



左記QRコードから
登録出来ます
ネット注文登録

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 提出	2	3	4	5	6
定番品 のお届け	9	10	11	12	13
特別企画品 のお届け	16	17	18	19	20

お母さんがつくる味を目指して



お知らせ

今回より高橋徳治商店の商品は
全て11ページ→6ページへ移動となります

安心して食べさせられる食品づくり

ニッコーのこだわり

設立のきっかけは、創業者の会長のわが子（現社長の山崎雅文さん）が強いアレルギー体質だったため、後世に良いもの、安心して食べられるものを作りたいと思ったからです。その想いは今も引き継がれ、今では原材料の野菜づくりをはじめ、地域や環境にも優しい会社を目指しています。



ニッコー（神奈川県・大和市）

全品
特価



岩瀬牧場の豚肉を使ったぶたまん

岩瀬さんの豚肉をニッコーさんで加工してぶたまんにしました。脂がジューシーなぶたまんです。

原材料：皮(小麦粉(小麦(国内産)、砂糖、生クリーム、ラード、イースト、食塩)、豚肉(茨城県)、野菜(たけのこ(国内産)、たまねぎ(国内産)、長ねぎ(国内産)、しょうが(国内産)、しょうゆ、魚スープ、(さば節、かつお節)、パン粉、ごま油、しいたけ(国内産)、清酒、砂糖、発酵調味料(味の母)、オイスターソース、食塩

8 凍乳米大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
岩瀬さんのぶたまん
160g(2個入) 450円(税込) 486円(通常税込) 512円



この度は50周年を迎えられましたこと、心よりお祝い申し上げます。常総生協で働く皆さまの温かい人柄と、地域・組合員の方々に寄り添う姿勢が、長年にわたり愛され続けてきた理由の一つであると感じております。今後も、ますます多くの方に愛される生協として発展されることを願うとともに、私たちも安心・安全な食品をお届けすることで、少しでもお役に立てれば幸いです。



ニッコー 菊田さん

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。

凍乳米大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
徳用北京餃子
9 1パック
18g×15 445円(税込) 481円(通常税込) 497円

国産ねぎキャベツがたっぷり入ったたこ焼。レンジで温めて、トースターで仕上げたり、油で揚げても美味。

凍卵小
ニッコー(神奈川県・大和市) 180日
ねぎ入りたこ焼
11 1パック
15個300g 385円(税込) 416円(通常税込) 434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。

凍小
ニッコー(神奈川県・大和市)
ミニアメリカンドック
13 1パック
6本150g 445円(税込) 481円(通常税込) 502円

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。

凍乳米大小
ニッコー(神奈川県・大和市)
ふんわり豆腐ハンバーグ
15 1パック
90g×3 475円(税込) 513円(通常税込) 528円

豚肉(国内産)
10 2パック
(18g×15)×2 870円(税込) 940円(通常税込) 994円

たこ(ベトナム) [放] 不検出 <3.7 <4.4
12 2パック
15個300g×2 750円(税込) 810円(通常税込) 868円

大豆・鶏肉(国内産)
14 2パック
6本150g×2 870円(税込) 940円(通常税込) 1004円

大豆・鶏肉(国内産)
16 2パック
(90g×3)×2 910円(税込) 982円(通常税込) 1020円

新鮮なえび、いかに野菜を加え、自家製鶏ガラスープで煮込みました。薄味仕立て。湯煎して。

凍
ニッコー(神奈川県・大和市) 180日
中華丼の具(塩)2パック×2個組
17 凍
(180g×2)×2 1070円(税込) 1156円(通常税込) 1212円

担々麺専用の独自スープを自社開発。麺は国産小麦を使用の小麦粉によるこだわりのオリジナル製麺。鍋で。

小麦(国内産)
18 凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
担々麺
1食280g(麺130g) 415円(税込) 448円(通常税込) 465円

国産小麦粉で作った皮の中に、フリフリとしたえびがたっぷり入ったしゅうまいです。蒸すかレンジで温めて。

えび(インドネシア、ベトナム、他)
7個
19 凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
点心えびしゅうまい
27g×7 433円(税込) 468円(通常税込) 489円

国産豚肉、玉ねぎがたっぷりのしゅうまい。ポークエキスかつおエキス使用。蒸すかレンジで温めて。

豚肉(国内産)
15個
20 凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
肉しゅうまい
16g×15 440円(税込) 475円(通常税込) 497円

えびがたっぷりのミニえびかつです。油調理なのでオープン等であたためただけですぐに使えて便利です。

凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
ぶちブリえびかつ
6個120g 340円(税込) 367円(通常税込) 389円

シーズン最終
凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
天津包子(あんまん)
275g(5個入) 440円(税込) 475円(通常税込) 497円

はちみつが入ったしっとりとした皮で、大手亡豆から作った口当たりの良い甘さの白あんを包みました。

小麦(国内産)
4個
23 凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
大判焼き(白あん)
4個340g 438円(税込) 473円(通常税込) 489円

国産小麦を使用し、北海道産大豆を製粉(粒あん)して、ミニタイプに仕上げました。レンジで温めて。

小麦(国内産)
8個
24 凍
ニッコー(神奈川県・大和市)
ミニたい焼き(あずき)
8個320g 415円(税込) 448円(通常税込) 465円

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、順次放射能自主検査を進めています。主原料産地もご参照ください。
・調査完了したもののについてカタログ紙面上で順次掲載します(最新の情報については配達時に配布されます「職員のおすすめの裏面」をご覧ください)。
・常総生協では現状、放射性セシウムに注視し、表記しています。
・「不検出」とされたものは、検出限界値(計測器でこれ以上測れないレベル)

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

ご不明な点がありましたら上記、生協までお問い合わせ下さい。

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載
茨城県 [放] ¹³⁷Cs=7.5
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載
宮城県 [放] ¹³⁷Cs=9.4 ¹³⁴Cs=3.6
2種類とも検出された場合: それぞれの検出値を掲載

みそ作りも
シーズン最終!

やまこみそ

茨城県・守谷市

丁寧に手作業で
仕込みます



常総生協ではおなじみの「やまこみそ」。茨城県守谷市にある地元の味噌屋さんです。明治初期の創業以来、昔ながらの伝統と味を受け継ぎ、手作り天然醸造を旗印に伝統の味を受け継いでいます。どのみそも糀をたっぷり使い、自然の温度で発酵・熟成させた、無添加・天然醸造味噌です。



やまこみそ
金剛さん

シーズン最終

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。

※大

やまこみそ(茨城県・守谷市)

仕込み味噌

25 粒・甘口

塩分9% 4kg

2850円(税込) 3078円(通常税込) 3238円(特)

26 濃・中辛

塩分11% 4kg

2850円(税込) 3078円(通常税込) 3238円(特)

大豆(国内産)

塩分9%

特

塩分11%

特

27 冷

やまこみそ(茨城県・守谷市)

めくみちゃんの米こうじ 1kg

1kg 1400円(税込) 1512円(通常税込)

令和6年産の水海道のめくみちゃんで作った米こうじです。米(茨城県)

28 冷

やまこみそ(茨城県・守谷市) 120日

やまこ味噌(粒・甘口)

1kg 739円(税込) 798円(通常税込) 842円(特)

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

29 冷

やまこみそ(茨城県・守谷市) 120日

やまこ味噌(濃・中辛)

1kg 739円(税込) 798円(通常税込) 842円(特)

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

お味噌汁に

泥付き

30

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(通常税込)

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

冷凍保存も
できます!

独自の栄養素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。

31 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(通常税込)

[放] 不検出 <4.3 <4.3

国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

32 冷

丸和食品(東京都・練馬区)

もめん豆腐



300g 189円(税込) 204円(通常税込) 214円(特)

大豆(国内産)

[放] 不検出 <1.2 <1.2

国産大豆100%使用。製造段階で出来てしまった規格外の油揚げを細かく刻み、冷凍しました。

33 凍

丸和食品(東京都・練馬区)

きざみ揚げ(冷凍)



100g 218円(税込) 235円(通常税込) 246円(特)

大豆(国内産)

[放] 不検出 <1.2 <1.9

限定品種の
一番人気

デコボン

しらぬい最盛期!

「清見」×「ポンカン」の掛け合わせのしらぬい。熊本果実連の登録商標で「デコボン」の名で有名な品種です。



手で簡単にむける。

薄皮でたべやすい

濃厚な味わい

甘さ ★★★
酸味 ★★
食感 プリプリ

甘味が強く皮もむきやすいです。清見(きよみ)とポンカンの掛け合わせ。農業は地域慣行栽培基準50%以下。

34

無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園の不知火(デコボン)

1kg 700円(税込) 756円(通常税込) 798円(特)

愛媛県

東北トクスイから

クク登場!

「漬魚」特集

全品
特価



国産の天然ぶりを三枚におろし、仙台味噌をベースにした調味味噌に24時間漬込みました。

35 凍

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

天然ぶり味噌漬

180日

180g(3切) 380円(税込) 410円(通常税込) 448円(特)

ぶり(国内産)



36 凍

東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日

銀だら塩麹漬

2切 120g 430円(税込) 464円(通常税込) 497円(特)

アメリカ産(主にアラスカ)の銀だらを切身にし、モンゴル塩を使った塩麹にじっくり24時間漬込みました。銀だら(アメリカ)



37 凍

東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日

紅鮭塩麹漬

150g (3切) 550円(税込) 594円(通常税込) 648円(特)

ロシア産の紅鮭を切身加工後、食材の旨味を出す万能調味料と言われる塩麹にじっくり24時間漬込みました。紅鮭(ロシア)

雄武の秋鮭(徳用)は 今回のみのご案内!

鳴門魚類 山本社長



調理例

特
新

無塩

38 凍

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

徳用 雄武産 秋鮭(雄宝)切身(無塩)

30日

原材料: 秋鮭(北海道)

70g×6 1600円(税込) 1728円(通常税込) 1836円(特)

秋鮭(北海道)

今週の
おすすめ

電子レンジで温めるだけ! 朝食やおやつ、夜食にも

特

国産の玉ねぎ、じゃがいも、人参、豚肉を具に使ったカレー味の大判焼。おやつに、食事としても。レンジで。

4個

39 凍

ニッコー(神奈川県・大和市)

大判焼(カレー)

4個312g 456円(税込) 492円(通常税込) 508円(特)

小麦(国内産)



ほんのり甘い生地に、カレーのスパイスが絶妙に合います。手軽に食べることが出来る大判焼き、ぜひ一度で賞味ください!

供給部
加藤の
おすすめ

春の門出にみんなでお祝い(^^)/♪

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

- 7 卵 76 深谷ネギ 79 木村さんの春菊 95 しめじ 96 舞茸 100 えのき
- 291 焼き豆腐 310 しらたき 447 割り下 457 なたね油 485 すき焼き肉

すき焼き

◆材料(3~4人分)

- すき焼き肉 300g
- 割り下 1本
- 酒 100ml
- みりん 100ml
- 醤油 100ml
- 砂糖 大さじ2
- 焼き豆腐 1丁
- しらたき 200g
- ネギ 2本
- しめじ 1/2
- えのき 1/2
- 舞茸 1/2
- 春菊 100g
- 油または牛脂 適量
- 水 適量
- 卵 4個

◆作り方

- 焼き豆腐、春菊をお好みの大きさに切る。きのこ類は適当にさく。ネギを斜め切りにする。
- しらたきをざるに入れ、水で軽くすすぎ、水を切る。長いようなら適当な長さに切る。
- 小鍋に水を入れ、沸騰させ、割り下をお好みの濃さにする。
- すき焼き用鍋を熱し、牛脂または油を入れ、お肉、豆腐を軽く炙る。
- 野菜やきのこ、しらたきを入れ、③の割り下で味の調整をしたら完成。



温玉で食べるより具に絡まり濃厚な味わいに

切り取ってご活用ください

From 江川農園 「追熟」が美味しさの決め手!

キウイフルーツ

江川さんのキウイは樹上でギリギリまで熟成させて収穫します。産地での追熟は、一般的には2〜3日のところ、江川農園は4〜5日かけてじっくり追熟。ひと味違うキウイです。ビタミンC、食物繊維など栄養価も高いので、毎日の食卓にどうぞ!

無農薬 **特**

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。

40 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 **489円**(税) **528円**(通) **540円**(通)

神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

真っ赤な果肉とオレンジの芳香 シーズン初

ブラッドオレンジ

その名の通り真っ赤な色の果肉が特徴。国産の生食用はほとんど出まわっておらず希少です。甘・酸バランスが良く、オレンジのような豊かな風味が楽しめます。

輸入果実には注意!

日本に輸入される柑橘類の多くは、害虫やカビを防ぐため収穫後に農薬を散布します(ポストハーベスト)。国の基準に準じているものの、発がん性が疑われる農薬も存在します(イマザリル、TBZなどに注意)。常総生協は、生産者の明確な国産柑橘をおすすめしています。

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

生産者の寺尾さん

41 寺尾果樹園(愛媛県・四国中央市) **ブラッドオレンジ**
600g(3〜5玉) **739円**(税) **798円**(通)

愛媛県

酸味少なく 香り爽やか

黄金柑

特

別名「ゴールデンオレンジ」、「黄みかん」とも。
・爽やかな香りと甘味が特徴。苦味はほぼ無いです。
・剥きにくいのでスマイルカットなどでどうぞ。

42 海瀬農園(静岡県・沼津市) **黄金柑**
700g **480円**(税) **518円**(通) **538円**(通)

静岡県 [放] 不検出 <3.5 <4.1

2玉 **特**

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。

43 ケーアイ農産(青森県・八戸市) **りんご(ふじ)小玉**
2玉 **400円**(税) **432円**(通) **451円**(通)

青森県

3玉 **ちょっと糖度が低いだけ**

44 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 **470円**(税) **508円**(通)

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玉

★ヨーロッパを中心に人気のある、日本では新しい品種。
★原産国のオーストラリアから栽培許可をもらい、日本でも栽培が始まりました。
★小振りですが、皮付きで食べると甘酸っぱさが広がります。保存は冷蔵庫へ。

45 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) **535円**(税) **578円**(通)

長野県

お知らせ
注文が生産量を上回った場合はコースごとで抽選となります。ご了承ください。

46 竹村さん(茨城県・かすみがうら市) **竹村さんのいちご**
200g **468円**(税) **505円**(通)

「自分の子ども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

2〜4玉

47 木下さん達(愛媛県・西予市) **せとが**
600g(2〜4玉) **850円**(税) **918円**(通)

「柑橘の大トロ」と言われるほど濃厚でジューシー。減農薬栽培。
愛媛県

特

★和製グレープフルーツとも呼ばれる爽やかな柑橘。
★河内晩柑・ジューシーオレンジ等、各地で呼称は異なります。
★苦味はほぼ無く、さっぱりとした甘みで毎年人気。冷やしていただきます。

48 濱上さん(鹿児島県・出水市) **ジューシーフルーツ**
800g **500円**(税) **540円**(通) **558円**(通)

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。減農薬栽培。
鹿児島県

無農薬

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

親子3代にわたり農薬を使用せずレモンを作り続けています。皮ごと安心してご利用ください。農薬無散布。
静岡県 [放] 不検出 <3.7 <4.1

無農薬

50 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) **283円**(税) **306円**(通)

ホルムリン不使用の為、比較的小振りですが、キウイ本来の甘さがぎゅーり詰まっています。農薬無散布。
栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

無農薬

51 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) **399円**(通)

小規模農家が集まったインカバナ社より、化学合成農薬・化学合成肥料不使用のものをお届けします。ペルー、エクアドルまたはメキシコ

52 作本さん達(熊本県・熊本市) **大葉**
10枚 **145円**(税) **157円**(通)

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

53 大紀コープファーム生産者グループ(高知県) **しょうが**
70g **211円**(税) **228円**(通)

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

54 岩間さん達(青森県) **にんにく**
約70g **250円**(税) **270円**(通)

ホワイ種または外皮は紫がかかった雑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 [放] 不検出 <3.6 <3.4

野菜炒めに!

55 イバラキ食品(茨城県・石岡市) **もやし**
250g **59円**(税) **64円**(通)

筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり使用し歯ごたえが良いもやしです。原材料の緑豆は中国産。
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

56 福山さん達(宮崎県・新富町) **ピーマン**
約130g **202円**(税) **218円**(通)

肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。
宮崎県

57 藤嶋さん(熊本県・天草市) **きゅうり**
3本 **276円**(税) **298円**(通)

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

無農薬

58 ケーアイ農産(青森県) **ほうれん草**
200g(袋入り) **220円**(税) **238円**(通)

青森県ケーアイ農産より。減農薬栽培。
青森県

無農薬

59 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 **310円**(税) **335円**(通)

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

無農薬

60 長島さんのサニーレタス
1玉 **222円**(税) **240円**(通)

[放] 不検出 <3.4 <3.6

木村農園(茨城県・つくば市) **木村さんのキャベツ**
61 1玉 **248円**(税) **268円**(通)

62 カット 1/2玉カット(400g前後) **185円**(税) **200円**(通)

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。
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.9

63 井上さん(埼玉県・美里町) **ブロッコリー**
1個(高さ9cm以上) **300円**(税) **324円**(通)

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。減農薬栽培。
埼玉県 [放] 不検出 <3.6 <3.5

春のサラダに

無農薬

64 三須さん(千葉県・八街市)、菅澤さん(千葉県・成田市) **ベビーリーフ**
40g **211円**(税) **228円**(通)

サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がりください。農薬無散布、化学肥料不使用。
千葉県

さやごと 食べられます♪

鮭と野菜のスープ煮

井上さん(埼玉県)、岩下さん(熊本県) **サラダスナップ**
66 約100g **280円**(税) **302円**(通)

67 増量 約200g **550円**(税) **594円**(通)

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。
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

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**
68 約150g **220円**(税) **238円**(通)

69 徳用300g **430円**(税) **464円**(通)

熊本県、他

特

組合員さんからの **クチコミ**

ほかの組合員さんのクチコミを見て買ってみました。皮が薄目で、ほんとうに美味しかったです!

70 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**
約180g **322円**(税) **348円**(通) **368円**(通)

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。パリパリの食感。減農薬栽培。
熊本県、又は北海道

大きさはピンポン玉 くらいですが旨味はギュ!

71 大木さん(茨城県・常総市) **大木さんの中玉トマト**
300g **415円**(税) **448円**(通)

大玉トマトより甘みがある中玉系トマト。ピー玉からピンポン玉位まで大きさは色々です。減農薬栽培。
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <5.3

まずはお試しを 始めますが、味はのっています!

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。

通い箱(ダンボール)は再利用しますので返却下さい

72 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 **730円**(税) **788円**(通)

千葉県 [放] 不検出 <3.2 <2.7

農産担当 真紀子のおすすめ

おきたまの「春告菜」 茎立菜!



調理例

・越冬性のアブラナ科の植物の総称です。
 ・冬の間に糖分を蓄えるので、ホクホクの中にも甘みがあります。
 ・お浸しや、味噌汁に。



73 無農薬
 おきたま興農舎・遠藤さん達(山形県・高島町)
おきたまの茎立菜
 約200g **300円**(税込**324円**)
 山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

雪国山形の春をつげるほろ苦い葉物です。おひたし、漬物、煮びたしなどでどうぞ。農薬無散布。

! すごいぞ! 小松菜

小松菜としらすの和え物



・ほうれん草の約3倍のカルシウム!
 ・実は鉄分も豊富!
 ・抗酸化作用が高く免疫力アップに役立つβカロテンも豊富!



74 無農薬
 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) **230円**(税込**248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



75 無農薬
 あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城町)
小松菜(少量)
 1束(約150g) **156円**(税込**168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

「風邪のひきははじめにはねぎを首に巻くといい」

そんなおばあちゃんの知恵袋、実は首を温めるのがポイント

ねぎの成分は食べてこそ力を発揮します。首はマフラーで、身体の中からはねぎたっぷりの味噌汁であたためて。



アリシン...ツンとした香りのもと。血行促進に。フルクタン...ねぎのネバネバ成分。免疫力UPに。

2ページのやまこ味噌特集もみてね!



76 無農薬
 泥なし
 井上さん(埼玉県・美里町)
深谷ねぎ(根深白ねぎ)
 約300g **250円**(税込**270円**)
 根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど甘味が増します。農薬無散布。※カットの場合もあり。
 埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1



30 泥付き
 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



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。
77 1個 **267円**(税込**288円**)
78 カット **183円**(税込**198円**)
 茨城県 [放] 不検出 <3.3 <3.5



79 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの春菊
 1束 **190円**(税込**205円**)
 特有の風味、香りで鍋物には欠かせません。和え物にも。減農薬栽培。
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.3



煮物、大根おろし等に。農薬無散布。
80 1本 **225円**(税込**243円**)
81 カット **158円**(税込**171円**)
 千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2



82 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのかぶ
 1束(2~5玉) **215円**(税込**232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



83 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのごぼう
 300g **220円**(税込**238円**)
 食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。
 茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9



84 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 **461円**(税込**498円**)
 歯ざわりが良く、それでいてムッチとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺菌剤を1回使用。
 茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5



85 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



86 西山さん(熊本県)
人參(洗い)
 約400g(2~5本) **260円**(税込**281円**)
 土作りから始まり、農薬に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。
 熊本県



品種は紅はるか又はシルクスイート。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。
87 500g **250円**(税込**270円**)
88 1kg **473円**(税込**511円**)
 茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6



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
89 800g **300円**(税込**324円**)
90 2kg **700円**(税込**756円**)
 北海道



村上山さん達(北海道・美幌町)
じゃがいも
91 500g **300円**(税込**324円**)
92 1kg **580円**(税込**620円**)
93 2kg **1100円**(税込**1172円**)
 品種は男爵。煮物やスープなどでどうぞ。減農薬栽培。



収穫終了の為企画できなくなりました
94 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんの里芋
 500g **300円**(税込**324円**)
 品種は土垂(だれ)。肉質がねっとりとして軟らかく、煮崩れしにくいのが特長。農薬無散布。
 茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0



丁寧な栽培管理で、きめ細かく、味がよく、日持ちのする玉ねぎ作りをしています。減農薬栽培。
92 1kg **350円**(税込**378円**)
93 3kg **1017円**(税込**1098円**)
 北海道



まごころの里(北海道・栗山町)
玉ねぎ
94 1kg **250円**(税込**270円**)
95 3kg **750円**(税込**810円**)
 北海道



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**)
 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。
 茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6



和風きのこパスタ
96 100g **237円**(税込**256円**)
 衛生管理にも気を配った安心の品質。日持ち、香りともに良好です。
 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3



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
97 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



98 冷
 あゆみの会・波辺さん(千葉県・旭市)
ホワイトマッシュルーム
 100g **280円**(税込**302円**)
 床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌剤は薬剤を使わず熱殺菌です。
 千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0



地元長野県、および近隣の間伐材から造ったオガ粉(木の粉)を菌床の原料としています。シャキッとした歯ごたえと風味をお楽しみください。
99 冷
 村上さん(栃木県・高根沢町)
生きくらげ
 100g **328円**(税込**354円**)
 こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。
 栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2



地元のきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)
飯泉さんの生しいたけ
100 えのき茸 **184円**(税込**199円**)
101 ブラウンえのき茸 **148円**(税込**160円**)
 長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1



日本生活協同組合連合会
アボカド(ダイスカット)
 150g **298円**(税込**322円**)
 皮むき、種取りしたアボカドをダイスカット。解凍するだけで使用できます。室温で解凍して。
 アボカド(ペルー)



日本生活協同組合連合会
国産さといも
 250g **428円**(税込**462円**)
 国産の色々なサイズの里芋を皮剥きし軽く湯通しし凍結。そのまま料理に使えます。茹でる場合湯通し約20分。
 さといも(国内産)



ナカシン冷蔵(鹿児島県・いちき串木野市)
カットゴールデンパイナップル
 200g **336円**(税込**363円**)
 フィリピン産パイナップルを一口サイズにカットして冷凍しました。ヨーグルトやデザート、おやつに。
 パイナップル(フィリピン)



基本的に特別栽培、慣行栽培の作物を扱っています
104 干し柿(市田柿) **150g(4~7個)** **813円**(税込**878円**)
105 300g(7~14個) **1398円**(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



日本生活協同組合連合会
とろろ芋(大和芋入り)
 35g×4袋入 **314円**(税込**339円**)
 国産の長芋と大和芋を7対3で配合した1袋35gの使い切りサイズ。解凍してそのまま、蕎麦やうどんに。
 長芋・大和芋(国内産)



ニチノウ(茨城県・かすみがうら市)
冷凍mikata北海道十勝産塩あじ枝豆
 200g **330円**(税込**356円**)
 茶豆のような香ばしさと深い甘みが特徴の品種「夏風香R」を使用。塩味と豆の旨みをお楽しみください。
 大豆(北海道)



ニチノウ(茨城県・かすみがうら市)
冷凍mikata 国産クラッシュいちご
 100g **435円**(税込**470円**)
 国産の冷凍いちごをくちどけのよいクラッシュタイプにしました。
 いちご(国内産)



ニチノウ(茨城県・かすみがうら市)
冷凍mikata 国産クラッシュいちご
 100g **435円**(税込**470円**)
 国産の冷凍いちごをくちどけのよいクラッシュタイプにしました。
 いちご(国内産)



日本生活協同組合連合会
おいしいカットマンゴー
 150g **288円**(税込**311円**)
 ベトナム産マンゴーを現地で熟させひと口大にカット。甘みが強くトロツとためらうほど濃厚な味わい。
 マンゴー(ベトナム)



地場の水産業を応援!

つかさ食品

千葉県・南房総市
つかさ食品ではほとんどの作業が「手作業」で、1つ1つ丁寧に作られています。



115 凍
つかさ食品(千葉県・南房総市) 賞120日
東京湾産氷点解凍さば一夜干
4切180g 398円(税)430円(通常税込470円)



東京湾産の脂質の良い真さばを使用。氷水で一晩かけて原料を解凍することで鮮度を落とさず干物にしました。

水産担当 小室のおすすめ
食べごたえ抜群のえびフライ
インドネシア産の粗放(そほう)養殖のブラックタイガーに国内産のパン粉をまぶしたえびフライです。

116 凍
つかさ食品(千葉県・南房総市) 賞120日
千葉県産 氷点解凍あじ三枚おろし
6~10枚 350円(税)378円(通常税込399円)

117 凍
つかさ食品(千葉県・南房総市) 賞120日
さんまのサクサクごま竜田
7~8枚 470円(税)508円(通常税込538円)

118 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞120日
生から作ったいわしフライ
5~6枚 498円(税)538円(通常税込570円)

119 凍
つかさ食品(千葉県・南房総市) 賞120日
いかの便利カット
180g 398円(税)430円(通常税込464円)

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。

凍ったままさっと洗って加熱してください

121 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
国内産冷凍あさり
180g 550円(税)594円

122 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
網走湖産 冷凍しじみ(大粒)
150g 610円(税)659円

123 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞90日
広島県産 冷凍かき
150g 650円(税)702円

124 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
からふとししゃも丸干(おす)
300g 350円(税)378円

125 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
天日干しアジ
4枚210g以上 548円(税)592円

126 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
塩さんま
4尾260g 540円(税)583円

127 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温甘塩さば切身
5切225g 442円(税)477円

128 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
しまほっけ一夜干し
2枚240g 650円(税)702円

129 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞180日
氷温造り 赤魚みりん干し
140g×2枚 498円(税)538円

130 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞180日
氷温造り シルバー醤油漬
4切220g 485円(税)524円

131 凍
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日
銀だら味噌漬
2切120g 430円(税)464円

水産部門 今週のおすすめ 全品特価

132 凍
土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 賞90日
土佐の色々セット(2種セット)
2種400g以上 870円(税)940円(通常税込972円)

133 凍
塩屋(茨城県・ひたちなか市) 賞30日
塩屋の干物セット(2種)
さんま2枚、あじ2枚 798円(税)862円(通常税込918円)

134 凍
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日
猿払産 刺身用ほたて貝柱
6~10粒60g 550円(税)594円(通常税込646円)

135 凍
ダイマツ(鳥取県・米子市) 賞120日
氷温造り えてかいい一夜干し
2枚200g 460円(税)497円(通常税込518円)

136 凍
つかさ食品(千葉県・南房総市) 賞120日
赤魚粕漬
3切150g 445円(税)481円

137 凍
鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 賞30日
寒さば西京漬
片身2枚 180g以上 480円(税)518円

138 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 535円(税)578円

139 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 642円(税)693円

140 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×3 924円(税)998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・雑穀
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。

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今播米)
502011 白米 5kg 4800円(税)5184円
502012 玄米 5kg 4500円(税)4860円

宮城・黒澤さんのコシヒカリ
502015 白米 5kg 4800円(税)5184円
502016 白米 2kg 1950円(税)2106円

141
庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
もち米
2kg 2100円(税)2268円

山形・おきたま興農舎
502041 つや姫(白米) 2kg 2735円(税)2954円
502042 つや姫(玄米) 2kg 2595円(税)2803円

502074
自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)
白米用雑穀セット
500g 1048円(税)1132円

502077
自然薬方研究所 薬方堂(茨城県・龍ヶ崎市)
玄米用雑穀セット
500g 1143円(税)1234円

2025年産新米の放射能検査は順次実施しております。
最新の検査結果は別途配布の「放射能検査結果のお知らせ」をご覧ください。

ヤマボシの

新鮮なまぐろと かつおを食卓に♪



全品 特価

脂のり抜群の一本釣りがかつおを

日本太平洋沖北部の漁場で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。



143 凍 2個 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 焼津港のとろかつお炭火焼き 170g(2個) 545円(税) 589円(通常税込 616円) かつお(日本太平洋沖北部)

色目の綺麗なめばちまぐろの中落ち♪

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。



142 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 焼津港のめばちまぐろ中落ち風 120g 780円(税) 842円(通常税込 862円) めばちまぐろ(太平洋)

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。



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



145 凍 5~8枚 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 眞あじフィーレ 片身5~8枚前後 200g 470円(税) 508円(通常税込 528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。眞あじ(長崎県)



146 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) さばフィーレ(甘塩) 片身2枚200g 445円(税) 481円(通常税込 501円) 塩水漬けせずに「振り塩」にて甘塩に仕上げました。ご家庭での解凍時に、旨味はそのままだけが浸透します。眞さば(長崎県、佐賀県)



147 凍 つかさ食品(千葉県・南房総市) 天然ぶり切身 2切160g 398円(税) 430円(通常税込 450円) 日本近海で漁獲されたぶりを切身にしました。塩焼き、煮付け、照り焼きなどに。ぶり(国内産)



150 凍 盛付例 三印三浦水産(北海道・函館市) 北海道刺身するめいか(いかそーめん) 50g 470円(税) 508円(通常税込 528円) 新鮮な北海道産するめいかを使用しソーメン状にカットしました。冷蔵解凍どうぞ。するめいか(北海道)



151 凍 トクスイコーボレーション(東京都・中央区) えび・いかミックス 150g 475円(税) 513円(通常税込 533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)



152 凍 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 538円(税) 581円(通常税込 601円) えび(養殖)の旨みをお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。バナメイえび(ベトナム)



153 凍 ダイマツ(鳥取県・境港市) 氷温熟成 たらこ(切子) 90g 380円(税) 410円(通常税込 430円) ロシア産の鮮度の良いすけとうだらの卵と塩だけを混ぜたつね。焼いて、仕上げに添付たれを絡めて。すけとうだらの卵巣(ロシア)



154 凍 2枚 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 国産しめさば昆布メ(まろやか風味) 2枚160g 548円(税) 592円(通常税込 612円) 三枚におろして骨を取り、一晩じっくり調味液に漬けて、昆布メにしました。※セラチンは豚由来。さば(国内産)



155 凍 ヤマタ水産(愛知県・名古屋) 篠島産釜揚げしらす 2個組 50g×2 920円(税) 994円(通常税込 1014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)



156 凍 水永水産(宮崎県・門川町) みやざきのおいしいしらす 25g×2 398円(税) 430円(通常税込 450円) 宮崎県に水揚げされる鮮度のいいしらすを塩茹でし、軟らかく干しました。電子レンジで温めてどうぞ。しらす(宮崎県)

水産加工品



157 凍 2食 大黒淡水(静岡県・焼津市) うなぎ蒲焼 70g×2 70g×2 2650円(税) 2862円(通常税込 3027円) たれ・山椒付 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。温めて。うなぎ(愛知県)



158 凍 卵米大 大新(鳥取県・境港市) 4種野菜のおさかなつくね 330g(つくね10個 タレ40g×2) 535円(税) 578円(通常税込 598円) あじに4種の国産野菜(玉ねぎ、人参、ごぼう、長芋)を混ぜたつくね。焼いて、仕上げに添付たれを絡めて。あじ(国内産)



159 凍 2袋 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 骨までやわらかいわし生姜煮 75g×2 398円(税) 430円(通常税込 450円) 加圧処理済で骨まで食べられます。醤油、砂糖、みりん、生姜などで味付、湯煎で。加工濃粉:全体の0.6%。真いわし(国内産) [放]不検出<3.7<4.0



160 凍 2袋 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 骨までやわらかいわし梅しそ煮 75g×2 398円(税) 430円(通常税込 450円) 加圧処理済で骨まで食べられます。肉肉を入れたタレで味付、湯煎で。加工濃粉:全体の0.7%。真いわし(国内産)



161 凍 7~11枚 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の甘酢あんかけ 7~11枚180g +タレ60g 528円(税) 570円(通常税込 590円) 国産あじを三枚におろし、腰骨とゼイゴを取り除きました。フライパンで焼いて添付の甘酢あんをかけて。真あじ(国内産)

お届けは3月3回になります



162 凍 3~5枚 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) あじフライ 100g(3~5枚) 530円(税) 572円(通常税込 592円) 土佐沖で獲れたあじを丁寧に下処理後、フィーレにしてフライ用にしました。凍ったまま揚げてください。あじ(高知県)



163 凍 120g 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) さば電田揚げ 120g 528円(税) 570円(通常税込 590円) 高知県沖で獲れた鮮度抜群のさばを醤油、みりん、酒に漬け込み電田揚げにしました。凍ったまま揚げてください。さば(高知県)



164 凍 160g つかさ食品(千葉県・南房総市) いかの唐揚げ 160g 498円(税) 538円(通常税込 558円) マツイカを食べやすいようにカットし、生姜醤油で下味をつけ、国産のでん粉で粉付けしました。揚げ焼きで。マツイカ(台湾)

お届けは3月3回になります



165 凍 140g(固形70g 調味液70g) 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 白身魚のケチャップ煮 140g(固形70g 調味液70g) 554円(税) 598円(通常税込 618円) 土佐沖で獲れたシララを食べやすい大きさに切り身に、特製こだわり調味液でケチャップ煮にしました。シララ(高知県)



166 凍 140g(固形70g 調味液70g) 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) ぶり甘酢あんかけ 140g(固形70g 調味液70g) 580円(税) 626円(通常税込 646円) 天然ぶり切身に衣を付けてカラッと揚げ、オリジナル調味液に漬け込んだ、調理済甘酢あんかけです。ぶり(高知県)



167 凍 220g ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温造り あじの南蛮漬 220g 370円(税) 400円(通常税込 420円) ベトナム産のメアジ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。冷蔵が流水解凍で。メアジ(ベトナム)

高橋徳治商店& 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。

「東北人ではしか作れない おでん種がコンセプト」
168 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 三陸おでん種セット 5種10品 317g 730円(税) 788円(通常税込 810円) すけそうだら(北海道)
宮城県産のいわし、さんま、サメ、岩手県産のわかめ、豆腐など東北の食材にこだわって作りました。

待望の復活！
おでん種、煮物等に使用して頂くと◎
あじ、さわらなど長崎近海の魚を主原料に、食感に弾力を出し、薄く揚げた蒲鉾。そのままでも、あぶっても。
175 冷卵米 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 漁師揚げ 100g 345円(税) 373円(通常税込 397円) 魚肉(国内産)

176 冷卵米 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 いわし天 90g(3枚入) 290円(税) 313円(通常税込 333円) いわしのすり身だけでなく落とし身を加えた旨みが凝縮した揚げ蒲鉾です。お子様でも食べやすい味付けです。いわし(国内産)

169 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 高橋徳治商店の蒸しかき 105g 460円(税) 497円(通常税込 517円) 旨味成分グリーコゲンを多く含む牡蠣。加熱済なので身が縮むことなく大ぶりのまま味わえます。かき(宮城県)

170 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) チヂミ風さつま揚げ 3枚126g 360円(税) 389円(通常税込 409円) 北海道タラシすり身に国産ニラ・人参、イカ、オキアミを練りこんだ揚げかまぼこ。すけそうたら(北海道)

171 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 曲がりネギちりめん揚げ 100g 385円(税) 416円(通常税込 436円) 曲がりネギの自然な甘さとちりめんの塩分が絶妙な揚げかまぼこ。レンジや常温で解凍、または軽く炙って。すけそうたら(北海道)

177 冷卵米大 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 ぶりの揚げ天 4枚100g 428円(税) 462円(通常税込 482円) ぶりをミンチにし、いわしのすり身をあわせて、豆腐や玉ねぎなどを練り込んで油で揚げました。ぶり(長崎県)

178 冷卵米 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) こだわりさつま揚げ(ごぼう天) 3枚84g 288円(税) 311円(通常税込 331円) すり身の柔らかい食感の中に合わせる、ごぼうのシャキシャキとした食感が心地よいさつま揚げ。すけそうたら(北海道)

179 冷卵米 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) こだわりさつま揚げ(磯の香) 3枚84g 288円(税) 311円(通常税込 331円) 自家製すり身を使い、オキアミとおおさ粉の風味を効かせました。すけそうたら(北海道)

172 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) さつま揚げ 4枚180g 390円(税) 421円(通常税込 441円) 北海道の無リンたらし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。すけそうたら(北海道)

173 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 椎茸入おとうふ揚げ 5個150g 340円(税) 367円(通常税込 387円) 国産の干し椎茸が入った、岩手県近郊大豆の豆腐と北海道助太タラシすり身をベースにふんわりとした食感の練り製品。すけそうたら(北海道) [放]不検出<3.9<3.5

174 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) つまみ揚げ(野菜) 100g 310円(税) 335円(通常税込 355円) 国内産(北海道)すけそうたらすり身に国内産野菜とイカを練り合わせたさつま揚げ。レンジが自然解凍で。すけそうたら(北海道)

180 冷卵米 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) かに風味かまぼこ 10本112g 340円(税) 367円(通常税込 387円) 無リンのスケウダラすり身を国内産かにの煮汁、いわし魚で味付けして焼き上げた後、蒸しあげました。すけそうたら(北海道)

181 冷卵米 松野下蒲鉾(鹿児島県・枕崎市) 焼くわ 5本110g 285円(税) 308円(通常税込 328円) 無リンの魚肉すりみを主原料にみりん、魚醤、食塩だけでシンプルに味付け。イトヨリダイ(国内産)

182 冷卵米 山九水産(山口県・長門市) お魚ソーセージ(3本入) 45g×3 420円(税) 454円(通常税込 474円) 化学調味料を一切使用せず、日本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)

豚肉でパワーチャージ！全品特価

免疫力が落ちやすいこの季節。お肉を食べてパワーチャージしましょう！



183 冷蔵 米大 小
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞5日
丹沢高原豚 豚こま生姜焼き用(味付)
200g **450円**(税送**486円**) 通常税込**518円**



豚肉(神奈川県)



1頭から約300gしか取れない希少部位。焼肉、炒め物に。

184 冷蔵
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 **550円**(税送**594円**) 通常税込**646円**



神奈川県

野菜、
ポルスタアのたれと
合わせて回鍋肉に♪



185 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク 徳用小間切
200g × 2 **580円**(税送**626円**) 通常税込**659円**
小間切徳用タイプ。
茨城県

186 米大 小
ポルスタア(東京都・東村山市) 賞180日
ホイコーローのたれ
100g × 2袋 **220円**(税送**238円**) 通常税込**259円**
2種のみそに国産かきとポ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。
小麦・大豆(アメリカ、他)

たれを絡めて
ポリリウム満点の
豚丼に！



187 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク 肩ロース切身
2枚 200g **460円**(税送**497円**) 通常税込**513円**
赤身の中に適度な脂が入り交じる美味な部位。とんかつやソテー等に。
茨城県

188 米大 小
ポルスタア(東京都・東村山市)
帯広発 豚丼のたれ
250g **360円**(税送**389円**) 通常税込**430円**
大豆・小麦(アメリカ、カナダ他)

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

16ページ
鎌倉マイルド
ポークウインナー
(徳用)



193 冷蔵
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用
200g **667円**(税送**720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



194 冷蔵
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚ロース切身
2枚200g **667円**(税送**720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



195 冷蔵
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚モモ一口カツ用
200g(5~6切) **498円**(税送**538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



196 冷蔵
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
徳用 岩瀬さんの豚小間切
200g × 2 **800円**(税送**864円**)
たっぷり使えてうれしい量の小間切徳用タイプ。野菜と炒めて、カレーやシチューに。
茨城県



197 冷蔵
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞6日
岩瀬さんの豚小間切
200g **410円**(税送**443円**)
野菜と炒めて、カレーやシチュー等の煮込みに。すぐ火が通るので、時間がない時でも便利です。
茨城県



198 冷蔵
岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞90日
岩瀬さんの豚挽肉
200g **410円**(税送**443円**)
自家配合飼料を与え、内臓の丈夫な豚を育てています。赤身率8割です。
茨城県



199 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク ヒレブロック
250g **870円**(税送**940円**)
脂のほとんどない部位です。
茨城県



200 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク モモブロック
500g **1030円**(税送**1112円**)
モモ肉を焼き豚、煮物、カツ等に使えるようにブロックでお届け。
茨城県



201 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて3日
茨城県産ローズポーク モモしゃぶしゃぶ用
250g **554円**(税送**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



202 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク パラスライス
250g **551円**(税送**595円**)
厚さ3~3.5mm。
茨城県



203 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞届いて4日
茨城県産ローズポーク モモスライス
250g **528円**(税送**570円**)
赤身主体部位。厚さ3mm。
茨城県



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



205 冷蔵 米大 小
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞14日
茨城県産ローズポーク 小間切(タレ付)
250g **550円**(税送**594円**)
ローズポークの小間切を桜花林檎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)



206 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞30日
茨城県産ローズポーク 挽肉
300g **465円**(税送**502円**)
赤身率は8割です。
茨城県



207 冷蔵
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 **580円**(税送**626円**)
1頭から約300gしかとれない希少な部位です。
神奈川県



208 冷蔵 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 **637円**(税送**688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)



209 冷蔵
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞4日
丹沢高原豚 小間切
200g **422円**(税送**456円**)
各部位から集めています。
神奈川県



210 冷蔵
JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 賞30日
茨城県産 豚レバー
300g **330円**(税送**356円**)
ビタミン、鉄分豊富なレバー。
茨城県 【放】不検出 <4.1 <4.2

鶏肉

- つくば鶏：鶏種チャンキータン。飼育期間約50日。抗菌剤、抗生物質不使用。
- 秋川牧園：鶏種チャンキータン、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。



211 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ムネ
250g **420円**(税送**454円**)
くせないジューシーな肉質が特徴的なムネ肉。蒸しどり、唐揚げ、煮物に。
茨城県



212 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 モモ
250g **500円**(税送**540円**)
くせないジューシーな肉質が特徴的なモモ肉。照り焼きチキンや唐揚げ、煮物に。
茨城県



213 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ササミ(バラ凍結)
300g **530円**(税送**572円**)
脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含むササミ。茹でてサラダと一緒に。ジッパー付。バラ凍結。
茨城県



214 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ムネモモ小間切(バラ凍結)
300g **460円**(税送**497円**)
必要な量だけ使えるバラ凍結で便利な小間切。煮物、炒め物にも。ジッパー付。
茨城県



215 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 手羽先(バラ凍結)
300g **600円**(税送**648円**)
つくば鶏の手羽先です。だしとりをして煮物や鍋にも。ジッパー付。バラ凍結。
茨城県



216 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 手羽元(バラ凍結)
300g **570円**(税送**616円**)
つくば鶏の手羽元です。唐揚げやスープ煮に。ジッパー付。バラ凍結。
茨城県



217 冷蔵
エスファクトリー千葉(千葉県・船橋市)
つくば鶏 ミンチ(バラ凍結)
500g **800円**(税送**864円**)
必要な量だけ使えるバラ凍結で便利なミンチ。炒め物やそばに。ジッパー付。
茨城県



218 冷蔵
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏ムネ
200g **435円**(税送**470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



219 冷蔵
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏モモ
200g **450円**(税送**486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



220 冷蔵
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏小間切
200g **450円**(税送**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



221 冷蔵 米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
秋川の若鶏生姜焼き
200g **420円**(税送**454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)

畜産担当 大山のおすすめ

朝食やお弁当に!

小ぶりなハンバーガーなのでバターロールに挟んで朝食に、またお子さんのお弁当にも大活躍間違いなし!



222 凍 日本生活協同組合連合会 あらびきミニハンバーグ

冷めても柔らかくふくらとした、1個約26gのミニサイズ。鶏肉・牛肉・豚肉を使用。レンジで温めます。

338g(13個) **380円**(税込**410円**) 通常税込**430円**

鶏肉(国内産)、牛肉(オーストラリア)、豚肉(アメリカ等)



能勢農場



223 凍 能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター 60日牛おすすめ部位の赤身タレ付け焼肉 300g **1700円**(税込**1836円**) 通常税込**1998円** ヘルシーなモモ肉を生姜タレと中辛タレをブレンドしたタレで、生姜が香るあっさり風味に仕上げました。 牛肉(大阪府)

540円/100g **224 凍** 能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター 60日牛バラ切落し 250g×2 **2500円**(税込**2700円**) 通常税込**2808円** 旨みがたっぷりのバラ肉を使いやすい切り落としにしました。袋入りでお届けになります。 大阪府

540円/100g **225 凍** 能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター 60日牛ミンチ 200g **1000円**(税込**1080円**) 2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。 大阪府



特製タレに漬け込んだしっとり柔らかなチャーシューはラーメンスープにも相性ぴったり



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、又はローズボーク使用。

226 冷 ミートバル村山(茨城県・土浦市) 7日村山さんのチャーシュー 200g **550円**(税込**594円**) 通常税込**616円** 豚肉(茨城県)

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。

360円/100g **227 凍** 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 180日丹沢農場の牛豚合挽肉・バラ凍結 300g **1000円**(税込**1080円**) みずほの牛肉と丹沢高原豚の豚肉を使用した5:5の割合です。 牛肉(国内産)、豚肉(神奈川県)

461円/100g **228 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日鹿児島 坊津黒牛切り落とし 170g×2 **1450円**(税込**1566円**) 何にでも使える切り落としです。2パック組でお届けします。 鹿児島県

624円/100g **229 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日鹿児島 坊津黒牛カルビ焼肉用 180g **1040円**(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

307円/100g **230 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 30日国産牛小間切 160g **455円**(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 **231 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 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。

お徳な400g 徳用は16ページ **232 冷** 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 10日鎌倉マイルドポークウインナー×2 94g×2 **408円**(税込**441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

233 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 10日鎌倉つかいっきりポークウインナー×3 49g×3 **315円**(税込**340円**) 使い切りサイズのポークウインナーを、お徳な3パックセットにしました。 豚肉(国内産)

234 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日鎌倉ローズハムスライス×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

235 冷 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 15日鎌倉ポークソーセージ 200g **470円**(税込**508円**) 豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<4.2

236 凍 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 90日鉄分たっぷりウインナー 150g **350円**(税込**378円**) 普段の食事で鉄分を補給できるように開発した皮なしウインナーです。 豚肉(国内産)

237 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 7日丹沢農場皮なし和風ミニウインナー 120g **340円**(税込**367円**) 温めると醤油の控え目な旨味が広がります。食べやすい皮なし。 豚肉(国内産)

238 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 7日丹沢農場のボンレスハムスライス 100g **430円**(税込**464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)

239 冷 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 7日丹沢農場のバラベーコンスライス 100g **460円**(税込**497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)

240 凍 満る里(兵庫県・神戸市) 180日神戸満る里の牛生ハンバーグ 130g×4個 **1280円**(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(国内産)

241 凍 満る里(兵庫県・神戸市) 180日神戸満る里 国産牛丼の具 150g×2 **898円**(税込**970円**) 国産牛肉の旨み、淡路島産たまねぎの甘味をしっかりと感じて頂くため、あっさりとして仕上げています。湯煎で。 牛肉・玉ねぎ(国内産)

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)

ピンは再利用しますので必ずご返却ください

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

242 プレーン 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 届いて16~17日石岡 鈴木牧場ヨーグルト 400g (ピン要返却) **410円**(税込**443円**)

243 加糖 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 届いて16~17日石岡 鈴木牧場ヨーグルト 400g (ピン要返却) **419円**(税込**453円**) 生乳(茨城県) [放]不検出<3.4<3.4

244 冷 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 届いて7~11日石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 100g (ピン要返却) **574円**(税込**620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

245 冷 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 届いて14日以上石岡 鈴木牧場 さけるチーズ(バジル) 30g **219円**(税込**237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

246 冷 鈴木牧場(茨城県・石岡市) 届いて7日以上石岡 鈴木牧場スカモルツァ(プレーン) 40g **310円**(税込**335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

247 冷 ホリ乳業(石川県・金沢市) 届いて7~10日腸内活性ヨーグルト(プレーン) 380g **638円**(税込**689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

248 冷 ホリ乳業(石川県・金沢市) 届いて7~10日腸内活性ヨーグルト(加糖) 90g×3 **558円**(税込**603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

249 冷 サツラク農協(北海道・札幌市) 届いて18日サツラク酪農家限定ヨーグルト(プレーン) 500g **343円**(税込**370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

250 冷 サツラク農協(北海道・札幌市) 届いて18日サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖) 80g×3 **263円**(税込**284円**) 11戸の生産牧場限定の生乳を90%以上使用。香料、安定剤不使用。原材料:生乳、砂糖(北海道産てんさい糖) 生乳(北海道) [放]不検出<3.9<3.1

65 のアスパラを使って サツラク農協(北海道・札幌市) 届いて4~7日サツラク北海道純生クリーム 200ml **585円**(税込**632円**) 通常税込**648円** 生乳(北海道)

252 冷 北海道酪農公社(北海道・江別市) 届いて60日北海道クリームチーズ 100g **330円**(税込**356円**) 北海道の生乳クリーム100%。チーズケーキや料理のベースに。パンやクラッカーにつけても。 生乳(北海道)

253 冷 北海道酪農公社(北海道・江別市) 届いて60日北海道チャーバター 100g **330円**(税込**356円**) 北海道の牛乳を使い、昔ながらのバターチャー(攪拌機)で時間をかけて作った手作りバター。塩分0.8%。 生乳(北海道)

254 冷 よつ葉乳業(北海道・音更町) 届いて7日以上よつ葉たんぱくリッチオペリーミックス 100g **178円**(税込**192円**) 北海道産原料100%の高たんぱく、脂肪分0の濃厚なヨーグルト3種のオペリーをミックス。香料不使用。 生乳(北海道)

255 冷 よつ葉乳業(北海道・音更町) 届いて6日~10日よつ葉 DESSERT YOGHURT DRINK 250g **190円**(税込**205円**) 乳原料は北海道産を100%使用。バターをつくる際にできる「バターミルク」と「クリーム」を使用しました。 生乳(北海道)

256 冷 日本生活協同組合連合会 届いて15日乳酸ドリンク 65ml×10 **258円**(税込**279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。

**レーズン食パン6枚切は終了しました
新商品登場予定です
乞うご期待!**

自家製酵母パン Le・Lourdes

※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

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

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味1~2日

パン・ド・ミ(食パン) 1斤 257 6枚

258 ノースライス 1斤 285円(税308円) 275円(税297円)

小麦(国内産) [放]不検出<3.9<3.8

JOSOエールにてりんご&フルーツ ナッツカンパーニュ

ご案内♪

259 1斤 435円(税470円)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味1~2日

パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤 435円(税470円)

ノースライス

原材料:小麦粉(国内産)、パン酵母(小麦粉・塩)、レーズン、塩

小麦(国内産) [放]不検出<4.0<4.7

260 1斤 315円(税340円)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味1~2日

パン・ド・ミ(全粒粉食パン) 1斤 315円(税340円)

ノースライス

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(国内産)

261 1斤 645円(税697円)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味1~2日

フルーツナッツ食パン 1斤 645円(税697円)

ノースライス

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(国内産)

262 3個 320円(税346円)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞味1~2日

パンズ 3個 320円(税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(国内産) [放]不検出<3.5<3.9

263 凍 180日 450円(税486円)

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) 450円(税486円)

豚肉の割合3対7の合挽肉使用。お弁当にぴったりです。

豚肉(国内産)

プレーンとはちみつ入りの味くらべ♪

264 凍 2個 423円(税457円)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

定番ベーグル Cセット 2個 423円(税457円)

定番(プレーン・はちみつ全粒くるみレーズン)のベーグル2種セットです。

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)、蜂蜜(茨城県)

地元のお店 いばらきベーグル

全粒粉の香ばしい風味と旨味

265 凍 2個 425円(税459円)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

全粒粉ベーグル 2個組 2個 425円(税459円)

素材本来の旨味を引き出した全粒粉生地のベーグルです。

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)

地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

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

クーロンヌジャボン(茨城県・取手市) 賞味1~2日

266 半斤3枚 180円(税194円)

267 1斤6枚 340円(税367円)

小麦(アメリカ、他)

268 1斤8枚 340円(税367円)

269 1斤(ノースライス) 335円(税362円)

小麦(アメリカ、他)

270 1斤 378円(税408円)

クーロンヌの無糖食パン(山型) ノースライス

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)

271 2個(約60g) 150円(税162円)

クーロンヌジャボン(茨城県・取手市) 賞味1~2日

クーロンヌのバターロール 2個(約60g) 150円(税162円)

ふんわりとした食感に、ほんのり感じる甘さとくちどけをお楽しみください。

小麦(アメリカ、他)

272 2個(約100g) 250円(税270円)

クーロンヌジャボン(茨城県・取手市) 賞味1~2日

クーロンヌのコッパン 2個(約100g) 250円(税270円)

クーロンヌの食パンと同じ生地で作られたふんわりコッパン。お好みの食材を挟んで自分流のコッパンで。

小麦(アメリカ、他)

273 2個(約45g) 348円(税376円)

クーロンヌジャボン(茨城県・取手市) 賞味1~2日

クーロンヌのメロンパン 2個(約45g) 348円(税376円)

たっぷりバターを使ったパリッ香るビス生地。しっとりしたふわふわのメロンパンです。

小麦(アメリカ、他)

冷凍パン そのまま電子レンジまたはトースターで

274 凍 約65g×6 787円(税850円)

ハッコー食品(千葉県・千葉市)

ブリュッセル ワッフル 約65g×6 787円(税850円)

軽やかでサクとした食感とバター本来の香りを引き出したワッフル。お食事からデザートまで多用途に。

小麦(カナダ、他)

275 凍 約40g×5 490円(税529円)

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×5 490円(税529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)

276 凍 210g(3枚入り) 365円(税394円)

大進食品(神奈川県・横浜市)

マンモ モチモチ手のぼしナン 210g(3枚入り) 365円(税394円)

手のぼして焼き上げたもちもち食感。自然解凍(約30分)後、軽くオーブントースターで焼いて。

小麦(北海道)

277 凍 210g(6本入) 348円(税376円)

日本生活協同組合連合会

ミニワッフルドッグ(プレーン)6本入 210g(6本入) 348円(税376円)

卵白を泡立てたメレンゲのふんわり食感とバターの風味が香るプレーンワッフルです。

小麦(アメリカ、国内産)、鶏卵(国内産)

278 凍 160g(2本入) 468円(税505円)

ワールド(石川県・金沢市)

スティックカレーパン 160g(2本入) 468円(税505円)

国産小麦とシブシブな素材の生地で、保存料や着色料・アミノ酸不使用のスパイスのカレーを包みました。

小麦(国内産)

常温保存可能 買い置きに便利♪

国内産小麦粉に玄米粉を加え風味豊かに蒸し上げたパンです。

279 あん入り 3個 567円(税612円)

創健社(神奈川県・横浜市) 賞35日

玄米パン 3個 567円(税612円)

280 あんなし 3個 537円(税580円)

小麦(国内産)

281 卵乳米大 6個(個包装) 840円(税907円)

パネックス(長野県・伊那市) 賞75日

KOUBO アップルパイ 6個(個包装) 840円(税907円)

国産小麦を使用したパイ生地と国内産りんごジャムとプレザープ(果肉)を包みました。

小麦(国内産)・りんご(長野県)

282 卵乳米大 10個(個包装) 840円(税907円)

オリオンペカリー(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) 840円(税907円)

国内産の小麦を使ったクロワッサンです。

小麦(岩手県、他) [放]不検出<3.8<4.2

ジャム はちみつ

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

672 245g 598円(税646円)

森食品(長野県・千曲市)

完熟杏ジャム 245g 598円(税646円)

杏(長野県)

283 220g 600円(税648円)

無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園甘夏と伊予柑のマーマレード 220g 600円(税648円)

甘夏・伊予柑(愛媛県)

284 450g 1698円(税1834円)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

ブルガリア産オーガニックアカシア蜂蜜 450g 1698円(税1834円)

はちみつ(ブルガリア)

285 350g 1800円(税1944円)

藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

国産百花はちみつ 350g 1800円(税1944円)

はちみつ(国内産)

牛乳・卵

・サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛つくりこだわり、生乳の生産から加工まで一貫しておこなっています。

・卵:飼料は non-GMO (非遺伝子組換え)、抗生物質や抗菌剤など使用しないものを与えています。

定期登録募集中!

鈴木牧場 牛乳 720ml 契約価格388円(税込)

鈴木牧場牛乳の定期登録は

1 1ℓ 398円(税430円)

2 500ml 245円(税265円)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.5

3 500ml 195円(税211円)

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 195円(税211円)

生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

4 306円(税330円)

サツラク農協(北海道・札幌市) 賞15日

サツラク牛乳 1ℓ 306円(税330円)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4

5 1ℓ 270円(税292円)

北海道酪農公社(北海道・江別市) 賞10日

おいしさまろやか(成分調整牛乳) 1ℓ 270円(税292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。

286 1ℓ 325円(税351円)

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞味4~8日

カフェインレスよつ葉カフェオレ 1ℓ 325円(税351円)

生乳(北海道)

地場の養鶏をみんなで応援♪

287 200ml×2 390円(税422円)

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日

クリーム仕立てよつ葉ほうじ茶オレ 2本組 200ml×2 390円(税422円)

今までのほうじ茶オレより焙煎度が高い国産ほうじ茶葉を使用。香料・乳化剤不使用。

生乳(北海道)

288 200ml×2 390円(税422円)

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日

よつ葉バターキャラメルオレ 2本組 200ml×2 390円(税422円)

バターキャラメルソースと北海道産濃縮乳をブレンドしました。香料・乳化剤不使用。

生乳(北海道)

6 6個 432円(税467円)

宇治田農場(茨城県・石岡市) 賞11日

宇治田さんの平飼卵 6個 432円(税467円)

多量の自家牧草と地元産主産の飼料を自家配合。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 10個 380円(税410円)

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

289 4個(タレ無) 206円(税222円)

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞10日

やさとの半熟たまご(温玉) 4個(タレ無) 206円(税222円)

おなじみ「八郷の卵」を温たまごに。分別生産流通管理済みの原料を使用した穀物を飼に与えた鶏の卵です。

卵(茨城県) [放]不検出<3.3<3.4

日記担当 伊藤のおすすめ

これからは旬! たけのこで春を感じよう!



国産のたけのこをはじめ、国産野菜たっぷり。お米に混ぜて炊くだけで本格的な味が楽しめます。



290 国産たけのこご飯の素 170g(2合用) 380円(税込) 410円(通常税込) 430円(通常税込)

たけのこ、椎茸、人参、切昆布を椎茸の戻し汁やかつおだし、砂糖、醤油、みりんで調味。研いだ米に混ぜて。

すき焼きには 焼き豆腐!



291 丸和食品(東京都・練馬区) 焼き豆腐 250g 198円(税込) 214円(通常税込) 232円(通常税込)

もめん豆腐の表面をバーナーで焼き、煮くすれしにくしました。すき焼き、鍋料理に。大豆(国内産)

寒い夜は粕汁で



292 高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 灘の酒粕 200g 340円(税込) 367円(通常税込) 378円(通常税込)

「灘の生一本」で知られる蔵元ならではの酒粕。半練タイプなので、そのまま粕汁や甘酒に使えます。米(国内産)

塩をかるくふって



293 登喜和食品(東京都・府中市) もち豆納豆(タレ・カラシ無) 40g x 2 207円(税込) 224円(通常税込) 234円(通常税込)

兵庫県佐用町の在来「夢さよう大豆」を使用。大豆の美味しさが味わえます。大豆(兵庫県)

1月に登場して大人気!



294 宝食品(香川県・小豆島町) 「島っこ」生のり佃煮 90g 398円(税込) 430円(通常税込) 454円(通常税込)

小豆島産のり、小豆島産醤油を使用し、小豆島の工場で炊き上げたのり佃煮です。あったかいご飯に添えて。のり(香川県)

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。

丸和の特集は 16ページ!



298 丸和食品(東京都・練馬区) 揚げ油 3枚 183円(税込) 198円(通常税込)



299 丸和食品(東京都・練馬区) 手揚げ油揚げ 2枚 239円(税込) 258円(通常税込)



300 丸和食品(東京都・練馬区) 一口厚揚げ 8個 245円(税込) 265円(通常税込)



301 丸和食品(東京都・練馬区) 焼いて食べる油揚げ包み(餃子風) 4個 328円(税込) 354円(通常税込)



302 丸和食品(東京都・練馬区) 生おから 200g 170円(税込) 184円(通常税込)



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



304 水府納豆(茨城県・常陸太田市) 水府納豆ミニ3個(タレ・カラシ付) 40g x 3 180円(税込) 194円(通常税込)



305 登喜和食品(東京都・府中市) 遊作納豆(タレ・カラシ付) 80g 275円(税込) 297円(通常税込)



306 登喜和食品(東京都・府中市) 十勝の息吹大粒2P(タレ・カラシ付) 40g x 2 198円(税込) 214円(通常税込)



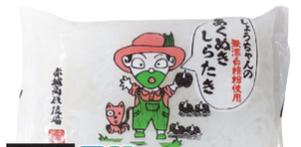
307 登喜和食品(東京都・府中市) 有機納豆日本の農カッパ2(タレ・カラシ付) 30g x 2 237円(税込) 256円(通常税込)



308 登喜和食品(東京都・府中市) 産直納豆 小粒カッパ2(タレ・カラシ無) 30g x 2 202円(税込) 218円(通常税込)



309 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) しょうちゃんのあくめきこんにやく(黒) 250g 140円(税込) 151円(通常税込)



310 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) しょうちゃんのあくめきしらたき 200g 140円(税込) 151円(通常税込)



311 浜食(東京都・調布市) 洗いもすく 200g 240円(税込) 259円(通常税込)



312 浜食(東京都・調布市) 味噌太もすく 200g 285円(税込) 308円(通常税込)



313 コタニ(岩手県・大船渡市) 岩手産さしみ昆布 250g 420円(税込) 454円(通常税込)



314 コタニ(岩手県・大船渡市) 岩手産切ってある生わかめ 100g 445円(税込) 481円(通常税込)



315 マルダイ長沼商店(宮城県・石巻市) 宮城県産めかぶ(タレ付) 40g x 4 (タレ4個付) 415円(税込) 448円(通常税込)

昔ながらの地釜でじっくり煮込んだ煮豆



316 関商店(神奈川県・大和市) 北海道大豆水煮 180g 280円(税込) 302円(通常税込)



317 関商店(神奈川県・大和市) 北海道白花生 125g 280円(税込) 302円(通常税込)



318 関商店(神奈川県・大和市) 北海道豆昆布 140g 280円(税込) 302円(通常税込)

ランチに便利!



319 共生食品(神奈川県・相模原市) 内麦生ラーメン味噌(3食入) 麺120g x 3 スープ36g x 3 424円(税込) 458円(通常税込)



320 金子製麺(神奈川県・中井町) 季穂 生うどん(太麺) 130g x 2 264円(税込) 285円(通常税込)



321 金子製麺(神奈川県・中井町) 季穂 足柄古式生そば 130g x 2 380円(税込) 410円(通常税込)



322 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 揚げごぼう(甘酢漬) 80g 325円(税込) 351円(通常税込) 367円(通常税込)



323 遠忠食品(埼玉県・越谷市) ちりめんオリーブ 35g 460円(税込) 497円(通常税込)



324 遠忠食品(埼玉県・越谷市) ひじき五目煮 100g 365円(税込) 394円(通常税込)



325 遠忠食品(埼玉県・越谷市) ピーナッツみそ 80g 342円(税込) 369円(通常税込)



326 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 国産とりごぼうご飯の素 170g(2合用) 698円(税込) 754円(通常税込)

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

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: 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

327 冷蔵 卵米大小 グリンリーブ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日 国産野菜の青椒肉絲 2人前(約320g) 940円(税込1015円)

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

328 冷蔵 米大小 やさと農業協同組合(茨城県・石岡市) 賞味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)

野菜のゴロツと食感が◎



2~3人前 食塩相当量: 3.1g 調理時間: 約25分 準備品: 水450ml、油大さじ1、ご飯2~3人前

セット内容: カレールー1袋、トマトペースト1袋、有機ほうれん草ペースト1袋、玉ねぎ1袋、下処理済野菜(国産)葉かぼちゃ、人参、じゃがいも1袋

329 冷蔵 乳米大小 グリンリーブ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日 有機ほうれん草を使ったベジタブルカレー 2~3人前(約700g) 1000円(税込1080円)

カシューナッツの歯ごたえも魅力



2人前 食塩相当量: 1.9g 調理時間: 約7分 準備品: 油

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参)、タレ漬け鶏肉、カシューナッツ

330 冷蔵 米大小 グリンリーブ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日 野菜と鶏肉のカシューナッツ炒め 2人前(約340g) 938円(税込1013円)

ミールキット担当 石濱のおすすめ

スタミナ肉でご飯がすすむ!



タレが肉、きくらげ、卵によく絡んで、うま味◎



2人前 食塩相当量: 1.41g 調理時間: 約5分 準備品: 卵3~4個、油

セット内容: タレ漬け肉、カット野菜(きくらげ、小松菜、玉ねぎ、人参)、単品もやし、野菜ブイヨン

新鮮な野菜とスタミナ肉が入った炒めソースのセットです。カット済みの野菜はそのまま調理できます。

331 冷蔵 卵米大小 グリンリーブ(群馬県・昭和村) 賞味1~2日 生きくらげと豚肉の野菜炒め 2人前(約245g+もやし250g) 1038円(税込1121円)

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 通常税込 1166円

きくらげ(群馬県)、豚肉(鹿児島)

漬物



332 冷蔵 大紀コブファーム(奈良県・五條市) 賞180日 つぶれ梅干 500g 1750円(税込1890円)



333 冷蔵 え米大小 やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 賞14日 白菜キムチ「頂」 300g 598円(税込646円)



334 冷蔵 え米 やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 賞45日 マイルド葉菜醤(キムチの素) 200g 570円(税込616円)



335 冷蔵 月山農場(山形県・酒田市) 賞45日 月山赤かぶ漬(ブロック) 250g 398円(税込430円)



336 冷蔵 鈴木食品(埼玉県・北本市) 賞30日 べつたら漬 200g 320円(税込346円)



337 冷蔵 けんちゃん漬(島根県・出雲市) 賞60日 出雲のおいしい津田かぶ梅しそ漬 80g 530円(税込572円)



338 冷蔵 けんちゃん漬(島根県・出雲市) 賞90日 出雲のおいしいきゅうり漬 80g 530円(税込572円)



339 冷蔵 けんちゃん漬(島根県・出雲市) 賞60日 出雲のおいしい福神漬(まこもたけ入り) 80g 530円(税込572円)



340 冷蔵 どんぐりてい(茨城県・坂東市) 賞60日 どんぐりていの米こうじ(生麹) 500g 860円(税込929円)



341 冷蔵 士別農園(北海道・士別市) 賞180日 士別農園の三升漬 200g 510円(税込551円)



342 冷蔵 士別農園(北海道・士別市) 賞180日 士別農園 三五八漬の素 400g 475円(税込513円)

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 今回より高橋徳治商店の商品は全て、6ページに移動となります



343 冷蔵 大進食品(神奈川県・横浜市) マム ヨコハマの餃子 360g(20個) 580円(税込626円)



344 冷蔵 大進食品(神奈川県・横浜市) マムの一口餃子(にんにく抜き) 500g(50個入) 798円(税込862円)



345 冷蔵 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日 飛鳥の帆立シューマイ 12個180g 498円(税込538円)



346 冷蔵 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 445円(税込481円)



347 冷蔵 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) スープワンタン 4人前244g 480円(税込518円)

表紙でニッコー特集をご紹介します



348 冷蔵 大進食品(神奈川県・横浜市) パリッと本格春巻(国産きくらげ入) 5本200g 558円(税込603円)



349 冷蔵 カラミノフーズ(東京都・新宿区) チャプチェ 180g×2 750円(税込810円)



350 冷蔵 マストミ(徳島県・徳島市) 賞90日 黒酢の酢豚 330g 676円(税込730円)

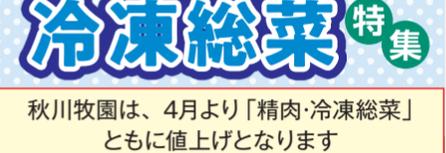


351 冷蔵 カラミノフーズ(東京都・新宿区) コリアンチチミ(たれ付) 2枚 600円(税込648円)



352 冷蔵 カラミノフーズ(東京都・新宿区) ユッケジャンクッパ 2食 530円(税込572円)

秋川牧園の冷凍総菜



秋川牧園は、4月より「精肉・冷凍総菜」ともに値上げとなります 全品特価 356 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川のふんわり卵の親子丼の具 180g 398円(税込430円)

今回で終売になります



353 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) 焼き鳥もも串セット 150g(5本) 675円(税込729円)



357 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) 鶏の焼きつくね 180g 415円(税込448円)

6~8個



354 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) ももからあげ 150g 450円(税込486円)

若鶏手羽元を九州特産ゆず胡椒と国産丸大豆醤油を使った特製ダレに漬け焼き



355 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) 手羽元ゆずしょう焼き 250g 598円(税込646円)



358 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) 鶏レバー甘辛焼き 120g 421円(税込455円)



359 冷蔵 秋川牧園(山口県・山口市) いろいろ使える鶏つみれ 200g 380円(税込410円)

冷食担当 小室のおすすめ

特製焼肉たれが食欲そそる! 国産牛と玉葱をサンド♪

特製焼肉たれ(甘辛)で味付けした牛肉を、香ばしく焼き上げたお米でサンドしました♪ 軽食にぴったりな一品です。小腹が空いたときにいかがでしょうか?



5個 **360 凍** 米大 小
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
ライスバーガー 国産牛肉焼肉

醤油で焼いたライスプレートに特製焼肉たれで仕上げた国産牛と玉葱をサンド。レンジで。加工澱粉:0.5%以下

5個600g **998円(税込) 1078円** 通常税込 1126円

米・牛肉(国内産)

あったか麺特集♪

調理例

全品 特價

茹で時間約1分

361 凍 米大 小
シマダヤ(東京都・渋谷区)
冷凍 稲庭風うどん

200g×5食 **460円(税込) 497円** 通常税込 525円

国産小麦粉を使用、つるつるとした喉ごしの良さ強いコシのうどん。鍋かレンジで。加工澱粉:約7.3%
小麦(国内産)

362 凍 米大 小
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
細打ち野菜あんかけうどん

596g(2食) **485円(税込) 524円** 通常税込 556円

細めの麺に具(キャベツ・椎茸・きざみ揚げ・ほうれん草・人参・葱)をトッピング。鍋で。加工澱粉:全体の約6%
小麦粉(国内産)

秋川牧園の鍋セット! シーズン最終

全品 特價

363 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
鶏だし塩鍋セット

3~4人前 **1150円(税込) 1242円** 通常税込 1361円

つくね・若鶏もも肉切身と自社オリジナル塩スープのセット。3~4人前。お好みの野菜を加えて。
鶏肉(山口県、他)

364 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
鶏だし醤油鍋セット

3~4人前 **1150円(税込) 1242円** 通常税込 1361円

つくね・若鶏もも肉切身と自社オリジナル醤油スープのセット。3~4人前。お好みの野菜を加えて。
鶏肉(山口県、他)

365 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
レバー入りミートボール

400g **730円(税込) 788円**

レバー入り(約13%)ミートボール。ソースで絡めたり、カレーやシチューにも。トースター、レンジで温めて。
鶏肉(山口県、他)

366 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) **698円(税込) 754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。
たまねぎ・鶏肉・豚肉(国内産)

367 凍 米大 小
ミート・コンパニオン(福島県・福島市)

豚バラ肉で作った味わい角煮

170g **728円(税込) 786円**

宮城県の友好生協の指定原材料で作った角煮。しっかりと味の旨さと脂身の甘みがお楽しみいただけます。湯煎で。
豚肉(国内産)

368 凍 卵米大 小
マストミ(徳島県・徳島市) 賞90日

野菜で仕上げるまぐろの黒酢豚風

175g **430円(税込) 464円**

下味にじっくり漬け込んだ柔らかいマグロ唐揚げに、黒酢ソースを合わせました。
ピンチョウマグロ(太平洋)

369 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)

370 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 **748円(税込) 808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

371 凍 卵米大 小
姫生水産(香川県・観音寺市)

レンジでえび天ぷら(国産小麦使用)

125g(5尾入) **546円(税込) 590円**

国内産の小麦粉とでん粉を使用した天ぷら粉で製造しました。レンジかトースターで。加工澱粉:全体の2.5%
小麦(国内産)、えび(ベトナム・インドネシア)

372 凍 元小
あんしん生活(岩手県・陸前高田市)

国産海老のかき揚げ

140g(2枚) **498円(税込) 538円**

国産の野菜(玉ねぎ・人参・小松菜)、芝えびを使用。菜種油でじっくり揚げました。レンジ、トースターで。
芝えび(国内産)

373 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)

とり天

170g **495円(税込) 535円**

スティック状にカットした柔らかいムネ肉の天ぷら。ふわわりとした衣が新食感。トースター、電子レンジで。
鶏肉(山口県、他)

374 凍 卵米大 小
創健社(神奈川県・横浜市)

生冷凍 長野県産石臼挽十割そば

130g×2 **634円(税込) 685円**

長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。
そば(長野県)

375 凍 米大 小
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

もぐもぐ焼おにぎり

400g(5個入) **505円(税込) 545円**

ネオニコチノイド系農薬不使用の産直米やこだわりのなたね油や醤油で作った焼おにぎり。レンジで。
米(国内産)

お米があれば 簡単パエリアに♪

381 凍 元小
三水フーズ(三重県・伊勢市)

簡単パエリアセット

230g (食材3種130g パエリアの素100g)
830円(税込) 896円 通常税込 927円

魚介類を魚介の旨みを効かせた特製パエリアの素とセットしました。フライパンや炊飯器で調理して。
いかに(国内産)、えび(ベトナム、スリランカ)

376 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 **600円(税込) 648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)

377 凍 米大 小
カラミノフーズ(東京都・新宿区)

韓国風太巻 牛肉入ナムルキンパ

300g **850円(税込) 918円**

酢飯ではなく、食塩とごまをまぜたご飯に、ナムル等の具材を巻いた韓国風海苔巻き。レンジで解凍して。
鶏肉(国内産)

378 凍 米大 小
カラミノフーズ(東京都・新宿区)

アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)

100g×2 **500円(税込) 540円**

赤唐辛子の辛さが刺激的な、タイの定番料理。甘辛く炒めた鶏肉とバジルの香りが食欲をそそります。湯煎して。
鶏肉(国内産)

379 凍 卵米大 小
鳥幸商店(千葉県・茂原市)

天津丼の具

300g (150g×2) **548円(税込) 592円**

卵と蟹、筍、椎茸、葱を混ぜ、ふわわりと仕上げました。ほのかな甘さが美味しい。湯煎で。加工澱粉約2.4%
卵(国内産)

380 凍 卵米大 小
西川食品(和歌山県・紀の川市)

オムライス

180g×2 **595円(税込) 643円**

国産米と鶏肉・野菜を使用したチキンライスを牛乳を加えた玉子で包みました。レンジで温めて。加工澱粉:1%
鶏卵・米(国内産)

冷菓

382 凍 米
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

芽吹き屋 土用餅(あんこ餅)

4個200g **580円(税込) 626円** 通常税込 678円

小豆(国内産)

4個 春のお彼岸に

383 凍 米大
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

芽吹き屋 黒豆塩大福

4個220g **698円(税込) 754円**

岩手産平黒大豆を国産もち米の生地に粒のまま練り込み、すっきりとした甘さの粒糖を包みました。自然解凍で。
黒豆(岩手県)

384 凍 米大 小
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

芽吹き屋 三色だんご

4本180g **558円(税込) 603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。
上新粉(国内産)

385 凍 米
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)

芽吹き屋 さくらだんご

4本180g **660円(税込) 713円**

自社製上新粉を使用したコシのある生地を紅豆でピンクに染め、白あんに桜葉を加えた桜あんを包みました。
上新粉(国内産)

全て3月3回のお届けです

創業50年以上の伝統と味

菓房はら山 埼玉県・さいたま市

菓房はら山では、代々技と想いを受け継ぎながら歩んできました。「素材にこだわり、味にこだわる」受け継いだ伝統を守りながら安心して召し上がれる和菓子づくりを続けています。

全品 特價

386 凍 卵小
菓房はら山(埼玉県・さいたま市) 賞180日
カリン饅頭

30g×4 **620円(税込) 670円** 通常税込 711円

黒糖饅頭をNON-GMOの一番絞り菜種油(オーストラリア原料)でサクッと揚げました。自然解凍して。
小豆(北海道)

387 凍 卵米小
菓房はら山(埼玉県・さいたま市) 賞90日
三色どら焼

60g×3個(各1個) **645円(税込) 697円** 通常税込 737円

生地は平飼いの国産小麦を使用。餡の豆原料は全て北海道産。3種類の味をお楽しみください。自然解凍で。
小豆・青えんどう豆・白いんげん豆(北海道)

388 凍 米大
鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) 賞180日

芋棒

400g **620円(税込) 670円**

徳島産鳴門金時芋を使ったスティック状の大学芋。中はほっこり、外はカリッとした食感。半解凍でも美味。
鳴門金時芋(徳島県)

389 凍 米大
鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) 賞180日

ごまボテ

280g **620円(税込) 670円**

さつま芋(国産紅はるか)を程よい甘さに味付け。2cm角にカットし、胡麻をまぶしました。半解凍でも。
さつま芋(国内産)

390 凍 米大
日本生活協同組合連合会

白玉ぜんざい

100g×3袋 **368円(税込) 397円**

北海道産小豆を炊き上げたあんを使った白玉ぜんざい。加熱時は必ず容器に移して。加工でん粉:全体の約4%
小豆(北海道)・米(アメリカ・国内産等)

391 凍 乳
日本生活協同組合連合会

フローズンヨーグルト

105ml×6 **778円(税込) 840円**

乳酸菌が生きています。サクッとした口当たりとさっぱりした後味。牛乳を60%使用。
牛乳(国内産)

久保田のアイス お届けは3月3回になります

392 凍 卵乳
久保田食品(高知県・南国市)

バナナアイスキャンデー 2本

80ml×2 **360円(税込) 388円**

有機バナナ、北海道産ビートグラニュー糖使用。ナチュラルな甘味に仕上げたこだわりのアイスキャンデー。
生乳(北海道)、バナナ(エクアドル他)

393 凍 卵乳大
久保田食品(高知県・南国市)

チョコレートアイスクリーム

110ml **260円(税込) 281円**

ベルギー産クーベルチュールチョコレートをふんだんに使用し、濃厚なおいしさに仕上げたアイスクリーム。
生乳(国内産)・カカオ(エクアドル他)

394 凍 卵乳小
久保田食品(高知県・南国市)

夢中熱中 パニラとあずきの最中

110ml **140円(税込) 151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素材のおいしさが際立つ(2)アライスの最中。
生乳・小豆(北海道)

395 凍 乳
久保田食品(高知県・南国市)

おっばいアイスマルク

80ml **130円(税込) 140円**

牛乳の素材のおいしさをベースにパニラビーズのほのかな甘い香り付けたナチュラルな味わいのアイス。
生乳(北海道)

今回から値上げ

贅沢逸品 シリーズ

むつみ(東京・八王子)



全品 特価

396 寒天130g 赤えんどう30g 黒みつ25g 200g×2 396円(税込) 428円(税込) 448円(税込)

397 寒天130g あん40g 黒みつ25g 200g×2 424円(税込) 458円(税込) 478円(税込)

うの花クッキーでおなじみ キング製菓

(愛知県・小牧市)

全品 特価



398 寒天130g あん40g 黒みつ25g 80g×2 478円(税込) 516円(税込) 562円(税込)

399 キング製菓(愛知県・小牧市) 180日 ブランクッキー 2袋組 80g×2 528円(税込) 570円(税込) 604円(税込)

400 キング製菓(愛知県・小牧市) 180日 チーズブランクッキー 2袋組 80g×2 528円(税込) 570円(税込) 604円(税込)

飲料担当 真紀子のおすすめ

沖縄素材100%の 自然派サワー



シークワーサーと泡盛、きび糖だけで造ったお酒。シークワーサー本来の味が楽しめます。

ALC:5%

特 お酒



401 1缶 350ml 258円(税込) 284円(税込) 295円(税込)

402 1ケース 350ml×24 5800円(税込) 6380円(税込) 6600円(税込)

果汁をたっぷり8%使用したプレミアム仕立てのレモンサワーです。

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。

おからが入った、かりんとう風の揚げ菓子です。

403 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 90日 きらず揚げ・しお4連 20g×4 270円(税込) 292円(税込)

ほんのり甘い黒砂糖は、お茶請けにぴったり。

404 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 90日 きらず揚げ・黒砂糖4連 20g×4 270円(税込) 292円(税込)

405 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 根昆布あられ 55g 304円(税込) 328円(税込)

406 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 ひじきあられ 55g 240円(税込) 259円(税込)

407 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 まるごと小魚 4g×5連 225円(税込) 243円(税込)

408 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 ポテトチップスしお味 60g 198円(税込) 214円(税込)

409 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 芋けんぴ 90g 220円(税込) 238円(税込)

410 創健社(神奈川県・横浜市) 90日 きなこねじり菓子 8本 370円(税込) 400円(税込)

411 サンコー(愛知県・豊橋市) 90日 そば粉のかりんとう 80g 230円(税込) 248円(税込)

412 サンコー(愛知県・豊橋市) 1個(58g) 145円(税込) 157円(税込)

413 10個(1個58g) 1300円(税込) 1404円(税込)

414 サンコー(愛知県・豊橋市) 90日 米粉クッキー 6本 300円(税込) 324円(税込)

415 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 米粉のチョコチップクッキー 6本 341円(税込) 368円(税込)

416 サンコー(愛知県・豊橋市) 20g×4連 330円(税込) 356円(税込)

417 ミサワ食品(東京都・足立区) 90日 麩菓子(国産原料100%) 12本 190円(税込) 205円(税込)

418 おとうふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 60日 おとうふ屋さんのSOYドーナツ 4個 330円(税込) 356円(税込)

419 サンコー(愛知県・豊橋市) 95g 220円(税込) 238円(税込)

菓子担当 今週のイチオシ!

420 ノースカラーズ(北海道・札幌市) 60日 オーガニック小麦のどらやき 2個組 2個 384円(税込) 414円(税込) 436円(税込)

421 サンコー(愛知県・豊橋市) 120日 カルシウムウエハース300 2個組 12枚(1枚×12袋)×2 430円(税込) 464円(税込) 496円(税込)

422 ノースカラーズ(北海道・札幌市) 180日 プラスフリー 玄米焼かりんと 40g 276円(税込) 298円(税込) 311円(税込)

423 マルヤス食品(愛媛県・愛南市) 180日 珈琲ゼリー 2個組 105g×2 442円(税込) 478円(税込) 508円(税込)

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

424 かわばた園(静岡県・静岡市) 煎茶 50g 588円(税込) 635円(税込)

425 かわばた園(静岡県・静岡市) 番茶 100g 580円(税込) 626円(税込)

426 かわばた園(静岡県・静岡市) ほろじ茶 50g 460円(税込) 497円(税込)

427 ランカスター(千葉県・千葉市) ワイルドストロベリーティー(ティーバッグ) 2g×20 550円(税込) 594円(税込)

428 ランカスター(千葉県・千葉市) ルイボスティ(アールグレイ)TB 40g(20袋) 550円(税込) 594円(税込)

429 マルサンアイ(愛知県・岡崎市) 120日 国産大豆の調整豆乳 200ml 120円(税込) 130円(税込) 140円(税込)

431 ナガトマト(長野県・松本市) 国産ふじりんご100 3パック 125ml×3 472円(税込) 510円(税込) 528円(税込)

432 ナガトマト(長野県・松本市) 国産温州みかん100 3パック 125ml×3 674円(税込) 728円(税込) 768円(税込)

433 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 梅ハニー 500ml 708円(税込) 765円(税込) 794円(税込)

1本あたり 税込270円



前 **759**

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

龍泉洞の水 2ℓ

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



434

はつゆき屋(鹿児島県・日置市) 前120日

はつゆき屋・あま酒 2個組

300g×2 **980円(税込1058円)**

こうじの力だけで自然糖化された、昔ながらのもち米入りあま酒です。

米(国内産)

ALC:12.5%

信州・桔梗ヶ原で農業をほとんど使用せずに栽培されたコンコード種が原料です。

前 **762**

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

井筒ワイン・コンコード赤口

720ml **1362円(税込1498円)** 通常税込1595円

ぶどう(長野県)

ALC:12.5%

信州・桔梗ヶ原で栽培されたナイアガラ種のぶどうで作ったワインです。

前 **763**

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

井筒ワイン・ナイアガラ白口

720ml **1362円(税込1498円)** 通常税込1595円

ぶどう(長野県)

ALC:5%



435

三幸食品(広島県・広島市)

ハイサイおじさん泡盛サワー

350ml **265円(税込292円)**

シークワサーの爽やかな酸味がやさしい泡盛サワーです。

泡盛(沖縄県)

ALC:30%



436

請福酒造(沖縄県・石垣市)

琉球泡盛 やえやま

720ml **1398円(税込1538円)** 通常税込1628円

米(沖縄県)

CO-OP商品

瀬戸内産の小鱼を100%使用。カルシウム豊富な、まるごと食べられる煮干です。原材料:片口いわし、食塩

前 **732**

日本生活協同組合連合会

瀬戸内海産食べる煮干

50g **310円(税込335円)** 通常税込346円

片口いわし(瀬戸内海)

インドネシア(ジャバ)産紅茶を使用した飲料。無糖タイプ。和洋中どんな食事にも合うすっきりした味わい。

前 **755**

日本生活協同組合連合会

無糖ジャワティー

1ℓ **120円(税込130円)**

紅茶(インドネシア)

12本 1本あたり 税込86円

前 **749**

日本生活協同組合連合会

ミックスキャロット

125ml×12 **960円(税込1032円)**

にんじん65%に7種の果汁35%をミックス。国産素材主体のフルーツ感あるジュースです。砂糖・香料不使用。

にんじん(国内産)

1本あたり 税込178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。

前 **438**

日本生活協同組合連合会

麦茶(六条大麦使用)

2000mlPET×6本 **990円(税込1068円)** 通常税込1164円

大麦(国内産)

24缶

前 **756**

日本生活協同組合連合会

ただの炭酸水

200ml×24 **1440円(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料の基本は「さ・さしせそ(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。

さ



439

相生ユニビオ(愛知県・西尾市)

相生桜本みりん

500ml **1080円(税込1188円)**

もち米(国内産)

さ



440

東京フード(茨城県・坂東市)

甜菜糖

500g **460円(税込497円)**

北海道産の甜菜から作られた砂糖。まろやかで上品な甘さが特長。

甜菜(北海道)

し



前 **608**

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))

す



国産米のみを使用した、すっきりした風味の米酢。

前 **612**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

純米酢

500ml **320円(税込346円)**

米(国内産)

国産りんご果汁のみ(100%)で造られた、フルーティで香り豊かな純りんご酢です。

前 **441**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

純りんご酢

500ml **380円(税込410円)**

りんご(国内産)

せ



丸大豆醤油を塩水のかわりに用いた再仕込み醤油。濃厚な味わいが特長。

前 **617**

キノエ醤油(千葉県・野田市)

本仕込しょうゆ

1ℓ **698円(税込754円)**

大豆(アメリカ)

そ



塩分12%

442

士別農園(北海道・士別市) 前180日

しべつみそ

1kg **880円(税込950円)**

士別農園で栽培した大豆と米を使用して仕込みました。大豆の煮汁を加え風味豊かに仕上げています。

大豆(北海道)

ごまを煎らずに低温圧搾法でしぼったごま油。焙色や香りがなく、クセのない風味です。ペットボトル入り。

443

九鬼産業(三重県・四日市市)

九鬼 太白純正胡麻油

340g **798円(税込862円)**

444 600g **1250円(税込1350円)**

胡麻(ナイジェリア、他)

2年熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただしの素。

前 **621**

竹木醤油(埼玉県・川島町)

金笛 春夏秋冬だしの素

1ℓ **998円(税込1078円)**

大豆(国内産、アメリカ、カナダ)

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。

445

卵米大

竹木醤油(埼玉県・川島町) 前100日

金笛 胡麻ドレッシング

390ml **1035円(税込1118円)**

胡麻(中国)

淡口ごま油と濃口ごま油をブレンドし、国産の無農薬の赤とうがらしを加えました。

前 **451**

チヨダ(埼玉県・戸田市)

ラー油

45g **600円(税込648円)**

ごま(アフリカ、中南米諸国)

米ぬか発酵で生まれた自然な旨み、甘みが野菜の風味を一層引き立てます。

前 **446**

アイワ(長野県・岡谷市)

麹屋基平 浅漬けの素

500ml **530円(税込572円)**

米(長野県)

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

447

ポールスタア(東京都・東村山市)

すき焼割り下

400ml **550円(税込594円)**

大豆・小麦(アメリカ、カナダ)

無茶々園(愛媛県・西予市) 前180日

448

無茶々園れもんストレート果汁

150ml **590円(税込637円)**

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

レモン(愛媛県)

2~3人前

449

有機麻婆の素

100g **260円(税込281円)**

有機素材で作られた麻婆の素。麻婆豆腐や麻婆春雨を作りやすい時に使ってください。

有機米・大豆(国内産)

2~3人前

450

有機回鍋肉の素

100g **260円(税込281円)**

有機素材で作られた回鍋肉の素。時間がない時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)

451

チヨダ(埼玉県・戸田市)

ラー油

45g **600円(税込648円)**

ごま(アフリカ、中南米諸国)

100%青森県産のり

452

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 **440円(税込475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)

453

光食品(徳島県・上坂町)

オイスターソース

115g **460円(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)

国産の野菜、果物とスパイスなど加え芳醇な味わいに仕上げました。

前 **630**

ポールスタア(東京都・東村山市)

国産野菜ウスターレストランソース

200ml **370円(税込400円)**

野菜(国内産)

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。

前 **625**

富貴食研(大阪府・茨木市) 前180日

平飼い鶏の有精卵マヨネーズ

290g **598円(税込646円)**

卵(三重県)

有機トマトを持つ自然の甘みを生かして甘口に仕上げた有機JAS認証のトマトケチャップ。

454

光食品(徳島県・上坂町) 前180日

有機トマトケチャップ・チューブ

300g **430円(税込464円)**

有機トマト(外国産・国内産)

前 **627**

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)

食品調味料担当 小室のおすすめ

クリーミーで上品なおいしさ

シーズン最終



455

マルサンアイ(愛知県・岡崎市)

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)

綿実油でおなじみ

岡村製油

全品 特価

遺伝子組み換えでない綿の実を圧搾しました。一番搾りのみを精製したサラダ油です。

綿実油の特徴

- ★綿実油は、コットンシード(綿の種)から抽出される植物油の一種です。
- ★他の油に比べて酸化しにくく、高温にも強いので、揚げ物や炒め物にも適しています!

456

岡村製油(大阪府・柏原市)

一番搾り 綿実油

400g PET **450円(税込486円)** 通常税込540円

綿実(オーストラリア、アメリカ等)

457

400g PET **550円(税込594円)** 通常税込616円

岡村製油(大阪府・柏原市)

北海道産 一番搾りなたね油

458

1000g PET **1100円(税込1188円)** 通常税込1242円

なたね(北海道)

麴の甘みを引き出した自慢のみそ!

田中屋 (愛媛県・松山市)

田中屋のみそ醸造のこだわり



みその醸造で、最も大事なのが麴の管理。どんなに良い材料を使っても、麴に力がなければ良いみそは出来ません。「表ごうじ味噌」は大豆の4倍の量の愛媛県産のはだか麦(※写真参照)を使います。そうすることで、通常の麦みそよりもまろやかな甘みのあるみそに仕上がります。米糴みそ場合は、はだか麦の代わりに九州産の米を使います。

塩分8.5% 4月から値上げ 塩分10%

459

田中屋(愛媛県・松山市) 前180日

表ごうじ味噌 田中屋

500g **550円(税込594円)**

大豆1に対して大麦を4の割合で仕込んだ贅沢な味噌です。やわらかな甘味と風味が特徴。

大麦(愛媛県)

460

田中屋(愛媛県・松山市) 前180日

米糴みそ 田中屋

500g **820円(税込886円)**

九州産の有機栽培米と大豆(フクユタカ)を原料に塩分約10%で仕込みました。

米・大豆(九州)

3月3日のお届け 米又のおかゆ 全品特価

福井県産の銘米こしひかりを使いふっくらと炊き上げた滋味豊かな朝がゆです。

461 米
米又(福井県・福井市)
永平寺朝がゆ
270g **285円**(税) **308円**(送) **346円**(通)
米(福井県)

香ばしいほうじ茶に福井県産の煎り豆を入れ、香り豊かに炊き上げた茶がゆです。

462 米大
米又(福井県・福井市)
永平寺茶がゆ
250g **285円**(税) **308円**(送) **346円**(通)
米・茶葉(福井県)

小豆のほんのりした甘さとふっくらとしたお米とのバランスが絶妙な小豆がゆです。

463 米
米又(福井県・福井市)
永平寺小豆がゆ
250g **285円**(税) **308円**(送) **346円**(通)
米(福井県)

数種類の雑穀を混ぜ合わせました。風味豊かな十穀がゆです。

464 米
米又(福井県・福井市)
永平寺十穀がゆ
250g **285円**(税) **308円**(送) **346円**(通)
米(福井県)

141もち米は5ページに掲載

全品特価

前 658
士別農園(北海道・士別市)
士別農園 小豆
300g **460円**(税) **497円**(送) **540円**(通)
北海道士別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふっくら煮上がります。
小豆(北海道)

465
川光商事(東京都・中央区)
ねりあん
260g **298円**(税) **322円**(送) **346円**(通)
小豆(北海道)

北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。

春のお彼岸といえはばたもち。祖先への感謝、豊作祈願、邪気払いの意味を込め、江戸時代から供え物や行事食として親しまれています。

豆知識

「ばたもち」と「おはぎ」の違い

ばたもちとよく間違われるのが、おはぎです。違いは、食べる季節と作り方。春に咲く牡丹(ぼたん)に由来するばたちは春のお彼岸に、秋に咲く萩(はぎ)に由来するおはぎは秋のお彼岸に食します。そして、ばたちは『こしあん』で、おはぎは『つぶあん』でお餅を包むのです。作り方は意外に簡単。もち米を炊いてつぶして、あんこで包むだけです。少ない材料で手軽に手作りができるので、ぜひお好みの大きさや食感で作ってみてください。

春の「ばたもち」をつくらう♪

乾物・だし その他

466
リアス(千葉県・船橋市)
広島県産 熟成味付け海苔
板のり5枚(8切40枚) **550円**(税) **594円**(送)
瀬戸内海の内で、種付けから摘み取りまで丹精込めて育てました。無農薬処理。
乾海苔(広島県)

467
リアス(千葉県・船橋市)
熟成焼き海苔全形6枚
板のり6枚 **598円**(税) **646円**(送)
環境に優しい無農薬処理、EM(有効微生物)を使って丹精込めてつくられた海苔です。
乾海苔(広島県)

468
リアス(千葉県・船橋市) 前 180日
凍り豆腐 煮物用
60g **425円**(税) **459円**(送)
国産大豆100%使用の凍り豆腐。程よい大きさにカットしてあり、凍戻しせずにそのまま調理できます。
大豆(国内産)

前 642
鯉節のカネイ(兵庫県・神戸市)
だし削り(6種混合)
100g **475円**(税) **513円**(送)
国産の削り節6種(さば、あじ、うめ、片口いわし、まいわし、かつお)をブレンドした削り節です。
さば(鹿児島県、熊本県、愛媛県)

前 662
リアス(千葉県・船橋市)
房州ひじき(天然 長ひじき)
21g **480円**(税) **518円**(送)
房州産のひじきです。水で戻すとカサがふえます。油揚げや人参と炒め煮に。
ひじき(千葉県) [放]不検出<4.6<4.1

469
秋元水産(静岡県・静岡市)
塩無添加すこやかにぼし
100g **520円**(税) **562円**(送)
塩も酸化防止剤も使用していないので、自然のおいしさそのまま味わえます。
かたくちいわし(国内産)

前 654
三和食品(群馬県・藤岡市)
和風だし一番
8g×10 **480円**(税) **518円**(送)
化学調味料、合成甘味料、保存料不使用の顆粒状のだしの素。
かつお(国内産)

470
大紀コープファーム(奈良県・五條市) 前 90日
しその葉ふりかけ
40g **205円**(税) **221円**(送)
大紀コープファームの生産者が栽培した農薬不使用のしそをみじん切し、乾燥させて細かくしたものです。
しそ(和歌山県)

471
川光商事(東京都・中央区)
つぶあん
260g **320円**(税) **346円**(送)
北海道産小豆を使用。砂糖のみを加えた自然な味です。
小豆(北海道)

472
川光商事(東京都・中央区)
黒みつ
150g **290円**(税) **313円**(送)
パン、ホットケーキ、くすきり、白玉など色々な用途に。
黒糖(沖縄県)

前 678
川光商事(東京都・中央区)
片栗粉
400g **250円**(税) **270円**(送)
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)

常総生協オリジナル
組合員が意見を出しあい、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレック状のカレールウ。

前 7皿分
常総生協(茨城県・守谷市)
704 甘口カレールウ 小
150g **350円**(税) **378円**(送)

705 中辛カレールウ 大 小
150g **350円**(税) **378円**(送)

473
創健社(神奈川県・横浜市) 前 180日
味噌らーめん 2袋組
104.2g×2 **390円**(税) **422円**(送)
化学調味料、及びチキン・ポーク・ビーフエキスを使わずに植物素材とホタテの旨みで仕上げた味噌ラーメン。
小麦(国内産)

474
創健社(神奈川県・横浜市) 前 180日
醤油らーめん 2袋組
99.5g×2 **390円**(税) **422円**(送)
国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料・動物性原料不使用の植物性原料で仕上げた醤油味のラーメン。
小麦(国内産)

475
秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 バターチキンカレー
180g **450円**(税) **486円**(送)
秋川牧園のヨーグルトと鶏肉を使用。トマトをベースに鶏肉の旨みとスパイスがきいたカレー。湯煎で。
鶏肉(国内産)

476
秋川牧園(山口県・山口市)
秋川牧園 瀬戸内レモンのチキンカレー
180g **450円**(税) **486円**(送)
秋川牧園のヨーグルトと鶏肉を使用。鶏肉のkokと瀬戸内レモンのほどよい酸味がポイント。湯煎で。
鶏肉(国内産)

477
日本生活協同組合連合会 前 180日
素材こだわりのみそ汁詰合せ
355.5g(調整みそ 具材 20袋) **860円**(税) **929円**(送)
味噌は国産大豆・米・塩使用。具材は国産大豆・豆腐・油あげと国産長ネギ・舞茸・わかめを使った即席みそ汁。
大豆(国内産)

CO-OP商品

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。

前 637
日本生活協同組合連合会
オリーブオイル
400g **998円**(税) **1078円**(送)
オリーブ(スペイン)

前 652
日本生活協同組合連合会 前 180日
味バック合わせだし
252g(10.5g×8×3) **578円**(税) **624円**(送)
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パック。
いわし・あじ・昆布・椎茸(国内産)

477
日本生活協同組合連合会 前 180日
大豆ドライパック
140g×3 **480円**(税) **518円**(送)
北海道産の粒よりの大豆をふっくら煮上げた素材缶。サラダや五目煮等に。
大豆(北海道)

前 714
日本生活協同組合連合会
ライトツナフレークまぐろ油無添加
70g×3 **460円**(税) **497円**(送)
化学調味料を使用しないオイル無添加タイプのツナ缶詰。料理の素材など幅広く使えます。
きはだまぐろ(台湾、等)

前 715
日本生活協同組合連合会
ひじきドライパック
100g **240円**(税) **259円**(送)
国産の芽ひじきを便利なドライパック缶詰にしました。
芽ひじき(国内産)

478
せっけんの街(千葉県・柏市)
固形せっけん うてなちゃん
250g **538円**(税) **592円**(送)
原料油脂のうち7割が、家庭で使用された廃食用油。水を含んだスポンジでせっけんをとってお使いください。

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。

前 764
せっけんの街(千葉県・柏市)
粉石けん せっけんの街
2kg **1200円**(税) **1320円**(送)
廃食用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。

479
ポーソー油脂(東京都・中央区)
米ぬか台所用液体せっけん 本体
500mlボトル **238円**(税) **262円**(送)

483
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスオリー ヘアソープ
450ml **1850円**(税) **2035円**(送) **2178円**(通)

484
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスオリー ヘアコンディショナー
450ml **1850円**(税) **2035円**(送) **2178円**(通)

480
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスナチュロンクリームソープA
100g **270円**(税) **297円**(送)
すがすがしく爽やかな完熟リンゴの香り。*香料には天然香料(りんご由来を含む)を使用しております。

481
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックス キッチンスポンジ(色おまかせ)
8g **240円**(税) **264円**(送)
目の粗いスポンジなので、水切れが良く衛生的です。(色おまかせ ピンク・ブルー)

482
丸富製紙(静岡県・富士市)
花束ペーパータオルナチュラル
200枚×3 **500円**(税) **550円**(送)
かたすぎない絶妙な肌触り、無漂白原料、環境に配慮した再生紙100%のナチュラルカラーのペーパータオル。

481
丸富製紙(静岡県・富士市)
ワントッチコアレス(トイレトペーパー)
130m×6ロール **598円**(税) **658円**(送)

482
丸富製紙(静岡県・富士市)
ワントッチコアレス(トイレトペーパー)
130m×6ロール **598円**(税) **658円**(送)

483
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスオリー ヘアソープ
450ml **1850円**(税) **2035円**(送) **2178円**(通)

484
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスオリー ヘアコンディショナー
450ml **1850円**(税) **2035円**(送) **2178円**(通)

485
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
パックスオリー ヘアソープ
450ml **1850円**(税) **2035円**(送) **2178円**(通)

春門出の祝い膳

全品 特価

人気の肉料理を中心に、お祝い膳にぴったりな素材を揃えました。肉料理にはぜひたっぷりの野菜を添えてどうぞ。

540円/100g



485 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿肉ステーキ(モモ、バラ500g) 2498円(税込) 2698円(通常税込) 2797円

霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りしました。 鹿児島県

518円/100g



486 徳用300g 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿肉ステーキ(モモ、バラ300g) 1500円(税込) 1620円(通常税込) 1728円

霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りしました。 鹿児島県

518円/100g



488 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 鹿肉ステーキ(モモ、バラ500g) 1200円(税込) 1296円(通常税込) 1361円

霜降りがよく入り、甘みがあります。赤身主体のモモと、ジューシーなバラを合わせ切りしました。 鹿児島県

216円/100g



489 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 鶏手羽中(バラ凍結)増量 700g 1398円(税込) 1510円(通常税込) 1652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ウムパックでお届け。 山口県・島根県・福岡県・熊本県

490 冷蔵



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉マイルドボークウィンナー(徳用) 400g 760円(税込) 821円(通常税込) 853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。400gの徳用サイズ。 豚肉(国内産)

お徳3パック



491 冷蔵 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 鎌倉ボンレスハムスライス×3 60g×3 658円(税込) 711円(通常税込) 754円

合成添加物を使わない成形ハム。お得な3パック組です。 豚肉(国内産)

2食



492 凍 マストミ(徳島県・徳島市) まぐろ丼(イカ入り) 50g×2、タレ20g×2 528円(税込) 570円(通常税込) 594円

船上凍結処理された鮮度の良いまぐろに、モチモチとした食感のソデイカを合わせました。 徳島県

トースターで表面がカリッとするとまで焼くと◎



493 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 徳用 チキンナゲット 400g 845円(税込) 913円(通常税込) 967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)

シャキシャキの食感! おおさの香りも!



494 凍 ニッコー(神奈川県・大和市) れんこんのさみ揚げ 120g(4個入) 398円(税込) 430円(通常税込) 450円

熊本県産の蓮根を使用したはさみ揚げです。お弁当やおかずの1品に。レンジかオーブンで温めて。 れんこん(熊本県)

時季限定



495 冷蔵 大紀コブファーム(奈良県・五條市) さくら大根 100g 248円(税込) 268円(通常税込) 281円

大根を塩漬ののち、酢、砂糖、梅酢で漬け込み、八重桜の花と一緒に袋詰。 大根(国内産)

1缶あたり税込143円



496 冷蔵 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(税込) 2862円(通常税込) 2970円

長野県産りんご「ふじ」を100%使用のストレート果汁。酸化防止剤等一切添加していません。 りんご(長野県)

春の丸和食品 特集

全品 特価

シーズン初



497 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 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

ごま入り寄せ豆腐



498 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) ごま入り寄せ豆腐 200g 198円(税込) 214円(通常税込) 227円

寄せ豆腐の中に練りごまを加え、栄養価と風味をアップ。しつこくない後味のよい甘みです。 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.3

ひと回りサイズなので煮物やお弁当にも便利です



499 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 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)

シーズン初



500 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 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。さっとあぶって生薑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

肉厚でツブツブな油揚げが煮汁をよく含みます



501 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 味噌かつねがんも 4個 355円(税込) 383円(通常税込) 397円

具だくさんのがんもを油揚げで包み、自社製造の合わせだしで味付け。湯煎で温めても、そのままでも。 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.3

きのごがんも



502 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) きのごがんも 2個 283円(税込) 306円(通常税込) 322円

がんもどきの中に、旬のしめじ、椎茸を加えました。だし汁で薄味をつけていますのでそのまま、また煮物で。 ぶなしめじ(茨城県、他) [放] 不検出 <2.1 <2.2

ひじき入り京がんも



503 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) ひじき入り京がんも 7個(140g) 283円(税込) 306円(通常税込) 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

煮汁をよく含むので、煮物、おでん、鍋物に最適!



504 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 豆腐屋が作った揚げ物セット 3種7品 248円(税込) 268円(通常税込) 279円

人気の「きつねがんも」、「一口厚揚げ」、「一口京がんも」を合わせたバラエティ豊かなお得セット。 大豆(国内産) [放] 不検出 <1.8 <1.6

もち入りきんちゃく



505 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) もち入りきんちゃく 3個 345円(税込) 373円(通常税込) 387円

山形県産水稲餅米で作った餅を油揚げで包みました。かんぴょうは国産無漂白。おでん、鍋物などに。 餅(山形県)

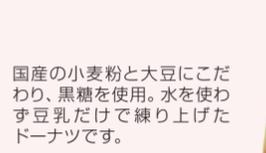
豆乳ドーナツ(白蜜)



506 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 豆乳ドーナツ(白蜜) 155g 230円(税込) 248円(通常税込) 265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)

豆乳ドーナツ(黒糖)



507 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 豆乳ドーナツ(黒糖) 155g 230円(税込) 248円(通常税込) 265円

国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わずに豆乳だけで練り上げたドーナツです。 小麦(国内産)

手作りみそ用素材

みそ作り シーズン最終



508 冷蔵 おきたま興農舎(山形県・高島町) 大豆 1kg 900円(税込) 972円(通常税込)

手選のため虫食い粒が多少混じりますが、みそ作りには問題ありません。品種はスズユタカ、無農薬栽培。 茨城県、山形県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

山形県産の「スズユタカ」を使い、味噌作りに便利な蒸し大豆にしました。無農薬栽培。2024年度産。

509 1kg 常総生協(茨城県・守谷市) 蒸し大豆 乾豆1kg分 1200円(税込) 1296円(通常税込)

510 2kg 乾豆1kg分×2 2360円(税込) 2548円(通常税込) 山形県 [放] 不検出 <1.1 <0.7

511 米大 大豆1kg、米こうじ1kg、塩1kg 常総生協(茨城県・守谷市) みそ作りセット 乾大豆版 2026年 2550円(税込) 2754円(通常税込)

おきたま興農舎の有機大豆1kg、めくみちゃんのみここうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。 大豆(山形県)

512 米大 蒸し大豆1kg、米こうじ1kg、塩1kg 常総生協(茨城県・守谷市) みそ作りセット 蒸し大豆版 2026年 2850円(税込) 3078円(通常税込)

おきたま興農舎の有機大豆1kg、めくみちゃんのみここうじ1kg、塩(シママース)1kgのセット。 大豆(山形県)

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
- 冷蔵 冷蔵品

 ・表記のないものについては常温でのお届けです。

アレルギー表示

- 卵 卵 牛 牛乳 米 米 大豆 大豆 そば そば 小麦 小麦 落花生 落花生 えび えび かかにかか
- くるみ くるみ

 ・「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。

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、地産産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農産物の消費をすすめましょう!