

今季初旬 追熟処理を行い出荷しています

あま〜いキウイ
一般的な緑のキウイより酸味が少なく、すっぱさが少ない、甘みの強いキウイです。



今旬 季節限定のキウイフルーツ!

品質を考慮しやや硬めでお届けしています。暖かい場所で保管していただき、追熟が進みます。



酸味と甘みのバランスがとれたジューシーなグリーンキウイです!

収穫後の防腐剤や防カビ剤は不使用



527 11月2週 **青果**
109822
国産キウイ(甘うい)
400g(3〜5個)
福岡県産
福岡県オリジナル品種で果肉が黄色みを帯びているのが特徴です。
580円
(税込 626円)

528 11月2週 **青果**
103210
産直 長尾さんのレッドキウイ(特別栽培)
200g(3〜4個) マルタ(熊本県)
果肉が赤みを帯びた希少なキウイ。農薬の使用をできるだけ減らして栽培しています。
458円
(税込 495円)

期間限定
(12月下旬までの予定)
毎週お届け 定期注文 370393
529 11月2週 **青果**
104816
310g(3個)
398円
(税込 430円)
グリーンキウイフルーツ 青果 ニュージーランド産
少し柔らかくなった頃が食べ頃です。さわやかな甘さをどうぞ。
530 11月2週 **徳用**
122149
615g(6〜7個)
698円
(税込 754円)

バナナの品質について 【OK】皮だけが黒く変色している場合は品質に問題はありません。【NG】果肉全体へ広範囲にわたり黒く変色していたり、柔らかくなりすぎている場合は傷んでいるサインです。【お願い】熱帯性植物ですので、冷気に弱い傾向があります。可能な限り13℃以上の環境下で保存してください。

アボカドについて ①5〜7月のアボカドはオイル含有量が高く、なめらかで美味しいですが、熟度進行が早い傾向があります。また、9〜11月のアボカドは新物でオイル含有量が低く、追熟しにくい傾向があります。②果肉に発生する部分的な黒い筋や斑点はポリフェノールの作用によるものですので、品質に問題ははありません。一方、果肉全体の茶色い変色は熟度が進み過ぎているサインです。

殺虫剤・除草剤不使用!

毎週お届け 定期注文 **379883**

531 11月2週 **青果**
208752
コープのフィリピン産バナナ
450g以上(3〜6本) **268円**
フィリピンミンダナオ島産 (税込 289円)

高地でじっくりと育った
食味のよいバナナです!

毎週お届け 定期注文 **378259**

532 11月2週 **青果**
176281
コープの高原バナナ
570g以上(4〜7本) **298円**
フィリピンミンダナオ島産 (税込 322円)

小玉1個の
大きさ目安

537 11月2週 **青果**
106324
徳用アボカド(小玉) 増量
400g(3個) + 1個増量 (次回3個です)
580円
(税込 626円)
メキシコ産・ペルー産・他
お手頃価格のアボカドです。果皮が茶黒くなりやわらかくなったら食べ頃です。

大玉1個の
大きさ目安

538 11月2週 **青果**
100020
アボカド(プレミアムリッチ) 青果
果皮が茶黒く柔らかくなったら食べ頃です。
539 11月2週 **徳用**
100022
150g **268円**
(大玉1個) (税込 289円)
400g **648円**
(大玉3個) (税込 700円)

大玉1個の
大きさ目安

540 11月2週 **青果**
107473
甘熟王ゴールドプレミアムパイナップル
900g(1個、葉なし) **550円**
(税込 594円)
フィリピン産
果皮の色も黄色く、甘さと香りが際立ったプレミアムな熟成パイナップルです。

バナナを通して
海外支援を行ないます!

毎週お届け 定期注文 **379662**

533 11月2週 **青果**
229717
コープのフェアトレード有機バナナ
450g以上(3〜5本) **368円**
ペルー産 (税込 397円)

低価格でも安全性には
自信を持ったバナナ!

毎週お届け 定期注文 **370152**

534 11月2週 **青果**
102730
朝のしあわせエコバナナ
370g以上(3〜6本) **198円**
フィリピンミンダナオ島産 (税込 214円)

今季初旬

109826 11月2週 **青果**
なかよしキウイ兄弟
300g(サンゴールド2個 + グリーン2個) **498円**
(税込 538円)
ニュージーランド産

葉なしで
お届けします

107735 11月2週 **青果**
小玉パイナップル
600g(1個、葉なし) **280円**
(税込 302円)
フィリピン産
食べ切りサイズの小玉パイナップルで酸味が少なく甘み強い品種です。

光沢剤使用
100g
222kcal 脂肪0.0g

543 11月2週 **青果**
112760
天津甘栗 250g
賞お届け日を含め4日
エイコウ商事
中国で栽培した栗を石川県でお届け日の前日に焼き上げています。
680円
(税込 734円)

食味のよいバナナを
お召し上がりください!

毎週お届け 定期注文 **370296**

535 11月2週 **青果**
138932
甘熟王(かんじゅくおう)バナナ
520g(3〜6本) **268円**
フィリピンミンダナオ島産 (税込 289円)

循環型農業で環境に
配慮した栽培を実施!

毎週お届け 定期注文 **375802**

536 11月2週 **青果**
110506
インドネシア産バナナ
400g(3〜6本) **198円**
(税込 214円)

今季初旬

541 11月2週 **青果**
110798
スチューベン **種あり**
320g(カット房入) **580円**
(税込 626円)
青森県産
この時期に貴重な甘みの強い国産ぶどうです。

品種・粒の形状は
お届け時期で
変わります

542 11月2週 **青果**
103154
皮ごと種なしぶどう(ミックス)
200g(カット房入) **480円**
(税込 518円)
チリ産・オーストラリア産・アメリカ産・他
赤系と緑系のミックスでお届けします。多少の脱粒はご了承ください。

光沢剤使用
100g
222kcal 脂肪0.0g

543 11月2週 **青果**
112760
天津甘栗 250g
賞お届け日を含め4日
エイコウ商事
中国で栽培した栗を石川県でお届け日の前日に焼き上げています。
680円
(税込 734円)

殺虫剤・除草剤不使用!

544 11月2週 **青果**
111338
コープのいつものバナナ
550g以上(3〜6本)
カンボジア産
日本生協連の管理で栽培。残留農薬検査も実施しています。
198円
(税込 214円)

今旬 芳醇な香りを皮ごと
味わってください!

種なし
皮ごと
食べられます

545 11月2週 **青果**
110901
シャインマスカット(増量)
200g + 50g増量
(1〜3房・カット房入)
山梨県産・長野県産・他
種無しで皮ごと食べられるマスカットです。
988円
(税込 1,067円)

今季最終 種がなく食べやすく
人気です!

545 11月2週 **青果**
110901
産直 紀ノ川のたねなし柿
550g(3個)
紀ノ川農協(和歌山県)
農薬を抑えた安全・安心の産直柿です。
398円
(税込 430円)

今週の見逃せない値!

今旬 産直の柿をどうぞ!

1014 11月3週 **青果**
108515
産直 美吉野の種無し柿
600g(3〜5個) 美吉野農園(奈良県・和歌山県)
美吉野農園の産直の柿です。種がなく、渋を抜いた食べやすい柿です。
328円
(税込 354円)

11月度の月間普及商品は「産直」ホクトのきのこ

ワンパンで簡単! きのこで菌活。
マイタケとツナの和パスタ 2人前

材料
・マイタケ……1パック パスタ……200g
・ツナ缶……1個 大葉……3枚
・いりごま……お好み

作り方
1 まいたけは手で割いておく。大葉は細切り、
パスタを半分は折る。
2 フライパンに A を入れて沸騰したら、
舞茸、ツナ缶をオイルごと、パスタを入れる。
3 パスタがくっつかないように混ぜたら、
パスタの表示時間通りに茹でる。
4 皿に盛りつけ、大葉と
いりごまを散らす。

A 水……500ml 塩……小さじ1
すりおろしにんにく……小さじ1
めんつゆ(2倍希釈)……大さじ3

HOKUTO
©2002 HOKUTO/HT



546 11月 2回 産直
ホクトのきのこ
3品セット
300g(3種) 本体 **298円**
ホクト(長野県) (税込 322円)

547 11月 2回 産直
ホクトのエリンギ
90g(2~3本) 本体 **128円**
ホクト(長野県) (税込 138円)

1015 11月 2回 産直
ホクトの
まいたけ
100g以上 見逃せない値!
本体 **100円**
ホクト(長野県) (税込 108円)

バイヤーおすすめ



548 11月 2回 産直
徳用ニンジン
600g(サイズおまかせ)
北海道産・他
収穫時のスレ傷や多少の変
形も含む場合があります。
年間最安値!
本体 **258円**
(税込 279円)

017~040 よりどり 税込 5% Off!
●同じ商品でも
構いません 2品以上で



021 11月 2回 産直
北海道の玉ねぎ(増量)
800g+200g増量
(M以上、サイズおまかせ) (税込 430円)
北海道産
北海道で育った玉ね
ぎをお届けします。
よりどり 2品以上 本体 **378円**
(税込 408円)



020 11月 2回 産直
石川の百万石
ブロッコリー
1株(Lサイズ、
花蕾の大きさ10cm以上)
安井ファーム(石川県)
石川県白山市や河北
潟地域が主産地で栽
培した新鮮な地場野
菜をご堪能ください。
年間最安値!
本体 **198円**
(税込 214円)
よりどり 2品以上 本体 **188円**
(税込 203円)

北陸地場旬の味 伝統の加賀野菜

549 11月 3回 産直
小さな五郎島
さつまいも
350g(3~7本)
石川県JA金沢市五郎島さつまいも部会
じっくり加熱することで甘み
が増します。
本体 **228円**
(税込 246円)

550 12月 2回 産直
たっぷり
加賀れんこん
700g
石川県JA金沢市加賀れんこん部会
小さいサイズや形状がびつな
ものも含むお買い得企画です。
本体 **598円**
(税込 646円)



058 11月 2回 産直
中本さんの
ほうれん草 150g
中本農園(石川県)
安定した品質と価格でお届
けできるよう努めています。
年間最安値!
本体 **168円**
(税込 181円)



551 11月 2回 産直
越のルビー(ミディトマト)
150g(サイズおまかせ)
JA福井県(福井県)
皮がやわらかく果肉も滑らかなのでお子様
にも食べやすいミディトマトです。
本体 **398円**
(税込 430円)



552 今季 最終 産直
どさんこカラーピーマン
70g(1個以上、色おまかせ)
どさんこ農産センター(北海道)
北海道赤井川村で農薬の使用を最小限に
抑え栽培しています。
本体 **228円**
(税込 246円)



553 11月 3回 産直
マルタの里いも
180g(サイズおまかせ)
マルタ(熊本県)
産直産地で栽培した里いもです。もっちり
食感を味わってください。
本体 **198円**
(税込 214円)



定期登録 定期登録のみの企画となります。6桁の番号を注文用紙に記入していただく登録され、
その後は毎週配達となります。eフレンドからも登録できます。

554 11月 2回 産直
ミニトマト(増量)
220g+30g増量
(サイズおまかせ)
北海道産・愛知県産・宮崎県産・他
お弁当やサラダなどいろ
ろ使えるミニトマトです。
見逃せない値!
本体 **398円**
(税込 430円)

009 11月 2回 産直
カゴメの高リコピントマト
210g(3~6玉)
カゴメ(長野県・広島県・他)
カゴメで栽培する通常のトマ
トに比べ、リコピンの含量が
約1.5倍です。
見逃せない値!
本体 **298円**
(税込 322円)

555 11月 2回 産直
サラダdeトマト
230g以上(2~4玉、サイズおまかせ)
三ツ星農園(福井県)・アグリパーク(愛知県)・他
外皮と果肉が硬めで傷みに
くい品種でお届けする場合
もあります。
本体 **398円**
(税込 430円)

556 11月 2回 産直
ミニトマト(あいこ)
120g(サイズおまかせ)
フォレスト(愛知県)・他
甘みが強く肉厚で食べごた
えがあります。
本体 **298円**
(税込 322円)

557 11月 2回 産直
ミニトマト(あいこ)
120g(サイズおまかせ)
フォレスト(愛知県)・他
甘みが強く肉厚で食べごた
えがあります。
本体 **298円**
(税込 322円)



554 11月 2回 産直
ミニトマト(増量)
220g+30g増量
(サイズおまかせ)
北海道産・愛知県産・宮崎県産・他
お弁当やサラダなどいろ
ろ使えるミニトマトです。
見逃せない値!
本体 **398円**
(税込 430円)

009 11月 2回 産直
カゴメの高リコピントマト
210g(3~6玉)
カゴメ(長野県・広島県・他)
カゴメで栽培する通常のトマ
トに比べ、リコピンの含量が
約1.5倍です。
見逃せない値!
本体 **298円**
(税込 322円)

555 11月 2回 産直
サラダdeトマト
230g以上(2~4玉、サイズおまかせ)
三ツ星農園(福井県)・アグリパーク(愛知県)・他
外皮と果肉が硬めで傷みに
くい品種でお届けする場合
もあります。
本体 **398円**
(税込 430円)

556 11月 2回 産直
ミニトマト(あいこ)
120g(サイズおまかせ)
フォレスト(愛知県)・他
甘みが強く肉厚で食べごた
えがあります。
本体 **298円**
(税込 322円)

557 11月 2回 産直
ミニトマト(あいこ)
120g(サイズおまかせ)
フォレスト(愛知県)・他
甘みが強く肉厚で食べごた
えがあります。
本体 **298円**
(税込 322円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

生協の産直品は、3原則および5つの提携基準を満たした商品です

1 生産者と生産者が明確であること 2 栽培内容が明確であること 3 組合員と生産者が交流できること 4 環境負荷低減の取り組みをすすめていること 5 生産・出荷段階での栽培技術や品質管理面で問題がないこと

天候の影響により、トマト・ミニトマトの各商品において、ヘタ結果・ヘタ取果を含む場合があります。※トマトの色づきが薄い場合は常温で保存しておくと赤く色づいてきます。

1 特集 10 パン 12 ランチ・軽食・弁当 16 ゆでたまご 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 45 果物・野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳卵 55 豆腐揚げ納豆 56 乳製品 58 加工食品調味料米 63 菓子アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

揚げ物・炒め物・焼き物に!



45ページに少量もあります

557 11月2週 青果 200131

お徳用なす 430g(3〜7本、サイズおまかせ)

愛知県産・岐阜県産・他

形が不揃いのものや多少傷のあるものも含むお徳用です。(税込 387円)

ザルの直径: 約23cm

サラダや浅漬けなどに欠かせません!



※写真は450gです

きゅうり 青果

群馬県産・宮崎県産・愛知県産・他

品質の安定した産地からお届けします。

558 11月2週 248827 210g以上(3本) 本体 298円 (税込 322円)

559 11月2週 お徳用 248916 450g(4〜7本) 本体 398円 (税込 430円)

ザルの直径: 約23cm

北海道の秋の味覚を味わってください!



1/4玉 1/2玉

北海道産 生育期間中や収穫時の傷(コルク状)が多少果皮にあります。

ホクホク感と甘みが味わえる品種に限定してお届けします。

北海道の栗系かぼちゃ 青果

560 11月2週 108742 180g以上(1/4玉) 本体 198円 (税込 214円)

561 11月2週 103673 300g以上(1/2玉) 本体 248円 (税込 268円)

ザルの直径: 約16cm 約18cm

今季初 丹精込めて作りました!



生産者の水野さん夫妻

生育期間中や収穫時の傷は予めご了承ください。

562 11月2週 111189 越前しらやま大根 1kg以上(1本) 水野農園(福井県越前市)

通常の大根に比べ肉質がやわらかく、甘くてみずみずしいのが特徴です。

年間最安値! 本体 228円 (税込 246円)

ザルの直径: 約27cm

秋の味覚



111098 11月3週 青果 200131

愛知の銀杏 250g(1箱)

愛知県産

本体 990円 (税込 1,069円)

※黄色い葉は緑色になる前の幼葉です。

毎週お届け 定期注文 373249



563 11月2週 102875 産直 ブロッコリー スーパースプラウト 50g

村上農園(静岡県・山梨県)

本体 198円 (税込 214円)

ザルの直径: 約15cm

毎週 税込20円お得 定期注文 378755



564 11月2週 100757 産直 小松菜 200g

中本農園(石川県・和歌山県・福井県中橋農園)

本体 148円 (税込 160円)

毎週 税込10円お得 定期注文 375977



565 11月2週 155977 産直 フリルレタス 80g

和郷(福井県)

本体 188円 (税込 203円)

ザルの直径: 約18cm

毎週お届け 定期注文 370216



566 11月2週 232725 産直 緑豆もやし 200g

岐阜県サラダコスモ(税込 50円)

ザルの直径: 約18cm

567 11月2週 100832 産直 ブロッコリーの芽 1束

岐阜県サラダコスモ(税込 108円)

ザルの直径: 約16cm

570 11月2週 115215 産直 千切りキャベツ 120g

サラダクラブ(税込 127円)

ザルの直径: 約18cm

571 11月2週 106325 産直 有機栽培ベビーリーフ 35g

寺岡有機農場(広島県)

本体 148円 (税込 160円)

ザルの直径: 約18cm

毎週 税込4円お得 定期注文 378747



566 11月2週 232725 産直 緑豆もやし 200g

岐阜県サラダコスモ(税込 50円)

ザルの直径: 約18cm

毎週 税込5円お得 定期注文 372439



567 11月2週 100832 産直 ブロッコリーの芽 1束

岐阜県サラダコスモ(税込 108円)

ザルの直径: 約16cm

毎週 税込5円お得 定期注文 376302



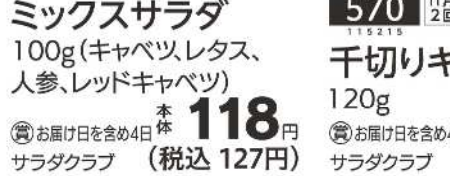
568 11月2週 102766 産直 ブロッコリーの芽入りカットサラダ 120g(キャベツ・人参、紫キャベツ・ブロッコリーの芽)

お届け日を含め2日 サラダコスモ(税込 108円)

569 11月2週 214302 産直 ミックスサラダ 100g(キャベツ・レタス、人参、レッドキャベツ)

お届け日を含め4日 サラダクラブ(税込 127円)

毎週お届け 定期注文 370216



570 11月2週 115215 産直 千切りキャベツ 120g

サラダクラブ(税込 127円)

ザルの直径: 約18cm

毎週お届け 定期注文 370311



571 11月2週 106325 産直 有機栽培ベビーリーフ 35g

寺岡有機農場(広島県)

本体 148円 (税込 160円)

ザルの直径: 約18cm

スティックサラダや温野菜に!



111100 11月3週 青果

花蕾や茎の多少の傷や変色は予めご了承ください。

カリフローレ 130g

愛知県産・新潟県産・他

スティック状のカリフラワーで、茎の食感と甘みもお楽しみください。

本体 228円 (税込 246円)

ザルの直径: 約28cm

毎週 税込10円お得 定期注文 375942



572 11月2週 103464 産直 中本さんのキャベツ 800g以上(1玉) 中本農園(石川県)

生育期間中の霜や雹害により葉の変色や傷・裂けを含む場合があります。

本体 228円 (税込 246円)

ザルの直径: 約27cm

外袋を剥いてお届けする場合があります。

毎週お届け 定期注文 370119



573 11月2週 215341 産直 国産ブロッコリー 1株(Mサイズ、花蕾の大きさ8cm以上)

I LOVE FARM(岡山県・他)

収穫時期や産地により茎の太さに違いがあります。

本体 238円 (税込 257円)

Mサイズ 8cm以上

かんたん! 便利な水煮



270919 12月5週 産直 あくぬきわらび(カット) 100g

お届け日を含め6日

羽黒・のうきよう食品加工(主原料: わらび(国産))

国産のわらびをよもぎを使ってあくぬきし、カットした水煮です。

本体 398円 (税込 430円)

皿の直径: 約18cm

100g 15kcal 塩分0.0g

甘みや歯ごたえをお楽しみください!



1/4玉 1/2玉

ザルの直径: 約28cm

はくさい 青果

表面の黒い斑点はポリフェノールで品質・食味に問題はありません

長野県産・他

お届け日の前日に生協の農産加工センターで品質点検しカットしています。

574 11月2週 101978 300g以上(1/4玉) 本体 148円 (税込 160円)

575 11月2週 102152 600g以上(1/2玉) 本体 238円 (税込 257円)

産直 中本農園



生産者の中本さん

お馴染みの産直産地より旬をお届け!

576 11月2週 103463 産直 中本さんのミニ白菜 500g以上(1玉) 中本農園(石川県)

いろいろな料理に幅広く使える使い勝手のよい産直産地のミニ白菜です。

年間最安値! 本体 178円 (税込 192円)

577 11月2週 107897 産直 中本さんのレタス 250g以上(1玉) 中本農園(石川県)

栽培中の農薬散布は極力控え安全性に努めています。(税込 203円)

ザルの直径: 約23cm

今週の見逃せない値!



産直のピーマンをどうぞ!

生産者の方

農家は慣行栽培の50%以上削減

安心価格 次回120gです

578 11月2週 108130 産直 サン・グリーンのピーマン(増量) 120g+20g増量(サイズおまかせ)

サン・グリーン出荷組合(宮城県・熊本県)

短時間の強火調理でシャキッとした歯ごたえと風味が味わえます。

見逃せない値! 本体 118円 (税込 127円)

農産品についてのご案内

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

・農産物の特性により同じ時期に播種・定植しても、お届けする商品は大きさが偏ったものや大小が極端なもの、形状が多少いびつなものも含まれ、規格の内容についてもある程度の幅を持って企画させて頂いております。

・商品の調達には万全を期しておりますが、天候不順等で調達が出来ない場合もございます。その場合、欠品や産地代替、または1週間の遅延でのお届けになることもございますのでご理解をお願い致します。

・商品お届けの際、腐り等、品質劣化したものがございましたら、交換等の対応をさせていただきますので、ご面倒でも、配達担当者又は生協までお申し付けください。

コープ北陸ホームページにて農産品の欠品、遅配案内をおこなっておりますので、ぜひご覧ください。右のコードを読み取るとご覧いただけます。

コープ北陸 ホームページアドレス <https://www.coop-hokuriku.net/>

果物・野菜 11月1回 43

2種類のきのこが楽しめます!

なめこの生産者のおひとり 樋口さん
えのきの生産者のおひとり 星野さん

地産地消の生しいたけ!

今季初 北海道産メークインをどうぞ!

今回 200g増量!

新企画 そのままサラダやお漬物に おすすめ

生産者のおひとり 三野さん

ザルの直径: 約21cm

579 11月 3日 産直 大地のきのこセット
300g(えのき200g, なめこ100g)
大地(新潟県)
産直産地大地のえのきと
なめこのセットをお届け
します。

本体 198円
(税込 214円)

ザルの直径: 約16cm

580 11月 2日 産直 富山県産生しいたけ(菌床)
80g(不揃い、サイズおまかせ)
森の環(富山県)
産直産地より年間を通して
お手頃価格でお届けします。

本体 128円
(税込 138円)

次回は600gです

581 11月 2日 産直 北海道のメークイン(増量)
600g+200g増量
(サイズおまかせ)
JA十勝池田(北海道)
粘りがあり、調理の際に煮崩
れにくいのでカレーやシ
チューなどにもおすすめです。

年間最安値!
本体 378円
(税込 408円)

※葉をカットして
お届けします

582 11月 3日 産直 紅くるり大根
350g以上(1本)
北海道産・長野県産・他
くるりと巻いたような美しい紅
色で通常の白大根のような瑞々
しさとやわらかさがあります。

本体 298円
(税込 322円)

毎週 税込9円お得
定期注文 373010

583 11月 2日 産直 奥能登のカットぶなしめじ
90g ミスズライフ(石川県穴水町)
石突やトレーなどのゴミが
出ないぶりぶり食感のカット
済みぶなしめじです。

本体 118円
(税込 127円)

106818 11月 2日 産直 シルクスイート
600g以上(2~5本、サイズおまかせ)
多古町旬の味産直センター(千葉県)
収穫後はホクホクで、貯蔵後
は甘みが強くしっとり滑らかな
食感が特長のさつまいもです。

本体 498円
(税込 538円)

手作りジュースを
毎日の食卓に!

584 11月 2日 産直 理由ありにんじん(ジュース用)
800g(サイズおまかせ)
愛知県産・他
生育中に割れたものや形の
いびつなものが入ります。

本体 228円
(税込 246円)

70g 109kcal 糖質1.6g

102966 11月 3日 産直 三里浜の花らっきょ
70g (6月 三里浜特産農業協同組合)
小粒で繊維が細かく巻き
もしっかりしており歯切れ
のよいのが特長です。

本体 398円
(税込 430円)

定期登録 定期登録のみの企画となります。6桁の番号を注文用紙に記入していただく
と登録され、その後は毎週配達となります。eアドレスからも登録できます。

安心価格 マークが付いている定期商品は市販価格と同等の価格差があった場合に引き上げさせていただきますので、
是非定期登録にてご利用ください。

産直産地の
支援企画

- 果物やお野菜など産直産地の余剰品をお届け致します。
(余剰品がない場合は欠品(後日返金)となります。)
- お届けする品目や規格は、事前にお知らせすることができません。
- アレルギーをお持ちの方は、あらかじめご了承ください。

安心価格 毎週お届け 定期注文 377597 定期たまねぎ L2玉 本体 198円 (税込 214円)	安心価格 毎週お届け 定期注文 376493 定期じゃがいも L3個 本体 198円 (税込 214円)	安心価格 毎週お届け 定期注文 377589 定期にんじん L2本 本体 198円 (税込 214円)	毎週お届け 定期注文 379603 産直 定期で支援の 産直サポート400 4品目 本体 400円 (税込 432円)	毎週お届け 定期注文 379611 産直 定期で支援の 産直サポート300 3品目 本体 300円 (税込 324円)	毎週お届け 定期注文 379620 産直 定期で支援の 産直サポート200 2品目 本体 200円 (税込 216円)
--	---	--	---	---	---

45ページに
少量も
あります

585 11月 2日 産直 北海道産玉ねぎ
2kg(M以上、サイズおまかせ)
エプロン(北海道)
広大な北海道でのびのび
育った風味よく身締まりも
よい玉ねぎです。

本体 498円
(税込 538円)

皮をむいて
丸ごと調理!

586 11月 2日 産直 コアのごろごろちび玉ねぎ
800g(S以上、サイズおまかせ)
コアファーム(北海道)
横径で約5cm程度のサイズ
を中心に集めました。

本体 298円
(税込 322円)

587 11月 2日 産直 コアファームのじゃがいも
1kg(M以上、サイズおまかせ)
コアファーム(北海道)
北海道の冷涼気候の中で
農薬散布も出来るだけ減ら
して栽培しています。

本体 398円
(税込 430円)

700g

588 11月 2日 産直 北海道産きたあかり
700g(M以上、サイズおまかせ)
エプロン(北海道)
広大な北海道でのびのび
育った風味よく身締まりも
よいきたあかりです。

本体 298円
(税込 322円)

今週の見逃せない値!

形状など見栄えはしませんが
味に変わりはありません!

キズやサイズに
ばらつきがあります

保存方法
呼吸作用でガスが溜まる
ため、お届け後は開封し
て新聞紙等に包み冷蔵庫
で保存してください。

589 11月 2日 産直 長いも(理由あり)
250g(カット)
青森県産・他

年間最安値!
本体 168円
(税込 181円)

淡路島の自然が育んだ甘玉ねぎ

淡路島の追熟
甘玉ねぎ 青果
兵庫県淡路島産

産地独自の貯蔵技術
でより甘みと旨味を引
き出した玉ねぎです。

590 11月 2日 産直 700g(S以上、
サイズおまかせ)
本体 680円
(税込 734円)

591 11月 2日 産直 700g(S以上、
サイズおまかせ)
本体 298円
(税込 322円)

産直産地より北海道の味覚をたっぷりお届け!

じゃがいもの
生産者の方々

592 11月 2日 産直 コアファームのじゃがいも
2.5kg袋(M以上、
サイズおまかせ)
コアファーム(北海道)
北海道の冷涼気候の中
で農薬散布も出来るだけ
減らして栽培しています。

年間最安値!
本体 580円
(税込 626円)

旬のおいしさをぜひこの機会に!

1kg

593 11月 2日 産直 北海道のきたあかり
1kg(サイズおまかせ)
北海道産
黄色みをおびた果肉でコロッ
ケやポテトサラダにどうぞ。

本体 398円
(税込 430円)

1 特集 10 パン 12 ランチ・軽食・弁当 16 ゆめとぎし 22 冷凍食品 31 肉のおかず 34 魚のおかず 36 惣菜 39 漬物 40 45 果物・野菜 46 魚 50 肉 54 牛乳卵 55 豆腐揚げ納豆 56 乳製品 58 加工食品調味料米 63 菓子アイス 68 飲料 71 酒 72 アンコール 73 食品特別企画

今週の見逃せない値!

しっとりやわらかな食感! 20%増!

お茶漬けにぴったり!!

597 11月 3日 100g 303kcal 糖質0.05g

ほしいも(紅はるか)
(増量) 80g+20g増量

3カ月 エイコウ商事
主原料: さつまいも(茨城県産)

丁寧に仕上げた昔ながらの干しいもです。

見逃せない値!
本体 398円 (税込 430円)

樹上で完熟した梅を使用!

可食部100g 49kcal 糖質18.5g

596 11月 2日 270g 270kcal

福井梅の完熟梅ぼし 120g

10カ月 福井県農業協同組合
主原料: 梅(福井県)

福井県の梅を塩とシソで漬けた素朴な製法と味わいです。

本体 378円 (税込 408円)

推しコブ

冷凍里いもは常備しています。使いたい時、煮物やみそ汁に使用便利です!
福井県民生協 Kさん

解凍せず冷凍のまま調理OK!

595 12月 5日 230g 108kcal

建石さんのころ煮用里いも

18カ月 SFV生産農場
主原料: 里芋(福井県大野市上庄産)

大野市上庄地区・建石さんの小粒里芋を皮むきし生のまま冷凍しました。

本体 398円 (税込 430円)

産地をサポートする企画です!

一部の生産者の方々

※写真はイメージです

594 11月 2日 100g 100kcal

能登の野菜セット
2~4品目

石川県能登産
石川県能登産限定の野菜セットです。季節によって品目数が変わる場合があります。(税込 538円)

有機栽培

有機栽培とは 化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと、並びに遺伝子組換え技術を利用しないことを基本として、環境への負荷をできる限り低減した栽培方法。

輸入時に害虫が発見され凍死処理を受けた場合は有機表示外します

110400 11月 2日 450g (25~2Lおまかせ) 本体 398円 (税込 430円)

有栽培みかん

マルタ九州(熊本県・他)

270735 11月 2日 550g以上(3~6本) 本体 350円 (税込 378円)

メキシコ産 有栽培バナナ

メキシコ産

114169 11月 2日 340g (3~4個) 本体 498円 (税込 538円)

有栽培グリーンキウイ

ニュージーランド産

270778 11月 3日 3~5品目 本体 980円 (税込 1,058円)

おまかせ 有栽培農産セット

270623 11月 3日 400g (2~4個、サイズおまかせ) 本体 298円 (税込 322円)

有栽培じゃがいも

北海道産・他

270349 11月 2日 300g (サイズおまかせ) 本体 298円 (税込 322円)

有栽培にんじん

びおロジ(千葉県)・他

110062 12月 1日 35g 本体 198円 (税込 214円)

有栽培レタスマックス

寺岡有機農場(広島県)

111411 11月 3日 200g (2~3株) 本体 298円 (税込 322円)

有栽培ちんげん菜

マルタ(群馬野菜くらぶ)

よりどりお買得 598~627 • 同じ商品でも傷けません

3品以上 5% off!!

88 11月 2日 90g以上(1本) 本体 83円 (税込 90円)

にんじん(バラ)

北海道産・他

599 11月 2日 110g (大根、人参、レッドキャベツ、ブロッコリーの新芽) 本体 94円 (税込 102円)

ブロッコリーの 新芽入り和風サラダ

主原料: 大根(国産) サラダコスモ

600 11月 3日 230g (緑豆もやし、キャベツ、人参、ピーマン) 本体 103円 (税込 111円)

彩り野菜 炒め用ミックス

大地(新潟県)

108 11月 2日 100g (キャベツ、コーン、人参) 本体 111円 (税込 120円)

コーンミックスサラダ

サラダクラブ

128 11月 3日 100g 本体 121円 (税込 131円)

信州のえのき茸

信州産直組合(長野県)

128 11月 2日 50g 本体 121円 (税込 131円)

富山の生きくらげ

森の環(富山県)

605 11月 2日 100g 本体 158円 (税込 171円)

豆苗 (えんどう豆の新芽)

村上農園(静岡県・山梨県・三重県)

606 11月 2日 1玉(Sサイズ) 本体 141円 (税込 152円)

にんにく

青森県産・他

607 11月 2日 150g 本体 178円 (税込 192円)

滋賀の水菜

滋賀有機ネットワーク(滋賀県)

608 11月 2日 150g 本体 178円 (税込 192円)

滋賀の大根葉

滋賀有機ネットワーク(滋賀県)

609 11月 2日 200g (1株) 本体 150円 (税込 162円)

信州ハートのぶなしめじ

ハーツ(長野県)

610 11月 2日 100g 本体 150円 (税込 162円)

竹崎さんのニラ

マルタ(高知県)

611 11月 2日 15枚以上(不揃い) 本体 158円 (税込 171円)

お徳用の大葉

榊原農園(愛知県)

612 11月 2日 80g 本体 169円 (税込 182円)

国産ブロッコリー フローレット少量

I LOVEファーム(岡山県・他)

613 11月 2日 80g 本体 178円 (税込 192円)

しょうが

あさの(高知県)

614 11月 2日 110g (カット、太細混み、サイズおまかせ) 本体 188円 (税込 203円)

洗いごぼう

青森県産・他

615 11月 2日 150g以上(2本) 本体 188円 (税込 203円)

サン・グリーンのきゅうり

サン・グリーン出荷組合(宮崎県・熊本県)

616 11月 2日 400g (M以上、サイズおまかせ) 本体 188円 (税込 203円)

じゃがいも

北海道産・他

617 11月 2日 350g (2~4玉、M以上) 本体 158円 (税込 171円)

玉ねぎ

北海道産・他

618 12月 1日 100g 本体 169円 (税込 182円)

ぶなクイーン

ミスズライフ(長野県)

619 11月 2日 160g (2本以上) 本体 178円 (税込 192円)

三つ星農園の白ねぎ

三つ星農園(福井県)

620 11月 2日 100g 本体 197円 (税込 213円)

滋賀の青ねぎ

滋賀有機ネットワーク(滋賀県)

621 11月 2日 300g以上(カット) 本体 197円 (税込 213円)

カット大根

石川県産・他

622 11月 2日 80g (サイズおまかせ) 本体 216円 (税込 233円)

ミニトマト少量

フォレスト(愛知県)・他

623 11月 3日 300g (サイズおまかせ) 本体 226円 (税込 244円)

マルタのにんじん

マルタ(北海道・青森県)

624 11月 2日 180g (形状不揃い、サイズおまかせ) 本体 245円 (税込 265円)

徳島のたっぴり 生しいたけ(菌床)

徳島県産

625 11月 2日 120g (2~4株) 本体 254円 (税込 274円)

ミニちんげん菜

アグリタウン(石川県)

626 11月 2日 140g以上(2本) 本体 254円 (税込 274円)

なす

愛知県産・岐阜県産・他

627 12月 1日 160g 本体 282円 (税込 305円)

10品目のサラダ レタスやパプリカ

サラダクラブ

安心価格 価格の安心宣言!!

安心マークが付いている商品は定期登録商品であっても市販価格との価格差があった場合には値引き対応いたしますので、是非ご利用ください。尚、値引き商品の案内は配達週にコープ北陸ホームページでご案内いたします。

9月4回のご案内 (9月21日~9月25日配達分)

返金対象商品はありませんでした

サン・グリーンのきゅうり 120g+20g増量 600g以上(1/2玉) 定期にんじん L2本 定期たまねぎ L2玉 定期じゃがいも L3個 国産ブロッコリー 1株 キャベツ 750g以上(1玉) 国産オクラ 60g以上

果物・野菜 11月1回 45

魚など

今週の見逃せない値!

伝えたいのはココ

旬の時期に漁獲したさんまの頭・中骨・腹骨を取り除き、食べやすいサイズにカットしうす塩味に仕上げました。
水産担当 堤

食べやすく仕上げました!

パックと食べられるさんま(うす塩味)

ザルの直径:約18cm

629

11月3日

凍

100g

307kcal

脂質1.3g

※「うす塩味」表記は当社比です

パクッと食べられるさんま(うす塩味)

130g 12カ月 丸千水産

主原料:さんま(国産)

くらし応援

見逃せない値!

本体378円

(税込 408円)

脂がのってジューシー!

3枚

わけあり企画

賞味期限が短い商品です
2026年12月14日以降の商品をお届け

630

次回未定

凍

100g

162kcal

脂質1.4g

脂ののったあじ一夜干し

170g(3枚) 6カ月 千倉水産加工

主原料:あじ(アイルランドまたはノルウェー)

あじを二枚に卸し、塩水に漬け込み遠赤外線で干し上げました。(税込419円)

わけあり価格

本体388円

(税込 419円)

約4~6枚

100g

110kcal

脂質2.3g

631

次回未定

凍

100g

111kcal

脂質2.7g

朝食用の開きあじ

120g 6カ月 シーサット

主原料:マアジ(国産)

小型の真あじを開きにし、中・腹骨を取り除き甘塩味のソフト干しに仕上げました。(税込 484円)

本体448円

(税込 484円)

100g

78kcal

脂質0.5g

632

12月1日

凍

100g

104kcal

脂質1.1g

国産するめいかスティック一夜干し 100g

12カ月 丸千水産

主原料:いか(国産)

するめいかの胴部分を一夜干しにして、短冊状にカットしました。

本体398円

(税込 430円)

4尾

100g

104kcal

脂質1.1g

633

12月5日

凍

100g

104kcal

脂質1.1g

山陰産笹かれい一夜干し

120g(4尾) 6カ月 えん・コミュニケーションズ

主原料:ササガレイ(国産)

ササガレイを塩水に漬け込み、冷風乾燥で一夜干しにしました。(税込 538円)

1尾 税込135円

本体498円

(税込 538円)

4切

100g

111kcal

脂質2.7g

634

12月1日

凍

100g

111kcal

脂質2.7g

北海道産塩秋鮭切身

200g(4切) 6カ月 北海道ぎょれん

主原料:秋鮭(北海道産)

定置網で漁獲された秋鮭を、定塩加工により旨みと程よい塩加減のある切身にしました。(税込 970円)

1切 税込243円

本体898円

(税込 970円)

ザルの直径:約21cm

100g

190kcal

脂質1.0g

635

次回未定

凍

100g

190kcal

脂質1.0g

子持ちからふとししゃも

160g 12カ月 ノルウェー又はアイスランド産/岡田水産

主原料:からふとししゃも(ノルウェーまたはアイスランド)

子持ちからふとししゃもを国内で塩水漬けし、干し上げました。(税込 354円)

本体328円

(税込 354円)

2切

100g

182kcal

脂質3.0g

636

12月1日

凍

100g

182kcal

脂質3.0g

脂ののった銀鮭切身(甘塩味)

80g(2切) 6カ月 マルタ水産

主原料:銀鮭(チリ産)

銀鮭(養殖)を切身にし、定塩加工で甘塩味に仕上げました。(税込 430円)

1切 税込215円

本体398円

(税込 430円)

ザルの直径:約21cm

100g

91kcal

脂質2.5g

637

11月3日

凍

100g

91kcal

脂質2.5g

ふっくら一汐にぎす

200g 6カ月 愛知県産他/丸千水産

にぎすを一汐(うす塩仕立て)にしてふっくらと仕上げました。(税込 430円)

本体398円

(税込 430円)

2個

100g

236kcal

脂質2.9g

638

11月3日

凍

100g

236kcal

脂質2.9g

北海道鮭荒ほぐし

40g×2 3カ月 北海道ぎょれん

主原料:秋鮭(北海道産)

秋鮭を蒸した後に焼きをいれて香ばしさを引き立たせ、丁寧にほぐしました。

1個 税込269円

本体498円

(税込 538円)

人気

甘塩で仕上げた人気No.1の一夜干

2切

100g

284kcal

脂質1.1g

639

11月3日

凍

100g

284kcal

脂質1.1g

脂ののったさば一夜干

120g(2切) 4カ月 丸一商店

主原料:タイセイヨウサバ(ノルウェー)

脂ののったさばを切身にし、塩水に漬け込みごまを振って一夜干に仕上げました。

1切 税込323円

本体598円

(税込 646円)

640

11月4日

凍

100g

240g(4切)

1切 税込297円

本体1,098円

(税込 1,186円)

スティック状で食べやすい!

約4~7本

100g

170kcal

脂質1.1g

641

11月3日

凍

100g

170kcal

脂質1.1g

姫ほっけ

156g(約4~7本) 6カ月 中央水産

主原料:ほっけ(北海道産)

ほっけをスティック状にカットし、昆布だしで味付けし干し上げました。

本体380円

(税込 410円)



旨みのきた昆布醤油で仕上げました

642 12月1回 凍 100g 114kcal 脂質0.4g

しまほっけ昆布醤油漬 260g(3枚)

1枚 税込165円

年間最安値! 本体458円 (税込495円)

12月1回 凍 100g 114kcal 脂質0.4g

しまほっけを昆布醤油タレにじっくり漬け込みました。



ご飯のすすむ照焼き!

伝えたいのはココ

- シルバーを隠し味に少量のバターを入れたタレにじっくり漬け込み熟成させ、旨みを凝縮させました。
- ご飯がすすむ味付けですので、あたたかいご飯と一緒にどうぞ!

柳川喜 川井さん

今回より量目変更 275g▶250g

643 12月1回 凍 100g 142kcal 脂質0.5g

シルバー照焼き 凍 150g(3切)

1切 税込144円

年間最安値! 本体398円 (税込430円)

644 次回未定 凍 100g 117kcal 脂質0.2g

250g(5切)

1切 税込130円

年間最安値! 本体598円 (税込646円)



645 11月2回 凍 1袋20g 24kcal

食塩不使用ふくらしらす干し(個食パック)

20g×3袋 6ヵ月 西村物産

1袋 税込140円

いつでもおトク! 本体388円 (税込419円)

主原料:いわしの稚魚(国産)

大阪湾で水揚げされたしらすを食塩を使用せずにつくら乾燥させました。



今回より量目変更 220g(4切)▶180g(3切)

646 次回未定 凍 100g 146kcal 脂質1.3g

氷温造り シルバーしょうゆ漬 180g(3切) 6ヵ月 菱マツ

1切 税込198円

本体548円 (税込592円)

主原料:シルバー(ニュージーランドまたはチリまたはアルゼンチン)

脂ののったシルバーを、甘口の調味液に漬け込み、氷温熟成させました。



今回より量目変更 240g▶200g

647 12月5回 凍 100g 105kcal 脂質0.3g

赤魚白醤油漬 200g(4切) 12ヵ月 菱マツ

1切 税込156円

本体578円 (税込624円)

アメリカ又はロシア産他/川喜

赤魚を切身にし、甘口で上品な白醤油ベースの調味液に漬け込みました。



648 12月1回 凍 100g 212kcal 脂質0.9g

銀だら西京味噌漬 120g(2切) 6ヵ月 東北トクスイ

1切 税込285円

本体528円 (税込570円)

主原料:銀だら(アメリカ産)

銀だらを切身にし、西京味噌をベースにした調味味噌に漬け込みました。



649 12月1回 凍 100g 127kcal 脂質4.1g

辛子明太子 50g 12ヵ月 福さ屋

1袋 税込140円

本体348円 (税込376円)

主原料:すけとうだらの卵巣(ロシア又はアメリカ)

寒冷期に水揚げしたすけとうだらの卵巣を、生協仕様で着色料、発色剤を使用せず加工しました。



650 12月1回 凍 100g 85kcal 脂質1.2g

生からつくった 北海道稚内産真だら西京漬(骨とり) 210g(3切)

1切 税込205円

本体568円 (税込613円)

6ヵ月 中央水産 主原料:真鱈(北海道稚内産)

真鱈を生から切身にし、調味味噌に漬け込みました。



651 12月1回 凍 100g 112kcal 脂質0.4g

国産あじみりん漬 150g(4~6枚)

1切 税込175円

本体398円 (税込430円)

12ヵ月 菱マツ 主原料:あじ(国内産)

あじをみりん醤油タレに漬け込みました。



本来の味わいが生きています!

炊きたてごはんにとっぴり盛って しらす丼

サラダにたっぷり添えて しらすサラダ

652 11月3回 凍 100g 93kcal 脂質1.8g

漁師がつくった釜あげしらす 20g×3

1袋 税込140円

期間限定値下げ 本体388円 (税込419円)

6ヵ月 カネモ 主原料:いわし稚魚(愛媛県産)

漁獲したしらすを新鮮なうちに塩水で約3分炊き、乾燥させずふくらソフトに仕上げました。



今週の見逃せない値! 香ばしい味わい!

653 次回未定 凍 100g 95kcal 脂質1.4g

北海道の秋鮭みりん漬 165g(3切)

1切 税込180円

本体498円 (税込538円)

12ヵ月 菱マツ 主原料:秋鮭(北海道産)

秋鮭を切身にし、独自の調理みりんに漬け込みました。

さらにプラス 20 ポイント

654 次回未定 凍 100g 101kcal 脂質1.4g

220g(4切)

1切 税込175円

本体648円 (税込700円)

さらにプラス 30 ポイント

解凍するだけで食べられる
のでとても助かっています。
味もよく主人も大好きです。
とやま生協組合員さん

- ・隠し味にリンゴ酢を使っているから、まろやかな味わい
- ・三枚おろしから調味酢の漬け込みまで手作業

昆布の旨みを
プラス

まるやか
しめさば昆布イ

板のサイズ: 約14×21cm

いつでもオトク!

本体 398円
(税込 430円)

本体 **298**円
(税込 322円)

主原料:とびうお卵(インドネシア)
とびうお卵をだし醤油味で
関西風に食べやすく味付け
しました。

1個 税込 242円
本体 **448**円
(税込 484円)

100g、タレ20ml (賞) 4カ月 (麦) 明神水産
 主原料: びん長まぐろ (北西太平洋)
 びんちょうまぐろをわら焼き
 でたきに仕上げました。

本体 **478**円
 (税込 516円)

50g×2
 30日国産他/山菱水産
 きはだまぐろの中落ちを
 スライスしました。

1袋 税込377円
 本体 **698**
 (税込 754円)

本体 **378**円
(税込 408円)

ギンザケ(養殖)を食感がよくなるように粗挽きにし、油揚げのタレを付けました。

1食 税込269円

本体 **498** 円
(税込 538円)

主原料:アヤボラ(北海道産)

北海道産つぶ貝(アヤボラ)を下処理し、味付けしました。(税込 646円)

本体 **598**円

主原料:ほたて貝(北海道)
北海道産ほたて貝柱を
急速冷凍しました。

本体 **898**
(税込 970円)

- 炭で焼き上げた鯉のタタキです。炭で焼き上げることで癖のないタタキに仕上がります。
- 高知県産の柚子をふんだんに使ったタレを付けております。タタキと柚子で高知を感じてください。

体 040 円
(税込 700 円)

40g×3、たれ10mℓ×3(麦)40日(麦)
韓国又は台湾又はベトナム又は国産他/Umiosオーシャン
旨みのあるまぐろの赤身をまるい形のたたき身に
加工して、たれを付けました。

(税込 592円)

【具材】ばいれい(北海道) (漬伝子組換えでない)、白鮭粉付け(白鮭(ロシア)、でん粉、でん粉加工品、小麦粉加工品)、ブロッコリー、にんじん、加工でん粉(添付ソース) 還元水あめ、食塩、チキンエキス、クリームパウダー(乳成分を含む)、鰹節漬、ホタテエキス、ホワイトルウ(小麦を含む)、プロセスチーズ、チーズ加工品、にんじく加工品、酵母パウダー、ローストオニオンパウダー(大豆を含む)、こしょう、アルコール、糖類(加工でん粉、キサンタンガム)、着色料(カラメル)、香料

いろいろ使えるシーフードミックス

イカ 約21%
エビ 約32%
タコ 約47%

666 次回 凍 100g 81kcal 食塩0.6g
110105

国産シーフードミックス
140g 賞12月 国産/丸千水産 [主原料:タコ(国産)]
国産原料にこだわり、タコ、エビ、イカをミックスしました。

期間限定 値下げ
本体 478円 (税込 516円)

人気 マイルドに仕上げました

太もずく
コロコロとした
歯応え

毎週お届け
定期注文 370402

667 11月 2回 凍 1パック(55g) 19kcal 食塩0.64g
106801

味付太もずく(個食パック)
55g×4
賞21日 麦 井ガタ竹内 [主原料:もずく(沖縄県産)]
太もずくをまろやかな三杯酢で味付けしました。(税込 289円)

1個 税込73円
いつでもおトク!
本体 268円 (税込 289円)

糸もずく
ツルツルとした
のど越し

毎週お届け
定期注文 370403

668 11月 2回 凍 1パック(50g) 15kcal 食塩0.58g
101311

味付糸もずく(個食パック)
50g×4
賞21日 麦 井ガタ竹内 [主原料:もずく(沖縄県産)]
糸もずくをまろやかな三杯酢で味付けしました。(税込 311円)

1個 税込78円
いつでもおトク!
本体 288円 (税込 311円)

かにいっぱい鍋セット

470g 賞12月 乳卵麦 国産
大昇食品 [主原料:ズワイガニ(カナダ又はロシア又はその他) ボイルズズワイガニの肩肉、爪下、フィッシュボール、鍋つゆをセットしました。]

100g 78kcal 食塩3.9g
669 12月 1回 凍
100499

スワイガニ250g、
フィッシュボール100g、
鍋つゆ120g

本体 1,598円 (税込 1,726円)

ブラックタイガー下ごしらえ済み(大)

160g(約10~11尾) 賞12月 麦
インドネシア産/丸千水産/インドネシア製造
自然の地形を生かした池で、給餌も投薬も行わず粗放養殖したえびです。

100g 82kcal 食塩0.4g
670 次回 凍 冷凍 冷凍
120623

長さ:約9cm

本体 1,180円 (税込 1,274円)

天然ぶりがま

400g 賞6月 天山水産 [主原料:ぶり(東シナ海)]
東シナ海で漁獲された天然ぶりの脂がのった希少な「かま」部分を集めてパックしました。

ザルの直径:約20cm
671 次回 凍
212601

本体 458円 (税込 495円)

三陸産細切りめかぶ(たれ付)

35g×4、たれ4袋 賞12月 麦
高木商店 [主原料:めかぶ(三陸)]
めかぶを細切りにし、かつお風味のたれを付けました。

100g 54kcal 食塩18.5g
672 11月 2回 凍
100411

食塩含有率30%

本体 458円 (税込 495円)

鳴門海峡漁師のわかめ

100g 賞60日 マルセ
[主原料:わかめ(淡路島・丸山産)]
早採りした茎付の湯通し塩蔵わかめです。

100g 54kcal 食塩18.5g
673 12月 1回 凍
120623

食塩含有率30%

本体 398円 (税込 430円)

北海道厚岸産あさり貝

180g 賞24月 丸弘水産
[主原料:あさり(北海道厚岸産)]
厚岸湖で育った大きめのあさりを活かしたまま袋に入れて加熱しました。

100g 74kcal 食塩2.01g
673 11月 2回 凍
270207

ザルの直径:約15cm

いつでもおトク!
本体 480円 (税込 518円)

しじみ屋さんの冷凍しじみ

70g×2 賞12月 イトハラ水産
[主原料:しじみ(島根県大田湖)]
低温オゾン殺菌砂抜き処理後、凍結することで旨味成分を増した大和しじみを真空パックしました。

100g 51kcal 食塩0.2g
674 11月 2回 凍 冷凍 冷凍
105184

砂抜き処理済み

1袋 税込205円
本体 380円 (税込 410円)

天然もずくのシャキシャキ食感が味わえます!

数量限定
北陸3県で1,800点
限定の理由
賞味期限が短い商品です
2026年12月15日以降の商品をお届け
※限定数を超えた場合は抽選となります。
※お1人様1点限りとなります。

675 次回 凍 1カップ60g 24kcal 食塩0.7g
111651

石川県能登産天然岩もずく
60g×4 賞12月 麦 高木商店 [主原料:もずく(石川県)]
岩もずくをかつおだしの効いた三杯酢でまろやかに仕上げました。

1個 税込97円
わけあり価格
本体 358円 (税込 387円)

今週の見逃せない値! 調理が簡単! 食べやすい! 骨取りの切身

ポイント
おススメ
・骨と皮を取り除いてるので
お子様やお年寄りも食べやすい。

骨取り
100g 133kcal 食塩0.2g
676 次回 凍
107521

骨取り秋鮭切身
(バター焼き・フライ用) 凍
賞6月 マルタ水産 [主原料:秋鮭(北海道産)]
北海道産の秋鮭(シロサケ)の骨と皮を取り除き、切身にしました。

1切 税込258円
100g(2切)
見逃せない値!
本体 478円 (税込 516円)

677 次回 凍
107526

年間最安値!
本体 658円 (税込 711円)

骨取り 骨取り済みの商品です
※まれに小骨が残っている場合がございますので、
ご注意ください。お召し上がりください。

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

今週の見逃せない値!

柔らかく
ジューシーな
ステーキ

組合員
さんの
VOICE

やわらかくてとっても美味しく、
子どももパクパク食べてくれます。
焼くだけなので手軽で、いそが
しい日にも助かっています。
とやま生協 Nさん



679 11月 3週 凍 100g 278kcal 脂質0.9g 成型肉

北海道産牛 牛カットステーキ 210g

12カ月 乳卵麦 Umios Hokkaido 主原料:牛肉(北海道産)

牛肉をうす味で調味成型加工し、
バラ凍結にしました。(食肉加工品)

年間最安値!
本体 680円
(税込 734円)

やわらかくて食べやすい!



食肉加工品
100g
307kcal 脂質0.4g

680 12月 1週 凍

国産牛やわらか
ロースステーキ 120g

12カ月 ミート丸真 主原料:牛肉(国産)

牛ロース肉を調味加工し、ステーキ
のサイズにカットしました。
(食肉加工品)

年間最安値!
本体 488円
(税込 527円)

いろいろな料理に使える便利なこまぎれ



約1.3mm厚
脂身比率15%以下 流水解凍

681 11月 2週 凍

国産牛こまぎれ

240g 賞6カ月

ニッシン・グルメビーフ 主原料:牛肉(国産)
牛もも肉と肩肉を約1.3mm厚に
スライスし、使いやすい小分けの
3分割パックにしました。

100g 税込315円

いつでも最安値!
本体 698円
(税込 754円)



食肉加工品
100g
251kcal 脂質0.4g

101059 12月 1週 凍

牛もも肉やわらかステーキ

180g(2枚)

12カ月 ミート丸真

主原料:牛肉(オーストラリア産)

本体 698円
(税込 754円)



バラ
凍結
約1.5mm厚

682 11月 3週 凍

アングス牛

こまぎれ 250g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ

主原料:牛肉(オーストラリア産)

いつでもオトク!
本体 648円
(税込 700円)



約1.5mm厚
脂身比率20%以下

102499 11月 3週 凍

国産牛肩ロース

すきやき用 235g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ

主原料:牛肩ロース肉(国産)

100g 税込543円
本体 1,180円
(税込 1,274円)



特製スパイス付
たっぷり
600g!

157414 12月 3週 凍

国産豚スペアリブカット

徳用パック

肉600g、スパイス2g×3袋

3カ月 麦 コービスプロダクト

主原料:豚スペアリブ(国産)

100g 税込231円
本体 1,280円
(税込 1,382円)



約3mm厚
脂身比率15%以下

105660 11月 3週 蔵

国産豚ロース

生姜焼用

160g 賞お届け日を含め2日

田中畜産 主原料:豚ロース肉(国産)

100g 税込337円
本体 498円
(税込 538円)



約3mm厚
脂身比率15%以下

683 11月 3週 蔵

国産豚ロース

生姜焼用

280g 賞お届け日を含め2日

田中畜産 主原料:豚ロース肉(国産)

100g 税込289円
本体 748円
(税込 808円)



684 次週 凍

茶美豚肩ロース

きりおとし 190g

4カ月 JA全農ミートフーズ

主原料:豚肉(鹿児島県産)

100g 税込284円
本体 498円
(税込 538円)



685 12月 1週 凍

茶美豚背ロース

とんかつ用 180g(2枚)

4カ月 JA全農ミートフーズ

主原料:豚ロース(鹿児島県産)

100g 税込299円
本体 498円
(税込 538円)



約2mm厚
脂身比率25%以下

103925 11月 3週 蔵

国産豚こまぎれ

200g 賞お届け日を含め2日

田中畜産 主原料:豚肉(国産)

100g 税込215円
本体 398円
(税込 430円)



バラ
凍結
約1.6mm厚

686 11月 2週 凍

国産豚こまぎれ

らくらくパック 340g

3カ月 コービスプロダクト

主原料:豚もも(国産)

いつでもオトク!
本体 598円
(税込 646円)



バラ
凍結
約1.7mm厚

687 11月 2週 凍

国産豚切り落とし

徳用 450g

6カ月 ニッシン・グルメビーフ

主原料:豚肩肉(国産)

100g 税込168円
本体 698円
(税込 754円)



バラ
凍結
カツはもちろん
ソテーにもどうぞ

688 12月 1週 凍

国産豚ヒレ

ひとくちカツ用 300g

3カ月 コービスプロダクト

主原料:豚肉(ヒレ)(国産)

100g 税込252円
本体 698円
(税込 754円)

毎日のおかずにもちょうどいい! 人気豚肉です



約1.2mm厚
脂身比率20%以下

毎週お届け
定期注文 370405

689 11月 2週 蔵

国産豚こまぎれ

240g

3カ月 コービスプロダクト 主原料:豚もも(国産)

豚肩肉ととも肉をスライスし、使いやすい
ように3分割のトレーに入れました。

100g 税込180円

いつでもオトク!
本体 398円
(税込 430円)

人気 届いてすぐ使える! 便利な豚こま



約2mm厚
脂身比率25%以下

690 11月 3週 蔵

国産豚こまぎれお徳用

340g 賞お届け日を含め2日

田中畜産 主原料:豚肉(国産)

豚肉を約2mm厚にスライス
しました。

100g 税込185円

期間限定 値下げ
くらひ応援
本体 580円
(税込 626円)

お肉もねぎも国産! 塩胡椒などお好みの
味付けてどうぞ♪



約1.2mm厚
脂身比率20%以下

691 12月 3週 蔵

国産豚ねぎ間串 270g(10本)

6カ月 ジョイフーズ 主原料:豚肉(国産)

豚肩肉とねぎを一口大にカットし、
串にさしました。

1本 税込65円

年間最安値!
本体 598円
(税込 646円)

このページの商品はすべて軽減税率適用の消費税8%となっています 実物のパッケージデザインは、写真と多少異なる場合があります

お肉(牛肉・豚肉・鶏肉など)や生挽き肉を使用した商品、
トンカツやフライなど衣が付いた未加熱の冷凍品は中心まで
十分加熱してお召し上がりください。

国産牛肉のパックに表示された番号から、牛の生産履歴がわかります

お届けしている国産牛肉のパックには「牛の個体識別のための情報の管理及び伝達
に関する特別指針法(通称:牛肉トレーサビリティ法)」に基づき、個体識別番号、
もしくはロット番号(お問い合わせ番号)を表示しています。