

特別号⑩にてLe・Lourdes(レ・ルルド)、おきたま興農舎、中田商店を掲載中

日本型食生活のススメ

健康で経済的なくらし・食生活って?
日本の伝統的食文化と「粗食」をオススメしています

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

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

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
宮城・黒澤さんのコシヒカリ
502015 白米 5kg 4800円(税5184円)
502017 玄米 5kg 4500円(税4860円)
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

茨城県産大豆使用。小粒大豆を選別したときに出る、やや粒径の大きい豆で作った納豆。タレ、カラシ無し。
大豆(茨城県)
8 冷 本味納豆(タレ・カラシ無)2個組 (40g×3)×2 296円(税320円) 通常税込346円
JAやさと(茨城県・石岡市) 賞届いて5日
[放] 不検出<3.4<3.0

9 冷 つの農産(宮城県・児湯郡) 賞150日 パリポリ梅えだいこん 100g 336円(税363円) 通常税込378円
和歌山県産の有機転換期間中梅の梅肉をたっぷり使用した、割り干し大根とにんじんを漬けた漬物です。
大根(国内産)

10 冷 八幡屋(茨城県・古河市) 賞90日 福神漬 100g 162円(税175円) 通常税込192円
国内産の大根・茄子・蓮根・しその葉・生姜・なた豆・こまを、砂糖・醤油・食塩・酢・味噌・麴で漬込み。
大根(国内産)

1日1杯が元気の源
お味噌汁
かつお節等のだしと具材を混ぜた「みそ玉」をラップで包んでおけば、お湯に溶くだけで出来上がり♪

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。
前 651 大 リアス(千葉県・船橋市) 凍り豆腐 みそ汁用 60g 398円(税430円) 通常税込459円
大豆(国内産)

岩手県産わかめを、塩抜き後に使いやすい大きさにカットし、乾燥させました。
コタニ(岩手県・大船渡市) 三陸岩手のカットわかめ 14g 320円(税346円) 通常税込373円
[放] 不検出<3.5<3.5

ケーアイ農産(青森県・八戸市) ごぼう(土付き) 約300g 198円(税214円) 通常税込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。
青森県

農家レストランどんぐりてい(茨城県・坂東市) 倉持さんの長ねぎ 300g 211円(税228円) 通常税込238円
自家製の有機たい肥を使い、無農薬・無化学肥料で丁寧に育てました。
茨城県 [放] 不検出<3.8<4.2

米内口さん達(青森県・おいらせ町) 人蔘(洗い) 約500g 239円(税258円) 通常税込268円
炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。減農薬栽培。
青森県 [放] 不検出<4.2<3.9

7 八郷の卵を使って 親子丼に♪

18 凍 中辛 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 140g(2切) 588円(税635円) 通常税込659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)

19 凍 甘塩 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 165g(3切) 698円(税754円) 通常税込794円
ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすい1切約55gにしました。甘塩です。
紅鮭(ロシア)

20 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日 秋川の若鶏モモ切り身(バラ凍結) 800g 1470円(税1588円) 通常税込1750円
モモ肉を使いやすい大きさにカットしました。唐揚げや煮物に。バラ凍結済。
山口県・福岡県・熊本県・大分県

21 川島さん達(群馬県・長野原町) 玉ねぎ 600g 239円(税258円) 通常税込270円
自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。化学合成農薬・化学肥料不使用。
群馬県

農・水・畜3部門 今週のイチオシ!

22 3~4玉 土作り、梨園の環境作りを重視し、食べて元気が出るような梨作りに取り組んでいます。減農薬栽培。
館野さん(栃木県・小山町) 梨(幸水が豊水) 3~4玉 約1kg 813円(税878円) 通常税込897円
栃木県

23 冷 無茶々園(愛媛県・西予市) 賞30日 無茶々園のちりめん(宇和海産) 40g 320円(税346円) 通常税込378円
かたくちいわしの稚魚(愛媛県)

24 冷 米 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 ロース塩こうじ漬 2枚200g 640円(税691円) 通常税込729円
豚肉(茨城県)

346円/100g 梶和田屋の塩こうじを使ったローズの塩こうじ漬です。焼いて。

【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

ご不明な点がございましたら上記、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

クローヌヌ

茨城県・取手市

地元で人気のパン工房。
クローヌヌのこだわり

- ◆十数種類もの小麦粉を、特性を活かしながら使い分け。
- ◆フランス西海岸フルターニュ地方の「ゲランドの塩」を使用。
- ◆マーガリン不使用! バターを基本とし、ラード、オリーブオイルを使い分け。

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。

25 凍 小
クローヌヌジャボン(茨城県・取手市)
クローヌヌのバゲット



1本(ハーフ2本) **310円(税335円)** 通常税込346円

小麦(アメリカ、他)



26 乳 小
クローヌヌジャボン(茨城県・取手市) 賞味1~2日
クローヌヌの食パン(角型ノースライス)
1斤 **335円(税362円)**
(ノースライス)
クローヌヌの食パンのノースライスです。
小麦(アメリカ、他)



27 乳 小
クローヌヌジャボン(茨城県・取手市) 賞味1~2日
クローヌヌの無糖食パン(山型)
1斤 ノースライス **378円(税408円)**
クローヌ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)

秋の常総生協パン祭り いばらきベーグル 茨城県・常総市



全品 特価

セット内容:
プレーン、全粒粉、全粒くるみレーズン、はちみつ全粒くるみ、黒糖くるみ

定番人気商品5種のセット。

28 凍 米 大 小 小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味30日
こだわりベーグル詰め合わせ(秋)
5種5個 **1080円(税1166円)** 通常税込1188円

小麦(北海道)

どこを食べてもあんこがたっぷり♪

小麦と玄米粉のブレンドで独特のモチモチ感のある生地。北海道小豆の自家製あんこがたっぷり入っています。

29 凍 米 小
いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞味30日
あんこベーグル
1個(約150g) **306円(税330円)** 通常税込350円

小麦・小豆(北海道)



ペトラン 茨城県・石岡市

レ・ルルドのパンは特別増刊号にて



全品 特価

地元の人参を使った
自家製天然酵母パン

人参から酵母を起こした自家製天然酵母と国産小麦・塩・水を捏ねていき、じっくり12時間〜16時間熟成することで小麦のうまみが引き出されます。この機会にぜひご賞味ください!

自家製酵母で12時間発酵させて焼き上げた焼き菓子です。しっとりしています。



30 小
たなか農園・ペトラン(茨城県・石岡市) 賞味1~2日
イングリッシュマフィン

2個(約220g) **400円(税432円)** 通常税込454円
両面をじっくり焼いて仕上げた、もちもち食感のイングリッシュマフィン。
小麦(北海道、茨城県) [放]不検出<3.0<4.0

抹茶生地にホワイトチョコを練りこみ、ねじって焼き上げました。



32 乳 大 小
たなか農園・ペトラン(茨城県・石岡市)
抹茶とホワイトチョコねじねじ
1個(約150g) **389円(税420円)** 通常税込440円
小麦(北海道)

波照間島の黒糖を使った生地。国産クリームチーズを練りこみ焼き上げました。

33 乳 小 小
たなか農園・ペトラン(茨城県・石岡市)
黒糖くるみとクリームチーズねじねじ
1個(約150g) **389円(税420円)** 通常税込440円
小麦(北海道)

いつものえびフライが

1本増量でのお届け♪

まだお試したことがない方はぜひこの機会にいかがでしょうか?



1尾増量の6尾でお届け!
粗放養殖の新鮮なブラックタイガーを使用。国内にて国産小麦のパン粉で衣付けしました。

6尾

34 凍 米 小
トクスイコーポレーション(東京都・中央区)
えびフライ(増量)

180g(6尾) **998円(税1078円)** 通常税込1166円

ブラックタイガー(インドネシア)

seedからの新商品♪

チーズ・スイートポテト・レーズンの3重奏をお楽しみください



お届けは9月2回になります

スフレチーズケーキに純生クリームを使用したスイートポテトクリームを合わせました。冷蔵庫5~6時間解凍で。

原材料:生クリーム(生乳(北海道産))、さつまいもペースト、クリームチーズ、卵、砂糖(粗糖)、有機レーズン、牛乳、バター、玄米粉、甘酒、有機レモン果汁、食塩、(一部に卵・乳成分を含む)

35 凍 卵 乳 米
seed(大阪府・田尻町)
生スイートポテトモンブランチーズケーキ

1個(12cm) **1498円(税1618円)** 通常税込1726円

生乳(北海道)・さつまいも(鹿児島県)

藤井養蜂場の新商品

豊かな大自然の花から採蜜した蜂蜜

まろやかな甘みとコクが特徴です。結晶しやすいですが、結晶した場合でも品質に変わりなくそのまま使用できます。結晶の食感もお楽しみください。



カナダに咲く、さまざまな花から採蜜したはちみつです。コクがあり風味豊か。パンやヨーグルトとご一緒に。

原材料:はちみつ(カナダ)

36
藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)
カナダ産純粋蜂蜜

450g **1370円(税1480円)** 通常税込1566円

はちみつ(カナダ)

今週のおすすめ

おいしくクールダウン!

特 新

冷凍のマangoプリンですが、半解凍で食べるとちょっと不思議な舌触りのマngoアイスとして食べられます。まだ暑い日が続くので、おやつにどうぞ!

供給部
阿部の
おすすめ

3個

37 凍 乳 大
ナカシン冷蔵(鹿児島県・いちき串木野市)
濃厚とろけるマngoプリン

210g(70g×3個) **350円(税378円)** 通常税込400円

マngo(フィリピン)

フィリピン産のマngoを約78%使用している、高配合のマngoプリンです。

食欲のない夏疲れにも

●今週のカatalogでは下記の商品をご案内しています。

49 しょうが **63** 水菜 **313** 梅干し(しそ漬) **431** **432** わかめご飯の素

わかめと梅のさっぱり飯

◆材料(4人前)
ごはん 800g
わかめご飯の素 10g
梅干し(硬めのものだとなお◎) 3個
水菜 20g

◆作り方

- ① 梅干しを包丁でみじん切りにする。
- ② 水菜は洗って良く水を切り、3cmくらいの長さに切る。
- ③ 温かいごはんに「わかめご飯の素」を入れ、切るように混ぜる。
- ④ ③に梅干しと水菜を入れて、さらに混ぜ合わせる。

※梅干しの代わりに生姜でも美味しいです。



切り取ってご活用ください

農産

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

食生活の心かけ

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



秋先取り! グリーンならでは! 爽やかな香り

シーズン初



特

38 濱上さん(鹿児島県・出水市)
濱上さんの温州みかん(グリーン)

約700g 398円(税込) 430円(通常税込) 468円

鹿児島県

地場の身近な素材を使った自家製肥料を主体にしています。外皮はやや青めです。減農薬栽培。

皮ごと食べられる この時期だけの マスカット

シャインマスカット

広島で開発され、2006年に登録された比較的新しい品種です。糖度は20度前後で高く、酸は少ないです。

39 あゆみの会・菅谷さん(千葉県・香取市)
シャインマスカット

千葉県

種が無く皮ごと食べられて糖度が高い品種です。1房単位ではなく250g規格でのご案内です。減農薬栽培。

約250g 924円(税込) 998円(通常税込)

冷やして食べてもおいしい!

特



さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 賞60日
干し柿(市田柿)

40 150g(4~7個) 711円(税込) 768円(通常税込) 788円

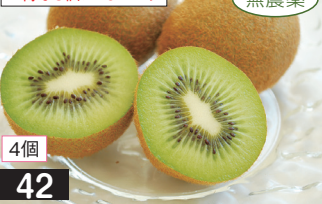
41 300g(7~14個) 1248円(税込) 1348円(通常税込) 1382円

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

特別号では
おきたま興農舎の
洋梨やりんごを
ご紹介!

お得な8個は16ページ

無農薬



42 セズプリインターナショナルジャパン
有機キウイフルーツ(グリーン)

4個入り 598円(税込) 646円(通常税込)
ニュージーランド

土づくりと栽培管理を徹底し、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せずに育てたものをお届けします。

特

無農薬



43 セズプリインターナショナルジャパン
有機キウイフルーツ(サンゴールド)

2個入り 452円(税込) 488円(通常税込) 510円
ニュージーランド

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。



44 ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)
バナナ

450g以上 369円(税込) 399円(通常税込)
小規模農家が集まったインカバナナ社より、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

104 105 さんまと一緒に!



45 渥美農園(静岡県・浜松市)
渥美さんのすだち

約150g 198円(税込) 214円(通常税込) 235円
酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。旬の焼き魚に最適。減農薬栽培。
静岡県 【放】不検出 <4.2 <3.9



46 渥美農園(静岡県・浜松市)
渥美さんの畑丸ごとすだち

500g 507円(税込) 548円(通常税込) 598円
酸味が強く苦味が少ない上品な香りの果汁です。色々使っていただける徳用パックにしました。減農薬栽培。
静岡県 【放】不検出 <3.9 <3.6

野菜炒めに!



49 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(税込) 228円(通常税込)
爽やかな香りは薬味として。しょうが湯にも安心してお使いください。減農薬栽培。
高知県



50 飯田さん(千葉県)、千葉さん(北海道)
にんにく

約100g 269円(税込) 291円(通常税込)
ホワイ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。農薬不使用。
千葉県、北海道



47 作本さん達(熊本県・熊本市)
大葉

10枚 137円(税込) 148円(通常税込) 158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



48 とさやま開発公社(高知県・高知市)
みょうが

50g 202円(税込) 218円(通常税込) 238円
この香りで夏を実感。季節を感じることができる典型的な野菜です。味噌汁や刻んで薬味に。減農薬栽培。
高知県



51 イバラキ食品(茨城県・石岡市)
もやし

250g 49円(税込) 53円(通常税込) 64円
筑波山麓の綺麗な湧水をたっぷり并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



52 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのピーマン

150g 183円(税込) 198円(通常税込)
肉厚で軟らかく、風味の良いピーマンです。減農薬栽培。
茨城県 【放】不検出 <3.9 <3.6



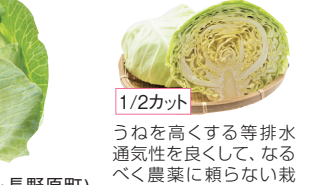
53 徳弘さん(北海道・富良野市)
ズッキーニ

1本 174円(税込) 188円(通常税込) 194円
火を通すと甘みが増します。炒め物・グリルでどうぞ。農薬無散布・化学肥料不使用。
北海道



54 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのなす

3本 183円(税込) 198円(通常税込)
焼きなす、漬物、炒め煮等で。減農薬栽培。
※大サイズの場合は2本になる場合があります。
茨城県 【放】不検出 <3.7 <3.4



55 中村さん達(群馬県・長野原町)
キャベツ

1玉 288円(税込) 311円(通常税込)
うねを高くする等排水通気性を良くして、なるべく農薬に頼らない栽培をしています。減農薬栽培。
群馬県



57 林さん達(千葉県・多古町)
小松菜

1束(200g) 240円(税込) 259円(通常税込)
ビタミンAに富み、鉄分などのミネラルも豊富な野菜です。農薬無散布。
千葉県 【放】不検出 <3.8 <4.4



58 あゆみの会・関さん達(茨城県・茨城県)
小松菜(少量)

1束(約150g) 156円(税込) 168円(通常税込)
アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。
茨城県

シャキシャキ! 水菜サラダ



- ・冷水で10分さらすとシャキッと引き締まります。
- ・水気を完全に切ると味がぼやけません。
- ・冷しゃぶ肉を乗せるとボリューム満点!
- ・ごまドレやポン酢が相性バツグン!

63 千葉産直センター(千葉県・匝瑳市)
水菜

150g 248円(税込) 268円(通常税込) 278円
千葉県

サラダ、おひたし、浅漬、鍋物と幅広く使える野菜です。減農薬栽培。



59 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのきゅうり

3本 211円(税込) 228円(通常税込)
サラダ、漬物、炒めものなどにあると便利な野菜です。減農薬栽培。
茨城県 【放】不検出 <3.7 <4.2



60 微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)
長島さんのきゅうり

500g(4~6本) 298円(税込) 322円(通常税込)
旬の味覚を存分に食卓に。露地栽培。農薬無散布・無化学肥料栽培。
茨城県 【放】不検出 <0.6 <0.5



61 中村さん達(群馬県・長野原町)
レタス

1玉 243円(税込) 262円(通常税込)
高原地域の涼しい気候を利用した夏のレタスです。減農薬栽培。
群馬県 【放】不検出 <3.8 <3.9



62 中村さん達(群馬県・長野原町)
サニーレタス

1玉 222円(税込) 240円(通常税込)
サラダや、焼肉を巻いてさっぱりとお召し上がりください。減農薬栽培。
群馬県 【放】不検出 <3.6 <4.4



64 木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのモロヘイヤ

100g 183円(税込) 198円(通常税込)
茨城県



エジプト原産で粘りが特長の栄養価の高い野菜。和え物、汁物の具、炒め物にも。減農薬栽培。



65 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(税込) 228円(通常税込)
千葉県

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。



66 右田さん達(熊本県・芦北町)、他
ミニトマト

約150g 243円(税込) 262円(通常税込)
熊本県、他



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。

農産担当 真紀子のおすすめ

器まで食べられる! 丸ごと
ぼっちゃんかぼちゃグラタン

ぼっちゃんかぼちゃをレンジでチンして、お好みの具材を詰めるだけ! チーズをたっぷりかけてオーブンで焼けば、器までまるごと美味しいグラタンの完成です! イベントやおもてなしにもピッタリです! 大満足おうちごはん!

調理例

シーズン初

無農薬

1~2玉

67

まごころの里・山本さん達(北海道・栗山町)
ぼっちゃんかぼちゃ

1~2玉約280g

239円(税込) 258円(税込) 通常税込 278円

北海道

ビタミンAが豊富で、糖度も高く、レンジでも簡単に調理できる美味しいミニかぼちゃです。農薬無散布。

かぼちゃがおいしい
季節がやってきた♪

シーズン初

新

調理例

無農薬

68

佐久ネストファーマーズ(長野県・佐久市)
有機かぼちゃ(カット)

250g以上

298円(税込) 322円(税込) 通常税込 322円

土づくりからこだわり、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せず栽培したものをお届けします。

長野県

! すごいぞ かぼちゃ

- 特に、ビタミンA、C、カリウム、鉄が豊富!
- 糖質は意外と低く、食後の血糖値の急激な上昇を抑えます。
- 豊富な食物繊維で満腹感が出ます。

旨みがギュ!
枝豆!

枝豆の栄養

- ・ビタミンB₁が豊富!
(糖質をエネルギーに変えます)
- ・オルニチンも豊富!
(疲労回復作用)
- ・カリウムも豊富!
(体内の水分量を調節)

無農薬

69

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
だだちゃめめ

250g

598円(税込) 646円(税込) 通常税込 646円

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

山形県

70

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)
ちゃめくん(庄内産有機栽培枝豆)

250g

535円(税込) 578円(税込) 通常税込 578円

庄内地方の枝豆の最高峰です。昔から作られてきた在来品種で、味わい深い豆です。有機JAS基準での有機栽培。

山形県

無農薬

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

71 500g

250円(税込) 270円(税込) 通常税込 270円

72 1kg

498円(税込) 538円(税込) 通常税込 538円

茨城県

シーズン初

冷やしどろろ

73

木村農園(茨城県・つくば市)
木村さんのオクラ

100g

185円(税込) 200円(税込) 通常税込 200円

おひたしや、納豆とあわせてどうぞ。減農薬栽培。

茨城県

自家製堆肥を使い、なるべく農薬に頼らないように工夫して栽培しています。化学合成農薬・化学肥料不使用。

川島さん達(群馬県・長野原町)

玉ねぎ

21 600g

239円(税込) 258円(税込) 通常税込 270円

74 2kg

598円(税込) 646円(税込) 通常税込 702円

群馬県

17

米内口さん達(青森県・おいらせ町)
人參(洗い)

約500g

239円(税込) 258円(税込) 通常税込 268円

炒め物、グラッセ、サラダ、シチュー等に。減農薬栽培。

青森県

煮物、大根おろし等に。農薬無散布。

無農薬

三須さん達(千葉県・富里市)
大根

75 1本

1本(900g前後) 257円(税込) 278円(税込) 通常税込 278円

76 カット

1/2本(500g前後) 183円(税込) 198円(税込) 通常税込 198円

千葉県

村上さん達(北海道・美幌町)
じゃがいも

77 800g

276円(税込) 298円(税込) 通常税込 298円

78 2kg

678円(税込) 732円(税込) 通常税込 732円

北海道

品種は男爵。煮物やスープなどでどうぞ。減農薬栽培。

切ってサラダに、すってどろろにも◎

長芋酢漬け

79

上村さん達(青森県・八戸市)
長芋

200g

228円(税込) 246円(税込) 通常税込 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

きのこ

調理例

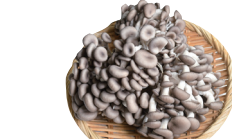
80 安田さん(福島県・郡山市)
安田さんのなめこ

70g

115円(税込) 124円(税込) 通常税込 124円

独自の栄養をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。

福島県



81 山田さん(茨城県・つくば市)
山田さんのしめじ

200g

226円(税込) 244円(税込) 通常税込 244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



82 村上さん(栃木県・高根沢町)
舞茸

100g

265円(税込) 286円(税込) 通常税込 286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



83 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

276円(税込) 298円(税込) 通常税込 298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



84 あゆみの会・水谷さん達(三重県・尾鷲市)
エリンギ

100g

265円(税込) 286円(税込) 通常税込 298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



85 村上さん(栃木県・高根沢町)
生きくらげ

100g

358円(税込) 387円(税込) 通常税込 397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

! すごいぞ きくらげ!

- ・カルシウムの吸収をサポートするビタミンDが豊富。
- ・腸内環境を整える不溶性食物繊維も豊富。
- ・余分な塩分を排出するカリウムも多いです。



86 丸金(長野県・長野市)
えのき茸

200g

184円(税込) 199円(税込) 通常税込 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



87 丸金(長野県・長野市)
ブラウンえのき茸

200g

184円(税込) 199円(税込) 通常税込 199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

今シーズンも 江藤さんの原木生しいたけ!



江藤さん 大分県



88 江藤さん(大分県・玖珠町)
江藤さんの原木生しいたけ

100g

341円(税込) 368円(税込) 通常税込 368円

江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。ハウス栽培。

大分県

最新の放射能検査結果は職員のおすすめの裏面をご覧ください



なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)
飯泉さんの生しいたけ

89 A品

100g

210円(税込) 227円(税込) 通常税込 227円

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

茨城県



90 B品

200g

225円(税込) 243円(税込) 通常税込 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

冷凍野菜・果物
基本的に特別栽培、慣行栽培の作物を扱っています



91 イズックス(東京都・中央区)
冷凍かぼちゃ

500g

498円(税込) 538円(税込) 通常税込 538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)



92 ニチノウ(茨城県・かすみがうら市)
冷凍mikataきたあかり焼きじゃがいも

400g

403円(税込) 435円(税込) 通常税込 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。トースターでレンジで。

じゃがいも(北海道)



93 ニチノウ(茨城県・かすみがうら市)
冷凍mikata宮崎県産ささがきごぼう

150g

389円(税込) 420円(税込) 通常税込 443円

マイナス20度以下で急速冷凍を行うことで、ごぼうの風味をそのまま残したささがきごぼうです。

ごぼう(宮崎県)



94 日本生活協同組合連合会
北海道のそのまま枝豆

250g

368円(税込) 397円(税込) 通常税込 397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)



95 日岡商事(兵庫県・加古川市)
ミックスベジタブル

200g

428円(税込) 462円(税込) 通常税込 462円

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

野菜(北海道)



96 日本生活協同組合連合会
北海道つづこコーン

250g

328円(税込) 354円(税込) 通常税込 354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)



97 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(税込) 通常税込 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)



98 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(税込) 通常税込 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、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)



99 ナカシ冷蔵(鹿児島県・いちき串木野市)
カットマンゴー

200g

380円(税込) 410円(税込) 通常税込 410円

フィリピン産のマンゴーを一口サイズにカットしました。ヨーグルトやデザート、おやつに。

マンゴー(フィリピン)



100 無茶々園(愛媛県・西予市)
無茶々園の冷凍温州みかん

400g(約4~5玉)

440円(税込) 475円(税込) 通常税込 497円

11月中旬から12月初旬の最も美味しい時期のみかんを冷凍しました。30~40分ほど自然解凍で。

みかん(愛媛県)

食生活の心がけ

青魚を
意識的に食卓へ
登場させましょう

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



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。

青魚を食べよう♪

全品特価



7〜16枚

101 凍

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

千葉県産 真あじ三枚おろし

170g(7〜16枚)

460円(税 497円) 通常税込 518円

真あじ(千葉県)

【放】不検出 <3.4 <3.8



6〜11枚

102 凍

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

真いわし三枚おろし

150g(6〜11枚)

480円(税 518円) 通常税込 535円

真いわし(千葉県)

【放】不検出 <3.4 <4.1

千葉県沖で漁獲される真いわしを三枚におろし、腹骨も除去し、バラ凍結。アレンジ自在の経済的な素材です。



103 凍

丸一商店(千葉県・南房総市)

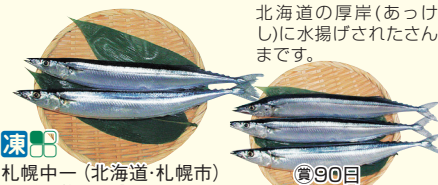
さば一夜干し 2枚

200g(片身2枚)

645円(税 697円) 通常税込 756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)



凍

札幌中一(北海道・札幌市)

北海道 厚岸のさんま

180g以上(2尾)

450円(税 486円) 通常税込 499円

104 2尾

さんま(北海道)

270g以上(3尾)

105 3尾

さんま(北海道)

北海道の厚岸(あつけし)に水揚げされたさんまです。

凍ったままさっと洗って加熱してください



107 凍

お魚工房萬屋(茨城県・水戸市)

国内産冷凍あさり(増量)

180g+20g

554円(税 598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)



108 凍

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

穴道湖産大粒しじみ(冷凍)

180g

498円(税 538円)

穴道湖で水揚げした大粒のやまとしじみを砂抜きしそのまま急速凍結。大粒です。

しじみ(島根県)



109 凍

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

子持ちからふとししゃも

150g

398円(税 430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)



110 凍

ヤマフ(佐賀県・唐津市)

九州産真あじの生開き干し

160g(2枚)

450円(税 486円)

厳選した九州産の鰯(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)



111 凍

中村海産(富山県・氷見市)

氷見産まいわしみりん干し

80g

380円(税 410円)

富山県氷見産のまいわしを、2年以上熟成させた本みりん使用のタレに2晩漬け込みました。

まいわし(富山県)



112 凍

札幌中一(北海道・札幌市)

秋鮭の粕漬

150g(3切)

798円(税 862円)

網走沖で漁獲された秋鮭を、酒粕、白味噌、みりん、食塩、昆布だてで作ったオリジナルの漬床に漬けました。

秋鮭(北海道)



113 凍

札幌中一(北海道・札幌市)

熟成 秋鮭西京漬

150g(3切)

598円(税 646円)

北海道産の秋鮭を、オリジナルの西京床に72時間漬け込みました。

秋鮭(北海道)



114 凍

札幌中一(北海道・札幌市)

熟成 ほっけ西京漬

180g(3切)

440円(税 475円)

北海道産のほっけを、無添加の西京床に72時間漬け込みました。

ほっけ(北海道)



115 凍

札幌中一(北海道・札幌市)

鱈の西京漬

200g(4切)

540円(税 583円)

北海道産のたらを、オリジナルの西京漬床に漬けました。フライパンで焼けます。

たら(北海道)



116 凍

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

銀だら黒糖みりん漬け

120g(2切)

498円(税 538円) 通常税込 570円

アメリカ産(主にアラスカ)の銀だらを切身にし、黒糖を加えた甘めの調味液にじっくり24時間漬込みました。

銀だら(アメリカ)



117 凍

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

香ばし味噌のさばフィーレ

200g(片身2枚)

460円(税 497円) 通常税込 518円

ごま油の香りをきかせたさばの味噌漬けです。野菜をたっぷり加えてホイル焼きも美味。

さば(長崎県、佐賀県)



118 凍

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

真だらバジルオリーブ

150g(3切)

530円(税 572円)

北海道産の真だらの切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。

真だら(北海道)



リピーター続出!!
味噌とアカイカの
味わいがマッチ!

短冊状にカット
しているので
食べやすいです!

ペルー、チリ産のアカイカを短冊状にカットし、甘くブレンドした味噌に漬け込みました。フライパンで。

119 凍

釜石ヒカリフーズ(岩手県・釜石市)

いか味噌漬け

165g

385円(税 416円) 通常税込 443円

イカ(ペルー、チリ、他)



水産品の
放射能検査について

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

主原料産地欄もあわせて
ご参照ください。



120 凍

東北トクスイ(宮城県・塩釜市)

天然ぶり味噌漬

180g(3切)

415円(税 448円)

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。

ぶり(国内産)



121 凍

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

寒さわら切身(無塩)

約70g×2

550円(税 594円)

五島列島、済州島海域で冬の時期に漁獲した、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)



122 凍

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

天然寒ぶり切身

約80g×3

646円(税 698円)

九州近海で冬の時期に漁獲しました。腹身(脂身部分)が厚く、照り焼きや煮付けで美味しくいただけます。

ぶり(九州近海)



123 凍

マストミ(徳島県・徳島市)

メカジキ切身

160g(2切)

690円(税 745円)

延縄で漁獲したメカジキを切身にしました。ムニエルや照り焼き、フライなどで。※台湾船籍の船で漁獲

メカジキ(インド洋)



124 凍

松岡水産(千葉県・銚子市)

北海道さけスモークサーモン2パック

35g×2パック

550円(税 594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、「冷蔵方式」で仕上げました。

秋鮭(北海道)



125 凍

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

あぶり焼きしめさば

80g(2枚)

498円(税 538円) 通常税込 572円

三枚におろして骨を取り、一晚じっくり調味酢に漬け込みました。表面を軽くあぶり、香ばしく仕上げました。

さば(国内産)



126 凍

札幌中一(北海道・札幌市)

徳用いかミックス(胴・下足)

300g

646円(税 698円) 通常税込 754円

どすいか(北海道)



127 凍

日本生活協同組合連合会

国産いかそうめん

30g×2

498円(税 538円)

国産の良質なすめいかを、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。

すめいか(国内産)



128 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)

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。

バナメイエビ(ベトナム)



129 凍

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

ベビーほたて(加熱用)

120g

498円(税 538円)

北海道噴火湾産の新鮮なベビーほたてをボイル後バラ凍結。

ほたて(北海道)



丸友しまかからお届け♪

宮古港とその周辺港に水揚げされた旬の魚を切身にし、急速冷凍しました。3種入りの楽しいセットです。



130 凍

丸友しまか(岩手県・宮古市)

島香さんの切身セット(冷凍)

1袋(120g×3種)

1200円(税 1296円) 通常税込 1399円

旬の魚(岩手県)



131 凍

丸友しまか(岩手県・宮古市)

島香さんの真だら切身(冷凍)

120g(2切)

460円(税 497円) 通常税込 538円

岩手県宮古とその周辺の浜に水揚げされる鮮魚真だらを切身にし、急速凍結しました。

真だら(岩手県) 【放】不検出 <3.9 <4.9



132 凍

丸友しまか(岩手県・宮古市)

島香さんの真イワシのフライ

150g

455円(税 491円) 通常税込 518円

真いわしをフィレ加工し、衣付け。サクッとした食感といわしの風味をお楽しみください。

真いわし(三陸北部沖)



133 凍

丸友しまか(岩手県・宮古市)

島香さんのまるっとエビカツ

2個

440円(税 475円) 通常税込 499円

粗切りとみじん切りの天然イワシの身を混ぜ合わせ衣付け。食感の違いが楽しめるエビカツです。油で揚げた。

エビ(パキスタン)

愛知県一色産の「活鰻」を熟練の職人が一尾ずつ丁寧にさばいて関東風の蒸焼き工程を加えた蒲焼でお届けします。



盛付例

凍 米 大 小

大黒淡水(静岡県・焼津市)
愛知県産 うなぎ蒲焼

134 70g×2 2350円(税込) 2538円(通常税込2808円)

135 70g×3 3426円(税込) 3700円(通常税込3996円)

うなぎ(愛知県)

ご飯と一緒に♪



盛付例

凍 米 大 小

136 凍 米 大 小 136円(税込) 1538円(通常税込1808円)

137 凍 米 大 小 137円(税込) 1538円(通常税込1808円)

無着色たらこ(切子込み)

60g 460円(税込) 497円(通常税込538円)

すけそうだらの卵(ロシア、アメリカ)

季節の野菜を加えて サラダでどうぞ♪



調理例

特

国産のあじと玉ねぎ、人参、ピーマンの3種の国産野菜をつかった、マイルドなマリネです。自然解凍で。

138 凍 米 大 小 138円(税込) 1538円(通常税込1808円)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日

あじと3種の野菜マリネ

130g 380円(税込) 410円(通常税込430円)

あじ(国内産)

139 凍 米 大 小 139円(税込) 1538円(通常税込1808円)

まぐろカプト肉切身

300g 418円(税込) 451円(通常税込484円)

DHAが豊富なめばちまぐろの頭部の肉です。脂分が多く、煮ても焼いても軟らかです。※台湾船籍の船で漁獲

めばちまぐろ(太平洋)

140 凍 米 大 小 140円(税込) 1538円(通常税込1808円)

めばちまぐろ切り落としスライス

100g 670円(税込) 724円(通常税込781円)

台湾で漁獲し船上で凍結しためばちまぐろです。流水解凍して井などで美味しく召し上がれます。

めばちまぐろ(台湾)

141 凍 米 大 小 141円(税込) 1538円(通常税込1808円)

まぐろ漬け井用(ピンチョウマグロ)

80g×2袋 640円(税込) 691円(通常税込742円)

鮮度の良いピンチョウマグロをオリジナルのタレに漬けました。マグロの食感とタレの味がご飯に合います。

ピンチョウマグロ(太平洋)

2袋

142 凍 米 大 小 142円(税込) 1538円(通常税込1808円)

秋鮭漬け井

80g×2袋 896円(税込) 968円(通常税込1040円)

北海道産の秋鮭を醤油ベースのオリジナルのタレに漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、ご飯にのせて。

秋鮭(北海道)

143 凍 米 大 小 143円(税込) 1538円(通常税込1808円)

篠島産釜揚げしらす

50g 470円(税込) 508円(通常税込540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)

144 凍 米 大 小 144円(税込) 1538円(通常税込1808円)

篠島産しらす干し

50g 470円(税込) 508円(通常税込540円)

篠島産の大きめで味のいいいわし稚魚を使用。たっぷり使える分量をパック詰めしました。

いわし稚魚(愛知県)

水産加工品

盛付例

145 凍 米 大 小 145円(税込) 1538円(通常税込1808円)

静岡うなぎ漁業協同組合(静岡県・焼津市)
静岡県産 うなぎ蒲焼(長焼)

うなぎ120g たれ(山椒込み)15ml 2300円(税込) 2484円(通常税込2646円)

静岡県の指定生産者が育てた静岡産のうなぎ(長焼)です。タレ・山椒付。

うなぎ(静岡県)

146 凍 米 大 小 146円(税込) 1538円(通常税込1808円)

お好み焼き風いかつくね

200g 430円(税込) 464円(通常税込497円)

いかに、すり身・野菜・ソースなどを加え、お好み焼き風の味付けにしました。フライパンで焼いて。

いか(ペルー、国内産)

147 凍 米 大 小 147円(税込) 1538円(通常税込1808円)

とれとれあじたたき身

150g 320円(税込) 346円(通常税込372円)

日本近海で5～8月に漁獲した鮮度の良いあじをタタキ身にしました。つみれ汁、ハンバーグ等にどうぞ。

真あじ(国内産) [放] 不検出 <3.5 <3.5

6個

148 凍 米 大 小 148円(税込) 1538円(通常税込1808円)

千倉氷産加工販売(千葉県・船橋市) 賞180日

フライパンでできる鮭とチーズのカリカリ包

150g(6個) 430円(税込) 464円(通常税込484円)

北海道産の秋鮭とチーズを合わせた具を、春巻きの皮で包みました。フライパンで両面を焼いてください。

秋鮭(北海道)

お届けは9月2回になります

149 凍 米 大 小 149円(税込) 1538円(通常税込1808円)

やさしい日本のアジフライ

200g(4枚) 550円(税込) 594円(通常税込626円)

境港産のアジに国産小麦を使用したパン粉を手作業で付けました。凍ったまま揚げてお召し上がりください。

アジ(鳥取県)

150 凍 米 大 小 150円(税込) 1538円(通常税込1808円)

やさしい日本のイワシフライ

200g(4枚) 550円(税込) 594円(通常税込626円)

境港産の真いわしに国産小麦を使用したパン粉を手作業で付けました。凍ったまま揚げて。

真いわし(鳥取県)

5～6枚

151 凍 米 大 小 151円(税込) 1538円(通常税込1808円)

生から作ったいわしフライ

280g(5～6枚) 528円(税込) 570円(通常税込602円)

鮮魚のいわしを直ぐに粉付け。身がやわらかく、ふくらとしており、臭みありません。揚げてください。

真いわし(国内産)

2切

152 凍 米 大 小 152円(税込) 1538円(通常税込1808円)

湯煎でふくら!さば味噌煮

2切120g 498円(税込) 538円(通常税込570円)

脂ののったさばを三枚におろし、腹骨を取った切身にし、甘味噌たれにじっくり煮付けました。個包装。

さば(ノルウェー)

153 凍 米 大 小 153円(税込) 1538円(通常税込1808円)

センシン食品(宮城県・名取市)
「ねばうま」(松前漬)

100g 598円(税込) 646円(通常税込688円)

全国からの支援で相馬の皆さんが作り上げた復興第一弾の松前漬。常総生協の2年仕込み大豆醤油を使用。

するめいか(北海道)

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。

身がぷりっと引き締まり、濃厚な味わい

154 凍 米 大 小 154円(税込) 1538円(通常税込1808円)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 賞180日

高橋徳治商店のかきフライ

240g 730円(税込) 788円(通常税込832円)

三陸産のかきを使用。油で揚げて。

かき(国内産) [放] 不検出 <3.7 <3.8

160 凍 米 大 小 160円(税込) 1538円(通常税込1808円)

無茶々園(愛媛県・西予市) 賞180日

無茶々園お子さまじゃこ天

15g×6 398円(税込) 430円(通常税込462円)

八幡浜港で水揚げされた小魚(ぼたるじゃこなど)を骨・皮ごと粗くすり潰した物を主原料に作りました。

小魚(愛媛県)

長崎蒲鉾 全品特価 次回より値上げの為緊急特価!

161 冷 卵 米 161円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞届いて3～5日

長崎 甘鯛入りさつま揚げ

5枚125g 392円(税込) 423円(通常税込443円)

甘鯛(長崎県)

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。

155 凍 米 大 小 155円(税込) 1538円(通常税込1808円)

旬採れ とうもろこし天

5個 310円(税込) 335円(通常税込356円)

北海道産無リンタラすり身に生とうもろこしを練り込んだ一口サイズの揚げかまぼこ。冷蔵解凍・レンジで。

とうもろこし(国内産)、タラ(北海道)

156 凍 米 大 小 156円(税込) 1538円(通常税込1808円)

煮物セット

3種5品171g 420円(税込) 454円(通常税込484円)

おとうふ揚げ五目の野菜の出汁、玉ねぎ揚げのジューシーな甘さ、さつま揚げの歯切れの良さが味わえます。

すけそうだら(北海道)

157 凍 米 大 小 157円(税込) 1538円(通常税込1808円)

おとうふ揚げ

5個165g 310円(税込) 335円(通常税込356円)

国産大豆の豆腐と、北海道のすけそうだらのすり身を半々に練りこんだ、ふんわり軟らかなおとうふ揚げです。

すけそうだら(北海道)

162 冷 卵 米 162円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞8日

長崎 とうもろこし天

3枚 120g 315円(税込) 340円(通常税込365円)

エンソイトコリ等の白身魚のすり身を主原料に北海道十勝産ホールコーンをたっぷり加えました。

魚肉(インド・ミャンマー・国内産)、とうもろこし(北海道)

163 冷 卵 米 163円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞8日

長崎 国産えだまめ天

3枚 120g 398円(税込) 430円(通常税込462円)

エンソイトコリ等の白身魚のすり身を主原料に国産枝豆をたっぷり加えました。

魚肉(インド・ミャンマー・国内産)、枝豆(国内産)

2枚

164 冷 卵 米 164円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日

長崎 もずく天

2枚(130g) 428円(税込) 462円(通常税込486円)

白身魚(タラ、エンソ、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)

158 凍 米 大 小 158円(税込) 1538円(通常税込1808円)

ごろごろ茶豆ちぎり揚

100g 370円(税込) 400円(通常税込430円)

北海道産たらの無リンすり身とたっぷりの茶豆(全体の60%以上)の練り物。自然解凍・レンジで温めて。

茶豆(国内産)、すけそうだら(北海道)

159 凍 米 大 小 159円(税込) 1538円(通常税込1808円)

お好みさつま揚げ

2枚160g 390円(税込) 421円(通常税込451円)

北海道のすけそうだらのすり身をベースにキャベツ、人参、ホタテをふんだんに使った揚げかまぼこです。

すけそうだら(北海道)

165 冷 卵 米 165円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞届いて3～5日

長崎 いか天

30g×4 318円(税込) 343円(通常税込368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かまぼこです。

すけそうだら(国内産、タイ)

166 冷 卵 米 166円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞8日

長崎 小丸天

4枚 120g 290円(税込) 313円(通常税込332円)

具材が入っていないシンプルな揚げ物。旨味や食感を引き出すようにスケウダラをメインに魚肉をブレンド。

スケウダラ(国内産)、エンソ(タイ)

167 冷 卵 米 167円(税込) 1538円(通常税込1808円)

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 賞30日

長崎 じゃこ天

2枚 100g 272円(税込) 294円(通常税込316円)

長崎近海でとれるコノシロ、太刀魚、イワシなどをブレンド。黒みがありますが、旨味があり魚本来の味わい。

雑魚(長崎県)

畜産担当 大山のおすすめ

うちの唐揚げをお手軽に♪

下味・衣がついているので、凍後に揚げるだけで完成。腰の重くなりがちな揚げ物料理の手間抜きにあると便利なアイテムです。



235円/100g

208 凍 米 大 小

秋川牧園の若鶏もも肉を、生姜やにんにくが効いた醤油タレに漬け込みました。揚げて。

秋川の揚げるだけでももからあげ

350g 760円(税込) 821円(税込) 通常税込 907円

鶏肉(山口県、他)

少量から使えるので炒め物にも使いやすい



342円/100g

209 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日 丹沢農場の牛豚合挽肉・バラ凍結

300g 950円(税込) 1026円(税込) 通常税込 1080円

みずほ牛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)

晩酌のお供に♪



210 冷

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日 鎌倉チョリソー

30g×5 510円(税込) 551円(税込) 通常税込 583円

国内産豚うで肉を粗挽きして、チリペッパー等のスパイスと共にじっくり熟成させたチョリソーです。

豚肉(国内産)

サラダのトッピングに



211 凍

秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日 秋川のサラダチキン(プレーン)

100g 400円(税込) 432円(税込) 通常税込 464円

若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。

鶏肉(国内産)

献立に困ったら!



212 凍

秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日 秋川のハンバーグ

115g(個包装) 368円(税込) 397円(税込) 通常税込 421円

鶏肉で作ったジューシーなハンバーグに、とりからスープを使用したオリジナルソースを絡めました。湯煎で。

鶏肉(山口県、他)

牛肉

- ・ 坊津黒牛(鹿児島): 鹿児島県坊津地区の棚木さん、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。

562円/100g



213 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛すき焼き用

170g×2 1770円(税込) 1912円(税込)

モモ肉をすき焼き用にスライスしました。

鹿児島県

519円/100g



214 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛牛井・肉じゃが用

200g 960円(税込) 1037円(税込)

脂が適度に入ったバラ部位を牛井・肉じゃが用にスライスしました。

鹿児島県

464円/100g



215 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 鹿児島 坊津黒牛切り落とし

170g 730円(税込) 788円(税込)

炒め物、煮物等何にでも使える切り落としです。

鹿児島県

307円/100g



216 凍

福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日 国産牛小間切

160g 455円(税込) 491円(税込)

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



217 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(税込)

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。



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日 鎌倉あらびきウィンナー

218 2袋

85g×2 470円(税込) 508円(税込)

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

豚肉(国内産)



賞15日

219 3袋

85g×3 710円(税込) 767円(税込)

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

豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日 鎌倉ボンレスハムスライス×2

60g×2 530円(税込) 572円(税込)

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

豚肉(国内産)



鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞15日 鎌倉バラベーコンスライス×2

85g×2 880円(税込) 950円(税込)

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

豚肉(国内産)



丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場の皮なしベビーウィンナー

120g 346円(税込) 374円(税込)

豚肉、自然塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウィンナー。

豚肉(国内産)



223 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場のロースハムスライス

100g 515円(税込) 556円(税込)

豚肉、海塩、三温糖、香辛料のみの自然な味に仕上げてあります。

豚肉(神奈川県)



224 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場のショルダーベーコンスライス

100g 460円(税込) 497円(税込)

豚肉(国内産)



225 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日 丹沢農場のポロニアソーセージ

120g 420円(税込) 454円(税込)

豚肉の旨味と自社指定ブレンド香辛料、レッドベルペッパーミックスの甘みの組み合わせが絶妙です。

豚肉(国内産)



226 凍

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場のハンバーグ

200g(100g×2) 470円(税込) 508円(税込)

牛豚の割合3対7の合挽肉使用。

豚肉(国内産)



227 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞11日 つくば鶏 スモークチキン

100g 340円(税込) 367円(税込) 通常税込 394円

つくば鶏のむね肉を国産チップで丁寧に燻煙した、風味豊かな逸品です。

鶏肉(国内産)



222 冷

丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞7日 丹沢農場の皮なしベビーウィンナー

120g 346円(税込) 374円(税込)

豚肉、自然塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウィンナー。

豚肉(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。

賞16~17日

石岡 鈴木牧場ヨーグルト

228 プレーン

400g(ビン要返却) 410円(税込) 443円(税込)

229 加糖

400g(ビン要返却) 419円(税込) 453円(税込)

生乳(茨城県)

賞7~11日

石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ

100g(ビン要返却) 574円(税込) 620円(税込)

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)



233 冷

ホリ乳業(石川県・金沢市) 賞届いて6~10日 腸内活性ヨーグルメイト(プレーン)

380g 638円(税込) 689円(税込)

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)



234 冷

ホリ乳業(石川県・金沢市) 賞届いて6~10日 腸内活性ヨーグルメイト(加糖)

90g×3 558円(税込) 603円(税込)

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)



235 冷

サツラク農協(北海道・札幌市) 賞18日 サツラク酪農家限定ヨーグルト(加糖)

80g×3 263円(税込) 284円(税込)

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)



236 冷

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて7日以上 よつ葉たんぱくリッチ0プレーン加糖 2個組

100g×2個 350円(税込) 378円(税込) 通常税込 400円

北海道産乳原料100%のヨーグルトを濃縮。高たんぱく、脂肪分0で、ほんのり甘くて濃厚な味わい。

生乳(北海道)



237 冷

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて7日以上 よつ葉たんぱくリッチ0ベリーミックス2個組

100g×2個 350円(税込) 378円(税込) 通常税込 400円

北海道産乳原料100%の高たんぱく、脂肪分0の濃厚なヨーグルトに3種のベリーをミックス。香料不使用。

生乳(北海道)



238 冷

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて12日前後 よつ葉プレーンヨーグルト

400g 280円(税込) 302円(税込)

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

生乳(北海道)



239 冷

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞90日 よつ葉シュレッドチーズ

250g 680円(税込) 734円(税込)

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

生乳(北海道)



240 冷

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日 よつ葉 パンに美味しい発酵バター

100g 370円(税込) 400円(税込)

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

生乳(北海道)



241 冷

創健社(神奈川県・横浜市) べに花 ハイプラスマーガリン

180g 375円(税込) 405円(税込)

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。

生乳(北海道)



242 冷

茨城乳業(茨城県・石岡市) 賞14日 タマゴプリン

70g×3 318円(税込) 343円(税込)

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

牛乳・卵(茨城県)



243 冷

日本生活協同組合連合会 賞15日 乳酸ドリンク

65ml×10 272円(税込) 294円(税込)

柑橘系風味の飲み切りサイズの乳酸菌飲料。

2ページで
常総生協パンまつり掲載中!

パン

・原則として国産の粉、天然酵母を使用します。国産では入手が困難な粉については、残留農薬やポストハーベストが不検出又は基準値内の原料を使用します。

・イーストフードと合成防腐剤は使用しません。

食パンが届いた後は
常温ではなく「冷凍」での
保管をお願い致しますレ・ルルドの
パンは全て
特別増刊号にて
特集して
います!

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(※場合によりバター)、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) 賞届いて1～2日

クーロンヌの角形食パン

244 半斤3枚 180円(税込194円)

245 1斤6枚 340円(税込367円)

246 1斤8枚 340円(税込367円)

247 1斤10枚 340円(税込367円)

サンドイッチ用。

小麦(アメリカ、他)

盛付例

248 クーロンヌジャボン(茨城県・取手市) 賞届いて1～2日

クーロンヌのパンズ

2個(約120g) 270円(税込292円)

クーロンヌの食パンと同じ生地のおふわりパンズ。おうちで手作りパーガーに! (切り込みは入っていません)

小麦(アメリカ、他)

2個

249 クーロンヌジャボン(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(約70g) 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。

小麦(アメリカ、他)

ノースライズ食パン、
無糖食パン、
バゲットは2ページにて

2ページでも
お得なベーグル
セットをご案内!

地元のお店 いばらきベーグル

盛付例

250 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

定番ベーグル ロセット

2個 432円(税込467円) 通常税込481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)

松永さんの無農薬レモンのはちみつ漬けを生地に混ぜ込みました。レモンピールの苦みがほんのり効いています

2個

252 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

はちみつレモンベーグル2個組

2個 470円(税込508円) 通常税込527円

小麦(北海道)、レモン(静岡県)

253 いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

小林さんの干しりんごベーグル

1個 236円(税込255円) 通常税込270円

小林さんの干しりんごをプレーンベーグルに混ぜ込んだりんごの風味豊かなベーグルです。

小麦(北海道)、りんご(長野県)

ジャム・はちみつ
クリーム

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

13ページでますだの
ピーナツクリーム
掲載中

264 松永農園(静岡県・静岡市)

松永さんのレモンジャム

140g 598円(税込646円)

松永さんが無農薬栽培したレモンを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。

レモン(静岡県) [放] 不検出 <2.8 <3.0

夏季限定フラッペ! シーズン最終

いちごの果肉感を残したフルーツソース。

265 松永農園(静岡県・静岡市) 賞150日

松永さんのフラッペジャム(いちご)

210g 580円(税込626円)

いちご(静岡県)

ちょっとリッチな気分になれる
クリームチーズペースト♪

ひとつは国内産小豆を丁寧に炊いたあんこを、もうひとつはナッツの女王ともいわれるピスタチオのペーストを、それぞれ濃厚なク

クリームチーズと合わせました。パンやクラッカーによく合います。

すべて9月2回のお届け

カンパニー(プレーン)に合わせて♪

254 あんこクリームチーズ 90g 650円(税込702円) 通常税込734円

米又(福井県・福井市) 賞150日

原材料：ナチュラルチーズ(生乳、クリーム、食塩)(オーストラリア製造)、つぶあん(砂糖、小豆)、水あめ、食塩/酒精、安定剤(ローカスト)、(一部に乳成分を含む)

255 ピスタチオクリームチーズ 90g 845円(税込913円) 通常税込950円

米又(福井県・福井市) 賞150日

原材料：ナチュラルチーズ(生乳、クリーム、食塩)(オーストラリア製造)、水あめ、砂糖、ピスタチオ/酒精、安定剤(ローカスト)、(一部に乳成分を含む)

国内産小豆を丁寧に炊いたあんこ、濃厚なクリームチーズを合わせました。

ナチュラルチーズ(オーストラリア)、小豆(国内産)

ナッツの女王ともいわれるピスタチオをペーストにし、濃厚なクリームチーズと混ぜ合わせました。

ナチュラルチーズ(オーストラリア)、ピスタチオ(イタリア他)

冷凍パン そのまま電子レンジまたはトースターで

256 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(税込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立たせたワッフル。お食事からデザートまで多用途に。

小麦(カナダ、他)

257 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(税込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)

258 池田食品(埼玉県・所沢市)

フォカッチャ

150g(3個) 298円(税込322円)

イタリア伝統の平焼きパンで、モチモチとした食感と素朴な風味が特長です。

小麦(北海道)

259 池田食品(埼玉県・所沢市)

フランスコッペ

180g(3本) 358円(税込387円)

砂糖、食塩で味を調え、小麦の旨味を引き出す味付けに仕上げました。野菜やお肉を挟むと相性抜群です。

小麦(北海道)

260 プレナ(愛知県・知多市) 賞180日

ちぎってロール

1個 480円(税込518円)

食べやすいサイズのロールパンを、ハーフペイクにしました。必要分のみちぎってトースターで。

小麦(国内産)

261 池田食品(埼玉県・所沢市)

モチモチあんこナン

200g(2個) 435円(税込470円)

特別栽培の小豆を使用した餡を使用。モチモチとした食感と素朴な風味が特長です。

小麦(北海道)

常温保存可能 買い置きに便利♪

6個 1個あたり 税込159円

262 バネックス(長野県・伊那市) 賞75日

KOUBO スイートポテトパイ

6個(個包装) 884円(税込955円)

小麦(国内産)

1個あたり 税込94円

263 バネックス(長野県・伊那市) 賞55日

内麦クロワッサン

10個(個包装) 867円(税込936円)

小麦(国内産) [放] 不検出 <4.3 <4.2

国産小麦のバイ生地ですつまいも餡を包みました。

内麦小麦を使用した、朝食やおやつにぴったりのクロワッサン。

原材料に着色料(アトナー)を含む

牛乳・卵

・サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛づくりにこだわり、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)

鈴木牧場の定期登録牛乳はこちら

1 1L 398円(税込430円)

2 500ml 245円(税込265円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

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

3 500ml 195円(税込211円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.4 <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。

サツラク農協(北海道・札幌市) 賞15日

サツラク低脂肪牛乳

4 1L 306円(税込330円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.4

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。

サツラク農協(北海道・札幌市) 賞15日

サツラク牛乳

5 1L 308円(税込333円)

生乳(北海道)

北海道産の生乳を100%使用し、直接蒸気で殺菌した成分無調整牛乳。

北海道酪農公社(北海道・江別市) 賞届いて10日

牧場(まさば)で飲むおいしいそのまま牛乳

268 よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞届いて4～8日

カフェインレスよつ葉カフェオレ

1L 325円(税込351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。

269 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×2 390円(税込422円)

カフェインを97%カットしたコーヒー豆を使用したカフェオレです。香料・乳化剤不使用。

生乳(北海道)

270 よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞120日

よつ葉カフェオレ 2本組 砂糖不使用

200ml×2 390円(税込422円)

エチオピア産コーヒーを使用した砂糖不使用のカフェオレです。香料・乳化剤不使用。

生乳(北海道)

広々鶏舎! 青草をたっぷり与えます

271 宇治田農場(茨城県・石岡市) 賞7日

宇治田さんの平飼卵

6個 432円(税込467円)

茨城県

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。

272 宇治田農場(茨城県・石岡市) 賞7日

宇治田さんの平飼卵

6個 432円(税込467円)

茨城県

地場の養鶏をみんなで応援♪

273 JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞11日

八郷の卵

10個 398円(税込430円)

茨城県

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。

日配担当 伊藤のおすすめ

ご飯がすすむ! 無茶々園のしそわかめちりめん

磯の香りと爽やかなしそが食欲をそそるふりかけです。厳選素材で作られており、冷めても美味しさが引き立ちます。毎日のご飯にはもちろん、混ぜ込みおにぎりや卵焼きの具材など、アレンジ料理にも万能です。



宇和海産の天日干しちりめんとわかめにしそとこだわりの調味料を加えて作りました。

271 冷蔵

無茶々園(愛媛県・西予市) 賞30日
無茶々園のしそわかめちりめん

40g **478円**(税込**516円**) 通常税込**538円**

いわし稚魚(愛媛県)

生姜の香りがさわやか♪



272 冷蔵

無茶々園(愛媛県・西予市) 賞90日
無茶々園のちりめん生姜

40g **448円**(税込**484円**) 通常税込**498円**

宇和海産の天日干しちりめんに高知県産の生姜を加えて炊き込みました。甘辛く、ご飯のおともにピッタリ。

いわし稚魚(愛媛県)

9月より包材が秋冬仕様に衣替え♪

秋冬仕様



273 冷蔵

登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて6~7日
雪しずか 小粒納豆3P(タレ・カラシ付)

40g×3 **199円**(税込**215円**) 通常税込**226円**

クセのないスッキリとした味わいの納豆です。ふっくらした仕上がりが特徴的です。

大豆(北海道)

たむらのタマゴの人気惣菜♪ 全品特価

シーズン最終



274 冷蔵

たむらのタマゴ(徳島県・阿南市) 賞届いて6~7日
卵豆腐

120g×2 **340円**(税込**367円**) 通常税込**389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)



275 冷蔵

たむらのタマゴ(徳島県・阿南市) 賞12日
だし巻玉子

270g **435円**(税込**470円**) 通常税込**481円**

非遺伝子組換え飼料使用の養鶏卵で製造。味付け調味料も国内産の原材料使用。かつお、昆布だしスープ使用。

卵(徳島県)



276 冷蔵

たむらのタマゴ(徳島県・阿南市) 賞13日
地鶏そぼろ

100g **335円**(税込**362円**) 通常税込**373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)

食生活の心がけ

植物性たんぱくが豊富な大豆・大豆加工品を食卓へ



277 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
ミニもめん豆腐

150g×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) 賞放不検出<1.2<1.2



278 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
ミニきぬ豆腐

150g×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) 賞放不検出<0.9<1.2



279 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
もめん豆腐

300g **198円**(税込**214円**)

国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

大豆(国内産) 賞放不検出<1.2<1.2



280 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
きぬ豆腐

300g **183円**(税込**198円**)

国産大豆100%使用。消泡剤を使用せず海水にかりで固めました。

大豆(国内産) 賞放不検出<0.9<1.2



281 冷蔵

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。海水にかり使用。小サイズが2つで使いやすい。日持ちするので保存に便利。

大豆(国内産)



282 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
有機国産大豆 寄せ豆腐

100g×2 **259円**(税込**280円**)

秋田県産有機大豆と海水にかりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。

大豆(秋田県) 賞放不検出<0.9<1.0



283 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5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、ふくらと仕上げてみました。揚げ油は菜種一番搾り(Non-GMO)。

大豆(国内産) 賞放不検出<1.5<1.5



284 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日
厚揚げ

90g×2 **184円**(税込**199円**)

国産大豆100%。にがり使用の生地をなたね油で揚げました。

大豆(国内産) 賞放不検出<1.1<1.2



285 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞30日
生おから

200g **170円**(税込**184円**)

国産大豆100%の生協豆腐のおから。真空パック後ボイルしてお届け。

大豆(国内産) 賞放不検出<1.3<1.3



286 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞90日
味付いなり揚げ

10枚 **418円**(税込**451円**)

肉厚の油揚げを、かつおだしをきかせて家庭煮に近い味付けにしました。湯煎すると開きやすくなります。

大豆(国内産) 賞放不検出<0.9<1.0



287 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞21日
白和え

150g **245円**(税込**265円**)

絹ごし豆腐に、こんにゃく、人参、椎茸、白ごまを加え、自社で煮出しただしで味付けしました。

大豆(国内産) 賞放不検出<1.4<1.4



288 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日
ねぎ入り具だくさんがんも

80g×2 **340円**(税込**367円**)

丸和の豆腐生地に、人参、ごぼう、長ネギ、生姜、切昆布、黒ごまなど具材をたくさん加えました。

大豆(国内産)



289 冷蔵

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) 賞放不検出<1.1<1.0



290 冷蔵

JAやさと(茨城県・石岡市) 賞届いて5日
八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付)

35g×3 **180円**(税込**194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) 賞放不検出<3.8<3.4



291 冷蔵

JAやさと(茨城県・石岡市) 賞届いて5日
本味納豆(タレ・カラシ無)

40g×3 **160円**(税込**173円**)

茨城県産大豆使用。小粒納豆より少し大きめの大豆で作りました。タレ、カラシ無し。

大豆(茨城県) 賞放不検出<3.4<3.0



292 冷蔵

水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞届いて7日
水府納豆ミニ2個(タレ・カラシ付)

40g×2 **130円**(税込**140円**)

茨城県産小粒大豆100%。軟らかめの豆を風味よくねかせました。

大豆(茨城県) 賞放不検出<2.9<3.7



293 冷蔵

水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞届いて7日
押し麦入り納豆(タレ・カラシ無)

40g×2 **208円**(税込**225円**)

茨城県産小粒大豆、国産大麦使用。押し麦を混ぜることで、もちもちとした食感が加わります。

大豆(茨城県) 賞放不検出<3.5<3.2



294 冷蔵

登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて6~7日
十勝の息吹ひきわり2P(タレ・カラシ付)

40g×2 **236円**(税込**255円**)

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前日に挽き割り、納豆にしました。

大豆(北海道)



295 冷蔵

登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて6~7日
登喜和3P(タレ・カラシ付)

40g×3 **231円**(税込**249円**)

登喜和食品の基本商品です。程よい歯ごたえと大豆の旨味を醸し出した小粒納豆に仕上げました。

大豆(北海道)



296 冷蔵

登喜和食品(東京都・府中市) 賞30日
丸大豆てんべ

100g **328円**(税込**354円**)

北海道十勝産大豆(トヨホメ)をテンペ菌で発酵。発酵終了後に低温加熱処理をして長期保存を実現。

大豆(北海道)



297 冷蔵

丸和食品(東京都・練馬区) 賞21日
水煮大豆

200g **270円**(税込**292円**)

国産の大豆を水煮にしました。ほんのり塩味がついています。サラダや筑前煮、カレーにも。

大豆(国内産)



298 冷蔵

浜食(東京都・調布市) 賞10日
洗いもずく

200g **318円**(税込**343円**)

沖縄・伊平屋島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。

もずく(沖縄県)



299 冷蔵

逆井こんにゃく(千葉県・野田市) 賞90日
こんにゃく

250g **172円**(税込**186円**)

下仁田産最上級こんにゃく粉のみを使用し、昔ながらの伝統的な製法で作るこんにゃくです。

こんにゃく(群馬県)



300 冷蔵

逆井こんにゃく(千葉県・野田市) 賞90日
しらたき

200g **172円**(税込**186円**)

味の染み込みがよく、歯ごたえもしっかりあるしらたきです。

こんにゃく(群馬県)



301 冷蔵

グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日
有機栽培生いもまるごと芋こんにゃく

100g×3P **308円**(税込**333円**)

赤城山のすそ野で育った有機のこんにゃく芋を使用。こんにゃく本来の美味しさが楽しめます。あく抜き済み。

こんにゃく(群馬県)



302 冷蔵

グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日
有機栽培生いもまるごと芋しらたき

100g×3P **308円**(税込**333円**)

赤城山のすそ野で育った有機のこんにゃく芋を使用。生芋ならではの風味が楽しめます。あく抜き済み。

こんにゃく(群馬県)



303 冷蔵

菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日
煮豆 お福豆(紫花豆)

120g **320円**(税込**346円**)

北海道の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわす煮上げました。

紫花豆(北海道)



308 冷蔵

佐々商店(埼玉県・越谷市) 賞60日
伊勢志摩産ひじきの彩り煮

110g **278円**(税込**300円**) 通常税込**328円**

伊勢志摩産ひじきを入参、大豆その他の具材とともに彩り良く、風味豊かに炊き上げました。

ひじき(三重県)



310 冷蔵

佐々商店(埼玉県・越谷市) 賞60日
具たっぷり五目炊き込みご飯の素

160g(2合用) **358円**(税込**387円**) 通常税込**410円**

国産の鶏肉、人参、ごぼう、椎茸、大豆と国内製造のこんにゃくに、油揚げをたっぷり使用したご飯の素です。

鶏肉(国内産)



304 冷蔵

菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日
煮豆 青豆

120g **350円**(税込**378円**)

北海道産青えんどう豆使用。豆の色はきれいなうぐいす色。軟らかさの中にしっかりコシを残した仕上がりに。

青えんどう豆(北海道)



305 冷蔵

仁徳(千葉県・船橋市) 賞30日
茶漬昆布

80g **298円**(税込**322円**)

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。

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

お米の保存方法について

室温での保管ですと、虫の活性が高まります。「野菜室」での保管をおすすめします。また、米びつや容器の清掃もおすすめいたします。

4代50年にわたって農薬や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。もみで貯蔵している米を、受注後精米。



宮城・黒澤さんのササニシキ

502020	白米	5kg	4800円(税5184円)
311	玄米	5kg	4500円(税4860円)

黒澤さん(宮城県・涌谷町)



減農薬・減化学肥料栽培(ネオニコチノイド系農薬不使用)のお米です。JAやさと稲作部会の精鋭48名より。



やさとのお米(コシヒカリ)

312	白米	2kg	1980円(税2138円)
-----	----	-----	---------------

JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)



502076 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

国内産ハトムギ

150g	560円(税605円)
------	-------------

希少な国内産ハトムギです。お米と一緒に炊く場合、ハトムギを一晩水に漬けてから炊いてください。

アマランサス、大麦(国内産)、はと麦(国内産)、もちきび(北海道)、発芽玄米(国内産)、キヌアをブレンド。



502075 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)

雑穀ブレンド

400g	711円(税768円)
------	-------------

漬物

塩分16~18%

313 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 賞180日

徳用 梅干し(しそ漬)

500g 2200円(税2376円)

昔ながらの天日干し梅干しの徳用品。梅は石灰イオウ合剤を1~2回使用、しそは低農薬栽培。塩分16~18%。

梅(奈良県、和歌山県、三重県)

ギムチチャーハンにしても◎

314 やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 賞14日

白菜キムチ「頂」

300g 578円(税624円)

白菜の美味しさを逃がさず、熟練の技とこだわりの素材で漬けたお好みの野菜でキムチが作れます。

白菜(国内産)

315 やがちゃんキムチ(千葉県・柏市) 賞120日

マイルド菜菔醤(キムチの素)

200g 570円(税616円)

やがちゃんキムチ特製のヤンニョムジャンです。下漬けしたお好みの野菜でキムチが作れます。

唐辛子(中国)

2025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
宮城県	黒澤さん	ひとめぼれ		
		コシヒカリ	玄米で不検出のため白米は検査実施なし	Cs134: 不検出<0.14 Cs137: 不検出<0.14
		ササニシキ		
茨城県	JAやさと稲作部会	コシヒカリ	Cs134: 不検出<0.15 Cs137: 不検出<0.12	
山形県	おきたま興農舎	ひとめぼれ	Cs134: 不検出<0.14 Cs137: 不検出<0.13	

・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。

お届けは9月2回になります

316 やまだ(和歌山県・御坊市) 賞120日

めはり高菜漬ほんまもん

150g 498円(税538円)

契約栽培した国産高菜を一株づつ丁寧に並べて、塩とウコンだけで漬け込みました。

高菜(国内産)

317 やまだ(和歌山県・御坊市) 賞90日

茄子のしば漬ほんまもん

100g 498円(税538円)

生の茄子と京都大原産の赤紫蘇を食塩のみで漬け込み、自然熟成させたお漬物です。ゴマ、生姜を加えても。

茄子(国内産)

318 浜食(東京都・調布市) 賞60日

ピリ辛きゅうり醤油漬

150g 289円(税312円)

厚切りしたきゅうりを醤油、白だし、純米酢、唐辛子などの調味液で、パリパリした食感に仕上げました。

きゅうり(国内産)

319 浜食(東京都・調布市) 賞60日

ピリ辛れんこん醤油漬

120g 318円(税343円)

茨城県産のれんこんを醤油漬にしました。ピリ辛味がクセになります。ごはんのおともやおつまみにも。

れんこん(茨城県、唐辛子(中国))

320 三里塚物産(千葉県・成田市) 賞150日

三里塚らっきょう田舎漬

100g 535円(税578円)

千葉伝統の「ころがし製法」を参考に、低塩で下漬。乳酸発酵させたものを醤油酢と三温糖で漬込みました。

らっきょう(千葉県、茨城県)

冷凍食品

食生活の心がけ

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

日々の食卓でのお助け品となる冷凍食品。常総生協では原材料の素性がわかる、何より「家庭での手作りに近い総菜」をコンセプトとしています。お弁当の隙間、今夜のあと一品に安心・安全な冷凍食品をとり入れて食卓を笑顔にしましょう。

321 ヨコミジ(埼玉県・さいたま市)

ヨコミジの餃子

540g (18g×30) 695円(税751円)

豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りました。この風味が控えてめでたさの少ないあっさり味。焼いて。

豚肉・キャベツ(国内産)

322 ニッコー(神奈川県・大和市)

しそさっぱり餃子

10個180g 445円(税481円)

具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこんださっぱりとした餃子です。タレなしでも召し上がれます。焼いて。

しそ(国内産)

323 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日

飛鳥の黒豚肉の焼き餃子

350g(20個) 740円(税799円)

黒豚肉と野菜をたっぷり入れ、にんにくを利かせた焼き餃子。ひとつひとつ手包みしました。焼いて。

豚肉(国内産)

324 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日

飛鳥の黒豚シューマイ

180g(12個) 475円(税513円)

豚肉たっぷりのシューマイです。シューマイで味わい豊かに仕上がっています。蒸すかレンジで温めて。

豚肉(国内産)

325 飛鳥食品(東京都・江戸川区) 賞120日

飛鳥の手作り帆立シューマイ

192g(6個) 588円(税635円)

帆立をたっぷり入れたシューマイでコクのあつ味わい。大きめで食べ応え満点です。蒸すか、レンジで温めて。

帆立(青森県、北海道)

326 ニッコー(神奈川県・大和市)

レンジで簡単!小籠包

240g(8個入) 475円(税513円)

国産原料(豚肉、たまねぎ、しいたけ、しょうが)を使用した小籠包。レンジが蒸して。加工でん粉:0.7%

豚肉(国内産)

327 アイケイ食品(埼玉県・川口市)

国産豚角煮ちまき

320g (4個入) 1180円(税1274円)

国産もち米をサワラ材せいろで蒸し国産干し椎茸を混ぜたおこわに国産豚角煮をトッピング。レンジが蒸して。

米・豚肉(国内産)

328 ニッコー(神奈川県・大和市)

担々麺

1食280g (麺130g) 450円(税486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)

329 ニッコー(神奈川県・大和市)

中華丼の具セット(塩、醤油)

(180g×2) 924円(税998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。湯煎して。

困ったときにあったら便利!

お弁当の隙間や夕飯の一品に♪

330 国産原料にこだわったお徳用春巻

14本420g 550円(税594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。揚げたて。加工でん粉:約1.6%

小麦(国内産)

9月2回のお届け まきばのお惣菜 全品特価

331 まきば(新潟県・南魚沼市)

レンジでやわらかカツ(ミルフィーユ風)

180g (6個入) 598円(税646円)

新潟産豚もも肉を1.6ミリにスライスし3層に重ねたミルフィーユ風カツ。揚げ調理済。レンジ、トースターで。

豚肉(国内産)

332 まきば(新潟県・南魚沼市)

雪むろ一口コロッケ(カレー)

150g (10個入) 450円(税486円)

一口サイズの油調理みカレーコロッケ。じゃがいもは、天然の冷蔵庫「雪室」で熟成。レンジ、トースターで。

じゃがいも(国内産)

333 まきば(新潟県・南魚沼市)

雪むろ一口コロッケ(ビーフ)

150g (10個入) 458円(税495円)

一口サイズの油調理みコロッケ。国産牛の甘辛煮とともにコロッケにしました。レンジ、トースターで。

じゃがいも(国内産)

334 まきば(新潟県・南魚沼市)

雪むろ一口コロッケ(きんぴら)

150g (10個入) 450円(税486円)

一口サイズの油調理みコロッケ。きんぴらごぼうをコロッケの具にしました。レンジ、トースターで。

じゃがいも(国内産)

夏こそ、あえての温麺♪

トビウオ(あご)の上品なコクと味わいが楽しめる一品♪

調理例

2食

あごだしの深い旨みが味わえるうどんです。鍋で。※麺・つゆに加工でん粉使用(全体の約9%)

335 ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)

長崎五島風あごだしうどん

514.4g(2食) 460円(税497円)

小麦粉(国内産)

冷食担当 小室のおすすめ

甘辛い濃いめのタレと 若鶏肉の相性が抜群♪

天然醸造醤油で仕込んだ秋川牧園のオリジナルのタレに漬け込みました。部位によって焼き方を変えているので鶏肉のうま味が凝縮。湯煎かレンジで温めるだけで簡単に出来立ての焼き鳥が楽しめます!



336 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
やきとり5種盛り合わせ
275g(10本) **1100円**(税込 **1188円**) 通常税込 **1296円**
鶏肉(山口県、他)

季節限定品

盛岡冷麺を食べよう!

お好みでキムチや野菜、
薬味、ゆで卵や
牛肉等を加えても♪



レシピ
① 鍋たっぷりに湯を沸かし、冷凍のまま麺を入れ、ほぐしながら4分30秒ゆでる。
② 添付のスープを流水解凍して水120mlに溶かす。
③ 茹でた麺をざるで水洗いする。
④ 器に麺を盛付てスープを注ぐ。

337 凍 米大 小 2食
粉夢(岩手県・岩手町) 賞180日
盛岡冷麺セット
400g(麺170g×2 スープ30g×2) **648円**(税込 **700円**) 通常税込 **758円**
馬鈴薯(北海道)、小麦(岩手県)

奥出雲の豊かな自然が育んだ
牛乳を贅沢に凝縮した



乳脂肪分:13.0%
339 凍
木次乳業(島根県・雲南市)
VANAGA(ビターチョコ)
120ml **460円**(税込 **497円**) 通常税込 **524円**
奥出雲の牛乳と有精卵の濃厚ベースに、甘さを抑えて
カカオの香りを引き立てたビターチョコアイスです。
生乳(島根県)

乳脂肪分:13.0%
338 凍
木次乳業(島根県・雲南市)
VANAGA(バニラ)
120ml **460円**(税込 **497円**) 通常税込 **524円**
奥出雲の牛乳と平地飼育精卵、国内産のビートグラニュー糖を使用したリッチなバニラアイスです。
生乳(島根県)

乳脂肪分:13.0%
340 凍
木次乳業(島根県・雲南市)
VANAGA(抹茶あずき)
120ml **460円**(税込 **497円**) 通常税込 **524円**
厳選抹茶と国内産の大納言小豆が主役。奥出雲の牛乳と有精卵で作った、濃厚な抹茶あずきアイス。
生乳(島根県)

341 凍 卵米大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
鶏ごぼうハンバーグ
26g×8 **465円**(税込 **502円**)
国産鶏肉にごぼうと玉ねぎを合わせた、小さめのハンバーグ。お弁当やおつまみに。レンジまたは焼いて。
鶏肉(国内産)

342 凍 卵米大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
大きな豆腐肉団子(黒酢あん)
8個340g(固形量208g) **540円**(税込 **583円**)
団子の豆腐は国産大豆・天然にがり使用、タレは国産玄米原料の黒酢を使用。ふわっと柔らかく、湯煎かレンジで。
野菜・豆腐・鶏肉(国内産)

343 凍 乳米大 小
日岡商事(兵庫県・加古川市) 賞180日
黒豚ポテトコロッケ
3個180g **365円**(税込 **394円**)
じゃがいもと黒豚肉の素揚げに優しい味わい。国産原料の醤油やノンホモ牛乳等素材にこだわりました。揚げ。
じゃがいも(北海道)、豚肉(鹿児島県)

344 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
甘酢のやわらかチキン南蛮
150g(4~5個) **455円**(税込 **491円**)
ふわわり衣に特製甘酢タレを染み込ませ、柔らかい食感です。レンジで温めて。タルタルソースレシビあり。
鶏肉(国内産)

マグロを調味液にじっくりと漬け込むことで、冷めても柔らかいカツに仕上げました。レンジかトースターで。
345 凍 卵小
マストミ(徳島県・徳島市)
ひとくちマグロカツ
150g **560円**(税込 **605円**)
ピンチョウマグロ(太平洋)

346 凍 卵米大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
ぶちプリえびかつ
6個120g **370円**(税込 **400円**)
えびがたっぷりのミニえびかつです。油調理済なのでオープン等であたためただけですぐに使えて便利です。
小麦(国内産)

347 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
ピリ辛チキンバー
150g(8~9個) **455円**(税込 **491円**)
持ちやすく食べやすい大きさのスティック状ナゲット。レンジかトースターで温めて。
鶏肉(山口県、他)

348 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
鶏レバー甘辛焼き
120g(7~9個) **435円**(税込 **470円**) 通常税込 **502円**
開放鶏舎で健康に育った若鶏のレバーを蒸気でふっくら焼き、甘辛いタレをからめました。湯煎かレンジで。
鶏肉(山口県、他)

349 凍 卵米大 小
マストミ(徳島県・徳島市) 賞90日
マグロの塩麹竜田
150g **580円**(税込 **626円**) 通常税込 **648円**
塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの竜田揚げ。レンジで温めて。さらにトースターで香ばしく仕上げても。
びんちょうまぐろ(太平洋)

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

351 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
鶏だんご
175g(12~14個) **415円**(税込 **448円**)
秋川牧園の若鶏もも肉・むね肉で作った鶏だんご。スープや鍋、お好みのソースで絡めても。レンジか鍋で。
鶏肉(山口県、他)

352 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 **489円**(税込 **528円**)
お好み焼専門メーカーが国産原料と贅だしを使い、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)

353 凍 卵大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
有機パスタの和風きのこスパゲッティ
400g(2食入) **620円**(税込 **670円**)
有機パスタを使用した和風のきのこスパゲッティ。醤油ベースのソースがきのここと相性抜群。レンジか湯煎で。
小麦(イタリア)、しめじ・エリンギ・マッシュルーム(国内産)

354 凍 卵米大 小
ニッコー(神奈川県・大和市)
野菜たっぷりチャンポン
280g(麺130g) **450円**(税込 **486円**)
沸騰した湯に凍ったまま入れ湯がくだけ。自社製生麺でコシがあり、国産野菜と豚肉など具もたっぷり。鍋で。
小麦(国内産)

355 凍 卵米大 小
秋川牧園(山口県・山口市)
とり天
170g(15~20個) **530円**(税込 **572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)

356 凍 卵米大 小
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
わかめどっさりうどん
2食556g **470円**(税込 **508円**)
国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鮎、昆布ダシの関西風つゆ。鍋で。
わかめ(韓国)

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

冷菓

358 凍 卵米小
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、重曹、塩をブレンドしたミックス粉で餡は10勝産小豆使用。レンジか自然解凍で。
小麦粉(北海道、九州)

359 凍 卵米小
新川屋(新潟県・十日町市) 賞180日
しんかわやの笹だんご
250g(50g×5個) **880円**(税込 **950円**)
新潟名物の笹だんご。主原料のうるち米、餅米、小豆は国内産。一つ一つ手作業で笹に包みました。解凍して。
米・小豆(国内産)

シーズン最終
360 凍 大
華桔梗(愛知県・名古屋市中)
京風わらびもち
200g(4個入) **328円**(税込 **354円**) 通常税込 **378円**
京風の深煎りのきな粉をまぶした風味豊かなわらびもちです。自然解凍で。
小豆(北海道)

お届けは
9月2回に
なります
361 凍 卵乳米
seed(大阪府・田尻町) 賞90日
グルテンフリー ティラミス
1個(12cm) **920円**(税込 **994円**) 通常税込 **1080円**
小麦粉不使用の玄米スポンジ生地で作ったご褒美ティラミスです。冷蔵庫5~6時間解凍で。
卵(国内産)、コーヒード(コロンビア)

チーズとさつまいもの 黄金の組み合わせ♪

362 凍 卵乳米
seed(大阪府・田尻町) 賞90日
さつまいものバスクチーズケーキ
1個(12cm) **1498円**(税込 **1618円**) 通常税込 **1728円**
生乳(北海道)、さつまいも(鹿児島県)

小豆入りのふんわりとした生地でほうじ茶クリームとダイスカットされた果を巻き上げました。
363 凍 卵乳小
丸きまんじゅう(佐賀県・佐賀市)
ほうじ茶香る栗と小豆の和風ロール
175g(4切)(長さ約11cm) **646円**(税込 **698円**) 通常税込 **745円**
卵(国内産)

364 凍 卵大
鳴門のいも屋(徳島県・鳴門市) 賞180日
芋棒
400g **620円**(税込 **670円**)
徳島県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)

365 凍 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)

久保田食品

366 凍 卵乳大 小
久保田食品(高知県・南国市)
夢中熱中 バニラの最中 2個組
110ml×2 **280円**(税込 **302円**)
バニラビーンズを使用した、乳脂肪分8%の本格的なおいしさのバニラ最中です。
生乳(北海道)

367 凍 乳
久保田食品(高知県・南国市)
おっぱいアイスマルク 2個組
80ml×2 **260円**(税込 **280円**)
牛乳の素朴なおいしさをベースにバニラビーンズのほんの甘い香りを付加したナチュラルな味わいのアイス。
生乳(北海道)

368 凍 卵乳大 小
久保田食品(高知県・南国市)
あずきアイスクャンデー 2本組
80ml×2 **240円**(税込 **260円**)
丁寧に炊き上げた100%北海道十勝産小豆あんを使用したあずきアイスパバーです。
小豆(北海道)

369 凍 乳
久保田食品(高知県・南国市)
宇治金時アイスクャンデー 2本組
80ml×2 **240円**(税込 **260円**)
丁寧に炊き上げた100%北海道十勝産小豆と抹茶の風味がマッチした和風アイスクャンデーです。
小豆(北海道)・茶葉(京都府)

落花生の八街からの贈り物

増田商店のみなさん

全品
特価落花生100%のピー
ナッツクリームです。ますだ(千葉県・八街市) 賞90日
香るピーナッツクリーム

374 無糖



230g 693円(税込748円) 通常税込799円

668 スイートタイプ前

230g 693円(税込748円) 通常税込799円

落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.2

千葉八街産。今ではめずら
しくなった天日干し乾燥。香
りが高く、甘みも強いです。ますだ(千葉県・八街市) 賞90日
天日干しさやいり落花生

370 160g

739円(税込798円) 通常税込842円

371 300g

落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4

1341円(税込1448円) 通常税込1512円

ますだ(千葉県・八街市) 賞90日
うす皮煎り落花生(Qなっつ)

372 無塩

120g 720円(税込778円) 通常税込810円

373 うす塩

落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4

120g 720円(税込778円) 通常税込810円



376 乳落大

ますだ(千葉県・八街市) 賞90日

彩り(いろどり)

120g 461円(税込498円) 通常税込518円

砂糖(白雪)、コーヒー、抹茶の3種を使用した落花生。

落花生(千葉県)

千葉県の新品種、はっ
きりした甘みが特徴で
香ばしくて止まらない
おいしさ。

菓子担当 真紀子のおすすめ

珍しい!

落花生で作った甘納豆

特



377 落

ますだ(千葉県・八街市) 賞60日

甘納豆(落花生)

130g 452円(税込488円) 通常税込518円

落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.0 <3.4

天日干しの落花生
と砂糖のみで作っ
た甘納豆。やさし
い甘さでお茶うけ
にピッタリです!天日干しの落花生をむき身にし、しっ
とりやわらかい甘納豆にしました。

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。

食生活の心がけ

子どもにとっては「第4の食事」。
大人には安らぎや気分転換に。
素材の味を大切に、シンプ
ルな内容
の菓子を
中心に扱
います。

イメージ

378

アリモト(兵庫県・加西市) 賞150日

大吟山 山田錦せんべい 濃厚醤油

25枚 500円(税込540円)

酒造米である「山田錦」の米で作りました。
濃厚な味わいの醤油煎餅です。

うるち米(国内産)

379

アリモト(兵庫県・加西市) 賞150日

大吟山 山田錦せんべい ねぎみそ

25枚 500円(税込540円)

酒造米である「山田錦」の米で作りました。
やさしい味のねぎみそ味の煎餅です。

うるち米(国内産)

380

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞120日

純国産 小魚せんべい

65g 288円(税込311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)

381

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞120日

純国産 ポテトチップス和風だし

53g 239円(税込258円)

和風だしが効いたポテトチップスです。シンプルな原
材料でじゃがいも本来のおいしさが感じられます。

じゃがいも(北海道)

382

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞120日

純国産 ポテトチップス柚子

53g 239円(税込258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)

383

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞120日

純国産 芋けんぴ

125g 275円(税込297円)

九州産のさつまいも、国産の米油、北海
道産の砂糖大根を使用した芋けんぴ。

さつまいも(九州)

384

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞150日

純国産 北海道きなこねじり

100g 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)

385

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞90日

純国産 北海道きなこかりんとう

95g 348円(税込376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)

386

ノースカールズ(北海道・札幌市) 賞180日

純国産 ビスケット

120g 257円(税込278円)

マーガリン・ショートニング・膨張剤不
使用のビスケット。

小麦(北海道)

387

創健社(神奈川県・横浜市) 賞180日

珈琲ゼリー

105g 248円(税込268円)

宮古島の黒砂糖の旨味が加わりコクのある
コーヒゼリーに仕上がりました。

コーヒー豆(インドネシア)

菓子担当 今週のイチオシ!

全品特価



388

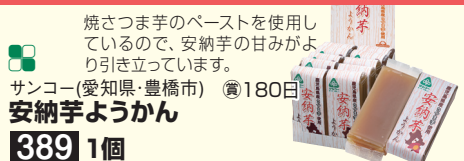
サンヨー(愛知県・豊橋市) 賞120日

アーモンドじゃこ 2個組

(7g×5)×2 472円(税込510円) 通常税込550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



サンヨー(愛知県・豊橋市) 賞180日

安納芋ようかん

389 1個

1個(58g) 146円(税込158円) 通常税込173円

10個(1個58g) 1338円(税込1445円) 通常税込1553円

水飴(国内産)

シーズン最終

ゲル化剤・酸味料・香料・着色料不
使用の、あまおうゼリーです。

391

ノースカールズ(北海道・札幌市)

純国産 いちごゼリー

10個 298円(税込322円) 通常税込343円

てん菜(北海道)



392

ノースカールズ(北海道・札幌市)

純国産 りんごゼリー

11個 348円(税込376円) 通常税込388円

国産りんご果汁100%の無添加ゼリーです。

てんさい(北海道)、りんご(国内産)



392

ノースカールズ(北海道・札幌市)

純国産 りんごゼリー

11個 348円(税込376円) 通常税込388円

国産りんご果汁100%の無添加ゼリーです。

てんさい(北海道)、りんご(国内産)

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

393

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

童仙房茶舗 有機煎茶

80g 765円(税込826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。

394

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

童仙房茶舗 三年宇治番茶

100g 556円(税込600円)

緑茶(京都府)

有機栽培のほうじ茶
と有機玄米をブレ
ンドした日本茶です。

395

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

童仙房茶舗 有機ほうじ玄米茶

100g 560円(税込605円)

緑茶(京都府)、玄米(国内産)

396

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×20 550円(税込594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。

紅茶・香料(スリランカ)

397

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×30 550円(税込594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ります。

ジャスミン(中国)



398

童仙房茶舗(京都府・南山城村)

童仙房茶舗 有機抹茶

30g 1998円(税込2158円) 通常税込2268円

農薬・化学肥料を使用しない茶園で育てたお茶を石臼で丁
寧に挽いた、宇治抹茶です。

緑茶(京都府)



399

ランカスター(千葉県・千葉市)

ダージリンティー(ティーバッグ)

2g×30 550円(税込594円) 通常税込626円

さわやかな芳香の紅茶です。農薬無散布。

紅茶(スリランカ)

前
737

庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市)

低温焙煎 庄内の麦茶

500g 535円(税込578円) 通常税込594円

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

大麦(山形県)

[放] 不検出 <0.5 <0.5

24本
1本あたり
税込83円

400

日本生活協同組合連合会

ラベルレスブレンド茶600ml×24

14.4L (600ml×24本) 1850円(税込1998円) 通常税込2160円

香ばしい大麦、はと麦に風味豊かな黒豆と玄米をブレ
ンド。すっきりとした爽やかな味わい。ノンカフェイン。

大麦(カナダ)、はと麦(タイ等)

無菌充填の完全密封包装ですの
で、開栓前は常温でも保存でき
ます。

401

ふくれん(福岡県・朝倉市)

成分無調整豆乳(九州産大豆)

1000ml 310円(税込335円) 通常税込356円

大豆(九州)



402

日本生活協同組合連合会 賞90日

りんごジュース100

1L 410円(税込443円)

りんご(国内産)



403

ゴールドバック(長野県・松本市)

北海道にんじんと国産くだもの 1ケース

160g×20本 2998円(税込3238円) 通常税込3348円

「バラの香りのにんじん」といわれる北海道産アロマレ
ッドと、国産果実だけをブレンドしました。

にんじん(北海道)



404

5本組

160g×5本 906円(税込978円) 1本あたり税込196円

ゴールドバック(長野県・松本市)

みかんジュース(ストレート)

160g×20本 3298円(税込3562円) 通常税込3858円

りんご(長野県)

1本あたり153円

406 岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

龍泉洞の水 500mℓ

500mℓ×24 **3400円(税3672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

前 **753** 米

天領酒造(岐阜県・下呂市)

造り酒屋の濃厚甘酒

500g **859円(税928円)** 通常税込 968円

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

琉球レモン(シークワーサー)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。

特 **お酒** **特**

南都酒造所(沖縄県・南城市)

琉球レモンサワー

ALC:5%

407 1缶 350mℓ **253円(税278円)** 通常税込 295円

1缶あたり税込266円

408 1ケース 350mℓ×24 **5798円(税6378円)** 通常税込 6600円

泡盛(沖縄県)

フレッシュな生ワイン♪

ALC:12.5%

特 **お酒** **特**

井筒ワイン(長野県・塩尻市)

井筒・生ワイン(2025年度産)

409 赤 720mℓ **1898円(税2088円)** 通常税込 2200円

410 白 720mℓ **1898円(税2088円)** 通常税込 2200円

ぶどう(長野県)

2025年度新酒

ぶどうを生ワインに仕込み、発酵が終わる前に瓶詰めにした。無添加にこだわりワインです。

CO-OP商品

特 **411** 日本生活協同組合連合会 国産小麦のミニロールケーキ 10個入 **313円(税338円)** 通常税込 376円

北海道産牛乳を使用したクリームをしっかりと・ふんわり食感の生地で巻いたロールケーキです。

412 日本生活協同組合連合会 南部せんべい 落花生 6枚 **180円(税194円)** 通常税込 219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、片面に落花生をまが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)

前 **758** 日本生活協同組合連合会 月山の水 2ℓ **125円(税135円)** 通常税込 155円

出羽三山の地下水を170mの深井戸からくみ上げました。くせのない飲みやすいミネラルウォーターです。山形県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

413 日本生活協同組合連合会 麦茶(六条大麦使用) 2000mℓPET×6本 **1080円(税1164円)** 通常税込 1296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)

前 **756** 日本生活協同組合連合会 ただの炭酸水 200mℓ×24 **1512円(税1632円)** 通常税込 1814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。

と お料理の隠し味として欠かせません。

米 日本生活協同組合連合会 虹の宴 料理酒 900mℓ **前** **602** **900mℓ** **前** **475円(税523円)** 通常税込 555円

414 1.8ℓ **890円(税979円)** 通常税込 1026円

米(国内産)

酒類 **前** **605** 米 相生ユニビオ(愛知県・西尾市) 三河伝統製法「古式本みりん」 500mℓ **930円(税1023円)** 通常税込 1107円

もち米(国内産、中国)

と **前** **606** アルファフードスタッフ(愛知県・名古屋市中) 粗精糖(自然派style) 1kg **440円(税475円)** 通常税込 528円

鹿児島県のサトウキビから作られた砂糖です。特に煮物などお料理によく合います。さとうきび(鹿児島県)

し **415** 海の精(東京都・大島町) 海の精やきしお 詰替用 60g **238円(税257円)** 通常税込 283円

日本特有の伝統的製法で作られた「海の精」を焙煎して焼塩にしました。海水(伊豆大島近海)

す くせのないまろやかな味が色々な料理に合います。

前 **611** 米 創健社(神奈川県・横浜市) 有機純米酢 500mℓ **490円(税529円)** 通常税込 588円

米(国内産)

契約栽培による樹上完熟のスターキングを使用。1年以上熟成して瓶詰めしました。

416 太田酢店(福島県・須賀川市) りんご酢 300mℓ **630円(税680円)** 通常税込 753円

りんご(国内産)

せ 沼屋本店(茨城県・つくば市) 常総寒仕込みしょうゆ **417** 生 360mℓ **457円(税494円)** 通常税込 548円

418 火入れ 500mℓ **619円(税669円)** 通常税込 738円

大豆(茨城県) [放] 不検出 <3.0 <3.3

そ 塩分10% **419** 田中屋(愛媛県・松山市) 米糀みそ 田中屋 500g **820円(税886円)** 通常税込 988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)

塩分8.5% **420** 田中屋(愛媛県・松山市) 麦こうじ味噌 田中屋 500g **600円(税648円)** 通常税込 720円

大豆1に対して大麦麹を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)

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

米澤製油(埼玉県・熊谷市) 圧搾一番しぼりなたねサラダ油 **421** 丸缶 600g **810円(税875円)** 通常税込 978円

635 大 **前** 1400g **1480円(税1598円)** 通常税込 1776円

なたね(オーストラリア)

宍道湖産の和大しじみ、北海道産利尻昆布、枕崎産荒節の旨味を純米酒「蔵の素」で最大限に引き出しました。

422 井ゲタ醤油(島根県・雲南市) しじみだし醤油 500mℓ **895円(税967円)** 通常税込 1067円

しじみ(島根県)

ゆず&かぼすのダブル果汁に、鯉節だしと昆布だしをプラス。

423 飯尾醸造(京都府・宮津市) 富士ゆずぽん酢 360mℓ **998円(税1078円)** 通常税込 1197円

ゆず(徳島県)、かぼす(大分県)

424 やましな(徳島県・藍住町) フォロドレッシング 330mℓ **500円(税540円)** 通常税込 594円

香ばしい玉ねぎの風味が後を引く、クリーミーなドレッシング。玉ねぎ(国内産)

クリーミーで濃厚なコクと芳醇なナチュラルチーズの味わいが特徴。

425 創健社(神奈川県・横浜市) 有精卵シーザーサラダドレッシング 180mℓ **440円(税475円)** 通常税込 528円

鶏卵(国内産)

426 ボールスタア(東京都・東村山市) 青森県田子町産みじん切りにんにく 65g **440円(税475円)** 通常税込 528円

青森県田子町産の風味豊かなにんにく「密地ホウライ種」を使用。切る手間のない「みじん切りタイプ」。にんにく(青森県)

鯉だしをきかせたつゆに、ねりごま、すりごま、信州みそを加えました。

427 ボールスタア(東京都・東村山市) かつお香るごまみそめんつゆ 330g **480円(税518円)** 通常税込 576円

脱脂大豆・小麦(アメリカ、カナダ)

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

前 **629** ボールスタア(東京都・東村山市) 国産野菜果実 中濃レストランソース 200mℓ **460円(税497円)** 通常税込 552円

野菜(国内産)

秋川牧園たまごの卵黄と、圧搾製法の一番搾りなたね油を使用したマヨネーズです。

428 秋川牧園(山口県・山口市) マヨネーズ 300g **598円(税646円)** 通常税込 714円

卵(国内産)

429 ナガノトマト(長野県・松本市) 長野県産ケチャップ 240g **680円(税734円)** 通常税込 812円

長野県の契約農家が愛情込めて大切に育てた完熟トマトを使用しました。トマト(長野県)

430 創健社(神奈川県・横浜市) 有機ダイストマト缶 400g **250円(税270円)** 通常税込 320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。ダイスカットにした立方体タイプ。有機トマト(イタリア)

食品調味料担当 石本のおすすめ

人気のわかめご飯の素がリニューアル!

新米の季節にうれしいお知らせ。原材料を見直し、さらにおいしくなって帰ってきました。炊き立てご飯に混ぜるだけで、簡単にわかめご飯の完成です。

リアス(千葉県・船橋市) わかめご飯の素 **431** 20g **495円(税535円)** 通常税込 551円

432 徳用 40g **917円(税990円)** 通常税込 1026円

わかめ(三陸)

調理例 **特**

2ページにてレシピを掲載♪

三陸産わかめに奥能登海水塩、甜菜糖、国内産のごまを加えました。わかめの風味がおいしいふりかけです。

秋彼岸にはおはぎや団子を作しましょう

全品 特価

433 川光商事(東京都・中央区) ねりあん 260g **298円(税322円)** 通常税込 346円

北海道産あずき使用、甘さひかえめのこしあん。小豆(北海道)

434 川光商事(東京都・中央区) つぶあん 260g **298円(税322円)** 通常税込 346円

北海道産小豆を使用。砂糖のみを加えた自然な味です。小豆(北海道)

435 川光物産(東京都・中央区) 玉三 国内産うぐいすきな粉 100g **185円(税200円)** 通常税込 216円

青大豆(国内産)

436 川光商事(東京都・中央区) 道明寺粉 170g **412円(税445円)** 通常税込 486円

和菓子材料、精進料理、揚げ物の衣などに。もち米(国内産)

437 川光商事(東京都・中央区) 玉三 極上白玉粉 200g **398円(税430円)** 通常税込 464円

新潟産水稲もち米の粉。冷菓作りにも。もち米(新潟県)

前 **701** 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡市) きな粉(大豆) 130g **230円(税248円)** 通常税込 275円

無農薬栽培された大豆を、時間をかけて焙煎しました。大豆(国内産) [放] 不検出 <2.7 <2.5

438 山田製油(京都府・京都市) 京都山田炒りごま(白) 50g **235円(税254円)** 通常税込 270円

白ごま(ケアメラ、ニカラガア、モザンビークなど)

439 山田製油(京都府・京都市) 京都山田炒りごま(黒) 50g **235円(税254円)** 通常税込 270円

黒ごま(ミャンマー、パラグアイなど)

食生活の心がけ

Let's乾物

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



乾物・だし
その他

447 **コタニ(岩手県・大船渡市)**
岩手産 きざみ芽かぶ
18g **350円(税378円)**
海藻のぬめりは水溶性の食物繊維といわれ、体によいといわれる成分がたくさん含まれています。
わかめ(岩手県) 【放】不検出 <4.4 <4.4

450 **風と光(神奈川県・横浜市)**
ベーキングパウダー
10g×4 **498円(税538円)**
有機濃縮ぶどう果汁、有機コーンスターチ、重曹だけで作ったベーキングパウダーです。
とうもろこし(ドイツ、他)

全品 特価
ふりかけやおにぎりに
440 **大** **小**
リラス(千葉県・船橋市) 賞180日
塩吹ひじき
30g **278円(税300円)** 通常税込322円
国産のひじきを使用し、化学調味料不使用で仕上げました。程良い塩加減と柔らかな食感が楽しめます。
ひじき(国内産)

ラタトゥイユに
おすすめ
441 **大**
リラス(千葉県・船橋市) 賞180日
大牧農場の元気な打ち豆
120g **278円(税300円)** 通常税込324円
北海道産の大豆を調理しやすいよう打ち豆にし乾燥したものの。サラダや炒め物、酢の物はサッとゆがいて使用。
大豆(北海道)

前 **649**
江藤さん(大分県・玖珠町)
江藤さんの干しいたけ
50g **510円(税551円)** 通常税込572円
自分の山から切り出した原木に植菌し栽培したしいたけを乾燥させました。
しいたけ(大分県)

前 **658**
士別農園(北海道・士別市)
士別農園 小豆
300g **460円(税497円)** 通常税込540円
北海道士別農園の減農薬栽培あずきです。皮が軟らかく、ふくらみ煮上がりします。
小豆(北海道)

442 **え**
友和丸(静岡県・静岡市) 賞60日
素干し桜えび
25g **960円(税1037円)** 通常税込1080円
水揚げした桜えびをそのまま天干したものです。かき揚げ、お好み焼き等に。開封後は冷蔵庫で保管して。
桜えび(駿河湾) 【放】不検出 <3.8 <3.8

みんな大好き
お好み焼き
全品 特価
国産有機野菜、果実を使用。香辛料は胡椒、ナツメグ、クローブ、ローレル、桂皮等を使用。

前 **677**
桜井食品(岐阜県・美濃加茂市)
お好み焼粉
400g **518円(税559円)** 通常税込600円
小麦粉は岐阜県産を使用し、その他、山いも粉、澱粉、昆布、しいたけも国内産使用。
小麦(岐阜県)

443 **米** **大** **小**
光食品(徳島県・上板町)
お好みソース
360ml **380円(税410円)** 通常税込430円
野菜(国内産、アメリカ他)

前 **664**
長谷川商店(東京都・中央区) 賞180日
青のり
35g **380円(税410円)** 通常税込430円
瀬戸内海でとれるアオコノリを細かくもんだもの。焼そば、お好み焼き、みそ汁に。
アオコノリ(瀬戸内海)

前 **660**
長谷川商店(東京都・中央区) 賞180日
はねだし焼きのり
全型10枚 **498円(税538円)**
厳選したのりを、風味を大切に一枚一枚焼き上げた物の中から、小穴や破れ、縮みなどをはね出したもの。
のり(有明海、瀬戸内海)

前 **659**
長谷川商店(東京都・中央区) 賞180日
寿司はねのり
全型10枚 **550円(税594円)**
軟らかで歯切れがよく、甘みのあるのり。寿司用に使った物の中からはねた若干難点があるのりです。
のり(国内産)

444
長谷川商店(東京都・中央区) 賞180日
おにぎりのり(はねだし)
10枚 **160円(税173円)**
小穴や破れ、縮みなどをはね出したお惣菜やおにぎり用ののりです。
のり(国内産)

445 **リラス(千葉県・船橋市)**
宮崎県産 どんこしいたけ
55g **1200円(税1296円)**
宮崎県産の肉厚な椎茸(原木)。だしや煮物はもちろん、焼き物、鍋物、炒め物、天ぷらにもどうぞ。
しいたけ(宮崎県)

446
創健社(神奈川県・横浜市)
無漂白の干びよう
30g **498円(税538円)**
真夏の太陽熱で干しあげた船状の干びよう。硫黄燻蒸処理をしていないので軟らかく、香りと風味が格別。
かんびよう(栃木県) 【放】不検出 <5.0 <4.5

お彼岸には
そば・うどんを
食べましょう
先祖供養の期間として知られるお彼岸。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるため、胃腸に優しいそばやうどんを食べる風習があります。
表紙13のカットわかめと一緒に
全品 特価
茹で時間約4分
国産のそばを石臼製粉し、挽きたてを練り込み、小麦粉、でんぷんを加えて打っています。
茹で時間約7分
国産のそばを石臼製粉し、挽きたてを練り込み、小麦粉、でんぷんを加えて打っています。

448 **リラス(千葉県・船橋市)**
きざみ昆布
15g **400円(税432円)**
日高昆布を細かくきざんであります。数分で煮上がります。
昆布(北海道)

449 **コタニ(岩手県・大船渡市)**
万能汁物の具
30g **580円(税626円)**
岩手産わかめ、芽かぶ、ふのり、岩のりをまぜ合わせた汁物の具です。
わかめ(岩手県) 【放】不検出 <4.1 <4.3

前 **656**
三和食品(群馬県・藤岡市)
中華風だし一番
8g×10 **420円(税454円)**
中華料理の要となるだしのうまみを凝縮した万能だしです。野菜とオイスターのうまみを効かせた味とコク。
キャッサバ(タイ)

451 **よつ葉乳業(北海道・音更町)**
よつ葉北海道スキムミルク
150g **285円(税308円)**
北海道の生乳を使用。製菓、パン用としてもお使いいただけます。
生乳(北海道)

前 **722**
創健社(神奈川県・横浜市)
さば味付
190g (固形量140g) **410円(税443円)**
長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、本醸造醤油と喜界島産粗糖のみで味付けしました。
さば(西日本)

452 **アサヒグループ食品(東京都・墨田区)**
旨だし みそ汁セット
8袋 **1200円(税1296円)**
4種類の即席のみそ汁セットです。お椀に入れ熱湯を約160ml注いで、軽くかき混ぜてください。
小豆(北海道)

前 **691** **そ** **小**
北館製麺(岩手県・八幡平市)
挽きたてのざるそば
200g ×2 **528円(税570円)** 通常税込594円
小麦(国内産)

前 **693** **小**
三上製麺(埼玉県・所沢市)
もちりつるっこおいしいうどん
300g ×2 **598円(税646円)** 通常税込700円
小麦(埼玉県、他) 【放】不検出 <3.7 <2.9

CO-OP商品

前 **732**
日本生活協同組合連合会 賞180日
瀬戸内海産食べる煮干
50g **320円(税346円)**
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
片口いわし(瀬戸内海)

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

453
日本生活協同組合連合会
ほたて貝柱水煮ほぐし身
70g **580円(税626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)

前 **716**
日本生活協同組合連合会
ゆであずき(北海道)
190g **180円(税194円)**
北海道小豆100%使用。糖度を38～42%におさめました。ぜんざい、お汁粉、小倉トースト、あんみつなどに。
小豆(北海道)

454 **日本生活協同組合連合会**
おいしい赤飯
160g×3 **650円(税702円)**
国内産水稻もち米と北海道産小豆を使用したしトルト包装赤飯。レンジ、湯せん調理可能。
小豆(北海道)、もち米(国内産)

前 **689** **小**
日本生活協同組合連合会
スパゲッティ 1.6mm
1kg **498円(税538円)**
デュラム小麦のセモリナ100%使用。太さ1.6mm。
小麦(カナダ、アメリカ、他)

日用雑貨
家庭から化学物質を排除しまじゅー！
766 **前**
ポーソー油脂(東京都・中央区)
安心生活洗濯用液体石けん無香料 詰替用
900ml **544円(税598円)**
767 **前**
ポーソー油脂(東京都・中央区)
安心生活洗濯用液体石けん詰替用1.8ℓ
1.8ℓ **933円(税1026円)**

前 **769**
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
詰替用 バックス酸素系漂白剤
500g **660円(税726円)**
酸素の漂白作用で黄ばみ防止、黒ずみ、しみ、赤ちゃんの肌着、おむつの漂白、除菌等にも安心して使えます。

455 **太陽油脂(神奈川県・横浜市)**
バックスナチュロン クリームソープ無香料
100g **220円(税242円)**
パーム油、ヤシ油が主原料の石けん素地に、ホホバ油、ひまわり油を配合したキメ細かな泡立ちの浴用石けん。

前 **781**
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
バックス ソルティーはみがき
120g **490円(税539円)**
塩のちからで歯周炎(歯槽膿漏・歯肉炎)を予防して歯ぐきを健やかに保つ、塩入り石けんはみがき。

456
太陽油脂(神奈川県・横浜市)
バックスナチュロン UVクリームR
45g **1498円(税1648円)** 通常税込1817円
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。

前 **793**
マスコー製紙(静岡県・富士宮市)
ピュアティッシュペーパー
180w×5箱 **540円(税594円)**
回収した牛乳パック55%と古紙45%。蛍光染料を使わない2枚重ね。ソフトな肌ざわりです。

◎芯の小さいタイプ
紙パック類を含む再生紙100%。無漂白、セミソフトタイプ。130m巻シングル。専用芯でご使用ください。
前 **789**
丸富製紙(静岡県・富士市)
ペンギン芯なし(トイレトペーパー)
130m×6ロール **570円(税627円)**

天然杉の
優しい香りが好評!
明治初期から続くお線香屋さんの駒村清明堂。筑波山周辺で採取した杉の葉を水車で挽いて作った天然杉粉100%のお線香。杉本来の香りです。合成香料、着色料不使用。
水車の動力で杉の葉を挽きます
お届けは9月2回になります
457
駒村清明堂(茨城県・石岡市)
水車杉線香
約190g サイズ13cm **1300円(税1430円)** 通常税込1540円
100年変わらない伝統の製法を続ける駒村清明堂より。筑波山周辺の杉の葉を水車で挽いて粉にして作ります。

全品 特価

いつもの商品が
お買い得!

ぜひこの機会にご利用ください

真さばを三枚におろし、独自の調味液に漬けました。半解凍後、適当な大きさに切ってください。



461 凍 米 大小
千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)
しめさば3種セット

240g(3枚) **1080円**(税込 **1166円**) 通常税込 **1204円**

さば(国内産)



465 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞20日
鎌倉ボンレスハム(徳用)

400g **1320円**(税込 **1426円**) 通常税込 **1544円**

脂肪が少なく味が濃い、豚も肉で作ったハム。そのままはもちろん、ハムステーキやスープにも。
豚肉(国内産)



469 冷 乳
よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞180日
よつ葉北海道バター 加塩 2個組

150g×2 **740円**(税込 **800円**) 通常税込 **862円**

生乳(北海道)



458
右田さん達(熊本県・芦北町)、他
ミニトマト徳用

約300g **460円**(税込 **497円**) 通常税込 **518円**

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。
熊本県、他



169円/100g 調理例
462 凍
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏ムネ切り身(バラ凍結)

800g **1250円**(税込 **1350円**) 通常税込 **1431円**

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



466 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×3

40g×3 **610円**(税込 **659円**) 通常税込 **698円**

発色剤、結着剤、化学調味料などをいっさい使用しない無添加ハムです。
豚肉(国内産) [放] 不検出 <3.6 <3.1



20個
470 凍 米
ヨコミゾ(埼玉県・さいたま市)
ヨコミゾの香港黄金しょうが餃子

360g(18g×20) **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **538円**

一般的な生姜よりも辛みと香り成分が強い黄金生姜と国産野菜・豚肉・小麦で仕上げました。焼いて。
野菜・豚肉・小麦(国内産)



土づくりと栽培管理を徹底し、化学合成農薬・化学合成肥料を使用せずに育てたものをお届けします。
459
ゼスプリインターナショナルジャパン
徳用キウイフルーツ(グリーン)

8個入り **1098円**(税込 **1186円**) 通常税込 **1218円**

ニュージーランド



172円/100g
463 凍
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日
秋川の若鶏手羽元開き(バラ凍結)

500g **798円**(税込 **862円**) 通常税込 **929円**

手羽元の骨に沿って切れ目を入れ、火の通りが早いのでご家庭の焼く・揚げる・煮る等の調理時間短縮に。
山口県・福岡県・熊本県・大分県



お得 2袋
467 冷
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日
鎌倉串ざしフランクフルト2袋

(40g×5)×2 **900円**(税込 **972円**) 通常税込 **1015円**

豚肉、砂糖、香辛料を使用したポークフランクを串に刺しました。そのまま焼いて。今回は2袋でお届けです。
豚肉(国内産)



5個
471 凍
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)
ライスバーガー てりやきチキン

5個575g **950円**(税込 **1026円**) 通常税込 **1078円**

醤油味のライスプレートに甘辛たれ仕上げの国産若鶏もも肉をサンド。レンジで。加工澱粉：全体の0.6%
米・鶏肉(国内産)



ミャンマー沖(ベンガル湾、アングマン海)で漁獲した天然えびを、現地工場むき、急速バラ凍結しました。
460 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(大)

160g **520円**(税込 **562円**) 通常税込 **586円**

えび(ミャンマー)



261円/100g おつまみや献立の一品に!
464 凍 米 大小
秋川牧園(山口県・山口市)
秋川の若鶏砂肝ゆずこしょう炒め

120g **290円**(税込 **313円**) 通常税込 **335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)



イメージ
468 凍 大
丸和食品(東京都・練馬区)
きざみ揚げ(冷凍) 2袋

100g×2 **420円**(税込 **454円**) 通常税込 **492円**

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。
大豆(国内産) [放] 不検出 <1.2 <1.9



6個
1個あたり 税込156円
472 卵 乳 米 大小
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) **865円**(税込 **934円**) 通常税込 **955円**

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



創業文政元年 手造りの味
かまぼこ
いちろうこ

美味しさ永〜く
いちろうこ (静岡県・静岡市)

創業文政元年(1818年)。いちろうこは創業以来二百年以上にわたり「美味しさ永〜く」をモットーに、添加物に頼らず、吟味した素材と手仕事にこだわったかまぼこ作りを続けています。私たちの練り物は、ひと口食べれば魚本来の豊かな旨みを感じていただけます。余計なものはいらず、魚の旨みを引き立てる調味料と、つなぎに使用する澱粉だけで仕上げています。白砂糖ではなくきび粗糖、精製塩ではなく天然海塩、だしには鰹節のみを使用。素材一つひとつを吟味し、昔ながらの製法を大切にしています。すりつぶした魚の身がぎっしりと詰まった、まるで魚を丸ごと味わっているような力強い風味と食感。それが、創業文政元年から受け継がれてきたいちろうこの味です。これからも変わることなく、本物のおいしさを皆様の食卓へお届けしてまいります。

駿河名産の「黒はんぺん」。駿河湾産の新鮮ないわしを丸ごと使用しました。いわし本来の風味と歯ごたえ。



473 冷 米
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
いわしはんぺん

5枚150g **440円**(税込 **475円**) 通常税込 **499円**

いわし(駿河湾)



475 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞10日
ねぎちぎり揚げ

100g **410円**(税込 **443円**) 通常税込 **464円**

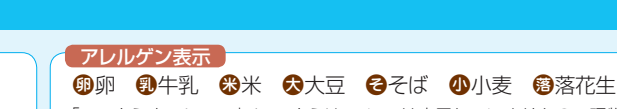
ねぎの食感を味わえるひと口サイズのさつま揚げ。特別栽培のねぎを使用。
すけそうだら(アメリカ、北海道)、ねぎ(静岡県)



476 冷 米
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
桜えび入り揚げかまぼこ

3枚150g **560円**(税込 **605円**) 通常税込 **637円**

スケウダラとくちを使用した無リンすり身に桜えびを加えてすりあげ、菜種油で揚げました。
桜えび(静岡県)



477 冷
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞10日
たこボール

8個 **360円**(税込 **389円**) 通常税込 **405円**

すけそうだらのすり身のプリプリした食感と、たこの旨味を楽しむことができます。
すけそうだら(アメリカ、北海道)



474 冷 米
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞10日
小竹輪

5本150g **380円**(税込 **410円**) 通常税込 **432円**

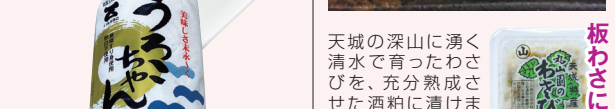
すけそうだら(アメリカ、北海道)



479 冷 米
いちろうこ(静岡県・静岡市) 賞14日
うろこちゃん(板蒲鉾)

150g **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **562円**

国内産のすけそうだらの無リンすり身を使用。石臼で丁寧に練り上げました。リテーナ成形蒲鉾です。
すけそうだら(国内産)



480 冷 米 大
丸山園(静岡県・河津町) 賞14日
わさび漬

70g **336円**(税込 **363円**) 通常税込 **378円**

わさび(静岡県) [放] 不検出 <3.7 <3.8

表示マークのご案内

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

お届け時の温度帯
❄ 冷凍品
❄ 冷蔵品
・表記のないものについては常温でのお届けです。
その他
前は、通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。ぜひご覧ください。※月曜コースの方は日曜日ではなく土曜日までにご連絡ください。
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。

アレルゲン表示
卵 卵 牛 牛乳 米 米 大豆 大豆 そ そば 小 小麦 落 落花生 え えび か かに く 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。

主原料原産地
ノンホモの生乳を原料に自家ブランドで作ったためらからでやさしい味のヨーグルト、すずりした加糖タイプ
1000円 賞16〜17日 石岡 鈴木牧場ヨーグルト(加糖) 400g **419円**(税込 **453円**) 通常税込 **483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!