



生活クラブ

福祉クラブ



月	火	水	木	金	土
6/12	6/13	6/14	6/15	6/16	6/17
6/19	6/20	6/21	6/22	6/23	6/24
集金 / 7月					

6月3回配達 6月19日～6月23日

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



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・ぽかぽか
このみ

むし暑い季節にはピリ
辛味や酸味を効かせた
2品が食欲をそそいま
す。合わせてどうぞ。

W.Coのこのみ

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:鶏むね肉、なたね油、パン粉、味噌、酒、小麦粉、こま、丸大豆醤油、七味唐辛子

799 **よ** 803831

そうざい:みそ風味の鶏カツ

150g以上

500円(税込540円)

冷蔵

みそ、ごまを使った和風味のカツで
す。七味唐辛子がピリッと後で口に
広がります。温めてお召し上がりくだ
さい。1パック699Kcal、塩分2.1g

7/24/22 卵・乳・麦・そば・落・(落・えび・かに)・豆



盛付例

原材料:ナス、玉葱、きゅうり、人参、食酢、薬味、セロリ、レモン果汁、黒コショウ、黒胡椒、ローリエ

800

そうざい:野菜のマリネ

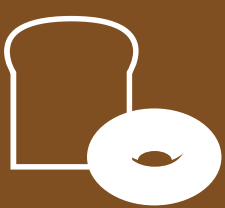
200g以上

465円(税込502円)

冷蔵

ナスと油は相性抜群。素揚げしたナスを中心
に、きゅうり、玉ねぎ、人参、セロリをマリネに
しました。夏の切り替えるために、たっぷり野菜
を揃えましょう。1パック158Kcal、塩分2.6g

7/24/22 卵・乳・麦・そば・落・(落・えび・かに)・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。



毎週

801 **GM** **よ**
国産小麦食パン(6枚)

440g

355円(税込383円)

毎週 803861 344円(税込372円)

主要原材料の小麦粉に、国産の小麦粉を使用しました。使用原材料
にこだわった食パンです。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

(株)オルタフーズ ㊿3日



次 7月3回

802 **GM**
国産小麦食パン(3枚)

220g

218円(税込235円)

小量タイプの3枚スライスです。

1袋(推定値)501.6Kcal、塩分2.05g

(株)オルタフーズ ㊿3日



次 7月1回

803 **GM**
こだわ国産小麦白神食パン

360g

372円(税込402円)

白神こだま酵母使用。油脂を一切配合していない北海道産小
麦の香り豊かな食パン。1個(推定値)788.6Kcal、塩分3.79g

(株)オルタフーズ ㊿3日



毎週

804 **NON** **GM**
イギリス食パン(3枚)

221g

265円(税込286円)

トーストするとサクッと軽い食感です。

1袋524Kcal、塩分2.0g (株)オルタフーズ ㊿3日



毎週

805 **GM**
レーズン食パン(3枚)

210g

306円(税込330円)

生地の甘さを抑え、国産小麦粉の風味を生かしました。はちみつ
や練乳をつけても甘くなりすぎません。1袋500Kcal、塩分1.43g

(株)オルタフーズ ㊿3日



毎週

806 **GM** **よ**
国産小麦バターロール

41g×4

333円(税込360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(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

(株)オルタフーズ ㊿3日



次 7月3回

807 **GM**
白神さんちのパン(塩バター)

57g×3

355円(税込383円)

白神こだま酵母を使用。噛むほどに小麦の味わいがあがる生地、塩
バターをトッピングします。1個(推定値)164.9Kcal、塩分0.8g

(株)オルタフーズ ㊿3日



次 7月3回

808 **GM**
ほんのりあまい丸パン

37g×6

343円(税込370円)

ほんのり甘い生地にシュガーバターをトッピング。小ぶりな食べ
やすい手軽なおやつパンです。1個(推定値)121Kcal、塩分0.2g

(株)オルタフーズ ㊿3日



次 7月3回

165786 **NON** **GM**
シナモンデニッシュ

53.3g×3

290円(税込313円)

トースター等で温め直すと、シナモンの香りが引き立ちサクッと
した食感も楽しめます。1個(推定値)201.7Kcal、塩分0.33g

(株)オルタフーズ ㊿3日



次 7月3回

146102 **NON** **GM**
クリームチーズマドレーヌ

60g×3

410円(税込443円)

クリームチーズにレモン果汁を加えチーズケーキ風に
仕上げました。1個(推定値)232.4Kcal、塩分0.15g

(株)オルタフーズ ㊿5日

鎌倉センター開発品



次 7月3回

810 **GM** **組**
大納言小豆パン

46g×3

300円(税込324円)

おやつに食べやすい大きさ。中に入っている大納言小豆は表面からで
も見えように入っています。1個(推定値)147.2Kcal、塩分0.2g

(株)オルタフーズ ㊿3日



イメージ

146111 **GM**
ホットビスケット(ココア)

32g×4

478円(税込516円)

生クリームをたっぷり、ココアと塩で甘く仕上げめ
です。1個(推定値)145.9Kcal、塩分0.22g

(株)オルタフーズ ㊿20日



811 **GM**
チョコレートパイ

397g

1,259円(税込1,360円)

チョコレートと自家製のミルクココアフィリングを
たっぷり入れた甘いもの好きの方におすすめの
パイです。パイ生地はサクサクしていて濃厚なフィ
リングとよく合います。

1袋(推定値)1677Kcal、塩分1.71g

(株)オルタフーズ ㊿8日



原材料:パイ生地:小麦粉(小麦(国産))、ショートマーガリン(国内製造)、鶏卵(国産)、食塩、糖、具材:ミルクココアフィリング(牛乳(国産)、ケーククリーム(鶏卵(国産)、砂糖(てんさい糖(国産))、小麦粉)、ココアクリーム(砂糖、アーモンドペースト、マーガリン、鶏卵、小麦粉、ココア)、チョコ(大豆(遺伝子組み換えでないもの)を分別)を含む)、アップルシロップ(アップルシロップ、砂糖)、製法

ワーカーズ 菜の花 30周年企画

世話焼きW.Co「菜の花」は幸区に設立してから30年を迎えました。



30周年記念企画として、お助めの消費材をメンバーと共に考えました。
地元の生産者「片山酒店」のワイン他、これ食べたいね!と思う品物を選びました。
是非、この機会にご賞味頂けたらと思います。
今年度も他のW.Coと連携して地域福祉の活動を元気に継続して行きたいと思っています。



申込方法

3桁のものは品名印字欄に数量を、
6桁のものは番号記入欄に注文番号
と数量をご記入ください

申込締切

6月12日(月)~6月16日(金)

配達

7月3日(月)~7月7日(金)

集金

8月

調理例

183172
金目鯛開き 2枚
2枚(180g)
545円(税込589円)

国産の金目鯛を使用。は真あじ開きと同じ製法でつくります。使用する塩は消費材の真塩を使用。100g110kcal、塩分1.27g
(有)奥和 ◎90日
原材料:金目鯛(国産)、食塩

イメージ

183121
国産鮮馬刺し赤身(ブロック)
80g
1,145円(税込1,237円)

熊本県の名産品である馬刺しを気軽に家庭でも味わえるよう小容量の塊(ブロック)にしました。
(株)千興ファーム
原材料:馬肉

幸区の片山酒店イチオシのワインです

182940
井筒
コンコード
ハーフ
ボトル(赤)
360ml 12.5度 中口
818円
(税込900円)
(株)片山
酸化防止剤等を一切使用せず塩尻産ぶどうを100%原料として醸造したワイン。

182958
井筒
ナイガガラ
ハーフ
ボトル(白)
360ml 12.5度 辛口
818円
(税込900円)
(株)片山

夏を楽しむ 特別企画

夏ならではのイチオシの消費材を取り揃えました。
この機会に是非お試しください。

配達:7月3日(月)~7月7日(金)

イメージ

183075
パスタソース
(トマト&ガーリック)
220g
518円(税込559円)

にんにくの風味をアクセントに、北海道産の昆布とホタテの上品なうま味を加えたパスタソースです。北海道産トマトなつのしゅん100%使用。100g104kcal、塩分1.4g
コーミ(株)
原材料:トマトピューレ(北海道産)、たまねぎ、オリーブオイル、にんにく、食塩、ホタテエキス、昆布パウダー、香辛料

イメージ

183067
パスタソース
(アラビアータ)
220g
518円(税込559円)

赤唐辛子のピリッとした辛さに北海道産の昆布とホタテのうま味を加えた奥深い味わいのパスタソースです。北海道産トマトなつのしゅん100%使用。100g107kcal、塩分1.4g
コーミ(株)
原材料:トマトピューレ(北海道産)、たまねぎ、オリーブオイル、にんにく、食塩、ホタテエキス、昆布パウダー、赤唐辛子

調理例

183130
生パスタ スパゲッティ2食
100g×2 丸麺1.9mm
360円(税込389円)
アクロスフード(株)
7月22日(明)・(乳)・麦(そば)・(えび)
原材料:小麦粉、食塩
生パスタだから味わえる「もちもち食感」。乾麺とは違う本格パスタがご家庭で簡単に楽しめます。常温で270日の賞味期限です。形状の違う3種類、それぞれの個性をお楽しみください。100g268.9kcal、塩分1.6g

調理例

183156
生パスタ リングイネ2食
100g×2 橋円麺:短径1.5mm、長径3mm
360円(税込389円)
アクロスフード(株)
7月22日(明)・(乳)・麦(そば)・(えび)
原材料:小麦粉、食塩
生パスタだから味わえる「もちもち食感」。乾麺とは違う本格パスタがご家庭で簡単に楽しめます。常温で270日の賞味期限です。形状の違う3種類、それぞれの個性をお楽しみください。100g268.9kcal、塩分1.6g

調理例

183148
生パスタ フィットチーネ2食
100g×2 平麺:幅7mm×11mm
360円(税込389円)
アクロスフード(株)
7月22日(明)・(乳)・麦(そば)・(えび)
原材料:小麦粉、食塩
生パスタだから味わえる「もちもち食感」。乾麺とは違う本格パスタがご家庭で簡単に楽しめます。常温で270日の賞味期限です。形状の違う3種類、それぞれの個性をお楽しみください。100g268.9kcal、塩分1.6g

イメージ

182991
ぎふとあいちのトマトジュース
125ml×18
1,764円(税込1,905円)

岐阜県産生食用トマト、愛知県産加工用トマトを配合した、食塩無添加のトマトジュースです。生食・トマト由来のすっきりした味わいと、加工用トマトの持つ濃厚さがブレンドされ、一般のトマトジュースが苦手な方でも飲みやすいです。100g22kcal、塩分0.005g
コーミ(株)
原材料:トマト(岐阜県産、愛知県産)

イメージ

183083
愛媛県産ジュース詰合せ
3種各2本(計6本) 各125ml
980円(税込1,058円)

愛媛県産の柑橘を使い、スッキリと飲みやすいストレートジュースです。温州みかん、河内晩柑、不知火の3種類、飲み比べセットです。
(株)風見
原材料:温州みかん(愛媛県産)、河内晩柑(愛媛県産)、不知火(愛媛県産)

イメージ

183105
蕎麦の国 国産蕎麦そば茶
150g
600円(税込648円)

苦みのない国産蕎麦そば茶です。ポリフェノールの一環である「ルチン」が豊富に含まれていると言われています。
7月22日(愛)・(そば)
原材料:蕎麦そば(国産)
(株)おびな

183091
国産黒烏龍茶ティーバッグ
234g(4.5g×52P)
600円(税込648円)

国内産茶葉を100%使用し国内製造・加工をしました。苦味、渋みが少なくすっきりした飲み口で清涼感のある華やかな香りが特徴です。
(有)アグリサートシステム
原材料:茶(半発酵茶)

183113
越後鶴亀
純米吟醸
720ml 15度以上16度未満
1,650円(税込1,815円)

新潟県産の吟醸酵母を使用、酸を抑えた酒質にしています。果物のような香り、わりばえのある酸、のびのびと育った旨味のあるお酒です。
(株)越後鶴亀

イメージ

182966
越後鶴亀 ワイン酵母仕込み
純米吟醸 300ml
300ml 13度
720円(税込792円)

清酒酵母ではなくワイン酵母を使用した純米吟醸酒です。従来の日本酒では出せない酸味が心地よく、甘い香り、やさしい甘み、爽やかな酸味を合わせた今の和食に合う新しい日本酒です。
(株)越後鶴亀

182982
発泡性純米酒
たまゆら
300ml
719円(税込791円)

繊細な泡立ちと軽快な酸味。瓶内発酵から生まれるシルクのような泡を秘めた爽やかな味わいの純米酒。アルコール度数8%で、甘酸っぱいだけでなく、お酒の印象もしっかりとしている。爽やかな味わい。
(株)片山
原材料:米、米こうじ

夏を楽しむ 特別企画

夏ならではのイチオシの
消費材を取り揃えました。
この機会に是非お試しください。

申込方法

3桁のものは品名印字欄に数量を、6桁のものは
番号記入欄に注文番号と数量をご記入ください

申込締切 **6月12日(月)~6月16日(金)**

配達 **7月3日(月)~7月7日(金)**

集金 **8月**

冷やし中華にどうぞ



盛付例

825

切り落としロースハム

120g

267円(税込288円)

形が崩れてしまったスライスロースハムのおトクな切り落とし品です。冷凍なので食べたいときに解凍して使えます。そのままでもおいしいですが、軽く温めると白身(脂肪)が溶け、変わった味わいになります。100g173kcal、塩分1.33

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)平牧工房 ①180日

原材料:ロース肉(国産)、たん白加工品(乳たん白、コラーゲン(豚肉を含有))、食塩、砂糖、水あめ(甘味(国産)、馬鈴薯(国産))、ポークエキス、カツオエキス、香辛料

冷凍

ご飯のおとも お酒の肴にも◎



盛付例



826

うなぎ生姜

80g

795円(税込859円)

高知県産うなぎの蒲焼を有機栽培黄金しょうがに煮付けたご飯の素。蒲焼のたれベースの上品な甘さと、シャキシャキとした黄金しょうがの辛みが相性抜群。100g217kcal、塩分3.8g

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)アクロスフード(株) ①180日

原材料:うなぎ蒲焼(高知県産)、有機生姜、醤油、三連糖、みりん、ふどう糖、糖蜜、発酵調味料、砂糖、澱粉(トウモロコシ)、寒天



調理例

183016

切り落としベーコン

150g

350円(税込378円) 冷凍

平田牧場の三元豚バラ肉を使用。素材の良さを味わっていただけるようシンプルな味付けで仕上げました。発色剤を使用せず素材の色を生かした無塩せきベーコンです。100g374kcal、塩分4.82g

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)平牧工房 ①180日

原材料:豚肉(国産)、塩(岩塩)、水(国産)、豚脂(国産)、食塩、たんぱく加工品(乳たん白、コラーゲン(豚肉を含有))ポークエキス、カツオエキス



調理例

183008

豚スペアリブ

400g

838円(税込905円) 冷凍

骨付きのバラ肉です。適度な脂肪があり、コラーゲンも豊富。ジューシーで旨味たっぷり、食べ応えがバツグンです！甘辛いタレ調理するのが人気です。

(株)平田牧場 ①120日

原材料:豚肉



調理例

183024

若鶏せり

200g

375円(税込405円) 冷凍

せせりは首のまわりの肉で1羽から20g前後しかとることのできない希少部位です。よく動く部位のため弾力のある食感と脂ののった濃厚な旨みを楽しめます。

(株)秋川牧場 ①180日

原材料:鶏肉



イメージ

182974

瀬戸内レモンカレー

180g

390円(税込421円)

秋川牧場のヨーグルトと鶏肉を使用。鶏もも肉の濃厚なコクに瀬戸内レモンのほどよい酸味が食欲をそそるカレーです。

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)秋川牧場

原材料:鶏肉、卵、たまご、クリーム(乳製品)、はちみつ、トマトペースト、ペパロニ、小豆、砂糖、レモンジュース(ストレーナー)、全粒粉、カレー粉、食塩、おろししょうが



イメージ

183032

寝かせ玄米ごはんセット

4種6食

1,900円(税込2,052円)

美味しもちもち食感の、栄養満点な寝かせ玄米をレンジですぐに食べられます。【小豆ブレンド】2食、【黒米ブレンド】2食、【もち麦ブレンド】、【十五穀ブレンド】の計6食入り。

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)風見

原材料:小豆(国産)、玄米(国産)、小豆、食塩、黒米ブレンド(玄米(国産)、黒米(国産))、もち麦ブレンド(玄米(国産)、大麦(もち麦)、食塩)、十五穀ブレンド(玄米(国産)、十五穀(小麦、粟、粟、もち麦、もち米、もちあわ、ひえ、玄米、アマランサス)



イメージ

183032

寝かせ玄米ごはんセット

4種6食

1,900円(税込2,052円)

美味しもちもち食感の、栄養満点な寝かせ玄米をレンジですぐに食べられます。【小豆ブレンド】2食、【黒米ブレンド】2食、【もち麦ブレンド】、【十五穀ブレンド】の計6食入り。

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)風見

原材料:小豆(国産)、玄米(国産)、小豆、食塩、黒米ブレンド(玄米(国産)、黒米(国産))、もち麦ブレンド(玄米(国産)、大麦(もち麦)、食塩)、十五穀ブレンド(玄米(国産)、十五穀(小麦、粟、粟、もち麦、もち米、もちあわ、ひえ、玄米、アマランサス)



イメージ

183164

冷やし中華になりたかった出雲そば

320g(麺:100g×2、つゆ:60g×2)

450円(税込486円)

出雲そばと冷し中華の驚きのコラボレーション！のど越しの良い細麺のお蕎麦とレモン醤油味のつゆが食欲をそそります。

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)アクロスフード(株) ①180日

原材料:めん(小麦(国産))、そば粉(そば(国産))、食塩、つゆ(醤油、しょう油(大豆・小麦を含有))、砂糖、こあめ(麦芽糖)、レモン果汁、食塩、とうもろこし



調理例

183059

四束戸隠そば

340g

405円(税込437円)

長野県産自家挽きそば粉を5割と、国産小麦粉使用。凹凸したための田舎風で、つゆ絡みが良いです。いつもの戸隠そばと食べ比べてください。

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)おびな

原材料:そば粉(そば(長野県産))、小麦粉、そばの自家挽き



イメージ

183041

無塩そうめん

200g×8

1,280円(税込1,382円)

食塩を試していない、小麦粉100%の麺です。製法特許「漏ごね製法」によるソフト感としっかりしたコシを楽しめます。

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)風見

原材料:小麦粉(小麦(国産))



イメージ

827

蔵元きつらのあま酒 PREMIUM パウチ500g

500g

700円(税込756円)

米の粒が感じられる仕様のストレータイプの甘酒。すっきりとした甘さが飲み飽きしません。「粒が点滅」といわれるほど栄養豊富な甘酒は、江戸時代、夏バテ防止に飲まれていたと云われ、暑い季節には冷たい「冷やし甘酒」でぜひどうぞ高倉健さんも愛してやまなかった「稲倉の甘酒」をお召し上がりください。100g109kcal、塩分0.00g

7月22日(月)~8月1日(金)

(株)片山

原材料:米、ことう