



# 生活クラブ

## 福祉クラブ



10/14・15・16・17・18・19  
 申込締切

10/21・22・23・24・25・26  
 配達

集金/11月

### 10月4回配達 10月21日~10月25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](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

梅風味で食べやすいカ  
 ジキと優しい味の南瓜  
 サラダ。栄養も満点な二  
 品をお楽しみください。

W.Coこのみ



盛付例

原材料:まじき、えのき、ねぎ、しいたけ、片栗粉、丸大豆醤油、食酢、薬味酒、梅ひしお、真糖

**799**  
**そうざい:**  
**まじきの**  
**梅照り風キノコ添え**  
 130g以上

547円(税込591円) **冷蔵**

ほんのり梅の味がアクセントになり口いっぱい美味しく  
 が広がります。かじきにはたんぱく質が多く含まれ、脂肪  
 は少なめ、カリウムなどのミネラルが豊富。食材としてと  
 ても優秀な魚の一つです。1パック357Kcal、塩分1.8g

7/24/22 卵・乳・麦(そば)・糖(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

原材料:かぼちゃ、じゃがいも、玉葱、マヨネーズ、食酢、粒入りマスタード、真糖

800 **毎週** 予約注文番号 **803881**

**そうざい:かぼちゃのサラダ**  
 200g以上

510円(税込551円) **冷蔵**

甘い南瓜とホクホクじゃが芋が絶妙に相まって美味しく  
 出来ました。大人だけでなく子どもにも好まれる優しい  
 味です。南瓜のカロチンは皮膚や粘膜を強くし、ビタミン  
 Eは血流を良くします。1パック367Kcal、塩分1.8g

7/24/22 卵・乳・麦(そば)・糖(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。



毎週 **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4.09g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



次 11/3回 **108278** **国産小麦食パン(10枚)**

440g **355円(税込383円)**

サンドウィッチなどにちょうどいい、10枚薄切り  
 です。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



次 11/1回 **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。ゆっくり石臼で挽いた小麦  
 米の香りを味わってください。1袋953.3Kcal、塩分4.12g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



毎週 **803** **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

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



毎週 **804** **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。ほろろと嚼めつづけても  
 大丈夫です。クリームチーズをのせるもおすすです。1個500Kcal、塩分1.43g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



毎週 **805** **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、オルタフーズの  
 自信作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



次 11/3回 **806** **ほんのりあまい丸パン**

37g×6 **343円(税込370円)**

ほんのり甘い生地にシュガーバターをトッピング。小ぶりで食べ  
 やすいお手軽なおやつパンです。1個(推定値)121Kcal、塩分0.2g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



次 11/1回 **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  
 ぎって食べる形にしました。1個553.6Kcal、塩分1.35g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©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。



鎌倉センター開発品 次 11/3回 **808** **大納言小豆パン**

46g×3 **300円(税込324円)**

おやつに食べやすいサイズ。中に入っている大納言小豆は表面から  
 も見えるように入れています。1個(推定値)147.2Kcal、塩分0.2g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



毎週 **108286** **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にチョコパーを  
 丸ごと1本入れました。1個229.4Kcal、塩分0.43g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日



配達: 10/28~11/1

**809** **ハロウィン**

84g×2 **388円(税込419円)**

かぼちゃの餡にマーガリンとシナモンを混ぜ、かぼちゃの形に成形した楽しい菓子パンです。  
 1個(推定値)254.1Kcal、塩分0.32g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©3日

原材料:かぼちゃあん(パン用)、マーガリン、シナモン、小麦粉(小麦(国産))、砂糖(てんさい(国産))、糖卵(国産)、かぼちゃの餡(小麦粉、砂糖、バター、食  
 塩、パン酵母)、ショートニング、無塩バター、パン酵母、脱脂粉乳、麦芽糖、シモン果汁、食塩



毎週 **810** **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

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©8日



次 11/1回 **108308** **スノーボール(ココア)**

11g×10個 **447円(税込483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54.3Kcal、塩分0.00g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©20日



毎週 **108294** **アップルパイデラックス**

329g **1,155円(税込1,247円)**

国産のアップルブレザーブを使用しレーズンと自家製のケーキ  
 クラムを混ぜ込んだパイです。1袋1062.8Kcal、塩分1.34g

7/24/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ ©8日



