



生活クラブ

福祉クラブ

5/ 月 火 水 木 金 土
申込締切 9・10・11・12・13・14
配達 16・17・18・19・20・21
集金/6月

インターネットでも注文できます!
https://shop.seikaisclub.coop/eclub_top.html



5月3回配達 5月16日~5月20日

ワーカーズそうざい

届いたその日にお召し上がりください。



生産者 (W.Co) :
ぼてと・クックふじさわ・
キッチンかまくら・
なご味・ほかほか
このみ

福祉クラブの食材で作る
ことにこだわり、「やっ
ぱり安心ネ」と言われる
ようメンバー同で頑
張っています。

今週の「よやく・おまかせそうざい」はコレ!
予約登録すると週替わりで別のそうざいが届きます。



盛付例

原材料:鶏ひき肉、高野豆腐、人参、鶏口醤油、長ネギ、みりん風醸造調味料、豚、素揚げ、わらわしいたけ、鰹節、生薑、酒、真塩、片栗粉

732 NON GM 803881

そうざい:高野豆腐の射込み
4個(200g以上)

500円(税込540円) 冷蔵

高野豆腐のおいしさに、鶏挽肉と干し椎茸の旨みがか
わり味もボリュームも申し分ない煮物です。噛みしめ
ると上品なだし味が口の中に広がります。リピーター
の多い一品です。1パック当たり344Kcal、塩分2.6g

7月27日 卵・麦・豆



盛付例

原材料:さつまいも、かぼちゃ、なす、人参、ピーマン、みりん風醸造調味料、丸大豆醤油、揚げ油、鰹節(卵)

733 NON GM

そうざい:素揚げ野菜のつゆびたし
180g以上

585円(税込632円) 冷蔵

素揚げにした野菜に少し甘みのあるつゆがし
み込んで一層野菜がおいしくなりました。冷
たい麺類といっしょに召し上がっても美味し
いです。1パック当たり337Kcal、塩分2.1g

7月27日 麦・豆

パン・菓子類

イーストフード等の 添加物は 使用していません

イーストフード、乳化剤、ビタミンC、甘
味料(ステビア等)、酸化防止剤、保存
料など、安全が認識されていないもの
は使いません。
規格は焼く前の生地重量を表示して
います。



調理例

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(さとうきび(国産))、ショートニング(国内製造)、麦芽糖、パン酵母、食塩、酢

734 NON GM 803861

国産白神酵母食パン(6枚)
440g

339円(税込366円)

毎週 803861 328円(税込354円)

国産小麦粉100%、力が強い白神こま酵母、発酵の際に配合した養分をあまり使わ
ないで、噛むほど味わいを感じられます。1袋当たり(推定値)1995.9Kcal、塩分4.05g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



735 NON GM

国産白神酵母食パン(8枚)
440g

339円(税込366円)

少し薄めの8枚スライスです。お好みでお選びくだ
さい。1袋当たり1995.9Kcal、塩分4.05g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



736 NON GM

石臼挽き全粒粉食パン(6枚)
440g

405円(税込437円)

通常の小麦粉と比べ栄養価が高く、食物繊維や鉄分、ビ
タミンB1を多く含みます。1袋当たり1953.3Kcal、塩分4.12g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



737 NON GM

イギリス食パン(3枚)
221g

214円(税込231円)

上級食パン又はホテル食パンなどとも言われる配
合山形パンです。1袋当たり524Kcal、塩分2.0g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



738 NON GM

イギリス食パン(6枚)
442g

335円(税込362円)

練乳や蜂蜜を配合したしっとりやわらかな山形食パン。軽
い食感が特徴です。1袋当たり1048.0Kcal、塩分4.01g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



739 NON GM

レーズン食パン(3枚)
210g

233円(税込252円)

たっぷりレーズンの酸味と甘みが引き立つ山形パ
ンです。1袋当たり500Kcal、塩分1.43g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



740 NON GM

国産小麦バターロール
41g×4

290円(税込313円)

小麦粉、バター、卵をたっぷり使用した、オルタフーズの
自信作です。1個当たり(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7月27日 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



741 NON GM

国産小麦のドッグパン
100g×3

270円(税込292円)

ほんのり甘めのプレーンなドッグパンです。お好きな具
材を挟んでどうぞ。1個当たり250.2Kcal、塩分0.98g

7月27日 (卵)・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



742 NON GM

ぶどうパン
51g×5

298円(税込322円)

レーズン食パンの生地をパンズにして焼き上げました。
朝食やおやつに。1個当たり128Kcal、塩分0.36g

7月27日 卵・(乳)・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日

よやくらぶ登録のお勧め

よやくらぶに登録すれば毎回自動的に
配達されます。ご都合に合わせて
修正できます。

※ワーカーズそうざいを予約登録すると
週替わりで別のそうざいが届きます。

予約注文番号
週 000000

カタログの該当消費材のこの番号と
必要数を注文用紙に記入します。
※eくらぶからも登録できます。



743 NON GM

レモンと伊予柑のちぎりパン
212g

358円(税込387円)

ふんわり、しっとり感を向上させるために牛乳由来のバターミルク(乳
化剤のような効果)を配合しました。1個当たり553.6Kcal、塩分1.35g

7月27日 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



744 NON GM

ココアクリームデニッシュ
69g×2

380円(税込410円)

オルタフーズ自家製ココアクリームを使用したデニッ
シュパンです。1個当たり346.4Kcal、塩分0.76g

7月27日 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©3日



745 NON GM

さつまいもとりんごのパイ
410g

1,310円(税込1,415円)

ほんのりシナモンをきかせた自家製さつまいも入りクリームに、レモン風味の
アップルレザークリームを組み合わせました。1袋当たり1263.8Kcal、塩分1.53g

7月27日 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©7日



746 NON GM

くるみとレーズンの黒糖マフィン
72g×2

390円(税込421円)

風味豊かな黒糖とレーズンの甘味、くるみの香ばしさがおい
しいマフィンケーキです。1個当たり344.2Kcal、塩分0.1g

7月27日 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©8日



747 NON GM

ソフトクッキー(クランベリー)
20g×8

395円(税込427円)

生地にクランベリーを混ぜたソフトな食感のクッ
キーです。1個当たり83.67Kcal、塩分0.12g

7月27日 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©14日

5月3回配達 5月16日~5月20日

えくらぶ インターネットでも注文できます!
https://shop.seikatsuclub.coop/eclub_top.html



豆腐

大豆本来の味をお届けします

◎国産大豆(100%)と天然がりでだけつくる本来の豆腐です。
◎消泡剤は使用していません。
◎揚げ油は非遺伝子組み換えのなたね油を使用しています。

毎週

748 NON GM **よ**
絹ごし豆腐
300g
143円(税込154円)

にがりを使った職人仕事で作られる豆腐は手間がかかっても消泡剤不使用で作ります。100g当たり64Kcal、塩分0.07g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎4日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

749 NON GM **よ**
もめん豆腐
300g
148円(税込160円)

にがりを使った本来の豆腐作りを続けています。100g当たり91Kcal、塩分0.04g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎4日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

750 NON GM **よ**
絹ごし豆腐2個パック
150g×2
165円(税込178円)

5円引き

※約注文番号
毎週 **803831** **160**円(税込173円)

片方ずつ色々な料理に使い分けても。100g当たり64Kcal、塩分0.07g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎7日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

751 NON GM **よ**
もめん豆腐2個パック
150g×2
165円(税込178円)

5円引き

※約注文番号
毎週 **803841** **160**円(税込173円)

福祉クラブオリジナルの組合員要望から生まれた、150gずつの食べ切りサイズです。100g当たり85Kcal、塩分0.05g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎6日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム「にがり」)

次 6月1回

752 NON GM **よ**
絹生揚げ
220g
183円(税込198円)

国産大豆100%、良質ななたね油で揚げた絹ごし豆腐の生揚げ。100g当たり133Kcal、塩分0.11g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎4日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

753 NON GM **よ**
油あげ
25~30g×2
135円(税込146円)

酸化しにくいなたね油を使用していますので、油抜きしなくてもお召し上がり頂けます。100g当たり270Kcal、塩分0.05g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎4日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

754 NON GM **よ**
がんもどき
45g×3
193円(税込208円)

トースターでさっと焼いてもおいしいです。100g当たり295Kcal、塩分0.1g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎4日 冷蔵

原材料:国産大豆、菜種油、人参、椎茸、グリーンピース、ごま、昆布

次 6月1回

754 NON GM **よ**
がんもどき
45g×3
193円(税込208円)

トースターでさっと焼いてもおいしいです。100g当たり295Kcal、塩分0.1g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎4日 冷蔵

原材料:国産大豆、菜種油、人参、椎茸、グリーンピース、ごま、昆布

5月4回配達 5月23日~5月27日

※えくらぶ注文では企画回
→5月3回を選択してください

えくらぶ インターネットでも注文できます!
https://shop.seikatsuclub.coop/eclub_top.html



加工食品
生活雑貨類

安心、国産原料

加工食品は、可能な限り国産原料を使用した物を取組んでいます。

※配達日の表記がないものは上記の配達となります。

次 6月3回

755
めばちまぐろ赤身
150g(2個)
665円(税込718円)

鮪延縄漁でとれた中型のめばちまぐろ。釣り上げられてすぐ船内凍結される高鮮度品です。100g当たり108Kcal、塩分0.12g

(株)ヤマボシ
原材料:めばちまぐろ

次 6月3回

756
メカジキマグロ切り身
140g(2個)
450円(税込486円)

脂肪分が多く、身がしまつて味にこくがあります。ソテーや照り焼きに使いやすい。100g当たり141Kcal、塩分0.15g

(株)ヤマボシ
原材料:メカジキマグロ

次 6月3回

757 NON GM **よ**
とろびんちょう漬け丼の具
140g(2パック)
470円(税込508円)

日本の一本釣り船が東沖で漁獲した「びんながまぐろ」をタイヘイの丸大豆?油がベースのタレに漬け込みました。1食(70g)当たり69Kcal、塩分2.28g

アレルギー 小麦、豆
(株)ヤマボシ

原材料:びんながまぐろ(日本太平洋沖合北部)、醤油(大豆(遺伝子組み換えでないものを分別)・小麦を含む)(国内製造)、砂糖、米酢

次 6月3回

757 NON GM **よ**
とろびんちょう漬け丼の具
140g(2パック)
470円(税込508円)

日本の一本釣り船が東沖で漁獲した「びんながまぐろ」をタイヘイの丸大豆?油がベースのタレに漬け込みました。1食(70g)当たり69Kcal、塩分2.28g

アレルギー 小麦、豆
(株)ヤマボシ

原材料:びんながまぐろ(日本太平洋沖合北部)、醤油(大豆(遺伝子組み換えでないものを分別)・小麦を含む)(国内製造)、砂糖、米酢

次 6月3回

758
トロカツオ炭火焼きタタキ
170g(2ブロック)
480円(税込518円)

焼津港に水揚げされた天然カツオの中から特に脂がのって鮮度の優れたものを炭火焼きにしています。100g当たり153Kcal、塩分0.08g

(株)ヤマボシ

原材料:かつお

次 6月3回

759 NON GM **よ**
北海道小豆ぜんざい
180g
218円(税込235円)

つめたく冷やしても温めても美味しい。1袋(180g)当たり221Kcal、塩分0.5g

和髙スパイス(株)
原材料:小豆(国産)、砂糖(てん菜(国産))、食塩(国内製造)

次 6月3回

760
恋衣ピーナッツ落とし
10枚
225円(税込243円)

添加物ゼロ、油分もゼロ。口だけの良いおせんべいです。ピーナッツの旨みが生きています。1袋(10枚)当たり313Kcal、塩分0.2g

アレルギー 卵、小麦、落花生
(有)アグリサポートシステム ◎90日
原材料:小麦粉(小麦(岡山県産))、上白糖(てんさい(北海道産))、ピーナッツ、卵黄(岡山県産)、はちみつ(国産)、食塩(岡山県産)

次 6月3回

760
恋衣ピーナッツ落とし
10枚
225円(税込243円)

添加物ゼロ、油分もゼロ。口だけの良いおせんべいです。ピーナッツの旨みが生きています。1袋(10枚)当たり313Kcal、塩分0.2g

アレルギー 卵、小麦、落花生
(有)アグリサポートシステム ◎90日
原材料:小麦粉(小麦(岡山県産))、上白糖(てんさい(北海道産))、ピーナッツ、卵黄(岡山県産)、はちみつ(国産)、食塩(岡山県産)

次 6月3回

760
恋衣ピーナッツ落とし
10枚
225円(税込243円)

添加物ゼロ、油分もゼロ。口だけの良いおせんべいです。ピーナッツの旨みが生きています。1袋(10枚)当たり313Kcal、塩分0.2g

アレルギー 卵、小麦、落花生
(有)アグリサポートシステム ◎90日
原材料:小麦粉(小麦(岡山県産))、上白糖(てんさい(北海道産))、ピーナッツ、卵黄(岡山県産)、はちみつ(国産)、食塩(岡山県産)

次 6月3回

140431
マカダミアナッツ(食塩不使用)
65g
564円(税込609円)

美味しくヘルシー。話題のポリフェノールが含まれています。アフリカ南東部の農業国マラウイで栽培されました。100g当たり713Kcal、塩分0.01g

アレルギー (乳)・(麦)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
(株)プレス・オールターナティブ ◎180日
原材料:マカダミアナッツ(マラウイ共和国)

次 6月3回

140449
カシューナッツ(食塩不使用)
70g
584円(税込631円)

スリランカ産のカシューナッツをロースト、味付けしました。スリランカ中部の農家の庭先で自家用に栽培されている、安心安全な有機栽培のカシューナッツです。100g当たり605Kcal、塩分0.03g

アレルギー (乳)・(麦)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
(株)プレス・オールターナティブ ◎180日
原材料:カシューナッツ(スリランカ)

次 6月3回

140414
紅茶・シンガンパーティ
100g
478円(税込516円)

インドの紅茶です。有機栽培の紅茶としてはとても手頃な価格。渋みがなく飲みやすいのが特徴です。

アレルギー (豆)
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:茶葉

次 6月3回

140422
紅茶ティーバッグアールグレイ
1.8g×14
492円(税込531円)

南インドのシンガンパティー農園指定の有機茶葉に天然のベルガモット香料をつけたアールグレイ紅茶のティーバッグです。

アレルギー (豆)
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:茶葉、ベルガモット香料

次 6月3回

140422
紅茶ティーバッグアールグレイ
1.8g×14
492円(税込531円)

南インドのシンガンパティー農園指定の有機茶葉に天然のベルガモット香料をつけたアールグレイ紅茶のティーバッグです。

アレルギー (豆)
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:茶葉、ベルガモット香料

次 6月3回

140422
紅茶ティーバッグアールグレイ
1.8g×14
492円(税込531円)

南インドのシンガンパティー農園指定の有機茶葉に天然のベルガモット香料をつけたアールグレイ紅茶のティーバッグです。

アレルギー (豆)
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:茶葉、ベルガモット香料

毎週配達

731 **よ** **803871**
ドライアイス
(鮮度保持用)約500g
80円(税込88円)

不在の場合は申し込んでください。
エア・ウォーター・炭酸(株)

遺伝子組み換え(GM)対策について

遺伝子組み換え(GM: Genetically Modified)作物・食品は、微生物など他の生物の遺伝子を組み込む操作が行なわれたものです。生産効率を上げるために開発された新しい技術ですが、安全性や人・環境への影響はわからないことが多々あります。

生活クラブでは、1997年1月に「遺伝子組み換え作物・食品は取り扱わないこと」を基本とし、「やむを得ず使用する場合は、情報を公開して取り組む」と決定しました。5%以上の主原料では全て対策を終了しています。

アレルギー情報 代表的な原材料8物質を表示しています。

卵…(卵) 乳…(乳) 小麦…(麦) そば…(そば) 落花生…(落) えび…(えび) かに…(かに) 大豆…(豆)

※原料製造過程における飛来による空気汚染など、表示外で微量の混入の可能性があり、完全情報ではなくあくまで「目安」であることをご理解ください。

【申込の注意】※注文番号が4桁のものは、注文書の6桁番号記入欄に番号と数量を記入してください。※表示価格は、「本体価格」と括弧内に「税込価格」(本体価格に該当税率を掛け四捨五入)を表示しています。※このカタログに記載されている消費材は、組合員の注文に基づく予約購入です。返品はできませんので注意して申込んでください。

原材料と栄養成分は包装の表示内容をご確認ください。塩分はナトリウム値から換算しているものもあるため、包装と異なる場合があります。タイミングにより栄養成分が掲載できない物もありますので、最新の情報は製品の包装でご確認ください。

●記号の説明
↑今週から値上げ ↓今週から値下げ ⇄今週から規格等を変更
冷蔵 冷蔵でお届け 冷凍 冷凍でお届け
レンジ 電子レンジで加熱するもの
組 組合員開発消費材 ♪よくお品目
リユースびん容器使用(生活クラブが回収します)
賞味期限(製造日から180日以内の期限の食品に表示)
その年月日までは「安全に食べられます」という期限
124 次に取組みがある予定の品。急な変更があることをご了承ください。

介護生活用品店「らくらっく」

自分の足でいつまでも歩きましょう
先ずは、お近くの「らくらっく」へご相談ください。

9:00~17:00(土・日・祝日休み)

- 緑 ☎045-511-7841
- 日吉 ☎045-564-3085
- 鎌倉 ☎0467-42-7254
- 幸 ☎044-548-0383
- 藤沢 ☎0466-90-5419