

# 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9月2回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙9/提出	4	5	6	7	8
定番品9/のお届け	11	12	13	14	15
特別企画品9/のお届け	18	19	20	21	22

# 日本型食生活のススメ

健康で経済的なくらし・食生活って?

日本の伝統的食文化と「粗食」をオススメしています

- 動物性たんぱく質は良質なものを適量に
  - 主食(ごはん)は雑穀を混ぜて、副食\*より多めに
  - ミネラルや食物繊維の摂取を心がけましょう(海藻や乾物)
  - 味噌・納豆など発酵食品を常食しましょう etc.
- \*副食とはご飯(麺・パン)以外のおかずやサラダ・汁物などのことです。



**お得5kg ×2袋 特**  
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。

**8 心米**  
JA常総ひかり・東町特産米組合(茨城県・常総市)  
めぐ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

茨城県

**9 冷\*大\*小 特**  
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)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

「日本型食生活」とは  
お米を主食にしながら主菜、副菜に加え、適度に牛乳や乳製品を取り入れるバランスのとれた食事のこと。暑さによる疲労もたまる頃です。改めて食生活を見直してみませんか?

**10 凍 特**  
ロシア産の紅鮭を切り身にして10切パックにしました。バラ凍結。

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)

**11 凍 特**  
ヤマフ(佐賀県・唐津市)  
九州産真あじの生開き干し  
2枚160g **380円(税込410円)** 通常税込430円

厳選した九州産の鱈(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)

**12 凍 特**  
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

ノルウェー、アイスランド、カナダのいずれかの産地から抱卵率高く、大きめサイズのものをお届けします。  
からふとししゃも(ノルウェー、アイスランド、カナダ)

**13 凍 特**  
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日  
徳用 酒沼のしじみ(冷凍)  
500g **888円(税込959円)** 通常税込998円

しじみ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8

1日1杯が元気の源  
**お味噌汁**

どろろ昆布、しょうが、ごま+ねぎ、大根葉+麩、ふのり+麩

かつお節等のだしと具材を混ぜた「みそ玉」をラップで包んでおけば、お湯に溶くだけで出来上がり♪

岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。

**17 特**  
コタニ(岩手県・大船渡市) 賞180日  
万能汁物の具  
30g **398円(税込430円)** 通常税込464円

わかめ(岩手県) [放] 不検出 <4.1 <4.3

国産原料を使用し、1年間熟成させました。

**14 粒・甘口 特**  
やまこみそ(茨城県・守谷市) 賞120日  
やまこ味噌  
1kg **598円(税込646円)** 通常税込678円

**15 濃・中辛 特**  
1kg **598円(税込646円)** 通常税込678円

米・大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

**16 徳用 特**  
岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。  
コタニ(岩手県・大船渡市)  
三陸岩手のカットわかめ  
14g **260円(税込281円)** 通常税込292円

**16 徳用 特**  
わかめ(岩手県) [放] 不検出 <3.5 <3.5

**18 特**  
倉持さんの長ねぎ  
300g **220円(税込238円)**

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

旬の根菜をたっぷり入れた  
**豚汁**

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。

**20 特**  
上村さん達(青森県・おいらせ町) 賞90日  
人参(洗い)  
500g **205円(税込221円)**

青森県 [放] 不検出 <4.2 <3.9

**19 特**  
加瀬さん達(千葉県) 他  
里芋  
約400g **320円(税込346円)**

熊本県、千葉県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

**21 冷\*大\*小 特**  
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日  
茨城県産ローズポーク 徳用小間切  
200g×2 **588円(税込635円)** 通常税込659円

小間切徳用タイプ。  
茨城県

今年も「おでん」  
シーズン初  
長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあとだしつゆを添付しました。

**23 冷\*大\*小 特**  
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日  
長崎 漁師町おでんだネ(つゆ付)  
5種12個254g、つゆ80ml **790円(税込853円)** 通常税込875円

たら(国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)

**22 凍 特**  
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日  
秋川の若鶏モモ  
200g **435円(税込470円)** 通常税込481円

山口県・島根県・福岡県・熊本県

鶏肉と秋の味覚きのこ5種類を使った、ボリュームのある炊き込みご飯の素。生きのこで作りました。

**24 冷\*大\*小 特**  
かじかわ農場(新潟県・新発田市) 賞90日  
炊き込みご飯の素 きのこ五目  
170g(2合用) **380円(税込410円)** 通常税込430円

ぶなしめじ(国内産)

## 【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。  
・調査完了したものについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。  
・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。  
・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

以下であることを意味します(検出限界数値も併記します)。  
・空欄になっている商品は以下の通りです。  
①検査対象地域外  
②記載が間に合わなかった商品  
ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)  
千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9  
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載  
茨城県 [放] <sup>137</sup>Cs=7.5  
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載  
宮城県 [放] <sup>137</sup>Cs=9.4 <sup>134</sup>Cs=3.6  
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

2023 みんなで知って、利用し、広めよう!

日本の農業を守りたい、その思いから生み出される大豆製品

# と き わ 登喜和食品

(東京都・府中市)

異色の経歴が登喜和ブランドを作り出す

「納豆作りなんて嫌だ、家業を継ぐなんてとんでもない」。現在の社長である遊作誠さんは、母親が営んでいた納豆製造業を毛嫌いし、大学卒業後は土木技術職として高速道路などの橋りょうの設計や施工に携わっていました。しかし、仕事で東北地方に滞在した間、地元の農家の方に泊ってもらい、寝食のお世話になったことが人生の岐路。そこで東北の農業の厳しい現実を目の当たりにし、「日本の農業を支えたい」と、それまでの職を辞め家業を継ぐ決心をします。継ぐ条件として母親に告げたのが「原材料となる大豆は全て国産を使う」こと。これが、現在の登喜和食品が生まれた原点でした。



遊作誠社長

材料も、作り方も「正直」にこだわる

原材料だけでなく、こだわりは製品の細部にまで渡ります。そのひとつが包材。今では希少となった、経木と呼ばれる赤松の木を薄く削ったものを包材として使用しています。それが社長の名字を冠した26「遊作納豆」。経木は通気性や吸水性、抗菌性に優れ、食品の保存性が高いうえに、天然のグルタミン酸ソーダが含まれており、納豆の味を引き立てる働きもあります。



登喜和食品では製造の多くの場面で人の手を介しています。「遊作納豆」は、人の手で詰め、成型。商品は全て生産者や消費者のためを想って。遊作社長の思いやりとこだわりをのせて、今日も納豆は作られています。



完全受注生産の限定品!



25 納豆  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
もち豆納豆(タレ・カラシ無)  
80g 198円(税込214円)

お届けは9月3回になります

兵庫県佐用町の在来「夢さよう大豆」を使用。大粒でもっちりとした食感。コクのある美味しさが味わえます。  
原材料:有機大豆(国産)、納豆菌

26 遊作納豆(タレ・カラシ付)  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
80g 206円(税込222円) 通常税込281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)

北海道十勝産のトヨホマレ大豆使用。大粒ならではの食感、大豆のうまみ、糸引きの強さを楽しめます。

27 十勝の息吹 大粒2P(タレ・カラシ付)  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
40g×2 174円(税込188円) 通常税込199円  
大豆(北海道)

大豆の旨味しっかり

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。

28 ひさわり  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
40g×2 172円(税込186円) 通常税込199円  
大豆(北海道)

大豆本来の風味が感じられる。こだわりの逸品

29 有機納豆日本の農  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞9日  
30g×2 210円(税込227円) 通常税込238円  
青森県産の有機栽培大豆(おおすず)を使用。その名の通り大粒で旨味濃い品種。食べ応えがあります。大豆(青森県)

230 丸大豆てんべ  
登喜和食品(東京都・府中市) 賞30日  
100g 275円(税込297円) 通常税込313円  
北海道十勝産大豆(トヨホマレ)をテンペ菌で発酵。発酵終了後に低温加熱処理をして長期保存を実現。大豆(北海道)

今週のおすすめ

無塩せきのパイオニア  
焼き塩で塩カドがとれてマイルド感が◎!



ウィンナーの茹で方

- 1 最初にお鍋にお湯を沸かす。
- 2 沸いたお湯の中にウィンナーをいれて、火を止める。
- 3 そのまま3~4分で、身割れせずにプリッと食感と肉汁が味わえます。

新鮮なお肉を使っている為ウィンナーそのものが格別です。お子様も安心して食べられます。



31 鎌倉マイルドボーークウィンナー(徳用)  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日  
400g 698円(税込754円) 通常税込798円  
豚肉(国内産)

ソルベタイプの生ジェラート

素材のもつ本来の美味しさを生かしました

農家から直接仕入れ、新鮮なうちに果物を加熱処理せずに「生」のままたっぷり使って作りました。店名イル・クルソーレは「伝達者」の意味。山梨の美味しさを伝えたい!という想いを込めています。



イル・クルソーレ 福田シェフ

32 甲州生ジェラート 白桃  
LaMente(山梨県・甲府市)  
90ml 389円(税込420円) 通常税込430円  
甲州、笛吹エリアの水はけの良い土壌で上質な桃を加熱せず皮ごと使用。果肉60%以上。白桃(山梨県)

33 甲州生ジェラート 巨峰  
LaMente(山梨県・甲府市)  
90ml 389円(税込420円) 通常税込430円  
甲州の日照時間の長い土壌で育った上質な巨峰を皮ごと使用。濃厚でさわやか。果肉50%以上使用。巨峰(山梨県)

好評に応じて再企画! 2022年度産 井筒果汁発酵生ワイン



34 赤  
35 白  
36 ロゼ  
井筒ワイン(長野県・塩尻市)  
井筒ワイン 果汁発酵生  
ぶどうをワインに仕込み、発酵が終わる前に瓶詰めにした火入れをしない無添加にこだわりワインです。

720ml 1780円(税込1958円) 通常税込1997円  
720ml 1780円(税込1958円) 通常税込1997円  
720ml 1780円(税込1958円) 通常税込1997円  
ぶどう(長野県)

発酵食品を意識的に食卓へ 金さんのキムチを使って 16ページは韓国食文化研究舎「みらい」特集

- 今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
- 928 白菜キムチ
- 194 鶏挽肉
- 19 里芋

鶏だんごのキムチ煮込み

- ◆材料(2人分)
- 白菜キムチ 220g
  - 鶏挽肉 250g
  - 里芋 3個
  - ニラ 1/2束
  - すりごま 適量
  - 砂糖 大2
  - 酒 大2
  - みりん 大2
  - 醤油 大2



- ◆作り方
- 1 挽肉はボールなどに押しつけてひと塊にする。里芋はひと口大、ニラは3cm長さ、キムチは食べやすい大きさに切る。キムチの漬け汁は残しておく。
  - 2 鍋にAを煮立て、挽肉を塊のまま入れて煮る。下面の色が変わって固まってきたら、木べらなどでひと口大に切り分け、上下返して煮て火を通す。
  - 3 ①のキムチ、水300cc、キムチの漬け汁、里芋を加えて煮る。里芋が軟らかくなったら、ニラを加えてひと煮する。器に盛り、すりごまをかける。

「だいでイズ」からの手づくりデザート提案 13ページはだいでイズ特集♪

- 今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。
- 395 ほの甘あずき
- 424 無調整豆乳

豆乳を使った、台湾の人気スイーツ 手づくり豆花

- ◆材料(3~4人分)
- 無調整豆乳 500ml
  - ゼラチン 10g
  - 水 大さじ2
  - 砂糖 大さじ1
- ※トッピングにほの甘あずき、お好みのフルーツをのせて



- ◆作り方
- 1 ゼラチンは水でふやかしておく。
  - 2 無調整豆乳を沸騰直前まで温めて保存容器に入れ、①と砂糖を加えよく混ぜ合わせる。
  - 3 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める。
  - 4 器に盛り付け、お好みで 395「ほの甘あずき」やフルーツをトッピングしたら完成!

切り取ってご活用ください

切り取ってご活用ください

# 農産

- ・地産地消が基本です。土づくりを大切に考える生産者の農産物です。
- ・野菜についてはネオニコチノイド系農薬は使用していません。

## 食生活の心がけ

食事は生命力ある旬のものをおいしくしっかりととりましょう。野菜は緑黄色野菜を組み合わせ、毎食、食卓に登場させましょう。



### ひと足早く季節到来!

シーズン初



**37** 濱上さん(鹿児島県・出水市)  
**濱上さんの温州みかん(グリーン)**  
約700g **398円**(税込**430円**)  
地場の身近な素材を使った自家製肥料を主体に使用します。外皮はやや青めです。減農薬栽培。  
鹿児島県

### 今の時期だけのグリーンです!

シーズン初



**38** 古島さん(熊本県・八代市)  
**グリーンレモン**  
2玉(約200g) **210円**(税込**227円**)  
品種はマイヤー種中心。皮が薄く搾りやすいグリーンレモン。減農薬栽培。  
※農薬は緊急時以外使用しません。  
熊本県

### 心地よい酸味の早生りんご



**39** 成田農園・成田さん(青森県・板柳町)  
**りんご(サンつがる)**  
2~4玉(600g前後) **753円**(税込**813円**)  
早生品種の中でも最も人気のあるりんご。パリッとした食感と甘みがあります。減農薬栽培。  
青森県

### 滑らかな食感と濃厚な甘味



**40** おきたま興農舎・横山さん(山形県・高畠町)  
**レッドハートレット(洋梨)**  
3玉 **598円**(税込**646円**)  
赤緑色の果皮がだんだん黄色くなってきて、果肉もやわらかめになった頃が食べ頃。減農薬栽培。  
山形県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

### 種なしで濃厚な甘み!



**41** おきたま興農舎(山形県・高畠町)  
**ぶどう(高尾)**  
約500g **878円**(税込**948円**)  
果粒は紫黒色で、巨峰よりやや小さく、果肉は締まっています。甘みが強く、食味は濃厚。減農薬栽培。  
山形県 [放] 不検出 <3.2 <3.2

### シーズン最終



**42** あゆみの会・菅谷さん(千葉県・香取市)  
**シャインマスカット**  
約250g **750円**(税込**810円**)  
千葉県

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。



**43** 舘野さん(栃木県・小山市)  
**梨(豊水)**  
約1kg **831円**(税込**897円**)  
土作り、環境作りを重視し、健全な樹、食べて元気になるような梨作りに取り組んでいます。減農薬栽培。  
栃木県 [放] 不検出 <3.8 <3.7



**44** 高田さん、本間さん(長野県・須坂市)  
**巨峰**  
約350g **647円**(税込**699円**)  
甘さと酸味のバランスが良く、根強いファンが多い品種です。減農薬栽培。  
長野県

青梨系の代表品種。程よい甘さと豊富な果汁が人気の梨。奈良県五條市の6人の生産者から。減農薬栽培。



**45** 3玉 **780円**(税込**842円**)  
**46** 2kg箱(6~8玉) **1440円**(税込**1555円**)  
大紀コープファーム(奈良県・五條市)  
**梨(二十世紀)**  
奈良県



**47** ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)  
**バナナ**  
450g以上 **356円**(税込**384円**)  
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



**48** 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**)  
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



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



**50** 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**)  
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



**51** 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**)  
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。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。  
高知県

### 残夏の疲れに



**52** 約100g **250円**(税込**270円**)  
ホワイト種より外皮は紫がかったいます。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



**53** (徳用) **628円**(税込**678円**)  
バラ詰め、ネット入りでお届け予定です。  
熊本県



**54** 徳弘さん(北海道・富良野市)  
**ズッキーニ**  
1本 **165円**(税込**178円**)  
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



**55** 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。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.9



**56** 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**)  
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



**57** 3本 **162円**(税込**175円**)  
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.4



**58** 5本 **308円**(税込**333円**)  
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、実の糖度が増してきます。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.4



**60** まごころの里・山本さん(北海道・栗山町)  
**ぼっちゃんかぼちゃ**  
1~2玉約280g **230円**(税込**248円**)  
北海道



**61** 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**)  
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薬対応。  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.2



**62** 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**)  
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



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



**64** 上野さん(栃木県・上三川町)  
**ニラ**  
1束(約100g) **150円**(税込**162円**)  
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



**65** 1玉 **230円**(税込**248円**)  
**66** カット **178円**(税込**192円**)  
群馬県 [放] 不検出 <4.7 <3.6



**67** 原さん(群馬県・東吾妻町)  
**小松菜**  
1束(250g) **240円**(税込**259円**)  
ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農業無散布。  
群馬県 [放] 不検出 <3.5 <4.0



**68** あゆみの会・関さん(茨城県・茨城県)  
**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



**69** 上野さん(栃木県・上三川町)  
**長ねぎ**  
500g **259円**(税込**280円**)  
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



**70** おきたま興農舎・丹野さん(山形県・高畠町)  
**おかひじき**  
80g **220円**(税込**238円**)  
山形県 [放] 不検出 <4.1 <4.0



**71** 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



**72** 約150g **230円**(税込**248円**)  
**73** 300g **415円**(税込**448円**)  
熊本県、他



**74** 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**)  
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。ホルモン剤を含め、農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <0.4 <0.5

**今が旬です!**

**75** 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)  
**ちゃまめくん(庄内産有機栽培枝豆)**  
250g **450円**(税込**486円**)  
通常税込508円

庄内地方の枝豆の最高峰で自慢の豆です。在来の品種で昔から作られてきました。有機JAS基準での有機栽培。山形県 [放] 不検出 <2.0 <2.3

無農薬 たっぶり300g!

**76** 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

**77** おきたま興農会・高橋さん達(山形県・高畠町)  
**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。農薬無散布。山形県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

北海道 穴戸さんの「スイートコーン」

What's **スイートコーン?**  
スイートコーンはとうもろこしの一種で、甘みが強い品種の総称。今年も「ゆめのコーン」種を作ってもらいました。「ゆめのコーン」は生食ですとしゃりしゃりとした歯ごたえ、甘さと旨みを堪能できます。もちろん加熱しても美味です。

品種は高糖度の「ゆめのコーン」をお届けします。減農薬栽培。

生でもOK

**78** 穴戸さん(北海道・土別市)  
**スイートコーン**  
2本 **528円**(税込**570円**)

北海道

野菜セットを食卓の中心に!

ここが いいね! **JOSOの野菜セット**

おためしもOK!

組合員さんの声  
セロリの葉は茹でてごま和えに、その他の部分はきざんで味噌と砂糖で味付けしてご飯にかけて美味しくいただきました。あまり馴染みのない野菜は、備考欄に調理例を書いてくださって助かってます。(天池さんセットの利用者)

- 農薬、化学肥料は使いません。
- 少量・多品目栽培の有機生産者が「今週のイチオシ」野菜をセットします。
- 露地ものしか入りませんので、旬を体感できます!

清水さんの野菜セット	7~9品目	<b>1388円</b> (税込 <b>1499円</b> )
清水さんの野菜セット	5~6品目	<b>998円</b> (税込 <b>1078円</b> )
清水さんの野菜セット	3~4品目	<b>698円</b> (税込 <b>754円</b> )
天池さんの野菜セット	5品目	<b>1028円</b> (税込 <b>1110円</b> )
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> )

**79** 中村さん達(群馬県・長野原町)  
**レタス**  
1玉 **225円**(税込**243円**)

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

**80** 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**)

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

無農薬

人参(洗い)500g、  
里芋は表紙に掲載

**81** 上村さん達(青森県・おいらせ町)  
**人参(洗い)**  
1kg **398円**(税込**430円**)

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。青森県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

川島さん達(群馬県・長野原町)  
**大根**  
**82** 1本  
1本(900g前後) **225円**(税込**243円**)

自家製堆肥を使い、なるべく農薬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。

**83** カット 1/2本(500g前後) **158円**(税込**171円**)

群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.1

川島さん達(群馬県・長野原町)  
**大根**  
**82** 1本  
1本(900g前後) **225円**(税込**243円**)

自家製堆肥を使い、なるべく農薬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。

**83** カット 1/2本(500g前後) **158円**(税込**171円**)

群馬県 [放] 不検出 <4.0 <4.1

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**)

食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

無農薬 甘いじゃがいもで好評のレッドムーン!

**85** 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 **220円**(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。農薬無散布・化学肥料不使用。長野県

無農薬

品種は男爵。煮物やスープなどでどうぞ。農薬無散布。

**86** 三須さん達(千葉県・富里市、他)  
**じゃがいも**  
800g **215円**(税込**232円**)  
通常税込248円

**87** 2kg **530円**(税込**572円**)  
通常税込605円

千葉県、他

まごころの里(北海道・栗山町)  
**玉ねぎ**  
**88** 1kg **230円**(税込**248円**)

**89** 3kg **630円**(税込**680円**)

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

北海道

士別の玉ねぎ

**90** 士別農園(北海道・士別市)  
**士別の玉ねぎ**  
1kg **298円**(税込**322円**)

実の締まりが良く、甘みが強く、生でも美味しく頂けます。除草剤不使用・減農薬栽培。北海道

無農薬

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

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**  
**91** 500g **250円**(税込**270円**)

**92** 1kg **498円**(税込**538円**)

茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6

きのこ

**93** 上村さん達(青森県・八戸市)  
**長芋**  
200g **225円**(税込**243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

**94** 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

**95** 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

具だくさんのみそ汁で! 食物繊維も豊富なしめじ

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

**96** 山田さん(茨城県・つくば市)  
**山田さんのしめじ**  
200g **214円**(税込**231円**)  
通常税込244円

茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.7

**97** 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

**98** 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

**99** 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**)

床土には馬厩肥、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

**100** 江藤さん(大分県・玖珠町)  
**江藤さんの原木生しいたけ**  
100g **322円**(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

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**  
**101** A品  
100g **210円**(税込**227円**)

原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味・香り共に違います。茨城県

**102** B品  
200g **225円**(税込**243円**)

**103** 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 [放] 不検出 <3.5 <3.9

果物 冷凍野菜

**105** 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)

**106** 日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**ミックスベジタブル**  
200g **428円**(税込**462円**)

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

きんぴら・汁物・サラダに

**107** 日本生活協同組合連合会  
**南九州ささがきごぼう**  
200g **257円**(税込**278円**)  
通常税込298円

牛蒡をささがきにして凍結しました。アク抜き済。加熱してお召し上がりください。チャックシール付袋入。ごぼう(宮崎県、鹿児島県)

**110** 日本生活協同組合連合会  
**とろろ芋(大和芋入り)**  
40g×4袋 **314円**(税込**339円**)

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

「緑黄色野菜の王様」と呼ばれる  
ビタミン・ミネラルが豊富です

牛乳とバナナでスムージーに

**112** 日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**冷凍カットケール**  
200g **294円**(税込**318円**)  
通常税込327円

緑黄色野菜の王様と呼ばれるほど栄養豊富なケールを冷凍。凍ったまま、スムージー・炒め物のお浸しに。ケール(宮崎県)

**104** 丸金(長野県・長野市)  
**ブラウンえのき茸**  
200g **218円**(税込**235円**)

野生種に近く味がコクがあり風味豊かです。シャキッと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

**108** 日本生活協同組合連合会  
**冷凍国産さといも**  
250g **398円**(税込**430円**)

国産の色々なサイズの里芋を皮剥きし軽く湯通しし凍結。そのまま料理に使えます。茹でる場合熱湯で約20分。さといも(国内産)

**109** 日本生活協同組合連合会  
**アボカド(ダイスカット)**  
150g **328円**(税込**354円**)

皮むき、種取りしたアボカドをダイスカット。解凍するだけで使用できます。室温で解凍して。アボカド(ペルー)

**111** 日本生活協同組合連合会  
**おいしいカットマンゴー**  
150g **218円**(税込**235円**)

ベトナム産マンゴーを現地で熟させひと口大にカット。甘みが強くトロツとめらかな濃厚な味わい。マンゴー(ベトナム)

**110** 日本生活協同組合連合会  
**とろろ芋(大和芋入り)**  
40g×4袋 **314円**(税込**339円**)

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

**112** 日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**冷凍カットケール**  
200g **294円**(税込**318円**)  
通常税込327円

緑黄色野菜の王様と呼ばれるほど栄養豊富なケールを冷凍。凍ったまま、スムージー・炒め物のお浸しに。ケール(宮崎県)

# 食生活の心がけ

青魚を意識的に食卓へ登場させましょう

## 青魚!

青魚はEPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)が豊富とされています。これらは脳の発育や循環器系の機能維持に必要な必須脂肪酸です。意識的に摂取しましょう。



※出展：農林水産省資料より

機能成分	多く含まれる魚介類	期待される効果
DHA	ぶり、さば、スズコ、クロマグロ(脂身)	脳の発育促進、認知症予防、視力低下予防
EPA	まいわし、ぶり、さば、クロマグロ(脂身)	血栓予防、抗炎症作用、高血圧予防

秋にぴったりの漬魚  
ぶりの旨味と黒糖すり  
おろし生姜が  
よく合っています



**113 凍** 米大小  
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 **390円**(税込**421円**)**430円**  
三陸産のぶり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時間漬けておきました。  
ぶり(三陸南部沖) [放]不検出<3.8<2.9

振り塩の甘塩さば



**114 凍** 米大小  
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日  
**さばフィーレ(甘塩)**  
片身2枚 200g **380円**(税込**410円**)**430円**  
塩水漬けせずに「振り塩」にて甘塩に仕上げました。ご家庭での解凍時に、旨味はそのままに塩が浸透します。  
真さば(長崎県、佐賀県)

三陸産の青魚  
きびなごをさっぱりと!



**115 凍** 米  
やまた水産(鹿児島県・阿久根市)  
**きびなごさっぱり漬**  
80g **305円**(税込**329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。  
きびなご(鹿児島県)

粗挽き感がある  
たたき身つみれ汁で!



**116 凍** 米  
大新(鳥取県・境港市) 賞180日  
**とれとれあじたたき身**  
300g(150g×2) **415円**(税込**448円**)**462円**  
日本近海で5~8月に漁獲した鮮度の良いあじをタタキ身にしました。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。  
真あじ(国内産) [放]不検出<3.5<3.5

# 水産品

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

凍ったままさっと洗って加熱してください

**117 凍** 米大小  
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞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)

**118 凍** 米大小  
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞60日  
**宍道湖産大粒しじみ(冷凍)**  
180g **480円**(税込**518円**)**538円**  
宍道湖で水揚げした大粒のやまとしじみを砂抜きしそのまま急速凍結。大粒です。  
しじみ(島根県)

ひと味違う!天日干し

**119 凍** 米大小  
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**)**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)

**120 凍** 米大小  
高木商店(千葉県・南房総市) 賞180日  
**北海道産真ほっけ開き一汐干し**  
3枚400g **480円**(税込**518円**)  
北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。  
真ほっけ(北海道)

オリジナルの調味液にじっくり2晩漬け込み

**121 凍** 米大小  
中村海産(富山県・氷見市)  
**氷見産まいわしみりん干し**  
80g **335円**(税込**362円**)**378円**  
富山県氷見産のまいわしを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込みました。  
まいわし(富山県)

ご飯に合うバジルオリーブ

**122 凍** 米大小  
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日  
**サーモンバジルオリーブ**  
2切120g **380円**(税込**410円**)**430円**  
北海道沖で漁獲した秋鮭の切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。  
秋鮭(北海道)

**123 凍** 米大小  
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日  
**真だらバジルオリーブ**  
4切200g **530円**(税込**572円**)  
北海道産の真だらの切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。  
真だら(北海道)

北海道の漬魚

**124 凍** 米大小  
札幌中一(北海道・札幌市) 賞90日  
**鱈の西京漬**  
4切200g **498円**(税込**538円**)  
北海道産のたらを、オリジナルの西京漬床に漬けました。フライパンで焼けます。  
たら(北海道)

**125 凍** 米大小  
札幌中一(北海道・札幌市) 賞90日  
**秋鮭の粕漬**  
4切200g **580円**(税込**626円**)  
網走沖で漁獲された秋鮭を、酒粕、白味噌、みりん、食塩、昆布だてで作ったオリジナルの漬床に漬けました。  
秋鮭(北海道)

2切 黒糖みりんがご飯に合う!

**126 凍** 米大小  
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日  
**銀だら黒糖みりん漬**  
2切120g **428円**(税込**462円**)  
アメリカ産(主にアラスカ)の銀だらを切身にし、黒糖を加えた甘めの調味液にじっくり24時間漬込みました。  
銀だら(アメリカ)

4~6枚

**127 凍** 米大小  
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日  
**北海道産ソフト身欠にしん**  
4~6枚200g **398円**(税込**430円**)  
脂のりの良いにしんをソフト乾燥。昆布巻はもちろん、焼いてレモン汁をかけたり、大根おろしを添えても。  
にしん(北海道)

九州近海で寒の時期に漁獲

**128 凍** 米大小  
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日  
**天然寒ぶり切身**  
約80g×3 **646円**(税込**698円**)  
九州近海で寒の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。  
ぶり(九州近海)

6~11枚

**129 凍** 米大小  
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**)  
千葉県沖で漁獲される真いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結。アレンジ自在の経済的な素材です。  
真いわし(千葉県) [放]不検出<3.4<4.1

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。

注文書の6ヶ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。

「お米」+「雑穀」の「三穀」をおすすめします!

ハト麦などの雑穀には、お米には無いミネラル、食物繊維などが含まれています。主食のお米に雑穀を混ぜて「二穀」に!お好みの量で始めてみてください。

**特** ミネラル、食物繊維の補給に。  
**特** 希少な国内産ハトムギです。お米と一緒に炊く場合、ハトムギを一晩水に漬けてから炊いて下さい。

**特** 6種の雑穀が一度に摂れます!  
・アマランサス ・もちきび  
・大麦 ・発芽玄米  
・ハトムギ ・キヌア

**502075** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) **雑穀ブレンド**  
400g **694円**(税込**750円**)**768円**  
**502076** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) **国内産ハトムギ**  
150g **525円**(税込**567円**)**583円**  
国内産

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

お得な2袋組(白米5kg)は1ページ  
**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

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「もみ搗」「精米」をしてお届けします。  
**宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今搗米)**  
**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)

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

**やさとのお米(コシヒカリ)**  
**502031** 白米 5kg **1998円**(税込**2158円**)  
**502032** 玄米 5kg **1888円**(税込**2039円**)  
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)

**特** 肥減農薬栽培、無化学肥料。  
**130** 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) **もち米**  
2kg **1075円**(税込**1161円**)**1188円**  
もち米(山形県)

2022年産お米放射能検査結果 (セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

産地	名称	品種	白米	玄米
茨城県	めぐみちゃん	コシヒカリ	ND(不検出)<0.16	ND(不検出)<0.14
	やさとのお米	コシヒカリ	ND(不検出)<0.09	ND(不検出)<0.13
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	ND(不検出)<0.17	ND(不検出)<0.13
		つや姫	ND(不検出)<0.17	ND(不検出)<0.13
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	ND(不検出)<0.17	ND(不検出)<0.16

・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。

お魚のある食卓応援企画!

全品特価

131 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) エビ・ホタテ・タコミックス 180g 480円(税込) 518円(通常税込) 538円

132 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 千葉県産 真あじ三枚おろし 7~16枚 170g 380円(税込) 410円(通常税込) 430円

133 凍 共和水産(岩手県・宮古市) 三陸産するめいか つば抜き 3~6枚 230g 480円(税込) 518円(通常税込) 538円

臭みがなくて好評です! 137 凍 福昭水産(静岡県・吉田町) 駿河湾産しらす(1番競り限定) 60g 520円(税込) 562円(通常税込) 583円

あなご好きも納得の味! 138 凍 対馬地域商社(長崎県・対馬市) 対馬産煮あなご 100g 1480円(税込) 1598円(通常税込) 1696円

鮮魚のきびなごをすぐに衣付け! 139 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 240g 460円(税込) 497円(通常税込) 538円

134 凍 日本生活協同組合連合会 食塩不使用しらす干し 25g x3 286円(税込) 309円(通常税込) 343円

135 凍 ヤマト水産(愛知県・名古屋) 篠島産釜揚げしらす 2個組 50g x2 760円(税込) 820円(通常税込) 860円

136 凍 スズ水産(千葉県・南房総市) 房州あじさんが焼き 8個 160g 380円(税込) 410円(通常税込) 430円

137 凍 福昭水産(静岡県・吉田町) 駿河湾産しらす(1番競り限定) 60g 520円(税込) 562円(通常税込) 583円

138 凍 対馬地域商社(長崎県・対馬市) 対馬産煮あなご 100g 1480円(税込) 1598円(通常税込) 1696円

139 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 240g 460円(税込) 497円(通常税込) 538円

140 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 3切165g 530円(税込) 572円(通常税込)

141 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) ロシア産紅鮭切身(中辛)2切 2切140g 425円(税込) 459円(通常税込)

142 凍 マストミ(徳島県・徳島市) まぐろカプト肉切身 300g 418円(税込) 451円(通常税込)

143 2尾 札幌中一(北海道・札幌市) 北海道 厚岸のさんま 2尾(80g以上) 438円(税込) 473円(通常税込) 495円

144 3尾 札幌中一(北海道・札幌市) 北海道 厚岸のさんま 3尾(270g以上) 518円(税込) 559円(通常税込) 581円

145 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) あぶり焼きしめ鯖(まろやか風味) 1枚100g 428円(税込) 462円(通常税込)

まるたか水産 146 凍 まるたか水産(宮城県・石巻市) 荻浜湾で育ったプリプリ冷凍かき 150g 544円(税込) 588円(通常税込) 605円

150 凍 マストミ(徳島県・徳島市) めばちまぐろ切り落としスライス 100g 555円(税込) 599円(通常税込)

151 凍 マストミ(徳島県・徳島市) まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ) 80g x2 535円(税込) 578円(通常税込)

152 凍 日本生活協同組合連合会 辛子明太子120g 120g 498円(税込) 538円(通常税込)

147 凍 まるたか水産(宮城県・石巻市) 蒸しかき 60g 443円(税込) 478円(通常税込) 497円

153 凍 丸友しまが(岩手県・宮古市) 島香さんの切身セット 1袋(120g x 3種) 980円(税込) 1058円(通常税込) 1112円

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

152 凍 日本生活協同組合連合会 辛子明太子120g 120g 498円(税込) 538円(通常税込)

魚肉練り製品 155 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 白天(桜えび・いかしそ) 2枚(130g) 435円(税込) 470円(通常税込)

高橋徳治商店 こだわりの練り物 162 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) おとうふ揚げ 5個165g 310円(税込) 335円(通常税込)

157 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 じゃこ天 2枚100g 280円(税込) 302円(通常税込)

158 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ 90g 285円(税込) 308円(通常税込)

159 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 小丸天 4枚120g 290円(税込) 313円(通常税込)

164 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) ミニ笹かまぼこ 6枚102g 333円(税込) 360円(通常税込)

165 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) わかめはんぺん 4枚188g 384円(税込) 415円(通常税込)

167 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 庄内産茶豆すんだ 150g 407円(税込) 440円(通常税込) 457円

160 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 うすら天 3個入 298円(税込) 322円(通常税込) 333円

161 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 いわし団子 4個112g 305円(税込) 329円(通常税込) 340円

166 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) お好みさつま揚げ 2枚 160g 361円(税込) 390円(通常税込) 403円

165 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) わかめはんぺん 4枚188g 384円(税込) 415円(通常税込)

166 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) お好みさつま揚げ 2枚 160g 361円(税込) 390円(通常税込) 403円

167 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 庄内産茶豆すんだ 150g 407円(税込) 440円(通常税込) 457円

畜産

食生活の心かけ

動物性のたんぱく質を摂取するにあたって「良質・適量」が基本と考えます。どの様な餌を与えて、流通経路が明確なことで、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。



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：別生産流通管理を行ったトモロコシと大豆粕を使用。飼育期間約6ヶ月。

表紙に茨城県産ローズポーク徳用小間切、16ページに岩瀬さんの豚モモしゃぶしゃぶ用掲載中

ポークソテーで!



323円/100g

168 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚ロース切身
2枚 200g 598円(税) 646円(税込) 698円(税込)

もつ炒めにして!



93円/100g

169 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞90日
岩瀬さんの豚もつ
500g 430円(税) 464円(税込) 540円(税込)

塩豚にして!



226円/100g

170 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク パラブロック
500g 1048円(税) 1132円(税込) 1162円(税込)

わかめと冷しゃぶのサラダで!



299円/100g

171 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて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(税込) 929円(税込)

チンジャオロースにして!



158円/100g

172 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞30日
茨城県産ローズポーク 挽肉
300g 440円(税) 475円(税込) 502円(税込)



281円/100g

173 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚モモブロック
300g 780円(税) 842円(税込)



292円/100g

174 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚バラうす切り
200g 540円(税) 583円(税込)



281円/100g

175 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚モモスライス
200g 520円(税) 562円(税込)



349円/100g

176 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用
200g 646円(税) 698円(税込)



205円/100g

177 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚小間切
150g×2 570円(税) 616円(税込)



205円/100g

178 冷蔵

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞30日
岩瀬さんの豚挽肉
300g 570円(税) 616円(税込)



262円/100g

179 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク 肩ローススライス
250g 607円(税) 656円(税込)



238円/100g

180 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク バラスライス
250g 551円(税) 595円(税込)



307円/100g

184 冷蔵

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 ロース味噌漬
200g(固形量約80g×2) 568円(税) 613円(税込) 646円(税込)



377円/100g

185 冷蔵

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 ヒレ塩こうじ漬
5~7枚200g 698円(税) 754円(税込) 821円(税込)



228円/100g

181 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク モモスライス
250g 528円(税) 570円(税込)



257円/100g

182 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク 肩ロース切身
2枚200g 475円(税) 513円(税込)



166円/100g

183 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク 小間切
150g×2 460円(税) 497円(税込)



420円/100g

186 冷蔵

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 ひれ豚漬
200g(固形量約150g) 778円(税) 840円(税込) 862円(税込)



210円/100g

187 冷蔵

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞120日
丹沢高原豚 もつのスタミナ焼き(味噌味)
200g 388円(税) 419円(税込) 430円(税込)



377円/100g

188 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク ヒレ一口カツ用
200g(5~6切) 698円(税) 754円(税込)



232円/100g

189 冷蔵

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク モモ一口カツ用
200g(5~6切) 430円(税) 464円(税込)



115円/100g

190 冷蔵

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞120日
丹沢高原豚 豚なんこつ
450g 480円(税) 518円(税込) 538円(税込)



215円/100g

191 冷蔵

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞4日
丹沢高原豚 小間切
200g 398円(税) 430円(税込)

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。

表紙に秋川の若鶏モモ掲載中



186円/100g

193 冷蔵

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネ
250g 430円(税) 464円(税込) 486円(税込)



177円/100g

194 冷蔵

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 挽肉
250g 410円(税) 443円(税込) 464円(税込)



313円/100g

195 冷蔵

野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 モモ
250g 725円(税) 783円(税込)



258円/100g

196 冷蔵

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(税込)



268円/100g

197 冷蔵

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(税込)



276円/100g

198 冷蔵

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(税込)



173円/100g

199 冷蔵

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(税込)



173円/100g

200 冷蔵

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(税込)



116円/100g

201 冷蔵

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(税込)



224円/100g

202 冷蔵

秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏ムネ
200g 415円(税) 448円(税込)

能勢農場の牛肉特集! 全品特価

471円/100g 牛バラスタミナ焼きで!

**203 凍**  
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
牛バラ切落とし

250g×2 **2180円**(税込**2354円**) 通常税込**2549円**

523円/100g

**204 凍**  
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
牛切り落とし(3分割)

190g **920円**(税込**994円**) 通常税込**1048円**

1023円/100g

**205 凍**  
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
牛コース切り落とし

150g **1420円**(税込**1534円**) 通常税込**1598円**

程よいサシと、柔らかさのある部位。すき焼きやしゃぶしゃぶにおすすめです。

大阪府

465円/100g

**206 凍**  
能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター  
牛ミンチ

200g **860円**(税込**929円**) 通常税込**940円**

2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。

大阪府

野菜とベーコンのソテーで!

**207 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×2

85g×2 **674円**(税込**728円**) 通常税込**754円**

豚バラを塩漬け、くん煙したもので、独特の美味しさと芳香を持つだけでなく、だしとしての効果もあります。

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.5 <4.7

お得な増量パック

**208 冷**  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日  
丹沢農場の皮なしビーウイナー(徳用)

240g **570円**(税込**616円**) 通常税込**670円**

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウイナー。

豚肉(国内産)

畜産加工品人気NO.1

**209 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**

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。

牛肉(国内産)

**牛肉**

- ・坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の黒毛和種。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。

16ページに鹿児島 坊津黒牛すき焼き用、鹿児島 坊津黒牛切り落とし掲載中

519円/100g

**210 凍**  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
鹿児島 坊津黒牛牛井・肉じゃが用

200g **960円**(税込**1037円**)

脂が適度に入ったバラ部位を牛井・肉じゃが用にスライスしました。

鹿児島

578円/100g

**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**(税込**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

308円/100g

**212 凍**  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
国産牛角切り

200g **570円**(税込**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

301円/100g

**213 凍**  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
国産牛小間切

160g **445円**(税込**481円**) 通常税込**491円**

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

福岡県、大分県

216円/100g

**214 凍**  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
国産牛挽肉

200g **400円**(税込**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

**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。

2ページに鎌倉マイルドポークウイナー(徳用)掲載中

**215 2袋**  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
鎌倉あらびきウイナー

85g×2 **368円**(税込**397円**)

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

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

**216 3袋**  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

85g×3 **535円**(税込**578円**) 通常税込**589円**

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9

**217 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×2

60g×2 **460円**(税込**497円**)

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.9 <3.9

**218 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**(税込**475円**)

豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げられています。

豚肉(神奈川県)

**219 凍**  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日  
丹沢農場のサラミソーセージ

100g **598円**(税込**646円**)

原材料は豚肉、牛肉、海塩、粗糖、香辛料。国産チップでじっくりスモークしました。

豚肉(国内産)

**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。

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。

**223 プレーン**  
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて16~17日  
石岡 鈴木牧場ヨーグルト

400g **380円**(税込**410円**) (ピン要返却)

**224 微糖**  
400g **390円**(税込**421円**) (ピン要返却)

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.4 <3.4

**220 凍**  
秋川牧園(山口県・山口市)  
サラダチキン(プレーン)

100g **389円**(税込**420円**)

若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。

鶏肉(国内産)

1~2人前×2袋

**221 凍**  
野口さん達(茨城県・桜川市)  
つくば畜鶏 親子丼の素 2袋

130g(鶏肉40g タレ90g)×2 **400円**(税込**432円**)

つくば畜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。

鶏肉(茨城県)

**222 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**(税込**448円**) 通常税込**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分温めてお召し上がりください。

牛肉(国産)

**225 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 **538円**(税込**581円**) (ピン要返却)

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

盛り付けイメージ

**226 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**(税込**205円**)

鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。手で裂いてお召し上がりください。

生乳(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.1

**228 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**(税込**281円**)

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

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.3 <3.3

**229 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**(税込**609円**)

ホリ牧場で搾した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

**230 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×3 **488円**(税込**527円**)

ホリ牧場の良質な生乳を使用した加糖タイプ。ヒト由来の有用定住腸内細菌(乳酸菌)を使って7時間熟成。

生乳(石川県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

**231 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×3 **248円**(税込**268円**)

11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産でない糖)

生乳(北海道) [放] 不検出 <3.9 <3.1

**232 冷**  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞22日  
濃厚ヨーグルト(やさしい甘さ)2個組

80g×2 **332円**(税込**358円**) 通常税込**384円**

北海道産ミルクの濃厚なおいしさと、濃密な食感の濃厚なヨーグルト。満足感のあるおいしさです。

生乳(北海道)

**233 冷**  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞22日  
濃厚ヨーグルト(ベリーミックス)2個組

80g×2 **332円**(税込**358円**) 通常税込**384円**

北海道産ミルクの濃厚な味と濃密な食感。フルーツソース中のいちご果肉を従来より増やしました。

生乳(北海道)、いちご(チリ、他)

**234 2本組**  
酪王乳業(福島県・郡山市) 賞19日  
生乳たっぷりのむヨーグルト

180ml×2 **276円**(税込**298円**)

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

生乳(福島県)

**235 5本組**  
酪王乳業(福島県・郡山市) 賞19日  
生乳たっぷりのむヨーグルト

180ml×5 **635円**(税込**686円**) 通常税込**711円**

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

生乳(福島県) [放] 不検出 <3.7 <4.5

**236 冷**  
日本生活協同組合連合会 賞15日  
乳酸ドリンク

65ml×10 **199円**(税込**215円**)

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

ナチュラルチーズ(フェタ、モッツアレラ)100%。ピザやグラタンに。セルロース(結着防止剤)不使用。

**237 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**(税込**713円**)

生乳(北海道)

**238 冷**  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日  
よつ葉カマンベールチーズ

90g **439円**(税込**474円**)

生乳(北海道)

**239 冷**  
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日  
よつ葉 パンに美味しい発酵バター

100g **338円**(税込**365円**)

北海道産生乳を100%使用した発酵バター。ミルクの風味に、ヨーグルトのような爽やかな後味が特長。

生乳(北海道)

**240 冷**  
茨城乳業(茨城県・石岡市) 賞14日  
タマゴプリン

85g×3 **314円**(税込**339円**)

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

牛乳・卵(茨城県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

パン

原則として国産の粉、天然酵母を使用します。...

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。

パン・ド・ミ(食パン) 1斤 241 6枚 270円(税292円) 242 8枚 270円(税292円) 243 ノースライス 260円(税281円)

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤 244 8枚 425円(税459円) 245 ノースライス 415円(税448円)

パン・ド・ミ(全粒粉食パン) 1斤 246 8枚 300円(税324円)



247 クランベリーナッツカンパニユ 1個 598円(税646円)



248 チーズカンパニユ 1個 525円(税567円)



249 ドッグパン 3個 300円(税324円)



250 鎌倉粗挽ロングウインナー 27g×5 300円(税324円)



251 卵乳米大 10個入り 1個あたり 税込73円

251 卵乳米大 10個(個包装) 680円(税734円)

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

252 半斤3枚 140円(税151円) 253 1斤6枚 270円(税292円)

254 1斤8枚 270円(税292円) 255 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!

256 クーロンヌの無糖食パン(山型) 1斤6枚 378円(税408円)

257 クーロンヌのバゲット 1本(ハーフ2本) 320円(税346円)

258 クーロンヌのつぶあんぱん 2個(320g) 370円(税400円)

259 ぷくらむ魔法の冷凍パン プリュッセルワッフル 約65g×6 675円(税729円)

260 ぷくらむ魔法の冷凍パン 国産全粒粉プチパン 約40g×5 460円(税497円)

261 ミニワッフルドッグ(プレーン) 210g(6本入り) 298円(税322円)

特 いばらきベーグル 268 定番ベーグルCセット 2個 360円(税389円)

レンジ等で加熱してからお召し上がりください!

270 いばらきベーグル プレーンベーグル 1個 167円(税180円)

271 クーベルチュールチョコベーグル 1個 221円(税239円)

272 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・スープ 616 完熟杏ジャム 245g 598円(税646円)

609 香るピーナツクリーム(スイートタイプ) 230g 720円(税778円)

276 カフェインレスよつ葉カフェオレ 1L 310円(税335円)

4 サツラク牛乳 1L 298円(税322円)

5 おいしさまるやか(成分調整牛乳) 1L 258円(税279円)

276 よつ葉カフェオレ 1L 310円(税335円)

555 アルゼンチン産はちみつ 1kg 1998円(税2158円)

274 デキシーチョコレートクリーム 200g 320円(税346円)

275 オニオンスープ 6g×4 491円(税530円)

6 宇治田さんの平飼卵 6個 355円(税383円)

7 八郷の卵 10個 350円(税378円)

契約 8 「やさとの仲間」平飼卵 6個入り 355円(税383円)

# 食生活の心がけ

植物性たんぱく質が豊富な大豆・大豆加工品を食卓へ



**277** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
**ミニもめん豆腐**  
150g×2 **198円(税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



**278** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
**ミニきぬ豆腐**  
150g×2 **198円(税214円)**  
国産大豆100%、消泡剤無添加。海水にかり使用。小サイズが2つで使いやすい。日持ちするので保存に便利。  
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



**279** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞20日  
**絹とうふ(充填)**  
150g×2 **165円(税178円)**  
国産大豆100%、消泡剤無添加。海水にかり使用。小サイズが2つで使いやすい。日持ちするので保存に便利。  
大豆(国内産)



**280** 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)**  
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



**281** 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)**  
国産大豆100%、消泡剤無添加。海水にかり使用。小サイズが2つで使いやすい。日持ちするので保存に便利。  
大豆(国内産) [放] 不検出<0.9<1.2



**282** 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×2 **259円(税280円)**  
秋田県産有機大豆と海水にかりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。  
大豆(秋田県) [放] 不検出<0.9<1.0



**283** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
**し寄せ豆腐**  
200g **220円(税238円)** 通常税込254円  
国内産の青じそを丁寧に刻み、豆腐に合わせた一品。ほのかに青じその風味が広がる、さっぱりとしたお豆腐。  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.3<1.3



**284** 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)**  
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふ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



**285** 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)**  
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



**286** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日  
**厚揚げ**  
90g×2 **184円(税199円)**  
国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.1<1.2



**287** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日  
**おから入り野菜炒めがんも**  
5個 **218円(税235円)** 通常税込246円  
おからと野菜を炒めることにより、素材の旨みを引き出したヘルシーながんも。  
大豆(国内産) [放] 不検出<2.1<2.3



**288** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞21日  
**白和え**  
150g **245円(税265円)**  
絹ごし豆腐に、こんにゃく、人参、椎茸、白ごまを加え、自社で煮出しただしで味付けしました。  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.4<1.4



**289** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞21日  
**水煮大豆**  
200g **260円(税281円)** 通常税込292円  
国産の大豆を水蒸ししました。ほんのり塩味がついています。サラダや筑前煮、カレーにも。  
大豆(国内産)



**290** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日  
**生おから**  
200g **170円(税184円)**  
国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。  
大豆(国内産) [放] 不検出<1.3<1.3

2ページの「登喜和食品特集」もぜひご覧ください。

## 大豆の発酵食品 てんぺ

使い勝手抜群のスーパーフード!

テンペとは、大豆の煮豆を、テンペ菌で無塩発酵させたインドネシアの伝統食品です。納豆のようなネバネバやニオイはありません。本場インドネシアのテンペは、大豆の薄皮を取り除いていますが、登喜和食品の「生てんぺ」と「黒生てんぺ」は、大豆の栄養成分と旨みを余すところなく生かすために、皮も丸ごと発酵させています。

スライスしてソテーするだけでも美味しい!

**295** 登喜和食品(東京都・府中市) 賞30日  
**黒大豆てんぺ**  
100g **335円(税362円)** 通常税込416円  
北海道産黒大豆をテンペ菌で発酵させた。テンペ菌の作用で大豆そのものよりも栄養がUPしています。



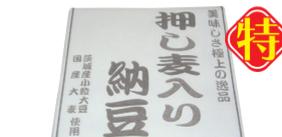
**291** JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日  
**八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)**  
35g×3 **148円(税160円)**  
茨城県産小粒大豆使用。口当たり、糸ひきがよく、風味のよい納豆です。  
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.8<3.4



**292** JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日  
**本味納豆(タレ・カラシ無)**  
40g×3 **140円(税151円)**  
茨城県産大豆使用。小粒納豆より少し大きめの大豆で作りました。タレ、カラシ無し。  
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.4<3.0



**293** 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×2 **130円(税140円)**  
茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。  
大豆(茨城県) [放] 不検出<2.9<3.7



**294** 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 **198円(税214円)** 通常税込225円  
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。  
大豆(茨城県) [放] 不検出<3.5<3.2

# 食生活の心がけ

ミネラル食物繊維が豊富な海藻を意識的に食卓へ



**296** コタニ(岩手県・大船渡市) 賞90日  
**岩手産切ったある生わかめ**  
120g **340円(税367円)** 通常税込397円  
岩手県産の湯通し塩蔵わかめ。「岩手わかめ」特有の風味や食感が味わえます。使いやすいカットタイプ。  
わかめ(岩手県) [放] 不検出<3.8<3.7



**297** コタニ(岩手県・大船渡市) 賞90日  
**岩手産さしみ昆布**  
250g **380円(税410円)** 通常税込421円  
早採りの軟らかい昆布を湯通し塩蔵しました。水に戻してすぐに使えます。お酢、酢、煮物でも。  
昆布(岩手県)



組合員さんからのクチコミ  
下ゆで後、細切りにしてダシ、しょうゆで煮る。最後に梅干しを入れて少し煮る。さっぱりしてとてもおいしいですよ!



**298** 浜食(東京都・調布市) 賞10日  
**洗いもずく**  
200g **240円(税259円)**  
もずく(沖縄県)



**299** 浜食(東京都・調布市) 賞15日  
**味付太もずく**  
200g **285円(税308円)**  
もずく(沖縄県)



**300** 鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 賞90日  
**生芋あく抜きこんにゃく**  
220g **140円(税151円)**  
昔ながらの缶詰製法で作ったこんにゃくです。  
こんにゃく(芋国内産) [放] 不検出<3.5<3.9



**301** 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)**  
国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のよいしらたきです。  
こんにゃく(芋国内産) [放] 不検出<3.6<3.6



**302** ニッカンフーズ(大分県・日田市) 賞180日  
**たけのこ水煮(スライス)**  
300g **598円(税646円)**  
握りたてのたけのこを素早くボイルして、味、香りを残しました。軟らかく風味が豊かです。  
たけのこ(国内産)



**303** 金子製麺(神奈川県・中井町) 賞14日  
**地粉餃子の皮**  
20枚 **222円(税240円)**  
自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。  
小麦(国内産)



**304** 金子製麺(神奈川県・中井町) 賞14日  
**地粉シューマイの皮**  
30枚 **168円(税181円)**  
地粉100%による昔ながらの味わいのシューマイの皮。コシと風味のある食感が楽しめます。6.5cm角。  
小麦(国内産)



**305** 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×3 **228円(税246円)**  
国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。  
小麦(岩手県) [放] 不検出<3.4<4.1



**306** 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)**  
麺120g×2、スープ40g×2 **408円(税441円)** 通常税込451円  
地粉、契約卵を練り上げた無かんすい麺。無添加醤油スープ付。お好みできゅうり、ハム、卵などを添えて。  
小麦(国内産)



**307** 金子製麺(神奈川県・中井町) 賞21日  
**あしがら車屋味増らーめん(2食入)**  
麺120g×2、スープ47g×2 **418円(税451円)**  
地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを添えて。  
小麦(国内産)



**308** たむらのたまご(徳島県・阿南市) 賞13日  
**味付けゆで玉子**  
M3個 **235円(税254円)** 通常税込268円  
非遺伝子組換え、自家配合飼料で健康に育てた養鶏卵を使用。化学合成調味料を使わずに味付け。  
卵(徳島県)



**309** たむらのたまご(徳島県・阿南市) 賞12日  
**卵豆腐**  
120g×2 **329円(税355円)**  
遺伝子組換えでない飼料を使用した養鶏卵。調味料も国内産原料使用。  
卵(徳島県)



**310** たむらのたまご(徳島県・阿南市) 賞13日  
**地鶏そぼろ**  
100g **308円(税333円)**  
遺伝子組換えのない飼料で育てた鶏肉を、醤油、味の母、砂糖で味付け。お弁当やチャーハンに。  
鶏肉(徳島県)

## 菊田商店の煮豆

昔ながらの解放釜で炊き上げます



**311** 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日  
**煮豆 お福豆(紫花豆)**  
120g **320円(税346円)**  
北海道の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。  
紫花豆(北海道)



**312** 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日  
**煮豆 青豆**  
120g **350円(税378円)**  
北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいな青い色。軟らかさの中にしっかりコシを残した仕上げ。  
青えんどう豆(北海道)



**313** 仁徳(千葉県・船橋市) 賞30日  
**黄金でんぶ**  
45g **180円(税194円)** 通常税込214円  
タラのすり身と本醸造特選醤油を使って、風味豊かなでんぶに仕上げました。  
でんぶ(千葉県)



**314** 仁徳(千葉県・船橋市) 賞30日  
**茶漬昆布**  
80g **265円(税286円)**  
北海道産の昆布と焼津産のかつお節を入正醤油と砂糖で炊き合わせ、いりごまを混合。辛口に仕上げました。  
昆布(北海道)



**315** 仁徳(千葉県・船橋市) 賞30日  
**甘口昆布**  
80g **225円(税243円)**  
刻んだ北海道産の昆布を入正醤油と砂糖のみで時間をかけてふくらと炊き上げました。  
昆布(北海道)

# 大紀コープファームの加工品



高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢と塩だけで漬けました。

**316** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞90日  
**紅生姜(きざみ)**  
80g **170円**(税送 **184円**)  
生姜(高知県)



**317** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞30日  
**生姜の甘酢漬**  
100g **230円**(税送 **248円**)  
国内産の生姜をうす切りにし、甘酢漬にしました。  
生姜(高知県)



自社農園のきゅうりを醤油、砂糖、みりん、酢をベースに生姜のアクセントを加えて漬け込みました。

**318** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞15日  
**きゅうりのぱりっこちゃん**  
90g **280円**(税送 **302円**) 通常税込 **319円**  
きゅうり(国内産)

塩分16~18%  
大紀の小梅を低農薬栽培のしそ、沖縄の塩で漬けた梅干し。天日干しをしています。

**319** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞180日  
**小梅干し**  
120g **410円**(税送 **443円**) 通常税込 **454円**  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)



**320** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞30日  
**かりかり梅(きざみ)**  
60g **270円**(税送 **292円**) 通常税込 **308円**  
原料梅は大紀コープファーム梅生産者指定。刻んでありますので、おにぎりやお茶漬、チャーハンなどに。  
梅(奈良県、和歌山県、三重県)



**321** 三里塚物産(千葉県・成田市) 賞150日  
**三里塚らっきょう田舎漬**  
100g **498円**(税送 **538円**)  
千葉伝統の「ころかし製法」を参考に、低温で下漬け、乳酸発酵させたものを醸造酢と三温糖で漬込みました。  
らっきょう(千葉県、茨城県) [放]不検出<2.3<2.5



**322** やまだ(和歌山県・御坊市) 賞120日  
**めはり高菜漬ほんまもん**  
150g **482円**(税送 **521円**)  
契約栽培した国産高菜を一株づつ丁寧に並べて、塩とウコンだけで漬け込みました。  
高菜(国内産)

## お味噌屋さんを作る米こうじ&甘酒



**323** やまね味噌(千葉県・我孫子市) 賞60日  
**米こうじ**  
300g **435円**(税送 **470円**) 通常税込 **486円**  
創業は安政2年(1855年)。我孫子市市布佐のみそ屋さん。国産米の麹です。  
米(国内産)



**324** やまね味噌(千葉県・我孫子市) 賞120日  
**靴屋の甘酒**  
350g **380円**(税送 **410円**) 通常税込 **430円**  
創業は安政2年(1855年)。我孫子市市布佐にある老舗の靴屋の甘酒。濾していますのでぬめらかなのど越し。  
米(国内産)

# 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



**325** 共和水産(岩手県・宮古市)  
**フライパンでいかり電田揚**  
200g **380円**(税送 **410円**) 通常税込 **430円**  
アルゼンチン産のマツイカをリング状にカットし、醤油ベースのたれで下味を付けて打ち粉しました。揚げて焼きます。  
アルゼンチンマツイカ(アルゼンチン)



**326** 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鮭とチーズのかりかり包**  
150g(6個) **384円**(税送 **415円**) 通常税込 **430円**  
北海道産の秋鮭とチーズを合わせた具を、春巻き皮で包みました。フライパンで両面を焼いてください。  
秋鮭(北海道)



**327** 大新(鳥取県・境港市) 賞180日  
**4種野菜のおさかなつくね**  
330g(つくね10個、タレ40g×2) **448円**(税送 **484円**)  
あじに4種の国産野菜(玉ねぎ、人参、長手)を混ぜたつくね。焼いて、仕上げに添付たれを絡めて。  
あじ(国内産)



**328** 秋川牧園(山口県・山口市)  
**鶏の塩麹漬け**  
150g **380円**(税送 **410円**)  
ムネ肉を塩麹に漬け、からかきと旨みを引き出しました。生薬とごま油の風味が香ります。解凍後焼いて。  
鶏肉(山口県、他)



**329** 秋川牧園(山口県・山口市)  
**骨付きタンドリーチキン**  
500g **793円**(税送 **856円**)  
秋川牧園のプレーンヨーグルトをベースにカレー味のソースを絡めた手羽元。オープンフライパンで焼いて。  
鶏肉(国内産)



**330** 大進食品(神奈川県・横浜市)  
**北海道八雲発マムのカニクリームコロッケ**  
40g×6 **435円**(税送 **470円**) 通常税込 **483円**  
北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。アツアツの揚げたてをどうぞ。  
生乳(北海道) [放]不検出<3.4<4.6



**331** 日岡商事(兵庫県・加古川市) 賞180日  
**黒豚ポテトコロッケ**  
3個180g **365円**(税送 **394円**)  
じゃがいもと黒豚肉の素性がわかる。国産原料の醤油やノンホモ牛乳等素材にこだわりました。揚げて。  
じゃがいも(北海道)、豚肉(鹿児島県)



**332** トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**トクスイ餃子**  
540g(18g×30) **667円**(税送 **720円**)  
豚肉とたっぷりのキャベツを使い、二のろの風味が楽しめる。焼いて。  
豚肉・キャベツ(国内産)



**333** ニッコー(神奈川県・大和市)  
**しそさっぱり餃子**  
10個180g **385円**(税送 **416円**) 通常税込 **436円**  
具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。タレなしでも召し上がれます。  
しそ(国内産)



**334** 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日  
**飛鳥の黒豚肉の焼き餃子**  
16個280g **501円**(税送 **541円**)  
黒豚肉と野菜をたっぷり入れ、にんにくを利かせた焼き餃子。ひとつひとつ手包みしました。焼いて。  
豚肉(国内産)



**335** トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
**香港黄金しょうが餃子**  
360g(18g×20) **472円**(税送 **510円**)  
一般的な生巻よりも辛みと香り成分が強い黄金生姜と国産野菜、豚肉・小麦で仕上げました。焼いて。  
野菜・豚肉・小麦(国内産)



**336** 大進食品(神奈川県・横浜市)  
**マム 焼いて簡単ピザ巻きイタリアン**  
5本200g **501円**(税送 **541円**)  
北海道産乳業のナチュラルチーズとトマトソースで仕上げたピザ風の春巻。フライパンで焼いて。  
ナチュラルチーズ(北海道) [放]不検出<4.3<4.4



**340** 大黒淡水(静岡県・焼津市)  
**うなぎ蒲焼 70g×2**  
70g×2 2袋 **2900円**(税送 **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、砂糖とシンプルなお味。湯煎で。  
うなぎ(愛知県)



**341** マストミ(徳島県・徳島市) 賞90日  
**黒酢の酢豚**  
330g **625円**(税送 **675円**) 通常税込 **730円**  
豚肉(北海道)



**337** 秋川牧園(山口県・山口市)  
**鶏つくね**  
200g **386円**(税送 **417円**)  
若鶏ムネ肉に鶏皮を加えてジュースにし、塩麹で旨味を引き出した柔らかい鶏つくね。鍋や炒め物に。  
鶏肉(国内産)



**338** 日本生活協同組合連合会  
**枝豆がんも**  
150g(6個入) **348円**(税送 **376円**)  
枝豆を22%配合。人参、キャベツ、きくらげ、だし汁の旨みが入り、ふっくら冷感がんも。油抜き不要。鍋かフライパンで。  
枝豆(中国)



**339** 日岡商事(兵庫県・加古川市)  
**ロールキャベツ**  
4個240g **631円**(税送 **681円**)  
国産豚もも肉と契約農家の新鮮なキャベツを使用した手作りロールキャベツです。沸騰後30分弱火で煮込んで。  
キャベツ(国内産)

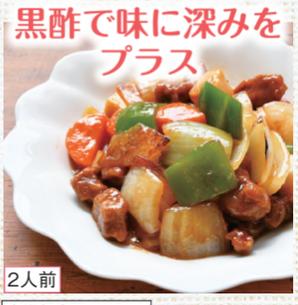


**342** 原口水産(宮城県・都市部)  
**秋鮭の甘酢あんかけ**  
200g(2袋) **485円**(税送 **524円**)  
国産鮭を唐揚げし、野菜と合わせ、まるやかな甘さと酸味のタレをかけました。レンジが湯煎で。  
秋鮭(北海道)

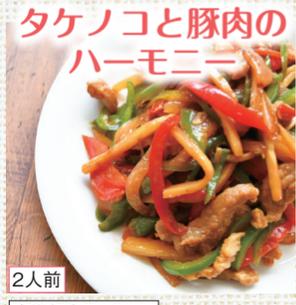


**343** 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)  
**骨までやわらかいわしおかが煮**  
75g×2 **369円**(税送 **399円**)  
加圧処理済で骨まで食べられます。醤油味の煮汁に生姜、鷹節を加えました。湯煎で。加工粉約:全体の0.6%  
真いわし(国内産)

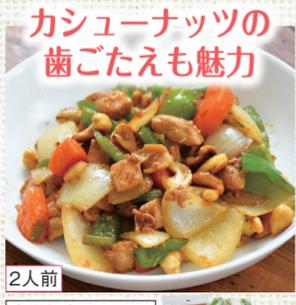
## 包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット



**345** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚**  
2人前(約410g) **899円**(税送 **971円**)  
新鮮な野菜と豚肉のセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)



**346** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**国産野菜の青椒肉絲**  
2人前(約320g) **940円**(税送 **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)



**347** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め**  
2人前(約340g) **938円**(税送 **1013円**)  
新鮮でおいしい野菜とナッツの食感が絶妙です。下処理、カット済みなので手軽に調理できます。  
玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)



**348** やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) 賞1~2日  
**小松菜とたっぷりねぎの和風炒め**  
2人前(約630g) **806円**(税送 **870円**) 通常税込 **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)



**349** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**ほうれん草としめじのバター醤油パスタ**  
2人前(約376g) **925円**(税送 **999円**) 通常税込 **1058円**  
ほうれん草ときこの旨みを、もっちりした麺に絡ませて食べる、バター醤油味のパスタです。  
ほうれん草(群馬県)、しめじ(国内産)



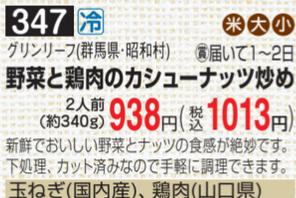
**350** グリーンフーズ(群馬県・昭和村)  
**彩りガーリックちゃんぽん**  
2人前(530g) **950円**(税送 **1026円**)  
赤パプリカや菜の花など、彩り豊かな国産野菜をふんだんに使ったガーリック風味のちゃんぽんです。  
キャベツ、中華めん(国内産)



**345** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚**  
2人前(約410g) **899円**(税送 **971円**)  
新鮮な野菜と豚肉のセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)



**346** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**国産野菜の青椒肉絲**  
2人前(約320g) **940円**(税送 **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)



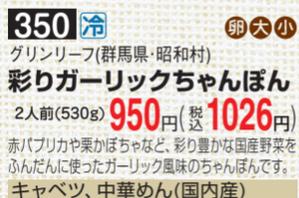
**347** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め**  
2人前(約340g) **938円**(税送 **1013円**)  
新鮮でおいしい野菜とナッツの食感が絶妙です。下処理、カット済みなので手軽に調理できます。  
玉ねぎ(国内産)、鶏肉(山口県)



**348** やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) 賞1~2日  
**小松菜とたっぷりねぎの和風炒め**  
2人前(約630g) **806円**(税送 **870円**) 通常税込 **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)



**349** グリーンフーズ(群馬県・昭和村) 賞1~2日  
**ほうれん草としめじのバター醤油パスタ**  
2人前(約376g) **925円**(税送 **999円**) 通常税込 **1058円**  
ほうれん草ときこの旨みを、もっちりした麺に絡ませて食べる、バター醤油味のパスタです。  
ほうれん草(群馬県)、しめじ(国内産)



**350** グリーンフーズ(群馬県・昭和村)  
**彩りガーリックちゃんぽん**  
2人前(530g) **950円**(税送 **1026円**)  
赤パプリカや菜の花など、彩り豊かな国産野菜をふんだんに使ったガーリック風味のちゃんぽんです。  
キャベツ、中華めん(国内産)

朝からしっかり食べよう! & 野菜をたっぷり加えてパッと一品

351 冷 佐井村漁協(青森県・佐井村) 秋90日 津軽海峡 鮭フレーク 100g 615円(税送664円) 秋鮭(青森県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

瓶の口いっぱいに身が詰まっています! 352 凍 卵米大 小 352 凍 卵米大 小 マストミ(徳島県・徳島市) 秋90日 マグロの塩麹竜田 150g 476円(税送514円) 通常税込544円 びんちょうまぐろ(太平洋)

353 凍 卵小 秋川牧園(山口県・山口市) チキンナゲット 200g 482円(税送521円) 開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。鶏肉(山口県、他)

2食 356 凍 卵米大 小 356 凍 卵米大 小 国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鯉、昆布ダシの関西風つゆ。鍋で。 2食556g 417円(税送450円) 通常税込463円 わかめ(韓国)

357 凍 小 日岡商事(兵庫県・加古川市) 秋180日 冷凍うどん 200g×3玉 435円(税送470円) 国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったまま麺を沸騰したお湯で1分茹でてください。温でも冷でも。小麦粉(国内産)

353 凍 卵小 秋川牧園(山口県・山口市) チキンナゲット 200g 482円(税送521円) 開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。鶏肉(山口県、他)

6~9切 354 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 野菜を加えてハーブチキングリル 195g 540円(税送583円) 秋川牧園の若鶏もも肉と3種のハーブスパイスをオイル漬けに。解凍し野菜を加えフライパンかオーブンで。鶏肉(山口県、他)

355 凍 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) 鶏レバー甘辛焼き 120g 412円(税送445円) 通常税込460円 開放鶏舎で健康に育った若鶏のレバーを蒸気でふくら焼き、甘辛いたれをからめました。湯煎かレンジで。鶏肉(山口県、他)

2枚 358 凍 卵小 日岡商事(兵庫県・加古川市) 白えびかきあげ 160g(2枚入) 528円(税送570円) 富山県産白えび、国産野菜(玉葱、人参、小松菜)と国産小麦を使用、non-GMO菜種油で揚げました。レンジで。野菜(国内産)

359 凍 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) 野菜たっぷりチャンポン 280g(麺130g) 394円(税送426円) 通常税込445円 本場九州産のちゃんぽん麺! 沸騰した湯に凍ったまま入れ湯がくだけ。自社製生麺でコシがあり、国産野菜と豚肉など具もたっぷり。鍋で。小麦(国内産)

お弁当におかずに 360 凍 卵米大 小 マストミ(徳島県・徳島市) 鶏のから揚げ 200g 513円(税送554円) 無投薬の神山鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかくジューシーな唐揚げ。レンジかトースターで温めて。鶏肉(徳島県)

361 凍 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) とり天 170g 465円(税送502円) スティック状にカットした柔らかいムネ肉の天ぷら。ふんわりとした衣が新食感。トースター、電子レンジで。鶏肉(山口県、他)

362 凍 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) お好みお弁当セット 3種×2個120g 448円(税送484円) 小分けのお弁当惣菜。凍ったままお弁当に。きんぴらごぼう、ひじき五目煮、小松菜の煮びたしのセット。

363 凍 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) ピリ辛チキンバー 8本150g 407円(税送440円) 通常税込456円 持ちやすく食べやすい大きさのスティック状ナゲット。レンジかトースターで温めて。

364 凍 卵米大 小 日本生活協同組合連合会 あらびきミニハンバーグ 338g(13個) 398円(税送430円) 冷めても柔らかくふくらとした、1個約26gのミニサイズ。鶏肉・牛肉・豚肉を使用。レンジで温めて。鶏肉(国内産)、牛肉(オーストラリア)、豚肉(アメリカ等)

365 凍 卵米大 小 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) おっきな肉焼売 304g(38g×8) 504円(税送544円) 豚肉を主に玉ねぎの旨みを加えた38gのジャンボシューマイ。主原料は国産を使用。蒸すかレンジで。豚肉・玉ねぎ(国内産)

366 凍 卵米大 小 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 秋120日 飛鳥の黒豚シューマイ 12個180g 414円(税送447円) 豚肉たっぷりのシューマイです。ジューシーで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。豚肉(国内産)

367 凍 卵米大 小 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 秋120日 飛鳥の彩りシューマイ 12個180g 352円(税送380円) 通常税込405円 彩りがきれいな国産野菜を入れて、お子様に食べやすいサイズ。冷めても美味しいです。蒸すかレンジで。豚肉(国内産)

368 凍 卵米大 小 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 秋120日 飛鳥の手作り帆立シューマイ 6個192g 556円(税送600円) 帆立をたっぷり加えたジューシーでコクのある味わい。大きめで食べ応え満点です。蒸すか、レンジで温めて。帆立(青森県、北海道)

369 凍 卵米大 小 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 秋120日 飛鳥の手作りミニ肉まん 5個250g 418円(税送451円) 国産の豚肉、玉葱、筍を美味しく調理し、もちもちとした国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで加熱。小麦(国内産)

370 凍 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) チキンソースカツ 150g 447円(税送483円) 厚めにそぎ切りしたムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジで。鶏肉(山口県、他)

371 凍 卵米大 小 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(税送447円) ふんわり衣に特製甘酢たれを染み込ませ、柔らかな食感です。レンジで温めて。タルタルソースレスシビあり。鶏肉(国内産)

372 凍 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) ごぼうと白身魚の磯辺揚げ 8個160g 373円(税送403円) 白身魚のすり身とごぼうを合わせて揚げました。こしょう風味が美味。お弁当にも。レンジかトースターで。ごぼう(国内産)

373 凍 卵米大 小 マストミ(徳島県・徳島市) 秋90日 ひとくちエビフライ 100g 514円(税送555円) 天然エビの旨味とぷりっとした食感をお楽しみ頂けます。衣は国産小麦・卵を使用。レンジかトースターで。エビ(インドネシア・ミャンマー)、小麦(国内産)

374 凍 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) ぶちプリえびかつ 6個120g 327円(税送353円) えびがたっぷりのミニえびかつです。油調理済なのでオープン等であたためただけですぐに使用できます。小麦(国内産)

375 凍 卵米大 小 四宮蒲鉾店(徳島県・徳島市) 秋30日 阿波のフィッシュカツ 2枚130g 359円(税送388円) 徳島近海の小さな魚をたっぷり使った練り物を揚げて上品なカレー味に仕上げました。冷蔵解凍後トースターで。すけとうたら(北海道)

376 凍 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) ふわふわ豆腐煮込みハンバーグ 90g×2 404円(税送436円) 豆腐ハンバーグを、イタリア産バルサミコ酢で少し酸味がきいた甘酢ソースで煮込みました。湯煎かレンジで。大豆・鶏肉(国内産)

377 凍 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) 秋180日 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ2パック (70g×3)×2 932円(税送1006円) 漂白剤を使わず天然にかりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。大豆・鶏肉(国内産)

378 凍 卵米大 小 大進食品(神奈川県・横浜市) 自家製マーボー茄子惣菜セット 200g 798円(税送862円) 国産ナスに辛さを抑えた自家製タレを使用。副菜は青菜ひじき、筍土佐えい、いんげん卵と、かんも煮。レンジで。なす・豚肉(国内産)

379 凍 卵米大 小 大進食品(神奈川県・横浜市) タラのチーズ焼き惣菜セット 200g 798円(税送862円) 副菜にこびき芋、鶏肉のトマト煮や蓮根・キャベツ赤しそあえ、南瓜等を添えて。レンジで。塩分1.8g スケウタラ(アメリカ)、じゃがいも・鶏肉(国内産)

380 凍 卵米大 小 アイケイ食品(埼玉県・川口市) 国産豚角煮ちまき 320g(4個入) 986円(税送1065円) 国産もち米をサラサイで蒸した国産干し椎茸を混ぜたおこわに国産豚角煮をトッピング。レンジか蒸して。米・豚肉(国内産)

381 凍 卵米大 小 ニッコー(大阪府・大阪市) ライスバーガー 5個575g 798円(税送862円) 醤油味のライスプレートに甘辛たれ仕上げの国産若鶏もも肉をサンド。レンジで。加工澱粉:全体0.6% 米・鶏肉(国内産)

とろ〜りホワイトソースと海老のコーボがたまらない 382 凍 卵米大 小 大進食品(神奈川県・横浜市) マム オrganicペンネの海老グラタン 170g×2 583円(税送630円) 通常税込648円 オrganicペンネマカロニと天然海老を入れホワイトソースで仕上げました。レンジで温めて。海老(マレーシア)

383 凍 卵米大 小 鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) 秋180日 芋棒 400g 620円(税送670円) 徳島産鳴門金時芋を使ったスティック状の大学芋。中はほっころり、外はカリッとした食感。半解凍でも美味。鳴門金時芋(徳島県)

384 凍 卵米大 小 鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) 秋180日 ごまボテ 280g 620円(税送670円) さつま芋(国産紅はるか)を程よい甘さに味付け。2cm角にカットし、胡麻をまぶしました。半解凍でも。さつま芋(国内産)

385 凍 卵米大 小 日本生活協同組合連合会 白玉ぜんざい 100g×3袋 358円(税送387円) 北海道産小豆を炊き上げたあんを使った白玉ぜんざい。加熱時は必ず容器に移して。加工でん粉:全体の約3% 小豆(北海道)・米(アメリカ等)

386 凍 卵米大 小 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 よもぎ大福 4個220g 429円(税送463円) 国産餅米と天然よもぎ、北海道産小豆の粒あんを使用しました。着色料や防腐剤等は不使用。自然解凍で。よもぎ(国内産)

387 凍 卵米大 小 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 すんだおはぎ 4個200g 468円(税送505円) 粒感残るすんだあん、国産もち米の道明寺粉を使用した生地を包みました。枝豆(ベトナム、インドネシア)

382 凍 卵米大 小 大進食品(神奈川県・横浜市) マム オrganicペンネの海老グラタン 170g×2 583円(税送630円) 通常税込648円 オrganicペンネマカロニと天然海老を入れホワイトソースで仕上げました。レンジで温めて。海老(マレーシア)

388 凍 卵米大 小 日本生活協同組合連合会 フローズンヨーグルト 105ml×6 588円(税送635円) 乳酸菌が生きています。サクッとした口当たりとさっぱりした後味。牛乳を60%使用。牛乳(国内産)

389 凍 卵米大 小 久保田食品(高知県・南国市) 南国土佐のすももアイスキャンデー 2個 80ml×2 340円(税送368円) 高知県産旬採りすもも(大石早生)の果汁・果肉と砂糖だけで凍り上げた。こだわりのアイスキャンデー。すもも(高知県)

390 凍 卵米大 小 久保田食品(高知県・南国市) 白くまくん黒糖アイス 150ml 100円(税送108円) シンプルな原材料で作上げた素朴なおいしさです。口あたり良く後味さっぱり。さとつきび(鹿児島県、沖縄県)

391 凍 卵米大 小 久保田食品(高知県・南国市) 夢中熱中 パニラとあずきの最中 110ml 130円(税送140円) 北海道十勝産小豆を使い手間をかけて仕上げた自家製粒あん素材のおいしさが際立つ(ニラ)アイスの最中。生乳・小豆(北海道)

392 凍 卵米大 小 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(税送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)

次回から久保田のアイスは翌々週のお届けになります

組合員さんからのクチコミ 飛鳥食品の肉まんとてもおいしいです。子どものおやつに安心して食べさせられます。冷めても柔らかくふくらとした、1個約26gのミニサイズ。鶏肉・牛肉・豚肉を使用。レンジで温めて。鶏肉(国内産)、牛肉(オーストラリア)、豚肉(アメリカ等)

カタログ掲載1周年!

だいでDays (兵庫県・神戸市)



全品特価

ひじきと一緒に

393 米大

だいでDays(兵庫県・神戸市) 賞180日

有機蒸し大豆

100g 230円(税込248円) 通常税込270円

大豆(北海道)

北海道産有機大豆使用。大豆のおいしさと栄養をそのままぎゅっと閉じ込めた蒸し大豆です。

果実本来の優しい味わい

ナガノトマト 全品特価

(長野県・松本市)

1缶あたり税込113円

397

ナガノトマト(長野県・松本市)

信州生まれの美味しいトマト(無塩)

190g×20 2100円(税込2268円) 通常税込2376円

信州・長野県の契約農家が育てたトマト「愛果(まなか)」を100%使用したトマトジュース。

トマト(長野県)

国産の温州みかんを使用した果汁100%ストレートジュースです。125mlの飲みきりサイズです。

399 3パック

1本あたり税込155円

125ml×3 430円(税込464円) 通常税込486円

744 18パック 前

1本あたり税込153円

125ml×18 2550円(税込2754円) 通常税込2862円

みかん(国内産)

394 米大

だいでDays(兵庫県・神戸市) 賞180日

ほの甘くろまめ

45g 238円(税込257円) 通常税込270円

兵庫県産の黒豆を蒸した、ほんのり甘いおやつです。

黒大豆(兵庫県)

395 米大

だいでDays(兵庫県・神戸市) 賞180日

有機ほの甘あずき

55g 198円(税込214円) 通常税込238円

北海道産有機小豆を有機きび糖でほんのりと甘く味付けし、柔らかく蒸し上げました。

小豆(北海道)

396 米大

だいでDays(兵庫県・神戸市) 賞120日

もち麦ぜんざい

140g 230円(税込248円) 通常税込270円

国産蒸しもち麦と北海道産あずきをコトコト煮込み、ピーチグラニュー糖で甘みを加えました。

小豆(北海道産)

国産のぶじりんごを使用した果汁100%のストレートジュースです。

398 3パック

1本あたり税込133円

125ml×3 370円(税込400円) 通常税込421円

745 18パック 前

1本あたり税込132円

125ml×18 2200円(税込2376円) 通常税込2484円

りんご(国内産)

ナガノトマト(長野県・松本市)

国産温州みかん100

399 3パック

1本あたり税込155円

125ml×3 430円(税込464円) 通常税込486円

744 18パック 前

1本あたり税込153円

125ml×18 2550円(税込2754円) 通常税込2862円

みかん(国内産)

菓子

・化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。

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。

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。

おからが入った、かりんとう菓子です。

400 米大

おとろふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞90日

きらず揚げ・しお4連

20g×4 270円(税込292円)

小麦(国内産) [放] 不検出<4.1<4.3

ほんのり甘い黒砂糖は、お茶請けにぴったり。

401 米大

おとろふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞90日

きらず揚げ・黒砂糖4連

20g×4 270円(税込292円)

小麦(国内産) [放] 不検出<4.2<4.3

402 米大

アリモト(兵庫県・加西市) 賞150日

召しませ日本・島醤油せんべい

80g 295円(税込319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)

403 米大

アリモト(兵庫県・加西市) 賞150日

召しませ日本・ひとくち海老せんべい

70g 295円(税込319円)

味付けは素材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)

694 米大

味泉(岩手県・盛岡市) 賞150日

醤油屋のせんべい われせん

125g 400円(税込432円)

金箔丸大豆醤油で作った旨味豊かな醤油ダレで味付けしました。

米(国内産) [放] 不検出<4.2<4.2

404 米大

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日

根昆布あられ

55g 240円(税込259円)

国産水稲もち米を主原料に北海道産の根昆布を入れた生地を丸大豆醤油でさっぱりと味付けしました。

もち米(国内産) [放] 不検出<0.9<1.0

405 米

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 賞2023年11月22日

ぱりひめ

48g 190円(税込205円) 通常税込216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なりました。

米(山形県)

406 米

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 賞2023年11月21日

玄煎

48g 220円(税込238円) 通常税込248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なりました。

米(山形県)

689 米大

キング製菓(愛知県・小牧市) 賞180日

うの花クッキー

80g 220円(税込238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

407 米小

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞180日

英字ビスケット

70g 160円(税込173円)

国産の小麦粉を主原料に牛乳で練った生地を使用した、かわいらしい英字の形に焼き上げました。

小麦(国内産)

408 米小

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞90日

そば粉のかりんとう

80g 195円(税込211円)

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

小麦・そば(国内産) [放] 不検出<0.9<0.8

409 米大

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞60日

ミニバウムクーヘン

6個(1個×6袋) 312円(税込337円)

国産小麦粉を主原料に、ふっくらと食べやすいサイズの、甘さ控えめなバウムクーヘンです。

鶏卵(国内産) [放] 不検出<0.7<0.8

410 米小

ミサワ食品(東京都・足立区) 賞90日

麩菓子(国産原料100%)

12本 190円(税込205円)

すべての原材料を国産100%にこだわりました。

黒糖(沖縄県) [放] 不検出<3.5<3.5

411 米大

ノースカラース(北海道・札幌市) 賞150日

純国産 きなこねじり

110g 295円(税込319円)

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)

412 米小

サンコー(愛知県・豊橋市)

小倉ようかん

1個58g 145円(税込157円)

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

小豆(北海道)

413 米大

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞180日

寒天コーヒーゼリー

135g(個包装) 230円(税込248円)

有機インスタントコーヒーの上品な旨みと苦味を、寒天でぎゅっととじこめたゼリーです。

コーヒー(コロンビア) [放] 不検出<0.8<0.8

414 米大

ノースカラース(北海道・札幌市)

純国産はちみつレモンのど飴

57g(個包装) 260円(税込281円)

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)

菓子担当 今週のおすすめ

415 米

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日

ポテトチップスしお味 2袋

60g×2 370円(税込400円) 通常税込428円

国内産のじゃがいもを植物油でパリッとフライし、さっぱりと塩で味付けしました。

じゃがいも(国内産) [放] 不検出<2.5<2.6

416 米小

キング製菓(愛知県・小牧市) 賞180日

チーズブランクッキー 2袋

80g×2 420円(税込454円) 通常税込496円

カロリー控えめで、栄養バランスにこだわった全粒粉・小麦ふすま入りです。

小麦(国内産)

417 米小

サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日

まるごと小魚

4g×5連 185円(税込200円) 通常税込214円

国産片口いわしを新鮮なまま釜茹でし、さっぱりとした味付けにしました。

片口いわし(国内産)

418 米大

大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞90日

干柿スライス

40g 278円(税込300円) 通常税込311円

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

柿(奈良県、和歌山県)

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。

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。

419 米大

童仙房茶舗(京都府・南山村)

童仙房茶舗 有機煎茶

100g 800円(税込864円)

有機栽培の宇治煎茶です。お手軽に飲めるようさわやかな味に仕上げました。

緑茶(京都府)

420 米大

童仙房茶舗(京都府・南山村)

童仙房茶舗 三年宇治番茶

120g 475円(税込513円)

有機栽培したお茶の茎の部分を主体に香ばしく焙じた三年宇治番茶です。

緑茶(京都府)

421 米大

ランカスター(千葉県・千葉市)

アッサムティー(リーフ)

100g 550円(税込594円)

ヒマラヤ山脈の麓アッサム地方で採れる、濃厚な味わいと香りが特徴の紅茶。農業無散布。紅茶(インド)

422 米大

ランカスター(千葉県・千葉市)

キャラメルティー(ティーバッグ)

2g×20 500円(税込540円)

キャラメルのような甘い香りの紅茶。あっさり系のお菓子と一緒にどうぞ。農業無散布。紅茶・香料(スリランカ)

725 米大

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

低温焙煎 庄内の麦茶

500g 538円(税込581円)

無農薬の大麦を低温でゆっくり煎り上げた麦茶。1袋から2Lを約5回煮出せます。

大麦(山形県) [放] 不検出<0.5<0.5

423 米大

マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 賞120日

国産大豆の調整豆乳

200ml 115円(税込124円) 通常税込140円

大豆(国内産)

424 米大

マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 賞120日

国産大豆の無調整豆乳

1000ml 340円(税込367円) 通常税込389円

大豆(国内産)

425 米大

二本松有機農業研究会(福島県・二本松市)

有機人参まるごとジュース

200ml 260円(税込281円) 通常税込292円

有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているので、よく振ってから飲んでください。

人参(福島県) [放] 不検出<0.5<0.4

426 米大

二本松有機農業研究会(福島県・二本松市)

有機人参まるごとジュース

1L 1050円(税込1134円) 通常税込1188円

人参(福島県) [放] 不検出<0.5<0.4

427 米大

大紀コープファーム(奈良県・五條市)

梅ハニー

500ml 720円(税込778円) 通常税込794円

梅のエキスたっぷりの蜂蜜飲料です。5~7倍に薄めて。

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

739 米大

プレス・オルターナティブ(東京都・目黒区)

ココア

110g 580円(税込626円) 通常税込648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、まるやかな口当たりになりました。

カカオ豆(スイス)

1本あたり税込149円



**429**  
岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)  
**龍泉洞の水**  
500ml × 24 **3300円**(税込 **3564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

新鮮な完熟コンコードぶどうで作った果汁100%ストレートジュースです。開栓後は要冷蔵。



**430**  
井筒ワイン(長野県・塩尻市)  
**井筒グレープジュース・赤**  
1000ml **1150円**(税込 **1242円**) 通常税込 **1296円**  
ぶどう(長野県)

日本ビール(東京都・目黒区)



**431** 6缶  
**龍馬1865**  
350ml × 6 **810円**(税込 **876円**)  
1缶あたり税込146円

大麦麦芽100%にこだわり炭酸水を除く添加物は一切不使用になります。



**432** 24缶  
麦芽(ドイツ、イギリス、他)  
350ml × 24 **3120円**(税込 **3370円**)  
1缶あたり税込140円

ALC:5%



**433**  
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**  
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。  
泡盛(沖縄県)

ALC:30%



**434**  
請福酒造(沖縄県・石垣市)  
**琉球泡盛 やえやま**  
720ml **1400円**(税込 **1540円**) 通常税込 **1628円**  
米(沖縄県)

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。



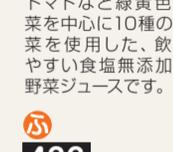
**435** 10個  
日本生活協同組合連合会 90日  
**国産小麦のミニロールケーキ**  
10個 **298円**(税込 **322円**)  
生乳・小麦・鶏卵(国内産)

トマトなど緑黄色野菜を中心に10種の野菜を使用した、飲みやすい食塩無添加の野菜ジュースです。



**436**  
日本生活協同組合連合会  
**野菜ジュース食塩無添加**  
900gPET **270円**(税込 **292円**)  
トマト(チリ、中国、アメリカ等)

1本あたり税込94円



**437**  
日本生活協同組合連合会 180日  
**ミックスキャロット**  
200ml × 12 **1044円**(税込 **1128円**) 通常税込 **1164円**  
7種の果汁40%(りんご、オレンジ等)+にんじん汁60%が入っています。  
にんじん(国内産)

1本あたり税込173円



**437**  
日本生活協同組合連合会  
**麦茶(六条大麦使用)**  
2000mlPET × 6本 **960円**(税込 **1038円**)  
焙煎の異なる六条大麦を使用、配合を工夫し、香ばしい麦茶に仕上げました。  
大麦(国内産)

24缶  
1缶あたり税込60円



**438**  
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。

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。



**435** 10個  
日本生活協同組合連合会 90日  
**国産小麦のミニロールケーキ**  
10個 **298円**(税込 **322円**)  
生乳・小麦・鶏卵(国内産)

**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・せそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。  
・音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。

お料理の隠し味として欠かせません。



**438**  
日本生活協同組合連合会  
**虹の宴 料理酒**  
900ml 前 **435円**(税込 **479円**)  
**438** 1.8ℓ **798円**(税込 **878円**)  
米(国内産)

もち米と米麹、醸造アルコール、焼酎で仕込み、じっくりと熟成。



**439**  
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**)  
もち米(国内産、中国)

鹿児島島のサトウキビから作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。



**439**  
アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋市)  
**粗精糖(自然派style)**  
1kg **360円**(税込 **389円**) 通常税込 **400円**  
さとうきび(鹿児島県)

海の精(東京都・大島町)



**439**  
**海の精 やきしお 詰替用**  
60g **238円**(税込 **257円**)  
日本特有の伝統的製法で作られた「海の精」を焙煎して焼塩にしました。  
海水(伊豆大島近海)

くせのないまろやかな味が何にでも合います。



**440**  
創健社(神奈川県・横浜市)  
**有機純米酢**  
500ml **425円**(税込 **459円**)  
米(国内産)

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。



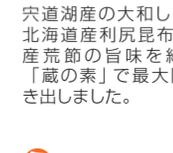
**441**  
沼屋本店(茨城県・つくば市)  
**常総寒仕込みしょうゆ(火入れ)**  
500ml **619円**(税込 **669円**)  
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

ろ過した大和しじみ、北海道産利尻昆布、枕崎産荒節の旨味を純米酒「蔵の素」で最大限に引き出しました。



**441**  
井ゲタ醤油(島根県・出雲市)  
**しじみだし醤油**  
500ml **780円**(税込 **842円**) 通常税込 **862円**  
しじみ(島根県)

鹿児島独特の麦こうじをたっぷり使用した、甘口で白っぽい麦みそです。



**442**  
はつゆき屋(鹿児島県・日置市) 180日  
**鹿児島麦みそ**  
1kg **920円**(税込 **994円**)  
大麦(愛媛県)

オーストラリア産なたねが原料の圧搾一番搾りの油。天ぷらの揚げ油としてもちコンが強く、繰り返し使えます。



**443**  
米澤製油(埼玉県・熊谷市)  
**圧搾一番しぼりなたねサラダ油**  
600g **810円**(税込 **875円**)  
**443** 丸缶 1400g **1480円**(税込 **1598円**)  
なたね(オーストラリア)

クリーミーで濃厚なコクと芳醇なナチュラルチーズの味わいが特徴。



**444**  
創健社(神奈川県・横浜市) 180日  
**有精卵シーザーサラダドレッシング**  
180ml **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **454円**  
鶏卵(国内産)

自家栽培したゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

青森県田子産の風味豊かなにんにく「畜地ホワイト種」を使用、切る手順のいらぬ「みじん切りタイプ」。



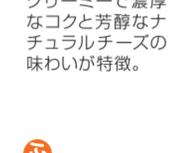
**449**  
ポールスタア(東京都・東村山市) 180日  
**青森県田子産みじん切りにんにく**  
65g **400円**(税込 **432円**)  
にんにく(青森県)

北海道産昆布からだしをとり、鹿児島伝統の黒酒を使用。旨味のきいたすき焼き割り下。



**450**  
ポールスタア(東京都・東村山市)  
**すき焼き割り下**  
400ml **540円**(税込 **583円**) 通常税込 **594円**  
北海道産昆布からだしをとり、鹿児島伝統の黒酒を使用。旨味のきいたすき焼き割り下。  
大豆・小麦(アメリカ、カナダ)

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



**445**  
おびなた(長野県・長野市)  
**そばつゆ(ストレート)**  
400ml **330円**(税込 **356円**) 通常税込 **378円**

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**447**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園れもんストレート果汁**  
150ml **590円**(税込 **637円**)  
レモン(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

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



**447**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園れもんストレート果汁**  
150ml **590円**(税込 **637円**)  
レモン(愛媛県)

国産の果物と野菜に、12種のスパイスと3種のピネガーを加え、芳醇な味わいに仕上げました。



**445**  
創健社(神奈川県・横浜市) 180日  
**有精卵シーザーサラダドレッシング**  
180ml **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **454円**  
鶏卵(国内産)

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



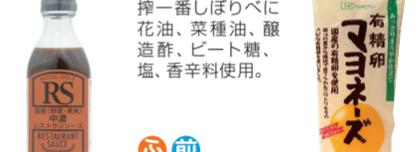
**451**  
ナガノトマト(長野県・松本市)  
**長野県産ケチャップ**  
240g **620円**(税込 **670円**) 通常税込 **690円**  
長野県の契約農家が愛情込めて大切に育てた完熟トマトを使用しました。  
トマト(長野県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

**食生活の心がけ**

Let's 乾物

いざという時に備えておくと便利な乾物。常温で1年以上保存できるうえ、高い栄養価を手軽に補給できます。毎日の料理に「乾物」を上手にとりいれましょう!



**453**  
江藤さん(大分県・玖珠町)  
**江藤さんの干しいたけ**  
50g **510円**(税込 **551円**) 通常税込 **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)

約10本



**454**  
おきたま興農舎(山形県・高島町)  
**タカノツメ**  
約10本入 **210円**(税込 **227円**) 通常税込 **238円**  
山形・おきたま興農舎の伊藤さん達より。農薬無散布。  
タカノツメ(山形県) [放] 不検出 <4.2 <3.8

無茶々園(愛媛県・西予市) 180日



**455**  
**無茶々園切り干し大根**  
40g **235円**(税込 **254円**) 通常税込 **275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)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

自家栽培のゆず100%のストレート果汁。香りが良く、ほんのりと甘みがあります。



**448**  
無茶々園(愛媛県・西予市) 180日  
**無茶々園ゆずストレート果汁**  
150ml **600円**(税込 **648円**)  
ゆず(愛媛県)

秋彼岸にあると助かる商品特集!



全品 特価

462 川光商事(東京都・中央区) 玉三 極上白玉粉 200g 340円(税)367円(通常税込400円) もち米(新潟県)

463 川光商事(東京都・中央区) つぶあん 260g 298円(税)322円(通常税込346円) 北海道産小豆を使用。砂糖のみを加えた自然な味です。 小豆(北海道)

464 川光商事(東京都・中央区) わりあん 260g 298円(税)322円(通常税込346円) 北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

648 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) きな粉(大豆) 130g 220円(税)238円(通常税込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

465 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 青きな粉 130g 258円(税)279円(通常税込311円) 山形、庄内協同ファームから。青豆のきな粉。大豆の品種はイワテミドリ、農薬不使用栽培。 青大豆(山形県)

「手作りおはぎ」や「お赤飯」でお供えを

466 日本生活協同組合連合会 おいしい赤飯 160g x3 380円(税)410円(通常税込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米飯。レンジ、湯せん調理可能。

季節の野菜で天ぷらを 岐阜県産の小麦粉に、北海道産馬鈴薯でん粉、膨張剤には内蒙ゴル産の重曹を使用。

467 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 天ぷら粉 400g 370円(税)400円(通常税込416円) 埼玉県産の小麦「アヤヒカリ」をメインに使い、もちもちとした食感とつるりとした喉越しのうどんにしました。

468 おびなた(長野県・長野市) 八割そば 240g 430円(税)464円(通常税込475円) 茹で時間5分半 国産原料のみ使用。従来の八割そばの食感と違う、つるつるとした喉越しを極めました。

もちりつるっこおいしいうどん 300g x2 570円(税)616円(通常税込648円) 三上製麺(埼玉県・所沢市) 小麦(埼玉県、他) [放] 137Cs=5.1

乾物・だし その他

584 長谷川商店(東京都・中央区) はねだし焼きのり 全型10枚 350円(税)378円 厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物の中から、小穴や破れ、縮みなどをはね出したもの。 のり(有明海、瀬戸内海)

469 金庄(千葉県・船橋市) 徳用 千葉産石焼のり 全型20枚 598円(税)646円 草の目がタゲ目に入っているのが千葉のりの特長。低温で時間をかけてじっくり焼きました。 のり(千葉県) [放] 不検出 <4.0 <4.4

572 中山水産(静岡県・裾野市) こだわりのだしパック 8g x18 645円(税)697円(通常税込734円) かつお節の良品に、細かくしたいけと昆布をブレンド。かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。 かつお(静岡県) [放] 不検出 <2.9 <2.7

470 かねの水産(千葉県・大網白里市) 煮干粉 100g 200円(税)216円 酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ぶりかけ等に。 かね(千葉県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

571 かねの水産(千葉県・大網白里市) 煮干 200g 480円(税)518円 生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干しし、冷風乾燥させました。 かね(千葉県) [放] 不検出 <4.0 <4.0

471 リアス(千葉県・船橋市) 大牧農場の元気な打ち豆 120g 255円(税)275円(通常税込286円) 北海道産の大豆を調理しやすいよう打ちにし乾燥したもの。サラダや炒め物、酢の物はサッとゆがいて使用。 大豆(北海道)

653 日本澱粉工業(鹿児島県・鹿児島市) はるさめ 100g 127円(税)137円 九州産甘藷澱粉と北海道産馬鈴薯澱粉をブレンドした国産の春雨です。 甘藷(国内産)

472 九鬼産業(三重県・四日市市) 九鬼国産混ぜ込みふりかけ 梅しそ 25g 270円(税)292円 国産素材で作った、混ぜ込みタイプのふりかけです。白ごま、赤しそ、梅干、昆布、わかめが入っています。 白ごま(国内産)

580 仙波糖化工業(栃木県・真岡市) 中華風だし一番 8g x10 398円(税)430円 中華料理の要となるだしのうまみを凝縮した万能だしです。野菜とオースターのうまみを効かせた味とコク。 キャッサバ(タイ)

624 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) ホットケーキミックス(無糖) 400g 380円(税)410円 ホットケーキのほか、蒸しパンやドーナツ、クッキーなどのお菓子にも。 小麦(岐阜県)

621 江別製粉(北海道・江別市) 薄力粉(北海道産小麦使用) 1kg 570円(税)616円 北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。 小麦(北海道)

632 日本製麻(富山県・砺波市) パーミセリ神戸 300g x2 (1.4mm) 330円(税)356円 デュラム小麦のセモリナ100%使用。1.4mmの細めのパスタです。 小麦(カナダ)

473 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) さくらのラーメンしょうゆ 99g 165円(税)178円 1袋あたり税込177円

475 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) さくらのラーメンとんこつ 103g 175円(税)189円 1袋あたり税込184円

901 5パック 103g x5 850円(税)918円 小麦(国内産)

902 創健社(神奈川県・横浜市) さば水煮 2個組 190g(固形量140g) x2 700円(税)756円(通常税込800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)

903 創健社(神奈川県・横浜市) さば味付 2個組 190g(固形量140g) x2 740円(税)800円(通常税込842円) 長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、本醸造醤油と喜界島産粗糖のみで味付しました。 さば(長崎県、他)

CO-OP商品

546 日本生活協同組合連合会 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 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%におさえました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。

904 日本生活協同組合連合会 素材こだわりおみそ汁詰合せ 355.5g(調整みそ・具材各20袋) 750円(税)810円(通常税込842円)

906 日本生活協同組合連合会 パルメザンチーズ 70g 460円(税)497円 生乳(ニュージーランド・オーストラリア)

633 日本生活協同組合連合会 スパゲッティ 1.6mm 1kg 498円(税)538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)

788 ボーソー油脂(東京都・中央区) 安心生活洗濯用液体石けん無香料 詰替用 900ml 390円(税)429円

790 ボーソー油脂(東京都・中央区) 安心生活洗濯用液体石けん詰替用1.8L 1.8L 700円(税)770円

801 太陽油脂(神奈川県・横浜市) 詰替用 パックス酸素系漂白剤 500g 550円(税)605円

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

878 ナイアード(東京都・福生市) 天然染髪料ヘナ+木藍(黒茶) 100g 1500円(税)1650円

909 無香料 シャボン玉石けん(福岡県・北九州市) シャボン玉 食器洗い機専用 500g 598円(税)658円(通常税込682円)

907 太陽油脂(神奈川県・横浜市) パックス お肌しあわせハンドソープ 330ml 480円(税)528円

870 太陽油脂(神奈川県・横浜市) パックス キッチンスポンジ(色おまかせ) 8g(ピンクorブルー) 185円(税)204円(通常税込220円)

908 太陽油脂(神奈川県・横浜市) パックス キッチンスポンジ(色おまかせ) 8g(ピンクorブルー) 185円(税)204円(通常税込220円)

878 ナイアード(東京都・福生市) 天然染髪料ヘナ+木藍(黒茶) 100g 1500円(税)1650円

909 無香料 シャボン玉石けん(福岡県・北九州市) シャボン玉 食器洗い機専用 500g 598円(税)658円(通常税込682円)

環境にやさしく、油污れも スッキリの食器洗い機専用石けん

9月18日(月) 感謝の気持ちを込めて  
**敬老の日特集** **全品特価**

546円/100g  
モモ肉をすき焼き用にスライスしました。

**911 凍**  
福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用 170g×2 **1720円**(税込) **1858円**(通常税込) **1912円**(通常税込)

444円/100g

**910 凍**  
福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛切り落とし 170g **698円**(税込) **754円**(通常税込) **788円**(通常税込)

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。鹿児島県

249円/100g  
赤身主体のモモをしゃぶしゃぶ用にスライス。

**912 冷**  
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 岩瀬さんの豚モモしゃぶしゃぶ用 200g **460円**(税込) **497円**(通常税込) **562円**(通常税込)

**てまりずしでお祝い**

**913 凍**  
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 雄武産 ほたて貝柱(生食用) 5~7粒約100g **659円**(税込) **712円**(通常税込) **734円**(通常税込)

北海道のオホーツク海に面する雄武の前浜で4年間じっくり育てました。お刺身でどうぞ。ほたて貝柱(北海道)

**914 凍**  
小浜海産物(福井県・小浜市) 小鯛ささ漬(杉板) 40g **498円**(税込) **538円**(通常税込) **565円**(通常税込)

国産の連子鯛(キタイ)を米酢と塩で調味しました。そのままお刺身で、寿司種、椀種、天ぷらなどにも。

**915 凍**  
松岡水産(千葉県・銚子市) 北海道さけスモークサーモン2パック 40g×2 **465円**(税込) **502円**(通常税込) **518円**(通常税込)

北海道産の秋鮭を塩のみで味付け。素材の旨味を生かす為、桜のチップを使い、「冷燻方式」で仕上げました。秋鮭(北海道)

**916 凍**  
大黒淡水(静岡県・焼津市) うなぎ蒲焼(長焼き) 120g たれ・山椒付 **2370円**(税込) **2560円**(通常税込) **2732円**(通常税込)

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

5~6枚  
**917 凍**  
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 生から作ったいわしフライ 5~6枚280g **475円**(税込) **513円**(通常税込) **527円**(通常税込)

鮮魚のいわしを直ぐに粉付け。身がやわらかく、ふっくらとしており、臭みもありません。揚げてください。真いわし(国内産)

14個  
**918 凍**  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 国産原料にこだわったお徳用春巻 14本420g **440円**(税込) **475円**(通常税込) **488円**(通常税込)

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

**919 凍**  
ヤマフ(佐賀県・唐津市) 北海道スモークサーモンの棒寿司 1本350g **1138円**(税込) **1229円**(通常税込) **1274円**(通常税込)

北海道産の秋鮭と佐賀県産のお米を使用。秋鮭は塩のみで味付けし桜チップで低温でスモーク。カット済みです。秋鮭(北海道)

**920 小**  
はたけな製麺(宮城県・白石市) 白石温麺 (100g×3)×2袋 **340円**(税込) **368円**(通常税込) **410円**(通常税込)

油を入れずに小麦粉と塩、水だけで練り上げた細麺。麺が短いので食べやすくなっています。小麦(オーストラリア)

2食 煮干し・鯖・鯉のだしがきいたつゆ付  
**921 凍**  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) えび天そば 2食496g **506円**(税込) **546円**(通常税込) **566円**(通常税込)

国産小麦粉と北米産そば粉の蕎麦にえび天や葱の具材を盛り付けました。鍋かレンジで。加工澱粉：具の約0.2%。えび(インドネシア、ベトナム他)

**922 凍**  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 黒豆塩大福 2個組 4個220g×2 **778円**(税込) **840円**(通常税込) **928円**(通常税込)

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

**923 凍**  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 芽吹き屋 おはぎ 6個300g **646円**(税込) **698円**(通常税込) **740円**(通常税込)

無漂白の道明寺粉を使用。あんは厳選した小豆で、あきのこない甘さに仕上げられています。小豆(北海道)

韓国食文化研究舎 **カタログ登場1周年!**  
**みらい** **全品特価**



組合員みなさんこんにちは、日頃は「みらい」の韓国商品をご愛用いただきまして誠にありがとうございます。今年で20周年の節目を迎えることができ、偶然にも空前の韓国ブームの追い風とともに微力ながら

成長できたのは、体に良い韓国食品への熱意が組合員様に伝わったおかげだと確信しております。韓国の家庭料理にこだわり、輸入食材に頼ることなく、化学調味料を使用しない調味料から作り続ける韓国食品を今後も変わらぬ姿勢でお造りしますので、どうぞよろしくお願いたします。

**929 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) レシピ付き ストウチゲの素 140g(70g×2) 添付唐辛子2g **640円**(税込) **691円**(通常税込) **716円**(通常税込)

マイルドな辛さ  
麦味噌をベースに、唐辛子や魚介の旨みをバランスよくブレンドしました。豆腐とお好みの具材を入れて。

**924 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) 胡瓜の水キムチ 160g **540円**(税込) **583円**(通常税込) **594円**(通常税込)

汁ごといただく辛くないキムチ!  
旬のきゅうりを使った汁ごと食べる辛くないキムチ。豊富な乳酸菌が腸内環境を整えます。

**926 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) キムさんの蓮根キムチ 100g **465円**(税込) **502円**(通常税込) **518円**(通常税込)

蓮根(愛知県)  
肉に絡めて炒めるだけで、濃厚で、甘味、辛味の調和のとれた一品の出来上がり。

**925 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) サラダキムチ 200g **565円**(税込) **610円**(通常税込) **626円**(通常税込)

白菜をベースに、大根、人参、セロリを加えました。サラダ感覚で食べられる爽やかなキムチです。白菜(愛知県)

**928 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) つくりたて白菜キムチ(增量) 220g **580円**(税込) **626円**(通常税込) **646円**(通常税込)

新鮮な白菜のシャキシャキ感  
マイルドな甘辛唐辛子を使用。熟成したキムチとは違い、新鮮な白菜のシャキシャキ感が楽しめます。

**930 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) プルコギのたれ 200ml **698円**(税込) **754円**(通常税込) **788円**(通常税込)

原材料：味噌(はだか麦(長崎産)、大豆、食塩)、唐辛子、アミエビ塩辛、粗糖、鰹エキス、にんにく、生姜、昆布、発酵調味料

**931 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) たれ付き国産米トッポッキ 170g **645円**(税込) **697円**(通常税込) **745円**(通常税込)

米・大豆(国内産)  
韓国屋台の定番メニュー。自家製の甘辛コチュジャンと国産米トッポッキのセットです。

**927 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) 割り干し大根キムチ 80g **448円**(税込) **484円**(通常税込) **498円**(通常税込)

国産の割り干し大根を使用したキムチです。辛味よりも甘さが際立ち、コリコリとした食感も楽しめます。大根(国内産)

**933 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) たくわんキムチ 100g **465円**(税込) **502円**(通常税込) **518円**(通常税込)

たくわん(愛知県)  
肉に絡めて炒めるだけで、濃厚で、甘味、辛味の調和のとれた一品の出来上がり。

**932 冷**  
みらい(愛知県・一宮市) 辛くないキムチ 100g **465円**(税込) **502円**(通常税込) **518円**(通常税込)

辛くないキムチ(愛知県)  
肉に絡めて炒めるだけで、濃厚で、甘味、辛味の調和のとれた一品の出来上がり。

表示マークのご案内

**取り扱いサイクル・価格表記**  
4週に1回お届け 4週に3回お届け  
隔週お届け 毎週お届け

**シーズン最終** 季節商品につき今回で最終

**シーズン初** 今季初登場

**新** 新発売の商品

**特** 特別価格商品

**お届け時の温度帯**  
凍 冷凍品  
冷 冷蔵品  
表記のないものについては常温でのお届けです。

**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 牛乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かかにかか  
「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下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。  
※コンタミネーションとは同じ工場であレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性があることをいいます。  
・アレルギーの症状がある場合は、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!