

はじめよう!  
健康で経済的なくらし

2024年度 みんなで取り組む活動テーマ  
ともにつくる・考える 私たちの食

日本の海の幸が詰まった

co-op mail

joso

常総生活協同組合

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



左記QRコードから  
登録出来ます

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

2024年11月1回

お届けカレンダー	月	火	水	木	金
注文用紙10/提出	28	29	30	31	11/1
定番品11/お届け	4	5	6	7	8
特別企画品11/お届け	11	12	13	14	15

# こだわりの「おでん」

温か〜いおでんが食べたくなる季節になりました。常総生協のおでんは、『かさ増し』していない「無リン」の練り物です。じっくり煮込んでも煮崩れせず、魚の旨味がしっかり味わえます。それぞれの浜の新鮮な地魚も使い、「魚を食べている!」と実感できます!

一緒に煮込んでホロホロ食感♪

**おでんには鶏モモ肉が相性抜群!**

232円/100g

**特**

**8** 凍 秋川牧園(山口県・山口市) 秋川の若鶏モモ 200g **430円(税込464円)** 通常税込481円

豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などにおすすです。山口県・島根県・福岡県・熊本県



**宮城**

高橋徳治商店の至高の逸品♪

**特**

**9** 凍 卵米大 おでん種セット 7種13品356g **795円(税込859円)** 通常税込886円

高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 180日

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。すけそうだら(北海道)

セット内容: さつま揚げ×2、ごぼう巻き×1、玉ねぎ揚げ×1、ぼたんちくわ×2、ソフトはんぺん×1、白身つみれ×4、小魚つみれ×2

**長崎**

脂ののった長崎の魚をふんだんに使いました♪

**特**

**10** 凍 卵米大 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 漁師町おでんだネ(つゆ付) 5種12個254g、つゆ80ml **810円(税込875円)** 通常税込907円

長崎で水揚げされる多様な魚をたっぷり使用した揚げ天5種にあごだしつゆを添付しました。

たら(国内産)、えそ(タイ)、あじ(長崎県)、雑魚(長崎県、熊本県)

**島根**

山陰出雲の地魚たっぷり!

**特**

**11** 凍 卵米大 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) 手軽な出雲のおでん種セット小(だし付) 具材190g(7種8個)、だし30g **548円(税込592円)** 通常税込610円

別所蒲鉾店(島根県・出雲市) 60日

ちくわ、魚のウイナー、つみれ等合計7種のおでん種セット。約2〜3人前。濃縮だし付き。

お届けは11月2回になります

魚肉(国内産、ニュージーランド)

**静岡**

駿河産の新鮮「イワシはんぺん」が特徴的♪

**特**

**12** 凍 卵米 いちろうこ 静岡おでん種セット 6種13品 **630円(税込680円)** 通常税込754円

いちろうこ(静岡県・静岡市) 10日

静岡おでんを代表する黒はんぺんや人気の練り物をセットに。無リンすり身で、魚肉の旨味を引き出しました。すけそうだら(アメリカ、北海道)

セット内容: 小判揚2枚、ごぼう巻き2本、小竹輪1本、黒はんぺん4枚、たこボール2個、うすら卵天2個

練り物と一緒に

**13** 凍 福永産業(福岡県・遠賀町) 国産牛すじ肉 150g **517円(税込558円)** 通常税込583円

福岡県、大分県

**14** 凍 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 丹沢農場の生ウイナー 6本120g **398円(税込430円)** 通常税込475円

生ウイナーならではの美味しさ。豚肉の旨味とトマトのほのかな甘みやバジルの香りのバランスが最高です。

豚肉(国内産)

おでんの調味料として

**15** 東京フード(茨城県・坂東市) まろやかおでんの素 16.5g×4 **398円(税込430円)** 通常税込454円

焼津産かつお節、北海道産昆布や国産素材で作ったおでんのだし素です。1袋に対し水750cc。

**16** 東京フード(茨城県・坂東市) 練りからし 40g **350円(税込378円)** 通常税込400円

からし(カナダ)

**17** 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 **198円(税込214円)** 通常税込227円

大豆(国内産)

別所かまぼこ

**18** 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) あごべったん 5枚100g **305円(税込329円)** 通常税込343円

山陰産のあごを20%以上使用した風味豊かな煮しめです。おでんの具、焼いても。飛魚(山陰沖)

**19** 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) しいたけ丸 100g(5個入) **288円(税込311円)** 通常税込322円

うまみ成分が詰まっている椎茸輪を練りこみました。しいたけの香りと歯ごたえがクセになる味わいです。魚肉(国内産、ニュージーランド)

**20** 凍 別所蒲鉾店(島根県・出雲市) 出雲のちくわ だんだん 4本(100g) **323円(税込349円)** 通常税込360円

無リンの魚肉すり身を魚、昆布、鰹だし等で味付けし、魚本来の旨味を引き出しました。エキスを不使用。魚肉(国内産、ニュージーランド)

定番の煮物

ホクホクとした食感を楽しんで

**24** 凍 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 手羽先 300g **460円(税込497円)** 通常税込518円

ゼラチン質に富み、コクのある部位。茨城県

**25** 400g **440円(税込475円)**

**26** 1.2~1.5kg **1100円(税込1188円)**

茨城県

**27** 江藤さん(大分県・玖珠町) 江藤さんの干しいたけ 50g **510円(税込551円)** 通常税込572円

しいたけ(大分県)

いちろうこ

**21** 凍 いわしはんぺん 5枚150g **398円(税込430円)** 通常税込499円

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。いわし(駿河湾)

**22** 凍 いわしはんぺん 5本150g **340円(税込367円)** 通常税込430円

すけそうだら(アメリカ、北海道)

**23** 凍 たこボール 8個 **310円(税込335円)** 通常税込393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る一品です。すけそうだら(アメリカ、北海道)

【放射能検査結果のカタログ上の表記について】

・東北6県・関東1都6県・静岡県産の主要原料について、順次放射能自主検査を進めています。主原料産地もご参照ください。

・調査完了したものの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

代表の三好良貴さん

宇和島練り物工房

全品特価

愛媛県 宇和島

みよし

全て 11月2回のお届けです



『宇和島練り物工房 みよし』では、長年の修業で培ってきた職人技で、捨てることを極力無くし、素材を丸ごと味わってほしいという考えでじゃこ天の製造を行います。高級素材のハラボ(ホタルジャコ)や鮮度抜群の厳選された小魚をベースに、天日塩、自家製甘酒などこだわりの素材を使用した独自の製法で、独特の食感や深みのある味わいを作り出しています。



磯の香りとお魚の旨味が詰まった逸品

原材料: 魚肉(国産)、ばれいしょでんぶん、食塩(天日塩)、米麹甘酒、青のり、なたね油(なたね国産)



新

魚肉主にホタルジャコをたっぷり使ったじゃこ天に愛媛産の青のりを加えました。

28 凍\*

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市) きぬ青のりじゃこ天

50g×2 430円(税込) 464円(通常税込) 486円

魚肉(愛媛県)

ニラの風味と生姜の辛みがベストマッチ

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



29 凍\*

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市) ニラ生姜じゃこ天

50g×2 430円(税込) 464円(通常税込) 486円

魚肉(愛媛県)、ニラ・生姜(高知県)

かむほどに旨みがあふれ出す



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。



30 凍\*

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市) みよしのじゃこ天

50g×2 430円(税込) 464円(通常税込) 486円

魚肉(愛媛県)

野菜とじゃこ天がマッチしています

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



31 凍\*

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市) 野菜じゃこ天

50g×2 430円(税込) 464円(通常税込) 486円

魚肉(愛媛県)

プリプリ食感でジューシー!

新鮮な宇和海産の小魚をたっぷり使った分厚いじゃこ天。トースターで軽く(3~4分)焼いても。



32 凍\*

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市) みよしの鬼じゃこ天

80g×2 720円(税込) 778円(通常税込) 805円

魚肉(愛媛県)

やわらかい食感 汁物に入れるとよい出汁がでます



33 凍\*

宇和島練り物工房みよし(愛媛県・宇和島市) 魚団子

150g 430円(税込) 464円(通常税込) 486円

魚肉(愛媛県)

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れると出汁が良く出ます。

毎日の食卓に 「豚肉」を取り入れよう♪



288円/100g

34 冷

岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 ⑧届いて3日 徳用 岩瀬さんの豚しゃぶしゃぶセット

200g×3種 1600円(税込) 1728円(通常税込) 1836円

茨城県

うすくち醤油をベースにゆず果汁を使用したほんのり醤油。



631 \*

チョコー醤油(長崎県・長崎市) ゆず醤油 かけぼん

400ml 440円(税込) 475円(通常税込) 486円

ゆず(国内産)

石臼でゆっくりと挽き上げた濃厚なねり胡麻の風味を生かしたコクのあるごまだれです。



35 \*

山田製油(京都府・京都市) ⑧180日 京都山田白ごまだれ

165g 550円(税込) 594円(通常税込) 624円

ごま(グアテマラ、トルコなど)

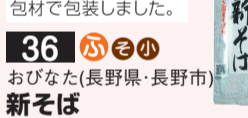
そば好きも唸るこの風味! 季節商品 おびなたの「新そば」



温でも冷(ザル)でも 香り良く楽しめます

北海道産を主体とした国産そば粉を使用した6割そば。乾麺ですが、そばの風味を存分に楽しめますので、組合員さんでもファンが多いです。アルミパックなので長期保存も可能です。

茹で時間3分



36 \*

おびなた(長野県・長野市) 新そば

200g×3 850円(税込) 918円(通常税込) 972円

そば(国内産)、小麦(アメリカ、他)

かつおだしと熟成させたかえしの味わいを楽しめる本格派のつゆ。



38 \*

おびなた(長野県・長野市) そばつゆ(ストレート)

400ml 298円(税込) 322円(通常税込) 378円

冷凍パンの新品



3個

1個あたり 税込155円

39 凍

ワールド(石川県・金沢市) 北海道あずきのまんまるパイ

180g(3個) 430円(税込) 464円(通常税込) 481円

小麦(国内産)、あずき(北海道)

北海道産の小豆を風味よく上質なあんこへ仕上げ、パイ生地で包み焼き上げました。自然解凍でも。

1個あたり 税込198円

40 凍

ワールド(石川県・金沢市) 北海道かぼちゃのまんまるパイ

180g(3個) 550円(税込) 594円(通常税込) 616円

かぼちゃの甘味をパイ生地の香ばしさとともに味わえます。自然解凍でも。

小麦(国内産)、かぼちゃ(北海道)

1個あたり 税込179円

41 凍

ワールド(石川県・金沢市) 五郎島金時のまんまるスイートポテトパイ

180g(3個) 498円(税込) 538円(通常税込) 562円

五郎島金時と国産の白粉をベースにして、スイートポテト風に仕上げました。自然解凍でも。

小麦(国内産)、さつまいも(石川県)

今週のおすすめ 煮物・炒め物・そのままでも♪



調理例

42 凍\*

高橋徳治商店(宮城県・東松島市) おとうふ揚げ

5個165g 298円(税込) 322円(通常税込) 335円

すけそうだら(北海道)

豆腐とすけそうだら すり身の絶妙コラボ

特

高橋徳治商店の看板商品のおとうふ揚げ。食感がとてもやわらかい。そのまま召し上がれますが、寒くなってきたこの時期、お鍋やおでんの具としても頂けます。ご家族皆さんでぜひご賞味ください。



供給部 渡邊の おすすめ

レシピ担当のおすすめ じゃこ天マイスターおすすめ! 三好さんちの人気レシピ

●今週のカタログでは下記の商品をご案内しています。

30 みよしのじゃこ天 483 しその葉ふりかけ 664 青のり

フライドじゃこ天 スティック

◆材料(2人分)  
鬼じゃこ天(普通のじゃこ天でもOK) 2枚  
しその葉ふりかけ 小1  
青のり 大2

◆作り方  
① じゃこ天を1cm程度の細切りにする。  
② 細切りにしたじゃこ天を、180℃に熱した油に1枚分ずつ入れて2~3分揚げる。  
※少し膨らんで、全体が同じ色(茶色)になってきたらOK。  
③ 熱いうちに青のり、しその葉ふりかけをまぶして完成。

切り取ってご活用ください



お好みで粉チーズ(大1)&7味唐辛子(ひとつまみ)をまぶしても美味しいですよ!



レシピ担当の小西のおすすめ

**渥美さんのみかん**  
「畑まるごとみかん」とは、土づくりと毎日の手入れをすることで、極力農薬を使わない渥美さんのみかんづくり。しかし、昨今の気候変動や地域環境の変化でダニなどの虫が多発。味は変わらないのですが、果皮の見た目が悪くなるものが出ています。見た目の選別を緩やかに、できたみかんを「畑まるごと」頂く企画です。

渥美農園(静岡県・浜松市)  
畑まるごと  
渥美さんの畑まるごとみかん

43 800g 398円(税)430円(通常税込451円)  
44 2kg 958円(税)1035円(通常税込1058円)

渥美農園(静岡県・浜松市)  
畑丸ごと いただく! 特

見た目や大きさをなど無選別の畑まるごと企画!お買い得です。減農薬栽培。  
静岡県

宇和海の海風に吹かれて / 今年も美味しいみかんできました!  
みかん畑と宇和海

45 無茶々園(愛媛県・西予市) 無茶々園の温州みかん 800g 530円(税)572円

甘いだけでなく、甘みと酸味のバランスのとれた濃厚な味わいが特長。農業は地域慣行栽培基準50%以下です。  
愛媛県

山形・庄内応援!

46 庄内協同ファーム(山形県・鶴岡町) 庄内柿(平核無柿) 約800g 558円(税)603円

今年の柿の色付きについて  
柿は昼夜の寒暖差で色付きます。しかし、今年の収穫時期は夜温(やおん)が下がらず、色付きは弱いですが、甘味は乗っていますのでぜひお試しください。

産地にて脱渋してお届け。農業は慣行栽培の半分以下、化学肥料を使用しない栽培方法で作りました。  
山形県

ゴールデンデリシャス × 千秋

47 りんご(シナノゴールド) 2~4玉(約800g) 715円(税)772円(通常税込788円)

高田さん(長野県・須坂市)  
ゴールデンデリシャスに千秋を交配した品種。香りがよく、食味のいいりんごです。減農薬栽培。  
長野県

常温で少し置き、弾力が戻った頃が食べごろ!

48 さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 洋梨(ラ・フランス) 2玉(約500g) 580円(税)626円(通常税込646円)

赤緑色の果皮がだんだん黄色くなってきて、果肉もやわらかめになった頃が食べ頃。減農薬栽培。  
長野県

シーズン最終  
どちらが届くかは お楽しみ!

49 2~4玉 小野さん達(長野県・飯綱町) りんご(信濃スイート・信濃ほっぺ) 2~4玉 748円(税)808円(通常税込825円)

どちらもふじの収穫前では最も美味しいと定評のあるりんごです。減農薬栽培。  
長野県

シーズン最終

50 成田農園・成田さん(青森県・板柳町) りんご(ジョナゴールド) 3玉 728円(税)786円

ゴールデンデリシャスと紅玉の交配種。コクのあるまろやかな酸味と甘味が楽しめます。減農薬栽培。  
青森県

51 おきたま農舎・尾着さん達(山形県・高島町) りんご(王林) 3玉 498円(税)538円

黄緑色の果皮、香りの良さが特徴的な品種。甘みが強く、果肉もしっかりしています。減農薬栽培。  
山形県 [放] 不検出 <3.6 <3.9

52 さんさんファーム・宮下さん達(長野県・松川町) 南水梨(大玉) 2玉(約1kg) 880円(税)950円(通常税込970円)

皮にもツヤがあり、最近人気の品種。他の品種に比べて甘みが強くジューシーです。減農薬栽培。  
長野県

53 ケーアイ農産(青森県・青森市) ぶどう(スチューベン) 3房入り(1房当り200~300g) 1138円(税)1229円(通常税込1274円)

晩秋~冬まで食べられる甘いぶどうです。種あり、減農薬栽培。  
青森県

1952年頃に導入された古い品種。糖度が高く酸味が少ないです。青森県では「八甲田ぶどう」とも。

奈良 大紀コープファームより

54 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 富有柿 約900g 580円(税)626円

果実は大きく、歯ざわりの良さとその甘さで人気の柿。減農薬栽培。  
奈良県

55 大紀コープファーム(奈良県・五條市) わけあり富有柿 1.5kg 580円(税)626円

小玉やキズ等見た目は良くありませんが、味は通常品と変わらないものを徳用価格で。減農薬栽培。  
奈良県

焼き物にひと搾り

56 古島さん達(熊本県・八代市) グリーンレモン 2玉(約200g) 212円(税)229円(通常税込246円)

品種はマイヤー種中心。皮が薄く搾りやすいグリーンレモン。減農薬栽培。\*農業は緊急時以外使用しません。  
熊本県

57 木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんのかぼす 3~5玉 160円(税)173円

旬の魚と一緒にどうぞ。農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <3.7

58 セスプリインターナショナルジャパン キウイフルーツ(グリーン) 4個入り 498円(税)538円(通常税込580円)

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。  
ニュージーランド

59 ヒロインターナショナル(神奈川県・横浜市) バナナ 450g以上 369円(税)399円

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

60 作本さん達(熊本県・熊本市) 大葉 10枚 145円(税)157円

独特の芳香を生かして薬味、天ぷらなどに。減農薬栽培。  
熊本県

61 大紀コープファーム生産者グループ(高知県) しょうが 100g 165円(税)178円

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

62 ケーアイ農園(青森県)、千葉さん(北海道)、他 にんにく 約100g 250円(税)270円

ホワイ種または外皮は紫がかかった球根地帯を時期に合わせてお届け。味、香りに良い品種です。農業不使用。  
青森県、北海道

63 中村さん達(群馬県・長野原町) キャベツ 1玉 230円(税)248円

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

炒めものに

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

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。農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

65 イバラキ食品(茨城県・石岡市) もやし 250g 59円(税)64円

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

66 藤嶋さん(熊本県・天草市) きゅうり 3本 258円(税)279円

ハウス栽培にて農薬をできるだけ減らして栽培しました。減農薬栽培。  
熊本県

67 木村農園(茨城県・つくば市) 木村さんのピーマン 150g 170円(税)184円

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

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

アク抜きせずに使えて便利です。無農薬・無化学肥料で栽培しました。  
茨城県

69 原さん達(群馬県・東吾妻町) 小松菜 1束(250g) 240円(税)259円

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。農業無散布。  
群馬県 [放] 不検出 <3.5 <4.0

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

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。農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

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

牛糞堆肥を使い、丁寧に育てました。みそ汁、煮物にどうぞ。害虫が発生した場合のみ農薬使用。  
茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.9

鍋に

72 中村さん達(群馬県・長野原町) ミニ白菜 1玉(600~800g) 225円(税)243円

1度に使いきれのお手軽サイズ(長さ20~25cm、重さ600~800g)。減農薬栽培。  
群馬県

73 中村さん達(群馬県・長野原町) 白菜 1玉 369円(税)399円

農業は病害虫の発生がある場合にのみ使用します。減農薬栽培。  
群馬県 [放] 不検出 <4.2 <4.1

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

約20種類の品種を使って作ったベビーリーフです。食味・彩りにこだわりました。農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <4.0 <4.3

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

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

組合員さんからのクチコミ

クチコミを見て買ってみました。皮が薄目で、ほんとうに美味しいです!

78 右田さん達(熊本県・芦北町)、他 ミニトマト 約150g 230円(税)248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、農業使用を最小限に。  
熊本県、他

煮ものに

74 士別農園(北海道・士別市) 士別のかぼちゃ 1玉 480円(税)518円

ホクッとした口当たりと程よい甘みで、煮物の他ポタージュやソー、パイ等にも。減農薬栽培。  
北海道

75 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)258円

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。農業無散布。  
北海道

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

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

78 右田さん達(熊本県・芦北町)、他 ミニトマト 約150g 230円(税)248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、農業使用を最小限に。  
熊本県、他

78 藤嶋さん達(熊本県)、又は今村さん達(北海道) 初恋スマートミニトマト 約180g 335円(税)362円

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

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

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

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

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。農業無散布。  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <3.7

81 おきたま農舎・伊藤さん達(山形県・高島町) もってのほか(食用菊) 100g 276円(税)298円

しゃきしゃきとした歯ごたえ、ほのかな香り、ふっと甘くてほろ苦い食用菊。お浸しがおすす。農業無散布。  
山形県 [放] 不検出 <4.4 <3.6

農産担当 柿崎のおすすめ

味わい深い長島さんのレタス&サニーレタス

微生物がしっかりと働ける条件を調えるのが長島さんの有機農業。団粒構造を持ち、保肥力のある土を作ります。植物の葉面には黒糖など十数種類の原料で作る自家製活性液「天恵緑汁」を散布。農薬を使わない、生命力ある野菜を作ります。特にこれからの季節のレタスは、外葉がだんだんと厚みを増します。栄養豊富な外葉は捨てないで、ぜひスープ等の加熱料理で。

シーズン初

微生物農法の会・長島さん(茨城県・行方市)

**82** 長島さんのレタス (無農薬)  
1玉 **276円(税込298円)**

**83** 長島さんのサニーレタス (無農薬)  
1玉 **170円(税込184円)**

良質な堆肥等を使い、地力を高めることで農薬を使用せずに栽培しています。農薬無散布・化学肥料不使用。  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.6 茨城県 [放] 不検出 <4.0 <3.8

秋はポトフで♪



**84** 井上さん(埼玉県・美里町)、徳弘さん(北海道・富良野市) **特**  
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。減農薬栽培。

1個(雷9cm以上) **298円(税込322円)** 通常税込376円  
埼玉県、又は北海道 [放] 不検出 <3.6 <3.5

野菜セット 新規契約者募集中!

清水さんの野菜セット	7~9品目	<b>1388円(税込1499円)</b>
清水さんの野菜セット	5~6品目	<b>998円(税込1078円)</b>
清水さんの野菜セット	3~4品目	<b>698円(税込754円)</b>
天池さんの野菜セット	5品目	<b>1028円(税込1110円)</b>
微生物農法の会野菜セット	5~6品目	<b>1250円(税込1350円)</b>

青木さんの秋の野菜セット (無農薬)



青木さん



※イメージ

**86** FarmERS Band0青木さん(茨城県・坂東市)  
青木さんの野菜セット  
3品目 **598円(税込646円)**

微生物農法の力を使って土から健康に育てました。旬の野菜をお届けします。農薬無散布、化学肥料不使用。

つくば 木村さんより秋の地場野菜

シーズン初

**90** 木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんのかぶ



1束(2~5玉) **183円(税込198円)**  
大きな玉の場合は2玉~のお届けとなります。ビタミン豊富な葉は炒めたり、汁の具等に。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.4 <3.2

シーズン初

**91** 木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんの里芋



500g **250円(税込270円)**  
品種は土垂(どたれ)。肉質がねっとりとして軟らかく、煮崩れにくいのが特長。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <3.8 <4.0

**92** 木村農園(茨城県・つくば市)  
木村さんのごぼう



400g **220円(税込238円)**  
食物繊維、ミネラル豊富なごぼう。煮物やきんぴらに。減農薬栽培。  
茨城県 [放] 不検出 <4.3 <6.9

北海道 士別農園より

**95** 1kg **298円(税込322円)**

**96** 3kg **798円(税込862円)**

**97** 1kg **298円(税込322円)**

**98** 3kg **850円(税込918円)**

**99** まごころの里・吉田さん(北海道・栗山町)  
ミニ玉ねぎ

2S~S(500g) **120円(税込130円)**

**丸ごと使えます!**  
スープカレー

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。



**87** 1本 **225円(税込243円)**

**88** カット 1/2本(500g前後) **158円(税込171円)**



**93** 約500g **239円(税込258円)**

**94** 1kg **448円(税込484円)**



**89** 200g **228円(税込246円)**

産地にて貯蔵したものを受注してからカットして袋詰めします。減農薬栽培。  
青森県 [放] 不検出 <4.0 <4.0

川島さん(群馬県・長野原町) **大根**

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。減農薬・無化学肥料栽培。

1/2本 ※上・下は選べません

米内口さん(青森県・おいらせ町) **人参(洗い)**

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 <4.0 <4.3

士別農園(北海道・士別市) **士別のじゃがいも**

品種は男爵(だんしゃく)。サラダ、粉ふきいも、マッシュポテト、味噌汁の具材等何にでも。減農薬栽培。

北海道

士別農園(北海道・士別市) **士別の玉ねぎ**

実の締まりが良く、甘みが強く、生でも美味しく頂けます。除草剤不使用・減農薬栽培。

北海道

**特** 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**

品種は紅はるか。ネットリした食感で甘みがあり、毎シーズン好評です。農薬無散布。

茨城県 [放] 不検出 <0.3 <0.6

**きのこ** 安田さん(福島県・郡山市) **安田さんのなめこ**

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 [放] 不検出 <4.3 <4.3

**特** 山田さん(茨城県・つくば市) **山田さんのしめじ**

ひらたけのしめじです。おがずに米糠を混ぜたもので菌床栽培。日持ちが良く評判です。

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

村上さん(栃木県・高根沢町) **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。

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.3

あゆみの会・水谷さん(三重県・尾鷲市) **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。

三重県

床土には馬糞肥、鶏糞を使い、殺菌は薬剤を使わず熱殺菌です。

組合員さんからの **クチコミ**

ホワイトマッシュルームがいつも新鮮で肉厚で美味しいです。

**106** あゆみの会・渡辺さん(千葉県・旭市) **ホワイトマッシュルーム**

100g **248円(税込268円)**

千葉県 [放] 不検出 <3.7 <4.0

**107** 村上さん(栃木県・高根沢町) **生きくらげ**

こだわりの培地で3ヶ月丁寧に栽培しました。1~2分湯通ししてサラダでどうぞ。

栃木県 [放] 不検出 <3.6 <4.2

**108** 丸金(長野県・長野市) **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。

長野県 [放] 不検出 <3.5 <3.9

**109** 丸金(長野県・長野市) **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。

長野県 [放] 不検出 <3.3 <3.1

江藤さん(大分県・珠珠町) **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。ハウス栽培。

大分県 [放] 不検出 <3.4 <3.4

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



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。

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**

100g **210円(税込227円)**

**112** B品 200g **225円(税込243円)**

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

**113** イズックス(東京都・中央区) **冷凍かぼちゃ**

500g **488円(税込527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)

**114** 日本生活協同組合連合会 **北海道つぶコーン**

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)

**115** 日本生活協同組合連合会 **北海道カットアスパラ**

北海道産のアスパラをプランチング後、急速凍結しました。約5cmにカット。軽く湯通し済ですが加熱して。アスパラガス(北海道)

**116** 日本生活協同組合連合会 **北海道のまま枝豆**

北海道十勝産のえだまめを茹で急速凍結しました。塩味がついていしますのでそのまま召し上がれます。枝豆(北海道)

**特** 茄子を素揚げしただけ! とろっと美味しい

**117** ニッコー(神奈川県・大和市) **ニッコーの冷凍揚げ茄子**

200g **369円(税込399円)** 通常税込415円

提携農園の茄子をカットし、菜種油で揚げました。煮びたしや炒めものに便利です。ラップをせずレンジ加熱。なす(国内産)

**118** 日本生活協同組合連合会 **おくら&長芋ミックス**

スライスカットのおくらとダイスカットの長芋をミックス。冷蔵が流水解凍で、おくら75%長芋(山芋含)25%

おくら(ベトナム、タイ)、長芋(北海道)

**119** 日本生活協同組合連合会 **キウイ入りフルーツミックス**

甘味のあるブルーベリー、バナナ、マンゴと酸味のあるストロベリー、キウイをミックス。ブルーベリー(カナダ)

**特** 冷凍のままでも、半解凍でも美味しい

フィリピン産パインアップルを一口サイズにカットして冷凍しました。ヨーグルトやデザート・おやつに。

**120** ナカシン冷蔵(鹿児島県・いちき串木野市) **カットゴールデンパイン**

200g **326円(税込352円)** 通常税込363円

パインアップル(フィリピン)

季節の野菜を加えてお召し上がりください



121 凍 マルマス(北海道・森町) 410g(具材5種290g スープ50g×2 パター2個) 1350円(税)1458円(通常税込1566円)

噛めば噛むほど旨みが出る逸品!



122 凍 下園薩男商店(鹿児島県・川内市) 180日 薩摩の味 うるめいわし丸干し(上乾) 30g 298円(税)322円(通常税込343円)

七味マヨを添えて



123 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日 国産するめいか一夜干し(カット済) 130g 410円(税)443円(通常税込464円)

鳴門魚類オリジナルの床で漬けてみました!



124 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 30日 銀ヒラス(シルバー)西京漬 3切 160g 550円(税)594円(通常税込616円)

水産担当 横関のおすすめ

サクツとした衣とイカの甘みがお気に入り!

下味をつけたムラサキイカに国産小麦粉使用の衣をつけてあります。イカも柔らかく、衣のサクサク感も抜群! おかずやお弁当にもおすすめです。



125 凍 短冊切りした柔らかく厚みのあるムラサキイカに国産パン粉の衣をつけました。冷凍のまま揚げてください。 498円(税)538円(通常税込551円)

水産品

- 近海・天然ものを中心に扱います。給餌する養殖ものは飼育内容が明確な鰯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。

冷凍のまま加熱してください

126 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日 国内産冷凍あさり 180g 428円(税)462円

127 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日 酒沼のしじみ(冷凍) 200g 428円(税)462円

128 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 90日 広島県産 冷凍かき 150g 560円(税)605円

129 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 60日 高橋徳治商店の蒸しかき 105g 460円(税)497円

130 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 180日 からふとししゃも丸干(おす) 300g 298円(税)322円(通常税込378円)

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

132 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日 しまほっけ一夜干し 2枚240g 640円(税)691円

133 凍 ダイマツ(鳥取県・米子市) 120日 氷温造り さばうま味干し 2枚180g 415円(税)448円

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

135 凍 塩屋(茨城県・ひたちなか市) 30日 塩屋の干物セット(2種) さんま2枚、あじ2枚 680円(税)734円(通常税込783円)

さんま&あじの定番2種セット! 塩屋自慢の2種の干物をお得なセットにしました。朝食にも夕食にも重宝する組み合わせです。

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

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

138 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日 赤魚西京漬 3切210g 458円(税)495円

139 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切 2切140g 498円(税)538円

140 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 3切165g 698円(税)754円

水産品の放射能検査について 調査対象漁獲海域: 関東1都3県と静岡県等の太平洋沿岸、三陸沿岸、及び北海道南部海域の原料について定期的に調査し、お知らせします。

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

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

138 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日 赤魚西京漬 3切210g 458円(税)495円

139 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切 2切140g 498円(税)538円

140 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 3切165g 698円(税)754円

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

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

138 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 180日 赤魚西京漬 3切210g 458円(税)495円

139 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(中辛)2切 2切140g 498円(税)538円

140 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) 180日 ロシア産紅鮭切身(甘塩)3切 3切165g 698円(税)754円

注文書の6ヶタ欄に記載をお願いします

お米 ・ネオニコチノイド系農薬を使用しておりません。 ・土づくりを心掛けた生産者さんたちが作っています。



鯉洲学園の新米ができました 常総生協の組合員の皆様、いつもありがとうございます。今年も例年どおりコシヒカリを中心に作付けしました。

鯉洲学園のコシヒカリ 502051 白米 5kg 2200円(税)2376円 502052 玄米 5kg 2100円(税)2268円

めぐみちゃんは今後値上の予定です。詳細は改めてお伝え致します

水海道のめぐみちゃん(コシヒカリ) 502001 白米 5kg 2350円(税)2538円 502002 玄米 5kg 2250円(税)2430円 502003 白米 2kg 945円(税)1021円

宮城・黒澤さんのひとめぼれ(今播米) 502011 白米 5kg 3500円(税)3780円 502012 玄米 5kg 3200円(税)3456円 502013 7分 5kg 3500円(税)3780円 502014 5分 5kg 3500円(税)3780円

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)3780円 502016 白米 2kg 1400円(税)1512円 502017 玄米 5kg 3200円(税)3456円 502018 7分 5kg 3500円(税)3780円 502019 5分 5kg 3500円(税)3780円

山形・おきたま興農舎 502041 つや姫(白米) 2kg 1865円(税)2014円 502042 つや姫(玄米) 2kg 1800円(税)1944円 502044 ひとめぼれ(白米) 5kg 3320円(税)3586円 502045 ひとめぼれ(胚芽精米) 2kg 1488円(税)1607円

やさとお米は価格調整中につきしばらくお休みとなります

502072 有機粉発芽玄米「ぐるめくらぶ」 1kg 1198円(税)1294円

502074 白米用雑穀セット 500g 1048円(税)1132円

502077 玄米用雑穀セット 500g 1143円(税)1234円

Table with 5 columns: 産地, 名称, 品種, 白米, 玄米. Rows include 茨城県, 山形県, 宮城県.

魚介の旨みたっぷり

「海鮮おでん」はいかが?



142 凍 クボタフーズ(青森県・平内町) そのまま食べられるブリッとほたて 100g 450円(税) 486円(税込) 497円(通常税込)

143 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) ブラックタイガー 2L 6尾前後 135g 798円(税) 862円(税込) 913円(通常税込)

141 凍 千倉水産加工販売(千葉県・南房総市) 千倉産地だこぶつ切り 100g 580円(税) 626円(税込) 646円(通常税込)

144 凍 大新(鳥取県・境港市) 海鮮つみれ(かに・えび・ほたて) 12個 156g 440円(税) 475円(税込) 486円(通常税込)

土佐佐賀産直出荷組合のお魚&お魚総菜

145 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 土佐の色々セット(2種セット) 2種400g以上 880円(税) 950円(税込) 972円(通常税込)

146 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) あじフライ 100g(3~5枚) 520円(税) 562円(税込) 572円(通常税込)

147 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) さば竜田揚げ 150g 528円(税) 570円(税込) 581円(通常税込)

148 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) 豆あじ南蛮漬 130g(固形50g 調味液80g) 554円(税) 598円(税込) 609円(通常税込)

149 凍 土佐佐賀産直出荷組合(高知県・黒潮町) ぶり甘酢あんかけ 140g(固形70g 調味液70g) 554円(税) 598円(税込) 609円(通常税込)

150 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) ロシア産紅鮭切身(甘塩)10切 10切550g 1980円(税) 2138円(税込) 2376円(通常税込)

151 凍 ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温造り 塩秋鮭切身 3切180g 525円(税) 567円(税込) 580円(通常税込)

152 凍 千倉水産加工販売(宮城県・女川町) 塩さんま 75g×3 518円(税) 559円(税込) 570円(通常税込)

153 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) さばフィーレ(甘塩) 片身2枚200g 445円(税) 481円(税込) 492円(通常税込)

154 凍 ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温甘塩さば切身 5切225g 442円(税) 477円(税込) 488円(通常税込)

155 凍 東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 銀だら切身 2切160g 520円(税) 562円(税込) 573円(通常税込)

156 凍 鳴門魚類(徳島県・鳴門市) 真あじフィーレ 片身5~8枚前後 200g 470円(税) 508円(税込) 519円(通常税込)

157 凍 トクスイコーポレーション(東京都・中央区) えび・いかミックス 150g 475円(税) 513円(税込) 524円(通常税込)

158 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) 猿払産 刺身用ほたて貝柱 6~8粒100g 698円(税) 754円(税込) 765円(通常税込)

159 凍 松岡水産(千葉県・銚子市) 紅鮭スモークサーモン 70g 555円(税) 599円(税込) 610円(通常税込)

160 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) しめさば昆布メ 1枚80g 418円(税) 451円(税込) 462円(通常税込)

161 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 焼津港のとろかつお炭火焼き 170g(2個) 570円(税) 616円(税込) 627円(通常税込)

162 凍 日本遠洋旋網漁業協同組合(長崎県・松浦市) あじ丼 80g 398円(税) 430円(税込) 443円(通常税込)

164 凍 ヤマボシ(静岡県・焼津市) 焼津港のとろかつお炭火焼き炙り丼 110g(固形量80g +たれ30g) 440円(税) 475円(税込) 490円(通常税込)

165 凍 ダイマツ(鳥取県・境港市) 氷温熟成 たらこ(切り) 90g 380円(税) 410円(税込) 421円(通常税込)

166 凍 ダイマツ(鳥取県・境港市) 氷温熟成 辛子明太子(切り) 90g 380円(税) 410円(税込) 421円(通常税込)

167 凍 海泉水産(静岡県・浜松市) しらす干し 20g×3 500円(税) 540円(税込) 551円(通常税込)

163 凍 日本遠洋旋網漁業協同組合(長崎県・松浦市) ぶり丼 80g 398円(税) 430円(税込) 443円(通常税込)

175 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) 小竹輪 5本 150g 320円(税) 346円(税込) 357円(通常税込)

168 凍 平庄商店(北海道・根室市) さんまぼろぼろ 110g 320円(税) 346円(税込) 357円(通常税込)

169 凍 千倉水産加工販売(千葉県・船橋市) フライパンでできるあじの甘酢あんかけ 7~11枚180g +たれ60g 498円(税) 538円(税込) 549円(通常税込)

170 凍 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 高橋徳治商店のかきフライ 240g 770円(税) 832円(税込) 843円(通常税込)

176 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) ごぼうつまみ 100g 310円(税) 335円(税込) 346円(通常税込)

177 冷 いちろうこ(静岡県・静岡市) うろこちゃん(板蒲鉾) 150g 430円(税) 464円(税込) 475円(通常税込)

171 凍 ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温造り あじの南蛮漬 220g 350円(税) 378円(税込) 389円(通常税込)

172 凍 大黒淡水(静岡県・焼津市) うなぎ蒲焼 70g×2 2900円(税) 3132円(税込) 3359円(通常税込)

173 凍 ダイマツ(鳥取県・米子市) 氷温造り さばの味噌煮4袋 80g(固形量50g) ×4袋 598円(税) 646円(税込) 657円(通常税込)

178 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 あら挽きいわし団子 12個 420g 305円(税) 329円(税込) 340円(通常税込)

179 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 いか天 30g ×4 320円(税) 346円(税込) 357円(通常税込)

180 冷 長崎蒲鉾(長崎県・長崎市) 長崎 うすら天 3個入 380円(税) 410円(税込) 421円(通常税込)

月のはじめは 岩瀬牧場特集

岩瀬牧場オリジナル品種だから美味しい

岩瀬さんの豚は「味」を重視した特殊な品種の掛け合わせです。1頭当たりの脂の割合が多く、育つ速度もゆっくりです。しかし、この「脂」こそがうまさのヒミツ。取り巻く脂が赤身にサシとして入り、赤身もしっとり美味しくなります。柔らかい脂の甘さが堪能できます!



288円/100g 特 岩瀬さんの豚ロース、バラ、モモをスライスして、焼肉用にセットにしました。 181 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 徳用 岩瀬さんの豚焼肉セット 200g×3種 1600円(税別) 1728円(税込) 1836円(通常税込) 茨城県

346円/100g 特 182 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 岩瀬さんの豚肩ローススライス 200g 640円(税別) 691円(税込) 720円(通常税込) 茨城県

350円/100g 特 183 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 岩瀬さんの豚ロースしゃぶしゃぶ用 200g 648円(税別) 700円(税込) 720円(通常税込) 茨城県

350円/100g 特 184 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 岩瀬さんの豚ロースしょうが焼き用 200g 648円(税別) 700円(税込) 720円(通常税込) 茨城県

205円/100g 特 185 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 徳用 岩瀬さんの豚小間切 200g×2 760円(税別) 821円(税込) 864円(通常税込) 茨城県

249円/100g 特 186 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 岩瀬さんの豚モモ一口カツ用 200g(5~6切) 460円(税別) 497円(税込) 538円(通常税込) 茨城県

豚肉

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

畜産定番品 移動ページ

- 1ページ 秋川の若鶏モモ つくば茜鶏 手羽先
16ページ 神戸満る里の牛生ハンバーグ、岩瀬さんの豚挽肉、国産牛挽肉、丹沢農場のハンバーグ、つくば茜鶏 挽肉、つくば茜鶏 ムネ、鎌倉マイルドポークウインター(徳用)

376円/100g 191 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク ヒレブロック 250g 870円(税別) 940円(税込) 茨城県

222円/100g 192 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク モモブロック 500g 1030円(税別) 1112円(税込) 茨城県

239円/100g 193 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて3日 茨城県産ロースポーク モモしゃぶしゃぶ用 250g 554円(税別) 598円(税込) 茨城県

238円/100g 194 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク バラスライス 250g 551円(税別) 595円(税込) 茨城県

228円/100g 195 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク モモスライス 250g 528円(税別) 570円(税込) 茨城県

257円/100g 196 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク 肩ロース切身 2枚200g 475円(税別) 513円(税込) 茨城県

165円/100g 197 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク 徳用小間切 200g×2 610円(税別) 659円(税込) 茨城県

166円/100g 198 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて4日 茨城県産ロースポーク 小間切 150g×2 460円(税別) 497円(税込) 茨城県

229円/100g 199 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて14日 茨城県産ロースポーク 小間切(タレ付) 250g 530円(税別) 572円(税込) 594円(通常税込) 茨城県

167円/100g 200 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて30日 茨城県産ロースポーク 挽肉 300g 465円(税別) 502円(税込) 茨城県

313円/100g 201 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて120日 丹沢高原豚 カシラ(ホホ)肉 200g 580円(税別) 626円(税込) 神奈川県

323円/100g 202 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて120日 丹沢高原豚 トントロ焼肉用 200g 598円(税別) 646円(税込) 神奈川県

323円/100g 203 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて6日 丹沢高原豚 ロース塩こうじ漬 2枚 200g 598円(税別) 646円(税込) 688円(通常税込) 茨城県

249円/100g 204 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて5日 丹沢高原豚 豚こま生姜焼き用(味付) 200g 460円(税別) 497円(税込) 518円(通常税込) 茨城県

249円/100g 205 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて6日 丹沢高原豚 豚こま味噌漬 200g 460円(税別) 497円(税込) 538円(通常税込) 茨城県

228円/100g 206 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて4日 丹沢高原豚 小間切 200g 422円(税別) 456円(税込) 神奈川県

269円/100g 207 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 届いて4日 丹沢高原豚 上挽肉 200g 498円(税別) 538円(税込) 神奈川県

119円/100g 208 JA全農いばらき(茨城県)ミートバル村山 届いて30日 茨城県産 豚レバー 300g 330円(税別) 356円(税込) 茨城県

鶏肉

- つくば茜鶏:鶏種レッドブロー種。飼育期間約70日。動物性飼料、抗菌剤、抗生物質不使用。
秋川牧園:鶏種チャンキー、コブ。飼育期間約60日。無投薬肥育。秋川牧園独自配合飼料使用。

313円/100g 209 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 モモ 250g 725円(税別) 783円(税込) 茨城県

258円/100g 210 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 ササミ 250g 598円(税別) 646円(税込) 茨城県

268円/100g 211 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 ムネモモ小間切 250g 620円(税別) 670円(税込) 茨城県

276円/100g 212 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 ムネモモ唐揚げ用 250g 640円(税別) 691円(税込) 茨城県

173円/100g 213 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 手羽元 300g 480円(税別) 518円(税込) 茨城県

116円/100g 214 野口さん達(茨城県・桜川市) つくば茜鶏 レバー 250g 268円(税別) 289円(税込) 茨城県

224円/100g 215 秋川牧園(山口県・山口市) 届いて180日 秋川の若鶏ムネ 200g 415円(税別) 448円(税込) 山口県

244円/100g 216 秋川牧園(山口県・山口市) 届いて180日 秋川の若鶏手羽中(ハラ凍結) 300g 678円(税別) 732円(税込) 山口県

189円/100g 217 秋川牧園(山口県・山口市) 届いて120日 秋川の若鶏砂肝 200g 350円(税別) 378円(税込) 山口県

243円/100g 218 秋川牧園(山口県・山口市) 届いて180日 秋川の若鶏小間切 200g 450円(税別) 486円(税込) 山口県

215円/100g 219 秋川牧園(山口県・山口市) 届いて180日 秋川の若鶏生姜焼き 200g 398円(税別) 430円(税込) 448円(通常税込) 山口県





### 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「冷蔵」または「冷凍」での保管をお願い致します

### 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。

Le・Lourdes (神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日

**パン・ド・ミ(食パン) 1斤**

258 6枚 285円(税込308円)  
259 8枚 285円(税込308円)  
260 ノースライス 275円(税込297円)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、塩

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.9 <3.8

※通常より横長のパンのため、厚切りが混じることがあります

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日

**パン・ド・ミ(レーズン食パン) 1斤**

261 8枚 450円(税込486円)  
262 ノースライス 435円(税込470円)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、レーズン、塩

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <4.0 <4.7

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日

**パン・ド・ミ(全粒粉食パン) 1斤**

263 8枚 315円(税込340円)

原材料:小麦粉(北海道、神奈川県、茨城県)、自家製天然酵母、ノンオイル・ノンシュガーでもいただける食パン。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日

**フルーツナッツ食パン 1斤**

264 8枚 645円(税込697円)

ドライフルーツ、ナッツをふんだんに混ぜ込んだ食べ応えたっぷりのパン。

小麦(北海道、神奈川県、茨城県)

Le・Lourdes(神奈川県・中井町) 賞届いて1~2日

**パンズ**

265 3個 320円(税込346円)

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

小麦(北海道、神奈川県、茨城県) [放] 不検出 <3.5 <3.9

### 地元の店 いばらきベーグル

定番(全粒粉・クーベルチュールチョコ)のベーグル2種セットです。

全粒くるみレーズン、はちみつ全粒くるみ、黒糖くるみベーグルの3種詰め合わせです。

267 凍 2個 390円(税込421円) 通常税込443円

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

268 凍 3個 350円(税込378円) 通常税込410円

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

小麦(北海道)、チョコ(国内産)

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

**プレーンベーグル 2個組**

269 凍 2個 315円(税込340円) 通常税込361円

素材本来の旨味を引き出したプレーン生地のベーグルです。

小麦(北海道)、玄米粉(茨城県)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

**さつまいもベーグル**

270 凍 1個 230円(税込248円)

茨城県産のさつまいもを使用したベーグルです。

小麦(北海道)、さつまいも(茨城県)

いばらきベーグル(茨城県・常総市) 賞30日

**かぼちゃベーグル**

271 凍 1個 230円(税込248円)

無農薬栽培のホクホクのかぼちゃを使用したベーグルです。

小麦(北海道)、かぼちゃ(茨城県)

### 地元で愛されるパン屋 クーロンヌ

276 凍 1斤6枚 378円(税込408円)

クーロンヌオリジナルの小麦粉を使用し、天然酵母で長時間熟成された食パン。

小麦(アメリカ、他)

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) 賞届いて1~2日

**クーロンヌの角形食パン**

272 半斤3枚 180円(税込194円)  
273 1斤6枚 340円(税込367円)

小麦(アメリカ、他)

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)

クーロンヌジャポン(茨城県・取手市) 賞届いて1~2日

**クーロンヌのメロンパン**

274 1斤8枚 340円(税込367円)  
275 ノースライス 335円(税込362円)

小麦(アメリカ、他)

### 冷凍パン

凍ったまま電子レンジまたはトースターでOK!

279 凍 約65g×6 675円(税込729円)

ハッコー食品(千葉県・千葉市) 賞180日

**ブリュッセル ワッフル**

水を加えず卵と牛乳を加えて作ったワッフルで、風味豊かで軽い口あたりです。

小麦(カナダ、他)

280 凍 約40g×5 460円(税込497円)

ハッコー食品(千葉県・千葉市) 賞180日

**国産全粒粉プチパン**

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)

281 凍 150g(3個) 298円(税込322円)

池田食品(埼玉県・所沢市)

**フォカッチャ**

イタリア伝統の平焼きパンで、モチモチとした食感と素材な風味が特長です。

小麦(北海道)

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

1個あたり 税込179円

282 凍 90g×3個 497円(税込537円)

ワールド(石川県・金沢市)

**レンジdeほっこりカレーパン**

小麦(国内産)

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

1個あたり 税込173円

283 凍 90g×3個 480円(税込518円) 通常税込537円

ワールド(石川県・金沢市)

**レンジdeほっこり ピザパン**

小麦(国内産)

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

10個入 1個あたり 税込81円

284 凍 9個 498円(税込538円)

おとう工房(愛知県・高浜市) 賞届いて4日

**ふっくらおからパン プレーン**

小麦・大豆(国内産)

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

285 卵 10個(個包装) 750円(税込810円) 通常税込832円

オリオンペカリー(岩手県・花巻市) 賞45日

**発芽玄米入りクロワッサン**

国内産の小麦を使ったクロワッサンです。

小麦(岩手県、他) [放] 不検出 <3.8 <4.2

287 楓樹液(カナダ) 250g 780円(税込842円) 通常税込961円

Citadelle Maple Syrup Producer's Cooperatives

**メープルシロップ アンバー**

サトウカエデの樹液を煮詰めて作られる100%天然のメープルシロップ。

288 秋川牧園(山口県・山口市)

**秋川牧園コーンポタージュ**

口当たりなめらかな国産とうもろこしペーストと秋川牧園の牛乳を合わせたコーンポタージュ。湯煎で。

160g 320円(税込346円) 通常税込378円

とうもろこし(国内産)

### ジャム・シロップ 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

672 森食品(長野県・千曲市)

**完熟杏ジャム**

245g 598円(税込646円)

木で完熟した杏を使用。杏特有の酸味と甘さをいかした風味の良いジャムです。

杏(長野県)

286 無茶々園(愛媛県・西予市)

**無茶々園甘夏と伊予柑のマーメレード**

220g 600円(税込648円)

伊予柑と甘夏の果皮がたっぷり入り、ほど良い甘さとほろ苦さが楽しめます。

甘夏・伊予柑(愛媛県)

289 木次乳業(島根県・雲南市) 賞8日

**木次ミルクコーヒー**

500ml 190円(税込205円)

生乳(島根県)

290 木次乳業(島根県・雲南市) 賞届いて6~10日

**カフェインレスよつ葉カフェオレ**

200ml×2 340円(税込368円) 通常税込388円

よつ葉茶(北海道・音更町) 賞届いて6~10日

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

生乳(北海道)

291 木次乳業(北海道・音更町) 賞12日

**よつ葉ほうじ茶オレ 2本組**

200ml×2 340円(税込368円) 通常税込388円

よつ葉茶(北海道・音更町) 賞12日

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

生乳(北海道)

### 牛乳・卵

・サツラク…組合員(酪農家)が土・草・牛つくりこだわり、生乳の生産から加工まで一貫しておこなっています。  
・卵:飼料は non-GMO (非遺伝子組換え)、抗生物質や抗菌剤など使用しないものを与えています。

定期登録募集中!

鈴木牧場 牛乳 720ml

契約価格348円(税込)

2 500ml 225円(税込243円)

生乳(北海道) [放] 不検出 <0.5 <0.5

292 木次乳業(島根県・雲南市) 賞10日

**やさとの半熟たまご(温玉)**

4個(タレ無) 206円(税込222円)

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

卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

293 木次乳業(島根県・雲南市) 賞8日

**木次ミルクコーヒー**

500ml 190円(税込205円)

生乳(島根県)

294 木次乳業(北海道・音更町) 賞届いて6~10日

**カフェインレスよつ葉カフェオレ**

200ml×2 340円(税込368円) 通常税込388円

よつ葉茶(北海道・音更町) 賞届いて6~10日

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

生乳(北海道)

295 木次乳業(北海道・音更町) 賞12日

**よつ葉ほうじ茶オレ 2本組**

200ml×2 340円(税込368円) 通常税込388円

よつ葉茶(北海道・音更町) 賞12日

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

生乳(北海道)

289 木次乳業(島根県・雲南市) 賞8日

**木次ミルクコーヒー**

500ml 190円(税込205円)

生乳(島根県)

290 木次乳業(北海道・音更町) 賞届いて6~10日

**カフェインレスよつ葉カフェオレ**

200ml×2 340円(税込368円) 通常税込388円

よつ葉茶(北海道・音更町) 賞届いて6~10日

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

生乳(北海道)

291 木次乳業(北海道・音更町) 賞12日

**よつ葉ほうじ茶オレ 2本組**

200ml×2 340円(税込368円) 通常税込388円

よつ葉茶(北海道・音更町) 賞12日

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

生乳(北海道)

296 宇治田農産(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)

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

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

297 JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞11日

**八郷の卵**

10個 380円(税込410円)

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

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

298 JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞10日

**やさとの半熟たまご(温玉)**

4個(タレ無) 206円(税込222円)

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

卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

299 宇治田農産(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)

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

茨城県 [放] 不検出 <3.9 <3.7

300 JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞11日

**八郷の卵**

10個 380円(税込410円)

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

茨城県 [放] 不検出 <3.5 <3.6

301 JAやさと鶏卵部会(茨城県・石岡市) 賞10日

**やさとの半熟たまご(温玉)**

4個(タレ無) 206円(税込222円)

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

卵(茨城県) [放] 不検出 <3.3 <3.4

日記担当 横関のおすすめ

いつものメニューがワンランクアップ

一般的な生クリームと違い、ノンホモなので生乳の風味とコクが感じられます。シチューやパスタなどクリーム系のメニューに加えるいつもの料理がワンランクアップしますよ。



乳脂肪分47%のフレッシュで純粋な生クリーム。サツラの新鮮なノンホモ生乳100%使用。

293 冷蔵 冷蔵 冷蔵 サツラク農協(北海道・札幌市) サツラク北海道純生クリーム

200ml 545円(税込) 589円(税込) 通常税込 626円

生乳(北海道)

おでんの増量にどうぞ

全品特価



294 冷蔵 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日 有機栽培ねじり糸こんにゃく 200g 170円(税込) 184円(税込) 通常税込 216円



295 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて3日 一口厚揚げ 8個 235円(税込) 254円(税込) 通常税込 265円



296 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞5日 もち入りきんちゃく 3個 345円(税込) 373円(税込) 通常税込 387円



297 冷蔵 コタニ(岩手県・大船渡市) 賞90日 岩手産さしみ昆布 250g 410円(税込) 443円(税込) 通常税込 454円

大豆加工品

国産大豆 100% 使用。豆腐は海水にかりで固め、消泡剤も不使用です。



298 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 x 2 198円(税込) 214円(税込)



299 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 x 2 198円(税込) 214円(税込)



300 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(税込)



301 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(税込)

煮物にもおすすめ



307 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて5日 きのごがんも 2個 280円(税込) 302円(税込) 通常税込 322円



302 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日 銅用寄せ豆腐 200g 175円(税込) 189円(税込)



303 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて4日 きざみ揚げ(冷凍) 100g 228円(税込) 246円(税込)



304 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて6日 揚げ揚げ 3枚 183円(税込) 198円(税込)



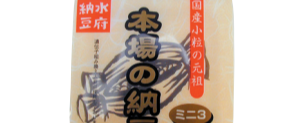
305 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて3日 手揚げ揚げ 2枚 239円(税込) 258円(税込)



306 冷蔵 丸和食品(東京都・練馬区) 賞届いて2日 白和え 2袋 150g x 2 470円(税込) 508円(税込) 通常税込 530円



308 冷蔵 JAやさと(茨城県・石岡市) 賞7日 八郷小粒納豆3連(タレ・カラシ付) 35g x 3 148円(税込) 160円(税込)



309 冷蔵 水府納豆(茨城県・常陸太田市) 賞10日 水府納豆ミニ3個(タレ・カラシ付) 40g x 3 180円(税込) 194円(税込)



310 冷蔵 登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて7~8日 遊作納豆(タレ・カラシ付) 80g 260円(税込) 281円(税込)



311 冷蔵 登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて7~8日 十勝の息吹大粒2P(タレ・カラシ付) 40g x 2 184円(税込) 199円(税込)



312 冷蔵 登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて7~8日 産直納豆 小粒カップ2(タレ・カラシ無) 30g x 2 190円(税込) 205円(税込)



313 冷蔵 登喜和食品(東京都・府中市) 賞届いて7~8日 北海道ひきわりカップ2(タレ・カラシ付) 30g x 2 198円(税込) 214円(税込)



314 冷蔵 浜食(東京都・調布市) 賞10日 洗いもずく 200g 240円(税込) 259円(税込)



315 冷蔵 マルダイ長沼商店(宮城県・石巻市) 賞180日 宮城県産めかぶ(タレ付) 40g x 4 (タレ4個付) 415円(税込) 448円(税込)



316 冷蔵 コタニ(岩手県・大船渡市) 賞90日 岩手産切ってある生わかめ 100g 470円(税込) 508円(税込)



317 冷蔵 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日 しょうちゃんのあくめきこんにゃく(黒) 250g 140円(税込) 151円(税込)



318 冷蔵 グリーンリーフ(群馬県・昭和村) 賞75日 しょうちゃんのあくめきしらたき 200g 140円(税込) 151円(税込)



319 冷蔵 ニッカンフーズ(大分県・日田市) 賞180日 たけのこ水煮(スライス) 300g 598円(税込) 646円(税込)



320 冷蔵 三立食品(東京都・葛飾区) 賞25日 春巻の皮(みちのく) 10枚 315円(税込) 340円(税込)



321 冷蔵 共生食品(神奈川県・相模原市) 賞6日 内麦焼そば(ソース付) 麺150g x 3 ソース30g x 3 298円(税込) 322円(税込)



322 冷蔵 共生食品(神奈川県・相模原市) 賞7日 内麦生ラーメン味噌(3食入) 麺120g x 3 スープ36g x 3 418円(税込) 451円(税込)



323 冷蔵 趙さんの味(宮城県・仙台市) 賞14日 趙さんのキムチ鍋セット 4人前 680円(税込) 734円(税込)



324 冷蔵 おとふ工房いしかわ(愛知県・高浜市) 賞届いて2日 揚げだし豆腐(特製つゆ付) 揚げ出し豆腐 4個 つゆ 25g 280円(税込) 302円(税込)



325 冷蔵 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日 国産とりごぼうご飯の素 170g(2合用) 618円(税込) 667円(税込)



326 冷蔵 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日 揚げごぼう(甘酢漬) 80g 320円(税込) 346円(税込)



327 冷蔵 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞180日 江戸前でのり佃煮 80g 360円(税込) 389円(税込)



328 冷蔵 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日 ひじき五目煮 100g 325円(税込) 351円(税込)



329 冷蔵 遠忠食品(埼玉県・越谷市) 賞90日 ピーナッツみそ 80g 308円(税込) 333円(税込)



330 冷蔵 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日 煮豆 金時豆 150g 298円(税込) 322円(税込)



331 冷蔵 菊田商店(東京都・練馬区) 賞90日 煮豆 白福豆(白大豆) 150g 370円(税込) 400円(税込) 通常税込 410円

包丁いらず&下処理済み JOSOのミールキット

タケノコと豚肉のハーモニー



2人前 食塩相当量: 3.1g 調理時間: 約6分

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

332 冷蔵 卵米大 国産野菜の青椒肉絲 2人前(約320g) 940円(税込1015円)

シャキシャキ野菜がたっぷり



2人前 食塩相当量: 2.1g 調理時間: 約10分

セット内容: カット野菜(小松菜、ねぎ、玉ねぎ、人参)、豚肉、たれ

333 冷蔵 米大 小松菜とたっぷりねぎの和風炒め 2人前(約630g) 832円(税込899円)

ヘルシーな洋風おから 国産大豆100%



3~4人前 食塩相当量: 2.9g 調理時間: 約15分

セット内容: おから、ミックス野菜(玉ねぎ、ほうれん草、人参)、ガーリックソース

334 冷蔵 大 おからのホットサラダ 3~4人前(約360g) 620円(税込670円)

ブイヨンが効いた優しい味わい



2人前 食塩相当量: 6.3g 調理時間: 約10分

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

335 冷蔵 大 小 ブイヨン水餃子スープ 2人前(約330g) 860円(税込929円)

ミールキット担当 小西のおすすめ

甘酸っぱいごま酢だれの炒め物!



野菜がたくさん入って、彩りも食材もバランスがいいです。

2人前 食塩相当量: 6.0g 調理時間: 約10分

セット内容: 豚肉1袋100g、ミックス野菜1袋250g(赤パプリカ、ピーマン、玉ねぎ、人参、生きくらげ、水煮たけのこ)、下処理済れんこん1袋30g、ごまだれ1袋60g

336 冷蔵 米大 小 彩りごま酢炒め 2人前(約440g) 998円(税込1078円)



ごまの風味がひろがる、甘酸っぱい味付けの炒め物です。

漬物

塩分16~18% しそと塩のみで漬けた昔ながらの天日干し梅干。製造工程で漬れたりしたものを詰合せました。



337 冷蔵 大 大紀コープファーム(奈良県・五條市) つぶれ梅干 500g 1100円(税込1188円)



338 冷蔵 米大 小 とみき漬物(長野県・野沢温泉村) 昔ながらのうまい菜っぱ 300g 550円(税込594円)



339 冷蔵 米 高嶋酒類食品(兵庫県・神戸市) 甲南なら漬(瓜、守口大根) 120g 568円(税込613円)



340 冷蔵 米大 小 趙さんの味(宮城県・仙台市) 趙さんの味 熟成白菜キムチ 200g 420円(税込454円)



341 冷蔵 米大 小 趙さんの味(宮城県・仙台市) 趙さんの味 松前白菜漬け 150g 398円(税込430円)

豊富な乳酸菌が腸内環境を整えます 汁ごと食べる辛くないキムチ。具よりも汁がメイン。発酵が進みますので、お好みの酸味どうぞ。



342 冷蔵 米 趙さんの味(宮城県・仙台市) 趙さんの味 水キムチ 300g 518円(税込559円)

お届けは11月2回になります お茶漬け、おにぎり・チャーハンの具に



343 冷蔵 米 よしま農園(岐阜県・高山市) 飛騨赤かぶと野菜のきざみ漬 90g 390円(税込421円)

344 冷蔵 米 よしま農園(岐阜県・高山市) みょうが甘酢漬 80g 550円(税込594円)

345 冷蔵 米大 小 士別農園(北海道・士別市) 士別農園の三升漬 200g 510円(税込551円)



346 冷蔵 米 士別農園(北海道・士別市) 士別農園 三五八漬の素 400g 475円(税込513円)



自家製米麹を使用した硬め(バラ)タイプ)の漬床です。野菜や肉、魚に適量まぶして塩麹代わりに。

冷凍食品

原材料の素性がわかる、何より「家庭での手作り」に近いものが基本です



347 凍結 大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) 徳用北京餃子 18g x 15 445円(税込481円)



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



349 凍結 米大 小 ドリームフーズ(大阪府・八尾市) 神山鶏のぱくぱく餃子(国産しそ入り) 18g x 20 539円(税込582円)



350 凍結 大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) 点心えびしゅうまい 27g x 7 428円(税込462円)



えび(インドネシア、ベトナム、他)



351 凍結 卵米大 小 ニッコー(神奈川県・大和市) 肉しゅうまい 16g x 15 460円(税込497円)



352 凍結 大 小 大進食品(神奈川県・横浜市) パリッと本格春巻(国産きくらげ入) 5本200g 486円(税込525円)



354 凍結 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) 鶏の焼きつくね 180g 398円(税込430円)



355 凍結 卵米小 秋川牧園(山口県・山口市) チキンカツ 150g 453円(税込489円)



下味は塩麹で肉の旨みを引き出し、サクサク衣で包んだしっとり柔らかなチキンカツ。レンジかトースターで。



356 凍結 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) からあげ 150g 495円(税込535円)



357 凍結 米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) 焼き鳥もも串セット 150g(5本) 710円(税込767円)



360 凍結 米大 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 小魚つみれ 5個 345円(税込373円)



361 凍結 米大 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 椎茸入おとうふ揚げ 5個150g 323円(税込349円)



362 凍結 米 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) さつま揚げ 5枚165g 390円(税込421円)



363 凍結 米 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) ぼたんちくわ 5本150g 360円(税込389円)



358 凍結 卵米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) レバー入りミートボール 400g 713円(税込770円)



359 凍結 米大 小 秋川牧園(山口県・山口市) 手羽元ゆずこしょう焼き 250g 605円(税込653円)



360 凍結 米大 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 小魚つみれ 5個 345円(税込373円)



364 凍結 米大 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) 玉ねぎ揚げ 150g(5個) 310円(税込335円)



365 凍結 米 高橋徳治商店(宮城県・東松島市) かぼちゃとコーンのちぎり揚げ 120g 298円(税込322円)



ダイスカットした国産南瓜と北海道産のコーンがたっぷり入った練りもの。解凍後そのまま食べられます。

**冷食担当 丸山のおすすめ** 常総冬ギフトにも掲載予定

## 我が家で本格牛モツ鍋を お手軽に楽しめます!

◆作り方  
① 鍋に牛もつと添付スープ1袋を入れ、水500ccを加えます。  
② 細切りにしたゴボウとキャベツ、ニラを盛り、しんなりするまで温めます。お好みで唐辛子を加えて。  
③ 残ったスープは、うどんを加えたりおじやにするとおいしい!

お好みでゴボウ、キャベツ、ニラを用意すれば、本場博多の味に♪

人気の高い国産牛の小腸のみを丁寧に処理、臭みがありません。素材の良さが味わえる塩味スープのセット。

**366 凍** 米 大 小  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
大進食品(神奈川県・横浜市) 賞180日  
**博多名物 国産牛モツ鍋セット**  
400g(牛内臓肉200g スープ100g×2) **2080円(税込2246円)** 通常税込2333円

牛小腸(国内産)

**休日のお昼ご飯にも あると便利なお助け冷凍商品 全品特価**

**シーズン初**  
魚介の旨みある  
**醤油あんかけ♪**

2食 **367 凍** 米 大 小  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
**細打ち野菜あんかけうどん**  
596g(2食) **449円(税込485円)** 通常税込501円

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

**韓国テグ地方の  
辛味鍋のノウハウが  
つまっています**

調理例

2食 **368 凍** 米 大 小 種170g×2 スープ47g×2  
カラミノフーズ(東京都・新宿区)  
**キムチ屋の造るテグタン麺セット**  
476円(税込514円) 通常税込544円

鍋一つで作れる本格的辛味のとろみスープに喉ごしよい麺のうどん。好みの野菜を加えて。加工でん粉:麺の3.5%  
小麦(国内産)

**お好みでソース  
マヨネーズ、かつお節  
青のりをかけて**

2食 **369 凍** 卵 小  
Rim's Factory(大分県・宇佐市)  
**大阪の味手焼きお好み焼き(豚玉)**  
240g **475円(税込513円)** 通常税込528円

お好み焼専門メーカーが国産原料と鰹だしを使い、ふっくらした関西風お好み焼きに仕上げました。レンジで。  
小麦・卵・キャベツ・豚肉(国内産)

5個 **370 凍** 米 大 小  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
**ライスバーガー 国産牛焼肉**  
5個600g **1018円(税込1099円)** 通常税込1126円

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

3食 **371 凍** 米 大 小  
カラミノフーズ(東京都・新宿区)  
**韓国風太巻 牛肉ナムルキンパ**  
300g **675円(税込729円)** 通常税込756円

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

3個 **372 凍** 卵 米 大 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**ふわわり豆腐ハンバーグ**  
90g×3 **489円(税込528円)**

消化剤を使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、産直鶏肉を加えました。レンジがフラインド。  
大豆・鶏肉(国内産)

8個 **373 凍** 卵 米 大 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**ごぼうとひじきの豆腐団子**  
8個144g **395円(税込427円)**

鶏肉と豆腐に、ごぼう、ひじき、ごまがたっぷり入った団子です。おつまみにも。電子レンジで温めて。  
ごぼう(国内産)

6個 **374 凍** 米 大 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**お弁当用ソースメンチカツ**  
20g×6 **328円(税込354円)** 通常税込380円

具材の鶏肉、豚肉、キャベツ、玉ねぎは全て国産。油調済み。レンジ加熱または自然解凍で。

鶏肉・豚肉(国内産)

10個 **375 凍** 乳 米 大 小  
四国ちぬや(愛媛県・西予市)  
**レンジでお手軽メンチカツ**  
500g(10個入) **653円(税込705円)**

レンジ調理で手軽にできあがるので、おかずや朝食等におすすめ。  
たまねぎ・鶏肉・豚肉(国内産)

2食 **376 凍** 米 大 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**ぶちカレーボール**  
210g **343円(税込370円)** 通常税込389円

カレー味で食べやすい辛さの一口コロッケ。連根がシャキシャキで良い食感。トースター、レンジで。

じゃがいも・蓮根・人参・小麦(国内産)

2食 **377 凍** 米 大 小  
マルマス(北海道・森町)  
**北海道産豚肉のごまじゃぶ風紙包み**  
110g×2 **498円(税込538円)** 通常税込563円

北海道産の豚肉、じゃが芋、南瓜、コーン、フロッコリーに胡麻だれをかけた。レンジで。加工澱粉約0.1%  
豚肉・野菜(北海道)

2食 **378 凍** 卵 小  
ニッキー(神奈川県・大和市) 賞180日  
**ねぎ入りたこ焼**  
15個300g **402円(税込434円)**

国産ねぎ・キャベツがたっぷり入ったたこ焼。レンジで温めて。トースターで仕上げたり、油で揚げても美味。  
たこ(ベトナム) [放] 不検出<3.7<4.4

鶏肉(国内産)

2食 **379 凍** 2食 米 大  
カラミノフーズ(東京都・新宿区)  
**アジア薫るガバオ丼(鶏肉のバジル炒め)**  
100g×2 **448円(税込484円)** 通常税込513円

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

鶏肉(国内産)

2食 **380 凍** 米 大 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**有機パスタのナポリタン**  
400g(2食入) **560円(税込605円)**

有機テラム小麦のセモリナの麺、国産玉葱と人参使用。ソースは発色剤不使用。袋ごと湯煎がレンジで。  
小麦(イタリア)

2食 **381 凍** 乳 米 小  
大進食品(神奈川県・横浜市)  
**フレッシュトマトのミートソースドリア**  
200g×2 **798円(税込862円)**

サフランライスの米・ソースの生乳とバターは北海道産を使用。生トマトをトッピングしたドリア。レンジで。  
生乳・米(北海道)、小麦・豚肉(国内産)

2食 **382 凍** 卵 乳 米 大 小  
西川食品(和歌山県・紀の川市)  
**オムライス**  
180g×2 **520円(税込562円)**

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

5個 **383 凍** 米 大 小  
ニッキーフーズ(大阪府・大阪市)  
**もぐもぐ焼おにぎり**  
400g(5個入) **405円(税込437円)**

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

2食 **384 凍** 米 大 小  
大進食品(神奈川県・横浜市)  
**国産小麦の焼うどん(しょうゆ味)**  
440g(220g×2) **640円(税込691円)**

国産野菜を使用し、味付けに使用の調味料にもこだわり、和風のダシをきかせました。湯煎がレンジで。  
小麦・キャベツ・玉葱・人参・豚肉(国内産)

茹で時間約1分  
**385 凍** 米 小  
シマダヤ(東京都・渋谷区)  
**冷凍 稲庭風うどん**  
200g×5 **458円(税込495円)**

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

2食 **386 凍** 米 大 小  
姫生水産(香川県・観音寺市)  
**レンジでえび天ぷら(国産小麦使用)**  
125g(5尾入) **528円(税込570円)** 通常税込590円

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

2食 **387 凍** 米 小  
創健社(神奈川県・横浜市)  
**生冷凍 長野県産石臼挽十割そば**  
130g×2 **634円(税込685円)**

長野県産のそば粉100%で作った生冷凍十割そば。  
そば(長野県)

5個 **388 凍** 乳 米 大 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**天津包子(肉まん)**  
275g(5個入) **474円(税込512円)**

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

4個 **389 凍** 米 大 小  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
**芽吹き屋 みたらしだんご**  
210g(3本入) **371円(税込401円)**

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。自然解凍で。  
米(国内産)

4個 **390 凍** 米 大  
岩手阿部製粉(岩手県・花巻市)  
**芽吹き屋 黒豆塩大福**  
4個220g **430円(税込464円)**

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

**391 凍** 乳 米 小  
日本生活協同組合連合会  
**パイシート<発酵バター入り>**  
300g(4枚入) **418円(税込451円)**

北海道産生クリーム使用。軽い食感・風味のパイシート。必要量だけ解凍して、1枚あたり約11×18cm  
小麦(カナダ、アメリカ、国内産等)

2食 **392 凍** 卵 乳 大 小  
日本生活協同組合連合会  
**レアチーズケーキ**  
185g(4カット) **605円(税込653円)** 通常税込700円

クリームチーズを30%配合。なめらかな口あたり、レモン果汁でさっぱりした味に仕上げました。冷蔵解凍で。  
生乳(オーストラリア、北海道等)

3個 **393 凍** 乳  
日本生活協同組合連合会  
**フローズンヨーグルト**  
105ml×3 **328円(税込354円)**

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

**毎日スプーン2杯の習慣を  
おなかから元気に♪**

別添子ラシもご覧ください  
はちみつレモン味もあります!

11月2日にお届け  
次回は12月1日掲載予定

たくさん  
利用される方へ

組合員さんから  
うれしい声が  
届いています!

※個人の感想

プレマラボ(東京都・中央区)  
**豆汁グルト**

**394 1個** 450g **1111円(税込1200円)** 通常税込1296円  
1個あたり1167円

**395 4個セット** 450g×4個 **4320円(税込4666円)**

大豆(国内産)

5個 **396 凍** 米 小  
ハマセイ(愛知県・春日井市)  
**大判焼き 小倉**  
85g×5個 **480円(税込518円)** 通常税込537円

皮は国産小麦に砂糖、米粉、重層、塩をブレンドしたミックス粉で餡は十勝産小豆使用。レンジが自然解凍で。  
小麦粉(北海道、九州)

4個 **397 凍** 卵 乳 小  
ニッキー(神奈川県・大和市)  
**大判焼き(カスタード)**  
4個320g **468円(税込505円)** 通常税込521円

牛乳・卵黄をたっぷり使ったカスタードクリームを蜂蜜入りのしっとりした国産小麦粉使用の皮で包みました。レンジで温めて。  
小麦(国内産)

KUBOTA 南国土佐  
**398 凍** 卵 乳 小  
久保田食品(高知県・南国市)  
**夢中熱中 パニラとあずきの最中**  
110ml **130円(税込140円)**

生乳・小豆(北海道)

1個 **400 凍** 卵 乳  
久保田食品(高知県・南国市)  
**コーヒーアイスクリーム**  
110ml **240円(税込259円)**

2種類の豆から香り抽出、手間暇をかけ作り上げました。コーヒーの香りと上品な甘味が調和した美味しさ。  
生乳(国内産)、コーヒー豆(ブラジル他)

2本 **399 凍**  
久保田食品(高知県・南国市)  
**南国土佐のすももアイスキャンデー 2本**  
80ml×2 **340円(税込368円)**

すもも(高知県)

1個 **401 凍** 卵 乳  
久保田食品(高知県・南国市)  
**バニラアイスクリーム**  
110ml **220円(税込238円)**

マダガスカル産の最高級バニラビーンズをはじめ、PHF卵など素材を厳選して作りました。  
生乳(北海道)

1個 **402 凍** 卵 乳  
久保田食品(高知県・南国市)  
**ミルク紅茶アイスクリーム**  
100ml **220円(税込238円)**

2種の紅茶葉(セイロン・ダージリン)をブレンドし、じっくり抽出。味の深みと香りにこだわり仕上げました。  
生乳(国内産)、紅茶(インド・スリランカ)

ますだの落花生 全品特価

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。

403 160g 675円(税込729円) 通常税込740円

404 300g 1120円(税込1210円) 通常税込1280円

落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4

千葉県の新品種、はっきりした甘み特徴で香ばしくて止まらないおいしさ。

405 無塩 120g 498円(税込538円) 通常税込562円

406 うす塩 120g 498円(税込538円) 通常税込562円

落花生(千葉県) [放] 不検出 <3.7 <4.4

大紀の加工品コーナー 全品特価

4~5玉

407 あんぽ柿 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 20日 4~5玉 約200g 580円(税込626円) 通常税込670円

409 干柿スライス 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 90日 40g 278円(税込300円) 通常税込311円

408 国産しょうが湯 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 20g x5 320円(税込346円) 通常税込378円

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

408 国産しょうが湯 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 20g x5 320円(税込346円) 通常税込378円

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

菓子担当 原のおすすめ

昔ながらの風味豊かな 黒糖菓子

小麦の生地に黒砂糖蜜をからめたお菓子。冬季限定商品となりましてこの機会にぜひどうぞ。子どももパクパク食べられます(笑)



411 卵小 黒棒 8本(個包装) 270円(税込292円) 通常税込322円

さとうきび(沖縄県)、小麦(国内産) [放] 不検出 <1.0 <1.0

菓子

・化学調味料は全て不使用。シンプルな内容のものを中心に扱います。

おからが入った、かりんとう風の揚げ菓子です。

412 きらず揚げ・しお4連 20g x4 270円(税込292円) 通常税込322円

ほんのり甘い黒砂糖は、お茶請けにぴったり。

413 きらず揚げ・黒砂糖4連 20g x4 270円(税込292円) 通常税込322円

あられ

414 ひじきあられ 55g 240円(税込259円) 通常税込299円

根昆布

415 根昆布あられ 55g 240円(税込259円) 通常税込299円

野菜スティック

416 野菜スティック 110g 298円(税込322円) 通常税込378円

417 ひじきスティック 110g 298円(税込322円) 通常税込378円

420 国産野菜のかりんとう 20g x4 270円(税込292円) 通常税込322円

418 カルシウムウエハース300 12枚(1枚x12袋) 230円(税込248円) 通常税込288円

419 芋けんぴ 90g 198円(税込214円) 通常税込264円

421 小倉ようかん 1個(58g) 145円(税込157円) 通常税込195円

422 1ケース 10個(1個58g) 1300円(税込1404円) 通常税込1700円

423 芋グラッセ 50g 298円(税込322円) 通常税込378円

424 丸和食品(東京都・練馬区) 60日 豆乳ドーナツ(白蜜)2袋 155g x2 480円(税込518円) 通常税込594円

425 丸和食品(東京都・練馬区) 60日 豆乳ドーナツ(黒糖)2袋 155g x2 480円(税込518円) 通常税込594円

426 大紀コープファーム(奈良県・五條市) 梅エキス飴 80g 285円(税込308円) 通常税込361円

427 米 ポテトチップスしお味 2袋組 60g x2 360円(税込388円) 通常税込428円

428 卵米大 おとうふ屋さんのSOYドーナツ 4個 310円(税込335円) 通常税込356円

429 小 全粒粉クラッカー 100g 240円(税込259円) 通常税込292円

430 凍卵米小 ハワイアンバターもち 1個(200g) 1200円(税込1296円) 通常税込1404円

431 煎茶 50g 588円(税込635円) 通常税込744円

432 番茶 100g 580円(税込626円) 通常税込736円

433 434 435

436 437 438 439

菓子部門 今週のイチオシ

全品特価

427 米 ポテトチップスしお味 2袋組 60g x2 360円(税込388円) 通常税込428円

428 卵米大 おとうふ屋さんのSOYドーナツ 4個 310円(税込335円) 通常税込356円

429 小 全粒粉クラッカー 100g 240円(税込259円) 通常税込292円

430 凍卵米小 ハワイアンバターもち 1個(200g) 1200円(税込1296円) 通常税込1404円

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

431 煎茶 50g 588円(税込635円) 通常税込744円

432 番茶 100g 580円(税込626円) 通常税込736円

433 434 435

436 437 438 439

436 437 438 439

はなうた家からの贈り物

436 はなうた家(長野県・麻績村) はなうた家のストレートりんごジュース 1L 1298円(税込1402円) 通常税込1458円

437 はなうた家(長野県・麻績村) はなうた家のすりおろしりんごジュース 1L 1498円(税込1618円) 通常税込1650円

438 創健社(神奈川県・横浜市) 有機緑茶 6本組 500ml x6本 850円(税込918円) 通常税込961円

439 長野興農(長野県・長野市) 信州まるごとりんごジュース 160g x30 3950円(税込4266円) 通常税込4428円

1本あたり 税込270円

**前** **759**

岩泉ホールディングス(岩手県・岩泉町)

**龍泉洞の水 2ℓ**

2ℓ×6 **1500円(税込1620円)**

岩手県・龍泉洞に湧き上がるミネラルたっぷりの水。自然の味をそのままに。水(岩手県) [放] 不検出<0.5<0.5

**前** **440**

はつゆき屋(鹿児島県・日置市) 120日

**はつゆき屋・あま酒 2個組**

300g×2 **740円(税込800円)**

こうじの力だけで自然糖化された、昔ながらのもち米入りあま酒です。米(国内産)

酸化防止剤 無添加 ALC:11%

山梨県産マスカット・ベリー-Aを使用し、「酸化防止剤無添加」にて醸造した日本の赤ワインです

**前** **441**

蒼龍葡萄酒(山梨県・甲州市)

**ベリー A初しぼり**

720ml **1400円(税込1540円) 通常税込1650円**

ぶどう(山梨県)

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ソーワーです。

**前** **442**

南都酒造所(沖縄県・南城市)

**琉球レモンソーワー**

350ml **258円(税込284円) 通常税込295円**

1缶あたり税込266円

ALC:5%

ALC:30%

沖縄県の八重山産ひとめぼれを100%使用した風味の良い泡盛です。

**前** **444**

請福酒造(沖縄県・石垣市)

**琉球泡盛 やえやま**

720ml **1480円(税込1628円)**

米(沖縄県)

CO-OP商品

**前** **732**

日本生活協同組合連合会

**瀬戸内海産食べる煮干**

50g **255円(税込275円)**

瀬戸内産の小魚を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、塩漬片口いわし(瀬戸内海)

**前** **445**

日本生活協同組合連合会 90日

**南部せんべい 落花生**

6枚 **180円(税込194円)**

東北地方の伝統的焼き菓子です。小麦粉を練り上げて成型し、片面に落花生をま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)

1缶あたり 税込72円

**前** **446**

日本生活協同組合連合会

**国産生姜のジンジャーエール**

200g缶×15本 **1005円(税込1080円) 通常税込1125円**

国産生姜を使用し、辛さを効かせた本格的な味わい。はちみつ・レモン果汁を配合し、甘さ控えめに。生姜(国内産)

20缶 1缶あたり 税込94円

**前** **447**

日本生活協同組合連合会

**濃いトマトジュース無塩**

160g×20 **1740円(税込1880円)**

完熟トマト約4個分を1缶(160g)にぎゅっと濃縮。糖度7度のとろりと濃厚な味わい。トマト(アメリカ、イスラエル等)

1本あたり 税込173円

**前** **448**

日本生活協同組合連合会

**麦茶(六条大麦使用)**

2000mlPET×6本 **960円(税込1038円)**

焙煎の異なる六条大麦を使用。配合を工夫し、香ばしい麦茶に仕上げました。大麦(国内産)

**前** **756**

日本生活協同組合連合会 1缶あたり 税込63円

**ただの炭酸水**

200ml×24 **1392円(税込1512円) 通常税込1560円**

福岡県「甘木の水」を使用した炭酸水。お好みにあわせてお飲みください。無糖、無香料。

**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** **449**

相生ユニビオ(愛知県・西尾市)

**相生桜本みりん**

500ml **818円(税込900円)**

もち米(国内産)

**前** **450**

東京フード(茨城県・坂城市)

**甜菜糖**

500g **460円(税込497円)**

北海道産の甜菜から作られた砂糖。まろやかで上品な甘さが特長。甜菜(北海道)

**前** **451**

沖縄物産企業連合(沖縄県・那覇市)

**波照間島特産 黒糖かちわり**

200g **350円(税込378円)**

さとうきびの汁を煮詰めただけの伝統的な製法で作られた黒糖。さとうきび(沖縄県)

**前** **608**

青い海(沖縄県・糸満市)

**沖縄の塩シママース**

1kg **380円(税込410円)**

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

**前** **612**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

**純米酢**

500ml **320円(税込346円)**

米(国内産)

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

**前** **452**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

**純りんご酢**

500ml **380円(税込410円)**

りんご(国内産)

**前** **617**

キノエネ醤油(千葉県・野田市)

**本仕込しょうゆ**

1ℓ **698円(税込754円)**

大豆(アメリカ)

**前** **618**

キノエネ醤油(千葉県・野田市)

**丸大豆減塩しょうゆ**

1ℓ **568円(税込613円)**

大豆(アメリカ、他)

**前** **453**

やまこみそ(茨城県・守谷市) 120日

**やまこ味噌(粒・甘口)**

1kg **698円(税込754円)**

国産大豆と茨城県産コシヒカリの麹で作りました。塩分9%です。米丸大豆(国内産) [放] 不検出<3.2<3.5

**前** **454**

やまこみそ(茨城県・守谷市) 120日

**やまこ味噌(濃・中辛)**

1kg **698円(税込754円)**

国産原料を使用し、1年間熟成させました。塩分11%。米大豆(国内産) [放] 不検出<3.2<3.5

**前** **634**

ポーソー油脂(東京都・中央区)

**一番しぼり菜種油**

910g **800円(税込864円)**

菜種(オーストラリア)

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

**前** **455**

九鬼産業(三重県・四日市市)

**九鬼 太白純正胡麻油**

340g **720円(税込778円)**

胡麻(ナイジェリア、他)

**前** **456**

丸大豆醤油を塩水のかわり厚な味わい再仕込み醤油。濃厚な味わいが特長。

**前** **618**

丸大豆を原料にした減塩しょうゆ。

**前** **457**

丸大豆寒仕込みしょうゆがベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。

**前** **621**

2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただし液。

**前** **457**

丸大豆寒仕込みしょうゆがベース。玉ねぎなどの野菜が入っていてサッパリとした味です。炒め物にも。

**前** **621**

2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただし液。

**前** **621**

2年間熟成丸大豆醤油にかつお、昆布、しいたけのだしを加えただし液。

**前** **630**

国産の野菜、果物とスパイスなど加え芳醇な味わいに仕上げました。

**前** **458**

ゴマの風味が豊かな和風タイプのドレッシング。

**前** **623**

全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。なたね(オーストラリア)

**前** **459**

無茶々園(愛媛県・西予市) 180日

**無茶々園れもんストレート果汁**

150ml **554円(税込598円) 通常税込637円**

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

**前** **460**

ポールスタア(東京都・東村山市)

**青森県田子町産のおろしにんにく**

70g **400円(税込432円)**

青森県田子町産の風味豊かなにんにく(福地ホワイト種)だけをおろしました。にんにく(青森県)

**前** **461**

光食品(徳島県・上坂町)

**オイスターソース**

115g **440円(税込475円) 通常税込497円**

中華料理、焼きそば、中華風スープなどに、あとひと味欲しいという時の隠し味として頼りになる一本です。カキ(広島県)

**前** **462**

チヨダ(埼玉県・戸田市)

**ラー油**

45g **500円(税込540円)**

ごま(アフリカ、中南米諸国)

**前** **630**

ポールスタア(東京都・東村山市)

**国産野菜ウスターレストランソース**

200ml **370円(税込400円)**

野菜(国内産)

**前** **623**

私市醸造(千葉県・鎌ヶ谷市)

**マヨネーズ(キサイチ)**

330g **698円(税込754円)**

全卵と、圧搾なたね油を使用。マイルドな味のマヨネーズ。なたね(オーストラリア)

**前** **627**

創健社(神奈川県・横浜市) 2025.12.1

**有機ホールトマト缶**

400g **250円(税込270円)**

イタリア南部の限定農場で栽培された完熟した有機ホールトマトを使用。全形(ホール)タイプ。有機トマト(イタリア)

**食品調味料担当 小室のおすすめ**

**有機JAS認証の トマトケチャップ**

トマトの持つ自然の甘味を生かしたトマトケチャップです。つくば茜鶏とご飯で作るチキンライスがおすすめです。

**前** **463**

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

光食品(徳島県・上坂町) 180日

**有機トマトケチャップ・チューブ**

300g **398円(税込430円) 通常税込464円**

有機トマト(外国産・国内産)

スペインから

**オリーブ油をお届け**

お届けは全て 11月2回になります

**前** **464**

日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)

**有機EXバージンオリーブ油シングル**

180g **1500円(税込1620円) 通常税込1728円**

**前** **465**

若々しいグリーンフルーティ風味でありながら口の中で甘みが広がり、パンや野菜・果物との相性が抜群です。

オリーブ(スペイン)

**前** **466**

日本オリーブ(岡山県・瀬戸内市)

**有機EXバージンオリーブ油ブレンド**

180g **1500円(税込1620円) 通常税込1728円**

**前** **467**

フルーティでコクがあり、ガスパチヨなど野菜の強い生命力を味わうレシピにぴったり。

オリーブ(スペイン)

**よつば乳業の加工品**

**前** **468**

よつば乳業(北海道・音更町)

**北海道バターミルクパンケーキミックス**

450g **538円(税込581円) 通常税込594円**

北海道産の「きたほなみ」と「ゆめちから」を使用。しっとりとした食感と軽い口溶けのパンケーキに。小麦(北海道)

**前** **469**

よつば乳業(北海道・音更町)

**よつば北海道スキムミルク**

150g **265円(税込286円) 通常税込297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)

さば缶特集 全品特価

**470** 創健社(神奈川県・横浜市) さば水煮 2缶組 700円(税) 756円(通常税込800円)

190g(固形量140g) x2

長崎県を中心とした西日本で水揚げされたさばを、天日塩でさっぱりと水煮しました。さば(長崎県、他)

**471** 創健社(神奈川県・横浜市) さば味付 2缶組 740円(税) 800円(通常税込842円)

190g(固形量140g) x2

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しました。さば(長崎県、他)

**472** 創健社(神奈川県・横浜市) さば味噌煮 2缶組 720円(税) 778円(通常税込820円)

190g(固形量140g) x2

西日本で水揚げされた鯖、国産大豆、米を原料にした信州の赤味噌を使用しました。さば(西日本)

**473** 創健社(神奈川県・横浜市) さばカレー煮 2缶組 740円(税) 800円(通常税込842円)

190g(固形量140g) x2

鯖を、オリジナル配合のカレー風味調味料でスパイスかつまろやかに仕上げました。さば(西日本)

シーズン初 白鷹農産加工研究会のお餅特集 全品特価

**474** 白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町) 白もち 798円(税) 862円(通常税込896円)

500g

もち米は白鷹産のヒメノモチで除草剤のみ1回使用。10個入り。もち米(山形県) [放] 不検出 <3.0 <3.8

**475** 白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町) 玄米もち 780円(税) 842円(通常税込875円)

500g

白鷹産、除草剤1回使用の玄米で作りました。こんがり焼いて、10個入り。もち米(山形県) [放] 不検出 <0.4 <0.4

**476** 白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町) みそもち 830円(税) 896円(通常税込950円)

500g

自家製みそにごまを調合、ごまの香ばしさと、甘さを抑えたみその風味が楽しめます。もち米(山形県) [放] 不検出 <4.0 <3.7

**477** 白鷹農産加工研究会(山形県・白鷹町) 餅もち 830円(税) 896円(通常税込950円)

500g

自家製みそにごまを調合、ごまの香ばしさと、甘さを抑えたみその風味が楽しめます。もち米(山形県) [放] 不検出 <4.0 <3.7

秋田名物「きりたんぼ鍋」で身も心もホカホカ♪ シーズン初

たっぷり2~3人前

**478** 斎藤昭一商店(秋田県・秋田市) きりたんぼ(比内地鶏スープ付) 998円(税) 1078円(通常税込1188円)

65g x 5本 スープ200g

米(秋田県) [放] 不検出 <3.7 <3.9

乾物・だし その他

**479** リアス(千葉県・船橋市) 熟成焼き海苔全形6枚 598円(税) 646円

板のり6枚

環境に優しい無酸処理、EM(有効微生物)を使って丹精込めてつくられた海苔です。乾海苔(広島県)

**480** リアス(千葉県・船橋市) 広島県産 熟成味付け海苔 550円(税) 594円

板のり5枚(8切40枚)

瀬戸内海の内海で、種付けから摘み取りまで丹精込めて育てました。無酸処理。乾海苔(広島県)

**481** リアス(千葉県・船橋市) 凍り豆腐 煮物用 425円(税) 459円

60g

国産大豆100%使用の凍り豆腐。程よい大きさにカットしており、湯戻しせずにそのまま調理できます。大豆(国内産)

**642** 鯉節のカネイ(兵庫県・神戸市) だし削り(6種混合) 475円(税) 513円

100g

国産の削り節6種(さば、あじ、うめ、片口いわし、まいわし、かつお)をブレンドした削り節です。さば(鹿児島県、熊本県、愛媛県)

**640** リアス(千葉県・船橋市) だし昆布(カット) 430円(税) 464円

54g

日高昆布を使いやすく15cm位にカットしました。だしとりに。昆布(北海道)

**643** 中山水産(静岡県・裾野市) かつお本節厚削り 998円(税) 1078円

200g

かつお節を厚削りにしました。そばやうどんのだしとして、風味の良いだしがとれます。かつお(静岡県)

**647** 中山水産(静岡県・裾野市) かつお削りぶし(粉末) 380円(税) 410円

60g

荒節(亀節)を細かく削りました。お好み焼き、焼そば、ぶりかけ作り等に。かつお(静岡県)

**662** リアス(千葉県・船橋市) 房州ひじき(天然 長ひじき) 480円(税) 518円

21g

房州産のひじきです。水で戻すとカサがふえます。油揚げや人参と炒め煮に。ひじき(千葉県) [放] 不検出 <4.6 <4.1

**482** リアス(千葉県・船橋市) 海藻たっぷり根菜入りみそ汁の具 490円(税) 529円

21g

海藻と野菜と一緒に乾燥物ミックスのみそ汁の具です。いざという時の保存食にも役に立ちます。切干大根(静岡県)、栗干し(山形県) [放] 不検出 <4.9 <6.1

**654** 三和食品(群馬県・藤岡市) 和風だし一番 480円(税) 518円

8g x 10

化学調味料、合成甘味料、保存料不使用の顆粒状のだしの素。かつお(国内産)

**483** 大紀コープファーム(奈良県・五條市) しその葉ふりかけ 205円(税) 221円

50g

大紀コープファームの生産者が栽培した農業不使用のしそをみそにし、乾燥させて細かくしたものです。しそ(和歌山県)

**704** 常総生協(茨城県・守谷市) 甘口カレールー 298円(税) 322円(通常税込346円)

150g

**705** 常総生協(茨城県・守谷市) 中辛カレールー 298円(税) 322円(通常税込346円)

150g

**484** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 味噌煮込みうどん 484円 1袋

94g

国内産小麦粉を麺に使用し、ノンフライで乾燥させています。

**485** 桜井食品(岐阜県・美濃加茂市) 味噌煮込みうどん 925円(税) 1000円

94g x 5

1袋あたり税込200円

**486** 創健社(神奈川県・横浜市) 味噌ラーメン 2袋組 330円(税) 356円(通常税込378円)

104.2g x 2

化学調味料、及びチキン、ポーク、ビーフエキスを使わずに植物素材とホタテの旨みで仕上げた味噌ラーメン。小麦(国内産)

**487** 創健社(神奈川県・横浜市) 醤油ラーメン 2袋組 330円(税) 356円(通常税込378円)

99.5g x 2

国産小麦粉使用の無かんすい麺と、化学調味料、動物性原料不使用の植物性原料で仕上げた醤油味のラーメン。小麦(国内産)

CO-OP商品

**652** 日本生活協同組合連合会 味バック合わせだし 578円(税) 624円

252g (10.5g x 8 x 3)

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バック。いわし・あじ・昆布・椎茸(国内産)

**714** 日本生活協同組合連合会 大豆ドライバック 445円(税) 481円

140g x 3

北海道産の粒よりの大豆をふっくら煮上げた素材缶。サラダや五目煮等に。大豆(北海道)

**719** 日本生活協同組合連合会 ライトツナフレークまぐろ油無添加 440円(税) 475円(通常税込497円)

70g x 3

化学調味料を使用しないオイル無添加タイプのツナ缶詰。料理の素材幅広く使えます。きはだまぐろ(台湾、等)

**488** 日本生活協同組合連合会 おいしいご飯 398円(税) 430円

200g x 3

山形産米はえぬきを使用し、高温短時間で殺菌した無菌化トレー米飯。レンジ、湯でして調理可能。米(山形県) [放] 不検出 <3.3 <3.7

**489** 日本生活協同組合連合会 パルメザンチーズ 460円(税) 497円

70g

生乳(ニュージーランド・オーストラリア)

**689** 日本生活協同組合連合会 スパゲッティ 1.6mm 498円(税) 538円

1kg

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。

**764** せっけんの街(千葉県・柏市) 粉石けん せっけんの街 798円(税) 878円

2kg

廃食油のリサイクル運動の中から生まれた石けんです。水に溶けやすく、汚れがよく落ちます。

**776** せっけんの街(千葉県・柏市) 固形せっけん うてなちゃん 330円(税) 363円(通常税込385円)

230g

**775** ポーソー油脂(東京都・中央区) 米ぬか台所用液体せっけん詰替用 189円(税) 208円

400ml

米ぬか脂肪酸とヤシ脂肪酸を組み合わせた、手肌やさしい液体せっけん。さわやかな柑橘系の合成香料使用。

**786** 不動化学(大阪府・大阪市) 美の友 浴用石けん 600円(税) 660円

120g x 3

浴用から台所まで使える万能石けんです。香料、保存料、着色料不使用。

**492** 丸富製紙(静岡県・富士市) 花束ペーパータオル(ハード) 130円(税) 143円

200枚

再生紙100%のハードペーパータオル。220mm x 200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭きとれます。

**777** 太陽油脂(神奈川県・横浜市) 詰替用 バックスナチュロンシャンプー 780円(税) 858円

500ml

ヒマワリ油を使用した髪にやさしい植物性石けんシャンプーです。シトラスフローラルの香りです。

**778** 太陽油脂(神奈川県・横浜市) 詰替用 バックスナチュロンリンス 780円(税) 858円

500ml

石けんシャンプー使用後、髪を弱酸性にしっとりとした質感に戻すリンス。シトラスフローラルの香り。

**491** 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A 220円(税) 242円

100g

すがすがしく爽やかな天然リンゴの香り。\*香料には天然香料(りんご由来を含む)を使用しております。

**790** 丸富製紙(静岡県・富士市) ワンタッチコアレス(トイレットペーパー) 524円(税) 576円(通常税込598円)

130m x 6ロール

◎芯の大きいタイプ 紙パック類を含む再生紙100%のトイレットペーパー、シングルです。ゴミになる紙管がありません。

**794** 丸富製紙(静岡県・富士市) 花束吸収名人キッチンペーパー 410円(税) 451円(通常税込462円)

100w x 3箱

組合員から回収した紙パック類が原料。吸湿性、弾力性に富んでいます。エンボス加工。蛍光染料不使用。

**492** 丸富製紙(静岡県・富士市) 花束ペーパータオル(ハード) 130円(税) 143円

200枚

再生紙100%のハードペーパータオル。220mm x 200mmの中判サイズで、1枚でもしっかりと水分を拭きとれます。

## みんな大好き♪ おうちでハンバーグ



**全品 特価**

ほどよい玉ねぎ加減♪  
国産牛肉の旨みがしっかり残った正統派ハンバーグに仕上げました。1個130gでボリュームたっぷり。

**493 凍** 卵乳大 小  
満る里(兵庫県・神戸市) 賞180日  
**神戸満る里の牛生ハンバーグ**  
130g×4個 **1230円** (税込) **1328円** (通常税込1382円)

牛肉・玉ねぎ・卵(国内産)

### 手作りハンバーグに♪

215円/100g  
**494 凍** 岩瀬牧場(茨城県・土浦市)ミートバル村山 賞30日  
**岩瀬さんの豚挽肉**  
200g **398円** (税込) **430円** (通常税込443円)

自家配合飼料を与え、内臓の丈夫な豚を育てています。赤身率8割です。  
茨城県

211円/100g  
**495 凍** 福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
**国産牛挽肉**  
200g **390円** (税込) **421円** (通常税込432円)

ホルスタイン種を100%使用。赤身の部位を多く使用しました。  
福岡県、大分県

323円/100g  
**496 凍** 丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞120日  
**丹沢農場の牛豚合挽肉**  
200g **598円** (税込) **646円** (通常税込697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)

**497 凍** 卵乳小  
丹沢農場(神奈川県・愛川町) 賞180日  
**丹沢農場のハンバーグ**  
200g (100g×2) **380円** (税込) **410円** (通常税込448円)

豚肉(国内産)

## 鶏挽肉&押し豆腐で ヘルシーハンバーグ



**498 凍** 野口さん達(茨城県・桜川市)  
**つくば茜鶏 挽肉**  
250g **398円** (税込) **430円** (通常税込464円)

ちょっとだけ使いたい時に重宝するパラ凍結品。  
茨城県

**499 冷** 丸和食品(東京都・練馬区) 賞21日  
**押し豆腐 2袋**  
220g×2 **500円** (税込) **540円** (通常税込570円)

国産大豆100%使用。水切りしてあるので料理に使うのに便利。日持ちもします。炒め物、白和えなどに。  
大豆(国内産)

お届けは11月2回になります

岩手県産の赤身肉が特徴の短角牛と佐助豚を使用したハンバーグです。自然解凍後、加熱調理で。

**500 凍** 卵小  
総合農舎山形村(岩手県・久慈市) 賞180日  
**短角牛と佐助豚のハンバーグ**  
160g **580円** (税込) **626円** (通常税込648円)

牛肉(岩手県)

山形村短角牛と佐助豚、菜彩鶏にローストオignonを加えて焼き上げました。照り焼きソース味。湯煎で。

**501 凍** 卵米大 小  
総合農舎山形村(岩手県・久慈市) 賞180日  
**照り焼きミニハンバーグ**  
120g(5個:80g、ソース40g) **520円** (税込) **562円** (通常税込594円)

牛肉(岩手県)

### コーンの程よい甘さが楽しい♪

**502 凍** 卵米小  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**小さなコーン入りハンバーグ**  
144g(6個入) **388円** (税込) **419円** (通常税込438円)

豚肉・鶏肉と少し牛肉も入ったミニハンバーグ。コーンの程よい甘さが◎ お弁当にも。レンジで温めて。  
肉(国内産)、コーン(北海道)

### 大根おろしを加えた醤油ベニズダレで、さっぱり

**503 凍** 卵米大 小  
ニッコー(神奈川県・大和市)  
**和風おろし豆腐ハンバーグ**  
270g(固形量60g×3) **424円** (税込) **458円** (通常税込473円)

国産大豆100%使用の豆腐に国産鶏肉を加え、口当たりがやさしい豆腐ハンバーグに仕上げました。湯煎で。  
鶏肉・たまねぎ(国内産)

よつ葉乳業(北海道・音更町) 賞91日

**504 冷** 卵乳大 小  
**よつ葉シュレッドチーズ 2個組**  
250g×2 **1270円** (税込) **1372円** (通常税込1426円)

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)

ナガノトマト(長野県・松本市) 賞91日

**505 凍** 卵乳大 小  
**あらくつぶしたトマトピューレづけ 2個組**  
390g×2 **680円** (税込) **734円** (通常税込778円)

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、ピューレ潰けにしました。

パイオニアフーズ(北海道・京極町) 賞91日

**506 凍** 卵米大 小  
**ミニポテトオーブントースター用**  
500g **368円** (税込) **397円** (通常税込410円)

北海道のじゃがいも使用。シュレッドしたポテトの食感が◎。ほんのり塩味です。レンジかトースターで。  
じゃがいも(北海道)

イズックス(東京都・中央区) 賞91日

**507 凍** 卵米大 小  
**冷凍 北海道産いんげん**  
200g **318円** (税込) **343円** (通常税込356円)

北海道中札内村産いんげんを旬の時期に収穫して加工。凍ったまま炒めるか茹でてお召し上がりください。  
いんげん(北海道)

## 秋のポトフ&シチュー特集

身体の芯から温まろう♪

**511 凍** 卵米大 小  
野口さん達(茨城県・桜川市) 賞180日  
**つくば茜鶏 ムネ**  
250g **430円** (税込) **464円** (通常税込486円)

あっさり味で消化も良く、経済的なムネ肉。  
茨城県

1個  
スープやポタージュがおすすめ。素揚げや炒めものでも。火の通りは早いです。農薬無散布・化学肥料不使用。

**508 凍** 無農薬  
土れ味農園(茨城県・石岡市) 賞180日  
**天池さんのバターナッツ**  
1個 **398円** (税込) **430円** (通常税込443円)

茨城県 [放] 不検出 <0.5 <0.5

いか、えび、ほたて貝をミックスし、パラ凍結にしました。かき揚げ、炒め物、パスタや焼きそばの具などに。

**509 凍** 卵米大 小  
カネキ水産(愛知県・蒲郡市) 賞180日  
**シーフードミックス**  
170g **430円** (税込) **464円** (通常税込483円)

いか(チリ)、えび(インド)、ほたて(青森県)

北海道、または三陸沖で漁獲した秋鮭を、皮、腹骨を除去し、無塩の切身にしました。10切入りの徳用規格です

**510 凍** 卵米大 小  
東北トクスイ(宮城県・塩釜市) 賞180日  
**皮なしサーモン切身(10切)**  
10切500g **1400円** (税込) **1512円** (通常税込1588円)

秋鮭(国内産)

秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日

**512 凍** 卵米大 小  
**秋川の若鶏モモ切り身(バラ凍結)**  
500g **998円** (税込) **1078円** (通常税込1134円)

モモ肉のみの大容量切り身パックです。バラ凍結。山口県・島根県・福岡県・熊本県

216円/100g

**513 凍** 卵米大 小  
福永産業(福岡県・遠賀町) 賞30日  
**鹿児島 坊津黒牛角切りビーフシチュー用**  
170g **698円** (税込) **754円** (通常税込810円)

モモ、スネなどをカレーやシチューに最適な角切りにカット。  
鹿児島県

444円/100g

**514 冷** 卵米大 小  
鎌倉ハムクラウン商会(神奈川県・横浜市) 賞10日  
**鎌倉マイルドポークウインナー(徳用)**  
400g **770円** (税込) **832円** (通常税込853円)

焼き塩を使用しているため塩カドがとれてマイルドに仕上がっています。400gの徳用サイズ。  
豚肉(国内産)

30種類のスパイスをブレンドしたカレーパウダーと、丁寧に時間をかけてじっくりと焙煎した香辛料を使用。

**515 凍** 卵米大 小  
秋川牧園(山口県・山口市) 賞180日  
**鶏だんご**  
175g **368円** (税込) **397円** (通常税込413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)

### 取り扱いサイクル・価格表記

4週に1回お届け 4週に3回お届け  
隔週お届け 毎週お届け

シーズン最終 季節商品につき今回で最終

シーズン初 今季初登場

新 新発売の商品

特 特別価格商品

商品選定基準はこちら

### アレルギー表示

卵卵 牛乳 米 大豆 そば 小麦 落花生 えび かに

「コンタミネーション」(コンタミ)については表示していませんので現物の表示をご確認ください。コンタミの詳細情報については生協までご連絡ください。  
※コンタミネーションとは同じ工場ではアレルギー原材料が使用され、極微量の混入の可能性があることをいいます。  
アレルギーの症状がある場合は、包材表記をご確認の上ご利用ください。

お届け時の温度帯  
凍 冷凍品  
冷 冷蔵品

その他  
前は、通常のご注文はもちろん、供給前日の17:00までに電話かFAXでも注文できます。保存版「JOSO前日OK商品リスト」にも掲載されています。是非ご覧ください。※紛失された場合は供給担当まで。  
は、JOSOわいど仕様のため、原材料または対象の添加物について記載しています。

7皿分

**516 乳米小** 東京フード(茨城県・坂東市) 賞180日  
**ホワイトソースルウ**  
150g **298円** (税込) **322円** (通常税込362円)

小麦(国内産)

**517 乳米小** 東京フード(茨城県・坂東市) 賞180日  
**クリームシチュールウ**  
150g **280円** (税込) **302円** (通常税込322円)

小麦(北海道)

### 主原料原産地

生鮮品については主原料の原産地を表記しています。  
原料が多岐にわたる加工品については、主原料を可能な限り表記しています。

※農産品について、地場産(茨城県、千葉県)をピンク色で表記しています。地場農作物の消費をすすめましょう!