

Caocao

カオカオ

2026年
お届け
カレンダー

3月3回 vol.51

	月	火	水	木	金
注文用紙提出 ▶	3/9	10	11	12	13
商品のお届け ▶	16	17	18	19	20
翌々週分のお届け ▶	23	24	25	26	27

国産油脂原料

米ぬかから生まれた米油

米油の原料は玄米を精米する際に出る「米ぬか」と「米胚芽」。
油脂原料の90%以上を輸入に頼る日本において数少ない
「国産油脂原料」から作られる油です。
また、胃もたれしにくく酸化にも強いので
お料理の風味が長持ち。ビタミンEや
植物ステロールなどの栄養成分が豊富です。

軽く香ばしい風味で油酔い物質の発生も少なく、
胸焼けや胃もたれもしにくい美味しい油です。

米油 NON-GMO (ポニー油脂) 所:千葉

食用こめ油(国内製造)・賞:150日以上

713 850g

通常710円 **617円** (税込 666円) **13% OFF**

国産元氣

714 1350g

通常990円 **890円** (税込 961円) **10% OFF**

国産元氣

715 1350g 2本組

通常1,980円 **1,720円** (税込 1,858円) **13% OFF**

国産元氣



850g

たっぷり
1350g

米油でおいしくクッキング♪



たっぷり14個!

キャベツ・豚肉・たまねぎ・はくさい・春雨などの
の具材を、国産小麦の皮で包みました。

(ニッキーフーズ) 所:神奈川

野菜(キャベツ、たまねぎ、はくさい)、豚肉、豚脂、植物
油脂、はるさめ、しょうゆ、ポークエキス調味料、みり
ん、砂糖、食塩、香辛料、皮(小麦粉(小麦(国産))、食塩、
ぶどう糖、植物油) / 増粘剤(加工でん粉)、(一部に
小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごまを含む)・賞:150日以上

716 凍 (揚げ) 主原料 NON-GMO

国産原料にこだわったお徳用春巻

420g(14個)

通常548円 **493円** (税込 532円) **10% OFF**

国産元氣



国産(北海道沖、三陸沖)の秋鮭をしょうゆベースの
甘いタレに漬け込み、竜田風に仕上げました。

(マルタ水産) 所:愛媛

秋鮭(国産)、でん粉、糖類(砂糖、ぶどう糖果糖液糖、
水あめ)、しょうゆ、みりん、食塩、(一部に小麦・大豆・
さけを含む)・賞:90日以上

717 凍 (焼く) 主原料 NON-GMO

フライパンでできる鮭の竜田風

180g(4切)

通常538円 **518円** (税込 559円) **特価**

4切



たっぷり42個!

国産小麦を使用した生地に国産米の米粉を加え、
かつおや昆布の風味をきかせました。

(ニッキーフーズ) 所:兵庫

小麦粉(小麦(国産))、米粉、たこ、焼き油(なたね油)、
液卵、野菜(キャベツ、ねぎ)、かつおエキス、でん粉、
昆布エキス、砂糖、しょうゆ、食塩、魚介エキス調味
料、(一部に卵・小麦・大豆を含む)・賞:150日以上

718 凍 (揚げ) (レンジ) GMO 不分別

たこ焼(国産米粉入り)

840g(42個)

通常965円 **865円** (税込 934円) **10% OFF**

※今回より通常価格
上がります。

国産元氣



国産具材入りの自然派オリジナル炒飯です。
フライパンで炒めるとパラパラ感UPでおススメ!

(マルハニチロ) 所:秋田

米(国産)、野菜(ねぎ(国産)、にんじん)、鶏肉(国産)、鶏卵加工品、植物油(なたね油、ごま油、
コーン油)、しょうゆ、みりん、チキンブイヨン、食塩、砂糖、ほたてエキス、おろししょうが、お
ろしにんにく、かきエキス調味料、酵母エキスパウダー、香辛料、酸味料、安定剤(加工でん
粉)、(一部に小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉を含む)・賞:240日以上

719 凍 (レンジ) (炒める) GMO 不分別

フライパンで! チャーハン

400g

通常398円 **358円** (税込 387円) **10% OFF**

国産元氣



大阪北新地で1955年に創業した
ひとくち餃子発祥店「天平」監修。

(ニッキーフーズ) 所:大阪

野菜(キャベツ、はくさい、にら)、豚肉、豚脂、粒状植物性たん白、
植物油、でん粉、しょうゆ、粉末状植物性たん白、食塩、にんに
くペースト、砂糖、ポークエキス、白菜エキス、酵母エキス、香辛
料、皮(小麦粉(小麦(国産))、植物油、植物性たん白、大豆粉、食
塩)、(一部に小麦・大豆・豚肉・ごまを含む)・賞:150日以上

720 凍 (焼く) GMO 不分別

天平監修 大阪ひとくち餃子

240g(23~25個)

通常430円 **408円** (税込 441円) **特価**

23~25個



国産牛肉を、醤油ベースのスタミナだれで味付けしました。
玉ねぎ1玉と炒めれば完成♪

(いそべ) 所:新潟

牛肉(国産)、タレ(しょうゆ、果実・野菜(りんご、にん
じく、梅肉、プルーン、行者にんにく、生姜)、砂糖、赤
ワイン、胡麻油、みそ、胡麻、香辛料、小麦発酵調味
料、食塩、卵黄油、松の実、クコの実)、(一部に小麦・
卵・牛肉・ごま・大豆・りんごを含む)・賞:150日以上

721 凍 (炒める) 主原料 NON-GMO

玉ねぎと合う国産牛肉のスタミナ炒め

190g

通常545円 **535円** (税込 578円) **特価**

国産元氣

今週の 香ばしい風味が食欲そそります。

オススメ 5 ページ **734** 丸あじみりん干し **23% OFF**

~ポイントがつくお得な商品~

5 ページ **029346** 玉ねぎみじん切り

2 ページ 9 ページ **757** CO長野県産うす塩なめ苺

(〇〇〇〇) 所:〇〇〇

〈 〉内は生産者名、
所:は最終加工地を
都道府県名で記載。

日本生活協同
組合(日生協)
オリジナル商品。

ランチ・軽食

お弁当

冷凍惣菜

日配・冷蔵惣菜

冷凍野菜

生鮮

調味料

乾物

自然派生活

菓子

飲料

ランチ・軽食



■原料は国産を優先
■化学調味料(アミノ酸など)不使用

香川県産小麦「さぬきの夢」を使用。もちもち食感と豊かな風味。

《ファイブフーズ》所:香川

凍 レンズ NON-GMO
めん(小麦粉(小麦(香川県)),食塩)賞:150日以上

CO本場讃岐うどん

028165 600g(3食) 毎週 **210円** (税込 227円)

722 1kg(5食) 毎週 **320円** (税込 346円)

レンジ調理OK!

うどんの付け合わせにどうぞ

北海道産真昆布を使い、醸造酢と砂糖のみで味付けしました。

《ヤマトタカハシ》所:福井
昆布、醸造酢、砂糖、醸造酢(野菜酢)賞:120日以上

028172 月1回 主原料 NON-GMO
COとろろ昆布 30g×2 **460円** (税込 497円)

国産の玉ねぎ、にんじん、小松菜といかの具材に、あおさを混ぜ込みふんわりと手揚げしました。

《なかしま》所:富山
GMO 不分別

野菜(玉ねぎ(国産)、人参(国産)、小松菜(国産))、いか、あおさ粉(あおさ(国産))、衣(小麦粉、コーンフラワー、でん粉)、揚げ油(なたね油)／ベーキングパウダー賞:150日以上

028189 月1回 凍 レンズ
いかとおおさ入りミニかき揚げ 120g(6個) **448円** (税込 484円)

バナメイエビを国産小麦とでん粉使用の天ぷら粉でフライしました。

《姫生水産》所:香川

トスタ レンズ
尾付きむきえび(えび(ベトナム又はインドネシア)、食塩)、衣(小麦粉、ばれいしょでん粉、粉末状大豆たん白、植物油)、揚げ油(なたね油)／加工デンプン、乳化剤、膨張剤、pH調整剤、(一部に小麦・えび・大豆を含む)賞:240日以上

028196 月1回 凍 GMO 不分別
レンジでえび天ぷら 125g(5尾) **518円** (税込 559円)

ぷりっと香ばしいやきとり丼に仕上げました。

卵をのせるのもオススメ!

国産若鶏の肩小肉を使用。ごはんによく合う甘めのしょうゆ味です。

《マルイ食品》所:鹿児島

鶏肉(国産)、タレ(還元水あめ、水あめ、しょうゆ(小麦を含む)、発酵調味液、清酒)、しょうゆ、発酵調味料、りんご発酵調味液、砂糖、粉末状植物性たん白(大豆を含む)、でん粉、植物油、酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタン)、pH調整剤、カラメル色素賞:150日以上

723 凍 湯せん レンズ GMO 不分別
ぷりぷりやきとり丼の具 200g(2袋入り)

※今回で企画休止します。

通常498円 **448円** (税込 484円) 10%OFF

かつおと昆布の風味、具材の甘みが感じられます。北海道産の小麦で作っためん、甘辛く味付けした牛バラ肉とたまねぎ、ねぎをトッピングしました。

《ニッキーフーズ》所:大阪
めん(小麦粉(小麦(北海道産))、食塩／加工でん粉)、しょうゆ、野菜(たまねぎ、ねぎ)、牛肉、砂糖、かつお節エキス、みりん、昆布エキス、食塩、酵母エキス、セラーチン、香辛料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、(一部に小麦・牛肉・大豆・セラーチンを含む)賞:150日以上

028202 月1回 凍 レンズ 主原料 NON-GMO
肉うどん 666g(2食) **498円** (税込 538円)

国産小麦を使用したうどんに、6種類の具材とだしを利かせたつゆをセットしました。

《ニッキーフーズ》所:大阪

めん(小麦粉(小麦(国産))、食塩／加工でん粉)、野菜(キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん)(国産)、植物油、豚肉(国産)、かつお節エキス、砂糖、ラード、しょうゆ、かつお節粉末、チキンエキス調味料、粉末しょうゆ、醤油調味料、食塩、昆布エキス、酵母エキス／増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、カラメル色素、(一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)賞:150日以上

724 凍 湯せん
大きめえびの鍋焼うどん 586g(めん200g×2) **648円** (税込 700円)

ご家庭で解凍するだけ！存在感を残してカットした国産おくらにひじきを合わせ、さっぱりした味わいに仕上げました。

《豊食》所:福岡

オクラ(国産)、ひじき(国産)、果糖ぶどう糖液糖、食塩、ごま、饴糖エキス、酵母エキス／香料賞:150日以上

028219 月1回 凍 GMO 不分別
国産おくらとひじきのしそ風味和え 150g(50g×3) **398円** (税込 430円)

甘辛い韓国風の焼肉「ブルゴギ」を丼スタイルで。国産牛肉のおいしさを味わえる、ボリュームたっぷりの一品。

《カラミノフーズ》所:山形

牛肉(国産)、タレ(醤油、砂糖、水あめ、りんごペースト、発酵調味料、おろしにんにく、ごま、オニオンエキス、ワイン、ごま油、ワインピネガー、香辛料、酵母エキス)、オリゴ糖混合異性化糖、醤油、発酵調味料、ごま油、おろし生姜、おろしにんにく、ごま、増粘剤(加工デンプン)、(一部に小麦・牛肉・大豆・りんご・ごまを含む)賞:240日以上

028240 月1回 凍 湯せん GMO 不分別
ブルゴギ丼の具(国産牛) 200g(100g×2) **650円** (税込 702円)

大阪「蓬莱本館」監修のチャーハン！国産豚肉、にんじん、ねぎ、炒り玉子を具材に、直火でふっくらパラッと炒めました。

《ニッキーフーズ》所:奈良

精白米(国産)、野菜(にんじん、ねぎ)、炒り玉子、豚肉、液卵、植物油、しょうゆ、ポークエキス、清酒、豚脂、酵母エキス、粉末しょうゆ、食塩、砂糖、香辛料、(一部に卵・小麦・大豆・豚肉・ごまを含む)賞:150日以上

028257 隔週 凍 レンズ 炒める GMO 不分別
蓬莱本館炒めチャーハン 230g×2 **498円** (税込 538円)

鉄鍋でしっかり炒めたからこそ味わい！国産米に卵・チャーシュー(国産豚肉使用)・にんじん・ねぎを加え、香味油で風味豊かに仕上げました。

《ニチレイフーズ》所:福岡

米(国産)、鶏卵、野菜(ねぎ、にんじん)、焼豚(豚肉)、しょうゆ、粉末状植物性たん白、砂糖、発酵調味料、植物油、食塩、しょうがペースト、にんにくペースト、香辛料)、しょうゆ、食塩、加工油脂、香味油(植物油)、野菜(にんにく、ねぎ、しょうが)、しょうゆ、酵母エキスパウダー、香辛料、いため油(香味油(なたね油)、野菜(にんにく、ねぎ、しょうが))／加工でん粉、(一部に小麦・卵・大豆・豚肉を含む)賞:150日以上

725 毎週 凍 レンズ 炒める GMO 不分別
直火炒めチャーハン 230g×2 **628円** (税込 678円)

直火でしっかり炒めた、高菜が香る炒飯！国産米、国産の豚肉を使用。九州産高菜、唐辛子とごま油でピリッと香ばしく味付けしました。

《ニチレイフーズ》所:福岡

米(国産)、鶏卵、たかな塩漬け、豚肉、しょうゆ、発酵調味料、植物油、かつおぶしエキス、加工油脂、酢、でん粉、食塩、ごま、チキンコンソメパウダー、酵母エキスパウダー、香辛料、いため油(なたね油)／加工でん粉、着色料(ウロコ)、(一部に小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉を含む)賞:150日以上

028264 次回 凍 レンズ 炒める GMO 不分別
直火炒め高菜チャーハン 220g×2 **628円** (税込 678円)

さっぱり和風ピラフ。九条ねぎとじゃこを使用した和風ピラフです。じゃこの風味とごま油の香りが食欲をそそります。

《全国農協食品》所:栃木

※次回より内容量を変更し、価格上がります。

精白米、野菜(ねぎ、にんじん、たまねぎ)、大麦、鶏肉、スクランブルエッグ、発酵調味料(小麦を含む)、植物油(ごまを含む)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、しらす干し、食塩、コンブエキス、ごま、チキンエキス、酵母エキス、砂糖、カツオブシエキス、とうがらし、加工デンプン賞:150日以上

028271 月1回 凍 レンズ 炒める 主原料 NON-GMO
九条ねぎとじゃこのピラフ 220g×2 **418円** (税込 451円)

国産牛の旨み広がる和風ごはん。国産牛の旨みたっぷり！こってり甘いすき焼き風炊き込みごはんです。

《全国農協食品》所:栃木

主原料 NON-GMO
精白米、野菜(ごぼう、たまねぎ、にんじん、いんげん)、大豆、牛肉、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、砂糖、植物油(大豆を含む)、カツオブシエキス、発酵調味料、食塩、おろししょうが賞:150日以上

028288 月1回 凍 レンズ 炒める
国産牛のすきめし 220g×2 **418円** (税込 451円) ※次回より内容量を変更し、価格上がります。

国産原料を使用。ケチャップで炊き込みました。オムライスにしても美味しい！

《全国農協食品》所:栃木

主原料 NON-GMO
精白米、野菜(たまねぎ、とうもろこし、にんじん、いんげん)、トマトケチャップ、鶏肉、トマトペースト、なたね油、食塩、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、バター、砂糖、チキンエキス、酵母エキス賞:150日以上

726 隔週 凍 レンズ 炒める
チキンライス 220g×2 **398円** (税込 430円) ※次回より価格上がります。

さつま芋の甘みを味わえるシンプルなおこわ。国産へにはるか(さつま芋)と国産大豆が入った、素材の香り・甘みを楽しめるおこわです。

《全国農協食品》所:栃木

精白米(もち米(国産))、うるち米(国産)、さつまいも(べにはるか(国産))、小豆、食塩、バーム油、コンブエキス／重曹賞:150日以上

028295 月1回 凍 レンズ NON-GMO
べにはるかの芋おこわ 200g×2 **430円** (税込 464円)

海鮮と野菜の天ぷらが4種8個入り！

いか、きす、えび、いんげんの4種の天ぷらをセット。国産小麦のてんぷら粉で揚げました。

《姫生水産》所:徳島

【天ぷら】いか、きす、えび、いんげん、食塩、衣(小麦粉(小麦(国産))、ばれいしょでん粉、粉末状大豆たん白)、揚げ油(なたね油)／乳化剤、膨張剤、pH調整剤 【タレ】しょうゆ(小麦・大豆を含む)、糖類(砂糖、水あめ)、かつおエキス、食塩、昆布エキス、醸造酢賞:240日以上

727 月1回 凍 トスタ レンズ GMO 不分別
タレたっぷりお手軽天丼セット 218g(天ぷら158g・タレ30g×2) 通常598円 **578円** (税込 624円) 特価

焼肉のたれがごはんにも染みて旨い！醤油をつけてこんがり焼き上げたライスプレートに、焼肉のたれで仕上げた国産牛とたまねぎをサンドしました。

《ニッキーフーズ》所:愛媛

米(国産)、牛肉、たれ(しょうゆ、糖類(砂糖、水あめ、果糖ぶどう糖液糖)、野菜(にんにく、たまねぎ)、みりん、還元水あめ、その他)、たまねぎ、しょうゆ、植物油、食塩、発酵調味料、砂糖、粉末しょうゆ、かつおエキス、昆布だし／増粘剤(加工でん粉)、トレハロース、膨張剤、(一部に小麦・牛肉・大豆・りんご・ごまを含む)賞:150日以上

028301 月1回 凍 レンズ GMO 不分別
ライスバーガー(国産牛焼肉) 240g(2個) **428円** (税込 462円)

※次回より価格上がります。

たっぷり5個入り！醤油をつけてこんがり焼きあげたライスプレートに国産豚肉の生姜焼をサンドしました。

《ニッキーフーズ》所:愛媛

米(国産)、豚肉、たれ(しょうゆ、砂糖、しょうが塩漬、りんご加工品、でん粉、還元水あめ、みりん、しょうがペースト、酵母エキス、りんごピューレ、にんにくペースト、ポークエキス、香辛料)、たまねぎ、しょうゆ、植物油、食塩、いため油(なたね油)／増粘剤(加工でん粉)、(一部に小麦・大豆・豚肉・りんごを含む)賞:150日以上

028318 月1回 凍 レンズ 主原料 NON-GMO
徳用ライスバーガー(ポーク生姜焼) 575g(5個) **998円** (税込 1,078円)

おやつに便利なプチサイズの肉まん。国産豚肉とたっぷりの国産野菜を包みました。

《ニッキーフーズ》所:徳島

皮(小麦粉(小麦(国産))、砂糖、生クリーム、ショートニング、イースト、食塩)、豚肉(国産)、野菜(たけのこ(国産)、たまねぎ(国産)、長ねぎ(国産))、しょうが(国産)、しょうゆ、魚スープ(さば節、かつお節)、パン粉、ごま油、しいたけ(国産)、清酒、砂糖、発酵調味料、オースターソース、食塩、(一部に小麦・乳成分・豚肉・大豆・さば・ごまを含む)賞:150日以上

028325 凍 蒸す レンズ
プチ肉まん 240g(8個) **470円** (税込 508円)

竹皮を使用した昔ながらの中華ちまき。国産もち米に国産鶏肉、国産ごぼう・にんじん・しいたけを混ぜ込んだおこわです。竹皮で包んだ本格派！

《カラミノフーズ》所:埼玉

もち米(国産)、鶏肉(国産)、野菜(ごぼう(国産)、にんじん(国産))、しょうゆ、たけのこ水煮、発酵調味料、チキンエキス、豚脂、オースターソース、乾しいたけ、しょうが、植物性油脂(なたね油、ごま油)、おろしにんにく、食塩、香辛料、(一部に小麦・大豆・鶏肉・セラーチン・豚肉・ごまを含む)賞:240日以上

028332 月1回 凍 蒸す レンズ
鶏五目中華ちまき 320g(4個入り) **780円** (税込 842円)

国産米粉でつくったもちもち食感！国産米粉、国産キャベツを使ったたこ焼。アルミフリーの膨張剤を使用。

《ハちゃん堂》所:福岡

GMO 不分別

米粉(国内製造)、キャベツ(国産)、タコ、砂糖、食塩、和風だし、の素／加工でん粉、膨張剤、安定剤(キサンタンガム)、(一部に大豆を含む)賞:150日以上

028349 月1回 凍 揚げる レンズ
米粉で作ったたこ焼 300g(15個入り) **398円** (税込 430円) ※次回より内容量が異なります。

よつ葉のチーズがとろ〜り。
トマトの酸味が美味しさのアクセントに！
よつ葉のバターとナチュラルチーズをたっぷり使ったグラタン。オーガニックのペンネ、国産のたまねぎを使用。

(大進食品) 所:長野

有機マカロニ(イタリア製造)、たまねぎ(国産)、鶏肉(国産)、ナチュラルチーズ(国内製造)、トマトペースト、牛乳、海老、いか、バター、チキンエキス、なたね油、にんにく、小麦粉、ばれいしょでん粉、食塩、(一部に乳糖・えび・いか・小麦・鶏肉を含む)・賞:150日以上

028356 1月1回 凍 レンジ NON-GMO

A mom(ママ)オーガニックペンネのトマトソースグラタン
340g(2個) **658円** (税込 711円)

バジル好きの方に！
国産小麦を使用した生地に、兵庫県産バジルの香り高いジェノベーゼソースとコク深い味わいの蔵王チーズを合わせました。

(エム・シーシー食品) 所:兵庫

ナチュラルチーズ(蔵王チーズ 97%(チーズに占める割合)) (国内製造、イタリア製造)、小麦粉、バジルペースト(バジル(兵庫県産)、オリーブ油)、チキンブイヨン、オリーブ油、砂糖、食塩、麦芽エキス、小麦たん白、香料、イースト、増粘剤(加工デンプン)、(一部に小麦・乳糖成分・鶏肉を含む)・賞:150日以上

028363 1月1回 凍 トースタ NON-GMO

国産小麦粉のジェノベーゼピッツァ <兵庫県産バジル>
280g(140g×2) **878円** (税込 948円)

北海道産のじゃがいもを使用しました。
オーブントースター・電子レンジ・フライパンなどお好みの調理方法でお楽しみいただけます。

冷凍庫にあると便利！ **小腹がすいたら 約5分でグラタン！**

ほうれん草の栄養も摂れちゃう◎

国産ほうれん草を、ソースと具にたっぷり入れました。

(エム・シーシー食品) 所:栃木

牛乳(国内製造)、マカロニ、ホワイトルウ(小麦粉、なたね油)、ほうれん草、ナチュラルチーズ、ベーコン、全粉乳、チキンエキス、砂糖、食塩、植物油(大豆油)、バター、酵母エキス、香料、増粘剤(加工デンプン)、(一部に小麦・卵・乳糖成分・鶏肉・豚肉を含む)・賞:150日以上

028370 凍 トースタ レンジ 焼く

北海道ミニハッシュドポテト
300g(12個入) **378円** (税込 408円)

728 ほうれん草のグラタン (深型) **165g×2** **510円** (税込 551円) **特価** (通常528円)

おやつやおつまみ、お弁当にも。
国産野菜(にら・玉ねぎ・にんじん・かぼちゃ・とうもろこし・れんこん)を使用した、もちもち食感のミニチヂミ！

(フジフレッシュフーズ) 所:広島

野菜(にら、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、とうもろこし、れんこん)(国産)、鶏肉(国産)、植物油(大豆油、ごま油)、豚脂、粉末大豆たん白、鶏卵、食塩、しょうゆ、ぶどう糖、砂糖、魚介エキス調味料、えび粉、香料/加工でん粉、(一部にえび・小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)・賞:150日以上

028387 凍 レンジ 焼く (深型) **180g(10個入)** **328円** (税込 354円)

「よくねいも」特有のおいしさを、ぜひご賞味ください。
北海道産じゃがいもを長期熟成し、甘みを凝縮したしっとりなめらかな食感に仕上げました。

(ホクレン農協) 所:徳島

馬鈴しょ(北海道産)、植物油(賞:270日以上)

028394 1月1回 凍 NON-GMO

熟成フライドポテト (きたかむい)
200g **348円** (税込 376円)

オーブントースターでも、油で揚げても調理できます。
北海道十勝産のじゃがいもを皮付きのままカットしました。

(北海道フーズ) 所:北海道

じゃがいも(北海道十勝)(遺伝子組換えでない)、植物油(賞:240日以上)

028400 凍 揚げる トースタ レンジ NON-GMO

CO北海道の皮付きカットポテト
350g **255円** (税込 275円)

北海道十勝産のじゃがいもを使用。
細めのストレートカットに仕上げました。オーブントースターや油で調理できます。

(パイオニアフーズ) 所:北海道

じゃがいも(北海道十勝)(遺伝子組換えでない)、植物油(賞:240日以上)

730 1月1回 凍 揚げる トースタ NON-GMO

CO<産地>北海道のシューストリングポテト
300g **230円** (税込 248円)

お弁当

■原料は国産を優先
■化学調味料(アミノ酸など)不使用

温めずそのままでも食べられます。
国産鶏肉100%のミートボールを子どもたちに人気のトマトソースで味付けしました。

(石井食品) 所:京都、千葉、佐賀

主原料 NON-GMO

729 1月1回 蔵 湯せん

COイシイお弁当 ミートボール(トマトソース)
107g(固形量67g・9個入)×3 **358円** (税込 387円)

冷めても美味しい！
つややかな照りのしょうゆたれを絡めた、スティック状のフライです。

(ニッコー) 所:神奈川

鶏肉(国産)、たれ(砂糖、しょうゆ、その他)、鶏皮(国産)、つなぎ(でん粉、卵白粉、粉末状植物性たん白、パン粉)、砂糖、野菜ペースト調味料、食塩、香料、衣(小麦粉、粒状植物性たん白、でん粉、クラッカー粉、食塩、しょうゆ、デキストリン、果糖ブドウ糖液糖、香料、ブドウ糖)、揚げ油(バーム油)/加工でん粉、ペニコウジ色素、(一部に小麦・卵・鶏肉・大豆を含む)・賞:150日以上

028431 隔週 凍 レンジ (深型) **210g** **428円** (税込 462円)

国産鶏の甘だれスティック

あおさの香りがたまらない。
国産鶏肉を使用した、お弁当にぴったりなサイズの磯辺揚げです。

(ニッコー) 所:神奈川

鶏肉(国産)、たまねぎ(国産)、おから、パン粉、鶏卵、ホエイパウダー、でん粉、砂糖、しょうゆ、ポークエキス、カツオブシエキス、食塩、酵母エキス、衣(小麦粉、でん粉、おさ粉)、揚げ油(なたね油)、(一部に鶏肉・大豆・小麦・鶏卵・乳糖成分・豚肉を含む)・賞:150日以上

028448 凍 レンジ NON-GMO

鶏肉の磯辺揚げ
160g(8個入り) **278円** (税込 300円)

テリヤキソースのふっくら柔らかハンバーグ。
国産鶏肉100%使用し、卵・乳を使わずに作りました。

(石井食品) 所:千葉

鶏肉、たまねぎ、つなぎ(パン粉(小麦を含む)、でん粉)、ウスターソース、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、砂糖、食塩、醸造酢(小麦を含む)、コショウ、ナツメグ、なたね油、ソース(砂糖、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、みりん、醸造酢(小麦を含む)、でん粉、食塩)・賞:15日以上

028417 1月1回 蔵 湯せん レンジ (深型) **85g(固形量35g×2)×2** **299円** (税込 323円)

お弁当ハンバーグ テリヤキソース 2個組

国産の鶏肉を甘辛く炊きました。
そのままふりかけるだけの醤油味の鶏肉そぼろです。お弁当のおかずの定番商品です。

(石井食品) 所:佐賀・千葉

鶏肉(佐賀県産又は岩手県産)、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、砂糖、みりん、しょうがペースト・賞:20日以上

028424 隔週 蔵 (深型) **40g×2** **298円** (税込 322円)

とりそぼろ 2個組

コープ自然派のお弁当惣菜のロングセラー！
国産肉(鶏肉、豚肉)、国産野菜(キャベツ・玉ねぎ)使用のミニサイズのメンチカツです。

(ニッコー) 所:神奈川

主原料 NON-GMO

食肉(鶏肉(国産)、豚肉(国産))、とんかつソース(国内製造)、野菜(キャベツ(国産)、たまねぎ(国産))、パン粉、砂糖、食塩、こしょう、衣(パン粉、小麦粉、でん粉)、揚げ油(なたね油)、(一部に鶏肉・豚肉・りんご・小麦を含む)・賞:150日以上

028479 隔週 凍 レンジ (深型) **120g(6個)** **320円** (税込 346円) **自然解凍 OK**

お弁当用ソースメンチカツ

甘辛く炒めたお弁当惣菜。
国産のほうれん草とにんじん、国産有機さくらげを具材に使用しています。

(マルハニチロ) 所:愛媛

はるさめ(国内製造)、野菜(ほうれん草(国産)、にんじん(国産))、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、さくらげ(国産)、コチュジャン、(一部に小麦・ごま・大豆を含む)・賞:150日以上

028486 凍 レンジ NON-GMO

国産野菜のチャブチエ
80g(4個入) **200円** (税込 216円)

国産の豚肉を使用した一口タイプのとんかつ串です。
野菜と果物をベースにした甘めのソースを絡めました。

(マルイ食品) 所:鹿児島

※次回より内容量と包材が変更になります。

豚肉(国産)、ソース(濃厚ソース(大豆を含む)、中濃ソース、果糖ぶどう糖液糖、還元水あめ、トマトケチャップ、りんご果汁、魚介エキス調味料、トマトペースト、はちみつ、チキンスープ、香料、砂糖)、衣(パン粉、小麦粉、コーンスターチ)、つなぎ(ばれいしょでん粉、粉末状植物性たん白、パン粉)、粉末状植物性たん白、豚脂、ポークエキス、食塩、発酵調味料、しょうゆ、酵母エキス、香料、おろししょうが、揚げ油(なたね油、バーム油)/増粘剤(加工デンプン)、増粘多糖類、着色料(カラメル、カロチノイド、ウコン)・賞:150日以上

028455 1月1回 凍 レンジ (深型) **204g(12本入)** **450円** (税込 486円) **自然解凍 OK**

ミニ串とんかつ(ソース味)

国産豚モモ肉を使用。たっぷり16個！
サクッと衣のカツに仕上げました。フライ済みだから電子レンジで温めるだけ！

(食研) 所:千葉

豚肉(国産)、還元澱粉糖化物、大豆たん白、乳たん白、粉末卵白、食塩、砂糖、酵母エキス、香料、衣(パン粉、でん粉、米粉)、小麦粉、食用油脂、揚げ油(なたね油、バーム油)/加工でん粉、pH調整剤、乳化剤、(一部に小麦・卵・乳糖成分・大豆・豚肉を含む)・賞:150日以上

028462 隔週 凍 レンジ (深型) **480g(16個入り)** **980円** (税込 1,058円)

レンジDE国産豚肉のとんかつボリュームパック

可愛い星とハート型のひとくちデザートです！
鹿児島県産さつまいもと紫芋で作った星&ハート型のスイートポテトです。お弁当の彩りに重宝します。

(全国農協食品) 所:愛媛

主原料 NON-GMO

さつまいも(鹿児島県産)、砂糖、でん粉、バター、食塩、【ハートのスイートポテト】さつまいも(鹿児島県産)、紫いもペースト(さつまいも(鹿児島県産))、砂糖、でん粉、バター、食塩・賞:150日以上

028516 隔週 凍 (深型) **160g(80g×2)** **378円** (税込 408円)

ひとくちサイズのスイートポテト(星&ハート)

下味しっかり、冷めても美味しい！

組合員満足度 **4.56** 評価件数 **32件**

★★★★★

※点数はカタログ作成時の平均点数です。

国産鶏のささみを使ったつくねに梅肉を加え、しそ入りの衣をつけて揚げました。

(ニッコー) 所:神奈川

鶏肉(国産)、たまねぎ(国産)、つなぎ(鶏卵、パン粉)、梅肉、豚脂(国産)、しょうゆ、なたね油、砂糖、昆布エキス、食塩、衣(小麦粉、でん粉、しそ(国産))、揚げ油(なたね油)、(一部に鶏肉・卵・小麦・豚肉・大豆を含む)・賞:150日以上

731 梅しそ竜田揚げ (深型) **168g(6個入り)** **358円** (税込 387円) **特価** (通常368円)

ふんわりと厚みがあって食べ応えがあります。
和風だしで甘めに味付けした国産鶏そぼろと国産野菜入りのミニオムレツです。

(マルイ食品) 所:鹿児島

液全卵(鶏卵(国産))、野菜(にんじん、たまねぎ、いんげん)(国産)、植物油(糖類(砂糖)、ぶどう糖液糖)、鶏肉(国産)、しょうゆ、粒状植物性たん白、米発酵調味液、清酒、食塩、はちみつ、酵母エキス、かつおだし、こんぶだし、醸造酢、かつおぶしエキス、かつおぶし/加工でん粉、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、着色料(カロチノイド)、(一部に卵・小麦・大豆・鶏肉を含む)・賞:150日以上

028493 1月1回 凍 レンジ (深型) **210g(7個)** **298円** (税込 322円)

COミニオムレツ(そぼろ野菜入り)

国産コーンたっぷり、全体の約60%配合！
ひとくちサイズのフライです。NON-GMOのなたね油で揚げられています。

(ナカシン冷蔵) 所:鹿児島

GMO 不分別

とうもろこし(国産)、魚肉すり身、でん粉、食塩、香料、衣(パン粉、粒状大豆たん白、小麦粉、なたね油、食塩)、揚げ油(なたね油)/加工デンプン・賞:150日以上

028509 1月1回 凍 揚げる トースタ レンジ

サクッと一口国産コーンフライ
150g(約15個) **318円** (税込 343円) **自然解凍 OK**

お弁当をかわいく！
かわいい星と月のかたちをしたハッシュドポテトです。

(びえいフーズ) 所:北海道

揚げる トースタ 焼く

じゃがいも(北海道産)、植物油(なたね油、大豆油)、食塩、米粉・賞:150日以上

028523 隔週 凍 (深型) **180g×2** **460円** (税込 497円)

CO北海道ポテトのお星さま 2個組

外はカリッと中はしっとり食感。
国産さつまいもを使用したキューブ型のスイートポテトに餡がけをしたプチ大学いも。

(日本食品開発促進) 所:宮崎

GMO 不分別

さつまいも(国産)、糖類(砂糖、水あめ、高果糖液糖)、植物油、デキストリン、たん白質濃縮ホエイパウダー(乳糖成分を含む)、グルコマンナン/増粘剤(加工でん粉)・賞:150日以上

028530 隔週 凍

COぷちカリカリ大学いも(スイートポテト風)
150g **350円** (税込 378円) **自然解凍 OK**

可愛らしい星とハート型のひとくちデザートです！
鹿児島県産さつまいもと紫芋で作った星&ハート型のスイートポテトです。お弁当の彩りに重宝します。

(全国農協食品) 所:愛媛

主原料 NON-GMO

さつまいも(鹿児島県産)、砂糖、でん粉、バター、食塩、【ハートのスイートポテト】さつまいも(鹿児島県産)、紫いもペースト(さつまいも(鹿児島県産))、砂糖、でん粉、バター、食塩・賞:150日以上

028516 隔週 凍 NON-GMO

ひとくちサイズのスイートポテト(星&ハート)
160g(80g×2) **378円** (税込 408円)

ランチ・軽食
お弁当
冷凍惣菜
冷凍野菜
日記・冷蔵惣菜
生鮮
調味料
乾物
自然派生活
菓子
飲料

冷凍惣菜



- 原料は国産を優先
■化学調味料(アミノ酸など)不使用

果実・野菜の味を活かした甘めのタレに漬け込みました。

(いそべ) 所:新潟
焼く 炒める
牛肉(国産)、タレ(しょうゆ、果実・野菜(りんご、にんにく、生姜)、砂糖、米発酵調味料、胡麻油、みそ、りんご酢、胡麻、香辛料、小麦発酵調味料、食塩)、(一部に小麦・牛肉・ごま・大豆・りんごを含む)・賞:150日以上

028561 月1回凍 NON-GMO
玉ねぎと炒める!
国産牛ごま醤油焼き
170g 540円(税込583円)

和風あんかけ煮込みハンバーグが簡単にできるお料理キット



- 豆腐ハンバーグに
●玉葱
●ひじき
●にんじん
●ごぼう
入ってます。

国産鶏肉・豚肉を使った豆腐ハンバーグと野菜のあんかけソースのセットです。

(ジョイフーズ) 所:静岡県
豆腐ハンバーグ:鶏肉(国産)、豚脂、玉葱(国産)、冷凍豆腐(大豆、でん粉)、豚肉、白だし、粒状大豆たん白、ひじき、人参、ごぼう、香辛料、食塩/増粘剤(加工デンプン)、カラメル色素、塩化マグネシウム、(一部に小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉を含む)タレ:米発酵調味料、醤油、白だし、砂糖、おろし生姜、醸造酢、調味だし(昆布だし)、還元水飴、食塩、醸造酢、かつお節粉末、食塩、香辛料/増粘剤(加工デンプン)、(一部に小麦・さば・大豆を含む)野菜:塩蔵レンコン(国内製造)、玉葱(国産)、人参、ぶなしめじ、いんげん

732 次回凍 焼く 主原料 NON-GMO
豆腐ハンバーグの和風五目あんかけ
470g(豆腐ハンバーグ200g、タレ160g、具材110g)
通常980円 780円(税込842円) 20%OFF 限定 648
賞:2026年5月18日

隠し味に利かせた白味噌がまるやか!
国産野菜と国産豚肉を使用した具材を、北海道産小麦粉の皮で包みました。

(カインズ) 所:神奈川県
キャベツ(国産)、豚肉、小麦粉、玉ねぎ、豚脂、ニラ、長ネギ、馬鈴薯でんぷん、食塩、おろしにんにく、砂糖、パン粉、酒、食用玉米油、白味噌、コンヨウ、粉唐辛子、(一部に小麦・大豆・豚肉・ゴマを含む)・賞:150日以上

028547 月1回凍 焼く NON-GMO
ファミリー餃子
600g(30個) 830円(税込896円)

たっぷり30個入り。1粒約20g。
国産肉(豚肉・鶏肉)を使用した具材を国産小麦の皮で包みました。

(カインズ) 所:神奈川県
NON-GMO
玉ねぎ(国産)、豚肉、小麦粉、鶏肉、豚脂、馬鈴薯でんぷん、砂糖、食塩、しょう油、オイスター-Eキス、おろししょう油、コンヨウ、酒、(一部に小麦・大豆・豚肉・鶏肉を含む)・賞:150日以上

028578 月1回凍 蒸す レンジ
ファミリーシューマイ
600g(30個) 940円(税込1,015円)

キャベツたっぷりシャキシャキ食感!
具材の野菜、肉はすべて国産。あっさりとしていて何個でも食べたくなる餃子です。

(ヨコミソ) 所:埼玉県
野菜(キャベツ(国産)、たまねぎ、にら、にんにく、しょうが)、食肉(豚肉(国産)、鶏肉)、豚脂、でん粉、粒状大豆たん白、しょう油、ごま油、食塩、砂糖、魚介エキス調味料、こしょう、皮(小麦粉、食塩)、(一部に豚肉・鶏肉・大豆・小麦・ごまを含む)・賞:150日以上

028554 月1回凍 焼く NON-GMO
ヨコミソの香港ざく切りキャベツヨーザ
360g(標準20個入り) 510円(税込551円)

「蓬莱本館」監修!
ご家庭でそのまま揚げるだけで、熟々をお召し上がりいただけます。

(ニッキーフーズ) 所:神奈川県
キャベツ、たけのこ水煮、豚肉、えび、からスープ、でん粉、植物油、砂糖、乾しいたげ、しょう油、オイスターソース、食塩、しょうがペースト、にんにくペースト、香辛料、皮(小麦粉(小麦(国産))、ぶどう糖、食塩、植物油)、(一部に小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉・ごまを含む)・賞:150日以上

028585 月1回凍 揚げ 主原料 NON-GMO
蓬莱本館 春巻
300g(10個) 498円(税込538円)

ご家庭で豆腐を加えるだけ!
国産の豚肉とねぎを使用し、しょうゆ、チキンエキス、豆板醤にトマトケチャップを加え甘口に仕立てた麻婆の素です。

GMO 不分別
(ニッキーフーズ) 所:千葉県
豚肉(国産)、しょうゆ、ねぎ(国産)、砂糖、清酒、チキンエキス、植物油、豚背脂、しょうがペースト、醸造酢、トマトケチャップ、食塩、にんにくペースト、豆板醤、香辛料、酵母エキス、増粘剤(加工でん粉)、(一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごまを含む)・賞:150日以上

028592 月1回凍 炒める
豆腐を入れて甘口麻婆
200g 398円(税込430円)

焼いても、揚げても、煮ても。
生地にあわの実を練り込みました。プチプチ食感が楽しめます。

NON-GMO
小麦たんぱく(国内製造)、もち粉、あわの実、食塩、(一部に小麦を含む)・賞:150日以上

028608 次回凍 揚げ 焼く
京生麩 あわ
1本(110g) 298円(税込322円)

国産もち米を使用し、なめらかで、ふっくらもちもちとした食感。ごまの香ばしい風味が広がります。

(いとふ) 所:京都
NON-GMO
小麦たんぱく(国内製造)、もち粉、黒ごま、食塩、(一部に小麦・ごまを含む)・賞:150日以上

028615 次回凍 揚げ 焼く
京生麩 ごま
1本(110g) 298円(税込322円)

シンプルな味付けなので、お好みのソースで。
3種の国産肉を使用して作ったハンバーグを鉄板で焼き上げました。

主原料 NON-GMO
食肉(鶏肉(国産)、豚肉、牛肉)、たまねぎ(国産)、粒状植物性たん白、つなぎ(液卵、パン粉、でん粉)、牛脂、砂糖、食塩、しょうゆ、トマトケチャップ、香辛料、(一部に小麦・卵・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉を含む)・賞:150日以上

028639 月1回凍 レンジ 焼く
ハンバーグ・ボリュームパック
100g×10 1,140円(税込1,231円)

神戸三田屋監修。CaoCaoで人気のハンバーグ!
新鮮な国産牛肉100%に玉ねぎを加えた、ジューシーでふわっとしたハンバーグ。

(三田屋) 所:兵庫県
牛肉(日本)、たまねぎ、つなぎ(液卵、パン粉)、牛脂、しょうゆ、でん粉、食塩、砂糖、香辛料、食用植物油/加工でん粉、香辛料抽出物、ソース(デミグラスソース、赤ワイン、しょうゆ、砂糖、レモン果汁/着色料(カラメル)、香料)、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・セラチンを含む)・賞:150日以上

028646 隔週凍 湯せん GMO 不分別
神戸三田屋ハンバーグ(国産牛肉使用)
150g(固形量100g)×2 1,130円(税込1,220円)

外はふっくら、中はジューシー!
北海道産の牛肉・豚肉を使用したハンバーグ。国産の大根おろしが入った和風ソースをかけました。

(マルハニチロ) 所:北海道
食肉(牛肉(北海道)、豚肉(北海道))、たまねぎ(国産)、つなぎ(液卵、パン粉、液卵)、牛脂(北海道)、豚脂(北海道)、粒状植物性たん白、食塩、砂糖、焼酎、しょうゆ、香辛料、植物油(大豆油、なたね油)/加工でん粉、ソース(だしごころし(国産)、しょうゆ加工品、しょうゆ、発酵調味料、しょうがビュレ、増粘剤(加工でん粉、キサンタン)、カラメル色素、調味料)、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・豚肉・りんごを含む)・賞:150日以上

028653 月1回凍 湯せん GMO 不分別
ふっくら和風おろしハンバーグ
350g(2個入り) 565円(税込610円)

ごはんがすすむ味わい!
豚肉・鶏肉・牛肉を使ったハンバーグに、牛脂やバター等でソテーしたガーリックソースを合わせました。

(エム・シーシー食品) 所:兵庫県
食肉(豚肉(国産)、鶏肉、牛肉)、たまねぎ、つなぎ(パン粉、全卵、でん粉、粉末状植物性たん白)、ソテーオニオン、牛脂、加工油脂、しょうゆ、食塩、酵母エキス、ガーリック、香辛料/香料、カロチノイド色素、ソース(ソテーオニオン、しょうゆ、ガーリック、牛脂、みりん、ローストオニオンペースト、加工油脂、バター、りんごペースト、肉エキス調味料、ローストガーリックオイル、食塩/増粘剤(加工デンプン)、香料、カロチノイド色素)、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む)・賞:150日以上

028622 月1回凍 湯せん GMO 不分別
ガーリックソースハンバーグ(にんにく醤油バター仕立て)
300g(150g×2) 498円(税込538円)

食感や彩りも楽しんで頂けます。
イタリア産トマト本来の甘み・酸味とバターやチーズのkok深いテイストを合わせた親しみやすいミネストローネ。

主原料 NON-GMO
野菜(たまねぎ、にんじん、さやいんげん)、トマト・ジュース(イタリア製造)、セミドライポテト、トマトペースト、野菜エキス、チキンエキス、かぼちゃピューレ、植物油(大豆油、香味油)、砂糖、酵母エキス、バター、食塩、オリーブオイル、(一部に小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉を含む)・賞:150日以上

028660 次回凍 湯せん レンジ
野菜味わうミネストローネ
150g×2 428円(税込462円)

パスタやソテーのソースなどに大活躍。
バジルペーストにチーズやにんにく、赤唐辛子などを加えて濃厚な味わいに仕上げました。

(エム・シーシー食品) 所:兵庫県
バジルペースト(バジル、なたね油、食塩(アメリカ製造)、植物油(大豆油、オリーブ油)、ナチュラルチーズ、ガーリック、チキンエキス、貝エキス、食塩、香辛料/増粘剤(加工デンプン)、(一部に乳成分・鶏肉を含む) ※ソース1袋に対し、スパゲティ(乾麺)100gをご用意ください。賞:150日以上

028677 月1回凍 湯せん
ジェノベーゼソース(バジル)
65g×3 618円(税込667円)

カニの風味が豊か!
ソテーすることで旨みと香ばしさを引き出したカニとトマトを合わせたクリーミーなソースです。

(エム・シーシー食品) 所:兵庫県
トマト・ジュース(イタリア製造)、野菜(たまねぎ、にんじん、セロリ)、乳等を主要原料とする食品、かに、生クリーム、かにエキス、牛乳、大豆油、ぶどう糖果糖液糖、食塩、ガーリック、バター、トマトペースト、焙焼小麦粉、エヒバターソース、香辛料/増粘剤(加工デンプン)、乳化剤、香料、(一部にえび・かに・小麦・乳成分・大豆を含む)・賞:150日以上

028684 月1回凍 湯せん レンジ
カニのトマトクリームソース
135g×2 470円(税込508円)

熟成された旨み。
国産若鶏のもも肉を使用。しょうゆをベースにしょうがの風味を利かせました。

(マルイ食品) 所:宮崎
鶏肉(国産)、しょうゆ、おろししょうが、発酵調味料、砂糖、りんご発酵調味液、ホークエキス、食塩、粉末状植物性たん白(大豆を含む)、衣(ばいりしよでん粉、小麦粉、パン粉、コーンスターチ)、揚げ油(大豆油、なたね油)/トレハロース、pH調整剤、増粘剤(グアー)・賞:150日以上

733 隔週凍 揚げ トスター レンジ
国産若鶏の竜田揚げ
190g 458円(税込495円)

玄米パフの香ばしい衣がクセになる!
国産若鶏ささみにパン粉、玄米パフ、黒ごまを合わせた衣をつけました。サクサク食感が特徴の衣です。

※次回より原材料が変更になります。(印南食品) 所:兵庫県
鶏ささみ(国産)、衣(パン粉、加工玄米、小麦粉、炒り黒ごま、でん粉、香辛料、植物油、粉末状大豆たん白、コーンフラワー)、こくちしょうゆ、発酵調味料、砂糖、植物油、粉末状大豆たん白、砂糖、ほたてエキス、しょうゆ調味料・賞:150日以上

028691 次回凍 焼く GMO 不分別
フライパンで!
黒ごま玄米ささみ揚げ
180g 460円(税込497円)

具だくさんのもちり食感。
7種類の国産具材(れんこん・玉ねぎ・キャベツ・枝豆・にんじん・ごぼう・ひじき)を使ったれんこんもちです。

(ナカシン冷食) 所:鹿児島
れんこんペースト、でん粉、玉ねぎ、キャベツ、れんこん、枝豆、揚げ油(なたね油)、人参、もち粉加工品、卵、乾燥マッシュポテト、乾いたたけのこ、調味料、水あめ、ごぼう、ひじき、だししょうゆ、カツオブシエキス、食塩、おろししょうが、酵母エキス/加工デンプン、増粘多糖類、(一部に小麦・卵・大豆を含む)・賞:150日以上

028707 次回凍 レンジ 焼く GMO 不分別
7種の国産具材のれんこんもち
144g(8個入り) 358円(税込387円)

ごぼうのシャキシャキ食感!
青森産ごぼうをスティック状にカットし、衣をつけて揚げました。

(マルハニチロ) 所:青森
GMO 不分別
ごぼう(青森県)、衣(小麦粉、でん粉、砂糖、食塩、粉末しょうゆ、脱脂粉乳、香辛料、粉末状植物性たん白、ぶどう糖、大豆油、たん白加水分解物、発酵調味料)、揚げ油(なたね油)、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)・賞:150日以上

028714 月1回凍 揚げ トスター 焼く
青森産ごぼう唐揚げ
180g 398円(税込430円)

国産長芋を皮つきのまま輪切りにし、あおさと薄塩入りの衣をつけて天ぷらにしました。

(全国農協食品) 所:愛媛
トスター 焼く
長芋(やまいもを含む)(国産)、衣(小麦粉、でん粉(小麦を含む)、食塩、あおさと、糖節エキス、卵黄粉(卵を含む))、揚げ油(なたね油)/ベーキングパウダー、着色料(V.B2、カロチノイド)・賞:150日以上

028721 月1回凍 GMO 不分別
国産皮付き長芋の磯辺天ぷら
170g 368円(税込397円)

国産の輪切りさつまいもに衣をつけて揚げました。アルミフリーの膨張剤を使用。

(マルハニチロ) 所:岩手
GMO 不分別
さつまいも(国産)、衣(小麦粉、でん粉(小麦を含む)、食塩、大豆粉、卵黄粉(卵を含む)、植物油)、揚げ油(なたね油)/加工でん粉、ベーキングパウダー、着色料(ビタミンB2、カロチン)・賞:150日以上

028738 月1回凍 GMO 不分別
国産さつまいもの天ぷら
190g 398円(税込430円)

まいたけに薄塩を入れた天ぷら粉を付けて、素材の味を活かした塩天ぷらにしました。

(マルハニチロ) 所:岩手
GMO 不分別
まいたけ(国産)、衣(小麦粉、食塩、でん粉、鶏卵粉)、揚げ油(なたね油、パーム油)/加工でん粉、ベーキングパウダー、着色料(カロチノイド、V.B2)、(一部に小麦・卵を含む)・賞:150日以上

028745 次回凍 トスター レンジ
国産まいたけの塩天ぷら
140g 360円(税込389円)

手間ひまかけた味わいが人気



人気No.1!カナダ産オマール海老の頭をじっくりソテーし、香味野菜やトマトと合わせた濃厚で上品な味わい。
素材のおいしさを引き出した自慢の2品。
オマール海老のビスク
とうもろこしとさつま芋のスープ
北海道産かぼちゃのスープ
白い野菜のミネストローネ
野菜(玉葱(国産又は輸入)、セロリ、じゃがいも、キャベツ、西洋ごぼう、にんにく、太葱)、根セロリピューレ、白いんげん豆、オリーブ油、チキンブイオン、魚醤加工品(魚露、昆布エキス、食塩、酵母エキス)、澱粉、食塩、香辛料、(一部に鶏肉を含む)・賞:240日以上
028769 月1回凍
とうもろこしとさつま芋のスープ
主原料 NON-GMO
牛乳(国内製造)、コーンペースト、さつま芋、クリーム、ソテーオニオン(玉葱、菜種油)、食塩、澱粉、香辛料、(一部に乳成分・大豆を含む)・賞:240日以上
028776 次回凍
北海道産かぼちゃのスープ
主原料 NON-GMO
野菜(かぼちゃ、玉葱、人参、牛乳(国内製造)、チキンブイオン、クリーム、バター、食塩、香辛料、(一部に乳成分・鶏肉を含む)・賞:240日以上
028783 次回凍 NON-GMO
白い野菜のミネストローネ
主原料 NON-GMO
野菜(玉葱(国産又は輸入)、セロリ、じゃがいも、キャベツ、西洋ごぼう、にんにく、太葱)、根セロリピューレ、白いんげん豆、オリーブ油、チキンブイオン、魚醤加工品(魚露、昆布エキス、食塩、酵母エキス)、澱粉、食塩、香辛料、(一部に鶏肉を含む)・賞:240日以上

今日は焼き鳥 レンジで簡単に食べられます

鶏もも串、鶏ももねぎ串、つくね串の3種入り、白ワインを使い、さっぱりながら深みのある塩味に仕上げました。

つやつと照り良い甘だれをつけた、みつせ鶏の旨みとコクを楽しめる焼きつくね串です。

【印南食品】 所:兵庫
GMO 不分別

【つくね串】 鶏肉(国産)、たれ(水あめ、ぶどう糖、発酵調味料、食塩、ワイン、酵母エキス、おろしにんにく、粉末しょうゆ(大豆を含む)、香辛料)、野菜(玉ねぎ、大葉)(国産)、つなぎ(でん粉、小麦粉、卵たん白)、ぶどう糖、発酵調味料、食塩、酵母エキス、植物油、しょうゆ調味料、香辛料、おろししょうゆ、増粘剤(加工でん粉)、加工でん粉【**もも串**】 鶏肉(国産)、たれ(水あめ、ぶどう糖、発酵調味料、食塩、ワイン、酵母エキス、おろしにんにく、粉末しょうゆ(小麦・大豆を含む)、香辛料) / 増粘剤(加工でん粉)、加工でん粉【**ねぎ串**】 鶏肉(国産)、ねぎ(国産)、たれ(水あめ、ぶどう糖、発酵調味料、食塩、ワイン、酵母エキス、おろしにんにく、粉末しょうゆ(小麦・大豆を含む)、香辛料) / 増粘剤(加工でん粉)、加工でん粉 賞:120日以上

028790 1月1回 凍 レンジ
鶏屋の焼き鳥セット(塩味)
146g(3種×2本) **645円** (税込 697円)

【ヨコオフーズ】 所:佐賀
GMO 不分別

鶏肉(九州産)、たれ(発酵調味料、しょうゆ、砂糖、りんご、その他)、鶏砂肝(九州産)、つなぎ(でん粉、ノン粉)、玉ねぎ、鶏皮(九州産)、しょうゆ、香辛料、砂糖、酵母エキス、食塩、揚げ油(パーム油) / トレハロース、増粘剤(加工でん粉)、(一部)に小麦・鶏肉・大豆・りんごを含む 賞:150日以上

028806 1月1回 凍 レンジ
みつせ鶏ふくら
タレ焼きつくね串
189g(7本) **410円** (税込 443円)

復讐心 放射能不検出

あじと国産野菜を使用、酸味をおさえ、まろやかに仕上げました。

【千倉水産加工販売】 所:千葉
あじ(国産)、玉ねぎ(国産)、砂糖、米粉、にんにく、オリーブオイル、リンゴ酢、ピーマン、食塩、白醤油、昆布、こしょう、(一部)に小麦・大豆・りんごを含む 賞:90日以上

028813 1月1回 凍 NON-GMO
あじと3種の野菜のマリネ
130g **388円** (税込 419円)

淡泊でケセのないレンコダイを甘酢漬けにしました。お刺身や寿司ネタにおすすめです。

【日本マリンフーズ】 所:山口
レンコダイ(山口県産)、醸造酢、砂糖、食塩、昆布 賞:150日以上

028837 1月1回 凍 NON-GMO
生から作った天然小鯛酢漬け
80g **398円** (税込 430円)

長崎県産の真さばを使用、しめさばの風味と旨みをさらに引き立たせるために昆布で覆っています。

【日本マリンフーズ】 所:山口
マサバ(国産)、昆布、醸造酢、砂糖、食塩、(一部)にサバ・ゼラチンを含む 賞:150日以上

028820 1月1回 凍 主原料 NON-GMO
さば昆布メ
120g **458円** (税込 495円)

北海道産ペビーほたてを使用、お米と一緒に炊くだけでご家庭で簡単に本格ほたてめしがお楽しみいただけます。

【北海道漁連】 所:茨城
【具材】ポイルほたて(ほたて貝(北海道産)、食塩)【添付たれ】しょうゆ、米発酵調味料、カニエキス、砂糖、食塩、昆布エキス、酵母エキス、酒粕、(一部)に小麦・かに・大豆を含む 賞:90日以上

028844 1月1回 凍 GMO 不分別
北海道産ほたてご飯の素(3合炊き)
200g **498円** (税込 538円)

香ばしい風味が食欲そそります。

下処理済みで便利!

国産の丸あじを調味料に一晩漬け込み、ごまを振りかけた後、乾燥させ冷凍しました。

【ニッキーフーズ】 所:和歌山 賞:2026年6月13日
丸あじ(国産)、しょうゆ、醸造調味料、果糖ぶどう糖液糖、ごま、みりん、(一部)に小麦・大豆・ごまを含む

734 1月1回 凍 焼く GMO 不分別
丸あじみりん干し
180g(2枚) **328円** (税込 354円) **23% OFF**
通常428円 **2枚**

国産うなぎを食べよう! 【川口水産】 所:和歌山

二ホンウナギ(高知、宮崎、徳島県産)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、還元水あめ、発酵調味料、糖類(砂糖、ぶどう糖、果糖液糖、水あめ)、みりん、粉糖、でん粉、酵母エキス【添付たれ】しょうゆ(国内製造(小麦・大豆を含む))、発酵調味料(ぶどう糖、米醸造液、アルコール)、発酵調味料(食塩)、砂糖、みりん、うなぎエキス、酵母エキス 賞:150日以上

産地指定うなぎ蒲焼 凍 湯せん トスタ レンジ GMO 不分別 ※写真は「(無頭) 2尾240g」です。

028851 1尾130g 隔週
1尾(130g)小袋1P(タレ) **2,180円** (税込 2,354円)

028868 (無頭) 2尾240g 隔週
2尾(240g)小袋2P(タレ) **3,800円** (税込 4,104円)

凍 湯せん トスタ レンジ GMO 不分別 ※写真は「6切(210g)」です。

二ホンウナギ(高知、宮崎、徳島県産)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、還元水あめ、発酵調味料、糖類(砂糖、ぶどう糖、果糖液糖、水あめ)、みりん、粉糖、でん粉、酵母エキス【別添たれ】しょうゆ(国内製造(小麦・大豆を含む))、発酵調味料(ぶどう糖、米醸造液、アルコール)、発酵調味料(食塩)、砂糖、みりん、うなぎエキス、酵母エキス 賞:150日以上

産地指定うなぎの蒲焼(カット)

028875 3切(105g) 1月1回
3切(105g)小袋タレ3袋 **1,980円** (税込 2,138円)

028936 3切(120g) 隔週
3切(120g)小袋タレ3袋 **2,250円** (税込 2,430円)

028899 6切(210g) 1月1回
6切(210g)小袋タレ6袋 **3,680円** (税込 3,974円)

一本釣りびん長鰯使用。びんちょうまぐろの切り身を、本醸造醤油ベースの濃厚なタレに漬けこみました。

【明神水産】 所:高知
びんちょうまぐろ(北西太平洋)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、みりん、砂糖、かつお節だし、ごまふたし / 増粘剤(加工デンプン) 賞:45日以上

028912 1月1回 凍 NON-GMO
漁師のびんちょうまぐろ丼
70g×2 **398円** (税込 430円)

凍ったままフライパンで簡単調理!北海道で水揚げされたさんまを開いて加工し、遠赤外線乾燥機を使用して魚をふくらとやわらかく仕上げました。

賞:2026年4月26日

【北海道漁連】 所:北海道
さんま(北海道産)、調味液(しょうゆ、砂糖、みりん、清酒、しょうが汁、ジンジャーパウダー)、(一部)に小麦・大豆を含む

028950 1月1回 凍 焼く NON-GMO
北海道産パクパクさんまみりん干し
120g(3枚) **458円** (税込 495円)

脂のり抜群! ごはんのおかずにぴったりです。日本近海で獲れた脂ののったさばを、みりんたれに漬け込み干しあげました。

【下園産男商店】 所:鹿児島

限定 553
さば(国産)、砂糖、醤油、食塩、還元水あめ、本みりん、醸造酒、酒精、(一部)にさば・大豆・小麦を含む 賞:100日以上

028929 1月1回 凍 焼く 主原料 NON-GMO
さばのみりん干し
320g(4枚) **480円** (税込 518円)

グリル、またはフライパンで調理してください。北海道産産の真だらを西京味噌味の漬け魚にしました。

【中央水産】 所:北海道
GMO 不分別
真鱈(北海道産内沖)、調味味噌(みそ、みりん、砂糖)、食塩、(一部)に大豆を含む 賞:90日以上

028967 1月1回 凍 焼く
生からつくった北海道産真だら西京漬(骨とり)
3切(210g) **498円** (税込 538円)

復讐心 放射能不検出

調味味噌がぶりの旨みを引き立てます。国産の天然ぶりを、仙台味噌に粉末経節などを加えた調味味噌にじっくりと約24時間漬け込みました。

【東北トクスイ】 所:宮城
ぶり(国産)、味噌、砂糖、みりん、鹽割り粉(粉末)、酵母エキス、(一部)に大豆を含む 賞:90日以上

028974 1月1回 凍 焼く NON-GMO
天然ぶり味噌漬
180g(3切) **420円** (税込 454円)

お好みで大根おろしにポン酢をつけて!北海道で獲れた天然利尻昆布の出汁液にしまほっけを漬け込み、上乾しにしました。

【ヤマハイフーズ】 所:千葉
しまほっけ(米国、ロシア産)、昆布抽出液、食塩、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、みりん、砂糖 賞:90日以上

028981 1月1回 凍 焼く 主原料 NON-GMO
利尻昆布漬しまほっけ
2枚(240g) **550円** (税込 594円)

復讐心 放射能不検出

湯せんするだけで、作り立ての仕上がり。程良い脂とプリッとした食感の赤魚を切身加工し、生姜を利かせた醤油ベースの煮付けタレと共に包装しました。

【千倉水産加工販売】 所:宮城
赤魚、たれ(砂糖、醤油、ぶどう糖、果糖液糖、食塩、生姜、みりん、酵母エキス、(一部)に小麦・大豆を含む) 賞:90日以上

028998 1月1回 凍 湯せん GMO 不分別
赤魚切身(煮付け用たれ付)
185g(3切135g+タレ50g) **448円** (税込 484円)

だしの旨みが深い! さばに国産の大根おろしと生姜を加え、少し甘みのある味に仕上げました。

【井グタ竹内】 所:鳥取
さば(ノルウェー又はイギリス)、大根おろし(国産)、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、砂糖、米発酵調味液、おろししょうゆ、ぶどう糖、果糖液糖、魚介エキス / 増粘多糖類 賞:150日以上

029001 隔週 凍 湯せん レンジ 主原料 NON-GMO
和風のだしがきわだったさばのみぞれ煮
270g(3切) **858円** (税込 927円)

国産のさんまを使用。国産さんまを、さっぱりとした生姜醤油のタレに漬け込んで粉付けしました。

【三重県漁連】 所:三重
NON-GMO
さんま(国産)、馬鈴薯澱粉、調味液(醤油、砂糖、みりん、生姜、食塩) / アルコール、(一部)に小麦・大豆を含む 賞:90日以上

029018 1月1回 凍 揚げる 焼く
フライパンでさんま電田揚げ
170g **478円** (税込 516円)

いわしすり身と玉ねぎ、キャベツ、ひじき、豚肉、鶏肉を加えたハンバーグです。

【(ナカシン冷蔵) 所:鹿児島
GMO 不分別

いわしすり身(国内製造)、玉ねぎ、キャベツ、豚肉、粒状大豆たん白、鶏肉、牛乳、ノン粉(小麦を含む)、ひじき、でん粉、調味液、しょうゆ、米発酵調味料、砂糖、植物油、おろししょうゆ、食塩、酵母エキス、こしょう / 箭色油(カラメル) 賞:150日以上

029025 1月1回 凍 焼く
いわしとひじきのハンバーグ
250g(5個入り) **438円** (税込 473円)

冷凍 おかずセット

①=エネルギー ②=食塩相当量 容器サイズ約17×17.5cm

デミハンバーグ、にんじんサラダ、かぼちゃのクリームサラダをセット。

【(ナカシン冷蔵) 所:鹿児島
GMO 不分別

ハンバーグ(国内製造)、デミグラスソース、玉葱、スパゲティ、南瓜、フロコリ、半固体ドレッシング、砂糖、植物油、トマトケチャップ、野菜ペースト、ぶどう酢、スイートコーン、グリーンピース、醤油、バター、野菜エキス、食塩、カレー粉、香辛料 / 加工でん粉、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、(一部)に小麦・卵・乳成分・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・ゼラチンを含む 賞:150日以上

029032 隔週 凍 レンジ
デミハンバーグセット
200g **428円** (税込 462円)

忙しいママとパパを応援!

国産大豆の納豆をベスト状に加工しました。刻む手間がなく1回分(15g)ずつ使えます。おかゆなどに混ぜてご利用ください。

【ヤマダフーズ】 所:秋田
NON-GMO
大豆(国産)(遺伝子組換えでない)、納豆菌 賞:150日以上

029063 1月1回 凍
CO国産大豆で作った納豆ペースト
15g×8袋入り **335円** (税込 362円)

九州産小麦粉が食塩を使わずに製麺しました。箸でも簡単に切れるやわらかさです。

【サンデリックフーズ】 所:大阪
凍 レンジ NON-GMO
小麦粉 賞:150日以上

029070 1月1回
CO九州産小麦使用やわらかミニうどん
480g(80g×6個) **318円** (税込 343円)

北海道産またらを味付けせずにそのまま蒸して加熱し、小さくカットして冷凍しました。便利なバラ凍結。

【トナミ食品工業】 所:北海道
凍 レンジ NON-GMO
またら(北海道産) 賞:120日以上

029087 1月1回
CO北海道白身魚のほぐし身
60g **498円** (税込 538円)

国産にんじん粉末入りの国産小麦の皮に、5種の国産野菜と国産豚肉で作ったあんを包みました。

【メイショク】 所:兵庫
皮(小麦粉(小麦(国産))、砂糖、植物油、イースト、大豆粉末、にんじん粉末)、具(野菜(たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、にんじん、とうもろこし)(国産)、豚肉(国産)、発芽玄米粉、砂糖、パン粉、チキンエキス、食塩、オイスターソース、香味油、米発酵調味液、ゼラチン、しょうがペースト、ごま油) 膨張剤 賞:150日以上

029094 1月1回 凍 レンジ
CO3種の国産野菜としらすのおかゆ
180g(6個入り) **335円** (税込 362円)

029100 1月1回 凍 レンジ GMO 不分別
CO5種国産野菜のふくらぷち肉まん
8個入(144g) **298円** (税込 322円)

レンジでお手軽調理!魚肉すり身をベースに海老・国産玉ねぎなどをあわせ、国産小麦を使用したパン粉を付けて揚げました。

【(ナカシン冷蔵) 所:鹿児島
GMO 不分別

魚肉すり身(外国製造、国内製造)、玉ねぎ、えび、つなぎ(でん粉、卵白(卵を含む))、調味液、米発酵調味料、シーズニングオイル(大豆を含む)、エビエキス、たん白自己消化物、食塩、酵母エキス、エトパウダー、果糖調味料、衣(パン粉(小麦を含む)、加工米粉)、揚げ油(なたね油) / pH調整剤 賞:150日以上

029049 1月1回 凍 レンジ
レンジでプリッと海老カツ
240g(6個入り) **498円** (税込 538円)

北海道産で水揚げされたスケトウダラの卵をエビの旨みが隠し味の調味液で漬け込みました。

【(カネキ南波商店) 所:北海道

塩たらこ(すけとうだらの卵巣(北海道産)、食塩)、調味液(還元水飴、本みりん、発酵調味液、その他)、唐辛子、(一部)にえびを含む 賞:90日以上

029056 1月1回 凍 GMO 不分別
近海無着色明太子(バラ子)
80g **268円** (税込 289円)

ランチ・軽食
お弁当
冷凍惣菜
冷凍野菜
生鮮
調味料
乾物
自然派生活
菓子
飲料

ランチ・軽食

お弁当

冷凍惣菜

日配・冷蔵惣菜

冷凍野菜

生鮮

調味料

乾物

自然派生活

菓子

飲料

日配 冷蔵惣菜

■原料は国産を優先
■化学調味料(アミノ酸など)不使用

さっぱりとした飲み口の乳酸菌飲料。

どなたでも無理なく飲める小容量サイズ。

〔ルナ物産〕所:愛媛
GMO 不分別
糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖)、脱脂粉乳・酸味料、香料・賞:7日以上

735 **毎週 減** **CO元気くん**
65ml×10 **198円** (税込 214円)

甘過ぎず、飲みやすい味。

生乳(鳥取県産)を44%使用したドリンクタイプのヨーグルトです。

〔大山乳業農協〕所:鳥取
無脂肪牛乳、生乳、糖類(砂糖、果糖ぶどう糖液糖)・無脂肪固形分:8.0%・乳脂肪分:1.6%・賞:7日以上

029117 **毎週 減** **GMO 不分別**
COのおヨーグルト
900g **328円** (税込 354円)

兵庫県丹波産生乳と、安富ゆず組合の手作りゆずマーマレードを使用。

〔丹波乳業〕所:兵庫
生乳(乳成分を含む)、マーマレード(砂糖、ゆず皮、ゆず果汁、はちみつ)、砂糖、乳製品、安定剤(ペクチン)・賞:7日以上

029124 **3週 減** **GMO 不分別**
こだわり兵庫のゆずヨーグルト 2個
90g×2 **332円** (税込 359円)

生クリームや洋酒などを練り込んだ、水分が多く食感の柔らかい生チョコレート。生クリーム10%配合。

〔創健社〕所:茨城
砂糖(てんさい(国産)、カカオマス、還元水飴、生クリーム、パラチノーシ、全粉乳、植物油、ココアバター、洋酒/レシチン(大豆由来)、香料 ※本品製造工場では、卵、小麦、落花生、えび、かにを含む製品を製造しています。賞:30日以上

029131 **1月 減** **NON-GMO**
生チョコレートペースト
160g **590円** (税込 637円)

シャキシャキ食感! かつおだしが利いた和風マヨサラダ

ポイント
●生のれんこん・ごぼうを使っているので食感が生きています。
●しょうゆベースで下味を付け、マヨネーズソースで和えました。かつおだしが利いた和風テイストのサラダです。

〔にんべんフーズ〕所:静岡
れんこん(国産)、ごぼう、マヨネーズ(卵・大豆・りんごを含む)、にんじん、かつおだし汁、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、砂糖、白ごま、食塩、ごま油・賞:30日以上

736 **減** **GMO 不分別**
れんこんとごぼうのサラダ
150g 通常375円 **370円** (税込 400円) **今季 終**

ちょっとお腹が空いたときにぴったり。

〔ニッスイ〕所:東京
魚肉(たら(国産、アメリカ)、植物油、結着材料(でん粉、大豆粉)、おさま、食塩、砂糖、調味料、はたてエキス、醸造酢、あごエキス、オニオンエキス/加工でん粉、香辛料抽出物、(一部にかに・大豆を含む)・賞:60日以上

737 **毎週 減** **NON-GMO**
おやつソーセージ
160g(8本入り) **258円** (税込 279円)

たらの無リンのすり身を使用しました。

〔マルハニチロ〕所:栃木
魚肉(たら(アメリカ)、米油、結着材料(コーンスターチ、大豆たん白)、たまねぎ、砂糖、まぐろエキス、食塩、しょうゆ、香辛料、(一部に小麦・大豆を含む)・賞:45日以上

029148 **毎週 減** **NON-GMO**
おやつにおかず! おさかなソーセージ
240g(30g×8本) **398円** (税込 430円)

個食タイプで便利なもずく♪

〔井ヶ谷竹内〕所:鳥取
沖縄県産もずくをまろやかな三杯酢風味で仕上げました。

もずく(沖縄県)、米酢、ぶどう糖果糖液糖、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、かつおぶしエキス・賞:9日以上

738 **毎週 減** **GMO 不分別**
CO味付太もずく(三杯酢風味)
70g×3 **170円** (税込 184円)

国産大豆100%使用!

〔カジノヤ〕所:兵庫
昆布や魚介の旨みが利いたたれ、からし付き。

大豆(国産)(分別生産流通管理済み)、納豆菌、たれ(醤油(小麦・大豆を含む)、砂糖、みりん、小麦発酵調味液(小麦を含む)、昆布エキス、魚介エキス、醸造酢、食塩、魚介・チキン混合エキス(えび・鶏肉を含む)) からし(からし、水飴、醸造酢、食塩、米油、レモン果汁、とうがらし)・賞:5日以上

782 **毎週 減** **国産元氣**
国産小粒納豆(たれ・からし付)
(納豆45g、たれ16.5g、からし1g)×3 通常130円 **117円** (税込 126円) **10% OFF**

指定農家の国産豚肉を使用。

発色剤(亜硝酸Na)、リン酸塩不使用。プリプリ感のあるためのソーセージ。

〔鎌倉ハムクラウン商会〕所:神奈川県
豚肉(国産)、鶏肉、豚脂肪、澱粉、食塩、植物性たん白(大豆・分別生産流通管理済み)、砂糖、たん白加水分解物、香辛料・賞:5日以上

029155 **毎週 減** **GMO 不分別**
無塩せきあらびきソーセージ
310g **578円** (税込 624円)

もずく(沖縄県)、米酢、米発酵調味液、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、砂糖、魚介エキス(さばを含む)、ぶどう糖果糖液糖、ゆず果汁、酵母エキス、みりん・賞:9日以上残してお届けします。

029223 **1月 減** **NON-GMO**
土佐酢太もずく(ゆず風味)
240g(60g×4) **298円** (税込 322円)

かつおのダシを利かせたまろやか仕立て。お米で作った純米酢にゆず果汁を加えて味付けしました。

もずく(沖縄県)、米酢、米発酵調味液、砂糖、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、魚介エキス(さばを含む)、みりん・賞:9日以上残してお届けします。

029230 **毎週 減** **GMO 不分別**
CO早採れ太もずく(三杯酢風味)
45g×6 **390円** (税込 421円)

たれは付いていませんので、お好みの味付けでどうぞ。

大豆(国産)(分別生産流通管理済み)、納豆菌 [たれ]醤油(小麦・大豆を含む)、砂糖、みりん、小麦発酵調味液(小麦を含む)、昆布エキス、魚介エキス、醸造酢、食塩、魚介・チキン混合エキス(えび・鶏肉を含む)[からし]からし、水飴、醸造酢、食塩、米油、レモン果汁、とうがらし・賞:5日以上

739 **毎週 減** **NON-GMO**
国産小粒納豆(たれ・からし無し)
45g×3 **120円** (税込 130円)

国産黒大豆を100%使用。粒の大きな黒大豆をじっくりと熟成させました。

大豆(国産)(分別生産流通管理済み)、納豆菌 [たれ]醤油(小麦・大豆を含む)、砂糖、みりん、小麦発酵調味液(小麦を含む)、昆布エキス、魚介エキス、醸造酢、食塩、魚介・チキン混合エキス(えび・鶏肉を含む)[からし]からし、水飴、醸造酢、食塩、米油、レモン果汁、とうがらし・賞:5日以上

029162 **毎週 減** **NON-GMO**
黒まめ納豆(たれ・からし付)
(納豆30g、たれ4g、からし1g)×2 **148円** (税込 160円)

穴はやや大きめ、使い切りやすい3本入り。リン酸塩不使用の北海道産すり身で作りました。

〔土佐蒲鉾〕所:高知
魚肉すり身(魚介類を含む)、馬鈴薯でん粉、みりん(米を含む)、天日塩、魚介エキス・賞:お届け日を含め4日前後

740 **隔週 減** **NON-GMO**
土佐の焼きちくわ
3本 **218円** (税込 235円)

めん[小麦粉(小麦(国産))、植物油、小麦たん白、食塩/焼成カルシウム] 添付ソース(砂糖、食塩、粉末ソース(りんごを含む)、たん白加水分解物(大豆を含む)、酵母エキスパウダー、クロップ、こしょう、香辛料(大豆を含む)、にんにくパウダー(小麦を含む)、植物油、シソモンパウダー、唐辛子/着色料(カラメル)、酸味料、香辛料抽出物 ※本品製造工場では、卵を含む製品を製造しています。賞:9日以上

029179 **毎週 減** **NON-GMO**
ソース焼そば(粉末ソース付)
638g(めん150g×4、添付ソース9.5g×4) **375円** (税込 405円)

めん[小麦粉(小麦(国産))、植物油、小麦たん白、食塩/焼成カルシウム]添付ソース(砂糖、食塩、ホークエキス、粉末しょうゆ(小麦・大豆を含む)、酵母エキスパウダー、にんにく、こしょう、植物油(ごまを含む)) ※本品製造工場では、卵を含む製品を製造しています。賞:9日以上

029186 **毎週 減** **NON-GMO**
塩焼そば(粉末ソース付)
632g(めん150g×4、添付ソース8g×4) **375円** (税込 405円)

パリッと歯ごたえ◎

カレーライスはもちろん、お好みでサラダや豆腐に添えても♪

カレーライスはもちろん、お好みでサラダや豆腐に添えても♪

〔うまもん〕所:山口
らっきょう(国内産)、漬け原材料(米酢、砂糖、食塩、唐辛子)・賞:60日以上

741 **1月 減** **NON-GMO**
うまもんらっきょう漬
150g 通常560円 **538円** (税込 581円) **今季 終**

ポイント
味付けは米酢・砂糖・食塩・唐辛子のみ!

佐賀県産若鶏と国産玉ねぎを使用しています。

〔石井食品〕所:佐賀
鶏肉(佐賀県産)、たまねぎ(国産)、つなぎ(パン粉(小麦を含む)、でん粉)、ウスターソース、砂糖、食塩、タマネギ、コショウ、なたね油、ソース(たまねぎ(国産)、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、粗糖、醸造酢(小麦を含む)、でん粉、鶏がらスープ、にんにくペースト、食塩、コショウ)・賞:15日以上

029193 **1月 減** **湯せん レンジ** **NON-GMO**
1.5倍チキンハンバーグ和風オニオンソース 3個束
135g(個形量90g)×3 **478円** (税込 516円)

袋をあけて器に盛るだけで一品プラス! 国産大豆使用のおからに具材を加えて、シンプルに味付けしました。

〔にんべんフーズ〕所:静岡
おから(大豆を含む)、ぶなしめじ、しょうゆ(小麦を含む)、大豆、こんにゃく、砂糖、なたね油、にんじん、ごぼう、しいたけ、長ねぎ、枝豆、油揚げ、ごま油、醸造酢/水酸化カルシウム・賞:20日以上

029209 **毎週 減** **NON-GMO**
具だくさんうの花
150g **290円** (税込 313円)

かつおだし・しょうゆ・砂糖だけでシンプルに味付けしました。

〔にんべんフーズ〕所:静岡
NON-GMO
ひじき(国産)、かつおだし汁、にんじん、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、砂糖、大豆水煮、こんにゃく、れんこん水煮、ごぼう、まいたけ水煮、油揚げ、なたね油/凝固剤(水酸化カルシウム)・賞:30日以上

029216 **毎週 減** **湯せん**
七品目のひじき煮
140g **295円** (税込 319円)

6種類の具材入り! だしを利かせた甘辛味。具材には切干大根(国産)、ちくわ(リン酸塩不使用)、にんじん、油揚げ、椎茸、こんにゃくを使用。

〔にんべんフーズ〕所:静岡
切干大根(大根(国産))、かつおだし汁、ちくわ、しょうゆ、にんじん、砂糖、清酒、油揚げ、しいたけ、こんにゃく、本みりん、酵母エキス、食用植物油、(原材料の一部に小麦を含む)・賞:20日以上

029247 **隔週 減** **NON-GMO**
五目切干大根煮
150g **328円** (税込 354円)

国産のたけのこれんこんをかつおだしを利かせて炊き上げました。シャキシャキした食感が味わえます。

〔にんべんフーズ〕所:静岡
たけのこ水煮(国産)、れんこん(国産)、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、かつおだし汁、砂糖、かつお節、清酒、昆布エキス・賞:20日以上

029254 **隔週 減** **湯せん NON-GMO**
たけのこれんこんのおかか煮
110g **298円** (税込 322円)

卵の代わりに豆乳を使ったマヨネーズタイプドレッシングに乳酸菌をプラスしました。

〔岩田食品〕所:愛知
馬鈴薯(国産)、半固体状ドレッシング、人参、コーン、調味料、玉葱、粉末大豆蛋白、砂糖、食塩、酵母エキス、胡椒、乳酸菌乾燥粉末、醸造酢/増粘剤(加工でん粉)、酵素、(一部に大豆・りんごを含む)・賞:20日以上

029261 **1月 減** **GMO 不分別**
コレステロール「0」ポテトサラダ
120g×2 **348円** (税込 376円)

国産の鶏肉・れんこん・にんじん・まいたけ・ごぼうを使用した具材感のある炊き込みごはんの素です。

〔にんべんフーズ〕所:静岡
鶏肉、れんこん水煮、にんじん、まいたけ水煮、かつおだし汁、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、ごぼう、砂糖、昆布だし汁、本みりん、食塩、清酒、かつお節エキス、酵母エキス、かつお節・賞:30日以上

029278 **隔週 減** **NON-GMO**
鶏と野菜のだし炊き込みご飯の素(2合用)
200g **398円** (税込 430円)

箸休めにおすすめ。国産ゆずと大根を使用。さわやかな風味で少し甘口の浅漬けです。

〔堺共同漬物〕所:大阪
大根、ゆず、漬け原材料(糖類(砂糖、異性化液糖)、食塩、りんご酢、低糖化水飴、発酵調味料、たん白加水分解物、昆布エキス、酒精)・賞:お届け日を含め4日

029285 **減** **NON-GMO**
ゆず大根(堺共同漬物)
150g **240円** (税込 259円) **今季 終**

きゅうり・茄子を、国産の紅しそで味付けした風味豊かなお漬けものです。

〔京都ベジラボ〕所:京都
きゅうり、茄子、しょうが、紅しそ、漬け原材料(食塩、醸造酢、しょうゆ、煮だし(かつお、昆布、椎茸))(一部に大豆・小麦を含む)・賞:15日以上

029292 **1月 減** **NON-GMO**
手作りつけもの 京志ば
90g **455円** (税込 491円)

賞：はお届けした時点で賞味期限までの期間が何日以上残っているのかを記載しています。
消：は消費期限までの期間が5日以内の商品について、お届け日からの日数を記載しています。

冷凍野菜 など

- 原料は国産を優先
- 海外原料については海外オーガニックが基本

収穫後、洗浄・蒸気加熱をして急速凍結。
九州産原料に限定しています。使いたい分だけ使えるバラ凍結商品です。

(西日本有機農業生産組合) 所:宮崎
ほうれん草(宮崎県産)・賞:270日以上

029308 隔週 凍
九州産ほうれん草(冷凍)
270g **328円** (税込 354円)

料理の彩りにも！
長崎県産ブロッコリーをカットして冷凍しました。

(J.A全農青果センター) 所:長崎
ブロッコリー(長崎県産)・賞:150日以上

029315 月1回 凍
産地にこだわる
シャキッとブロッコリー(冷凍)
150g **320円** (税込 346円)

スープや離乳食に！ うらごし済みで使いやすい

組合員満足度 **4.70** 評価件数 **43**件

★★★★★
※点数はカタログ作成時の平均点数です。

北海道産コーンのみを使用し、うらごししてポーショナルタイプにしました。スープや離乳食、お菓子作りにも。

(ノースイ) 所:北海道
とうもろこし、コーンパウダー・賞:240日以上

029373 月1回 凍 NON-GMO
10個 **318円** (税込 343円) **特価**
通常340円

北海道産のかぼちゃを厳選・加工しました。ホクホク食感のかぼちゃです。

(アイスック) 所:北海道
かぼちゃ・賞:270日以上

029322 月1回 凍
冷凍かぼちゃ
500g **448円** (税込 484円)

茶豆のような香りと、強い甘みが特徴です。
雄大にそびえる北海道日高山脈の肥沃な十勝平野で育まれた中札内村の枝豆です。

※次回より価格上がります。

(ホクレン農協) 所:北海道
えだまめ(大豆)(北海道中札内村産)・賞:240日以上

029374 月1回 凍 NON-GMO
中札内村産塩味枝豆(茶豆風味)
250g **298円** (税込 322円)

皮むき・カット済みで手間いらず！
九州産さといもを皮をむき冷凍しました。丸型と乱切りが混ざっています。

(全農食品) 所:宮崎
さといも・賞:240日以上

029339 月1回 凍
九州産さといも(冷凍)
250g **378円** (税込 408円)

国産のごぼうを皮むき、アク抜きし、使いやすいささがきにしました。

(サンライズ) 所:宮崎
ごぼう・賞:150日以上

029374 月1回 凍
CO国産ささがきごぼう
200g **290円** (税込 313円)

九州産の4種類の根菜を使用。
いちょう切りの大根とにんじん、ささがきごぼう、カット済みさといもをミックスしました。

(イシハラフーズ) 所:宮崎
大根、ごぼう、さといも、人参・賞:150日以上

029375 月1回 凍
九州産汁物野菜ミックス
200g **310円** (税込 335円)

バラ凍結で使いたい分だけ取り出せる！
北海道北見産の玉ねぎをみじん切りにし、急速冷凍しました。保存に便利なチャックシール付き袋です。

(グリーンズ北見) 所:北海道
玉ねぎ・賞:240日以上

029346 隔週 凍
玉ねぎみじん切り
500g **330円** (税込 356円)

朝食やデザートに！ お菓子作りにも！

有機栽培の完熟したいちごを収穫後すぐに冷凍しました。

(JAS) 100% ORGANIC
(フーデム) 所:大阪
有機ストロベリー(トルコ産)・賞:240日以上

029377 隔週 凍
有機ストロベリー(冷凍)
250g **450円** (税込 486円)

カナダの大自然の中で育った野生種の有機ブルーベリーです。

(JAS) 100% ORGANIC
(フリゴ) 所:大阪
有機ブルーベリー(カナダ産)・賞:240日以上

029384 隔週 凍
有機ワイルドブルーベリー(冷凍)
200g **570円** (税込 616円)

北海道産のコーン、ダイスカットしたにんじん、たまねぎをミックスしました。

(ホクレン農協) 所:埼玉
とうもろこし、にんじん、たまねぎ・賞:240日以上

029353 月1回 凍 NON-GMO
北海道ミックスベジタブル
400g **318円** (税込 343円)

サラダや料理の付け合わせなどに。
北海道十勝産のスイートコーンを収穫後、加工・凍結しました。

(北海道フーズ) 所:北海道
とうもろこし(北海道十勝(別生産流通管理済み)・賞:240日以上)

029376 月1回 凍 NON-GMO
CO「産地」北海道のつぼコーン
250g **270円** (税込 292円)

シチューやパスタ、様々な料理にご活用ください。
シーフードの中でも人気のイカとエビとホタテ貝で作りました。

(トクスイコーポレーション) 所:愛知
いか(チリ産)、えび(インド産)、ほたて貝(青森県産)・賞:150日以上

029360 月1回 凍
シーフードミックス
170g **450円** (税込 486円)

生 鮮

- 長崎県 雲仙しまばら鶏
長崎県で雲仙を望む静かな環境の中、抗生物質・合成抗菌剤を使用せず育てた鶏です。飼料には、ハーブや乳酸菌を配合。
- 兵庫県 たじま(無投薬)鶏
但馬地方で、抗生物質・合成抗菌剤を使用しないで育てられた鶏です。
- 徳島県 阿波すだち鶏
鶏の全飼育期間を通して抗生物質・抗菌剤は投与せず、植物性原料中心で飼育。開放型鶏舎で50日程度平飼しています。鶏ふんは高性能堆肥として、地域で利用されています。
- 広島県 お米いちばん豚
広島県で抗生物質を使用せず肥育した豚です。お米を配合した植物性飼料を与えており、豚ふんは堆肥化して地元農家の畑作に利用されています。
※仔豚用飼料には一部抗生物質が含まれています。病気が発生した場合は対症的に抗生物質を投与する事があります。
※最終加工地は香川県です。

しっかりした食感と、ややあっさり味の味。

(大光食品) 所:長崎
鶏もも肉(長崎産)・賞:150日以上

029377 毎週 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 もも正肉
260g **390円** (税込 421円)

照り焼き、ソテー、唐揚げなどに。

(大光食品) 所:長崎
鶏もも肉(長崎産)・賞:150日以上

029378 隔週 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 もも肉切身
300g **498円** (税込 538円)

唐揚げはもちろん、パンバンジーなどあっさりした料理に最適です。

(大光食品) 所:長崎
鶏むね肉(長崎産)・賞:150日以上

029379 毎週 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 むね正肉
300g **310円** (税込 335円)

火を通しすぎないのがおいしくいただくコツです。

(大光食品) 所:長崎
鶏むね肉(長崎産)・賞:150日以上

029380 隔週 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 むね肉切身
300g **350円** (税込 378円)

便利なチャックシール付き！
国産大豆を使用し、ふわっとソフトな食感に！カット済み、バラ凍結なのですぐ使えます。

(ニッキーフーズ) 所:福井
丸大豆(国産)、植物油/凝固剤(塩化マグネシウム)、消泡剤(シリチン、炭酸マグネシウム)・賞:150日以上

029421 毎週 凍 GMO えずき不分別
国産大豆を使った
ふわっときざみ揚げ
150g **228円** (税込 246円)

「1丁を使い切れない」方におすすめ！
100%国産大豆とがり使用の絹ごし豆腐をサイコロ状にカット。消泡剤不使用。

(マメックス) 所:岐阜
丸大豆(国産大豆)、澱粉、安定化剤(加工澱粉)、塩化マグネシウム(にがり)・賞:150日以上

029438 月1回 凍 NON-GMO
便利とうふ(国産大豆使用)
500g **350円** (税込 378円)

あっさりとした味わいで臭いも少ないモモ肉です。

(三協食品) 所:兵庫
兵庫県産鶏肉モモ・賞:お届け日を含め2日

029445 毎週 蔵 GMO えずき不分別
たじま(無投薬)鶏モモ肉
300g **498円** (税込 538円)

しっかりとやわらかいムネ肉です。

(三協食品) 所:兵庫
兵庫県産鶏肉ムネ・賞:お届け日を含め2日

029445 毎週 蔵 GMO えずき不分別
たじま(無投薬)鶏ムネ肉
300g **348円** (税込 376円)

カットされているので、そのまま調理できます。

(三協食品) 所:兵庫
兵庫県産鶏肉モモ、ムネ・賞:お届け日を含め2日

029452 毎週 蔵 GMO えずき不分別
たじま(無投薬)鶏モモムネ切身(カット)
340g **598円** (税込 646円)

骨付き肉のため、煮込むことで美味しくなります。鍋やカレーなどの煮込み料理にどうぞ。

(大光食品) 所:長崎
若鶏 ぶつ切り(長崎県産)・賞:150日以上

029469 隔週 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 骨付き肉ぶつ切り
1kg **980円** (税込 1,058円)

脂肪分が少なく、肉質がしっかりしているのが特徴。

(大光食品) 所:長崎
手羽元(長崎産)・賞:150日以上

029476 隔週 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 手羽元
300g **285円** (税込 308円)

雲仙しまばら鶏のもも肉とむね肉をミンチし、バラバラの状態に凍らせた商品です。

(大光食品) 所:長崎
鶏もも肉(長崎産)、鶏ムネ肉(長崎産)・賞:150日以上

029483 月1回 凍 GMO えずき不分別
雲仙しまばら鶏 もも・むねパラパラミンチ
300g **498円** (税込 538円)

主に、モモ、ウデが入ります。使いやすい切落し商品です。

(七星食品) 所:香川
豚コース・賞:35日以上

029490 隔週 凍 GMO えずき不分別
お米いちばん豚 切落し
250g **398円** (税込 430円)

キメが細かく、肉質が柔らかい部位です。

(七星食品) 所:香川
豚コース・賞:35日以上

029490 隔週 凍 GMO えずき不分別
お米いちばん豚 ロースしゃぶしゃぶ用
250g **650円** (税込 702円)

お米いちばん豚のミンチを、使いやすいようバラ凍結しました。

(七星食品) 所:香川
豚コース・賞:90日以上

029506 隔週 凍 GMO えずき不分別
お米いちばん豚 パラパラミンチ
300g **580円** (税込 626円)

ランチ・軽食
お弁当
冷凍野菜
冷凍野菜
生 鮮
調味料
乾物
自然派生活
菓子
飲料