~10日 乳

1ℓ 277円(税込299円)

生乳（北海道）

ジャム みそ汁

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。

※紛失された場合は供給担当まで

糖度40度

はなのみ（長野県・小布施町）

232 紅玉ジャム

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

180g 380円(税込410円)

りんご（長野県）

デイリーフーズ（長野県・坂城町）

233 黒ごまペースト

黒ごまをペースト状にし、三温糖、蜂蜜、食塩で味付けしました。そのままパンにつけて。開封後要冷蔵。

145g 450円(税込486円)

ごま（ミャンマー、他）

P9の食パンと一緒に

はなのみ（長野県・小布施町）

234 ブルーベリージャム

熊本県産のブルーベリーの風味を生かした、あっさりとしたジャム。原材料にはちみつを含みます。

180g 590円(税込637円) 通常税込648円

ブルーベリー（熊本県）

選べる味噌汁セット!

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、軽くかき混ぜてください。

アサヒグループ食品（東京都・墨田区）

235 化学調味料無添加 いろいろみそ汁セット

乳 米 大 小

8袋 1000円(税込1080円) 通常税込1296円

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。

冷 賞7日 卵

6個 330円(税込356円)

茨城県 ［放］不検出 <3.3 <3.4

JAやさと鶏卵部会（茨城県・石岡市）

7 八郷の卵

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

冷 賞11日 卵

10個 298円(税込322円)

茨城県 ［放］不検出 <3.7 <4.0

有機農業の循環の中から産まれた卵です

天池さん、杉山さん（茨城県・石岡市）

契約「やさとの仲間」平飼い卵

有機農業の生産者が肥料を得る為に飼っている鶏の卵です。自家野菜を与え、健康に育てました。

冷 卵 6個入り 330円(税込356円)

茨城県 ［放］不検出 <3.5 <3.7

パン

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

自家製酵母パン Le·Lourdes（レ・ルルド）

※天然酵母の発酵力にはばらつきがあるため、パンの膨らみが少ないことがありますが、食味に影響はありません。

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

Le·Lourdes（神奈川県·中井町）

パン·ド·ミ(食パン) 1斤 賞 届いて1～2日 小

237 6枚 270円(税込292円)

238 8枚 270円(税込292円)

239 ノースライス 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

小麦（北海道、神奈川県、茨城県） ［放］不検出 <3.9 <3.8

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

賞 届いて1～2日 小

Le·Lourdes（神奈川県·中井町）

パン·ド·ミ(レーズン食パン) 1斤

240 8枚 425円(税込459円)

241 ノースライス 415円(税込448円)

原材料：小麦粉（北海道、神奈川県、茨城県）、自家製天然酵母、レーズン、塩

小麦（北海道、神奈川県、茨城県） ［放］不検出 <4.0 <4.7

Le·Lourdes（神奈川県·中井町）

242 パン·ド·ミ(全粒粉食パン) ノースライス

原材料：小麦粉（北海道、神奈川県、茨城県）、自家製天然酵母、塩

賞 届いて1～2日 小

1斤 300円(税込324円)

小麦（北海道、神奈川県、茨城県）

Le·Lourdes（神奈川県·中井町）

243 フルーツナッツ食パン(ノースライス)

原材料：小麦粉（北海道、神奈川県、茨城県）、自家製天然酵母、レーズン、クランベリー、カシューナッツ、アーモンド、塩

賞 届いて1～2日 小

1斤 640円(税込691円)

小麦（北海道、神奈川県、茨城県）

Le·Lourdes（神奈川県·中井町）

244 ドッグパン

原材料：小麦粉（北海道、神奈川県、茨城県）、自家製天然酵母、塩

賞 届いて1～2日 小

3個 300円(税込324円)

小麦（北海道、神奈川県、茨城県） ［放］不検出 <3.5 <3.9

※イメージ

鎌倉ハムクラウン商会（神奈川県·横浜市）

245 鎌倉粗挽ロングウィンナー

野菜と一緒にドッグパンにはさんで。

冷 賞 10日

27g×5 280円(税込302円)

豚肉（国内産）

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

1本を半分にした状態でのお届けです

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 賞 届いて2日 乳 小

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)

246 半斤3枚 140円(税込151円)

247 1斤6枚 270円(税込292円)

248 1斤8枚 270円(税込292円)

249 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）

250 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 賞 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）

251 れんこんベーグル

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

凍 賞 30日 米 小

1個 220円(税込238円) 通常税込248円

小麦（北海道）、れんこん（茨城県） ［放］不検出 <3.7 <3.8

いばらきベーグル（茨城県·常総市）

252 里芋ベーグル

独特のモチモチ感が特徴のベーグルに仕上がっています。

凍 賞 30日 米 小

1個 220円(税込238円) 通常税込248円

小麦（北海道）、里芋（茨城県） ［放］不検出 <3.8 <3.9

いばらきベーグル（茨城県·常総市）

253 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 賞 30日 乳 米 小

1個 220円(税込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）

254 はちみつ全粒くるみベーグル

はちみつを合わせた全粒粉生地の風味豊かなベーグルに仕上げました。

凍 賞 30日 米 小

1個 220円(税込238円) 通常税込248円

小麦（北海道）·蜂蜜（茨城県）

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターで OK!

ハッコー食品（千葉県·千葉市）

259 ブリュッセルワッフル

原材料：小麦粉、牛乳、卵、植物油脂、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 賞 180日 卵 乳 大 小

約65g×6 675円(税込729円)

小麦（カナダ、他）

ハッコー食品（千葉県·千葉市）

260 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 賞 180日 小

約40g×5 460円(税込497円)

小麦（国内産）

いばらきベーグル（茨城県·常総市）

255 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 賞 30日 米 小

1個 167円(税込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）

256 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 賞 30日 米 小

1個 194円(税込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）

257 クーベルチュールチョコベーグル

ココア生地に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 賞 30日 乳 米 大 小

1個 221円(税込239円)

小麦（北海道）、チョコ（国内産）

いばらきベーグル（茨城県·常総市）

258 ほうじ茶ベーグル

茨城県産の無農薬栽培ほうじ茶を生地に練り込みました。

凍 賞 30日 米 小

1個 230円(税込248円)

小麦（北海道）、緑茶（茨城県）

家庭用オーブンでふっくらに

4個入り 1個あたり税込159円

ブーランジュリーピノキオ（和歌山県·和歌山市）

261 ふくらむ魔法のメロンパン

国産小麦、白神こだま酵母を使用したパン生地にサクサクのメロン皮をあわせました。

凍 卵 乳 米 小

84g×4個 590円(税込637円) 通常税込724円

小麦粉（国内産）

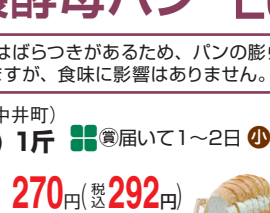
乳製品 デザート

【お願いです】
鈴木牧場の空瓶の回収が少なく困っています（価格にはビン代は含まれていません）。ヨーグルト、モッツァレラチーズの空瓶は必ずご返却ください。

From 石岡鈴木牧場

ビンは再利用しますので必ずご返却ください

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。



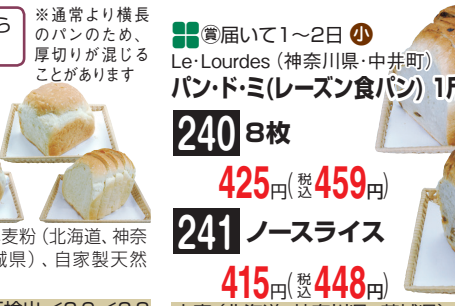
鈴木牧場（茨城県·石岡市）

石岡 鈴木牧場ヨーグルト 冷 賞 届いて10～11日 乳

262 プレーン 400g 361円(税込390円)

263 微糖 400g 370円(税込400円)

生乳（茨城県） ［放］不検出 <3.4 <3.4



冬はトースターで「焼きカプレーゼ」！

鈴木牧場（茨城県·石岡市）

264 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツァレラ

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

脱プラ推進！ビン入りでお届け

1個に牛乳約1/2分の栄養がギュッ！

冷 賞 届いて7～11日 乳 100g 498円(税込538円)

生乳（茨城県） ［放］不検出 <3.5 <3.2

盛り付けイメージ

冷 賞 14日以上 乳

鈴木牧場（茨城県·石岡市）

石岡 鈴木牧場さけるチーズ

265 プレーン 30g 181円(税込195円)

266 ペッパー 30g 190円(税込205円)

生乳（茨城県） ［放］不検出 <3.3 <3.1

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。

16ページの「北海道よつ葉乳業特集」もご覧ください

北海道の原乳使用。糖分を加えていないので、お料理やお菓子作りにも。酸味をおさえたマイルドタイプ。

よつ葉乳業（北海道·音更町）

267 よつ葉プレーンヨーグルト

冷 賞 届いて12日前後 乳

400g 239円(税込258円)

生乳（北海道） ［放］不検出 <3.3 <3.3

サツラク農協（北海道·札幌市）

268 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 賞 18日 乳 80g×3 222円(税込240円)

生乳（北海道） ［放］不検出 <3.9 <3.1

腸内活性ヨーグルメイト

放牧の様子（ホリ牧場）

3つのすごいところ

★単一指定牧場の生乳！（石川県河北潟·ホリ牧場）

★まろやかな味わい（すっぱくない!）

★1,000億の善玉菌（一般のヨーグルトの約100倍！）

一般のヨーグルトの約100倍 1,000億の乳酸菌

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。

ホリ乳業（石川県·金沢市）

269 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)

冷 賞 届いて9～10日 乳

380g 550円(税込594円)

生乳（石川県） ［放］不検出 <4.0 <4.0

ホリ乳業（石川県·金沢市）

270 腸内活性ヨーグルメイト(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。

冷 賞 届いて9～10日 乳

90g×3 465円(税込502円)

生乳（石川県） ［放］不検出 <4.0 <4.0

日本生活協同組合連合会

271 乳酸ドリンク

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

冷 賞 15日 乳 65mℓ×10 199円(税込215円)

レバーペースト作りに！(レシピはP14)

よつ葉乳業（北海道·音更町）

272 よつ葉バター ホワイト加塩

北海道産生乳100%の加塩バターです。

冷 賞 180日 乳 150g 288円(税込311円) 通常税込322円

生乳（北海道）

パンだけでなく、用途いろいろ♪

よつ葉乳業（北海道·音更町）

273 パンにぬりやすいバター＆ひまわりオイル

北海道産バターを60%使用。ひまわり油を使用し、バターそのものの味を活かしました。

冷 賞 90日 乳 100g 298円(税込322円)

生乳（北海道）

茨城乳業（茨城·石岡市）

274 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 賞 14日 卵 乳 85g×3 268円(税込289円)

牛乳·卵（茨城県） ［放］不検出 <3.7 <3.8

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。

冷 賞届いて4日 大
丸和食品（東京都・練馬区）

275 ミニもめん豆腐 150g×2 198円（税込214円）

276 ミニきぬ豆腐 150g×2 198円（税込214円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.2 <1.2

国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。

冷 賞届いて4日 大
丸和食品（東京都・練馬区）

277 もめん豆腐 300g 198円（税込214円）

278 きぬ豆腐 300g 183円（税込198円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.2 <1.2

丸和食品（東京都・練馬区）

279 絹とうふ(充填豆腐)

青森県、秋田県産大豆をブレンド。消泡剤を使用せず、にがりで固めた日持ちする充填豆腐。

冷 賞30日 大

300g×3 395円（税込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）

280 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 賞届いて4日 大

100g×2 259円（税込280円）

大豆（秋田県） [放] 不検出 <0.9 <1.0

丸和食品（東京都・練馬区）

281 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(Non-GMO)。

冷 賞届いて6日 大

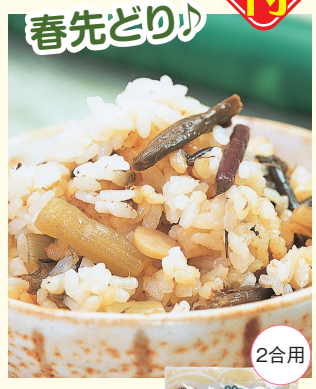
3枚 183円（税込198円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.5 <1.5

シーズン初

特

春先どり♪



2合用

山菜は新潟県産天然物を使い、肉などを入れずに山菜の風味を活かした、飽きのこない味が特長です。

かじかわ農場（新潟県・新発田市）

282 炊き込みご飯の素 日本の山菜飯

冷 賞90日 米 大 小

170g（2合用） 380円（税込410円） 通常税込430円

わらび・他山菜（新潟県）

国産小麦の麺づくり応援!

生めんでラーメン屋さん気分♪

特

地粉の無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。

金子製麺（神奈川県・中井町）

283 あしがら車屋醤油らーめん(2食入)

冷 賞21日 卵 大 小

麺120g×2 スープ47g×2 380円（税込410円） 通常税込430円

小麦（国内産）

気軽におなかの砂払い!

味付けは、カツオ節と醤油、砂糖のみ!

特

6個入

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

284 有機味付玉こんにゃく

味がしっかりしみていて、食感の良さも魅力です。湯煎するだけで手軽に食べられます。

冷 賞130日 大 小

6個入 198円（税込214円） 通常税込238円

こんにゃく芋（群馬県）

丸和食品（東京都・練馬区）

285 厚揚

国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

冷 賞届いて4日 大

90g×2 184円（税込199円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.1 <1.2

丸和食品（東京都・練馬区）

286 味付いなり揚げ

肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。

冷 賞90日 米 大 小

10枚 418円（税込451円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <0.9 <1.0

丸和食品（東京都・練馬区） 10個

287 味付えび入京がんも

具に干えび、人参、ごぼう、玉ねぎ等使用。自社製造のだしスープで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷 賞30日 え 米 大 小

10個 320円（税込346円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.1 <1.0

時季限定

丸和食品（東京都・練馬区）

288 きのこがんも

がんもどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますのでそのまま、また煮物で。

冷 賞届いて5日 米 大 小

2個 298円（税込322円）

ぶなしめじ（茨城県、他） [放] 不検出 <2.1 <2.2

肉厚!煮汁をよく含みます

4個入

丸和食品（東京都・練馬区）

289 味付きつねがんも

具だくさんのがんもを油揚げで包み、自社製造の合わせだしで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。

冷 賞30日 米 大 小

4個 368円（税込397円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.2 <1.3

枝豆ごろごろ♪

丸和食品（東京都・練馬区）

290 枝豆がんも

枝豆を加えた一口サイズのがんもどき。さっとあぶって生姜醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。

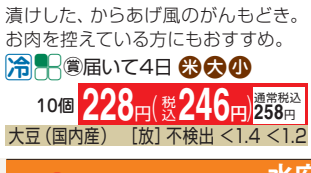
冷 賞届いて5日 大

6個 308円（税込333円）

枝豆（北海道） [放] 不検出 <1.0 <1.0

炒め物の具材、あんかけにも

特



丸和食品（東京都・練馬区） 10個入

291 豆腐からあげ

国産大豆の生地を、にんにく醤油で下漬けした、からあげ風のがんもどき。お肉を控えている方にもおすすめ。

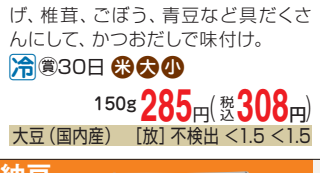
冷 賞届いて4日 米 大 小

10個 228円（税込246円） 通常税込258円

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.4 <1.2

もっと手軽におからを食べよう!

※原材料にはちみつが含まれます



丸和食品（東京都・練馬区）

292 味付うの花料理

丸和豆腐のおからに人参、ねぎ、油揚げ、椎茸、ごぼう、青豆など具だくさんにして、かつおだしで味付け。

冷 賞30日 米 大 小

150g 285円（税込308円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <1.5 <1.5

国産大豆100%の無調整豆乳。大豆本来の甘みが味わえます。消泡剤不使用。

丸和食品（東京都・練馬区）

293 豆乳

冷 賞30日 大

300cc 228円（税込246円）

大豆（国内産） [放] 不検出 <0.5 <0.6

クセはありません フライパンで焼いて醤油をかけて

登喜和食品（東京都・府中市）

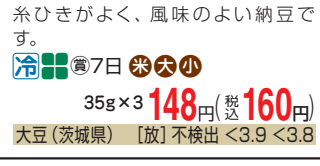
294 黒大豆てんぺ

北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させました。テンペ菌の作用で大豆そのものよりも栄養がUPしています。

冷 賞30日 米 大

100g 350円（税込378円）

大豆（北海道）



JAやさと（茨城県・石岡市）

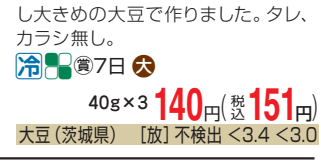
295 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)

茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。

冷 賞7日 米 大 小

35g×3 148円（税込160円）

大豆（茨城県） [放] 不検出 <3.9 <3.8



JAやさと（茨城県・石岡市）

296 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 賞7日 大

40g×3 140円（税込151円）

大豆（茨城県） [放] 不検出 <3.4 <3.0

水府納豆

特

水府納豆（茨城県・常陸太田市）

297 水府納豆ミニ2個(タレ・カラシ付)

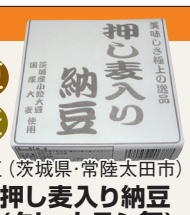
茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

冷 賞10日 米 大 小

40g×2 90円（税込97円） 通常税込108円

大豆（茨城県） [放] 不検出 <2.9 <3.7

大豆+大麦



水府納豆（茨城県・常陸太田市）

298 押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)

茨城県産小粒大豆、国産大麦使用。押し麦を混ぜることで、もちもちとした食感が加わります。

冷 賞10日 大

40g×2 165円（税込178円）

大豆（茨城県） [放] 不検出 <3.5 <3.2

大豆の旨味しっかり

登喜和食品（東京都・府中市）

299 十勝の息吹 ひきわり2P(タレ・カラシ付)

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前日に挽き割り、納豆にしました。

冷 賞9日 米 大 小

40g×2 184円（税込199円）

大豆（北海道）

鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

300 生芋あく抜きこんにゃく

昔ながらの缶蒸し製法で作りあげたこんにゃくです。

冷 賞90日

220g 140円（税込151円）

こんにゃく芋（国内産） [放] 不検出 <3.5 <3.9

鶴田食品千葉（千葉県・流山市）

301 生芋あく抜きしらたき

国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味しみの良い白滝です。

冷 賞90日

180g 140円（税込151円）

こんにゃく芋（国内産） [放] 不検出 <3.6 <3.6

特

沖縄・伊平屋島より

浜食（東京都・調布市）

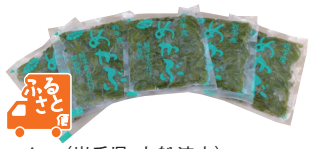
302 洗いもずく

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

冷 賞10日 米

200g 230円（税込248円） 通常税込259円

もずく（沖縄県）



コタニ（岩手県・大船渡市）

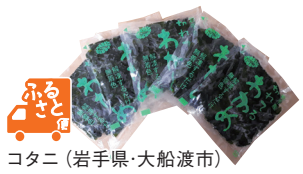
303 冷凍きざみめかぶ(岩手県産)

岩手県沖で、3月から4月に収穫しためかぶをボイルし、使い易く小分けしました。解凍してそのまま使えます。

凍

40g×5パック 392円（税込423円）

わかめ（岩手県） [放] 不検出 <2.8 <3.0



コタニ（岩手県・大船渡市）

304 すぐに使える生わかめ(岩手県産)

岩手県沖で、3月に収穫したわかめをボイルし、使いやすい小分けにしました。解凍してそのまま使えます。

凍

40g×5パック 420円（税込454円）

わかめ（岩手県） [放] 不検出 <0.6 <0.6

石巻 十三浜より わかめ&くきわかめ

絆わかめとブリ（盛り付け例）

リアス（千葉県・船橋市）

305 石巻十三浜産絆わかめ

震災復興で立ち上がった漁師が品質にもこだわったわかめです。水戻しをしてご利用ください。

冷 賞90日

100g 380円（税込410円）

わかめ（宮城県） [放] 不検出 <4.2 <4.6

リアス（千葉県・船橋市）

306 三陸産カットくきわかめ

わかめの茎の部分をカットして塩蔵しました。コリコリとした食感が特長。塩抜きをして炒め物や煮物、サラダ等に。

冷 賞90日

100g 270円（税込292円）

わかめ（三陸） [放] 不検出 <3.8 <4.1

特

共生食品（神奈川県・相模原市）

307 内麦焼そば(ソース無)

国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。

冷 賞6日 卵 小

150g×3 198円（税込214円） 通常税込235円

小麦（岩手県） [放] 不検出 <3.4 <4.1

茹でてから汁へ入れてください

特

茹で時間約6分

金子製麺（神奈川県・中井町）

308 季穂 生うどん(太麺)

国産小麦を使用した生うどん。適度な太さで食べやすく、小麦の風味とコクが楽しめます。茹でてから汁へ。

冷 賞20日 小

130g×2 245円（税込265円） 通常税込279円

小麦（国内産）

東京都 練馬 菊田の直火炊きの煮豆

昆布豆、金時豆、青豆、とら豆、雁喰豆の5種セット

開放釜による、昔ながらの直火炊きを行う老舗煮豆屋「菊田商店」の煮豆小袋セット。

特

菊田商店（東京都・練馬区）

309 菊田煮豆小袋セット

冷 賞90日 米 大 小

40g×5種 465円（税込502円） 通常税込518円

豆（国内産）

菊田商店（東京都・練馬区）

310 煮豆 黒豆(雁喰豆)

岩手県特産の平べったい黒豆。直火で炊きあげ、豆本来の味と、芯まで染み込んだ甘みを味わえます。

冷 賞90日 米 大 小

150g 380円（税込410円）

黒大豆（岩手県）

仁徳（千葉県・船橋市）

311 甘口昆布

刻んだ北海道産の昆布を入正醤油と砂糖のみで時間をかけてふっくらと炊き上げました。

冷 賞30日 大 小

80g 225円（税込243円）

昆布（北海道）

新潟県 新発田 かじかわ農場のお惣菜

湯煎でラクラク♪

かじかわ農場（新潟県・新発田市） 1~2人前

312 切昆布の煮物

食感の良い切昆布を鰹節、宗田鰹節、椎茸、昆布、鯖の5種の天然だしで優しい味付けに仕上げました。

冷 賞90日 米 大 小

120g 325円（税込351円）

昆布（北海道）

人気

かじかわ農場（新潟県・新発田市） 2合用

313 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。いりこと昆布の天然だしを使用。

冷 賞90日 米 大 小

200g(2合用) 438円（税込473円）

ほたて（北海道）

カット野菜 ＋ 味付き肉・たれ

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

カキの旨味もプラスして

調理時間 約10分 | 準備品 油大さじ2・卵2個 | 2人前

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

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

314 豚にら彩りオイスター炒め

国産豚肉と4種の野菜（にら、にんじん、たけのこ、きくらげ）を牡蠣だし醤油だれと合わせました。

冷 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前(約300g) 830円(税込896円) 通常税込972円

ニラ・豚肉（国内産）

栗かぼちゃの甘みたっぷり

調理時間 約15分 | 準備品 水溶き片栗粉大さじ1/2・水120cc | 2人前

セット内容：カット野菜（かぼちゃ、玉ねぎ、人参）、国産豚ひき肉、甘ダレ醤油炒めのタレ

食塩相当量：5.3g

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

315 栗かぼちゃと豚そぼろの甘辛煮

濃厚な味わいの栗かぼちゃと国産豚ひき肉を甘辛い醤油味の煮物にしました。

冷 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前(450g) 770円(税込832円) 通常税込896円

かぼちゃ（国内産）

鮮やかな野菜と味噌タレがきめて

調理時間 約6分 | 準備品 油 | 2人前

セット内容：野菜セット（小松菜、ほうれん草、玉ねぎ、ピーマン、人参、赤パプリカ）、調味肉

食塩相当量：1.26g

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

316 5種の緑黄色野菜の炒めもの

緑黄色野菜をたっぷり使った、フライパンだけでできる時短料理です。

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前(約355g) 990円(税込1069円)

小松菜（国内産）

白身魚の旨味と野菜がマッチ

調理時間 約5分 | 準備品 油 | 2人前

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

食塩相当量：1.0g

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

317 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

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

冷 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前(約375g) 960円(税込1037円)

玉ねぎ（国内産）、シイラ（長崎県）

たっぷり野菜のスタミナ炒め

調理時間 約6分 | 準備品 油 | 2人前

セット内容：カット野菜(チンゲン菜、赤パプリカ、しいたけ)、タレ漬け豚肉

食塩相当量：3.1g

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

318 チンゲン菜のスタミナ炒め

新鮮な野菜とスタミナ肉のセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前(約440g) 940円(税込1015円)

チンゲン菜（国内産）、豚肉（鹿児島県、宮崎県）

黒酢で味に深みをプラス

調理時間 約6分 | 準備品 油

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量：1.21g

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

319 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

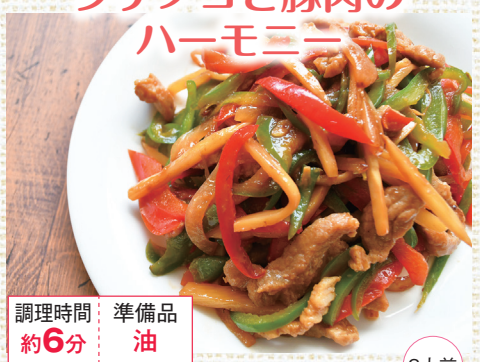
新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前(約410g) 899円(税込971円)

玉ねぎ（国内産）、豚肉（鹿児島県）

タケノコと豚肉のハーモニー



調理時間 約6分 | 準備品 油 | 2人前

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

食塩相当量：3.1g

グリンリーフ（群馬県・昭和村）

320 国産野菜の青椒肉絲

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

冷 賞届いて1～2日 卵 米 大 小

2人前(約320g) 940円(税込1015円)

玉ねぎ（国内産）、豚肉（鹿児島県）

シャキシャキ野菜がたっぷり

調理時間 約10分 | 準備品 油 | 2人前

セット内容：カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

食塩相当量：2.1g

やさと農業協同組合（茨城県・石岡市）

321 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 賞届いて1～2日 米 大 小

2人前(約630g) 760円(税込821円)

小松菜（国内産）

レンジや湯煎でOKなものを フライパンや鍋ひとつでできちゃう

夕食の「あと1品」にも！

千倉水産加工販売・女川工場（宮城県・女川町）

322 さんまとあおさのおかか焼き

10～14枚

国産さんまを三枚におろし、照焼風のタレで下味を付けました。仕上げに鰹節、あおさ海苔をまぶしました。

凍 賞180日 米 大 小

10～14枚140g 380円(税込410円) 通常税込430円

さんま（国内産）

千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

323 フライパンで焼くいわしごま竜田

6～9枚

房州近海の真いわしを三枚におろし、醤油、発酵調味液、生姜で味付けし、ごまと国産小麦粉をまぶしました。

凍 賞180日 米 大 小

6～9枚170g 398円(税込430円)

真いわし（国内産）

北海道産すけそうだらを蒲焼で！

三米商店（静岡県・浜松市）

324 フライパンでできる白身魚の蒲焼風

北海道産のすけそうだらをカットし、パリッと仕上がるでんぷん主体の粉をまぶしました。甘めのタレ付き。

凍 賞180日 米 大 小

210g(粉付魚180g+タレ30g) 480円(税込518円) 通常税込538円

すけそうだら（北海道）

千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

325 ごはんがすすむ！さんま蒲焼(タレ付)

8～10枚

主に北海道沖で漁獲したさんまを半分に切り、国産小麦粉をまぶし蒲焼用のタレを添付しました。

凍 賞180日 米 大 小

8～10枚140g+タレ50g 398円(税込430円)

さんま（国内産）

大進食品（神奈川県・横浜市）

326 北海道八雲発マムの帆立クリームコロッケ

6個入

北海道の酪農発祥の地・八雲町産の生乳で作った帆立入りクリームコロッケです。凍ったまま揚げて。

凍 乳 米 小

40g×6 403円(税込435円)

生乳（北海道）　[放] 不検出 <2.9 <3.7

町のお肉屋さんの懐かしい味わい

大進食品（神奈川県・横浜市）

327 マム 学校帰りのコロッケ

5個入

北海道育ちの男爵芋をたっぷり使いました。お弁当にも。油で揚げて。

凍 乳 米 大 小

60g×5 380円(税込410円)

じゃがいも（北海道）

大進食品（神奈川県・横浜市）

328 ヨコハマの餃子

25個入

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

凍 大 小

18g×25 568円(税込613円)

豚肉（国内産）　[放] 不検出 <3.3 <4.0

ジューシーで食べ応えのある大きさと美味しさ

日岡商事（兵庫県・加古川市）

329 ジャンボ餃子

5個入

国内産小麦粉の皮で具をたっぷりと包み、コクとボリューム感をだしました。焼いても揚げても。

凍 大 小

45g×5個 352円(税込380円) 通常税込394円

キャベツ・豚肉・玉葱（国内産）

モチモチで美味しいと好評です！

飛鳥食品（東京都・江戸川区）

330 飛鳥の黒豚水餃子

15個入

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 賞120日 え 米 大 小

15個250g 481円(税込519円) 通常税込549円

豚肉（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）

331 飛鳥の海鮮水餃子

15個入

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 賞120日 え 卵 米 大 小

15個250g 508円(税込549円)

小麦（国内産）、えび（ベトナム）

調理イメージ

ニッキーフーズ（大阪府・大阪市）

332 国産原料にこだわったお徳用春巻

14本入

豚肉・キャベツ等、国産具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。加工でん粉：約1.6%

凍 米 大 小

14本 420g 440円(税込475円) 通常税込488円

小麦（国内産）

組合員さんからのクチコミ

フライパンで簡単にできます。美味しくて子どもたちも大好きです。

千倉水産加工販売（千葉県・船橋市）

333 あじと3種の野菜マリネ

あじ(国内産)と玉ねぎ、人参、ピーマンの3種の野菜(いずれも国産)をつかった、マイルドなマリネです。

凍 賞180日 米 大 小

150g 398円(税込430円)

あじ（国内産）

大黒淡水（静岡県・焼津市）

334 うなぎ蒲焼 70g×2

愛知県の指定生産者が飼育した国産のうなぎです。たれは、醤油、本みりん、砂糖とシンプルな内容。

凍 米 大 小

70g×2、たれ・山椒付 2480円(税込2678円) 通常税込2894円

うなぎ（愛知県）

ニッコー（神奈川県・大和市）

335 中華丼の具(塩)

2食入

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 賞180日 え 米 大 小

180g×2 544円(税込588円)

今週のおすすめ

皮はふっくら・具たっぷり♪ 特

国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醗酵させた皮で、肉と野菜を包みこみました。レンジか蒸して。

今回おすすめするのはズバリニッコーさんの「肉まん」です。もちもちの生地の中に豚肉の旨味がたっぷりで、それを引き立てるザクザク食感のタケノコと、香ばしく香るネギ！レンジでチンしても、蒸し器で蒸してもちょうどいい大きさの肉まんが小腹を満たしてくれます！まだ食べたことのない方は是非一度ご賞味ください!!

供給部 倉田のおすすめ

ニッコー（神奈川県･大和市）

336 天津包子(肉まん)

凍 乳 米 大 小　275g(5個入) 420円(税込454円) 通常税込474円

小麦（国内産）

タケノコが肉まんになるまで

素材と味に自信あり

原料の水煮タケノコの一部は、ニッコーの熊本工場近くで採れたものを工場で加工→ニッコーの神奈川工場に運び、肉まんに仕上げています。

ニッキーフーズ（大阪府･大阪市）　2食入

337 わかめどっさりうどん

国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鰹、昆布ダシの関西風つゆで。

凍 え 米 大 小　2食556g 373円(税込403円) 通常税込418円

わかめ（韓国）

原材料は国産小麦粉と食塩のみ

日岡商事（兵庫県･加古川市）

338 冷凍うどん

国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったまま麺を沸騰したお湯で1分半茹でてください。温でも冷でも。

凍 賞180日 小　200g×3玉 435円(税込470円)

小麦粉（国内産）

煮干し・鯖・鰹のだしがきいたつゆ付鍋かレンジで

ニッキーフーズ（大阪府･大阪市）　2食入

339 えび天そば

国産小麦粉と北米産そば粉の蕎麦にえび天や葱の具材を盛付けました。鍋かレンジで。加工澱粉：具の約0.2%

凍 え 卵 米 そ 大 小　2食496g 509円(税込550円)

えび（インドネシア、ベトナム他）

駿河湾産桜えび入りでボリュームたっぷりです

日岡商事（兵庫県･加古川市）　2枚入

340 桜えびかきあげ

駿河湾産桜えび、国産の野菜（玉ねぎ、人参、小松菜）と国産小麦を使用し、non-GMO菜種油で揚げました。

凍 え 小　160g(2枚入) 734円(税込793円)

野菜（国内産）

お弁当におかずに♪

佐井村漁協（青森県･佐井村）

341 津軽海峡 鮭フレーク

鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料：秋鮭、菜種油、食塩

冷 賞90日　100g 520円(税込562円)

秋鮭（青森県）　[放] 不検出 <4.0 <4.4

マストミ（徳島県･徳島市）

342 鶏のから揚げ

無投薬の神山鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかジューシーな唐揚げ。レンジかトースターで温めて。

凍 卵 米 大 小　200g 480円(税込518円)

鶏肉（徳島県）

冷めても柔らかいのでお弁当にもおすすめ

秋川牧園（山口県･山口市）　12個入

343 とり焼売

秋川牧園の鶏肉と黒豚の脂、国産の野菜を使用。エビ魚醤の旨みと風味も加えました。レンジか蒸して。

凍 え 米 大 小　216g(12個入) 418円(税込451円)

鶏肉（山口県、他）、玉葱･小麦（国内産）

飛鳥食品（東京都･江戸川区）

344 飛鳥の黒豚シューマイ

豚肉たっぷりのシューマイです。ジュー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 賞120日 大 小　12個180g 414円(税込447円)

豚肉（国内産）

ふっくら柔らかくて、やさしい味わいです 特

飛鳥食品（東京都･江戸川区）　12個入

345 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、ふっくら仕上げました。蒸すか、レンジで加熱して。

凍 賞120日 え 米 小　12個180g 417円(税込450円) 通常税込469円

すけとうだら（北海道）、えび（ベトナム）

適度に酸味のある甘酢たれを絡めました 特

ニッコー（神奈川県･大和市）

346 大きな豆腐肉団子

国産の鶏肉と国産大豆を使用した豆腐を主体に、少し大きめの肉団子を作り、特製のタレをからめました。

組合員さんからのクチコミ

お豆腐が入っているので、柔らかくて、味も優しく、胃にも重すぎなくてとてもよい商品です。お弁当にも、もう一品ほしいときにもオススメです。

凍 卵 米 大 小　340g 475円(税込513円) 通常税込538円

鶏肉（国内産）

トースターで表面がカリッとする位に焼くと美味

秋川牧園（山口県･山口市）

347 チキンナゲット

開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。

凍 卵 小　200g 459円(税込496円)

鶏肉（山口県、他）

ニッコー（神奈川県･大和市）　6個入

348 ひとくちソースとんかつ

粗挽きした豚肉を油で揚げ、ソースをからめました。お弁当のおかずに最適。レンジ加熱または自然解凍で。

凍 米 大 小　6個120g 432円(税込467円)

豚肉（国内産）

マストミ自社製塩麹使用

マストミ（徳島県･徳島市）

349 神山鶏の塩麹竜田

自家製塩麹にじっくり漬け込み、神山鶏の旨味を引き出しました。レンジまたはトースターで仕上げて。

凍 賞90日 卵 米 大 小　150g 402円(税込434円)

鶏肉（徳島県）

しっかり味で生姜がきいています

マストミ（徳島県･徳島市）　2食入

350 神山鶏やわらか揚げ親子丼の素

徳島県の山間部で放し飼いされた神山鶏を使用。内袋ごと湯煎して鍋にあけ、溶き卵を加えれば親子丼が完成。

凍 賞90日 米 大 小　160g×2 495円(税込535円)

鶏肉（徳島県）

レンジで 特

大進食品（神奈川県･横浜市）　2食入

351 オーガニックペンネのトマトソースグラタン

濃厚なバターをたっぷりと使い、さらにオーガニックのペンネマカロニと国産玉ねぎを使用。レンジで温めて。

凍 え 乳 小　170g×2 545円(税込589円) 通常税込610円

小麦（イタリア）

豆腐本来の美味しさ・口当たりを残した仕上げ

ニッコー（神奈川県･大和市）　3個入

352 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ

消泡剤を使わず天然にがりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。

凍 卵 米 大 小　3個210g 466円(税込503円)

大豆･鶏肉（国内産）

ハーブとチーズの香り豊かな味わい

秋川牧園（山口県･山口市）

353 ささみハーブカツ

ささみにハーブとチーズを混ぜ込んだ天然酵母のパン粉を付けました。解凍後フライパンで多めの油で焼いて。

凍 卵 乳 米 小　200g 447円(税込483円)

鶏肉（山口県、他）

丁寧に焚き上げ、鶏の旨味がつまったスープ

秋川牧園（山口県･山口市）

354 とりがらスープ

植物性主体の飼料で育てた健康な若鶏のガラを原料とした個包装の5倍濃縮スープ。スープ･カレー･鍋等に。

凍　5袋250g 430円(税込464円)

鶏骨（国内産）

お好みの野菜を加えて

鶏モモ･ムネ、つくね、若鶏をじっくり煮出した鶏がらスープに鰹と昆布の旨味をきかせた塩味スープのセット。

秋川牧園（山口県･山口市）

355 鶏鍋セット(塩)

凍 賞180日 卵 米 大 小　550g（鶏肉･つくね各200g スープ150g） 1118円(税込1207円)　3〜4人前

鶏肉（山口県、他）

芽吹き屋

冷凍和菓子の先駆者 岩手阿部製粉 芽吹き屋

久々登場! 特

お知らせ　原料等高騰により芽吹き屋の商品は3月から値上げとなります（一部をのぞく）

しっとりとした生地と酒の風味が特徴

原材料：こしあん(小豆(国産)、砂糖、還元水あめ、食塩)、砂糖、上新粉、酒粕、山芋粉、ばれいしょでん粉

国産米の上新粉使用生地の酒まんじゅう。こしあんに地元酒造店の酒粕を練り込んでおります

岩手阿部製粉（岩手県･花巻市）

356 芽吹き屋 酒まんじゅう

凍 米　4個160g 491円(税込530円) 通常税込576円

小豆（国内産）

ニッコー（神奈川県･大和市）　5切入

359 豆乳カステラ

新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用して焼き上げました。しっとりとした食感をお楽しみください。

凍 卵 大 小　5切 363円(税込392円) 通常税込408円

大豆（国内産）

冷たくても温かくても美味しい

ニッコー（神奈川県･大和市）　8個入

360 お茶香るミニたい焼き(あずき)

生地に国産の緑茶粉末を使用し、自社で炊いた国産小豆使用のあんこを包んだミニたい焼き。自然解凍OK。

凍 卵 小　8個272g 443円(税込478円)

小麦粉･小豆･茶（国内産）

ミニタイプでお子さんにぴったり!

ニッコー（神奈川県･大和市）　6本入

361 ミニアメリカンドック

衣は国産小麦粉主体のニッコーオリジナル。鎌倉ハムのウインナー使用。レンジで温めて。乳･卵不使用。

凍 小　6本150g 400円(税込432円)

岩手阿部製粉（岩手県･花巻市）

357 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 小　210g(3本入) 319円(税込345円)

米（国内産）

よもぎの香り豊かな粒あん入だんご

岩手阿部製粉（岩手県･花巻市）　4本入

358 芽吹き屋 よもぎだんご

国産の上新粉で作ったコシのある生地によもぎを練り込み、北海道産小豆の粒あんを包みました。自然解凍で。

凍 米　4本180g 400円(税込432円)

よもぎ（国内産）

人気です

KUBOTA のアイス

次回から値上げ

久保田食品（高知県･南国市）

362 夢中熱中 抹茶とあずきの最中

まろやかな抹茶アイスクリームと、北海道十勝産あずき100%の組み合わせ。乳脂肪分8.0%

凍 乳 小　110mℓ 120円(税込130円)

生乳･小豆（北海道）、抹茶（国内産）

厳選抹茶の香りと味わいを楽しんで

久保田食品（高知県･南国市）

363 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。

凍 乳　110mℓ 190円(税込205円)

生乳（北海道）･茶（京都府）

一度吸い始めたら、やめられない(噴き出し注意!)

久保田食品（高知県･南国市）

364 おっぱいアイスミルク

牛乳の素朴なおいしさをベースにバニラビーンズのほのかな甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。

凍 乳　80mℓ 100円(税込108円)

生乳（北海道）

醗酵カシス＆生姜で身体の内から健康に！ 全品特価

365 醗酵カシスの魅力
P9のクーロンヌの食パンと一緒に

創健社（神奈川県･横浜市）
ニュージーランド産カシスに、甘味料としてハチミツとオリゴ糖を使い、美味しく仕上げました。
130g 415円（税込448円）通常税込540円
カシス（ニュージーランド）

366 醗酵カシス(果実)
そのままはもちろん、ヨーグルト等のトッピングにも

創健社（神奈川県･横浜市）
栄養価の高いニュージーランド産カシスを発酵技術で美味しく仕上げました。
45g 440円（税込475円）通常税込497円
カシス（ニュージーランド）

367 醗酵生姜(飲料)
水やお湯で約5倍に希釈してお召し上がりください

国産生姜を酵母発酵技術を用い、飲みやすい発酵飲料に仕上げました。
創健社（神奈川県･横浜市）
565mℓ 1850円（税込1998円）通常税込2138円
生姜（国内産）

369 1800mℓ
水で4～5倍に希釈してお召し上がりください

ニュージーランドの強烈な紫外線の中で育った果実、カシスをおいしい飲料にしました。
創健社（神奈川県･横浜市）
醗酵カシス(飲料)
1800円（税込1944円）通常税込2041円
4980円（税込5378円）通常税込5724円
カシス（ニュージーランド）

372 梅ハニー

梅のエキスたっぷりの蜂蜜飲料。5～7倍に薄めて飲んで下さい。
大紀コープファーム（奈良県･五條市）
500mℓ 720円（税込778円）通常税込794円
梅（奈良県、和歌山県、三重県）

373 国産しょうが湯

大紀コープファーム（奈良県･五條市）
粗糖、馬鈴薯でん粉、吉野本葛、黒砂糖、しょうが汁の5つの素材原料のみで作ります。
20g×5 320円（税込346円）通常税込378円
生姜（高知県）

374 梅エキスキャンディー
個包装

創健社（神奈川県･横浜市）
国内産青梅をじっくり煮詰めたエキスを使用。
75g 310円（税込335円）通常税込367円
梅（国内産）

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。

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

375 芋グラッセ

サンコー（愛知県･豊橋市）
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（税込281円）
さつまいも（九州）

376 磯辺巻

サンコー（愛知県･豊橋市）
国産もち米のおかき。香り豊かな醤油たれをつけ、焼きのりを巻きました。
賞120日 米 大 小
40g 240円（税込259円）
もち米（国内産）

377 畑のクラッカー

サンコー（愛知県･豊橋市）
緑黄色野菜をたっぷり入れた、さっぱり塩味のクラッカーです。
賞120日 小
135g 240円（税込259円）
小麦（国内産） ［放］不検出 <0.9 <0.9

378 とうもろこしあられ

サンコー（愛知県･豊橋市）
佐賀県産ひよくもちでつくった生地を焼上げました。
賞120日 米 大
30g 225円（税込243円）
もち米（佐賀県） ［放］不検出 <2.0 <2.2

379 ふところ餅
プレーン、紫芋味、抹茶味、珈琲味の4種類

サンコー（愛知県･豊橋市）
もっちもちで柔らかい、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子。
賞90日 米 小
10個 290円（税込313円）
米（国内産）

380 ポテトチップスしお味
お得 2袋

サンコー（愛知県･豊橋市）
国内産のじゃがいもを植物油でパリッとフライし、さっぱりと塩で味つけしました。
賞120日 米 60g×2 320円（税込346円）通常税込368円
じゃがいも（国内産） ［放］不検出 <2.5 <2.6

381 アーモンドじゃこ 2個組
食べやすい小袋タイプ

サンコー（愛知県･豊橋市）
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（税込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

382 ミニバウムクーヘン
個包装 甘さ控えめなバウムクーヘン

サンコー（愛知県･豊橋市）
国産小麦粉を主原料に、ふっくらと食べやすいサイズの、甘さ控えめなバウムクーヘンです。
賞60日 卵 乳 米 大 小
6個(1個×6袋) 298円（税込322円）通常税込337円
鶏卵（国内産） ［放］不検出 <0.7 <0.8

383 黒棒
風味豊かな黒砂糖蜜をからめました

サンコー（愛知県･豊橋市）
表面はさっくり、中はふんわりした食感の黒棒です。
賞90日 卵 小 8本(個包装) 265円（税込286円）通常税込313円
さとうきび（沖縄県）、小麦（国内産） ［放］不検出 <1.0 <1.0

384 ミニどら焼き

サンコー（愛知県･豊橋市）
北海道産小豆の餡を国内産小麦粉を使って焼き上げた皮ではさみ込みました。
賞70日 卵 米 小
6個(個包装) 298円（税込322円）
小麦（国内産） ［放］不検出 <0.8 <0.8

385 小倉ようかん

サンコー（愛知県･豊橋市）
北海道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。
1個58g 135円（税込146円）
小豆（北海道）

386 栗しぐれ
個包装

サンコー（愛知県･豊橋市）
練り上げ熟成した餡を栗の形に形成してじっくりと焼き上げました。
賞90日
100g(個包装) 281円（税込303円）
手亡豆（北海道） ［放］不検出 <0.7 <0.7

387 きなこねじり菓子

創健社（神奈川県･横浜市）
大豆を焙煎したきな粉に、水飴と粗糖をじっくり練り込んだ、素朴で優しい味わい。
賞90日 米 大
8本 340円（税込367円）
大豆（国内産）

388 ほの甘くろまめ

だいずデイズ（兵庫県･神戸市）
兵庫県産の黒豆を蒸した、ほんのり甘いおやつです。
賞180日 大
45g 250円（税込270円）
黒大豆（兵庫県）

389 有機ほの甘あずき

だいずデイズ（兵庫県･神戸市）
北海道産有機小豆を有機きび糖でほんのりと甘く味付けし、柔らかく蒸し上げました。
賞180日
55g 220円（税込238円）
小豆（北海道）

飲料

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

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

390 童仙房茶舗 有機煎茶

童仙房茶舗（京都府･南山城村）
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 800円（税込864円）
緑茶（京都府）

391 童仙房茶舗 有機上煎茶

童仙房茶舗（京都府･南山城村）
有機栽培宇治茶の一番茶のみを使用した煎茶です。新芽の中からさらに厳選した逸品です。
100g 1200円（税込1296円）
緑茶（京都府）

392 ジャスミン茶(リーフ)

ランカスター（千葉県･千葉市）
中国を代表する花茶のひとつ。沸騰したお湯で1～2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひきたちます。
100g 398円（税込430円）
緑茶･ジャスミン（中国）

393 ピーチティー(ティーバッグ)

ランカスター（千葉県･千葉市）
無農薬栽培のセイロン紅茶に、中国で桃の香りをつけています。
2g×20 490円（税込529円）
紅茶（スリランカ）、香料（中国）

394 しそジュース(希釈用)

三里塚物産（千葉県･成田市）
無農薬栽培のしそ、粗糖、醸造酢が原料。ポリフェノールを多く含みます。
米 210g 420円（税込454円）
しそ（千葉県） ［放］不検出 <3.2 <3.9

395 国産ピーチジュース(ストレート)

国産桃をそのまま搾ったストレートジュースです。砂糖や香料を加えず、桃本来の美味しさを堪能できます。
ゴールドパック（長野県･松本市）
5本 160g×5 760円（税込821円）通常税込837円 1本当り税込164円
20本 160g×20 2950円（税込3186円）通常税込3240円 1本当り税込159円
もも（国内産）

397 マッコリ風清酒･春玉の白

ALC8度以上9度未満
末廣酒造（福嶋県･会津美里町）
米と水のみで醸造したマッコリ風清酒は、上品でキレのある味わい。
米 330mℓ 443円（税込487円）
米、米こうじ（福島県） ［放］不検出 <0.3 <0.3

398 本格麦焼酎･TUNACHU(つなちゅう)

ALC25度
鮪屋さんと玄海酒造が「鮪に合う麦焼酎」をコンセプトに開発。
玄海酒造（長崎県･壱岐市）
米 720mℓ 1350円（税込1485円）
大麦（長崎県）

747 造り酒屋の濃厚甘酒
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）
米 500g 660円（税込713円）通常税込734円
米（国内産）

757 龍泉洞の水

岩泉ホールディングス（岩手県･岩泉町）
岩手県･龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。非加熱濾過処理により、自然の味をそのままに。
2ℓ×6 1300円（税込1404円）
岩手県 ［放］不検出 <0.5 <0.5

レバーペースト

◆材料
つくば茜鶏レバー …… 1袋
玉ねぎ …1/2個薄切り
にんにく… 1片薄切り
生姜 …… 1片おろす
バター…… 20g
味噌 …… 30g
塩…… 少々

お好みで白ブランデー、ワイン、ブランデー、ローズマリー、スパイス、セロリ等があれば加えても◎。薄くスライスしてカリカリに焼いたフランスパン、食パンによく合います!

◆作り方
❶ レバーを切り分け、水か牛乳につける。(30分くらい)
❷ レバーの水分をとって、バターで炒めて取り出す。
❸ にんにく、玉ねぎを炒めて、生姜と塩を入れる。
❹ 味噌を加えて混ぜ、火を止める。
❺ 粗熱がとれたら、フードプロセッサーでペーストにする。

はちみつと醤油で漬けたチキンソテー

鶏肉と一緒に!

鶏モモ肉のタンドリーチキン

鶏のトマト煮に

白みそ塩分12%

沼屋本店（茨城県･つくば市）
399 沼屋 手造りみそ
茨城県産大豆と、国産米こうじを使い、3ヶ月熟成で色を白く仕上げました。
冷 賞180日 米 大
1kg 520円(税込562円) 通常税込572円
大豆（茨城県） ［放］不検出 <2.5 <2.9

よつ葉乳業（北海道･音更町）
272 よつ葉バター ホワイト加塩
北海道産生乳100%の加塩バターです。
冷 賞180日 乳
150g 288円(税込311円) 通常税込322円
生乳（北海道）

山田養蜂場（茨城県･つくば市）
554 アルゼンチン産 百花蜜はちみつ
アルゼンチンでとれるクローバー、アルファルファなどの百花蜜はちみつ。さわやかな香りで、クセの少ないはちみつです。
500g 1200円(税込1296円) 通常税込1328円
はちみつ（アルゼンチン）

藤井養蜂場（福岡県･朝倉市）
555 アルゼンチン産 はちみつ
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。
1kg 2100円(税込2268円)
はちみつ（アルゼンチン）

井上スパイス（埼玉県･上尾市）
400 王様のタンドリーチキンスパイス
ヨーグルトにこのスパイスを混ぜ、鶏肉を漬け込んでおけば、あとは焼くだけ。本格的な味です。
15g 190円(税込205円) 通常税込216円
いり塩（沖縄県）

ナガノトマト（長野県･松本市）
401 ていねいにつくったトマトのソース 2個組
イタリア産完熟トマトとにんにく、オリーブオイルをじっくり煮込み、味をととのえたトマトのソースです。
390g×2 520円(税込562円) 通常税込616円
トマト（イタリア）

食品調味料

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

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

さ

お料理の隠し味として欠かせません。 酒類

日本生活協同組合連合
虹の宴 料理酒
502 900mℓ 435円(税込479円)
402 1.8ℓ 798円(税込878円)
米（国内産）

さ

れんこんと豚バラ肉の煮物で

アルファフードスタッフ（愛知県･名古屋市）
508 粗精糖(自然派style)
鹿児島県のサトウキビから作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。
1kg 345円(税込373円) 通常税込383円
さとうきび（鹿児島県）

し

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

す

無農薬栽培した新米を100%使用。静置発酵と長期間の熟成により、コクとのびのある純米酢に仕上げました。

飯尾醸造（京都府･宮津市）
518 純米富士酢 前日OK!
500mℓ 750円(税込810円)
米（京都府）

せ

時間をかけて作られた旨み成分が、煮物にコクと風味を添えます。

入正醤油（千葉県･東庄町）
523 入正特醸醤油
大 小 1ℓ 410円(税込443円)
大豆（アメリカ、ブラジル）

そ

合わせみそに!
鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。塩分8.4%。

はつゆき屋（鹿児島県･日置市）
404 鹿児島麦みそ
冷 賞180日 大
1kg 920円(税込994円)
大麦（愛媛県）

今回で終売になります

ごまの種子を強く炒り、圧搾製法で仕上げました。焙煎したごま油の香りを強く引き出しました。

九鬼産業（三重県･四日市市）
九鬼 純正胡麻油 こいくち
405 340g 640円(税込691円)
406 600g 1030円(税込1112円)
胡麻（ナイジェリア、他）

表紙に中･大サイズ掲載中

国産米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でくせのない油です。米ぬか由来の栄養を含んでいます。

ボーソー油脂（千葉県･船橋市）
407 米油（小）
米 600g 550円(税込594円)
米糠（国内産）

表紙の手羽元と一緒に

沼屋本店（茨城県･つくば市）
545 常総醤油で作った福来ぽんす
筑波山特産の福来(ふくれ)みかんの果汁に常総醤油を加えて作ったぽん酢。
米 大 小 360mℓ 400円(税込432円) 通常税込443円
福来みかん（茨城県） ［放］不検出 <3.9 <4.3

P3の大和田さんのさつまいもと一緒に

ポールスター（東京都･東村山市）
408 桃花林 大学いものたれ
さつまいもを揚げてからめるだけで、お手軽に大学いもが作れます。
大 小 たれ100g×3袋 200円(税込216円) 通常税込238円
水あめ（国内産）

表紙の手羽先と一緒に

趙さんの味（宮城県･仙台市）
409 趙さんの味 薬念醤(ヤンニョムジャン)
野菜や魚、肉と一緒に煮込んだり、炒めたりして使える万能調味料です。
米 大 小 240g 520円(税込562円) 通常税込594円
大豆（国内産）

ポールスター（東京都･東村山市）
410 豚バラ焼大根のたれ
大根と豚肉を一緒に炒めるだけ。
賞180日 米 大 小
1人分×2袋
70g×2袋 230円(税込248円)
小麦（アメリカ、他）

光食品（徳島県･上板町）
411 オイスターソース
中華料理、焼きそば、中華風スープなどに、あとひと味欲しいという時の隠し味として頼りになる一本です。
米 大 小 115g 460円(税込497円)
カキ（広島県）

お好み焼き、たこ焼き、焼きそばなどに!

国産有機野菜、果実を使用。香辛料は胡椒、ナツメグ、クローブ、ローレル、桂皮等を使用。

光食品（徳島県･上板町）
412 お好みソース
米 大 小 360mℓ 398円(税込430円)
野菜（国内産、アメリカ他）

乾物・だし

国産の有精卵と圧搾一番しぼりべに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香辛料使用。

創健社（神奈川県･横浜市）
532 有精卵マヨネーズ
賞180日 卵 米
300g 460円(税込497円)
なたね（オーストラリア）

光食品（徳島県･上板町）
413 トマトケチャップ(瓶)
真っ赤に完熟した海外産有機トマトと国産有機トマトを使用しています。
米 400g 530円(税込572円)
有機トマト（外国産･国内産）

中山水産（静岡県･裾野市）
573 だしパック
さば節、かつお節、いわし煮干し、しいたけ、昆布の混合で作った、だしパックです。全て国内産。
賞180日
8g×18 470円(税込508円)
さば（国内産） ［放］不検出 <3.8 <3.5

次回から値上げ

鰹節のカネイ（兵庫県･神戸市）
561 だし削り(6種混合)
国産の削り節6種(さば、あじ、さんま、いわし、うるめいわし、かつお)をブレンドした削り節です。
150g 390円(税込421円)
さば（鹿児島県、熊本県、愛媛県）

士別農園（北海道･士別市）
582 士別農園 小豆
北海道士別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふっくら煮上がります。
300g 405円(税込437円) 通常税込448円
小豆（北海道）

リアス（千葉県･船橋市）
416 塩吹ひじき
国産のひじきを使用し、化学調味料不使用で仕上げました。 程良い塩加減と柔らかい食感が楽しめます。
賞180日 大 小
30g 298円(税込322円)
ひじき（国内産）

創健社（神奈川県･横浜市）
414 有機ダイストマト缶
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。ダイスカットにした立方体タイプ。
400g 250円(税込270円)
有機トマト（イタリア）

趙さんの味（宮城県･仙台市）
415 趙さんの味 コチュジャン
料理にひとさじ加えれば、まろやかな辛味でコクのある味わいに仕上がります。
米 大 小
150g 530円(税込572円)
大豆（国内産）

リアス（千葉県･船橋市）
417 徳用塩吹昆布
原料が美味しい昆布だから、化学調味料を使わずに作れないかとメーカーと相談して生まれました。
賞180日 大 小
75g 500円(税込540円) 通常税込598円
昆布（北海道）

大紀コープファーム（奈良県･五條市）
418 割干大根
青首大根を大きく切り、干しました。しっかりした歯ごたえと甘みがあります。30分水につけて戻してから。
賞90日 80g 330円(税込356円)
大根（和歌山県）

リアス（千葉県･船橋市）
596 わかめご飯の素
石巻十三浜のわかめに国内産の白ごまと石川県珠洲産の海塩を加えました。
20g 480円(税込518円) 通常税込551円
わかめ（宮城県）

コープ自然派事業連合
577 チキンコンソメ
国産鶏を原料にした、化学調味料不使用のコンソメパウダー。
80g(4g×20) 348円(税込376円)

2月22日はおでんの日！ 全品特価

東京フード（茨城県・坂東市）

419 まろやかおでんの素

焼津産かつお荒節、北海道産昆布や国産素材で作ったおでんだしの素です。1袋に対し水750cc。

大小

16.5g×4 360円（税込389円）通常税込410円

上高地みそ（長野県・松本市）

420 桃花林 ゆずみそ

信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。

賞120日 米大

120g 195円（税込211円）通常税込227円

大豆（国内産）

創健社（神奈川県・横浜市）

421 無漂白の干ぴょう

真夏の太陽熱で干しあげた紐状の干ぴょう。硫黄燻蒸処理をしていないので軟らかく、香りと風味が格別。

30g 400円（税込432円）通常税込454円

かんぴょう（栃木県） ［放］不検出 <5.0 <4.5

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）

422 練りからし

賞180日 米

40g 330円（税込356円）通常税込378円

からし（カナダ）

鶏天うどん&そば

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

三上製麺（埼玉県・所沢市）

638 もっちりつるっこおいしいおうどん

小

300g×2 450円（税込486円）通常税込518円

小麦（埼玉県、他） ［放］ 137Cs=5.1

茹で時間3分半

国内産の原料のみを使用し、食塩を加えず、そば粉八割で作った「二八そば」です。

三上製麺（埼玉県・所沢市）

423 二八の匠 八割そば

そ小

200g×2 400円（税込432円）通常税込454円

そば（国内産）

鬼無里の杜特集 全品特価

業界では不可欠とされる酸化防止剤、増粘剤不使用。

前日OK!

鬼無里の杜（長野県・長野市）

600 うす塩えのき茸

賞180日 米大小

215g 298円（税込322円）通常税込333円

えのき茸（長野県）

まいたけに地場産のえのき茸を加え、だしのきいた調味料で味付け。

鬼無里の杜（長野県・長野市）

424 まいたけご飯の素

大小

220g 355円（税込383円）通常税込400円

まいたけ（国内産）

きのこ、山菜は長野県鬼無里を中心とした国産原料のみ使用。

4〜5合用

鬼無里の杜（長野県・長野市）

425 きのこと山菜炊き込みご飯の素

大小

220g 345円（税込373円）通常税込389円

えのき（国内産）

長野県鬼無里の野沢菜に人参を加えて味付けし、油で炒めました。

鬼無里の杜（長野県・長野市）

426 野沢菜の油いため

米大小

130g 235円（税込254円）通常税込270円

野沢菜（長野県）

長谷川商店（東京都・中央区）

583 寿司はねのり

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

賞180日

全型10枚 270円（税込292円）

のり（国内産）

九鬼産業（三重県・四日市市）

427 九鬼国産ごまふりかけ

国産素材で作ったふりかけです。金ごまの食感と香ばしい香り、かつお節と海苔の旨味がご飯に合います。

大小 25g 275円（税込297円）

金ごま（国内産）

ボールスター（東京都・東村山市）

428 青森県田子町産みじん切りにんにく

青森県田子町産の風味豊かなにんにく「福地ホワイト種」を使用。切る手間のいらない「みじん切りタイプ」。

賞180日

65g 400円（税込432円）

にんにく（青森県）

おびなた（長野県・長野市）

429 そばつゆ（ストレート）

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

米大小

400mℓ 350円（税込378円）

米ぬか発酵で生まれた自然な旨み、甘みがお野菜の風味を一層引き立てます。

アイワ（長野県・岡谷市）

430 麹屋甚平 浅漬けの素

米

500mℓ 380円（税込410円）

米（長野県）

桜井食品（岐阜県・美濃加茂市）

626 国産パン粉

岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。

賞180日 小

200g 295円（税込319円）

小麦（岩手県） ［放］不検出 <1.0 <1.0

天ぷらにして!

桜井食品（岐阜県・美濃加茂市）

431 天ぷら粉

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。

小

400g 370円（税込400円）通常税込416円

お菓子作りにも!

無茶々園（愛媛県・西予市）

432 無茶々園れもんストレート果汁

自社栽培したレモン100%のストレート果汁。引き締まった香りと酸味が特長。ドレッシングやお菓子作りなどに。

賞180日

150mℓ 554円（税込598円）通常税込637円

レモン（愛媛県）

茹で時間約9分

ニューオークボ（千葉県・柏市）

433 スパゲティ ブロンズタイプ

デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲッティ。ソースに絡みやすい、ざらつきがあるパスタ。

小

300g(1.9mm) 285円（税込308円）

小麦（カナダ、アメリカ）

桜井食品（岐阜県・美濃加茂市）

434 純正ラーメン

植物性原料のみを使用した、桜井食品こだわりのラーメンです。

賞180日 淡大小

98g(めん90g) 150円（税込162円）

小麦（国内産）

桜井食品（岐阜県・美濃加茂市）

435 純正ラーメン 豆乳塩だし味

植物性原料のみを使用した、桜井食品こだわりの豆乳塩味のラーメンです。

賞180日 大小

104g(めん90g) 165円（税込178円）

小麦（国内産）

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう！

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

前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。

※紛失された場合は供給担当まで

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

純石けんと炭酸塩のWの洗浄効果!

太陽油脂（神奈川県・横浜市）

440 パックス 洗濯用石けんWパワー

100%自然由来成分の洗濯用液体石けん。純石けんと炭酸塩のWの洗浄効果で、汚れに強くしっかり洗えます。

1200mℓ 1080円（税込1188円）通常税込1210円

太陽油脂（神奈川県・横浜市）

792 パックス 洗濯用石けんWパワー詰替

純石けんと炭酸塩のWの洗浄効果で、汚れに強くしっかり洗えます。便利な詰替え用。

1000mℓ 718円（税込790円）通常税込825円

歯ぐきケアタイプ

太陽油脂（神奈川県・横浜市）

842 パックス ソルティーはみがき

塩のちからで歯周炎(歯槽膿漏・歯肉炎)を予防して歯ぐきを健やかに保つ、塩入り石けんはみがき。

120g 450円（税込495円）

カサつく季節に

太陽油脂（神奈川県・横浜市）

441 パックスナチュロン リップクリーム

シアの果実から得られた天然の保湿成分シアバター(シア脂)を配合。唇の乾燥を防ぎ、うるおいを保ちます。口紅の下地としても。

4g 618円（税込680円）通常税込699円

ドラム式には使えません

太陽油脂（神奈川県・横浜市）

802 パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー

酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの作用で、洗いにくい部分の汚れを落とします。

300g×3袋 980円（税込1078円）

◎芯の小さいタイプ

牛乳パック30%を含む再生紙100%。無漂白、セミソフトタイプ。130m巻シングル。専用芯でご使用下さい。

丸富製紙（静岡県・富士宮市）

890 ペンギン芯なし（トイレットペーパー）

130m×6ロール 498円（税込548円）

マスコー製紙（静岡県・富士宮市）

896 ピュアティッシュペーパー

回収した牛乳パック55%と古紙45%。蛍光染料を使わない2枚重ね。ソフトな肌ざわりです。

200w×5箱 438円（税込482円）

お子様向け商品

- 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。

おとうふ工房いしかわ

原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、食塩、膨張剤(重曹)

おとうふ工房いしかわ（愛知県・高浜市）

438 きらず揚げ・しお4連

賞90日 大小

20g×4 270円（税込292円）

小麦（国内産） ［放］不検出 <4.1 <4.3

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）

439 きらず揚げ・黒砂糖4連

賞90日 大小

20g×4 270円（税込292円）

小麦（国内産） ［放］不検出 <4.2 <3.3

山形県 酒田市 べにばな野草園の手作り化粧水 ※全て2月4回にお届け

ヨモギ、スイカズラ、ラベンダーの成分には血行促進や抗菌作用があり、ニキビ対策にぴったり。

べにばな野草園（山形県・酒田市）

442 よもぎ水

賞90日

100mℓ 1800円（税込1980円）

ヨモギ（山形県）

組合員さんからの クチコミ

「よもぎ水」、大学生の娘がとても気に入っています。ニキビが抑えられ、肌へのなじみがとてもいいようです。べにばな野草園さん、応援しています。

化粧水

ドクダミ、クマザサ、ローズマリーの成分が肌の代謝を促進させ、美白や吹き出物の予防に効果を発揮します。

べにばな野草園（山形県・酒田市）

443 どくだみ水

賞90日

100mℓ 1800円（税込1980円）

ドクダミ（山形県）

化粧水

カミツレ、スギナ、カキドオシの成分が毛穴をひきしめ、しっかり保湿します。カモミールの香りにはリラックス効果があります。

べにばな野草園（山形県・酒田市）

444 かみつれ水

賞90日

100mℓ 1800円（税込1980円）

カミツレ（山形県）

料理の素材としても

1袋当り 税込322円

創健社（神奈川県・横浜市）

643 長崎皿うどん

国産小麦粉使用。パリッとした揚げ麺にあんかけスープが合います。

賞120日 卵大小

2食×2袋（スープ付） 595円（税込643円）

小麦（国内産）

創健社（神奈川県・横浜市）

436 さば水煮 2個組

長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、天日塩でさっぱりと水煮にしました。

190g(固形量140g)×2 556円（税込600円）通常税込622円

さば（長崎県、他）

そのままおかずはもちろん、料理の素材としても

創健社（神奈川県・横浜市）

437 さば味付 2個組

長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、本醸造醤油と喜界島産粗糖のみで味付しました。

大小

190g(固形量140g)×2 576円（税込622円）通常税込644円

さば（長崎県、他）

北海道の酪農応援!

よつ葉乳業 特集

全品特価

北海道・音更町

長引くコロナ禍の影響で道内産原乳は余剰気味です。さらには餌代や光熱費は高騰。しかし一旦減産すると、増産まで2年かかります。今こそ「みんなの1パック」で消費の応援をお願い致します。

乳製品担当

原材料：脱脂濃縮乳（北海道製造）、フルーツソース(いちじく果肉、砂糖、濃縮ぶどう果汁、濃縮レモン果汁)、砂糖、クリーム(北海道製造)/増粘剤(ペクチン)

よつ葉乳業（北海道・音更町）

445 のむヨーグルト(ぶどう&いちじく)2本組

乳原料は100%北海道産ののむヨーグルトです。ぶどうといちじくのミックスです。香料不使用。

冷 賞21日 乳 250g×2 330円(税込356円) 通常税込380円

生乳（北海道）

ブルーチーズ初心者にもおすすめ

まろやかなカマンベールのおいしさに、青かび特有のコクと香り・旨みが加わった味わいのチーズ。

よつ葉乳業（北海道・音更町）

446 よつ葉大人のカマンベール&ブルー

冷 賞120日 乳 90g 480円(税込518円) 通常税込538円

生乳（北海道）

食べ切りサイズの個包装

チェダーチーズをブレンドしたまろやなプロセスチーズです。※プロセスチーズのため、乳化剤使用。

よつ葉乳業（北海道・音更町）

447 よつ葉北海道十勝 ひとくちチーズ仕立て 9個入

冷 乳 90g(9個) 338円(税込365円) 通常税込378円

生乳（北海道）

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

よつ葉乳業（北海道・音更町）

よつ葉シュレッドチーズ 冷 賞90日 乳

448 1個 250g 558円(税込603円) 通常税込621円

449 2個組 1個当り税込592円 250g×2 1096円(税込1184円) 通常税込1242円

450 5個組 1個当り税込583円 (250g)×5 2700円(税込2915円) 通常税込3105円

生乳（北海道）

ほのかな酸味

よつ葉乳業（北海道・音更町）

451 よつ葉北海道十勝 チェダーチーズ

十勝の生乳を使って熟成させたセミハードタイプのナチュラルチーズ。ほのかな酸味が特長。

冷 賞90日 乳 100g 308円(税込333円) 通常税込343円

生乳（北海道）

まろやかな味わい

よつ葉乳業（北海道・音更町）

452 よつ葉北海道十勝 ゴーダチーズ

十勝の生乳を使って熟成させたセミハードタイプのナチュラルチーズ。まろやかな味わいのチーズ。

冷 賞90日 乳 100g 315円(税込340円) 通常税込351円

生乳（北海道）

よつ葉乳業（北海道・音更町）

453 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 賞180日 乳 45g×2 396円(税込428円) 通常税込454円

生乳（北海道）

まぐろ専門店

まぐろ屋さん応援! 全品特価

マストミ特集

徳島県・徳島市

燃料価格、人件費、魚価の高騰…。3重苦、4重苦に直面しているまぐろ業界。そんな中でも、「貴重なまぐろ、余すところなく使い切ろう!」を合言葉に、みんなでまぐろ漁、まぐろ加工業を応援できればと思います。

マストミ（徳島県・徳島市）

454 まぐろ漬け丼(胡麻ダレ)

「ご飯に合う」をコンセプトに仕上げた漬け丼です。醤油ベースのタレに練ごま、白ごまを加えまろやかに。

凍 賞30日 米 大 小 80g×2 498円(税込538円) 通常税込570円

びんちょうまぐろ（太平洋）

マストミ（徳島県・徳島市）

455 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）

マストミ（徳島県・徳島市）

つぶつぶまぐろたたき身

凍 賞20日

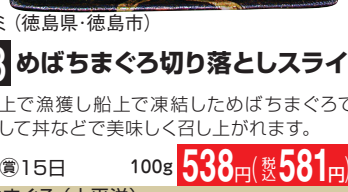
456 2袋 50g×2 580円(税込626円) 通常税込646円

457 徳用 50g×4 1080円(税込1166円) 通常税込1274円

めばちまぐろ（台湾）

高鮮度のめばちまぐろを使用。原料の良さを活かすため、ペースト状ではなく身の粒を残しました。

旨味濃いめばち!



マストミ（徳島県・徳島市）

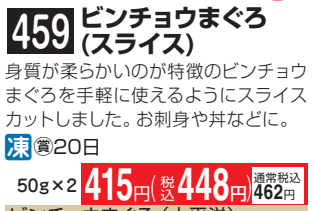
458 めばちまぐろ切り落としスライス

太平洋上で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して丼などで美味しく召し上がれます。

凍 賞15日 100g 538円(税込581円) 通常税込599円

めばちまぐろ（太平洋）

もっちりのびんちょう!



マストミ（徳島県・徳島市） 2食入

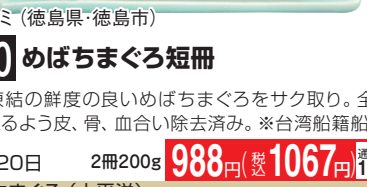
459 ビンチョウまぐろ(スライス)

身質が柔らかいのが特徴のビンチョウまぐろを手軽に使えるようにスライスカットしました。お刺身や丼などに。

凍 賞20日 50g×2 415円(税込448円) 通常税込462円

ビンチョウまぐろ（太平洋）

まぐろのスペシャリストが丁寧にサク取り!



マストミ（徳島県・徳島市）

460 めばちまぐろ短冊

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。※台湾船籍船漁獲

凍 賞20日 2冊200g 988円(税込1067円) 通常税込1166円

めばちまぐろ（太平洋）

グリルで豪快に!

マストミ（徳島県・徳島市）

461 増量・めばちまぐろカマぶつ切り(焼物用)

めばちまぐろのカマを調理しやすい大きさにカットしました。焼いて酒の肴に、またバーベキューの素材にも。

凍 賞30日 400g 450円(税込486円) 通常税込505円

めばちまぐろ（太平洋）

湯煎でOK

マストミ（徳島県・徳島市） 4個×2

462 まぐろ団子 甘酢ソース

栄養豊富なまぐろを団子にし、自家製ソースをからめました。ソースは栽培法まで吟味したこだわり素材使用。

凍 賞90日 卵 米 大 小 280g(4個×2) 426円(税込460円) 通常税込498円

まぐろ（台湾、国内産）

マストミ自社製塩麹使用

塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの竜田揚げ。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。

マストミ（徳島県・徳島市）

463 マグロの塩麹竜田

凍 賞90日 卵 米 大 小 150g 476円(税込514円) 通常税込544円

びんちょうまぐろ（太平洋）

素材の持ち味を活かし切る!

「まぐろつみれ」

まぐろつみれの中華風スープ

456・457の「つぶつぶまぐろ」を作る際に除去するマグロのスジ部分を「せっかくの旨み部分をなんとか活かしたい!」という思いから、この商品は誕生しました。お刺身だと口当たりが気になるスジの部分は、熱を加えると柔らかくなって旨味もたっぷり。ヘルシーなマグロに山芋を加えた、ふんわり柔らか、愛情いっぱいの「まぐろつみれ」です。

加熱すると軟らかく、旨味が濃いスジ部分を使用しました。中華スープの具材、煮物、揚げ物などでどうぞ。

マストミ（徳島県・徳島市）

464 まぐろつみれ 10個入

凍 賞30日 卵 大 小 10個200g 398円(税込430円) 通常税込454円

めばちまぐろ（太平洋）

手作りみそ用素材

3月2回まで掲載の予定です

地場の大豆がなくなりましたので、おきたま興農舎の青大豆(農薬無散布)をお届けします

青大豆の中でもふっくらして風味が良く緑色の「秘伝」という品種です。無農薬栽培。

おきたま興農舎（山形県・高畠町）

大豆 大 無農薬

465 1kg 850円(税込918円)

466 2kg 1660円(税込1793円)

山形県

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

凍 賞90日 大 無農薬

おきたま興農舎(山形県・高畠町)

蒸し大豆

467 乾豆1kg分 1150円(税込1242円)

468 乾豆1kg分×2 2260円(税込2440円)

山形県

やまこみそ（茨城県・守谷市）

469 米こうじ 1kg

茨城産コシヒカリ100%。すぐ使わないときは塩をまぜて(塩きり)おいて下さい。賞味期限を10日位のばせます。

冷 賞届いて15日前後 米 1kg 948円(税込1024円)

米（茨城県） [放] 不検出 <3.7 <4.1

どんぐりてい（茨城県・坂東市）

470 どんぐりていの米こうじ

どんぐりていで収穫したササニシキを、米こうじにしました。農薬・化学肥料不使用。

冷 賞60日 米 500g 740円(税込799円)

ササニシキ（茨城県） [放] 不検出 <3.4 <4.0

やまつね味噌（千葉県・我孫子市）

471 麦こうじ 1kg

創業は安政2年(1855年)。我孫子市布佐にある老舗のみそ屋。 国産大麦を使用し、じっくり醸します。

冷 賞60日 1kg 1400円(税込1512円)

大麦（国内産）

表示マークのご案内

取り扱いサイクル・価格表記

- 4週に1回お届け / 4週に3回お届け
- 隔週お届け / 毎週お届け
- シーズン最終 季節商品につき今回で最終
- シーズン初 今季初登場
- 新 新発売の商品
- 特 特別価格商品

お届け時の温度帯

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

アレルゲン表示

卵 乳 牛乳 米 大 大豆 そ そば 小 小麦 落 落花生 え えび か かに

- 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
  ※コンタミネーションとは同じ工場でアレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性があることをいいます。
- アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。

主原料原産地

- 生鮮品については主原料の原産地を表記しています。
- 原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめましょう!

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。