

はじめよう! 健康で経済的なくらし

2023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～



インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから
登録出来ます

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

2023年4月1回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	27	28	29	30	31
定番品 のお届け	3	4	5	6	7
特別企画品 のお届け	10	11	12	13	14

朝から幸せ♪

しっかり朝ごはん パワーチャージ!

朝食を食べないと「なんだか頭がぼんやりする」なんてことはありませんか?それは私たちが元気にしてくれるエネルギーが不足しているからです。朝食は、1日を元気に過ごすための大事な「スイッチ」です。



坂東市「青木農園」の援農交流会

2023年度の活動テーマ(案)は「つくと食べるでつながろう～私たちの地産地消～」

常総生協の理念「食は生命(いのち)」では身土不二、人の身体と土地は切り離せない関係にあり、その土地でその季節にとれたものを食べるのが健康に良いという考え方があります。

つくば市「沼屋本店」の木樽醤油



地元の旬の食材はその時が栄養価も一番高く、食材の持つ力を最高の状態でいただく事ができます。食材の生命をはぐむ力、自己免疫力、そして腸内環境を整えて免疫力を高める発酵食品など、常総食材を上手に活用して、健康を維持する体作りをしていきましょう。

8 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日
鎌倉ロースハムスライス×2
60g×2 **510円**(税込**551円**) 通常税込**572円**
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。
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.3

9 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日
鎌倉マイルドボークウインナー(徳用)
400g **698円**(税込**754円**) 通常税込**798円**
焼き塩を使用しているので塩力ドがとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。

14 ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
バナナ
450g以上 **350円**(税込**378円**) 通常税込**399円**
食感が良く甘味があります 無農薬
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。

15 竹村さん(茨城県・かすみがうら市)
竹村さんのいちご
200g×2 **750円**(税込**810円**)
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。
茨城県

17 JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)
めくみちゃんコシヒカリ(白米5kg×2)
5kg×2 **4600円**(税込**4968円**) 通常税込**5076円**
鬼怒川、小貝川に挟まれた肥沃な土地を生かして優良米生産に励んでいます。初期除草剤1回のみ使用。
茨城県

18 樽の味(和歌山県・御坊市) 賞120日
漬けもん屋のまかない漬
120g **218円**(税込**235円**) 通常税込**248円**
漬物屋が「まかない」として余った沢庵をこま油と、唐辛子で和えたりのが始まり。和風ザーサイの様な味わい。
原材料: 大根、漬け原料(砂糖、梅酢、ごま油、塩、醤油、しょうが、昆布、ごま、唐辛子、椎茸エキス)

19 JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日
本味納豆(タレ・カラシ無)2個組
(40g×3)×2 **260円**(税込**280円**) 通常税込**302円**
茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.4

20 佐井村漁協(青森県・佐井村) 賞90日
津軽海峡 鮭フレーク
100g **498円**(税込**538円**) 通常税込**562円**
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
秋鮭(青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

地元で愛されるパン屋さん
クローノヌ
自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもっちり食感とクセのない味わいに仕上げました。
クローノヌジャパン(茨城県・取手市)
クローノヌの角形食パン
2,9ページで春のパン祭り開催中

10 1斤6枚 **270円**(税込**292円**)
11 半斤3枚 **140円**(税込**151円**)
小麦(アメリカ他)

とろ〜りチーズが絶品!
12 よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞90日
よつ葉シュレッドチーズ 2個組
250g×2 **1220円**(税込**1318円**) 通常税込**1372円**
ナチュラルチーズ(チェダー、モッツアレラ)100%。ビザやグラタンに、セルロース(結着防止剤)不使用。
生乳(北海道)

意外な組み合わせだけど相性◎
13 遠志食品(埼玉県・越谷市) 賞180日
江戸前得意! 生のり煮
85g **345円**(税込**373円**) 通常税込**389円**
千葉県木更津の盛州干潟で養殖された黒のりを、鮮度良く生のまま昔ながらの直火炊きで炊き上げました。
のり(千葉県)

16 サツラク農協(北海道・札幌市) 賞18日
サツラク酪農家限定ヨーグルト加糖 2個組
(80g×3)×2 **430円**(税込**464円**) 通常税込**492円**
11戸の生産牧場限定の生乳使用。生乳を90%以上使用し、まろやかでクリーミーな食感。香料、安定剤不使用。
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.1

645 味日本(広島県・広島市)
国産野菜入りコーンポタージュスープ
104.4g(17.4g×6袋) **440円**(税込**475円**) 通常税込**486円**
3種の国産野菜を使ったコーンポタージュスープの素。北海道産スイートコーン使用。
とうもろこし(北海道)

樹上完熟! **柏田中完熟のトマト**
今年は比較的暖かい日が続き、生育は順調です。鈴木さん・寺田さんと次世代が活躍しています!
純米酢と純粋はちみつに沖縄の塩を加えた調味酢。甘酢漬、ドレッシング、マリネ、南蛮漬、ピクルスなどに。
522 藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
食菜酢
360ml **548円**(税込**592円**) 通常税込**626円**
米(国内産)

22 JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)
柏田中の完熟トマト
1kg **698円**(税込**754円**) 通常税込**788円**
時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。
千葉県 [放] 不検出 <4.1 <2.5

23 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて7~11日
石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ
100g **498円**(税込**538円**)
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。
生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.2

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、順次放射能自主検査を進めています。主原料産地もご参照ください。
・調査完了したの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] ¹³⁷Cs=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] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=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

2023 春 みんなで知って、利用し、広めよう!
ひとも牛もすこやかに



石岡 鈴木牧場

(茨城県・石岡市)

鈴木牧場のみなさん
毎年多くの常総生協組合員が訪れる石岡鈴木牧場。鈴木昇さん、ともえさん夫妻と、息子の績さんと美登里さん夫妻を中心に、約45頭の牛たちと共に家族経営の酪農を営んでいます。



牧草地

噛んでびっくり! 甘い草のヒミツ

鈴木牧場の健康な牛たちを支える牧草。その牧草を噛んでみてびっくり! じわりと甘いのです。そのわけは「元となる草が健康に育っているからですね」と鈴木さん。「良い草は、健康な土からしか生まれません」。



牧草

飼料の自給率向上に向けた取り組み

乳牛の飼料は大きく牧草と穀物飼料ですが、そのうち国内の乳牛に与える穀物飼料類のほとんどが輸入です。鈴木さんは、自らの繋がりや穀類を調達し、国内自給率は40%弱まで増えています。また少しずつ自前の牧草地を増やしており、1年間で約45頭の牛が食べる量の約60%を賅っており、今年も増やす計画です。

土・草・牛の「良い循環」と臭わない牛舎のヒミツ

鈴木牧場は独特の「牛舎の臭い」がありません。「良い循環が保たれていて、牛が健康だからだね」と鈴木さん。「良い循環が出来ていないと臭います。【良い堆肥→健康な土→健康な草→健康な牛】、このサイクルを作る事がとても大切。そうすることで牛は健康になるし、牛乳は美味しくなる。二次的に牧場も臭わなくなるのです」と鈴木さん。健康な牛を育てるには「良い循環」が大事なんですね。

やっぱり土づくりが大事!

鈴木牧場の牧草地には、1年間かけて作った堆肥を使います。「臭くて近づけない」のが常識の堆肥が、全く臭くなく、むしろ「山の土」のようないい香り。1年をかけてやっと完成。この堆肥こそが「健康な土」の源となります。



ひとも牛ももっと! すこやかに

昨年末からの新たな取り組みとして、牛の「運動場」づくりを進めています。今後は搾乳時以外は運動場で過ごし、搾乳時には歩いて搾乳牛舎へというスタイルを始めます。ひとも牛もすこやかに。今後の鈴木牧場の新たなチャレンジにも、ぜひ応援をよろしくお願いいたします。



ヨーグルトと一緒に!

りんごの形を残した歯ざわりのいいコンポート。砂糖を控えめにし、りんご本来の甘さを引き出しました。



24 冷蔵
しらたかノラの会(山形県・白鷹町) 賞30日
りんごコンポート

180g 298円(税込) 322円(税込) 340円(税込)

りんご(山形県) [放] 不検出 <2.8 <3.2

ピ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。



25 微糖
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて10~11日
石岡 鈴木牧場ヨーグルト

400g 370円(税込) 400円(税込)

26 プレーン
生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4



茨城産有機バジル

27 冷蔵
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞14日以上
石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(バジル)

30g 199円(税込) 215円(税込)

鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。香り高い茨城県産有機栽培バジル使用。生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1



28 冷蔵
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞7日以上
石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン)

40g 292円(税込) 315円(税込)

鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.8 <4.1

JOSOがおすすめする「雑穀のある食生活」



米だけでは不足するミネラル類は、雑穀を混ぜて「二穀」にして補う事をおすすめしています。また日本人の歯列(臼歯が概ね6割)や腸の長さから、穀物や野菜を主体とした食事は理にかなっていると考

えます。茨城県龍ヶ崎市にある「薬方堂」では、ハトムギ・丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちぎび、もちあわ、ひえなど国産の雑穀をブレンドしています。

502074 自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市) 白米用雑穀セット
500g 999円(税込) 1079円(税込) 1132円(税込)
502077 自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市) 玄米用雑穀セット
500g 1098円(税込) 1186円(税込) 1234円(税込)

今週のおすすめ
国産チップで丁寧にスモークした風味豊かな逸品

旨味の濃い豚ウデ肉を使ったベーコンです。添加物を使いませんので子どもも大人も安心です。お花見のサンドイッチにもぜひ!

29 冷蔵
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日
丹沢農場のショルダーベーコンスライス
100g 380円(税込) 410円(税込) 437円(税込)

豚肉(国内産)

春のパン祭り

9ページでも各メーカーの新商品掲載中!

2個 2個

30 卵乳小
クーロンヌのつぶあんぱん
2個(320g) 370円(税込) 400円(税込)
北海道産の小豆を使用したクーロンヌ自家製のつぶあんぱん。
小豆(北海道)、小麦(アメリカ)

31 卵乳小
クーロンヌのメロンパン
2個(280g) 348円(税込) 376円(税込)
たっぷりバターを使ったバニラ香るピス生地。
小麦(アメリカ)

ふっくらとした食感で雑穀のプチプチ感が生きたソフトクッキー

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

502074 白米用雑穀セット 245 バター 474 乾燥おから

ソフトクッキー

◆材料
雑穀 大3
乾燥おから 60g
小麦粉 50g
砂糖 50g
バター 30g
豆乳(牛乳) 100cc

◆作り方
① 室温に戻したバターと砂糖をボウルに入れてクリーム状になるまでよく混ぜる。
② ①に豆乳を入れて混ぜたら、雑穀、おから、小麦粉を加え混ぜ合わせラップで包み、冷蔵庫で生地を1時間ほど落ち着かせる。
③ ②を直径3cm位にまるめ上から押し厚さ1cm位にする。
④ ③をクッキングシートをひいた天板に並べアルミホイルをかぶせて、トースターで15分位焼く。ホイルを外し2分焼く。オーブンなら、180℃で15分位。

「がんもどき」で簡単♪

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

289 ひじき入り京がんも 502001 めぐみちゃん 528 だし醤油

炊き込みご飯

◆材料
がんも 2枚
だし醤油 大3
お米 2合

◆作り方
① 研いだお米を炊飯器にセットし、だし醤油*を加え、水を通常目盛りまで入れる。(※めんつゆでも代用できます)
② がんもどきを油抜きせずにお米の上へ乗せ、通常通り炊飯する。
③ 炊きあがったら、がんもどきをくすすようにご飯と混ぜ合わせる。

農産

野菜はネオニコチノイド系農薬は使用しておりません。できるだけ地場のもの、農薬や化学肥料を使わない生産者の作物です。

春の陽気になりました。生産現場では日々害虫・病害との闘い、天候不順への対応が迫られています。引き続き産地の情報発信を続けて参りますので、生産者に思いを馳せ、健康な農産物をいただきます。



皮まで丸ごと使い切ろう! 無農薬栽培レモン

皮+果汁

はちみつ漬けや砂糖をまぶして。塩漬けやオイル漬けにして調味料にも使えます。



はちみつはP14・16に掲載中!



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ください。農薬無散布。

松永農園(静岡県・静岡市) 松永さんのレモン 32 400g 430円(税込464円)

33 1kg 850円(税込918円) 静岡県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

シーズン初

松永さんの甘夏!



プリプリした食感が心地よいです。皮まで安心して使えますので、手作りマーマレードにもおすすめです。

甘さ★★★ 酸味★★★ 香り★★★★

34 松永農園(静岡県・静岡市) 3玉 松永さんの甘夏 1kg以上(3玉) 410円(税込443円)

駿河湾から駆け上がりの中温暖な急斜面に、レモン、ピワと混植しています。農薬無散布。

静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

流通量が少ない 稀有な柑橘 さわやかな香りが持ち味



黄色い果皮で小さめサイズですが、味と香りのバランスは良く、オレンジに近い風味。農薬0~3回。

35 無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園の黄金柑 700g 530円(税込572円) 愛媛県

濃い甘みとジューシーな果肉 清見オレンジ



清見オレンジは3月頃まで樹上で越冬して、十分に色づいたところで収穫します。これは非常に手間のかかる作業ですが、出荷直前まで採果せず、樹上にて完熟させることでより甘く、おいしくなります。

みかんとオレンジの掛け合わせ品種。たっぷりの果汁と、芳醇な香りが特徴的。減農薬栽培。

36 木下さん達(愛媛県・西予市) 清見オレンジ 800g 554円(税込598円) 愛媛県



37 濱上さん(鹿児島県・出水市) ジューシーフルーツ 800g 430円(税込464円) 鹿児島県

果肉は軟らかく多汁で爽やかな柑橘。落果防止剤は使用していません。農薬無散布。

鹿児島県



38 無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園のジューシーフルーツ(河内晩柑) 3kg 1598円(税込1726円) 愛媛県

文旦(ザボン)の枝変わりとして、果肉は軟らかく多汁です。農薬3回まで。

愛媛県



39 渥美農園(静岡県・浜松市) 渥美さんのグレープフルーツ 1kg(3~5玉) 647円(税込699円) 静岡県

大変貴重な国産のグレープフルーツ。半分に切ってスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。

静岡県 [放] 不検出 <3.3 <3.0



無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園の甘夏 40 1kg 398円(税込430円) 愛媛県

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。

愛媛県



42 江川農園(神奈川県・小田原市) 江川さんのキウイフルーツ 500g 461円(税込498円) 神奈川県

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。

神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4



43 寺尾果樹園(愛媛県・四国中央市) ブラッドオレンジ 600g(3~5玉) 630円(税込680円) 愛媛県

イタリア原産の稀少柑橘です。できるだけ熟成後出荷するので、酸味が少なく糖度が高いです。減農薬栽培。

愛媛県



44 岩川さん達(鹿児島県・屋久島町) 屋久島タンカン 約550g 578円(税込624円) 鹿児島県

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

鹿児島県



45 さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) りんご(ふじ)訳あり 3玉 450円(税込486円) 長野県

果実中の糖度が通常より少し低いまま成熟期を迎えたりんご。減農薬栽培。

長野県



46 ケーアイ農産(青森県・八戸市) りんご(ふじ)小玉 3~4玉 554円(税込598円) 青森県

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。

青森県



48 赤羽根さん(栃木県・壬生町) 赤羽根さんのキウイフルーツ 200g(3~4玉入り) 260円(税込281円) 栃木県

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ざっしり詰まっています。農薬無散布。

栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0



49 ベテル未来・中村さん(茨城県・石岡市) いちご(やよいひめ) 200g 630円(税込680円) 茨城県

大粒で甘味が強く、まろやかな酸味が特徴です。農薬無散布・化学肥料不使用。

茨城県



50 ベテル未来・中村さん(茨城県・石岡市) いちご(よつぼし) 200g 630円(税込680円) 茨城県

甘みと酸味のバランスがよくさっぱりした後味です。農薬無散布・化学肥料不使用。

茨城県



51 岩間さん達(青森県) にんにく 約70g 250円(税込270円) 青森県

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

青森県 [放] 不検出 <3.6 <3.4



52 加瀬さん達(千葉県) 葉にんにく 約90g(2~4本入り) 200円(税込216円) 千葉県

玉葱より手軽で使い勝手がよく、炒め物やチャーハンや回鍋肉などにも。農薬無散布。

千葉県



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

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。減農薬栽培。

熊本県



55 上野さん達(栃木県・上三川町) ニラ 1束(約100g) 135円(税込146円) 栃木県

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。

栃木県 [放] 不検出 <4.0 <3.7



56 イバラキ食品(茨城県・石岡市) もやし 250g 59円(税込64円) 茨城県

筑波山産の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。

茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6



57 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) 長島さんのレタス 1玉 250円(税込270円) 茨城県

完全、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。

茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



58 長島さんのサニーレタス 1玉 170円(税込184円) 茨城県

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。

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



59 中村農芸・中村さん(茨城県・取手市) 中村さんのベビーリーフ 40g 160円(税込173円) 茨城県

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。

茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

旬のたっぷり食いち たくさん採れています! ピーマンを使って「鮭南蛮」

- 材料: 鮭、玉ねぎ、しめじ、えのき、舞茸、人参、ピーマン、タカノツメ、塩・こしょう、片栗粉、ごま油、酢、砂糖、醤油

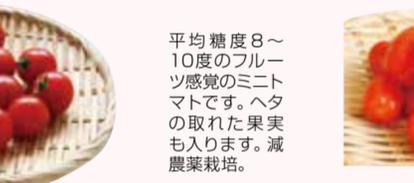


- 作り方: 1. 鮭は食べやすい大きさに切って塩、こしょうをして、片栗粉をまぶす。玉ねぎ、人参は千切り、きのこは石づきを取って小房に分ける。 2. フライパンにごま油と輪切りにしたタカノツメを入れて熱し、野菜ときのこを炒め、混ぜ合わせたAに漬ける。 3. 油を多めに足し(分量外)、中火で鮭に火が通るまでじっくり焼き皿に盛り、②をかける。



右田さん達(熊本県・芦北町) ミニトマト 62 約150g 230円(税込248円) 熊本県

63 400g 554円(税込598円) 熊本県



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 64 約180g 330円(税込356円) 熊本県、又は北海道

65 約400g 590円(税込637円) 熊本県、又は北海道



66 大木さん(茨城県・常総市) 大木さんの中玉トマト 300g 398円(税込430円) 茨城県

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。

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3



67 吉澤さん達(群馬県・昭和村) グリーンアスパラ 約100g 298円(税込322円) 群馬県

日中は40℃近く、夜は-10℃以下で育つ寒締め栽培。農薬無散布。

群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5



68 井上さん(埼玉県・美里町) 春ブロッコリー 1個(蕾9cm以上) 250円(税込270円) 埼玉県

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。

埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7



69 井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県) サラダスナップ 約100g 276円(税込298円) 埼玉県、熊本県

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。減農薬栽培。

埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

豊作につき「増量」企画!

春を感じる野菜

ほろ苦さ /

73 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのかき菜
1束200g **165円(税込178円)**
ビタミン、ミネラルも豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

74 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園の絹さや
50g **218円(税込235円)**
お吸い物の具、茹でてサラダ、炒め物等幅広くご利用下さい。農薬無散布。
愛媛県

77 あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)
小松菜(少量)
1束(約150g) **150円(税込162円)**
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。
茨城県

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

84 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのかぶ
1束(4~5玉) **183円(税込198円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

89 上村さん達(青森県・おいらせ町)
人参(洗い)
1kg **398円(税込430円)**
青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

新生活のスタートは具だくさんのみそ汁で

72 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの長ねぎ
500g **220円(税込238円)**
牛糞堆肥を使い、丁寧に育てました。みそ汁、煮物にどうぞ。害虫が発生した場合のみ農薬使用。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.9

75 浅野さん(茨城県・常総市)
浅野さんのほうれん草
約200g **198円(税込214円)**
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。
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

76 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
長島さんの人参
500g **220円(税込238円)**
米糠などの自家製ぼかし肥を使い、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布。
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <4.5

79 熊崎さん達(愛知県・南知多町)
大根
900g以上 1本 **220円(税込238円)**
※上・下は選べません
煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
愛知県

80 カット
1/2本(500g以上) **150円(税込162円)**
愛知県

行き場をなくした野菜…HELP! / みんなで野菜を食べて健康に、生産者を応援しましょう!

野菜サポート会員 (継続募集)

野菜サポート会員に登録! → 育てていた野菜が思ったより収穫できそう... → 生産者から生協へ品目と数量の連絡 → 収穫したての野菜が生協本部へ

翌日、供給便でお届け!

QRコードから登録可能!

野菜サポート会員申込書

登録者数は現在180名です。これから春にかけて余剰がやすい時期です。みんなで地場野菜を食べて健康な体を作っていきましょう!

組合員番号

組合員名

希望口数 (1回のお届けで300円以下)

切り取ってご提出下さい

81 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
500g **250円(税込270円)**
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。
茨城県

82 1kg **498円(税込538円)**
茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6

83 福田さん達(沖縄県・宮古島)
かぼちゃ(カット)
400g前後 **380円(税込410円)**
ホクホクとした口当たりと程よい甘み。ソテー、煮物等に。減農薬栽培。
沖縄県

88 さんさんファームさんからのメッセージ
さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 産60日
干し柿(市田柿)
150g (4~7個) **698円(税込754円)** 通常税込862円
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。
長野県

85 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのごぼう
400g **198円(税込214円)**
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

86 上村さん達(青森県・八戸市)
長芋
200g **220円(税込238円)**
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。
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

87 さんさんファームさんからのメッセージ
さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 産60日
干し柿(市田柿)
150g (4~7個) **698円(税込754円)** 通常税込862円
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。
長野県

89 上村さん達(青森県・おいらせ町)
人参(洗い)
1kg **398円(税込430円)**
青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

90 川島さん達(北海道・札幌市)
じゃがいも
3~4玉 800g (3~4玉) **230円(税込248円)**
北海道

91 2kg **560円(税込605円)**
北海道

92 溝田さん達(長崎県・南島原市)
新玉ねぎ
1kg **498円(税込538円)**
長崎県

93 3kg **1350円(税込1458円)**
長崎県

94 山田さん(茨城県・つくば市)
山田さんのしめじ
200g **240円(税込259円)**
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.5

95 安田さん(福島県・郡山市)
安田さんのなめこ
70g **115円(税込124円)**
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。
福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

96 丸金(長野県・長野市)
えのき茸
200g **208円(税込225円)**
一般的に使われている輸入のコーンコブ(とうもろこしの粉)は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。
長野県

97 ブラウンえのき茸
200g **218円(税込235円)**
野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.1

98 村上さん(栃木県・高根沢町)
舞茸
100g **220円(税込238円)**
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。
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

99 あゆみの会・波辺さん(千葉県・旭市)
ホワイトマッシュルーム
100g **248円(税込268円)**
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

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

101 江藤さん(大分県・玖珠町)
江藤さんの原木生しいたけ
150g **369円(税込399円)**
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8

102 A品 100g **210円(税込227円)**
103 B品 200g **225円(税込243円)**
茨城県、岩手県、山梨県

104 イズックス(東京都・中央区)
冷凍かぼちゃ
500g **396円(税込428円)**
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。
かぼちゃ(北海道)

105 日本生活協同組合連合会
北海道つぶコーン
300g **267円(税込288円)** 通常税込322円
とうもろこし(北海道)

106 日本生活協同組合連合会
5種のお豆ミックス
300g **328円(税込354円)**
北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。
大豆(北海道)

107 日本生活協同組合連合会
北海道そのまま枝豆
250g **296円(税込320円)**
北海道十勝産のえだまめを茹でて急速凍結しました。塩味がついていますのでそのまま召し上がれます。
枝豆(北海道)

108 富士物産(静岡県・長泉町)
国産山芋とろろ
160g (40g×4袋入) **280円(税込302円)**
国産長芋の皮をむき、すりおろしました。解凍するだけで手軽にお召し上がりいただけます。
長芋(国内産)

109 日本生活協同組合連合会
4種のベリーミックス
200g **358円(税込387円)**
ブルーベリー・ストロベリーを多めに、ブラックベリー・ラズベリーを控えめにし、より甘酸っぱい味わいに。
ブルーベリー(アメリカ、カナダ等)

110 日本生活協同組合連合会
4種のベリーミックス
200g **358円(税込387円)**
ブルーベリー・ストロベリーを多めに、ブラックベリー・ラズベリーを控えめにし、より甘酸っぱい味わいに。
ブルーベリー(アメリカ、カナダ等)

岩手県・宮古港からの春だより



島香さんが選ぶ春の魚
旬の魚お届けします!

椀種にも
岩手県宮古に水揚げされる旬の真だらを切身にして鮮魚でお届けします。

112 冷蔵
丸友しまか(岩手県・宮古市) 賞4日
鮮魚 真だら切身
2切120g 445円(税込481円) 通常税込497円

真だら(岩手県)

今回は4月4回の企画予定です

111 冷蔵
丸友しまか(岩手県・宮古市) 賞2日
島香さんの鮮魚セット(下処理済)
2~3種 1580円(税込1706円) 通常税込1814円

宮古港とその周辺の浜に水揚げされる旬の鮮魚です。水揚げ当日に料理しやすいように下処理します。季節の鮮魚(岩手県)

113 冷蔵
丸友しまか(岩手県・宮古市) 賞4日
ミズダコボイル(刺身用)
100g 647円(税込699円) 通常税込724円

ミズダコ(岩手県沖)

食生活のこころがけ 青魚を意識的に食卓へ

潮風と太陽で天日干しました
114 凍結
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
天日干しアジ
4枚 210g以上 528円(税込570円) 通常税込592円

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。真あじ(佐賀県)

フライパンでラクラク!
115 凍結
つかさ食品(千葉県・南房総市) 賞180日
いわし蒲焼用(タレ付)
6~12枚 6~12枚180g +タレ50g 385円(税込416円) 通常税込430円

国内で漁獲された真いわしを三枚におろして腹骨を取り、国産小麦粉をまぶしました。別添タレ付き。真いわし(国内産)

子どもにも食べやすい!
116 凍結
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
さんまチーズサンド
5~7個 125g 435円(税込470円) 通常税込484円

開いたさんまによつ葉のチーズをはさみ、国産小麦粉をまぶしました。凍ったままフライパンで焼いて。さんま(国内産)

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

117 凍結
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
国内産冷凍あさり
180g 380円(税込410円) 通常税込430円

118 凍結
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
酒沼産 大粒しじみ(冷凍)
150g 398円(税込430円)

119 凍結
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
子持ちからふとししゃも
7~12尾 150g 298円(税込322円) 通常税込346円

120 凍結
島源商店(静岡県・伊東市) 賞45日
真サバ桜葉香仕上げ
2枚 160g 380円(税込410円) 通常税込430円

121 凍結
島源商店(静岡県・伊東市) 賞45日
伊豆のカマス桜葉香仕上げ
2枚110g 350円(税込378円)

家族人数に合わせて

122 凍結
丸一商店(千葉県・南房総市) 賞120日
さば一夜干し
2枚 片身2枚200g 480円(税込518円)

123 凍結
丸一商店(千葉県・南房総市) 賞120日
さば一夜干し
3枚 片身3枚300g 647円(税込699円)

124 凍結
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温造り えてかれない一夜干し
2枚200g 480円(税込518円)

125 凍結
カネヘイ下谷商店(千葉県・鎌子市) 賞120日
さんま開き2枚
2枚170g 398円(税込430円)

126 凍結
東北トクスイ(宮城県・塩釜市)
しまほっけ黒糖みりん漬
3切210g 415円(税込448円)

127 凍結
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日
三陸産天然ぶり生姜醤油漬
3切180g 398円(税込430円)

きのこや野菜と一緒にホイル焼きでも!

128 凍結
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
香ばし味噌のさばフィーレ
200g(片身2枚入) 465円(税込502円) 通常税込518円

129 凍結
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
香ばし味噌のぶり切身
5~6切170g 645円(税込697円)

130 凍結
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日
石巻産さば生姜醤油漬
4枚240g 380円(税込410円) 通常税込430円

131 凍結
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞180日
氷温造り 生姜焼き用シルバー切身
2切140g 350円(税込378円)

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。

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

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

契約大募集! 地元のお米を食べて、生産者を支えよう!

お米の消費減、米価下落、などお米を取り巻く厳しい状況の中でも、私たちの為にお米を作り続けている「東町特栽米耕作者組合」。地域で頑張る生産者をこれからも常総生協では支えていきます。定期購入契約をぜひ!

お得な2袋組(白米5kg)は1ページ
JA常総ひかり・東町特栽米組合

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)
502001 白米 5kg 2320円(税込2506円) 通常税込2538円
502002 玄米 5kg 2200円(税込2376円) 通常税込2430円
502003 白米 2kg 925円(税込999円) 通常税込1021円

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選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)

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

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今播米)
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年にわたって農業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
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)

502071 白山紫黒(有機栽培紫黒米)
300g 720円(税込778円)
山形県 [放]不検出<1.2<1.1
502072 有機粉発芽玄米「ぐるめくらぶ」
1kg 1150円(税込1242円)
米(岩手県)



ひとめぼれは、初期除草剤1回のみ使用(ネオニコチノイド系農薬不使用)。化学肥料も使わず育てました。つや姫は、無農薬・無化学肥料栽培です。

山形・おきたま興農舎
502041 つや姫(白米) 2kg 1630円(税込1760円)
502042 つや姫(玄米) 2kg 1565円(税込1690円)
502043 つや姫(胚芽精米) 2kg 1690円(税込1825円)
502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 2750円(税込2970円)
おきたま興農舎(山形県・高島町)

2022年産お米放射能検査結果

Table with 4 columns: 産地, 名称, 品種, 白米, 玄米. Rows include 茨城県 (めぐみちゃん, やさとのお米) and 山形県 (おきたま興農舎, つや姫).

・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。

常総生協 特注品 **ちょっと大きめなので夕食のメインにも**



兵庫県浜坂港で水揚げされた鮮魚をその日のうちに生塩麹に漬け込みました。

132 凍 山米(兵庫県・新温泉町) 賞90日

さわらの塩麹漬け

2切 140g **699円**(**755円** 通常税込 **788円**)

さわら(兵庫県)

調理例 4~6尾

135 凍 山米(兵庫県・新温泉町) 賞90日

はたはた下処理済み

100g 4~6尾 **325円**(**351円** 通常税込 **365円**)

山陰浜坂産のはたはたを水揚げ後、すぐに下処理しました。そのまま焼いて、天ぷらの具材にもはたはた(兵庫県)

136 凍 山米(兵庫県・新温泉町) 賞90日

山かれい切り身

150g **268円**(**289円**)

浜坂の地魚「山かれい」を水揚げ後すぐに切身加工しました。上品な白身で地元で人気です。山かれい(兵庫県)

和歌山・那智勝浦港 ヤマサ脇口水産 この3品は4月2回のお届けです



紀伊勝浦産の天然活メビんちょう鮓を特許技術で急速凍結。お得なブツ切りです。

133 凍 ヤマサ脇口水産(和歌山県・那智勝浦町) 賞30日

海桜まぐろ びんちょうまぐろ(ブツ切り)

300g **998円**(**1078円** 通常税込 **1112円**)

びんちょうまぐろ(和歌山県)

137 凍 ヤマサ脇口水産(和歌山県・那智勝浦町) 賞30日

海桜まぐろ めばち冊(赤身)

100g **958円**(**1035円** 通常税込 **1058円**)

紀伊勝浦産の天然活メビんちょう鮓を特許技術で急速凍結。流水解凍でもちもちの生まぐろの旨さが楽しめます。めばちまぐろ(和歌山県)

138 凍 ヤマサ脇口水産(和歌山県・那智勝浦町) 賞30日

海桜まぐろ びんちょう冊

100g **619円**(**669円** 通常税込 **691円**)

紀伊勝浦産の天然活メビんちょう鮓を特許技術で急速凍結。流水解凍でもちもちの生まぐろの旨さが楽しめます。びんちょうまぐろ(和歌山県)

春フライ 春の野菜と一緒に



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。

134 凍 元米小 トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

えびフライ特大(2L)

5尾205g **925円**(**999円** 通常税込 **1024円**)

ブラックタイガー(インドネシア)

139 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

高橋徳治商店のかきフライ

240g **668円**(**721円** 通常税込 **744円**)

三陸産のかきを使用。身がぷりっと引き締まり味も濃厚なかきフライです。かき(国内産) [放] 不検出<3.7<3.8

140 凍 やまた水産(鹿児島県・阿久根市)

生から作ったきびなごフライ

180g **298円**(**322円** 通常税込 **346円**)

鹿児島県阿久根漁港に水揚げされたきびなごを、新鮮のまま衣つけしました。油で揚げてください。きびなご(鹿児島県)

常備して便利な切身シリーズ

中辛

141 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日

ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

2切140g **425円**(**459円**)

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。紅鮭(ロシア)

甘塩 お得な10切は16ページ

142 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日

ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切

3切165g **530円**(**572円**)

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい1切約55gにしました。甘塩です。紅鮭(ロシア)

無塩

143 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日

雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)

70g×3 **646円**(**698円**)

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以上の天然雄毛鮭です。無塩。秋鮭(北海道)

144 凍 ダイヤン(鳥取県・米子市) 賞120日

氷温造り 甘塩さば切身4切

4切240g **498円**(**538円**)

ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂ののっています。さば(ノルウェー)

145 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日

銀だら切身

2切160g **450円**(**486円**)

アメリカ(アラスカ)産。延縄船で漁獲した銀だらを国内搬入後、2枚におろし切身にしました。銀だら(アメリカ)

5~8枚

146 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日

真あじフィーレ

片身5~8枚前後 200g **440円**(**475円**)

長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。真あじ(長崎県)

2個

147 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日

焼津港のとろかつお刺身用

170g(2個) **535円**(**578円** 通常税込 **594円**)

旬の時期に日本太平洋沖北部の漁場で1本釣りした鮫。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群。かつお(日本太平洋沖北部)

148 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日

焼津港のめばちまぐろ中落ち風

120g **798円**(**862円**)

めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。めばちまぐろ(太平洋)

149 凍 やまた水産(鹿児島県・阿久根市)

きびなごさっぱり漬

80g **320円**(**346円**)

地元で「黒潮のしずく」と呼ばれるほど美しい魚体のきびなご。頭、内臓を除去してマイルドな甘酢漬にしました。きびなご(鹿児島県)

150 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

えび・いかミックス

200g **380円**(**410円**)

生のむきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

151 凍 千倉水産加工販売(宮城県・刈谷町) 賞180日

素干し桜小アミ

50g **240円**(**259円**)

三陸沖で漁獲した新鮮なツノナシオキアミをボイル後、選赤外線乾燥してひつくと干しあげました。ツノナシオキアミ(三陸沖)

152 凍 共和水産(岩手県・宮古市)

三陸産するめいか つぼ抜き

3~6枚230g **410円**(**443円**)

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。するめいか(岩手県、青森県) [放] 不検出<3.8<3.9

153 凍 海泉水産(静岡県・浜松市) 賞120日

しらす干し

20g×3 **450円**(**486円**)

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。しらす(遠州灘~伊勢湾)

6~11枚

154 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日

フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)

6~11枚150g+タレ50g **438円**(**473円**)

フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。真あじ(千葉県) [放] 不検出<3.3<3.7

155 凍 大新(鳥取県・境港市) 賞120日

いわしごぼうつみれ

180g **345円**(**373円**)

国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。いわし(国内産)

156 凍 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 賞90日

モッタイナイ魚・めかじき切落とし煮付

100g(固形60g)×2袋 **380円**(**410円** 通常税込 **430円**)

めかじきの切り落とし部分を無添加の調味料で柔らかく煮付けました。湯煎で。めかじき(太平洋)

157 凍 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 賞90日

モッタイナイ魚・めかじき肉肉煮付け

200g **430円**(**464円**)

めかじきの尾部分を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。コラーゲン豊富。湯煎で。めかじき(太平洋)

158 凍 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市) 賞90日

モッタイナイ魚・白身魚切り落としの煮付け

220g **430円**(**464円**)

ねずみぞめ(別名:毛鹿鮫)を食べやすい大きさにカットし、無添加の調味料で煮付けました。湯煎で。ねずみぞめ(太平洋)

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。

春にピッタリの揚げかま

白身魚のすり身に桜えびを入れた桜えび天と菜の花、コーンを具材に入れた菜の花コーン天のセット。

159 凍 元米卵 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日

長崎 白天(桜えび・菜の花コーン)

2枚130g **418円**(**451円** 通常税込 **470円**)

桜えび(台湾)、菜の花(国内産)

160 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞7日

長崎 いか天

30g×4 **298円**(**322円**)

いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。すけそうだら(国内産、タイ)

161 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞7日

長崎 甘鯛入りさつま揚げ

5枚125g **388円**(**419円**)

長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽く温めても。甘鯛(長崎県)

162 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞8日

長崎 もすく天

2枚(130g) **398円**(**430円**)

白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にもすくをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。魚肉(国内産・タイ)、もすく(国内産)

163 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) 賞60日

あごべったん

5枚 100g **305円**(**329円** 通常税込 **343円**)

山陰産のあごを20%以上使用した風味豊かな煮しはんべんです。おでんの具、焼いても。飛魚(山陰)

164 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) 賞60日

出雲のちくわ だんだんだん

4本(100g) **318円**(**343円** 通常税込 **360円**)

無リンの魚肉すり身を魚醤、昆布、麩だし等で味付けし、魚本来の旨味を引き出しました。エキス不使用。魚肉(国内産、ニュージーランド)

165 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) 賞60日

ごぼうスティック

100g **345円**(**373円** 通常税込 **384円**)

スティック状にカットした国産のごぼうに、すり身の衣を付けて圧搾菜種油で揚げました。魚肉(国内産、ニュージーランド)

高橋徳治商店 こだわりの練り物 近海のお魚たっぷり♪

166 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

かぼちゃとコーンのちぎり揚げ

130g **310円**(**335円**)

ダイスカットした国産南瓜と北海道産のコーンがたっぷり入った練りもの。解凍後そのまま食べられます。かぼちゃ・コーン(国内産)、すけそうだら(北海道)

167 凍 元米大 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

おとうふ揚げ(五目)

5個165g **315円**(**340円** 通常税込 **351円**)

すけそうだら(北海道)

組合員さんからのクチコミ
とてもおいしいです。レンジンして、大根おろしをそえて、ほん酢で頂くのが最高です!
おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。

169 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

曲がりネギちりめん揚げ

100g **353円**(**381円**)

曲がりネギの自然な甘さとちりめん塩が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍、または軽く温めて。すけそうだら(北海道)

170 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

煮物セット

3種5品 159g **400円**(**432円** 通常税込 **447円**)

おとうふ揚げ五目の野菜の出汁、玉ねぎ揚げのジュシーな甘さ、さつま揚げの歯切れの良さが味わえます。すけそうだら(北海道)

171 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

「高橋徳治商店」のごぼう揚

3枚 117g **375円**(**405円** 通常税込 **420円**)

味噌漬のごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。ごぼう(国内産)、すけそうだら(北海道)

次回から185~165gへ変更

168 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

さつま揚げ

5枚185g **390円**(**421円**)

北海道の無リンたらすり身を原料に小魚を練りこみ深みある味と食感に仕上げました。プレーンなさつま揚げ。すけそうだら(北海道)

どんな季節にも食べ易い 後味すっきりな組合せ

170 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

煮物セット

3種5品 159g **400円**(**432円** 通常税込 **447円**)

おとうふ揚げ五目の野菜の出汁、玉ねぎ揚げのジュシーな甘さ、さつま揚げの歯切れの良さが味わえます。すけそうだら(北海道)

ほんのり味噌風味

171 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

「高橋徳治商店」のごぼう揚

3枚 117g **375円**(**405円** 通常税込 **420円**)

味噌漬のごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。ごぼう(国内産)、すけそうだら(北海道)

組合員さんからのクチコミ
ごぼうたっぷり風味がありおいしかったです。

常総生協が考える

畜産品とは？

動物性のたんぱく質を摂取するにあたっては「良質・適量」が基本と考えます。また、どのような餌を与え、どのような流通経路を辿って届くのが明確なことで、健康に育てられていることが大切です。そして何よりも生産者との信頼関係がある事。命を頂くありがたさを感じながら、「適量の食卓」を心がけましょう。



イメージ

162円/100g **特**

172 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク 徳用小間切

200g ×2 **598円(税646円)** 通常税込659円

小間切徳用タイプ。
茨城県

186円/100g **特**

173 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネ

250g **430円(税464円)** 通常税込486円

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。
茨城県

445円/100g **特**

174 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 〇30日
鹿児島 坊津黒牛切り落とし

170g **700円(税756円)** 通常税込788円

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。
鹿児島県

角煮にして **特** **久々登場!**

175 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク モモブロック

500g **998円(税1078円)** 通常税込1112円

モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えようようにブロックでお届け。
茨城県

肉団子にして **特**

176 凍

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇30日
茨城県産ロースポーク 挽肉

300g **440円(税475円)** 通常税込502円

赤身率は8割です。
茨城県

手羽中のグリル煮 **特**

177 凍

秋川牧園(山口県・山口市) 〇180日
若鶏手羽中-half(バラ凍結)

300g **610円(税659円)** 通常税込691円

非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた若鶏の手羽中。ほしひだけ簡単に取り出せるバラ凍結。
山口県・島根県・福岡県・熊本県

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ヶ月(一般的には6ヶ月)。
- ロースポーク：ミートバル村山では村山さん自身が自分の目で見て判断した上物の精肉だけを加工してお届けしています。他にはない逸品です!
- 丹沢農場：おがく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。

349円/100g **冷**

178 凍

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇30日
岩瀬さんの豚ロースしゃぶしゃぶ用

200g **646円(税698円)**

きめが細かく脂が適度に入った部位。しゃぶしゃぶ用にスライスしました。
茨城県

349円/100g **冷**

179 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇6日
岩瀬さんの豚肩ロースライス

200g **646円(税698円)**

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。
茨城県

284円/100g **冷**

180 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇6日
岩瀬さんの豚バラスライス

200g **526円(税568円)**

脂と赤身が層になったバラ肉を、厚さ3~3.5mmにスライスしました。
茨城県

281円/100g **冷**

181 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇6日
岩瀬さんの豚モモスライス

200g **520円(税562円)**

赤身主体の部位。巻き物にも重宝します。厚さ3mm。
茨城県

349円/100g **冷**

182 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇6日
岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用

200g **646円(税698円)**

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。
茨城県

281円/100g **冷**

183 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇6日
岩瀬さんの豚モモ一口カツ用

200g(5~6切) **520円(税562円)**

赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。
茨城県

205円/100g **冷**

184 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇6日
岩瀬さんの豚小間切

150g ×2 **570円(税616円)**

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。
茨城県

205円/100g **冷**

185 凍

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 〇30日
岩瀬さんの豚挽肉

300g **570円(税616円)**

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。
茨城県

199円/100g **特** **常総生協オリジナル**

189 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて14日
茨城県産ロースポーク 小間切(タレ付)

250g **460円(税497円)** 通常税込508円

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

190円/100g **冷** **特**

190 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇4日
丹沢高原豚 ロースしょうが焼き用

200g **550円(税594円)** 通常税込626円

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ5mm。
神奈川県

242円/100g **冷** **特**

192 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて6日
丹沢高原豚 豚こま味噌漬

200g **448円(税484円)** 通常税込497円

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。
豚肉(神奈川県)

239円/100g **冷**

186 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて3日
茨城県産ロースポーク モモしゃぶしゃぶ用

250g **554円(税598円)**

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。
茨城県

277円/100g **冷**

187 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク ロースライス

250g **642円(税693円)**

ロースポークのロースをスライスにしました。炒め物や揚げ物に!
茨城県

238円/100g **冷**

188 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク バラスライス

250g **551円(税595円)**

厚さ3~3.5mm。
茨城県

297円/100g **冷** **特**

191 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて6日
丹沢高原豚 ロースこうじ漬

2枚200g **550円(税594円)** 通常税込646円

豚ロース肉を、自社製のこうじに漬けました。
豚肉(神奈川県)

242円/100g **冷** **特**

192 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて6日
丹沢高原豚 豚こま味噌漬

200g **448円(税484円)** 通常税込497円

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。
豚肉(神奈川県)

299円/100g **冷** **特**

198 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて120日
丹沢高原豚 トントロ焼肉用

200g **554円(税598円)**

1頭から約300gしか取れない希少部位。
神奈川県

228円/100g **冷**

193 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク モモスライス

250g **528円(税570円)**

赤身主体部位。厚さ3mm。
茨城県

257円/100g **冷**

194 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク 肩ロース切身

2枚200g **475円(税513円)**

赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。
茨城県

377円/100g **冷**

195 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク ヒレ一口カツ用

200g(5~6切) **698円(税754円)**

ロースポークのヒレ肉を一口カツ用にしました。ヒレカツにして。
茨城県

166円/100g **冷**

196 冷

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 〇届いて4日
茨城県産ロースポーク 小間切

150g ×2 **460円(税497円)**

飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。
茨城県

292円/100g **冷** **特**

197 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて120日
丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉

200g **540円(税583円)**

1頭から約300gしかとれない希少な部位です。
神奈川県

299円/100g **冷** **特**

198 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて120日
丹沢高原豚 トントロ焼肉用

200g **554円(税598円)**

1頭から約300gしか取れない希少部位。
神奈川県

115円/100g **冷** **特**

199 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて120日
丹沢高原豚 豚なんこつ

450g **478円(税516円)** 通常税込538円

自社農場の豚のなんこつ。軟骨のまわりに肉がたくさんついているのでお買い得。
神奈川県

215円/100g **冷**

200 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて4日
丹沢高原豚 小間切

200g **398円(税430円)**

各部位から集めています。
神奈川県

249円/100g **冷** **久々登場!**

201 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 〇届いて4日
丹沢高原豚 上挽肉

200g **460円(税497円)**

モモ肉とスネ肉を主体にした豚挽肉です。赤身率約9割。
豚肉(神奈川県)

鶏肉

・つくば茜鶏：動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼い鶏です。Non-GMO、PHFの飼料を与えます。飼育期間は約70日(一般的には55日)。

313円/100g **冷** **特**

202 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 モモ

250g **725円(税783円)**

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。
茨城県

258円/100g **冷** **特**

203 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ササミ

250g **598円(税646円)**

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。
茨城県

268円/100g **冷** **特**

204 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネモモ小間切

250g **620円(税670円)**

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
茨城県

276円/100g **冷** **特**

205 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

250g **640円(税691円)**

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
茨城県

173円/100g **冷** **特**

206 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 手羽先

300g **480円(税518円)**

ゼラチン質に富み、コクのある部位。
茨城県

173円/100g **冷** **特**

207 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 手羽元

300g **480円(税518円)**

唐揚げやスープ煮に。
茨城県

116円/100g **冷** **特**

208 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 レバー

250g **268円(税289円)**

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。
茨城県

179円/100g **冷** **特**

209 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 挽肉

250g **415円(税448円)** 通常税込464円

ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。
茨城県

牛肉

・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の黒木さん、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。

210 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛切り落とし 170g×2 1450円(税1566円) 何にでも使える切り落としです。2パック組でお届けします。鹿児島県

211 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛サイコロステーキ用 170g 910円(税983円) モモ・肩肉をダイス状にカットしました。手軽にステーキが楽しめます。鹿児島県

ローストビーフにして 215 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛赤身ブロック 250g 1200円(税1296円)1361円 坊津黒牛のモモ肉をブロックでお届けします。ご自宅でローストビーフやタタキでどうぞ。鹿児島県

子供も大好き フランクフルト! 216 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日 鎌倉串ざしフランクフルト2袋 (40g×5)×2 725円(税783円)799円 豚肉、砂糖、香辛料を使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。豚肉(国内産)

ほどよい玉ねぎ加減! 217 凍 大進食品(神奈川県・横浜市) 賞180日 神戸満る里の牛生ハンバーグ 130g×4個 1250円(税1350円)1382円 国産牛肉の旨みがかっきり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

212 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 国産牛角切り 200g 570円(税616円) 赤身のウデ肉、モモ肉、スネ肉を角切りにしました。カレー、シチューはもちろん、煮込み料理に最適です。福岡県、大分県

213 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 国産牛小間切 160g 445円(税481円)491円 国産牛のウデ、モモ、バラ肉を使用。福岡県、大分県

214 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 国産牛挽肉 200g 400円(税432円) 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。福岡県、大分県

215 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛赤身ブロック 250g 1200円(税1296円)1361円 坊津黒牛のモモ肉をブロックでお届けします。ご自宅でローストビーフやタタキでどうぞ。鹿児島県

216 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日 鎌倉串ざしフランクフルト2袋 (40g×5)×2 725円(税783円)799円 豚肉、砂糖、香辛料を使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。豚肉(国内産)

217 凍 大進食品(神奈川県・横浜市) 賞180日 神戸満る里の牛生ハンバーグ 130g×4個 1250円(税1350円)1382円 国産牛肉の旨みがかっきり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

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。

218 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日 鎌倉マイルドポークウィンナー×2 94g×2 350円(税378円) 焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。豚肉(国内産) [放] 不検出 <4.4 <4.1

219 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日 鎌倉つかいきりポークウィンナー×3 49g×3 275円(税297円) 使い切りサイズのポークウィンナーを、お得な3パックセットにしました。豚肉(国内産)

220 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日 鎌倉チョリソー 30g×5 415円(税448円) 国内産豚で肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。豚肉(国内産)

221 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場の粗挽ウインナー 120g 320円(税346円) ジューシーでコクのある粗挽き。焼いたり、ポイルしても。炒め物にも。豚肉(国内産)

222 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場のボンレスハムスライス 100g 390円(税421円) 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。豚肉(国内産)

223 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場のバラベーコンスライス 100g 420円(税454円) 甘みがあり、とても美味しく、安心な無添加ベーコンです。いろいろな料理に使えます。豚肉(国内産)

224 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日 丹沢農場のスモークレバー 100g 370円(税400円) 中津ミートの豚レバーを海塩、三温糖、香辛料のみで味付けし、スモークしました。スライスしてどうぞ。豚肉(国内産)

225 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞24日 丹沢農場の肉団子(甘酢タレ) 240g(9個入) 460円(税497円) 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。豚肉(国内産)

226 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日 丹沢農場のハンバーグ(ミニ) 180g(30g×6) 370円(税400円) 牛豚の割合3対7の合挽肉使用。豚肉は中津の自家牧場から、牛肉は茨城県産を使用。

227 冷 ミートバル村山(茨城県・土浦市) 賞7日 村山さんのチャーシュー 200g 500円(税540円) 村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚。又はロースポーク使用。豚肉(茨城県)

228 冷 山武食品(三重県・川越町) 賞60日 国産牛のしぐれ煮 150g 420円(税454円)471円 国産牛肉を時間をかけ柔らかく炊き上げました。湯煎で約5分程度温めてお召上がりください。牛肉(国内産)

乳製品 デザート

【お知らせ】 「石岡・鈴木牧場」の乳製品は2ページに掲載

229 冷 濃厚ヨーグルト(ベリーミックス)2個組 80g×2 332円(税358円)384円 生乳(北海道)、いちご(チリ、他) 北海道産ミルクの濃厚な味わいと、濃密な食感。フルーツをたっぷり増量しました。いちご(チリ、他) 肉(国内産)

230 冷 2パック 231 冷 2パック 232 冷 1個 233 冷 5個組 234 冷 2パック 235 冷 2パック 236 冷 2パック 237 冷 2パック 238 冷 2パック 239 冷 2パック 240 冷 2パック 241 冷 2パック 242 冷 2パック 243 冷 2パック 244 冷 2パック 245 冷 2パック

232 冷 1個 233 冷 5個組 234 冷 2パック 235 冷 2パック 236 冷 2パック 237 冷 2パック 238 冷 2パック 239 冷 2パック 240 冷 2パック 241 冷 2パック 242 冷 2パック 243 冷 2パック 244 冷 2パック 245 冷 2パック

237 冷 2パック 238 冷 2パック 239 冷 2パック 240 冷 2パック 241 冷 2パック 242 冷 2パック 243 冷 2パック 244 冷 2パック 245 冷 2パック

241 冷 2パック 242 冷 2パック 243 冷 2パック 244 冷 2パック 245 冷 2パック

腸内活性ヨーグルメイト 腸から始まる明日の健康 239 冷 2パック 240 冷 2パック 241 冷 2パック 242 冷 2パック 243 冷 2パック 244 冷 2パック 245 冷 2パック

243 冷 2パック 244 冷 2パック 245 冷 2パック

Le・Lourdes (レルルド)



春暖の候、そろそろ桜の開花が始まったころでしょうか。春の到来に合わせて皆様へ新しいパンをご紹介します。濃厚かつ柔らかなチョコレートと甘酸っぱいクランベリーの美味しい組み合わせのキャンパニユをお楽しみください。

濃厚なチョコレートと甘酸っぱいクランベリーが入った一品です。薄めにスライスして。

原材料：小麦粉、自家製天然酵母、クランベリー、チョコレート、無糖ココア、塩

246 乳小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
ショコラ&クランベリー
1個(380~400g) **578円**(税込**624円**)
通常税込 **648円**

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



クーロンヌジャパン 守谷店



お世話になっております。今回の新商品は定番の食パンですが、毎日でも食べ飽きない出来たと自信をもっております。朝食やブレイクタイムなど、クーロンヌのパンで素敵なひと時を。

クーロンヌオリジナルの小麦粉を使用し、天然酵母で長時間熟成された食パン。

原材料：小麦粉(国内製造)、オリーブオイル、塩、パン酵母、モルトエキス

247 小
クーロンヌジャパン(茨城県・取手市) 賞届いて2日
クーロンヌの無糖食パン(山型)
1斤6枚 **368円**(税込**397円**)
通常税込 **408円**

小麦(国内産)

いばらきベーグル



いつもありがとうございます。今回は、抹茶とココアの生地でマール模様ベーグルを作りました。ひとつずつ手作りのベグルから、組合員皆様の食卓に美味しい笑顔の花が咲きますように。

抹茶とココアの生地を混ぜ合わせ、マール模様のベーグルに仕上げました。

248 陳*小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日
マール抹茶ココアベーグル
1個 **220円**(税込**238円**)
通常税込 **259円**

小麦(北海道)、緑茶(茨城県)



原材料：小麦粉、玄米粉、カカオ豆、緑茶、粗製糖、天日塩、天然酵母

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。

クーロンヌの新商品は2ページにも内麦クロワッサンは16ページにて掲載

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。

249 6枚
250 8枚
251 ノースライス

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
パンド・ミ(食パン) 1斤
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



※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

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

[放] 不検出 <3.9 <3.8



※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
252 8枚
253 ノースライス
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.7



254 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
パンド・ミ(全粒粉食パン)
1斤(ノースライス) **300円**(税込**324円**)
小麦粉の香りと甘さを最大限に引き出す配合で、ノンオイル・ノンシュガーでもいただける食パン。
小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



255 小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
パンズ
3個 **300円**(税込**324円**)
天然酵母は小麦からおこした自家製のものを使用。スライスしてお好みの食材を挟んでどうぞ。
小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9



256 乳小
Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
チーズカンパニユ
1個 **525円**(税込**567円**)
通常税込 **578円**
小麦の味わい豊かな生地、よつ葉のクリームチーズをゴロゴロと贅沢に混ぜ込んで焼き上げました。
小麦(北海道、神奈川県、熊本県) [放] 不検出 <4.6 <3.8

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

260 凍 卵乳大 小
ハッコー食品(千葉県・千葉市) 賞180日
ブリュッセルワッフル
約65g×6 **675円**(税込**729円**)
水を加えず卵と牛乳を加えて作ったワッフルで、風味豊かで軽い口あたりです。
小麦(カナダ、他)

261 凍 小
ハッコー食品(千葉県・千葉市) 賞180日
国産全粒粉プチパン
約40g×5 **460円**(税込**497円**)
自家製天然酵母種を配合しているため、小麦本来の甘味が感じられる風味豊かなパンです。
小麦(国内産)

262 凍 乳大 小
ワールド(石川県・金沢市)
レンジdeほっこりカレーパン
90g×3個 **497円**(税込**537円**)
国産小麦粉とバター・砂糖などの素材だけで練り上げました。香ばしい焼きカレーパンです。
小麦(国内産)



257 乳小
クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)
クーロンヌの食パン(角型)
1斤8枚 **270円**(税込**292円**)
自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもちもち食感とクセのない味わいに仕上げました。
小麦(アメリカ他)



258 乳小
クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)
クーロンヌの食パン(角型)
1斤10枚 **270円**(税込**292円**)
自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもちもち食感とクセのない味わいに仕上げました。
小麦(アメリカ他)



259 乳小
クーロンヌジャパン(茨城県・取手市)
クーロンヌの食パン(角型)
1斤(ノースライス) **265円**(税込**286円**)
クーロンヌの食パンのノースライスです。
小麦(アメリカ他)

263 凍 卵乳大 小
ワールド(石川県・金沢市)
レンジdeほっこりピザパン
90g×3個 **497円**(税込**537円**)
トマトとナチュラルチーズなどのピザの具材をフィリングにして包み焼き上げた冷凍惣菜パンです。
小麦(国内産)

264 凍 卵乳米 小
ブルーベリー・ピノキオ(和歌山県・和歌山市)
ふくらむ魔法のバターボール(プレーン)
244g(6粒×4個) **550円**(税込**594円**)
通常税込 **648円**
ふんわり柔らかく、もちもちしたバターボール。
小麦粉(国内産)

265 凍 卵乳小
ブルーベリー・ピノキオ(和歌山県・和歌山市)
ふくらむ魔法のクロワッサン
208g(52粒×4個) **680円**(税込**734円**)
通常税込 **778円**
生地には白神こだま酵母を使用。バターにのりとサクサクの食感が味わえるクロワッサンです。
小麦粉(国内産)

地元のお店 いばらきベーグル

266 凍 米 小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日
プレーンベーグル
1個 **167円**(税込**180円**)
素材本来の旨味を引き出したプレーン生地のベーグルです。
小麦(北海道、玄米粉(茨城県))

267 凍 米 小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日
全粒粉ベーグル
1個 **194円**(税込**210円**)
素材本来の旨味を引き出した全粒粉生地のベーグルです。
小麦(北海道、玄米粉(茨城県))

268 凍 乳米大 小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日
クーベルチュールチョコベーグル
1個 **205円**(税込**221円**)
通常税込 **239円**
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。
小麦(北海道、チョコ(国内産))

1~3、273今回から値上げ
牛乳・卵
鈴木牧場牛乳 720ml
契約価格319円(税込)
この定期登録牛乳は

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。乳質の良さを生かす為、低温殺菌で処理しました。
サツラク低温殺菌牛乳
1 1ℓ **340円**(税込**367円**)
2 500ml **199円**(税込**215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。
サツラク低脂肪牛乳
3 1ℓ **168円**(税込**181円**)
500ml **168円**(税込**181円**)
生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <0.5

ジャム・メープルみそ汁
前は保存版「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
501~999(青字の注文番号)は、注文用紙の3ヶタ記入欄へご記入ください。
P14にてはちみつ特集、P16にてアルゼンチン産はちみつ掲載中

269 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞180日
栗ジャム
120g **660円**(税込**713円**)
国産の栗を蒸し上げ、ひとつひとつ実を取り出し、ペースト状にしたものに粗糖を加え、直火炊きました。
栗(熊本県)

食パンと一緒に 特
272 完熟梅ジャム
150g **398円**(税込**430円**)
通常税込 **443円**
完熟の高南梅をビートグラニュー糖とごんにやく粉で炊き上げました。
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

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。
4 冷 乳
サツラク農協(北海道・札幌市) 賞15日
サツラク牛乳1ℓ
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。
5 冷 乳
北海道酪農公社(北海道・江別市) 賞届いて10日
おいしさまるやか(成分調整牛乳)
1ℓ **240円**(税込**259円**)
生乳(北海道)

北海道十勝産生乳をたっぷり50%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。
273 冷 乳
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて6~10日
カフェインレスよつ葉カフェオレ
1ℓ **300円**(税込**324円**)
生乳(北海道)

サトウカエデの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメープルシロップ。
270 Citadelle Maple Syrup Producer's Cooperatives
メープルシロップ アンバー
250g **890円**(税込**961円**)
楓樹液(カナダ)

271 創健社(神奈川県・横浜市)
けんちん汁みそ仕立て
10g×4 **560円**(税込**605円**)
岩手県産の丸大豆と国内産米で仕込んだ味噌を使用。野菜たっぷり、味噌の風味豊かなけんちん汁です。
大豆(岩手県)

272 完熟梅ジャム
150g **398円**(税込**430円**)
通常税込 **443円**
完熟の高南梅をビートグラニュー糖とごんにやく粉で炊き上げました。
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。葉・抗生物質不使用。
6 冷 卵
宇治田農場(茨城県・石岡市) 賞7日
宇治田さんの平飼卵
6個 **330円**(税込**356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

今回から値上げ
7 冷 卵
JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞11日
八郷の卵
10個 **350円**(税込**378円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

有機農業の循環の中から産まれた卵です
契約 冷 卵
天池さん・杉山さん(茨城県・石岡市) 賞11日
「やさとの仲間」平飼卵
6個入り **330円**(税込**356円**)
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

11ページ 315
おみ漬けを加えて!

おみ漬け入り納豆

274 冷 米 大 小
JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日
八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)
35g x 3 **138円(税149円)** 通常税込160円
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。
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

塩麴漬け
チャンプルーにも!

押し豆腐の塩麴漬け

275 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞21日
押し豆腐
220g **249円(税269円)** 通常税込285円
国産大豆100%使用。水切りしてあるの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。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.4 <1.1

山形の春の味わい

しらたかノラの会(山形県・白鷹町) 賞30日

276 冷 米 大 小
3合用
山菜ご飯の素
170g (3合用) **370円(税400円)** 通常税込410円
天然のわらび、ふき、うどを使い、かつおと昆布、椎茸でとったダシと醤油をベースにした炊き込みご飯の素。
わらび(山形県) [放] 不検出 <3.6 <3.5

海から採って、そのまんま!
茹で立ては格別の味わい!

リアス(千葉県・船橋市) 賞届いて2~3日

277 冷 米 大 小
250g **455円(税491円)** 通常税込508円
茶褐色をしためかぶが届きます。カット後、塩少々を加えた湯で湯通しし、流水で冷やして。お好みのたれで。
めかぶ(宮城県) [放] 不検出 <4.4 <3.8

わかめサラダ(冷しゃぶ風)

素潜り漁のわかめ・茎わかめ

278 冷 米 大 小
竹友水産(兵庫県・洲本市) 賞150日
淡路島の天然わかめ(塩蔵)
150g **398円(税430円)** 通常税込443円
淡路島・由良地区でとれた天然わかめの中芯を塩蔵しました。塩抜きして炒め物や酢の物などに。
わかめ(兵庫県)

279 冷 米 大 小
竹友水産(兵庫県・洲本市) 賞150日
淡路島の天然茎わかめ(塩蔵)
200g **345円(税373円)** 通常税込387円
淡路島・由良地区でとれた天然わかめの中芯を塩蔵しました。塩抜きして炒め物や酢の物などに。
わかめの中芯(兵庫県)

食生活のこころがけ
ミネラル豊富な海藻を
意識的に食卓へ!

大豆加工品

・国産大豆100%使用。
・豆腐は海水にかりで固め、消泡剤も不使用です。

280 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
ミニもめん豆腐
150g x 2 **185円(税200円)** 通常税込214円
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。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

281 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
ミニきぬ豆腐
150g x 2 **185円(税200円)** 通常税込214円
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。
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

282 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
もめん豆腐
300g **198円(税214円)** 通常税込241円
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2

283 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
きぬ豆腐
300g **183円(税198円)** 通常税込226円
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2

284 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
青大豆 寄せ豆腐
200g **250円(税270円)** 通常税込290円
青大豆で作ったコクのある甘味の寄せ豆腐です。
大豆(国内産)

285 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
絹生揚げ
230g **227円(税245円)** 通常税込287円
絹豆腐で作った厚揚げです。なめらかな食感と大豆のおいしさを味わえます。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.6 <1.5

286 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて6日
油揚げ
3枚 **183円(税198円)** 通常税込231円
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)。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5

287 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞90日
味付いなり揚げ
10枚 **418円(税451円)** 通常税込499円
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。
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.0

288 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞7日
焼いて食べる油揚げ包み(餃子風)
4個 **328円(税354円)** 通常税込396円
国産のキャブツ、ニラ、長ねぎ、生姜を油揚げで包みひとつずつ揚げました。フライパンなどで温めて。
大豆(国内産)

289 冷 米 大 小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日
ひじき入り京がんも
7個(140g) **290円(税313円)** 通常税込352円
国産大豆使用の生地に野菜やひじきを加え、一口大に丸めて菜種油で揚げました。
大豆(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.1

290 冷 米 大 小
おとう工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞届いて2日
揚げだし豆腐(大根おろしタレ)
230g **230円(税248円)** 通常税込259円
国産大豆100%の揚げ出し豆腐と特製タレをセットにしました。つゆをかけて電子レンジで約2分温めて。
大豆(国内産)

291 冷 米 大 小
水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日
水府納豆ミニ3個(タレ・カラシ付)
40g x 3 **140円(税151円)** 通常税込171円
茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともよい納豆です。
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4

292 冷 米 大 小
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
遊作納豆(タレ・カラシ付)
80g **216円(税233円)** 通常税込269円
茨城県常陸太田市・関さん達の小粒大豆使用。炭火造りで容器には経木を用いました。
大豆(茨城県) [放] 137Cs=3.7

293 冷 米 大 小
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)
40g x 2 **184円(税199円)** 通常税込223円
北海道十勝産のトヨホレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。
大豆(北海道)

294 冷 米 大 小
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日
北海道ひきわりカップ(タレ・カラシ付)
30g x 2 **185円(税200円)** 通常税込224円
仕込みの直前に大豆をひき割りました。カット面を酸化を防ぎ、ひと味違う納豆に仕上げました。
大豆(北海道)

295 凍 米 大 小
リアス(千葉県・船橋市)
松島湾産おさしみあかもく
100g **241円(税260円)** 通常税込270円
ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、種類の具などにどうぞ。
あかもく(宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0

296 冷 米 大 小
浜食(東京都・調布市) 賞10日
洗いもずく
200g **240円(税259円)** 通常税込299円
もずく(沖縄県)

297 冷 米 大 小
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞120日
徳用あく抜きこんにゃく
400g **118円(税127円)** 通常税込147円
国内産のこんにゃく粉で作りました。海藻粉末入り。煮物や炒り煮、汁物などの具に。
こんにゃく粉(国内産)

298 冷 米 大 小
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞120日
徳用あく抜きしらたき
350g **118円(税127円)** 通常税込147円
国内産のこんにゃく粉で白く仕上げたしらたきです。肉じゃがやすきやきなどに。
こんにゃく粉(国内産)

299 冷 米 大 小
共生食品(神奈川県・相模原市) 賞6日
内麦焼そば(ソース付)
麺150g x 3、ソース30g x 3 **263円(税284円)** 通常税込295円
国産小麦粉使用の無かんすい・無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。
小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

300 冷 米 大 小
共生食品(神奈川県・相模原市) 賞7日
内麦生ラーメン醤油(3食入)
麺120g x 3、スープ30g x 3 **388円(税419円)** 通常税込457円
小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

301 冷 米 大 小
JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞10日
やさとの半熟たまご(温玉)
4個(タレ無) **206円(税222円)** 通常税込258円
非遺伝子組換え飼料で育てたやさとの産直卵を温泉たまごにしました。
卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

東京都 練馬 菊田の直火炊き煮豆

302 冷 米 大 小
菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日
昆布豆
130g **238円(税257円)** 通常税込270円
秋田県産大豆、北海道産昆布使用。直火で長時間炊き上げました。程よく煮締め、ふっくらとした仕上がりに。
大豆(秋田県) [放] 不検出 <2.9 <3.2

303 冷 米 大 小
菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日
煮豆 とら豆
150g **366円(税395円)** 通常税込435円
北海道産のとら豆。今では高級煮豆店で取り扱っている希少の豆で、しっかり豆のコシを残した直火炊きです。
とら豆(北海道)

304 冷 米 大 小
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
五目豆煮
100g **305円(税329円)** 通常税込364円
大豆、蒟蒻、ごぼう、人参、昆布をかつおだしをベースに醤油、砂糖で味付。直火炊きのふっくら仕上げ。
大豆(北海道)

305 冷 米 大 小
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
しらすくるみ
100g **598円(税646円)** 通常税込714円
瀬戸内海産しらすを直火釜で焼き、カリフォルニア産くるみ(有機JAS認定)を加えました。
しらす(瀬戸内海)

306 冷 米 大 小
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
国産味付ザーサイ
100g **335円(税362円)** 通常税込427円
国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかず。
ザーサイ(神奈川県、茨城県)

307 冷 米 大 小
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日
国産味付メンマ
90g **461円(税498円)** 通常税込557円
国産(愛媛県)のたけのこを使用し、食感を生かした歯ごたえのある味付けメンマです。ラーメンや箸休めに。
たけのこ(愛媛県)

308 冷 米 大 小
遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞180日
国産しょうがとおかかのふりかけ
60g **415円(税448円)** 通常税込464円
千切りにしたしょうがと、おかかと一緒に炊きました。ピリ辛のしょうがとおかかの旨みが食欲をそそります。
しょうが(高知県、他)

309 冷 米 大 小
樽の味(和歌山県・御坊市) 賞180日
熟成ぬか床
1kg **548円(税592円)** 通常税込664円
和歌山県の漬物屋が地元の米糠を使い熟成させたぬか床。きなこ、渋柿の皮、唐辛子、昆布を加えています。
米ぬか(和歌山県)

この春 ぬか床デビューしませんか?

和歌山県の漬物屋が地元の米糠を使い熟成させたぬか床。きなこ、渋柿の皮、唐辛子、昆布を加えています。

309 冷 米 大 小
樽の味(和歌山県・御坊市) 賞180日
熟成ぬか床
1kg **548円(税592円)** 通常税込664円
米ぬか(和歌山県)

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

310 小梅干し 120g 420円(税454円) 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞180日

312 赤かぶ酢漬け 250g 480円(税518円) 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 賞30日

313 すっぱいいなか漬け(寒干し沢庵・糠漬) 140g 360円(税389円) 大根(宮崎県)

314 里ごぼう 100g 417円(税450円) 小田原屋(福島県・郡山市) 賞180日

315 おみ漬け 150g 298円(税322円) 通常税込343円 青菜(山形県)

316 福神漬(2個組) 100g×2 320円(税346円) 八幡屋(茨城県・古河市) 賞90日

317 しょうがの佃煮 100g 398円(税430円) 通常税込454円 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞180日

318 生姜の甘酢漬 100g 230円(税248円) 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞30日

319 趙さんの味(宮城県・仙台市) 350g 545円(税589円) 趙さんの味(宮城県・仙台市) 賞14日

320 趙さんの味(宮城県・仙台市) 200g 418円(税451円) 趙さんの味(宮城県・仙台市) 賞14日

冷凍食品

原材料の素性がわかる、何より「家庭での手作り」に近いものが基本です

321 鶏の生姜焼き 200g 386円(税417円) 秋川牧園(山口県・山口市)

322 マム 焼いて簡単ピザ巻キタリアン 5本200g 407円(税440円) 大進食品(神奈川県・横浜市)

323 ヨコハマの餃子 18g×25 568円(税613円) 大進食品(神奈川県・横浜市)

324 徳用北京餃子 18g×15 443円(税478円) ニッコー(神奈川県・大和市)

325 えびにら餃子 18g×10 412円(税445円) ニッコー(神奈川県・大和市)

326 マム 女性のための餃子(国産きくらげ入) 18g×20 543円(税586円) 大進食品(神奈川県・横浜市)

327 海老入り とりニラ饅頭 200g(8個入) 580円(税626円) 通常税込646円 秋川牧園(山口県・山口市)

328 七菜きんちゃく 5個入(140g) 428円(税462円) 日本生活協同組合連合会

329 砂肝ゆずこしょう炒め 120g 261円(税282円) 秋川牧園(山口県・山口市)

330 骨までやわらか さんまみぞれ煮 75g×2 380円(税410円) 通常税込430円 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

331 骨までやわらか いわしおかか煮 75g×2 369円(税399円) 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

332 レンジでできる さばの塩焼き(骨とり) 4切100g 398円(税430円) ティーフーズ・ジャパン(千葉県・館山市)

333 国産さばの生姜煮 240g(120g(固形80g)×2) 350円(税378円) 通常税込394円 みうらや(茨城県・神栖市)

334 カレイの甘酢あんかけ 240g(3袋) 480円(税518円) 原口商店(宮崎県・都城市)

335 カラミノフーズ(東京都・新宿区) 穀まで丸ごと えびのアヒージョ 100g 536円(税579円) オリブ油とんにんにくを素材を煮込むスペイン料理。

336 やきとりセット 180g(2種各3本) 661円(税714円) 秋川牧園(山口県・山口市)

337 チャプチェ 180g×2 620円(税670円) 通常税込711円 カラミノフーズ(東京都・新宿区)

338 食べるサムゲタン風スープ 300g×2 709円(税766円) カラミノフーズ(東京都・新宿区)

339 冷凍ナムルセット(2個組) 150g×2 870円(税940円) 通常税込994円 カラミノフーズ(東京都・新宿区)

340 氷温造り 秋鮭の南蛮漬 180g 398円(税430円) 北海道産の秋鮭を国産米油で揚げて南蛮漬に。

341 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚 2人前(約410g) 850円(税918円) 通常税込1015円 グリーンリブ(群馬県・昭和村)

342 国産野菜の青椒肉絲 2人前(約320g) 899円(税971円) 通常税込1015円 グリーンリブ(群馬県・昭和村)

343 白湯水餃子スープ(国産きくらげ入り) 2人前(約440g) 810円(税875円) グリーンリブ(群馬県・昭和村)

344 チンゲン菜のスタミナ炒め 2人前(約440g) 940円(税1015円) グリーンリブ(群馬県・昭和村)

345 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め 2人前(約340g) 938円(税1013円) グリーンリブ(群馬県・昭和村)

346 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め 2人前(約630g) 760円(税821円) やさと農業協同組合(茨城県・石岡市)

347 黒酢で味に深みをプラス 2人前 調理時間:約6分 準備品:油

348 タケノコと豚肉のハーモニー 2人前 調理時間:約6分 準備品:油

349 餃子と野菜のハーモニー 2人前 調理時間:約5分 準備品:水900ml

350 たっぴり野菜のスタミナ炒め 2人前 調理時間:約6分 準備品:油

351 カシューナッツの歯ごたえも魅力 2人前 調理時間:約7分 準備品:油

352 シャキシャキ野菜がたっぷり 2人前 調理時間:約10分 準備品:油

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

新鮮な野菜と豚肉の黒酢酢豚... 国産野菜、調味肉が一つになったセットです。...

ご飯を
おいしく♪

2食入
347 凍 米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
ピビンバの具
100g×2 506円(税546円)
国産野菜と国産牛肉を使用したピビンバの具。湯煎してご飯にかけてどうぞ。

2食入
348 凍 米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
ユッケジャンクッパ
180g×2 487円(税526円)
さまざまな素材の持つ旨みが複雑に絡み合う濃厚な味のスープ。ご飯にかけ韓国風お茶漬に。レンジが湯煎で。大豆もやし・牛肉(国内産)

2食入
349 凍 米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
アジア薫るグリーンカレー
160g×2 709円(税766円)
パンチの効いた辛さ、ココナッツミルクのまろやかさ、ハーブの風味が癖になる味わい。湯煎して。ココナッツ(タイ)、鶏肉(国内産)

2食入
353 凍 卵米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
台湾ラーメン
1食300g(麺180g スープ120g) 404円(税436円)
国産小麦で作った冷凍ゆで麺は、鍋1つで簡単調理ができ、手軽に台湾の味を楽しめます。加工でん粉:0.8% 小麦(国内産)

特
ごまの旨味と香辛料がマッチしています
白と黒のごまをブレンドし唐辛子や花椒との組み合わせがマイルド。タレと絡みやすい縮れ麺を使用。レンジで。
354 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
汁なし担々麺
1食225g(麺130g) 414円(税447円) 通常税込467円
小麦(国内産)

350 凍 米大
大黒淡水(静岡県・焼津市)
うなぎ蒲焼 70g×2
70g×2、たれ・山椒付 2480円(税2678円) 通常税込2894円
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。
うなぎ(愛知県)

2合用
351 凍 米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
五目寿司の素
200g 482円(税521円)
鮭と鯖からとった一番だしのみ使用。酢入りでないため、湯煎後お好みで合わせ酢または三杯酢を加えて。

4個入
352 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
野菜かき揚げ
4個260g 466円(税503円)
国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。玉ねぎ・ごぼう・人参・いんげん(国内産)

茹で時間約1分
355 凍 卵米大
シマダヤ(東京都・渋谷区)
冷凍 稲庭風うどん
200g×5食 391円(税422円) 通常税込441円
国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さ強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉:約7.3% 小麦(国内産)

2食入
356 凍 卵米大
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
関西風きつねうどん
2食520g 320円(税346円)
国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバカツオの出汁を効かせたつゆをセット。鍋かレンジで。小麦(国内産)

お弁当に
おかずに
357 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
ごぼうとひじきの豆腐団子
8個144g 377円(税407円)
鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。
ごぼう(国内産)

358 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
鶏ごぼうシュウマイ
27g×8 389円(税420円)
削り節の煮出し汁で牛蒡を煮、産直の鶏ひき肉を使用した味わい深い仕上がりのシュウマイ。レンジが蒸して。鶏肉(国内産)

次回から値上げ
359 凍 卵米大
秋川牧園(山口県・山口市)
スパイシーささみカツ
160g 425円(税459円)
開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツに。レンジかトースターで。鶏肉(山口県、他)

特
塩電の天ぷら専門メーカーが国産小麦の天ぷら粉と米油を使い作りしました。レンジ後、トースター仕上げが◎
360 凍 卵米大
菅原食品販売(宮城県・塩竈市)
海老天ぷら
3本入 417円(税450円) 通常税込460円
海老(ベトナム、インドネシア)

2人前
361 凍 卵米大
菅原食品販売(宮城県・塩竈市)
天ぷらセット(濃縮たれ付)
200g(2人前 5種×2個) 550円(税594円)
野菜(南瓜、さつまいも、舞茸、茄子、かきあげ)を米油で揚げました。たれは希釈して、レンジかトースターでかきあげ・さつまいも(国内産)

次回から値上げ
362 凍 卵米大
秋川牧園(山口県・山口市)
黒豚メンチカツ
120g(4個) 383円(税414円)
秋川牧園の黒豚挽肉・卵・牛乳とたっぷりの国産玉葱を使用して揚げました。レンジかトースターで。豚肉(国内産)

特
363 凍 卵米大
パイオニアフーズ(北海道・京極町)
ミニポテトオーブントースター用
500g 300円(税324円) 通常税込336円
北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感が◎。ほんのり塩味です。レンジかトースターで。

4個入
364 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
エビカツフライ
4個152g 427円(税461円)
魚のすり身を一切使わず、新鮮なえびの身を使った本物のエビカツ。電子レンジで温めて。
えび(インドネシア、ベトナム、タイ)

今までご利用ありがとうございました 今回で終売です
2種×3個
365 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
中華風根菜煮・青椒肉絲風 カップおかず
120g (2種×3個) 446円(税482円)
ピリッと辛みが効いた根菜煮と、青椒肉絲のお弁当用中華総菜。国産原料にこだわりました。自然解凍OK。
ごぼう・人参・ピーマン・たけのこ(国内産)

12個入
366 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
照り焼きミートボール
12個180g 427円(税461円)
豚肉と鶏肉で作ったミートボールに餡をかけ、使いやすい小分けトレーに詰めました。レンジで温めて。鶏肉・豚肉(国内産)

367 凍 卵米大
大進食品(神奈川県・横浜市)
手こねハンバーグマトソーズ惣菜セット
220g 798円(税862円)
国産合挽肉使用ハンバーグに根菜ごまサラダ・鮭チャウダー・法蓮草漬・南瓜煮を組合せました。レンジで。豚肉(国内産)・玉ねぎ(徳島県)

次回から値上げ
368 凍 卵米大
秋川牧園(山口県・山口市)
フライドチキン(骨なし)
300g 916円(税989円)
塩麹で鶏もも肉に柔らかさと旨みを加えコーン粉の衣でサクサク食感をプラス。骨なしタイプ。鶏肉(国内産)

3個入×2
369 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
ふわわり豆腐ハンバーグ 2パック
(90g×3)×2 908円(税980円) 通常税込1024円
消化剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えました。レンジかフライパンで。大豆・鶏肉(国内産)

次回から値上げ
370 凍 卵米大
秋川牧園(山口県・山口市)
牛乳グラタン(鶏肉とポテト)
100g×2 600円(税648円)
自社の牛乳と鶏肉を使いコクのあるホワイトソースで包みました。温めたトースターかオーブンで約7分加熱。牛乳(山口県、他)

レンジで
2食入
371 凍 卵米大
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
みんなのナポリタン
626g(2食) 398円(税430円)
デュラムセモリナ小麦と玉葱・人参・セロリ等の野菜エキスや数種の香辛料を加えました。加工澱粉:0.6% デュラム小麦(イタリア他)

373 凍 米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
トッポギ炒め
200g 435円(税470円)
国産米使用のトック(餅)と炒めた玉ねぎに甘辛のタレを絡めました。原料に豚皮由来のゼラチン使用。湯煎して。米(国内産)

2枚 外はバリバリ、中はもっちり
374 凍 卵米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
コリアンチヂミ(たれ付)
チヂミ230g(2枚)、たれ8g×2 528円(税570円) 通常税込602円
国産小麦粉と野菜を使い、焼き上げました。フライパンかトースターで焼いて。小麦(国内産)

2枚
375 凍 卵米大
美雷(大分県・宇佐市)
関西風お好み焼き
160g×2枚 536円(税579円)
国産小麦使用ミックス粉にキャベツ・豚肉・天玉を加えたカツオ風味のお好み焼き。レンジで温めて。小麦(北海道)、キャベツ(福岡県)

レンジか蒸して 4個入
376 凍 卵米大
カラミノフーズ(東京都・新宿区)
鶏五目中華ちまき
320g(4個入) 621円(税671円) 通常税込691円
もち米・鶏肉(国内産)

8個入
377 凍 米大
ナチュラルファーマーズ(秋田県・大館市)
玄米おむすび
400g(8個入) 498円(税538円)
ユージュラ米を挽き、玄米の匂いを抑え旨みと甘味を引き出しました。秋田産玄米使用。レンジで。玄米(国内産) 【放】不検出<3.2 <3.8

こだわりの和スイーツdeほっこり

特
限定100パック
378 凍 米大
熊野鼓動(和歌山県・田辺市) ©2023.5.1
熊野本宮 釜小餅(よもぎ)
6個入(約25g×6) 555円(税599円) 通常税込740円
和歌山県本宮町の田んぼで栽培したもち米と自家製の甘さ控えめの粒餡(小豆は北海道産)を使用。
もち米・小豆(国内産)・よもぎ(高知県・愛媛県)

4個入 春らしい桜の香り 桜餅とひと味違います
379 凍 米大
熊野鼓動(和歌山県・田辺市) ©180日
熊野本宮 釜餅(さくら)
55g×4 704円(税760円) 通常税込788円
餅米を釜で炊き、伝統製法で作ったふわわり柔らかな和菓子。奈良県吉野の八重桜を使用。自然解凍して。
もち米・小豆(国内産)

380 凍 卵米大
久保田食品(高知県・南国市)
ほうじ茶アイスクリーム
100ml 240円(税259円)
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。
生乳・ほうじ茶(国内産)

381 凍 卵米大
久保田食品(高知県・南国市)
ミルク紅茶アイスクリーム
100ml 210円(税227円)
2種の紅茶(セイロン・ダージリン)をブレンドし、じっくり抽出。味の深みと香りにこだわり仕上げました。
生乳(国内産)、紅茶(インド・スリランカ)

382 凍 卵米大
久保田食品(高知県・南国市)
コーヒーアイスクリーム
110ml 240円(税259円)
2種類の豆から香り抽出。手間暇をかけ造り上げました。コーヒーの香りと上品な甘味が調和した美味しさ。
生乳(国内産)・コーヒー豆(ブラジル他)

4本入
383 凍 米大
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 くるみだんご
4本180g 451円(税487円)
国産うるち米を原料とした上新粉を使用。白あんにくるみを加え、程よい甘さと香ばしさが人気です。自然解凍。
くるみ(アメリカ)

4本入
384 凍 米大
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)
芽吹き屋 三色だんご
4本180g 429円(税463円)
よもぎ(粒あん)、人参(こまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。
小豆(北海道) 【放】不検出<3.3 <3.3

10個入
385 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
ミニたい焼き(あずき)
10個400g 400円(税432円)
国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡(粒あん)して、ミニタイプに仕上げました。レンジで温めて。
小豆(北海道) 【放】不検出<3.3 <3.3

4個入
386 凍 卵米大
ニッコー(神奈川県・大和市)
大判焼き(カスタード)
4個320g 459円(税496円)
牛乳・卵黄を使ったカスタードクリームを蜂蜜入りのしっとりした内皮で作った皮で包みました。レンジで。
小麦(国内産)

特
有機栽培したケール使用(自社及び契約農家で)
387 凍
フジワラ化学(愛媛県・西条市)
フジワラの青汁(冷凍)3個入
90ml×3個 462円(税498円) 通常税込630円
ケール(愛媛県)
新生活に向けて
体を整えましょう
風邪をひきやすい・生活習慣病が気になる方にもオススメ
別添
チラシも
ご覧ください

菓子担当 今週のイチオシ

全品特価

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。

前は保存版「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
501~999(青字の注文番号)は、注文用紙の3ヶタ記入欄へご記入ください。

常総生協が考える

菓子とは?

子どもにとっては「第4の食事」。大人には安らぎや気分転換に。素材の味を大切にし、シンプルな内容の菓子を中心に扱います。



388 20g x 4 260円(税込281円) 通常税込292円
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) きらす揚げ・しお4連
おからが入った、かりんとう風の揚げ菓子です。
小麦(国内産) 【放】不検出 <4.1 <4.3



389 4g x 5連 166円(税込179円) 通常税込190円
サンコー(愛知県・豊橋市) まるごと小魚
片口いわし(国内産)



395 12g x 4 245円(税込265円)
創健社(神奈川県・横浜市) メイシー ちっちゃな揚げせんべい
うち米(国内産)



401 20g 176円(税込190円)
サンコー(愛知県・豊橋市) ふわふわチップ にんじん味
さっぱり塩味のにんじん味のノンフライチップです。
じゃがいも(北海道) 【放】不検出 <0.8 <0.9



406 10個 290円(税込313円)
サンコー(愛知県・豊橋市) ふところ餅
もちもちで柔らかい、米粉と砂糖を湯で練った一口サイズの食べやすい和菓子。
米(国内産)



412 155g x 2 470円(税込508円) 通常税込530円
丸和食品(東京都・練馬区) 豆乳ドーナツ(黒糖)2袋
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。
小麦(国内産) 【放】不検出 <3.7 <3.8



390 55g x 2 340円(税込368円) 通常税込388円
ノースカラス(北海道・札幌市) 純国産 ポテトチップスうす塩 2袋
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)
じゃがいも(国内産)



396 10g x 4 255円(税込275円)
創健社(神奈川県・横浜市) メイシー ぱりぱりえびせんべい
馬鈴薯(北海道)



407 45g 460円(税込497円)
創健社(神奈川県・横浜市) 酥醇カシス(果実)
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。
カシス(ニュージーランド)



408 57g(個包装) 260円(税込281円)
ノースカラス(北海道・札幌市) 純国産はちみつレモンのど飴
北海道産のはちみつを使用し、原材料はすべて国産原料・無添加にこだわっています。
さつまいも(鹿児島)、レモン(国内産)



411 155g x 2 470円(税込508円) 通常税込530円
丸和食品(東京都・練馬区) 豆乳ドーナツ(白蜜)2袋
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。
小麦(国内産) 【放】不検出 <3.7 <3.8



391 110g x 2 550円(税込594円) 通常税込638円
ノースカラス(北海道・札幌市) 純国産きなこねじり 2袋
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。
きな粉(北海道)



397 40g 240円(税込259円)
サンコー(愛知県・豊橋市) 磯辺巻
もち米(国産)



402 20g x 4 270円(税込292円)
サンコー(愛知県・豊橋市) 国産野菜のかりんとう
4種類の野菜(にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、ごぼう)の味が楽しめるかりんとうです。
小麦(国内産) 【放】不検出 <0.9 <0.9



409 155g 298円(税込322円)
大洋(神奈川県・横須賀市) 豆かんでん 黒糖みつ
国内産寒天と、北海道産赤えんどう使用の豆かんでんです。黒蜜をかけてお召し上がりください。
天草(国内産)



413 1個 980円(税込1058円) 通常税込1080円
三原庵(京都府・京都市) 半熟かすてら プレーン
パンテローというカステラの前身であるポルトガルの伝統菓子です。
卵(国内産)



392 8枚 x 2 520円(税込562円) 通常税込604円
創健社(神奈川県・横浜市) 五穀ドライワッフル 2個組
五穀を加えて香ばしく焼き上げた、歯ごたえしっかりのワッフルクッキーです。
小麦(国内産)



398 100g 210円(税込227円)
蔵王米菓(山形県・村山市) 揚げ小丸
丸大豆醤油と北海道のてんさい糖で味付けした一口サイズの揚げせんべい。
うるち米(国内産)



403 46g 247円(税込267円)
ノースカラス(北海道・札幌市) 純国産 北海道おかきとうもろこし
100%北海道の素材を使用したサクサクおかき。
もち米(北海道)



410 160g 298円(税込322円)
大洋(神奈川県・横須賀市) きな粉 黒みつ寒天
原材料: 天草、黒糖、きな粉
天草(国内産)



393 400g 1150円(税込1242円) 通常税込1350円
東京フード(茨城県・つくば市) ケーベルチュールオーレチョコレート
コーティングや練り込みに最適なミルクチョコレートです。焼きのりを使っています。
カカオ(西アフリカ、他)



399 53g 180円(税込194円)
ノースカラス(北海道・札幌市) 純国産 ポテトチップスのり塩
国産のじゃがいもを使用したポテトチップスです。焼きのりを使っています。
じゃがいも(国内産)



404 53g 269円(税込291円)
ノースカラス(北海道・札幌市) 純国産 かきのたね
新潟県産のお米をカリッと焼き上げ、しょうゆのだしの旨みを感じるタレで味付けしました。
もち米(新潟県)

水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツ

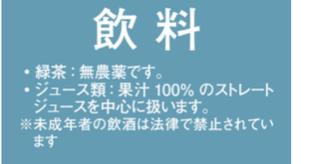


411 155g x 2 470円(税込508円) 通常税込530円
丸和食品(東京都・練馬区) 豆乳ドーナツ(白蜜)2袋
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。
小麦(国内産) 【放】不検出 <3.7 <3.8



412 155g x 2 470円(税込508円) 通常税込530円
丸和食品(東京都・練馬区) 豆乳ドーナツ(黒糖)2袋
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。
小麦(国内産) 【放】不検出 <4.3 <3.6

かわばた園



415 50g 588円(税込635円)
かわばた園(静岡県・静岡市) 煎茶
上煎茶収穫以降、刈り取ったお茶です。多少渋みは伴いますが、すっきりとした味わいが特徴です。
茶葉(静岡県)



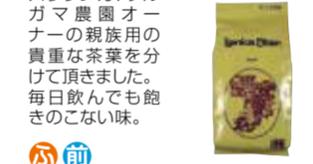
416 50g 410円(税込443円)
かわばた園(静岡県・静岡市) くき茶
茶葉(静岡県)



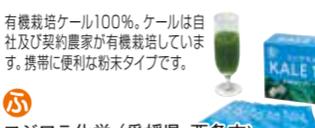
722 100g 830円(税込896円)
かわばた園(静岡県・静岡市) ほうじ茶
茶(静岡県)



732 200g 440円(税込475円)
ランカスター(千葉県・千葉市) セイロン紅茶(リーフ)
紅茶(スリランカ)



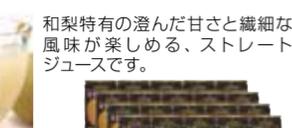
418 2g x 20 480円(税込518円) 通常税込540円
ランカスター(千葉県・千葉市) マンゴティー(ティーバッグ)
マンゴの甘い香りのする紅茶です。ストレートでもミルクティーでもおいしいです。
紅茶(スリランカ)、香料(中国)



419 3g x 10包 お試しサイズ 924円(税込998円) 通常税込1296円
フジワラ化学(愛媛県・西条市) フジワラの青汁(粉末タイプ)



421 5缶 160g x 5 775円(税込837円)
ゴールドバック(長野県・松本市) 和梨ジュース(ストレート)



422 20缶 160g x 20 3000円(税込3240円)
ゴールドバック(長野県・松本市) 和梨ジュース(ストレート)



423 160g x 20 2998円(税込3238円)
ゴールドバック(長野県・松本市) 北海道トマト100%(無塩)
北海道の大地で育ったトマトを収穫して搾ったストレートタイプのトマトジュースです。
トマト(北海道)

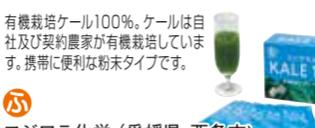


424 160g x 20 2550円(税込2754円) 通常税込2862円
長野興農(長野県・長野市) 信州りんごジュース 成分無調整
りんご(長野県)

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

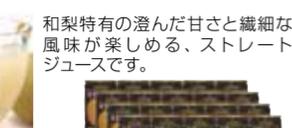
前は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで
501~999(青字の注文番号)は、注文用紙の3ヶタ記入欄へご記入ください。



419 3g x 10包 お試しサイズ 924円(税込998円) 通常税込1296円
フジワラ化学(愛媛県・西条市) フジワラの青汁(粉末タイプ)



421 5缶 160g x 5 775円(税込837円)
ゴールドバック(長野県・松本市) 和梨ジュース(ストレート)



422 20缶 160g x 20 3000円(税込3240円)
ゴールドバック(長野県・松本市) 和梨ジュース(ストレート)



423 160g x 20 2998円(税込3238円)
ゴールドバック(長野県・松本市) 北海道トマト100%(無塩)
北海道の大地で育ったトマトを収穫して搾ったストレートタイプのトマトジュースです。
トマト(北海道)



424 160g x 20 2550円(税込2754円) 通常税込2862円
長野興農(長野県・長野市) 信州りんごジュース 成分無調整
りんご(長野県)

前 757
岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
龍泉洞の水
2ℓ×6 **1300円(税1404円)**
岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。自然の味をそのままに。水(岩手県) 【放】不検出 <0.5 <0.5

特
425 **米**
はつゆき屋(鹿児島県・日置市)
はつゆき屋・あま酒
300g×2 **700円(税756円)** 通常税込 800円
国産米を100%使用し、砂糖を加えず、こうじの力だけで自然糖化された、昔ながらのもち米入りあま酒です。米(国内産)

お酒 ALC:8~9% **特**
426 **米**
末廣酒造(福岡県・会津美里町)
マッコリ風清酒・春玉の白
330ml **425円(税468円)** 通常税込 487円
米・米こうじ(福島県) 【放】不検出 <0.3 <0.3

ALC:12%
ストロベリーを思わせる甘い香りと、さわやかな酸味が特徴です。
427 **お酒**
はこだてわいん(北海道・七飯町)
酸化防止剤無添加キャンベル・アーリー 赤
720ml **1400円(税1540円)**
ぶどう(北海道)

ALC:12%
フレッシュで華やかな香りと、洋梨やライチのような甘い香りが特徴のワインです。
428 **お酒**
はこだてわいん(北海道・七飯町)
酸化防止剤無添加ナイアガラ 白
720ml **1400円(税1540円)**
ぶどう(北海道)

CO-OP商品

北海道産牛乳を使用したクリームを生地でふんわり巻いた、ミニサイズのロールケーキです。国産小麦使用。
10個入
429 **冷**
日本生活協同組合連合会
国産小麦のミニロールケーキ
10個 **298円(税322円)**
生乳・小麦・鶏卵(国内産)

原材料:ミルククリーム(ショートニング、水あめ、ぶどう糖、マーガリン、砂糖、ぶどう糖液糖、牛乳、乳製品、乳等を主要原料とする食品、でん粉)(国内製造)、鶏卵、小麦粉、砂糖、果糖ぶどう糖液糖、食用卵殻粉、はちみつ/トレハロース、乳化剤(大豆由来)、膨張剤、グリシン、グリセリン脂肪酸エステル、香料、酸化防止剤(ビタミンE)、着色料(カロチン)
卵乳大
430 **冷**
日本生活協同組合連合会 90日
南部せんべい 落花生
6枚 **150円(税162円)**
小麦(オーストラリア、アメリカ、国内産、カナダ)

東北地方の伝統的焼き菓子です。小麦粉を練り上げて成型し、片面に落花生をまぶして焼き上げました。
431 **冷**
日本生活協同組合連合会 90日
りんごジュース100
1ℓ **298円(税322円)**
りんご(国内産)

国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもこぼれません。濃縮還元果汁使用。
432 **冷**
日本生活協同組合連合会 180日
粉末レモネード
17g×10 **280円(税302円)**
レモン(広島県)

出羽三山の地下水を170mの深井戸からくみ上げました。くせない飲みやすいミネラルウォーターです。
433 **冷**
日本生活協同組合連合会
月山の水
2ℓ **125円(税135円)**
山形県 【放】不検出 <0.5 <0.5

「米一升・みりん一升」の本場三河の伝統製法で作られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさです。
434 **冷**
角谷文治郎商店(愛知県・碧南市)
三州三河みりん
700ml **1025円(税1128円)**
もち米(佐賀県)

食品調味料
・常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さし・す・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
501~999(青字の注文番号)は、注文用紙の3ケタ記入欄へご記入ください。

435 **冷**
やまこみそ(茨城県・守谷市) 90日
やまこ味噌(粒・甘口) 容器入り
750g **550円(税594円)**
国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。原材料:米、大豆、塩大豆(国内産)

北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。
436 **冷**
伊藤商店(愛知県・武豊町) 150日
傳右衛門 生みそ(豆)
500g **896円(税968円)** 通常税込 994円
国産丸大豆と豆麹だけで作った3年熟成の赤みそ。他のみそと合わせてみそ汁に使うとおいしさが増します。大豆(国内産)

料理に風味を持たせませす。
437 **冷**
米澤製油(埼玉県・熊谷市)
ごま油
450g **1150円(税1242円)**
胡麻(ナイジェリア、他)

本醸造丸大豆うすくち醤油をベースに、昆布のうまみと鰹風味豊かな白だしです。
438 **冷**
創健社(神奈川県・横浜市)
えごま一番 胡麻ドレッシング
150ml **460円(税497円)**

甘みのある有機トマトと有機野菜に白コショウ、オレガノ等を加え、香り豊かなピザソースに仕上げました。
439 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
生おろしわさび
40g **360円(税389円)** 通常税込 432円
本わさび(長野県)

2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。
440 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
練りからし
40g **350円(税378円)**
からし(カナダ)

2年間杉桶で発酵熟成させた天然醸造醤油から、食塩のみ50%カット。
441 **冷**
沖縄アロエ(沖縄県・那覇市)
シークワーサー 100
360ml **924円(税998円)**
シークワーサー(沖縄県)

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。
442 **冷**
光食品(徳島県・上板町)
有機ピザソース
225g **450円(税486円)**
トマト(国内産、アメリカ、他)

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。
443 **冷**
創健社(神奈川県・横浜市)
オーガニック粒マスタード
90g **500円(税540円)**
有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなオーガニック粒マスタードです。有機マスタード種子(カナダ)

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。オムライスやケチャップライスなどに
444 **冷**
ポルスタア(東京都・東村山市)
かつお香るごまみそめんつゆ
455g **430円(税464円)**
脱脂大豆・小麦(アメリカ、カナダ)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
445 **冷**
ポルスタア(東京都・東村山市)
青森県田子町産のおろしにんにく
70g **400円(税432円)**
青森県田子町産の風味豊かなにんにく(福地ホワイト種)だけをおろしました。にんにく(青森県)

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。
446 **冷**
光食品(徳島県・上板町)
トマトケチャップ(瓶)
400g **530円(税572円)**
有機トマト(外国産・国内産)

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)。
447 **冷**
超さんの味(宮城県・仙台市)
超さんの味 薬念醬(ヤンニョムジャン)
240g **520円(税562円)** 通常税込 594円
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。大豆(国内産)

国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のピネガーを使用。
448 **冷**
超さんの味(宮城県・仙台市)
超さんの味 コチュジャン
150g **510円(税551円)** 通常税込 572円
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。大豆(国内産)

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。
449 **冷**
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
カナダ産 ブルーベリーの花はちみつ
500g **1480円(税1598円)** 通常税込 1674円
はちみつ(カナダ)

甘みのある有機トマトと有機野菜に白コショウ、オレガノ等を加え、香り豊かなピザソースに仕上げました。
450 **冷**
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
ハンガリー産アカシアはちみつ
350g **1120円(税1210円)** 通常税込 1296円
はちみつ(ハンガリー)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
451 **冷**
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
ブルガリア産オーガニックハーブ蜂蜜
450g **1450円(税1566円)** 通常税込 1620円
はちみつ(ブルガリア)

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。
452 **冷**
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
スペイン産 オレンジはちみつ
350g **1040円(税1123円)** 通常税込 1188円
はちみつ(スペイン)

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)。
453 **冷**
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 90日
白丸もち
500g **645円(税697円)** 通常税込 745円
もち米は庄内産のでわのもち。減農薬・無化学肥料栽培。もち米(山形県) 【放】不検出 <1.7 <1.3

国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のピネガーを使用。
454 **冷**
長谷川商店(東京都・中央区) 180日
焼のり(有明産)
全型10枚 **440円(税475円)** 通常税込 486円
有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼き上げました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。のり(有明海)

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。
455 **冷**
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
マヨネーズ(キサイチ)
330g **578円(税624円)**
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。なたね(オーストラリア)

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。オムライスやケチャップライスなどに
456 **冷**
光食品(徳島県・上板町)
有機ホールトマト缶
400g **250円(税270円)**
有機トマト(イタリア)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
457 **冷**
沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総だし醤油
360ml **500円(税540円)** 通常税込 583円
大豆(茨城県) 【放】不検出 <0.6 <0.5

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。
458 **冷**
創健社(神奈川県・横浜市)
えごま一番 胡麻ドレッシング
150ml **460円(税497円)**

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)。
459 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
生おろしわさび
40g **360円(税389円)** 通常税込 432円
本わさび(長野県)

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。
460 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
練りからし
40g **350円(税378円)**
からし(カナダ)

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。
461 **冷**
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
マヨネーズ(キサイチ)
330g **578円(税624円)**
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。なたね(オーストラリア)

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。オムライスやケチャップライスなどに
462 **冷**
光食品(徳島県・上板町)
有機ピザソース
225g **450円(税486円)**
トマト(国内産、アメリカ、他)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
463 **冷**
沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総だし醤油
360ml **500円(税540円)** 通常税込 583円
大豆(茨城県) 【放】不検出 <0.6 <0.5

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。
464 **冷**
創健社(神奈川県・横浜市)
えごま一番 胡麻ドレッシング
150ml **460円(税497円)**

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)。
465 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
生おろしわさび
40g **360円(税389円)** 通常税込 432円
本わさび(長野県)

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。
466 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
練りからし
40g **350円(税378円)**
からし(カナダ)

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。
467 **冷**
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
マヨネーズ(キサイチ)
330g **578円(税624円)**
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。なたね(オーストラリア)

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。オムライスやケチャップライスなどに
468 **冷**
光食品(徳島県・上板町)
有機ピザソース
225g **450円(税486円)**
トマト(国内産、アメリカ、他)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
469 **冷**
沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総だし醤油
360ml **500円(税540円)** 通常税込 583円
大豆(茨城県) 【放】不検出 <0.6 <0.5

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。
470 **冷**
創健社(神奈川県・横浜市)
えごま一番 胡麻ドレッシング
150ml **460円(税497円)**

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)。
471 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
生おろしわさび
40g **360円(税389円)** 通常税込 432円
本わさび(長野県)

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。
472 **冷**
東京フード(茨城県・つくば市) 180日
練りからし
40g **350円(税378円)**
からし(カナダ)

沖縄で収穫されたシークワーサー果汁のみを使用しました。
473 **冷**
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
マヨネーズ(キサイチ)
330g **578円(税624円)**
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。なたね(オーストラリア)

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。オムライスやケチャップライスなどに
474 **冷**
光食品(徳島県・上板町)
有機ピザソース
225g **450円(税486円)**
トマト(国内産、アメリカ、他)

「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。
475 **冷**
沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総だし醤油
360ml **500円(税540円)** 通常税込 583円
大豆(茨城県) 【放】不検出 <0.6 <0.5

趙さんの味
薬念醬(ヤンニョムジャン)
複数の薬念を配合してつくる合わせ調味料。韓国では、調味料の事を「薬念」と呼びます。手軽に本格韓国料理を楽しめる一品です。
コチュジャン
宮城県産の大豆、国産の米と米麹のみを使用。純米酒、国産のきび砂糖、天日干しの唐辛子で作られる趙さんこだわりのコチュジャンです!

世界のはちみつ特集! (全品特価)
カナダ(ケベック州)は世界有数のブルーベリーの産地で、花粉交配をしながら採れる珍しいはちみつです。
ハンガリーに咲くアカシアの花から採れたはちみつ。すっきりとした品のあま味です。
スペインに咲くオレンジの花から採れたはちみつ。軽やかな味で、ほのかなオレンジの香りが特長。

朝ごはんは腹持ちの良いお餅で!
「常総寒仕込みしょうゆ」を使って作っただし醤油。厚削りのかつおとさば節と昆布でだしをとりました。

春休みは何かと忙しい毎日 お手軽ランチで おうちごはん♪ 全品特価

912 冷 丸和食品(東京都・練馬区)
味付いなり揚げ 2袋
10枚×2袋 **798円(税込862円)** 通常税込902円
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。
大豆(国内産)

916 凍 カラミノフーズ(東京都・新宿区)
ブルコギ丼の具(国産牛)
100g×2 **574円(税込620円)** 通常税込656円
甘辛い韓国風の焼肉「ブルコギ」を丼用の具にしました。湯煎してご飯にかけて。加工澱粉：全体の約1.5%
牛肉(国内産)

676 日本生活協同組合連合会
ライトツナフレークまぐろ油無添加
70g×3 **388円(税込419円)** 通常税込430円
きはだまぐろ(台湾、等)

開成鶏舎で植物性主体の飼料育ちの若鶏胸肉を醤油ベースの調味液に漬けて揚げました。トースター、レンジで。
908 1パック 150g **448円(税込484円)** 通常税込504円
909 2パック 150g×2 **880円(税込950円)** 通常税込1008円
鶏肉(山口県、他)

ちょっと濃いめのタレでごはんがすすむ!
913 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日
焼津港のとろかつお炭火焼き炙り丼
110g(固形量80g+たれ30g) **398円(税込430円)** 通常税込451円
旬の時期に日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りをした鰯を使用。炭火焼きにし、無添加たれに漬けました。
かつお(日本太平洋沖合北部)

917 凍 ニッキー(神奈川県・大和市)
中華丼の具(醤油)
180g×2 **477円(税込515円)** 通常税込538円
鶏がらを煮出したダシ使用
醤油味も人気です

920 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日
ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切
10切550g **1580円(税込1706円)** 通常税込1782円
紅鮭(ロシア)

とろ〜り感がたまらない!
910 凍 大進食品(神奈川県・横浜市)
ママ 北海サーモンたっぷりグラタン
170g×2 **620円(税込670円)** 通常税込697円
オーガニックペンネマカロニと自家製ホワイトソースに鮭とチーズが相性抜群。レンジで温めて。
牛乳(国内産) 【放】不検出 <3.2 <3.6

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。玉葱を加え煮込み卵でとじて。
914 凍 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 親子丼の素 2袋
130g(鶏肉40g、タレ90g)×2 **380円(税込410円)** 通常税込432円
鶏肉(茨城県)

国産野菜とお米で作りました
918 凍 ニッキーフーズ(大阪府・泉佐野市)
香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン
230g×2 **398円(税込430円)** 通常税込444円
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。フライパンがレンジで温めて。
米(国内産)

1個あたり74円
921 パネックス(長野県・伊那市) 賞45日
内麦クロワッサン
10個 **688円(税込743円)** 通常税込754円
小麦(国内産) 【放】不検出 <4.3 <4.2

あっさりとしたコンツメ味です
911 凍 ニッキーフーズ(大阪府・泉佐野市)
スープワンタン
4人前244g **421円(税込455円)** 通常税込470円
小麦・豚肉(国内産)

2食入
915 冷 山武食品(三重県・川越町) 賞60日
国産牛の牛丼
140g×2 **645円(税込697円)** 通常税込711円
牛肉(国内産)

8個入
919 凍 秋川牧園(山口県・山口市)
とりミニ肉まん
280g(8個入) **435円(税込470円)** 通常税込505円
鶏肉(山口県、他)、玉葱・小麦(国内産)

24缶
1缶あたり税込60円
754 日本生活協同組合連合会
ただの炭酸水
200ml×24 **1344円(税込1440円)** 通常税込1512円
福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。

春 新しい門出は腸から健康になろう! 免疫力UP 特集

926 江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんのキウイフルーツ
1kg **830円(税込896円)**
神奈川県

疲労回復、整腸作用に
大紀コープファームの青梅100%。梅汁をとり、それを8~10時間煮詰めたもの。
929 大紀コープファーム(奈良県・五條市)
梅エキス
65g **1850円(税込1998円)** 通常税込2030円
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

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
922 2本組 180ml×2 **256円(税込276円)** 通常税込298円
923 5本組 180ml×5 **635円(税込686円)** 通常税込711円
生乳(福島県) 【放】不検出 <3.7 <4.5

大麦の食物繊維を同時に補給!
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。
927 冷 水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日
押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)
40g×2 **155円(税込167円)** 通常税込178円
大豆(茨城県) 【放】不検出 <3.5 <3.2

パンと一緒に
930 創健社(神奈川県・横浜市)
醗酵カシスの魅力
130g **415円(税込448円)** 通常税込540円
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。
カシス(ニュージーランド)

チェダーチーズをブレンドしたまろやかなプロセスチーズです。食べ切りサイズの個包装。※乳化剤使用。
924 冷 よつ葉乳業(北海道・音更町)
よつ葉北海道十勝ひとくちチーズ仕立て
90g(9個) **398円(税込430円)** 通常税込451円
生乳(北海道)

自家製ダシが旨さの決め手!
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。刻み済み。
928 冷 趙さんの味(宮城県・仙台市) 賞14日
趙さんの味 熟成白菜キムチ
200g **398円(税込430円)** 通常税込454円
白菜(国内産)、唐辛子(中国)

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。
931 565ml 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
932 1800ml **4980円(税込5378円)** 通常税込5724円
カシス(ニュージーランド)

925 凍 リアス(千葉県・船橋市) 賞180日
国産あかもくめかぶミックス
40g×3 **311円(税込336円)** 通常税込356円
あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感に粘りが加わり食べやすい。お好みのたれで。
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)

水戻し不要の素材缶。そのまま調理に使えます。油揚げや厚揚げ、大豆ドライパック、人参などと炒め煮に。
667 日本生活協同組合連合会
ひじきドライパック
110g **188円(税込203円)** 通常税込214円
芽ひじき(国内産)

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。
555 藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
アルゼンチン産はちみつ
1kg **1998円(税込2158円)** 通常税込2268円
はちみつ(アルゼンチン)

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。
その他
前 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。
わ は、JOSOわいど仕様のため、原材料または対象の添加物について記載しています。

アレルギー表示
卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かにか
「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
※コンタミネーションとは同じ工場がアレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性があることをいいます。
アレルギーの症状がある場合は、包材表記をご確認の上ご利用ください。
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。
は無農薬は栽培期間中に生産者が農薬を散布していない事を表しています。

主原料原産地
生鮮品については主原料の原産地を表記しています。
原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。
※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめましょう!