

# 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～

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

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

2023年8月5回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	21	22	23	24	25
定番品 のお届け	28	29	30	31	9/1
特別企画品 のお届け	4	5	6	7	8

残りの夏を元気に過ごすために

# しっかり食べて パワーチャージ

まだまだ暑さが続く8月は体も疲れ気味に。良質なタンパク質をしっかり摂って、暑さに負けない体づくりをしましょう!



565円/100g

**8 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛サイコロステーキ用 170g×2 **1780円(税込1922円)** 通常税込1955円

モモ・肩肉をダイス状にカットしました。お得な2パックでお届け。鹿児島県

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

福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛カルビ焼肉用

**9 180g** 599円/100g 180g **998円(税込1078円)** 通常税込1123円

**10 徳用** 594円/100g 500g **2750円(税込2970円)** 通常税込3229円

鹿児島県

丸大豆寒仕込みしょう油がベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。

**11 米大** 沼屋本店(茨城県・つくば市) 沼屋 焼肉のたれ 260g **398円(税込430円)** 通常税込464円

大豆(国内産) [放] 不検出 <3.8 <3.8

**12 冷** 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉あらびきウインナー(増量) 400g **798円(税込862円)** 通常税込907円

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。豚肉(国内産)

194円/100g 常総生協オリジナル

**13 冷** JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 茨城県産ローズボーク 小間切(タレ付) 250g **450円(税込486円)** 通常税込508円

ローズボ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)

294円/100g

肉じゃが、カレー、シチューなどの煮物、炒め物、焼肉と幅広く使えます。ウテ、モモ、バラ肉を使用。

**14 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 国産牛小間切 160g×2 **870円(税込940円)** 通常税込982円

福岡県、大分県

必要量だけ使えるパラ凍結で便利。

野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用

**15 1パック** 272円/100g 250g **630円(税込680円)** 通常税込691円

**16 2パック** 268円/100g 250g×2 **1240円(税込1340円)** 通常税込1382円

茨城県

ベーコンの切り落としです。いろいろな料理にお使い下さい。

**17 凍** 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場の徳用ベーコン切り落とし 100g **320円(税込346円)** 通常税込378円

豚肉(国内産)

枝豆の王様 山形伝統品種

庄内地方では枝豆の最高峰です。昔から作られてきた在来の品種で、味わい深い豆です。農薬無散布。

**18 大** 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) だだちやまめ 250g **518円(税込559円)**

山形県 [放] 不検出 <2.3 <2.9

やわらがです!

**19 凍** 共和水産(岩手県・宮古市) フライパンで出来る!国産いか一夜干カット 180g **380円(税込410円)** 通常税込430円

主に三陸北部沖で漁獲した新鮮なすめいかを一夜干しにし、食べやすくカット。フライパンで焼いて。すめいか(主に三陸北部沖)

鶏肉の美味しさと醤油ダレの優しい風味がよくマッチ!

**20 凍** 秋川牧園(山口県・山口市) やきとりセット 180g(2種各3本) **685円(税込740円)** 通常税込740円

鶏肉(山口県、他)

適度に酸味のある甘酢たれを絡めました

国産鶏肉と国産大豆を使用した豆腐で少し大きめの肉団子を作り、特製のタレを絡めました。湯煎かレンジで。

**21 凍** ニッコー(神奈川県・大和市) 大きな豆腐肉団子 340g **475円(税込513円)** 通常税込538円

鶏肉(国内産)

「お酢」のチカラをかりて 夏バテ対策!

◆食欲アップに 酸味が唾液・胃液が出て消化を助ける

◆疲労回復に 主成分である酢酸が体内でクエン酸に変化し、炭水化物の消化を助けてくれ、疲れの元である乳酸を取り除く

**22 凍** 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 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

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。

**23 凍** 藤井養蜂場(福岡県・朝倉市) 食菜酢 360ml **540円(税込583円)** 通常税込626円

米(国内産)

16ページ「ダイマツ特集」もご覧ください

**24 冷** まるしょう(石川県・小松市) ベジタブルサーワー 150g **250円(税込270円)** 通常税込281円

大根・きゅうり・パプリカ(国内産)

苦くて旨い チャンプルー!

国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。

**25 1袋** 丸和食品(東京都・練馬区) 押し豆腐 220g **264円(税込285円)**

**26 2袋** 220g×2 **498円(税込538円)** 通常税込570円

大豆(国内産)

りんごのシーズンが 始まりました

品種リレー 第1弾は 「あかね」

What's あかね 酸味が強く、煮崩れしにくい為、お菓子づくりにも適しています。味わいや食感は「紅玉」に似ています。

**27** おきたま興農舎・本田さん達(山形県・高島町) りんご(あかね) 4玉 (600g~800g) **490円(税込529円)**

紅玉系で、やや小振りな酸味が強いりんご。アップルパイ等のお菓子におすすめ。減農薬栽培。山形県 [放] 不検出 <3.5 <3.7

**28 冷** JAやさと(茨城県・石岡市) 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)2個組 (35g×3)×2 **268円(税込290円)** 通常税込320円

茨城県で採れた小粒大豆をねかせた風味のよい納豆です。大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <4.1

ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温造り 秋鮭の南蛮漬 180g **380円(税込410円)** 通常税込430円

北海道産の秋鮭を国産米油で揚げて南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。冷蔵か流水解凍で。秋鮭(北海道)

塩・砂糖・酢で調味した夏向きのお漬物です。調味液ごと生野菜と和えればサラダにも。

**29 冷** 共生食品(神奈川県・相模原市) 内麦焼そば(ソース付) 麺150g×3、ソース30g×3 **288円(税込311円)** 通常税込322円

小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

お徳2パック

**30 凍** ニッコー(神奈川県・大和市) 徳用北京餃子 2パック (18g×15)×2 **848円(税込916円)** 通常税込956円

普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セット。焼いて。豚肉(国内産)

**31** 創健社(神奈川県・横浜市) さば水煮 3個組 190g(固形量140g)×3 **1014円(税込1095円)** 通常税込1200円

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。さば(長崎県、他)

## 家計応援! いつもの商品がお買い得!

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。

**28 冷** JAやさと(茨城県・石岡市) 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)2個組 (35g×3)×2 **268円(税込290円)** 通常税込320円

茨城県で採れた小粒大豆をねかせた風味のよい納豆です。大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <4.1

**29 冷** 共生食品(神奈川県・相模原市) 内麦焼そば(ソース付) 麺150g×3、ソース30g×3 **288円(税込311円)** 通常税込322円

小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1

**30 凍** ニッコー(神奈川県・大和市) 徳用北京餃子 2パック (18g×15)×2 **848円(税込916円)** 通常税込956円

普通の餃子より野菜、特ににらを多く入れました。皮は国産小麦粉使用。たっぷり使える2袋セット。焼いて。豚肉(国内産)

**31** 創健社(神奈川県・横浜市) さば水煮 3個組 190g(固形量140g)×3 **1014円(税込1095円)** 通常税込1200円

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。さば(長崎県、他)

### 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の原材料について、順次放射能自主検査を進めています。主原料産地もご参照ください。

・調査完了したものに於いてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。

・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。

・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。  
・空欄になっている商品は以下の通りです。  
①検査対象地域外  
②記載が間に合わなかった商品

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9  
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載

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

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

2023 みんなで知って、利用し、広めよう!

全品特価

# 安心安全で美味しい練り物を 長崎蒲鉾

長崎県  
長崎市



長崎蒲鉾の高崎一正さん

「長崎蒲鉾」のある長崎県は日本屈指の水産県でもあり魚種も豊富。また、水揚げ港のすぐ隣に蒲鉾製造業者共同のすり身工場があり、魚を新鮮な内に加工出来る絶好の環境があります。品質の決め手はなんと、原料の魚。原料すり身の鮮度・グレードが違います。

## リン酸塩で水増しした練り物に注意!

市販品の多くには、原料となる魚のすり身の段階で添加物「重合リン酸塩(ポリリン酸ナトリウム)」が添加されています(表記義務が無いので消費者には分かりません)。リン酸塩を添加すると、水をどんどん吸ってふくれます。つまり、少しのすり身でたくさんの製品を作ることができます。「リン酸塩」は体外への排出時に同時にカルシウムも奪う要注意添加物です。このほか練り製品には保存料・着色料・PH調整剤・化学調味料などの添加物も使われる場合が多いのでご注意ください。

## 初代から受け継がれてきた技術と伝統



昔ながらの「みかけ石臼」で、すり身の練り具合を確かめながら、熟練の職人が丹念にすりあげていきます

鮮度に比例する魚肉の力(弾力)は粘りになり、魚肉の取り方や手に伝わる感触から、練りと塩ふりを見極めていきます。そこに職人の「技」「心意気」を感じます。



どんなに機械化が進んでも、最後は職人の技がものをいいます

## 上品な味わいの揚げ天

白身魚に近海の雑魚を使ったすり身をベーコンにした桜えび天といかしそ天をセットにしました。



**32 冷え卵大 小**  
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日  
長崎 白天(桜えび・いかしそ)  
2枚(130g) **418円**(税込) **451円**(通常税込) **470円**

## 香味野菜のさっぱり風味が夏にピッタリ!

生姜のさっぱりとした風味の揚げかまぼこ。れんこん、セロリ、甘酢生姜、ねぎが練りこんであります。



**33 冷米**  
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日  
長崎 野菜の香味揚げ  
3枚(90g) **318円**(税込) **343円**(通常税込) **354円**



**34 冷米**  
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日  
長崎 じゃこ天  
2枚 100g **265円**(税込) **286円**(通常税込) **302円**



**35 冷米**  
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日  
長崎 うすら天  
3個入 **298円**(税込) **322円**(通常税込) **333円**



**36 冷米**  
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞29日  
長崎 いわし団子  
4個 112g **305円**(税込) **329円**(通常税込) **340円**

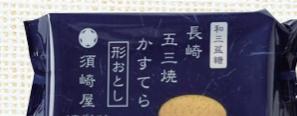
長崎県産焼きあごの上品なだしを効かせた、うすいタイプのだししょうゆです。



**37 米大 小**  
チョーコー醤油(長崎県・長崎市)  
焼きあごだししょうゆ  
300ml **460円**(税込) **497円**(通常税込) **518円**



**643 卵大 小**  
創健社(神奈川県・横浜市) 賞120日  
長崎皿うどん  
2食×2袋(スープ付) **575円**(税込) **621円**(通常税込) **643円**



**38 卵米 小**  
須崎屋(長崎県・島原市) 賞30日  
長崎五三焼かすてら 形おとし  
200g **550円**(税込) **594円**(通常税込) **648円**

## 今週のおすすめ

### 岩瀬牧場の厳選焼肉セット



大人気の岩瀬さんの豚肉です!脂がとても甘くクセになる味です。まだ食べたことがない方は、ぜひ一度味わってみて下さい!

266円/100g  
岩瀬さんの豚ロース、バラ、モモをスライスして、焼肉用にセットにしました。

供給部 戸口 おすすめ

**39 冷**  
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山  
徳用 岩瀬さんの豚焼肉セット 賞6日  
200g×3種 **1480円**(税込) **1598円**(通常税込) **1782円**

## 職員試食でも好評でした!

### 国産のさばをじっくり漬け込み

不漁と言われている国産のさばですが、今回まとまった原料が確保できたので三枚におろし、特製の生姜醤油にじっくり24時間漬け込みました。生姜の風味と醤油の香ばしさでご飯がすすむこと間違いなし!ぜひお試しください。



原材料:さば(国産)、みりん、加工黒糖、醤油、生姜、砂糖、小麦発酵調味液、こんぶエキス、食塩、酵母エキス、こんぶ

国産のさばを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けこみました。

**40 凍米 大 小**  
東北トクスイ(宮城県・塩釜市)  
国産さば生姜醤油漬 賞180日  
3枚180g **440円**(税込) **475円**(通常税込) **494円**

## 旬の国産なすを素揚げにしました

### お好みの味付けでどうぞ!

旬のなすを乱切りにし、鮮やかな紫色を保つために油で揚げました。油との相性がよい野菜なので、ポン酢をかけたり、煮浸しや麻婆茄子など幅広い料理に簡単にご利用いただけます。



凍ったまま炒めたり、レンジで自然解凍。(レンジなら500Wで約2分、常温なら約20分)

**41 凍米**  
日岡商事(兵庫県・加古川市)  
冷凍国産揚げなす 賞30日  
300g **630円**(税込) **680円**(通常税込) **700円**

## 醤油の旨みを味方につけて料理の味をぴたりと決める

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。  
**450** 常総寒仕込み醤油(火入れ) **505** 三州三河みりん **520** 純米酢

## 醤油だれ三種 それぞれ材料を混ぜ合わせるだけで出来上がる 簡単便利な調味料

**◆うまみ醤油**  
醤油 ..... 75cc  
みりん ..... 25cc  
かつおと昆布の合わせだし ..... 100cc

**◆ねぎだれ**  
醤油 ..... 大4  
酢 ..... 大2  
砂糖 ..... 大1/2  
みりん ..... 大1  
長ねぎ(みじん切り) ... 10cm  
しょうが(すりおろし) ... 小2  
ごま油 ..... 大1

**◆焼肉のたれ**  
醤油 ..... 大3  
みりん ..... 大1  
はちみつ ..... 大1  
りんごジュース(もしくはりんご果汁) ..... 大2  
にんにく(すりおろし) ... 1片  
しょうが(すりおろし) ... 1片  
玉ねぎ(すりおろし) ... 10g  
ごま ..... 大1  
ごま油 ..... 大1

## 夏のとおきデザート お子さんと一緒に簡単手作り!

●今週のカatalogでは右の商品をご案内しています。  
**554** アルゼンチン産 百花蜜はちみつ **235** 鈴木牧場ヨーグルト (プレーン) **456** 無茶々園 れもんストレート果汁

### 野菜のアイス

(出来上がり:それぞれ製氷皿1つが目安です)

**◆材料**  
人参 ..... 1本(150g)  
レモン汁 ..... 少々  
プレーンヨーグルト ..... カップ1/2  
牛乳 ..... カップ1  
はちみつ ..... 大さじ3

**◆作り方**  
① 人参は1cmの輪切りにし、柔らかくゆでる。ザルにあげレモン汁をかける。  
② 残りの材料と共にミキサーにかけ、製氷皿に流し冷凍庫で固める。

### にんじんアイス

**◆材料**  
完熟トマト ..... 2コ  
プレーンヨーグルト ..... カップ1  
レモン汁 ..... 小さじ2  
はちみつ ..... 大さじ2

**◆作り方**  
① トマトは湯むきし、ザク切りにする。  
② 材料を全部入れ、ミキサーにかける。製氷皿に流し、冷凍庫で固める。

お見逃しなく！  
今回だけの企画です！



すこいぞブルーベリー

・ビタミン豊富！  
特に粘膜保護や免疫力向上に役立つビタミンA、カルシウムを骨に定着させるビタミンKが豊富です。  
・カリウムが豊富  
・食物繊維も豊富

【ご注意】品種により大きさが異なります。4〜6玉の300gでのお届けとなります。  
42 4〜6玉  
畑さん達(長野県・小布施町)  
ブルーベリー  
約300g(4〜6玉) 430円(税込) 464円(通常税込) 484円(通常税込)

秋先取り！  
早生のりんごです



どれも甘酸バランスの良い今の時期に美味しいりんごです  
【ご注意】品種により大きさが異なります。3〜4玉の700〜850gのお届けとなります。  
43 3〜4玉(700〜850g)  
波動農法研究会・吉原さん達(長野県・須坂市)  
早生りんご(夏あかり、シナノリップ他)  
780円(税込) 842円(通常税込) 862円(通常税込)

猛暑で疲れたからだをいたわる！  
館野さんの梨



昨年利用した組合員さんの声  
毎週注文しています。猛暑で疲れた体に、す〜っと染み入り、心も癒されていく感じです。  
【おしらせ】幸水の終盤、豊水の始まりのため、どちらかでお届けとなります。  
44 3〜4玉  
館野さん(栃木県・小山市)  
梨(幸水または豊水)  
3〜4玉 約1kg 813円(税込) 878円(通常税込) 897円(通常税込)

種なし&皮ごと食べられる  
新品種



種が無く皮ごと食べられて糖度が高い品種です。1房単位ではなく250g規格でのご案内です。減農薬栽培。  
【ご注意】1房単位ではなく250g規格のご案内です。  
45 約250g  
あゆみの会・菅谷さん(千葉県・香取市)  
シャインマスカット  
733円(税込) 792円(通常税込) 810円(通常税込)

46 無農薬  
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)  
バナナ  
450g以上 369円(税込) 399円(通常税込)  
小規模農家が集まったインカバナ社より、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。  
ペルーまたはエクアドル

47 無農薬  
渥美農園(静岡県・浜松市)  
渥美さんのすだち  
約150g 198円(税込) 214円(通常税込) 225円(通常税込)  
酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。旬の焼き魚に最適。減農薬栽培。  
静岡県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

48 シーズン最終  
さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) (賞60日)  
干し柿(市田柿)  
300g(7〜14個) 1298円(税込) 1402円(通常税込) 1510円(通常税込)  
1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。表面の白い粉はカビではなく糖分です。無燻蒸処理。  
長野県

49 無農薬  
上野さん達(栃木県・上三川町)  
ニラ  
1束(約100g) 150円(税込) 162円(通常税込)  
栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農業無散布。  
栃木県 [放] 不検出 <4.4 <4.4

50 無農薬  
イバラキ食品(茨城県・石岡市)  
もやし  
250g 59円(税込) 64円(通常税込)  
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

夏の食卓に欠かせない薬味

51 無農薬  
作本さん達(熊本県・熊本市)  
大葉  
10枚 145円(税込) 157円(通常税込)  
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

52 無農薬  
大紀コープファーム生産者グループ(高知県)  
しょうが  
100g 165円(税込) 178円(通常税込)  
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。  
高知県

53 無農薬  
とさやま開発公社(高知県・高知市)  
みょうが  
50g 220円(税込) 238円(通常税込)  
この香りで夏を実感。季節を感じる事ができる典型的な野菜です。味噌汁や刺身で薬味に。減農薬栽培。  
高知県

54 無農薬  
西山さん(熊本県)、飯田さん(千葉県)  
にんにく  
約100g 250円(税込) 270円(通常税込)  
ホワイト種より外皮は紫がかった。味は良く香りが強いのが特長です。農業無散布。  
熊本県、千葉県

55 無農薬  
徳弘さん(北海道・富良野市)  
ズッキーニ  
1本 175円(税込) 189円(通常税込)  
火を通すと甘みが増します。炒め物・グリルでどうぞ。農業無散布・化学肥料不使用。  
北海道

56 シーズン最終  
おきたま興農舎・小林さん達(山形県・高島町)  
薄皮丸茄子  
400g 461円(税込) 498円(通常税込)  
皮は薄く、漬けるのにパリッと歯ごたえが良いのが特長。通常のなすと同様にご利用いただけます。農業無散布。  
山形県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

旬のなす たくさん食べよう！

57 無農薬  
木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんのなす  
3本 162円(税込) 175円(通常税込)  
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。※大サイズの場合は2本になる場合があります。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.4

58 無農薬  
稲葉さん達(茨城県・結城市)  
なす  
5本 308円(税込) 333円(通常税込)  
少し遅く定植し、晩秋まで収穫する作型。気温差が大きくなるにつれ、実の糖度が上がります。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.4

59 無農薬  
木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんのピーマン  
150g 170円(税込) 184円(通常税込)  
肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.6

60 無農薬  
木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんのきゅうり  
3本 165円(税込) 178円(通常税込)  
サラダ、漬物、炒めものにも。夏の水分補給に。害虫が大量発生した場合のみ農業対応。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.2

61 無農薬  
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
長島さんのきゅうり  
500g(4〜6本) 298円(税込) 322円(通常税込)  
旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農業無散布・無化学肥料栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

62 無農薬  
中村さん達(群馬県・長野原町)  
レタス  
1玉 225円(税込) 243円(通常税込)  
高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。減農薬栽培。  
群馬県 [放] 不検出 <3.8 <3.9

63 無農薬  
中村さん達(群馬県・長野原町)  
サニーレタス  
1玉 210円(税込) 227円(通常税込)  
サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がりください。減農薬栽培。  
群馬県 [放] 不検出 <3.6 <4.4

64 無農薬  
中村さん達(群馬県・長野原町)  
キャベツ  
1玉 215円(税込) 232円(通常税込) 248円(通常税込)  
うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農業に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。  
群馬県 [放] 不検出 <4.7 <3.6

65 無農薬  
中村さん達(群馬県・長野原町)  
カットキャベツ  
1/2カット(500g前後) 168円(税込) 181円(通常税込) 192円(通常税込)  
使い切りサイズ  
群馬県 [放] 不検出 <4.7 <3.6

66 無農薬  
農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市)  
倉持さんの長ねぎ  
300g 220円(税込) 238円(通常税込)  
自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <2.9

67 無農薬  
上野さん達(栃木県・上三川町)  
長ねぎ  
500g 259円(税込) 280円(通常税込)  
地場の酒粕、おから等を利用したボカシ肥を使用。軟らかく甘みのあるねぎです。農業無散布。  
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <3.9

シーズン最終

つくば自然農園の夏野菜  
代表の坂本さん  
お試し 特価  
69 無農薬  
つくば自然農園(茨城県・つくばみらい市)  
つくば自然農園のピーマン  
200g 308円(税込) 333円(通常税込) 343円(通常税込)  
「オーガニックエコフェスタ2023」の「ピーマン」部門で1位になった生産者のピーマンです。農業無散布。  
茨城県  
70 無農薬  
つくば自然農園(茨城県・つくばみらい市)  
つくば自然農園のにんにく  
1玉(直径約4cm) 220円(税込) 238円(通常税込) 258円(通常税込)  
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、農業使用を最小限に。  
茨城県  
71 無農薬  
おきたま興農舎・和田さん達(山形県・高島町)  
おきたまの葉ねぎ  
100g 229円(税込) 247円(通常税込) 258円(通常税込)  
山形県  
72 無農薬  
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(通常税込)  
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  
73 無農薬  
原さん達(群馬県・東吾妻町)  
小松菜  
1束(250g) 240円(税込) 259円(通常税込)  
群馬県 [放] 不検出 <3.5 <4.0

夏バテ予防に 実ばミネラル豊富な葉ねぎ！  
品種は「京千緑」。カロテン、ビタミンC、ビタミンK、カルシウムなどのミネラル豊富。農業無散布。  
74 無農薬  
右田さん達(熊本県・芦北町)、他  
ミニトマト  
約150g 230円(税込) 248円(通常税込)  
75 無農薬  
右田さん達(熊本県・芦北町)、他  
ミニトマト  
300g 430円(税込) 464円(通常税込) お得なポリウムパック  
熊本県、他

76 無農薬  
微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
長島さんのトマト  
500g 380円(税込) 410円(通常税込)  
良質な土作りがモットーの長島さんのトマトは、ひと味違うと毎年好評です。ホルモン剤を含み、農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5

77 無農薬  
上村さん達(青森県・八戸市)  
長芋  
200g 213円(税込) 230円(通常税込) 243円(通常税込)  
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

見た目はかわいい  
ですが栄養満点!



シーズン初 無農薬

まごころの里・山本さん達(北海道・栗山町)  
**ぼっちゃんかぼちゃ**  
1~2玉 約280g **215円**(税込**232円**)  
通常税込 **248円**  
ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農業無散布。  
北海道

一度は食べてほしい  
じゃがいも!



無農薬

島津さん達(長野県・小布施町)  
**赤じゃがいも(レッドムーン)**  
約400g **210円**(税込**227円**)  
通常税込 **238円**  
煮崩れしにくく、甘味の強い品種です。肉じゃがやカレーなどに。農業無散布・化学肥料不使用。  
熊本県



秋先取り! 風味抜群  
**木村さんのごぼう**

◆材料  
ごぼう..... 150g  
人参..... 80g  
ピーマン..... 2コ  
しょうゆ..... 大1/2  
砂糖..... 大1  
Aだし汁..... 大4  
みりん..... 大1  
みそ..... 大1と1/2  
サラダ油..... 小2  
ごま油..... 小1  
ごま..... 適宜

◆作り方

- ごぼう、人参はマッチ棒くらいの細切りにし、ごぼうは水につけてアクを取る。ピーマンは種を取ってせん切りにする。
- 鍋にサラダ油、ごま油を熱し、ごぼうと人参を炒める。Aの調味料を加えて炒め煮にする。
- ピーマンを加え、煮汁をからめる。器に盛り、ごまをかける。

シーズン初

**80**  
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

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やさんぴらに。減農薬栽培。

2023年「野菜セット」メンバー募集中!

土づくりからこだわった農業無散布・化学肥料不使用の野菜です。収穫からお届けまで最短でおこないますので、鮮度・味わいが違います!野菜セットで生産者と「縁」を結びましょう。

① 無農薬野菜セット	
清水さんの野菜セット 7~9品目	<b>1388円</b> (税込 <b>1499円</b> )
② 毎週 隔週 4週に1度	お試し
清水さんの野菜セット 5~6品目	<b>998円</b> (税込 <b>1078円</b> )
② 毎週 隔週 4週に1度	お試し
清水さんの野菜セット 3~4品目	<b>698円</b> (税込 <b>754円</b> )
② 毎週 隔週 4週に1度	お試し
天池さんの野菜セット 5品目	<b>1028円</b> (税込 <b>1110円</b> )
② 毎週 隔週 4週に1度	お試し
微生物農法の会野菜セット 5~6品目	<b>1250円</b> (税込 <b>1350円</b> )
② 隔週	お試し

野菜セットの契約を申し込みます  
①ご希望の野菜セット、②配達週・毎週隔週・4週に1度、お試しに○をつけて、注文書と一緒に提出ください。

組合員番号 \_\_\_\_\_ お名前 \_\_\_\_\_ お届け開始日 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_

ホクホク 栗系のかぼちゃ



**81**  
添野さん(栃木県・小山市)  
**かぼちゃ(カット)**  
600g前後 **429円**(税込**463円**)  
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。  
栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.8



**82**  
木村農園(茨城県・つくば市)  
**木村さんのかぼちゃ**  
1玉(1kg~2kg) **498円**(税込**538円**)  
谷田部の木村さんより。えびす系の栗かぼちゃです。減農薬栽培。  
茨城県

夏バテ予防に!



**83**  
木村農園(茨城県・つくば市)  
**木村さんのオクラ**  
100g **160円**(税込**173円**)  
おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.9



**84**  
木村農園(茨城県・つくば市)  
**木村さんのモロヘイヤ**  
100g **154円**(税込**166円**)  
エジプト原産で粘りが特長の栄養価の高い野菜。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.1



**85**  
おきたま興農舎・丹野さん達(山形県・高島町)  
**おかひじき**  
80g **220円**(税込**238円**)  
ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。減農薬栽培。  
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0



**86**  
樺沢さん(群馬県・前橋市)  
**つる菜**  
200g **192円**(税込**207円**)  
赤城山麓の冷涼な土地で育てました。クセや苦みが少なく、シャキッとした食感。おひたしがおすすめ。  
群馬県

「品種リレー」を楽しんで



**87**  
おきたま興農舎・高橋さん達(山形県・高島町)  
**枝豆(袋入)**  
300g **498円**(税込**538円**)  
品種は黒玉すだれ・湯あがり娘・雪音等を時季に合わせて出荷します。農業無散布。  
山形県 [放] 不検出 <4.3 <3.7



**88**  
松浦さん達(山形県・鶴岡市)  
**枝豆**  
約200g **420円**(税込**454円**)  
品種は「湯あがり娘」他。枝から外した状態でお届けします。減農薬・無化学肥料栽培。  
山形県



炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農業無散布。  
**89**  
上村さん達(青森県・おいらせ町)  
**人参(洗い)**  
500g **205円**(税込**221円**)  
**90**  
1kg **398円**(税込**430円**)  
青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9



品種は男爵。肉じゃが、煮込み、サラダ、コロッケ等に。農業無散布・化学肥料不使用。  
**91**  
三須さん達(千葉県・富里市、他)  
**じゃがいも**  
800g **230円**(税込**248円**)  
**92**  
2kg **560円**(税込**605円**)  
千葉県、他



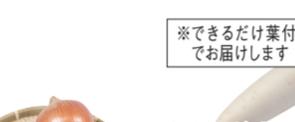
浅野さん(茨城県・常総市)  
**浅野さんのじゃがいも**  
800g **250円**(税込**270円**)  
品種はキタアカリ。農業無散布・化学肥料不使用。  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <4.1



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、香りとともに良く、日持ちするが特長です。  
三重県



稲葉さん達(茨城県・結城市)  
**玉ねぎ**  
**94**  
1kg **350円**(税込**378円**)  
**95**  
3kg **978円**(税込**1056円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.4



川島さん達(群馬県・長野原町)  
**大根**  
**96**  
1本 (900g前後) **215円**(税込**232円**)  
通常税込 **243円**  
**97**  
カット (500g前後) **148円**(税込**160円**)  
通常税込 **171円**  
群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.1



自家製堆肥を使い、なるべく農業に頼らないように工夫して栽培しています。減農薬・無化学肥料栽培。  
**98**  
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



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、香りとともに良好です。  
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



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ココブとちもちしたの粉は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。  
長野県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



丸金(長野県・長野市)  
**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。  
長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1



山田さん(茨城県・つくば市)  
**山田さんのしめじ**  
200g **226円**(税込**244円**)  
ひらたけのしめじです。おがくす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。  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7



あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)  
**ホワイトマッシュルーム**  
100g **248円**(税込**268円**)  
床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌剤は薬剤を使わず熱殺菌です。  
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



村上さん(栃木県・高根沢町)  
**生きくらげ**  
100g **277円**(税込**299円**)  
こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。  
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



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ココブとちもちしたの粉は不使用。心地良い歯ごたえと風味をどうぞ。  
長野県 [放] 不検出 <3.5 <3.9



丸金(長野県・長野市)  
**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。  
長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1



江藤さん(大分県・玖珠町)  
**江藤さんの原木生しいたけ**  
100g **312円**(税込**337円**)  
通常税込 **348円**  
江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。  
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください



原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものは風味、香り共に違います。  
**107**  
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**  
100g **210円**(税込**227円**)  
**108**  
200g **225円**(税込**243円**)  
茨城県

果物 冷凍野菜  
**109**  
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)

サラダやお弁当等に  
**110**  
日本生活協同組合連合会  
**十勝のブロッコリー**  
180g **287円**(税込**310円**)  
通常税込 **343円**  
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。レンジか茹でるか炒めて。  
ブロッコリー(北海道)

**111**  
日本生活協同組合連合会  
**十勝の青えんどう豆**  
200g **328円**(税込**354円**)  
北海道十勝地方で収穫された新鮮やかな青えんどう豆(グリーンピース)を急速凍結。サラダや豆ごぼろなどに。  
青えんどう豆(北海道)

**112**  
日本生活協同組合連合会  
**アボカドスライス**  
150g **328円**(税込**354円**)  
皮むき、種取りアボカドをスライスしました。凍ったまま皿に広げ室温で解凍して。(20℃で約30~40分)  
アボカド(ペルー)

旨味と歯ごたえがあります  
有機堆肥をもとに「生きた土づくり」を目指す生産者と契約栽培した、濃厚な甘みのいい黒大豆を使用。  
**113**  
中札内村農業協同組合(北海道・中札内村)  
**北海道 冷凍黒えだ豆**  
250g **395円**(税込**427円**)  
通常税込 **438円**  
黒えだ豆(北海道)

**114**  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**モロヘイヤとおくら茎わかめのネバネバ和え**  
4袋200g **489円**(税込**528円**)  
ニッコー自社農場のモロヘイヤとオクラ、茎わかめを合わせたネバネバ和え。流水解凍しお好みで味付けして。  
モロヘイヤ(国内産)

**115**  
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)

しっとりホクホク食感の紅はるか使用  
**116**  
農事組合法人マルツボ(茨城県・かすみがうら市)  
**焼きいもスティック**  
200g **321円**(税込**347円**)  
通常税込 **357円**  
茨城県産さつまいものみを使用したスティックタイプの焼きいも。お弁当・サラダに。レンジか自然解凍で。  
さつまいも(茨城県)

### ビタミンB群は夏バテ予防に効果的

あじのマリネサラダ



7~16枚

**117 凍** 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 120日  
千葉県産 真あじ三枚おろし  
7~16枚 380円(税込410円) 430円  
千葉県産の鮮度の良い真あじを、ゼイコ、頭を取り三枚におろして凍結。天ぷら、フライ、塩焼き等でどうぞ。  
真あじ(千葉県) [放]不検出<3.4<3.8

### 今回で終売になります 良質なタンパク質は疲労回復に◎

海鮮フーズ(静岡県・吉田町) 180日



4~6枚

**118 凍** 200g(4~6枚) 380円(税込410円) 430円  
北海道産ほっけフライ  
北海道産ホッケを3枚おろしにし、国産小麦使用のパン粉をつけました。加工澱粉全体の0.4%  
ほっけ(北海道)

### スタミナチャージはやっぱり鰻!

静岡産のうなぎを関東風に蒸し、丁寧に焼き上げました。添付のたれは無着色、山椒付き。



うなぎ80g たら(山椒込み)15cm

**119 凍** 静岡うなぎ漁業協同組合(静岡県・焼津市)  
静岡県産 蒲焼きさびうなぎ  
1500円(税込1620円) 1728円  
うなぎ(静岡県)

### 夏休みの食卓応援企画! 魚介類を食べよう 全品特価

煮てよし、焼いてよしの万能食材

インドネシア船籍のまぐろ延縄船で漁獲し船内で急速凍結したばしょうかじきを国内で切身加工しました。



**120 凍** 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日  
徳用 かじき切身  
10切500g 1280円(税込1382円) 1458円  
ばしょうかじき(インドネシア)

**122 凍** 日本生活協同組合連合会 180日  
食塩不使用しらす干し25g×3  
25g×3 286円(税込309円) 343円  
紀伊水道、大阪湾、明石沖で漁獲されたしらすを食塩を使用せずに炊きあげました。  
しらす(国内産)

### 食べやすい腹骨取り

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。



**121 凍** 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日  
北海道産バクッと真ほっけ一夜干し  
4~6枚220g 380円(税込410円) 430円  
真ほっけ(北海道)

**123 凍** トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日  
エビ・ホタテ・タコミックス  
180g 480円(税込518円) 538円  
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

**124 凍** トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日  
とれとれいわしたたき身  
300g(150g×2) 380円(税込410円) 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。

### 凍ったままさっと洗って加熱してください

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



**125 凍** 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日  
徳用 酒沼のしじみ(冷凍)  
500g 888円(税込959円) 998円  
しじみ(茨城県) [放]不検出<3.6<3.8

**126 凍** 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日  
網走湖産 冷凍しじみ(大粒)  
150g 449円(税込485円)  
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。  
やまとしじみ(北海道)

**127 凍** 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日  
国内産冷凍あさり(増量)  
180g+20g 420円(税込454円)  
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。  
あさり(国内産)

### 本みりんのふくよかな甘さとココ

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晩漬込み。冷めても軟らかです。からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)



**128 凍** 中村海産(富山県・氷見市) 60g 345円(税込373円) 387円  
ししゃもみりん干し

### 噛めば噛むほど旨みが出ます

下園薩男商店(鹿児島県・川内市) 180日



**129 凍** 薩摩の味 うるめいわし丸干し(上乾)  
40g 283円(税込306円) 319円  
鹿児島県で朝獲りしたうるめいわしを3日かけて干しあげました。解凍後、フライパンで炒って。  
うるめいわし(鹿児島)

**130 凍** まるし水産(千葉県・大網白里市) 30日  
真いわし丸干し(大)  
3尾270~300g 398円(税込430円)  
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。  
真いわし(千葉県) [放]不検出<3.7<4.2

**131 凍** ヤマフ(佐賀県・唐津市)  
九州産真あじの生開き干し  
2枚160g 398円(税込430円)  
厳選した九州産の鰻(あじ)を鮮度の良いうちに開き、生干し加工しました。半解凍後、焼いてください。  
真あじ(九州)

**132 凍** 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 30日  
寒さばフィーレみりん干し  
2枚160g以上 498円(税込538円)  
長崎産の脂のりの良い寒さばを使用。無添加のみりん干しにじっくりひと晩漬け込み、天日で干し上げました。

**133 凍** 中村商店(北海道・函館市) 90日  
生干いか  
1枚 480円(税込518円)  
北海道で水揚げされたす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!  
すめいか(北海道)

### とほんによく合う漬け具合

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。



**134 凍** 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日  
銀だら味噌漬  
2切120g 380円(税込410円) 430円  
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。  
銀だら(アメリカ)

### やま六はんなり香る京の漬魚

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。



**135 凍** 京都やま六(京都府・京都市) 2切140g 435円(税込470円) 484円  
さわら(韓国)

**136 凍** 京都やま六(京都府・京都市) 2切150g 598円(税込646円)  
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。味噌を軽く落とすと弱火で焼いてください。  
紅鮭(ロシア)

**137 凍** 京都やま六(京都府・京都市) 2切140g 570円(税込616円)  
かれない柚子こしょう味噌漬  
白身で脂のつたからずかれない、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。からずかれない(デンマーク)

### 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。

## お米

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

- ・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。

**横瀬さんの無農薬米(こしひかり)**



**139 白米** 2kg 1348円(税込1456円) 1490円  
**140 玄米** 2kg 1218円(税込1315円) 1361円  
アグリ古柿土・横瀬さん(茨城県・守谷市)

### 水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)



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

### 宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今播米)



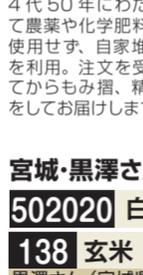
**502011 白米** 5kg 3500円(税込3780円)  
**502012 玄米** 5kg 3200円(税込3456円)  
**502013 7分** 5kg 3500円(税込3780円)  
**502014 5分** 5kg 3500円(税込3780円)  
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

### 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)

### 宮城・黒澤さんのササニシキ



**502020 白米** 5kg 3500円(税込3780円)  
**138 玄米** 5kg 3300円(税込3564円)  
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

### やさとお米(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)

### 次回から値上げ

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%。



**502073 米粒状麦** 800g 320円(税込346円)  
日本生活協同組合連合会  
大麦(国内産)

**502075 雑穀ブレンド** 400g 711円(税込768円)  
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

### 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

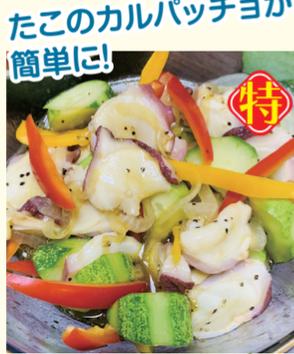
・最新の検査結果は、毎週配布している「放射能検査結果一覧」にてご確認ください。



夏はさっぱりマリネ
141 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
あじと3種の野菜マリネ
130g 380円(税込410円) 通常税込430円



旬の野菜と一緒に
サラダで
142 凍
松岡水産(千葉県・銚子市) 賞180日
北海道さけスモークサーモン2パック
40g x 2 465円(税込502円) 通常税込518円



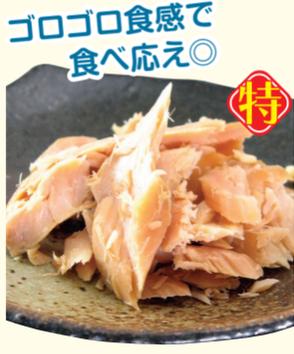
たこのカルパッチョが
簡単に!
143 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
雄武産 ポイルだこ(生食用)
100g 480円(税込518円) 通常税込538円



16ページの
「マストミ特集」もぜひ
144 凍
マストミ(徳島県・徳島市) 賞15日
まぐろ丼(イカ入り)
50g x 2 タレ20g x 2 480円(税込518円) 通常税込538円



バターソテーで!
145 凍
札幌中一(北海道・札幌市) 賞90日
訳あり帆立貝柱
200g 950円(税込1026円) 通常税込1058円



ゴロゴロ食感で
食べ応え
146 冷
雄武漁協(北海道・雄武町)
雄武 寒風干し焼鮭ほぐし身
180g 925円(税込999円) 通常税込1037円

147 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(税込459円)

148 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(税込572円)

149 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞120日
真いわし三枚おろし
6~11枚150g 398円(税込430円)

150 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
寒さわか身(無塩)
約70g x 2 550円(税込594円)

151 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
寒さばフィーレ(無塩)
片身2枚 200g前後 390円(税込421円)

152 凍
札幌中一(北海道・札幌市) 賞90日
北海道産にしん(2尾)
2尾(360g) 668円(税込721円)

153 凍
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
天然むきエビ(特大)
160g 598円(税込646円)

154 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 498円(税込538円)

155 凍
マストミ(徳島県・徳島市) 賞20日
つぶつぶまぐろたたき身
50g x 2 580円(税込626円) 通常税込646円

159 凍
丸友しまか(岩手県・宮古市) 賞60日
島香さんの切身セット
1袋(120g x 3) 832円(税込899円) 通常税込950円

160 凍
丸友しまか(岩手県・宮古市) 賞60日
サクラマス切身
2切 120g 985円(税込1064円) 通常税込1112円

162 凍
丸友しまか(岩手県・宮古市)
さかな屋さんの揚げかまぼこ
3枚(約100g) 270円(税込292円) 通常税込302円

156 凍
ヤマタ水産(愛知県・名古屋) 賞180日
篠島産しらす干し
50g 398円(税込430円)

157 凍
ヤマタ水産(愛知県・名古屋) 賞180日
篠島産釜揚げしらす
50g 398円(税込430円)

158 凍
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
たらこ(切れ子)
55g 298円(税込322円)

161 凍
丸友しまか(岩手県・宮古市) 賞60日
島香さんのたこ甘酢漬け
105g 580円(税込626円) 通常税込646円

162 凍
丸友しまか(岩手県・宮古市)
さかな屋さんの揚げかまぼこ
3枚(約100g) 270円(税込292円) 通常税込302円

162 凍
丸友しまか(岩手県・宮古市)
さかな屋さんの揚げかまぼこ
3枚(約100g) 270円(税込292円) 通常税込302円

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。

163 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
うろこちゃん(板蒲鉾)
150g 498円(税込538円)

164 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
いわしはんぺん
5枚150g 462円(税込499円)

171 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
ささがきごぼうさつま揚げ
120g 360円(税込389円)

172 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
さつま揚げ
5枚165g 390円(税込421円)

172 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
さつま揚げ
5枚165g 390円(税込421円)

165 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
桜えび入り揚げかまぼこ
3枚150g 590円(税込637円)

166 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞10日
青のり小判
3枚 320円(税込346円)

167 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
小判揚げ
5枚150g 398円(税込430円)

173 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
チヂミ風さつま揚げ
3枚126g 337円(税込364円)

174 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
おとうふ揚げ
5個165g 310円(税込335円)

174 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
おとうふ揚げ
5個165g 310円(税込335円)

168 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞10日
ねぎちぎり揚げ
100g 392円(税込423円)

169 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞10日
小竹輪
5本150g 390円(税込421円)

170 冷
山九水産(山口県・長門市) 賞90日
お魚ソーセージ(3本入)
45g x 3 335円(税込362円) 通常税込376円

175 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
パクパクなぎょっと
160g(8個) 332円(税込359円)

176 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
旬採れごろごろコーンのちぎり揚げ
100g 330円(税込356円)

177 凍
高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
7種の野菜揚げ
5個 165g 301円(税込325円) 通常税込340円





**夏バテ対策に ビタミンB<sub>1</sub>が豊富な豚肉をとりましょう!**

豚しゃぶサラダで!

299円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて3日  
茨城県産ローズポーク ロースしゃぶしゃぶ

300g **830円**(税) **896円**(通常税込) **929円**

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。  
茨城県



**ポークソテーで!**

250円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク 肩ロース切身

2枚 200g **463円**(税) **500円**(通常税込) **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



**ピーマンの肉詰にして!**

158円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて30日  
茨城県産ローズポーク 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



**バーベキューに!**

253円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク スペアリブ

3~5本 500g **1170円**(税) **1264円**(通常税込) **1296円**

バーベキューには欠かせません。部位は味の濃いローズポークの豚肩バラ。  
茨城県



**コラーゲンたっぷり! レシピ付**

115円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町) ⑥120日  
丹沢高原豚 豚なんこつ

450g **480円**(税) **518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

**豚肉**

- 岩瀬さんの豚：開放豚舎で自家製発酵飼料を使用。飼育期間は約8ヶ月。
- ローズポーク：専用飼料に大麦を15%以上配合。飼育期間約6ヶ月。
- 丹沢高原豚：分別生産流通管理を行ったウモロコンと大豆粕を使用。飼育期間約6ヶ月。

表紙に茨城県産ローズポーク小間切(タレ付)、2ページに徳用岩瀬さんの豚焼肉セット掲載中

251円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚モモブロック

300g (ネット巻) **698円**(税) **754円**(通常税込) **842円**

豚モモブロックをチャーシュー用にネット巻してあります。  
茨城県

281円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥届いて3日  
岩瀬さんの豚モモしゃぶしゃぶ用

200g **520円**(税) **562円**(通常税込)

赤身主体のモモをしゃぶしゃぶ用にスライス。  
茨城県

349円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚肩ローススライス

200g **646円**(税) **698円**(通常税込)

赤身の中に適度な脂身が交じる、味の良い部位。一口大に切った焼肉にも。  
茨城県

292円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚バラうす切り

200g **540円**(税) **583円**(通常税込)

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しました。厚さ約1~1.5mm。  
茨城県

281円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚モモスライス

200g **520円**(税) **562円**(通常税込)

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 **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚ロース切身

2枚200g **646円**(税) **698円**(通常税込)

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。  
茨城県

349円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用

200g **646円**(税) **698円**(通常税込)

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

205円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚小間切

150g×2 **570円**(税) **616円**(通常税込)

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 **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥30日  
岩瀬さんの豚挽肉

300g **570円**(税) **616円**(通常税込)

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

93円/100g **特**

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

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。

194円/100g **特**

岩瀬農場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑥6日  
岩瀬さんの豚背脂

500g **140円**(税) **151円**(通常税込) **162円**

277円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク ローススライス

250g **642円**(税) **693円**(通常税込)

ローズ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 **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク パラスライス

250g **551円**(税) **595円**(通常税込)

厚さ3~3.5mm。  
茨城県

228円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク モモスライス

250g **528円**(税) **570円**(通常税込)

赤身主体部位。厚さ3mm。  
茨城県

**丹沢高原豚 今週のイチオシ!** **全品 特価**

201 **特** 丹沢農場(神奈川県・愛川町) ⑥6日  
丹沢高原豚 ロース味噌漬

200g(固形量約80g×2) **588円**(税) **635円**(通常税込) **646円**

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。  
豚肉(神奈川県)

202 **特** 丹沢農場(神奈川県・愛川町) ⑥6日  
丹沢高原豚 ひれ豚漬

200g(固形量約150g) **778円**(税) **840円**(通常税込) **862円**

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。  
豚肉(神奈川県)

165円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク 徳用小間切

200g×2 **610円**(税) **659円**(通常税込)

小間切徳用タイプ。  
茨城県

166円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク 小間切

150g×2 **460円**(税) **497円**(通常税込)

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

377円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク ヒレロ口カツ用

200g(5~6切) **698円**(税) **754円**(通常税込)

ローズ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

227円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 ⑥届いて4日  
茨城県産ローズポーク モモロ口カツ用

200g(5~6切) **420円**(税) **454円**(通常税込) **464円**

ローズポークのモモ肉を一口カツ用にしました。かつ丼などに。  
茨城県

215円/100g **特**

丹沢農場(神奈川県・愛川町) ⑥4日  
丹沢高原豚 小間切

200g **398円**(税) **430円**(通常税込)

各部位から集めています。  
神奈川県

176円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)野口商店 ⑥90日  
豚挽肉(バラ凍結)

400g **650円**(税) **702円**(通常税込)

赤身率8割です。  
茨城県

**鶏肉**

- つくば茜鶏：鶏種レッドブロー種。飼育期間約70日。動物性飼料、抗菌剤、抗生物質不使用。
- 秋川牧園：鶏種チャンキー、コブ。飼育期間約60日。無投薬肥育。秋川牧園独自配合飼料使用。

表紙につくば茜鶏ムネモモ唐揚げ用掲載中

186円/100g **特** チキンステーキで!

206 **特** 野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
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

177円/100g **特** ヘルシーな鶏バーグで!

207 **特** 野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 挽肉

250g **410円**(税) **443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

313円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 モモ

250g **725円**(税) **783円**(通常税込)

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 **特**

野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 ササミ

250g **598円**(税) **646円**(通常税込)

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 **特**

野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 ムネモモ小間切

250g **620円**(税) **670円**(通常税込)

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。  
茨城県

173円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 手羽先

300g **480円**(税) **518円**(通常税込)

ゼラチン質に富み、コクのある部位。  
茨城県

173円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 手羽元

300g **480円**(税) **518円**(通常税込)

唐揚げやスープ煮に。  
茨城県

116円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市) ⑥届いて4日  
つくば茜鶏 レバー

250g **268円**(税) **289円**(通常税込)

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

224円/100g **特**

秋川牧園(山口県・山口市) ⑥180日  
若鶏ムネ

200g **415円**(税) **448円**(通常税込)

脂が少なくヘルシーなお肉です。唐揚げ、チキンカツ、クリームシチューなどにおすすめです。  
山口県・島根県・福岡県・熊本県

235円/100g **特**

秋川牧園(山口県・山口市) ⑥180日  
若鶏モモ

200g **435円**(税) **470円**(通常税込) **481円**

豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などにおすすめです。  
山口県・島根県・福岡県・熊本県

湯豆腐にして!



666円/100g

216 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
鹿児島 坊津黒牛特選切り落とし
150g x 2 1850円(税) 1998円(税込) 2106円(通常税込)

おうちで焼肉!



587円/100g

217 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
鹿児島 坊津黒牛焼肉用(モモ、バラ)
300g 1630円(税) 1760円(税込) 1825円(通常税込)

ハムステーキで!



国内産豚肉をじっくり熟成させたロースハム400gをブロックでお届けです。

218 冷

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞20日
鎌倉ロースハム(徳用)
400g 1500円(税) 1620円(税込) 1728円(通常税込)

バーベキューで!



219 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日
丹沢農場のウイナーセット(規格外)
200g 420円(税) 454円(税込) 464円(通常税込)

ご飯と一緒にどんぶりで!



1~2人前x2袋

220 凍

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば畜鶏 親子丼の素 2袋
380円(税) 410円(税込) 432円(通常税込)



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

221 冷

山武食品(三重県・川越町) 賞60日
国産牛の牛丼
140g x 2 645円(税) 697円(税込) 711円(通常税込)

牛肉
・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の榎木さん、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。
表紙に坊津黒牛カルビ焼肉用、坊津黒牛サイコロステーキ用、国産牛小間切掲載中

222 凍
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
鹿児島 坊津黒牛牛丼・肉じゃが用
200g 960円(税) 1037円(税込)

223 凍
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
国産牛小間切
160g 455円(税) 491円(税込)

224 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(税込)

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。
表紙に鎌倉あらびきウイナー(増量)掲載中

225 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日
鎌倉あらびきウイナーx2
85g x 2 368円(税) 397円(税込)

226 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イナーx3
49g x 3 265円(税) 286円(税込) 297円(通常税込)

227 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日
鎌倉ボンレスハムスライスx2
60g x 2 460円(税) 497円(税込)

228 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日
鎌倉バラベーコンスライスx2
85g x 2 698円(税) 754円(税込)

229 冷
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日
丹沢農場の皮なしベビーウイナー
120g 305円(税) 329円(税込)

230 冷
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日
丹沢農場の皮なしノンスパイスウイナー
120g 305円(税) 329円(税込)

231 冷
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日
丹沢農場のロースハムスライス
100g 440円(税) 475円(税込)

乳製品 デザート
【お願いです】
鈴木牧場の空瓶が回収されずに困っています(価格にはピン代は含まれていません)。ヨーグルト、モッツアレラチーズの空瓶は必ずご返却ください。

235 プレーン
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 (ピン要返却) 380円(税) 410円(税込)

232 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
200g (100g x 2) 390円(税) 421円(税込)

233 冷
山武食品(三重県・川越町) 賞60日
国産牛のしぐれ煮
150g 415円(税) 448円(税込) 471円(通常税込)

234 凍
秋川牧園(山口県・山口市)
サラダチキン(プレーン)
100g 378円(税) 408円(税込) 420円(通常税込)

237 冷
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 (ピン要返却) 538円(税) 581円(税込)

238 プレーン
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて14日以上
石岡 鈴木牧場 さけるチーズ
30g 190円(税) 205円(税込)

240 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて12日前後
よつ葉プレーンヨーグルト
400g 260円(税) 281円(税込)

241 冷
ホリ乳業(石川県・金沢市) 賞届いて9~10日
腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)
380g 564円(税) 609円(税込)

242 冷
ホリ乳業(石川県・金沢市) 賞届いて9~10日
腸内活性ヨーグルメイト(加糖)
90g x 3 488円(税) 527円(税込)

243 冷
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)
80g x 3 248円(税) 268円(税込)

244 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日
よつ葉バター ホワイト加塩
150g 332円(税) 359円(税込)

245 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞90日
パンにぬりやすいバター&ひまわりオイル
100g 325円(税) 351円(税込)

246 冷
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
250g 660円(税) 713円(税込)

247 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) 418円(税) 451円(税込)

248 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日
よつ葉北海道十勝スモークチーズ
45g 220円(税) 238円(税込)

249 冷
茨城乳業(茨城県・石岡市) 賞14日
タマゴプリン
85g x 3 248円(税) 268円(税込) 289円(通常税込)

250 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞21日
のむバターミルクヨーグルト2本組
250g x 2 340円(税) 368円(税込) 396円(通常税込)

251 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日
クリーム仕立カフェオレ(砂糖不使用)2本組
200ml x 2 356円(税) 384円(税込)

252 冷
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日
クリーム仕立て 紅茶オレ2本組
200ml x 2 356円(税) 384円(税込)

253 冷
日本生活協同組合連合会 賞15日
乳酸ドリンク
65ml x 10 199円(税) 215円(税込)

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。

食パンが届いた後は常温ではなく「冷蔵」または「冷凍」での保管をお願い致します。

自家製酵母パン Le・Lourdes

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

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
パン・ド・ミ(食パン) 1斤
254 6枚 270円(税292円)
255 8枚 270円(税292円)
256 ノースライス 260円(税281円)

※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) 賞届いて1~2日
パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤
257 8枚 425円(税459円)
258 ノースライス 415円(税448円)

259 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324円)

260 Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
フルーツナッツ食パン 1斤(ノースライス) 640円(税691円)

261 Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日
ドッグパン 3個 290円(税313円)

262 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日
鎌倉粗挽ロングウインナー 27g x 5 290円(税313円)

あったら便利 ロングライパン!
6個 1個あたり 税込108円
10個入 1個あたり 税込73円
263 KOUBO(岐阜県・可児市) 賞60日
ザチョコレートクワッサン 6個(個包装) 598円(税646円)

地元で愛されるパン屋
クーロンヌ
269 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞届いて1~2日
クーロンヌの無糖食パン(山型) 1斤6枚 378円(税408円)

265 半斤3枚 140円(税151円)
266 1斤6枚 270円(税292円)

267 1斤8枚 270円(税292円)
268 ノースライス 265円(税286円)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!
272 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 x 6 675円(税729円)
273 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 x 5 460円(税497円)

270 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞60日
クーロンヌのバゲット 1本(ハーフ2本) 320円(税346円)

271 クーロンヌ(茨城県・取手市) 賞届いて1~2日
クーロンヌのつぶあんぱん 2個(320g) 370円(税400円)

272 冷凍 4個 1個あたり 税込149円
273 冷凍 4個 1個あたり 税込195円

ふくらむ魔法の冷凍パン おうちで焼きたてパンを!
274 プーランジュリー・ピノキオ(和歌山県・和歌山市)
ふくらむ魔法のメロンパン 336g(84g x 4個) 598円(税646円)
275 プーランジュリー・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(61g x 4個) 550円(税594円)
276 プーランジュリー・ピノキオ(和歌山県・和歌山市)
ふくらむ魔法のクワッサン 208g(52g x 4個) 720円(税778円)
277 プーランジュリー・ピノキオ(和歌山県・和歌山市)
ふくらむ魔法の豆乳パン 244g(61g x 4個) 550円(税594円)

地元の店 いばらきベーグル
282 いばらきベーグル(茨城県・常総市)
定番ベーグル Aセット 2個 360円(税389円)
283 いばらきベーグル(茨城県・常総市)
全粒粉ベーグル 2個組 2個 368円(税397円)

レンジ等で加熱してからお召上がりください!
278 あん入り 3個 460円(税497円)
279 あんなし 3個 450円(税486円)
280 あん入り 3個 398円(税430円)
281 あんなし 3個 380円(税410円)

284 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180円)

285 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 221円(税239円)

286 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日
チーズベーグル 1個 230円(税248円)

牛乳・卵
定期登録募集中!
鈴木牧場牛乳 720ml
契約価格348円(税込)

サツラク低温殺菌牛乳
1 1L 369円(税399円)
2 500ml 225円(税243円)

サツラク低脂肪牛乳
3 500ml 192円(税207円)

ジャム はちみつ・みそ汁
287 栗ジャム 120g 640円(税691円)

288 バンドラファーム(奈良県・五條市) 賞60日
完熟梅ジャム 150g 398円(税430円)

289 デイリーフーズ(長野県・坂城町)
黒ごまペースト 145g 480円(税518円)

4 サツラク農産(北海道・札幌市) 賞15日
サツラク牛乳 1L 298円(税322円)

5 北海道酪産牛乳
おいしさまるか
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。
1L 258円(税279円)

291 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 298円(税322円)

554 アルゼンチン産百花蜜
500g 1230円(税1328円)

290 大紀コープファーム(奈良県・五條市)
国産野菜のお味噌汁 9食(3種 x 各3食) 1080円(税1166円)

6 宇治田農産(茨城県・石岡市) 賞7日
宇治田さんの平飼卵 6個 355円(税383円)

7 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378円)

契約 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 355円(税383円)

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 355円(税383円)

# 夏バテ 海藻

## 全品 特価

海藻には身体の機能を維持・調整するミネラル、夏に動きが鈍りがちな腸の働きを助けてくれる食物繊維など、夏バテ予防に欠かせない栄養素が豊富に含まれています。毎日の食事に取り入れて夏を元気に乗り切りましょう!



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。水戻ししてご利用ください。  
わかめ(宮城県) 292 冷蔵  
リアス(千葉県・船橋市) 賞90日  
石巻十三浜産絆わかめ  
100g 365円(税) 394円(税) 410円(税)



293 冷蔵  
リアス(千葉県・船橋市) 賞90日  
三陸産カットくきわかめ  
100g 260円(税) 281円(税) 292円(税)



294 凍結  
コタニ(岩手県・大船渡市)  
すぐに使える生わかめ(岩手県産)  
40g x5パック 407円(税) 440円(税) 454円(税)



295 凍結  
コタニ(岩手県・大船渡市)  
冷凍さざみめかぶ(岩手県産)  
40g x5パック 380円(税) 410円(税) 423円(税)

# シーズン最終 さっぱりメニューで残りの夏も元気に! 全品 特価



296 冷蔵  
金子製麺(神奈川県・中井町) 賞20日  
あしがら車屋冷やし中華(2食入)  
408円(税) 441円(税) 451円(税)



297 冷蔵  
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞60日  
ところん(タレ・ふりかけ付)  
150g x3 245円(税) 265円(税) 281円(税)



298 冷蔵  
市川食品(群馬県・高崎市) 賞60日  
青のり入りさしみこんにやく  
285円(税) 308円(税) 324円(税)

# 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。



299 冷蔵  
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(税)



300 冷蔵  
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(税)



301 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
ミニもめん豆腐  
150g x2 198円(税) 214円(税)



302 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
ミニきぬ豆腐  
150g x2 198円(税) 214円(税)



303 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞20日  
絹とうふ(充填)  
150g x2 165円(税) 178円(税)



304 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日  
絹とうふ(充填豆腐)  
300g x3 435円(税) 470円(税)



305 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
有機国産大豆寄せ豆腐  
100g x2 259円(税) 280円(税)



306 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
だだちゃ豆入寄せ豆腐  
200g 280円(税) 302円(税) 313円(税)



307 冷蔵  
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(税)



308 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日  
枝豆がんと  
6個 298円(税) 322円(税) 333円(税)



309 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
厚揚げ  
90g x2 184円(税) 199円(税)



310 冷蔵  
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(税)



311 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
豆腐からあげ  
10個 239円(税) 258円(税)



312 冷蔵  
丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日  
豆乳  
300cc 228円(税) 246円(税)



313 冷蔵  
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 x3 148円(税) 160円(税)



314 冷蔵  
JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日  
本味納豆(タレ・カラシ無)  
40g x3 140円(税) 151円(税)



315 冷蔵  
水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日  
水府納豆ミニ2個(タレ・カラシ付)  
40g x2 130円(税) 140円(税)



316 冷蔵  
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 x2 208円(税) 225円(税)



317 冷蔵  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
十勝の息吹ひきわり2P(タレ・カラシ付)  
40g x2 172円(税) 186円(税) 199円(税)



318 冷蔵  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
有機納豆日本の農カッパ2(タレ・カラシ付)  
30g x2 210円(税) 227円(税)



319 冷蔵  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞30日  
黒大豆てんべ  
100g 350円(税) 378円(税)



320 冷蔵  
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞90日  
生芋あく抜きこんにやく  
220g 140円(税) 151円(税)



321 冷蔵  
鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞90日  
生芋あく抜きしらたき  
180g 140円(税) 151円(税)



322 冷蔵  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞30日  
豆乳苜蓿そーめん  
麺80g たれ15g 198円(税) 214円(税) 227円(税)



323 冷蔵  
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞130日  
有機味付玉こんにやく  
6個入 198円(税) 214円(税) 238円(税)



324 冷蔵  
かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日  
ミックスビーンズの水煮  
150g 268円(税) 289円(税)



325 冷蔵  
浜食(東京都・調布市) 賞10日  
洗いもずく  
200g 240円(税) 259円(税)



326 冷蔵  
共生食品(神奈川県・相模原市) 賞6日  
内麦焼そば(ソース無)  
150g x3 228円(税) 246円(税)



327 冷蔵  
金子製麺(神奈川県・中井町) 賞21日  
あしがら車屋醤油らーめん(2食入)  
麺120g x2 スープ47g x2 398円(税) 430円(税)



328 冷蔵  
かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日  
炊き込みご飯の素 ピリ辛豚ごぼう  
180g (2合用) 380円(税) 410円(税) 430円(税)



329 冷蔵  
かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日  
夏おでん  
430g (うち固形量290g) 670円(税) 724円(税)



330 冷蔵  
仁徳(千葉県・船橋市) 賞30日  
甘口昆布  
80g 225円(税) 243円(税)



331 冷蔵  
菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日  
煮豆 黒豆(雁喰豆)  
150g 380円(税) 410円(税)

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。



332 大紀コブファーム(奈良県・五條市) 梅干し(しそ漬) 120g 460円(税)497円(通常税込508円) 梅(奈良県、和歌山県、三重県)



333 浜食(東京都・調布市) 200g 280円(税)302円(通常税込313円) 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。きゅうり(国内産)



334 リアス(千葉県・船橋市) 25g 318円(税)343円 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。ちりめん(鹿児島県)

最終シーズン



335 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 150g 275円(税)297円(通常税込308円) きゅうりを食べやすいサイズにカットし、昆布が効いた調味料で漬け込みました。唐辛子の辛みがアクセント。きゅうり(国内産)



336 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 250g 320円(税)346円 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。大根(国内産)



337 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 250g 260円(税)281円 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。ほんのり柚子が香ります。白菜(国内産)



338 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 250g 260円(税)281円 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。白菜(国内産)

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たキムチです。カット漬です。



339 やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 300g 480円(税)518円(通常税込538円) 白菜(国内産)



340 やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 200g 480円(税)518円(通常税込538円) やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けしたお好みの野菜でキムチが作れます。唐辛子(中国)



341 丸山園(静岡県・河津町) 80g 265円(税)286円 わさび(静岡県) [放]不検出<3.7<3.8

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



342 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 6~9枚170g 398円(税)430円 房州近海の実いわしを三枚におろし、醤油、発酵調味液、生麦で味付けし、ごまと国産小麦粉をまぶしました。真いわし(国内産)



343 三米商店(静岡県・浜松市) 210g(粉付魚180g+タレ30g) 480円(税)518円(通常税込538円) 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。すけそうだら(北海道)



344 秋川牧園(山口県・山口市) 120g 275円(税)297円 若鶏の砂肝をスライスし、ゆずこしょうと醤油ベースの特製タレにつけました。解凍後フライパンで炒めて。鶏肉(山口県、他)



345 大進食品(神奈川県・横浜市) 60g×5 410円(税)443円 じゃがいも(北海道)



346 大進食品(神奈川県・横浜市) 18g×25 568円(税)613円 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。豚肉(国内産) [放]不検出<3.3<4.0



347 秋川牧園(山口県・山口市) 195g(15個入) 406円(税)438円 鶏肉(山口県、他)



348 日岡商事(兵庫県・加古川市) 45g×5個 365円(税)394円 国内産小麦粉の皮で具をたっぷり包み、コクとボリューム感をだしました。焼いても揚げても。キャベツ・豚肉・玉葱(国内産)



349 ニッコー(神奈川県・大和市) 15個270g 412円(税)445円 栄養たっぷりのモロヘイヤを主役にした餃子。自社農園のモロヘイヤを100%使用。フライパンで焼いて。野菜・豚肉(国内産)



350 秋川牧園(山口県・山口市) 5袋250g 417円(税)450円(通常税込464円) 鶏骨(国内産)

暑い夏に便利! 湯煎等ですぐできるお惣菜



351 大黒淡水(静岡県・焼津市) 70g×2、たれ・山椒付 2900円(税)3132円(通常税込3359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。湯煎で。うなぎ(愛知県)



352 みうらや(茨城県・神栖市) 240g(120g(圓形80g)×2) 498円(税)538円 国内産のさばを醤油ベースのたれに千切り生姜を加えて煮つけました。湯煎で。さば(国内産) [放]不検出<3.3<3.4



353 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 75g×2 355円(税)383円(通常税込399円) 加圧処理済みで骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、生姜などで味付け。加工濃粉:全体の0.6%。真いわし(国内産) [放]不検出<3.7<4.0



354 ニッコー(神奈川県・大和市) 180g×2 544円(税)588円 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。えび(インドネシア、ミャンマー)



355 マストミ(徳島県・徳島市) 150g 546円(税)590円 厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めても。



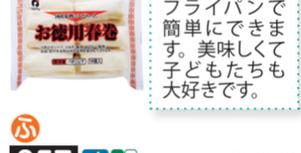
356 カネヨ水産(千葉県・九十九里町) 100g 310円(税)335円 かつくちいわしの頭、内臓を除去して酢漬にし、その後ごまと千切り生姜、たかのつめを加えました。かつくちいわし(千葉県) [放]不検出<3.6<3.4



357 ニッコー(大阪府・大阪市) 14本420g 440円(税)475円(通常税込488円) 豚肉・キャベツ等、国産食材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げた。加工でん粉:約1.6%。小麦(国内産)



358 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180g(3個) 537円(税)580円(通常税込599円) 薄付きの衣に、天然海老(殻付ベーストとブツ切りを混ぜたもの)のパテで食感と風味が楽しめます。揚げて。えび(インドネシア、マレーシア等)、小麦(国内産)

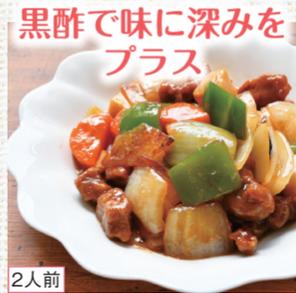


359 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約410g) 899円(税)971円 新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)



360 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約320g) 899円(税)971円(通常税込1015円) 国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパン一つで簡単に青椒肉絲が出来上がります。玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

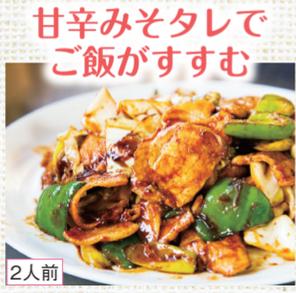
包丁いらす&下処理済み JOSOのミールキット JOSO エールで新商品登場! ご覧ください



359 2人前 食塩相当量:1.21g 調理時間:準備品 約6分 油 セット内容:カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉



360 2人前 食塩相当量:3.1g 調理時間:準備品 約6分 油 セット内容:カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬豚肉



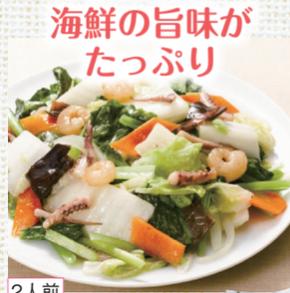
361 2人前 食塩相当量:2.28g 調理時間:準備品 約6分 油 セット内容:タレ漬豚肉、カット野菜(キャベツ、人参、ピーマン)



362 2人前 食塩相当量:1.41g 調理時間:準備品 約5分 卵3~4個・油 セット内容:タレ漬肉、カット野菜(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品みやし、野菜フイコン



363 2人前 食塩相当量:2.1g 調理時間:準備品 約10分 油 セット内容:カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ



364 2人前 食塩相当量:1.5g 調理時間:準備品 約4分 油 セット内容:カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、人参)、具材入り添付たれ

359 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約410g) 899円(税)971円 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。玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

360 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約320g) 899円(税)971円(通常税込1015円) 国産野菜、調味肉が一つになったセットです。フライパン一つで簡単に青椒肉絲が出来上がります。玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

361 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約360g) 900円(税)972円 新鮮な野菜と本格回鍋肉ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパンでどうぞ。キャベツ(国内産)、豚肉(香川県、徳島県)

362 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約420g) 1080円(税)1166円 新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。カット済みの野菜はそのまま調理できます。きくらげ(群馬県)、豚肉(鹿児島県)

363 やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) 2人前(約630g) 832円(税)899円 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。小松菜(国内産)

364 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 2人前(約460g) 940円(税)1015円 新鮮野菜と本格海鮮ソースのセットです。下処理済みなので、フライパン一つで手軽に調理できます。白菜(国内産)、えび(ベトナム)

暑さに負けない! 身体づくりに

全品特価

野菜を加え炒めればポリウムのあるおかずに



365 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 野菜を加えて鶏もつにんにく醤油炒め 160g 329円(税込355円) 通常税込366円

タレはピリッと辛くジューシーな骨付き肉との相性も抜群!



366 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 手羽中の甘辛揚げ 115g 428円(税込462円) 通常税込477円

次回から値上げ



367 凍 マストミ(徳島県・徳島市) とり南蛮 200g 407円(税込440円) 通常税込465円

ほうれん草の苦手な方でも!



368 凍 日岡商事(兵庫県・加古川市) ほうれん草餃子 18g x 10個入 377円(税込407円) 通常税込422円

2食



369 凍 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) えび天そば 2食496g 524円(税込566円)

2食



370 凍 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) わかめどっさりうどん 2食556g 429円(税込463円)

もうすぐ新学期! お弁当におかずに



373 凍 マストミ(徳島県・徳島市) 鶏肉の塩麹電田 150g 374円(税込404円) 通常税込434円

次回から値上げ



374 凍 マストミ(徳島県・徳島市) 鶏のから揚げ 200g 444円(税込480円) 通常税込518円

次回から値上げ



375 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) ひとくちソースとんかつ 6個120g 432円(税込467円)

6個



376 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) 鶏ごぼうハンバーグ 26g x 8 435円(税込470円)

8個



377 凍 秋川牧園(山口県・山口市) チキンカツ(和風醤油) 200g 473円(税込511円)

3個



378 凍 秋川牧園(山口県・山口市) チキンナゲット 200g 482円(税込521円)

379 冷 佐井村漁協(青森県・佐井村) 津軽海峡 鮭フレーク 100g 615円(税込664円)

380 凍 秋川牧園(山口県・山口市) ささみハーブカツ 200g 489円(税込528円)

381 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 甘酢のやわらかチキン南蛮 150g 414円(税込447円)

382 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) おからクリーミーコロッケ 200g(4個入) 311円(税込336円)

383 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ 3個210g 466円(税込503円)

384 凍 日本生活協同組合連合会 牛肉コロッケ 162g(6個入) 218円(税込235円)

6個 サクサクとした衣の食感が◎



385 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) 和風おろし豆腐ハンバーグ 270g 398円(税込430円)

3個



386 凍 大進食品(神奈川県・横浜市) 阿波鶏と野菜のつくね お惣菜プレート 250g 685円(税込740円) 通常税込756円

387 凍 大進食品(神奈川県・横浜市) 阿波鶏のあんかけ唐揚げ お惣菜プレート 250g 700円(税込756円)

388 凍 マルマス(北海道・森町) 北の包み焼(塩こしょう味) 85g x 2 517円(税込558円)

2食



389 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) ミニアメリカンドック 6本150g 400円(税込432円)

390 凍 日本生活協同組合連合会 手包みピッツァ マルゲリータ 2本190g 428円(税込462円)

391 凍 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) 431円(税込465円) 通常税込481円

392 凍 大進食品(神奈川県・横浜市) オーガニックペンネのトマトソースグラタン 170g x 2 600円(税込648円)

393 凍 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) ライスバーガー ねぎ塩豚焼肉 5個575g 898円(税込970円)

394 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) 豆乳カステラ 5切 378円(税込408円)

395 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) お茶香るミニたい焼き(あずき) 8個272g 443円(税込478円)

396 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎだんご 4本180g 429円(税込463円)

397 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 みそかけだんご 260g(4本入) 496円(税込536円)

398 凍 久保田食品(高知県・南国市) 南国土佐やまももアイスキャンデー 2個 80ml x 2 340円(税込368円)

399 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶と十勝あずきかき氷 180ml 150円(税込162円)

400 凍 久保田食品(高知県・南国市) 夢中熱中 抹茶とあずきの最中 110ml 130円(税込140円)

401 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶アイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

402 凍 久保田食品(高知県・南国市) ラムレーズンアイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

403 凍 日本生活協同組合連合会 牛乳70%アイスバー 30ml x 10本 298円(税込322円)

404 凍 日本生活協同組合連合会 ダブルキャラメルアイス 850ml 538円(税込581円)

405 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎだんご 4本180g 429円(税込463円)

406 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 みそかけだんご 260g(4本入) 496円(税込536円)

407 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶と十勝あずきかき氷 180ml 150円(税込162円)

408 凍 久保田食品(高知県・南国市) 夢中熱中 抹茶とあずきの最中 110ml 130円(税込140円)

409 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶アイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

410 凍 久保田食品(高知県・南国市) ラムレーズンアイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

411 凍 日本生活協同組合連合会 牛乳70%アイスバー 30ml x 10本 298円(税込322円)

412 凍 日本生活協同組合連合会 ダブルキャラメルアイス 850ml 538円(税込581円)

413 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎだんご 4本180g 429円(税込463円)

414 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 みそかけだんご 260g(4本入) 496円(税込536円)

415 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶と十勝あずきかき氷 180ml 150円(税込162円)

416 凍 久保田食品(高知県・南国市) 夢中熱中 抹茶とあずきの最中 110ml 130円(税込140円)

417 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶アイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

418 凍 久保田食品(高知県・南国市) ラムレーズンアイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

419 凍 日本生活協同組合連合会 牛乳70%アイスバー 30ml x 10本 298円(税込322円)

420 凍 日本生活協同組合連合会 ダブルキャラメルアイス 850ml 538円(税込581円)

421 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎだんご 4本180g 429円(税込463円)

422 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 みそかけだんご 260g(4本入) 496円(税込536円)

423 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶と十勝あずきかき氷 180ml 150円(税込162円)

424 凍 久保田食品(高知県・南国市) 夢中熱中 抹茶とあずきの最中 110ml 130円(税込140円)

425 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶アイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

426 凍 久保田食品(高知県・南国市) ラムレーズンアイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

427 凍 日本生活協同組合連合会 牛乳70%アイスバー 30ml x 10本 298円(税込322円)

428 凍 日本生活協同組合連合会 ダブルキャラメルアイス 850ml 538円(税込581円)

429 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎだんご 4本180g 429円(税込463円)

430 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 みそかけだんご 260g(4本入) 496円(税込536円)

431 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶と十勝あずきかき氷 180ml 150円(税込162円)

432 凍 久保田食品(高知県・南国市) 夢中熱中 抹茶とあずきの最中 110ml 130円(税込140円)

433 凍 久保田食品(高知県・南国市) 抹茶アイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

434 凍 久保田食品(高知県・南国市) ラムレーズンアイスクリーム 110ml 210円(税込227円)

435 凍 日本生活協同組合連合会 牛乳70%アイスバー 30ml x 10本 298円(税込322円)

436 凍 日本生活協同組合連合会 ダブルキャラメルアイス 850ml 538円(税込581円)

437 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎだんご 4本180g 429円(税込463円)

438 凍 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 みそかけだんご 260g(4本入) 496円(税込536円)

# 昔ながらの天日干し ますだ落花生特集



千葉八街産。今ではめずらしくなった天日干し乾燥。香りが高く、甘みも強いです。

ますだ (千葉県・八街市) 90日  
天日干しさやいり落花生

405 160g 675円(税) 729円(税込) 通常税込 740円

406 300g 1120円(税) 1210円(税込) 通常税込 1280円  
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4

千葉県の新品種、はつきりした甘み特徴で香ばしくて止まらないおいしさ。

ますだ (千葉県・八街市) 90日  
うす皮煎り落花生(Qなっつ)

407 無塩 120g 510円(税) 551円(税込) 通常税込 562円

408 うす塩 120g 510円(税) 551円(税込) 通常税込 562円  
落花生(千葉県)

天日で自然乾燥させ、植物油でカラッと揚げたバターピーです。

ますだ (千葉県・八街市) 90日  
バターピー (ほそ美)

409 120g 420円(税) 454円(税込) 通常税込 475円  
落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <3.7

## 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。

ほんのり甘い黒砂糖は、お茶請けにぴったり。

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 90日  
きらず揚げ・黒砂糖4連

416 20g×4 270円(税) 292円(税込) 通常税込 303円  
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.3

おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 90日  
きらず揚げ・黒砂糖4連

417 20g×4 270円(税) 292円(税込) 通常税込 303円  
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
ぱりひめ

421 48g 200円(税) 216円(税込) 通常税込 227円  
庄内地方産特別栽培米「つや姫」を使用し、うすやきせんべいにしました。  
米(山形県)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
玄煎

422 48g 230円(税) 248円(税込) 通常税込 259円  
有機栽培うるち米と有機栽培黒米を使用し、香ばしいうすやきせんべいにしました。  
米(山形県)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
うの花クッキー

423 80g 220円(税) 238円(税込) 通常税込 249円  
おからと豆乳を練り込み焼き上げました。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <4.4

キング製菓(愛知県・小牧市) 180日  
きな粉うエハース

424 30個 178円(税) 192円(税込) 通常税込 203円  
きな粉の香りと玄米のほよい歯ざわりが楽しいウエハースです。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
のり揚げ餅

425 40g 170円(税) 184円(税込) 通常税込 195円  
もち米を練り上げた生地をサクッとフライし、甘辛の味のタレで味付け、アオサ・青のりをかけました。  
もち米(新潟県)

アリモト(兵庫県・加西市) 150日  
召しませ日本・島醤油せんべい

418 80g 295円(税) 319円(税込) 通常税込 330円  
国産のうるち米を使用した焼き醤油味の煎餅です。  
米(国内産)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
こぐまのビスケット

426 12g×5 270円(税) 292円(税込) 通常税込 303円  
小麦(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.0

アリモト(兵庫県・加西市) 150日  
召しませ日本・ひとくち海老せんべい

419 70g 295円(税) 319円(税込) 通常税込 330円  
味付けは素朴なあっさりサラダ味、食べやすい一口サイズの煎餅に仕上げました。  
米(国内産)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
アップルグミ

427 20g×4連 320円(税) 346円(税込) 通常税込 357円  
りんご果汁(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.6

サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
きな粉うエハース

428 155g 298円(税) 322円(税込) 通常税込 333円  
国内産寒天と、北海道産赤えんどう使用の豆かんてんです。黒蜜をかけてお召し上がりください。  
天草(国内産)

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
きな粉 黒みつ寒天

429 160g 298円(税) 322円(税込) 通常税込 333円  
国産大豆100%のきな粉と沖縄産黒糖の黒みつをかけてお召し上がりください。  
天草(国内産)

サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
さつま芋とメープルシロップを加えたビスケット生地をかわいくくまの形に焼き上げました。

423 12g×5 270円(税) 292円(税込) 通常税込 303円  
小麦(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.0

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
りんご果汁(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.6

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
豆乳ドーナツ(白蜜)2袋

432 155g×2 470円(税) 508円(税込) 通常税込 519円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
豆乳ドーナツ(黒糖)2袋

433 155g×2 470円(税) 508円(税込) 通常税込 519円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <3.6

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
パンケーキ 2個組

431 1個×2 220円(税) 238円(税込) 通常税込 249円  
国産小麦の生地を使ってふんわりと焼き上げました。メープルシロップやフルーツを添えても。  
小麦(国内産)

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
アーモンドじゃこ 2個組

430 (7g×5)×2 440円(税) 476円(税込) 通常税込 496円  
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。片口いわし(日本近海) [放] 不検出 <0.7 <0.8

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
きな粉 うエハース

434 100g 800円(税) 864円(税込) 通常税込 875円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産)

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
きな粉 うエハース

435 100g 1200円(税) 1296円(税込) 通常税込 1307円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産)

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
きな粉 うエハース

436 100g 550円(税) 594円(税込) 通常税込 605円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産)

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
きな粉 うエハース

437 2g×20 490円(税) 529円(税込) 通常税込 540円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産)

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
きな粉 うエハース

438 200g 698円(税) 754円(税込) 通常税込 765円  
砂糖、粉乳を使用していないココアパウダーです。脂肪分を減らし、まろやかな口当たりになりました。  
カカオ豆(スイス)

丸和食品(東京都・練馬区) 60日  
きな粉 うエハース

439 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。  
小麦(国内産)

## サンコー特集! 全品特価

410 60g 185円(税) 200円(税込) 通常税込 214円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
ポテトチップスしお味

411 12枚(1枚×12袋) 220円(税) 238円(税込) 通常税込 248円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
カルシウムウエハース300

412 55g 220円(税) 238円(税込) 通常税込 259円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
根昆布あられ

413 80g 185円(税) 200円(税込) 通常税込 211円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 90日  
そば粉のかりんとう

414 1個 58g 135円(税) 146円(税込) 通常税込 157円  
サンコー(愛知県・豊橋市)  
小倉ようかん

415 餅8個 タレ20g 268円(税) 289円(税込) 通常税込 300円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 90日  
みたらし餅

418 80g 295円(税) 319円(税込) 通常税込 330円  
アリモト(兵庫県・加西市) 150日  
召しませ日本・島醤油せんべい

419 70g 295円(税) 319円(税込) 通常税込 330円  
アリモト(兵庫県・加西市) 150日  
召しませ日本・ひとくち海老せんべい

420 40g 170円(税) 184円(税込) 通常税込 195円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
のり揚げ餅

421 48g 200円(税) 216円(税込) 通常税込 227円  
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
ぱりひめ

422 48g 230円(税) 248円(税込) 通常税込 259円  
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 120日  
玄煎

423 30個 178円(税) 192円(税込) 通常税込 203円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 180日  
きな粉うエハース

424 20g×4連 320円(税) 346円(税込) 通常税込 357円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
アップルグミ

425 120g 640円(税) 691円(税込) 通常税込 702円  
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 180日  
プルーン

426 120g 340円(税) 367円(税込) 通常税込 378円  
ますだ(千葉県・八街市) 60日  
甘納豆(落花生)

427 135g(個包装) 230円(税) 248円(税込) 通常税込 259円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 180日  
寒天コーヒーゼリー

428 155g 298円(税) 322円(税込) 通常税込 333円  
大洋(神奈川県・横須賀市) 90日  
豆かんてん 黒糖みつ

429 160g 298円(税) 322円(税込) 通常税込 333円  
大洋(神奈川県・横須賀市) 90日  
きな粉 黒みつ寒天

## 菓子担当 今週のイチオシ!

430 (7g×5)×2 440円(税) 476円(税込) 通常税込 496円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 120日  
アーモンドじゃこ 2個組

431 1個×2 220円(税) 238円(税込) 通常税込 249円  
サンコー(愛知県・豊橋市) 60日  
パンケーキ 2個組

432 155g×2 470円(税) 508円(税込) 通常税込 519円  
丸和食品(東京都・練馬区)  
豆乳ドーナツ(白蜜)2袋

433 155g×2 470円(税) 508円(税込) 通常税込 519円  
丸和食品(東京都・練馬区)  
豆乳ドーナツ(黒糖)2袋

434 100g 800円(税) 864円(税込) 通常税込 875円  
童仙房茶舗(京都府・南山村)  
童仙房茶舗 有機煎茶

435 100g 1200円(税) 1296円(税込) 通常税込 1307円  
童仙房茶舗(京都府・南山村)  
童仙房茶舗 有機上煎茶

436 100g 550円(税) 594円(税込) 通常税込 605円  
ランカスター(千葉県・千葉市)  
アッサムティー (リーフ)

437 2g×20 490円(税) 529円(税込) 通常税込 540円  
ランカスター(千葉県・千葉市)  
ピーチティー(ティーバッグ)

438 200g 698円(税) 754円(税込) 通常税込 765円  
伊那食品(長野県・伊那市)  
韃靼そば茶

439 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
サンタ・フェリサコーヒー

440 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

441 190g×30 3200円(税) 3456円(税込) 通常税込 3564円  
ナガノトマト(長野県・松本市)  
信州生まれのおいしいトマト(無塩)

442 500g 538円(税) 581円(税込) 通常税込 592円  
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)  
低温焙煎 庄内の麦茶

443 190g×30 3200円(税) 3456円(税込) 通常税込 3564円  
ナガノトマト(長野県・松本市)  
信州生まれのおいしいトマト(無塩)

444 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

445 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

446 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

447 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

448 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

449 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

450 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

451 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

452 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

453 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

454 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

455 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

456 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

457 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

458 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

459 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

460 200g 880円(税) 950円(税込) 通常税込 961円  
プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)  
ココア

1本あたり税込144円
442 岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
龍泉洞の水
500ml x 24 3200円(税込) 3456円(通常税込) 3564円(通常税込)

果汁をたっぷり8%使用したプレミアム仕立てのレモンサワーです。
443 南都酒造所(沖縄県・南城市)
琉球レモンサワー
350ml 258円(税込) 284円(通常税込) 295円(通常税込)

ALC:30%
沖縄県の八重山産ひとめぼれを100%使用した風味の良い泡盛です。
444 請福酒造(沖縄県・石垣市)
琉球泡盛 やえやま
720ml 1480円(税込) 1628円(通常税込)

ALC:12.5%
信州・桔梗ヶ原で農業をほとんど使用せずに栽培されたコンコード種が原料です。
768 井筒ワイン(長野県・塩尻市)
井筒ワイン・コンコード赤甘口
720ml 1400円(税込) 1540円(通常税込)

ALC:12.5%
信州・桔梗ヶ原で栽培されたナイアガラ種のぶどうで作ったワインです。
769 井筒ワイン(長野県・塩尻市)
井筒ワイン・ナイアガラ白辛口
720ml 1400円(税込) 1540円(通常税込)

原材料:鶏卵(国産)、糖類(砂糖・ぶどう糖)、小麦粉、植物油、水あめ、牛乳、はちみつ、還元水あめ/膨張剤、乳化剤、(一部に卵・乳成分・小麦・大豆を含む)
445 日本生活協同組合連合会
蜂蜜かすてら(切り落とし入り)
10本 308円(税込) 333円(通常税込) 343円(通常税込)

446 日本生活協同組合連合会
芋けんぴ
75g 100円(税込) 108円(通常税込)

1本あたり税込54円
447 日本生活協同組合連合会
彩果菜園フルーティアップル
125ml x 12本 600円(税込) 648円(通常税込) 696円(通常税込)

1本あたり税込173円
448 日本生活協同組合連合会
麦茶(六条大麦使用)
2000ml PET x 6本 960円(税込) 1038円(通常税込)

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 x 24 1344円(税込) 1440円(通常税込) 1512円(通常税込)

食品調味料
常総生協がおすすめする調味料の基本は「さ・さし・す・せ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
506 相生ユニビオ(愛知県・西尾市)
三河伝統製法「古式 本みりん」
500ml 580円(税込) 638円(通常税込)

酒類
もち米と米麴、醸造アルコール、焼酎で仕込み、じっくりと熟成。
508 アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋)
粗精糖(自然派style)
1kg 360円(税込) 389円(通常税込) 400円(通常税込)

449 海の精(東京都・大島町)
海の精やきしお 詰替用
60g 228円(税込) 246円(通常税込) 257円(通常税込)

塩分8.4%
452 はつゆき屋(鹿児島県・日置市)
鹿児島麦みそ
1kg 920円(税込) 994円(通常税込)

塩分9%
453 やまこみそ(茨城県・守谷市)
やまこ味噌(粒・甘口) 容器入り
750g 540円(税込) 583円(通常税込) 594円(通常税込)

無農薬栽培した新米を100%使用。
518 飯尾醸造(京都府・宮津市)
純米富士酢
500ml 750円(税込) 810円(通常税込)

450 沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)
500ml 619円(税込) 669円(通常税込)

451 沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総寒仕込みしょうゆ(生)
360ml 398円(税込) 430円(通常税込) 494円(通常税込)

452 沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総だし醤油
360ml 540円(税込) 583円(通常税込)

454 九鬼産業(三重県・四日市市)
九鬼 太白純正胡麻油
340g 720円(税込) 778円(通常税込)

455 九鬼産業(三重県・四日市市)
九鬼 太白純正胡麻油
600g 1150円(税込) 1242円(通常税込)

456 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園れもんストレート果汁
150ml 554円(税込) 598円(通常税込) 637円(通常税込)

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ぼん酢。
545 沼屋本店(茨城県・つくば市)
常総醤油で作った福来ぼん酢
360ml 398円(税込) 430円(通常税込) 443円(通常税込)

457 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園ゆずストレート果汁
150ml 600円(税込) 648円(通常税込)

458 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園青みかんストレート果汁
150ml 498円(税込) 538円(通常税込)

459 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園 レモンこしょう
50g 458円(税込) 495円(通常税込)

460 ポールスタア(東京都・東村山市)
青森県田子産みじん切りにんにく
65g 400円(税込) 432円(通常税込)

461 ナガノトマト(長野県・松本市)
ていねいにつくったトマトのソース 2個組
390g x 2 650円(税込) 702円(通常税込)

459 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園 レモンこしょう
50g 458円(税込) 495円(通常税込)

462 ナガノトマト(長野県・松本市)
長野県産ケチャップ
240g 639円(税込) 690円(通常税込)

463 創健社(神奈川県・横浜市)
有機ダイストマト缶
400g 250円(税込) 270円(通常税込)

464 ポールスタア(東京都・東村山市)
花亭ピストロガーリックステーキソース
230g 480円(税込) 518円(通常税込) 549円(通常税込)

465 ポールスタア(東京都・東村山市)
花亭おろしステーキソース
215g 480円(税込) 518円(通常税込) 549円(通常税込)

466 ポールスタア(東京都・東村山市)
オニオンステーキソース
225g 480円(税込) 518円(通常税込) 549円(通常税込)

467 ポールスタア(東京都・東村山市)
桃花林 コチュジャン
70g 250円(税込) 270円(通常税込) 281円(通常税込)

468 光食品(徳島県・上板町)
お好みソース
360ml 380円(税込) 410円(通常税込) 430円(通常税込)

469 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
お好み焼粉
400g 460円(税込) 497円(通常税込) 508円(通常税込)

470 ポールスタア(千葉県・船橋市)
米油
小600g 540円(税込) 583円(通常税込) 594円(通常税込)

471 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
お好み焼粉
400g 460円(税込) 497円(通常税込) 508円(通常税込)

472 米油
大1350g 880円(税込) 950円(通常税込) 994円(通常税込)

466 ポールスタア(東京都・東村山市)
オニオンステーキソース
225g 480円(税込) 518円(通常税込) 549円(通常税込)

467 ポールスタア(東京都・東村山市)
桃花林 コチュジャン
70g 250円(税込) 270円(通常税込) 281円(通常税込)

468 光食品(徳島県・上板町)
お好みソース
360ml 380円(税込) 410円(通常税込) 430円(通常税込)

469 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
お好み焼粉
400g 460円(税込) 497円(通常税込) 508円(通常税込)

470 ポールスタア(千葉県・船橋市)
米油
小600g 540円(税込) 583円(通常税込) 594円(通常税込)

471 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
お好み焼粉
400g 460円(税込) 497円(通常税込) 508円(通常税込)

## 乾物・だし その他

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ヶ条記入欄へご記入ください。

**648** 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 180日  
**きな粉(大豆)**  
130g **240円**(税**259円**)  
無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。  
大豆(国内産) [放]不検出 <2.7 <2.5

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。

**902** 徳用  
昆布(北海道)

**583** 長谷川商店(東京都・中央区) 180日  
**寿司はねのり**  
全型10枚 **360円**(税**389円**)  
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。  
のり(国内産)

**582** 士別農園(北海道・士別市)  
**士別農園 小豆**  
300g **415円**(税**448円**)  
北海道士別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふくらみ煮上がりやすい。  
小豆(北海道)

**573** 中山水産(静岡県・裾野市) 180日  
**だしパック**  
8g×18 **498円**(税**538円**)  
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。  
さば(国内産) [放]不検出 <3.8 <3.5

柔らかくネバリ抜群のがごめ昆布を使いやすくしてみました。

**903** リアス(千葉県・船橋市)  
**函館産栽培がごめ昆布(きざみタイプ)**  
20g **380円**(税**410円**)  
がごめ昆布(北海道)

**473** 江藤さん(大分県・玖珠町)  
**江藤さんの干しいたけ**  
50g **530円**(税**572円**)  
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。  
しいたけ(大分県)

**573** 中山水産(静岡県・裾野市) 180日  
**だしパック**  
8g×18 **498円**(税**538円**)  
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。  
さば(国内産) [放]不検出 <3.8 <3.5

**565** 中山水産(静岡県・裾野市) 180日  
**削り節パック 徳用**  
3g×20 **598円**(税**646円**)  
かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼きそばなどに手軽に使える蛋白源。  
かつお(国内産)

味がおいしいから、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。

**590** 35g前  
リアス(千葉県・船橋市) 180日  
**塩吹昆布**  
35g **250円**(税**270円**)  
75g **498円**(税**538円**)  
昆布(北海道)

**474** 無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園切り干し大根**  
40g **245円**(税**265円**)  
農薬、除草剤、化学肥料をいっさい使用しないで育てた有機栽培の大根を天日で乾燥させました。  
大根(愛媛県)

**565** 中山水産(静岡県・裾野市) 180日  
**削り節パック 徳用**  
3g×20 **598円**(税**646円**)  
かつお節をうすく削ったもの。おひたし、お好み焼、冷奴、焼きそばなどに手軽に使える蛋白源。  
かつお(国内産)

**596** リアス(千葉県・船橋市)  
**わかめご飯の素**  
20g **510円**(税**551円**)  
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。  
わかめ(宮城県)

味がおいしいから、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。

**904** 九鬼産業(三重県・四日市市)  
**九鬼国産ごまふりかけ**  
25g **275円**(税**297円**)  
国産素材で作ったふりかけです。金ごまの良感と香ばしい香り、かつお節と海苔の旨味がご飯に合います。  
金ごま(国内産)

**619** アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋) 小  
**パン用粉(強力粉)**  
1kg **430円**(税**464円**)  
北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。  
小麦(北海道)

**626** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 180日 小  
**国産パン粉**  
200g **295円**(税**319円**)  
岩手県産小麦粉使用。酸化防止剤、ショートニング不使用。  
小麦(岩手県) [放]不検出 <1.0 <1.0

**905** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 小  
**天ぷら粉**  
400g **385円**(税**416円**)  
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。  
鶏肉(国内産)

## 応援特集! 「スジアオノリ」の養殖

スジアオノリの天然物は四国の四万十川や吉野川の下流域で採れますが、近年は温暖化の影響で激減しており、栽培(養殖)が目立っています。

**全品 特価**

お味噌汁などに入れて風味をお楽しみください

みそ汁やお吸い物の汁物や、温かいご飯にのせて、食べやすいサイズにほくしてお召上がりください。

久々登場!

香りづけ、彩りとしてお使いください。磯の香り豊かで鮮やかな色合いが特徴。

**475** 網元・紙園丸(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園の 青のり(原藻)**  
3g **278円**(税**300円**)  
青のり(愛媛県)

**901** 網元・紙園丸(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園の 青のり(粉末)**  
3g **278円**(税**300円**)  
青のり(愛媛県)

**577** コープ自然派事業連合  
**チキンコンソメ**  
80g(4g×20) **360円**(税**389円**)  
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。

**906** おびなた(長野県・長野市) 小  
**そばつゆ(ストレート)**  
400ml **350円**(税**378円**)

**907** 三上製麺(埼玉県・所沢市) 小  
**二八の匠 八割そば**  
200g×2 **530円**(税**572円**)  
そば(国内産)

**908** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 180日 大  
**さくらの焼そば 5パック**  
114g×5 **820円**(税**886円**)  
国内産の小麦使用、無かんすい。トマトピューレでおいしさを引き出した特製の液体ソース付。  
小麦(国内産)

**909** 光食品(徳島県・上坂町) 小  
**有機ミートソース**  
140g **300円**(税**324円**)  
素材の味を生かした野菜たっぷりの有機ミートソースです。  
トマト(イタリア)

**910** ニューオークポ(千葉県・柏市) 小  
**スパゲティブロンスタイプ**  
300g(1.9mm) **285円**(税**308円**)  
デュラム小麦の良質な部分だけを使ったスパゲティ。ソースに絡みやすい、ざらつきがあるパスタ。  
小麦(カナダ、アメリカ)

**911** 秋川牧園(山口県・山口市) 小  
**秋川牧園の本格チキンカレー**  
220g **438円**(税**473円**)  
秋川牧園の若鶏手羽元をまるごと2本使用したチキンカレーです。  
鶏肉(国内産)

**912** 千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 大  
**ミニとろイワシ缶(味付)**  
100g(個包装70g) **300円**(税**324円**)  
脂ののった真いわしを奄美・喜界島産さとうきび100%の短糖と長期熟成の杉樽仕込み醤油で仕上げました。  
いわし(銀子沖) [放]不検出 <0.9 <1.0

**913** 日本食品(北海道・札幌市) 小  
**スイートコーン缶**  
230g **240円**(税**259円**)  
特別栽培の北海道産とうもろこしを、「海の精」の塩で味付けて作ったスイートコーン缶です。  
とうもろこし(北海道)

**902** 徳用  
昆布(北海道)

**590** 35g前  
リアス(千葉県・船橋市) 180日  
**塩吹昆布**  
35g **250円**(税**270円**)  
75g **498円**(税**538円**)  
昆布(北海道)

**904** 九鬼産業(三重県・四日市市)  
**九鬼国産ごまふりかけ**  
25g **275円**(税**297円**)  
国産素材で作ったふりかけです。金ごまの良感と香ばしい香り、かつお節と海苔の旨味がご飯に合います。  
金ごま(国内産)

**619** アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋) 小  
**パン用粉(強力粉)**  
1kg **430円**(税**464円**)  
北海道産の小麦を使ったパン用の強力粉です。パンの他、ピザ生地や餃子の皮などにお使いいただけます。  
小麦(北海道)

**906** おびなた(長野県・長野市) 小  
**そばつゆ(ストレート)**  
400ml **350円**(税**378円**)

**907** 三上製麺(埼玉県・所沢市) 小  
**二八の匠 八割そば**  
200g×2 **530円**(税**572円**)  
そば(国内産)

## CO-OP商品

たっぷりの生玉ねぎの風味に、醤油のこく。生にこだわったドレッシングです。

**546** 日本生活協同組合連合会 小  
**純国産 野菜たっぷり和風ドレッシング**  
500ml **500円**(税**540円**)

**669** 日本生活協同組合連合会 小  
**ゆであずき(北海道)**  
190g **155円**(税**167円**)  
北海道産小豆100%使用。糖度を38~42%におさめました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。  
小豆(北海道)

**677** 日本生活協同組合連合会 大  
**ライトツナフレークまぐろ油漬**  
70g×3 **420円**(税**454円**)  
きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬込み、まろやかな味に仕上げました。  
きはだまぐろ(台湾、等)

**915** 日本生活協同組合連合会 180日  
**おいしい赤飯**  
160g×3 **420円**(税**454円**)  
国内産水稲もち米と北海道産小豆を使用したソフト包装赤飯。レンジ、湯せんで調理可能。  
小豆(北海道)、もち米(国内産)

**916** 日本生活協同組合連合会 小  
**ナポリタンソース**  
220g **160円**(税**173円**)  
トマト・玉ねぎ・人参等の野菜とマッシュルームをじっくり煮込んだ、具材感のあるナポリタンソース。  
玉ねぎ(中国、国内産、アメリカ、ニュージーランド等)

**633** 日本生活協同組合連合会 小  
**スパゲッティ 1.6mm**  
1kg **488円**(税**527円**)  
デュラム小麦のセモリナ100%使用。太さ1.6mm、茹で時間の目安は7分です。  
小麦(カナダ、アメリカ、他)

**802** 太陽油脂(神奈川県・横浜市) 小  
**パックス 洗濯槽&排水パイプクリーナー**  
300g×3袋 **980円**(税**1078円**)  
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。

**842** 太陽油脂(神奈川県・横浜市) 小  
**パックス ソルティエーはみがき**  
120g **450円**(税**495円**)  
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。

**896** マスコ製紙(静岡県・富士宮市) 小  
**ピュアティッシュペーパー**  
200w×5箱 **480円**(税**528円**)  
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。

**918** べにばな野草園(山形県・酒田市) 180日  
**野草茶**  
50g **750円**(税**810円**)  
胃腸の調子を整え、利尿作用や身体を温める働きのある野草をブレンド。  
野草(山形県)

**919** べにばな野草園(山形県・酒田市) 180日  
**クマザサ茶**  
40g **830円**(税**896円**)  
スツとした笹の香りが爽やか。整腸や消臭作用があり、入浴剤として用いれば肌荒れ予防に。  
クマザサ(山形県)

**921** べにばな野草園(山形県・酒田市) 90日  
**よもぎ水**  
100ml **1800円**(税**1980円**)  
ヨモギ、スイカズラ、ローズマリ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。

**917** ナイアド(東京都・福生市) 小  
**ヘナ 100%**  
100g **1000円**(税**1100円**)  
ラジャスタン州のヘナ100%無添加。水またはお湯でといて髪に塗ると、白髪がオレンジ系の赤色に。  
ヘナ(インド)

**890** 丸富製紙(静岡県・富士市) 小  
**ペンギン芯なし(トイレトペーパー)**  
130m×6ロール **538円**(税**592円**)

**920** べにばな野草園(山形県・酒田市) 90日  
**どくだみ水**  
100ml **1800円**(税**1980円**)  
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。

**921** べにばな野草園(山形県・酒田市) 90日  
**よもぎ水**  
100ml **1800円**(税**1980円**)  
ヨモギ、スイカズラ、ローズマリ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。

**922** べにばな野草園(山形県・酒田市) 90日  
**かみつれ水**  
100ml **1800円**(税**1980円**)  
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。

**922** べにばな野草園(山形県・酒田市) 90日  
**かみつれ水**  
100ml **1800円**(税**1980円**)  
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。

お届けは全て9月1回になります

### まぐろと無添加総菜の専門店

# マストミ

徳島県・徳島市

**全品 特価**

「まぐろの女王」南まぐろ

**923 凍**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞15日  
**ふぞろいの天然南まぐろ中トロ**  
130g **1280円(税込1382円)** 通常税込1598円

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

山かけがおすす

**924 凍**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞15日  
**刺身用キハダマグロ角切り**  
120g **630円(税込680円)** 通常税込702円

船内で急速凍結処理を行った鮮度の良いキハダマグロを使用しました。一口サイズにカットしました。

キハダマグロ(太平洋)

たっぷり4袋!

**925 凍**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞20日  
**キハダまぐろのたたき(徳用)**  
40g×4 **670円(税込724円)** 通常税込808円

クセがなくあっさりした味わいのキハダまぐろを使用。なめらかな食感とまぐろの旨みが楽しめます。

キハダまぐろ(太平洋)

どろりとした食感

**926 凍 米 大 小**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞30日  
**まぐろ漬け丼用(メバチマグロ)**  
70g×2 **580円(税込626円)** 通常税込646円

鮮度の良いメバチマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に良く合います。

メバチマグロ(太平洋)

つぶつぶ感を残した独自製法

**927 凍 米 大 小**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞20日  
**つぶつぶまぐろ丼セット**  
50g×2 タレ20g×2 **630円(税込680円)** 通常税込711円

太平洋で漁獲しためばちまぐろを使用し、つぶつぶ感を残してネギト用加工しました。※台湾船箱漁獲

めばちまぐろ(太平洋)

4個×2

**928 凍**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞90日  
**まぐろ団子甘酢ソース**  
280g(4個×2) **426円(税込460円)** 通常税込498円

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。湯煎して。

まぐろ(台湾、国内産)

マグロの「血合い肉」を使用。下処理工程を工夫し臭みの無い旨みのある仕上げに。レンジで。

**929 凍 卵 米 大 小**  
マストミ(徳島県・徳島市) 賞90日  
**もったいないマグロのカツ**  
150g **389円(税込430円)** 通常税込467円

キハダマグロ(和歌山県)

## ダイヤツの「氷温造り」

鳥取県・米子市 **全品 特価**

**漫画で解説!! 氷温造りとは?**

0℃～モノが凍るまでの温度帯「氷温帯」で熟成させることでうまみを引き出す技術です。

氷温帯にさかなを置くことで **うまみが増す**のです!

さかなの体内では… **うまみ成分 UP!**

アミノ酸・糖

さかなが凍るまいとして不凍液が蓄えられます。これに含まれるアミノ酸や糖がおいしいさ・甘みを出す、うまみ成分となります。

山陰産のあじの中骨を除去し、アミエビの煮汁を加えた塩水(天日塩)に漬け込み、旨味を引き出しました。

**930 凍 卵 小**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞120日  
**氷温熟成 ふっくら開きあじ**  
3枚240g **380円(税込410円)** 通常税込430円

真あじ(鳥取県)

山陰産のえてかれいを、天日塩のみを使用して旨味を引き出しました。焼きはもちろん、唐揚げでもどうぞ。

**931 凍**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞120日  
**氷温造り えてかれい一夜干し**  
2枚200g **465円(税込502円)** 通常税込518円

えてかれい(日本海)

人気の甘塩さば

山陰産のさばを甘塩タイプに味付けし氷温製法で仕上げました。

**932 凍**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞120日  
**氷温甘塩さば切身(山陰産)**  
5切300g **380円(税込410円)** 通常税込430円

さば(国内産)

定番の秋鮭切身

北海道産の秋鮭を使用し、塩のみで独自の氷温熟成製法でじっくりと旨味を引き出し、甘塩に仕上げました。

**933 凍**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞120日  
**氷温造り 塩秋鮭切身**  
3切180g **525円(税込567円)** 通常税込580円

秋鮭(北海道)

4袋

**934 凍 卵 大**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞180日  
**氷温造り さばの味噌煮**  
80g(固形量50g)×4袋 **580円(税込626円)** 通常税込646円

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

**935 凍 卵 大**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市)  
**氷温造り あじの南蛮漬**  
220g **335円(税込362円)** 通常税込378円

真あじを食べやすく下処理し、国産米油で揚げた南蛮漬に。野菜は国内産。まろやかな甘酢です。解凍して。  
真あじ(日本海)

**936 凍 卵 大**  
ダイヤツ(鳥取県・米子市)  
**氷温造り さばの雪見おろし(ゆず風味)**  
220g **328円(税込354円)** 通常税込368円

ノルウェー産のさばを酢とゆず果汁を加えた大根おろしで和えました。野菜は全て国産。冷蔵庫で解凍して。  
さば(ノルウェー)

本場中国での作り方を日本で!

# 飛鳥食品 特集

飛鳥食品の皆さん

**全品 特価**

日中国交回復後、旧満州から中国残留孤児たちが引き上げてきた際、その帰国者が日本で自立するための職場として飛鳥。中国の家庭の味を「手作り」に近い製造方法で、1個1個丁寧に作っています。

**938 凍 卵 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥のえびシューマイ**  
12個180g **412円(税込445円)** 通常税込469円

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。  
すけとうだら(北海道)、えび(ベトナム)

おいしい中華まん 勢ぞろい

**940 凍 卵 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の手作りミニ肉まん2パック**  
5個250g×2袋 **796円(税込860円)** 通常税込902円

国産の豚肉、玉葱、菊を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで。

小麦(国内産) [放1]不検出 <3.7 <3.2

**941 凍 卵 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の黒豚肉まん**  
3個270g **438円(税込473円)** 通常税込503円

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

豚肉たっぷりのシューマイです。シューマイ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。

**937 凍 卵 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の黒豚シューマイ**  
12個180g **389円(税込420円)** 通常税込447円

豚肉(国内産)

組合員さんからのクチコミ

飛鳥さんの食品はどれも質が高くおいしいですが、特にこちらのシューマイは常備するようにしています。スープの具にしても煮崩れしないことを最近発見しました!いろいろ使えて便利です。

**939 凍 卵 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の帆立シューマイ**  
12個180g **417円(税込450円)** 通常税込482円

国産の豚肉に帆立を加えた、コクのある味わいのシューマイ。蒸すか、レンジで加熱して。  
帆立(青森県)

**942 凍 卵 米 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥のカレーまん**  
3個270g **426円(税込460円)** 通常税込491円

手どくした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み国産小麦の皮で包みました。蒸すかレンジで温めて。  
小麦(国内産)

組合員さんからのクチコミ

生地の甘み、小麦が良くおいしいでしょう。更にあんこの甘みが加わり、口の中が幸せの洪水になります。蒸かして食べるのが一番ベストです。飛鳥さんほどのメーカーよりも群を抜いて生地が本当に美味しいです。

**943 凍 卵 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥のあんまん**  
4個240g **395円(税込427円)** 通常税込457円

小麦(国内産)

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。鍋で。

**944 凍 卵 米 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の黒豚水餃子**  
15個250g **471円(税込509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

**945 凍 卵 米 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の海鮮水餃子**  
15個250g **471円(税込509円)** 通常税込549円

小麦(国内産)、えび(ベトナム)

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法蓮草パウダーを混ぜた皮で包みました。鍋で。

**946 凍 卵 米 大 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の黒豚チャーピン(中華おやき)**  
4個320g **386円(税込417円)** 通常税込437円

小麦(国内産)

黒豚肉、キャベツ、長ネギ等、国産原料を使用した中華風おやき。中国の屋台定番の味。フライパンで焼いて。

**947 凍 卵 米 小**  
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥のかぼちゃ餅**  
5個300g **480円(税込518円)** 通常税込548円

甘みを抑えた粒餡を、南瓜(北海道産)ともち米粉で作ったもちもちの皮で、美味しく包んでいます。焼いて。  
南瓜・小麦・もち米・小豆(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

商品選定基準はこちら

**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 卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かか

「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ください。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。

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!