



生活クラブ

福祉クラブ



1/15・16・17・18・19・20
 申込締切

1/22・23・24・25・26・27
 配達

集金/2月

1月4回配達 1月22日~1月26日

えくらぶ インターネットでも注文できます!
https://shop.seikatsclub.coop/eclub_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・クックふじさわ・
 キッチンかまくら・
 なご味・ぼかぼか
 このみ

メンチカツはポリウム
 たっぷりでも満足い
 だけます。切干煮は
 なつかしい定番の味、ご
 飯のお供にお勧めです。

W.Coなご味



799
 そうざい: たっぷり
 キャベツ入りのメンチカツ
 4個 (210g以上)

757円(税込818円) 冷蔵

胃腸に良いキャベツと、疲労回復の味方ビタミンB1の多い豚
 ひき肉との相性はバツリです。トマト、キャベツ、クスター
 ソースを加えジューシーなメンチカツに仕上げました。どれも
 が満足いくそでです。1パック632Kcal、塩分1.9g

7/22/22 卵・乳・麦・(そば)・(高)・(えび)・(かに)・(豆)

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 予約注文番号 803881
 そうざい: 昔ながらの五目切干煮
 160g以上

510円(税込551円) 冷蔵

ミネラルの豊富な食材を使った昔な
 がらの懐かしい味です。みつしり、刻み昆布
 も入れたことで、より旨みも増しご飯も
 進みます。1パック142Kcal、塩分2.2g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(そば)・(高)・(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。

801 GM 11/15
 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) 11/15

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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

802 GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

803 GM 11/15
 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)1111.1Kcal、塩分0.32g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

804 NON GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

804 NON GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

805 GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

806 GM 11/15
 国産小麦
 バターロール
 41g×4

333円(税込360円)

小麦粉、バター、卵をたっぷりを使用した、オ尔特ファーズ
 の自産作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.32g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

806 GM 11/15
 国産小麦
 バターロール
 41g×4

333円(税込360円)

小麦粉、バター、卵をたっぷりを使用した、オ尔特ファーズ
 の自産作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.32g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©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。
 ※えくらぶからも登録できます。

807 GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

808 GM 11/15
 レモンと伊予柑のちぎりパン
 212g

428円(税込462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
 ぎって食べれる形にしました。1個553.6Kcal、塩分1.35g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

809 NON GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

810 GM 11/15
 ペリーとチーズクリームフロスティ
 65g×2

412円(税込445円)

オ尔特ファーズ自家製のレモンで酸味の効いたクリームチーズと、甘っ
 ぱいクランベリー生地の組み合わせです。1個(推定値)192.1Kcal、塩分0.48g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

117455 GM 11/15
 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

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

117463 GM 11/15
 ホットビスケット
 38g×4

463円(税込500円)

生クリームをたっぷり使用したココのあるビスケット。
 1個171.2Kcal、塩分0.28g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©20日

117471 GM 11/15
 スノーボール(ココア)
 11g×10個

357円(税込386円)

ほろ苦いココア生地のさくさくした食べやすい一口
 サイズのクッキーです。1個52.92Kcal、塩分0.00g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©20日

811 NON GM 11/15
 さつまいもとりんごのパイ
 410g

1,590円(税込1,717円)

ほんのリジ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
 のアップルグレープを組み合わせています。1袋1263.8Kcal、塩分1.53g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©7日

811 NON GM 11/15
 さつまいもとりんごのパイ
 410g

1,590円(税込1,717円)

ほんのリジ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
 のアップルグレープを組み合わせています。1袋1263.8Kcal、塩分1.53g

7/22/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©7日

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。

812 GM 毎週
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

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

813 GM 毎週
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、まろやかな口当たり、鉄分、ビタミンE、食物繊維が豊富に含まれています。100g91Kcal、塩分0.04g

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

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

毎週 8033831 **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

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

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

毎週 8033841 **160円(税込173円)**

絹とめんお好みでお選びください。100g85Kcal、塩分0.05g

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

816 GM 次2月1回
厚あげ
220g
180円(税込194円)

水切した木綿豆腐を蒸揚がしています。崩れにくいので、どんな料理にも使えます。100g146Kcal、塩分0.08g

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

117480 GM 次2月1回
焼き豆腐
300g
164円(税込177円)

1度焼いているので煮くずれしにくい。すき焼きの具をはじめ、さまざまな料理に重宝します。100g90Kcal、塩分0.05g

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

817 GM 毎週
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

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

818 GM 次2月1回
手揚げ風油あげ
120g(3枚入)
246円(税込266円)

しっとりした肉厚タイプ。きつねうどんにもぴったりです。1袋120g331Kcal、塩分0.09g

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

819 GM 次2月2回
がんもどき
45g×3
206円(税込222円)

豆腐の中に、山芋、人参、豚肉、鶏ささみゆずり(7割)を混ぜ、おろししたあじのふかひねりを入れて、すくおしいーん分製しています。100g39Kcal、塩分0.1g

原材料(大豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

※えくらぶ注文では企画回
→1月4回を選択してください

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。

820 次2月3回
めばちまぐる赤身
150g(2個)
665円(税込718円)

鯖延縄漁でとれた中型のめばちまぐる。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

原材料(鯖)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

821 次2月3回
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、身がしまっ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

原材料(メカジキ)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

822 次2月3回
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、脂ののって鮮度の優れた天然カツオの炭火焼き。100g153Kcal、塩分0.08g

原材料(カツオ)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

823 NON GM 次2月3回
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上げた、甘さ控え目タイプ。お餅を入れて、すくおしいーん分製しています。1袋(180g)221Kcal、塩分0.5g

原材料(小豆)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

824 次2月3回
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。口どけの良いおせべいです。ピーナッツの旨みが生きています。1袋(10枚)313Kcal、塩分0.2g

原材料(小麦)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

117510 次2月3回
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、味付けしています。100g605Kcal、塩分0.03g

原材料(カシューナッツ)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

117528 次2月3回
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も手頃な価格。飲みがたく飲みやすいのが特徴です。

原材料(紅茶)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

117536 次2月3回
有機ミルクチョコレート
100g
620円(税込670円)

人数10人100g100g、ハーゼンナッツ(クルミ)を混ぜ込んだ、ゆめがけのチョコレート。糖質を多く含むミルクの風味が楽しめます。カカオ分38%、100g600Kcal、塩分0.16g

原材料(チョコレート)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

117544 次2月3回
有機エクストラチョコレート
100g
639円(税込690円)

カカオ本来の香りと苦み、ココア上に広がるハイカカオチョコレート。ビターでも満足しない上級者の方に。カカオ分71%、100g660Kcal、塩分0.00g

原材料(チョコレート)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

825 配達:2/5~9
酒まんじゅう
2個
240円(税込259円)

国産小豆を使用したつぶあんを国産小麦を使用した酒まんじゅう生地で包み蒸し上げました。1個50g125.5Kcal、塩分0.015g

原材料(小麦)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

826 配達:2/5~9
茶まんじゅう
2個
240円(税込259円)

黒糖風味のまんじゅう生地で、国産小豆を使用したつぶあんを包み蒸し上げました。1個50g130.5Kcal、塩分0.054g

原材料(小麦)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

117501 配達:1/22~26
産直品:田村さん家の旬りんご
3~4個
728円(税込786円)

安心安全でおいしい旬なりんごを、いつもの配達でお届けします。

田村りんご農園 田村さん

原材料(りんご)遺伝子組み換えでない、遺伝子組み換え大豆(アサヒ)に限り

827 配達:1/22~26
鮮魚:養殖活みらめ
160g前後
2,070円(税込2,236円)

高級魚・みらめの鮮魚です。スライスするだけで本格的なお刺身やカルパッチョに。

みえざよん販売(株) ◎5日

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)

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くあります。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」の旨を得ず使用する場合は、情報を公開して取り組みと決定しました。

アレルゲン情報 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…(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、完全無害であるかよく目印であることをご理解ください。

[表示の注釈] ※注釈番号が6桁のものは、注釈書の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あわせて)を表示しています。※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。原産地はそれぞれの注釈書に記載してあります。

原材料と栄養成分は対象の表示内容を参照してください。
塩分はナトリウム値から換算しているものもあります。表示と異なる場合があります。タイミングにより栄養成分が変動できないものもありますので、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
組合員開発消費財 よくく品目
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
1244 次回に取組みが予定の途、急な変更があることをご了承ください。

117498 配達:1/22~26
鮮魚:養殖活みぶりカマ
150g前後×2
1,050円(税込1,134円)

身がぶりぶりとして脂の乗った人気のカマを、2個パックでお届けします。塩焼きや煮付けでどうぞ。

みえざよん販売(株) ◎5日