



生活クラブ

福祉クラブ



	6/	7/	水	木	金	土	
申込締切	30	1	2	3	4	5	
配達	7/	7	8	9	10	11	12
集金 / 8月							

7月2回配達 7月7日~7月11日

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

土用の丑の日 うなぎを楽しむ

備長炭の強い火力で、外はパリっと中はふんわり焼き上げました。稚魚のシラスウナギ(ピカール種)をフィリピンよりフェアトレードで仕入れ、陸上での完全無投薬養殖したうなぎです。



備長炭で焼き上げました

イメージ



7月31日(木)は
土用の丑の日

配達
7/21~25

NEW

825

備長炭焼きうなぎ
(長焼き) <凍>

150g±10g

2,400円(税込2,592円)

100g304Kcal、塩分2.41g

冷凍

7/21~25 安・豆

(株)農楽人

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。



W.Coのこみ

生産者 (W.Co) :
ぼとと・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

ちょっと手間の掛かる
お惣菜をワーカーズが
作ってお届けします。

NEW



799

そうざい: あじの南蛮漬け

180g以上

880円(税込950円)

冷蔵

カリッと揚げた鰯と野菜をまろやかな酸味の南蛮酢に漬け込んだ、子供にも大人にも人気の「そうざい」です。どの世代にも不足しがちな栄養素が豊富に含まれ、食欲がない時でも食べやすい一品です。1パック304Kcal、塩分3.2g

7/21~22 (卵・乳)・麦・そば(高)(エビ)・かに(豆)

原材料: 鰯、玉ねぎ、人参、大豆、醤油、にんにく、お酢、砂糖、食塩、生油、片栗粉、小麦粉、水、かつお節

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: セロリ、鶏むね肉、人参、食塩、酒、大豆、醤油、生油、かつお節、片栗粉、小麦粉

800

そうざい: きゅうりと
鶏肉のピリ辛和え

150g以上

510円(税込551円)

冷蔵

たたいた胡瓜と蒸した鶏むね肉の少しピリ辛の和え物です。胡瓜に含まれるカリウムは、高血圧予防が期待できます。

1パック94Kcal、塩分2.0g

7/21~22 (卵・乳)・麦・そば(高)(エビ)・かに(豆)



パン・菓子類

801
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4.0g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

802
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。ゆっく石臼で挽いた小麦本来の香りを味わってください。1袋953.3Kcal、塩分4.12g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

803
レーズン食パン(3枚)

210g

306円(税込330円)

生地を甘さを控え、国産小麦粉の風味を生かしました。はちみつ漬けのレーズンも甘くありません。クリームチーズをのせるのもおすすめです。1袋500Kcal、塩分1.4g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

804
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、オルタナティブの自慢作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

805
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

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

806
イングリッシュマフィン

73g×4

357円(税込386円)

コーンブリッツの甘みと歯ごたえも良く、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

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

807
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。手でちぎって食べられる形にしました。1個553.6Kcal、塩分1.35g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

808
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を後をひきます。1個153.5Kcal、塩分0.23g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

809
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

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

810
ベリーとチーズクリームフロスティ

65g×2

412円(税込445円)

オルタナティブ自家製のレモンで酸味のついたクリームチーズと、甘酸っぱいクランベリー生地を組み合わせて。1個192.1Kcal、塩分0.45g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

811
発酵バターケーキ(爽やかなレモン)

223g

945円(税込1,021円)

生地にほろモンペルを加え、完成後に国産レモン果汁を加えたアップルシロップを塗ることで、爽やかな酸味が楽しめます。1袋(推定値)895.4Kcal、塩分0.5g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

812
ミニチョコパイ

63g×2

504円(税込544円)

自家製のバレイ生地をチョコレートを入れた小さなパイです。サクサク食感で、手軽に食べられておやつにぴったり。1個287.4Kcal、塩分0.3g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第3日

119709
わたらい茶大納言マフィン

78g×2

452円(税込488円)

わたらい茶と大納言小豆で和風テイストに。1個314.2Kcal、塩分0.08g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第8日

119695
ふじりんごパイ

345g

1,250円(税込1,350円)

無添加のふじりんごプレーンを使用。ふじりんごの風味を生かして焼き上げました。1袋(推定値)1106.4Kcal、塩分1.42g

7/21~22 (卵・乳)・麦・豆 (株)オルタナティブ 第8日

7月7日~7月11日



週 803841 160円(税込 173円)

網ともめんお好みでお試しください。
100g 85Kcal、塩分 0.05g

7月14日 豆 共生食品(株) 第6日 

原材料大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、食塩(精製海塩)、酸化マグネシウム(にがり)



GM
マーク
表示

次回
7月4日

820

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。きつうどんにもびつたりです。1袋120g 331Kcal、塩分0.09g

7月4日 豆

共生食品(株) 消7日

冷蔵

商品名: 手揚げ風油あげ 120g (3枚入)
 商品番号: 120g (3枚入)
 商品説明: 手揚げ風油あげ 120g (3枚入)





8月1日

日吉センター開発品



調理例

824

組

豚とんボール(12個)

228g

658円(税込711円)

平田牧場の豚肉を使用し、肉の食感を残した肉団子。薬性無添加な質の高い豚肉を生かすように、あえて塩こしょうのみのシンプルな味付けにしています。100g 159Kcal、塩分0.92g

ヘルシー

卵・乳・麦(えび・かに)・豆

美勢商事(株)

冷凍

材料:豚肉(国産)、玉ねぎ(国産)、つなぎ(豚肉(国産))、片栗粉(小麦(国産))、ばれんじん(もも(熟成国産))、食塩、こしょう

 **8ヶ月**

11971円

プロポリス(粒)

120粒

5,990円

(税込**6,469円**)

ミツバチが集めた花粉や樹液、プロポリスが含まれる独特の酸味と、混ぜ合わせて作った天然の物質プロポリスをのりやすい粒にしました。1粒3.16kcal、塩分0.00g

7/27(土)

(株)スリーエイト

原料はプロポリスエキスと、ビタミンE、サフラノール、ミント、グリセリン、結晶セルロース、ゼラチン、グリセリン

119881
きなりっこ
1.5kg
 1.5kg
768円
 (税込845円)
 家中の汚れ落としに大活躍のオールマ
 ティ洗剤です。ボールの補充用にストッ
 トしておきましょう。
川崎市民せっけんプラント
 原材料: 洗剤用脂肪酸(水酸化)、炭酸ナトリウム、緑水、水酸化ナトリウム

お米から作る

風の



The collage consists of three images. The top image shows a storefront with a red awning and a sign. The middle image shows a person standing next to a sign. The bottom image shows a wooden cutting board with a piece of rice.

した。食パン、プレーン、粒あん、ごま芋あん