



# 生活クラブ

福祉クラブ



	9/	月	火	水	木	金	土
申込締切	9/	9	・10	・11	・12	・13	・14
配達	9/	16	・17	・18	・19	・20	・21
							集金/10月

## 9月3日配達 9月16日~9月20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

和食惣菜の味わい深い  
二品を組み合わせまし  
た。暑く食欲のない日  
でもすると食べられ  
そうです。



盛付例

原材料:たけ、豚もも肉、人参、高野豆腐、大豆豆腐、片栗粉、素揚げ、みりん、醤油、酒、かつお節、だし、干し椎茸、真塩

799

そうざい:  
高野豆腐と豚肉の揚げ煮

170g以上  
657円(税込710円) **冷蔵**

昔から親しまれている高野豆腐を揚げてから、豚肉と盛りだくさんの野菜で煮てみました。ちょっと意外で、どこか懐かしいおいしさです。1パック364Kcal、塩分2.9g

7/2/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えひ)・(か)・(こ)・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

そうざい:揚げなすの黒酢和え

130g以上  
510円(税込551円) **冷蔵**

旬のなすをたっぷり揚げ、黒酢と旨辛いたれで和えました。なすの表皮にあるアントシアニンが、抗酸化作用があるとされています。1パック193Kcal、塩分1.5g

7/2/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えひ)・(か)・(こ)・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。

**毎週**

**801** **NON 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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(さとうきび(国産))、ショートニング(国内製造)、麦芽糖、パン酵母、食塩、酢

**次 10月1日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(さとうきび(国産))、ショートニング(国内製造)、麦芽糖、パン酵母、食塩、酢

**192031** **NON 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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

**次 10月1日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(さとうきび(国産))、ショートニング(国内製造)、麦芽糖、パン酵母、食塩、酢

**802** **NON 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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

**毎週**

**805** **NON GM**  
国産小麦パターロール

41g×4  
333円(税込360円)

毎週 803851 **323円(税込349円)**

小麦粉、バター、卵をたっぷりを使用した、オ尔特ファーズの自産パンです。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、卵卵(国産)、無塩バター(生乳(国産))、砂糖(てんさい糖(国産))、パン酵母、脱脂粉乳(生乳(国産))、麦芽糖、食塩、酢

**毎週**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、マーガリン(国内製造)、砂糖(てんさい糖(国産))、蜂蜜、加糖卵(生乳、麦芽糖、ショートニング)/パン酵母、食塩、酢

**803** **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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

**毎週**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、ラムシロップ、レーズン、砂糖(てんさい糖(国産))、ショートニング/パン酵母、食塩、食塩

**804** **NON 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、レーズン食パンの風味を生かしました。はちみつや卵液をつけてもOKなりのすまは。クリームチーズをのせるのもおすすめです。1個500Kcal、塩分1.43g

7/2/22 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。

**次 10月3日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(さとうきび(国産))、ショートニング(国内製造)、麦芽糖、パン酵母、食塩、酢

**806** **GM**  
白神パニーニ

70g×4  
352円(税込380円)

お好みのものを換えて。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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、麦芽糖、なたね油(国産)豆子相替換えできないものを分別)、パン酵母、砂糖、食塩、酢

**次 10月3日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、マーガリン(国内製造)、コーングリック(アメリカ)、砂糖、麦芽糖、パン酵母、ショートニング/パン酵母、食塩、酢

**807** **GM**  
イングリッシュマフィン

73g×4  
357円(税込386円)

コーングリック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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

**次 10月1日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、レーズン(アメリカ)、砂糖(てんさい糖(国産))、ショートニング/パン酵母、食塩、食塩

**808** **NON GM**  
ぶどうパン

51g×5  
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

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

**次 10月1日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、ココアパウダー(ココア(国産))、ショートニング(国内製造)、砂糖(てんさい糖(国産))、卵卵(国産)、加糖卵(生乳、麦芽糖、ショートニング)/パン酵母、食塩、食塩

**809** **NON GM**  
ココアクリームデニッシュ

69g×2  
498円(税込538円)

オ尔特ファーズ自家製ココアクリームを使用したデニッシュパンです。1個346.4Kcal、塩分0.76g

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

**次 10月1日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、ショートニング(国内製造)、ココアパウダー(ココア(国産))、卵卵(国産)、加糖卵(生乳、麦芽糖、ショートニング)/パン酵母、食塩、食塩

**810** **GM**  
大人のチョコクロワッサン

59g×2  
498円(税込538円)

ココアを配合したクロワッサン生地チョコを丸ごと1本入れました。1個229.4Kcal、塩分0.43g

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎3日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、マーガリン(国内製造)、卵卵(国産)、砂糖(てんさい糖(国産))、ショートニング(国内製造)、ココアパウダー(ココア(国産))、加糖卵(生乳、麦芽糖、ショートニング)/パン酵母、食塩、食塩

**811** **NON GM**  
あなたと食べたいフルーツケーキ

230g  
924円(税込998円)

レモンピール、イチゴピール、クランベリー、グミの種を生地混ぜ込んだデザートフルーツケーキ。お好みでもOKです。1個(推定値)921.8Kcal、塩分0.1g

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎20日

**次 10月3日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、卵卵(国産)、ショートニング(国内製造)、砂糖(てんさい糖(国産))、加糖卵(生乳、麦芽糖、ショートニング)/パン酵母、食塩、食塩

**812** **GM**  
ミニアップルケーキ

180g  
410円(税込443円)

無添加のふじりんごペーストを使い、甘酸っぱい味わいとほのかな甘みがさわやかなケーキです。1個(推定値)599.7Kcal、塩分0.24g

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎15日

**次 10月1日**

原材料:小麦粉(小麦(国産))、卵卵(国産)、ショートニング(国内製造)、砂糖(てんさい糖(国産))、加糖卵(生乳、麦芽糖、ショートニング)/パン酵母、食塩、食塩

**192040** **NON GM**  
いちじくとクランベリーのチーズパイ

340g  
1,400円(税込1,512円)

レモン100%果汁の入ったチーズクリーム、優しい甘さのいちじくと甘酸っぱいクランベリーのお餅のパイ。1個1308.7Kcal、塩分1.85g

7/2/22 卵・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ◎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。

**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** 大豆  
共生食品(株) ◎4日  
調理解凍

**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、まかしのり、葛粉、大豆たんぱく質含有率が多く含まれています。100g91Kcal、塩分0.04g

**アレルギー** 大豆  
共生食品(株) ◎4日  
調理解凍

**毎週**

**815 GM**

**絹ごし豆腐2個パック**  
150g×2

**165円(税込178円)**

毎週 803331 **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  
共生食品(株) ◎7日  
調理解凍

**毎週**

**816 GM**

**もめん豆腐2個パック**  
150g×2

**165円(税込178円)**

毎週 803341 **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  
共生食品(株) ◎6日  
調理解凍

**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。日持ちもするの得意置きに便利。100g86Kcal、塩分0.08g

**アレルギー** 大豆  
共生食品(株) ◎12日  
調理解凍

**次 10月3日**

**818 GM**

**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

**アレルギー** 大豆  
共生食品(株) ◎20日  
調理解凍

**次 10月1日**

**819 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** 大豆  
共生食品(株) ◎4日  
調理解凍

**毎週**

**820 GM**

**油あげ**  
25~30g×2

**144円(税込156円)**

酸化に強いなたね油を使用していますので、「油揚げ」し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  
共生食品(株) ◎4日  
調理解凍

※eくらぶ注文では企画回  
→9月3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。

**次 10月3日**

**821 GM**

**おいなりコンちゃん(味付けいなり)**  
5枚(10ヶ分)

**518円(税込559円)**

国産大豆を使用し、圧搾一級級の菜種油で揚げた油揚げを原料に、出来る限り生活クラブの消費材を使った「味付けいなり」です。1枚(280g)480Kcal、塩分3.55g

**アレルギー** 大豆  
共生食品(株) ◎31日  
調理解凍

**次 10月3日**

**192066**

**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召し上がれます。お刺身はもちろん、唐揚げでいただくのもオススメです。

**アレルギー** えび  
(株)栄農人  
冷凍

**次 10月3日**

**192058**

**ポイルだこ**  
300g

**1,685円(税込1,820円)**

北海道の非難にやわらかい肉質の水ダコ。ポイルしてありますので程よい弾力があり、ほのかな甘み・旨みがあります。100g72Kcal、塩分1.06g

**アレルギー** 魚  
(株)栄農人  
冷凍

**次 10月3日**

**192066**

**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召し上がれます。お刺身はもちろん、唐揚げでいただくのもオススメです。

**アレルギー** えび  
(株)栄農人  
冷凍

**配達:9/30~10/4**

**次 10月3日**

**825 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った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

**アレルギー** ウェルライフ  
調理解凍

**配達:9/30~10/4**

**次 10月3日**

**826 NON GM**

**スーパー酵素**  
2.5g×90包

**3,800円(税込4,104円)**

山形県酒造町の米ぬかを使用。食事と一緒に、直後に1~2包。すぐに胃の中で酵素が働きます。100g371Kcal、塩分0.05g

**アレルギー** ウェルライフ  
調理解凍

**配達:9/30~10/4**

**次 10月3日**

**827**

**コエンザイムQ10&アスタキサンチン**  
36.9g(410mg×90粒)

**2,900円(税込3,132円)**

抗酸化作用があるとされている「コエンザイムQ10」と「アスタキサンチン」を、同じカプセルに詰め薬品化した健康補助食品です。1粒2.8Kcal、塩分0.01g

**アレルギー** ウェルライフ  
調理解凍

**配達:9/30~10/4**

**次 10月3日**

**824**

**たこザンギ**  
100g

**583円(税込630円)**

北海道産のミズダコを料理風の上質な味付けで煮上げ、米粉の衣をまぶして冷凍してあります。油で揚げただけなので調理は簡単。柔らかいのにしっかりした食感で、とてもジューシー!一度食べたらずきです。100g129Kcal、塩分1.37g

**アレルギー** 小麦、大豆  
(株)栄農人  
冷凍

**192074**

**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。薬別にやさしくはたります。

生活クラブ・スピリッツ(株)  
調理解凍

**次 10月3日**

**192082**

**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。保湿力があるのにベタつかず、サラツツとした使用感の化粧水です。

**アレルギー** ジャパンビューティープロダクト  
調理解凍

**次 10月3日**

**192091**

**横浜馬油商店 生馬油**  
50g

**3,000円(税込3,300円)**

馬のたてがみからしか取れない希少な「こらね」馬油100%です。

**アレルギー** ジャパンビューティープロダクト  
調理解凍

**次 10月3日**

**192104**

**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。

**アレルギー** ジャパンビューティープロダクト  
調理解凍

**次 10月3日**

**822 NON GM**

**徳用北京餃子**  
270g(15個入り)

**455円(税込491円)**

指定原料で作りこまれた餃子。国産小麦粉を使用しています。皮を柔らかくする高湯で一晩寝かせ、はくべた餃子ならではのモチモチとした食感と、お肉の旨みと野菜の甘み。100g190Kcal、塩分0.6g

**アレルギー** 卵、小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚、(一部)豚肉・小麦・大豆・たまごを含む  
(株)ニッコー  
冷凍

**毎週配達**

**798**

**ドライアイス**  
(解凍保持用)約500g

**90円(税込99円)**

エア・ウォーター・グリーンデザイン(株)  
冷凍

**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いです。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、( )で調製名を表示します。

◎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  
🧊 冷蔵でお届け 🧊 冷凍でお届け  
📺 電子レンジで加熱するもの  
👤 組合員開発消費材  
🕒 リユース入付容器使用(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「安全に食べられます」という期限  
🕒 12時間 12時間以内に取り組みが予定の途、急な変更があることをご了承ください。

**初山センター開発品**

**次 10月3日**

**823 NON GM 組**

**平牧三元豚のサクサク俄カツ**  
175g(5個)

**695円(税込751円)**

かたくりの粉をもちもちパンパンに巻いて、平牧の豚もも肉(約1.5kg)を使用した肉の消費材。幼幼かち割りから美味しく、形が変わりやすいので、お肉の旨みと野菜の甘み。100g226Kcal、塩分0.7g

**アレルギー** 卵、小麦、大豆、豚肉、鶏肉、魚、(一部)豚肉・小麦を含む  
(株)ニッコー  
冷凍