



生活クラブ

北海道

消費材・共同購入カタログ

2025

8

配達開始日 7/28 ~

申込み締め切り

班 7月10・11日

戸配 7月7~11日

生活クラブ生活協同組合・北海道
https://www.hokkaido-seikatsuclub.coop

平田牧場三元豚

ひき肉
すべての部位を使っているから
旨味がしっかりして、とってもジューシー



美味しさのひみつ

こだわりと

豚を健康に育てる、 ということ

本当に美味しい豚肉とは、「健康に育った豚」に他なりません。「生産効率を最優先することなく、きちんと手間と時間をかけることで美味しい豚肉ができる」という信念のもと、組合員の食卓へ健康で美味しい豚肉を届けるため、榊平田牧場は今日も丁寧に養豚に向き合います。

P2も見えてね!

ひみつ ~その1~

特別な三元豚



繁殖力に優れ赤身が多い「ランドレース (L)」と、強健で肉質が柔らかい「デュロック (D)」の母豚に、繊維が細かく歯ごたえがある肉質で、脂身の味が良い「パークシャー (B)」を掛け合わせた三元豚です。発育が遅い黒豚 (B) を合わせる理由は、生産効率よりも美味しさを最優先しているからです。「美味しい豚肉を組合員に届けたい」という生産者の想いが詰まった、特別な三元豚です。

ひみつ ~その2~

のびのびと育てる

飼育効率重視のウインドレスではなく、広い開放豚舎で自然の光や風をたくさん浴びながら飼育しています。一般の豚よりも1ヵ月も長い飼育日数 (約 200 日) をかけてゆっくりのびのびと育つ豚は、よく食べよく動き、締まった肉質となります。



ひみつ ~その3~

飼料へのこだわり



日本の畜産業界では、ほとんどの飼料を輸入に頼っているのが現状です。平田牧場では、エサも可能な限り国内で自給することが大切と考え、肥育期の生後 80 ~ 200 日の長い期間、道産子実トウモロコシで育てています。また、国産飼料自給率向上のため、減反政策によって使われなくなった水田を守り、道産飼料用米も飼料として使用しています。

NEW
新商品

三元豚うち焼き肉セット

特集 P18・24

8月11日~15日は 配達限定週です



配達限定週は
鶏卵と牛乳のみ
取り組みます。

今月掲載のレシピ

- ・梅と豚肉のさっぱり煮 P3
- ・牛肉とぶなしめじのチーズ炒め P3
- ・えびとブロッコリーのサラダ P4
- ・焼ひやむぎ韓国風 P5
- ・カレーピクルス P6
- ・和えるだけ! ツナポントマト P8
- ・梅塩こんぶ冷やしうどん P9
- ・りんご緑茶 P10
- ・ヨーグルトソーダ P11
- ・カステラのチョコケーキ P12
- ・鶏肉ムネでタッカンジョン風 P13
- ・ブルー入りヨーグルトアイス P13
- ・小松菜と茎わかめのからし和え P19
- ・納豆キムチ丼 P21
- ・メカジキのレモンバターソテー P26

簡単
さっぱり!

日本の
米育ちの
豚

豚肉

(株)平田牧場

黒豚を掛け合わせたブランド豚「平田牧場三元豚」

◆開放豚舎で、飼育日数は約 200 日

豚にとって快適な豚舎でおいしさや品質を追求し、一般的な豚より約1ヵ月長く育てています。

◆道産飼料用米と道産子実用トウモロコシで、飼料国産比率 54.1%を実現!!

一般の豚肉はほとんどが輸入飼料に頼るなか、生活クラブでは国内自給率UPを進めています。

◆生産者の顔がわかる豚肉

直営古平農場をはじめとする道内5農場で健康的に育てられています。

※お盆は食肉処理場がお休みのため、8月3週目の内臓肉の取り組みはありません。

冷蔵配達

班 班申込用紙② 戸配 個人申込用紙2の表面

- 「一頭買い」を基本にしています。複数購入する場合は、できるだけ**別々の部位**を申込んでください。
- 複数の部位が記載されているものは、部位バランスをとるため、そのいずれかが届きます。
- 豚加工肉の原料は一部を除き、(株)古川農場の古川ポークを使用しています。

100g当り税抜単価：班 269 円 / 戸配 300 円



ヒレ・ロース・肩ロースブロック
 〈班〉600g **1,615 円** (税込 1,744 円)
 〈戸配〉600g **1,800 円** (税込 1,944 円)
 柔らかい赤身のヒレ、きめ細かなロース、肩ロースは旨みと食感を楽しめます。

100g当り税抜単価：班 191 円 / 戸配 218 円



モモブロック
 〈班〉600g **1,145 円** (税込 1,237 円)
 〈戸配〉600g **1,305 円** (税込 1,409 円)
 脂肪が少なくてきめが細かく柔らかい肉質。焼き豚やローストポークなどに。

100g当り税抜単価：班 188 円 / 戸配 213 円



肩・バラブロック
 〈班〉600g **1,130 円** (税込 1,220 円)
 〈戸配〉600g **1,280 円** (税込 1,382 円)
 バラは赤身と脂肪が層になっていて、脂肪の旨みが特長。肩は脂肪が少なく硬いです。

100g当り税抜単価：班 294 円 / 戸配 333 円



ロース・肩ローススライス
 〈班〉350g **1,030 円** (税込 1,112 円)
 〈戸配〉350g **1,165 円** (税込 1,258 円)
 ロースはきめ細かな肉質、肩ロースは筋肉と脂肪のバランスが良い部位です。

100g当り税抜単価：班 211 円 / 戸配 239 円



モモスライス
 〈班〉350g **740 円** (税込 799 円)
 〈戸配〉350g **835 円** (税込 902 円)
 モモ肉を約 2.5mm にスライスしました。くせがないので使いやすい部位です。

100g当り税抜単価：班 207 円 / 戸配 234 円



肩・バラスライス
 〈班〉350g **725 円** (税込 783 円)
 〈戸配〉350g **820 円** (税込 886 円)
 肩またはバラ肉を約 2.5mm にスライスしました。

100g当り税抜単価：班 185 円 / 戸配 208 円



ヒキニク
 〈班〉300g × 2 **1,110 円** (税込 1,199 円)
 〈戸配〉300g × 2 **1,250 円** (税込 1,350 円)
 ブロックやスライスの整形で生じた端肉と、ウデ肉を使用。新鮮で粘りがあります。

100g当り税抜単価：班 185 円 / 戸配 208 円



豚肉バランスセット
 ローススライス 150g モモスライス 150g
 バラスライス 150g ヒキニク 300g
 〈班〉750g **1,770 円** (税込 1,912 円)
 〈戸配〉750g **1,935 円** (税込 2,090 円)

内臓肉 毎月払い

シン(心臓)・タン(舌)・レバー(肝臓)のセット。班のみ取組みできます。戸配は取組みできません。必ず加熱して食べてください。

部位名	規格	100g単価
シン(心臓)	約 250g	100 円 (税込 108 円)
タン(舌)	約 250g	100 円 (税込 108 円)
レバー(肝臓)	約 250~700g	80 円 (税込 86 円)

班・戸配 / 申込みは個人申込用紙2の裏面(冷凍品欄)



521 三元豚切り落とし★
 300g **890 円** (税込 961 円) P23
 ロース、モモ、カタ、バラを使いやすい厚さにカットしました。



レタスとのぶり豚を炒めた



522 三元豚ロースしゃぶしゃぶ★
 400g **1,445 円** (税込 1,561 円) P23
 しゃぶしゃぶに頼らずいろいろな料理に使える厚さにカットしています。



620 三元豚トントロ★
 300g **850 円** (税込 918 円) P24
 頬から首にかけての肉でサシがあり、さつくりとした独特の食感があります。



724 豚ヒレ肉・カット★
 300g **1,140 円** (税込 1,231 円) P25
 柔らかく脂肪が少ないヒレは、淡泊であっさりとした味わいが特徴です。



725 豚スペアリブ★
 700g **1,715 円** (税込 1,852 円) P25
 オープンなどでカリッと焼いて食べると、肉本来の旨みやジューシーさを楽しめます。



牛肉

ホルスタイン種 【(株)北海道チクレンミート】

冷蔵配達

申込方法 個人申込用紙2の裏面 牛肉欄

◆良い牧草、安全な飼料

薬に頼らない育て方を基本とし、道内12農場で健康を第一に育てています。

道産の牧草や干し草を基本に、肥育期のトウモロコシや大豆粕は非遺伝子組み換えへの取組みを進めています。

◆牧場から食卓まで一貫管理システムを徹底

牧場から出荷された牛は北見食肉センターで加工、札幌工場で製品化します。

- 牛も「一頭買い」をめざしています。できるだけ**片寄らないよう注文**に配慮してください。
- 複数の部位が記載されているものは、そのいずれかが届きます。指定はできませんのでご了承ください。



モモブロック
 500g **2,600 円** (税込 2,808 円)
 さっぱりとした脂肪の少ない部位。1ピースまたは2ピースで届きます。



スネブロック
 500g **1,935 円** (税込 2,090 円)
 筋が多く硬いですが味が濃厚。1ピースまたは2ピースで届きます。



ヒレステーキ
 150g × 2 **3,815 円** (税込 4,120 円)
 柔らかいヒレをステーキ用にカットしました。



ロースステーキ
 200g **1,640 円** (税込 1,771 円)
 ステーキの定番。サーロインからブロースのどちらかが届きます。



ランプステーキ
 150g × 2 **1,730 円** (税込 1,868 円)
 脂肪が少なく柔らかい赤身です。和風にも洋風にもよく合います。



コロコロステーキ
 240g **1,905 円** (税込 2,057 円)
 ブロックやステーキを成型するときに出る端材を活用し、1辺を約 2.5cm 程度にカット。



和風コロコロステーキ



カレー・シチュー煮込み用
 250g **1,310 円** (税込 1,415 円)
 カタ・バラ・モモ肉などを 3cm 程度にカットしました。



すき焼き・しゃぶしゃぶ用
 240g **1,900 円** (税込 2,052 円)
 筋が少なく柔らか。ロースがカタロースのどちらかが届きます。約 1.8mm のスライス。



焼肉用(バラ)
 240g **1,090 円** (税込 1,177 円)
 コクのあるバラ肉を、使いやすく約 3mm の焼肉カットにしました。



焼肉用(モモ)
 240g **1,260 円** (税込 1,361 円)
 さっぱりとしたモモの部位を約 3mm の焼肉カットにしました。



小間切れ
 240g **1,185 円** (税込 1,280 円)
 カタ・バラをはじめ端材も含む複数部位を約 2mm にカット。



焼ひやむぎ韓国風 レンジャーP5



切り落とし
 240g **1,260 円** (税込 1,361 円)
 カタ・バラ・モモなどを約 2mm にスライス。肉巻きなどにも使えます。



ヒキニク
 250g **885 円** (税込 956 円)
 スネ・ネック肉や各種ステーキ加工時にでる端材を使ったグレードの高い挽肉です。



鶏肉

全農チキンフーズ㈱

3世代前から国内で育てられた 本物の「国産鶏種」

◆自然に近い環境で自由に育つ

太陽の光と風が入る鶏舎でのびのびと健康的に育ちます。

◆無投薬飼育が原則

鶏の健康を第一に考え育てているので無投薬飼育が実現できています。

冷凍配送

●部位バランスを保つため、注文はできるだけ別の部位にして、偏らないようにしてください。

●重量定賞のため、重量調整にカット肉が入ります。

班 / 申込みは班申込用紙①

Aセット 1回目 1・2週配達		Bセット 2回目 3・4週配達	
4,675円 (税込 5,049円)		4,585円 (税込 4,952円)	
セット内容	1パック単価	セット内容	1パック単価
ムネ 400g×2	715円 (税込 772円) 〈100g 当り税抜単価: 179円〉	ムネ 400g×2	715円 (税込 772円) 〈100g 当り税抜単価: 179円〉
モモ 500g×2	915円 (税込 988円) 〈100g 当り税抜単価: 183円〉	モモ 500g×2	915円 (税込 988円) 〈100g 当り税抜単価: 183円〉
ササミ 300g×1	675円 (税込 729円) 〈100g 当り税抜単価: 225円〉	ササミ 300g×1	675円 (税込 729円) 〈100g 当り税抜単価: 225円〉
手羽元 500g×1	740円 (税込 799円) 〈100g 当り税抜単価: 148円〉	手羽先 500g×1	650円 (税込 702円) 〈100g 当り税抜単価: 130円〉

戸配 月2回配達 (隔週) / 申込みは個人申込用紙②の表面



鶏肉ムネ
400g **815円** (税込 880円)
〈100g 当り税抜単価: 204円〉

脂肪が少なくあっさりしています。唐揚げや煮物、蒸し煮にどうぞ。



鶏肉モモ
500g **1,060円** (税込 1,145円)
〈100g 当り税抜単価: 212円〉

運動量の多い筋肉のため、味にコクがあり焼き物にも煮込みにも通しています。



鶏肉ササミ
300g **725円** (税込 783円)
〈100g 当り税抜単価: 242円〉

一羽で2本しか取れない貴重な部位。脂肪が一番少なく、柔らかく淡泊な味です。



鶏肉手羽元
500g **780円** (税込 842円)
〈100g 当り税抜単価: 156円〉

手羽の上の部分。味はさっぱりしています。骨付きを活かして、揚げ物や煮物にどうぞ。



鶏肉手羽先
500g **680円** (税込 734円)
〈100g 当り税抜単価: 136円〉

柔らかくて脂肪やゼラチン質が多く、濃厚なうまみがあります。

班・戸配 / 申込みは個人申込用紙②の裏面 (冷凍品欄)



530 737 鶏肉ムネスライス ★

320g **695円** (税込 751円) P23・25
ムネ肉を約7mmにスライスしバラ凍結しました。必要な分を取り出して使えます。



532 739 鶏肉ミンチ・バラ凍結 ★

350g **720円** (税込 778円) P23・25
ムネ肉とササミを皮ごとミンチしてバラ凍結しました。



629 鶏肉モモひと口カット ★

300g **695円** (税込 751円) P24
モモ肉を食べやすいひと口サイズにカット。唐揚げや煮物に。お弁当にも重宝します。



鶏肉ミンチと野菜の塩漬



531 738 鶏肉きも ★

200g **430円** (税込 464円) P23・25
鉄分やビタミンに富んでいるレバーに、心臓(ハツ)がついています。炒め物や、ペーストなどにどうぞ。



鶏肉きものホシ酢漬け



630 826 鶏肉砂肝 ★

200g **350円** (税込 378円) P24・26
脂肪がほとんどなく、コリコリした食感です。匂いやくせが少ないので、串焼き、炒め物などに通しています。



825 鶏肉モモ角切り ★

300g **700円** (税込 756円) P26
モモ肉を2cmの角切りにしました。バラ凍結なので必要な分だけ手軽に使用できます。

放牧牛 【北海道チクレン農協産】

冷凍配送

申込方法 個人申込用紙②の裏面放牧牛欄

◆牧草・サイレージを多く食べた牛です

草食動物である牛の生理に合わせ、健康に配慮して育てています。

◆冬の寒い時期と肥育の仕上げ期以外は放牧で育ちます

牧草地で牧草を食べゆったり育ちます。コクがあって風味の良い最上級の赤身です。

※日本短角牛またはアンガス牛のどちらかが履きます



2・4週

放牧牛カッスステーキ(ロース) 200g

200g **2,340円** (税込 2,527円)
使用部位はヒレ・サーロイン・リブロース・カタロース。混合、もしくはどれか1部位の場合もあります。



2・4週

放牧牛すき焼き・しゃぶしゃぶ用(ロース) 300g

300g **2,815円** (税込 3,040円)
リブロース・肩ロースを約2mmにスライスしました。



2・4週

放牧牛焼肉用(カタ・バラ) 250g

250g **1,470円** (税込 1,588円)
カタとバラを焼肉用に厚さ3mm〜4mmほどにスライスしました。



2・4週

放牧牛小間切れ 200g

200g **1,197円** (税込 1,293円)
カタ・バラ・モモを厚さ約1.5mmにカットしました。肉じゃがや炒め物にどうぞ。



2・4週

放牧牛ひき肉 200g

200g **886円** (税込 957円)
高たんぱく・低脂肪でヘルシーな日本短角種・アンガス種のスネなどで作ったひき肉です。

梅と豚肉のさっぱり煮

梅の酸味がアクセント。夏にぴったり♪

材料(4人分)

- ・豚肉ロース・肩ローススライス…350g
- ・小松菜…140g
- ・梅ぼし…40g
- ・白だし…大さじ1と1/2

作り方

- ①小松菜は4cm長さに切る。梅ぼしは味が出やすいように十字に切り込みを入れる。
- ②豚肉は長さを半分に切る。
- ③鍋に白だし、梅ぼし、水400mlを入れて火にかける。ひと煮立ちしたら豚肉を加えてサッと煮る。
- ④豚肉の色が変わったら小松菜の茎を加えて1分30秒ほど煮る。葉を加えてさらに1分煮たら火を止める。梅ぼしの種を取り除き、器に盛る。梅ぼしをほぐしながら豚肉、小松菜を合わせて食べる。



これ1本で味が決まる!

白だし P5

牛肉とぶなしめじのチーズ炒め

マスタードのピリッとした風味がくし味

材料(4人分)

- ・牛肉切り落とし…160g
- ・真塩…適量
- ・こしょう…適量
- ・グリーンアスパラ…4本
- ・ぶなしめじ…100g
- ・玉ねぎ…1/2個
- ・オリーブオイル…大さじ1
- ・にんにく(みじん切り)…1片
- ・白ワイン…大さじ1
- ・粒マスタード…大さじ1
- ・ミックスチーズ…100g
- ・真塩、こしょう…適量

A

- ・粒マスタード…大さじ1
- ・ミックスチーズ…100g
- ・真塩、こしょう…適量



粒マスタード P22



作り方

- ①牛肉は3〜4等分に切り、真塩・こしょうをふる。アスパラは根元のかたい部分とはかまを落とし、1.5cm幅の斜め切りにする。玉ねぎは5mm厚さに切る。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを炒める。香りが出たら牛肉を加えて炒め、色が変わったらアスパラ、ぶなしめじ、玉ねぎを加えてサッと炒める。白ワインをふってふたをし、1〜2分蒸し焼きにする。
- ③②を加え、チーズが溶けるまで炒め合わせる。

生活クラブ米の生産者グループ「とんぼの会」が栽培しています



生産者：JA たきかわ
提携先：新食創

1・3週 配達

申込方法 個人申込用紙1の上段

◆滝川市江部乙町を産地として生産者グループを結成

1988年に産地提携を結び、栽培する生産者との顔の見える関係性を構築して素性の明らかなお米を共同購入しています。

◆農薬の成分回数8回以内（慣行栽培は約22回）

種子の消毒も農薬ではなく温湯での消毒を徹底しています。

慣行栽培の半分が基準となる特別栽培米よりも厳しい基準で栽培しています。

◆化学肥料の削減をめざしています

稲わらのすき込み等、有機質肥料の使用をすすめています。



とんぼのゆめ（ななつぼし）

ゆめひりか

玄米（ななつぼし）

ゆきひかり（年間予約）



品種は「ななつぼし」。ほどよい甘みと粘りがあり冷めてもおいしい道産米の主力的存在。お弁当にも選んでいます。



とんぼの会が作る食味の評価の高い道産米です。慣行栽培よりも厳しい、とんぼの会の基準で作られています。甘みと粘りの高さが特徴です。



玄米は表面が糠層に覆われているため、条件によっては油焼け臭やコクガの幼虫が発生する場合があります（市販品も同様です）。冷暗所で保管してください。



もち系ではない系統で作られたお米です。※利用の際は年間予約が必要です。管轄の配送センターに予約用紙を請求してください。

5kg 4,490円（税込4,849円）

10kg 8,830円（税込9,536円）

5kg 4,830円（税込5,216円）

5kg 4,380円（税込4,730円）

5kg 4,690円（税込5,065円）

鶏卵と牛乳は限定週（8月11～15日）も取り組みます！



鶏卵

石川養鶏場（保知安町）
南島田養鶏場（中札内村）

班 班申込用紙①

戸配 個人申込用紙2の表面

集卵後4日以内の
新鮮なたまごが届きます

◆窓のある開放鶏舎

太陽の光が入る自然に近い環境で育ちます。

◆飼料の内容が明らか

餌の主体となるトウモロコシは、道産子実用トウモロコシへの取組みを進めています。

◆鶏の健康を重視する生産者

鶏の健康を第一に考え、薬に頼らない育て方を基本としています。



石川養鶏場の開放鶏舎

班	5kg	1,925円	(税込2,079円)
	7kg	2,695円	(税込2,911円)
戸配	10個	310円	(税込335円)

- 班は7kg、5kg単位で、毎週取り組めるよう班内で調整してください。
- 戸配は1パック（10個入）単位です。
- 班のコンテナやトレイ、戸配用の紙パックは繰り返し使います。丁寧に扱い返却してください。



酪農家限定・乳製品

サツラク農協

低温殺菌

牛乳 1000ml

良質な菌が生きている
「低温殺菌牛乳」

◆65℃ 30分で殺菌しています

豊富で良質な生乳の栄養成分と有用な菌が生きています。

◆7戸の生産酪農家に限定

生乳生産は札幌近郊の酪農家に限定。配合飼料は非遺伝子組み換えへの取組みを進めています。



～あなたの1本で酪農家を応援！～

牛乳1本につき1円を積み立てて、酪農家へ生産に必要な資材を届けるしくみ”も～MOREミルクアクション”を実施しています。まずは1本。そしてプラス1本へ！



班	班申込用紙①
班内個人	班申込用紙①
戸配	個人申込用紙2の表面

班	週2回配達	340円	(税込367円)
	1回に6本以上になるよう班で調整してください。		
班内個人	週2回配達	355円	(税込383円)
	班で6本に満たない場合は、班内個人申込みができます。		
戸配	週1回配達	365円	(税込394円)

えびとブロッコリーのサラダ

手作りヨーグルトドレッシングで和える



材料（4人分）

- ・エコシュリンプむき身…200g
- ・玉ねぎ…1/2個
- ・ブロッコリー…1株

- ヨーグルト…100g
- マヨネーズ…大さじ2
- ※A 菜精糖…小さじ1/2
- 真塩…小さじ1/3
- こしょう…少々

作り方

- ①エコシュリンプむき身は解凍し、熱湯で2分ゆでてザルにあげる。
- ②玉ねぎは薄切りにして水にさらす。ブロッコリーは小房に分け、ゆずでしてザルにあげる。
- ③ボウルに①を入れて混ぜ合わせ、水気をきった①と②を加えて和える。



エコシュリンプむき身
P23・25

班・戸配：申込みは個人申込用紙2の表面（冷蔵品欄）で P19～22



21 125 222 325

ヨーグルト ★

400g 245円（税込265円）

生活クラブ牛乳と同じ生乳を使用。腸の働きを助けるビフィズ菌も配合したプロバイオティクスタイプのヨーグルトです。



ブルーベリーヨーグルトアイス レシピP13



22 126 223 326

飲むヨーグルト ★

150g × 2 265円（税込286円）

低温発酵でまろやかさがあって飲みやすいと好評です。生乳の配合率が80%と高いのも特徴です。



23 127 224 327

スイートヨーグルト6個組 ★

80g × 6 385円（税込416円）

原料は生乳と砂糖だけ。ほんのりとした甘さ・マイルドな酸味で、子どもから大人まで楽しめます。

本みりんや赤ワイン、りんごの風味を加えた甘口のたれは食欲をかきたてます。生活クラブの豚肉や牛肉、野菜とも相性バッチリです。



そのまま美味しい!



アレンジして!

お肉の味付けや、焼きうどんなど
麺の味付けにも便利です。

焼ひやむぎ韓国風

- 材料(1人分)
- ・焼き肉のたれ…大さじ2
 - ・玉ねぎ…1/4個
 - ・人参…1/6本・にら…30g
 - ・牛肉小間切れ…100g
 - ・道産小麦ひやむぎ…100g
 - ・ごま油…大さじ1
 - ・皮むきいりごま…大さじ1/2
 - ・醤油、酒…各小さじ1

- 作り方
- ①玉ねぎは薄切り、人参は細切り、にらは4cm長さに切る。牛肉は⑥をふってもみ込む。
 - ②ひやむぎは包材の表示より1〜2分短くゆで、冷水にとって水気をさき、ごま油の半量をまぶす。
 - ③フライパンに残りのごま油を熱し、牛肉を炒める。肉の色が変わったら玉ねぎ、人参を加えて炒める。しんなりしたら、②を加えて混ぜ合わせ、焼き肉のたれとにらを加えて軽く炒め合わせる。
 - ④器に盛り、ゴマをふる。

こちらも
おすすめ!

漬けこみ冷凍で
時短料理!

バーベキューソース

- 材料(2人分) <鶏肉1枚or切り身魚2切れ分>
- ・焼き肉のたれ…大さじ2
 - ・トマトケチャップ…大さじ1
 - ・片栗粉…小さじ1/3
 - ・真塩、こしょう…少々
- 肉や魚と一緒に保存袋に入れ、よく揉み込み冷凍。食べたいときに焼くだけ!

いろいろな使える! 焼肉のたれ

福山醸造(株)

道産丸大豆、道産小麦を使った醤油をベースにした生活クラブオリジナルの「焼肉のたれ」。組合員の声をもとに化学調味料に頼らずに、素材の味を大切に開発しました。大活躍の季節の到来です!



「こんなに豪華な原材料で作られた焼肉のたれはなかなかありませんよ。組合員の皆さんのこだわりですね」と話す、福山醸造(株)の茂又忠通さん



121 焼肉のたれ
590g 710円(税込767円)

計画購入品

月1回の取組みで、常温保存されるものです。使用頻度を考慮して計画的に注文してください

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込
101	醤油	2	道産大豆・小麦使用 塩分濃度 16.5% <麦・豆>	500ml	400	432
102	みそ	1	道産大豆 100% 塩分濃度 12.5% <豆>	1kg	480	518
103	めんつゆ	1	生活クラブ醤油と同じ道産大豆・小麦使用 <麦・豆>	500ml	645	697
104	白だし	4	生活クラブ醤油と同じ道産大豆・小麦使用 <麦・豆>	500ml	765	826
105	真塩	1	原料はメキシコ・豪州産	1kg	315	340
106	国産海水塩	1	沖縄県糸満市沖の海水が原料	250g	258	279
107	粗びき塩こしょう(袋入)	2	国産海水塩・白胡椒・黒胡椒使用	150g	420	454
108	ごま塩(詰替用)	3	真塩、東南アジア・中国産ごまを使用<卵>・<乳>・<麦>・<落>・<え>・<か>	90g	230	248
109	ポン酢醤油	4	生活クラブ醤油と同じ道産大豆・小麦使用 <麦・豆>	500ml	740	799
110	魚醤(にしん)	1	小樽近海産にしん使用・みつし昆布・真塩使用	120ml	645	697
111	素精糖	2	沖縄産さとうきび 100% 粗糖	750g	465	502
112	トマトケチャップ	3	国産トマト 100%	370g	415	448
113	トマトとマスカットのケチャップ	4	国産加工用トマト 100% 使用・砂糖不使用	370g	700	756
114	マヨネーズ	1	提携生産者の卵黄・酢を使用<卵>	310g	548	592
115	国産 100%なたね油	3	国産なたね 100%使用 一番搾り	600g 丸缶	858	927
116	国産ブレンドなたね油角缶	1	国産なたねを 30%ブレンド 一番搾り	1650g	1408	1521
117	国産ブレンドなたね油丸缶	2	国産なたねを 30%ブレンド 一番搾り	600g	732	791
118	エキストラバージンオリーブオイル	4	ギリシャ産コロネイキ種 100%、酸度 0.5 以下、過酸化脂質 13.0 以下	450g	1742	1881
119	ごま油 800g	2	伝統的玉締め製法 一番搾り	800g 缶	2140	2311
120	ごま油 500g	3	伝統的玉締め製法 一番搾り	500g 缶	1380	1490
121	焼肉のたれ	3	生活クラブ醤油と同じ道産大豆・小麦使用 <麦・豆>	590g	710	767
122	コチュジャン・パウチ	2	韓国風唐辛子みそ <豆>・<落>	180g	550	594
123	甜麺醬パウチ	3	国産原料使用 <麦・豆・え・落>	180g	618	667
124	食酢	3	醸造酢 100% うち米酢 10% 混合	500ml	220	238
125	純りんご酢	1	りんご果汁だけを原料に使用	500ml	380	410
126	国産レモン果汁 100% (ストレート)	4	国産レモン天然果汁、無添加	100ml	567	612
127	純玄米黒酢	2	国産玄米使用	500ml	745	805
128	純米酢	1	国産米が原料 酸度は 5%	500ml	268	289
129	すし酢	2	生活クラブの酢をベースに使用	360ml	320	346
130	純米料理酒	1	日本酒度 +1 ~ +5、アルコール度数 約 12%	720ml	1170	1287
131	本みりん九重櫻 500ml	3	アルコール度数 約 13.5 ~ 14.5%	500ml	1130	1243
132	本みりん九重櫻 300ml	1	アルコール度数 約 13.5 ~ 14.5%	300ml	680	748
133	みりん風醸造調味料	1	原料米は国産 本みりんを 6%配合	500ml	417	450
134	ウスターソース	2	カラメル不使用 テーブルサイズ 開封後要冷蔵	360ml	430	464
135	中濃ソース	1	カラメル不使用 テーブルサイズ 開封後要冷蔵	360ml	415	448
136	とんかつソース	2	国産 100%の原料を使用 開封後要冷蔵	360ml	430	464
137	トマトたっぷりピザソース	1	中国産トマト、国産トマトピューレ、玉ねぎ使用	350g	485	524

調味料・だし

101 醤油

福山醸造(株)



道産の大豆と小麦で仕込み、10ヵ月以上熟成させた香りも旨味も濃厚な本醸造醤油です。アルコール不使用。

119 ごま油 800g (南小野田製油所)



白ごまを薪の柔らかい熱で丁寧に焙煎し、伝統的「玉締め法」により圧搾。その一番搾りを和紙で濾過した、良質なごま油です。

131 本みりん九重櫻 500ml

132 本みりん九重櫻 300ml

九重味淋酒



国産もち米、蔵人の伝統の技が生きた米麹、そして丁寧に蒸留した「本格焼酎」を使用し、昔ながらの製法で時間をかけて造った本物の味。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
138	いろいろ使えるトマトベース	2	チリ・ポルトガル産トマトペースト使用	350g	685	740	
139	焼そばソース	3	化学調味料やカラメル不使用〈麦・豆〉	195ml	292	315	
140	シーザーサラダ用ドレッシング	3	化学調味料不使用〈卵・乳〉	200ml	468	505	
141	イタリアンドレッシング	2	化学調味料不使用	190ml	365	394	
142	胡麻ドレッシング	2	化学調味料不使用〈卵・麦・豆〉	200ml	442	477	
143	牡蠣味調味料	2	広島県産生がき使用〈麦・豆・か〉	230g	448	484	
144	メープルシロップ	1	カナダ産 開封後は要冷蔵	250ml	998	1078	
145	純粋はちみつ	2	アルゼンチン産原料100%	600g	1688	1823	10月
146	国産純粋はちみつ 600g	1	長野県産アカシア蜜100%	600g	3729	4027	10月
147	国産純粋はちみつ 200g	2	長野県産アカシア蜜100%	200g	1398	1510	
148	ブラジル産純粋はちみつアンジコ	1	ブラジル産非遺伝子組換えアンジコはちみつ	200g	680	734	
149	浅漬けの素	3	化学調味料不使用 スタンドパック入	500ml	285	308	
150	ぬか床一夜漬け	2	国内産糠、米糈、塩、唐辛子使用	1.2kg	530	572	
151	補充用熟成ぬか床	2	ぬか床の水分が多くなった時に使用	500g × 2	294	318	
152	徳用だし真昆布	2	南かやべ産	100g	450	486	
153	乾しいたけ	1	大分県産 香信	100g	2088	2255	
154	原木乾しいたけ	4	由仁いちろう会の原木しいたけ使用	45g	680	734	10月
155	われ葉しいたけ	2	大分県産香信 サイズ不揃い	90g	1646	1778	
156	徳用小葉乾しいたけ	1	大分県産 2cm 以下の小サイズ	95g	1790	1933	
157	混合けずり節	3	三重県産 サバ節 90%カツオ節 10%	200g	988	1067	
158	パックだし	2	煮干、鰹節、昆布、椎茸 1パックで600cc分	8g × 15包	815	880	
159	パックだしかつお	1	三重県産鰹節、みつし昆布使用	8g × 15包	875	945	
160	素材まるごと顆粒和食だし	3	国産原料使用〈乳・卵〉・〈麦〉・〈落〉・〈え〉・〈か〉	90g	580	626	
161	コンソメ顆粒	1	チキンエキスペース〈麦・豆・そ〉・〈落〉	8g × 10袋	455	491	
162	洋風だし顆粒	4	〈そ〉・〈落〉	8g × 10袋	443	478	
163	とりがらだし顆粒	1	とりがらベース〈そ〉・〈落〉	8g × 10袋	471	509	
164	ベトナム産ブラックペッパー(ホール)	1	生産者までトレース可	80g	455	491	
165	ベトナム産ブラックペッパー(あらびき)	3	生産者までトレース可	10g × 5袋	340	367	
166	スパイス&ガーリックソルト	2	ガーリック、塩、ペッパーが主体 アミノ酸等は不使用	10g × 5袋	380	410	
167	ホワイトペッパー	1	インドネシア産	10g × 10袋	415	448	10月
168	七味唐辛子	1	中国産唐辛子使用	10g × 5袋	218	235	
169	純カレー粉	1	水蒸気を使った安全な気流式殺菌採用	100g	340	367	
170	国産一味唐辛子(パウダー)	3	島根県産唐辛子使用	5g × 3袋	410	443	10月
171	ローレル	3	トルコ産 手摘み採取 煮込み料理に	10g	180	194	

カレーピクルス

カレーがほんのり香る
彩りピクルス♪

材料(作りやすい分量)

- ・さゆり…2本
- ・カレービーマン…2個
- ・ミョウガ…3本
- ・ミニトマト…4個

- ・純カレー粉…小さじ1
- ・すし酢…200ml

作り方

- ①鍋に②と水100mlを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ②さゆり、カレービーマンは乱切りにする。ミョウガは縦半分に切る。ミニトマトはヘタを取る。
- ③消毒した保存瓶に②を入れ、①のピクルス液を加えて2〜3時間漬ける。



純カレー粉

129 すし酢 私市醸造園



消費材の食酢をベースに、昆布だしと砂糖、食塩を加えました。手作リドレッシングのベースとしても重宝します。

145 純粋はちみつ

関スリーエイト



アルゼンチン産100%。脱色・脱臭など人工的な加工は一切していないので、豊かな風味が楽しめます。

163 とりがらだし顆粒

関エムエスエフ



提携先の網鶏ガラと真塩で作ったスープの素。サッと溶けて使いやすい顆粒タイプ。炒め物にも。

153 乾しいたけ 関オーエスケ



中華風スープ

164 ベトナム産ブラックペッパー(ホール)

和髙スパイス関



生産者までトレースできるベトナム産。独自の気流式殺菌法で殺菌した安全性の高いスパイスです。

139 焼そばソース コーミ関



ウスターソースをベースに、やや粘度をつけ、味も濃めに仕上げたソース。消費材の焼そば麺との相性もバッチリです。

143 牡蠣味調味料 コーミ関



牡蠣を丸ごとすりつぶしてつくった旨み成分たっぷりのオイスターソース。炒め物など加熱調理用です。カラメル色素は不使用。

157 混合けずり節 みえざよれん販売関



さば節 90%、かつお節 10%の混合で、薪を使って焙乾した伝統技法。しっかりした味付けに向いています。

167 ホワイトペッパー 和髙スパイス関



完熟した胡椒の果皮を取り除き、乾燥させて粉末にしています。上品な香りと穏やかな辛みが特徴です。

140 シーザーサラダ用ドレッシング タイハイ関



香りの強いプロセスチーズを使用し、コクを引き出したドレッシングです。生野菜だけでなく魚介のサラダにも。

144 メープルシロップ 関プレス・オールターナティブ



カナダ産サトウカエデの樹液を煮詰めて作った天然甘味料です。カルシウムや鉄分などのミネラルが豊富で、低カロリー。

159 パックだしかつお みえざよれん販売関



かつお荒削りとみつし昆布を使用した無添加のパックだし。1袋で600cc(4人分)のだしがとれます。

170 国産一味唐辛子(パウダー) 和髙スパイス関



島根県の提携生産者が栽培。市販品に比べ色が薄めですが、辛味はしっかりとあります。小袋入り。

104 白だし 福山醸造関



道産大豆・小麦を使用した醤油をベースに、かつお節や昆布、乾しいたけ等で取った自社抽出の出汁で仕上げました。

106 国産海水塩 関青い海



沖縄県糸満市沖の海水を濃縮し、平釜でじっくり煮詰めました。真塩よりミネラル分が多く、味もまろやかです。

107 粗びき塩こしょう(袋入) 関青い海



沖縄の海水塩に黒と白の粗挽きこしょうをブレンドしました。香りがよく、ステーキや野菜炒めなどに。ビンに詰め替えて使ってください。

113 トマトとマスカットのケチャップ コーミ関



国産加工用トマト100%。砂糖の代わりに濃縮ぶどう果汁(マスカット)を使用。フルーティな味わいです。

124 食酢 私市醸造関



木桶でじっくり静置発酵させて造る伝統的な酒粕酢に、口当たりの良いホワイトビネガーと米酢を加え、味に深みを出しました。

126 国産レモン果汁100%(ストレート) コーミ関



瀬戸内海産レモンを使用した無添加のストレート果汁。レモンの酸味とさわやかな香りが特徴です。着色料・保存料・香料は使用していません。

136 とんかつソース タイハイ関



国産トマトやりんごピューレ、玉ねぎ、人参などの野菜をたっぷり使い、素材の風味を生かした濃厚ソースです。とんかつやフライに。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
201	コクと甘みのカレールウ甘口	2	平牧三元豚のラード使用〈麦・豆・卵〉・〈乳〉・〈落〉・〈え〉・〈か〉	200g(100g×2)	488	527	
202	コクと香りのカレールウ中辛	2	平牧三元豚のラード使用〈麦・豆・卵〉・〈乳〉・〈落〉・〈え〉・〈か〉	200g(100g×2)	492	531	
203	辛口カレールウフレーク	3	国産小麦粉使用〈乳・麦〉	170g	426	460	
204	ビーフシチューフレーク	4	チクレンのビーフエキス使用〈乳・麦〉	110g	398	430	
205	ホワイトルウフレーク	2	国産小麦粉使用〈乳・麦〉	170g	417	450	
206	コクとうまみの麻婆豆腐ソース・甘口	4	生活クラブ指定の醤油使用1袋で3〜4人分〈麦・豆・え〉	140g×2	485	524	
207	マイルド旨辛麻婆豆腐ソース・中辛	4	生活クラブ指定の醤油使用1袋で3〜4人分〈麦・豆・え〉	140g×2	485	524	
208	肉入り麻婆豆腐ソース(辛口)	3	平田牧場の豚肉使用〈麦・豆〉	140g×2	620	670	
209	中華菜館 回鍋肉ソース	1	八丁味噌、甜麺醬、豆板醤使用 1袋で3〜4人分〈麦・豆・え〉	90g×2	435	470	
210	中華菜館 青椒肉絲ソース	1	牡蠣味調味料使用 1袋で3〜4人分〈麦・豆〉	110g×2	435	470	
211	黒酢入り酢豚ソース(2袋)	3	米黒酢、トマトピューレ使用 1袋で3〜4人分	130g×2	470	508	
212	エビチリソース(2袋)	2	トマトの風味を生かしたエビチリソース 1袋で2人分〈豆〉	100g×2	452	488	
213	デミグラスソース	4	化学調味料やカラメル不使用〈乳・麦〉	290g	425	459	
214	あたためてかけるだけミートソース	3	北海道チクレンの牛肉使用〈乳・麦〉	130g×2	754	814	
215	トマトミートソース	4	外国産トマト使用〈麦〉	295g	532	575	
216	アラビータソース(2袋)	1	チリ産トマト使用 唐辛子入りのピリ辛ソース	140g×2	435	470	
217	国産トマトピューレ(食塩不使用)2個組	4	国産加工用トマト 100%使用	100g×2	402	434	
218	国産ホールトマトのカット	1	国産加工用トマト使用	230g(固形量110g)	268	289	
219	鶏ガラ塩ちゃんこ鍋の素	3	提携生産者の鶏ガラスープ使用〈麦・豆・そ〉・〈落〉	35g×4	412	445	
220	かに玉の素(2袋)	3	ズワイガニ、国産野菜使用〈麦・豆・か・そ〉・〈落〉	2セット入(4人前)	658	711	
221	野菜めし(炊込みご飯の素)	2	由仁町産椎茸・大根・人参・ごぼう・黒千石大豆使用2合用	30g	500	540	
222	5種のきのこご飯の素	3	国産きのこ使用 2〜3合用〈乳・麦・豆〉	140g	442	477	
223	混ぜるだけ五目ずしの素	2	国産の具材・提携生産者の消費材使用〈麦・豆〉	140g	438	473	
224	長野県産味付けのき茸	2	長野県産えのき茸使用 酸化防止剤不使用〈麦・豆〉	140g	395	427	
251	切り干し大根	4	杜賀町産 自社の有機栽培大根使用	60g	368	397	
252	乾燥ごぼう	4	洞爺湖町産ごぼう使用	30g	270	292	
253	乾燥まいたけ	3	松山産舞茸(菌床)使用 農薬不使用	15g	395	427	
254	乾燥きくらげ	2	中国産原木栽培アラゲキクラゲ使用	40g	444	480	
255	凍り豆腐	3	国産丸大豆使用、消泡剤不使用、重曹使用〈豆〉	110g	452	488	
256	北海道小町麴	2	道産小麦粉使用〈麦〉	30g	330	356	
257	北海道車麴	4	道産小麦粉使用〈麦〉	8枚入	330	356	
258	ひじき(100g)	3	千葉県漁業協同組合連合会産	100g	1100	1188	
259	三重県産こめひじき	3	伊勢志摩産干しひじき使用	45g	945	1021	
260	さざ波昆布	3	南茅部産 12cm×24cm	2枚	380	410	
261	昆布けずり節	2	南茅部産真昆布を薄くスライス	15g	300	324	
262	がごめ入りとろろ昆布	1	南茅部産真昆布、道産昆布にガゴメ昆布をブレンド	30g	370	400	
263	伊勢のり	1	三重県産 乾のり〈(え)・(か)〉	10枚	788	851	
264	焼のり 汐印	1	三重県産 チャック付袋〈(え)・(か)〉	10枚	550	594	
265	焼のり 徳用タイプ	3	伊勢湾産 チャック付袋〈(え)・(か)〉	10枚	630	680	
266	きざみのり	4	3mm幅×10mm長サイズカット〈(乳)・(麦)・(豆)・(え)・(か)〉	20g	238	257	
267	味付のり 20袋入	2	三重県産〈麦・豆・え・(乳)・(か)〉	5枚入×20袋	930	1004	
268	焼海女のり	3	三重県産〈(え)・(か)〉	20g	515	556	
269	サラダ海苔	1	千葉県産海苔使用〈(え)・(か)〉	8枚切64枚	498	538	
270	青のり	1	四万十川、瀬戸内のスジアオノリ〈(え)・(か)〉	5g	458	495	
271	あおさのり(洗い)	2	三重県産あおさのり類使用〈(え)・(か)〉	17g	478	516	10月
272	ふのり	2	三陸産	20g	610	659	
273	乾燥カットわかめ	2	三陸産わかめ使用	25g	540	583	
274	中国はるさめ	2	中国遼寧省産緑豆が原料	30g×6	359	388	
275	ビーフン	2	タイ米 100%	150g	198	214	10月
276	道産小麦うどん(箱)	3	道産小麦粉 100%〈麦・(そ)〉	250g×6袋	1095	1183	
277	道産小麦うどん(2袋)	3	道産小麦粉 100%〈麦・(そ)〉	250g×2袋	380	410	
278	道産五割そば(箱)	3	道産そば粉5：道産小麦粉5〈麦・そ〉	250g×6袋	2795	3019	
279	道産五割そば(1袋)	3	道産そば粉5：道産小麦粉5〈麦・そ〉	250g	468	505	
280	道産小麦そうめん(箱)	3	道産小麦粉 100%〈麦・(そ)〉	300g×6袋	1280	1382	
281	道産小麦そうめん(2袋)	3	道産小麦粉 100%〈麦・(そ)〉	300g×2袋	440	475	
282	道産小麦ひやむぎ(箱)	3	道産小麦粉 100%〈麦・(そ)〉	300g×6袋	1280	1382	
283	道産小麦ひやむぎ(2袋)	3	道産小麦粉 100%〈麦・(そ)〉	300g×2袋	440	475	
284	スパゲティ 1.6mm	4	カナダ・アメリカ産デュラムセモリナ 100%〈麦〉	450g	400	432	
285	スパゲティ 1.8mm	1	カナダ・アメリカ産デュラムセモリナ 100%〈麦〉	1kg	822	888	
286	マカロニ	1	カナダ産デュラムセモリナ 100%〈麦〉	300g	276	298	
287	ペンネマカロニ	4	カナダ・アメリカ産デュラムセモリナ 100%〈麦〉	300g	276	298	
288	スクリューマカロニ	2	カナダ・アメリカ産デュラムセモリナ使用〈麦〉	300g	276	298	

262 がごめ入りとろろ昆布



南かやば産「真こんぶ」を含む道産の昆布に、粘りの強いがごめ昆布をブレンドしました。

273 乾燥カットわかめ



肉厚で歯ごたえの良い三陸産わかめを乾燥させ、使いやすくカットしました。塩抜き済みなので、そのまま味噌汁やスープに入れて調理できます。

265 焼のり 徳用タイプ



三重県で生産された、素性のたしかのり。焼きたての風味を損ねないよう出荷直前で焼き加工しています。

275 ビーフン



タイ米 100%の米粉で作った乾麺。焼ビーフン、汁ビーフン等、お好みの具材を入れて味付けしてください。約2人分。

268 焼海女のり



原葉を摘み取ったまま干し、焼き上げました。真水で洗わないので、海苔の旨みがそのまま残っています。

282 道産小麦ひやむぎ(箱)



道産小麦「きたほなみ」100%で作りました。コシが強く甘みがあるのが特長です。

204 ビーフシチューフレーク



道産小麦粉、チクレンのビーフエキスを使用し、職人が直火で炊き上げたデミグラス風のルウです。1袋約4皿分。

216 アラビータソース(2袋)



唐辛子とニンニクの効いたピリッとしたトマトソースです。茹でたパスタと和えるだけ。チリ産トマト使用。

221 野菜めし(炊込みご飯の素)



原木栽培の椎茸をベースに、由仁町産の大根・人参・ごぼうなどの乾燥野菜を入れました。米2合と一緒に炊いてください。味付けはお好みで。

252 乾燥ごぼう



ごぼう特有の食物繊維、ポリフェノールなどが手軽に摂れて便利です。乾燥させることで、栄養分もおいしさも凝縮されています。

253 乾燥まいたけ



朝採りした舞茸を中温でじっくり乾燥させ、旨味・風味・成分を凝縮させました。戻し汁を出汁として使用すると、栄養分を余すことなく摂ることができます。

256 北海道小町麴



道産小麦グルテン・小麦粉のみを使用し、釜で蒸し焼きにして製造しています。お吸い物や鍋焼きうどん等に、そのまま入れて食べられます。

258 ひじき(100g)



水洗いせず、収穫後すぐに蒸煮・乾燥させています。旨みが逃げず、柔らかく美味しく煮上がるのが特長です。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
301	北海道産小麦粉強力タイプ	4	道産小麦 春よ恋・きたほなみ等主体〈麦〉	1kg	365	394	
302	北海道産小麦粉薄力タイプ	4	道産小麦 きたほなみ主体〈麦〉	1kg	290	313	
303	ホットケーキミックス	4	道産小麦粉(きたほなみ)使用 アルミニウムフリー〈麦〉	400g	185	200	
304	お好み焼きミックス	4	道産小麦粉(きたほなみ)使用〈麦〉	600g	370	400	
305	白玉粉	2	生活クラブ連合会提携産地のもち米 100%	280g	406	438	
306	片栗粉	3	道産馬鈴薯でん粉使用 チャック付袋	300g	193	208	
307	きな粉	4	中札内産大豆「大袖の舞」使用〈豆〉	170g	205	221	
308	ベーキングパウダー	3	焼ミョウパン不使用、アルミニウムフリー〈麦〉	100g	294	318	10月
309	マーマレード	3	国産夏みかん・温州みかん使用 糖度 45 ± 1 度	410g	345	373	10月
310	ゆずマーマレード(ゆず茶)	2	国産ゆず使用 糖度約 60 度	430g	512	553	
311	いちごジャム(国産)	4	糖度 45 度、プレザーブスタイル	195g	332	359	
312	福岡県産あまおうジャム	1	福岡県産「あまおう」使用 糖度 50 度	140g	558	603	
313	ブルーベリージャム	4	仁木町産ブルーベリー使用	200g	1030	1112	
314	もち麦	4	江部乙産大麦「キラリモチ」使用	1kg	1550	1674	
315	白六穀	3	国産 100%原料使用〈豆〉	200g	577	623	
316	こうじ(小)	4	道産米 100% 服部醸造(株)自家製	200g	255	275	
317	大正金時豆	4	中札内産生豆	250g	445	481	
318	大豆 500g	4	中札内産生豆「大袖の舞」〈豆〉	500g	380	410	
319	小豆 500g	4	中札内産生豆	500g	675	729	
320	うずら卵の水煮	2	愛知県豊橋産うずら卵使用〈卵〉	6個入×2	382	413	
321	寒干したくあん	2	鹿児島県産契約栽培大根使用 約 100~160g〈麦・豆〉	1個	210	227	
322	にんにくみじん切り	1	青森県産にんにく 100%	125g	678	732	
323	おろしにんにく	3	青森県産	80g	435	470	
324	黒にんにく	4	壮瞥町産 自社の有機栽培にんにくを使用	50g	391	422	
325	炒め玉ねぎ(150g)	2	道産玉ねぎ使用 ノンオイル	150g	385	416	
326	ツナフレークパウチ 6袋入	4	キハダマグロ 米油使用 パウチ容器入り	50g×6袋	1028	1110	
327	ねりごま白パウチ	1	白ごま 100%使用	170g	470	508	
328	皮むきいりごま 200g	4	グアテマラ産ゴマ使用	200g	390	421	
329	皮むきいりごま 80g	3	グアテマラ産ゴマ使用	80g	185	200	
330	すりごま白	4	産地はアメリカ、ブラジル、アフリカ他	90g	290	313	
331	すりごま黒	3	産地はパラグアイ、アフリカ他	90g	307	332	

和えるだけ! ツナポイントマト

サッと作れるさっぱり副菜。
テーブルに彩りプラス♪



材料(2人分)

- ・ツナフレークパウチ…1袋
- ・トマト…1個
- ・細ねぎ(小口切り)…適宜
- ・ポン酢醤油…大さじ1
- ・素揚げ油…小さじ1/2
- ・ごま油…小さじ1

作り方

- ① トマトは乱切りにする。
- ② ボウルに①を入れて混ぜ合わせる。ツナフレークと①を加えて和え、器に盛る。好みに細ねぎを散らす。

326 ツナフレークパウチ 6袋入

マルハニチロ(株)
キハダマグロのフレークを米油、塩、国産野菜エキスのみで調味しました。開けやすいパウチ容器入り。MSC 認証のキハダマグロを使用しています。



318 大豆 500g

JA 中札内村



中札内産「大袖の舞」大豆使用。比較的大粒で、味・香りとともに柔らかで甘みがあります。上品な味と定評のある品種です。

324 黒にんにく

合同会社自然農産社



有機栽培にんにくが原料。2週間前後加熱、熟成させて作りました。皮をむいてそのまま食べられます。

320 うずら卵の水煮 コーミ調



遺伝子組み換えしていないエサで育てたうずら卵の水煮。そのまま食べても、煮物や炒め物にしても、6個入りの小分けパックです。

325 炒め玉ねぎ(150g)

深川油脂工業(株)



道産玉ねぎをみじん切りし、油を使わずに給色になるまで炒めました。そのままスープやカレーに使って、料理の時間・手間を短縮できます。

311 いちごジャム(国産)

日本果実工業(株)



果実の形が残るプレザーブスタイル。糖度は約 45 度で甘さ控えめです。パクチン使用。

315 白六穀

全国農協食品(株)



岩手県産ひえ・きび・はとむぎ・大麦・あわ・アマランサスを配合。白米 1 合に対し、大さじ 1 杯が目安です。

321 寒干したくあん

全国農協食品(株)



鹿児島県産の寒干し大根を提携先の調味料を使って漬け込みました。昔ながらのしょうばいたくあんなので後味もサッパリです。

327 ねりごま白パウチ

みえざよれん販売(株)



白ごまを 100% 使用した練り胡麻です。白和え・ごまだれに。手作りが難しい練りごまが料理の幅を広げてくれます。

313 ブルーベリージャム

JA 新おたる



農薬不使用で栽培されたブルーベリーを、砂糖とレモン汁だけで煮詰めました。果肉がたっぷり詰まっています。

316 こうじ(小)

服部醸造(株)



水分をとばした乾燥タイプ。道産米を使用し、菌を加えて 4 日間室(ムロ)に置いたものです。漬物、味噌造りのほか、塩麴の材料としても使えます。

322 にんにくみじん切り

タイハイ(株)



青森県産にんにくを加熱調理向けに、みじん切りにしました。パスタ・中華・肉料理など、手軽に利用できます。

330 すりごま白

みえざよれん販売(株)



白ごまを皮付きのまま二度焙煎し、すり潰しました。しっとり感があり、ごま和えやサラダに。

302 北海道産小麦粉薄力タイプ

木田製粉(株)



道産小麦(主にきたほなみ)使用。天ぷら、お好み焼き、ケーキ、クッキーなど幅広く利用できます。

303 ホットケーキミックス

木田製粉(株)



卵と牛乳を混ぜるだけで子どもでも簡単に作れ、しかも道産小麦(きたほなみ)なので安心。蒸しパンやドーナツなども作れます。アルミニウムフリー。

304 お好み焼きミックス

木田製粉(株)



道産小麦を使用した小麦粉、国産天然原料を使用しただし類、国産山芋の粉末で作りました。

305 白玉粉

全国農協食品(株)



提携生産地のもち米を水に浸し、挽いて脱水する「水ひき製法」で製造。なめらかで、もちもちの団子が作れます。

306 片栗粉

全国農協食品(株)



原料は道産の馬鈴薯で、栽培方法も明らかです。チャック付き袋入り。

308 ベーキングパウダー

生活クラブスピリッツ(株)



お菓子などを膨らませるための膨張剤。遮断剤として使っている小麦粉は国産、アルミニウムフリー。

310 ゆずマーマレード(ゆず茶)

日本果実工業(株)



柚子果汁を搾る時に出る外皮を利用して作りました。パンやヨーグルトとも相性ピッタリです。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
351	スイートコーン缶粒状3缶組	1	十勝産とうもろこし使用 イージーオープン缶	180g(固形量125g)×3缶	596	644	
352	ひじきドライパック缶	1	消費材の国産乾燥ひじきが原料 イージーオープン缶	90g	315	340	
353	大豆ドライパック缶2個組	3	上士幌産ハヤヒカリ使用 イージーオープン缶(豆)	135g×2	365	394	
354	大正金時ドライパック缶2個組	4	上士幌産の大正金時豆使用 イージーオープン缶	130g×2	460	497	
355	まぐろ油漬缶4缶組(ライトツナ)	3	キハダマグロ 米油使用 イージーオープン缶	70g×4缶	725	783	
356	まぐろスープ缶4缶組	1	ノンオイル 真塩・野菜スープ使用 イージーオープン缶	70g×4缶	725	783	
357	食塩不使用まぐろ水煮フレーク4缶組	2	キハダマグロ 野菜スープ使用 イージーオープン缶	70g×4缶	725	783	
358	さば水煮缶3缶組	2	国産真さば使用 イージーオープン缶	190g×3缶	828	894	
359	さんまみぞれ煮缶2缶組	2	北海道・青森県産さんま使用 イージーオープン缶(麦・豆)	100g(固形量80g)×2	558	603	10月
360	いわし味付缶	2	国産真いわし使用(麦・豆)	200g(固形量150g)	355	383	
361	いわし蒲焼き缶2缶組	1	国産真いわし使用 イージーオープン缶(麦・豆)	100g(固形量80g)×2	558	603	
362	無塩せきコンビーフ缶	1	道産牛肉・真塩使用	95g	590	637	
363	白桃缶	4	岩手県産 二つ割 イージーオープン缶	425g(固形量250g)	494	534	
364	みかん缶2缶組	1	国産温州みかん使用 イージーオープン缶	295g(固形量170g)×2	458	495	
365	ゆであずき缶	2	上士幌町農協産小豆使用 イージーオープン缶(落)	190g	268	289	
366	ボルシチ缶	2	チクレンの牛肉使用4人分(麦)	2号缶(830g)	1848	1996	
401	ビーフシチュー	4	チクレンの牛肉、道産馬鈴薯・玉ねぎ使用 レトルトパック(乳・麦)	225g	638	689	
402	ビーフカレー	1	1袋1人前 レトルトパック 中辛〜辛口タイプ(乳・麦・豆)	185g	452	488	
403	野菜カレー	2	国産野菜を主体に使用中辛タイプ(麦・豆・卵・乳・落・え・か)	180g×3	940	1015	
404	こどもカレー	1	1才頃から 国産野菜使用(卵・乳・麦・落・え・か)	100g	265	286	
405	こどもやさしいキーマカレー	4	3才頃から 国産野菜使用(卵・乳・麦・落・え・か)	100g	288	311	
406	牛バラ肉のやわらか煮	3	提携先の牛肉と国産野菜使用(麦・豆)	160g	618	667	
407	北海道産かぼちゃの濃縮スープ	4	牛乳を加えて使用 約4人分(乳・麦・卵・落・え・か)	300g	537	580	
408	もずくスープ柚子入り	3	沖縄産もずく使用 フリーズドライ(乳・麦・豆・卵・え・か)	22.4g(5.6g×4)	518	559	
409	北海道産ほたての食べるスープ	2	道産ほたて、国産野菜使用	200g	420	454	11月
410	ガスパチョ	3	洞爺湖産野菜使用(卵・乳・麦・落・え・か)	280g	535	578	
411	梅ぼし	2	国産しそ漬 真塩使用 塩度17.5%	420g	1344	1452	
412	白梅干し	4	国産の南高梅使用 真塩使用 塩度17.5%	200g	585	632	10月
413	梅びしお	3	国産練り梅 真塩使用 塩度17.5%	180g	599	647	
414	のり佃煮	3	千葉県富津市の養殖黒生のり使用(麦・豆・え・か)	210g	658	711	
415	まぜまぜわかめ	4	国産わかめ使用(卵・乳・麦・落・え・か)	30g	408	441	
416	ノリ・タマゴふりかけ	1	化学調味料不使用(卵・乳・麦・豆・落・え・か)	50g	226	244	10月
417	野沢菜梅入ふりかけ	3	長野県産野沢菜使用(卵・乳・麦・豆・落・え・か)	35g	357	386	
418	かつおふりかけ	3	鯉節・海苔・ゴマ・卵使用(卵・乳・麦・豆・落・え・か)	40g	268	289	
419	カレーふりかけ	4	消費材の純カレー粉、いりこま黒使用(乳・麦・卵・落・え・か)	40g	242	261	
420	のり茶漬け	2	国産バラ海苔使用(乳・卵・麦・落・え・か)	5.2g×6	332	359	
421	おさかなソーセージ	2	スケトウダラ使用 添加物不使用(麦・豆・え・か)	70g×4本	420	454	
422	おさかなソーセージミニ	3	スケトウダラ使用 添加物不使用(麦・豆・え・か)	30g×8本	428	462	
423	九州大麦グラノーラ	3	黒糖蜜・米油使用 チャック袋(麦・豆)	450g	720	778	

梅塩こんぶ冷やしうどん



411 梅ぼし

(衛王閣堂農園)



低農薬栽培の梅を塩と紫蘇で漬け、天日干しする昔ながらの製法です。保存料は不使用。塩度は17.5±1%。



冷凍うどん P24・26



花かつお P21

材料(2人分)

- ・冷凍うどん…2玉
- ・梅ぼし…2個
- ・塩昆布…10g
- ・大葉…4枚
- ・花かつお…適宜
- ・皮むきいりこま…適宜

作り方

- ① 冷凍うどんをお湯で戻し、冷水にさらしてザルにとり、水気をきる。
- ② ボウルにうどん、梅肉、塩昆布を入れ、よくかき混ぜる。
- ③ 器に盛り、刻んだ大葉、お好みで花かつおとおこまをトッピングする。

403 野菜カレー

全国農協食品協



野菜や果物を丁寧に炒め、生姜やにんにく、スパイスを加えて爽やかに仕上げた中辛タイプ。1袋当たり141kcalと低カロリーです。湯煎してください。

419 カレーふりかけ

みえざよん販売



消費材の純カレー粉を使用し、揚げた玉ねぎとにんじんを入れたカレー味のふりかけです。子どもから大人まで幅広く食べられるよう、辛さを抑えています。

409 北海道産ほたての食べるスープ

国 NS ニッセイ



道産のほたての旨味がギュッと詰まった体温まる「食べるスープ」です。常温で保管可能なので回転備蓄にも。

421 おさかなソーセージ

マルハニチロ



スケトウダラのすり身を使った魚肉ソーセージ。食品添加物や化学調味料などは使っていないので、すり身の自然な味が楽しめます。

422 おさかなソーセージミニ

365 ゆであずき缶

コーミ園



簡単あずきアイス

道産小豆を塩と砂糖だけで甘さ控えめに調味しました。水ようかんや白玉ぜんざいにどうぞ。

366 ボルシチ缶

全国農協食品協



消費材の牛肉、馬鈴薯、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーツをトマト味で煮込んだ、具だくさんのロシア風食べるスープ。4人分です。

414 のり佃煮

(衛)マルヨーのり製造所



千葉県沖の養殖黒生のりと乾のりが主原料。国産の青のりをブレンドして磯の香りをつけています。

423 九州大麦グラノーラ

全国農協食品協



食べ応えのある大麦フレークとサクサクとした食感の玄米パフを、国産黒糖蜜でほのかな甘みに仕上げたグラノーラ。

351 スイートコーン缶粒状3缶組

マルハニチロ



十勝産スイートコーンを使用し、おいしさを逃さないよう収穫から短時間で加工しています。手軽に使える少量タイプ。

352 ひじきドライパック缶

千葉県漁業協同組合連合会



消費材の乾燥ひじきのうち、主に芽ひじきを水戻ししてパックしました。煮物など短時間で調理できます。

354 大正金時ドライパック缶2個組

上士幌町農協同組合



上士幌産の大正金時を缶に詰めて蒸煮しています。豆のおいしさが味わえます。

355 まぐろ油漬缶4缶組(ライトツナ)

日本果実工業



赤道付近で漁獲、海外で水揚げされた冷凍キハダマグロを使用。消費材で調味しています。

359 さんまみぞれ煮缶2缶組

マルハニチロ



北海道および青森県産で獲れたさんまを、大根おろしを使用した甘辛のタレで味付けしました。高圧加熱殺菌をしているので骨まで柔らかく食べられます。

360 いわし味付缶

千葉県漁業協同組合連合会



桃子港に水揚げされた真いわしから脂の乗った原料を厳選し、醤油と砂糖で味付け。化学調味料などは不使用です。

363 白桃缶

日本果実工業



岩手県産の完熟した白桃をシーズンパック。シロップの甘さを控え、白桃の風味を引き出しています。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
501	有機わたらい一番茶上煎茶	4	農薬不使用、有機質肥料使用により栽培	100g	1180	1274	
502	有機わたらい一番茶煎茶	3	農薬不使用、有機質肥料使用により栽培	100g	830	896	
503	わたらい茶ほうじ茶	2	農薬不使用、有機質肥料使用により栽培	200g	478	516	
504	ほうじ茶ティーバッグ	1	主に一番茶下、二番茶、夏番茶、秋番茶使用	4g × 30包	462	499	
505	緑茶ティーバッグ	4	一番茶煎茶とかりがね煎茶各50%ブレンド	4g × 30包	774	836	
506	粉末茶入り玄米茶	4	農薬不使用、有機質肥料使用により栽培	200g	425	459	
507	緑茶飲料 歌茶	1	新生わたらい茶とJA宇部の茶葉をブレンド	300g × 24缶	2262	2443	
508	ルイボス茶	3	南アフリカ産 有機栽培	3.5g × 30包	1440	1555	10月
509	紅茶ダーズリン	3	インドのダーズリン地方にある2茶園の茶葉に限定	100g	670	724	
510	紅茶ブルンジ	1	無農薬栽培 ミルクティーに最適	180g	440	475	
511	天の紅茶	1	無農薬、無肥料で育てた、緑茶と同じ品種で作る和紅茶	40g	550	594	10月
512	チャイパック	1	有機栽培シンガンバティ紅茶使用	3g × 12包	382	413	10月
513	くだもの酢ナアガラ	2	道産ナアガラ使用	200ml	860	929	12月
514	くだもの酢ブルーン	2	道産ブルーン使用	200ml	860	929	12月
515	コーヒー豆エリノバ(パプアニューギニア)	3	無農薬栽培コーヒー シティロースト	200g × 2袋	1474	1592	
516	コーヒー粉ブレンド	2	主にブラジル・パプアニューギニア産無農薬栽培 ハイロースト 中細挽き	180g × 2袋	1342	1449	
517	コーヒー豆ブレンド	2	主にブラジル・パプアニューギニア産無農薬栽培 ハイロースト	180g × 2袋	1342	1449	
518	森のコーヒー粉	3	ブラジル産無農薬栽培 完熟豆使用 中煎り 中挽き	180g × 2袋	1342	1449	
519	森のコーヒー豆	4	ブラジル産無農薬栽培 完熟豆使用 中煎り	180g × 2袋	1342	1449	
520	フレンチローストコーヒー(粉)	3	主にブラジル・コロンビア・グアテマラ産 深煎り 中細挽き	250g	900	972	
521	簡易ドリッパパプアニューギニア	4	無農薬栽培コーヒー シティロースト・中挽き	8g × 16袋	1142	1233	
522	簡易ドリッパコーヒー深炒り40パック	3	ブラジル、コロンビア、グアテマラ、インドネシア産	320g(8g×40P)	1510	1631	
523	有機栽培インスタントコーヒー	3	有機栽培コロンビア産アラビカ豆使用	65g	648	700	
524	コーヒー粉・森のアイスコーヒー	1	主にブラジル産無農薬栽培	200g × 2袋	1495	1615	
525	加糖アイスコーヒー	3	アラビカ種 100% ビートグラニュー糖使用	1000ml	428	462	5月
526	無糖アイスコーヒー	4	アラビカ種 100%	1000ml	412	445	
527	無糖珈琲(ブラック) 24缶	2	提携生産者のコーヒー豆をブレンド アルミボトル缶入り	300g × 24缶	2700	2916	
528	牛乳で飲むエスプレッソコーヒー	2	エスプレッソ抽出コーヒー使用	500ml	532	575	

飲料

りんご緑茶



後味すっきりの
アレシ茶。
食後の一杯にも。

材料(1人分)

- ・りんごジャム…大さじ1と1/2
- ・煎茶…180ml
- ・りんご(飾り用)…2枚

作り方

- ①カップにりんごジャムを入れる。
- ②煎茶を注いで、混ぜる。
- ③薄切りにしたりんごを飾る。

502 有機わたらい一番茶煎茶

(農新生わたらい茶)

有機質肥料を使い、
農薬不使用で栽培し
ています。少し冷まし
たお湯で入れるの
が旨みを引き出すコ
ツです。



516 コーヒー粉ブレンド

日東珈琲園



ブラジル40%、パプアニューギニア
30%、ニカラグア20%、エルサルバドル
10%をブレンド。全て無農薬栽培で
す。やや深煎り。

521 簡易ドリッパ
パプアニューギニア

日東珈琲園



パプアニューギニアの高地で自然栽培
されたコーヒー。甘い香りとコクが特
徴です。シティロースト・中挽き。

518 森のコーヒー粉

日東珈琲園



ブラジル・サンパウロ州で農業に頼ら
ず栽培。焙煎は、飲みやすいミディア
ムロースト。中挽きです。

524 コーヒー粉・
森のアイスコーヒー

日東珈琲園



主にブラジル産を使い、アイス用に深
煎りしました。原料のコーヒー豆は無
農薬栽培で作られています。

509 紅茶ダーズリン 日東珈琲園



最高ランクの茶葉のみを使用。フルー
ティーな香りと心地よい渋み特徴です。

511 天の紅茶

(農水保病センター相模社)



1979年から無農薬・無化学肥料を徹底
して栽培・加工しています。ほのかな
香りと甘みがあるので、砂糖なしでも
おいしく飲めます。

510 紅茶ブルンジ 日東珈琲園



無農薬栽培のブルンジ産。甘くまろやか
な香り。抽出しやすく、約1分半でコク
のある紅茶がいただけます。

512 チャイパック

(農プレス・オールターナティブ)



紅茶とスパイス(シナモン、ナツメグ、
レモンラス、クローブ、カルダモン、
生姜)をパックしました。作り方付き。

フルーティーなお酢で
夏の疲労を回復!

風花くだもの工房

水や炭酸水で
薄めてどうぞ!

513

くだもの酢ナアガラ

514

くだもの酢ブルーン

道産のナアガラとブ
ルーンをフレッシュな
状態で純米酢に漬け、
長期熟成させました。
果物の香り、味わいが
楽しめます。

No

消費材名

週

情報

規格

価格

税込

次回

501 有機わたらい一番茶上煎茶

(農新生わたらい茶)



八十八夜前後に摘む一番茶の中でも、
特に柔らかな生葉で作った最上級煎
茶。まろやかな旨みが特長です。

503 わたらい茶ほうじ茶

(農新生わたらい茶)



番茶と下茶と軸をブレ
ンドして焙じました。熱
湯を注ぎ、独特の香りを
出してください。

504 ほうじ茶ティーバッグ

(農新生わたらい茶)



「わたらい茶ほうじ茶」を
便利なティーバッグにし
ました。1Lの熱湯に2袋
を目安に入れ、ホットで
も水出しでもお好みで。

505 緑茶ティーバッグ

(農新生わたらい茶)



農薬不使用の一番茶煎茶
50%と、かりがね煎茶50%をブレンド
しました。水出し茶もできます。

506 粉末茶入り玄米茶

(農新生わたらい茶)



消費材の玄米茶に秋番茶
粉末茶を3%ブレンド。
茶葉は有機質肥料で栽
培、玄米は国産です。

507 緑茶飲料 歌茶

日本果実工業園



新生わたらい茶とJA山口宇部の茶葉を
ブレンドしています。出かける時にも便
利な、アルミボトル缶入り。

508 ルイボス茶

プロスペリティ園



有機栽培されたルイボスを100%使用。
ミネラルが多く低タンニンなので、
貧血予防にも。

527 無糖珈琲(ブラック) 24缶

日本果実工業園



提携生産者のコーヒー豆をブレンドした
生活クラブオリジナルコーヒーです。香
料不使用。

525 加糖アイスコーヒー

日東珈琲園



アラビカ種を
100%使用し、
甘味にはビート
グラニュー糖を
使用。酸味と苦
味のバランスが
よく、すっきり
した味わいです。

526 無糖アイスコーヒー

日東珈琲園



No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
529	真昆布茶	3	南茅部産真昆布を使用	80g	380	410	
530	くま笹茶ティーバッグ	4	道産くま笹使用	2g × 10包	425	459	10月
531	麦茶	1	国産大麦使用〈(落)・(豆)〉	500g	288	311	
532	麦茶ティーバッグ	2	国産大麦使用〈(落)・(豆)〉	10g × 50包	409	442	
533	発芽はとむぎ茶	3	発芽はとむぎ、麦芽、くも葉、くま笹〈(豆)〉	6g × 30包	620	670	
534	発芽黒豆はとむぎ茶	2	国産黒豆 7: はと麦 2: 裸麦 1 でブレンド〈(豆)〉	6g × 30包	642	693	
535	温州みかんジュース 900ml	1	国産完熟みかんストレート果汁	900ml × 6本	2485	2684	
536	温州みかんジュース 485ml	2	国産完熟みかんストレート果汁	485ml × 6本	1700	1836	
537	温州みかんジュース缶	4	国産完熟みかんストレート果汁	195g × 30缶	3200	3456	10月
538	りんごジュース 20缶	1	山形県産りんご使用 酸化防止剤不使用	195g × 20缶	2520	2722	
539	りんごジュース(鶴田農園グループ)	4	仁木町産ふじ、つがるを中心に使用	1000ml	925	999	
540	にんじんとりんごの濃いジュース6缶	4	国産にんじん・りんご使用	160g × 6缶	745	805	
541	濃いにんじんジュース	1	道産にんじん「アロマレッド」ストレート果汁	190g × 20缶	4000	4320	
542	フルーツキャロット缶	3	国産にんじんがベース	190g × 20缶	2580	2786	
543	野菜ジュース缶	3	国産トマト果汁使用	190g × 20缶	2630	2840	
544	信州トマトジュース食塩無添加 20缶	4	長野県産トマトストレート果汁 100%	190g × 20缶	2400	2592	
545	タンサン飲料	3	炭酸、天然レモン香料、砂糖、クエン酸使用	250ml × 30缶	1975	2133	
546	無糖炭酸水	4	砂糖、香料不使用	200ml × 24缶	1250	1350	
547	みかんスカッシュ	1	国産温州みかん果汁 30%使用	250ml × 20缶	1595	1723	1月
548	なつみかんスカッシュ 20缶	3	熊本県産甘夏・国産夏みかん果汁使用	250ml × 20缶	1940	2095	
549	レモンスカッシュ(微炭酸) 20缶	3	国産レモンストレート果汁 7%使用	250ml × 20缶	2024	2186	
550	りんごスカッシュ(微炭酸)	1	山形県産りんご濃縮果汁使用	250ml × 20缶	1746	1886	
551	ゆずはちみつ 30缶	4	国産ゆず果汁 2%使用	190g × 30缶	2089	2256	
552	梅ドリンク	2	国産青梅使用 希釈して飲用(5~7倍希釈)	500ml	985	1064	
553	はちみつ純玄米黒酢ドリンク	4	純玄米黒酢・蜂蜜・りんご・レモン果汁使用	500ml	822	888	
554	しそジュース	4	洞爺湖町産大葉赤紫蘇使用〈(麦)〉	500ml	1020	1102	
555	大塚農場のにんじんジュース3缶セット	4	大塚農場産にんじん・国産レモン果汁使用	190ml × 3缶	690	745	

飲料

ヨーグルトソーダ

朝食代わりになる
飲みごたえしっかりの
ヨーグルトジュース



材料(1人分)

- ・ヨーグルト…大さじ2
- ・はちみつ…小さじ1
- ・無糖炭酸水…200ml
- ・レモン(飾り用)…1枚

作り方

- ①グラスにヨーグルト、はちみつを入れて混ぜる。
- ②無糖炭酸水を注いで混ぜる。
- ③薄切りにしたレモンを飾る。

※はちみつを使用しているため、1歳未満の乳児には与えないでください。

546 無糖炭酸水

日本果実工業園



水どころ、福岡県甘木の地下水と炭酸ガスのみで作りました。すっきり爽やかな味です。

ヨーグルト P4・19~22

541 濃いにんじんジュース

コーミ園



道産の人参「アロマレッド」を使用したストレートジュース。濃厚なのにクセがなく、さっぱりと飲めます。

543 野菜ジュース缶

雪印メグミルク園



国産トマト果汁をベースに人参、セロリ、レタスなどの野菜を加えました。鉄分やビタミンA、食物繊維もたっぷり。

542 フルーツキャロット缶

雪印メグミルク園



りんごストレート果汁とにんじん汁をベースに、数種類の野菜と果物を加えた、カロテンたっぷりの健康ドリンク。

544 信州トマトジュース 食塩無添加 20缶

雪印メグミルク園



長野県産の完熟した加工用トマトを塩分無添加でジュースにしました。シーズンバック、果汁 100%。

545 タンサン飲料

日本果実工業園



水に炭酸とレモンフレーバー、砂糖、クエン酸を加えています。クラシックな味で価格も手頃です。

547 みかんスカッシュ

日本果実工業園



温州みかんの濃縮果汁を 30% 使用した炭酸飲料。香料不使用です。温州みかんの自然な味わいを子どもたちに。

548 なつみかんスカッシュ 20缶

日本果実工業園



国産夏みかんストレート果汁を 15% 使用した炭酸飲料。子どもでも飲みやすい炭酸飲料です。

549 レモンスカッシュ(微炭酸) 20缶

日本果実工業園



希少な国産レモンのストレート果汁を 7% 使用した炭酸飲料です。原料は果汁・グラニュー糖・水のみです。

550 りんごスカッシュ(微炭酸) 日本果実工業園



山形県産の「津軽」と「ふじ」をブレンドしたりんご果汁を 30% 使用。子どもにも飲みやすい炭酸飲料。

552 梅ドリンク (南王陣堂農園)



青梅を砂糖で漬け込み、蜂蜜をブレンドした濃縮タイプ。水や炭酸で割ってお飲みください。

553 はちみつ純玄米黒酢ドリンク 私市醸造園



純玄米黒酢に、純粋はちみつ、りんご果汁、レモン果汁を加え、飲みやすく仕上げた濃縮タイプ。

554 しそジュース (南ビュアフーズとうや)



減農薬で生産した赤紫蘇をたっぷり使用しています。クセが少なく、しそが苦手な方でも飲みやすい。

530 くま笹茶ティーバッグ 園マルカサポート・ツウ



くま笹は必須アミノ酸・糖質・ビタミンKが豊富で、コレステロールを低下させ、血液をサラサラにするといわれています。

532 麦茶ティーバッグ 全農千葉県本部



国産大麦を深煎りして粉末化し、パックに入れています。水出し、煮出し併用タイプ。1~1.5Lに1袋が目安。

534 発芽黒豆はとむぎ茶 (南高千穂農方研究所)



国産の黒豆、はと麦、大麦を7:2:1の割合でブレンド。発芽してから焙煎しているので、栄養成分をより多く含みます。

535 温州みかんジュース 900ml

536 温州みかんジュース 485ml 日本果実工業園



温州みかんなどのかんきつ類に多く含まれているクエン酸は、疲労回復に有効。冷やして飲むと格別のおいしさ。

538 りんごジュース 20缶 日本果実工業園



山形県産スターキング・ふじ・王林・紅玉など、生食の規格外品の果汁をブレンドした濃縮還元タイプ。

539 りんごジュース(鶴田農園グループ) 鶴田農園グループ



鶴田農園グループの「はね品」を使用。自然な味わいで、さっぱりと飲めます。品種はふじ・つがるが中心。

540 にんじんとりんごの濃いジュース6缶 雪印メグミルク園



にんじんとりんごの割合は6:4で、砂糖やはちみつなどの糖分は一切加えていない濃厚なジュースです。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
601	南部せんべい ごま	4	道産小麦粉使用〈麦・乳・落〉・(え)〉	12枚	215	232	
602	南部せんべい ピーナッツ	4	道産小麦粉使用〈麦・落・乳〉・(え)〉	12枚	215	232	
603	米ごのみ青のり入りせんべい	4	国産うるち米使用 個包装〈麦・豆・(え)・(か)〉	15枚	270	292	
604	米ごのみサラダせんべい	4	国産うるち米使用 直径約6cm 個包装〈(え)〉	10枚	255	275	
605	胡麻だくさんせんべい小袋2パック	3	国産うるち米使用〈麦・豆・(え)〉	55g×2袋	281	303	
606	チーズおかき	1	国産もち米使用〈乳・麦・豆・(卵)・落〉・(え)〉	10枚	403	435	
607	天津むき甘栗	1	中国河北省産〈(卵)・乳・(麦)・落〉・(豆)・(え)・(か)〉	120g	400	432	
608	沖縄産黒糖かりんとう	2	国産小麦粉・沖縄県産黒糖使用〈乳・麦・(卵)・落〉・(豆)〉	135g	258	279	
609	野菜かりんとう	3	国産小麦粉・米油使用〈乳・麦・(卵)・落〉・(豆)〉	115g	258	279	
610	ニセコ最中・粒あん(3個入)	2	ニセコ産小豆使用〈(卵)・乳・(麦)〉	42g×3個	670	724	
611	さつぼろ黒大豆 素焼黒豆	2	大塚農場の黒豆100%〈豆・(卵)・乳・(麦)・落〉・(え)・(か)〉	50g	140	151	
612	おやつサラミ	3	古川ソーダ使用〈(卵)・乳・(麦)・落〉・(豆)〉	50g×2袋	780	842	
613	カットかすてら	1	石川養鶏場の卵・素精糖・道産小麦粉使用〈卵・麦・乳〉	2袋	490	529	
614	焼きドーナツ(プレーン)	4	石川養鶏場の卵・素精糖使用〈卵・乳・麦〉	50g×2袋	600	648	
615	まいこのマドレーヌ	4	道産小麦粉・白老産鶏卵使用〈卵・乳・麦〉	40g×3個	920	994	
616	まいこのフィナンシェ	2	道産小麦粉・白老産鶏卵使用〈卵・乳・麦〉	6個入	1500	1620	10月
617	アーモンドクッキー	2	道産小麦粉使用〈卵・乳・麦〉	10枚	815	880	10月
618	たまごボーロ チャック付き袋入り	2	着色料・香料等不使用〈卵・乳〉	90g	199	215	
619	英字ビスケット	2	国産小麦粉使用〈乳・麦・(卵)・落〉・(豆)〉	110g	153	165	
620	動物ビスケット	2	国産小麦粉使用〈乳・麦・(卵)・落〉・(豆)〉	150g	140	151	
621	かぼちゃの波形ビスケット	3	国産小麦・かぼちゃパウダー使用〈麦・(卵)・乳・落〉・(豆)〉	15g×4	240	259	
622	全粒粉入りビスケットクリームサンド	3	国産小麦粉・全粒粉使用〈乳・麦・豆・(卵)・落〉	205g	233	252	
623	サブレ	1	国産小麦粉使用〈卵・乳・麦・落〉	約17g×10枚	482	521	10月
624	黒糖ふがし	4	国産小麦粉・沖縄県産黒糖使用〈麦〉	10本(70g)	181	195	

菓子類

カステラのチョコケーキ



材料(作りやすい分量)

- ・カステラ…4袋
- ・生クリーム…100ml
- ・素精糖…大さじ1
- ・生チョコスプレッド…50g
- ・いちご・キウイフルーツ…適量

作り方

- ①カステラは横半分に切る。
- ②生クリームに素精糖を入れ、生チョコスプレッドを加えて六分立て(持ちあがるとろろしているぐらい)に泡立てる。
- ③①②をはさま、まわりに②を塗る。好みで、いちご、キウイフルーツを飾る。

613 カットかすてら

関ふじ井

石川養鶏場の卵と素精糖をふんだんに使用したカステラ。しつとりとコクのある味わいに仕上げています。



生チョコスプレッド P21

614 焼きドーナツ(プレーン)

関ふじ井



石川養鶏場の卵、素精糖、生活クラブ牛乳を使用した焼きドーナツ。揚げないでふんわりヘルシーです。

619 英字ビスケット

関カニヤ



埼玉県産を中心とした国産小麦100%の粉を提携先の低温殺菌牛乳で練り、焼き上げました。

615 まいこのマドレーヌ

関しらおい菓子工房まいこ



道産小麦粉、白老産の鶏卵、バターを使用し、しっとり・ふんわりと焼き上げました。

621 かぼちゃの波形ビスケット

関カニヤ



かぼちゃ由来の明るい黄色と独特の形が楽しいビスケット。甘さ控えめの素朴な味です。

609 野菜かりんとう

東京カリント園



国産のさつまいも、かぼちゃ、ほうれん草、にんじんの粉末をブレンドし、米油で揚げました。野菜の淡い彩り、カリポリとした歯ごたえが楽しめます。

611 さつぼろ黒大豆 素焼黒豆

池田食品園



当別町大塚農場で契約栽培した黒豆を温風焙煎し、サクサクに仕上げました。そのまま食べたり、豆ご飯、黒豆茶などにも使えます。

617 アーモンドクッキー

関しらおい菓子工房まいこ



ココア風味の生地にスライスアーモンドをたっぷり混ぜて焼き上げました。食感を大事にサクッホロツとしたくちどけのクッキーです。

623 サブレ

平塚製菓園



国産小麦粉、バター、鶏卵、素精糖の基本4材料を主体にした品質の良いサブレです。個包装、10枚入。

610 ニセコ最中・粒あん(3個入)

関ふじ井



羊蹄山をかたどった(関ふじ井)の定番品「ニセコ最中」。素精糖を使った生活クラブオリジナル品です。

612 おやつサラミ

札幌バルナバフーズ園



子どものおやつやビールのおつまみとして、幅広い世代から好まれるサラミを食品添加物不使用で作りました。

618 たまごボーロ

関ミサワ食品



国産の馬鈴薯でん粉、ビートグラニュー糖、脱脂粉乳を卵黄で練った、口どけの良いボーロ。チャック付き袋入り。

624 黒糖ふがし

関ミサワ食品



国産小麦粉とグルテンを練って焼き上げた麩に、沖縄県産黒糖をかけました。素朴な味わい。フワフワと口の中で溶けます。

602 南部せんべい ピーナッツ

関ヒカリ製菓



道産小麦粉を使用し、一枚一枚丁寧に焼き上げたせんべい。南部せんべいはピーナッツ入りが人気です。

603 米ごのみ青のり入りせんべい

関小島米菓



国産米粉で作った生地に青のりを練り込んで焼き、甘い醤油ダレで味付け。サクッとソフトな食感で、風味豊かです。

604 米ごのみサラダせんべい

関小島米菓



国産のうるち米を使用。米油と提携先の海水塩でシンプルに味付けしました。

605 胡麻だくさんせんべい 小袋2パック

関小島米菓



上品な香りの白ごまと、強い香りの黒ごまをたっぷり使っているの、ごまの風味が口の中に広がります。

606 チーズおかき

関精華堂製菓本舗



国産もち米のおかきに丸大豆醤油や本みりん、かつお節、昆布などで味付けし、菓子用チーズをはさみました。

607 天津むき甘栗

藤原食品園



中国河北省産の契約農家で栽培された風味の良い栗を、じっくり加熱して甘みを引き出し、食べやすくむきました。

608 沖縄産黒糖かりんとう

東京カリント園



沖縄県産の黒糖と国産小麦粉を使用した生地に蜂蜜を練り込み、柔らかな食感に仕上げました。隠し味に生クリームを使用しています。

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
625	チーズクラッカー	3	国産小麦粉使用〈乳・麦・卵〉・〈落〉・〈え〉・〈か〉	100g	241	260	
626	国産六穀クラッカー	2	国産大麦・もち米・そば・あわ・胚芽麦使用〈麦・卵・乳・落〉・〈え〉・〈か〉	130g	258	279	
627	グラハムおやつクラッカー	3	国産・輸入小麦使用〈麦・卵〉・〈乳〉・〈落〉・〈え〉・〈か〉	25g × 4袋	269	291	10月
628	グリッシーニ	1	道産小麦粉使用〈麦・卵〉・〈乳〉・〈落〉・〈豆〉	90g (10本)	255	275	10月
629	アーモンド (食塩不使用)	3	カリフォルニア産有機栽培〈乳・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	70g	514	555	
630	くるみ	4	カリフォルニア産有機栽培〈乳・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	65g	514	555	
631	黒糖くるみ	2	沖縄県産黒糖使用〈乳・卵・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	65g	376	406	
632	ミックスナッツ	1	くるみ・アーモンド・ピスタチオ・カシューナッツ〈乳・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	80g	514	555	
633	ドライフルーツ・ナッツミックス	2	カリフォルニア産有機栽培〈乳・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉	90g	475	513	
634	ヨーグルトと食べるドライフルーツ	1	有機認証フルーツ使用〈乳・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	100g	514	555	
635	レーズン	3	カリフォルニア産有機栽培〈乳〉	165g	380	410	
636	干しプルーン	2	カリフォルニア産無農薬種無し〈乳〉	120g	514	555	
637	落花生殻付	1	千葉県産〈落〉	300g	1279	1381	
638	落花生うす皮付	4	千葉県産〈落〉	150g	845	913	
639	メープルアーモンド	4	有機認証アーモンド使用〈卵・乳・麦・落〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	40g	436	471	11月
640	フルーツインゼリー (甘夏)	1	国産甘夏みかん使用〈乳〉	200g × 6個	1203	1299	
641	梅ゼリー	2	奈良、和歌山、三重県産の梅使用	80g × 4	692	747	未定
642	完熟梅ゼリー	1	王陽堂農園グループ産の梅を使用 8粒入〈豆〉	100g (個包装)	289	312	未定
643	ちゅるっと飲むゼリー (りんご)	2	国産りんご果汁・ピューレ40%使用	120g × 6	1168	1261	
644	ジュシーフルーツミニゼリーみかん	2	国産温州みかん果汁使用〈卵〉・〈乳〉・〈豆〉	22g × 10	218	235	
645	ジュシーフルーツミニゼリーりんご	3	国産りんご果汁使用〈卵〉・〈乳〉・〈豆〉	22g × 10	212	229	
646	レモンラムネ菓子	1	国産ビートグラニュー糖・甘糖液粉使用〈卵〉	130g	254	274	
647	ペパーミントキャンディ	4	国産澱粉水飴使用 直火釜製法 約25個入〈乳〉	100g (個包装)	239	258	10月
648	しお飴	1	国産澱粉水飴使用 直火釜製法 約25個入〈乳〉	100g (個包装)	239	258	

菓子類

鶏肉ムネでタッカンジョン風

甘じょっぱい一品で
韓国気分を楽しもう

材料 (4人分)

- ・ミックスナッツ…10g
- ・鶏肉ムネ…400g
- ・真塩…2つまみ
- ・酒…大さじ1
- ・片栗粉…大さじ2
- ・なたね油…適量
- ・サニーレタス…適宜
- ・とりがらだし顆粒…大さじ1/2
- ・トマトケチャップ…40g
- ・にんにく(すりおろす)…1片
- ・はちみつ…40g
- ・醤油…大さじ1と1/2

作り方

- ①ミックスナッツは粗く刻む(ピスタチオは殻をむく)。
- ②鶏肉は解凍し、一口大に切る。真塩と酒をもみ込み、片栗粉をまぶす。
- ③②をボウルに入れて混ぜる。
- ④フライパンになたね油を1~2cmの深さに注いで熱し、③を入れて両面を返しながら4分ほど揚げ焼きにする。揚げ色がついたら取り出して③のボウルに入れてからめる。
- ⑤器に盛り、①を散らす。好みでサニーレタスを添える。

※はちみつを使用しているため、1歳未満の乳児には与えないでください。



タッカンジョンは
韓国で親しまれている
鶏肉料理

鶏肉ムネ P 3

632 ミックスナッツ

園プレス・オールターナティブ



食塩・植物油を使わずに蒸煎りした
アーモンド、ピスタチオ、カシュー
ナッツと、ローストしないくるみを
ミックス。

トマトケチャップ P 5



純粋はちみつ P 6

639 メープルアーモンド

園プレス・オールターナティブ



カリフォルニア州の有機認証を受けた
米国産アーモンドに、煮詰めたメープル
シロップをコーティング。素朴な甘さの
あとをひくおやつです。

641 梅ゼリー

(株)王陽堂農園



提携先の梅を甘露梅にしてゼリーに閉じ
込めました。梅ドリンク・寒天・こんにゃく・
素糖液を使った爽やかな風味のゼリーです。

628 グリッシーニ 京田食品(株)



道産小麦粉、消費材のオリーブオイル
使用。塩味のさっぱりとした味と、パリッ
とした歯応えが特徴です。生ハムを巻
いておつまみにも。

629 アーモンド (食塩不使用) 園プレス・オールターナティブ



新玉ねぎのナッツみそ焼き
有機栽培されたカリフォルニア産アー
モンドを国内で蒸焼きしました。その
ままおやつや、お菓子作りに。

630 くるみ 園プレス・オールターナティブ



カリフォルニアの有機農産物生産者が栽
培した、チャンドラー種とハートレー種
という品種のクルミです。食塩不使用。

633 ドライフルーツ・ナッツミックス 園プレス・オールターナティブ



海外の有機認証を受けたレーズン、ド
ライクランベリー、スライスアーモンド、
くるみのミックス。酸味料などの食品
添加物は不使用です。

634 ヨーグルトと食べるドライフルーツ 園プレス・オールターナティブ



砂糖等を加えなくてももしっかり甘味が感
じられる。ヨーグルトにぴったりドライフ
ruit 4種(マンゴー・クランベリー・レー
ズン・パイナップル)をミックスしました。

635 レーズン 園プレス・オールターナティブ



日本では栽培量の少ないレーズンを、
カリフォルニアの有機農産物生産者に
特定して輸入しています。

637 落花生殻付 全農千葉県本部



落花生に適した気候風土で栽培された
千葉県産の落花生。じっくり煎りあげた
風味と香りが、クセになる美味しさです。

642 完熟梅ゼリー (株)王陽堂農園



王陽堂農園グループの梅ペーストと梅
ドリンクを寒天で固め、オブラートで
包んだ一口サイズの甘酸っぱいゼリー
です。香料・着色料不使用。

645 ジュシーフルーツミニゼリーりんご (株)片山食品



国産りんご果汁を使用したフルーツゼ
リー。着色料、香料、酸化防止剤など
は使用していません。

643 ちゅるっと飲むゼリー (りんご) マルハニチロ(株)



国産のりんご果汁・ピューレを使用し、
砂糖と酸味料のみで味付けしました。
香料、酸化防止剤不使用。持ち運びに
も便利です。

646 レモンラムネ菓子 (株)ミサワ食品



子どもに人気の昔ながらのお菓子。主
原料はグラニュー糖と甘糖でんぷん。レモ
ン濃縮果汁とクエン酸で味付けしています。

プルーン入りヨーグルトアイス

チーズクラッカーと一緒にどうぞ!



636 干しプルーン 園プレス・オールターナティブ

カリフォルニアで無農薬栽
培されたものを、蒸気だけ
で殺菌しました。ノンオイ
ルコーティング。

材料 (4人分)

- ・干しプルーン…80g
- ・水切りヨーグルト…1パック分(約200g)
- ・チーズクラッカー…適量

作り方

- ①水切りヨーグルトに刻んだ干しプルーンを加え、よく混ぜる。
- ②パットに広げて冷凍庫で3時間以上冷やす。
- ③お好みの器に盛り、チーズクラッカーをそえる。

※冷凍庫で冷やす際に1時間おきくらいで混ぜると食感よく仕上がります。

ピオサボレシビ 映画
水切りヨーグルト



ヨーグルト P 4・19~22

生活クラブの石けん類は合成界面活性剤を使用していません

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込
701	粉石けん ひなたぼっこ	4	廃食用油原料のリサイクル粉石けん	1.5kg	600	660
702	十勝 固形石けん	4	無香料・無着色 純石けん分 98%	100g	215	237
703	洗濯用粒状せっけん	3	粒状の洗濯用石けん、フローラル系香料使用	1.6kg	917	1009
704	詰替用洗濯用液体せっけん	2	液体の洗濯用石けん、無香料	1000ml	430	473
705	酸素系漂白剤	3	過炭酸ナトリウム 100% 顆粒状 塩素系ではありません	500g	359	395
706	洗濯仕上げ用リンス	4	黄ばみや臭いを抑え石けんカス防止に	600ml	404	444
707	詰替用洗濯仕上げ用リンス	3	スタンドバック・ストロー付注ぎ口	550ml	239	263
708	洗濯槽用クリーナー	1	原料は酸素系漂白剤と石けん ドラム式には使用不可	500g × 2	947	1042
709	重曹	2	研磨剤、消臭、油性性のシミに	1kg	409	450
710	炭酸塩(洗濯・洗浄用)	1	石けんと併用で洗浄力アップ	1kg	433	476
711	キッチン用液体せっけん	4	食器洗い、ウール洗いやお風呂掃除に	500ml	347	382
712	詰替用キッチン用液体せっけん	2	スタンドバック・ストロー付注ぎ口	450ml	240	264
713	クリームクレンザー	1	珪酸白土と石けんをクリーム状に加工	400g	280	308
714	詰替用クリームクレンザー	1	保管に便利なスタンドバック入り	350g	224	246
715	クエン酸 800g	1	中国産クエン酸使用 洗浄用	800g	897	987
716	ハンドソープ	4	殺菌剤、増粘剤不使用 フローラル系香料使用	300ml	485	534
717	詰替用ハンドソープ	2	スタンドバック・ストロー付注ぎ口、香料使用	250ml	272	299
718	自動食器洗浄機用洗浄剤	1	漂白剤、アルカリ剤使用 チャック付スタンドバック	500g	466	513
719	せっけんシャンプー	2	泡立ちの良い石けんシャンプー、香料使用	500ml	462	508
720	詰替用せっけんシャンプー	1	スタンドバック・ストロー付注ぎ口、香料使用	450ml	320	352
721	せっけんシャンプー用リンス	2	クエン酸が主原料 香料使用	300ml	314	345
722	詰替用せっけんシャンプー用リンス	3	スタンドバック・ストロー付注ぎ口、香料使用	250ml	229	252
723	詰替用ウィルケアシャンプー	3	スタンドバック・ストロー付注ぎ口、香料使用	550ml	465	512
724	詰替用ウィルケアリンス	3	スタンドバック・ストロー付注ぎ口、香料使用	550ml	619	681
725	ボディシャンプー	4	肌に潤いを与えるグリセリンを配合	700ml	762	838
726	詰替用ボディシャンプー	2	スタンドバック・ストロー付注ぎ口	550ml	422	464
727	浴用せっけん	1	無香料・無着色 純石けん分 98%	100g × 3	310	341
728	ハミガキ	1	防腐剤不使用 スペアミント香料使用	150g	246	271
729	こどもハミガキ	2	防腐剤不使用 香料使用 オレンジ味	40g	182	200
730	ソルトハミガキ	3	塩化ナトリウム配合 ペパーミント香料使用	140g	281	309
731	アパタイトハミガキ	2	ヒドロキシアパタイト配合 香料使用	120g	1031	1134

石けん類

701 粉石けん ひなたぼっこ

(制十勝リサイクル)



廃食用油から作られたリサイクル粉石けん。熟成と天日干しに時間をかけ丁寧に仕上げました。洗濯、食器洗いから掃除など様々な用途に。無香料。

702 十勝 固形石けん

(制十勝リサイクル)



「香料」「酸化防止剤」などの添加物は一切不使用。食器洗い、洗濯での襟元汚れ、肌の弱い方や赤ちゃんの肌着、ウールなどのおしゃれ着洗いにもおすすめです。

703 洗濯用粒状せっけん

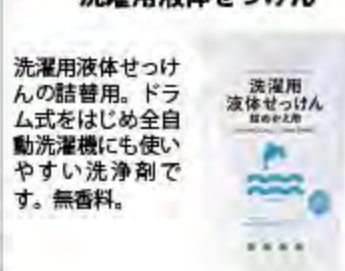
エスケー石鹸樹



アルカリ剤を配合し、洗浄力を高めた粉石けんです。フローラル系の香料配合で、洗い上がりはほのかに香ります。

704 詰替用 洗濯用液体せっけん

エスケー石鹸樹



洗濯用液体せっけんの詰替用。ドラム式をはじめ全自動洗濯機にも使いやすい洗浄剤です。無香料。

705 酸素系漂白剤

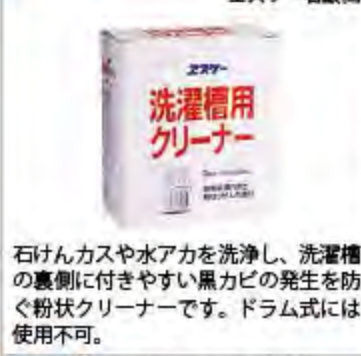
エスケー石鹸樹



原料は過炭酸ナトリウム 100%。塩素系と違い有毒なガスは発生しません。顆粒状で柄物、色物の漂白もできます。洗濯や食器類の除菌にも。

708 洗濯槽用クリーナー

エスケー石鹸樹



石けんカスや水アカを洗浄し、洗濯槽の裏側に付きやすい黒カビの発生を防ぐ粉状クリーナーです。ドラム式には使用不可。

719 せっけんシャンプー

エスケー石鹸樹



合成界面活性剤を使っていないので、頭皮や毛根などにダメージを与えにくく、キューティクルも傷つけないシャンプーです。香料使用。

723 詰替用 ウィルケアシャンプー

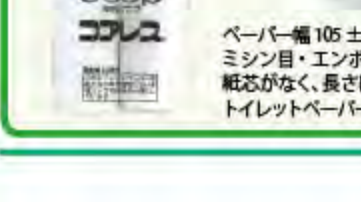
エスケー石鹸樹



肌に優しいバーム核油と高純度のオレイン酸を主原料とした、粘度のある使いやすい石けんシャンプーです。香料使用。

725 ボディシャンプー

エスケー石鹸樹



純石けんで香料無添加。保湿効果のあるグリセリンを加えています。よく泡立ててから、優しく洗ってください。

731 アパタイトハミガキ

エスケー石鹸樹



歯と同じ成分、高純度のヒドロキシアパタイトを14%配合した歯周病予防効果のある薬用ハミガキです。発泡剤不使用。香料使用。

※家庭紙の申込み欄は個人申込用紙1の最上段にあります

消費材名	週	情報	規格	価格	税込
コアレス(芯なし)	2	再生紙 100%	130m × 6	495	545
コアント(芯あり)	4	再生紙 100%	70m × 12	440	484
生活クラブティッシュ	4	再生紙 100%	200組 × 5箱	340	374

生活クラブの家庭紙は再生紙100%です!

コアレス(芯なし)



ペーパー幅 105 ± 3mm。
ミシン目・エンボス加工無。
紙芯がなく、長さは一般的な
トイレットペーパーの約2倍。

コアント(芯あり)



ペーパー幅 107 ± 2mm。
ミシン目・エンボス加工有。

生活クラブティッシュ



取り出し口にプラスチックフィルム不使用。

再生紙は紙パルプ製品と比べ、以下の利点があります。

- ①森林資源の節約になる
- ②木材から作るよりエネルギーが3分の1に抑えられる
- ③漂白剤の使用が半分で済む



倶知安町にあるコアレス道楽館では、私たちが使っている牛乳パックや使用済みの注文用紙を原料に家庭紙を作っています!

No	消費材名	週	情報	規格	価格	税込	次回
801	生理用ナプキンレギュラー	3	ノンポリマータイプ 長さ21cm 羽なし	28個入	315	347	
802	生理用ナプキン多い日の厚用羽つき	3	ノンポリマータイプ 長さ23.5cm 羽つき	16個入	373	410	
803	生理用ナプキン夜用羽つき	3	ノンポリマータイプ 長さ29cm 羽つき	10個入	373	410	
804	羽根つきナプキンレギュラー	3	ポリマータイプ 長さ23.5cm 羽つき	24個入	358	394	
805	おりものシート	3	綿100%の不織布使用 14.5cm	40個入	320	352	
806	やわらかパッド(尿ケア) 50cc	3	30枚(10cm×23.5cm)	30枚	642	706	
807	やわらかパッド(尿ケア) 120cc	3	26枚(11cm×29cm)	26枚	642	706	
808	大人ハブラシ4本組	3	毛はナイロン製 ストレートハンドル	4色4本	515	567	
809	子供ハブラシ3色組	3	毛はナイロン製 3〜7歳向け	3色3本	340	374	
810	ヘッド交換式替えブラシ レギュラー6個	4	植毛部は約22×7.5mm 毛のかたさはやや柔らかめ	6個	640	704	
811	ヘッド交換式替えブラシ コンパクト6個	4	植毛部は約19×7.5mm 毛のかたさはやや柔らかめ	6個	640	704	
812	アクアクリーム 水の彩	1	合成界面活性剤・香料不使用	100g	1930	2123	
813	スクワランオイル	1	99.9%の高純度スクワラン(深海鮫の肝油) 無添加	60ml	1223	1345	
814	★オーガニックハーバルヘアカラーオレンジ(ヘナ)	4	インド産有機栽培ヘナ 100%使用	100g	1550	1705	
815	精油	1	利島村産ヤブツバキの実 100%使用	100ml	1300	1430	
816	キッチンペーパーボックスタイプ 100W×3箱	1	紙バック系古紙原料使用	200枚×3箱	485	534	
817	再生無漂白ペーパータオル	1	再生紙 100% 食品用ではありません	200枚	170	187	
818	化粧パフ2個組	2	綿100%の化粧用コットン やや大きめサイズ	60枚×2箱	365	402	
819	クッキングシート	1	両面使えるシリコン加工 30cm×5m	1本	275	303	
820	泡状ポンプ容器	4	粘度の高いウィルケアシャンプーは不可	容量600ml	481	529	
821	ポリラップ	2	無添加ポリエチレン	30cm×60m	200	220	
822	ポリラップミニ 22cm	2	無添加ポリエチレン	22cm×60m	175	193	
823	クリーンアルコール	1	キッチン道具や食器などの除菌に	200ml	790	869	
824	★オリーブ湯	2	入浴オイル オリーブ50%以上・スクワラン10%配合 香料使用	150ml	1345	1480	11月
825	トイレ掃除スプレー	2	ユーカリエキスを・かんきつ油配合	300ml	908	999	
826	食器洗い用スポンジ	4	ポリウレタン製 4cm×9cm×12cm	2個組	336	370	
827	プロポリス	4	ブラジル産 アルコール抽出	30ml	4202	4538	
828	卵油	2	生活クラブ連合会指定養鶏場の鶏卵使用(卵)	450mg×100粒	4324	4670	
829	スクアレン鮫油	1	450mg×150粒 カプセル	67.5g	2150	2322	
901	ノンカップ麺詰合せ	1	ラーメン2種・うどん2種・そば1種 各2食(乳・麦・そ・豆)	10食入	1519	1641	
902	ノンカップ麺・しおやさいラーメン	4	国産小麦粉使用(乳・麦・豆・(そ))	8食入	1153	1245	
903	ノンカップ麺・しょうゆラーメン	3	国産小麦粉使用(麦・豆・(そ))	8食入	1153	1245	
904	ノンカップ麺・和風カレーうどん	2	国産小麦粉使用(乳・麦・豆・(そ))	8食入	1178	1272	
905	ノンカップ麺・和風きつねうどん	4	国産小麦粉使用(乳・麦・豆・(そ))	8食入	1153	1245	
906	ノンカップ麺・そば	2	国産小麦粉・そば粉使用(麦・そ・豆)	8食入	1282	1385	
907	ノンカップ麺・やきそば	3	国産小麦粉使用(麦・豆・(そ))	8食入	1132	1223	
908	ミニノンカップ麺和風セット	4	うどん4食 そば4食(乳・麦・そ・豆)	2種×4食	845	913	
909	★ななつぼしバックごはん	4	生活クラブ米の「ななつぼし」100%使用	150g×3パック	550	594	
910	白粥 5袋組	4	山形県産米・真塩使用	250g×5袋	1089	1176	10月
911	マジックライス・白飯 20食	3	国産米使用(卵・(乳)・(麦)・(豆)・(え)・(か))	100g×20食	5928	6402	12月
951	わんちゃんのご馳走 鶏まるごと	2	丹精鶏使用 レトルトパウチドライフードにかけて使用	80g×5個	575	633	
952	キャットフード(かつお節入り)	1	油漬缶詰の製造時に発生する血合肉使用	85g×4缶	504	554	
953	キャットフード(鶏肉入り)	1	油漬缶詰の製造時に発生する血合肉使用	85g×4缶	504	554	
954	キャットフード(しらす入り)	2	油漬缶詰の製造時に発生する血合肉使用	85g×4缶	504	554	
955	キャットフード(チーズ入り)	3	油漬缶詰の製造時に発生する血合肉使用	85g×4缶	504	554	
956	キャットフード(野菜入り)	3	油漬缶詰の製造時に発生する血合肉使用	85g×4缶	504	554	

805 おりものシート

コットン・ラボ製



表面材には天然コットン 100%の不織布を使用しているため、肌にやさしく吸収力も安心です。ポリマー不使用。

806 やわらかパッド(尿ケア) 50cc

コットン・ラボ製



通気性シートでお肌にやさしい尿ケアパッド。肌ざわりが良く、またスピード吸収で漏れにも安心して嫌な臭いを抑えます。

810 ヘッド交換式替えブラシ レギュラー6個

811 ヘッド交換式替えブラシ コンパクト6個

エスケー石鹸製



歯ブラシの交換用ヘッドブラシです。極細毛とフラット毛の2段階毛。買い換えるよりも経済的なので気軽に交換できます。

815 精油

利島農業協同組合



伊豆七島の利島村で、梅の種子から搾油。主成分はオレイン酸で、皮膚や毛髪に潤いを与えます。

816 キッチンペーパーボックスタイプ 100W×3箱

下村企画製



牛乳パックや紙皿などの製造端材を使用した、環境配慮型のキッチンペーパー。エンボス加工で水や油もしっかり吸収します。漂白剤不使用。

818 化粧パフ2個組

コットン・ラボ製



赤ちゃんの肌にもやさしい綿100%。長繊維の綿花をたっぷり使用しています。少し大きめサイズ。

819 クッキングシート

ビップトウキョウ製



両面使えるシリコン加工。油や汁を通さないため調理器具や食器の後片付けが簡単。蒸気を適度に通すので蒸し料理にも。

821 ポリラップ

宇部フィルム製



燃やしても塩素系ガスが発生しない、無添加のポリエチレンラップです。野菜、果物のみずみずしさを保ちます。

822 ポリラップミニ 22cm



825 トイレ掃除スプレー

関カワタキコーポレーション



汚れている部分や掃除したい所にスプレーし、トイレトペーパーなどで拭き取ってください。掃除・除菌・消臭が一度にできます。

ノンカップ麺うどん・そばの少量セット。お椀にちょうど良いサイズです。回転備蓄にも。

823 クリーンアルコール

関カワタキコーポレーション



無害で安全性の高い衛生用除菌スプレーです。アルコールの除菌作用により、キッチン道具や食器などの雑菌が繁殖するのを抑えます。

826 食器洗い用スポンジ

エスケー石鹸製



網状の軟質ポリウレタン製で泡立ちが良く、汚れを良くかき出します。スポンジの目が粗いため、水切れがよく衛生的です。

828 卵油

JA 全農たまご

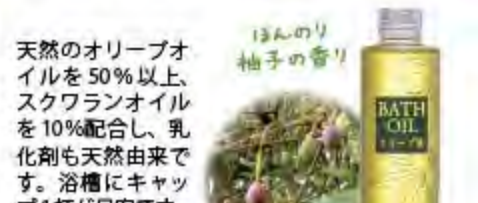


卵から卵黄レシチンを抽出し、ソフトカプセルで包んだ栄養補助食品。元気に過ごしたい、肌荒れが気になる方などにお勧めです。1日3〜4粒が目安。

猫用栄養補助食品。キハダ・メバチマグロの血合い肉をベースに、オリゴ糖、ビタミンEを配合しています。トッピングには食物繊維を含む野菜を混ぜ込みました。

824 オリーブ湯

生活クラブ・スピリッツ製



天然のオリーブオイルを50%以上、スクワランオイルを10%配合し、乳化剤も天然由来です。浴槽にキャップ1杯が目安です。

908 ミニノンカップ麺和風セット

トーエー食品製



生活クラブ米のななつぼしを100%使用。釜炊き製法でバックごはんにしました。手軽に生活クラブ米が楽しめます。

909 ななつぼしバックごはん

濱田精麦製



生活クラブ米のななつぼしを100%使用。釜炊き製法でバックごはんにしました。手軽に生活クラブ米が楽しめます。

猫用栄養補助食品。キハダ・メバチマグロの血合い肉をベースに、オリゴ糖、ビタミンEを配合しています。トッピングには食物繊維を含む野菜を混ぜ込みました。

956 キャットフード(野菜入り)

日本果実工業製



猫用栄養補助食品。キハダ・メバチマグロの血合い肉をベースに、オリゴ糖、ビタミンEを配合しています。トッピングには食物繊維を含む野菜を混ぜ込みました。

ピックアップ MORE

数ある消費材の中から、さらに厳選したおすすめを紹介しします。いつもの注文にプラスする消費材を発見?! 規格・価格については各ページの一覧表をご覧ください。

計画購入品 P5~15

201 コクと甘みのカレールウ甘口

202 コクと香りのカレールウ中辛

今日の夕飯「夏カレー」



平牧三元豚のラードを原料に使用したスパイシーさとコクを兼ね備えたカレールウ。甘口は砂糖とハチミツの割合を多めに配合した子ども向け。中辛はスパイスの香りや辛みが効いた大人向け。

215 トマトミートソース コーミ調

285 スパゲティ 1.8mm



牛肉、玉ねぎ、カットトマトを使用し、ボークエキスで旨味をプラス。あっさり風味のミートソースです。2人前。

高温をかけずに製麺し、約3日かけて乾燥させているので、小麦の風味が残っています。大容量の1kg入り。

648 しお飴

関ミサワ食品



国産水飴、ビートグラニュー糖、塩のみを使用したシンプルな飴。汗をかいた時、たっぷりの水と一緒に塩分補給としても。

組合員
おすすめ

市販の塩飴とは違い、極上の氷砂糖を思わせるような口どけにビックリ! 夏場には部活で汗をかく娘も「これいいね!」と常に携帯しているようです。もちろん添加物・着色料不使用なのも重要なポイントです!

冷凍品 P23~26

635 ぶり照り焼き

関NSニッセイ



古平で獲れたぶりを、生活クラブ指定の醤油、麦芽水飴、素揚げ、自社製造のにしん魚醤油を使用して照り焼き用に調味しました。

636 戻りかつお炙り丼の具

関NSニッセイ



一本釣り船が漁獲した焼津港水揚げのかつおを炭火で炙って、添加物不使用の特製たれに漬けました。濃いめの味でご飯が進みます。

757 めばちまぐろ

関NSニッセイ



太平洋沖で漁獲された「めばちまぐろ」を、船上で急速凍結しているため鮮度抜群です。解凍後の赤身も鮮やか。

824 デミグラスハンバーグ

北海道チクレン農協連



消費材の牛肉と豚肉、国産玉ねぎを加えたパテをじっくり煮込みました。特製デミグラスソースで仕上げています。

854 なめらか杏仁豆腐 マルハニチロ調



アーモンドの煮汁と杏仁リキュールで、しっかりと風味を効かせることで、深い味わいや濃厚さ、なめらかさを出しています。はちみつ使用。

855 熊笹麩万頭

関小山製菓所



京風の麩万頭。道産の小麦・もち粉から作った生麩の生地には熊笹粉末を練り込み、道産小豆のこし餡を包みました。

冷蔵品 P19~22

31 234 焼そば

関岡製麺所



消費材の生ラーメンを、焼そば用の蒸し麺に加工しました。消費材のなたね油をまぶして仕上げています。ソースは付いていません。

39 刻み紅しょうが

関王陽堂農園



高知県産のしょうがを使用。約2mmに刻み、消費材の梅干しを作るときにできる赤梅酢に漬けました。

247 おろししょうがチューブ

関高スバイス調



国産しょうがを90%以上配合。薬味などに手軽に使えます。保存料・着色料・香料は不使用。保管は冷蔵庫で。

347 おろし本わさびチューブ

関高スバイス調



国産の本わさびを使用し、添加物と副原料を可能な限り減らしました。わさび本来の香りが楽しめます。

49 純米 酒粕の甘酒

350 純米 麴の甘酒

関田中酒造所



田中酒造所の純米酒からできた板粕を使用し、塩と砂糖、水だけで作った甘酒です。

飲む点滴♪

飲む美容液



西山製麺所

夏の限定、磯の香りの清涼麺

暑さのピークを迎える八月。夏バテに気をつけて過ごしたいところですが、そのために必要な要素のひとつがやはり食べ物。しかし、どんなに栄養のある料理を作っても「食欲が無い」と言ってしまう家族が食べられない。そんな時はサッパリ食べられる「青のり入り昆布めん」。昆布や青のりの爽やかな風味が夏を感じさせ、きつと食が進むはず。免疫力アップと夏バテ対策として、生産者もおすすめのネバネバトッピングで夏の味をお楽しみください。

33 青のり入昆布めん

280g (140g×2)

340円(税込367円) P19

酒類

※酒類は生活クラブ本部・釀造センターからの広告欄です。

※このページのお酒は個人申込用紙1の裏面、「酒類」の欄でお申し込みください。

※20歳未満の者には販売できません。

北の鶴特別純米酒 北のろまん 2週配達 小林酒造園 道産酒造好適米「星」を使用し、寒造りの手法で仕込んだ「かろやか辛口」の特別純米酒。味は軽快で喉ごし爽やか。 720ml 日本酒度+10 アルコール度数 15% 1,700円 (税込1,870円)	北の鶴 特別純米酒 雪泉 3週配達 小林酒造園 当別町で減農薬栽培した酒造好適米「星」を100%使用。芳醇中口、白ワインのような酸味を持つきれいの良いお酒。 720ml 日本酒度±0 アルコール度数 15% 1,575円 (税込1,733円)	特別純米酒 まる田 2週配達 小林酒造園 道産の酒造好適米「吟風」を使用し、米の旨味を十分に生かした骨太の純米酒。酒本来の色と米の力強い旨味を大切に仕上げているので、濃厚な味わいも特徴。 720ml 日本酒度+4 アルコール度数 16% 1,800円 (税込1,980円)	純米吟醸 北の一星 1週配達 田中酒造園 道産酒造好適米「星」を60%まで削り、小樽の良質な伏流水で仕込みました。吟醸香とお米の旨みが調和した蔵元限定の辛口酒です。 720ml 日本酒度+3 アルコール度数 15% 2,180円 (税込2,398円)	純米酒 宝川 1週配達 田中酒造園 優しい香りとほぐれよい旨味が広がるスッキリとした口当たり。辛口純米酒。冷やしても燗でもお楽しみいただけます。 720ml 日本酒度+1~5 アルコール度数 14% 1,400円 (税込1,540円)
無添加キャンベルアーリー 3週配達 園はこだてわいん 生果実から丁寧に造った酸味と甘味が調和したフルーティーなワイン。酸化防止剤不使用。 720ml ライトボディ アルコール度数 12% 1,300円 (税込1,430円)	無添加ナイアガラ 2週配達 園はこだてわいん 仁木産ナイアガラを100%使用した、独特のフルーティー感とほのかな甘さを引き出した白ワイン。酸化防止剤不使用。 720ml やや甘口 アルコール度数 12% 1,300円 (税込1,430円)	北海道 100 ケルナー 3週配達 園はこだてわいん 余市町産ケルナー種を100%使用。青リンゴや洋梨のような華やかな香りと爽やかな酸味が特徴の、まるやかで厚みのある白ワインです。 750ml やや辛口 アルコール度数 12% 2,200円 (税込2,420円)	北海道 100 ビノ・ノワールロゼ 2020 3週配達 園はこだてわいん 北海道で収穫されたビノ・ノワール種を100%使用。カシスやラズベリーを連想させるフローラル系の甘さと、柑橘系の爽やかなアロマが広がります。 750ml 辛口 アルコール度数 12% 3,280円 (税込3,608円)	ななえシードル 1週配達 園はこだてわいん 七飯町産ヨナゴールド・ハックナイン・北斗の3品種を使用。りんご本来の甘みや酸味もしっかりと残ったスパークリングワインです。 500ml やや甘口 アルコール度数 8% 1,400円 (税込1,540円)
北の星流ビール 4本組 4週配達 園アレフ 伝統的な醸造方法で、原料は麦芽、ホップ、酵母、水のみ。道産の大麦芽を100%使用。下面発酵のビールスナードタイプ。 330ml x 4 賞味期限：製造日から90日 アルコール度数 約5% 1,170円 (税込1,287円)	小樽ビール ビルスナー 1週配達 園アレフ 独特ななめらかな喉ごしと、爽快感のある、軽やかな飲み心地の本格的な味わい。ドイツのビール純粋令を守った本格的なビールです。 330ml x 4 賞味期限：製造日から40日 釀造不可 アルコール度数 約5% 1,170円 (税込1,287円)	小樽ビール ドンケル 4週配達 園アレフ カラメル麦芽をふんだんに使い、褐色の深い色合いに仕上げられています。クリーミーな泡立ちと麦芽の風味・甘みが感じられる濃厚な味わいが特徴です。 330ml x 4 賞味期限：製造日から40日 釀造不可 アルコール度数 約5% 1,170円 (税込1,287円)	小樽ビール シュヴァルツ 3週配達 園アレフ 下面発酵で造られる深い色とは裏腹に、エスプレッソ・フレーバーにライトな飲み口と甘くクリーミーな泡立ちの黒ビールです。 330ml x 4 賞味期限：製造日から40日 釀造不可 アルコール度数 約5% 1,170円 (税込1,287円)	小樽ビール 園アレフ ノンアルコールビール 4本組 2週配達 園アレフ カラメル色素・苦味料などは不使用。混ぜり物のないピュアな味わいを実現しています。 330ml x 4 賞味期限：製造日から90日 釀造不可 アルコール度数 0.00% 750円 (税込810円)
小樽ビール 園アレフ ノンアルコールビール ブラック 4本組 4週配達 園アレフ 原料の麦芽をローストし、深い味わいとまろやかなフレーバーを生み出したブラックタイプ。 330ml x 4 賞味期限：製造日から90日 釀造不可 アルコール度数 0.00% 750円 (税込810円)				

生活クラブでは独自の「自主基準値」を設け放射能検査を実施しています

「シンチレーションカウンター」(写真右)と呼ばれる5台の測定器に加え、2016年度より高精度の放射能検査が可能な「ゲルマニウム半導体検出器」を導入し、取り扱う食品の放射能検査を独自に実施しています。その検査実績をもとに、国の基準より厳しい自主基準値を設けました。これを超える食品は扱いません。検査結果は、生活クラブ北海道のwebページで公開しています。

基準を上回った場合は供給を中止します



生活クラブの自主基準値	
食品区分	基準値 (Bq/kg)
乳児用食品 ※1	不検出
飲料水 ※2 牛乳(原乳) 米	5
鶏卵・鶏肉・豚肉・牛肉・乳製品	10
青果物 ※3 魚介類・加工食品	25
生椎茸	50

国の基準値	
食品区分	基準値 (Bq/kg)
乳児用食品	50
飲料水	10
牛乳	50
一般食品	100

【注】
※1 ペビーフード等、離乳食としての利用が想定される消費材については基準値を不検出とします。
※2 飲料水には緑茶、烏龍茶などの茶葉も含み、計測の際は飲用状態の濃度になります。
※3 「生椎茸」以外のきのこ類も青果に含まれます。

マークの見方

- ⇒ 遺伝子組み換え要対策品(※遺伝子組み換えの副原料(酸化防止剤や香料の抽出に使用されるアルコール等)等を、やむを得ず使用する場合は独自表示)
- ⇒ 番号を枠で囲んでいる消費材は今年度ひとまず続きます。(※次回回収期は、あくまでも予定です。諸事情により変更になる場合があります)
- ⇒ 組合員みんなが利用する基礎的な消費材であり、新規組合員に利用を呼びかける消費材を「L's認定消費材」として、このマークをつけています。
- ⇒ 生活クラブ北海道で独自に取組んでいる消費材です。
- ⇒ 新規取組品。
- ⇒ 今月から値下げ・値上げする消費材です。
- ⇒ 回収の対象となるリユースびんマークです。空びんは水ですぐ、できるだけラベルをはがして回収に出しましょう。
- ⇒ 冷蔵または冷凍配送でお届けします。

取組みの約束ごと

- ◆生活クラブの消費材は、原料や製造方法を指定して生産者に作ってもらった、いわばオーダーメイドの製品。ですから生産者に対して買取責任があります。以上の理由から、生活クラブでは事故品以外の返品はお断りしています。
- ◆包材は表示やデザインなどの変更により、掲載写真と異なることがありますので御了承ください。(カタログは6月17日時点での情報となっています)

アレルゲン表記について

代表的な原材料9物質を、以下のようにカタログの表中に表記しています。

鶏卵⇒(卵) 牛乳⇒(乳) 小麦⇒(麦) 大豆⇒(豆) そば⇒(そば)
落花生⇒(落) えび⇒(え) かに⇒(か) くるみ⇒(く)

原材料としては使用していませんが、製造する際や原材料の採取方法等、意図せず混入する可能性がある場合(コンタミネーション)については、小麦⇒(麦)のように、()で物質名を表示します。また、混入量には幅があります。アレルゲン情報は注意を払って掲載していますが、利用前に必ず包材表示を確認してください。

STOP! 遺伝子組み換え

生活クラブでは、食品としての安全性、環境への影響、さらには多国籍企業による種子の支配に反対をする姿勢から、遺伝子組み換え作物由来の原料や飼料は、極力使わないことを基本としています。ただし、原材料の副原料などでやむを得ず使用する場合は、油脂や香料など表示義務がないものも含めて、カタログ上で公開しています。

食品添加物について

生活クラブの食品は、着色料や保存料などの不要な食品添加物は使用しないことを原則としています。許容する食品添加物を93品目に限定し、日本で認められている食品添加物の約11%にまで減らしました。



(2024年3月末現在)

けむりの
向こうに

笑顔が広がる



生活クラブ 焼き肉まつり!



北海道の短く暑い夏が到来!

おうちの中でホットプレート、外でワイルドに炭火でも

お友達やご近所さんとわいわい賑やかに

二人でじっくり語らいながら

どこでだって、誰とだって自由!

楽しい時間に生活クラブおすすめの消費材で

焼き肉はいかがですか。

NEW



三元豚おうち焼き肉セット

焼き肉の季節に合わせて、岡平田牧場から新規品の登場です。三元豚の中でも焼き肉に合う部位を、生産者の藤野さんが「あれも良い、これも良い!」と考え、選び抜かれた自慢のセットです。夏の時期だけの取組みです。

岡平田牧場

621 三元豚おうち焼き肉セット

凍 500g (肩ロース・バラ各 200g、トントロ 100g)
1,600円(税込 1,728円) P24

個人的にはトントロを
もっと食べたい...

岡平田牧場 藤野 真二さん

焼き肉のたれに漬け込んでも
シンプルに塩こしょうでも焼き肉だからこそ
普段より厚切りに!サクサクジューシー
とろける甘み

725 豚スペアリブ 岡平田牧場

凍 700g 1,715円(税込 1,852円) P25



18 219 ベーコンブロック 札幌バルナバフーズ(株)

凍 200g 1,420円(税込 1,534円) P19・21



620 三元豚トントロ 岡平田牧場

凍 300g 850円(税込 918円) P24

あなたはタレ派?

塩こしょう派?

121 焼き肉のたれ P5

107 粗びき塩こしょう(袋入) P5

焼き肉にぴったり
のビール揃ってます!

炭火で焼くと最高!

1 週配達 冷蔵品

No.	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
納豆・豆腐・練り製品	1 納豆	江部乙産大豆 100%〈豆〉	30g × 3 個	125	135	
	2 豆腐(木綿)	道産大豆使用 消泡剤不使用〈豆〉	300g	185	200	
	3 豆腐(絹)	道産大豆使用 消泡剤不使用〈豆〉	300g	165	178	
	4 生あげ	道産大豆使用 消泡剤不使用〈豆〉	150g (3 個)	175	189	
	5 小あげ	道産大豆使用〈豆〉	12g × 5	165	178	
	6 京風あげ	道産大豆使用 サイズ約 7.5cm × 約 18cm × 約 1cm〈豆〉	1 枚	126	136	
	7 こんにやく	群馬県産こんにやく粉使用	包装時 320g	145	157	
	8 しらたき	群馬県産こんにやく粉使用	160g	145	157	
	9 黒こんにやく	群馬県産こんにやく粉使用	包装時 320g	145	157	
	10 焼ちくわ	リン酸塩無添加すり身使用	55g × 3	305	329	
	11 ちぎり揚	リン酸塩無添加すり身 人参・ごぼう入	150g	275	297	
	12 オランダ揚	リン酸塩無添加すり身使用	50g × 4 枚	365	394	
	13 小判かまぼこ	リン酸塩無添加すり身使用	20g × 8 枚	315	340	
	14 しぐれかまぼこ	リン酸塩無添加 人参ペーストで色付	150g	275	297	
加工肉類	15 パジルウィンナー	古川ポーク使用〈(卵)・(乳)・(麦)・(豆)〉	120g	615	664	
	16 チキンウィンナー	石川養鶏場の採卵鶏使用〈(卵)・(乳)・(麦)・(豆)〉	200g	590	637	
	17 ピリ辛チキンウィンナー	石川養鶏場の採卵鶏使用 子供には不向き〈(卵)・(乳)・(麦)・(豆)〉	200g	600	648	
	18 ペーコンブロック	古川ポーク使用〈(卵)・(乳)・(麦)・(豆)〉	200g	1420	1534	
	19 ペーコンスライス	古川ポーク使用 厚さ約2.5mm・約8枚〈(卵)・(乳)・(麦)・(豆)〉	80g	590	637	
	20 生ハムスライス(スモークタイプ)	古川ポーク使用 5〜8枚〈(卵)・(乳)・(麦)・(豆)〉	40g	635	686	
	21 ヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 砂糖なし〈乳〉	400g	245	265	
	22 飲むヨーグルト	生活クラブ牛乳使用〈乳〉	150g × 2	265	286	
	23 スイートヨーグルト 6個組	生活クラブ牛乳使用〈乳〉	80g × 6	385	416	
	24 札幌酪農バター(大袋)	サツラク生乳使用 保存料・着色料等不使用〈乳〉	450g	1290	1393	
乳製品	25 生クリーム	サツラク生乳使用〈乳〉	200ml	520	562	
	26 ミックスチーズ	ニュージーランド産エグモントとゴーダのミックス〈乳〉	300g	917	990	
	27 全酪とろけるスライスチーズ	国産ゴーダチーズ 海外産モッツアレラチーズ使用〈乳〉	126g (7 枚入)	376	406	
	28 さいて食べられるモッツアレラ	道産生乳使用〈乳〉	75g	725	783	
	29 料理やお菓子にも使えるマーガリン	トランス脂肪酸は 10g 当たり 0.05g〈乳・豆〉	450g (225g × 2)	385	416	
	30 ところてん	国産原料使用 たれ無し〈麦〉	120g × 2	160	173	
	31 焼そば	道産小麦使用 ソースなし (2 食分)〈麦〉	320g (160g × 2)	200	216	
	32 冷麺	道産小麦、馬鈴薯澱粉使用〈麦・(卵)・(乳)・(そ)〉	320g (160g × 2)	310	335	7 月
	33 青のり入昆布めん	道産小麦粉使用〈麦・(卵)・(乳)・(そ)・(え)・(か)〉	280g (140g × 2)	340	367	
	34 煮干し	国内産 酸化防止剤不使用	100g	720	778	
麺類・惣菜・その他	35 生わかめ	三陸産	300g	1150	1242	
	36 イカキムチ	韓国伝統手法による本格キムチ〈(麦)〉	120g	598	646	
	37 スライス味付けザーサイ	提携生産者のザーサイ使用	150g	530	572	
	38 月山だいこん甘酢漬	山形県月山農場の大根使用 浅漬けタイプ	200g	280	302	
	39 刻み紅しょうが	高知県産原料使用	220g (固形量 80g)	193	208	
	40 北海道産ふき水煮	道産ふき使用	130g	240	259	
	41 北海道産わらび水煮	道産わらび使用	110g	285	308	
	42 海藻サラダ	国産海藻使用	100g	510	551	
	43 いわしオイル煮	道産真いわし、消費材のオリーブオイル、なたね油を使用	140g (2 尾)	350	378	
	44 昆布巻にしん	道産春にしん使用〈麦・豆〉	165g	420	454	
	45 昆布巻紅鮭	北洋産紅鮭使用〈麦・豆〉	165g	450	486	1 月
	46 にしんと昆布の煮付け	道産にしん・昆布使用 調理済〈麦・豆〉	100g	400	432	
	47 花かつお細けずり	国産かつおを手削りで加工 中細タイプ	75g	505	545	
	48 ねり和からしチューブ	カナダ産からし使用	30g	215	232	
	49 純米 酒粕の甘酒	純米酒の酒粕・砂糖・食塩使用 アルコール分 1%未満	500g	530	572	

小松菜と茎わかめのからし和え



48 ねり和からしチューブ

和ハイス食品

カナダ産マスタードが主原料です。食品添加物や保存料を極力配合せずに作りました。

食感がよく ミネラル豊富な
茎わかめを活用

茎わかめ
P21

① 茎わかめは熱湯に 10 分つけてから、水に 10 分つけて塩抜きし、長さ 3cm に切る。小松菜はラップで包んで電子レンジ (600W) で 1 分半加熱し、粗熱をとって水気を絞り、長さ 4cm に切る。
② ボウルに①を入れてよく混ぜ、①を加えてさっと和える。

38 月山だいこん甘酢漬

(南)月山農場



契約栽培した大根を甘酢で漬け込みました。素材の旨みと歯触りを生かした浅漬けタイプ。

27 228 全酪とろけるスライスチーズ

雪印メグミルク



モッツアレラチーズが入っているので伸びが良く、パンにのせてチーズトーストなどにどうぞ。

29 料理やお菓子にも使えるマーガリン

月島食品工業



パンに塗る他、料理やお菓子作りにも。原料油脂は遺伝子組み換えでない作物から搾ったものを使用。

計画品から冷蔵品にお引越し！ 三陸水産

47 花かつお細けずり



沖縄風力チューブ
鯉の本節と荒節に、かび付けしたものを約 3mm 幅に手削りしました。おひたしや、おにぎりに。

2 102 202 302

豆腐(木綿)

オシキリ食品



独自の真空釜で消泡剤を使用せず製造しています。市販品より濃い豆乳を凝固させているので、大豆の風味も濃いのが特長。

5 105 205 305

小あげ

オシキリ食品



小あげとちりめんのサラダ
市販品は輸入大豆の揚げが一般的ですが、道産大豆のみで製造し、揚げ油は国産米油を使用しています。

9 209 黒こんにやく

オシキリ食品



消費材のこんにやくに、国産ひじきを入れました。こんにやくと同じ型枠を使い常温熟成。24 時間以上湯水の中でアク(石灰分)抜きをする伝統製法です。

10 110 210 311

焼ちくわ

丸金佐藤水産



ちくわとチーズのおかか和え
練製品の中で一番人気の消費材。原料すり身は学校給食の規格と同じ無添加です。しっかりとした歯ごたえと弾力があります。

11 211 ちぎり揚

丸金佐藤水産



学校給食と同じ規格の無添加すり身使用。にんじん、ごぼうがたっぷり入っています。そのまま食べても煮物にも。

17 ピリ辛チキンウィンナー

札幌バルナバフーズ



道産のトウモロコシを食べて育った石川養鶏場の鶏肉に唐辛子を練り込んで作りました。辛いのが苦手な方はご注意ください。

20 生ハムスライス(スモークタイプ)

札幌バルナバフーズ



古川ポークのロースを塩のみで長期熟成。スモークの香りが素材を引き立てます。

30 136 233 333 ところてん

オシキリ食品

夏季限定!



国産の天草を煮炊きし、ヨード分を抽出して凝固させています。たれは付いていないので、酢醤油にからし、黒蜜、きな粉などで。

2週配達 冷蔵品

No.	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
101	納豆	江部乙産大豆 100% 〈豆〉	30g × 3 個	125	135	
102	豆腐(木綿)	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	185	200	
103	豆腐(絹)	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	165	178	
104	焼豆腐	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	195	211	
105	小あげ	道産大豆使用 〈豆〉	12g × 5	165	178	
106	がんも	道産大豆主体 〈豆〉	15g × 6	155	167	
107	こんにやく	群馬県産こんにやく粉使用	包装時 320g	145	157	
108	しらたき	群馬県産こんにやく粉使用	160g	145	157	
109	小巻しらたき	群馬県産こんにやく粉使用	80g × 3	260	281	
110	焼ちくわ	リン酸塩無添加すり身使用	55g × 3	305	329	
111	なると	リン酸塩無添加すり身使用「渦巻」なし	80g	145	157	
112	イカったね	リン酸塩無添加 玉ねぎ・イカ・人参入	40g × 4	280	302	
113	揚ボール野菜入	リン酸塩無添加 玉ねぎ・人参・ごぼう入	15g × 12	330	356	
114	チーズかまぼこ	リン酸塩無添加 ダイスチーズ入 〈乳〉	150g	395	427	
115	味付けおかから	道産大豆使用 〈麦・豆〉	100g	220	238	
116	ウインナー	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	120g	540	583	
117	チーズウインナー	古川ポーク使用 〈乳〉・〈卵〉・〈麦〉・〈豆〉	120g	610	659	
118	ロースハムスライス	古川ポーク使用 約4枚 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	70g	610	659	
119	ポークハムブロック	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	250g	1420	1534	
120	ポークハムスライス	古川ポーク使用 厚さ1.9mm、約10枚 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	90g	585	632	
121	バストラミロースハム	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	250g	1780	1922	10月
122	豚ロース肉のみそ漬	平田牧場三元豚ロース肉使用 〈豆〉	240g	1120	1210	
123	ロースハムブロック	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	250g	1825	1971	
124	ベーコンスライス	古川ポーク使用 厚さ約2.5mm、約8枚 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	80g	590	637	
125	ヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 砂糖なし 〈乳〉	400g	245	265	
126	飲むヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 〈乳〉	150g × 2	265	286	
127	スイートヨーグルト6個組	生活クラブ牛乳使用 〈乳〉	80g × 6	385	416	
128	札幌酪農バター発酵	サツラク生乳使用 保存料・着色料等不使用 〈乳〉	200g	760	821	
129	生クリーム	サツラク生乳使用 〈乳〉	200ml	520	562	
130	国産シュレッドチーズ	国産のゴーダチーズ・チェダーチーズ使用 生食可 〈乳〉	200g	656	708	
131	全酪スライスチーズ	国産ゴーダチーズ 海外産チェダーチーズ使用 〈乳〉	126g (7枚入)	376	406	
132	全酪6Pチーズ	アイルランド産、ニュージーランド産、オランダ産、国産チーズ使用 〈乳〉	18g × 6	382	413	
133	パウダーチーズ	ニュージーランド、オーストラリア産、パレメザンチーズ100% 〈乳〉	70g	513	554	
134	ピーナッツクリーム	RSPO 認証パーム油使用 ソフトタイプ 〈乳・落・豆〉	170g	260	281	
135	塗っておいしいマーガリン	トランス脂肪酸は10g 当たり 0.05g 〈乳・豆〉	190g	341	368	
136	ところてん	国産原料使用 たれ無し 〈麦〉	120g × 2	160	173	
137	生ラーメン	道産小麦使用 無着色 〈麦〉	260g (130g × 2)	195	211	
138	ラーメンスープ(醤油味)	生活クラブ醤油使用 〈麦・豆〉	50g × 4	365	394	
139	ラーメンスープ(みそ味)	生活クラブみそ使用 〈麦・豆〉	50g × 4	395	427	
140	生パスタ(タリアッテ)	道産小麦使用 〈卵・麦・乳〉・〈そ〉	220g (110g × 2)	365	394	
141	中華の皮	道産・外国産ブレンド小麦使用 四角形 9 × 9cm 〈麦〉	150g (20枚入)	165	178	
142	シャキッと食感 味付メンマ	中国産メンマ使用 〈麦・豆〉	150g	458	495	
143	セロリ粕みそ漬	洞爺湖町産セロリ使用 〈豆・麦〉	150g	340	367	
144	ごぼうのみそ漬	洞爺湖町産ごぼう使用 〈豆・麦〉	150g	295	319	
145	らっきょう田舎漬	千葉・茨城県産らっきょう使用 低塩下漬	140g	628	678	
146	はちみつ梅干	提携生産者のはちみつ使用 国産梅使用	200g	923	997	
147	たけのこ水煮スライス	庄内産 5mm サイズいちよう切り 〈麦・豆〉	150g	358	387	
148	さば味噌煮	国産真さば、消費材のみそ使用 さば 80g たれ 20g 〈豆〉	100g (2切)	405	437	
149	やわらかにしん小樽炊き	道産春にしん使用 〈麦・豆〉	100g (2〜3枚)	355	383	
150	さんまオイル煮	道産さんま使用	90g	365	394	
151	ミニ昆布巻(にしん)	道産にしん使用 〈麦・豆〉	80g	415	448	
152	国産小麦のパン粉	国産小麦使用 冷蔵保存 〈麦・卵〉・〈乳〉	180g	316	341	

25 129 226 329
生クリーム サツラク農産協同組合

カステラのチョコケーキ レシピP12
新鮮な生乳を100%使用した乳脂肪分47%の生クリーム。安価な植物系クリームと比べて、コクと風味が違います。

145 らっきょう田舎漬 (南三陸物産)

低塩で漬け込み乳酸発酵させた、昔ながらの製法で作る歯ざわりの良いらっきょう漬です。

135 塗っておいしいマーガリン 月島食品工業(株)

冷蔵庫から出してすぐにパンに塗ることができる、ソフトタイプのマーガリンです。原料油脂は遺伝子組換えでない作物から搾ったものを使用。

146 はちみつ梅干 (南王陽堂農園)

消費材の梅ぼしと提携生産者のはちみつを使用。ほんのり甘くお茶請けにもぴったりです。

137 334 生ラーメン (国産製麺)

道産小麦粉100%使用。かんすいは学校給食と同じ仕様(炭酸カリウム、炭酸ナトリウム)で、市販品の約半分の量です。卵、保存料、着色料不使用。

148 さば味噌煮 (南NSニッセイ)

国産のさばを、消費材のみそや提携生産者の調味料で味付けし、柔らかく煮込みました。

142 シャキッと食感 味付メンマ ネットフーズ(株)

十分に乳酸発酵させた中国産メンマを、薄口醤油、発酵調味料をベースに少し甘めの味に仕上げました。

152 国産小麦のパン粉 (国産製)

国産小麦粉、自家製の天然酵母を使って焼き上げたパンを、粉碎してから乾燥させました。ハンバーグなどにも。

3 103 203 303
豆腐(絹) オシキリ食品(株)

ココア味の
チュロス風豆腐ドーナツ
道産大豆100%使用。市販品より濃い豆乳を、天然にがり(塩化マグネシウム含有物)100%で凝固させています。

109 310 小巻しらたき オシキリ食品(株)

群馬県産の特等精粉のみを使用し、余分な凝固剤を抜いてから、一つひとつ手巻き作業をしています。

112 313 イカったね 丸金佐藤水産(株)

無添加のスケトウダラすり身に、函館近海のイカを配合した海鮮かまぼこ。お酒のつまみに、そのまま食べても美味しい。

114 チーズかまぼこ 丸金佐藤水産(株)

リン酸塩不使用のスケトウダラのすり身を使用。かまぼこと相性の良いプロセスチーズを配合しています。

119 ポークハムブロック 札幌バルナバフーズ(株)

古川ポーク使用。市販品は結着剤としてリン酸塩等を使用していますが、消費材のポークハムはつなぎの役割として挽肉を使用し、食品添加物不使用です。

120 ポークハムスライス 札幌バルナバフーズ(株)

古川ポークのモモ肉を使用し、食品添加物不使用で仕上げました。サンドイッチやハムエッグに。約10枚入。

122 豚ロース肉のみそ漬 (南平田牧場)

南平田牧場の三元豚を消費材のみそ、砂糖、酒粕、みりんを練り合わせたみそ床に漬け込みました。

3週配達 冷蔵品

No.	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
201	納豆	江部乙産大豆 100% 〈豆〉	30g × 3個	125	135	
202	豆腐(木綿)	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	185	200	
203	豆腐(絹)	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	165	178	
204	生あげ	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	150g (3個)	175	189	
205	小あげ	道産大豆使用 〈豆〉	12g × 5	165	178	
206	京風あげ	道産大豆使用 サイズ約 7.5cm × 約 18cm × 約 1cm 〈豆〉	1枚	126	136	
207	こんにやく	群馬県産こんにやく粉使用	包装時 320g	145	157	
208	しらたき	群馬県産こんにやく粉使用	160g	145	157	
209	黒こんにやく	群馬県産こんにやく粉使用	包装時 320g	145	157	
210	焼ちくわ	リン酸塩無添加すり身使用	55g × 3	305	329	
211	ちぎり揚げ	リン酸塩無添加すり身 人参・ごぼう入	150g	275	297	
212	さつま揚げ	リン酸塩無添加すり身使用	50g × 4	360	389	
213	いか巻	リン酸塩無添加すり身使用	32g × 4	255	275	
214	しぐれかまぼこ	リン酸塩無添加 人参ペーストで色付	150g	275	297	
215	板かまぼこ	リン酸塩無添加すり身使用	230g	410	443	10月
216	バジルウインナー	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	120g	615	664	
217	ガーリックウインナー	古川ポーク使用 30g × 5本 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	150g	755	815	
218	フランクフルト	古川ポーク使用 50g × 4本 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	200g	955	1031	
219	ベーコンブロック	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	200g	1420	1534	
220	ベーコンスライス	古川ポーク使用 厚さ約2.5mm・約8枚〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	80g	590	637	
221	肩ロースハム	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	250g	1390	1501	
222	ヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 砂糖なし 〈乳〉	400g	245	265	
223	飲むヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 〈乳〉	150g × 2	265	286	
224	スイートヨーグルト 6個組	生活クラブ牛乳使用 〈乳〉	80g × 6	385	416	
225	無塩バター	サツラク生乳使用 保存料・着色料等不使用 〈乳〉	450g	1290	1393	
226	生クリーム	サツラク生乳使用 〈乳〉	200ml	520	562	
227	ミックスチーズ	ニュージーランド産エグモントとゴーダのミックス 〈乳〉	300g	917	990	
228	全酪とろけるスライスチーズ	国産ゴーダチーズ 海外産モッツアレラチーズ使用 〈乳〉	126g (7枚入)	376	406	
229	全酪スモークチーズ	チェダーチーズ、ゴーダチーズ使用 〈乳〉	120g (約16粒)	434	469	
230	クリームチーズ	宮城県内の新鮮な生乳が原料のナチュラルチーズ。〈乳〉	100g	632	683	
231	カマンベールチーズ	胆振東部地区産生乳使用 〈乳〉・〈麦〉	125g	870	940	
232	生チョコスプレッド	生チョコ規格 〈乳〉・〈豆〉・〈落〉	200g	460	497	
233	とろろん	国産原料使用 たれ無し 〈麦〉	120g × 2	160	173	
234	焼そば	道産小麦使用 ソースなし (2食分) 〈麦〉	320g (160g × 2)	200	216	
235	冷麺	道産小麦、馬鈴薯澱粉使用 〈麦〉・〈卵〉・〈乳〉・〈そ〉	320g (160g × 2)	310	335	7月
236	茎わかめ	三陸産	250g	420	454	
237	きざみ白菜キムチ(甘口)	韓国産唐辛子 青森県産にんにく使用 〈麦〉・〈豆〉・〈え〉・〈か〉	280g	436	471	
238	月山だいこん甘酢漬	山形県月山農場の大根使用 浅漬けタイプ	200g	280	302	
239	北海道産ふき水煮	道産ふき使用	130g	240	259	
240	北海道産地竹水煮	道産地竹使用	100g (3〜6本)	535	578	
241	海藻サラダ	国産海藻使用	100g	510	551	
242	いわしオイル煮	道産いわし、消費材のオリーブオイル、なたね油を使用	140g (2尾)	350	378	
243	ぶりガーリックオイル	国産ぶり使用	100g	450	486	
244	しそ入おかずみそ	洞爺湖町産しそ使用 〈麦〉・〈豆〉	130g	350	378	
245	花かつお	国産かつおを手削りで加工	75g	500	540	
246	花かつお厚けずり	国産かつお 厚さ約0.5mm だし取り専用	100g	530	572	
247	おろししょうがチューブ	国産しょうが使用 〈豆〉	30g	202	218	
248	ひとくちミルクチョコ 春・夏	純チョコレート使用 〈乳〉・〈豆〉	130g	742	801	7月

納豆キムチ丼



材料(2人分)

- ・納豆…90g
- ・きざみ白菜キムチ…60g
- ・さゆり…2/3本・ごはん…300g
- ・皮むきいりごま…小さじ2
- ・醤油…小さじ1・焼のり…1/3枚

作り方

- ①さゆりは5mm角の角切りにする。
- ②器にごはんを盛り、納豆、キムチ、①をのせ、いりごま、醤油、ちぎった焼のりをかける。

1 101 201 301 納豆

オシキリ食品園

江部乙産ユキシズカ大豆を原料にしています。環境や安全面にもこだわり、容器は紙カップを使用しています。

237 きざみ白菜キムチ(甘口)

園第一物産

りんごと梨を使いフレッシュな味に仕上げた甘口タイプ。添加物・化学調味料は不使用です。



32 235 冷麺

西山製麺所



硬すぎず、ツルツルと食べやすい冷麺です。道産の小麦粉に数種類のでん粉をブレンドし、一般的な韓国風冷麺とは一味違うもちりした食感が特徴です。

248 ひとくちミルクチョコ 春・夏

月島食品工業所



カカオ・バター以外の油脂は不使用!

純チョコレートに全脂粉乳をたっぷり入れた最上級のミルクチョコ。溶けやすいので要冷蔵。

212 さつま揚げ

丸金佐藤水産㈱



スケトウダラ 100%のすり身にごぼう、人参、玉葱のみじん切りを加えた揚げかまぼこです。さつとあぶって、おろし生姜で食べるのもおいしい。

213 いか巻

丸金佐藤水産㈱



新鮮な国産いかを、リン酸塩不使用のスケトウダラのすり身で巻き、米油で揚げました。保存料などの添加物は使用していません。

215 板かまぼこ

丸金佐藤水産㈱



スケトウダラ 100%のすり身を原料に、塩、でんぷん、みりん、砂糖、魚介エキスのみで作った板かまぼこです。

18 219 ベーコンブロック

札幌バルナバフーズ㈱



古川ポークのバラ肉を食塩と砂糖だけを使ってベーコンにしています。ブロックなので料理に合わせて切ることができます。

231 カマンベールチーズ

雪印メグミルク㈱



胆振東部地区産生乳 100%使用。口の中であじわける舌触りと風味、クリーミーでコクのある味わいです。

43 242 いわしオイル煮

㈱ NS ニッセイ



道産いわしを原料とし、消費材のオリーブオイルとなたね油で骨まで柔らかく煮込みました。味付けはシンプルに真塩のみ。

243 ぶりガーリックオイル

㈱ NS ニッセイ



国産のぶりをオリーブオイルとなたね油でしっかりと煮込み、真塩とスパイス＆ガーリックソルトでシンプルに味付けしました。

計画品から冷蔵品にお引越し!

三陸水産㈱

新鮮な国産かつおを使っています。酸化防止剤・合成保存料不使用!

245 花かつお

246 花かつお厚けずり



昔ながらの「火山かけ」「天日干し」を繰り返し、節に仕上げた刺し身です。



だし取り専用の肉厚な削り節です。

4週配達 冷蔵品

No.	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
301	納豆	江部乙産大豆 100% 〈豆〉	30g × 3 個	125	135	
302	豆腐(木綿)	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	185	200	
303	豆腐(絹)	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	165	178	
304	焼豆腐	道産大豆使用 消泡剤不使用 〈豆〉	300g	195	211	
305	小あげ	道産大豆使用 〈豆〉	12g × 5	165	178	
306	がんも	道産大豆主体 〈豆〉	15g × 6	155	167	
307	味付いなりの皮	生活クラブ小あげ使用 12個分 〈麦・豆〉	6 枚	500	540	
308	こんにやく	群馬県産こんにやく粉使用	包装時 320g	145	157	
309	しらたき	群馬県産こんにやく粉使用	160g	145	157	
310	小巻しらたき	群馬県産こんにやく粉使用	80g × 3	260	281	
311	焼ちくわ	リン酸塩無添加すり身使用	55g × 3	305	329	
312	なると	リン酸塩無添加すり身使用「渦巻」なし	80g	145	157	
313	イカったね	リン酸塩無添加 玉ねぎ・イカ・人参入	40g × 4	280	302	
314	ごぼう巻	リン酸塩無添加すり身使用 〈麦・豆〉	32g × 4	255	275	
315	揚げポール	リン酸塩無添加すり身使用	15g × 12	330	356	
316	味付けおから	道産大豆使用 〈麦・豆〉	100g	220	238	
317	ウインナー	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	120g	540	583	
318	チョリソー	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	150g	725	783	
319	ボロニアソーセージバジル	古川ポーク使用 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	150g	800	864	10月
320	チーズウインナー	古川ポーク使用 〈乳〉・〈卵〉・〈麦〉・〈豆〉	120g	610	659	
321	ロースハムスライス	古川ポーク使用 約4枚 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	70g	610	659	
322	ロングウインナー	古川ポーク使用 40g × 4本 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	160g	710	767	10月
323	ベーコンスライス	古川ポーク使用 厚さ約2.5mm・約8枚 〈卵〉・〈乳〉・〈麦〉・〈豆〉	80g	590	637	
324	豚もも肉のみそ漬	平田牧場三元豚もも肉使用 〈豆〉	350g	1245	1345	
325	ヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 砂糖なし 〈乳〉	400g	245	265	
326	飲むヨーグルト	生活クラブ牛乳使用 〈乳〉	150g × 2	265	286	
327	スイートヨーグルト6個組	生活クラブ牛乳使用 〈乳〉	80g × 6	385	416	
328	札幌酪農バター	サツラク生乳使用 保存料・着色料等不使用 〈乳〉	200g	715	772	
329	生クリーム	サツラク生乳使用 〈乳〉	200ml	520	562	
330	国産シュレッドチーズ	国産のゴーダチーズ・チェダーチーズ使用 生食可 〈乳〉	200g	656	708	
331	全酪スライスチーズ	国産ゴーダチーズ 海外産チェダーチーズ使用 〈乳〉	126g (7枚入)	376	406	
332	全酪6Pチーズ	アイルランド産・ニュージーランド産・オランダ産・国産チーズ使用 〈乳〉	18g × 6	382	413	
333	ところてん	国産原料使用 たれ無し 〈麦〉	120g × 2	160	173	
334	生ラーメン	道産小麦使用 無着色 〈麦〉	260g(130g×2)	195	211	
335	ラーメンスープ(醤油味)	生活クラブ醤油使用 〈麦・豆〉	50g × 4	365	394	
336	ラーメンスープ(みそ味)	生活クラブみそ使用 〈麦・豆〉	50g × 4	395	427	
337	生パスタ(タリアテッレ)	道産小麦使用 〈卵〉・〈麦〉・〈乳〉・〈そ〉	220g(110g×2)	365	394	
338	春巻の皮	道産小麦使用 19 × 17.5cm 〈麦〉	100g (10枚入)	245	265	
339	ちりめん	国内産 無漂白・無添加	70g	755	815	
340	きざみ白菜キムチ(辛口)	中国産唐辛子 青森県産にんにく使用 〈え・か〉	280g	468	505	
341	セロリ醤油漬	洞爺湖町産セロリ使用 〈麦・豆〉	150g	400	432	
342	白花豆の煮豆	洞爺湖周辺産白花豆使用 〈麦〉	180g	375	405	10月
343	やわらかにしん小梅炊き	道産春にしん使用 〈麦・豆〉	100g (2〜3枚)	355	383	
344	ほたてオイル煮	道産ベビーほたて使用 真塩で味付け	100g	440	475	
345	たらこ昆布	道産たらこ・昆布使用 〈麦・豆〉	100g (50g × 2)	360	389	
346	ミニ昆布巻(にしん)	道産にしん使用 〈麦・豆〉	80g	415	448	
347	おろし本わさびチューブ	国産本わさび使用	30g	248	268	
348	粒マスタード	カナダ産マスタード	80g	300	324	
349	ひとくちチョコ カカオ 70 春・夏	純チョコレート使用 カカオ分約 70% 〈乳・豆〉	130g	810	875	
350	純米 麴の甘酒	麴使用 糖類不使用 ノンアルコールタイプ	500g	695	751	
351	生ローヤルゼリー 150g	台湾産生ローヤルゼリー 100% 液状	150g	10258	11079	

乳製品

麺類・惣菜・その他



キューブスイートポテト

サツラクが作る風味豊かな最高級バターです。新鮮な生乳から作ったクリームを使用し、通常のバターよりもマイルドな口溶けの良さが特徴です。



道産のベビーほたてを、消費材のオリーブオイルとなたね油でやわらかく煮込みました。真塩のみのシンプルな味付け。



国産ゴーダチーズと、海外産のチェダーチーズ・ゴーダチーズを使用したプロセスチーズ。濃厚でまろやかな味わいです。乳化剤使用。



道産たらこ、みついし刻み昆布使用。化学調味料や添加物は一切使用せず、生活クラブ指定の醤油や本みりんなどでコクのある味わいに仕上げています。



道産小麦を使ったこだわりの生パスタ。形状はソースが絡みやすい平麺のタリアテッレタイプです。



カナダ産のマスタードに米酢、りんご酢、りんご果汁、香辛料など吟味した原料を配合。豊かな風味です。



大豆としんの炊き込みご飯。小梅産のにしんを骨までやわらかく炊きました。惣菜の一品や、炊き込みご飯の具、にしんそばなどに。



食べやすい個包装の一口タイプ。カカオ分約 70%で、程よい苦味が味わえる純チョコレート。約 26 枚入り。



消費材の小あげを生活クラブ指定の醤油・素揚げ糖などを使い優しい薄味に仕上げました。切って 12 個分になります。冷凍保存可能。



スケトウダラ 100% のすり身に塩、馬鈴薯澱粉、米発酵調味料、砂糖、魚介エキスを加え、味付けしたごぼうに巻きつけました。



オシキリ食品のおからに消費材のさつま揚げと素揚げ糖、生活クラブ指定の醤油を使用しています。人参、ごぼう、ひじき入り。



古川ポークを使った完全無添加ハムを 1.5mm にスライス。発色剤、結着剤、保存料等の添加物は一切使用していません。



ドッグパンに合わせた 4 本入りです。添加物を使わず強めのスモークで、ホットドッグに最適です。



古川ポーク使用。無添加なので、市販品のような添加物を使ったベーコンとはまったく違う旨味があります。



豚もも肉を豚脂味噌の特製みそで味付けしました。きめ細かな豚肉の食感とコクのある味わいが自慢です。

1 週配達 冷凍品

No	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
501	冷凍黒えだ豆	中札内産〈豆〉	300g	355	383	
502	むき枝豆	中札内産〈豆〉	500g	690	745	
503	冷凍インゲン	中札内産使用	250g	230	248	
504	焼いてる真がれい切身(骨なし)	道産真がれい使用 5~10 切前後	150g	490	529	10月
505	生芽かぶとろろ	三陸産わかめの芽かぶ使用	100g	340	367	
506	レンジで!鶏モモから(醤油味)	丹精鶏使用 加熱済〈麦・豆〉	215g	764	825	
507	サラダチキン・スライス(プレーン)	丹精鶏使用	120g	540	583	
508	ミートボール	古川ポーク使用 加熱済〈卵・乳・麦・豆〉	18g × 15	515	556	
509	牛どんの具	北海道チクレン牛肉使用〈麦・豆〉	150g × 2	841	908	
510	ほたて茶巾	道産ほたて使用 調理済〈卵・麦〉	25g × 6	630	680	
511	水餃子	道産小麦粉 100%使用〈麦・豆〉	25g × 18	835	902	
512	ビーフハヤシ	北海道チクレン牛肉使用〈麦・豆〉	180g	433	468	
513	ドライカレー	古川ポーク使用〈麦・豆〉	300g	1015	1096	
514	バジルソース(2袋)	国産バジル使用〈乳・卵・麦・落・元・か〉	70g × 2	598	646	
515	冷凍おろししょうが	国産しょうが 100%	5g × 10	442	477	
516	ひとくちハッシュポテト	道産馬鈴薯使用〈卵・乳・麦〉	500g	374	404	10月
517	桜でんぶ	道産スケトウダラを紅麴色素で色付	50g	390	421	
518	ピロシキ	道産小麦粉使用〈卵・乳・麦・豆・落〉	50g × 2	515	556	
519	ミニじゃがバターまん	道産小麦使用〈乳・麦〉	30g × 10個	440	475	
520	クワトロフロマージュピッツァ	国産小麦粉使用 直径約 20cm〈乳・麦〉	2 枚入(280g)	896	968	
521	三元豚切り落とし	平田牧場三元豚コース・モモ・カタ・バラ肉使用	300g	890	961	
522	三元豚コースしゃぶしゃぶ	平田牧場三元豚コース肉使用	400g	1445	1561	
523	古川熱成ポークバラしゃぶしゃぶ	ドライエージング古川ポーク使用	300g	1110	1199	
524	豚コースしょうが焼き	古川ポーク使用 約 5 枚入〈麦・豆〉	200g	845	913	
525	古川熱成ポーク厚切りロース	ドライエージング古川ポーク使用	200g × 2	1530	1652	
526	古川熱成ポーク肩ロースソテー用	ドライエージング古川ポーク使用	90g × 2	830	896	
527	豚コースねぎ塩焼肉	古川ポーク使用	250g	1080	1166	
528	味付豚カルビ	古川ポーク使用〈麦・豆〉	300g	995	1075	
529	ハンバーグ(プレーン)	道産牛肉使用〈卵・乳・麦〉	240g(120g × 2)	646	698	
530	鶏肉ムネスライス	丹精鶏使用 7mm スライス	320g	695	751	10月
531	鶏肉きも	丹精鶏のレバーと心臓	200g	430	464	
532	鶏肉ミンチ・バラ凍結	丹精鶏使用	350g	720	778	
533	うなぎ長焼き(静岡産)	静岡産養殖鰻 たれ・山椒付〈麦・豆〉	120g	2310	2495	
534	うなぎの蒲焼きカット2枚(鹿児島産)	鹿児島産養殖うなぎ たれ・山椒(2 組)付〈麦・豆〉	120g(2 枚)	1765	1906	
535	紅塩鮭 300g	ロシア産 船上凍結 3~5 切	300g	910	983	
536	塩さけ(甘塩味)	道産シロザケ使用	240g(4~6 切)	550	594	
537	たらこ	近海たらこ使用 添加物不使用 低塩	200g	1215	1312	
538	鮭粕漬	オホーツク産鮭使用 4~5 切	220g	675	729	10月
539	まぐろ漬井の具	太平洋産まぐろちまちま使用〈麦・豆〉	100g × 2	1000	1080	
540	ほっけフライ	古平産真ほっけ・国産パン粉使用・加熱用〈麦〉	200g	529	571	
541	さんま香草焼	根室産さんま使用 加熱用〈麦〉	120g	600	648	
542	粒うに	積丹産 低塩・一夜漬	50g	2222	2400	
543	たこ柔らか煮	古平産やなぎだこ・真だこ使用〈麦・豆〉	100g	759	820	
544	とろびんちよう漬井の具	太平洋(三陸沖) マグロ 化学調味料不使用〈麦・豆〉	70g × 2	575	621	
545	エコシュリンプむき身	インドネシア産 10~26 尾〈え〉	200g	1260	1361	
546	刺身用ぼたんえび(小サイズ)	道産ぼたんえび使用 8~12 尾〈え〉	100g	590	637	
547	しじみ大粒	青森県(十三湖、小川原湖)産やまとしじみ 殻長 20mm 以上	200g	428	462	
548	ほたて(刺身用)	オホーツク海産天然ほたて(刺身用)	180g(8~14 粒)	1065	1150	
549	ほっけ(1尾)	古平近海産(未加工) 中サイズ	350g(1 尾)	350	378	
550	さば	北海道・青森県・宮城県産(未加工)	400g(1 尾)	670	724	
551	いわし	北海道・青森太平洋産(未加工) 4~5 尾入	500g	475	513	
552	生干しにしん	近海にしん使用	200g	570	616	
553	にしん	日本海産(未加工) 500g 以上	2 尾	595	643	
554	とろかつお	太平洋(三陸沖)産	490g	1400	1512	
555	こまい一夜干し	道産こまい 3~7 尾	200g	395	427	
556	干し赤がれい	古平近海産	180g(2 枚)	412	445	
557	北海道産刺身用つぶ	道産つぶ使用 開き加工済	100g	615	664	
558	たこ一口カット	古平産たこ使用 刺身用	150g	515	556	
559	由栗いものスイートポテト	道産さつまいも・生活クラブ牛乳使用〈卵・乳〉	2 個入(45g × 2)	515	556	
560	米粉のロールケーキ	石川養鶏場の鶏卵使用 小麦粉不使用 トッピングなし(卵・乳・麦)	15cm	1530	1652	10月

惣菜・米飯・麺・他

豚・牛肉類

鶏肉類

魚介加工品

魚介

菓子類

504 焼いてる真がれい切身(骨なし) 関 NS ニッセイ



小樽産の旬の時期に水揚げされた真がれいが原料です。自然解凍でそのまま食べられます。

506 レンジで!鶏モモから(醤油味) 全国農協食品 関



丹精鶏のモモ肉を使用した醤油味の唐揚げ。醤油やしょうが、にんにくなどをベースに下味をつけ、なたね油で揚げました。自然解凍でも食べられます。

510 ほたて茶巾 丸金佐藤水産 関



ふわっとした食感でまろやかな味。リン酸塩不使用のすり身に、国産ほたてをミックスしています。

513 ドライカレー 大金ハム 関



ライススティック巻き。古川ポークのモモ肉を消費材のケチャップやカレー粉で味付けしました。コロッケの材料やパスタにも。

519 ミニじゃがバターまん 関室製菓 関



バターのコクがじゃがいもにしみ込んでいます。小麦とじゃがいもは道産で、おやつ感覚で安心して食べられます。

523 古川熱成ポークバラしゃぶしゃぶ 大金畜産 関



レタスのしゃぶしゃぶ巻き。飼料内容をすべて公開している、安心な古川ポークの豚バラ肉。しゃぶしゃぶはもちろん、焼きそばや豚汁にも重宝します。

525 古川熱成ポーク厚切りロース 大金畜産 関



ドライエージング(乾燥熟成)した古川ポークのロースを、ソテーやトンテキなどに使えるよう厚切りカット。熟成肉の柔らかさを一番実感できる厚さです。

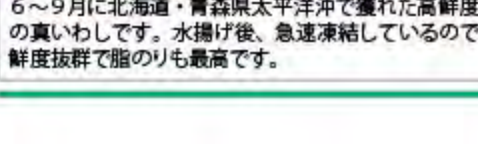
545 748 エコシュリンプむき身 関オルター・トレード・ジャパン



えびとブロッコリーのサラダ レシピ P4

池入れ後は抗生物質や人工飼料を使用していない。産地でむき身にして、直ぐに冷凍しています。

551 754 いわし 関 NS ニッセイ



6~9月に北海道・青森県太平洋沖で獲れた高鮮度の真いわしです。水揚げ後、急速凍結しているので鮮度抜群で脂のりも最高です。

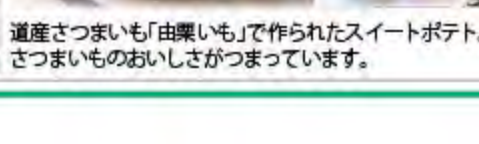
547 しじみ大粒 千葉県漁業協同組合連合会



しじみのスープパスタ

春から秋にかけて獲れた、青森県産やまとしじみを砂出し後、生きたまま急速凍結しました。

559 由栗いものスイートポテト 関しらおい菓子工房まいこ



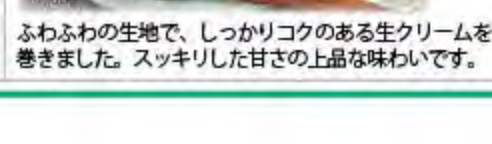
道産さつまいも「由栗いも」で作られたスイートポテト。さつまいものおいしさがつまっています。

549 751 ほっけ(1尾) 東しゃこたん漁業協同組合



水揚げされたばかりのホッケを、海水を張ったタンクに入れて鮮度を保ちます。煮付けやフライ、つみれ汁にも。

560 米粉のロールケーキ 関ふじ井



ふわふわの生地で、しっかりコクのある生クリームを巻きました。スッパリした甘さの上品な味わいです。

2週配達 冷凍品

No	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
601	冷凍えだ豆	中札内産〈豆〉	300g	275	297	
602	揚げてるエビフライ	ブラックタイガー使用〈麦・え〉	100g	840	907	
603	焼いてるひと口塩鮭	オホーツク海産シロサケ使用 10切	100g	680	734	
604	レンジで!鶏ムネから(塩味)	丹精鶏使用 加熱済〈麦・豆〉	250g	764	825	10月
605	ミニてりやきバーグ	古川ポーク使用 加熱済〈卵・乳・麦・豆〉	18g × 8個	410	443	
606	星とハートのスイートポテト	国産さつまいも・紫いもペースト使用〈乳・麦〉	160g (80g × 2)	425	459	
607	中華どんの具	国産白菜使用〈麦・豆・卵・乳・(そ)・(落)・(え)・(か)・(く)〉	400g (200g × 2)	717	774	
608	エビピラフ	生活クラブ連合会企画の米使用〈乳・え〉	500g	555	599	
609	ドライカレーピラフ	生活クラブ連合会企画の米使用〈麦・豆・卵・乳・(え)・(か)〉	500g	507	548	
610	冷凍うどん	道産小麦粉100%使用〈麦・卵・乳・(そ)〉	690g (230g × 3)	360	389	
611	えび茶巾	リン酸塩不使用 加熱済〈卵・麦・え〉	25g × 6	630	680	
612	餃子	道産小麦粉100%・古川ポーク使用〈麦・豆〉	20g × 16	780	842	
613	白天(ねぎ)	リン酸塩不使用すり身使用	80g × 2	305	329	
614	冷凍ナムルセット	国産野菜使用〈麦・豆〉	180g	574	620	
615	カニとトマトのクリームソース(2袋)	国産紅ずわいがにに使用〈乳・麦・か〉	120g × 2	605	653	
616	いももち おいもちゃん	洞爺湖町産男爵使用〈(麦)〉	約60g × 5	415	448	
617	肉まん	道産小麦粉100%使用〈麦・豆〉	80g × 4	630	680	
618	古川熱成ポークももしゃぶしゃぶ	ドライエージング古川ポーク使用	300g	955	1031	
619	古川熱成ポーク焼肉カットWパック	ドライエージング古川ポーク使用(ロース・肩ロース)	300g × 2	2000	2160	
620	三元豚トントロ	平田牧場三元豚・スライス済み	300g	850	918	
621	三元豚おうち焼き肉セット	平田牧場三元豚肩ロース・バラ各200g、トントロ100g	500g	1600	1728	
622	豚肩ロースジンギスカン	生活クラブ指定の醤油使用〈麦・豆〉	500g	1655	1787	
623	ミルフィユ豚カツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	245g (2枚)	1270	1372	
624	帯広風豚丼の具	古川ポーク使用 約2人前〈麦・豆〉	230g	940	1015	
625	メンチカツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	80g × 3	890	961	
626	豚ロースカツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	370g (3枚)	1590	1717	
627	ハンバーグ(てりやきソース付)	道産牛肉使用〈卵・麦・豆〉	110g × 2(ソース30g × 2)	583	630	
628	タンドリーチキン	丹精鶏鶏ムネ肉使用〈乳〉	300g	730	788	
629	鶏肉モモひと口カット	丹精鶏鶏使用	300g	695	751	
630	鶏肉砂肝	丹精鶏鶏の砂肝	200g	350	378	
631	うなぎ長焼き(鹿児島産) 110g	鹿児島産養殖うなぎたれ・山椒付〈麦・豆〉	110g	1845	1993	
632	うなぎの蒲焼カット(静岡県産)	静岡県産養殖うなぎたれ・山椒付〈麦・豆〉	80g (1~2切)	1498	1618	
633	熱成塩鮭	オホーツク海産秋鮭使用	120g (2切)	520	562	
634	塩さばフィーレ	北海道・青森県・宮城県産 真さば使用	240g (2枚)	760	821	
635	ぶり照り焼き	古平産ぶり使用 加熱用〈麦・豆〉	240g	610	659	
636	戻りかつお炙り丼の具	焼津港水揚げのかつお使用〈麦・豆〉	110g	420	454	
637	いくら醤油漬	古平産いくら・丸大豆醤油使用〈麦・豆〉	50g	1017	1098	
638	からし明太子	近海たらこ 合成添加物不使用 無着色	150g	895	967	
639	かすべの煮こり	古平近海産水かすべ使用〈麦・豆〉	70g × 2	370	400	
640	松前漬	生活クラブ指定の醤油使用〈麦・豆〉	80g	400	432	
641	いか塩辛	国産真いか使用〈麦・豆〉	70g	490	529	
642	スモークサーモン(秋鮭)	オホーツク海産秋鮭使用 スライス済	100g	855	923	
643	さばスモーク	国産真さば使用	80g	620	670	
644	シーフードミックス	いか145g・ほたて70g・甘えび50g〈え〉	265g	1265	1366	
645	エコシュリンプ特大	インドネシア産 5~8尾〈え〉	200g	1340	1447	
646	エコシュリンプ下処理済L	尾残し殻剥き・背ワタ除去・腹部切込 7~9尾〈え〉	140g	998	1078	
647	甘えび	日本海産 刺身用〈え〉	120g	525	567	
648	片貝付ほたて	噴火湾養殖 加熱用 Mサイズ	10枚	1340	1447	
649	びんがまぐろたたき	北太平洋産 雄節・雌節各1本	240g	700	756	
650	白つぶ	日本海産	200g	275	297	
651	生から造った開きほっけ	古平産真ほっけ使用	220g (1枚)	480	518	
652	ほっけフィレ	古平産真ほっけ・真塩使用	210g (3枚)	565	610	10月
653	刺身用ほっけ	古平近海ほっけ使用	2枚 (120g)	740	799	
654	鮭フィーレ	オホーツク海産大きめカット 3~4切	380g	695	751	
655	時鮭切り身	三陸沿岸・北海道太平洋沿岸で漁獲 山漬塩蔵	120g (2切)	625	675	10月
656	さんま	道産(未加工)加熱用	330g (4尾)	670	724	
657	あじの開き	九州近海・対馬海域の真アジ3~5枚	250g	800	864	
658	開きにしん	古平近海で漁獲 真塩使用	360g (2枚)	655	707	
659	かつおたたき	2ピース入 皮・血合い付	170g	575	621	
660	干宗八がれい	日本海産(古平前浜で水揚げ) 雄雌混み	200g (2枚)	412	445	

New

新商品

関平田牧場



特集 P18

621 三元豚おうち焼き肉セット

平牧三元豚の中から、焼き肉に合う部位を選んで焼き肉用にカットしました。部位によって肉のきめ細かさや、脂身の甘さを食べ比べできます。夏季限定の取組み。

606 星とハートのスイートポテト

全国農協食品



国産のさつまいもで作った一口サイズのスイートポテト。ハート形は紫芋をプラス。必要な分だけレンジで調理でき、お弁当に便利です。

607 中華どんの具

マルハニチロ



提携先の豚肉、白菜、たけのこ入り。味のベースはとりがらスープ、牡蠣味調味料です。湯煎後、ご飯や焼きそばにかけてどうぞ。

609 ドライカレーピラフ

全国農協食品



生活クラブの指定米と鶏肉を主原料に、提携生産者の調味料を使って味付けしています。レンジで温めるか、フライパンで炒めてください。

610 804 冷凍うどん

西山製麺



茹でただけで釜あげ状態のコシのあるうどんが味わえます。塩は真塩を使用。タレは付いていません。約4mm幅の丸麺タイプ。

612 餃子

関室製麺



道産小麦を使用した皮に、古川ポークと国産野菜の具を包みました。味付けには消費材の真塩、焼き肉のたれ等を使用しています。

615 カニとトマトのクリームソース(2袋)

マルハニチロ



トマトの酸味と生クリームのやわらかな味わいがマッチした紅ずわいがに入りのパスタソース。かに味噌入り。

641 いか塩辛

関 NS ニッセイ



道産真いかを一夜干しすることで旨みを引き出し、消費材の本みりんと料理酒で、深みのあるまろやかな味に仕上げています。

616 いももち おいもちゃん

関ビュアフーズとうや



洞爺湖町産のだししゃくと、片栗粉を使用。必ず加熱して下さい。ジンギスカン、磯辺焼き、ピザ缶でも。

648 842 片貝付ほたて

関 NS ニッセイ



噴火湾の養殖ほたてを片貝とウロだけはずしてバラ凍結しています。さっと水洗いだけで調理できます。

624 821 帯広風豚丼の具

大金ハム



タレごと玉ねぎと一緒にフライパンで炒め、温かいご飯にのせて食べるのがおススメ。1袋で約2人前。

649 びんがまぐろたたき

関 NS ニッセイ



雄節・雌節各1本。身が白く、柔らかいのが特徴です。三陸沖合で獲れたもので、大変脂ののっています。

3週配達 冷凍品

No	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
701	冷凍黒えだ豆	中札内産〈豆〉	300g	355	383	
702	北海道産ミックスベジタブル	道産とうもろこし45%、にんじん35%、いんげん20%使用	300g	376	406	
703	ミニグラタン	生活クラブ牛乳使用〈乳・麦〉	150g(約30g×5)	490	529	
704	生芽かぶとろろ	三陸産わかめの芽かぶ使用	100g	340	367	
705	ミートボール	古川ポーク使用 加熱済〈卵・乳・麦・豆〉	18g×15	515	556	
706	牛どんの具	北海道チクレン牛肉使用〈麦・豆〉	150g×2	841	908	
707	鶏ごぼうごはん	生活クラブ連合会企画の米使用〈卵・麦・豆〉	500g	435	470	
708	チキンピラフ	生活クラブ連合会企画の米使用〈麦・豆〉	500g	443	478	
709	かに茶巾	紅ずわいがにフレーク使用 調理済〈卵・麦・か〉	25g×6	665	718	
710	パリもち焼き包子	道産小麦粉・古川ポーク使用〈麦・豆〉	20g×16	680	734	
711	白天(いか)	リン酸塩不使用すり身使用	80g×2	305	329	
712	肉しゅうまい	古川ポーク使用 加熱済〈卵・麦・豆〉	20g×10	675	729	
713	エビしゅうまい	リン酸塩不使用 加熱済〈卵・麦・豆・え〉	20g×10	730	788	
714	ナン	道産小麦ゆめちから使用〈乳・麦〉	210g(70g×3枚)	276	298	
715	冷凍ナムルセット	国産野菜使用〈麦・豆〉	180g	574	620	
716	海老のクリームパスタソース	エコシュリンプ使用〈乳・え・卵〉(麦)・(そ)・(落)・(豆)・(か)〉	280g(140g×2)	680	734	
717	パイシート	国産小麦粉使用 18cm×14cm〈卵・乳・麦〉	400g(4枚)	706	762	
718	冷凍おろしわさび	国産 無添加	5g×8	498	538	
719	フレンチフライポテト	道産じゃがいも使用、9.5mmカット〈(卵)・(乳)・(麦)〉	400g	294	318	
720	たこ焼き	提携生産者の調味料を使用〈卵・麦・豆〉	600g(30個)	628	678	
721	カレーパン	道産小麦粉使用〈卵・乳・麦・豆・(落)〉	52g×2	490	529	
722	あんまん	道産小麦粉・道産小豆使用〈麦〉	80g×4	420	454	
723	マルゲリータピッツァ	国産小麦粉使用 直径約20cm〈乳・麦〉	300g(2枚入)	813	878	
724	豚ヒレ肉・カット	平田牧場三元豚ヒレ肉使用	300g	1140	1231	10月
725	豚スペアリブ	平田牧場三元豚・5本前後をカット	700g	1715	1852	
726	古川熟成ポーク焼肉カット	ドライエージング古川ポーク使用(ロース・肩ロース)	300g	1160	1253	
727	豚ロースしょうが焼き	古川ポーク使用 約5枚入〈麦・豆〉	200g	845	913	
728	豚バラ串	古川ポーク使用 1本約40g	8本	1600	1728	
729	豚ロースパン粉焼	古川ポーク使用〈乳・麦〉	280g(4枚)	1440	1555	
730	味付豚カルビ	古川ポーク使用〈麦・豆〉	300g	995	1075	
731	豚そぼろ	古川ポーク使用〈麦・豆〉	200g	1030	1112	
732	ポークパティ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	255g(5枚)	1025	1107	
733	ハンバーグ(プレーン)	道産牛肉使用〈卵・乳・麦〉	240g(120g×2)	646	698	
734	牛もつ鍋(しょうゆ味)	提携先の牛もつ使用〈麦・豆〉	320g	1254	1354	
735	純粋金華豚切り落とし	古平町産純粋金華豚モモ・カタ・バラ使用	300g	1315	1420	
736	純粋金華豚ロース・肩ロースしゃぶしゃぶ	古平町産純粋金華豚使用	400g	2550	2754	
737	鶏肉ムネスライス	丹精鶏使用 7mm スライス	320g	695	751	10月
738	鶏肉きも	丹精鶏のレバーと心臓	200g	430	464	
739	鶏肉ミンチ・バラ凍結	丹精鶏使用	350g	720	778	
740	紅塩鮭 300g	ロシア産 船上凍結 3〜5切	300g	910	983	
741	たらこ(ばらこ)	道産たらこ使用、合成添加物不使用	100g×2	660	713	
742	さんまフィレ電田揚げ	根室産さんま使用〈麦・豆〉	120g	630	680	
743	さば電田揚げ用(カレー味)	国産真さば使用〈麦〉	100g	430	464	
744	たら西京漬	古平近海たら使用 2切入〈豆〉	160g(2切入)	555	599	
745	たこザンギ	古平産たこ使用 加熱用〈麦・豆〉	150g	555	599	
746	ほたてフライ	オホーツク海産ほたて・国産パン粉使用・加熱用〈麦〉	150g	760	821	
747	きはだまぐろ漬け丼の具	生活クラブ指定の醤油を使用〈麦・豆〉	160g(80g×2)	570	616	
748	エコシュリンプむき身	インドネシア産 10〜26尾〈え〉	200g	1260	1361	
749	エコシュリンプリ	インドネシア産 10〜15尾〈え〉	300g	1850	1998	
750	ほたて(刺身用)	オホーツク海産天然ほたて(刺身用)	180g(8〜14粒)	1065	1150	
751	ほっけ(1尾)	古平近海産(未加工) 中サイズ	350g(1尾)	350	378	
752	さば	北海道・青森県・宮城県産(未加工)	400g(1尾)	670	724	
753	たらフィーレ	古平産真たら使用	300g(3〜4切)	710	767	
754	いわし	北海道・青森太平洋産(未加工) 4〜5尾入	500g	475	513	
755	にしん	日本海産(未加工) 500g以上	2尾	595	643	
756	ぶり切り身	古平産ぶり使用	250g(4〜5切)	925	999	
757	めばちまぐろ	漁獲地/太平洋沖、加工地/焼津	190g	1200	1296	
758	キャラメルショコラケーキ	国産小麦粉、卵、バター、牛乳使用〈卵・乳・麦・豆〉	約15×6×5cm	1338	1445	10月
759	大福	豆・よもぎ各2個〈豆・(卵)・(乳)・(麦)〉	60g×4個	675	729	
760	ミニたい焼き(あずき)	国産小麦使用〈麦・豆・(え)〉	320g(40g×8)	392	423	10月

惣菜・米飯・麺・他

豚・牛肉類

鶏肉類

魚介加工品

魚介

菓子類

713 エビしゅうまい

丸金佐藤水産園



むきえび、豚ひき肉、玉ねぎ、スケトウダラすり身を、味噌や生薑などで味付けし、提携生産者の皮で包みました。

714 ナン

全国農協食品園



丁寧に手で引き延ばして高温で焼き、外はカリッと、中はモチモチとした食感を出しました。

717 パイシート 月島食品工業園



パイシートに具を包んでオーブンで焼くだけで、気軽にのやつや軽食に。ミニハンバーグのパイ包みも。

723 マルゲリータピッツァ 全国農協食品園



国産小麦で作った生地に、イタリア産の粗ごしトマト、兵庫県産バジルソース、ドイツ産モッツァレラチーズを贅沢にトッピング。

524 727 豚ロースしょうが焼き 大金ハム園



生活クラブ指定の醤油や料理酒に、生姜などを加えたタレと一緒に豚肉をバク。解凍して時間をおくと味が濃くなり、好みに合わせて調整できます。

728 豚バラ串

園食品工房大カムラフーズ



古川ポークのバラを一本ずつ丁寧に手作業で串打ちしています。パーベキューのほか、衣をつけて串カツにも。

528 730 味付豚カルビ 大金ハム園



豚カルビを消費材のみそ・コチュジャンなどで味付けしました。カルビ丼にして約2人前です。お弁当の一品にもどうぞ。

535 740 紅塩鮭 300g 園 NS ニッセイ



ロシアで水揚げされた天然の紅塩を低温で切身加工しています。焼き魚が一般的ですが、三平汁などにも。

753 たらフィーレ 東しゃこたん漁業協同組合



たらと野菜のカレーマヨネーズ焼き。東しゃこたん前浜で水揚げされたたらを大きめな切り身にしてあります。フライ、バターソテー、煮付けなどに。

743 さば電田揚げ用(カレー味) 園 NS ニッセイ



国産の真さばを使用し、カレー風味に仕上げました。さばの旨味とスパイシーなカレー味が食欲をそそります。

758 キャラメルショコラケーキ 全国農協食品園



キャラメル風味のクリームをやわらかいスポンジでサンドし、チョコレートでコーティング。上品な甘さです。

550 752 さば 園 NS ニッセイ



原料は北海道・青森県沖太平洋で漁獲された脂ののった「真さば」。しめさばなどにしても大変おいしいです。

760 ミニたい焼き(あずき) 園ニッコー



国産小麦粉使用の皮に道産小豆を使った自家製粒あんが入っています。小さい子にも食べやすいミニサイズ。

4週配達 冷凍品

No	消費材名	情報	規格	価格	税込	次回
801	冷凍えだ豆	中札内産〈豆〉	300g	275	297	
802	ひじき煮	国産ひじき 道産椎茸使用〈乳・麦・豆〉	70g × 2	600	648	
803	揚げてるエビフライ	ブラックタイガー使用〈麦・え〉	100g	840	907	
804	冷凍うどん	道産小麦粉100%使用〈麦・卵〉・(乳)・(そ)〉	690g (230g × 3)	360	389	
805	小籠包	古川ポーク、道産小麦粉使用〈麦・豆〉	30g × 8個	500	540	
806	コーンしゅうまい	道産コーン使用〈卵・麦〉	25g × 6	615	664	
807	白天(沖あみ)	リン酸塩不使用すり身使用	80g × 2	305	329	
808	ミニミックスピッツァ	国産小麦使用〈乳・麦〉	4枚入(240g)	687	742	
809	キーマカレー	生活クラブ連合会提携鶏肉使用〈乳・麦・卵・(落)・(え)・(か)〉	2袋入(360g)	638	689	
810	もちもち食感のひとくちチヂミ	国産のにら、人参、いか使用〈麦・豆・え・卵〉・(乳)・(か)〉	200g	421	455	
811	バジルソース(4袋)	国産バジル使用〈乳・卵〉・(麦)・(落)・(え)・(か)〉	70g × 4	1085	1172	
812	ピザパン	道産小麦粉使用〈乳・麦・卵〉・(落)・(豆)〉	70g × 2	540	583	
813	古川熟成ポーク肩ロースしゃぶしゃぶ	ドライエージング古川ポーク使用	300g	1150	1242	
814	豚ヒレ一口カツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	190g (6個)	960	1037	
815	豚肩ロースジンギスカン	生活クラブ指定の醤油使用〈麦・豆〉	500g	1655	1787	
816	トンカツ用古川熟成ポーク	ドライエージング古川ポーク使用(ロース)	100g × 3	1220	1318	
817	豚ハーブカツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	240g (2枚)	1040	1123	
818	チャーシュー(肩ロース)	古川ポーク使用 約3〜5枚〈麦・豆〉	90g	935	1010	
819	豚つみれ	生活クラブみそ使用〈豆〉	15g × 12個	865	934	
820	ミルフィーユ豚カツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	245g (2枚)	1270	1372	
821	帯広風豚丼の具	古川ポーク使用 約2人前〈麦・豆〉	230g	940	1015	
822	メンチカツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	80g × 3	890	961	
823	豚ロースカツ	古川ポーク使用〈卵・麦〉	370g (3枚)	1590	1717	
824	デミグラスハンバーグ	北海道千代田の牛肉・平田牧場の豚肉を使用〈卵・麦・豆〉	240g (120g × 2)	625	675	
825	鶏肉モモ角切り	丹精鶏肉使用 2cmの角切り	300g	700	756	10月
826	鶏肉砂肝	丹精鶏肉の砂肝	200g	350	378	
827	熟成塩鮭	オホーツク海産秋鮭使用	120g (2切)	520	562	
828	塩さばフィレ	北海道・青森県・宮城県産 真さば使用	240g (2枚)	760	821	
829	鮭ザンギ	日本海産鮭使用 加熱用〈麦・豆〉	150g	615	664	
830	鮭みりん漬	日本海、オホーツク海産秋鮭〈麦・豆〉	300g	645	697	
831	たら一口フライ	古平産たら・国産パン粉使用・加熱用〈麦〉	200g	595	643	
832	いかリング	リングとゲン入り 加熱用〈麦〉	100g	630	680	
833	鮭焼ほぐし身	オホーツク海産秋鮭(銀毛)使用	80g	640	691	
834	紅鮭マリネ	ロシア海域産紅鮭・国産野菜使用	75g	490	529	
835	鮭とば	日本海産秋鮭使用	100g	1210	1307	
836	鮭フライ	道産秋鮭使用 加熱用 10切前後〈麦〉	200g	540	583	
837	松前漬	生活クラブ指定の醤油使用〈麦・豆〉	80g	400	432	
838	しめさば	生活クラブ純米酢・素精糖・真塩使用	80g (1枚)	535	578	
839	エコシュリンプ M	インドネシア産 16〜22尾〈え〉	300g	1720	1858	
840	甘えび	日本海産 刺身用〈え〉	120g	525	567	
841	あさり大粒	主に熊本・福岡・愛知・千葉・静岡県産あさり使用〈(か)〉	160g	418	451	10月
842	片貝付ほたて	噴火湾養殖 加熱用 Mサイズ	10枚	1340	1447	
843	ぶり刺身	古平産ぶり使用	150g	1030	1112	
844	八角の開き	古平産	120g (1枚)	725	783	
845	生から造った開きほつけ	古平産真ほつけ使用	220g (1枚)	480	518	
846	煮だこ	日本海産 頭と足が約100gずつ	200g	800	864	
847	さんま	道産(未加工)加熱用	330g (4尾)	670	724	
848	あじの開き	九州近海、対馬海域の真アジ3〜5枚	250g	800	864	
849	びんがまぐろ	太平洋一本釣り 船内凍結	450g	1280	1382	
850	メカジキステーキ用	太平洋産	140g (2枚)	570	616	
851	真がれい	石狩〜稚内産(未加工)	200g (1枚)	495	535	
852	カスタードエクレア	国産小麦粉、鶏卵、マーガリン使用〈卵・乳・麦・豆〉	136g (4個)	448	484	
853	珈琲ロールケーキ	国産小麦粉使用〈卵・乳・麦〉	160g (4切)	575	621	
854	なめらか杏仁豆腐	はちみつ使用〈乳〉	200g (50g × 4個)	418	451	
855	熊笹麩万頭	道産小麦粉・もち粉使用〈麦〉	38g × 2	420	454	

809 キーマカレー

全国農協食品園



ヨーグルトやトマト、カレー粉等10種類の香辛料をバランス良く引き立たせた、さっぱりと食べられる辛口のカレーです。

810 もちもち食感のひとくちチヂミ

全国農協食品園



国産のにら、人参、いか等が入った一口サイズのチヂミ。もっちりした食感です。お弁当やおやつに。

625 822 メンチカツ

大金ハム園



消費材をできるだけ取り入れたメンチカツ。豚肉は古川ポークに限定し、保形や保存のための添加物は不使用。

626 823 豚ロースカツ

大金ハム園



古川ポークのロースに塩、胡椒をして衣をつけました。忙しいときに手間が省けて便利です。冷凍のまま揚げてください。

833 鮭焼ほぐし身 関 NS ニッセイ



オホーツク産の秋鮭が原料。真塩となたね油のみで調味し、化学調味料は一切不使用。一度焼いた鮭をほぐしているのので風味が豊かです。

メカジキのレモンバターソテー

白身魚とレモンの爽やかで上品な味わい

材料(4人分)

- ・メカジキステーキ用…2枚
- ・真塩、ブラックペッパー…少々
- ・小麦粉薄力タイプ…大さじ1
- ・レモン…1/3個
- ・ニンニク…1/2片
- ・オリーブオイル…大さじ1/2
- ・バター…5g
- ・イタリアンパセリ…適宜

作り方

- ①メカジキは解凍して真塩の半量をふり、10分ほどおく。キッチンペーパーで水気を拭き取り、残りの真塩とブラックペッパーをふり、全体に小麦粉をまぶす。レモンは薄切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルとスライスしたニンニクを入れて熱し、香りが出たらメカジキを加えて3分ほど焼く。焼き色がついたら返し、レモンとバターを加えて3分ほど焼く。メカジキに火が通り、ソースにとろみがついたら火からおろす。
- ③器に盛り、好みでイタリアンパセリを添える。

850 メカジキステーキ用

関 NS ニッセイ



太平洋に漁獲されたメカジキを食べやすい切身にしました。メカジキは冷めても固くなりなく、お弁当のおかずにも最適です。

852 カスタードエクレア

関丸さんまんじゅう



やや小ぶりの本格的なエクレア。バニラの香り豊かな濃厚カスタードクリームがたっぷり。

853 珈琲ロールケーキ

関丸さんまんじゅう



ふわふわのコーヒー味のスポンジ生地に、生クリームとコーヒーをブレンドしたコーヒークリームを敷き詰め、巻きました。

836 鮭フライ 関 NS ニッセイ



北海道で旬に水揚げされる高品質の秋鮭に、道産小麦を原料にした生パン粉をつけました。

839 エコシュリンプ M

関オルター・トレード・ジャパン



粗放養殖で自然発生するプランクトンなどを食べて育ちます。池入れ後は抗生物質や人工飼料を使用しません。



100%道産小麦粉使用
ゆめちから / きたほなみ / 春よ恋のブレンド

生活クラブ完全オリジナル
※京田食品(株)の店舗等では買えません

パンの
原材料検索は
コチラ→



【常温パン】の注文は班・戸配共に個人申込用紙①の裏面
※釧路支部は注文できません ●は次月お休みです

生活クラブ北海道 消費材検索

毎週
取
組
み

食パン



600g

【原材料】小麦粉、砂糖、ショートニング、パン酵母、食塩、バターミルクパウダー、米麹加工品

〈乳・麦・卵・糖・豆〉
450円(税込 486円)

食パンスライス



400g (6枚入)

〈乳・麦・卵・糖・豆〉
315円(税込 340円)

雑穀スライス



210g (6枚入)

【原材料】小麦粉、砂糖、混合穀物、食用オリーブオイル、パン酵母、バターミルクパウダー、食塩、米麹加工品

〈乳・麦・豆・卵・糖〉
390円(税込 421円)

全粒粉入食パン



350g (6枚入)

【原材料】小麦粉、小麦全粒粉(小麦(道産)、脱胚)、砂糖、パン酵母、バター、食塩、バターミルクパウダー、米麹加工品

〈乳・麦・卵・糖・豆〉
420円(税込 454円)

クロワッサン



34g × 4

【原材料】小麦粉、マーガリン、薄粉、ショートニング、パン酵母、砂糖、バター、ミルクパウダー、食塩、米麹加工品

〈卵・乳・麦・糖・豆〉
285円(税込 308円)

バターロール



33g × 4

【原材料】小麦粉、バター、薄粉、砂糖、牛乳、パン酵母、食塩、米麹加工品

〈卵・乳・麦・糖・豆〉
255円(税込 275円)

今月
おすすめ



ロングウイナー P 22

ドッグパン

道産小麦三種をブレンドした、もちもち食感が特徴のホットドッグ用食事パン。あらかじめ切れ目が入っていて調理の用意がとても簡単です。夏はバーベキューでも大活躍！熱々のロングウイナーと一緒にどうぞ。

【原材料】小麦粉(小麦(道産))、砂糖(甜菜(道産))、ショートニング(国内製造)、パン酵母、食塩、バターミルクパウダー(生乳(道産))、米麹加工品

【冷凍パン】注文は個人申込用紙2の裏面(冷凍品欄)



1週 ピロシキ P23



3週 カレーパン P25



4週 ピザパン P26

第1
週

塩パン



バターがしっかり感じられるフワッとしたタイプの塩パン。消費材の塩を使用。

62g × 2 〈乳・麦・卵・糖・豆〉
310円(税込 335円)

ライ麦ブロード



道産ライ麦全粒粉を20%配合した香ばしい味わいのパン。

180g 〈乳・麦・卵・糖・豆〉
195円(税込 211円)

イングリッシュマフィン



コーングリッツをまぶして型焼きしたイギリス生まれの食事パンです。

45g × 4 〈麦・卵・乳・糖・豆〉
270円(税込 292円) ★

ポアンドール



水を使わず卵と牛乳をたっぷり加えて練り込んでいます。フワフワの食感が人気。

140g 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
260円(税込 281円) ★

カステラチョコサンド



ココア風味のパン生地、カステラとチョコクリームをサンド。子どもに人気の菓子パンです。

150g 〈卵・乳・麦・豆・糖〉
310円(税込 335円)

ごまあんぱん



黒ごまの風味が香ばしい。生活クラブ指定の醤油を隠し味に使ったごまあんを包みました。

75g × 2 〈卵・乳・麦・豆・糖〉
290円(税込 313円) ★

第2
週

牛乳ちぎりパン



水を使わず生活クラブ牛乳のみを使用しています。やさしい甘さ。おやつにも軽食にも。

330g (9玉) 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
490円(税込 529円)

レーズン山角



カリフォルニア産のレーズンをたっぷり使用した食パンです。

320g 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
490円(税込 529円) ★

全粒粉入クルミチーズ



全粒粉を配合した生地に、クルミとプロセスチーズを練りこんだ香ばしいパン。

62g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
450円(税込 486円) ★

あんドーナツ



道産小豆使用のこしあんを生地に包み、米油で揚げました。砂糖はまぶしていません。

32g × 6 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
430円(税込 464円) ★

シナモンロール



消費材のシナモン、クルミ入り。道産クリームチーズと砂糖のソースをかけています。

75g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
470円(税込 508円) ★

チーズデニッシュ



パン生地にエダムチーズと消費材のマヨネーズをトッピングして焼き上げました。

52g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
410円(税込 443円) ★

第3
週

食パンサンドイッチ用



食パンをサンドイッチ用に厚さ約9mmにスライス。12枚入。

400g 〈乳・麦・卵・糖・豆〉
315円(税込 340円)

カンパニュ



道産ライ麦全粒粉を使用した、ほのかに甘くて食べやすいカンパニュです。

317g 〈乳・麦・卵・糖・豆〉
365円(税込 394円) ★

メロンパン



道産かぼちゃパウダーを加えた、しっとりタイプで人気のメロンパンです。

60g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
250円(税込 270円)

ミニカップケーキ



水は一切加えず、卵をたっぷりと使ったカップケーキです。おやつにぴったりなミニサイズ。

33g × 4 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
485円(税込 524円) ★

かぼちゃあんぱん



道産かぼちゃを使用した生地と餡でつくりました。かぼちゃのやさしい甘さが活かしています。

54g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
345円(税込 373円) ★

メープルデニッシュ



消費材のメープルシロップを使用。香料などは一切使用しない風味豊かな菓子パンです。

55g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
345円(税込 373円) ★

第4
週

バタール(フランスパン)



かむほどに小麦の味わいがするフランスパン。真塩を使用。

165g 〈麦・卵・乳・糖・豆〉
205円(税込 221円)

ドッグパン



今月のおすすめ

65g × 4 〈乳・麦・卵・糖・豆〉
235円(税込 254円) ★

バターミルクパン



バター、生クリーム、牛乳を加えて焼き上げました。ソフトでやさしい甘さの食事パンです。

144g 〈乳・麦・卵・糖・豆〉
275円(税込 297円)

ダブルチョコパン



生地にチョコクリームとココアパウダーを配合。生チョコクリームをたっぷり包みました。

60g × 2 〈卵・乳・麦・豆・糖〉
500円(税込 540円) ★

豆だくさん



道産の金時甘納豆をたっぷり包み、平焼きにして形にアクセントをつけました。

65g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
258円(税込 279円) ★

アップルデニッシュ



国産の蜜漬け角切りりんごを巻き込んだデニッシュです。

72g × 2 〈卵・乳・麦・糖・豆〉
495円(税込 535円) ★

運営委員長の オススメ消費材

地域に生活クラブを拡げる活動を行う本部運営委員会。その中心となって支部をまとめている運営委員長の3人におすすめの消費材を教えてくださいました。使用頻度の高い消費材が多いので、ぜひ皆さんも毎日の食事に取り入れてみてくださいね(^^)



東支部
松本 千秋さん

3人家族で毎月、玄米と白米を5kgずつ買っています。おいしいのはもちろんですが、顔の見える生産者さんがつくるお米が自宅に届き、かつ安心して食べ続けられる環境そのものに、とても魅力を感じています♪



ビオサボレシビ 検索
根菜の炊き込みご飯

玄米は炊く直前に、自宅の精米機で七分づきや五分づきに精米しています。ゆめぴりかは色つや、食味が良くて最高です！子どものお弁当の時には、醤油、海水塩を使った炊き込みごはんをよく作っています。体をつくる基本である穀物と塩。安心できる素材なので我が家には欠かせません。

- ◆玄米(ななつぼし) 5kg 4,380円(税込 4,730円) 国産 P4
- ◆ゆめぴりか 5kg 4,830円(税込 5,216円) 国産 P4



106 国産海水塩 P5
250g 258円(税込 279円) 国産 青い海

バラバラとして使いやすいです。ほんのりとした甘みがあるので、塩むすびにもおすすめです！



毎日欠かさず使う調味料。安心できる原料で作られているのに手頃な価格なので、とても助かっています。

101 醤油 福山醸造場
500ml 400円(税込 432円) P5



㈱NS ニッセイとの生産者交流会で「手開き」を教わってもらってから、丸ごと1尾のいわしも調理できるようになりました。丸魚を扱うのは躊躇しますが、慣れれば料理の幅も広がりました。フライや蒲焼きは小骨も気にならないので、子どもたちの大好物です。



551 754 いわし
凍 500g 475円(税込 513円) ㈱NS ニッセイ P23・25



2 102 202 302 豆腐(木綿) P19~22
300g 185円(税込 200円) オシキリ食品園
3 103 203 303 豆腐(絹) P19~22
300g 165円(税込 178円) オシキリ食品園

道産大豆を使い消泡剤を使わずに作った豆腐は、なかなか見つけることはできません。道産大豆は、遺伝子組み換えの心配がないので安心です。水切りさえしておけば、がんもや揚げだし豆腐、厚揚げも簡単にできるので、毎週利用しています。

ポストハーベスト(収穫後の農薬散布)の心配がない道産小麦粉が、この価格で定期的に購入できるのは、とても嬉しいです。手作りのお菓子や餃子の皮・麺・パンなどを、安心して食べることができるのは、道産小麦のおかげです。



301 北海道産小麦粉強力タイプ P8
1kg 365円(税込 394円) 木田製粉場
302 北海道産小麦粉薄力タイプ P8
1kg 290円(税込 313円) 木田製粉場



清田支部
遠谷 翔子さん



白石支部
林 菜衣子さん



これぞ万能調味料。納豆や豆腐、お浸しにかけただけで美味。味付けは白だしのみで作る、塩焼きそばが絶品なので、ぜひともお試しください。「うちの玉子焼きがイチバン！」という我が家の子どもたち。白だしのおかげで料理上手です。

塩焼きそばの味付けは
二人分あたり大さじ3程度



104 白だし 福山醸造場
500ml 765円(税込 826円) P5



129 すし酢 私市醸造場
360ml 320円(税込 346円) P5

美味しくて、価格もお手頃、そしてRびん。最高です。酢飯はもちろん、酢の物や、ドレッシングに。トマトと大葉を刻んで、すし酢とオリーブオイル、ブラックペッパーで和えるのがオススメ。粉チーズをふりかけても◎ 夏にさっぱり！美味しいですよ〜♪