はじめよう!
健康で経済的なくらし

2024年度 みんなで取り組む活動テーマ
ともにつくる·考える 私たちの食

co-op mail **joso**
常総生活協同組合

インターネット注文受付中
http://www.coop-joso.jp
左記QRコードから登録出来ます
ネット注文登録
tel：0297-48-4911
fax：0297-45-6675

2024年4月2回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙提出	4/1	2	3	4	5
定番品のお届け	4/8	9	10	11	12
特別企画品のお届け	4/15	16	17	18	19

LankaStar®

風味豊かな紅茶で癒しのティータイム♪

有限会社 ランカスター



ランカスターの一部商品
次回より値上げになります

紅茶はインド、スリランカ、中国、インドネシア、アフリカなどを含む「ティーベルト」と呼ばれる地帯で生産されます。四季折々、「旬」に合わせた紅茶の風味をお楽しみください。

紅茶好きにはたまらない
お得な特別企画!

フレーバーティーの詰め合わせ × あなたはどちら派? ハーブティーの詰め合わせ♪

■フレーバーティー：香りの成分が紅茶と調和して、リラックス効果やデザート感があります。
■ハーブティー：紅茶の風味とハーブの自然な香りや成分で、リラックス効果があります。





セット内容：
アールグレイ、キャラメル、ストロベリー、アップル　各1袋

ランカスターのフレーバーティー(アールグレイ、キャラメル、ストロベリー、アップル)4種アソートパック。

8
ランカスター(千葉県·千葉市)
フレーバーティーアソートパック
4種(各2g×20)×各1袋 **1850円**(税込1998円) 通常税込2160円
紅茶(スリランカ)



セット内容：
ラベンダー、カモミール、レモングラス、ペパーミント
各1袋

ランカスターのハーブティー(ラベンダー、レモングラス、カモミール、ペパーミント)4種の詰め合わせ。

9
ランカスター(千葉県·千葉市)
香り華やかハーブティー詰め合わせ
4種(各2g×20)×各1袋 **1998円**(税込2158円) 通常税込2376円
紅茶(スリランカ)

スリランカの紅茶



スリランカ、クルガマ農園オーナーの親族用の貴重な茶葉を分けて頂きました。毎日飲んでも飽きのこない味。

ふ 前 732
ランカスター(千葉県·千葉市)
セイロン紅茶(リーフ)
200g **398円**(税込430円) 通常税込475円
紅茶(スリランカ)



ふ 前 733
ランカスター(千葉県·千葉市)
セイロン紅茶(ティーバッグ)
2g×50 **398円**(税込430円) 通常税込464円
品質を追求し、徹底的に無駄を省いた紅茶。組合員の利用によりこの価格が維持されています。
紅茶(スリランカ)

インド北西部 アッサム地方の紅茶



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。農薬無散布。

ふ 10
ランカスター(千葉県·千葉市)
アッサムティー(リーフ)
100g **498円**(税込538円) 通常税込594円
紅茶(インド)



ふ 11
ランカスター(千葉県·千葉市)
アッサムティー(ティーバッグ)
2g×30 **450円**(税込486円) 通常税込518円
インド、ヒマラヤ山麓の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。農薬無散布。
紅茶(インド)

名前の由来は「グレイ伯爵」

柑橘系の香りが爽やかなフレーバーティー。ホットはもちろん低温でも香り高いのでアイスでも。農薬無散布。



ふ 12
ランカスター(千葉県·千葉市)
アールグレイティー(リーフ)
100g **580円**(税込626円)
紅茶(スリランカ)



ふ 13
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**(税込538円)
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。農薬無散布。
紅茶·香料(スリランカ)



ふ 14
ランカスター(千葉県·千葉市)
ルイボスティー(ティーバッグ)
2g×30 **550円**(税込594円) 通常税込616円
カルシウムやビタミンCを豊富に含むアフリカの健康茶。ノンカフェインなので、飲みやすいお茶です。
ルイボス茶(南アフリカ)



ふ 15
ランカスター(千葉県·千葉市)
チャイスパイスティー(ティーバッグ)
2g×20 **460円**(税込497円) 通常税込540円
セイロン紅茶にジンジャー、シナモン、カルダモン、クローブ、ナツメグ、ペッパーの6種のスパイス入り。
紅茶(スリランカ)



ふ 16
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。農薬無散布。
紅茶·香料(スリランカ)



ふ 17
ランカスター(千葉県·千葉市)
ランカスター オリジナルココア
150g **520円**(税込562円) 通常税込626円
良質のカカオだけを原料にしたオランダ産ピュアココア。少量のお湯で練ってから、砂糖やミルクを加えて。

田中農園·ペトラン (茨城県·石岡市)





両面をじっくり焼いて仕上げた、もっちり食感のイングリッシュマフィン。

20 小
たなか農園·ペトラン(茨城県·石岡市) 賞届いて1～2日
イングリッシュマフィン
2個(約220g) **360円**(税込389円) 通常税込410円
小麦(北海道、岩手県)　[放] 不検出 <3.0 <4.0



18 冷 大 小
たなか農園·ペトラン(茨城県·石岡市) 賞21日
SOYスコーン(プレーン)
2個(約105g) **440円**(税込475円) 通常税込508円
茨城県産ゆめかおり、国産小麦を使用したシンプルなスコーン。
小麦(茨城県、国内産)



抹茶と小豆の風味が口の中で広がります。

21 小
たなか農園·ペトラン(茨城県·石岡市) 賞届いて1～2日
抹茶大納言カンパーニュ
1個(約225g) **460円**(税込497円) 通常税込518円
小麦(北海道)

紅茶とくるみがマッチした全粒粉のスコーンです。



19 冷 大 小
たなか農園·ペトラン(茨城県·石岡市) 賞21日
SOYスコーン(オーガニック紅茶とくるみ)
2個(約100g) **470円**(税込508円) 通常税込540円
小麦(茨城県、国内産)

八郷産のブルーベリーを使用したマフィンになります。おやつに紅茶と一緒に召し上がってください!



22 冷 卵 乳 小
たなか農園·ペトラン(茨城県·石岡市) 賞21日
ブルーベリーマフィン
2個(約70g) **370円**(税込400円) 通常税込427円
小麦(北海道)

クリームチーズとにんじんの甘味がベストマッチ♪



原材料：八郷産無農薬人参、八郷産平飼い卵、国産小麦、粗糖、米油、国産クリームチーズ、アーモンド、粉糖、BP(アルミニウムフリー)、シナモン

八郷産の農薬不使用の人参をたっぷりと使った、ペトランオリジナルのキャロットケーキです。

23 冷 卵 乳 米 小
たなか農園·ペトラン(茨城県·石岡市) 賞7日
キャロットケーキ
1個(約220g) **896円**(税込968円) 通常税込1026円
小麦(茨城県、国内産)

シーズン初



24
無茶々園(愛媛県·西予市)
無茶々園の黄金柑
700g **623円**(税込673円)
黄色い果皮で小さめサイズ。香り良く、オレンジに近い風味です。農薬は地域慣行栽培基準50%以下。
愛媛県

5本 お弁当のおかずにも



ふ 25 凍 小
フードサービスアサヒ(愛知県·大府市) 賞180日
イカフライ
180g(5本) **498円**(税込538円) 通常税込551円
短冊切りした柔らかく厚みのあるムラサキイカに国産パン粉の衣をつけました。冷凍のまま揚げて。
ムラサキイカ(ペルー)

230円/100g おうちで焼肉♪



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

26 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 賞届いて4日
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

贈答やおもてなしにも



箱入り

ふ 27 凍 卵 乳 米 小
弁天堂(兵庫県·淡路市) 賞60日
カスタードクリームブッセ
3個 **842円**(税込909円) 通常税込929円
カスタードクリームはちょっと濃い目の味に仕上げ、十分にホイップしてフワフワな生地でサンドしました。
卵·小麦·生乳(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]^{137}Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合：検出された数値を掲載

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

2024 春 みんなで知って、利用し、広めよう！

有畜複合農業でつむぐ卵

宇治田さん、天池さん、杉山さん（茨城県・石岡市）

飼料の高騰や鳥インフルエンザなど、養鶏をめぐる問題が尽きない昨今。そんな中でも、地域のつながりと循環の中で健康な鶏を育て、日々私たちに卵を届けてくれる3人の生産者を紹介します。


宇治田さんご夫妻


天池さんご夫妻


杉山さん

つながりの中から得られる貴重な飼料

例えば、野菜セットでお馴染みの土れ味（どれみ）農園（天池さん）の鶏は、鈴木牧場のヨーグルトから得られる「ホエー」、岩手県の海藻屋・コタニさんからの「わかめ」も使用。贅沢すぎる！



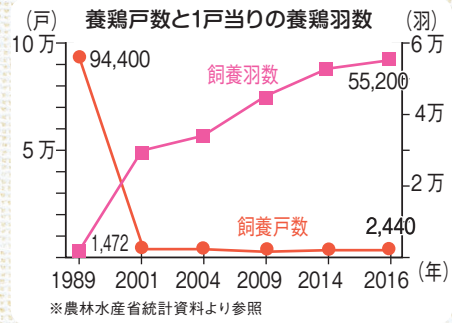
と思えるほどの飼料で育った鶏の卵はやさしい味わい。宇治田さんも自家栽培の青草を食べさせたり、杉山さんは農薬、化学肥料を使わない自家製野菜を与えるなど、鶏が健康に育つ為の努力を欠かしません。良質な鶏糞の堆肥を畑の土として使うので、健康な野菜が育ち、またその野菜を鶏に与える —こうした循環の中で育まれた卵です。





激減する養鶏戸数

日本は、卵を1人当たり年間平均約330個食べている世界3位の消費国（ちょっと食べすぎ…）。他方で、現在の養鶏農家戸数は34年前の2.5%しか残っていません。つまり、1戸（社）当りの飼育羽数は増大しており、養鶏場の規模拡大が進んでいます。理由の1つには、1989年からの大規模化政策が始まったことが大きいです。更には、買い手市場による低卵価、鳥インフルエンザの発生、自然災害や海外産飼料の高騰などにより、小規模の養鶏は淘汰されていきました。そんな中でも、なるべく外からの飼料に頼らず、地域の循環の中で養鶏を営む生産者は本当に貴重です。これからも常総生協の養鶏生産者を応援し、地域でのつながりを強固にしていきましょう!



※農林水産省統計資料より参照

有機農業の循環の中から生まれる卵です



契約 冷 卵
天池さん・杉山さん(茨城県・石岡市) 賞11日
「やさとの仲間」平飼い卵
6個入り 355円（税込383円）
有機農業の生産者が肥料を得る為に飼っている鶏の卵です。自家野菜を与え、健康に育てました。
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



6 卵
宇治田農場(茨城県・石岡市) 賞7日
宇治田さんの平飼い卵
6個 432円（税込467円）
多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬・抗生物質不使用。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

今週のおすすめ

蒸しても スープにしても美味



国産小麦粉を使用した厚めの皮で包みました。具の味を引き出すため、料理酒「蔵の素」を使用。鍋で。

本当に1個ずつ手作業で作っています。皮のモチモチ感が最高です。野菜をたっぷり加えてスープ仕立てでも。


供給部 丸山のおすすめ

ふ 15個
28 凍 え 米 大 小
飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日
飛鳥の黒豚水餃子
15個250g 481円（税込519円） 通常税込549円
豚肉(国内産)

飲んでスッキリ♪ 花粉症対策!

セイロン紅茶にペパーミントをブレンドしました。清涼感のある爽やかなミントの香りが楽しめます。



ふ 29
ランカスター(千葉県・千葉市)
ペパーミントティー（ティーバッグ）
2g×20 498円（税込538円） 通常税込594円
ペパーミント(ブルガリア)



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



ふ 30
小川生薬(徳島県・東みよし町)
じゃばら入り甜茶
28g（2g×14袋） 460円（税込497円） 通常税込540円
甜茶(中国)、じゃばら(国内産)

今回のみ



スギナ専用の畑で無農薬栽培。朝採りした後に乾燥、自家製粉しました。毎日3gを目安に、水に溶いて。



ふ 31
どんぐりてい(茨城県・坂東市)
どんぐりていの春の朝採り スギナパウダー
50g 1080円（税込1166円） 通常税込1242円
すぎな(茨城県) [放] 不検出 <3.2 <3.1

選んでいますか? スモークサーモン



新玉ねぎが美味しい季節、スモークサーモンと一緒にサラダでいかがですか?

さて、そのスモークサーモン。いろいろな種類がありますが、生協と市販品で、どの辺りが違うのでしょうか?

一般的なスモークサーモン	常総生協 北海道さけスモークサーモン
原材料：トラウトサーモン（養殖・チリ産）、食塩、砂糖、調味料、香辛料抽出物、酸化防止剤	原材料：秋鮭（北海道）、食塩

「スモークサーモンなんだから当然スモーク(燻製)しているんでしょ?」と思われますが、現在多く出回っているものはスモークしていません。スモークする代わりに「薫液」という調味料や香辛料などを使用して「燻製風」の風味を付ける製法が主流です。色を良く保つ為に酸化防止剤も添加します。

- 北海道産の天然秋鮭を使用!
- 味付けは天然塩のみ!
- 山桜のチップでじっくりとスモーク!



ふ 凍
松岡水産(千葉県・銚子市) 賞180日
北海道さけスモークサーモン
32 2パック 40g×2 480円（税込518円）
33 4パック 40g×4 922円（税込996円） 通常税込1036円
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。

季節の野菜と一緒に♪ 絹さやと卵が意外なおいしさ!

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
6 宇治田さんの卵
73 絹さや

絹さやの卵とじ



◆材料
絹さや…… 50g
人参 …… 3cm
卵…… 2個
ごま油 …… 小1/2
A ┌みりん……大1
A 砂糖 …… 小2
A └しょうゆ……大1

◆作り方
❶ 絹さやは筋を取り、大きいものは二つに斜め切りする。人参は太めのせん切りにする。卵は溶いておく。
❷ 鍋にごま油を熱し、絹さやと人参を炒めてAを加えたら蓋をし1～2分加熱する。
❸ 最後に溶き卵を回し入れ、半熟になったらできあがり。

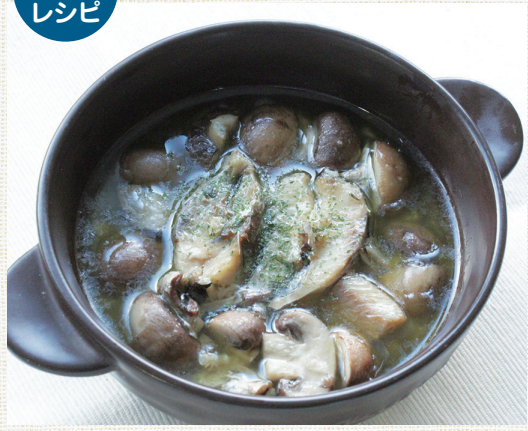
切り取ってご活用ください

DHAやEPAが豊富! 大変栄養価値が高い魚です

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。
461 北海道産にしん アヒージョ缶

タイム缶詰 簡単レシピ

にしんのアヒージョ



◆材料
にしんアヒージョ缶 …… 1缶
お好みの具材
（キノコ、トマト、ブロッコリー）…適量

◆作り方
❶ スキレットや小鍋にアヒージョ缶をオイルごと全部入れる。
❷ お好みの具材(キノコ類、トマト、ブロッコリー、など)を入れて火にかける。
❸ にしんの身が崩れないようにじっくり温めて、具材が温まったら出来上がり。
※スキレットなどの場合はそのまま食卓へ、小鍋で温めた場合は器に移して。
※最後にパセリなどを振ると雰囲気が出ます。

切り取ってご活用ください

産地直送

※同封の宅配用紙にお届け情報をご記入ください。
※離島・沖縄には配達できません。



34
JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)
宅配 柏田中の完熟トマト
4kg 3980円(税込4298円)
毎シーズン一番人気のJAいちかわの完熟トマト。寺田さん、鈴木さんが丹精込めて作った完熟トマトを厳選。減農薬栽培。
千葉県

その1 初夏を感じる柑橘
(なつみ) 南津海
シーズン初 特



■最初は「失敗作」といわれたみかん…
温州みかんと同じタイミングの冬に試食したところ、酸味が強すぎて「失敗作」とされました。しかし、春先になるとそのままにしていた南津海をカラスが食べているところを発見。試食したところ、春まで樹上完熟させると甘くなる事が分かり、春先に出まわる様になりました。

★外皮はやわらかく、手で剥けます。
★酸味はほぼ無く、甘いです。でも種はあります。
★生産者が少なく、希少な柑橘。

35
糖度13～14度、酸1%前後と味のバランスがよく、果肉は、柔軟多汁で風味が良好です。減農薬栽培。
木下農園(愛媛県・西予市)
南津海(なつみ)
600g 498円(税込538円) 通常税込562円
愛媛県



その2 初夏を感じる柑橘
ジューシーフルーツ 特



★「和製グレープフルーツ」とも呼ばれる爽やかな柑橘。
★無茶々園では、4月から出荷を開始し、6月までお届けする、無茶々園で最も出荷期間が長い柑橘。
★苦味はほぼ無く、さっぱりとした甘みで毎年人気。サラダに添えても。

お得な3kg



36
文旦(ザボン)の枝変わりとされ、果肉は軟らかで多汁です。農薬3回まで。
無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園のジューシーフルーツ(河内晩柑)
3kg 1499円(税込1619円) 通常税込1726円
愛媛県

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



37
濱上さん(鹿児島県・出水市)
ジューシーフルーツ
800g 458円(税込495円)
鹿児島県

3玉 無農薬
駿河湾から駆け上がりの年中温暖な急斜面に、レモン、ビワと混植しています。農薬無散布。



38
松永農園(静岡県・静岡市)
松永さんの甘夏
1kg以上(3玉) 410円(税込443円)
静岡県 [放] 不検出 <3.9 <3.2

適度な甘みと酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。



無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園の甘夏
39 2玉(800g前後)
398円(税込430円)
40 3kg
1380円(税込1490円)
愛媛県



41
木下農園(愛媛県・西予市)
ニューサマーオレンジ
約600g 420円(税込454円)
白いワタ部分に苦味が少ないので黄色い皮だけをむき、一緒に食べると美味しい。減農薬栽培。
愛媛県

3～5玉
大変貴重な国産のグレープフルーツ。半分に切ってスプーンですくってどうぞ。減農薬栽培。



42
渥美農園(静岡県・浜松市)
渥美さんのグレープフルーツ
1kg(3～5玉) 680円(税込734円)
静岡県 [放] 不検出 <3.3 <3.0

シーズン最終
黄色い果皮に小さめサイズですが、味と香りのバランスは良くオレンジに近い風味。減農薬栽培。



43
濱上さん(鹿児島県・出水市)
濱上さんの黄金柑
約600g(大小込み) 698円(税込754円)
鹿児島県

ご協力を！ 小玉・キズありでも味はバッチリ！

3玉 シーズン最終



45
さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)
りんご(ふじ)訳あり
3玉 450円(税込486円)
果実中の糖度が通常より少し低いまま成熟期を迎えたりんご。減農薬栽培。
長野県

3～4玉



46
ケーアイ農産(青森県・八戸市)
りんご(ふじ)小玉
3～4玉 554円(税込598円)
甘味・酸味・歯ごたえの三拍子が揃った人気品種。蜜が入りやすく、果汁もたっぷりです。減農薬栽培。
青森県

シーズン最終



47
さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町)
りんご(ピンクレディー)小玉
3玉(450～500g前後) 430円(税込464円)
酸味と甘みのバランスが良く、紅玉に近い味わいのりんごです。減農薬・無化学肥料栽培。
長野県

野菜炒めに



48
竹村さん(茨城県・かすみがうら市)
竹村さんのいちご
200g×2 775円(税込837円)
自分の子供に食べさせられるものをモットーに自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <1.0 <1.0

無農薬



49
江川農園(神奈川県・小田原市)
江川さんのキウイフルーツ
500g 461円(税込498円)
樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

無農薬



50
ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
バナナ
450g以上 369円(税込399円)
小規模農家が集まったインカバナナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料不使用のものをお届けします。
ベルーまたはエクアドル



りん片バラでお届けする場合があります

51
ケーアイ農園(青森県)、千葉さん(北海道)
にんにく
約70g 250円(税込270円)
ホワイト種または外皮は紫がかった暖地系を時期に合わせてお届け。味、香り共に良い品種です。減農薬栽培。
青森県、北海道

無農薬



52
飯田さん達(千葉県)
葉にんにく
約90g(2～4本入り) 230円(税込248円)
玉ニンニクより手軽で使い勝手がよく、炒め物やチャーハンや回鍋肉などにも。農薬無散布。
千葉県

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



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



54
作本さん達(熊本県・熊本市)
大葉
10枚 136円(税込147円) 通常税込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



55
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

しっとりとした食感で程よい甘味。煮物、ソテー等に。農薬は当地慣行栽培より70%削減。



56
福田さん達(沖縄県・宮古島市)
かぼちゃ(カット)
約400g 380円(税込410円) 通常税込430円
沖縄県



57
福山さん達(宮崎県・新富町)
ピーマン
約130g 178円(税込192円) 通常税込214円
肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。
宮崎県



58
藤嶋さん達(熊本県・天草市)
きゅうり
3本 258円(税込279円)
ハウス栽培にて農薬をできるだけ減らして栽培しました。減農薬栽培。
熊本県

トマトたっぷり 春のイキイキサラダ♪

無農薬



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
59
長島さんのレタス
1玉 276円(税込298円)
良質な堆肥等を使い、地力を高めることで農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布・化学肥料不使用。
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9

無農薬



60
長島さんのサニーレタス
1玉 170円(税込184円)

無農薬



61
中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)
中村さんのベビーリーフ
40g 160円(税込173円)
約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



無農薬



62
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(税込149円)
ベビーリーフでお馴染みの中村さんより。彩りを活かしてサラダやピクルスに。農薬無散布。
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.3

有機資材を豊富に加え、保肥力のある土作りを行っています。木酢液等を使用し、農薬使用を最小限に。



右田さん達(熊本県・芦北町)、他
ミニトマト
63 約150g 230円(税込248円)
64 300g お得なボリュームパック 430円(税込464円)
熊本県、他

平均糖度8～10度のフルーツ感覚のミニトマト。ヘタの取れた果実も入ります。パリパリの食感。減農薬栽培。



藤嶋さん達(熊本県)、又は今村さん達(北海道)
初恋スマートミニトマト
65 約180g 335円(税込362円)
66 約400g お得なボリュームパック 599円(税込647円)
熊本県、又は北海道

加熱でもサラダでも!



67
大木さん(茨城県・常総市)
大木さんの中玉トマト
300g 398円(税込430円)
大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ビー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <5.1 <4.3



通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい

組合員さんからのクチコミ
- 美味しいです!毎年、楽しみにしています。
- 甘みと酸味のバランスが最高です!
- 市販よりも味が濃く、美味しくいただいています。1歳の息子もこのトマトは食べてくれます。

68
JAいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)
柏田中の完熟トマト
1kg 698円(税込754円) 通常税込788円
時季を絞り、距離の近さも活かした完熟トマトをお届けします。1kgでお得です。減農薬栽培。
千葉県 [放] 不検出 <3.8 <4.2

春のかぶを酢の物で!



69
木村農園(茨城県･つくば市)
木村さんのかぶ
1束(2~5玉) 169円(税込183円) 通常税込198円
大きな玉の場合は2玉～のお届けとなります。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

今が旬! おひたしでも!



70
木村農園(茨城県･つくば市)
木村さんのかき菜
1束200g 180円(税込194円)
ビタミン、ミネラルも豊富に含む緑黄色野菜。おひたし、炒め物等に。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.7

サラダで シャキシャキの食感♪



71
上村さん達(青森県･八戸市)
長芋
200g 228円(税込246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

少し肌寒い夜は ポトフで



72
井上さん(埼玉県･美里町)
春ブロッコリー 1個(蕾9cm以上)
265円(税込286円) 通常税込299円
ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。農薬無散布。
埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

春の食卓に 柔らかな豆!





無農薬
73
無茶々園(愛媛県･西予市)
無茶々園の絹さや
50g 218円(税込235円)
お吸い物の具、茹でてサラダ、炒め物等幅広くご利用下さい。農薬無散布。
愛媛県



さやごと食べられる甘みの強い豆。自然の忌避剤を使用し、木の活性を高める事で農薬使用を最小限に。
井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)
サラダスナップ
74 約100g 276円(税込298円)
75 増量 豊作につき「増量」!100g当り259円
特 約200g 480円(税込518円) 通常税込538円
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

無農薬

特
2L(2本入)~Sサイズでお届け ※細い場合もあります
76
吉澤さん達(群馬県･昭和村)
グリーンアスパラ
約100g 298円(税込322円) 通常税込343円
日中は40℃近く、夜は-10℃以下で育つ寒締め栽培。農薬無散布。
群馬県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

無農薬

77
おきたま興農舎･中西さん達(山形県･高畠町)
あさつき
100g 250円(税込270円)
ビタミン、ミネラルが豊富。シャキッとした歯ざわりとクセのない味が特長。農薬無散布･化学肥料不使用。
山形県 [放] 不検出 <3.1 <3.7


泥付き
78
木村農園(茨城県･つくば市)
木村さんの長ねぎ
500g 220円(税込238円)
牛糞堆肥を使い、丁寧に育てました。みそ汁、煮物にどうぞ。害虫が発生した場合のみ農薬使用。
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.9

無農薬

79
あゆみの会･関さん達(茨城県･茨城町)
小松菜(少量)
1束(約150g) 150円(税込162円)
アク抜きせずに使えて便利です。無農薬･無化学肥料で栽培しました。
茨城県

無農薬

80
微生物農法の会･長島さん達(茨城県･行方市)
長島さんの小松菜
1束(約200g) 189円(税込204円)
貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <4.4

無農薬

81
浅野さん(茨城県･常総市)
浅野さんのほうれん草
約200g 198円(税込214円)
秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農薬無散布。
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

無農薬

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。農薬無散布。
ご近所でシェアしても♪

西山さん達(熊本県･熊本市)
人参(洗い)
82 700g 239円(税込258円)
83 1.4kg 450円(税込486円)
熊本県 [放] 不検出 <0.6 <0.5

無農薬

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
要望品 1/2本
※上･下は選べません
熊崎さん達(愛知県･南知多町)
大根
84 1本 (900g前後) 220円(税込238円)
85 カット 1/2本(500g前後) 150円(税込162円)
愛知県

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。

上村さん達(北海道･上富良野町)
じゃがいも
86 800g 230円(税込248円)
87 2kg 560円(税込605円)
北海道


軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。
溝田さん達(長崎県･南島原市)
新玉ねぎ
88 1kg 528円(税込570円)
89 3kg 1480円(税込1598円)
長崎県

きのこ


90 冷
安田さん(福島県･郡山市)
安田さんのなめこ
70g 115円(税込124円)
独自の栄養元をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。
福島県 [放] 不検出 <3.7 <4.1


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


ひらたけのしめじです。おがくずに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良いと評判です。
92 冷
山田さん(茨城県･つくば市)
山田さんのしめじ
200g 230円(税込248円) 通常税込259円
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <4.5


93 冷
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


94
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、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

さっと湯がいてぽん酢で!

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。


95 冷
村上さん(栃木県･高根沢町)
生きくらげ
100g 277円(税込299円)
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2


96 冷
丸金(長野県･長野市)
えのき茸
170g 184円(税込199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


97 冷
丸金(長野県･長野市)
ブラウンえのき茸
125g 148円(税込160円)
野生種に近く味にコクがあり風味豊かです。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1

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

冷
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
98 A品 100g 210円(税込227円)
99 B品 200g 225円(税込243円)
原木栽培をしています。カサも肉厚で菌床栽培のものとは風味･香り共に違います。
茨城県


100 冷
江藤さん(大分県･玖珠町)
江藤さんの原木生しいたけ
150g 369円(税込399円)
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。3月~4月は椎茸が大きく、香りの良い露地ものです。
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8


特

さんさんファーム･宮下さん達(長野県･松川町) 貯60日
干し柿(市田柿)
101 150g(4~7個) 780円(税込842円) 通常税込862円
102 300g(7~14個) 1298円(税込1402円) 通常税込1510円
1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。表面の白い粉はカビではなく糖分です。無燻蒸処理。
長野県

冷凍野菜・果物



103 凍
イズックス(東京都･中央区)
冷凍かぼちゃ
500g 426円(税込460円) 通常税込474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)


ふ
104 凍
日本生活協同組合連合会
北海道つぶコーン
250g 278円(税込300円)
北海道十勝産のコーンを収穫後すぐに急速凍結しました。保存に便利なチャックシール付き。
とうもろこし(北海道)


ふ
105 凍 大
日本生活協同組合連合会
北海道のそのまま枝豆
250g 315円(税込340円)
北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていますのでそのまま召し上がれます。
枝豆(北海道)

盛付例

ふ
106 凍
ニチノウ(茨城県･かすみがうら市)
冷凍焼きじゃがいも
400g 403円(税込435円)
ホクホク食感と甘みが特徴の北海道産じゃが芋きたあかりを皮つきのまま焼き冷凍。トースターかレンジで。
じゃがいも(北海道)


特
ふ
107 凍
イズックス(東京都･中央区)
冷凍 北海道産いんげん
200g 298円(税込322円) 通常税込332円
北海道中札内村産いんげんを旬の時期に収穫して加工。凍ったまま炒めるか茹でてお召し上がりください。
いんげん(北海道)

サラダに
盛付例


108 凍 大
日本生活協同組合連合会
5種のお豆ミックス
300g 302円(税込326円) 通常税込376円
北海道産の黄大豆、金時豆、白いんげん豆、枝豆、黒大豆を彩りよくミックスしました。
大豆(北海道)


ふ
109 凍
ニチノウ(茨城県･かすみがうら市)
冷凍長芋スティック
160g (80g×2袋入) 422円(税込456円)
拍子切りにした長芋を小分けにして冷凍。解凍後は生の食感に近い状態で召し上がれます。流水解凍して。
長芋(国内産)

盛付例

ふ
110 凍
日本生活協同組合連合会
4種のベリーミックス
200g 368円(税込397円)
ブルーベリー･ストロベリーを多めに、ブラックベリー･ラズベリーを控えめにし、より甘酸っぱい味わいに。
ブルーベリー(アメリカ、カナダ等)

春のかつおサラダ


※イメージ

鰹の簡単カルパッチョ

◆材料(2人前)
かつお …… 適量
玉ねぎ …… お好みで
★ オリーブオイル… 大さじ2
★ 醤油 …… 大さじ1
★ みりん…… 小さじ2
★ 酢…… 小さじ2
★ 塩胡椒 … 少々(お好みで)

◆作り方
1. かつおは食べやすい厚さに削ぎ切りに。皿に並べ冷蔵庫で冷やしておく。
2. 玉ねぎを薄くスライスし、水に浸けておく。新玉ねぎならそのままでも。
3. 玉ねぎを水につけている間に、★を全て混ぜ合わせておく。
4. かつおを冷蔵庫から取り出し、玉ねぎを乗せ、全体に★をかけ回したら完成。お好みでブラックペッパーをかける。

ご飯に合う！ 東北トクスイの漬魚特集 全品特価


ふ

113 凍 米 大
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日
銀だら味噌漬
2切120g 380円(税込410円) 通常税込430円
アメリカ(アラスカ)産の銀だらを仙台味噌をベースにした漬床に24時間漬け込みました。
銀だら(アメリカ)


ふ

114 凍 米 大
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日
赤魚西京漬
3切210g 440円(税込475円) 通常税込495円
脂のりのよい大型サイズのアメリカ産赤魚を特製味噌に48時間じっくり漬け込みました。
赤魚(アメリカ)

脂のり良く、もっちりとした身質!

7月～10月にかけて日本太平洋沖合北部の漁場で1本釣りした鰹。生きたまま凍結した原料なので鮮度抜群。


2個 特 ※盛付例
ふ

111 凍
ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日
焼津港のとろかつお刺身用
170g(2個) 630円(税込680円) 通常税込702円
かつお(日本太平洋沖合北部)

脂のり抜群の一本釣りかつおをタタキにしました!

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。


特 ※盛付例
ふ 2個

112 凍
ヤマボシ(静岡県・焼津市) 賞30日
焼津港のとろかつお炭火焼き
170g(2個) 555円(税込599円) 通常税込616円
かつお(日本太平洋沖合北部)


3枚
ふ

115 凍 米 大 小
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日
国産さば生姜醤油漬
3枚 180g 440円(税込475円) 通常税込494円
国産のさばを黒糖とすりおろし生姜を加えた特製の醤油たれに、低温でじっくり24時間漬けこみました。
さば(国内産)


3切
ふ

116 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 380円(税込410円) 通常税込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時間漬けこみました。
ぶり(三陸南部沖) [放] 不検出 <3.8 <2.9


3切
ふ

117 凍 米 大 小
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 398円(税込430円) 通常税込448円
脂がのったアメリカ産のしまほっけを、黒糖とすりごまをブレンドした特製の調味液に低温で漬け込みました。
しまほっけ(アメリカ)

水産品

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

凍ったまま加熱してください


ふ

118 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
国内産冷凍あさり
180g 398円(税込430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) [放] 不検出 <3.4 <4.0


ふ

119 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
涸沼のしじみ(冷凍)
200g 398円(税込430円)
全国でも有数の産地、地元涸沼より高鮮度のまま冷凍してお届けします。
やまとしじみ(茨城県) [放] 不検出 <3.6 <3.8

骨丸ごとカルシウム補給♪


7～12尾 特
ふ

120 凍
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)


ふ

121 凍 米 大 小
カネヨン水産(千葉県・九十九里町) 賞90日
いわしみりん干し
80g 318円(税込343円)
銚子・九十九里産のかたくちいわしをみりん干しに仕上げました。タレは70年間継ぎ足して熟成を重ねました。
かたくちいわし(千葉県) [放] 不検出 <4.2 <4.2


ふ

122 凍 米
中村海産(富山県・氷見市)
ししゃもみりん干し
60g 358円(税込387円)
オスのカラフトししゃもを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込み。冷めても軟らかです。
からふとししゃも(アイスランド、ノルウェー、カナダ)


ふ

123 凍
ヤマフ(佐賀県・唐津市)
九州産真あじの生開き干し
2枚160g 398円(税込430円)
厳選した九州産の鯵(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)


ふ

124 凍 え 小
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温熟成 ふっくら開きあじ
3枚240g 398円(税込430円)
山陰産のあじの中骨を除去し、アミエビの煮汁を加えた塩水(天日塩)に漬け込み、旨味を引き出しました。
真あじ(鳥取県)

次回から値上げ


ふ

125 凍
カネヘイ下谷商店(千葉県・銚子市) 賞120日
さんま開き2枚
2枚170g 398円(税込430円)
北海道産の脂ののり良い大型さんまのみを厳選。手開きして塩のみで味付けし、干物にしました。
さんま(北海道)


ふ 凍

丸一商店(千葉県・南房総市) 賞120日
さば一夜干し

126 2枚
片身2枚200g 498円(税込538円)

127 3枚
片身3枚300g 698円(税込754円)

脂のりの良いノルウェー産のさばを塩水漬け後、冷風乾燥にて仕上げました。
真さば(ノルウェー)


5～8枚
ふ

128 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(税込508円)
長崎産の旬の真あじを食べやすく三枚おろしにしました。天ぷらやフライに、ナゲット風にも。
真あじ(長崎県)

無塩の切身 ※自然の塩味はあります


ふ

129 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
寒さばフィーレ(無塩)
片身2枚 200g前後 428円(税込462円)
長崎県(又は佐賀県)に水揚げされた鮮度の良い真さばを、生から三枚おろしに。産地1回凍結品。
真さば(長崎県、佐賀県)


ふ

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


ふ

131 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)
70g×3 646円(税込698円)
北海道・雄武(おうむ)沖で漁獲した、脂のりと身質が特に良い、重量3kg以上の天然銀毛鮭です。無塩。
秋鮭(北海道)

中辛


ふ

132 凍
トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日
ロシア産紅鮭切身(中辛)2切
2切140g 425円(税込459円)
東カムチャッカの定置網で漁獲されたロシア産の紅鮭です。中辛塩で仕上げました。
紅鮭(ロシア)

甘塩


ふ

133 凍
トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 賞180日
ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切
3切165g 530円(税込572円)
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。
紅鮭(ロシア)

水産品の放射能検査について

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

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

お米

- 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。

注文書の6ケタ欄に記載をお願いします

お米に雑穀を混ぜて

ミネラル、繊維を主食で補給!


雑穀ごはん(豆入り)

ご存知ですか?「雑穀セット」
- 龍ヶ崎の漢方薬局「薬方堂」でブレンド。
- 米だけでは不足する、ミネラル、繊維を考慮しています。
- 「よく噛むことがとても大切」(薬方堂・佐藤さん)と、ブレンドにも工夫しています。

組合員さんの声 「玄米用」ですが、白米に入れて食べています。よく噛む習慣がつき、腸も快調です♪


特
ひきわりハトムギ、丸麦、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。洗米後、お好みの量を混ぜて。
ふ

502074
自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ケ崎市)
白米用雑穀セット
500g 999円(税込1079円) 通常税込1132円
[放] 不検出 <0.5 <0.5


特 大
ハト麦、丸麦、黒豆、小豆、大豆、もちきび、もちあわ、ひえ(全て国内産)。洗米後、お好みの量を混ぜて。
ふ

502077
自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ケ崎市)
玄米用雑穀セット
500g 1098円(税込1186円) 通常税込1234円
[放] 不検出 <0.7 <0.7

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


ふ 米

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・東町特栽米組合

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「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

無農薬


ふ 米

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今摺米)

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)

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


ふ

山形・おきたま興農舎

502041	つや姫(白米)	無農薬	2kg	1690円(税込1825円)
502042	つや姫(玄米)	無農薬	2kg	1630円(税込1760円)
502043	つや姫(胚芽精米)	無農薬	2kg	1750円(税込1890円)
502044	ひとめぼれ(白米)		5kg	2880円(税込3110円)

おきたま興農舎(山形県・高畠町)

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。

無農薬


ふ 米

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)


ふ 米

134
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
もち米
2kg 1100円(税込1188円)
品種はでわのもち。減農薬、無化学肥料栽培。
もち米(山形県)

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。


ふ 米

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)

農薬不使用の黒米。3合のお米に大さじ1杯からどうぞ。炊く時にお酢を少し加えると鮮やかな紫色に。

無農薬


ふ 米

502071
庄内協同ファーム・冨樫さん(山形県・鶴岡市)
白山紫黒(有機栽培紫黒米)
300g 720円(税込778円)
山形県 [放] 不検出 <1.2 <1.1

籾の状態から発芽させ、栄養分の高い発芽玄米にしました。原料は有機栽培した岩手県産あきたこまち。


冷 米

502072
中村商店(神奈川県・横浜市)
有機籾発芽玄米「ぐるめくらぶ」
1kg 1198円(税込1294円)
米(岩手県)

2023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)	0.29 (0.13)
	やさとのお米	コシヒカリ	ND(不検出)(<0.13)	0.24 (0.13)
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	ND(不検出)(<0.13)	ND(不検出)(<0.14)
		つや姫	ND(不検出)(<0.13)	ND(不検出)(<0.14)
宮城県	黒澤さんのお米	こしひかり	ND(不検出)(<0.12)	ND(不検出)(<0.13)

・2023年産米(新米)は順次検査中です。
・最新の検査結果は、毎週配布しております「放射能検査結果一覧」をご覧ください。

4月16日は春の土用入り

～初夏に向けて元気に!～ 加持養鰻のうなぎ

（高知県・四万十市）


代表の加持さん

- 四万十川で獲れたシラスを1年以上かけて育てます。
- 密飼いせずに運動させますので、皮は固め。天然鰻に近い食感です。
- 抗生物質など病気予防のための薬品は使いません。
- タレは国産丸大豆醤油使用のシンプルな仕様です。



お届けは4月3回になります



凍 米 大 小

加持養鰻場(高知県・四万十市)　賞180日

加持さんのうなぎ

135 蒲焼　130g+タレ15cc+粉山椒

2310円（税込2495円）通常税込2662円

136 白焼　130g+タレ15cc+粉山椒

2130円（税込2300円）通常税込2484円

四万十川河口付近で獲れた稚魚(シラス)を1年以上の歳月をかけてじっくり育てました。

うなぎ(高知県)



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。

ふ 凍　米 大 小

大黒淡水(静岡県・大井川町)

うなぎ蒲焼

137 70g×2　70g×2 たれ・山椒付

2900円（税込3132円）通常税込3359円

138 長焼き　120g たれ・山椒付

2370円（税込2560円）通常税込2732円

うなぎ(愛知県、他)

鮮魚よりもおいしく!

播磨海洋牧場

（兵庫県・姫路市）

この3品はすべて4月3回のお届け





139 凍

播磨海洋牧場(兵庫県・姫路市)　賞40日

播磨の寒ぼらの切り身

120g（2切）365円（税込394円）通常税込404円

「寒ボラ」と呼ばれる特に脂乗りが良くて質が高い時期の魚を活締めの後、丁寧に下処理しました。

ボラ(兵庫県)

140 凍 5～7個

播磨海洋牧場(兵庫県・姫路市)　賞40日

播磨のスチームオイスター（加熱済）

100g(5～7個) 575円（税込621円）通常税込637円

生食用のかきをスチーム加熱。漁獲から加工まで、かきにストレスを与えない様に扱いますので一味違います。

真がき(兵庫県)



141 凍

播磨海洋牧場(兵庫県・姫路市)　賞40日

播磨灘 甲イカ(刺身用)

100g 710円（税込767円）通常税込799円

1杯ずつ生き締めした甲いかを食べやすく皮をむきました。獲れたてのトロッとした味わいをぜひお刺身で!

甲いか(兵庫県)



ふ **142 凍**　米 大 小

ダイマツ(鳥取県・米子市)　賞180日

氷温造り 生姜焼き用シルバー切身

2切140g 350円（税込378円）

主にニュージーランド沖で獲れるシルバー(沖ぶりとも呼ばれる)を生姜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)



ふ **143 凍**

ダイマツ(鳥取県・米子市)　賞120日

氷温造り 甘塩さば切身4切

4切 240g 510円（税込551円）通常税込570円

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

さば(ノルウェー)



ふ **144 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 450円（税込486円）

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)



ふ **145 凍**　え

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 475円（税込513円）

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

えび(インド)、アカイカ(北太平洋)

パスタに、チャーハンにも



新

ふ **146 凍** え

日本生活協同組合連合会

そのまま食べられるむきえび(生食用)

120g 498円（税込538円）

えび(養殖)の旨みを逃さぬよう現地で加熱してむき身にし、凍結は1回だけ。サラダ等に。流水・冷蔵解凍で。

原材料：バナメイえび、食塩

バナメイえび(ベトナム)

丼におすすめ!



ふ **147 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（税込862円）

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

めばちまぐろ(太平洋)



ふ **148 凍**

日本生活協同組合連合会

国産いかそうめん

30g×2 498円（税込538円）

国産の良質なするめいかを、つるっと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。

するめいか(国内産)



ふ **149 凍**　米

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（税込538円）

すけそうだらの卵を着色料や化学調味料を使わないで味付け。魚醤、鰹節、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)



ふ **150 凍**　米

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（税込538円）

着色料や化学調味料不使用。魚醤、鰹節、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)

旬のトマトと一緒につみれ汁!



国産いわし、トビウオのすり身に、ごぼうを加えました。



ふ **154 凍** 米 小

大新(鳥取県・境港市)　賞120日

いわしごぼうつみれ

160g 335円（税込362円）通常税込373円

いわし(国内産)



ふ **151 凍**

海泉水産(静岡県・浜松市)　賞120日

しらす干し

20g×3 500円（税込540円）

遠州灘～伊勢湾にかけての海域で獲れた鮮度の良いしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。

しらす(遠州灘～伊勢湾)



ふ **152 凍**

ヤマタ水産(愛知県・名古屋市)　賞180日

篠島産釜揚げしらす 2個組

50g×2 760円（税込820円）通常税込860円

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

いわし稚魚(愛知県)

混ぜご飯やおにぎりに



ふ **153 凍** え

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（税込400円）

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)

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。

国産の野菜たっぷり♪お子様にもおすすめ





宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)に、ごぼう、玉葱、人参をたっぷり練りこんだじゃこ天です。

ふ **155 凍** 米

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)

野菜じゃこ天

50g×2 440円（税込475円）通常税込486円

魚肉(愛媛県)

株式会社 高橋徳治商店　こだわりの練り物

近海のお魚たっぷり♪



ふ **162 凍** え 卵 米

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)　賞180日

えびしんじょすり身

150g 447円（税込483円）

天然えびを80%近く使用。高級感のある料理素材として幅広く使えます。揚げ物、吸い物、餃子、春巻き等に。

えび(インドネシア)



ふ **163 凍**　米

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)　賞180日

茎わかめボール揚げ

170g 307円（税込332円）

磯の風味とコリコリした食感が楽しめる重茂漁協の茎わかめが入り緑の色合いが綺麗な一口サイズの練り物。

すけそうだら(北海道)、茎わかめ(国内産)



ふ **156 凍**　米

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（税込486円）

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)をたっぷり使ったじゃこ天。トースターで軽く(3～4分)焼いても。

魚肉(愛媛県)



ふ **157 凍**　米

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×2 450円（税込486円）

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。

魚肉(愛媛県)、わかめ・めかぶ(宮城県)



ふ **158 凍**　米 大

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)

魚団子

150g 450円（税込486円）

新鮮なアジに豆腐を混ぜた柔らか食感の魚団子です。煮物やお味噌汁の具材に入れると出汁が良く出ます。

魚肉(愛媛県)



ふ **164 凍**　米 大

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（税込420円）

味噌漬け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)

カット面が彩り鮮やか お弁当にも♪



わかめの深緑色と磯の香りが特長です





ふ **159 冷**　え 米

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)　賞30日

長崎 もずく天

2枚(130g) 450円（税込486円）

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

魚肉(国内産・タイ)、もずく(国内産)



ふ **160 冷**　米

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)　賞8日

長崎 いか天

30g×4 330円（税込356円）

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

すけそうだら(国内産、タイ)



161 冷　卵 米

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（税込443円）

長崎の県魚とされている甘鯛が主原料。ほんのり甘みがありソフトな食感。そのままでも、軽くあぶっても。

甘鯛(長崎県)



ふ **165 凍**　米

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)　賞180日

いかげそ揚げ

110g 411円（税込444円）

北海道の助宗タラすり身といかのゲソを使用。おつまみやお子様にも。冷蔵解凍かレンジで。

イカ(国内産)



ふ **166 凍**　米 大

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)　賞180日

おとうふ揚げ(五目)

5個 165g 315円（税込340円）通常税込351円

おとうふ揚げの食感と風味・甘味はそのままに5種の野菜(人参・筍・ごぼう・椎茸・枝豆)を練りこみました。

すけそうだら(北海道)

ふ **167 凍** 卵 米

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)　賞180日

わかめはんぺん

4枚 188g 370円（税込400円）通常税込415円

凍ったまま食べやすい大きさに切って温めてどうぞ。離乳食にも。

わかめ(岩手県)



春の豚肉 感謝祭 第1弾

岩瀬牧場

組合員の皆さん、いつも岩瀬牧場の豚肉をご利用いただきありがとうございます。夏の猛暑、急激な寒暖差など年間を通じて気候変動が激しい状況ですが、岩瀬牧場の豚は相変わらず元気です!これからも美味しい豚肉をお届けできるように、スタッフ一同丁寧に育てていきますので引き続き応援よろしくおねがいします。

340円/100g 特



ふ
168 凍
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞30日
岩瀬さんの豚ロースしゃぶしゃぶ用
200g 630円(税込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

335円/100g 特



169 冷
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞6日
岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用
200g 620円(税込670円) 通常税込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

198円/100g 特



170 冷
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞6日
岩瀬さんの豚小間切
150g×2 550円(税込594円) 通常税込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

簡単便利♪ 味付け肉特集! 全品特価



常総生協オリジナル
229円/100g
171 冷 米 大 小
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 賞14日
茨城県産ローズポーク 小間切(タレ付)
250g 530円(税込572円) 通常税込594円
ローズ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



172 冷 米
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(税込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



173 冷 落 米 大
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(税込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



ふ
174 凍 米 大 小
秋川牧園(山口県･山口市)
若鶏の生姜焼き
200g 398円(税込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)

豚肉

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

1ページ ローズポーク焼肉セット



16ページ ローズポーク挽肉



349円/100g



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

284円/100g



176 冷
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞6日
岩瀬さんの豚バラスライス
200g 526円(税込568円)
脂と赤身が層になったバラ肉を、厚さ3~3.5mmにスライスしました。
茨城県

281円/100g



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



178 冷
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞6日
岩瀬さんの豚ロース切身
2枚200g 646円(税込698円)
岩瀬さんが育てる豚のロースはきめが細かく軟らかい部位です。ソテーや、とんかつに。
茨城県

281円/100g



179 冷
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞6日
岩瀬さんの豚モモ一口カツ用
200g(5~6切) 520円(税込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



ふ
180 凍
岩瀬牧場(茨城県･土浦市)ミートパル村山 賞30日
岩瀬さんの豚挽肉
300g 570円(税込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

227円/100g 特



181 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク モモブロック
300g(ネット巻き) 630円(税込680円) 通常税込697円
ローズポークの豚モモブロックをネット巻きにしました。チャーシューなどに。
茨城県

239円/100g



182 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 賞届いて3日
茨城県産ローズポーク モモしゃぶしゃぶ用
250g 554円(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。

238円/100g



183 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 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(税込595円)
厚さ3~3.5mm。

228円/100g



184 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 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(税込570円)
赤身主体部位。厚さ3mm。

257円/100g



185 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 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(税込513円)
赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。
茨城県

165円/100g



186 冷
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク 徳用小間切
200g×2 610円(税込659円)
小間切徳用タイプ。
茨城県

166円/100g



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



ふ
188 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(税込583円)
1頭から約300gしかとれない希少な部位です。
神奈川県

299円/100g



ふ
189 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(税込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

215円/100g



190 冷
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(税込430円)
各部位から集めています。
神奈川県

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。

186円/100g 特



ふ
191 凍
野口さん達(茨城県･桜川市)
つくば茜鶏 ムネ
250g 430円(税込464円) 通常税込486円
あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。
茨城県

313円/100g



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



ふ
193 凍
野口さん達(茨城県･桜川市)
つくば茜鶏 ササミ
250g 598円(税込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



ふ
194 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(税込670円)
必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
茨城県

173円/100g



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

173円/100g



ふ
196 凍
野口さん達(茨城県･桜川市)
つくば茜鶏 手羽元
300g 480円(税込518円)
唐揚げやスープ煮に。
茨城県

116円/100g



ふ
197 凍
野口さん達(茨城県･桜川市)
つくば茜鶏 レバー
250g 268円(税込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



ふ
198 凍
野口さん達(茨城県･桜川市)
つくば茜鶏 挽肉
250g 430円(税込464円)
ちょっとだけ使いたい時に重宝するバラ凍結品。
茨城県

224円/100g



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

つくば茜鶏で 手作りから揚げに！ 特



鶏肉本来の旨味が凝縮♪

ふ 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

204 1パック 272円/100g
250g 630円(税込680円) 通常税込691円

205 2パック 268円/100g
250g×2 1240円(税込1340円) 通常税込1382円



唐揚げ用に丁度良い大きさにカットしました。必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。
茨城県

232円/100g 特



ふ
200 凍
秋川牧園(山口県･山口市) 賞180日
秋川の若鶏モモ
200g 430円(税込464円) 通常税込481円
豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などにおすすめです。
山口県･島根県･福岡県･熊本県

215円/100g



ふ
201 凍
秋川牧園(山口県･山口市) 賞120日
秋川の若鶏砂肝スライス
150g 298円(税込322円)
コリコリとした歯ざわりが特徴の砂肝を使いやすいようにスライスにしました。炒め物に。
山口県･島根県･福岡県･熊本県

特



ふ
202 凍
秋川牧園(山口県･山口市) 賞180日
秋川の若鶏丸体
2.3kg 2600円(税込2808円) 通常税込3024円
中の内臓は取り除いてあります。ローストチキンや参鶏湯などにおすすめです。
山口県･島根県･福岡県･熊本県

243円/100g



ふ
203 凍
秋川牧園(山口県･山口市) 賞180日
秋川の若鶏小間切
200g 450円(税込486円)
ムネ･モモ肉を小さくカットしました。親子丼等に。
山口県･島根県･福岡県･熊本県

能勢農場 (大阪府・能勢町)



583円/100g



ふ **206** 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 袋入り
250g 1350円(税込1458円) 通常税込1512円
旨味がたっぷり入っている牛肉を切り落としにしました。
大阪府

540円/100g



ふ **207** 凍 米大小
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(税込2700円) 通常税込2916円
牛のバラ肉を特製のタレに漬け込みました。そのまま焼いてお召し上がりください。
牛肉(大阪府)

チャーシュー丼にも♪





208 冷 米大小
ミートパル村山(茨城県・土浦市) 賞7日
村山さんのチャーシュー
200g 485円(税込524円) 通常税込540円
村山さんがじっくり漬け込みました。チャーハンやラーメンに。豚肉は岩瀬さんの豚、又はローズポーク使用。
豚肉(茨城県)

お弁当のあと1品に♪





209 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日
鎌倉つかいっきりポークウインナー×3
49g×3 285円(税込308円) 通常税込322円
使い切りサイズのポークウインナーを、お得な3パックセットにしました。
豚肉(国内産)



牛豚の割合3対7の合挽肉使用。お弁当にぴったりです。



ふ **210** 凍 卵乳小
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日
丹沢農場のハンバーグ(ミニ)
180g(30g×6) 340円(税込367円) 通常税込400円
国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。
豚肉(国内産)

ほどよい玉ねぎ加減♪





ふ **211** 凍 卵乳大小
満る里(兵庫県・神戸市) 賞180日
神戸満る里の牛生ハンバーグ
130g×4個 1250円(税込1350円) 通常税込1382円
国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。
牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

牛肉

- 坊津黒牛(鹿児島):鹿児島県坊津地区の椰木さん、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。

702円/100g



ふ **212** 凍
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
鹿児島 坊津黒牛特選切り落とし
150g×2 1950円(税込2106円)
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。
鹿児島県

608円/100g



ふ **213** 凍
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
鹿児島 坊津黒牛焼肉用(モモ、バラ)
300g 1690円(税込1825円)
モモとバラ肉を焼肉用にスライスしました。徳用規格でお届け。
鹿児島県

599円/100g



ふ **214** 凍
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日
鹿児島 坊津黒牛カルビ焼肉用
180g 998円(税込1078円) 通常税込1123円
霜降りが一番入り、味がもっとも濃い部分です。
鹿児島県

301円/100g



ふ **215** 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
ホルスタイン種を100%使用。ウデ、モモ、バラ肉を使用。
福岡県、大分県

216円/100g



ふ **216** 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。

同時折り込み
「JOSOエール」にて、
鎌倉ハム
クラウン商会特集!



217 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日
鎌倉マイルドポークウインナー×2
94g×2 380円(税込410円)
焼き塩を使用しているので塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。
豚肉(国内産) [放]不検出 <4.4 <4.1



218 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日
鎌倉ロースハムスライス×2
60g×2 568円(税込613円)
ハムエッグ、サンドイッチ、お弁当にも安心して使える無添加のハムスライス。
豚肉(国内産) [放]不検出 <3.4 <3.3



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



220 冷
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日
丹沢農場のボンレスハムスライス
100g 390円(税込421円)
発色剤、増量剤等を使用せず、海塩の旨味と香辛料でシンプルな味に仕上げました。
豚肉(国内産)

お届けは4月3回になります



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



ふ **222** 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)



ふ **223** 凍 米大小
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日
丹沢農場のトントロ焼豚
120g 550円(税込594円)
希少部位のトントロを純米酒、塩、砂糖、醤油のたれに漬け込み、丁寧に焼き上げました。
豚肉(国内産)

つくば鶏のモモ肉を照り焼きにしました。湯煎で。



224 凍 米大小
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 賞180日
つくば鶏の照り焼き
170g(1枚) 660円(税込713円) 通常税込756円
鶏肉(茨城県)

シンプルながらも素材の旨味と食感が楽しめる鶏つくねです。つくば茜鶏(エコかざ鶏)使用。湯煎で。



225 凍 大小
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 賞180日
エコかざ鶏の手作りつくね
150g 450円(税込486円) 通常税込518円
鶏肉(国内産)

ヘルシーでしっかりとした素材の旨味が味わえるチキンバーグです。つくば茜鶏(エコかざ鶏)使用。湯煎で。



226 凍 卵小
千葉産直サービス(千葉県・千葉市) 賞180日
エコかざ鶏のふっくらチキンハンバーグ
160g(2個) 460円(税込497円) 通常税込518円
鶏肉(国内産)

乳製品 デザート

鈴木牧場ヨーグルト(微糖)→鈴木牧場ヨーグルト(加糖)に商品名が変更になりました。表記の変更のみで、中身の配合などに変更はありません。

ビンは再利用しますので
必ずご返却ください

ノンホモの生乳を原料に自家プラントで作ったなめらかでやさしい味のヨーグルト。



冷 乳
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞届いて10~11日
石岡 鈴木牧場ヨーグルト
227 プレーン
400g(ビン要返却) 380円(税込410円)
228 加糖
400g(ビン要返却) 390円(税込421円)
生乳(茨城県) [放]不検出 <3.4 <3.4



229 冷 乳
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ァレラ
100g(ビン要返却) 538円(税込581円)
健康な牛から搾った新鮮な生乳を原料に作りました。軟らかい食感です。牛乳の風味をお楽しみください。
生乳(茨城県) [放]不検出 <3.5 <3.2



230 冷 乳
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞7日以上
石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン)
40g 308円(税込333円)
鈴木牧場の良質な生乳で作った熟成タイプのナチュラルチーズ。牛乳の風味をお楽しみください。
生乳(茨城県) [放]不検出 <3.8 <4.1



231 冷 乳
鈴木牧場(茨城県・石岡市) 賞14日以上
石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(バジル)
30g 209円(税込226円)
鈴木牧場の良質な生乳で作ったナチュラルチーズ。香り高い茨城県産有機栽培バジル使用。
生乳(茨城県) [放]不検出 <3.3 <3.1



232 冷 乳
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(プレーン)
500g 324円(税込350円)
サツラク農協、11戸の生産牧場限定の生乳を100%使用したプレーンヨーグルト。クリーミーな食感です。
生乳(北海道) [放]不検出 <3.9 <3.1



233 冷 乳
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×3 238円(税込257円) 通常税込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。
生乳(北海道) [放]不検出 <3.9 <3.1



234 冷 乳
ホリ乳業(石川県・金沢市) 賞届いて7~10日
腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)
380g 593円(税込640円)
ホリ牧場で搾乳した良質な生乳100%使用。腸内で有用菌をふやし、抵抗力を高めるのに役立ちます。
生乳(石川県) [放]不検出 <4.0 <4.0



235 冷 乳
ホリ乳業(石川県・金沢市) 賞届いて7~10日
腸内活性ヨーグルメイト(加糖)
90g×3 515円(税込556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



236 冷 乳 大
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(税込405円)
べに花油を主原料に着色料、香料、酸化防止剤を使用せずに作った、まろやかでコクのあるマーガリンです。



237 冷 乳
よつ葉乳業(北海道・音更町)
よつ葉北海道十勝ひとくちチーズ仕立て
90g(9個) 415円(税込448円) 通常税込459円
チェダーチーズをブレンドしたまろやかなプロセスチーズです。食べ切りサイズの個包装。※乳化剤使用。
生乳(北海道)



238 冷 乳
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日
クリーム仕立てよつ葉カフェオレ2本組
200mℓ×2 330円(税込356円) 通常税込384円
香り高いコーヒーと北海道産乳原料を組み合わせたクリーミーなカフェオレ。香料・乳化剤は不使用。
生乳(北海道)

北海道産乳原料と黒糖特有の深みある甘さとミルクのコクが調和した豊かな味わい。香料・乳化剤は不使用。

原材料:脱脂濃縮乳(北海道製造)、クリーム(北海道製造)、黒糖蜜、砂糖(黒糖(さとうきび(沖縄県産))、グラニュー糖)、カラメルソース



239 冷 乳
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日
クリーム仕立てよつ葉黒糖オレ2本組
200mℓ×2 330円(税込356円) 通常税込384円
生乳(北海道)、黒糖(沖縄県)

昨年人気の商品が今年も登場!

乳原料は100%北海道産ののむヨーグルトです。マンゴー、グアバ、パイナップルのミックスです。香料不使用。



240 冷 乳
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞21日
のむヨーグルト(3種の南国フルーツ)
250g×2 370円(税込400円) 通常税込422円
牛乳(北海道)



241 冷 乳
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) [放]不検出 <3.7 <4.5



242 冷 乳
日本生活協同組合連合会 賞15日
乳酸ドリンク
65mℓ×10 235円(税込254円)
柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

パン

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

自家製酵母パン Le·Lourdes（レ・ルルド）

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





Le·Lourdes（神奈川県·中井町） 賞届いて1～2日

パン·ド·ミ(食パン) 1斤

243 6枚 285円(税込308円)

244 8枚 285円(税込308円)

245 ノースライス 275円(税込297円)

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

原材料：小麦粉（北海道、神奈川県、茨城県）、自家製天然酵母、塩

小麦（北海道、神奈川県、茨城県） ［放］不検出 <3.9 <3.8



Le·Lourdes(神奈川県·中井町) 賞届いて1～2日

パン·ド·ミ(レーズン食パン) 1斤

246 8枚 450円(税込486円)

247 ノースライス 435円(税込470円)

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります



原材料：小麦粉（北海道、神奈川県、茨城県）、自家製天然酵母、レーズン、塩

小麦（北海道、神奈川県、茨城県） ［放］不検出 <4.0 <4.7



248 Le·Lourdes(神奈川県·中井町) 賞届いて1～2日

パン·ド·ミ(全粒粉食パン)

1斤（ノースライス） 315円(税込340円)

小麦粉の香りと甘さを最大限に引き出す配合で、ノンオイル·ノンシュガーでもいただける食パン。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



249 Le·Lourdes(神奈川県·中井町) 賞届いて1～2日

フルーツナッツ食パン

1斤（ノースライス） 645円(税込697円)

ドライフルーツ、ナッツをふんだんに混ぜ込んだ食べ応えたっぷりのパン。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)



250 Le·Lourdes(神奈川県·中井町) 賞届いて1～2日

バンズ

3個 320円(税込346円)

天然酵母は小麦からおこした自家製のものを使用。スライスしてお好みの食材を挟んでどうぞ。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) ［放］不検出 <3.5 <3.9



251 Le·Lourdes(神奈川県·中井町) 賞届いて1～2日

チーズカンパーニュ

1個 550円(税込594円)

小麦の味わい豊かな生地に、よつ葉のクリームチーズをゴロゴロと贅沢に混ぜ込んで焼き上げました。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) ［放］不検出 <4.6 <3.8



252 オリオンベーカリー(岩手県·花巻市) 賞45日

発芽玄米入りクロワッサン

10個(個包装) 750円(税込810円) 通常税込832円

国内産の小麦を使ったクロワッサンです。

原材料：小麦粉(国内製造)、マーガリン、上白糖、液卵、ぶどう糖、バネトーネ種、発芽玄米粉、パン酵母、食塩、小麦粉調整品(小麦粉、小麦グルテン)、乳等を主要原料とする食品、モルトエキス、蛋白質濃縮ホエイパウダー、水あめ/乳化剤、香料、酸化防止剤(V.C、V.E)、安定剤(ペクチン)、着色料(アナトー)、(一部に小麦·卵·乳成分·大豆を含む)

小麦(岩手県、他) ［放］不検出 <3.8 <4.2

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ







クーロンヌジャポン（茨城県·取手市） 賞届いて1～2日

クーロンヌの角形食パン

253 半斤3枚 180円(税込194円)

254 1斤6枚 340円(税込367円)

255 1斤8枚 340円(税込367円)

256 ノースライス 335円(税込362円)

原材料：小麦粉(国内製造)、砂糖、ラード(※場合によりバター)、脱脂粉乳、パン酵母、塩(小麦、乳成分含む)

小麦（アメリカ、他）



257 クーロンヌジャポン(茨城県·取手市) 賞届いて1～2日

クーロンヌの無糖食パン(山型)

1斤6枚 378円(税込408円)

クーロンヌオリジナルの小麦粉を使用し、天然酵母で長時間熟成された食パン。

小麦(アメリカ、他)



258 クーロンヌジャポン(茨城県·取手市) 賞60日

クーロンヌのバゲット

1本(ハーフ2本) 320円(税込346円)

王道のバゲットです。冷凍でのお届けになりますので使用の際は家庭用オーブン等をご利用ください。

小麦(アメリカ、他)



259 クーロンヌジャポン(茨城県·取手市) 賞届いて1～2日

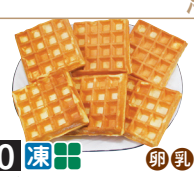
クーロンヌのつぶあんぱん

2個 370円(税込400円)

北海道産の小豆を使用したクーロンヌ自家製のつぶあんぱん。甘さ控えめです。

小豆(北海道)、小麦(アメリカ、他)

冷凍パン 凍ったまま電子レンジまたはトースターで OK!



260 ハッコー食品(千葉県·千葉市) 賞180日

ブリュッセル ワッフル

約65g×6 675円(税込729円)

水を加えず卵と牛乳を加えて作ったワッフルで、風味豊かで軽い口あたりです。

小麦(カナダ、他)



261 ハッコー食品(千葉県·千葉市) 賞180日

国産全粒粉プチパン

約40g×5 460円(税込497円)

自家製天然酵母種を配合しているため、小麦本来の甘味が感じられる風味豊かなパンです。

小麦(国内産)



262 大進食品(神奈川県·横浜市)

ママン モチモチ手のばしナン

210g(3枚入り) 350円(税込378円)

手のばしで焼き上げたもっちり食感。自然解凍(30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

小麦(北海道)



国産小麦粉とバター·砂糖などの素材だけで練り上げました。香ばしい焼きカレーパンです。

263 ワールド(石川県·金沢市)

レンジdeほっこりカレーパン

90g×3個 480円(税込518円) 通常税込537円

小麦(国内産)



トマトとナチュラルチーズなどのピザの具材をフィリングにして包み焼き上げた冷凍惣菜パンです。

264 ワールド(石川県·金沢市)

レンジdeほっこり ピザパン

90g×3個 480円(税込518円) 通常税込537円

小麦(国内産)

地元のお店 いばらきベーグル



中村さん夫妻



268 いばらきベーグル(茨城県·常総市) 賞30日

定番ベーグル Dセット

2個 398円(税込430円) 通常税込443円

定番(全粒粉·チーズ)のベーグル2種セットです。

小麦(北海道)、ナチュラルチーズ(国内産)



269 いばらきベーグル(茨城県·常総市) 賞30日

いちごベーグル

1個 220円(税込238円) 通常税込248円

茨城県産のいちごを生のまま生地にたっぷりと混ぜ合わせました。

小麦(北海道)、いちご(茨城県)



270 いばらきベーグル(茨城県·常総市) 賞30日

プレーンベーグル

1個 167円(税込180円)

素材本来の旨味を引き出したプレーン生地のベーグルです。

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)



271 いばらきベーグル(茨城県·常総市) 賞30日

クーベルチュールチョコベーグル

1個 221円(税込239円)

ココア生地に風味豊かなクーベルチュールチョコを混ぜ合わせました。

小麦(北海道)、チョコ(国内産)



272 いばらきベーグル(茨城県·常総市) 賞30日

ほうじ茶ベーグル

1個 230円(税込248円)

茨城県産の無農薬栽培ほうじ茶を生地に練り込みました。

小麦(北海道)、緑茶(茨城県)

ジャム メープル・みそ汁

素材をいかしたジャムなどは、パンをはじめ、料理などにもお使いください。

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。



273 はなのみ(長野県·小布施町)

いちごジャム

180g 520円(税込562円) 通常税込594円

いちごは九州産の「さがほのか」。はちみつ、レモン果汁を使い、食べやすいあっさり味に仕上げました。

いちご(九州)



274 はなのみ(長野県·小布施町)

ブルーベリージャム

180g 680円(税込734円)

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

ブルーベリー(熊本県)



サトウカエデの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメープルシロップ。

275 Citadelle Maple Syrup Producer's Cooperatives

メープルシロップ アンバー

250g 850円(税込918円) 通常税込961円

楓樹液(カナダ)



276 大紀コープファーム(奈良県·五條市)

国産素材の味わいみそ汁

9食(3種×各3食) 1050円(税込1134円) 通常税込1188円

素材の味をしっかり優しくフリーズドライでとじこめました。お湯だけで本格みそ汁が出来上がります。

野菜(国内産)

レンジ等で加熱してからお召し上がりください

国産小麦100%原料由来の小麦粉、焙煎発芽玄米粉使用。



サンコー（愛知県·豊橋市） 賞60日

265 あん入り 3個 398円(税込430円)

266 あんなし 3個 380円(税込410円)

小麦粉(国内産) ［放］不検出 <0.9 <0.9

国産小麦の生地に国産大豆のおからを練りこみ、ちぎりパンに仕上げました。トースターで2～3分焼いて。



267 おとうふ工房いしかわ(愛知県·高浜市) 賞届いて4日

ふっくらおからパン プレーン

9個 498円(税込538円)

小麦·大豆(国内産)

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)

鈴木牧場牛乳の定期登録はこちら←





土作り、草作りから取り組む酪農専門農協11戸の生産牧場限定牛乳です。乳質の良さを生かす為、低温殺菌で処理しました。

サツラク農協(北海道·札幌市) 賞届いて3日

サツラク低温殺菌牛乳

1 1ℓ 369円(税込399円)

2 500mℓ 225円(税込243円)

生乳（北海道） ［放］不検出 <0.5 <0.5



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

3 サツラク農協(北海道·札幌市) 賞15日

サツラク低脂肪牛乳

500mℓ 192円(税込207円)

生乳(北海道) ［放］不検出 <0.4 <0.5



北海道の自然が育てた良質な生乳。おいしい牛乳は、餌となる良い牧草を育てるための土づくりが基本です。

4 サツラク農協(北海道·札幌市) 賞15日

サツラク牛乳

1ℓ 288円(税込311円) 通常税込322円

生乳(北海道) ［放］不検出 <0.5 <0.4



北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

5 北海道酪農公社(北海道·江別市) 賞届いて10日

おいしさまろやか(成分調整牛乳)

1ℓ 258円(税込279円)

生乳(北海道)



北海道十勝産生乳をたっぷり50%以上使用(製品に占める割合)、香料、乳化剤、着色料不使用で作りました。

277 よつ葉乳業(北海道·音更町) 賞届いて6～10日

カフェインレスよつ葉カフェオレ

1ℓ 310円(税込335円)

生乳(北海道)

契約卵 登録者 若干名募集中！

お申込みは供給担当、生協まで



6 宇治田農場(茨城県·石岡市) 賞7日

宇治田さんの平飼い卵

6個 432円(税込467円)

多量の自家牧草+地元産主体の餌を自家配合。太陽と風と草の恵み溢れる卵です。薬·抗生物質不使用。

茨城県 ［放］不検出 <3.9 <3.7



7 JAやさと鶏卵部会(茨城県·石岡市) 賞11日

八郷の卵

10個 380円(税込410円)

分別生産流通管理済みの原料を使用した穀物(とうもろこし·大豆等)を鶏に与えています。

茨城県 ［放］不検出 <3.5 <3.6



契約 天池さん·杉山さん(茨城県·石岡市) 賞11日

「やさとの仲間」平飼い卵

6個入り 355円(税込383円)

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

茨城県 ［放］不検出 <3.5 <3.6

春を感じる寄せ豆腐





278 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて4日
桜寄せ豆腐
200g 228円(税込246円) 通常税込257円
国内産大豆に桜の葉を混ぜ込んで固め、桜の花をのせた、春限定のお豆腐。香料、着色料不使用。
桜の花(国内産) [放] 不検出 <2.2 <2.2

そろそろ竹の子の季節です♪





279 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて5日
竹の子がんも
80g×2枚 299円(税込323円) 通常税込340円
がんもどきの中に旬のたけのこを加えました。さっとあぶって生姜醤油や大根おろしポン酢でさっぱりと。
たけのこ(京都府) [放] 不検出 <2.2 <2.0

シーズン初



白鷹の地元の山菜、わらびとみずを手軽に食べられるよう醤油漬けにしました。生姜の爽やかなあと味です。



280 冷 米 大 小
しらたかノラの会(山形県･白鷹町) 賞30日
わらびの醤油漬け
100g 338円(税込365円) 通常税込378円
わらび(山形県)



組合員さんのおすすめアレンジ
「昆布豆」を深さのある小皿に入れ、人参のイチョウ切りを加え、ご飯やみそ汁を温めるついでに蒸しています。かさ増し出来て美味しくなりますよ。 (つくば市：Oさん)

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

ミネラル豊富な海藻を毎日の食卓へ

素潜り漁のわかめ･茎わかめ



282 冷
竹友水産(兵庫県･洲本市) 賞150日
淡路島の天然わかめ(塩蔵)
150g 420円(税込454円) 通常税込470円
淡路島･由良地区でとれた天然わかめです。食感が良く、自然な味わいです。
わかめ(兵庫県)

283 冷
竹友水産(兵庫県･洲本市) 賞150日
淡路島の天然茎わかめ(塩蔵)
200g 350円(税込378円) 通常税込397円
淡路島･由良地区でとれた天然わかめの中芯を塩蔵しました。塩抜きして炒め物や酢の物などに。
わかめの中芯(兵庫県)

大豆加工品

- 国産大豆 100% 使用。
- 豆腐は海水にがりで固め、消泡剤も不使用です。



284 冷 大
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(税込214円)
1丁150gの豆腐を2丁1組にした使いきりタイプ。国産大豆100%、消泡剤無添加。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



285 冷 大
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(税込214円)
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



286 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて4日
もめん豆腐
300g 188円(税込203円) 通常税込214円
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.2



287 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて4日
きぬ豆腐
300g 173円(税込187円) 通常税込198円
大豆(国内産) [放] 不検出 <0.9 <1.2



293 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて4日
青大豆 寄せどうふ
200g 240円(税込259円) 通常税込270円
青大豆で作ったコクのある甘味の寄せとうふです。
大豆(国内産)



288 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞20日
絹とうふ(充填)
150g×2 165円(税込178円)
国産大豆100%。消泡剤無添加。海水にがり使用。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)



289 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞21日
押し豆腐
220g 264円(税込285円)
国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.0



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



291 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて6日
油揚げ
3枚 183円(税込198円)
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふっくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り(Non-GMO)。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.5 <1.5



292 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて3日
手揚げ油揚げ 2袋
2枚×2袋 456円(税込492円) 通常税込516円
国産大豆、にがり使用の生地を一枚一枚ていねいに手揚げした油揚げ。
大豆(国内産)

夕食のあと一皿におすすめ♪



シーズン初



312 冷 卵 米 大 小
たむらのタマゴ(徳島県･阿南市) 賞12日
卵豆腐
120g×2 319円(税込345円) 通常税込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)



313 冷 卵
JAやさと鶏卵部会(茨城県･石岡市) 賞10日
やさとの半熟たまご(温玉)
4個(タレ無) 206円(税込222円)
おなじみ「八郷の卵」を温泉たまごに。分別生産流通管理済みの原料を使用した穀物を餌に与えた鶏の卵です。
卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4



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



315 冷 米 大 小
遠忠食品(埼玉県･越谷市) 賞90日
国産味付ザーサイ
100g 348円(税込376円)
国内で栽培、収穫されたザーサイをスライスして、ごま油を利かせて中華風に仕上げました。ご飯のおかずに。
ザーサイ(神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.7 <4.1



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



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



295 冷 え 米 大 小
丸和食品(東京都･練馬区) 賞30日
味付えび入京がんも
10個 320円(税込346円)
具に干えび、人参、ごぼう、玉ねぎ等使用。自社製造のだしスープで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.1 <1.0



296 冷 大
丸和食品(東京都･練馬区) 賞届いて5日
きつねがんも
4個 250円(税込270円)
具だくさんのがんもを油揚げで包みました。肉厚な油揚げが煮汁をよく含むので、煮物、おでん、鍋物に最適。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3



297 冷 米 大 小
丸和食品(東京都･練馬区) 賞21日
白和え 2袋
150g×2 470円(税込508円) 通常税込530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)



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



299 冷 米 大 小
水府納豆(茨城県･常陸太田市) 賞10日
水府納豆ミニ3個(タレ･カラシ付)
40g×3 180円(税込194円)
茨城県産小粒大豆使用。糸ひき、風味ともによい納豆です。
大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.4



300 冷 米 大 小
登喜和食品(東京都･府中市) 賞9日
十勝の息吹 大粒2P(タレ･カラシ付)
40g×2 184円(税込199円)
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。
大豆(北海道)



301 冷 米 大 小
登喜和食品(東京都･府中市) 賞9日
遊作納豆(タレ･カラシ付)
80g 260円(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)



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



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



沖縄･伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜き不要でそのまま食べられます。ミネラル補給に。

304 冷 米
浜食(東京都･調布市) 賞10日
洗いもずく
200g 240円(税込259円)
もずく(沖縄県)



305 凍
リアス(千葉県･船橋市) 賞180日
国産あかもくめかぶミックス
40g×3 330円(税込356円)
あかもくのシャキシャキした食感と、めかぶのコリコリ食感に粘りが加わり食べやすい。お好みのたれで。
あかもく(国内産)、めかぶ(三陸)



306 凍
リアス(千葉県･船橋市)
松島湾産おさしみあかもく
100g 250円(税込270円)
ぬめり成分フコイダンが豊富。サクサクの食感なので和え物、酢の物、麺類の具などにどうぞ。
あかもく(宮城県) [放] 不検出 <3.8 <4.0



307 冷 卵 大 小
共生食品(神奈川県･相模原市) 賞6日
内麦焼そば(ソース付)
麺150g×3 ソース30g×3 288円(税込311円) 通常税込322円
国産小麦粉使用の無かんすい･無着色の麺。ソースに化学調味料は使っていません。
小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



308 冷 卵 大 小
共生食品(神奈川県･相模原市) 賞7日
内麦生ラーメン醤油(3食入)
麺120g×3 スープ30g×3 389円(税込420円) 通常税込431円
国産小麦粉を使った、無着色、無かんすい、卵つなぎ麺。スープはあっさりタイプなので具材で補って。
小麦(岩手県) [放] 不検出 <3.4 <4.1



無農薬･無化学肥料でつくったバジルと風味豊かなオリーブオイル、まろやかなゲランド塩の組み合わせ。

309 冷
しらたかノラの会(山形県･白鷹町) 賞30日
バジルペースト
70g 300円(税込324円)
バジル(山形県)



310 冷 米 大 小
たむらのタマゴ(徳島県･阿南市) 賞13日
地鶏そぼろ
100g 308円(税込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)



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

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。



ふ 特

317

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(税込443円) 通常税込454円

梅(奈良県、和歌山県、三重県)



宮崎県産の寒干し大根を半年以上樽でねかせ、しっかり熟成発酵させてありますので、味に深みがあります。



ふ 特

318 冷 米

樽の味(和歌山県･御坊市) 賞120日

すっぱいいなか漬け(寒干し沢庵･糖漬)

120g 410円(税込443円)

大根(宮崎県)



319 冷 米大小

樽の味(和歌山県･御坊市) 賞120日

漬けもん屋のまかない漬

120g 265円(税込286円)

漬物屋が「まかない」として余った沢庵をごま油と、唐辛子で和えたのが始まり。和風ザーサイの様な味わい。

大根(国内産)



320 冷 米大小

小田原屋(福島県･郡山市) 賞180日

里ごぼう

80g 417円(税込450円)

シャキシャキの国産里ごぼうを、醤油をベースにさっぱりとした味に仕上げました。

ごぼう(国内産)

ぬか漬を手づくり♪



特

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



325 冷 米大

樽の味(和歌山県･御坊市) 賞180日

熟成ぬか床

1kg 610円(税込659円) 通常税込670円

米ぬか(和歌山県)

ピリッとした辛さがやみつきに



特

321 冷 大小

しらたかノラの会(山形県･白鷹町) 賞30日

ピリカラ大根

100g 270円(税込292円) 通常税込302円

ノラの会で育てた大根に、生姜、赤唐辛子を加えて醤油ベースの調味液で煮ました。ご飯のおともに。

大根(山形県) [放] 不検出 <3.3 <3.5



322 冷 米大小

八幡屋(茨城県･古河市) 賞90日

福神漬(2個組)

100g×2 320円(税込346円)

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･味醂･鰹だしで漬込。

大根(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.0

宮城県･仙台市　趙さんの手作りキムチ

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



323 冷 え 米

趙さんの味(宮城県･仙台市) 賞14日

趙さんの味 はさみ込みキムチ

350g 545円(税込589円)

白菜(国内産)



324 冷 え 米大小

趙さんの味(宮城県･仙台市) 賞14日

趙さんの味 熟成白菜キムチ

200g 420円(税込454円)

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)

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



6~11枚 ふ

326 凍 米大小

千倉水産加工販売(千葉県･船橋市) 賞180日

フライパンでできるあじ南蛮漬(タレ付)

6~11枚150g+タレ50g 525円(税込567円)

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

真あじ(千葉県) [放] 不検出 <3.5 <4.3



6~12枚 ふ 特

327 凍 米大小

つかさ食品(千葉県･南房総市) 賞180日

いわし蒲焼用(タレ付)

6~12枚180g+タレ50g 480円(税込518円) 通常税込538円

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

真いわし(国内産)



6~8個 ふ

328 凍 乳小

千倉水産加工販売(千葉県･船橋市) 賞180日

さんまチーズサンド

6~8個160g 498円(税込538円)

開いて腹骨をのぞいたさんまにチーズをはさみ、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)

次回から値上げ



6~9切 ふ

329 凍 大小

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 540円(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。野菜と合わせオーブンかフライパンで。

鶏肉(山口県、他)



15個 ふ

330 凍 大小

普通の餃子より野菜(特にら)を多く入れました。皮は国産小麦粉使用。焼いて。

ニッコー(神奈川県･大和市)

徳用北京餃子

18g×15 460円(税込497円)

豚肉(国内産)



25個 ふ

331 凍 大小

オカダ食品(神奈川県･秦野市)

今晩の餃子

20g×25個 729円(税込787円)

国産原料にこだわり、豚肉の背脂を少し多めにし、ニラ･にんにくの風味豊かな餃子に仕上げました。焼いて。

野菜･小麦･豚肉(国内産)



15個 ふ 特

332 凍 米大小

秋川牧園(山口県･山口市)

とり餃子

195g(15個入) 392円(税込423円) 通常税込438円

秋川牧園の鶏肉と黒豚の脂身を使用。肉と野菜が絶妙なバランスになるように餡を配合しました。焼いて。

鶏肉(山口県、他)



20個 ふ

333 凍 大小

大進食品(神奈川県･横浜市)

マム 女性のための餃子(国産きくらげ入)

18g×20 543円(税込586円)

国産乾燥きくらげを使用、にんにく等を使っていない為くせのない食べやすい餃子です。焼いて。

キャベツ･小麦･豚肉･きくらげ(国内産) [放] 不検出 <3.4 <3.4



10本 ふ

334 凍 大小

大進食品(神奈川県･横浜市)

マム 国産野菜の春巻

10本500g 633円(税込684円)

キャベツ、玉ねぎ、にんじん、竹の子、にら等の国産野菜をたくさん使用したヘルシーな春巻。揚げて。

キャベツ･玉葱･小麦(国内産)



5個 ふ わ

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。だし含みが良く、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。

335 凍 大

日本生活協同組合連合会

七菜きんちゃく

5個入(140g) 428円(税込462円)

大豆(アメリカ等)

便利！ 湯煎等ですぐできるお惣菜



2袋 ふ

337 凍 米大小

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×2 398円(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)



3袋 ふ

338 凍 米大小

原口水産(宮崎県･都城市)

赤魚の甘酢あんかけ

240g(3袋) 498円(税込538円)

アメリカ産の赤魚を唐揚にし、野菜と合わせまろやかな甘さと酸味のタレをかけ仕上げました。

アラスカメヌケ(アメリカ)



特 ふ

339 凍 米大

ダイマツ(鳥取県･米子市)

氷温造り 秋鮭の南蛮漬

180g 380円(税込410円) 通常税込430円

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

秋鮭(北海道)



2食 ふ

340 凍 米大小

ニッコー(神奈川県･大和市)

中華丼の具(醤油)

180g×2 508円(税込549円)

鶏がら(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。

5月から一部を除き、値上げとなります



2合用 ふ

336 凍 米大小

秋川牧園(山口県･山口市)

手羽めしの素

手羽元をまるごと使用した、肉の旨みを存分に味わえる炊き込み御飯の素。凍ったまま米2合と一緒に炊いて。



260g 502円(税込542円)

鶏肉(山口県、他)



ふ

341 凍 卵米大小

秋川牧園(山口県･山口市)

やきとりセット

180g(2種各3本) 685円(税込740円)

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)



2食 ふ

342 凍 米大小

カラミノフーズ(東京都･新宿区)

チャプチェ

180g×2 658円(税込711円)

プルプルの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)



2食 ふ

343 凍 米

カラミノフーズ(東京都･新宿区)

食べるサムゲタン風スープ

300g×2 709円(税込766円)

韓国の薬膳料理サムゲタンをアレンジしたスープです。ほぐした鶏肉にもち米を加えました。湯煎して。

鶏肉(国内産)



2食 ふ 特

344 凍 米大小

カラミノフーズ(東京都･新宿区)

プルコギ丼の具(国産牛)

100g×2 574円(税込620円) 通常税込656円

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。加工澱粉･全体の約1.5%

牛肉(国内産)

組合員さんからの クチコミ

ごま油で炒めて、醤油と砂糖などで軽く味付けしたピーマンを追加して食べたら、彩りもよいし、味もいっそう美味しくなりました。お肉もけっこう入っているし、簡単にご飯を作りたい時にピッタリ。

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



2人前

食塩相当量：1.21g

調理時間 約6分 / 準備品 油

セット内容：カット野菜(玉ねぎ、煮たけのこ、ピーマン、人参)、タレ漬け豚肉

345 冷 卵米大小

グリンリーフ(群馬県･昭和村) 賞届いて1~2日

彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚

2人前(約410g) 899円(税込971円)

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

玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

豆腐入りでふんわり食感



2人前

食塩相当量：1.5g

調理時間 約5分 / 準備品 油

セット内容：具材入りタレ（豆腐団子)、玉ねぎ、ピーマン、人参、水煮たけのこ

346 冷 卵米大小

グリンリーフ(群馬県･昭和村) 賞届いて2日

ふんわり豆腐団子と野菜の甘酢炒め

2人前(約450g) 890円(税込961円)

新鮮な野菜と豆腐団子甘酢ソースのセットです。下処理カット済みなので、フライパンで調理できます。

大豆･玉ねぎ(国内産)

シャキシャキ野菜がたっぷり



2人前

食塩相当量：2.1g

調理時間 約10分 / 準備品 油

セット内容：カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

347 冷 米大小

やさと農業協同組合(茨城県･石岡市) 賞届いて1~2日

小松菜とたっぷりねぎの和風炒め

2人前(約630g) 832円(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)

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 約20分 / 準備品 油、おろし生姜

セット内容：ブリのあら、たれ入糖しぼり大根、下処理済大根、醤油だし、かんずり

348 冷 米大小

グリンリーフ(群馬県･昭和村) 賞届いて1~2日

ぶりあら大根(糖しぼり大根付)

2人前(約642g) 867円(税込936円)

高知県で水揚げされたブリのあら･糖しぼり大根の漬けたれで作る照り焼き煮。かんずりは糖しぼり大根に。

大根･ぶり(国内産)

シャキシャキ葱たっぷりで体温まる



特

2~3人前

食塩相当量：4.1g

調理時間 約15分 / 準備品 水、塩 ※お好みでラー油

セット内容：ミックス野菜(長ねぎ、大根、人参、小松菜)、豚肉、和風だし×2

349 冷

グリンリーフ(群馬県･昭和村) 賞届いて1~2日

ねぎたっぷり!和風スープ

2~3人前(約352g) 824円(税込890円) 通常税込940円

シャキシャキの白髪ねぎがたっぷり入った和風スープ。豚肉入り(100g)で食べ応えあります。野菜は全て国産。

長ねぎ･大根･豚肉(国内産)

体が芯から温まる生姜たっぷりのラーメン



特

2人前

食塩相当量：8.8g

調理時間 約20分 / 準備品 卵2個、水、ごま油 ※お好みで塩･胡椒

セット内容：豚肉、麺、生姜、ミックス野菜(白菜、九条ねぎ、人参、椎茸)、白湯スープ、ガーリックソース

350 冷 卵米大小

グリンリーフ(群馬県･昭和村) 賞届いて1~2日

生姜たっぷり!ふわとろかき玉ラーメン

2人前(約505g) 935円(税込1010円) 通常税込1065円

生姜が効いた、とろみのあるやさしい味わい。豚骨･昆布･鰹･チキンのエキスとにんにくを使ったスープ。

小麦(国内産)、豚肉･野菜(国内産)

おうちで本格中華♪ 16ページで「おうち中華」特集！ ぜひご覧ください♪

かなり大粒! 人気です!
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



ふ
351 凍 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) 491円(税込530円) 通常税込544円
豚肉･玉ねぎ(国内産)

12個


ふ
352 凍 大 小
飛鳥食品(東京都･江戸川区) 賞120日
飛鳥のカレーシューマイ
12個180g 400円(税込432円)
スパイシーながらも辛味を抑えた、食べやすいカレー味。お弁当の一品に。蒸すか、レンジで加熱して。
豚肉(国内産)

豚肉がいっぱい詰まった肉シューマイに豪華にエビを入れました。レンジか蒸して。



久々登場!
ふ
353 凍 え 大 小
大進食品(神奈川県･横浜市)
マム おいしい肉海老シューマイ
6個210g 528円(税込570円) 通常税込586円
豚肉(国内産) ［放］不検出 <3.9 <3.4

2食


ふ
357 凍 え 米 大 小
ニッキーフーズ(大阪府･大阪市)
関西風きつねうどん
2食520g 346円(税込374円)
国産小麦粉使用のうどんに味付油揚げを添え、サバ･カツオの出汁を効かせたつゆをセット。鍋かレンジで。
小麦(国内産)

国産野菜･小麦使用 トースター仕上げで サクサクに



ふ 4個
359 凍 小
ニッコー(神奈川県･大和市)
野菜かき揚げ
4個 260g 481円(税込519円) 通常税込543円
国産野菜、国産小麦粉のみを使用し、非遺伝子組み換えの菜種油で揚げました。レンジで加熱後トースターで。
玉ねぎ･ごぼう･人参･いんげん(国内産)

8個


ふ
354 凍 え 大 小
秋川牧園(山口県･山口市)
海老入り とりニラ饅頭
200g(8個入) 585円(税込632円) 通常税込652円
秋川牧園の鶏肉と豚脂･国産のニラ使用。プリッと食感の国産天然海老入り。フライパンで焼いて。
ニラ･玉ねぎ･生姜(国内産)、鶏肉(山口県、他)

3個


ふ
355 凍 大 小
飛鳥食品(東京都･江戸川区) 賞120日
飛鳥の黒豚肉まん
3個270g 466円(税込503円)
国産豚肉を使用した具を国産小麦使用の皮で包みました。是非蒸してお召し上がりください。
豚肉(国内産)

3個


ふ
356 凍 乳 米 大 小
飛鳥食品(東京都･江戸川区) 賞120日
飛鳥のカレーまん
3個270g 426円(税込460円) 通常税込491円
手でほぐした鶏肉と野菜を3種のカレーでじっくり煮込み国産小麦の皮で包みました。蒸すかレンジで温めて。
小麦(国内産)

組合員さんからの クチコミ
カレーのあんがとても美味しかったです。

茹で時間約1分



ふ
358 凍 小
シマダヤ(東京都･渋谷区)
冷凍 稲庭風うどん
200g×5食 458円(税込495円)
国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さと強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉：約7.3%
小麦(国内産)

お弁当に おかずに♪

次回から値上げ



7～9個
ふ
360 凍 卵 米 大 小
秋川牧園(山口県･山口市)
からあげ
150g 483円(税込522円)
開放鶏舎で植物性主体の飼料育ちの若鶏胸肉を醤油ベースの調味液に漬け揚げました。トースター、レンジで。
鶏肉(山口県、他)



ふ
361 凍 卵 米 大 小
マストミ(徳島県･徳島市)
とり南蛮
200g 435円(税込470円) 通常税込512円
徳島の神山鶏ムネ肉使用。唐揚げを甘酢に漬けました。一口サイズでお弁当に便利。トースター、レンジで。
鶏肉(徳島県)

組合員さんからの クチコミ
一口サイズでお弁当に入れやすいし、美味しいので、子どもから「また、お弁当に入れて!」とリクエストされました



ふ
362 凍 卵 米 大 小
マストミ(徳島県･徳島市) 賞90日
もったいないマグロのカツ
150g 432円(税込467円)
マグロの「血合い肉」を使用。下処理工程を工夫し臭みの無い旨みのある仕上げに。レンジで。
キハダマグロ(和歌山県)

8個


ふ
363 凍 卵 米 大 小
ニッコー(神奈川県･大和市)
ごぼうとひじきの豆腐団子
8個144g 395円(税込427円)
鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。
ごぼう(国内産)



ふ
364 凍 米
パイオニアフーズ(北海道･京極町)
ミニポテトオーブントースター用
500g 380円(税込410円)
北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感が◎。ほんのり塩味です。レンジかトースターで。
じゃがいも(北海道)

次回から値上げ



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

5～8本


ふ
366 凍 卵 米 大 小
秋川牧園(山口県･山口市)
手羽中の甘辛揚げ
115g 442円(税込477円)
秋川牧園の若鶏の手羽中で作ったから揚げに、自家製の胡椒を加えた甘辛タレを絡めました。レンジで。
鶏肉(山口県、他)



ふ
367 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 449円(税込485円)
開放鶏舎で植物性飼料で育てた若鶏のササミを、スパイシーなカレー味のカツに。レンジかトースターで。
鶏肉･たまねぎ･しそ(国内産)

6個


ふ
368 凍 卵 米 大 小
ニッコー(神奈川県･大和市)
梅しそ竜田揚げ
168g(6個入) 381円(税込411円)
国産鶏のササミ肉をベースに国産たまねぎを混ぜ、国産のしそ入りの衣を絡めて揚げました。レンジで。
たまねぎ･鶏肉･豚肉(国内産)

10個


ふ
369 凍 乳 米 大 小
四国ちぬや(愛媛県･西予市)
レンジでお手軽メンチカツ
500g(10個入) 653円(税込705円)
レンジ調理で手軽にできあがるので、おかずや朝食等におすすめ。
豚肉(国内産)

次回から値上げ



ふ
370 凍 卵 乳 米 大 小
秋川牧園(山口県･山口市)
黒豚メンチカツ
120g(4個) 398円(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)

お好みのソースをかけて
消泡剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えました。レンジかフライパンで。



ふ 3個×2
371 凍 卵 米 大 小
ニッコー(神奈川県･大和市)
ふんわり豆腐ハンバーグ 2パック
(90g×3)×2 936円(税込1010円) 通常税込1056円
大豆･鶏肉(国内産)



ふ
372 凍 卵 乳 米 小
秋川牧園(山口県･山口市)
フライドチキン(骨なし)
300g 958円(税込1035円)
塩麹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)

【管理栄養士監修】マムの惣菜プレート
副菜に茄子の揚浸し･ひじきと大豆の煮物･青菜とじゃこのお浸しを添えて。レンジで。253kcal 食塩1.9g



ふ
373 凍 卵 乳 米 大 小
大進食品(神奈川県･横浜市)
阿波鶏と徳島蓮根ハンバーグ お惣菜セット
230g 746円(税込806円) 通常税込826円
鶏ひき肉･れんこん(徳島県)

4個


ふ
374 凍 米 大 小
カラミノフーズ(東京都･新宿区)
鶏五目中華ちまき
320g(4個入) 640円(税込691円)
国産もち米に鶏肉･牛蒡･人参･椎茸を混ぜ、醤油･オイスターソースで味付し包みました。レンジか蒸して。
もち米･鶏肉(国内産)

2食


ふ
375 凍 え 卵 米 大 小
大進食品(神奈川県･横浜市)
国産小麦の焼うどん(しょうゆ味)
440g (220g×2) 640円(税込691円)
国産野菜を使用し、味付けに使用の調味料にもこだわり、和風のダシをきかせました。湯煎かレンジで。
小麦･キャベツ･玉葱･人参･豚肉(国内産)

外パリパリ、中もっちり

2枚


ふ
376 凍 卵 米 大 小
カラミノフーズ(東京都･新宿区)
コリアンチヂミ(たれ付)
チヂミ230g(2枚)、たれ8g×2 528円(税込570円) 通常税込602円
国産小麦粉と野菜を使い、外パリパリ、中もっちりに焼き上げました。フライパンかトースターで焼いて。
小麦(国内産)



ふ
377 凍 卵 小
Rim's Factory(大分県･宇佐市)
大阪の味手焼きお好み焼き(豚玉)
240g 475円(税込513円) 通常税込528円
お好み焼専門メーカーが国産原料と鰹だしを使い、ふっくらした関西風お好み焼きに仕上げました。レンジで。
小麦･卵･キャベツ･豚肉(国内産)

お得 6個入


ふ
378 凍 米 大 小
ニッキーフーズ(大阪府･大阪市)
ライスバーガー ポーク生姜焼(増量)
6個690g 980円(税込1058円)
醤油をつけ焼いたライスプレートに特製生姜醤油だれで味付した豚肉をサンド。レンジで。加工澱粉約0.6%
米(国内産)

2食


ふ
379 凍 乳 小
大進食品(神奈川県･横浜市)
オーガニックペンネのサーモングラタン
170g×2 688円(税込743円)
オーガニックペンネマカロニと自家製ホワイトソースに鮭とチーズが相性抜群。レンジで温めて。
牛乳(国内産) ［放］不検出 <3.2 <3.6



ふ
380 凍 乳 米 小
秋川牧園(山口県･山口市)
牛乳グラタン(鶏肉とポテト)
100g×2 686円(税込741円)
自社の牛乳と鶏肉を使いコクのあるホワイトソースで包みました。温めたトースターかオーブンで約7分加熱。
牛乳(山口県、他)

10→8個へ変更しました
国産小麦を使用し、北海道産小豆を製餡(粒あん)して、ミニタイプに仕上げました。レンジで温めて。



ふ 8個
381 凍 小
ニッコー(神奈川県･大和市)
ミニたい焼き(あずき)
8個320g 417円(税込450円) 通常税込465円
小豆(北海道) ［放］不検出 <3.3 <3.3

5個


ふ
382 凍 米 小
ハマセイ(愛知県･春日井市)
大判焼き 小倉
85g×5個 497円(税込537円)
皮は国産小麦に砂糖、米粉、重層、塩をブレンドしたミックス粉で餡は十勝産小豆使用。レンジか自然解凍で。
小麦粉(北海道、九州)

6個


ふ
383 凍 米
岩手阿部製粉(岩手県･花巻市)
芽吹き屋 柏もち(よもぎ･粒あん)
6個300g 703円(税込759円)
豊かな国産よもぎを練り込んだ国産上新粉を使いコシのある生地で包みました。自然解凍して。
小豆(北海道)･よもぎ(国内産)



ふ
384 凍 米 大
岩手阿部製粉(岩手県･花巻市)
芽吹き屋 三色だんご
4本 180g 472円(税込510円) 通常税込526円
よもぎ(粒あん)、人参(ごまあん)、くるみ(くるみあん)の三色の味が一串で楽しめます。自然解凍して。

組合員さんからの クチコミ
見た目も味も大人気! 一つ一つ味が異なり楽しめます。



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



386 凍 卵 乳 小
弁天堂(兵庫県･淡路市) 賞60日
エクレア
2個 663円(税込716円)
食べ応えあるシュー皮にカスタードクリームを詰めクーベルチュールチョコをかけました。冷蔵庫で解凍して。
生乳(北海道)･小麦粉(国内産)

国産レモンの酸味を生かし、国内産原料主体で作ったカップケーキ。冷蔵(冬は常温)解凍で。

容器直径7.5cm



ふ 2個
387 凍 卵 乳 小
弁天堂(兵庫県･淡路市) 賞60日
国産レモンのレアチーズケーキ
2個 861円(税込930円) 通常税込953円
クリームチーズ(北海道)

KUBOTA 南国土佐
久保田のアイスは4月3回のお届けです

甘酸っぱい苺と練乳の味がベストマッチ



388 凍 乳
久保田食品(高知県･南国市)
苺とミルクのアイスキャンデー
80mℓ 190円(税込205円)
ミルク感あふれるキャンデーに手作業で丁寧に加工した高知県産苺をスライスして貼り付けました。
生乳(北海道)･苺(高知県)



389 凍 卵 乳 小
久保田食品(高知県･南国市)
夢中熱中 バニラとあずきの最中
110mℓ 130円(税込140円)
北海道十勝産小豆を使い手間をかけ炊き上げた自家製粒あんと素材のおいしさが際立つバニラアイスの最中。
生乳･小豆(北海道)



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

紅茶と一緒に♪





ふ **391** 米
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞90日
米粉クッキー
6本 266円(税込287円) 通常税込298円
国産うるち米由来の米粉を主原料の生地に有機オートミールを加え、スティック状に焼き上げました。
うるち米(国内産) [放] 不検出 <0.8 <0.8



ふ 前 **689** 米大小
キング製菓(愛知県・小牧市) 賞180日
うの花クッキー
80g 198円(税込214円) 通常税込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



ふ **392** 卵乳小
ノースカラーズ(北海道・札幌市) 賞180日
純国産 北海道バタークッキー
2枚×4包(個包装) 298円(税込322円) 通常税込346円
バターをたっぷり使用した、バターが香るバタークッキーです。
小麦・バター(北海道)

ランカスターの イチオシ

フレーバーティー♪



ふ **397**
ランカスター(千葉県・千葉市)
ピーチティー(ティーバッグ)
2g×20 450円(税込486円) 通常税込529円
無農薬栽培のセイロン紅茶に、中国で桃の香りをつけています。
紅茶(スリランカ)、香料(中国)



ふ **398**
ランカスター(千葉県・千葉市)
シナモンティー(ティーバッグ)
2g×20 450円(税込486円) 通常税込540円
食欲増進、発汗作用、鎮痛などに効果があるといわれるシナモンをブレンドしました。農薬無散布。
紅茶(スリランカ)



ふ **393** 卵乳米大小 6個(1個×6袋)(個包装)
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞60日
ミニバウムクーヘン
398円(税込430円) 通常税込486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



ふ **394** 冷 卵米大小
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 310円(税込335円) 通常税込356円
国産大豆100%の豆乳とおからを練り込み、卵の風味豊かなふんわり口溶けのドーナツです。
小麦・大豆(国内産)



ふ **395** 乳大小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞60日
豆乳ドーナツ(白蜜)2袋
155g×2 470円(税込508円) 通常税込530円
国産の小麦粉と大豆にこだわり、北海道産甜菜糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。
小麦(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8



ふ **396** 乳大小
丸和食品(東京都・練馬区) 賞60日
豆乳ドーナツ(黒糖)2袋
155g×2 470円(税込508円) 通常税込530円
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わず豆乳だけで練り上げたドーナツです。
小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <3.6

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、かりんとう風の揚げ菓子です。



ふ **399** 大小
おとうふ工房いしかわ(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。



ふ **400** 大小
おとうふ工房いしかわ(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 <3.3

香ばしく揚げたほんのり甘いしょうゆ味のちっちゃなおせんべいです。



ふ **401** 米大小
創健社(神奈川県・横浜市) 賞180日
メイシー ちっちゃな揚げせんべい
12g×4 270円(税込292円)
うるち米(国内産)



ふ **402** え米
ノースカラーズ(北海道・札幌市) 賞120日
純国産 えびせんべい
65g 250円(税込270円)
羽幌産甘えびを100%使用した、海老の風味がしっかりとした軽いせんべい!原料は全て国産、無添加です。
ばれいしょ(北海道)



ふ **403** え米
ノースカラーズ(北海道・札幌市) 賞120日
純国産 小魚せんべい
65g 278円(税込300円)
国産いわしのいりこと、煮干し粉末をふんだんに使用した、小魚感たっぷりのせんべいです。
じゃがいも(北海道)



ふ **404** 米
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 賞90日
玄米あられ
80g 310円(税込335円)
化学農薬、化学肥料を使わずに栽培したもち米を使った素朴な塩味のあられ。
もち米(山形県)



ふ **405** 米
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) 賞90日
揚げ潮あられ
80g 350円(税込378円)
もち米を菜種油でカラッと揚げて、食塩だけでシンプルに味付けしました。
もち米(山形県)



ふ **406** 米
ノースカラーズ(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(税込214円)
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)



ふ **407** 米
ノースカラーズ(北海道・札幌市) 賞120日
純国産 ポテトチップス柚子
53g 198円(税込214円)
原材料の産地にこだわり、国産のじゃがいも、米油、柚子を使用しています。
じゃがいも(国内産)



ふ **408** 乳米大小
ノースカラーズ(北海道・札幌市) 賞90日
純国産 北海道きなこかりんとう
95g 250円(税込270円)
大豆の外と中から甘みとうま味を引き出した、二度焙煎きな粉を使用。
小麦粉(国内産)



ふ **409** 米大
ノースカラーズ(北海道・札幌市) 賞150日
純国産 きなこねじり
110g 350円(税込378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)



ふ **410** 卵乳米大小
創健社(神奈川県・横浜市) 賞180日
メイシー ひとくちウエハース
18個 180円(税込194円)
ほんのり甘い黒糖味のクリームをはさんだひとくちサイズのウエハースです。
小麦(国内産)

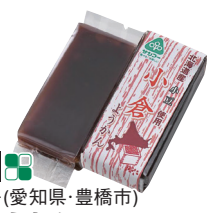


ふ **411** 乳小
サンコー(愛知県・豊橋市)
ミルクスティック
100g 275円(税込297円)
牛乳だけで練り上げたまろやかな甘さのスティックタイプのビスケットです。
小麦(国内産)、生乳(北海道)



ふ **412**
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日
芋グラッセ
50g 298円(税込322円)
九州産のさつまいも(紅はるか)を使用。しっとり、サクサクとした食感です。
さつまいも(九州)

1個



ふ **413**
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れたタイプです。
小豆(北海道)



ふ **414** 大
だいずDays(兵庫県・神戸市) 賞180日
ほの甘くろまめ
45g 250円(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)

要望品



415 冷
大紀コープファーム(奈良県・五條市)
梅エキス飴
80g 285円(税込308円)
大紀コープファームの梅エキスを使用し、京都の老舗「大文字飴本舗」で飴にしました。
梅(奈良県、和歌山県、三重県)

菓子担当 今週のイチオシ! 全品特価



ふ **416** 大
しらたかノラの会(山形県・白鷹町) 賞60日
3色煎り豆
75g 288円(税込311円) 通常税込322円
大豆、青大豆(秘伝)、黒大豆の3つを使った煎り豆です。
大豆(山形県)



ふ **417**
サンコー(愛知県・豊橋市) 賞120日
アーモンドじゃこ 2個組
(7g×5)×2 470円(税込508円) 通常税込530円
カルシウム豊富なじゃことアーモンドをミックスしました。
片口いわし(日本近海) [放] 不検出 <0.7 <0.8



ふ 前 **611**
プレス・オールターナティブ(東京都・目黒区) 賞180日
レーズン
165g 440円(税込475円) 通常税込497円
有機栽培されたぶどうを天日で乾燥しました。オイルコーティングはしていません。
レーズン(アメリカ)



ふ **418**
だいず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。現在転換期間中。
小豆(北海道)

飲料

- 緑茶:無農薬です。
- ジュース類:果汁100%のストレートジュースを中心に扱います。

※未成年者の飲酒は法律で禁止されています

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。

ランカスターの紅茶は表紙・16ページでもご紹介!





ふ **419**
童仙房茶舗(京都府・南山城村)
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)

有機栽培の宇治煎茶と有機玄米をブレンドしました。さわやかなお茶の香りを感じられます。



ふ **420** 米
童仙房茶舗(京都府・南山城村)
童仙房茶舗 有機玄米茶
120g 560円(税込605円)
緑茶(京都府)、玄米(国内産)

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。



ふ **421**
童仙房茶舗(京都府・南山城村)
童仙房茶舗 三年宇治番茶
120g 475円(税込513円)
緑茶(京都府)

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。



ふ 前 **725**
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)
麦茶(山形県) [放] 不検出 <0.5 <0.5

ふ 大
マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 賞120日
422 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)

ふ 大
マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 賞120日
423 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)

久々登場!

米と水だけで発酵させた、乳酸菌をたくさん含む発酵飲料です。



424 冷 米
寺田本家(千葉県・神崎町) 賞180日
寺田本家のマイグルト
160g 330円(税込356円) 通常税込378円
米(千葉県) [放] 不検出 <3.9 <4.0

5缶 1缶あたり 税込168円



ふ **425**
ゴールドパック(長野県・松本市)
みかんジュース
160g×5 780円(税込842円) 通常税込862円
和歌山県産うんしゅうみかんを使用しました。濃厚で甘酸っぱいおいしさの100%ストレートジュースです。
みかん(和歌山県)

1缶あたり税込115円



ふ **426**
ナガノトマト(長野県・松本市)
信州生まれのおいしいトマト(無塩)
190g×30 3200円(税込3456円) 通常税込3564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)

1本あたり税込270円



ふ 前
757
岩泉ホールディングス(岩手県·岩泉町)
龍泉洞の水
2ℓ×6 1500円(税込1620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

苦みとコク、フルーティな甘みがバランスよくすっきりとした味わいのオーガニックアイスコーヒーです。



ふ
427
メトロ(山梨県·南アルプス市)
オーガニックアイスコーヒー無糖
1000mℓ 540円(税込583円)
コーヒー豆(コロンビア)

ALC:16%

長野県開発の「ひとごこち」を使用して米の特徴を充分に引き出すよう、低温で時間をかけ発酵しました。



ふ お酒 米
428
橘倉酒造(長野県·佐久市)
純米吟醸·無尽蔵
720mℓ 1500円(税込1650円) 通常税込1782円
米·米こうじ(長野県)

ALC:15%

日本酒本来の姿を追求し、お米に対するこだわりとその個性、旨みを十分に引き出したお酒です。



ふ お酒 米
429
橘倉酒造(長野県·佐久市)
菊秀 純米
720mℓ 1300円(税込1430円)
米(長野県)

ALC:12.5%

契約農園で有機的に育てられたぶどうが原料の、まろやかな甘みのワイン。酸化防止剤無添加。



ふ お酒
430
天然ワイン醸造(岐阜県·岐阜市)
天然葡萄酒·赤甘口
720mℓ 1400円(税込1540円) 通常税込1628円
ぶどう(岐阜県)

ALC:12.5%

自家農園、一部契約栽培のデラウェア種使用。さわやかな辛口に仕上げました。酸化防止剤無添加。



ふ お酒
431
天然ワイン醸造(岐阜県·岐阜市)
天然葡萄酒·白辛口
720mℓ 1400円(税込1540円) 通常税込1628円
ぶどう(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。





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）

わ 10個
432 冷
卵 乳 大 小
日本生活協同組合連合会　賞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)



ふ
433
落 小
日本生活協同組合連合会　賞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。



ふ 特
434
日本生活協同組合連合会　賞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)

1本あたり税込173円



ふ
435
日本生活協同組合連合会
麦茶
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)



ふ 前
754
24缶 1缶あたり税込63円
日本生活協同組合連合
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。

食品調味料

- 常総生協がおすすめする調味の基本は「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ケタ記入欄へご記入ください。

さ



「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。

酒類

ふ 前
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)

さ



ふ 前
510
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)

し



ふ 前
513
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、素材にすぐなじみます。
海水(長崎県)

す

米酢や粕酢などをブレンドしたマイルドな酢。



ふ 前
521 米
私市醸造(千葉県·鎌ケ谷市)
食酢
500mℓ 200円(税込216円)
米(国内産)

ごろごろに切った野菜の味が引き立つマリネ酢です。



ふ
436 米
私市醸造(千葉県·鎌ケ谷市)
ごろごろ野菜のマリネ酢
360mℓ 398円(税込430円)
醸造酢(ブラジル、タイ他)

せ



特
2年半の長期熟成。もろみのおいしさが前面に出たコクのある醤油。

ふ
437 大 小
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 750円(税込810円) 通常税込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。



ふ 前
527 大 小
笛木醤油(埼玉県·川島町)
金笛減塩醤油
600mℓ 645円(税込697円)
大豆(国内産、アメリカ、カナダ)

そ



塩分9%

438 冷 米 大
やまこみそ(茨城県·守谷市)　賞120日
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·大豆(国内産)　[放] 不検出 <3.2 <3.5

塩分11%



439 冷 米 大
やまこみそ(茨城県·守谷市)　賞120日
やまこ味噌(漉·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す。



ふ 前
550
米澤製油(埼玉県·熊谷市)
ごま油
450g 1150円(税込1242円) 通常税込1296円
胡麻(ナイジェリア、他)

本醸造薄口醤油ベースの濃厚で薄色タイプのダシ入り調味料。



ふ 前
530 米 大 小
チョーコー醤油(長崎県·長崎市)
白だし
400mℓ 450円(税込486円)
大豆·小麦(アメリカ、カナダ)

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したぽん酢醤油。



ふ 前
544 米 大 小
チョーコー醤油(長崎県·長崎市)
ゆず醤油 かけぽん
400mℓ 450円(税込486円)
ゆず(国内産)

えごまの実から搾った一番しぼりえごま油を使い、まろやかでコクのある味に。



ふ
440
大 小
創健社(神奈川県·横浜市)
えごま一番 胡麻ドレッシング
150mℓ 485円(税込524円)

ねりごまの香りと程よい酸味が食欲をそそります。冷し中華、冷しゃぶ、春雨サラダなどにも。



ふ
441
大 小
ポールスタア(東京都·東村山市)
桃花林 棒棒鶏ソース
215g 360円(税込389円) 通常税込416円
脱脂大豆·小麦(アメリカ·カナダ)

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)。



ふ
442 米 大
東京フード(茨城県·坂東市)　賞180日
生おろしわさび
40g 420円(税込454円)
本わさび(長野県)

カナダ産オーガニックからしを使用。香料、着色料、酸味料、乳化剤不使用。



ふ
443 米
東京フード(茨城県·坂東市)　賞180日
練りからし
40g 370円(税込400円)
からし(カナダ)



ふ
444
創健社(神奈川県·横浜市)
オーガニック粒マスタード
90g 550円(税込594円)
有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなオーガニック粒マスタードです。
有機マスタード種子(カナダ)



ふ
445
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)



特
ふ
446 米 大 小
光食品(徳島県·上坂町)
オイスターソース
115g 440円(税込475円) 通常税込497円
中華料理、焼きそば、中華風スープなどに、あとひと味欲しいという時の隠し味として頼りになる一本です。
カキ(広島県)

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種のビネガーを使用。



ふ 前
537 米
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)



ふ 前
531 卵
私市醸造(千葉県·鎌ケ谷市)
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)

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。



ふ
447 米
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ぶ野菜入り
190g 350円(税込378円) 通常税込400円
トマト(長野県)



ふ 前
536
創健社(神奈川県·横浜市)
有機ホールトマト缶
400g 250円(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)

ボーソー油脂株式会社

ボーソー油脂



◆米油について
原料は、玄米を精米する時に発生する「米ぬか」です。「米ぬか」には約20%の油分が含まれており、この油分を取り出してできるのが「米油」です。

ふ 米
ボーソー油脂(千葉県·船橋市)
米油

448 小600g
540円(税込583円) 通常税込594円

449 中910g
760円(税込821円) 通常税込842円

450 大1350g
880円(税込950円) 通常税込994円

特



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

遠忠食品

(埼玉県·越谷市)



宮島社長(右)と息子の大地さん

全品特価



ふ
452 大 小
遠忠食品(埼玉県·越谷市)　賞180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)



ふ
451
遠忠食品(埼玉県·越谷市)
東京都産ゆずこしょう
40g 378円(税込408円) 通常税込430円
塩も含めて、東京都内の原料のみ使用。爽やかなゆずの香りと島とうがらしならではのシャープな辛さです。
ゆず(東京都)



ふ
453 大
遠忠食品(埼玉県·越谷市)　賞180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·水あめ、食塩とシンプルな内容です。
大豆(国内産)

中華料理に♪

全品特価

2～3人前



ふ
454 米 大 小
アール·シー·フードパック(愛媛県·西予市)
有機 回鍋肉の素
100g 245円(税込265円) 通常税込281円
有機素材で作られた回鍋肉の素。お時間がない時などにキャベツと豚肉があれば簡単に出来ます。
有機米·大豆(国内産)

2～3人前



ふ
455 米 大 小
アール·シー·フードパック(愛媛県·西予市)
有機 肉豆腐の素
100g 245円(税込265円) 通常税込281円
有機素材で作られた肉豆腐の素。木綿豆腐と豚肉(牛肉)があれば簡単に出来ます。
有機大豆(国内産)

2～3人前



ふ
456 米 大 小
アール·シー·フードパック(愛媛県·西予市)
有機 青椒肉絲の素
100g 245円(税込265円) 通常税込281円
有機素材で作られた青椒肉絲の素。ピーマンと豚肉(牛肉)があれば簡単に出来ます。
有機大豆·小麦(国内産)

2～3人前



ふ
457 米 大 小
アール·シー·フードパック(愛媛県·西予市)
有機 もやし味噌炒めの素
100g 245円(税込265円) 通常税込281円
有機素材で作られたもやし味噌炒めの素。もやしと豚肉があれば簡単に出来ます。
有機野菜(国内産)

あけるとほっと音がする

タイム缶詰特集!

全品特価 (岩手県・陸前高田市)



お届けは全て4月3回になります

■丁寧に手詰めする「菊詰め」

内臓などを取り除いた魚の身を筒切りにし、円状になるよう缶にぐるりと詰めると「菊の花」のようになります。機械では出来ない詰め方で、これを「菊詰め」といい、丁寧に手詰めするタイム缶詰だからこそ出来る美しさです。



458 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしん水煮缶
180g 278円(税込300円) 通常税込324円
北海道産のにしんを、赤穂の天塩のみで水煮にしました。
にしん(北海道)



459 米 大 小 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしん煮付け缶
180g(固形量110g) 288円(税込311円) 通常税込335円
北海道産のにしんを、オリジナルの無添加のたれ(陸前高田の八木澤商店の醤油ベース)で煮付けました。
にしん(北海道)



460 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしんトマト煮缶
180g (固形量110g) 288円(税込311円) 通常税込335円
北海道産のにしんを、有機トマトケチャップで味付けしました。食べやすいように少し甘めの味付けです。
にしん(北海道)



461 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
北海道産にしんアヒージョ缶
180g(固形量110g) 320円(税込346円) 通常税込378円
北海道産のにしんを、にんにくの香りを付けたオリーブオイルに漬けました。唐辛子の辛味がきいています。
にしん(北海道)



462 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
傷さば水煮缶
180g 320円(税込346円) 通常税込378円
皮目にキズがついてしまった訳ありのさばを缶詰にしました。
さば(国内産)



463 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
三陸産 生いわし水煮缶
180g 430円(税込464円) 通常税込486円
通常は冷凍いわしを原料に作るものがほとんどですが、鮮魚のいわしをそのまま缶詰にしました。
いわし(国内産)



464 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
国産ゆであずき缶
160g 215円(税込232円) 通常税込257円
国内産の小豆を、赤穂の天塩と洗双糖でふっくらと仕上げました。甘さ控えめで、飽きのこない味です。
小豆(国内産)　[放] 不検出 <3.5 <3.3



465 米 大 タイム缶詰(岩手県・陸前高田市)
短角牛ビーフシチュー缶
180g 1200円(税込1296円) 通常税込1458円
食への感謝の気持ちを込め、出産・子育てを終えた母牛(経産牛)を、トマトベースのシチューにしました。
牛肉(岩手県)

乾物・だし その他

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。



ふ **466** 長谷川商店(東京都・中央区) 賞180日
焼のり(有明産)
全型10枚 550円(税込594円)
有明海で12月に収穫した一番摘みを風味良く焼き上げました。口溶けが良く、甘みがあるのが特長。
のり(有明海)



ふ **467** 特 リアス(千葉県・船橋市) 賞180日
切干大根
60g 255円(税込275円) 通常税込292円
宮崎県産。大根の栄養がぎっしりつまっています。酢の物、煮物、炒め物、味噌汁の具に使ってください。
大根(宮崎県)



ふ **468** どんぐりてい(茨城県・坂東市)
どんぐりていの金ごま(洗い)
100g 640円(税込691円)
どんぐりていが栽培、選別した洗いごま。色選別機をかけていません。炒ってからお使いください。
ごま(茨城県)　[放] 不検出 <3.2 <3.1



ふ **469** 特 大 リアス(千葉県・船橋市) 賞180日
凍り豆腐 みそ汁用
60g 410円(税込443円) 通常税込459円
国産大豆100%使用の凍り豆腐。味噌汁はもちろん、ちらし寿司や五目寿司などに。
大豆(国内産)



ふ **470** 坂田信夫商店(高知県・香美市)
国産きざみしょうが
80g 450円(税込486円)
国産の色鮮やかな「黄金しょうが」を使いやすいようにきざみました。
しょうが(国内産)



ふ 前 **566** 中山水産(静岡県・裾野市) 賞180日
かつおぶしパック
5g×10 580円(税込626円)
かつお節(本枯れ節)をうすく削って、風味を大切に小袋パックにしました。
かつお(国内産)



ふ 前 **564** 中山水産(静岡県・裾野市) 賞180日
花かつお
50g 398円(税込430円)
かつお節をうすく削り、おいしさと風味をそのままパックしました。おひたし、冷奴に。
かつお(静岡県)　[放] 不検出 <3.9 <4.1



ふ **471** リアス(千葉県・船橋市)
国産天然芽ひじき
20g 380円(税込410円)
国産の天然芽ひじきです。ふっくら軟らかいのが特長です。サラダ、煮物、和え物等に。
ひじき(国内産)



ふ **472** 米 大 リアス(千葉県・船橋市) 賞180日
海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具
21g 490円(税込529円)
海藻と野菜が一緒になった便利な乾物ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。
切干大根(宮崎県)、素干しばらのり(国内産)　[放] 不検出 <4.9 <5.1



ふ 前 **579** 乳 大 小 三和食品(群馬県・藤岡市)
洋風だし一番
8g×10 398円(税込430円)
野菜とほたての旨みたっぷりのスープを、使いやすい顆粒状にしました。
キャッサバ(タイ)



ふ 前 **599** 九鬼産業(三重県・四日市市)
九鬼ごましお
30g 130円(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)



ふ 前 **622** 川光商事(東京都・中央区)
片栗粉
400g 230円(税込248円)
北海道産馬鈴薯澱粉100%使用。とろみが強く透明度があります。
じゃがいも(北海道)



ふ **473** 大 丸和食品(東京都・練馬区) 賞90日
うの花料理(乾燥おから)
125g 178円(税込192円)
国産大豆使用の豆腐のおからを乾燥させたもの。うの花料理、ハンバーグやお菓子作りにも。
大豆(国内産)　[放] 不検出 <3.7 <3.6



1袋あたり 税込178円
ふ **474** 特 大 小 創健社(神奈川県・横浜市) 賞180日
塩らーめん 2袋組
102g×2 330円(税込356円) 通常税込378円
国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料不使用の主に植物性原料で仕上げた塩味のラーメン。
小麦(国内産)



1袋あたり 税込189円
ふ **475** 特 え 卵 大 小 創健社(神奈川県・横浜市) 賞180日
博多風らーめん 2袋組
106g×2 350円(税込378円) 通常税込400円
化学調味料、及び豚以外の肉エキスを使わず、豚の旨みと野菜の甘みに魚介類を合わせた豚骨味のラーメン。
小麦(国内産)



2食
ふ **901** 米 大 有田食品(和歌山県・有田市)
スンドゥブの素
200g (100g×2) 520円(税込562円)
韓国の鍋料理「スンドゥブ」。鍋に入れ豆腐半丁と卵1つでお手軽に本格的な味を楽しめます。
大豆・米(国内産)



2食
ふ **902** 米 大 有田食品(和歌山県・有田市)
国産鶏もも肉のトマトソース煮
110g×2 800円(税込864円)
軟らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチにしました。
鶏肉(国内産)

CO-OP商品



ふ 前 **540** 日本生活協同組合連合会 賞180日
味パック合わせだし
252g (10.5g×8×3) 578円(税込624円)
国産のいわし、あじ、昆布、椎茸、国内製造のいわし節、かつお節を使用。使いやすい無漂白ティーパック。
いわし・あじ・昆布・椎茸(国内産)



くせがなくマイルドな風味のオリーブオイルです。パスタ料理や煮込み料理、揚げ物など幅広く使えます。

ふ 前 **553** 日本生活協同組合連合会
オリーブオイル
400g 896円(税込968円) 通常税込1024円
オリーブ(スペイン)



ふ **904** 日本生活協同組合連合会
ほたて貝柱水煮ほぐし身
70g 450円(税込486円) 通常税込518円
国産の帆立原料を使用し、サラダなどに使いやすいほぐし身タイプに仕上げました。
ほたて貝柱(国内産)



1缶あたり 税込179円
ふ 前 **677** 大 日本生活協同組合連合会
ライトツナフレークまぐろ油漬
70g×3 498円(税込538円)
きはだまぐろを食べやすいように大豆油と野菜スープに漬け込み、まろやかな味に仕上げました。
きはだまぐろ(台湾、等)



1個あたり 税込143円
ふ **905** 米 日本生活協同組合連合会
おいしいご飯
200g×3 398円(税込430円)
山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯せんで調理可能。
米(山形県)　[放] 不検出 <3.3 <3.7



1個あたり 税込138円
ふ **906** 特 米 日本生活協同組合連合会 賞180日
おいしい赤飯
160g×10個 1280円(税込1380円) 通常税込1490円
国産もち米100%と北海道産小豆を使用した、ふっくら・もっちりしたソフトな食感の赤飯。
もち米(国内産)、小豆(北海道)

日用雑貨

家庭から化学物質を排除しましょう!

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

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。



ふ 前 **778** せっけんの街(千葉県・柏市)
粉石けん せっけんの街
2kg 798円(税込878円)
廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。

オレンジオイルを配合し、ほのかな柑橘の香りが漂う台所用の液体石けん。

ふ せっけんの街(千葉県・柏市)
台所用液体せっけん おれんじ
907 本体 300mℓ 363円(税込399円)
804 詰替用 前 900mℓ 750円(税込825円)





ふ 前 **857** 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックス化粧石けんE
95g×3 420円(税込462円)
無香料、無着色、合成酸化防止剤を使用せず、天然ビタミンEを配合した肌にやさしい石けん。



ふ 前 **846** 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスオリー 詰替用ヘアソープ
400mℓ 1250円(税込1375円)
オリーブ油や髪にやさしい天然成分を配合したシャンプー。スパイシートワイライトの香り。



ふ 前
日本生活協同組合連合会
ポリエチレンラップ
894 ミニ50m 22cm×50m 150円(税込165円)
895 レギュラー50m 30cm×50m 165円(税込182円)
酸素透過性の高い、食品保存に適したラップです。化粧箱にFSC認証紙(ミックス)を使用しています。

◎芯の大きいタイプ



牛乳パック40%を含む再生紙100%のトイレットペーパー、シングルです。ゴミになる紙管がありません。

ふ 前 **892** 丸富製紙(静岡県・富士市)
ワンタッチコアレス(トイレットペーパー)
130m×6ロール 544円(税込598円)

春のお出かけに

特



ふ **908** 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスナチュロンリップクリーム
4g 610円(税込671円) 通常税込699円
シアの果実から得られた天然の保湿成分シアバター(シア脂)を配合。唇の乾燥を防ぎ、うるおいを保ちます。

特



SPF30 PA++
合成紫外線吸収剤、合成界面活性剤を使わず、石けんで乳化したシンプルなクリーム。

ふ **909** 太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスナチュロン UVクリームR
45g 1180円(税込1298円) 通常税込1408円

みんなで ワイワイ楽しもう！

おうち中華

子どもから大人まで人気の中華料理。少ない食材でサッと作れるのも魅力のひとつ。おうちで中華を楽しみましょう！

全品特価



ふ 910 凍 大 小
大進食品(神奈川県·横浜市)
ヨコハマの餃子
18g×25 555円(税込599円) 通常税込613円
国産小麦粉の皮を使い、国産大豆使用の醤油、減農薬野菜、指定の豚肉を具に使用した餃子。焼いて。
豚肉(国内産)　[放] 不検出 <3.3 <4.0



ふ 911 凍 大 小
飛鳥食品(東京都·江戸川区)　賞120日
飛鳥の黒豚シューマイ
12個180g 389円(税込420円) 通常税込447円
豚肉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)

削り節の煮出し汁で牛蒡を煮、産直の鶏肉をミンチにして混ぜ合わせ、味わい深い仕上がり。レンジか蒸して。



ふ 912 凍 卵 米 大 小
ニッコー(神奈川県·大和市)
鶏ごぼうシュウマイ
27g×8 389円(税込420円) 通常税込440円
鶏肉(国内産)

中華料理には欠かせませんね♪





ふ 913
ランカスター(千葉県·千葉市)
ジャスミン茶(ティーバッグ)
2g×30 380円(税込410円) 通常税込430円
中国を代表する花茶の1つ。沸騰したお湯で1～2分程度蒸らすと、ジャスミンの香りがより一層ひきたちます。
ジャスミン(中国)

ふ 前 731
ランカスター(千葉県·千葉市)
ウーロン茶(ティーバッグ)
5g×30 370円(税込400円) 通常税込432円
水仙種烏龍茶をお手軽なティーバッグに。焙煎の香りが芳ばしく、渋味は少なめに仕上げた飲みやすい味わい。
水仙(中国)

14本



ふ 914 凍 米 大 小
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 486円(税込525円) 通常税込540円
豚肉·キャベツ等、国産具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。加工でん粉：約1.6%
小麦(国内産)、えび(ベトナム)

天然のエビ使用、自然なプリプリ感♪

厳選素材を使い、手間と時間をかけてこだわりの味を追求した本格派。湯煎して。解凍後炒めても。



ふ 915 凍 え 卵 米 大 小
マストミ(徳島県·徳島市)　賞90日
天然えびのチリソース
150g 505円(税込545円) 通常税込590円
えび(インドネシア、ミャンマー)

本格中華の素!



ふ 916 凍
マストミ(徳島県·徳島市)　賞90日
野菜で仕上げる回鍋肉
110g 370円(税込400円) 通常税込443円
国産豚肉を下味付けし旨みを引き出しました。コチュジャンの辛味と風味が◎ 野菜を炒めた後に加えて。
豚肉(鹿児島県、宮崎県)



ふ 917 凍 え
トクスイコーポレーション(東京都·中央区)
天然むきエビ(特大)
160g 578円(税込624円) 通常税込646円
ミャンマー沖(ベンガル湾、アンダマン海)で漁獲した天然えびを、現地工場でむき、急速パラ凍結しました。
えび(ミャンマー)

一つひとつ丁寧に手作りで作っています

豚肉にえび·帆立·干し貝柱を具にたっぷり加え国産小麦粉に法蓮草パウダーを混ぜた皮で包みました。鍋で。



ふ 15個 918 凍 え 卵 米 大 小
飛鳥食品(東京都·江戸川区)　賞120日
飛鳥の海鮮水餃子
15個250g 481円(税込519円) 通常税込549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。

お得 2袋

ふ 919 凍 大 小
飛鳥食品(東京都·江戸川区)　賞120日
飛鳥の手作りミニ肉まん2パック
5個250g×2袋 796円(税込860円) 通常税込902円

ごまの風味がしっかりと利いた甘さ控えめの餡を、国産小麦の生地で包みました。蒸すかレンジで温めて。



ふ 4個 920 凍 小
飛鳥食品(東京都·江戸川区)　賞120日
飛鳥のあんまん
4個240g 405円(税込437円) 通常税込457円

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



ふ 921 凍 大 小
飛鳥食品(東京都·江戸川区)　賞120日
飛鳥の黒豚シャービン(中華おやき)
4個320g 389円(税込420円) 通常税込437円

2種×2個

ふ 922 凍 え 米 大 小
ニッコー(神奈川県·大和市)
中華丼の具セット(塩、醤油)
(180g×2)×2 924円(税込998円) 通常税込1026円
自家製鶏ガラスープで具材を煮込んだ人気の「中華丼の具」を、塩と醤油のセットでお届け。
小麦(国内産)、えび(ベトナム)

2食 国産野菜とお米で作りました

ふ 923 凍 卵 米 大 小
ニッキーフーズ(大阪府·大阪市)
香ばしねぎと焦がし醤油の炒めチャーハン
230g×2 398円(税込430円) 通常税込444円
豚肉·玉葱·人参·葱·玉子など具材を直火で香ばしく炒めた本格的な炒飯。フライパンかレンジで温めて。
米(国内産)　[放] 不検出 <3.7 <3.2

麻婆豆腐にして

158円/100g
赤身率は8割です。





ふ 924 凍
JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山　賞30日
茨城県産ローズポーク 挽肉
300g 440円(税込475円) 通常税込502円
茨城県

ふ 925 米 大 小
光食品(徳島県·上板町)
麻婆の素
225g 398円(税込430円) 通常税込462円
大豆·小麦(国内産)

お肉と豆腐があれば麻婆豆腐が簡単に作れます。麻婆春雨や野菜炒めなどにも。



カリッ&ジューシーで美味しい!

ユーリンチー
油淋鶏



212円/100g



ふ 928 凍
秋川牧園(山口県·山口市)　賞180日
秋川の若鶏モモ(バラ凍結)
500g 980円(税込1058円) 通常税込1096円
豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などに。バラ凍結。
山口県·島根県·福岡県·熊本県

もやし·小松菜·ぜんまい·大根の4種。冷蔵か流水解凍後、ほぐし和え直してから盛付け。ぜんまいは中国産。



ふ 凍 米 大 小
カラミノフーズ(東京都·新宿区)
冷凍ナムルセット
926 1個
150g 446円(税込482円) 通常税込497円
927 2個組
150g×2 870円(税込940円) 通常税込994円

小、中は14ページ

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



ふ 450 米
ボーソー油脂(千葉県·船橋市)
米油 (大)
1350g 880円(税込950円) 通常税込994円
米糖(国内産)

フルーツたっぷり♪

食後のデザートに 杏仁豆腐



ふ 929 凍 米
川光物産(千葉県·千葉市)
冷凍白玉
250g 329円(税込355円) 通常税込365円
もち米粉で作った白玉団子。必要な分だけ取り出して使えます。熱湯で3分、またはレンジで加熱して。
もち米(国内産)



ふ 930 凍
ナカシン冷食(鹿児島県·いちき串木野市)
カットゴールデンパイン
200g 318円(税込343円) 通常税込363円
フィリピン産パインアップルを一口サイズにカットして冷凍しました。冷凍のままでも、半解凍でも。
パインアップル(フィリピン)

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。



ふ 931 乳 大
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(税込998円) 通常税込1078円

1缶あたり215円



ふ 前 670
日本生活協同組合連合会
フルーツみつ豆
205g×2 398円(税込430円) 通常税込451円
寒天、黄もも、パイン、りんご、みかん、さくらんぼ、赤えんどうが入っています。さくらんぼは無着色。
海藻(国内産)、黄色もも(中国、国内産等)

表示マークのご案内

取り扱いサイクル·価格表記
- 4週に1回お届け　4週に3回お届け
- 隔週お届け　毎週お届け
- シーズン最終　季節商品につき今回で最終
- シーズン初　今季初登場
- 新　新発売の商品
- 特　特別価格商品

商品選定基準はこちら

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

アレルゲン表示
卵卵 乳牛乳 米米 大大豆 そそば 小小麦 落落花生 ええび かかに
- 「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認下さい。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。
※コンタミネーションとは同じ工場でアレルゲン原材料が使用され、極微量の混入の可能性があることをいいます。
- アレルギーの症状がある場合は、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。
- 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。
- ふは、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



000 冷 乳
鈴木牧場(茨城県·石岡市)　賞届いて10～11日
石岡 鈴木牧場ヨーグルト(加糖)
400g(ピン要返却) 390円(税421円)
生乳(茨城県)

- 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!