2024 11月 2回（B週）

生活クラブ 福祉クラブ

ANNIVERSARY 35th 福祉クラブ生活協同組合

	月	火	水	木	金	土
申込締切	11/4	5	6	7	8	9
配達	11/11	12	13	14	15	16

集金／12月

11月2回配達　11月11日～11月15日

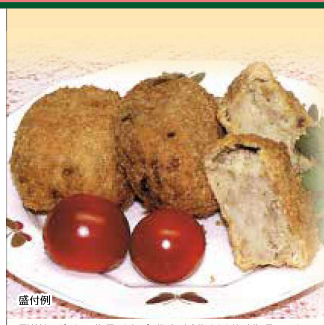
eくらぶ　インターネットでも注文できます！ https://shop.seikatsuclub.coop/eclub_top.html

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。

W.Coキッチンかまくら

生産者（W.Co）：ぽてと・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

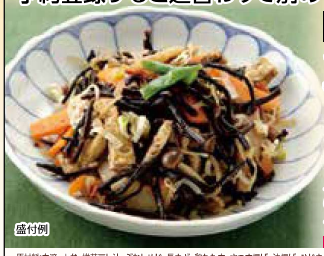
定番のミートコロッケは大人気。お肉の旨みがしみこんでとても美味しいです。10種の煮物は薄味で上品な美味しさです。


盛付例

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

799
そうざい:お肉たっぷりミートコロッケ
4個（200g以上）
602円（税込650円）　冷蔵
子供から大人までみんな大好きなミートコロッケ。ビタミンB1を多く含む豚ひき肉がたっぷり入っています。いつもベスト10に入る人気の品です。1パック584Kcal、塩分1.6g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(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:白滝、人参、椎茸戻し汁、ぶなしめじ、長ネギ、鶏もも肉、さつま揚げ、油揚げ、ひじき、丸大豆醤油、素精糖、なたね油、酒、干し椎茸、いんげん

800 毎週 予約注文番号 803881
そうざい:10種の具だくさんひじき煮
130g以上
510円（税込551円）　冷蔵
10種類の素材を使った具だくさんのひじき煮に仕上げました。家庭ではなかなか10品目をそろえるのは大変ですね。定期的に食べたい身体に優しいそうざいです。1パック124Kcal、塩分1.3g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(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

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

801 NON GM
国産小麦食パン（6枚）
440g
355円（税込383円）　税込11円引き
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
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐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

115291 NON GM
国産小麦食パン（3枚）
220g
218円（税込235円）
小量タイプの3枚スライスです。
1袋（推定値）501.6Kcal、塩分2.05g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:小麦粉（小麦（国産））、砂糖（てんさい（国産））、麦芽糖、パン酵母、食塩、酢

次 11月4回

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
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

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（国産））、塩蜜、加糖れん乳、麦芽糖、ショートニング、パン酵母、食塩、酢

毎週

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
アレルゲン (卵)・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:小麦粉（小麦（国産））、ラム酒漬けレーズン、砂糖（てんさい（国産））、ショートニング、パン酵母、麦芽糖、食塩

毎週

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、国産小麦粉の風味を生かしました。はちみつや規乳をつけても甘くなりすぎません。クリームチーズをのせるのもおすすめです。1袋500Kcal、塩分1.43g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

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

毎週

805 NON GM
国産小麦バターロール
41g×4
333円（税込360円）　税込11円引き
毎週 予約注文番号 803851　**323**円（税込349円）
小麦粉、バター、卵をたっぷりと使用した、オルタフーズの自信作です。1個（推定値）111.1Kcal、塩分0.31g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

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

次 12月2回

806 NON GM
白神さんちのパン（塩バター）
57g×3
355円（税込383円）
白神こだま酵母を使用。噛むほどに小麦の味わいがある生地に、塩バターをトッピングしてます。1個（推定値）164.9Kcal、塩分0.8g
アレルゲン (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。

週 予約注文番号 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。
※eくらぶからも登録できます。

次 11月4回

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

807 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
アレルゲン 卵・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:小麦粉（小麦（国産））、ラム酒漬けレーズン、鶏卵（国産）、加工黒砂糖、ショートニング、砂糖、パン酵母、脱脂粉乳、麦芽糖、食塩

808 NON GM
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が後をひきます。
1個153.5Kcal、塩分0.23g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:かぼちゃあん（パンプキンあん、マーガリン（乳成分を含む（国内製造））、シナモン末（中国））、小麦粉（小麦（国産））、シートマーガリン（国内製造）、鶏卵、マーガリン、食塩、酢

次 12月2回

811 NON GM
パンプキンパイ
68g×2
483円（税込522円）
さっくりパイと柔らかいパンプキンあんの食感をお楽しみください。シナモン入りのかぼちゃ餡が入った小型パイ。1個258.4Kcal、塩分0.31g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:小麦粉（小麦（国産））、バター（生乳（国産））、砂糖（てんさい（国産））、鶏卵（国産）、レモン砂糖漬、アップルレモンシロップ（アップルシロップ、レモン果汁）、スライスアーモンド、レモン果汁（国産）、食塩／ベーキングパウダー（小麦由来）

GM 表対象

810
発酵バターのケーキ（爽やかレモン）
223g
945円（税込1,021円）
生地にはレモンピールを加え、焼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）889.4Kcal、塩分0.58g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐7日

原材料:鶏卵（国産）、チョコ（大豆（遺伝子組み換えでないものを分別）を含む）、小麦粉（小麦（国産））、マーガリン（乳成分を含む）、砂糖、チョコチップ（大豆（遺伝子組み換えでない分別）を含む）、ベーキングパウダー（小麦由来）

GM 表対象

115304
ダブルチョコマフィン
75g×2
↑**525**円（税込567円）
生地にチョコクリームを練り込みしっとりとした味わいに仕上げました。1個325.2Kcal、塩分0.18g
アレルゲン 卵・乳・麦・豆　(株)オルタフーズ　㊐8日

原材料:小麦粉（小麦（国産））、マーガリン（乳成分を含む）（国内製造）、砂糖（てんさい（国産））、粉砂糖、アーモンド

GM 表対象

115312
スノーボール（アーモンド）
11g×10個
357円（税込386円）
香ばしいアーモンドを配合したボール型のクッキーです。おやつやプチギフトにおすすめです。1個54.3Kcal、塩分0.00g
アレルゲン (卵)・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐20日

原材料:粒あん（小豆（国産）、砂糖（てんさい（国産））、小麦粉（小麦（国産））、よもぎ、砂糖、ショートニング、パン酵母、麦芽糖、食塩、酢

次 11月3回

809 NON GM
よもぎあんパン
71g×2
373円（税込403円）
よもぎを混ぜた生地に粒あんを包みました。□いっぱいに広がるよもぎの香りをお楽しみ下さい。1個（推定値）170.4Kcal、塩分0.42g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

11月2回配達　11月11日～11月15日

e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

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

812 GM管理済
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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

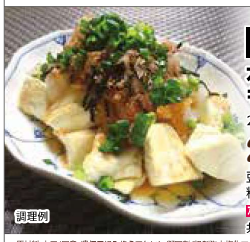
813 GM管理済
もめん豆腐
300g
150円（税込162円）
絹こしに比べ、たんぱく質や脂質が多く、またカルシウム、鉄分、ビタミンE、食物繊維等がより多く含まれています。100g91Kcal、塩分0.04g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

814 GM管理済
絹ごし豆腐2個パック
150g×2
165円（税込178円）　税込5円引き
毎週 予約注文番号 803831　**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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋7日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

815 GM管理済
もめん豆腐2個パック
150g×2
165円（税込178円）　税込5円引き
毎週 予約注文番号 803841　**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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋6日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)


調理例

次 12月2回

816 GM管理済
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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋20日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)

調理例

次 11月4回

817 GM管理済
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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

818 GM管理済
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、「油抜き」しなくてもお召し上がり頂けます。100g270Kcal、塩分0.05g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊋4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、凝固剤(粗製海水塩化マグネシウム「にがり」)

11月3回配達　11月18日～11月22日

※eくらぶ注文では企画回 → 11月2回を選択してください

e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

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。

調理例

次 12月2回

819 NON GM
徳用北京餃子
270g(15個入り)
455円（税込491円）
指定飼料で育てた豚肉を加え、国産小麦粉の皮で包んでいます。皮を薄らかくする添加物は一切使っていません。「よく食べる餃子だから安心したものを食べたい」との思いから開発。100g190Kcal、塩分0.6g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(えび)・(かに)・豆
(株)ニッコー　冷凍
原材料:野菜(キャベツ(国産)、たまねぎ(国産)、にら(国産)、にんにく(国産)、しょうが(国産))、豚肉(国産)、パン粉、肉汁、しょうゆ、ごま油、昆布パウダー、砂糖、食塩、こしょう、皮(小麦粉、食塩)、(一部に豚肉・小麦・大豆・ごまを含む)

初山センター開発品

調理例

次 12月2回

レンジ
820 NON GM 組
平牧三元豚のサクサク俵カツ
175g(5個)
695円（税込751円）
カツカレーやカツ丼はもちろんパンやごはんで巻いても。平牧の豚もも薄切り、しなやかな油を使用した安心の調理材。切れから年忘りの方まで楽しめるよう、形や柔らかさにもこだわりました。100g226Kcal、塩分0.7g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(えび)・(かに)
(株)ニッコー　冷凍
原材料:豚肉(国産)、食塩、こしょう、衣(パン粉、小麦粉、でん粉)、(一部に豚肉・小麦を含む)

盛付例

次 12月2回

821
鶏ごぼうしゅうまい
216g(8個)
412円（税込445円）
国産小麦粉を使用した皮に、新鮮なごぼうと鶏肉をつつみました。ごぼうの豊かな香りと、シャキっとした食感が楽しめます。100g183Kcal、塩分1.09g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(えび)・(かに)・豆
(株)ニッコー　冷凍
原材料:ごぼう、鶏肉、玉葱、でん粉、調味料、長ネギ、鶏卵、発酵調味料、魚スープ、砂糖、パン粉、ごま油、醤油、食塩、しょうが、オイスターソース、ポークエキス、チキンエキス、こしょう、(皮)小麦粉、食塩

揚げる

次 12月2回

822
たこザンギ
100g
配達：11/25～29
583円（税込630円）
北海道産のミズダコを料理酒の上品な味付けで煮上げ、米粉の衣をまぶして冷凍しておりますので、油で揚げる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、とてもジューシーな一品です。100g129Kcal、塩分1.37g
アレルゲン 麦・豆
(株)栄農人　冷凍
原材料:ミズダコ、米粉、食塩、醤油、砂糖、植物エキス、ブドウ糖、昆布エキス

調理例

次 12月2回

115321
ボイルだこ
300g
配達：11/25～29
1,685円（税込1,820円）
北海道の非常にやわらかい肉質のボダコ。ボイルしてありますので程よい弾力が楽しめ、ほのかな甘み・旨みがあります。100g72Kcal、塩分1.06g
(株)栄農人　冷凍
原材料:ミズダコ(北海道沖)、食塩

次 12月2回

配達：11/25～29
115339
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。
アレルゲン えび
(株)栄農人　冷凍
原材料:えび、塩

次 12月2回

配達：11/25～29
823
イチョウ葉+DHA・EPA
450mg×90粒
4,540円
(税込4,903円)
DHA・EPAを安心して吸収できる保健活性剤のE-SAN(イワシ油のサプリメント)に、今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
原材料:イワシ油(国内産)・イチョウ葉エキス(国内産)・ゼラチン(豚由来)・グリセリン・ミツロウ・グリセリン脂肪酸エステル

次 12月2回

配達：11/25～29
824
グルコサミン&コンドロイチン
54g(300mg×180粒)
3,200円
(税込3,456円)
歩く、立つ、走る、毎日の健康生活に大切な軟骨成分であるグルコサミン、コンドロイチンをバランスよく配合しました。1粒1,18Kcal、塩分0,004g
(株)ウエルライフ
原材料:グルコサミン(エビ・カニ由来)、鮫軟骨抽出物(コンドロイチン含有)、シナモン末、粉末セルロース、麦芽糖、ショ糖エステル

次 12月2回

配達：11/25～29
825
アマニ油&ルテイン
18.6g(1粒重量310mg×60粒、1粒内容量180mg)
2,700円
(税込2,916円)
2粒3,9Kcal、塩分0,00g
(株)ウエルライフ
原材料:食用アマニ油(国内製造)、カシスエキス粉末/セラチン、グリセリン、乳化剤、ミツロウ、マリーゴールド色素、(一部にゼラチンを含む)

115347
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、サラッとした使用感の化粧水です。
(株)ジャパンビューティープロダクト
原材料:水、BG、DPG、ハトムギ種子エキス、セイヨウカミツレ/ハマギエキス、ハトメ/ハス果皮エキス、イラハ/月桂エキス、ハマボウフウ/ツボクサエキス、カンゾウ/紅エキス、チャ種エキス、ローズマリー種エキス、たたら/紅エキス、ビワ葉/ロンジ葉エキス、キサンタンガム、(ジ)酢酸(ジ)ヒドロ(ジ)ステアリン酸ポリオキシエチレン(60)硬化ひまし油、クエン酸、クエン酸ナトリウム、PEG-60水添ひまし油、エチルヘキシルグリセリン、BG、フェノキシエタノール

次 12月2回

115355
横濱馬油商店　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「こうね」馬油100%です。
(株)ジャパンビューティープロダクト
原材料:馬油

次 12月2回

115363
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ープロダクト
原材料:水、DPG、グリセリン、パラベン、プラセンタエキス、塩基性アルニカ酸塩、加水分解コラーゲン、加水分解コーン、ハトムギ種子エキス、カンゾウ/紅エキス、カンゾウ末抽エキス、ナツメ末抽エキス、ドクダミエキス、グリセリン/ハイ(1)コンド、キサンタンガム、PEG-40水添ひまし油、エチルヘキシルグリセリン/BG、フェノキシエタノール

イメージ

旬な品種をお届け

毎週

田村りんご農園
田村さん

826　配達：11/11～15
産直品:田村さん家の旬りんご
3～4個
770円（税込832円）
安心安全でおいしい旬なりんごを、いつもの配達でお届けします。今回は青林(せいりん)の予定。さっぱりとした甘酸っぱさです。
(株)ファーマインドトレードサービス

毎週配達

798 毎週 予約注文番号 803871
ドライアイス
(鮮度保持用) 約500g
90円（税込99円）　冷凍
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: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なわれたものです。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」「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。

NON GM　微量原料も含め遺伝子組み換え作物は原料に使っていません。
GM管理済　GM混入防止管理済。微量原料も含め遺伝子組み換えの混入を防ぐための分別をしています。
GM対策　主要原材料では遺伝子組み換えの混入を防ぐための分別をしていますが、酸化防止剤（ビタミンEやビタミンC）、香料の抽出に使用されるアルコールなどで、分別されていない原料を使っています。

アレルゲン情報　代表的な原料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移染など、表示外で微量の混入の可能性があり、完全情報ではなく あくまで「目安」であることをご理解ください。
【申込の注意】＊注文番号が6桁のものは、注文書の6桁番号記入欄に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」（本体価格に該当税率を掛け四捨五入）を表示しています。＊このカタログに記載されている消費材は、組合員の注文に基づく予約購入です。返品はできませんのので注意して申込んでください。
原材料と栄養成分は包材の表示内容を掲載しています。
塩分はナトリウム値から換算しているものもあるため、包材と異なる場合があります。タイミングにより栄養成分が掲載できない物もありますので、最新の情報は製品の包材でご確認下さい。

●記号の説明
今週から値上げ　今週から値下げ　改 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 組合員開発消費材
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
次12/4回 次に取組みがある予定の週。急な変更があることをご了承ください。

次 12月2回

配達：11/11～15
827
鮮魚：養殖活〆伊勢真鯛
250g前後
改 **2,300**円（税込2,484円）
真鯛はプリプリとした歯ごたえ、甘味とコクのあるうま味が楽しめます。カルパッチョや笹寿司、昆布〆にしてもおいしくいただけます。
みえぎょれん販売(株)　㊋5日　冷蔵
調理例