

はじめよう!  
健康で経済的なくらし

2021年度 みんなで取り組む活動テーマ  
笑顔ではぐくむ免疫力

co-op mail  
**joso**  
常総生活協同組合

インターネット注文受付中  
http://www.coop-joso.jp



左記QRコードから  
登録出来ます

tel: 0297-48-4911  
fax: 0297-45-6675

2022年3月4回

お届け カレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙 3/提出	14	15	16	17	18
定番品 3/お届け	21	22	23	24	25
特別企画品 3/お届け	28	29	30	31	4/1



お母さんがつくる味を目指して

# 自分の子どもにも安心して食べさせられる食品づくり

設立のきっかけは、創業者の会長が我が子(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、後世に良いものを、安心して食べられるものを作りたいと思ったからです。その思いは引き継がれ、今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。

## 1 素材は国産 野菜作りもしています

主に国産原料を使用。特に野菜は耕作放棄地を耕して、農業をなるべく使わない野菜作りを行っています(自社農場以外は顔の見える地元の契約農家から調達)。農場は神奈川工場近くの他、熊本工場近くや北海道にも。昨年より函館でゴボウをテスト的に作り始めました。



## 2 ダシ取りも自社 素材を感じる優しい味

調味料だけに頼らず、鶏肉やゴボウなどを用い、素材そのものの旨みを感じられる商品づくりを心掛けています。ダシも自社の大きな鍋で削り節(さば・カツオなど)や鶏ガラから取ったものをベースに使用しています。



## 3 環境に優しい事業を目指して

野菜作りの肥料は原料の残渣(野菜の皮など)を元にして無駄にしないように、畑から工場、工場から畑へと、循環型農業に取り組んでいます。また工場内の機械は商品の切替ごとに頻りに洗浄を行っています。使用する洗剤は排水後に分解され環境に優しい「せっけん」を使用しています。



**山崎雅文社長からのメッセージ**

株式会社ニッコーは創業以来、素材にこだわり、家庭の台所にあるような調味料を使い、お母さんが作る味を再現してきました。より安心・安全な食品を作るため、色々な事にチャレンジしてきました。削り節からダシをとったり、自社農園を作り、野菜を作ったりすることもその一環です。今は食品の種類が多く、誰もが自分の好きなものを選ぶ時代です。皆様を選んでいただけるよう、ニッコーはいつまでも「安心」「安全」をお届けできる食品を作り続けてまいります。

**お徳 2パック**

**特** 12ページ市販品との違いコラムもご覧ください

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。たっぷり使える2袋セット。焼いて。

15個×2

ニッコー(神奈川県・大和市)

**8 徳用北京餃子 2パック**

凍(大) (18g×15)×2 **772円(税)834円** 通常税込864円

豚肉(国内産)

**今週のおすすめ**

**ちょっと大きめの肉団子**

**特** 12ページの食べ方提案もご覧ください

鶏肉と豆腐がとても柔らかく、甘い特製のタレが絡めてあり相性もバッチリです。とても美味しい一品です。私の家族にも好評です。お弁当や食事のおかずにももちろん、おつまみにも最高です。ぜひご賞味ください。

甘酢に酸味のあるタレを絡めました

適度に酸味のある

鶏肉(国内産)

340g **435円(税)470円** 通常税込491円

ニッコー(神奈川県・大和市)

**12 大きな豆腐肉団子**

凍(大) 卵米(大) 340g **435円(税)470円** 通常税込491円

鶏肉(国内産)

供給部 渡邊の おすすめ

**特** まどめ買いで お買い得

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。

2パック×2

ニッコー(神奈川県・大和市)

**9 中華丼の具(塩) 2パック×2個組**

凍(大) 180日 卵米(大) (180g×2)×2 **962円(税)1038円** 通常税込1070円

次回から値上げします

消泡剤を使わず天然にがりを加えた豆腐に国産野菜とひじきを加えたハンバーグ。レンジまたは焼いて。

3個入×2

ニッコー(神奈川県・大和市)

**10 彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ 2パック**

凍(大) 180日 卵米(大) (70g×3)×2 **824円(税)890円** 通常税込918円

大豆・鶏肉(国内産)

**特** ソースが染み入りか、口の中でとろける様な食感

湯煎かレンジで

ニッコー(神奈川県・大和市) 2個入

**11 ふわふわ豆腐煮込みハンバーグ**

豆腐ハンバーグをイタリア産のバルサミコ酢を使って作った酸味の少しきいた甘酢ソースで煮込みました。

凍(大) 卵米(大) 90g×2 **356円(税)384円** 通常税込400円

大豆・鶏肉(国内産)

**特** 2袋でお届け。ねぎのたっぷり入ったたこ焼です。電子レンジで温めて、油で揚げてもおいしいです。

15個×2

ニッコー(神奈川県・大和市)

**13 ねぎ入りたこ焼 2パック**

凍(大) 180日 卵小 15個300g×2 **710円(税)766円** 通常税込820円

たこ(ベトナム)

**特** シーズン最終

皮はふっくら。具たっぷり。

5個入

ニッコー(神奈川県・大和市)

**14 天津包子(肉まん)**

国産小麦粉に生クリームを練りこみ、じっくり醗酵させた皮で、肉と野菜を包みこみました。レンジが蒸して。

凍(大) 卵米(大) 275g(5個入) **385円(税)416円** 通常税込432円

小麦(国内産)

**特** シーズン最終

食べやすいサイズ。レンジで温めて

5個入

ニッコー(神奈川県・大和市)

**15 天津包子(あんまん)**

国産小麦粉を使用した皮で、北海道産のあずきに黒ごまを練りこんだ中華あんを包みました。

凍(大) 卵米(大) 55g×5 **385円(税)416円** 通常税込432円

小麦(国内産)

**特** 皮は国産小麦粉、クリームは牛乳と卵を使用したココのあるカスタード(グリシンや乳化剤・着色料不使用)。

10個入

ニッコー(神奈川県・大和市)

**16 ミニたい焼き(カスタード)**

凍(大) 卵米(大) 10個350g **412円(税)445円** 通常税込470円

小麦(国内産)

**特** 新鮮な卵と国産小麦、国産大豆の豆乳を使用して焼き上げました。しっとりとした食感をお楽しみください。

5切

ニッコー(神奈川県・大和市)

**17 豆乳カステラ**

凍(大) 卵米(大) 5切 **324円(税)350円** 通常税込362円

大豆(国内産)

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

1kg(3~5玉) **647円(税)699円**

渥美農園(静岡県・浜松市)

**18 渥美さんのグレープフルーツ**

静岡県 [放] 不検出 <3.3 <3.0

特有のほろ苦さがありますが、ゆでると甘味が出てお浸しや和え物などになるとおいしい食材です。減農薬栽培。

1束 **160円(税)173円**

木村農園(茨城県・つくば市)

**19 木村さんの菜花**

茨城県

**本誌初登場!**

玄米のツブツブ感が楽しめます

どんぐりてい(茨城県・坂東市)

**20 どんぐりていの米こうじ(玄米)**

どんぐりていで収穫したササニシキ(玄米)を、米こうじにしました。農薬・化学肥料不使用。

冷蔵(60日) 500g **740円(税)799円**

ササニシキ(茨城県)

春にぴったりの揚げかまぼこ

具材に枝豆、筍わかめ、豆腐、にんじんを加えた彩り豊かな揚げかまぼこです。

長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

**21 長崎 彩り筍わかめ天**

冷蔵(30日) 5枚100g **258円(税)279円**

スケトウダラ・筍わかめ(国内産)

### 【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

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

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

■放射能測定結果の見方(数値単位: Bq/kg)

千葉県 [放] 不検出 <1.1 <0.9  
検出されなかった場合: セシウム137, 134の順で各検出限界値を掲載

茨城県 [放] <sup>137</sup>Cs=7.5  
2種類のうち1種類が出た場合: 検出された数値を掲載

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

美味しいだけじゃない!

# 果実・野菜は栄養たっぷり♪

美味しさはもちろんのこと、果実には様々な効能があります。「旬」、収穫して間もない「鮮度」の違いでも、その効能は明確に異なります。旬のもの、鮮度が良いものを食べて健康で経済的なくらしを心がけましょう。



赤羽根さん(栃木県・壬生町) 3~4玉

## 22 赤羽根さんのキウイフルーツ

ホルモン剤不使用の為、比較的小ぶりですが、キウイ本来の甘さがぎゅぎゅ詰まっています。農薬無散布。

200g (3~4玉入り) **260円**(税込**281円**)  
栃木県 [放] 不検出 <3.9 <4.0

## ビタミンC

骨や腱などの結合タンパク質である「コラーゲン」の生成に必要な栄養分です。最近では抗酸化作用が注目され、がんや動脈硬化の予防に有効であるとされています。



江川農園(神奈川県・小田原市)

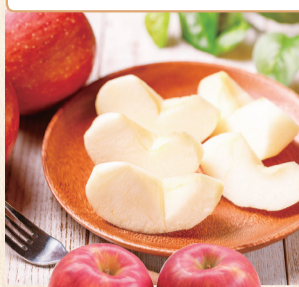
## 23 江川さんのキウイフルーツ

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。

500g **450円**(税込**486円**)  
神奈川県 [放] 不検出 <4.0 <4.4

## クエン酸、リンゴ酸等の有機酸

腸内細菌のバランスを整える作用のほかにも、大腸の中の悪玉菌を抑える力があるとされています。



ケーアイ農産(青森県・八戸市)

## 24 りんご(ふじ)小玉

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。

3~4玉 **530円**(税込**572円**)  
青森県

## 葉酸

「造血のビタミン」とも呼ばれる、赤血球を生成する成分を多く含んでいます。ポリフェノール一種で視力回復や眼精疲労改善に役立つ「アントシアニン」も。



竹村さん(茨城県・かすみがうら市)

## 25 竹村さんのいちご

自分の子供に食べさせられるものをモットーに自家製肥料・忌避剤で栽培しています。減農薬栽培。

200g×2 **880円**(税込**950円**)  
茨城県

## ペクチン

主に、じょうのう(外皮を剥いた後、果肉を覆っている薄い皮)に含まれています。ペクチンは整腸作用があり、下痢や便秘を予防する効果があるとされています。



木下さん達(愛媛県・西予市)

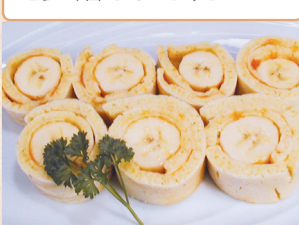
## 26 清見オレンジ

みかんとオレンジの掛け合わせ品種。たっぷりの果汁と、芳醇な香りが特長的。減農薬栽培。

800g **520円**(税込**562円**)  
愛媛県

## 食物繊維

腸内環境を整える「善玉菌」のエサとなる食物繊維を多く含んでいます。



## もちりした食感と甘味が◎

ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市)

## 27 パナナ

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。

600g以上 **369円**(税込**399円**)  
ペルー(トゥンベス地域)



無茶々園(愛媛県・西予市)

## 28 無茶々園の甘夏

適度な甘味と酸味の爽やかな柑橘です。除草剤、化学肥料不使用。

1kg **398円**(税込**430円**)  
愛媛県

3kg **1099円**(税込**1187円**)  
愛媛県



松永農園(静岡県・静岡市)

## 30 松永さんのレモン

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下さい。農薬無散布。

400g **410円**(税込**443円**)  
静岡県 [放] 不検出 <3.6 <4.1

1kg **824円**(税込**890円**)  
静岡県



海瀬農園(静岡県・沼津市)

## 32 黄金柑

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

700g **461円**(税込**498円**)  
静岡県 [放] 不検出 <3.5 <4.1



さんさんファーム(長野県・松川町)

## 33 りんご(ピンクレディー)

希少な品種で酸味と甘みのバランスが良く、紅玉に近い味わいのりんごです。減農薬・無化学肥料栽培。

3玉 (450~500g) **420円**(税込**454円**)  
長野県



さんさんファーム(長野県・松川町)

## 34 りんご(ふじ)訳あり

果実中の糖度が通常より低いまま成熟期を迎えたりんご。そのままでもヨーグルトやジュースにも。減農薬栽培

3玉 **398円**(税込**430円**)  
長野県



濱上さん(鹿児島県・出水市)

## 35 ジューシーフルーツ

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

800g **399円**(税込**431円**)  
鹿児島県



無茶々園(愛媛県・西予市)

## 36 無茶々園のせとか

内皮は極薄で、かんきつ類屈指のジューシーさを誇ります。「ゴクゴクと食べる」と言われる柑橘。農薬0~3回。

700g **798円**(税込**862円**)  
愛媛県



岩川さん達(鹿児島県・屋久島町)

## 37 屋久島タンカン

皮がむきやすく果肉はやわらかで多汁。甘みが強くて、酸味は少なく、香り豊かな柑橘です。農薬無散布。

約550g **555円**(税込**599円**)  
鹿児島県



木下さん達(愛媛県・西予市)

## 38 しらぬい(デコボン)

甘みが強く人気の晩柑。果頂部のデコは樹齡と共に低くなるものもあります。減農薬栽培。

800g **600円**(税込**648円**)  
愛媛県



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

## 43 中村さんのペビーリーフ

約20種類の品種を使って作ったペビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g **160円**(税込**173円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

わけありはっさく、せとか(木下農園)、キウイフルーツ1kgは

16ページ「春の感謝セール」に掲載中です



岩間さん達(青森県)

## 39 にんにく

ホワイト種より外皮は紫がかっていて見た目は悪いですが、味は良く香りが強いのが特長です。減農薬栽培。

約70g **240円**(税込**259円**)  
青森県 [放] 不検出 <3.6 <3.4



作本さん達(熊本県・熊本市)

## 40 大葉

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。自家製活性液等で病害虫防除対策をしています。減農薬栽培。

10枚 **145円**(税込**157円**)  
熊本県



大紀コフファーム(奈良県)

## 41 しょうが

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。

100g **165円**(税込**178円**)  
高知県



上野さん達(栃木県・上三川町)

## 42 ニラ

栄養豊富で経済的なニラ。ニラ玉、炒め物、汁物の具等に。農薬無散布。

1束(約100g) **130円**(税込**140円**)  
栃木県



中村農芸・中村さん(茨城県・取手市)

## 43 中村さんのペビーリーフ

約20種類の品種を使って作ったペビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農薬無散布。

40g **160円**(税込**173円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3



イバラキ食品(茨城県・石岡市)

## 44 もやし

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

250g **52円**(税込**56円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.7 <3.6

人気 No.1 柏田中の完熟トマト

前日に収穫したから鮮度抜群!

完熟だから栄養価も高い!

通い箱(ダンボール)は再利用しますのでご返却下さい

## 45 柏田中の完熟トマト

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。

1kg **720円**(税込**778円**)  
千葉県 [放] 不検出 <4.1 <2.5



右田さん達(熊本県・芦北町)

## 46 ミニトマト

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。

約150g **220円**(税込**238円**)  
熊本県

## バリッパリの食感が特徴!

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

今村さん達(北海道・栗山町)

## 47 初恋スマートミニトマト

約180g **276円**(税込**298円**)

大容量サイズ! 約400g **540円**(税込**583円**)  
北海道



大木さん(茨城県・常総市)

## 49 大木さんの中玉トマト

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。

300g **368円**(税込**397円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3



大木さん(茨城県・常総市)

## 49 大木さんの中玉トマト

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。

300g **368円**(税込**397円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.3

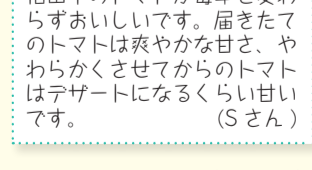


藤嶋さん(熊本県・天草市)

## 50 きゅうり

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。そのまま、またはぬか漬け、三五八漬けなどでどうぞ。減農薬栽培。

3本 **230円**(税込**248円**)  
熊本県



JAIいちかわ・寺田さん、鈴木さん(千葉県・柏市)

## 51 長島さんのレタス

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

1玉 **250円**(税込**270円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

## 51 長島さんのレタス

1玉 **250円**(税込**270円**)  
茨城県 [放] 不検出 <4.4 <3.9



長島さん(茨城県)

## 52 長島さんのサニーレタス

1玉 **170円**(税込**184円**)  
茨城県 [放] 不検出 <3.2 <3.6



岡安さん達(愛知県・幸田町)

## 53 芽キャベツ

シチューや、茹でて温野菜サラダにして、マヨネーズ等をつけてどうぞ。減農薬栽培。

約130g **210円**(税込**227円**)  
愛知県



井上さん(埼玉県・美里町)

## 54 春ブロッコリー

ビタミン、カロテン豊富なブロッコリー。つぼみの部分だけでなく、太い茎の部分も茹でて。農薬無散布。

1個 **250円**(税込**270円**)  
埼玉県 [放] 不検出 <3.8 <3.7



井上さん(埼玉県)、岩下さん達(熊本県)

## 55 サラダスナップ

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。

約100g **276円**(税込**298円**)  
埼玉県、熊本県 [放] 不検出 <4.0 <4.5

# ほとんど手に入らない!!? イタリア原産のブラッドオレンジ

ブラッドオレンジは果肉が真っ赤なのが特徴で、そんな色合いからブラッド(血)がつけられるようになりました。ブラッドオレンジは寒さが弱点で、日本ではほとんど栽培されていませんが、南国愛媛県の寺尾果樹園にてこの度初の企画となりました。コクのある甘味とたっぷりの果汁が特徴で、赤い果肉は「アントシアニン」という色素で、抗酸化作用もあるとされています。まだ多くは作っていませんが、是非一度お試しください。



寺尾果樹園(愛媛県・四国中央市)  
**56 ブラッドオレンジ**  
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。  
3玉(550g前後) **750円(税込810円)**  
愛媛県

木村農園(茨城県・つくば市)  
**65 木村さんの長ねぎ**  
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。  
500g **220円(税込238円)**  
茨城県

木村農園(茨城県・つくば市)  
**66 木村さんのかぶ**  
漬物やサラダにするとさっぱりして美味。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。  
1束(4~5玉) **183円(税込198円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

微生物農法の会・大和田さん(茨城県・行方市)  
**71 大和田さんのさつまいも**  
品種は紅はるか又はシルクスweet。ネットリした食感と甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。  
500g **250円(税込270円)**  
茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6

あゆみの会・村野さん(鹿児島県・中種子町)  
**72 みつき(安納紅)**  
安納芋は種子島だけで作られている甘みの強いさつまいもです。ねっとりした食感が特長です。減農薬栽培。  
500g **400円(税込432円)**  
鹿児島県

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
**77 長島さんの人参**  
米糠などの自家製ぼかし肥を使い、農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布。  
500g **220円(税込238円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <4.5

加瀬さん(千葉県)  
**78 人参(洗い)**  
土作りから始まり、農業に類らない栽培をしています。農薬無散布。  
1kg **390円(税込421円)**  
千葉県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

きのこには、身体の中に侵入した細菌や異物を排除する能力が上がる「食物繊維」が多く含まれています。毎日の食事にきのこをプラスすることで、無理なく食物繊維を摂取することができます。

山田さん(茨城県・つくば市)  
**83 山田さんのしめじ**  
ひらたけのしめじです。おがくす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。  
200g **250円(税込270円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

村上さん(栃木県・高根沢町)  
**88 舞茸**  
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。  
100g **196円(税込212円)**  
栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

浅野さん(茨城県・常総市)  
**57 浅野さんのほうれん草**  
秋口はトンネル、以降は露地栽培。人参でおなじみ、常総市の浅野さんより。農薬無散布。  
1束(約200g) **190円(税込205円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

あゆみの会・関さん(茨城県・茨城町)  
**58 小松菜(少量)**  
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。  
1束(約150g) **150円(税込162円)**  
茨城県

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)  
**59 長島さんの小松菜**  
貝化石等資材を工夫しています。農薬無散布。  
1束(約200g) **176円(税込190円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.1 <4.5

おきたま興農舎・高橋さん(山形県・高島町)  
**60 おきたまの莖立菜**  
雪国山形の春をつけるほろ苦いアブラナ科の葉物です。おひたし、漬物、煮ひたし、炒め煮などでどうぞ。農薬無散布。  
約200g **225円(税込243円)**  
山形県 [放] 不検出 <4.1 <3.8

井上さん(埼玉県)、溝口さん(北海道)  
**61 グリーンアスパラ**  
甘みがあり、きめが細かく、繊維が粗くない、食味良好のアスパラです。農薬無散布。  
約100g **275円(税込297円)**  
埼玉県、北海道 [放] 不検出 <4.2 <3.4

吉澤さん(群馬県・昭和村)  
**62 ホワイトアスパラ**  
糖度が高く、甘みの強いアスパラです。農薬無散布。  
約100g **258円(税込279円)**  
群馬県 [放] 不検出 <4.2 <4.2

福山さん(宮城県・新富町)  
**63 ピーマン**  
肉詰めや、煮込み料理にも。減農薬栽培。  
約130g **194円(税込210円)**  
宮城県

井上さん(埼玉県・美里町)  
**70 深谷ネギ(根深白ネギ)**  
白い根深のネギです。きめが細かく軟らかく、寒くなるほど糖度が高くなります。農薬無散布。  
約350g **240円(税込259円)**  
埼玉県 [放] 不検出 <4.4 <4.1

微生物農法の会・高柳さん(茨城県・行方市)  
**67 高柳さんのれんこん**  
歯ざわりが良く、それでいてムチっとした食感を楽しめるれんこんです。初期に殺虫剤を1回使用。  
400g **480円(税込518円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.5

三須さん(千葉県・富里市)  
**68 大根**  
煮物、大根おろし等に。農薬無散布。  
1本(900g以上) **198円(税込214円)**  
千葉県 [放] 不検出 <3.3 <4.2

木村農園(茨城県・つくば市)  
**69 木村さんの里芋**  
肉質がねっとりとしていて軟らかく、煮崩れにくいのが特長。農薬無散布。  
800g **298円(税込322円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0

上村さん(青森県・八戸市)  
**76 長芋**  
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。  
200g **220円(税込238円)**  
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

あゆみの会・白鳥さん(茨城県・鉾田市)  
**73 干しいも**  
ねっとり食感と甘味の強い紅はるかを使って、丁寧に干し上げました。※原料の干しいもは減農薬栽培。  
150g **598円(税込646円)**  
茨城県 [放] 不検出 <3.6 <3.9

さんさんファーム・宮下さん(長野県・松川町)  
**74 干し柿(市田柿)**  
表面の白い粉はカビではなく糖分で、主としてブドウ糖です。1/3になるまで乾燥させて糖度を高めました。  
7~8個200g **798円(税込862円)**  
長野県

木村農園(茨城県・つくば市)  
**75 木村さんのごぼう**  
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。  
400g **198円(税込214円)**  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

林田さん(長崎県・南島原市)  
**81 新玉ねぎ**  
軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。  
1kg **440円(税込475円)**  
長崎県

渡部さん(北海道・上士幌町)  
**79 じゃがいも**  
煮物、サラダ、じゃがバター等で。農薬無散布。  
1kg **330円(税込356円)**  
北海道

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

林田さん(長崎県・南島原市)  
**82 3kg**  
軟らかく、辛味の少ない玉ねぎです。減農薬栽培。  
3kg **1200円(税込1296円)**  
長崎県

あゆみの会・水谷さん(三重県・尾鷲市)  
**86 エリンギ**  
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。  
100g **261円(税込282円)**  
三重県

丸金(長野県・長野市)  
**84 えのき茸**  
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。  
200g **208円(税込225円)**  
長野県

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

あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市)  
**87 ホワイトマッシュルーム**  
床土には馬廐肥、鶏糞を使い、殺菌剤は使わず殺菌菌です。  
100g **248円(税込268円)**  
千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

安田さん(福島県・郡山市)  
**89 安田さんのなめこ**  
独自の栄養元をバランスよく使い、なめこ本来の甘さと旨味を充分引き出しています。  
70g **115円(税込124円)**  
福島県 [放] 不検出 <4.3 <4.3

江藤さん(大分県・珠珠町)  
**90 江藤さんの原木生しいたけ**  
江藤さんの山から切り出した原木に植菌して育てています。3月~4月は椎茸が大きく、香りの良い露地ものです。  
150g **369円(税込399円)**  
大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.8

なかのきのこ園・飯泉さん(茨城県・つくば市)  
**91 A品**  
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。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。  
100g **210円(税込227円)**  
茨城県

飯泉さんの生しいたけ  
**92 B品**  
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。B品は、規格外品等サイズは小さいですが、風味・香りは変わりません。徳用パックです。  
200g **225円(税込243円)**  
茨城県

農産加工品

農産物の味をそのまま冷凍・冷蔵保存しました



**93 冷凍かぼちゃ**  
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。  
500g **352円**(税込**380円**)  
かぼちゃ(北海道)

サラダやまぐろ丼に



**94 アボカド(ダイスカット)**  
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。凍ったまま室温で解凍して。  
150g **297円**(税込**321円**)  
アボカド(ペルー)



**95 とろろ芋(大和芋入り)**  
国産の長芋と大和芋を7対3で配合した1袋40gの使い切りサイズ。解凍してそのまま、蕎麦やうどんに。  
40g×4袋 **314円**(税込**339円**)  
長芋・大和芋(国内産)



**96 冷凍ほうれん草**  
九州地方の高品質のほうれん草を栄養分と風味を大切に素早く下処理し冷凍しました。お浸し、和え物等に。  
200g **330円**(税込**356円**)  
ほうれん草(国内産)



**97 おいしいカットマンゴー**  
ベトナム産マンゴーを現地で熟させひと口大にカット。甘みが強くトロツクため濃厚な味わい。  
150g **197円**(税込**213円**)  
マンゴー(ベトナム)



**98 かわばた園の自家製梅干し**  
塩分濃度20%の粗塩を使って作った昔ながらの梅干しです。原材料の梅やしそはすべて自園にて無農薬で作っています。  
200g **890円**(税込**961円**)  
梅、しそ(静岡県)



**99 茶漬昆布**  
刻んだ北海道産の昆布と焼津産のかつお節を入正醤油と砂糖で炊き合わせ、いりごまを混合して辛口に仕上げました。  
80g **265円**(税込**286円**)  
昆布(北海道)



**100 紅生姜(きざみ)**  
高知県産の生姜を大紀コープファームの赤梅酢で漬けました。  
80g **170円**(税込**184円**)  
生姜(高知県)

お弁当・食卓の「あと1品」にも!



**101 煮豆 お福豆(紫花豆)**  
北海道産の紫花豆を、グラニュー糖、純米酒、塩で直火炊き。豆の繊維をこわさず煮上げました。  
120g **320円**(税込**346円**)  
紫花豆(北海道)



**102 煮豆 青豆**  
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げ。  
120g **320円**(税込**346円**)  
青えんどう豆(北海道)



**103 五目豆煮**  
大豆、蒟蒻、ごぼう、人参、昆布をかつおだしをベースに醤油、砂糖で味付。直火炊きのふくら仕上げ。  
100g **294円**(税込**318円**)  
大豆(北海道)



**104 山椒ちりめん**  
上乾ちりめんを醤油、みりんで味付けし、山椒の実を加えました。  
20g **320円**(税込**346円**)  
ちりめん(国内産)



**105 べったら漬**  
大根の皮を手むきし塩漬後、砂糖の浸透で甘く仕上げた東京の代表的な漬物。酸味料、酸化防止剤使用。  
200g **285円**(税込**308円**)  
大根(国内産)



**106 ピリカラ大根**  
ノラの会で育てた大根に、生姜、赤唐辛子を加えて醤油ベースの調味液で煮ました。ご飯のおともに。  
100g **280円**(税込**302円**)  
大根(山形県)



**107 水煮大豆**  
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。  
200g **240円**(税込**259円**)  
大豆(国内産)



**108 白菜キムチ「頂」**  
白菜の美味しさを逃がさずに、熟練の技とこだわりの素材で漬けたキムチです。カット済み。  
300g **480円**(税込**518円**)  
白菜(国内産)



**109 マイルド薬念醬(キムチの素)**  
やがちゃんキムチ(千葉県・柏市)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。  
200g **498円**(税込**538円**)  
唐辛子(中国)



自家製「漬けるだけ」キムチにも!

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

お米

こう見るといかがでしょうか?  
ご飯はとても経済的で家計の強い見方にもなります。

ご飯1杯 **31円**

金額はお米65g/めぐみちゃん5kg2,350円で試算した場合です

31円: ごはん1杯  
120円: 菓子パン1つ(ごはん3.9杯)  
150円: ペットボトル1本(ごはん4.9杯)  
200円: カップラーメン1つ(ごはん6.5杯)

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

**北海道のめぐみちゃん(コシヒカリ)**

502001 白米 5kg **2350円**(税込**2538円**)  
502002 玄米 5kg **2250円**(税込**2430円**)  
502003 白米 2kg **945円**(税込**1021円**)  
JA常総ひかり・東町特裁米組合(茨城県・常総市)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を使用。もみで貯蔵している米を、注文を受けてから「もみ摺」「精米」をしてお届けします。

**宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今播米)**

502011 白米 5kg **3500円**(税込**3780円**)  
502012 玄米 5kg **3200円**(税込**3456円**)  
502013 7分 5kg **3500円**(税込**3780円**)  
502014 5分 5kg **3500円**(税込**3780円**)  
黒澤さん(宮城県・涌谷町)

4代50年にわたって農業や化学肥料を使用せず、自家堆肥を利用。無農薬栽培。

**宮城・黒澤さんのコシヒカリ**

502015 白米 5kg **3500円**(税込**3780円**)  
502016 白米 2kg **1400円**(税込**1512円**)  
502017 玄米 5kg **3200円**(税込**3456円**)  
502018 7分 5kg **3500円**(税込**3780円**)  
502019 5分 5kg **3500円**(税込**3780円**)  
黒澤さん(宮城県・涌谷町)



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

**やさとのお米(コシヒカリ)**

502031 白米 5kg **1998円**(税込**2158円**)  
502032 玄米 5kg **1888円**(税込**2039円**)  
JAやさと稲作部会(茨城県・石岡市)



**110 もち米**  
減農薬、無化学肥料栽培。  
2kg **1100円**(税込**1188円**)  
もち米(山形県)



**502075 雑穀ブレンド**  
400g **711円**(税込**768円**)  
国内産



**502076 国内産ハトムギ**  
150g **540円**(税込**583円**)  
国内産

2021年産お米放射能検査結果 (セシウム合計) 検出限界0.2Bq/kg以下

産地	名称	品種	白米	玄米
茨城県	めぐみちゃん	コシヒカリ	最高値0.1Bq/kg	最高値0.2Bq/kg
	やさとのお米	コシヒカリ	0.2Bq/kg	0.3Bq/kg
山形県	ひとめぼれ		検査中	検査中
	つや姫		検査中	検査中
宮城県	黒澤さんのお米	ひとめぼれ	検査中	検査中

最新の検査結果は、毎週配布している「放射能検査結果一覧」にてご確認ください。

# 無茶々園の前浜 宇和海からの春だより



網元：祇園丸

漁師の佐藤吉彦さんは地元漁協の理事で、漁場の環境改善に積極的に取り組んでいます。ワカメを植えて海の緑地化を推進する運動、真珠貝を利用した漁礁づくり、合成洗剤不使用運動などを漁協と協力しながら行っています。

祇園丸の佐藤さん親子



茎は使わず葉の部分のみ使用

無茶々園の前浜、宇和海で旬の時期に採れたわかめを湯通し、塩蔵しました。サラダやスープ、酢の物などに。



無茶々園のわかめ(塩蔵)

100g 330円(税込) 356円



無茶々園(愛媛県・西予市)

無茶々園のちりめん(宇和海産)

無茶々園の前浜、宇和海のちりめんです。塩を加えずミネラル分を含む海水で茹で、天日で乾燥させました。

80g 480円(税込) 518円(税込) 545円

かたちいわしの稚魚(愛媛県)

## あじ 春の食卓でも大活躍!

ちょっと大きめ 2枚入り



塩屋(茨城県・ひたちなか市)

113 国産真あじ開き

対馬海域で漁獲した良質の真あじを、塩水に漬け込み、丁寧に干物に仕上げました。

2枚 150g 270円(税込) 292円(税込) 309円

真あじ(国内産)

房州 千倉の郷土料理



スズ市水産(千葉県・南房総市)

114 房州あじさんが焼き

房州の伝統的な漁師料理。あじ、このしらのすり身に、味噌、玉ねぎ、馬鈴薯澱粉を加え、大葉で巻きました。

8個160g 380円(税込) 410円(税込) 430円

真あじ(千葉県)

すり潰さない「たたき身」なので粗挽き感あり!



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。

大新(鳥取県・境港市)

115 とれとれあじ たたき身

300g (150g×2) 398円(税込) 430円(税込) 451円

真あじ(国内産) [放]不検出<3.5<3.5

## 水産品

- 近海・天然ものを中心に扱います。
- 給餌する養殖ものは飼育内容が明確な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。

高木商店(千葉県・南房総市)

121 北海道産真ほっけ開き一汐干し

北海道産の真ほっけを開き、塩のみで味付け。しっとり感を残しつつ干し上げました。

3枚400g 480円(税込) 518円

真ほっけ(北海道)

ダイマツ(鳥取県・米子市)

122 氷温造り赤魚みりん干し

赤魚を甘口のみりん醤油に漬込み干し上げました。

140g×2枚 498円(税込) 538円

アカウオ(アメリカ)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

123 北海道産ソフト身欠きにしん

脂のりの良いにしんをソフト乾燥。昆布巻はもちろ、焼いてレモン汁をかけたり、大根おろしを添えても。

4~6枚200g 390円(税込) 421円

にしん(北海道)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

124 サーモンバジルオリーブ

北海道沖で漁獲した秋鮭の切身をバジル、にんにくを混ぜたオリーブオイルに漬け込みました。

4切240g 470円(税込) 508円(税込) 527円

秋鮭(北海道)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

125 真だらバジルオリーブ

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。

4切240g 498円(税込) 538円

真だら(北海道)

札幌中一(北海道・札幌市)

126 秋鮭の粕漬

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

4切200g 570円(税込) 616円

秋鮭(北海道)

東北トクスイ(東京都・中央区)

128 銀だら黒糖みりん漬け

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。

2切120g 398円(税込) 430円(税込) 454円

銀だら(アメリカ)

札幌中一(北海道・札幌市)

129 北海道厚岸のさんま

北海道の厚岸(あつけし)に水揚げされたさんまです。

2尾(180g以上) 398円(税込) 430円

さんま(北海道)

岩手県 宮古港

丸友しまか 島香友一さん

私がおすすめのお魚をチョイスします!

丸友しまか(岩手県・宮古市)

131 島香さんの切身セット

宮古港とその周辺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。

1袋(120g×3種) 798円(税込) 862円(税込) 950円

旬の魚(岩手県)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

132 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切

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。

2切140g 425円(税込) 459円

紅鮭(ロシア)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

133 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切

ロシア産の紅鮭の切身です。使いやすく1切約55gにしました。甘塩です。

3切165g 530円(税込) 572円

紅鮭(ロシア)

マストミ(徳島県・徳島市)

134 まぐろカブト肉切身

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

300g 370円(税込) 400円

めばちまぐろ(太平洋)

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

丸友しまか(徳島県・鳴門市)

135 天然寒ぶり切身

約80g×3 628円(税込) 678円(税込) 698円

ぶり(九州近海)

ダイマツ(鳥取県・米子市)

136 氷温甘塩さば切身(徳用切り落とし)

脂のりの良いノルウェー産のさばを甘塩で仕上げました。製造過程で出る尾や規格外品を集めた徳用品です。

270g 350円(税込) 378円

さば(ノルウェー)

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

137 真いわし三枚おろし

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。

8~11枚150g 298円(税込) 322円

真いわし(千葉県) [放]不検出<3.3<3.5

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

138 千葉県産真あじ三枚おろし

千葉県産の鮮度の良い真あじを、ゼイコ、頭を取り三枚におろして凍結。天ぷら、フライ、塩焼き等でどうぞ。

7~16枚170g 370円(税込) 400円

真あじ(千葉県) [放]不検出<3.9<3.9

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、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

主原料産地欄もあわせてご参照下さい。

北海道より 春の食卓に

**本誌初登場!**  
1個40gはある  
大きなほたてです!



鳴門魚類 (徳島県・鳴門市)

**139** ボイルほたて(大)

北海道噴火湾産の大型で新鮮なほたてをボイル後急速凍結しました。バラ凍結で使いやすいです。

凍 賞30日

4個入 **480円**(税込 **518円**) 通常税込 **538円**  
ほたて(北海道)

フライパンで  
揚げ焼きOK!



海泉フーズ (静岡県・吉田町)

**140** 北海道産 ほっけフライ

北海道産のホッケを3枚おろしにし、国産小麦を使用したパン粉をつけました。\*加工澱粉全体の0.4%。

凍 賞180日 米小

200g(4~6枚) **380円**(税込 **410円**) 通常税込 **430円**  
ほっけ(北海道)

春の食卓が  
華やきます



ヤマフ (佐賀県・唐津市)

**141** 北海道スモークサーモンの棒寿司

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

凍 賞180日 米

1本 350g **1128円**(税込 **1218円**) 通常税込 **1274円**  
秋鮭(北海道)

第4弾 いつものお魚 春の感謝祭

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**142** エビ・ホタテ・タコ ミックス

むきエビ、タコ、ホタテ貝柱を使いやすくバラ凍結しました。スパゲティ、ピラフ、かき揚げなどにどうぞ。

凍 賞30日

180g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **454円**  
タコ(ベトナム)、エビ(インド)、ホタテ(青森県)

タイセイフーズ(青森県・むつ市)

**143** 国産やわらかいかステーキカット

八戸港水揚げの紫いか。皮をむき、カノ目を入れてあります。焼き物、炒め物、フライ、天ぷらなどに。

凍 賞30日

3枚 220g **465円**(税込 **502円**) 通常税込 **518円**  
紫いか(青森県)

共和水産(岩手県・宮古市)

**144** もったいないするめいか(つぼ抜き)

三陸産するめいかの内臓と下足を除去しつぼ抜きにしました。加工中に生じる欠け、割れ、穴あきなど無選別。

凍 賞30日

300g **398円**(税込 **430円**) 通常税込 **443円**  
するめいか(三陸沖)

松岡水産(千葉県・銚子市)

**145** 北海道さけ スモークサーモン2パック

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

凍 賞180日

40g×2 **465円**(税込 **502円**) 通常税込 **518円**  
秋鮭(北海道)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**146** 天然むきエビ(特大)

マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲した天然むきエビを、現地工場が急速バラ凍結した1回凍結品です。

凍 賞180日 米

160g **528円**(税込 **570円**) 通常税込 **592円**  
えび(マレーシア)

トクスイコーポレーション(東京都・中央区)

**147** たらこ(切れ子)増量

ロシア産のすけそうだらの卵を、塩のみで味付けしました。おにぎり、お茶漬け、パスタの具材などに。

凍 賞30日

55g+15g **298円**(税込 **322円**) 通常税込 **397円**  
すけそうだらの卵(ロシア)

酔の物 お刺身に  
春の食卓に たこ

たこの旨味がギュッ!  
お刺身で!

丸友しまか(岩手県・宮古市)

**148** 冷凍・ミズダコボイル(刺身用)

岩手県宮古に水揚げされたミズダコを食塩のみでボイルしました。旨味がしっかりあります。

凍 賞60日

150g **498円**(税込 **538円**) 通常税込 **562円**  
ミズダコ(岩手県沖) [放]不検出<0.4<0.3

スライスした  
きゅうりと和えるだけ!

丸友しまか(岩手県・宮古市)

**149** 島香さんの たこ甘酢漬

岩手県沖で漁獲したミズダコを食塩のみでボイルし、甘酢に漬けました。解凍後、各種お料理に。

凍 賞60日 米

105g **480円**(税込 **518円**)  
ミズダコ(岩手県沖) [放]不検出<4.2<4.3

旨さを引き出す  
絶妙な炙り加減!

半解凍で  
スライスすると  
きれいに  
切れます

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市)

**150** あぶり焼しめさば

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。

凍 賞180日 米大 小

2枚180g **498円**(税込 **538円**)  
さば(国内産)

マストミ(徳島県・徳島市)

**151** めばちまぐろ切り落としスライス

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

凍 賞15日

100g **480円**(税込 **518円**)  
めばちまぐろ(太平洋)

甘い貝柱をぜひお刺身で!

丸友しまか(岩手県・宮古市)

**152** 雄武産 ほたて貝柱(生食用)

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

凍 賞30日

5~7粒約100g **598円**(税込 **646円**)  
ほたて貝柱(北海道)

次回値上げ

湯煎でOK! **お魚屋さんのお惣菜**  
南高梅干しを丸々1個入り!  
ノルウェー産のさばを使用し紀州南高梅干しを丸々1個入れ、香り高く煮付けました。湯煎で簡単にできます。

ダイマツ(鳥取県・米子市)

**153** 氷温造り さばの梅煮

凍 賞180日 米大 小

100g(固形量70g)×3切 **550円**(税込 **594円**)  
さば(ノルウェー)、梅(和歌山県)

夕食の「あと一品」にも  
三陸産のプリを一口サイズにカットし、ビートグラニュー糖と醤油で煮付けました。骨は取り除いてあります。

丸友しまか(岩手県・宮古市)

**154** 島香さんのプリの醤油煮

凍 賞60日 大 小

150g **528円**(税込 **570円**) 通常税込 **594円**  
プリ(三陸北部沖)

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。

愛媛県 宇和島 宇和島練り物工房 みよしの看板商品!

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

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)

**155** みよし天

凍 米 50g×2 **369円**(税込 **399円**) 通常税込 **416円**  
魚肉(愛媛県)

ニラ&生姜のいいコンビ!



宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)

**156** ニラ生姜天

宇和海産の魚肉(主にホタルジャコ)を高知県産のニラと生姜を練り込んだじゃこ天です。

凍 米 50g×2 **385円**(税込 **416円**)  
魚肉(愛媛県)、ニラ・生姜(高知県)

魚のだしがよ〜く出ます!



宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市)

**157** 魚団子

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

凍 米大 150g **385円**(税込 **416円**)  
魚肉(愛媛県)

小魚を骨ごとすり身に!



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

**158** 長崎 じゃこ天

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。

冷 賞30日 卵米

2枚100g **260円**(税込 **281円**)  
雑魚(長崎県)

こどものおやつにも!



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

**159** 長崎 味付けごぼうのすり身揚げ

スティック状にカットしたごぼうを甘辛く煮込み、まわりにすり身を付けて揚げました。

冷 賞7日 米小

90g **268円**(税込 **289円**)  
ごぼう(国内産)

汁物に、煮物に  
フライパンで焼いても



長崎蒲鉾(長崎県・長崎市)

**160** 長崎 いわし団子

いわしやあじを主原料の無リンすり身にいわしほぐし身を加え、合わせ味噌でいわしの風味を活かしました。

冷 賞29日 卵米大

4個112g **300円**(税込 **324円**)  
いわし(国内産)

高橋徳治商店 こだわりの練り物 近海のお魚たっぷり!

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**161** お好みさつま揚げ

北海道のすけそうだら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。

凍 賞180日 卵米

2枚160g **370円**(税込 **400円**)  
すけそうだら(北海道)

茶豆が鮮やかで香ばしい

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**162** ごろごろ茶豆ちぎり揚げ

北海道産たらり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。自然解凍かレンジで温めて。

凍 賞180日 米大

100g **329円**(税込 **355円**) 通常税込 **368円**  
茶豆(国内産)・すけそうだら(北海道)

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、ふんわり柔らかいおとうふ揚げです。

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**163** おとうふ揚げ

凍 賞180日 米大

5個175g **287円**(税込 **310円**) 通常税込 **319円**  
すけそうだら(北海道)

無リンのたらと小魚すり身を使用。笹かま発祥の地である宮城の昔ながらの味が楽しめます。自然解凍OK。

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**164** 笹かまぼこ

凍 賞180日 卵米

5枚125g **340円**(税込 **367円**)  
すけそうだら(北海道)

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**165** わかめはんぺん

わかめの深緑色と磯の香りが特長です。凍ったまま食べやすい大きさに切って温めてどうぞ。離乳食にも。

凍 賞180日 卵米

4枚200g **350円**(税込 **378円**)  
わかめ(岩手県)

国産の無リンすり身を使用、魚の旨味を追求したおでん種セット。だしがスープに溶け込み、絶妙な味わい。

セット内容: さつま揚げ×2、ソフトはんぺん、玉ねぎ揚げ、ぼたんちくわ×2、ごぼう巻き、白身つみれ×4、小魚つみれ×2

高橋徳治商店(宮城県・東松島市)

**166** おでん種セット

凍 賞60日 卵米大

7種13品380g **752円**(税込 **812円**) 通常税込 **842円**  
すけそうだら(北海道)

シーズン最終



知っていますか?

# 豚肉の部位

改めて部位ごとの特徴を紹介。特徴を知ってさらに料理上手を目指しましょう。

**【肩】**  
通称は「ウデ」とも言われます。運動量が多い部位のため、筋肉質で繊維が強く少し硬めです。シチューやスープなどのしっかり煮込む料理に

**【肩ロース】**  
脂身と赤身のバランスがよく、豚の旨みと食感を楽しめる部位です。カツや煮込み料理に

**【ロース】**  
肉の表面の脂身部分に甘みや旨みが凝縮されており、しっかりとした歯ごたえを感じられます。カツ、焼き豚、煮込み料理に

**【外モモ】**  
肩肉と同じように運動量の多い部位なのでキメはやや粗く、肉色も濃いめなのが特徴です。脂肪分が少ないので味はあっさりしています

**【ヒレ】**  
部位の中で一番キメが細かく、脂身もほとんどないため、あっさりとしたヘルシーな味わいです。ソテーやフライに

**【内モモ】**  
脂身が少なく赤身が中心で、高タンパク低脂肪のあっさりとした味わいが特徴です。どんな料理にも合う

**【バラ】**  
あばら骨周囲にある部位で口当たりがやわらかく、濃厚な脂を感じられます。角煮など煮込み料理や、炒め物に

## 豚肉

- ・中津ミート：おがくずを敷き詰めた豚舎で、ストレス無く元気に育った豚です。養豚から加工までの一貫生産を行っています。
- ・ロースポーク：ミートバル村山では村山さん自身が自分の目で見て判断した上物の精肉だけを加工してお届けしています。他にはない逸品です!

230円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**170 茨城県産ロースポークバラブロック**

三枚肉と呼ばれる、脂と赤身が層になった部位をブロックでお届け。

冷蔵 賞味4日 300g **638円**(税込**689円**) 通常税込700円

茨城県

262円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**171 茨城県産ロースポーク肩ローススライス**

ロースポークを肩ローススライスにしました。炒め物や豚汁の具材に!

冷蔵 賞味4日 250g **607円**(税込**656円**)

茨城県

238円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**172 茨城県産ロースポークバラスライス**

厚さ3~3.5mm。

冷蔵 賞味4日 250g **551円**(税込**595円**)

茨城県

224円/100g **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**173 茨城県産ロースポークモモスライス**

赤身主体部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞味4日 250g **518円**(税込**559円**) 通常税込570円

茨城県

224円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**174 茨城県産ロースポークモモ赤身カレー用**

赤身主体のモモ肉をカレー用にカットしました。

冷蔵 賞味4日 200g **415円**(税込**448円**)

茨城県

165円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**175 茨城県産ロースポーク徳用小間切**

小間切徳用タイプ。

冷蔵 賞味4日 200g×2 **610円**(税込**659円**)

茨城県

166円/100g

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**176 茨城県産ロースポーク小間切**

飼料内容及び肥育方法に明確な基準を設けた茨城県の銘柄豚です。

冷蔵 賞味4日 150g×2 **460円**(税込**497円**)

茨城県

235円/100g **特**

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**177 丹沢高原豚モモしゃぶしゃぶ用**

脂身の少ないモモのしゃぶしゃぶ用スライスです。厚さ2mm。

冷蔵 賞味4日 200g **435円**(税込**470円**) 通常税込481円

神奈川県

249円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**178 丹沢高原豚バラスライス**

脂と赤身が層になったバラ肉。厚さ約3mm。

冷蔵 賞味4日 200g **460円**(税込**497円**)

神奈川県

232円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**179 丹沢高原豚モモスライス**

脂身の少ない赤身の多い部位。厚さ3mm。

冷蔵 賞味4日 200g **430円**(税込**464円**)

神奈川県

297円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**180 丹沢高原豚ロース切身**

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉。厚さ1cm。

冷蔵 賞味4日 2枚200g **549円**(税込**593円**)

神奈川県

397円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**181 丹沢高原豚ヒレ一口カツ用**

希少なヒレ肉を一口カツのサイズにカットしました。

冷蔵 賞味4日 200g(5~6切) **735円**(税込**794円**)

神奈川県

299円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**182 丹沢高原豚ロース味噌漬**

隠し味にピーナッツバターを加えた自家製味噌ダレに豚ロースを漬け込みました。ほんのりピリ辛です。

冷蔵 賞味6日 200g(固形量約80g×2) **554円**(税込**598円**)

豚肉(神奈川県)

373円/100g(3~4枚) **特**

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**183 丹沢高原豚ヒレ塩こうじ漬**

豚ヒレ肉の切身を、自社製の塩こうじに漬けました。塩こうじの風味と、軟らかくなった肉が食欲をそそります。

冷蔵 賞味6日 5~7枚200g **690円**(税込**745円**) 通常税込756円

豚肉(神奈川県)

**若鶏のトマト煮**



- ◆材料  
鶏モモ肉 ..... 300g  
玉ねぎ ..... 1個  
しめじ ..... 少量  
トマト ..... 3個  
塩コショウ ..... 少量  
ローリエ ..... 3枚
- ◆作り方  
① 鶏モモ肉に塩コショウして、強火で焼く。  
② 玉ねぎ、しめじをきざんだ状態から、粗きざんだトマトを3個入れる。  
③ ローリエを入れて肉の臭みをとる。  
④ 最後に中火で煮込む。

389円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**184 丹沢高原豚ひれ豚漬**

ひれ肉を、ピリ辛味噌ダレに漬けました。隠し味にピーナッツバターを使い、深みのある味に仕上げました。

冷蔵 賞味6日 200g(固形量約150g) **720円**(税込**778円**)

豚肉(神奈川県)

195円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**185 丹沢高原豚小間切**

各部位から集めています。

冷蔵 賞味4日 200g **360円**(税込**389円**)

神奈川県

192円/100g

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**186 丹沢高原豚豚挽肉**

赤身率8割以上の挽肉。

冷蔵 賞味4日 200g **355円**(税込**383円**)

神奈川県

176円/100g

JA全農いばらき(茨城県)野口商店

**187 豚挽肉(バラ凍結)**

赤身率8割です。

凍結 賞味90日 400g **650円**(税込**702円**)

茨城県

173円/100g **特**

野口さん達(茨城県・桜川市)

**188 つくば茜鶏 モモ**

ジューシーでしっかりとした肉質が特徴。脂身と赤身のバランスが良い。

凍結 賞味180日 300g **480円**(税込**518円**) 通常税込529円

茨城県

**鶏肉**

・つくば茜鶏：動物性飼料、抗菌剤、抗生物質を使わない平飼い鶏です。Non-GMO、PHFの飼料を与えます。飼育期間は約80日(一般的には55日)。

133円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**189 つくば茜鶏 ムネ**

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。

凍結 賞味180日 300g **370円**(税込**400円**)

茨城県

202円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**190 つくば茜鶏 ササミ**

脂肪が少なく、良質なたんぱく質を多く含む部位。

凍結 賞味180日 300g **560円**(税込**605円**)

茨城県

212円/100g

野口さん達(茨城県・桜川市)

**191 つくば茜鶏 ムネモモ小間切**

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍結 賞味180日 250g **490円**(税込**529円**)

茨城県

**ロースポーク オススメ商品!**

**特** **特** **特**

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**167 茨城県産ロースポークロースしゃぶしゃぶ**

きめが細かく脂が程よく入ったロース肉を、しゃぶしゃぶ用に厚さ1mm前後にスライスしました。

冷蔵 賞味3日 300g **845円**(税込**913円**) 通常税込929円

茨城県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**168 茨城県産ロースポークロースしょうが焼**

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。

冷蔵 賞味4日 250g **650円**(税込**702円**) 通常税込713円

茨城県

JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**169 茨城県産ロースポーク挽肉**

赤身率は8割です。

凍結 賞味30日 300g **455円**(税込**491円**) 通常税込502円

茨城県

212円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**192 つくば茜鶏**  
ムネモモ唐揚げ用

必要な量だけ使えるバラ凍結で便利。

凍 賞180日

250g **490円**(税込**529円**)

茨城県

142円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**193 つくば茜鶏** 手羽先

ゼラチン質に富み、コクのある部位。

凍 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

142円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**194 つくば茜鶏** 手羽元

唐揚げやスープ煮に。

凍 賞180日

400g **525円**(税込**567円**)

茨城県

104円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**195 つくば茜鶏** レバー

生産者や、鶏に与えている飼料がはっきりしている鶏のレバーは貴重です。

凍 賞180日

250g **240円**(税込**259円**)

茨城県

自然のままに育てる  
**「能勢農場」の牛肉**



能勢農場では極力自然のままに育てたいという思いから、ホルモン剤・抗生物質は不使用。ワクチンも基本的に投与しません。一般には生後→450～500kgになるまで25ヶ月と言われていますが、能勢農場はさらに1～2ヶ月丁寧に育てて出荷します。

143円/100g



野口さん達 (茨城県・桜川市)

**196 つくば茜鶏** 挽肉

各部位からなるバラ凍結品。

凍 賞180日

500g **660円**(税込**713円**)

茨城県

**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。3年かけて育てます。
- ・国産牛: 大分県、福岡県の生産者(3名)のホルスタイン種です。
- ・山方(やまがた)牛: 茨城県の銘柄牛です。黒毛和種とホルスタインのかけ合わせです。

562円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

**197 鹿児島 坊津黒牛** すき焼き用

モモ肉をすき焼き用にスライスしました。

凍 賞30日

170g×2 **1770円**(税込**1912円**)

鹿児島県

448円/100g



JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山

**198 茨城県産(山方牛)** 切り落とし

用途の広い切り落としなので、何にでも使えて便利です。

冷 賞6日

200g **830円**(税込**896円**)

茨城県

475円/100g



能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター

**199 牛バラ切落し**

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。

凍 賞15日

250g×2 **2200円**(税込**2376円**)  
通常税込**2549円**

大阪府

465円/100g



能勢農場(大阪府・能勢町)能勢食肉センター

**200 牛ミンチ**

2度挽きしている肉質がまろやかなミンチです。

凍 賞15日

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

大阪府

343円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

**201 国産牛モモスライス**

モモ肉を2～3mm程度にスライス。

凍 賞30日

170g **540円**(税込**583円**)  
通常税込**594円**

福岡県、大分県

307円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

**202 国産牛小間切**

ウデ、モモ、バラ肉を使用。

凍 賞30日

160g **455円**(税込**491円**)

福岡県、大分県

216円/100g



福永産業(福岡県・遠賀町)

**203 国産牛挽肉**

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。

凍 賞30日

200g **400円**(税込**432円**)

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)

**204 鎌倉あらびき** ウィナー×2

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。

冷 賞15日

85g×2 **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**205 鎌倉あらびき** ウィナー×3

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。

冷 賞15日

85g×3 **515円**(税込**556円**)  
通常税込**567円**

豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<3.8

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**206 鎌倉** ポークソーセージ

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみで作ったソーセージです。

冷 賞20日

200g **350円**(税込**378円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.7<4.2

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**207 鎌倉粗挽** ロングウィナー

野菜と一緒にドッグパンにはさんで。

冷 賞10日

27g×5 **280円**(税込**302円**)

豚肉(国内産)

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**208 鎌倉ボンレスハム** ×2

合成添加物を使わない成形ハム。お得な2パック組です。

冷 賞15日

60g×2 **450円**(税込**486円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.9<3.9

鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)

**209 鎌倉バラベーコン** スライス×2

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

冷 賞15日

85g×2 **600円**(税込**648円**)

豚肉(国内産) [放]不検出<3.5<4.7

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**210 中津皮なし** ベビーウィナー

豚肉、自然海塩、粗糖、香辛料のみで作られたひと口サイズの皮なしウィナー。

冷 賞7日

120g **278円**(税込**300円**)

豚肉(国内産)

中津ミート(神奈川県・愛川町)

**211 中津ショルダー** ベーコンスライス

豚肉、食塩、砂糖、香辛料のみを使い、国産チップで丁寧にスモークした風味豊かな逸品です。

冷 賞7日

100g **375円**(税込**405円**)  
通常税込**410円**

豚肉(国内産)

お得2パック



中津ミート(神奈川県・愛川町)

**212 中津もつ煮込み** (味噌味)2パック

中津自社牧場で健康に育った豚の腸のみを、特製味噌で煮込みました。お好きな具材を足してどうぞ。

冷 賞24日 米大小

250g×2 **712円**(税込**768円**)  
通常税込**780円**

豚モツ(国内産) [放]不検出<3.2<4.6

サラダやお好みのお料理に



秋川牧園(山口県・山口市)

**213 サラダチキン** (プレーン)

若鶏のむね肉を使用し柔らかく仕上げました。お肉本来のうまみを味わっていただけるよう薄味に仕上げています。

凍 賞10日

100g **359円**(税込**388円**)  
通常税込**399円**

鶏肉(国内産)

野口さん達(茨城県・桜川市)

**214 つくば茜鶏** 親子丼の素 2袋

つくば茜鶏を親子丼用にカットし、特製親子丼用タレに漬けてパックしました。玉ねぎを加えて煮込み、卵でとじてどうぞ。

凍 賞180日 米大小

130g(鶏肉)40g(タレ)90g×2 **290円**(税込**314円**)  
通常税込**324円**

鶏肉(茨城県)

**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。

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。乳質の良さを活かす為、低温殺菌で処理しました。

サツラク農協(北海道・札幌市)

**サツラク低温殺菌牛乳**

1 1ℓ **302円**(税込**326円**)

2 500ml **178円**(税込**192円**)  
[放]不検出<0.5<0.5

**ジャム・蜂蜜** スープ

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。

OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。  
※紛失された場合は供給担当まで

松永さんのジャム



松永農園(静岡県・静岡市)

**215 松永さんの** レモンジャム

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。原材料:レモン、砂糖

190g **520円**(税込**562円**)  
通常税込**567円**

レモン(静岡県) [放]不検出<2.8<3.0

松永農園(静岡県・静岡市)

**216 松永さんの** キウイジャム

松永さんが無農薬栽培したキウイを砂糖で煮詰めた手作りジャムです。原材料:キウイ、ビートグラニュー糖

190g **640円**(税込**691円**)

キウイ(静岡県) [放]不検出<3.5<3.3

脱脂粉乳などを使用せず生乳100%使用。脂肪分を抑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)

**3 サツラク低脂肪牛乳**

冷 賞15日 乳

500ml **146円**(税込**158円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.4<0.5

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

サツラク農協(北海道・札幌市)

**4 サツラク牛乳**

冷 賞15日 乳

1ℓ **250円**(税込**270円**)

生乳(北海道) [放]不検出<0.5<0.4

北海道産の生乳を100%使用し、乳脂肪分を2.0%に低減した成分調整牛乳。

北海道酪農公社(北海道・江別市)

**5 おいしさまるやか** (成分調整牛乳)

冷 賞届いて10日 乳

1ℓ **219円**(税込**237円**)

生乳(北海道)

使いやすいポリ容器入り



藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)

**217 ミャンマー産** ひまわりはちみつ 350g

はちみつ(ミャンマー)

丸和油脂(東京都・品川区)

**218 デキシ-** チョコレートクリーム

カカオのおいしさたっぷりのチョコレート味。甘さ控えめ。

冷 賞10日 乳大

200g **320円**(税込**346円**)

創健社(神奈川県・横浜市)

**219 オニオン** スープ

淡路島産のたまねぎをじっくりローコストした、野菜の旨みが詰まったスープです。

冷 賞10日 乳大

6g×4 **491円**(税込**530円**)

宇治田農場(茨城県・石岡市)

**6 宇治田さんの** 平飼卵

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。

冷 賞7日 卵

6個 **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.3<3.4

JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市)

**7 八郷の卵**

全て非遺伝子組換えの原料を使用した穀物(とうもろこし・大豆)を鶏に与えています。

冷 賞11日 卵

10個 **257円**(税込**278円**)

茨城県 [放]不検出<3.7<4.0

契約者、募集中です!  
有機農業の循環の中から産まれた卵です



天池さん、杉山さん(茨城県・石岡市)

**契約「やさとの間」** 平飼卵

開放的なストレスの少ない鶏舎で、地元や顔の見える関係先からの飼料を自家配合し、薬剤を与えず育てました。

冷 賞10日 卵

6個入り **330円**(税込**356円**)

茨城県 [放]不検出<3.5<3.7



# 自家製酵母パン Le・Lourdes

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

原材料：小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

※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

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

- Le・Lourdes (神奈川県・中井町) **バンド・ミ(食パン) 1斤** 220 6枚 270円(税込292円)
- 221** 8枚 270円(税込292円)
- 222** ノースライス 260円(税込281円)



- 届いて1~2日 小麦(北海道、神奈川県、茨城県) **バンド・ミ(レーズン食パン) 1斤** 223 8枚 425円(税込459円)
- 224** ノースライス 415円(税込448円)



原材料：小麦粉(国内製造)、砂糖、ラード、脱脂粉乳、パン酵母、塩(小麦、豚肉、乳成分含む)

## 地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) **クーロンヌの角形食パン** 届いて2日 228 半斤3枚 140円(税込151円)

- 229** 1斤6枚 270円(税込292円)
- 1斤8枚 270円(税込292円)

- 230** 1斤8枚 自家製配合小麦とルヴァン発酵種でもちもち食感とクセない味わいに仕上げました。 1斤8枚 270円(税込292円)
- 231** ノースライス 1斤 265円(税込286円)

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。

- Le・Lourdes (神奈川県・中井町) **225** バンド・ミ(全粒粉食パン) ノースライス 1斤 300円(税込324円)

- Le・Lourdes (神奈川県・中井町) **226** ドッグパン 3個 300円(税込324円)

- Le・Lourdes (神奈川県・中井町) **227** フルーツナッツカンパーニュ 1個 615円(税込664円)

- いばらきベーグル(茨城県・常総市) **232** プレーンベーグル 1個 167円(税込180円)

- いばらきベーグル(茨城県・常総市) **233** 全粒粉ベーグル 1個 194円(税込210円)

- いばらきベーグル(茨城県・常総市) **234** いちごベーグル 1個 212円(税込229円)

- いばらきベーグル(茨城県・常総市) **235** ほうれん草ベーグル 1個 212円(税込229円)

- いばらきベーグル(茨城県・常総市) **236** ライ麦ベーグル 1個 212円(税込229円)

- いばらきベーグル(茨城県・常総市) **237** 抹茶ベーグル 1個 194円(税込210円)

- ハッコー食品(千葉県・千葉市) **238** ブリュッセルワッフル 約65g×6 675円(税込729円)

- ハッコー食品(千葉県・千葉市) **239** 国産全粒粉プチパン 約40g×5 460円(税込497円)

- 池田食品(埼玉県・所沢市) **240** ママンモチモチ手のばしナン 3枚 210g(3枚入り) 330円(税込356円)

- サンコー(愛知県・豊橋市) **241** 玄米粉入り蒸しパン あん入り 3個 360円(税込389円)

- サンコー(愛知県・豊橋市) **242** 玄米粉入り蒸しパン あんなし 3個 357円(税込386円)

### 茨城県 鈴木牧場 春の牧草畑

青々とした牧場がぐんぐん育っています!

トマトとモッツアレラのいいコンビ

サラゲやピザに、「わさび醤油」でも合うんです!

脱プラ推進! ガラス瓶を使用!

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。

ひとつずつ手作り 1つで約1Lの牛乳を使います

鈴木牧場(茨城県・石岡市) **243** 石岡 鈴木牧場フレッシュモッツアレラ 100g 500円(税込540円)

- 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。
- 鈴木牧場(茨城県・石岡市) **石岡 鈴木牧場ヨーグルト** 届いて10~11日
- 244** プレーン 400g 361円(税込390円)
  - 245** 微糖 400g 370円(税込400円)
  - 246** プレーン 30g 181円(税込195円)
  - 247** ペッパー 30g 190円(税込205円)

定期購入 鈴木牧場牛乳 295円(税込319円)

定期購入のお申込みはこちら!

- よつ葉乳業(北海道・音更町) **252** よつ葉 パンに美味しい発酵バター 100g 306円(税込330円)

- よつ葉乳業(北海道・音更町) **253** よつ葉カマンベールチーズ 90g 415円(税込448円)
- 日本生活協同組合連合会 **254** 乳酸ドリンク 65ml×10 178円(税込192円)

- 福島の酪農応援!
- 酪王乳業(福島県・郡山市) **255** 2本組 180ml×2 240円(税込260円)
  - 256** 5本組 180ml×5 590円(税込637円)

**十勝の息吹 ひきわり納豆**  
納豆の味が強くしっかりとした味わい

ファン急増中!

北海道十勝産の生産者を限定した大豆を、仕込む前に挽き割り、納豆にしました。

登喜和食品(東京都・府中市)

**257 十勝の息吹 ひきわり2P (タレ・カラシ付)**  
40g×2 **172円(税込186円)** 通常税込199円  
大豆(北海道)

この納豆を食べたら他の納豆は食べられません。大ファンです。

家族に好評です。ツンとした臭みがなくて、大豆のおいしさをストレートに感じます。登喜和さん、ありがとう!

組合員さんからのクチコミ  
とにかく大好きです!

**丸和の豆腐**

丸和食品(東京都・練馬区)

**260 もめん豆腐**  
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。  
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。  
4日 **260円(税込276円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<1.2<1.2

**259 ミニきぬ豆腐**  
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。  
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。  
4日 **259円(税込275円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<0.9<1.2

**261 きぬ豆腐**  
国産大豆100%使用、消泡剤を使用せず海水にがりで固めました。  
4日 **261円(税込277円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<0.9<1.2

**262 味付いなり揚げ**  
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。湯煎すると聞きやすくなります。  
90日 **262円(税込278円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<0.9<1.0

**263 厚揚**  
国産大豆100%、にがり使用の生地をなたね油で揚げました。  
4日 **263円(税込279円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<1.1<1.2

**264 油揚げ**  
国産大豆100%の豆腐を生地に使い、ふっくらと仕上げました。揚げ油は菜種一番搾り。遺伝子組み換えはしていません。  
6日 **264円(税込280円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<1.5<1.5

**265 生おから**  
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。  
30日 **265円(税込281円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<1.3<1.3

**豆乳濃度が高く大豆の味わいが深い豆腐**

丸和食品(東京都・練馬区)

**266 白和え**  
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。  
21日 **266円(税込282円)**  
大豆(国産産) [放] 不検出<1.4<1.4

**267 有機国産大豆寄せ豆腐**  
秋田県産有機大豆と海水にがりのみで作った寄せ豆腐。消泡剤不使用。  
4日 **267円(税込283円)**  
大豆(秋田県産) [放] 不検出<0.9<1.0

JAやさと(茨城県・石岡市)

**268 八郷小粒納豆3連 (タレ・カラシ付)**  
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。  
7日 **268円(税込284円)**  
大豆(茨城県産) [放] 不検出<4.2<4.2

**269 本味納豆 (タレ・カラシ無)**  
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。  
7日 **269円(税込285円)**  
大豆(茨城県産) [放] 不検出<3.4<3.0

水府納豆(茨城県・常陸太田市)

**270 水府納豆ミニ2個 (タレ・カラシ付)**  
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。  
10日 **270円(税込286円)**  
大豆(茨城県産) [放] 不検出<2.9<3.7

水府納豆(茨城県・常陸太田市)

**271 押し麦入り納豆 (タレ・カラシ無)**  
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。  
10日 **271円(税込287円)**  
大豆(茨城県産) [放] 不検出<3.5<3.2

登喜和食品(東京都・府中市)

**272 丸大豆てんべ**  
北海道十勝産大豆(トヨホマシ)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。  
30日 **272円(税込288円)**  
大豆(北海道産)

**日配品 海藻・麺類**

- ・こんにゃく: 国産のこんにゃく芋を使用しています。
- ・麺・皮: 国産小麦100%です。

鶴田食品千葉(千葉県・流山市)

**273 生芋あく抜きこんにゃく**  
昔ながらの缶詰製法で作ったこんにゃくです。  
90日 **273円(税込289円)**  
こんにゃく(芋(国産産)) [放] 不検出<3.5<3.9

**274 生芋あく抜きしらたき**  
国内産のこんにゃく芋で作られた、歯切れと味のよい白滝です。  
90日 **274円(税込290円)**  
こんにゃく(芋(国産産)) [放] 不検出<3.6<3.6

浜食(東京都・調布市)

**275 洗いもずく**  
沖縄・伊平屋島産の良質なもずくです。塩抜きが必要がなく、そのまま食べられます。ミネラル補給に。  
10日 **275円(税込291円)**  
もずく(沖縄県産)

リアス(千葉県・船橋市)

**276 石巻十三浜 絆生切り昆布**  
湯通し塩蔵昆布を使いやすく細切りにしました。15分程塩抜きしたらそのまま使えます。サラダ、炒め物、煮物、麺の具などに。  
90日 **276円(税込292円)**  
昆布(宮城県産)

共生食品(神奈川県・相模原市)

**277 内麦焼そば (ソース無)**  
国産小麦粉を使用した無かんすい、無着色の麺です。小麦粉のおいしさを味わえます。  
6日 **277円(税込293円)** 通常税込213円  
小麦(岩手県産) [放] 不検出<3.4<4.1

金子製麺(神奈川県・中井町)

**278 あしがら車屋 味噌らーめん(2食入)**  
地粉にこだわって練り上げた無かんすい麺。無添加味噌スープ付。お好みで野菜、焼き豚、ゆで卵などを入れて。  
21日 **278円(税込294円)** 通常税込405円  
麺120g×2 スープ47g×2 **375円(税込405円)**  
小麦(国産産)

創業大正2年 遠忠食品

あつたかご飯に、おにぎりに!

**279 地粉餃子の皮**  
自家製粉の地粉と水、赤穂の塩、打ち粉だけで作りました。水分を多めに練り、コシのある食感。直径10cm。  
14日 **279円(税込295円)**  
小麦(国産産)

**280 国産しょうがとおかかのふりかけ**  
しょうが(高知県、他)

**281 きゃらぶき(三河みりん使用)**  
ふき(岩手県)

たむらのタマゴ(徳島県・阿南市)

**282 地鶏そぼろ**  
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。  
13日 **282円(税込296円)**  
鶏肉(徳島県産)

たむらのタマゴ(徳島県・阿南市)

**283 だし巻玉子**  
卵(徳島県産)

**ごはんにご混ぜるだけ!**

**284 ちらし寿司の素**  
3合のごはんにご混ぜ込んでも十分な量です。その場合は酢を少々加えると良いです。

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

**284 ちらし寿司の素**  
90日 **284円(税込297円)** 通常税込544円  
2合用

時季限定 海から採ってそのまんま!

**原藻わかめ&めかぶ**

湯通し後、小分けして冷凍OKです

組合員さんの声  
とてもおいしくいただきました。ゆずや鮮やかなわかめ色を味わい、やわらかく、とろけるようでした。べろっとなくなりました!海の自然の恵みをおいしくいただける幸せ、その環境や漁業が守られるようにしたいです。(竜ヶ崎市:1さん)

シーズン最終

リアス(千葉県・船橋市)

**288 採ってそのまま生わかめ**  
茎付きで茶褐色のものをお届けします。届いたら一両日中に沸騰した鍋に塩少々を入れて湯通ししてください。  
届いて2~3日 **288円(税込299円)** 通常税込448円  
わかめ(宮城県産) [放] 不検出<3.9<3.8

リアス(千葉県・船橋市)

**289 採ってそのまま生めかぶ**  
茶褐色をしためかぶが届きます。刻んだあと、湯通しして下さい。  
届いて2~3日 **289円(税込300円)** 通常税込457円  
めかぶ(宮城県産) [放] 不検出<4.4<3.8

山形県白鷹町 **しらたかノラの会** 自分たちの畑や地域で採れた農作物を無添加で加工します

炊きこむタイプ  
会で育てた鶏や野菜を使って作った、素材の旨みたっぷりの鶏五目ご飯の素。米と一緒に炊いて。

しらたかノラの会(山形県・白鷹町)

**285 鶏五目ご飯の素**  
3合用 **285円(税込296円)** 通常税込410円  
170g(3合用) [放] 不検出<3.5<3.4

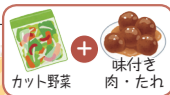
鶏肉(山形県産)

遠忠食品(埼玉県・越谷市)

**284 ちらし寿司の素**  
90日 **284円(税込297円)** 通常税込544円  
2合用

筒、蓮根、人参、干椎茸、切昆布を、さっぱりした酸味のりんご酢をベースにした調味液で仕上げました。

筒(和歌山県産)



# 包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

## もつの旨味が麺にからむ



調理時間 準備品  
約15分 油

新  
特  
2~3人前

セット内容: カット野菜(キャベツ、にら、人参、きくらげ)、豚白もつ、調味タレ、麺2袋(2~3人前)

食塩相当量: 6.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 290 もっちりもつ焼きそば

ガーリック醤油風味の焼きそばです。国産野菜、国産豚白もつ使用。麺も、もちもちして美味しいです。

冷蔵届いて1~2日 卵米大少

2~3人前(約490g) **850円**(税別) **918円**(税込) 通常税込 998円  
小麦粉・キャベツ(国内産)

## だしの効いた大根と豚肉



調理時間 準備品  
約15分 片栗粉大さじ1・油

2人前

セット内容: カット野菜(大根、ねぎ)、豚肉、調味料

食塩相当量: 2.4g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 291 大根の豚そぼろあんかけ

大根はボイル済みなので短時間で調理できます。醤油だしのあんかけが野菜によく合い、ご飯が進みます。

冷蔵届いて1~2日 米大少

2人前(約460g) **798円**(税別) **862円**(税込)  
大根・豚肉(国内産)

## ブイオンが効いた優しい味わい



調理時間 準備品  
約10分 水700cc

2人前

セット内容: カット野菜(玉ねぎ、人参、ピーマン、ぶなしめじ)、水餃子12個、欧風だし

食塩相当量: 6.3g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 292 ブイオン水餃子スープ

国産野菜、餃子、だしが一緒になったセットです。餃子の原材料は国内産を使っています。

冷蔵届いて1~2日 大少

2人前(約330g) **860円**(税別) **929円**(税込)  
玉ねぎ・豚肉(国内産)

## 肉と大根のさっぱりした味わい



調理時間 準備品  
約7分 油

2人前

セット内容: カット野菜(大根、人参、小松菜)、調理肉

食塩相当量: 1.63g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 293 鶏肉入り大根きんぴら

新鮮な野菜セットと鶏肉入りの本格的なタレがついたきんぴらキットです。

冷蔵届いて1~2日 米大少

2人前(約420g) **810円**(税別) **875円**(税込)  
大根(国内産)、鶏肉(山口県)

## 白身魚の旨味と野菜がマッチ



調理時間 準備品  
約5分 油

2人前

セット内容: 調理魚、カット野菜(玉ねぎ、ピーマン、人参、エリンギ、パプリカ)

食塩相当量: 1.0g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 294 シャキシャキ彩り5種野菜と白身魚の南蛮漬

新鮮な野菜と、下味がついた国産の白身魚のセットです。下処理カット済みなので、フライパン一つでどうぞ。

冷蔵届いて1~2日 米大少

2人前(約375g) **960円**(税別) **1037円**(税込)  
玉ねぎ(国内産)、シラ(長崎県)

## 黒酢で味に深みをプラス



調理時間 準備品  
約6分 油

2人前

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

食塩相当量: 1.21g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 295 彩り野菜と国産豚の黒酢豚

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

冷蔵届いて1~2日 卵米大少

2人前(約410g) **899円**(税別) **971円**(税込)  
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

## えび・イカの旨味がたっぷり



調理時間 準備品  
約7分 ごま油・白飯

2~3人前

セット内容: 海鮮塩炒めソース、カット野菜(白菜、玉ねぎ、人参、ニラ)、野菜ブイオン

食塩相当量: 1.82g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 296 海鮮中華丼の具(塩)

野菜セットとえびやイカ入りの本格海鮮ソース、味が決まる野菜ブイオンが入った塩ベースの中華丼です。

冷蔵届いて1~2日 米大少

2~3人前(約430g) **995円**(税別) **1075円**(税込)  
ハクサイ(国内産)、スルメイカ(青森県)

## シャキシャキ野菜がたっぷり



調理時間 準備品  
約10分 油

2人前

セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

食塩相当量: 2.1g

やさと農業協同組合(茨城県・石岡市)

### 297 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め

醤油ベースの美味しさと豚肉の甘み、ねぎの香ばしさを楽しめます。

冷蔵届いて1~2日 米大少

2人前(約630g) **760円**(税別) **821円**(税込)  
小松菜(国内産)

## スタミナメニューの定番品



調理時間 準備品  
約4分 油

2人前

セット内容: タレ漬豚肉、カット野菜(人参、ニラ)、もやし

食塩相当量: 1.1g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 298 国産豚のニラレバ炒め

新鮮でおいしい野菜と本格ニラレバソースのセットです。野菜は下処理カット済みです。

冷蔵届いて1~2日 米大少

2人前(約280g + もやし250g) **910円**(税別) **983円**(税込)  
ニラ(国内産)、豚レバー(神奈川県)

## 海鮮のダシともっちり麺



調理時間 準備品  
約5分 油

3人前

セット内容: カット野菜(白菜、玉ねぎ、小松菜、パプリカ)、海鮮ソース、麺2袋(3人前)、もやし、野菜ブイオン

食塩相当量: 2.28g

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)

### 299 5種野菜の海鮮焼きそば

新鮮な野菜がたっぷり入った野菜セットと麺と海鮮ソースと野菜ブイオンが揃った海鮮焼きそばセットです。

冷蔵届いて1~2日 卵米大少

3人前(約465g + もやし250g) **1150円**(税別) **1242円**(税込)  
小麦粉(東京都)、白菜(国内産)

レンジや湯煎でOKなものも!  
**フライパンや鍋ひとつでできちゃう**

**人気**

千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 5~6枚

**300 生から作ったいわしフライ**

鮮魚のいわしを使用しているため、身がやわらかく、ふくらみとしており、臭みもありません。揚げて下さい。

凍 米大少 5~6枚280g **398円**(税別) **430円**(税込)  
真いわし(国内産)

いわしとチーズの相性バッチリ! お弁当にも!

大新(鳥取県・境港市) 12個入

**301 国産野菜とチーズのおさかなバーグ**

いわしで作ったミニハンバーグ。荒挽き感が生きています。チーズ入りで子供も食べやすいです。

凍 米大少 240g(12個) **360円**(税別) **389円**(税込)  
いわし・すけそうだら(国内産)

揚げたてでサクサクの衣を味わって!

日岡商事(兵庫県・加古川市) 3個入

**302 黒豚ポテトコロッケ**

じゃがいもと黒豚肉の素材で優しい味わい。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。揚げて。

凍 米大少 3個180g **300円**(税別) **324円**(税込)  
じゃがいも(北海道)、豚肉(鹿児島県)

アツアツの揚げたてをどうぞ!

大進食品(神奈川県・横浜市) 6個入

**303 北海道八雲発 マムのカニクリームコロッケ**

北海道酪農発祥の地・八雲町産の生乳を使用したカニクリームコロッケ。

凍 米大少 40g×6 **388円**(税別) **419円**(税込) 通常税込 430円  
生乳(北海道) [放] 不検出 <3.4 <4.6

調理例  
レバニラ炒めにも

秋川牧園(山口県・山口市)

**304 鶏レバー甘辛焼き**

開放鶏舎で健康に育った若鶏のレバーを蒸気でふくら焼き、甘辛いたれをからめました。湯煎かレンジで。

凍 米大少 120g **375円**(税別) **405円**(税込) 通常税込 420円  
鶏肉(山口県、他)

フライパンで焼いて

秋川牧園(山口県・山口市)

**305 鶏の塩漬揚げ**

ムネ肉を塩麴に漬け、軟らかさと旨みを引き出しました。生姜とごま油の風味が香ります。解凍後焼いて。

凍 米大少 150g **343円**(税別) **370円**(税込)  
鶏肉(山口県、他)

炒めた野菜を加えれば更にボリュームUP

盛惣付け例

マストミ(徳島県・徳島市)

**306 黒酢の酢豚**

北海道育ちの健康な豚肉と3つの野菜(玉ねぎ・ピーマン・人参)に黒酢を加えたまろやか風味の酢豚。湯煎で。

凍 米大少 330g **560円**(税別) **605円**(税込) 通常税込 643円  
豚肉(北海道)

**特**

トクスイボリューション(東京都・中央区) 30個入

**307 トクスイ餃子**

豚肉とたっぷりのキャベツを使い作りました。ニラの風味が控えめで脂っぽさの少ないあっさり味。焼いて。

凍 米大少 540g(18g×30) **580円**(税別) **626円**(税込)  
豚肉・キャベツ(国内産)

一口ほおばれば舌の上に館のスープが!

飛鳥食品(東京都・江戸川区) 16個入

**308 飛鳥の黒豚肉の焼き餃子**

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。

凍 米大少 120個 **487円**(税別) **526円**(税込)  
豚肉(国内産)

ほうれん草の苦手な方でも!

日岡商事(兵庫県・加古川市) 10個入

**309 ほうれん草餃子**

ほうれん草の風味や栄養がたっぷりの館を国産小麦粉の皮で包みました。

凍 米大少 20g×10個入 **343円**(税別) **370円**(税込)  
鶏肉・キャベツ・ほうれん草(国内産)

焼いてどうぞ

ニッコニコ(神奈川県・大和市) 10個入

**310 しそさっぱり餃子**

具に大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。タレなしでも召し上がれます。

凍 米大少 10個180g **375円**(税別) **405円**(税込)  
しそ(国内産)

**特**

ニッキーフーズ(大阪府・大阪市) 14本入

**311 国産原料にこだわったお徳用春巻**

豚肉、キャベツ等、国産の具材のみを、国産小麦粉の皮でミニタイプの春巻に。揚げて。

凍 米大少 14本420g **410円**(税別) **443円**(税込)  
小麦(国内産)

**特**

鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 約100g

**312 ほたてしぐれ煮**

北海道産ほたての風味を活かす為、醤油、みりん、三温糖、酒、生姜でシンプルに炊き上げました。

凍 米大少 約100g **398円**(税別) **430円**(税込) 通常税込 451円  
ほたて貝柱(北海道)

**特**

大黒淡水(静岡県・焼津市) 70g×2、たれ・山椒付

**313 うなぎ蒲焼**

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。

凍 米大少 70g×2、たれ・山椒付 **1960円**(税別) **2117円**(税込) 通常税込 2225円  
うなぎ(愛知県)



シリーズ  
市販品との違い  
冷凍食品

# 餃子の場合

(北京餃子編)

## 北京餃子のこだわり

皮 国産小麦粉使用、小麦粉・食塩・水のためのシンプルな原料、添加物不使用

餡 国産豚肉・国産野菜使用、添加物不使用

### ◆市販品と比較してみました◆

**一般的な餃子**  
野菜(キャベツ、たまねぎ、にら、にんにく)、食肉(鶏肉、豚肉)\*、豚脂、粒状大豆たん白、卵白、ごま油、オイスターソース、砂糖、発酵調味料、食塩、香辛料、酵母エキス、皮(小麦粉、なたね油、でん粉、食塩、粉末状小麦たん白、粉末状大豆たん白、大豆粉)/調味料(アミノ酸等)、乳化剤、増粘剤(キサンタン、アルギン酸Na)、クエン酸Na、塩化Ca、カゼインNa

**北京餃子**  
野菜(キャベツ(国産)、玉ねぎ(国産)、にら(国産)、にんにく(国産)、生姜(国産))、豚肉(国産)、パン粉、肉汁、醤油、ごま油、昆布パウダー、砂糖、食塩、こしょう、皮(小麦粉、食塩)

## 8 徳用北京餃子 2パックは



表紙に掲載しています



314 わかめどっさりうどん

国産小麦粉のうどんにわかめ、刻み揚げ、かまぼこ、青ねぎをトッピング。鯉、昆布ダシの関西風つゆで。

2食556g **350円**(税込**378円**)  
わかめ(韓国)



富山県産白えび入りでボリュームたっぷり

315 白えびかきあげ

富山県産白えび、国産の野菜(玉ねぎ、人参、小松菜)と国産小麦を使用し、non-GMO菜種油で揚げました。

160g(2枚入) **504円**(税込**544円**)  
野菜(国内産)



316 とり天

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

170g **423円**(税込**457円**)  
鶏肉(山口県、他)

原材料は国産小麦粉と食塩のみ



317 冷凍うどん

国産小麦粉と食塩のみで作りました。凍ったまま麺を沸騰したお湯で1分半茹でてください。温でも冷でも。

200g×3玉 **412円**(税込**445円**)  
小麦粉(国内産)

鍋やスープに♪

お好みのスープの中に凍ったまま入れて



318 ロールキャベツ

国産豚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。

4個240g **572円**(税込**618円**)  
キャベツ(国内産)

鍋物、煮物、炒め物、カレーやシチューに幅広く使えます



319 鶏つくね

若鶏のムネ肉に鶏皮を加えてジューシーさを出し塩麹で旨味を引き出した柔らかい食感の鶏だんご。加熱調理済みなのですぐに使えます。

200g **338円**(税込**365円**)

お弁当におかず♪



鮮度の良い秋鮭を焼き上げ、フレークにしました。原材料:秋鮭、菜種油、食塩  
佐井村漁協(青森県・佐井村)

320 津軽海峡 鮭フレーク

100g **498円**(税込**538円**)  
秋鮭(青森県)

レッドベッパーが後を引く美味しさ



321 ピリ辛チキンバー

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。

8本150g **386円**(税込**417円**)  
鶏肉(山口県、他)



322 鶏のから揚げ

無投葉の神山鶏の肉を魚醤入りの特製タレに漬けた柔らかくジューシーな唐揚げ。レンジかトースターで温めて。

200g **453円**(税込**489円**)  
鶏肉(徳島県)



323 飛鳥の黒豚シューマイ

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

12個180g **403円**(税込**435円**)  
豚肉(国内産)



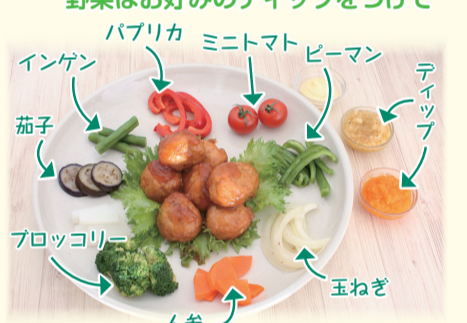
324 飛鳥のカレーシューマイ

スパイシーながらも辛味を抑えた、食べやすいカレー味。お弁当の一品に。蒸すか、レンジで加熱して。

12個180g **388円**(税込**419円**)  
豚肉(国内産)

大きな豆腐肉団子で野菜たっぷりプレート♪

味付け済みの豆腐団子そのまま。野菜はお好みのディップをつけて



※写真は「すりおろし人参」「醤油マヨ」ディップ

表紙に掲載しています



325 チキンソースカツ

厚めにそぎ切ったムネ肉をカラッと揚げ、特製のソースをたっぷり絡めました。レンジ、トースターで。

150g **407円**(税込**440円**)  
鶏肉(山口県、他)



326 チキンナゲット

開放鶏舎で育った若鶏のムネ肉等を使用。レンジかトースターで。お弁当にもピッタリ。

200g **435円**(税込**470円**)  
鶏肉(山口県、他)



327 飛鳥の帆立シューマイ

国産の豚肉に帆立を加えた、コクのある味わいのシューマイ。蒸すか、レンジで加熱して。

12個180g **434円**(税込**469円**)  
帆立(青森県)



328 飛鳥のえびにら饅頭

天然むきえびをたっぷり使った餡を国産小麦粉を使い手作りの皮で手包みしました。半解凍後、フライパンで。

5個200g **442円**(税込**477円**)  
えび(ベトナム)、にら(国内産)



329 とり南蛮

徳島の神山鶏ムネ肉使用。唐揚げを甘酢に漬けました。一口サイズでお弁当に便利。トースター、レンジで温めて。

200g **403円**(税込**435円**)  
鶏肉(徳島県)

冷めても美味しいツナのメンチカツ♪



330 お弁当用メンチカツ(ツナ)

マグロと鶏肉、キャベツと玉ねぎの絶妙な配合でジューシーで柔らかいミニメンチカツ。レンジで温めて。

120g(5個) **315円**(税込**340円**)  
ピンチョウマグロ(太平洋)

マストミ自社製塩麹使用



331 マグロの塩麹電田

塩麹に漬けて旨味を引き出したマグロの電田揚げ。レンジで加熱。さらにトースターで香ばしく仕上げても。

150g **420円**(税込**454円**)  
びんちょうまぐろ(太平洋)

徳島のローカルフード



332 阿波のフィッシュカツ

徳島近海の小さな魚をたっぷり使った練り物を揚げて上品なカレー味に仕上げました。冷蔵解凍後トースターで。

2枚130g **330円**(税込**356円**)  
すけとうだら(北海道)

半解凍でも美味



333 ごまボテ

さつまいも(国産紅はるか)を程よい甘さに味付け。食べやすい2cm角にカットし、ごまをまぶしました。

280g **572円**(税込**618円**)  
さつまいも(国内産)



334 芋棒

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。

400g **620円**(税込**670円**)  
鳴門金時芋(徳島県)



335 芽吹き屋 よもぎ大福

国産餅米と天然よもぎ、北海道産小豆の粒あんを使用しました。着色料や防腐剤等は不使用。自然解凍で。

4個220g **332円**(税込**359円**)  
よもぎ(国内産)

毎日スプーン2杯の習慣を



おなかから元気に♪

組合員さんからのクチコミ

大豆の甘さを感じ、主人はお通じが良いと毎回楽しみに待っています。私達はそのまま美味しさを感じ、ついつい食べ過ぎて4個を2週間間で食べています。大腸の内視鏡を受けましたが、すごくきれいになりました。多分、豆汁グルトのおかげだと思っています。継続していただきたいです。

大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品。毎日大さじ1杯食べることで腸内細菌が増え、腸の力を高めます。半解凍で小分け後、再凍結可。

339 1個 **450g 1200円**(税込**1296円**)

340 4個セット **450g×4個 4320円**(税込**4666円**)  
大豆(北海道)

人気です! KUBOTAのアイス



336 ミルク紅茶アイスクリーム

100ml **200円**(税込**216円**)  
生乳(国内産)、紅茶(インド・スリランカ)

厳選した高品質の茶葉を使用



337 ほうじ茶アイスクリーム

100ml **220円**(税込**238円**)  
生乳・ほうじ茶(国内産)

厳選抹茶と自家製小豆餡の上品でまろやかな美味しさ



338 抹茶とあずきの最中

110ml **120円**(税込**130円**)  
生乳・小豆(北海道)、抹茶(国内産)

菓子

・化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。
※お子さんが食べる機会が多い為、原材料を表記しています。

前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで

500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

お知らせ

4月1日から小麦と油を使用している菓子商品は、原料高騰の為値上げになります。今回はノースカラースの商品などが対象になります。またノースカラースの商品は順次原料・規格変更になりますので、現価格での掲載は次回3月5回までになります。宜しくお願い申し上げます。

純国産ノースカラースシリーズ



341 純国産 ポテトチップスのり塩
原材料:じゃがいも(国産・遺伝子組換えでない)、こめ油(米(国産))、食塩(国内製造)、焼のり(のり(国産))
◎120日 米
55g 155円(税込167円) 通常税込178円
じゃがいも(国内産)



342 純国産 ポテトチップス和風だし
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を感じられます。
◎120日 米
53g 155円(税込167円) 通常税込178円
じゃがいも(国内産)



343 純国産 塩けんぴ
芋けんぴに北海道産のオホーツクの塩をまぶした贅沢なお菓子。国産の米油で揚げ、あっさりとした味わい。
◎90日 米
100g 230円(税込248円)
さつまいも(九州)



344 純国産 えびせんべい
原材料:ばれいしよでん粉(ばれいしよ(北海道産、遺伝子組み換えでない)、米油(米(国産))、えび粉(えび(北海道産))、食塩(国内製造)、てん菜糖(てん菜(北海道産、遺伝子組み換えでない)、かつお節粉末(国内製造)、昆布粉末(昆布(北海道産))、さつまいもでん粉分解物(甘藷(国産))、玉ねぎ粉末(玉ねぎ(国産))
ノースカラース(北海道・札幌市)



345 純国産 さつま芋ちっぷ
国内産にこだわった純国産シリーズです。薄くスライスした九州産さつま芋をパリッとした食感に仕上げました。揚げ油には国産のこめ油を使用し、上品な香りが感じられます。
◎120日 米
115g 220円(税込238円) 通常税込248円
さつまいも(九州)



346 純国産 北海道きなこかりんとう
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。
◎90日 乳米大 小
103g 220円(税込238円)
小麦粉(国内産)



347 純国産 北海道バタークッキー
原材料:小麦粉、バター、砂糖大根糖、卵、食塩
◎180日 卵乳小
2枚×5包 280円(税込302円)
小麦・バター(北海道)



348 純国産 きなこねじり
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。
◎150日 米大
110g 260円(税込281円) 通常税込286円
きな粉・大豆(北海道)



349 純国産北海道ほーろ 2色の野菜とミルク
北海道産の原料を使用した、ミルクかぼちゃ・ほうれん草の3種類のペーストです。
◎180日 乳
100g 220円(税込238円)
馬鈴薯(北海道)

344 純国産 えびせんべい
羽幌産甘えびを100%使用した、海老の風味がしっかりとした軽いせんべい!原料は全て国産、無添加です。
◎120日 米
65g 236円(税込255円)
ばれいしよ(北海道)



350 ブランクッキー
植物から生まれたクッキーです。
◎180日 米小
80g 176円(税込190円) 通常税込201円
小麦(国内産)



351 安納芋ようかん
原材料:水飴(国内製造)、焼さつま芋ペースト(安納芋(鹿児島県産))、寒天
◎180日
58g 129円(税込139円)
水飴(国内産)



352 とうもろこしあられ
佐賀県産ひよこもちでつくった生地を焼きました。
◎120日 米大
30g 214円(税込231円)
もち米(佐賀県)



353 寒天コーヒーゼリー
原材料:水飴、砂糖、寒天、有機インスタントコーヒー、オブラート、レシチン(大豆由来)\*レシチンはオブラートに含まれています。
◎180日 大
135g 215円(税込232円)
コーヒー(コロンビア)



354 干し柿寒天
原材料:水飴、砂糖、干し柿、寒天、オブラート、レシチン(大豆由来)\*レシチンはオブラートに含まれています。
◎180日 大
110g 230円(税込248円)
干し柿(長野県)



355 干し柿ゼリー
原材料:水飴、干し柿、砂糖、寒天、こんにゃく粉、澱粉(馬鈴薯(国産))、甘薯(国産)、なたね油、レシチン(大豆由来)
◎180日 大
130g 340円(税込367円)
柿(奈良県、和歌山県)

水の代わりに100%牛乳を使って練り上げました



356 特選牛乳ビスケット
町村農場のミルクをたっぷり使用した濃厚なミルクの甘味がするビスケットです。素朴でなつかしい味。
◎180日 乳小
100g 220円(税込238円)
小麦粉(国内産)



357 ポン玄米(砂糖付)
原材料:玄米、グラニュー糖(製造ラインで大豆と落花生の使用あり)
◎90日 米
100g 280円(税込302円)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8



358 ポン玄米(砂糖なし)
原材料:玄米(製造ラインで大豆、落花生の使用あり)
◎90日 米
100g 280円(税込302円)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8



359 玄米おこし
原材料:玄米、黒砂糖、水飴、菜種油、きな粉(製造ラインで落花生の使用あり)
◎90日 米大
150g 375円(税込405円)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8



360 豆乳ドーナツ(白蜜)
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。
◎60日 乳大 小
155g 220円(税込238円)
小麦(国内産)



361 豆乳ドーナツ(黒糖)
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わず豆乳だけで練り上げたドーナツです。
◎60日 乳大 小
155g 220円(税込238円)
小麦(国内産)

庄内共同ファーム



357 ポン玄米(砂糖付)
原材料:玄米、グラニュー糖(製造ラインで大豆と落花生の使用あり)
◎90日 米
100g 280円(税込302円)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8



358 ポン玄米(砂糖なし)
原材料:玄米(製造ラインで大豆、落花生の使用あり)
◎90日 米
100g 280円(税込302円)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8



359 玄米おこし
原材料:玄米、黒砂糖、水飴、菜種油、きな粉(製造ラインで落花生の使用あり)
◎90日 米大
150g 375円(税込405円)
米(山形県) [放]不検出<1.2<0.8



360 豆乳ドーナツ(白蜜)
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。
◎60日 乳大 小
155g 220円(税込238円)
小麦(国内産)



361 豆乳ドーナツ(黒糖)
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わず豆乳だけで練り上げたドーナツです。
◎60日 乳大 小
155g 220円(税込238円)
小麦(国内産)

丸和



360 豆乳ドーナツ(白蜜)
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。
◎60日 乳大 小
155g 220円(税込238円)
小麦(国内産)



361 豆乳ドーナツ(黒糖)
国産の小麦粉と大豆にこだわり、黒糖を使用。水を使わず豆乳だけで練り上げたドーナツです。
◎60日 乳大 小
155g 220円(税込238円)
小麦(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

前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。
※紛失された場合は供給担当まで

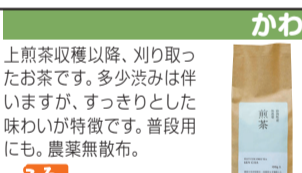
500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。



364 オーガニック ジンジャーエール
国産有機しょうがを使用した有機ジンジャーエール。爽やかな飲み心地に有機しょうがの辛みをきかせました。
250ml 140円(税込151円)
しょうが(国内産)



366 オーガニック アイスコーヒー無糖
やわらかな苦みとコク、フルーティな甘みがバランスよくすっきりとした味わいのオーガニックアイスコーヒー。
1000ml 450円(税込486円)
豆(コロンビア)



719 上煎茶
若い葉を茶刈り機で収穫したお茶です。渋みの少ない香りある若芽のお茶をお楽しみください。農薬無散布。
◎180日
100g 1670円(税込1804円)
茶葉(静岡県) [放]不検出<0.5<0.5



365 龍馬1865 (ノアルコルビール)
ドイツ産麦芽100%にこだわり、香料、着色料、酸味料などの添加物は一切不使用。
1年 350ml 128円(税込138円) 通常税込144円
麦芽(ドイツ)



754 ただの炭酸水
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。
200ml ×24 1200円(税込1296円) 通常税込1344円



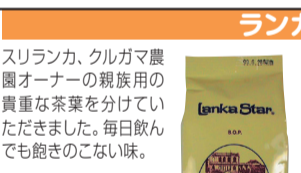
720 煎茶
◎180日
100g 1000円(税込1080円)
茶葉(静岡県) [放]不検出<3.2<3.4



367 エチゴ FLYINGIPA
アメリカンスタイルのホップを大量に使用することによって、強い苦みと柑橘系の香りを実現しました。
350ml 295円(税込325円)
麦芽(フランス、ドイツ)



369 マッコリ風の酒「白」
韓国において古来飲まれてきた活性にこり酒風の、発泡性日本酒。アルコール度数8~9度。要冷蔵。
720ml 1015円(税込1117円) 通常税込1128円
米(国内産)



732 オーナースティー(リーフ)
◎180日 大
100g 400円(税込432円)
紅茶(スリランカ)



368 エチゴ のんびりふんわり白ビール
癒しの時間のためのリラックスできるビール。苦くないさわやかな後味。
350ml 295円(税込325円)
麦芽(フランス)



370 綿屋倶楽部 純米酒「黒」
黒澤ライスサービスさんが有機農法によって育てた極早生米「おもてなし」を100%原料として造った日本酒。
720ml 1390円(税込1529円) 通常税込1639円
米(宮城県)



362 ローズヒップティー(ティーバッグ)
ローズヒップとはドッグローズの花の実でビタミンが豊富。抽出時間が長めでも渋味がなく美味しいです。
2g×30 560円(税込605円) 通常税込626円
ローズヒップ(チリ)



363 低温焙煎 庄内の麦茶(ティーバッグ)
無農薬の大麦を低温でゆっくり煎り上げた麦茶。500mlの熱湯を入れた水筒に1袋入れて、2時間程度で美味しい麦茶に。
30g×10 530円(税込572円) 通常税込594円
大麦(山形県)

3.11 震災から11年 二本松有機農業研究会の取組みとは?
日本有機農業研究会で学びながら、二本松有機農業研究会を結成。信頼のおける安全を第一にする業者、生協を選び提携しています。会員すべての圃場でJAS認定をとっており、安全な作物づくりをめざし、自然環境を守り、美味で安全を目指して取り組んでいます。二本松で半世紀近く有機農業に取り組んできた大内さんは2011年の福島第1原発事故以降、大きな被害を受けた福島有機農家の現状を発信し続け、作物の放射能測定を徹底し、移行の傾向もしっかりと掴み、安全な農産物の出荷を続けてきました。

有機人参を使った栄養豊富なストレートジュース。果肉が沈殿しているので、よく振ってからお飲みください。
二本松有機農業研究会(福島県・二本松市)
有機人参まるごとジュース
371 200ml 267円(税込288円)
372 1ℓ 1027円(税込1109円)
人参(福島県) [放]不検出<0.5<0.4

# 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。

前日OK! は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。  
 ※紛失された場合は供給担当まで  
 500以降の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

## お知らせ

4月1回以降から食品調味料、麺類、粉系の商品は小麦と油の原料高騰の為順次値上げになります。  
 ※前日OK商品リストの商品も上記同様順次変更をかけていきます。組合員の皆様には新しい冊子をお配りする予定です。ご確認ください。  
 ※前日OK商品リストの商品も上記同様順次変更をかけていきます。組合員の皆様には新しい冊子をお配りする予定です。ご確認ください。

**と** 煮物等にご使用ください **特**

アルファードスタッフ(愛知県・名古屋市)

**373 粗精糖(自然派style) 2袋**  
 鹿児島県のサトウキビから作られた直接作られた砂糖です。  
 1kg×2 **660円(税込712円)** 通常税込734円

さとうきび(鹿児島県)

粉末タイプです

ムソー(大阪府・大阪市)

**374 てんさい含蜜糖・粉末**  
 まろやかな風味があり、すっきりとした甘みです。粉末タイプなので溶けやすく、お菓子作りに。  
 500g **400円(税込432円)**

てんさい(北海道)

**し**

海の精(東京都・大島町)

**375 海の精 ハーブソルト 詰め替え用 55g**  
**376 55g**

魚、鶏料理やサラダ等に  
 「海の精やきしお」と海外有機認証のドライハーブ(オレガノ、バジル、パセリ、タイム)をブレンド。  
**330円(税込356円)**  
**480円(税込518円)**

海水(伊豆大島近海)

**す** **特**

くせないまろやかな味が何にでも合います。

太田酢店(福島県・須賀川市)

**377 りんご酢**  
 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。  
 300ml **600円(税込648円)**

りんご(国産)

**せ**

煮物の素材の色が引き立ちます  
 火入れをしない生醤油。色は薄口、味は濃口。

井ヶタ醤油(島根県・出雲市)

**378 しじみだし醤油**  
 500ml **740円(税込799円)**

**そ** 食べる味噌です!

お届けは3月5回になります

田中屋(愛媛県・松山市)

**379 麦こうじ味噌、田中屋**  
 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。塩分8.5%。  
 500g **550円(税込594円)**

大麦(愛媛県)

**特**

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)

**383 丸缶 圧搾一番搾りなたねサラダ油**  
 600g **740円(税込799円)** 通常税込810円

なたね(オーストラリア)

**特**

愛媛県産の伊予柑、ゆず、だいたい果汁、梅酢をたっぷり使い、天然だしてさっぱりした味に仕上げました。

森文醸造(愛媛県・内子町)

**381 愛媛の果汁たっぷりぼんず**  
 360ml **670円(税込724円)**

**特**

伊藤商店(愛知県・武豊町)

**380 傳右衛門 生みそ(豆)**  
 国産丸大豆と豆麹だけで作った3年熟成の赤みそ。他のみそと合わせてみそ汁に使うとおいしさが増します。  
 500g **790円(税込853円)** 通常税込864円

大豆(国産)

**特**

少し甘めで濃厚な調味料です。わが家の味をアレンジしてください。

ポニルスタア(東京都・東村山市)

**538 国産野菜果実中濃レストランソース**  
 国産の果物と野菜に、12種のスパイスと3種のピネガーを加え、芳醇な味わいに仕上げました。  
 200ml **360円(税込389円)** 通常税込400円

**酒類**

日本生活協同組合連合会

**502 虹の宴 料理酒 900ml**  
**370円(税込407円)**

**382 1.8ℓ**  
**730円(税込803円)**

米(国産)

**酒類**

相生ユニビオ(愛知県・西尾市)

**506 三河伝統製法「古式本みりん」**  
 500ml **534円(税込587円)**

もち米(国産、中国)

**特**

豊富な環境の平飼鶏の卵をつかっています  
 国産の有精卵と圧搾一番搾りに花油、菜種油、醸造酢、ビート糖、塩、香料使用。

創健社(神奈川県・横浜市)

**532 有精卵マヨネーズ**  
 300g **396円(税込428円)**

なたね(オーストラリア)

**特**

手で開けられる紙容器入り

ナガノトマト(長野県・松本市)

**386 あらくつぶしたトマトピューレづけ**  
 イタリア産完熟トマトを使いやすい大きさにカットして、ピューレ漬けにしました。トマトを切らずに使えます。  
 390g **230円(税込248円)**

トマト(イタリア)

**特**

伊豆海産(静岡県・西伊豆町)

**572 こだわりのだしパック**  
 かつお節の良品に、細かくしたいたけと昆布をブレンド。かつお節90%、昆布、しいたけ各5%の割合。  
 8g×18 **575円(税込621円)**

かつお(静岡県) [放] 不検出<2.9<2.7

**レビュー募集!**

料理の名人(万能調味タレ)

鳴門魚類(徳島県・鳴門市)

**385 料理の名人(万能調味タレ)**  
 250cc **510円(税込551円)** 通常税込562円

**特**

おきたま興農舎(山形県・高島町)

**388 タカノツメ(おきたま)**  
 山形・おきたま興農舎の伊藤さん達より。農業無散布。  
 約10本入 **200円(税込216円)**

タカノツメ(山形県) [放] 不検出<4.2<3.8

**特**

かねの水産(千葉県・大網白里市)

**389 煮干粉**  
 酸化防止剤、着色料、合成保存料不使用の煮干を粉砕しました。味噌汁、お好み焼き、ふりかけ等に。  
 100g **200円(税込216円)**

かたうちいわし(国産) [放] 不検出<4.0<4.0

**特**

かねの水産(千葉県・大網白里市)

**571 煮干**  
 生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干し、冷風乾燥させました。  
 200g **480円(税込518円)**

かたうちいわし(国産) [放] 不検出<4.0<4.0

**特**

コタニ(岩手県・大船渡市)

**586 三陸岩手のカットわかめ**  
 14g **270円(税込292円)**

**390 徳用45g**  
**600円(税込648円)**

わかめ(岩手県) [放] 不検出<3.5<3.5

**特**

創健社(神奈川県・横浜市)

**391 中華風だし一番**  
 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。  
 8g×10 **343円(税込370円)** 通常税込381円

**特**

江藤さん(大分県・玖珠町)

**387 江藤さんの干しいたけ**  
 自分の山から切り出した原木に植菌し栽培したいたけを乾燥させました。  
 50g **510円(税込551円)**

しいたけ(大分県)

**特**

かねの水産(千葉県・大網白里市)

**571 煮干**  
 生協専用釜で酸化防止剤を使用せず煮上げ、その後天日干し、冷風乾燥させました。  
 200g **480円(税込518円)**

かたうちいわし(国産) [放] 不検出<4.0<4.0

**特**

化学調味料・たん白加水分解物は不使用

創健社(神奈川県・横浜市)

**391 中華風だし一番**  
 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。  
 8g×10 **343円(税込370円)** 通常税込381円

**特**

コタニ(岩手県・大船渡市)

**586 三陸岩手のカットわかめ**  
 14g **270円(税込292円)**

**390 徳用45g**  
**600円(税込648円)**

わかめ(岩手県) [放] 不検出<3.5<3.5

**特**

化学調味料・たん白加水分解物は不使用

創健社(神奈川県・横浜市)

**391 中華風だし一番**  
 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。  
 8g×10 **343円(税込370円)** 通常税込381円

**特**

化学調味料・たん白加水分解物は不使用

創健社(神奈川県・横浜市)

**391 中華風だし一番**  
 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。  
 8g×10 **343円(税込370円)** 通常税込381円

## 全品特価

組合員が意見を出しあい、使用原料のどこと品質を確認し、非遺伝子組み換えの素材で作ったフレーク状のカレールウ。牛脂は和牛生脂肪使用。

常総生協オリジナル

常総生協(茨城県・守谷市)

**655 甘口カレールウ**  
 150g **280円(税込302円)** 通常税込313円

**656 中辛カレールウ**  
 150g **290円(税込313円)** 通常税込324円

コープ自然派事業連合

**392 クリームシチュールー**  
 素性の確かな国内産牛脂を使用。さまざまな料理のベースに使えます。1袋約7皿分。  
 150g **260円(税込281円)** 通常税込292円

小麦(北海道)

風と光(神奈川県・横浜市)

**395 有機穀物で作った天然酵母**  
 有機天然酵母を小麦粉に直接混ぜてご使用下さい。ぬるま湯等での使用はしないで下さい。直接溶かすと酵母の力が衰えてしまい発酵力が鈍ります。  
 3g×10 **540円(税込583円)** 通常税込594円

有機とうもろこし(ドイツ)

ポールスタア(東京都・東村山市)

**396 桃花林 ゆずみそ**  
 信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。  
 120g **188円(税込203円)** 通常税込214円

大豆(国産)

ポールスタア(東京都・東村山市)

**397 桃花林 棒棒鶏ソース**  
 215g **360円(税込389円)** 通常税込400円

ポールスタア(東京都・東村山市)

**398 花亭ビストロ ガーリックステーキソース**  
 230g **470円(税込508円)** 通常税込518円

せいふてい(神奈川県・横浜市)

**393 ホワイトソースルー**  
 フレーク状のルー。グラタンやシチュー等に。牛脂は素性の確かなものを使用。  
 150g **270円(税込292円)** 通常税込302円

小麦(国産)

風と光(神奈川県・横浜市)

**394 ベーキングパウダー**  
 有機濃縮びどう果汁、有機コンスター、重曹(炭酸水素ナトリウム)だけで作ったベーキングパウダーです。焼きミョウバンを使用していないのでアルミニウムは入っていません。  
 10g×4 **440円(税込475円)** 通常税込486円

とうもろこし(ドイツ、他)

風と光(神奈川県・横浜市)

**395 有機穀物で作った天然酵母**  
 有機天然酵母を小麦粉に直接混ぜてご使用下さい。ぬるま湯等での使用はしないで下さい。直接溶かすと酵母の力が衰えてしまい発酵力が鈍ります。  
 3g×10 **540円(税込583円)** 通常税込594円

有機とうもろこし(ドイツ)

ポールスタア(東京都・東村山市)

**396 桃花林 ゆずみそ**  
 信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。  
 120g **188円(税込203円)** 通常税込214円

大豆(国産)

ポールスタア(東京都・東村山市)

**397 桃花林 棒棒鶏ソース**  
 215g **360円(税込389円)** 通常税込400円

ポールスタア(東京都・東村山市)

**398 花亭ビストロ ガーリックステーキソース**  
 230g **470円(税込508円)** 通常税込518円

## ポールスタア特集!

**特**

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

ポールスタア(東京都・東村山市)

**396 桃花林 ゆずみそ**  
 信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。  
 120g **188円(税込203円)** 通常税込214円

大豆(国産)

**特**

風味豊かなにんにくとレモン果汁をふんだんに使用しました。野菜炒めや魚に、ムニエルのソースにも。

ポールスタア(東京都・東村山市)

**398 花亭ビストロ ガーリックステーキソース**  
 230g **470円(税込508円)** 通常税込518円

**特**

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

ポールスタア(東京都・東村山市)

**396 桃花林 ゆずみそ**  
 信州みそに愛媛県産生ゆずの香りが生きた手作りの味。  
 120g **188円(税込203円)** 通常税込214円

大豆(国産)

**584 はねだし焼きのり**  
 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。  
 ◎180日  
 全型10枚 **235円**(税込**254円**)  
 のり(有明海、瀬戸内海)

**399 徳用 千葉産石焼のり**  
 草の目がタテ目に入っているのが千葉のりの特長。熱した石を使い、低温で時間をかけてじっくり焼きました。  
 ◎180日  
 全型20枚 **598円**(税込**646円**)  
 のり(千葉県) [放]不検出<4.0<4.4

**400 万能汁物の具**  
 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。  
 ◎180日  
 30g **380円**(税込**410円**)  
 わかめ(岩手県) [放]不検出<4.1<4.3

**401 九鬼国産混ぜ込みふりかけ 梅しそ**  
 国産素材で作った、混ぜ込みタイプのふりかけです。白ごま、赤しそ、梅肉、昆布、わかめが入っています。  
 ◎250円(税込**270円**)  
 白ごま(国内産)

**402 山菜味くらべ**  
 山ふき、わらび、しいたけ、姫竹をうすく味付けし、ピン詰めにしました。長野の地場産を中心に国産原料を使用。  
 ◎140g **200円**(税込**216円**)

**宮城県 白石市名産**  
 白石温麺

**404 国産鶏もも肉のトマトソース煮 2袋**  
 軟らかく煮た鶏肉をハーブを効かせたトマトソースで味付けし、レトルトパウチ食品にしました。ご飯にはもちろん、パスタにも。  
 ◎110g×2 **780円**(税込**842円**)  
 鶏肉(国内産)

**405 スンドゥップの素 2食入**  
 女性に大人気の韓国の鍋料理「スンドゥップ」。鍋に入れ豆腐半丁と卵1つでお手軽に本格的な味を楽しめます。  
 ◎200g(100g×2) **440円**(税込**475円**)  
 大豆・米(国内産)

**621 薄力粉(北海道産小麦使用)**  
 北海道、江別製粉から。品種は北海道産の「ホクシン」。  
 ◎1kg **515円**(税込**556円**)  
 小麦(北海道)

**618 強力全粒粉(北海道産小麦使用)**  
 北海道産のハルユタカ、ホロシリ、ホクシンのブレンド。食物繊維、ミネラルを含んだ全粒粉。  
 ◎500g **365円**(税込**394円**)  
 小麦(北海道)

**650 あげ麩**  
 国産小麦粉とグルテンで作った麩を大豆油で揚げました。汁物にそのまま入れて、水戻して煮物や炒め物に。  
 ◎40g **250円**(税込**270円**)  
 小麦(国内産)

**403 白石温麺 2袋**  
 油を入れずに小麦粉と塩、水だけで練り上げた細麺。麺が短いので食べやすくはなっています。  
 ◎100g×3×2袋 **340円**(税込**368円**)  
 小麦(オーストラリア)

**406 純正ラーメン**  
 植物性原料のみを使用した、桜井食品こだわりのラーメンです。  
 ◎98g(めん90g) **125円**(税込**135円**)  
 小麦(国内産)

**407 純正ラーメン 豆乳塩だし味**  
 植物性原料のみを使用した、桜井食品こだわりの豆乳塩だし味のラーメンです。  
 ◎104g(めん90g) **145円**(税込**157円**)  
 小麦(国内産)

**3.11 震災から11年**  
**タイム缶詰**  
 (岩手県・陸前高田市)  
**全品特価**  
 お届けは3月5日になります  
 東日本大震災以降も大きな災害が各地で発生しているにもかかわらず、常総生活協同組合の皆様には継続してご支援いただいていることに心から感謝いたします。震災から11年が経過し、これからは地域経済の本当の自立がますます重要になってきます。陸前高田でも地域のメンバーが連携し、あらためて地域にある資源を見直しながら、地域経済の自立に向けて協力しています。タイム缶詰でも、地元の広田湾漁協をはじめ三陸の生産者とともに、お客様にとっても私たち自身にとっても価値のある商品づくりに一生懸命取り組んでいます。  
 タイム缶詰 専務 吉田和生

**408 三陸産いわし水煮缶**  
 三陸産の脂のりの良いいわしを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。  
 ◎180g(固形量125g) **340円**(税込**367円**)  
 いわし(三陸沖) [放]不検出<3.6<4.4

**409 国産いわし煮付け缶**  
 脂のりの良い厳選した国産の大羽いわしを、オリジナルの無添加タレで煮付けました。  
 ◎180g(固形量115g) **340円**(税込**367円**)  
 いわし(国内産)

**410 国産さば水煮缶**  
 旬の時期に漁獲した生食グレードの国産さばを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。  
 ◎180g(固形量130g) **340円**(税込**367円**)  
 さば(国内産)

**411 国産さんま水煮缶**  
 国産のさんまを、シンプルに赤穂の天塩のみで水煮にしました。  
 ◎180g(固形量125g) **400円**(税込**432円**)  
 さんま(国内産)

**412 陸奥湾産ほたて缶(水煮)**  
 陸奥湾産のベビーホタテを、シンプルに赤穂の天塩のみで味付けしました。  
 ◎80g **410円**(税込**443円**)  
 ほたて(国内産) [放]不検出<3.6<3.4

**413 国産ゆであずき缶**  
 国内産の小豆を、赤穂の天塩と洗双糖でふくらと仕上げました。甘さ控えめで、飽きのこない味です。  
 ◎160g **220円**(税込**238円**)  
 小豆(国内産)

**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。  
 ◎500円以上の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

**414 洗濯用 米ぬか粉せっけん**  
 米ぬか由来の油脂を主原料にした洗浄力が豊富で水に溶けやすい粉せっけん。蛍光増白剤不使用。  
 ◎3kg **980円**(税込**1078円**)

**415 台所用 米ぬか粉せっけん**  
 米ぬか由来の油脂を主原料にした水環境と肌にやさしい台所用石けん。合成界面活性剤、蛍光増白剤不使用。  
 ◎330g **360円**(税込**396円**)

**お子様向け商品**  
 ◎は保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。  
 ◎500円以上の商品はいつでも買える前日OK商品欄へのご記入をお願いいたします。

**616 赤ちゃんせんべい**  
 原材料：うるち米、てんさい糖、食塩  
 ◎180日 ◎  
 2枚×11 **200円**(税込**216円**)  
 うるち米(国内産) [放]不検出<3.5<3.4

**702 えびまるせん**  
 原材料：馬鈴薯澱粉、米油、えび、オキアミ、いか、食塩、アオサ、粗糖  
 ◎120日 ◎  
 50g **180円**(税込**194円**)  
 馬鈴薯(北海道)

**788 安心生活洗濯用 液体石けん無香料 詰替用**  
 米ぬかから取れたコメ脂肪酸を最大限配合(主原料ヤシ、コメ)した無香料タイプの植物性液体石けん。溶け残りの心配なし。  
 ◎900ml **390円**(税込**429円**)

**790 安心生活洗濯用 液体石けん詰替用1.8ℓ**  
 溶けやすいヤシ、パーム脂肪酸にコメ脂肪酸を配合。溶け残りや衣類への付着の心配はありません。  
 ◎1.8ℓ **700円**(税込**770円**)

**842 パックスソルティエはみがき**  
 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。  
 ◎120g **390円**(税込**429円**)

**417 まるごと小魚**  
 国産片口いわしを新鮮なまま釜茹でし、さっぱりとした味付けにしました。  
 ◎120日  
 4g×5連 **171円**(税込**185円**)  
 片口いわし(国内産)

**418 きらす揚げ 黒砂糖4連**  
 ◎90日 ◎  
 20g×4 **230円**(税込**248円**)  
 大豆(国内産) [放]不検出<4.2<3.3

**419 きらす揚げ 黒ごま**  
 原材料：国産小麦粉、おから(国産大豆)、粗糖、菜種油、黒ごま、食塩、膨張剤(重曹)  
 ◎90日 ◎  
 160g **270円**(税込**292円**)  
 小麦(国内産) [放]不検出<3.8<3.9

**800 パックス 酸素系漂白剤 本体**  
 酸素の漂白作用で黄ばみを防止し、黒ずみ、赤ちゃんの肌着、おむつの漂白、除菌にも安心して使えます。  
 ◎430g **420円**(税込**462円**)

**801 詰替用 パックス 酸素系漂白剤**  
 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。  
 ◎500g **420円**(税込**462円**)

**878 天然染髪料 ヘナ+木藍**  
 ヘナの赤みを抑え黒っぽく染めたい方のための染髪料。大青よりも濃く染まり黒茶に近い状態になります。  
 ◎100g **1500円**(税込**1650円**)  
 ヘナ(インド)

**843 パックス ナチュロン こどもジェルはみがき**  
 研磨剤・発泡剤を使用していないのでお子様にも安心してお使いいただける透明ジェルタイプのハミガキです。みんな大好きなフルーツ味なのでみがきが苦手なお子様にも、これからはみがきを始めるお子様にもオススメです。  
 ◎50g **280円**(税込**308円**)

**884 パックスベビーソープ 100g**  
 馬カデミアナッツ油にハイオレイックヒマワリ油、パーム油、パーム核油を使用した植物性石けんです。泡もちが良く、しっとり洗い上がります。  
 ◎100g **540円**(税込**594円**)

**617 まるごと小魚**  
 国産片口いわしを新鮮なまま釜茹でし、さっぱりとした味付けにしました。  
 ◎120日  
 4g×5連 **171円**(税込**185円**)  
 片口いわし(国内産)

# 春のスイーツ特集

**424 芽吹き屋 桜もち**  
 4個入  
 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
 自社製の道明寺粉と、厳選したあずきを練った粒あんで作りしました。葉は伊豆半島の天然桜葉使用。  
 凍米 4個200g **468円(税505円)** 通常税込525円  
 桜葉(静岡県)

**420 うの花クッキー**  
 2袋  
 キング製菓(愛知県・小牧市)  
 原材料:小麦粉、てんさい糖、ショートニング(パーム油、米油)、おから、豆乳、コーンスターチ、塩、重曹  
 賞180日 米 大 小  
 80g×2 **340円(税368円)** 通常税込388円  
 小麦(国内産) [放]不検出 <3.7 <4.4

**421 そば粉のかりんとう**  
 90日 米 小 小  
 サンコー(愛知県・豊橋市)  
 国産の小麦粉、そば粉を使用。そば粉の風味を感じられる、ポリポリッと食感の良いかりんとうです。  
 80g **176円(税190円)** 通常税込200円  
 小麦・そば(国内産)

**422 さくらの紅茶(ティーバッグ)**  
 2g×10 **470円(税508円)** 通常税込518円  
 ランカスター(千葉県・千葉市)  
 セイロン紅茶に、乾燥させた国内産の桜の葉をブレンド。春を感じさせる季節限定の紅茶。和菓子等に相性抜群。香料等不使用。  
 紅茶(スリランカ)、桜の葉(国内産)

**423 信州りんごジュース(シナノスイート)**  
 160g×6 **750円(税810円)** 通常税込842円  
 長野興農(長野県・長野市)  
 長野県産のオリジナル品種であるシナノスイートのみを使用しております。シナノスイートはふじとつがるの交配によって生まれました。果実本来の風味を変化させてしまう酸化防止剤不使用。  
 りんご(長野県)

**425 芽吹き屋 みたらしだんご**  
 3本入  
 岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
 国産米を原料とした上新粉生地のみたらしたれをかけたお団子です。  
 凍米 大 小 210g(3本入) **306円(税330円)** 通常税込345円  
 米(国内産)

**426 いちごアイス**  
 100ml **190円(税205円)**  
 久保田食品(高知県・南国市)  
 牛乳と苺と砂糖だけで作り上げ、素材本来の持ち味を最大限に引き出したアイスです。乳脂肪分:1.5%  
 生乳(北海道)、いちご(高知県)

**427 バナナアイスクャンデー**  
 80ml **160円(税173円)**  
 久保田食品(高知県・南国市)  
 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クャンデー。  
 生乳(北海道)、バナナ(エクアドル)

**428 ふぞろいの天然南まぐろ中トロ**  
 賞15日 130g **998円(税1078円)** 通常税込1134円  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 上品な脂の甘みと赤身の旨味を味わえる天然南まぐろの中トロ。形が不揃いな分、価格は抑えました。  
 ミナミマグロ(インド洋)

**429 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)**  
 2食入  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 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。  
 凍 賞30日 米 大 小 80g×2 **480円(税518円)** 通常税込540円  
 ピンチョウマグロ(太平洋)

**430 つぶつぶまぐろ丼セット**  
 2食入  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 太平洋で漁獲しためばちまぐろを使用し、つぶつぶ感を残してネギ口用に加工しました。\*台湾船籍船漁獲  
 凍 賞20日 米 大 小 50g×2 タレ20g×2 **528円(税570円)** 通常税込605円  
 めばちまぐろ(太平洋)

**431 徳用つぶつぶまぐろたたき身**  
 4食入  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 船上凍結した鮮度の良いメバチマグロを使用。原料の良さを活かすため、つぶつぶ感を残しました。  
 凍 賞20日 50g×4 **898円(税970円)** 通常税込1058円  
 めばちまぐろ(台湾)

**432 まぐろつみれ**  
 賞30日 卵 大 小 10個200g **365円(税394円)** 通常税込410円  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 旨味濃いまぐろのスジ部分をつみれに!  
 調理例:まぐろつみれの中華風スープ  
 加熱すると軟らかく、旨味が濃いスジ部分を使用しました。中華スープの具材、煮物、揚げ物などでどうぞ。  
 めばちまぐろ(太平洋)

**433 まぐろ団子甘酢ソース**  
 4個×2  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 栄養豊富なまぐろを団子にし、自家製ソースをからめました。ソースは栽培法まで吟味したこだわり素材使用。  
 凍 賞90日 卵 米 大 小 280g(4個×2) **398円(税430円)** 通常税込454円  
 まぐろ(台湾、国内産)

**434 ソースじゅわっとひとくちまぐろカツ**  
 賞90日 卵 乳 大 小 130g **370円(税400円)** 通常税込430円  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 ソースたっぷりて味濃いめ、ご飯と相性バツグン!  
 光食品のウスターソース使用。揚げたての豚カツをくぐらせ、たっぷり浸み込ませました。丼やお弁当に。  
 ピンチョウマグロ(太平洋)

**436 せとか**  
 2~4玉  
 木下さん達(愛媛県・西予市)  
 「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  
 600g(2~4玉) **550円(税594円)** 通常税込646円  
 愛媛県

**437 わけありはっさく(はねだし)**  
 3kg箱入 **625円(税675円)** 通常税込699円  
 大紀コープファーム(奈良県・五條市)  
 若干のキズや模様が表面に付きましたが味は問題ないものを大小込みの徳用規格でお届けします。減農薬栽培。  
 奈良県または和歌山県

**438 江川さんのキウイフルーツ1kg**  
 1kg **820円(税886円)**  
 江川農園(神奈川県・小田原市)  
 樹にならしておき、十分に味をのせてから収穫、追熟しています。農薬無散布。  
 神奈川県

**439 香港黄金しょうが餃子**  
 20個入  
 トクスイコーポレーション(東京都・中央区)  
 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。  
 凍 賞6日 米 大 小 360g(18g×20) **393円(税424円)** 通常税込442円  
 野菜・豚肉・小麦(国内産)

**440 よつ葉シュレッドチーズ(増量)2個組**  
 賞90日 乳 (250g+50g)×2 **1150円(税1242円)**  
 よつ葉乳業(北海道・音更町)  
 よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モッツァレラ)100%。セルロース(結着防止剤)不使用。  
 生乳(北海道)

**441 タマゴプリン**  
 賞14日 卵 乳 85g×3 **235円(税254円)**  
 茨城乳業(茨城県・石岡市)  
 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。  
 [放]不検出 <3.7 <3.8

**442 鎌倉ロスハムスライス×3**  
 賞15日 40g×3 **490円(税529円)** 通常税込540円  
 鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市)  
 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。40gの使いきりサイズを3Pでお届けです。  
 豚肉(国内産) [放]不検出 <3.6 <3.1

**443 食菜酢 2本組**  
 米 360ml×2 **960円(税1036円)** 通常税込1070円  
 藤井養蜂場(福岡県・朝倉市)  
 純米酢と純粋はちみつに沖縄の塩を加えた調味酢。甘酢漬、ドレッシング、マリネ、南蛮漬、ピクルスなどに。  
 米(国内産)

**444 よつ葉シュレットチーズ(増量)50g増量**  
 賞90日 乳 (250g+50g)×2 **1150円(税1242円)**  
 よつ葉乳業(北海道・音更町)  
 よつ葉ナチュラルチーズ(チェダー、モッツァレラ)100%。セルロース(結着防止剤)不使用。  
 生乳(北海道)

**445 野菜で仕上げる回鍋肉**  
 賞90日 卵 米 大 小 110g **343円(税370円)** 通常税込394円  
 マストミ(徳島県・徳島市)  
 コチュジャンの辛味と味噌の風味が食欲をそそります。キャベツやピーマンを炒めたあとに加えて混ぜれば完成。  
 豚肉(鹿児島県、宮崎県)

**446 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**428 ふぞろいの天然南まぐろ中トロ**  
**429 まぐろ漬け丼用(ピンチョウマグロ)**  
**430 つぶつぶまぐろ丼セット**  
**431 徳用つぶつぶまぐろたたき身**  
**432 まぐろつみれ**  
**433 まぐろ団子甘酢ソース**  
**434 ソースじゅわっとひとくちまぐろカツ**

**447 わけありはっさく(はねだし)**  
**448 江川さんのキウイフルーツ1kg**  
**449 香港黄金しょうが餃子**  
**450 よつ葉シュレッドチーズ(増量)2個組**  
**451 タマゴプリン**  
**452 鎌倉ロスハムスライス×3**  
**453 食菜酢 2本組**

**454 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**455 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**456 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**457 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**458 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**459 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**

**460 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**461 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**462 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**463 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**464 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**465 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**

**466 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**467 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**468 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**469 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**  
**470 まぐろと無添加総菜の専門店 マストミ特集**

表示マークのご案内	
<p><b>取り扱いサイクル・価格表記</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>4週に1回お届け</li> <li>4週に3回お届け</li> <li>隔週お届け</li> <li>毎週お届け</li> </ul> <p><b>シーズン最終</b> 季節商品につき今回で最終</p> <p><b>シーズン初</b> 今季初登場</p> <p><b>新</b> 新発売の商品</p> <p><b>特</b> 特別価格商品</p>	<p><b>お届け時の温度帯</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>凍 冷凍品</li> <li>冷 冷蔵品</li> </ul> <p>・表記のないものについては常温でのお届けです。</p> <p>・農産品については季節に応じた温度帯でお届けします。</p> <p><b>その他</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>OK! 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。</li> <li>は通常のご注文はもちろん、「ふるさと便」にもご利用頂けます。ふるさと便でご利用の場合は、専用の用紙でご注文ください。</li> <li>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。</li> </ul>
<p><b>アレルギー表示</b></p> <p>卵 卵 牛乳 米 大豆 小麦 落花生 えび かに</p> <p>・「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。</p> <p>※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。</p> <p>・アレルギーの症状がある場合は、使用前に包材の表記をご確認頂き、飲食のご判断をお願いいたします。</p>	<p><b>主原料原産地</b></p> <p>生鮮品については主原料の原産地を表記しています。</p> <p>・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。</p> <p>※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!</p>