

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

2024年2月2回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	5	6	7	8	9
定番品のお届け	12	13	14	15	16
特別企画品のお届け	19	20	21	22	23

旬野菜のホットメニューで 免疫力UP

立春(2月4日)は過ぎたものの、まだ寒い日が続いています。空気も乾燥し、風邪を引きやすい季節です。さらには日本人の4人に1人が毎年悩まされている花粉症。風邪や花粉症対策にはやはり免疫力を高めることが大切です。免疫細胞の7割は腸に集まっていると言われていす。発酵食品の常食と、食物繊維たっぷりの旬野菜のホットメニューで、腸内環境を調えましょう。



木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの白菜
8 1個 1個 220円(税込238円)
9 カット 1/2カット(700g前後) 183円(税込198円)
漬物、鍋物、煮物等冬の食卓に欠かせません。豚バラ肉等との重ね蒸し焼きも美味。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出<3.3<3.5

北海道、または三陸沖で漁獲した秋鮭を、皮、腹骨を除去し、切り入りの徳用規格です。
10 凍
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日
皮なしサーモン切身(10切)
10切500g 1098円(税込1186円) 通常税込1294円
秋鮭(国内産)

素性の確かな国内産牛脂を使用。さまざまな料理のペースに使えます。1袋約7皿分。
11 7皿分
東京フード(茨城県・坂東市) 180日
クリームシチュールウ
150g 260円(税込281円) 通常税込302円
小麦(北海道)

おでん
長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。
14 冷
長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 30日
長崎 漁師町おでんだネ(つゆ付)
5種12個254g、つゆ80ml 810円(税込875円) 通常税込907円
たら(国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
12 1本
三須さん達(千葉県・富里市) ※上下は選べません
大根 1本(900g前後) 225円(税込243円)
13 カット 1/2本(500g前後) 158円(税込171円)
千葉県 [放] 不検出<3.3<4.2

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 8日
15 冷
長崎 あら挽きいわし団子
4個120g 305円(税込329円) 通常税込340円
いわし、すけとうだらのすり身にいわしほぐし身とねぎを加えました。合わせ味噌が隠し味です。
いわし・スケトウダラ(国内産)

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。
17 凍
秋川牧園(山口県・山口市) 180日
秋川の若鶏モモ 200g 430円(税込464円) 通常税込481円
山口県・島根県・福岡県・熊本県

コタニ(岩手県・大船渡市)
20
むすび昆布 30g 440円(税込475円) 通常税込486円
釧路産のやわらかい樟前昆布を結びました。
昆布(北海道)

国産のホルスタインの牛すじです。おでんやカレー、煮込み料理にどうぞ。
16 凍
福永産業(福岡県・遠賀町) 30日
国産牛牛すじ肉 150g 520円(税込562円) 通常税込583円
福岡県、大分県

カナダ産オーガニックからしを使用。香料、着色料、酸味料、乳化剤不使用。
18
東京フード(茨城県・坂東市) 180日
まろやかおでんの素 16.5g×4 380円(税込410円) 通常税込454円
焼津産かつお節、北海道産昆布や国産素材で作ったおでんのだしの素です。1袋に対し水750cc。
からし(カナダ)

松永さんより農薬使用無しのポンカン
28 約800g
松永農園(静岡県・静岡市)
松永さんのポンカン 450円(税込486円)
29 約1.5kg
780円(税込842円) 通常税込862円
静岡県 [放] 不検出<3.4<4.0

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。
30 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 30日
天日干しアジ 4枚 210g以上 528円(税込570円) 通常税込592円
真あじ(佐賀県)

脂と赤身が層になったバラ肉を、厚さ3~3.5mmにスライスしました。
23 冷
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 6日
岩瀬さんの豚バラスライス 200g 498円(税込538円) 通常税込568円
茨城県

有機大豆使用の豆乳を使い有機すりごまの風味を活かしたごま豆乳鍋スープです。
26
マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 180日
香り高いごま豆乳鍋スープ 600g 275円(税込297円) 通常税込324円
豆乳(国内産)

赤魚切身、すけそうだら切身、かき、ホタテ、かに団子、スープのセットです。
25 凍
トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日
海鮮寄せ鍋(スープ付) 5種360g+スープ780g 1135円(税込1226円) 通常税込1312円

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 30日
31 凍
茨城県産ロースポーク挽肉 300g 440円(税込475円) 通常税込502円
茨城県

ビタミンCが豊富なキャベツはいつも食卓にのせたい野菜です。減農薬栽培。
21 1玉
木村農園(茨城県・つくば市) 180日
木村さんのキャベツ 220円(税込238円)
22 カット 1/2玉カット(400g前後) 150円(税込162円)
茨城県 [放] 不検出<4.0<3.9

1人分×2袋
24 米大
ボールスタア(東京都・東村山市) 180日
ホイコーローのたれ 100g×2袋 208円(税込225円) 通常税込238円
小麦、大豆(アメリカ、他)

2種のみそに国産かきとボークエキスをブレンド。国産りんごのほのかな甘みを加えました。
27
マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 180日
ピリ辛みそ味のキムチ鍋スープ 600g 275円(税込297円) 通常税込324円

人気の味をお楽しみください
32 凍 米大
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市) 30日
芽吹き屋 大福セット 6個310g 588円(税込635円) 通常税込685円
人気の大福「黒豆塩大福」「よもぎ大福」「くるみ大福」の3種を詰合せました。自然解凍です。
もち米(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] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4¹³⁴Cs=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

2024 みんなで知って、利用し、広めよう!

大切な家族へ 便利&美味しい料理のお手伝い

グリーンリーフ 群馬県 昭和村



赤城山西麓、標高600mに位置する株グリーンリーフ。1年を通して有機農産物や特別栽培基準の農産物を生産し、有機こんにゃく、添加物を使わない漬物、有機冷凍野菜、惣菜キットなどに加工してお届けしています。

ミールキットは

- 包丁不要で下処理済み
- 調理時間5~20分の便利な料理のセットです

素材にもこだわり、自社農場を中心とした野菜を使い、タレや調味料なども化学調味料不使用で作っています。

全品 特価

ミールキットはP11にも掲載しています

定番で人気! タケノコと豚肉のハーモニー



2人前
食塩相当量: 3.1g
調理時間: 準備品 約6分 油

33 冷 卵米大 小
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日
国産野菜の青椒肉絲
2人前 870円(税) 940円(税) 通常税込 1015円
国産野菜、調味料が一つになったセットです。フライパンひとつで簡単に青椒肉絲が出来上がります。玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

餃子と野菜のハーモニー



2人前
食塩相当量: 11.1g
調理時間: 準備品 約5分 水900ml

34 冷 米大 小
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日
白湯餃子スープ(国産きくらげ入り)
2人前 759円(税) 820円(税) 通常税込 875円
新鮮でおいしい野菜と餃子のセットです。下処理カット済みなので、お鍋一つで手軽に調理できます。白菜(国内産)

美味しいと前回好評 甘辛くてご飯がすすみます



2人前
食塩相当量: 6.0g
調理時間: 準備品 約20分 油、おろし生姜

35 冷 米大 小
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日
ぶりあら大根(糖しほり大根付)
2人前 802円(税) 866円(税) 通常税込 936円
高知県で水揚げされたブリのあら・糖しほり大根の漬けたれで作る照り焼き煮。かんずりは糖しほり大根に。大根・ぶり(国内産)

おでんや煮物に



36 冷
グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
小巻き芋しらたき
6個 198円(税) 214円(税) 通常税込 227円
群馬県産のこんにゃく芋を使用したしらたきを小巻きにしました。さっと水洗いして煮物や炒め物に。こんにゃく芋(群馬県)



37 冷
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞76日
やわらかこんにゃく 2個組
120g×2 280円(税) 302円(税) 通常税込 324円
噛む力が弱い方でも食べやすいやわらかいこんにゃく。このままでも食べられますが、味付けしても。こんにゃく芋(群馬県)



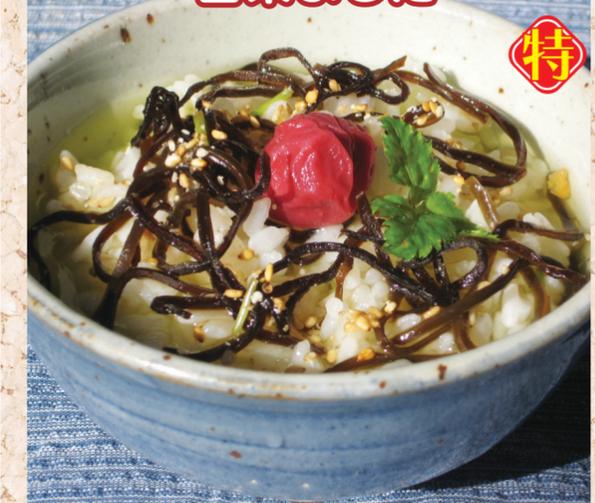
38 冷 米大 小
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞90日
味付やわらかこんにゃく
6個入 198円(税) 214円(税) 通常税込 238円
噛む力が弱い方でも食べやすいやわらかいこんにゃく。かつおだしと醤油で味付けしてあります。湯煎で温めます。こんにゃく芋(群馬県)



39 冷
グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞130日
有機味付玉こんにゃく
6個入 198円(税) 214円(税) 通常税込 238円
味付けは、カツオの節と醤油、砂糖のみ。味がしっかりしみていて、食感の良さも魅力です。湯煎するだけで手軽に食べられます。

今週のおすすめ

常総組合員の要望で 出来ました



「無添加の塩吹昆布が欲しい」という常総組合員の要望を受けて出来た商品です。「前日OK」冊子に載っているので、いつでも注文可能です。ご飯やお茶漬け、パスタの味付けにも。

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。

590 米大 小
リアス(千葉県・船橋市) 賞180日
塩吹昆布
35g 280円(税) 302円(税) 通常税込 322円
供給部 丸山の おすすめ
昆布(北海道) [放] 不検出 <4.0 <3.6

カインズ プロデュースの中華点心

みんな大好き! 餃子の定番のひとつに



シンプルで国産素材にこだわる商品を提供するカインズから新登場。「餡の味がしっかりしている、何もつけなくても美味しい」と職員の試食でも好評でした。1個当たりが大きめの20g(通常18g)で食べ応えがあります。

41 凍 米大 小 25個
オカダ食品(神奈川県・秦野市)
今晚の餃子
20g×25個 710円(税) 767円(税) 通常税込 787円
野菜・小麦・豚肉(国内産)



6本
自社製の皮で1つずつ丁寧に手巻きしました

42 凍 米大 小
オカダ食品(神奈川県・秦野市)
鉄鍋しそ入り棒餃子
30g×6本 495円(税) 535円(税) 通常税込 551円
野菜・小麦・豚肉(国内産)

長崎から ご当地 鍋の素特集



全品 特価

次回予告
まだまだあります九州の鍋!
2月4回でもご紹介!

43 1袋1人前 米大 小
チョココ醤油(長崎県・長崎市)
本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ
30ml×4袋 350円(税) 378円(税) 通常税込 410円
本場長崎ちゃんぽんの白湯(白イタ)ベースで作った鍋つゆです。濃厚な味わいをお楽しみください。大豆、小麦(カナダ)

44 1袋1人前 米大 小
チョココ醤油(長崎県・長崎市)
九州だし寄せ鍋つゆ
30ml×4袋 350円(税) 378円(税) 通常税込 410円
焼きあご、原木しいたけ、かつお節、干しえびの九州産だしを原料に使用した鍋の定番「寄せ鍋」のつゆです。大豆、小麦(カナダ)

旬の白菜がたっぷり食べられる! 牛乳と米粉のやさしい味です

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

8 白菜 239 前 620 米粉

白菜のクリーム煮

◆材料
白菜 1/4個(500g)
ベーコン 3枚
コンソメ 2袋
塩こしょう 適量
A 牛乳 2カップ
米粉 大2

◆作り方
① 白菜は葉と軸に切り分けて、ざく切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。
② 鍋に油を熱して、ベーコンをサッと炒める。白菜の軸を先に入れて炒め、透き通ってきたら葉の部分を加えてサッと炒める。
③ 水をひたひた位まで入れて、コンソメを入れ白菜が柔らかくなるまで煮る。
④ Aを混ぜ合わせて鍋に入れてとろみをつけ、塩こしょうで味を調える。



酒粕で免疫力アップ! 鶏の旨味と根菜で、体の芯から温まる

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

12 大根 208 手羽先 298 酒粕

◆材料
手羽先 300g
大根 500g
人参 1/2本
こんにゃく 100g
だし昆布(カット) 2本
酒粕 60g
「塩」 小さじと1/2
A みりん 大さじ1
しょうゆ 大さじ1
七味唐辛子 少々

◆作り方
① 大根は皮をむいて4cm長さに切り、縦半分にしてさらに2~3つに切る。人参・こんにゃくは一口大に切る。
② 鍋にだし昆布と肉、大根、水5カップを入れて、火にかけてアクを取りながらゆでる。途中で人参とこんにゃくを加えやわらかく煮る。
③ 酒粕をスープ少量でやわらかくし加える。
④ Aで調味する。
⑤ 器に盛り、食べる時にお好みで七味唐辛子をふる。



手羽先と大根の粕汁

※他に好みの根菜を加えたり、絹さや等も添えても。

下記の野菜は表紙で掲載しています



From 無茶々園 今が最盛期!



無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園のはるか 1kg 598円(税646円)...



無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園の伊予柑 1kg 538円(税581円)...

シーズン初 常総生協 限定企画



タンカン 約550g 528円(税570円)...



はっさく(八朔) 1.5kg 618円(税667円)...

やっぱり美味しい 竹村さんのいちご



竹村さん(茨城県・かすみがうら市) 竹村さんのいちご 200g×2 899円(税971円)...

温州みかんの中でもやや大きめで高糖系の品種です。減農薬栽培。



江川農園(神奈川県・小田原市) 江川さんの青島みかん 1kg 380円(税410円)...



小林さん(長野県・中野市) 長野・小林さんのサンふじ(はねだし) 3玉 398円(税430円)...

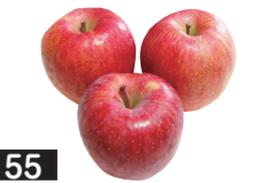
親子3代にわたり農業を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用ください。農業無散布。



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



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



ケアイ農産(青森県・八戸市) りんご(ふじ)小玉 3~4玉 554円(税598円)...



おきたま農産(山形県・高島町) りんご(ふじ) 3玉 430円(税464円)...



組合員さんからのクチコミ 毎年この時期を楽しみにしています。酸味がしっかり感じられ、甘みとの加減もちょうど良く、甘みは生のまま皮つきで頂きました。



作本さん(熊本県・熊本市) 大葉 10枚 145円(税157円)...



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178円)...



ケアイ農園(青森県・千葉さん(北海道)) にんにく 約70g 250円(税270円)...



藤嶋さん(熊本県・天草市) きゅうり 3本 258円(税279円)...



福山さん(宮城県・新富町) ピーマン 約130g 178円(税192円)...



イバラキ食品(茨城県・石岡市) もやし 250g 59円(税64円)...

from 行方 長島さんのレタス



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) 長島さんのレタス 1玉 276円(税298円)...



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) 長島さんのサニーレタス 1玉 170円(税184円)...

寒さが増すほどに甘くなる!



浅野さん(茨城県・常総市) 浅野さんのほうれん草 約200g 198円(税214円)...



あゆみの会・関さん(茨城県・茨城町) 小松菜(少量) 1束(約150g) 150円(税162円)...



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) 長島さんの小松菜 1束(約200g) 189円(税204円)...



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) 長島さんの小松菜 1束(約200g) 189円(税204円)...



木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんの春菊 1束 180円(税194円)...



かきの土手鍋



木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんの長ねぎ 500g 220円(税238円)...



井上さん(埼玉県・美里町) 深谷ネギ(根深白ネギ) 約350g 250円(税270円)...



藤嶋さん(熊本県) または 又村さん(北海道) 初恋スマートミニトマト 約180g 335円(税362円)...

小さなトマトですが旨味はギュッと詰まっています



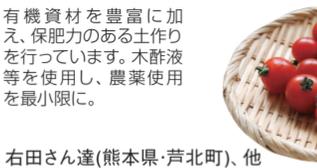
大木さん(茨城県・常総市) 大木さんの中玉トマト 300g 398円(税430円)...



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



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市) 中村さんのラディッシュ 5~7玉 138円(税149円)...



右田さん(熊本県・芦北町) 他 ミニトマト 約150g 230円(税248円)...



熊本さん(熊本県) または 又村さん(北海道) ミニトマト 約400g 585円(税632円)...



無農薬 特 すごいぞ! 菊芋! 水溶性食物繊維「イヌリン」が、糖質の吸収を穏やかにし、血糖値を抑えます。カリウムも豊富。血圧を下げる効果も期待できます。生で、きんぴら等加熱でもOK。

85 西山さん(熊本県・天草市) 菊芋 約200g 260円(税込281円) 通常税込298円



シーズン初 無農薬 2L(2本入)~ Sサイズ(8本前後)でお届け ココが違う! 吉澤さんのアスパラ 通常は数年間株を使い続けますが、吉澤さんは1年で更新。連作障害を起こさない工夫で、農業不使用です。※出始めは細めです。(100gで5~8本前後)ご了承ください。

86 吉澤さん達(群馬県・昭和村) グリーンアスパラ 約100g 318円(税込343円)

菌床の中身が違う! 安田さんのなめこ 通常は輸入のコーンコブ(トウモロコシの芯)の菌床が多いのですが、安田さんは、岐阜や秋父の広葉樹のおがくず 国産小麦の外皮(ふすま) 国産米のぬか 貝化石のミネラルなどを贅沢に自家ブレンド。風味が違います。



87 安田さん(福島県・郡山市) 安田さんのなめこ 70g 107円(税込116円) 通常税込124円



無農薬 温野菜・スープで 芽キャベツ 約130g 240円(税込259円)

88 岡安さん達(愛知県・幸田町) 芽キャベツ



無農薬 89 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市) ブロccoli 1個(蕾9cm以上) 285円(税込308円)

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



92 あゆみの会・白鳥千いも生産組合(茨城県・鉾田市) 干しいも 130g 646円(税込698円)

93 さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 干し柿(市田柿) 150g(4~7個) 798円(税込862円)

肉質はきめ細かく、加熱すると甘みが増します。※今期はシンクイムシがひどく育成初期に1回だけ農薬使用。



94 木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんの大根(三浦系) 1本 210円(税込227円)



95 木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんのかぶ 1束(2~5玉) 183円(税込198円)



96 浅野さん(茨城県・常総市) 浅野さんの人参 500g 198円(税込214円)



97 木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんの黒田五寸人参 約1kg(大小無選別) 250円(税込270円)



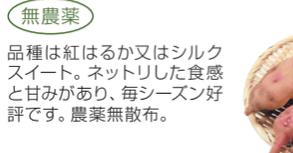
98 微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市) 高柳さんのれんこん 400g 440円(税込475円)



99 1.2~1.5kg 1100円(税込1188円)



100 上村さん達(青森県・八戸市) 長芋 200g 228円(税込246円)



101 微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市) 大和田さんのさつまいも 500g 250円(税込270円)



102 1kg 498円(税込538円)



103 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)



104 まごころの里(北海道・美幌町) じゃがいも(サッシー) 700g 238円(税込257円)



105 800g 230円(税込248円)



107 1kg 230円(税込248円)



109 まごころの里・吉田さん達(北海道・栗山町) ミニ玉ねぎ 2S~S(500g) 120円(税込130円)



110 木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんの里芋 500g 250円(税込270円)



111 あゆみの会・村野さん達(鹿児島県・中種子町) みつき(安納紅) 500g 428円(税込462円)



112 山田さん(茨城県・つくば市) 山田さんのしめじ 200g 250円(税込270円)



112 山田さん(茨城県・つくば市) 山田さんのしめじ 200g 250円(税込270円)



113 村上さん(栃木県・高根沢町) 舞茸 100g 220円(税込238円)



114 村上さん(栃木県・高根沢町) 生きくらげ 100g 277円(税込299円)



115 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)



116 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)



117 丸金(長野県・長野市) えのき茸 170g 184円(税込199円)



118 丸金(長野県・長野市) ブラウンえのき茸 125g 148円(税込160円)



119 飯泉さんの生しいたけ 100g 210円(税込227円)



121 冷凍 かぼちゃ 500g 426円(税込460円) 通常税込474円



122 冷凍 北海道つぶコーン 250g 278円(税込300円)



123 冷凍 5種のお豆ミックス 300g 348円(税込376円)



124 冷凍 北海道産いんげん 200g 307円(税込332円)



125 冷凍 北海道のそのまま枝豆 250g 315円(税込340円)

120 200g 225円(税込243円)

126 冷凍 アボカドスライス 150g 298円(税込322円)

127 冷凍 4種のベリーミックス 200g 368円(税込397円)

128 冷凍 冷凍カットレモン 150g 245円(税込265円)

128 冷凍 冷凍カットレモン 150g 245円(税込265円)

128 冷凍 冷凍カットレモン 150g 245円(税込265円)

今週の さかなごはん!

お魚担当 よこぜきの アジの干物の 南蛮漬

- ◆材料(2人分) あじの干物 2枚 薄力粉 大1.5...



- ◆作り方 ① にんじんは皮をむいて細切り、長ねぎは斜め薄切りにする。

魚の旨みがギュッと凝縮された干物に酸味の効いた南蛮ダレが染み込んで意外な美味しさだけではない、新しい調理方法で干物の魅力を再発見してください!

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。

凍ったまま加熱してください

133 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 国内産冷凍あさり 180g 398円(税430円)

134 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 酒沼のしじみ(冷凍) 200g 398円(税430円)

135 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 320円(税346円)

136 2枚 丸一商店(千葉県・南房総市) さば一夜干し 片身2枚200g 480円(税518円)

138 凍 カネヘイ下谷商店(千葉県・鎌子市) さんま開き2枚 2枚170g 398円(税430円)

139 凍 山米(兵庫県・新温泉町) とびうお一夜干し(酒塩) 2枚約120g 610円(税659円)

140 凍 山米(兵庫県・新温泉町) 大振りはたはた西京漬 2尾約110g 680円(税734円)

141 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 国産さば生姜醤油漬 3枚180g 457円(税494円)

142 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 三陸産天然ぶり生姜醤油漬 3切180g 398円(税430円)

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

144 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 香ばし味噌のぶり切身 5~6切170g 598円(税646円)

145 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 香ばし味噌のさばフィレ 200g(片身2枚入) 480円(税518円)

146 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459円)

147 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572円)

水産品の放射能検査について 調査対象漁獲海域: 関東1都3県と静岡県...

お米

大好きです! めぐみちゃん! 「めぐみちゃん」生産者と組合員さん

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米) 502011 白米 5kg 3500円(税3780円)

やさとのお米(コシヒカリ) 502031 白米 5kg 1950円(税2106円)

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ) 502001 白米 5kg 2350円(税2538円)

宮城・黒澤さんのコシヒカリ 502015 白米 5kg 3500円(税3780円)

山形・おきたま興農舎 502041 つや姫(白米) 2kg 1690円(税1825円)

502071 庄内協同ファーム 白山紫黒(有機栽培紫黒米) 300g 720円(税778円)

502072 中村商店(神奈川県・横浜市) 有機初発芽玄米「ぐるめくらぶ」 1kg 1150円(税1242円)

502074 自然薬方研究所 白米用雑穀セット 500g 1048円(税1132円)

502077 自然薬方研究所 玄米用雑穀セット 500g 1143円(税1234円)

Table with 5 columns: 産地, 名称, 品種, 白米, 玄米. Contains 2023 year rice radiation inspection results.

まぐろ専門店 ヤマサ脇口商店

流水解凍で マグロの旨さ! 蘇る

和歌山県・那智勝浦港に水揚げされる生まぐろを自ら吟味します。特殊な凍結技術により、流水解凍で美味いまぐろが手軽に食べられる様に工夫しました。



紀伊勝浦産の天然活メバチを特許技術で急速凍結。冷蔵または流水解凍で。
148 凍 ヤマサ脇口水産(和歌山県・那智勝浦町) 賞30日
海桜まぐろ びんちょうお徳用(ふぞろい)
300g 998円(税) 1078円(税込) 1112円(通常税込)
びんちょうまぐろ(和歌山県)



150 凍 ヤマサ脇口水産(和歌山県・那智勝浦町) 賞30日
海桜まぐろ びんちょう冊
100g 619円(税) 669円(税込) 691円(通常税込)
紀伊勝浦産の天然活メバチを特許技術で急速凍結。流水解凍でもちもちの生まぐろの旨さが蘇ります。
びんちょうまぐろ(和歌山県)

149 凍 ヤマサ脇口水産(和歌山県・那智勝浦町) 賞30日
海桜まぐろ めばち冊(赤身)
100g 948円(税) 1024円(税込) 1058円(通常税込)
紀伊勝浦産の天然活メバチを特許技術で急速凍結。流水解凍でもちもちの生まぐろの旨さが蘇ります。
めばちまぐろ(和歌山県)

宮城県 石巻 万石浦で育った「プリプリ」の牡蠣

全品特価



掲載の3品は 2月3回のお届け
加熱済なので解凍してそのまま食べられます

151 凍 まるたか水産(宮城県・石巻市) 賞90日
荻浜湾で育ったプリプリ冷凍かき
150g 544円(税) 588円(税込) 605円(通常税込)
かき(宮城県) 【放】不検出 <3.2 <4.5

152 凍 まるたか水産(宮城県・石巻市) 賞90日
蒸しかき
60g 443円(税) 478円(税込) 497円(通常税込)
グリコーゲンが一番多くなる春に漁獲した牡蠣を厳選し、殻をむいてすぐに、何も加えず蒸しました。
かき(宮城県)

153 凍 丸小 まるたか水産(宮城県・石巻市) 賞90日
大粒かきフライ
4~8個220g 498円(税) 538円(税込) 555円(通常税込)
三陸半島の清浄海域で育った良質の大粒生かきを使用し、パン粉をまぶして仕上げました。揚げて。
かき(宮城県)

154 凍 ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温造り 甘塩さば切身4切
4切240g 498円(税) 538円(税込)
ノルウェー産のさばを、甘塩タイプの塩さばにしました。脂質20%以上で、脂がのっています。
さば(ノルウェー)

155 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
真あじフィーレ
片身5~8枚前後 200g 470円(税) 508円(税込)
長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。
真あじ(長崎県)

156 凍 ダイヤツ(鳥取県・米子市) 賞180日
氷温造り 生妻焼き用シルバー切身
2切140g 350円(税) 378円(税込)
主にニュージーランド産で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を生妻醤油に漬けて氷温熟成させました。
シルバー(主にニュージーランド)

157 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日
焼津港のめばちまぐろ中落ち風
120g 798円(税) 862円(税込)
めばちまぐろの中落ちに近い部分をスライスしました。
※表面の酸化防止のため若干のなたね油、食塩を使用。
めばちまぐろ(太平洋)

158 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日
焼津港のたろかつお炭火焼き
170g(2個) 555円(税) 599円(税込) 616円(通常税込)
日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰹を炭火焼きに。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群です。
かつお(日本太平洋沖合北部)

塩焼き、煮付けで!
3個 163 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞60日
めばちまぐろカマ
3個 300g 435円(税) 470円(税込) 486円(通常税込)
遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。
めばちまぐろ(太平洋)

159 凍 日本生活協同組合連合会
国産いかそうめん
30g×2 498円(税) 538円(税込)
国産の良質なすりめいかを、つるつる食感のよいいかそうめんにしました。解凍してそのままどうぞ。
すりめいか(国内産)

160 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
昆布めしめ鯖(まろやか風味)
1枚110g 428円(税) 462円(税込)
三枚におろして骨を取り、一晚じっくり調味酢に漬け込み、昆布めしにしました。※ゼラチンは豚由来。
さば(アイルランド、アイスランド)

161 凍 山米(兵庫県・新温泉町) 賞90日
ほたるいか醤油麹漬け
100g 470円(税) 508円(税込) 528円(通常税込)
獲れたてのほたるいかを、極めて鮮度が良いうちに山米オリジナルのタレに漬け込み、4日間熟成させました。
ほたるいか(兵庫県)

162 凍 湊水産(宮城県・石巻市) 賞30日
無着色たらこ(切子込み)
60g 498円(税) 538円(税込)
すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わずに味付け。魚鱗、鰓、昆布の風味をお楽しみください。
すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)

163 凍 三陸産の新鮮なかに
3個 163 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞60日
めばちまぐろカマ
3個 300g 435円(税) 470円(税込) 486円(通常税込)
遠洋まぐろ延縄船の日本船のめばちまぐろのカマを1個100g位でカットしました。塩焼き、煮付けなどで。
めばちまぐろ(太平洋)

164 凍 湊水産(宮城県・石巻市) 賞30日
無着色明太子(切子込み)
60g 498円(税) 538円(税込)
着色料や化学調味料不使用。魚鱗、鰓、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。
すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)

164 凍 湊水産(宮城県・石巻市) 賞30日
無着色明太子(切子込み)
60g 498円(税) 538円(税込)
着色料や化学調味料不使用。魚鱗、鰓、昆布、唐辛子のシンプルな味付けです。
すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)

165 凍 海泉水産(静岡県・浜松市) 賞120日
しらす干し
20g×3 500円(税) 540円(税込)
遠州灘~伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。
しらす(遠州灘~伊勢湾)

166 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
魚屋さんの混ぜちりめん
50g 370円(税) 400円(税込)
国産の小魚と7種類の海藻をブレンド。混ぜご飯のほか、おにぎり、汁もの、パスタなど幅広く使えます。
しらす(遠州灘~伊勢湾)

167 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
えび・いかミックス
150g 398円(税) 430円(税込)
生のむきえびとアカイカのミックスです。かき揚げ、炒め物、カレーなど幅広く利用できます。
えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

168 凍 大新(鳥取県・境港市) 賞120日
いわしごぼうつみれ
160g 335円(税) 362円(税込) 373円(通常税込)
国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。
いわし(国内産)

169 凍 宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)
わかめかぶ じゃこ天
50g×2 430円(税) 464円(税込) 486円(通常税込)
魚肉(愛媛県)、わかめ・めかぶ(宮城県)

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。

リアス×みよしの生産者コラボ商品

組合員さんからのクチコミ
宇和島練り物工房のじゃこ天、美味しかったのでまたお願いします!
宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に三陸産のわかめとめかぶを練り込んだじゃこ天です。

170 凍 宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)
みよしのじゃこ天
50g×2 450円(税) 486円(税込)
魚肉(愛媛県)

171 凍 宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)
魚団子
150g 450円(税) 486円(税込)
新鮮なアジに豆腐を混ぜた柔らかい食感の魚団子です。煮物やお味噌汁の具材に入ると出汁が良く出ます。

172 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日
長崎もすく天
2枚(130g) 450円(税) 486円(税込)
白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にすずきをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。
魚肉(国内産・タイ)、もすく(国内産)

地魚たっぷり!長崎一番の練り物

172 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日
長崎もすく天
2枚(130g) 450円(税) 486円(税込)
白身魚(タラ、エソ、タチウオ)のすり身にすずきをたっぷり入れました。生食はもちろん、軽く温めても。
魚肉(国内産・タイ)、もすく(国内産)

173 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞7日
長崎 甘鯛入りさつま揚げ
5枚125g 410円(税) 443円(税込)
長崎の魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。
甘鯛(長崎県)

174 凍 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞8日
長崎 いか天
30g×4 330円(税) 356円(税込)
いかの胴部分のカットと、いかのミンチをすり身に混ぜて独特の食感に仕上げた、いかたっぷりの揚げ天です。
すけそうだら(国内産、タイ)

高橋徳治商店 こだわりの練り物

ほんのり味噌風味
175 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
「高橋徳治商店」のごぼう揚
3枚117g 389円(税) 420円(税込)
味噌漬のごぼうとすけそうだらのすり身、小魚すり身を混ぜ合わせ、米油で揚げました。自然解凍でも。
ごぼう(国内産)すけそうだら(北海道)

176 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
ぼたんちくわ
5本150g 360円(税) 389円(税込)
無リンたらすり身にアブラソウザメを混ぜ、魚肉の旨味が味わえる竹輪です。煮付けやおでん、磯辺揚げに。
すけそうだら(北海道)

177 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
おとうふ揚げ(五目)
5個165g 325円(税) 351円(税込)
おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種類の野菜(人参・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。
すけそうだら(北海道)

汁物に入れると 美味しいダシが出ます
178 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) 421円(税込)
北海道の無リンたらすり身を原料に小魚を練りこみ深みある味と食感に仕上げました。プレーンなさつま揚げ。
すけそうだら(北海道)

「東北人でしか作れないおでん種」がコンセプト
179 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞120日
いわしだんご
5個 328円(税) 354円(税込) 366円(通常税込)
三陸産のいわしと北海道産のタラのすり身を合わせ、ねぎと味噌を練り込んだ柔らかい食感のだんごです。
いわし(宮城県)

180 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日
三陸おでん種セット
6種10品 317g 698円(税) 754円(税込) 774円(通常税込)
宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩手産のわかめ、大豆など東北の食材にこだわって作りました。
すけそうだら(北海道)



まだまだ寒い季節
**おうちdeしゃぶしゃぶ
 しませんか?**

**全品
 特価**

340円/100g
181 凍
 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞30日
岩瀬さんの豚ロースしゃぶしゃぶ用
 200g **630円**(**税680円**)通常税込698円
 きめが細かく脂が適度に入った部位。しゃぶしゃぶ用にスライスしました。茨城県

233円/100g
182 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて3日
茨城県産ロースポーク モモしゃぶしゃぶ用
 250g **540円**(**税583円**)通常税込598円
 赤身主体部位であるモモ肉を薄くスライスしました。厚さ1mm。茨城県

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。
- ロースポーク: 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トウモロコシと大豆粕を使用。飼育期間約6ヶ月。

**畜産定番品
 移動ページ**

表紙
 岩瀬さんのバラスライス
 ロースポークの挽肉
 秋川の若鶏モモ

16ページ
 茨城県産ロースポーク
 徳用焼肉セット

281円/100g
191 冷
 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚モモ一口カツ用
 200g(5~6切) **520円**(**税562円**)
 赤身主体のモモを一口カツ用にカット。旨味がたっぷりなので、そのまま塩焼き等でもおいしいです。茨城県

205円/100g
192 冷
 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**)
 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

286円/100g **特**
197 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ロースポーク ロース切り身
 2枚 200g **530円**(**税572円**)通常税込586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

165円/100g
198 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ロースポーク 徳用小間切
 200g×2 **610円**(**税659円**)
 小間切徳用タイプ。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。

194円/100g
203 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネ
 250g **450円**(**税486円**)
 あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。茨城県

173円/100g
208 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 手羽先
 300g **480円**(**税518円**)
 ゼラチン質に富み、コクのある部位。茨城県

173円/100g
209 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 手羽元
 300g **480円**(**税518円**)
 唐揚げやスープ煮に。茨城県

215円/100g **特**
214 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏せせり
 200g **398円**(**税430円**)通常税込454円
 鶏肉の稀少部位です。首まわりの肉なので弾力があり引き締まっています。串焼きや塩焼きで。山口県・島根県・福岡県・熊本県

156円/100g **特**
215 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏ぶつ切り(バラ凍結)
 500g **720円**(**税778円**)通常税込798円
 モモ・ムネ肉を骨付きで、使いやすい大きさにカットしました。唐揚げや煮物に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

時間がない時に、野菜と一緒に食卓へ 便利な味付け肉特集 全品特価



229円/100g
183 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞14日
茨城県産ロースポーク 小間切(タレ付)
 250g **530円**(**税572円**)通常税込594円
 ロースポークの豚小間を桃花林焼肉のタレで味付けしました。野菜と一緒に炒めるだけで一品が完成します。豚肉(茨城県)



297円/100g
184 冷
 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 ロース塩こうじ漬
 2枚 200g **550円**(**税594円**)通常税込646円
 豚ロース肉を、自社製の塩こうじに漬けました。豚肉(神奈川県)



232円/100g
185 冷
 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞6日
丹沢高原豚 豚こま味噌漬
 200g **430円**(**税464円**)通常税込497円
 豚こまを自家製味噌ダレで漬け込みました。ほんのりピリ辛。野菜と一緒にどうぞ。豚肉(神奈川県)



215円/100g
186 凍
 秋川牧園(山口県・山口市)
若鶏の生姜焼き
 200g **398円**(**税430円**)通常税込442円
 若鶏むね肉スライスを特製だれに漬け込み、味付け済なので解凍後炒めるだけ。フライパンで焼いて。鶏肉(国内産)

349円/100g
187 冷
 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚肩ローススライス
 200g **646円**(**税698円**)
 赤身の中に適度な脂身が交じる、味の良い部位。一口大に切って焼肉にも。茨城県

281円/100g
188 冷
 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**)
 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
189 冷
 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**)
 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

349円/100g
190 冷
 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚肩ロース切身
 2枚200g **646円**(**税698円**)
 赤身の中に適度な脂身の交じる美味な部位。とんかつや、ポークソテーも美味。茨城県

205円/100g
193 凍
 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**)
 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

222円/100g
194 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ロースポーク モモブロック
 500g **1030円**(**税1112円**)
 モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に見えるようにブロックでお届け。茨城県

238円/100g
195 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ロースポーク バラスライス
 250g **551円**(**税595円**)
 厚さ3~3.5mm。茨城県

228円/100g
196 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ロースポーク モモスライス
 250g **528円**(**税570円**)
 赤身主体部位。厚さ3mm。茨城県

166円/100g
199 冷
 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ロースポーク 小間切
 150g×2 **460円**(**税497円**)
 飼料内容や肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。茨城県

292円/100g
200 凍
 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞120日
丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉
 200g **540円**(**税583円**)
 1頭から約300gしかとれない希少な部位です。焼肉、炒め物に。神奈川県

299円/100g
201 凍
 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞120日
丹沢高原豚 トントロ焼肉用
 200g **554円**(**税598円**)
 1頭から約300gしか取れない希少部位。焼肉、炒め物に。神奈川県

210円/100g **特**
202 冷
 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞4日
丹沢高原豚 小間切
 200g **388円**(**税419円**)通常税込430円
 各部位から集めています。神奈川県

313円/100g
204 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 モモ
 250g **725円**(**税783円**)
 ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。茨城県

258円/100g
205 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ササミ
 250g **598円**(**税646円**)
 脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。茨城県

268円/100g
206 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネモモ小間切
 250g **620円**(**税670円**)
 必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。茨城県

276円/100g
207 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用
 250g **640円**(**税691円**)
 必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。茨城県

116円/100g
210 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 レバー
 250g **268円**(**税289円**)
 生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。茨城県

186円/100g
211 凍
 野口さん達(茨城県・桜川市)
つくば茜鶏 挽肉
 250g **430円**(**税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

224円/100g
212 凍
 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**)
 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

245円/100g
213 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏モモスライス
 250g **568円**(**税613円**)
 厚さ5mmの鶏モモのスライス。焼いても茹でてもサッと使えます。サラダ等に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

648円/1本
216 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏骨付モモ(バラ凍結)
 2本 (740g) **1200円**(**税1296円**)
 ローストチキンや唐揚げをはじめ、骨付きを利用した煮込み料理などに。山口県・島根県・福岡県・熊本県

252円/100g
217 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏手羽先チュールリップ(バラ凍結)
 300g **700円**(**税756円**)
 手羽先をチュールリップ状に加工しました。からあげにおすすめです。約5~8本。山口県・島根県・福岡県・熊本県

178円/100g **特**
218 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞120日
秋川の若鶏砂肝
 200g **330円**(**税356円**)通常税込378円
 コリコリとした歯ざわりが特徴の砂肝です。炒め物等に。山口県・島根県・福岡県・熊本県

194円/100g
219 凍
 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏むねミンチ(バラ凍結)
 500g **898円**(**税970円**)
 ムネ肉を厚さ3.2mmのミンチにしました。炒め物やそばろなどに。山口県・島根県・福岡県・熊本県

坊津牛を食べて支えよう! 全品特価

666円/100g 鮮やかな霜降りの入った部分のみを厳選した黒牛の切り落とし. 220 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛特選切り落とし 150g×2 1850円(税1998円) 通常税込2106円

540円/100g 221 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛モモしゃぶしゃぶ用 300g 1500円(税1620円) 通常税込1728円

565円/100g 222 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1922円) 通常税込1955円

599円/100g 223 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛カルビ焼肉用 180g 998円(税1078円) 通常税込1123円

587円/100g 224 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿児島 坊津黒牛焼肉用(モモ、バラ) 300g 1630円(税1760円) 通常税込1825円

おでんと一緒に イメージ 225 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場の生ウインナー 6本 120g 380円(税410円) 通常税込443円

チャーシュー丼で 226 冷 ミートバル村山(茨城県・土浦市) 村山さんのチャーシュー 200g 485円(税524円) 通常税込540円

畜産加工品人気NO1 227 冷 山武食品(三重県・川越町) 国産牛の牛丼 140g×2 645円(税697円) 通常税込711円

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。約2年半かけて育てます。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。

能勢農場 228 凍 能勢農場(大阪府・能勢町) 能勢食肉センター 牛バラたれ付焼肉大盛 500g 2500円(税2700円) 通常税込2916円

229 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 1080円(税1166円) 通常税込1320円

230 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 国産牛小間切 160g 445円(税481円) 通常税込491円

231 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 国産牛挽肉 200g 400円(税432円) 通常税込464円

232 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉マイルドポークウインナー×2 94g×2 380円(税410円) 通常税込443円

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。

233 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉つかいきりポークウインナー×3 49g×3 285円(税308円) 通常税込322円

234 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉ローズハムスライス×2 60g×2 568円(税613円) 通常税込654円

235 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉ポークソーセージ 200g 440円(税475円) 通常税込491円

236 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉 Chorizo 30g×5 450円(税486円) 通常税込516円

237 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場の粗挽ウインナー 120g 320円(税346円) 通常税込368円

238 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場のボンレスハムスライス 100g 390円(税421円) 通常税込460円

239 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場のバラベーコンスライス 100g 420円(税454円) 通常税込494円

240 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場のスモークレバー 100g 370円(税400円) 通常税込430円

241 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場のサラミソーセージ 100g 598円(税646円) 通常税込704円

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

243 プレーン 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場ヨーグルト 400g 380円(税410円) 通常税込443円

乳製品 デザート 【お願いです】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。(価格にはピン代は含まれていません)

244 加糖 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場ヨーグルト 400g 390円(税421円) 通常税込460円

245 冷 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 100g 538円(税581円) 通常税込619円

246 冷 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン) 40g 308円(税333円) 通常税込361円

247 冷 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(パシル) 30g 209円(税226円) 通常税込257円

248 冷 サツラク農協(北海道・札幌市) サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン) 500g 324円(税350円) 通常税込404円

249 冷 サツラク農協(北海道・札幌市) サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖) 80g×3 248円(税268円) 通常税込312円

250 冷 ホリ乳業(石川県・金沢市) 腸内活性ヨーグルト(プレーン) 380g 593円(税640円) 通常税込713円

251 冷 ホリ乳業(石川県・金沢市) 腸内活性ヨーグルト(加糖) 90g×3 515円(税556円) 通常税込621円

252 2本組 酪王乳業(福島県・郡山市) 生乳たっぷりのむヨーグルト 180ml×2 276円(税298円) 通常税込334円

253 5本組 酪王乳業(福島県・郡山市) 生乳たっぷりのむヨーグルト 180ml×5 640円(税691円) 通常税込771円

254 冷 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 濃厚豆乳プリン 100g×2 267円(税288円) 通常税込325円

255 冷 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 豆乳ぷりん 黒ごま 80g×4 330円(税356円) 通常税込416円

256 冷 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 豆乳マンゴープリン 80g 130円(税140円) 通常税込160円

257 冷 創健社(神奈川県・横浜市) べに花ハイプラスマーガリン 180g 375円(税405円) 通常税込450円

258 冷 日本生活協同組合連合会 乳酸ドリンク 65ml×10 235円(税254円) 通常税込299円

259 冷 創健社(神奈川県・横浜市) べに花ハイプラスマーガリン 180g 375円(税405円) 通常税込450円

260 冷 日本生活協同組合連合会 乳酸ドリンク 65ml×10 235円(税254円) 通常税込299円

Le・Lourdes (神奈川県・中井町)

イチオシは「全粒粉食パン」。小麦の香り、味わいを最大限に引き出した自慢の逸品です。

16

特

264 1斤 (ノースライス) 305円(税込) 329円(通常税込) 340円(通常税込)

265 1斤 (ノースライス) 635円(税込) 686円(通常税込) 697円(通常税込)

266 3個 320円(税込) 346円(通常税込)

267 1個 550円(税込) 594円(通常税込)

自家製酵母パン Le・Lourdes (レ・ルルド)

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

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

Le・Lourdes (神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

パン・ド・ミ(食パン) 1斤

259 6枚 285円(税込) 308円(通常税込)

260 8枚 285円(税込) 308円(通常税込)

261 ノースライス 275円(税込) 297円(通常税込)

266 3個 320円(税込) 346円(通常税込)

267 1個 550円(税込) 594円(通常税込)

CO-OP MAIL JOSO [2024年2月2日]

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味期間1~2日

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤

262 8枚 450円(税込) 486円(通常税込)

263 ノースライス 435円(税込) 470円(通常税込)

268 卵乳米大 750円(税込) 810円(通常税込) 832円(通常税込)

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。

地元で愛されるパン屋

269 半斤3枚 180円(税込) 194円(通常税込)

270 1斤6枚 340円(税込) 367円(通常税込)

271 1斤8枚 340円(税込) 367円(通常税込)

272 ノースライス 335円(税込) 362円(通常税込)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

276 凍 卵乳大 665円(税込) 718円(通常税込) 729円(通常税込)

277 凍 卵乳大 460円(税込) 497円(通常税込)

278 凍 卵乳米小 670円(税込) 724円(通常税込)

279 凍 卵乳米小 720円(税込) 778円(通常税込)

273 小 378円(税込) 408円(通常税込)

274 凍 小 320円(税込) 346円(通常税込)

275 卵乳小 370円(税込) 400円(通常税込)

276 凍 卵乳大 665円(税込) 718円(通常税込) 729円(通常税込)

277 凍 卵乳大 460円(税込) 497円(通常税込)

278 凍 卵乳米小 670円(税込) 724円(通常税込)

279 凍 卵乳米小 720円(税込) 778円(通常税込)

280 凍 小 288円(税込) 311円(通常税込) 322円(通常税込)

281 あん入り 460円(税込) 497円(通常税込)

282 あんなし 450円(税込) 486円(通常税込)

283 冷 卵乳大 460円(税込) 497円(通常税込) 538円(通常税込)

地元の店 いばらきベーグル

284 凍 卵乳米小 398円(税込) 430円(通常税込) 443円(通常税込)

285 凍 卵乳米小 184円(税込) 199円(通常税込) 210円(通常税込)

286 凍 卵乳米小 167円(税込) 180円(通常税込)

287 凍 卵乳米大 221円(税込) 239円(通常税込)

288 凍 卵乳米小 221円(税込) 239円(通常税込)

レンジ等で加熱してからお召し上がりください

281 あん入り 460円(税込) 497円(通常税込)

282 あんなし 450円(税込) 486円(通常税込)

283 冷 卵乳大 460円(税込) 497円(通常税込) 538円(通常税込)

286 凍 卵乳米小 167円(税込) 180円(通常税込)

287 凍 卵乳米大 221円(税込) 239円(通常税込)

288 凍 卵乳米小 221円(税込) 239円(通常税込)

289 卵 645円(税込) 497円(通常税込) 538円(通常税込)

290 卵 550円(税込) 594円(通常税込)

291 卵 890円(税込) 961円(通常税込)

292 卵 1050円(税込) 1134円(通常税込) 1188円(通常税込)

牛乳・卵

鈴木牧場牛乳 720ml 369円(税込) 399円(通常税込)

2 500ml 225円(税込) 243円(通常税込)

3 399円(税込) 399円(通常税込)

4 298円(税込) 322円(通常税込)

5 248円(税込) 268円(通常税込) 279円(通常税込)

6 355円(税込) 383円(通常税込)

7 350円(税込) 378円(通常税込)

8 355円(税込) 383円(通常税込)

ジャム・メープル スープ・みそ汁

289 卵 490円(税込) 529円(通常税込)

290 卵 550円(税込) 594円(通常税込)

291 卵 890円(税込) 961円(通常税込)

292 卵 1050円(税込) 1134円(通常税込) 1188円(通常税込)

293 冷 卵 310円(税込) 335円(通常税込)

次回から値上げ

291 卵 890円(税込) 961円(通常税込)

292 卵 1050円(税込) 1134円(通常税込) 1188円(通常税込)

契約卵 登録者 若干名募集中!

6 355円(税込) 383円(通常税込)

7 350円(税込) 378円(通常税込)

8 355円(税込) 383円(通常税込)

風邪や花粉症など健康管理が難しい季節

体に優しい海藻 「あかもく」が オススメです

あかもくは、ネバネバ成分であるフコイダン(その色素がフコキサンチン)・ポリフェノール・食物繊維が多く含まれ、健康食品として注目が集まり、近年では学術機関等での研究対象となっています。



フコキサンチン 抗酸化作用(もずくに比べ約5~6倍)・抗肥満作用・抗糖尿病作用

フコイダン 生活習慣病の予防・改善効果

食物繊維 便秘を予防・解消する効果と合わせて



294 凍りあかもく リアス(千葉県・船橋市) 松島湾産おさしみあかもく 100g 241円(税込260円) 通常税込270円



295 凍りあかもく リアス(千葉県・船橋市) 国産あかもくめかぶミックス 40g x 3 311円(税込336円) 通常税込356円

淡路島の素潜り天然わかめ



2~5月の厳寒期に素潜りで採る天然わかめ。最大の特徴はその「食感」。肉薄ですがシャキシャキで酢の物やサラダがおすすめです!

296 淡路島の天然わかめ(塩蔵) 竹友水産(兵庫県・洲本市) 150g 420円(税込454円) 通常税込470円

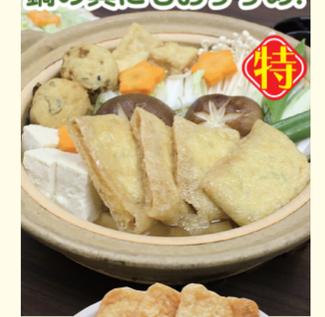
297 淡路島の天然わかめ(塩蔵) 竹友水産(兵庫県・洲本市) 200g 350円(税込378円) 通常税込397円

208 手羽先を使った 粕汁で温まろう!



298 灘の酒粕 高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 200g 335円(税込362円) 通常税込378円

焼くのはもちろん、鍋の具にもおすすめ!



299 焼いて食べる油揚げ包み(餃子風) 丸和食品(東京都・練馬区) 4個 315円(税込340円) 通常税込354円

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。



300 ミニもめん豆腐 丸和食品(東京都・練馬区) 150g x 2 198円(税込214円)



301 ミニきぬ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区) 150g x 2 198円(税込214円)



302 もめん豆腐 丸和食品(東京都・練馬区) 300g 198円(税込214円)



303 きぬ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区) 300g 183円(税込198円)

煮物に使いやすい 一口サイズ



309 ひじき入り京がんも 丸和食品(東京都・練馬区) 7個(140g) 280円(税込302円) 通常税込313円



304 青大豆 寄せ豆腐 丸和食品(東京都・練馬区) 200g 250円(税込270円)



305 押し豆腐 丸和食品(東京都・練馬区) 220g 264円(税込285円)



306 油揚げ 丸和食品(東京都・練馬区) 3枚 183円(税込198円)



307 絹生揚げ 丸和食品(東京都・練馬区) 230g 227円(税込245円)



308 味付えび入京がんも 丸和食品(東京都・練馬区) 10個 320円(税込346円)

おとうふ工房いしかわの豆腐&お惣菜



310 湯葉寄せ豆腐 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 300g 330円(税込356円)



311 山芋寄せ豆腐 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 200g 220円(税込238円)



312 芳醇とうふ ごま おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 300g 220円(税込238円)



313 湯葉とろ刺し おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 湯葉75g x 25g 290円(税込313円) 通常税込324円



314 豆腐ステーキ おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 豆腐2枚、タレ25g 320円(税込346円) 通常税込356円



320 やさとの半熟たまご(温玉) JAやさと(茨城県・石岡市) 4個(タレ無) 206円(税込222円)



315 八郷小粒納豆(タレ・カラシ付) JAやさと(茨城県・石岡市) 35g x 3 148円(税込160円)



316 水府納豆(タレ・カラシ付) 水府納豆(茨城県・常陸太田市) 40g x 3 180円(税込194円)



317 遊作納豆(タレ・カラシ付) 登喜和食品(東京都・府中市) 80g 260円(税込281円)



318 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) 40g x 2 184円(税込199円)



319 洗いもずく 浜食(東京都・調布市) 200g 240円(税込259円)



321 徳用あく抜きこんにゃく 鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 400g 118円(税込127円)



322 徳用あく抜きしらたき 鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 350g 118円(税込127円)



323 有機栽培生いもまるごと芋こんにゃく グリンリーブ(群馬県・昭和村) 100g x 3P 298円(税込322円)



324 有機栽培生いもまるごと芋しらたき グリンリーブ(群馬県・昭和村) 100g x 3P 298円(税込322円)



325 内麦生ラーメン(ソース付) 共生食品(神奈川県・相模原市) 麺120g x 3 スープ30g x 3 399円(税込431円)



326 国産味付ザーサイ 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 100g 348円(税込376円)



327 国産味付メンマ 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 90g 461円(税込498円)



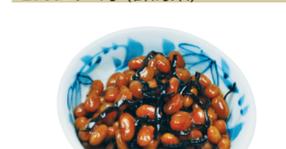
328 しらすくろみ 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 100g 598円(税込646円)



329 昆布豆 菊田商店(東京都・練馬区) 130g 250円(税込270円)



330 煮豆 とら豆 菊田商店(東京都・練馬区) 150g 366円(税込395円)



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



332 徳用あく抜きこんにゃく 鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 400g 118円(税込127円)



333 徳用あく抜きしらたき 鶴田食品千葉(千葉県・流山市) 350g 118円(税込127円)

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。

332 大紀コブファーム(奈良県・五條市) 小梅干し 120g **410円**(税) **443円**(税込) 通常税込 454円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

333 趙さんの味(宮城県・仙台市) 趙さんの味 熟成カクテキ 200g **418円**(税) **451円**(税込)

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

大根(国内産)

時季限定 素材を活かしたグリーンリーフのお漬物

白菜、きゅうり、人参を食塩と米酢、昆布だけで浅漬けにしました。

337 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 白菜の手もみ漬 200g **275円**(税) **297円**(税込) 通常税込 308円

白菜(国内産)

木桶熟成の醤油を使用 大根を醤油・砂糖・米酢を合わせた調味液で漬け込みました。かつおだしもきいています。

338 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 大根しょうゆ漬 150g **280円**(税) **302円**(税込) 通常税込 322円

大根(国内産)

334 趙さんの味(宮城県・仙台市) 趙さんの味 はさみ込みキムチ 350g **545円**(税) **589円**(税込)

こだわりの唐辛子やあみえびの旨辛など数種類の菜味と、白菜を漬け込んだ本格発酵キムチ。

白菜(国内産)

335 趙さんの味(宮城県・仙台市) 趙さんの味 熟成白菜キムチ 200g **420円**(税) **454円**(税込)

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

白菜(国内産)、唐辛子(中国)

336 八幡屋(茨城県・古河市) 福神漬(2個組) 100g×2 **320円**(税) **346円**(税込)

国内産の大根・茄子・蓮根・しその葉・生姜・なた豆・ごまを、砂糖・醤油・食塩・酢・味噌・醸だして漬込。

大根(国内産) 【放】不検出 <3.5 <3.0

339 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 糖しぼり大根 250g **340円**(税) **367円**(税込)

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)

340 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 農家で漬けたゆず白菜 250g **290円**(税) **313円**(税込)

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)

341 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 農家で漬けた白菜漬 250g **290円**(税) **313円**(税込)

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)

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) さんまチーズサンド 5~7個125g **435円**(税) **470円**(税込) 通常税込 484円

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

さんま(国内産)

343 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付) 6~11枚150g+タレ50g **438円**(税) **473円**(税込)

フライパンで焼き、玉ねぎやピーマン等を添えて添付のタレをかけるだけで南蛮漬の出来上がり。

真あじ(千葉県) 【放】不検出 <3.5 <4.3

344 つかさ食品(千葉県・南房総市) いわし蒲焼用(タレ付) 6~12枚180g+タレ50g **398円**(税) **430円**(税込)

真いわしを三枚おろして腹骨を取り、国産小麦粉をまぶしました。別添タレ付き。フライパンで焼いて。

真いわし(国内産)

345 秋川牧園(山口県・山口市) 野菜を加えてガーリックチキングリル 195g **526円**(税) **568円**(税込) 通常税込 583円

若鶏もも肉にガーリックと粗挽黒胡椒が効いた醤油だれで味付け。野菜と合わせオープンかフライパンで。

鶏肉(山口県、他)

北海道よつ葉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。

346 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 **486円**(税) **525円**(税込) 通常税込 541円

ナチュラルチーズ(北海道) 【放】不検出 <4.3 <4.4

組合員さんからのクチコミ 斬新です！こんなイタリアンな春巻きが食べたかった！うちの子どもは特に美味しいと喜んでます。

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

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

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

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。焼いて。

豚肉(国内産)

349 大進食品(神奈川県・横浜市) マム 女性のための餃子(国産さくらげ入) 18g×20 **543円**(税) **586円**(税込)

国産乾燥さくらげを使用、にんにく等を使っていない旨い餃子です。焼いて。

キャベツ(小松菜) 豚肉(さくらげ) 国産(国内産) 【放】不検出 <3.4 <3.4

凝固剤に塩化アンモニウム使用 彩り豊かな具材を詰めました。だし込みが良く、煮物やおでんでおいしく召し上がれます。油抜き不要。鍋で。

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

大豆(アメリカ等)

351 東京コールドチェーン(神奈川県・川崎市) バリエアセット(魚介類・サブライズ) 790g(具材5種290g) **1750円**(税) **1890円**(税込)

米は国産のムツカオリを使用。4人前のレシピ付。フライパンで。【用意するもの】玉葱にんにくパセリ等。

米(国内産)

353 大黒炭水(静岡県・焼津市) うなぎ蒲焼 70g×2 70g×2 **2900円**(税) **3132円**(税込) 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)

便利! 湯煎等ですぐできるお惣菜

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

加圧処理済で湯煎10分で骨まで食べられます。粗目の大根おろしを加えたタレでみぞれ煮にしました。湯煎で。

さんま(国内産)

355 ティーフーズ・ジャパン(千葉県・館山市) レンジでできるさばの塩焼き(骨とり) 4切100g **428円**(税) **462円**(税込)

ノルウェー産のさばを骨取り後に焼き、1切れずつ真空包装。朝食や弁当に便利です。湯煎か電子レンジで。

さば(ノルウェー)

356 ダイヤツ(鳥取県・米子市) 氷温造り 秋鮭の南蛮漬 180g **398円**(税) **430円**(税込)

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)

352 秋川牧園(山口県・山口市) いろいろ使える鶏つみれ 200g **384円**(税) **415円**(税込)

若鶏のムネ肉のミンチを生をきかせて味付けしました。成形して煮るが焼いて。鶏つくねハンバーグに。鶏肉(山口県、他)

357 カラミノフーズ(東京都・新宿区) プルコギ丼の具(国産牛) 100g×2 **607円**(税) **656円**(税込)

甘辛い韓国風の焼肉「プルコギ」を丼用の具にしました。湯煎してご飯にかけて。加工割合: 全体の約1.5%

牛肉(国内産)

358 カラミノフーズ(東京都・新宿区) チャプチェ 180g×2 **658円**(税) **711円**(税込)

プルプル春雨とコチュジャンを使い、コクのある甘辛味に仕上げました。湯煎して。

春雨(国内産)

359 ニッコー(神奈川県・大和市) 中華丼の具(醤油) 180g×2 **498円**(税) **538円**(税込)

鶏が(静岡・鶏一番の鶏)を煮出してダシをとり、白菜・人参・椎茸等の国産野菜を煮込みました。湯煎して。

お得2個組 **360** カラミノフーズ(東京都・新宿区) 冷凍ナムルセット(2個組) 150g×2 **870円**(税) **940円**(税込) 通常税込 994円

もやし・小松菜・ぜんまい・大根の4種。冷蔵か流水解凍後、ほくし直ししてから盛り付け。ぜんまいは中国産。

ニラ(国内産)、豚レバー(神奈川県)

361 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) **740円**(税込)

秋川牧園の若鶏を使用した、もも・つくねの各3本組セット。湯煎またはレンジで。

鶏肉(山口県、他)

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

黒酢で味に深みをプラス

362 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 彩り野菜と国産豚の黒酢豚 2人前(約410g) **899円**(税) **971円**(税込)

新鮮な野菜と豚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一つで簡単調理できます。玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

甘辛みそタレでご飯がすすむ

363 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 国産豚の回鍋肉セット 2人前(約360g) **861円**(税) **930円**(税込) 通常税込 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)

カシューナッツの歯ごたえも魅力

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

新鮮な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)

スタミナ料理の定番

365 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 国産豚のニラレバ炒め 2人前(約280g) **910円**(税) **983円**(税込)

もやしがつきます。目安は200~250gなので、1袋そのままお使いください。

ニラ(国内産)、豚レバー(神奈川県)

カキの旨味も合わさった

366 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 豚にら彩りオイスター炒め 2人前(約300g) **852円**(税) **920円**(税込) 通常税込 972円

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

ニラ(国内産)

シャキシャキ野菜がたっぷり

367 やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め 2人前(約630g) **832円**(税) **899円**(税込)

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)

あったかメニューで体の芯からぽかぽかに



さまざまな素材の持つ旨みが複雑に絡み合う濃厚な味のスープ。ご飯にかけ韓国風お茶漬に。レンジか湯煎で。



国産小麦粉使用のうどんに味噌油揚げを添え、サバカツオの出汁を効かせたゆをセット。鍋かレンジで。



大きめえび天に三角揚げ、椎茸、人参等の具材をコンのあるうどんにつけました。鍋、鯉のだしが効いたつゆ付。鍋で。



膨張剤にリン酸二水素カルシウム使用。大きめえび天に三角揚げ、椎茸、人参等の具材をコンのあるうどんにつけました。鍋、鯉のだしが効いたつゆ付。鍋で。

大豆もやし・牛肉(国内産)

小麦(国内産)

小麦(国内産)

小麦(国内産)

370 凍卵米大小 秋川牧園(山口県・山口市) 鶏だし醤油鍋セット

371 凍 食べるサムゲタン風スープ

372 凍 スープワンタン

375 凍 野菜かき揚げ

376 凍 れんこんのはさみ揚げ

377 凍 梅しそ電田揚げ

378 凍 お弁当用ソースメンチカツ

379 凍 鶏とおからのチキンナゲット

380 凍 おっきな肉焼売

381 凍 鶏ごぼうシュウマイ

382 凍 ミニポテトオーブントスター用

383 凍 ごぼうとひじきの豆腐団子

384 凍 チキンソースカツ

385 凍 レンジでお手軽メンチカツ

386 凍 国産鮭の塩焼き お惣菜セット

387 凍 ふんわり豆腐ハンバーグ

388 凍 オーガニックペンネのサーモングラタン

389 凍 スパゲティナポリタン

390 凍 冷凍内麦ピザ生地

391 凍 ライスバーガー

393 凍 じゃがいものチーズガレット

394 凍 大阪の味手焼きお好み焼き

395 凍 なつかしのソース焼きそば

396 凍 香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン

397 凍 鶏五目中華ちまき

398 凍 アップルパイ

399 凍 スイートポテト

402 凍 ミニたい焼き(あずき)

403 凍 芽吹き屋 三色だんご

404 凍 芽吹き屋 桜もち

400 凍 国産レモンのレアチーズケーキ

401 凍 カスタードクリームブッセ

405 凍 苺アイスキャンデー

406 凍 ミルク紅茶アイスクリーム

407 凍 夢中熱中 パニラとあずきの最中

16ページで 秋川牧園特集!

厳選素材で1つ1つ丁寧に作っています

シーズン初 春の限定商品

だいた Days 特集

全品特価

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。お試し5パック。



408 米大
だいた Days(兵庫県・神戸市) 賞180日
続ける だいた DAYS習慣
40g×5 698円(税) 754円(税込) 通常税込 810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。現在転換期間中。



409
だいた Days(兵庫県・神戸市) 賞180日
有機ほの甘あずき
55g 198円(税) 214円(税込) 通常税込 238円

410
だいた Days(兵庫県・神戸市) 賞180日
ほの甘くろめ
45g 230円(税) 248円(税込) 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)

411
だいた Days(兵庫県・神戸市) 賞180日
サクサクきなこ黒豆
35g 275円(税) 297円(税込) 通常税込 324円
炒り黒豆のほんのり甘いきなこのおやつです。たんぱく質や食物繊維など栄養素をまるごと摂れます。
大豆・黒大豆(国内産)

412
だいた Days(兵庫県・神戸市) 賞180日
サクサク抹茶だいた
35g 275円(税) 297円(税込) 通常税込 324円
炒り大豆のほろにが抹茶おやつです。たんぱく質や食物繊維など栄養素をまるごと摂れます。
大豆・抹茶(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。
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。

418
おからが入った、かりんとう風の揚げ菓子です。
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞90日
きらす揚げ・しお4連
20g×4 270円(税) 292円(税込)
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.1 <4.3

419
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) 賞90日
きらす揚げ・黒砂糖4連
20g×4 270円(税) 292円(税込)
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.2 <3.3

大紀コープファーム 柿加工品特集 全品特価

413
大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞14日
干し柿
180g(4~6個) 580円(税) 626円(税込) 通常税込 648円
減農薬栽培で生産した、たねなし柿を硫黄くん蒸及び、保存料、添加物を一切使わず加工した干し柿です。
柿(奈良県、和歌山県)

414
大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞30日
柿の葉巻
190g 660円(税) 713円(税込) 通常税込 734円
干し柿で、無農薬栽培の柿の葉を巻きました。柿の甘さと柿の葉の香りがよく合った一品です。
柿・柿の葉(奈良県、和歌山県)

415
大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞14日
あんぽ柿
4~5玉 約200g 580円(税) 626円(税込) 通常税込 670円
減農薬、無化学肥料栽培のひらたねなし柿を、硫黄薫蒸をせず、保存料・添加物を一切使わず加工した干し柿。
柿(奈良県、和歌山県)

416
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 265円(税) 286円(税込) 通常税込 311円
大紀コープファームのひらたねなし柿(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)

417
大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞180日
干し柿ゼリー
130g(個包装) 320円(税) 346円(税込) 通常税込 367円
干し柿の風味を寒天で包み込んだ、一口サイズのゼリーです。
柿(奈良県、和歌山県)

420
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) 319円(税込)
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)

421
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) 319円(税込)
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)

422
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日
磯辺巻
40g 240円(税) 259円(税込)
国産もち米のおかき。香り豊かな醤油たれをつけ、焼きのりを巻きました。
もち米(国内産)

423
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日
のりおり揚げ餅
40g 170円(税) 184円(税込)
もち米を練り上げた生地をサクッとフライし、甘辛の味で味付け。アオサ・青のりをかけました。
もち米(新潟県)

424
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞150日
ミレービスケット
165g 250円(税) 270円(税込)
国産小麦粉を主原料に焼き上げた生地を植物油でカラッと揚げました。
小麦(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.8

425
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞180日
ミレービスケット(ノンフライ)
100g 180円(税) 194円(税込)
小さなお子様でも食べられる、ノンフライのビスケットです。
小麦(国内産)

426
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日
こぐまのビスケット
12g×5 270円(税) 292円(税込)
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いくまの形に焼き上げました。
小麦(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.0

427
ノースカース(北海道・札幌市) 賞120日
純国産 ポテトチップスうす塩
55g 198円(税) 214円(税込)
国産のじゃがいもを使用したポテトチップスです。
じゃがいも(国内産)

428
ノースカース(北海道・札幌市) 賞120日
純国産 芋けんぴ
125g 275円(税) 297円(税込)
九州産のさつまいも、国産の米油、北海道産の砂糖大根を使用した芋けんぴ。
さつまいも(九州)

429
ノースカース(北海道・札幌市) 賞150日
純国産 きなこねじり
110g 350円(税) 378円(税込)
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)

430
珍品堂(沖縄県・糸満市) 賞180日
ざわわサブレ
6個入 250円(税) 270円(税込)
国産小麦粉に沖縄産の黒糖を使用したサブレです。
小麦(九州)・黒糖(沖縄県)

431
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) 211円(税込)
国産の小麦粉、そば粉を使用。そば粉の風味が感じられる、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

432
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) 205円(税込)
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

433
サンコー(愛知県・豊橋市)
小倉ようかん
1個58g 145円(税) 157円(税込)
北海道産の小豆とてん菜糖を使用した羊羹です。食べやすい小袋の袋に入ったタイプです。
小豆(北海道)

434
おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞60日
おとうふ屋さんのSOYドーナツ
4個 330円(税) 356円(税込)
国産大豆100%の豆乳とおからを練り込み、卵の風味豊かなふわふわ口溶けのドーナツです。
小麦・大豆(国内産)

菓子担当 今週のイチオシ! 全品特価

435
須崎屋(長崎県・島原市) 賞40日
長崎五三焼かすてら 形おとし
200g 550円(税) 594円(税込) 通常税込 648円
創業150年、老舗の五三焼かすてらです。熟練の職人が1つ1つ手焼きに拘り丹念に焼き上げます。
鶏卵(長崎県)

436
キング製菓(愛知県・小牧市)
うの花クッキー 2袋組
80g×2 390円(税) 422円(税込) 通常税込 476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

437
伊那食品(長野県・伊那市)
パオパオ杏仁の素
575g(素75g×5袋 シロップ40g×5) 924円(税) 998円(税込) 通常税込 1078円
熱湯を注ぐだけで手軽に誰でも簡単にできる杏仁豆腐の素。

692
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日
はとむぎおこし
10枚 220円(税) 238円(税込) 通常税込 248円
黒糖風味の糖蜜で固めた昔ながらのおこしです。
はとむぎ(タイ、ラオス) [放] 不検出 <0.8 <1.0

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
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。

438
童仙房茶舗(京都府・南山村)
童仙房茶舗 有機煎茶
100g 800円(税) 864円(税込)
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)

439
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) 513円(税込)
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)

440
ランカスター(千葉県・千葉市)
アールグレイティー(ティーバッグ)
2g×20 498円(税) 538円(税込)
柑橘系のベルガモットの香りが爽やかなフレーバーティーです。農業無散布。
紅茶・香料(スリランカ)

441
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) 540円(税込)
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)

727
常陸屋本舗(東京都・江東区)
六条麦茶ティーパック
10g×34 260円(税) 281円(税込)
国内産の六条大麦を100%使用し、麦の芯まで均一に煎上げた、まろやかな味の麦茶。チャック付き。
大麦(国内産)

442
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) 124円(税込) 通常税込 140円
大豆(国内産)

444
大紀コープファーム(奈良県・五條市)
国産しょうが湯
20g×5 320円(税) 346円(税込) 通常税込 378円
粗糖、馬鈴薯でん粉、吉野葛、黒砂糖、しょうが汁の5つの素材原料のみで作ります。
生姜(高知県)

445
大紀コープファーム(奈良県・五條市)
梅ハニー
500ml 720円(税) 778円(税込) 通常税込 794円
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

446
長野興農(長野県・長野市)
信州まるごとりんごジュース
160g×20 2650円(税) 2862円(税込) 通常税込 2970円
りんご(長野県)

1本あたり税込149円



447
岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)
龍泉洞の水 500mL
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

原料は米と米麹のみ。酒造好適米「ひだほまれ」を100%使用した濃厚な甘みが特長です。



747 米
天領酒造(岐阜県・下呂市)
造り酒屋の濃厚甘酒
500g **698円(税込754円)** 通常税込 778円
米(国内産)

ALC:5%



448
南都酒造所(沖縄県・南城市)
琉球レモンサワー
350mL **268円(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%



449
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)**
米(沖縄県)

ALC:15%



451 米
天領酒造(岐阜県・下呂市)
純米吟醸 飛騨乃和蔵
720mL **1500円(税込1650円)** 通常税込 1760円
酒造好適米「ひだほまれ」を100%使用している吟醸純米酒です。豊かな香り、コクが体を満たしてくれます。
米(岐阜県)

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。



452 冷
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個入 **308円(税込333円)** 通常税込 354円
生乳・小麦・鶏卵(国内産)

原材料:ミルククリーム(ショートニング、水あめ、ぶどう糖、マーガリン、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、牛乳、乳製品、乳等を主要原料とする食品、でん粉)(国内製造)、鶏卵、小麦粉、砂糖、果糖ぶどう糖液糖、食用卵殻粉、はちみつ/トレハロース、乳化剤(大豆由来)、膨張剤、グリシン、グリセリン脂肪酸エステル、香料、酸化防止剤(ビタミンE)、着色料(カロチン)



453 冷
日本生活協同組合連合会 (90日)
南部せんべい 落花生
6枚 **180円(税込194円)**
東北地方の伝統的焼き菓子です。小麦粉を練り上げて成型し、片面に落花生をまぶして焼き上げました。
小麦(オーストラリア、アメリカ、国内産、カナダ)

国産りんご100%使用。リキャップ付きで冷蔵庫でもこぼれません。濃縮還元果汁使用。



454
日本生活協同組合連合会 (90日)
りんごジュース100
1L **330円(税込356円)** 通常税込 367円
りんご(国内産)

日本生活協同組合連合会



455
日本生活協同組合連合会
麦茶(六条大麦使用)
2000mL PET × 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)

日本生活協同組合連合会



754 24缶
日本生活協同組合連合会 1缶あたり税込63円
ただの炭酸水
200mL × 24 **1392円(税込1512円)** 通常税込 1560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。
水(国内産)

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。



521 米
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
食酢
500mL **200円(税込216円)**
米(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・さしすせそ(酒・砂糖・塩・酢・醤油・味噌)」です。
- ・昔ながらの長期熟成させた発酵調味料を基本に扱います。

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。

米の旨味を活かした清酒づくりから生まれた料理用のお酒です。どんな料理にもお使いいただけます。



456 米
相生ユニビオ(愛知県・西尾市)
相生素材の酒 料理酒
500mL **540円(税込594円)** 通常税込 660円
米(国内産)

「米一升・みりん一升」の本場三河の伝統製法で作られた本格みりんは、米の旨味たっぷりのおいしさです。



505 米
角谷文治郎商店(愛知県・碧南市)
三州三河みりん
700mL **1025円(税込1128円)**
もち米(佐賀県)

北海道産



510 前
ホクレン農業協同組合連合会(北海道・札幌市)
てんさい糖
650g **450円(税込486円)**
北海道で育ったてん菜から作ったおなかにやさしい砂糖です。まろやかな風味や自然な甘みが特長。
てん菜(北海道)

料理に風味を持たせませす。



513 前
みそ半(長崎県・西海市)
にっぽんの海塩
500g **295円(税込319円)**
長崎県崎戸島周辺の海水を使用した塩です。フレーク状の結晶で、素材にすなじみです。
海水(長崎県)

本醸造丸大豆うすくち醤油をベースに、昆布のうまみと鰹風味豊かな白だしです。



460 米・大豆
チョーコー醤油(長崎県・長崎市)
京風仕立て白だし
400mL **540円(税込583円)**
小麦・大豆(カナダ)

2年半の長期熟成。もろみのおいさが前面に出たコクのある醤油。



457 前
沼屋本店(茨城県・つくば市)
国産丸大豆 寒仕込みしょう油
500mL **778円(税込840円)**
大豆(国内産)

2年間杉桶で発酵熟成させた天然醸造醤油から、食塩のみ50%カット。



527 前
笹木醤油(埼玉県・川島町)
金箔減塩醤油
600mL **645円(税込697円)**
大豆(国内産、アメリカ、カナダ)

やまこみそ(茨城県・守谷市) (90日)



458 前
やまこ味噌(粒・甘口)
1kg **628円(税込678円)**
国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。
米・丸大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

やまこみそ(茨城県・守谷市) (90日)



459 前
やまこ味噌(濃・中辛)
1kg **628円(税込678円)**
国産原料を使用し、1年間熟成させました。塩分11%。
米・大豆(国内産) [放] 不検出 <3.2 <3.5

料理に風味を持たせませす。



550 前
米澤製油(埼玉県・熊谷市)
ごま油
450g **1200円(税込1296円)**
胡麻(ナイジェリア、他)

主原料のわさびは、長野県産本わさび使用(西洋わさびは不使用)。



465 前
東京フード(茨城県・坂東市) (90日)
生おろしわさび
40g **420円(税込454円)**
本わさび(長野県)

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したほん酢醤油。



544 前
チョーコー醤油(長崎県・長崎市)
ゆず醤油 かけぼん
400mL **450円(税込486円)**
ゆず(国内産)

鰹だしをきかせたつゆに、ねりごま、すりごま、信州みそを加えました。



461 前
ポールスタア(東京都・東村山市)
かつお香るごまみそめんつゆ
455g **430円(税込464円)**
脱脂大豆・小麦(アメリカ、カナダ)

米ぬか発酵で生まれた自然な旨み、甘みがお野菜の風味を一層引き立てます。



462 前
アイワ(長野県・岡谷市)
麹屋基平 浅漬けの素
500mL **410円(税込443円)** 通常税込 473円
米(長野県)

1袋2~3人前×2袋



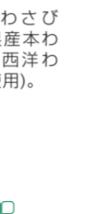
463 前
ポールスタア(東京都・東村山市)
桃花源 大学いものたれ
90g × 2袋 **190円(税込205円)**
水あめ(国内産)

信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。



464 前
上高地みそ(長野県・松本市) (90日)
桃花源 ゆずみそ
120g **198円(税込214円)** 通常税込 227円
信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。
大豆(国内産)

創健社(神奈川県・横浜市)



536 前
有機ホールトマト缶
400g **220円(税込238円)** 通常税込 270円
イタリア南部の限定農場で栽培された完熟した有機トマトを使用。全形(ホール)タイプ。
有機トマト(イタリア)

国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のピネガーを使用。



466 前
ポールスタア(東京都・東村山市)
青森県田子町産のおろしにんにく
70g **400円(税込432円)**
青森県田子町産の風味豊かなにんにく(福地ホワイト種)だけをおろしました。
にんにく(青森県)

国産のりんご、トマト、柿、玉ねぎ、にんじん、セロリを使用し、12種のスパイスと3種のピネガーを使用。



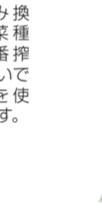
537 前
ポールスタア(東京都・東村山市)
国産野菜果実とんかつレストランソース
200mL **370円(税込400円)**
野菜(国内産)

全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。



531 前
私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)
マヨネーズ(キサイチ)
330g **578円(税込624円)**
全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。
なたね(オーストラリア)

遺伝子組み換えでない菜種の圧搾一番搾り油、平飼いで産んだ卵を使用しています。



533 前
富貴食研(大阪府・茨木市) (90日)
平飼鶏の有精卵マヨネーズ
290g **598円(税込646円)**
卵(三重県)

信州産トマト愛果(まなか)を使用し、国産のたまねぎ、にんじんのみじん切りを加えたケチャップ。



467 前
ナガノトマト(長野県・松本市)
信州生まれのケチャップ国産つば野菜入り
190g **370円(税込400円)**
トマト(長野県)

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



473 前
九鬼産業(三重県・四日市市)
九鬼 純正胡麻油こいくち
600g **950円(税込1026円)** 通常税込 1112円
胡麻(ナイジェリア、他)

やまこみそ (茨城県・守谷市)

社長の金剛さん

仕込み味噌4kgは3月2回掲載で最終になります



468 粒・甘口 塩分9%
4kg **2500円(税込2700円)** 通常税込 2808円

469 濃・中辛 塩分11%
4kg **2500円(税込2700円)** 通常税込 2808円

やまこみそを樽に仕込んだ状態でお届けします。そのまま家庭で熟成させる半製品です。

遠忠食品 (埼玉県・越谷市)

宮島社長(右)と息子の大地さん

全品 特價

471 前
遠忠食品(埼玉県・越谷市) (90日)
濃厚万能タレジャン
140g **420円(税込454円)** 通常税込 475円
青森産のにんにくをはじめ、国産原料にこだわって作った万能調味料。焼肉のたれとしてもお使いください。
大豆(国内産)

472 前
遠忠食品(埼玉県・越谷市) (90日)
万能!甘辛味噌 コチュジャン
140g **420円(税込454円)** 通常税込 475円
国産原料で作ったお味噌・砂糖・唐辛子です。水あめ、食塩とシンプルな内容です。
大豆(国内産)

九鬼産業 (三重県・四日市市)

全品 特價

599 前
九鬼産業(三重県・四日市市)
九鬼ごましお
30g **120円(税込130円)** 通常税込 140円
厳選した黒ごまを独自の技術で焙煎し、香りとコクを引き出しました。赤穂産の塩100パーセント使用。
ごま(ミャンマー、他)

474 前
九鬼産業(三重県・四日市市)
九鬼 すり鉢仕立てのごま和えの素
60g **140円(税込151円)** 通常税込 173円
出汁やうま味調味料を使用せず、ごま本来の旨味や香りを活かしたごま和えの素です。
胡麻(グアテマラ、パラグアイ、他)

備えて安心! さば缶特集

全品 特価

901 さば水煮 2缶組 700円(税) 756円(通) 800円(通)

902 さば味噌煮 2缶組 720円(税) 778円(通) 820円(通)

903 さばカレー煮 2缶組 740円(税) 800円(通) 842円(通)

904 白切もち 645円(税) 697円(通) 745円(通)

庄内協同ファームのお餅特集

全品 特価

905 玄米切もち 645円(税) 697円(通) 745円(通)

906 よもぎ切もち 670円(税) 724円(通) 778円(通)

907 黒豆もち 680円(税) 734円(通) 778円(通)

908 松前漬(原料・タレ付) 680円(税) 734円(通) 754円(通)

リアスコナー

全品 特価

909 松前漬(原料・タレなし) 580円(税) 626円(通) 646円(通)

910 函館産栽培がごめ昆布(さざみタイプ) 380円(税) 410円(通) 430円(通)

911 塩吹ひじき 268円(税) 289円(通) 322円(通)

912 焼のり(有明産) 450円(税) 486円(通)

乾物・だし その他

913 どんぐりてい(茨城県・坂東市) 730円(税) 788円(通)

914 切干大根 270円(税) 292円(通)

915 凍り豆腐 みそ汁用 425円(税) 459円(通)

916 利尻とろろ昆布 350円(税) 378円(通)

917 国産天然芽ひじき 380円(税) 410円(通)

918 素干し桜えび 580円(税) 626円(通) 648円(通)

919 桜えび(駿河湾) 960円(税) 1037円(通) 1080円(通)

920 塩らーめん 2袋組 330円(税) 356円(通) 378円(通)

921 博多風らーめん 2袋組 350円(税) 378円(通) 400円(通)

922 玄米パックご飯(黒米入り) 275円(税) 297円(通)

923 スンドップの素 520円(税) 562円(通)

924 片栗粉 230円(税) 248円(通)

925 有田食品(和歌山県・有田市) スンドップの素 520円(税) 562円(通)

926 国産鶏もも肉のトマトソース煮 800円(税) 864円(通)

927 国産鶏もも肉のトマトソース煮 800円(税) 864円(通)

928 国産鶏もも肉のトマトソース煮 800円(税) 864円(通)

929 国産鶏もも肉のトマトソース煮 800円(税) 864円(通)

CO-OP商品

574 味バック合わせだし 545円(税) 589円(通) 599円(通)

553 オリーブオイル 948円(税) 1024円(通)

677 ライトツナフレークまぐろ油漬 498円(税) 538円(通)

667 ひじきドライパック 240円(税) 259円(通) 270円(通)

925 ほたて貝柱水煮ほぐし身 480円(税) 518円(通)

926 おいしいご飯 398円(税) 430円(通)

日用雑貨

778 粉石けん せっけんの街 798円(税) 878円(通)

927 台所用液体せっけん おれんじ 363円(税) 399円(通)

804 詰替用 750円(税) 825円(通)

857 パックス化粧石けんE 420円(税) 462円(通)

892 ワンタッチコアレス(トイレットペーパー) 544円(税) 598円(通)

928 PAX ハンドクリーム 365円(税) 402円(通) 418円(通)

894 ポリエチレンラップ ミニ50m 150円(税) 165円(通)

895 ポリエチレンラップ レギュラー50m 165円(税) 182円(通)

929 イランイラン&ミユゲ 365円(税) 402円(通) 418円(通)

930 ゼラニウム&ラベンダー 365円(税) 402円(通) 418円(通)

931 太陽油脂(神奈川県・横浜市) PAX ハンドクリーム 365円(税) 402円(通) 418円(通)

いつもの商品が

ポリュームパックで お買い得!

是非この機会に
ご利用ください

全品特価

スレキズがありますが、中身は問題ないものをお届けします。減農薬栽培。

931 大紀コブファーム(奈良県・五條市) わけありはっさく(はねだし) 3kg箱入 **680円(税込734円)** 通常税込754円

奈良県または和歌山県

甘塩

932 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)10切 10切550g **1580円(税込1706円)** 通常税込1782円

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。
紅鮭(ロシア)

933 凍 ヤマタ水産(愛知県・名古屋市中) 篠島産釜揚げしらす 2個組 50g×2 **740円(税込800円)** 通常税込860円

篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を釜揚げしました。酢のもの、大根おろし、チャーハンなどに。
いわし稚魚(愛知県)

230円/100g

ローズポークの豚バラ焼肉用、ローススライス焼肉用、モモスライス焼肉用をセットにしました。

934 冷 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 茨城県産ローズポーク 徳用焼肉セット 200g×3種 **1280円(税込1382円)** 通常税込1447円

茨城県

169円/100g

935 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川の若鶏ムネ切り身(バラ凍結) 800g **1250円(税込1350円)** 通常税込1404円

ムネ肉を使いやすい大きさにカットしました。唐揚げや煮物に。バラ凍結済。
山口県・島根県・福岡県・熊本県

211円/100g

936 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川の若鶏手羽中(バラ凍結)増量 700g **1370円(税込1480円)** 通常税込1534円

非遺伝子組み換えの飼料を与え、無投薬で育てた秋川牧園の若鶏の手羽中をポリュームパックでお届け。
山口県・島根県・福岡県・熊本県

新鮮な大根の皮を手むきし塩漬け後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。

937 冷 鈴木食品(埼玉県・北本市) べったら漬×2袋 200g×2 **546円(税込590円)** 通常税込600円

938 冷 山九水産(山口県・長門市) お魚ソーセージ(3本入) 2袋 (45g×3)×2 **660円(税込712円)** 通常税込752円

化学調味料を一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を使った、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージ。
魚肉(国内産)

ミニタイプでお子さんにぴったり

939 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) ミニアメリカンドック 2パック 6本150g×2 **768円(税込830円)** 通常税込864円

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

トースターで表面がカリッとすると焼くと美味

940 凍卵小 秋川牧園(山口県・山口市) 徳用 チキンナゲット 400g **803円(税込867円)** 通常税込917円

開放鶏舎で育て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)

941 卵乳米大 パネックス(長野県・伊那市) 内麦クロワッサン(大容量) 20個(個包装) **1400円(税込1512円)** 通常税込1566円

内麦小麦を使用したクロワッサン。賞味期限45日と持ち持ちするので、ストックにもおすすめ。
小麦(国内産) [放]不検出 <4.3 <4.2

「口に入るものは間違っはいけない」を信念に

秋川牧園 特集
そだてる、つくる、たべる

開放鶏舎で植物性主体の飼料育ちの鶏肉の精肉と、素材を引き立たせるシンプルな味付けで仕上げた加工品。

開放鶏舎で植物性主体の飼料育ちの若鶏肉を醤油ベースの調味液に漬けました。トースター、レンジで。

942 1パック 秋川牧園(山口県・山口市) からあげ 150g **461円(税込498円)** 通常税込522円

943 2パック 150g×2 **961円(税込980円)** 通常税込1044円

鶏肉(山口県、他)

開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツに。レンジかトースターで。

944 凍卵米小 秋川牧園(山口県・山口市) スパイシーささみカツ 160g **426円(税込460円)** 通常税込485円

鶏肉(山口県、他)

骨がなく食べやすい

945 凍卵米小 秋川牧園(山口県・山口市) フライドチキン(骨なし) 300g **907円(税込980円)** 通常税込1035円

塩塩で若鶏むね肉に柔らかさと旨みを加えコーンフレークの衣でサクサク感をプラス。レンジかトースターで。
鶏肉(国内産)

皮はほんのり甘く、菜種油でふっくら柔らか食感

946 凍卵米大 秋川牧園(山口県・山口市) とり肉まん 400g(4個入) **556円(税込600円)** 通常税込637円

秋川牧園の鶏肉の旨みと黒豚の甘みのある脂が絶妙に合わさった、食べ応えのある肉まん。レンジか蒸して。
鶏肉(山口県、他)、玉葱・小麦(国内産)

ご飯にもパンにも合う

947 凍卵米大 秋川牧園(山口県・山口市) 黒豚メンチカツ 120g(4個) **380円(税込410円)** 通常税込430円

秋川牧園の黒豚挽肉・卵・牛乳とたっぷりの国産玉葱を使用して揚げました。レンジかトースターで。
豚肉(国内産)

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。

948 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川牧園の本格チキンカレー 220g **428円(税込462円)** 通常税込473円

鶏肉(国内産)

じっくり煮出した鶏からスープに香味野菜を合わせた、じんわり体が温まる参鶏湯(サムゲタン)風スープ。

949 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川牧園の参鶏湯風スープ 160g **378円(税込408円)** 通常税込430円

鶏肉(国内産)

わが家のみそ作り♪

生産者指定はできません。ご了承ください
生産者と組合員、職員と一緒に育ててきました。農薬無散布・化学肥料不使用。

950 1kg 有機大豆プロジェクトメンバー(茨城県) 地場の有機大豆 1kg **850円(税込918円)** 無農薬

951 2kg 2kg **1660円(税込1793円)** 茨城県

山形県産の「スズユタカ」又は地場の有機大豆を使い、味噌作りしやすい大豆にしました。無農薬栽培。

952 1kg 常総生協(茨城県・守谷市) 蒸し大豆 1kg **1150円(税込1242円)** 無農薬

953 2kg 2kg **2260円(税込2440円)** 茨城県又は山形県

青い海(沖縄県・糸満市) 沖縄の塩シママース 1kg **380円(税込410円)**

原塩を沖縄の海水で溶解し、平釜で煮詰めて作る再結晶法の塩です。
海水(沖縄県、天日塩(オーストラリア、メキシコ))

みそ作りセットにはレシピが付きます

957 米大 常総生協(茨城県・守谷市) みそ作りセット(乾大豆・米こうじ) 1998円(税込2158円)

地場の有機大豆1kg、米こうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。

958 米大 常総生協(茨城県・守谷市) みそ作りチャレンジセット(蒸し大豆) 2328円(税込2514円)

大豆1袋、米こうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。

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

アレルギー表示
卵卵 乳牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに
「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認ください。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であれアレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性をいいます。
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。

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。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。
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。

は、通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。

は、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!