



生活クラブ

福祉クラブ



6/ 24・25・26・27・28・29
7/ 1・2・3・4・5・6
申込締切
配達
集金/7月

7月1回配達 7月1日~7月5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・
キッチンがまくら・
なご味・ぼかぼか
このみ

南蛮漬けはなすを揚げたり、中華うま煮はとろみをつけたり、ひと手間がうれしいそうざいをぜひどうぞ。



盛付例

799
そうざい:
豚もも肉の中華うま煮
210g以上
710円(税込767円) **冷蔵**

豚肉、干し椎茸、長ネギ、筍を使った中華料理の定番品です。お肉と野菜の旨味がからみあったご飯にあう一品です。1パック248Kcal、塩分2.7g
7/2427 (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



盛付例

800 **毎週** 予約注文番号 803881
そうざい: なすの南蛮漬け
180g以上
510円(税込551円) **冷蔵**

揚げたてのナスにピリリとした南蛮酢をからませた、夏ならではのそうざいです。さっぱりとしながらコクのあるそうざいに仕上がりました。1パック192Kcal、塩分2.6g
7/2427 (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。



次 7月3回
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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月3回
803 **GM**
こだわり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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



毎週
801 **GM**
国産小麦食パン(6枚)
440g
355円(税込383円)
毎週 予約注文番号 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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



毎週
806 **GM**
国産小麦バターロール
41g×4
333円(税込360円)
毎週 予約注文番号 803851 323円(税込349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自作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



毎週
805 **GM**
レーズン食パン(3枚)
210g
306円(税込330円)
生地の色を少し、国産小麦の風味を生かしました。はちみつ練乳をたっぷり使います。1袋500Kcal、塩分1.43g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



毎週
809 **GM**
黒糖パン
51g×4
270円(税込292円)
ミネラルたっぷりの沖縄の黒糖を使用し、カラメル色や香りを仕上げた上品なパンです。1個(推定値)145.4Kcal、塩分0.26g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



毎週
810 **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ると、シナモンの香りが引き立ちサクとした食感も楽しめます。1個(推定値)201.7Kcal、塩分0.33g
7/2427 (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。



次 7月5回
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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月3回
808 **GM**
ぶどうパン
51g×4
373円(税込403円)
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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月5回
813 **GM**
甘食
5個
332円(税込359円)
ほんのり甘い円すい型、ほっとする柔らかい味。牛乳と一緒に軽食にもどうぞ。1袋656.9Kcal、塩分0.45g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月4回
811 **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
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月2回
812 **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)
オ尔特ファーズ自家製のレモンで酸味が効いたクリームチーズと、甘酸っぱいクランベリー生地の組み合わせです。1個192.1Kcal、塩分0.48g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月5回
101664 **NON GM**
りんごとくるみのマフィン
86g×2
360円(税込389円)
くるみの入った生地には、ふじりんごブレザーをトッピング。1個(推定値)356.8Kcal、塩分0.09g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎8日



次 7月5回
813 **GM**
甘食
5個
332円(税込359円)
ほんのり甘い円すい型、ほっとする柔らかい味。牛乳と一緒に軽食にもどうぞ。1袋656.9Kcal、塩分0.45g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日



次 7月5回
813 **GM**
甘食
5個
332円(税込359円)
ほんのり甘い円すい型、ほっとする柔らかい味。牛乳と一緒に軽食にもどうぞ。1袋656.9Kcal、塩分0.45g
7/2427 (卵)・乳・麦(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3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。

814 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

【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎4日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

815 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、まかしの風味、水分、食物繊維が豊富に含まれています。100g91Kcal、塩分0.4g

【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎4日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

816 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

【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎7日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

817 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)**

絹ともめんお好みでお選びください。100g85Kcal、塩分0.05g

【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎6日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

818 GM 次7月3日
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】大豆
【賞味期限】◎12日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

819 GM 次7月5日
寄せとうふ
300g
178円(税込192円)

別容器でレンジで中心まで温め薬味で頂くと、豆腐の風味が感じられます。100g79Kcal、塩分0.07g

【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎4日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

820 GM 次7月3日
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】大豆
【賞味期限】◎4日
【原材料】大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(国産)、塩化マグネシウム(にがり)

821 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、「揚げ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】大豆
【賞味期限】◎4日
【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(有機酸)、塩化マグネシウム(にがり)

822 GM 次7月5日
がんもどき
45g×3
206円(税込222円)

豆腐生地に、山椒、人参、豚、鶏、鶏皮を混ぜ合わせ、揚げたての新鮮ながんもどきです。100g359Kcal、塩分1.1g

【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎4日
【原材料】豆腐(国産)、鶏皮、人参、山椒、小麦粉、パン粉、こま、昆布

※えくらぶ注文では企画回
→7月1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。

823 GM
国産さば味噌漬
120g
398円(税込430円)

三陸産・銚子産の真さばを使用し、食べ易いよう中骨と腹骨を除去し、消費材でつきたた自社オリジナルの無添加調味味噌に漬込みました。100g244Kcal、塩分1.99g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、味噌(大豆を含む)(国内産)、発酵調味料、砂糖、食塩

824 NON GM
ぶり味噌漬
200g(ぶり切身80g×2、調合味噌40g)
548円(税込592円)

国産のぶりを使用し、生活クラブ提携生産者の味噌とみりん風発酵調味料をオリジナルの調味味噌にし、漬け込みました。100g253Kcal、塩分1.66g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、味噌(大豆を含む)(国内産)、発酵調味料、砂糖、食塩

825 GM
さわら竜田揚げ
150g
352円(税込380円)

日本海に面した山陰、九州で水揚げされたさわらを使用。ふっくらとした食感とシューシーな味わいが楽しめます。100g194Kcal、塩分0.7g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、味噌(大豆を含む)(国内産)、発酵調味料、砂糖、食塩、小麦粉(一部に小麦・大豆を含む)

826 GM
真いわし丸干し
4尾
343円(税込370円)

国産(主に千葉県)で漁獲された鮮度が良く、脂のりが良い真いわしを、食塩のみでこだわりの丸干しに仕上げました。100g193Kcal、塩分3.81g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、食塩

101672
桑の葉茶
90g
1,050円(税込1,134円)

腸の吸収を抑えるためには、食事の直前、食事中に飲むことが効果的です。糖質の摂取が気になる方、太りすぎを気にしている方など子どもからお年寄りまで。1包(3g)9.2Kcal、塩分0g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】桑葉(国産)

823 GM
国産さば味噌漬
120g
398円(税込430円)

三陸産・銚子産の真さばを使用し、食べ易いよう中骨と腹骨を除去し、消費材でつきたた自社オリジナルの無添加調味味噌に漬込みました。100g244Kcal、塩分1.99g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、味噌(大豆を含む)(国内産)、発酵調味料、砂糖、食塩

824 NON GM
ぶり味噌漬
200g(ぶり切身80g×2、調合味噌40g)
548円(税込592円)

国産のぶりを使用し、生活クラブ提携生産者の味噌とみりん風発酵調味料をオリジナルの調味味噌にし、漬け込みました。100g253Kcal、塩分1.66g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、味噌(大豆を含む)(国内産)、発酵調味料、砂糖、食塩

825 GM
さわら竜田揚げ
150g
352円(税込380円)

日本海に面した山陰、九州で水揚げされたさわらを使用。ふっくらとした食感とシューシーな味わいが楽しめます。100g194Kcal、塩分0.7g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、味噌(大豆を含む)(国内産)、発酵調味料、砂糖、食塩、小麦粉(一部に小麦・大豆を含む)

101681
桑葉加工食品 DNJ
180粒
2,500円(税込2,700円)

DNJ糖の分解酵素の働きを強力に阻害し、小腸からの糖の吸収を抑える作用があり、血糖値や血糖値にも効果的である有用成分を豊富に含んだ健康食品です。1日摂取目安量6粒(1.5g)4.7Kcal、塩分0.0006g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】桑葉エキス(桑葉エキス、デキストリン)、桑葉粉末、蔗糖、クエン酸

101699
スカイカルシウム(顆粒)
130g
3,800円(税込4,104円)

顆粒状で非常に水に溶けやすいため(骨粉)カルシウムの(3,800mg)吸収も良く、熱にも強いのでお料理にも使えます。100g185Kcal、塩分0.00g

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、カルシウム100%

101729
オリーブスクワラン
30ml
2,520円(税込2,772円)

地中海沿岸で栽培されたオリーブの実から、貴重な「純植物性スクワラン」を集めた、酸化しにくいオイルです。

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、スクワラン(オリーブスクワラン100%)

101702
アレポの石鹸
200g
700円(税込770円)

肌を健やかに保つオリーブオイルと体臭や頭皮の不快感を抑えるローレルオイルに、少量のアルカリ酸だけでできたせっけん。

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、スクワラン(オリーブオイル90%・ローレルオイル10%)

101711
アレポの石鹸エキストラ
180g
1,000円(税込1,100円)

強壮、消臭、ふけり取りなどの効果があるといわれている貴重なローレルオイルを石鹸にできる限界の40%まで使用しました。身体、髪、顔に使用できます。

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、スクワラン(オリーブオイル60%・ローレルオイル40%)

101737
美馬油(ミマーユ)
57g
1,800円(税込1,980円)

戦国時代から橋の手当てに用いられていた馬油。効率による手荒れ、寒さからくる乾燥肌などになっぴり塗ってください。

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、スクワラン(オリーブオイル90%・ローレルオイル10%)

101745
横浜馬油商店 生馬油 チューブタイプ
30g
2,200円(税込2,420円)

持ち運びに便利なチューブタイプ、100%生馬油のピュアオイルです。浸透性が高いので少量塗布するだけでスッと伸びます。

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、スクワラン(オリーブオイル90%・ローレルオイル10%)

101753
ピュアセータ馬プラセータ
28ml
3,500円(税込3,850円)

馬プラセータエキスを配合した化粧水。お肌に潤いを与えやわらかくハリのある肌へと導きます。

【アレルギー】(寒)えび・大豆
【原材料】(寒)えび(国産)、スクワラン(オリーブオイル90%・ローレルオイル10%)

毎週配達

798 毎週 8033871
ドライアイス
(解凍保持用)約500g
90円(税込99円)

不在の場合は申し込んでください。
エア・ウォーター・グリーンデザイン(株)

遺伝子組み換え(GM)対策について

遺伝子組み換え(GM)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と基本とする」「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)
コナジメ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、完全無害ではなくあくまで「目印」であることをご理解ください。
【表示の注釈】※注番号が6桁のものには、注番号の6桁番号記載し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」(本体価格に税率相当の消費税を加えた)を記載しています。※このカタログに記載されている価格は、組合員の注文に基づく予約購入です。店頭ではお客様の注文に応じてお申込みください。
原材料と栄養成分は包装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変動できないものもありますが、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 組合員開発消費財
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
●24時間 常に取組みが予定の進、急な変更があることをご了承ください。

藤沢センター開発品

827 NON GM 組 次7月5日
秋川牧園の本格チキンカレー(手羽元2本入)
220g
360円(税込389円)

秋川牧園の手羽元、とりがらスープを使って作った、スパイスの効いた「少し大人な」レトルトカレー。賞味期限は製造日より2年間、非常用としてでも役立つ。1袋(220g)280Kcal、塩分2.2g

【アレルギー】(卵)卵(乳)・(乳)・(えび)・(かに)・(小麦)
【原材料】鶏肉(手羽元)、玉ねぎ、鶏がらスープ、植物油(菜種)、トウモロコシ、小麦粉、おろしニンニク、チキン、おろししょうが、ウスターソース、カラマツ、醤油、塩、クミンパウダー、コショウパウダー、カレーパウダー、赤唐辛子粉末、鶏皮エキス(一部に小麦・卵・乳・大豆を含む)