



生活クラブ

福祉クラブ



申込締切

9/ 18・19・20・21・22・23

配達

9/ 25・26・27・28・29・30
集金/10月

9月4回配達 9月25日～9月29日

インターネットでも注文できます!
https://shop.seikatsclub.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) :
ぼと・クックふじさ・
キッチンかまくら・
なご味・ぽかぽか
このみ

みんな大好き! 油淋鶏
とさっぱりサラダ。まだ
まだ残暑が続く中、食欲
がわくメニューです。

W.Coなご味



799
そうざい:
鶏むね肉の油淋鶏
200g以上

650円(税込702円)

鶏むね肉100%のリニューアル品です。鶏のから揚げ
に、刻んだ長ねぎを入れた酢と醤油のタレをかけた定番
の中巻料理の一つです。手作りの美味しい油淋鶏を是非
お召し上がりください。1パック583Kcal、塩分2.4g

7/25/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えび)・(カニ)・豆

盛付例

原材料:鶏むね肉、玉ねぎ、片栗粉、食酢、醤油、酒、なたね油、ねぎ、ゴマ油、生姜、にんにく、系粉類

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



800 **お** 803881
そうざい:ひじきサラダ
170g以上

500円(税込540円)

千切りにした野菜の赤・白・緑とひじきの黒が並び
あって、とても爽やかな色合いのサラダです。ひじき
はやっぱり煮物でなくてはという方にも、ぜひ食べて
いただきたい一品です。1パック182Kcal、塩分4.3g

7/25/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えび)・(カニ)・豆

盛付例

原材料:大根、きゅうり、人参、食酢、ひじき、丸大豆醤油、なたね油、炭ネズ、ごま油、真味粉、白こま



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。



801 **GM**
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は、国産の小麦粉を使用しました。使用原料
にこだわった食パンです。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日

調理例 原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(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、計



802 **GM**
国産小麦食パン(8枚)
440g

355円(税込383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(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



803 **GM**
石臼挽き全粒粉食パン(6枚)
440g

405円(税込437円)

粉比率で20%全粒粉を使用。ゆっくり石臼で挽いた小麦
本来の香りを味わってください。1袋(推定値)953.3Kcal、塩分4.12g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



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

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



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

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



806 **GM**
国産小麦バターロール
41g×4

333円(税込360円)

毎週 803851 323円(税込349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

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



807 **GM**
白神パニーニ
70g×4

352円(税込380円)

お好みのものを挟んで、そのまま食べても美味しい平
焼きのパンです。1個(推定値)185Kcal、塩分0.86g

7/25/22 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。



808 **GM**
レモンと伊予柑のちぎりパン
212g

400円(税込432円)

レモンと伊予柑を配合した爽やかな風味のパンです。手でち
割って食べられる形にしました。1個553.6Kcal、塩分1.35g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



809 **GM**
黒糖レーズンパン
54g×4

373円(税込403円)

黒糖独特の風味とやさしい甘さが後をひきます。
1個153.5Kcal、塩分0.23g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



810 **NON GM**
伊予フラワーデニッシュ
68g×2

440円(税込475円)

デニッシュ生地に伊予柑を巻き込んだ爽やかな菓子パンです。1個(推定値)248.9Kcal、塩分0.36g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日



812 **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

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©5日

調理例 原材料:卵(国産)、砂糖(てんさい糖(国産))、小麦粉(小麦(国産))、マーガリン(乳成分を含む)(国内製造)、クリームチーズ、レモン果汁、食塩



113930 **NON GM**
アップルパイデラックス
329g

1,155円(税込1,247円)

国産のアップルパイデラックスを使用しレーズンと自家製のケー
クリームを混ぜ込んだパイです。1袋1062.8Kcal、塩分1.34g

7/25/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ©8日



113948 **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83.67Kcal、塩分0.12g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©14日



811 **GM**
ベリーとチーズクリームフロスティ
65g×2

412円(税込445円)

オルタフーズ自家製のレモンで酸味の効いたクリームチーズと、甘味
はいくらベリー生地の組み合わせです。1個192.1Kcal、塩分0.48g

7/25/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オルタフーズ ©3日

9月4日配達 9月25日～9月29日

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



豆腐

◎国産大豆(100%)と天然に
りだけで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

813 GM
絹ごし豆腐
300g
146 円(税込 **158** 円)

豆腐に合った大豆を厳選し、国産大豆を使用
しています。100g64Kcal、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)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

毎週

814 GM
もめん豆腐
300g
150 円(税込 **162** 円)

絹ごしに比べ、たんぱく質や脂質が多く、またカルシウム、鉄分、ビタミンE、食物繊維等が多く含まれています。100g91Kcal、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)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

毎週

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

毎週 8038331 **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。100g64Kcal、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)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

毎週

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

毎週 803841 **160** 円(税込 **173** 円)

絹とめんも好みでお選びください。
100g85Kcal、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)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

次 10月1日

817 GM
やわらか
絹とうふ(充填)
150g×2
142 円(税込 **153** 円)

使い切り150gの2個入りです。日持ちもするの
で買い置きに便利。100g86Kcal、塩分0.08g

アレルギー 豆
共生食品(株) ◎12日 冷蔵

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

次 10月2日

818 GM
絹生揚げ
220g
194 円(税込 **210** 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。100g133Kcal、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(国産)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

毎週

819 GM
油あげ
25～30g×2
144 円(税込 **156** 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。100g270Kcal、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(国産)、醸造酢(相対水酸化マグネシウムに由来)

次 10月2日

820 GM
がんもどき
45g×3
206 円(税込 **222** 円)

百鬼夜行に、山いも、人参、唐辛子、黒ごまをすり込み1つずつ丁寧に揚げました。一口5
とした食感のがんもどきです。お味噌汁や味噌汁に最適です。100g259Kcal、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、山芋、椎茸、グリーンピース、ごま、昆布

10月1日配達 10月2日～10月6日

※eくらぶ注文では企画回
→9月4回を選択してください

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

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 10月4日

821
めばちまぐろ赤身
150g(2個)
665 円(税込 **718** 円)

鮮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。100g108Kcal、塩分0.12g

(株)ヤマボシ ◎30日 冷凍

原材料:めばちまぐろ

次 10月4日

822
メカジキマグロ切り身
140g(2個)
485 円(税込 **524** 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。
100g141Kcal、塩分0.15g

(株)ヤマボシ ◎60日 冷凍

原材料:メカジキマグロ

次 10月4日

823
トロカツオ炭火焼きたタキ
170g(2ブロック)
480 円(税込 **518** 円)

焼津港に水揚げされた、脂がのって鮮度
の優れた天然カツオの炭火焼き。
100g153Kcal、塩分0.08g

(株)ヤマボシ ◎30日 冷凍

原材料:カツオ



827
カレーの壺 ひよこ豆カレー
辛さ控えめ
180g
460 円(税込 **497** 円)

18種類以上のスパイスやハーブ、香味野菜のうまみをぎゅっと閉じ込めたペースト「カ
レーの壺」をベースに、ふっくらしたひよこ豆を、とろけるたまねぎとココナッツミルクで
優しい甘さに仕上げました。辛さ控えめタイプ。1食198Kcal、塩分1.69g

アレルギー (豆)
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:ココナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料、トマトペースト、豚骨粉、食塩、砂糖、米

次 10月4日

824
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
せわべいです。ピーナッツの旨みが生きて
います。1袋(10枚)313Kcal、塩分0.2g

アレルギー (豆)
(有)アグリサポートシステム ◎90日

原材料:小麦粉(小麦(国産産品))、上白糖(輸入品(北海道産))、
ピーナッツ、砂糖(岡山産産品)、はちみつ(国産)、食塩(岡山産産品)

次 10月4日

113956
北海道
小豆ぜんざい
180g
218 円(税込 **235** 円)

北海道十勝産小豆をふくらみ煮上げた、甘さ控え
めタイプ。お餅を入れて、すくおしい一人分のぜ
んざいができます。1袋(180g)221Kcal、塩分0.5g

和菓スタイル(株)
原材料:小豆(国産)、砂糖(国産)、あん(国産)、食塩(国内産)

次 10月4日

113964
カシューナッツ
(食塩不使用)
70g
605 円(税込 **653** 円)

スリランカ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をロースト、
揚げしました。100g605Kcal、塩分0.03g

アレルギー (乳)(卵)(鶏)(魚)(小麦)(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)

113972
紅茶・
シンガンパティ
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 10月4日

113981
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

配達:10/9～13

825 NON GM
ポテトまんじゅう
2個
240 円(税込 **259** 円)

国産いんげんまめを原料とした白あんを、シナ
モン風味の国産小麦生地で包み、お芋の形に
焼き上げました。1個38g85.7Kcal、塩分0.002g

アレルギー (卵)(小麦)
こまつ製菓(有) ◎30日

原材料:白粉(小麦(国産))、砂糖、水(甘味)、食塩(国産)、卵(国産)、水飴、シナモン、黒
糖、食塩

配達:10/9～13

826 NON GM
小倉焼
2個
240 円(税込 **259** 円)

国産小麦のつぶあんを国産小麦粉生地
で包み焼き上げたお菓子です。
1個45g94Kcal、塩分0.001g

アレルギー (卵)(小麦)
こまつ製菓(有) ◎30日

原材料:小麦(国産産品)、小麦粉(小麦(国産産品))、砂糖、卵(国産産品)、水飴、食塩(国産産品)、食塩(国産産品)

毎週配達



798 よ **803871**
ドライアイス
(解凍保持用) 約500g
83 円(税込 **91** 円) 冷蔵

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
ことを基本とする」「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。

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)
コンタミネーションについては、そば・(そば)のように、()で物質名を表示します。

※原料調達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、完全無害ではなくあくまでも「低リスク」であることをご認識ください。
【表示の注釈】※表示番号が6桁のものは、注文書の6桁番号記入欄に番号を記入し
てください。※表示番号は、「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)を記載しています。※このカタログに記載されている原材料は、組合員の
注文に基づき予約購入です。返品はできませんので注文時に申し込んでください。
原材料と栄養成分は原材料の表示内容を掲載しています。
塩分はナトリウム量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記載できないものもありますので、最新の情報は製品の包
材でご確認ください。

●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
●組合員開発消費材 ●よく目品
●リユース品/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日以内の期限の商品に表示)
●その年月日までは「安全に食べられます」という期限
●12/48 次回に取組みがある予定の週、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」

転倒や立座りが不安になってきたら…
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