



生活クラブ

福祉クラブ



3/ 月 火 水 木 金 土
申込締切 18・19・20・21・22・23
配達 25・26・27・28・29・30
集金/4月

3月4日配達 3月25日~3月29日

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



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

牛ひき肉がたっぷり入ったコロッケと1年に1度の取組みのバスタサラダです。ぜひ召し上がってください。

W.Coぼてと



799
そうざい:
牛肉100%ミートコロッケ
4個(200g以上)

677円(税込731円) **冷蔵**

子どもから大人までみんな大好きなミートコロッケ。牛ひき肉がたっぷり入って、いつも大好評な1品です。1パック583Kcal、塩分1.4g

7/14/22 卵・乳・麦(そば)・鶏(鶏白身)・かに(白身)

原材料:じゃがいも、玉ねぎ、牛ひき肉、パン粉、小麦粉、卵、なたね油、食塩、黒コショウ

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 **よ** **803881**
そうざい:春巻野菜と若湯のバスタサラダ
180g以上

510円(税込551円) **冷蔵**

柔らかい春野菜とレモン風味のしっとりした鶏むね肉で爽やかなバスタサラダができました。どなたにも向く優しい味を召し上がり下さい。1パック343Kcal、塩分1.9g

7/14/22 卵・乳・麦(そば)・鶏(鶏白身)・かに(白身)

原材料:春巻きパン、鶏むね肉、マカロニ、新玉ねぎ、スナップエンドウ、マヨネーズ、人参、湯、食塩、オリーブ油、醤油、レモン果汁、食酢、料理酒、白ごま



パン・菓子類

毎週



801 **GM** **よ**
国産小麦食パン(6枚)
440g

355円(税込383円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

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)オ尔特ファース ◎3日

次 4月2日



802 **GM**
国産小麦食パン(8枚)
440g

355円(税込383円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

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

(株)オ尔特ファース ◎3日

次 4月2日



803 **GM**
こだわり国産小麦白神食パン
360g


372円(税込402円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

日神こだわり酵母使用。油能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)オ尔特ファース ◎3日

毎週



804 **NON GM**
イギリス食パン(3枚)
221g

265円(税込286円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

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)オ尔特ファース ◎3日

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用しません。
規格は焼く前の生地重量を表示しています。

毎週



806 **GM** **よ**
国産小麦バターロール
41g×4

333円(税込360円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

小麦粉、バター、卵をたっぷり使用した、オ尔特ファースの自信作です。1個(推定値)111,1Kcal、塩分0,31g

(株)オ尔特ファース ◎3日

毎週



807 **GM**
国産小麦ベーグル
100g×3

307円(税込332円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

生地にくせのないプレーンのベーグルです。お好みの具材をサンドして召し上がりください。1個(推定値)219,5Kcal、塩分1,06g

(株)オ尔特ファース ◎3日

毎週



805 **GM**
レーズン食パン(3枚)
210g

306円(税込330円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

生地を甘さを抑え、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)オ尔特ファース ◎3日

次 4月4日



809 **GM**
ぶどうパン
51g×5

373円(税込403円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

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128Kcal、塩分0,36g

(株)オ尔特ファース ◎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紙に記入します。
※eくらぶからも登録できます。

次 4月3日



808 **GM**
イングリッシュマフィン
73g×4

357円(税込386円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

コーンブリッツの甘みと塩こたえも良く、ベーコンや目玉焼きとの相性もぴったり。1個(推定値)188,5Kcal、塩分0,72g

(株)オ尔特ファース ◎3日

次 4月2日



810 **GM**
ミルクパン
51g×5

425円(税込459円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

水を一切使用せず、牛乳で仕込みました。練乳のやさしい甘さが特徴です。1個166,9Kcal、塩分0,27g

(株)オ尔特ファース ◎3日

次 4月4日



110213 **GM**
大人のチョコクロワッサン
59g×2

412円(税込445円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

ココアを配合したクロワッサン生地にチョコバーを丸ごと1本入れました。1個229,4Kcal、塩分0,43g

(株)オ尔特ファース ◎3日

次 4月4日



110230 **NON GM**
アップルパイデラックス
329g

1,155円(税込1,247円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

国産のアップルレザークリームを使用しレーズンと自家製のクッキーを混ぜ込んだパイです。1袋1062,8Kcal、塩分1,34g

(株)オ尔特ファース ◎8日

次 4月4日



811 **GM**
ミニアップルケーキ
180g

410円(税込443円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

無添加のふりっくブレザーを使い、甘酸っぱい味わいとふわふわ甘みがたまりなケーキです。1個(推定値)599,7Kcal、塩分0,24g

(株)オ尔特ファース ◎15日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、糖(白砂糖)、ふりっくブレザー(りんご(国産))、マーガリン(植物性油脂)、砂糖、アップルレモンシロップ(アップルシロップ)、レモン果汁、レモン果汁、レモン果汁

次 4月4日



110221 **GM**
スノーボール(アーモンド)
11g×10個

357円(税込386円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

旨しいアーモンドを配合したボール型のクッキーです。おやつやギフトにおすすめです。1個54,3Kcal、塩分0,00g

(株)オ尔特ファース ◎20日

次 4月4日



110230 **NON GM**
アップルパイデラックス
329g

1,155円(税込1,247円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

国産のアップルレザークリームを使用しレーズンと自家製のクッキーを混ぜ込んだパイです。1袋1062,8Kcal、塩分1,34g

(株)オ尔特ファース ◎8日

次 4月4日



110221 **GM**
スノーボール(アーモンド)
11g×10個

357円(税込386円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

旨しいアーモンドを配合したボール型のクッキーです。おやつやギフトにおすすめです。1個54,3Kcal、塩分0,00g

(株)オ尔特ファース ◎20日

次 4月4日



110230 **NON GM**
アップルパイデラックス
329g

1,155円(税込1,247円)

7/14/22 卵・乳・麦(豆)

国産のアップルレザークリームを使用しレーズンと自家製のクッキーを混ぜ込んだパイです。1袋1062,8Kcal、塩分1,34g

(株)オ尔特ファース ◎8日



豆腐

大豆本来の味をお届けします

- ◎国産大豆(100%)と天然にが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。

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
7kg/2包 共生食品(株) ◎4日 冷蔵

813 GM 毎週
もめん豆腐
300g
150円 (税込162円)
絹ごし豆腐に比べ、たんぱく質や脂肪が多く、おろしや揚げ、煮込み、煮物、煮つけなどに多く使われています。100g91Kcal、塩分0.04g
7kg/2包 共生食品(株) ◎4日 冷蔵

814 GM よ 毎週
絹ごし豆腐2個パック
150g×2
165円 (税込178円)
毎週 **803831 160円** (税込173円)
福祉クラブオリジナルの組合員製生から生まれた、150gずつの食べ切りサイズです。100g64Kcal、塩分0.07g
7kg/2包 共生食品(株) ◎7日 冷蔵

815 GM よ 毎週
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)
絹ごし豆腐に比べ、たんぱく質や脂肪が多く、おろしや揚げ、煮込み、煮物、煮つけなどに多く使われています。100g85Kcal、塩分0.05g
7kg/2包 共生食品(株) ◎6日 冷蔵

816 GM 次 4月2回
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。日持ちもするので使い置きが便利です。100g86Kcal、塩分0.08g
7kg/2包 共生食品(株) ◎12日 冷蔵

110248 GM 次 4月4回
水切りもめん豆腐
240g
240円 (税込259円)
豆腐ステーキなどの料理にすぐに使えます。袋の裏に料理のヒント付きです。100g121Kcal、塩分0.01g
7kg/2包 共生食品(株) ◎20日 冷蔵

817 GM 次 4月2回
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
7kg/2包 共生食品(株) ◎4日 冷蔵

818 GM 毎週
油あげ
25～30g×2
144円 (税込156円)
新しくつくられた油を使用して、揚げやすくももよばしがりやです。100g270Kcal、塩分0.05g
7kg/2包 共生食品(株) ◎4日 冷蔵

※eくらぶ注文では企画回
→3月4回を選択してください



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。

819 NON GM 次 4月4回
徳用北京餃子
270g(15個入り)
398円 (税込430円)
中華料理の定番。肉餡がたっぷりです。餃子作りが簡単。お鍋、お揚げ、お炒め、お弁当、おパーティーなどに最適です。100g209Kcal、塩分0.07g
7kg/2包 (卵・乳)・小麦(えび)・かぼ・大豆 冷蔵

820 NON GM 組 次 4月4回
平牧三元豚のサクサク俄カツ
175g(5個)
647円 (税込699円)
カツカレーやカツ丼はもちろん、お弁当やお酒に最適です。平牧の豚肉も薄切りにしては揚げた上で安心の油揚げ、ゆで卵や味噌、お味噌汁などと一緒に楽しめます。100g226Kcal、塩分0.7g
7kg/2包 (卵・乳)・小麦(えび)・かぼ・大豆 冷蔵

821 GM 組 次 4月4回
豆菜(まめな)うの花
200g(2袋)
418円 (税込451円)
手軽に野菜やキノコがたっぷり入ったお味噌汁やカレー、お弁当などに最適です。国産大豆100%。お豆腐や豆腐製品にも使われています。100g226Kcal、塩分0.7g
7kg/2包 (卵・乳)・小麦(えび)・かぼ・大豆 冷蔵

配達: 4/8～12
823 NON GM
平田牧場コラーゲンペプチド
90g(アルミ袋)
2,400円 (税込2,592円)
食の安全と品質にこだわる平田牧場の豚の骨からとった100%国産のコラーゲンです。3g11Kcal、塩分0.06g
(株)ウエルライフ 原料:豚骨コラーゲンペプチド(ゼラチンを含む)、チキミン

配達: 4/8～12
824 NON GM
スーパー酵素
2.5g×90包
3,800円 (税込4,104円)
山形県遊佐町の米ぬかを使用。食事と一緒に、直後に1～2包。すぐに胃の中で酵素が働き始めます。100g371Kcal、塩分0.05g
(株)ウエルライフ 原料:米ぬか、乳酸菌、グルタミン酸、水、塩、香料

配達: 4/8～12
825
イチョウ葉+DHA-EPA
450mg×90粒
4,100円 (税込4,428円)
DHA-EPAを安心して摂取できる保健康性剤のE-SAN(イチョウのサプリメント)に、今日注目のイチョウ葉を加えました。3粒(1.35g)9.22Kcal、塩分0.00g
(株)ウエルライフ 原料:イチョウ葉(国内産)、イチョウ葉エキス(国内産)、ゼラチン(国内産)、グリセリン、フラクトオリゴ糖

配達: 4/8～12
827
甘えび塩水
200g
1,065円 (税込1,150円)
甘えびの旨みや食感を解凍しても変わらず美味しく食べられます。お刺身はもちろん、唐揚げにも。また鍋物や味噌汁に入れていただくのも美味。
7kg/2包 冷蔵

次 4月4回
110281
オリーブ湯
150g
1,320円 (税込1,452円)
食用オイルを使用した入浴剤。スクワランオイルとゆずを加え、乳化剤も食用のものを使用。素肌にやさしくはたります。
生活クラブ・スピリッツ(株) 原料:オリーブ油、ポリシリコン、香料、スクワラン、テトラオレイン酸ナトリウム、香料、スクワラン、PEG-10、香料、スクワラン、PEG-10、香料、スクワラン

次 4月4回
110256
ハトムギ化粧水
500ml
650円 (税込715円)
家族で使える大容量サイズの500ml。北海道産ハトムギエキス使用。保湿力があるのにべたつかず、サラッとした使用感の化粧水です。
(株)ジャパンビューティプロダクト

次 4月4回
110264
横浜馬油商店 生馬油
50g
3,000円 (税込3,300円)
馬の毛皮のみならず、取れない希少な「こぶ」馬油100%です。
(株)ジャパンビューティプロダクト

次 4月4回
110272
横浜馬油商店 馬プラセンタ化粧水
120ml
1,800円 (税込1,980円)
馬プラセンタエキスを配合した化粧水。
(株)ジャパンビューティプロダクト

配達: 4/8～12
826
ポイルだこ
300g
1,685円 (税込1,820円)
北海道の産物だこがたっぷり入ったスープがおいしいのだこ。ポイルだこがおいしいのだこ。ポイルだこがおいしいのだこ。
7kg/2包 冷蔵

毎週配達
798 **803871**
ドライアイス
(耐凍保持用) 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(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」1つむすびを使用する場合は、「情報」を公表して取り扱わずと決定しました。
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。
*原料製造過程における飛来による空気感染など、表示外で微量の混入の可能性があり、完全無感ではありません。
【申込の注意】注文番号6桁のものは、注文書の6桁番号を記入し番号と数量を記入してください。※表示品は、(本体)と(容器)に別記されています。(本体)は通常価格を付録で届けて、(容器)を別記して届けていただきます。*おののけ(容器)に別記されています。送料は送料として別途を、送料に別記していただきます。送料は送料として別途を、送料に別記していただきます。
原料と栄養成分は表示の表に記載しています。
※本品は、アレルギー情報と表示しているものもあります。加工と異なる場合があります。アレルギーにより体調不良が起きる方もありますので、最新情報は製品の包装でご確認ください。
◎記号の説明
今週から上げ 今週から下げ 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
組合員専用消費財 よくばり品
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
12-4 次回に届くがある予定の通、急な変更があることをご了承ください。

特別取組
822 GM
即席長良川醤油らーめん
105g×4
520円 (税込562円)
お箸で楽しめるタイプ。生活クラブオリジナルの地下大井水を使用しました。1食420Kcal、塩分5.1g
7kg/2包 (卵・乳)・小麦(えび)・かぼ・大豆 トウモロコシ(食品) ◎180日 冷蔵