



生活クラブ

福祉クラブ



	月	火	水	木	金	土
	3/31	4/1	2	3	4	5
申込締切						
配達	4/7	8	9	10	11	12

集金/5月

4月2回配達 4月7日~4月11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

福祉クラブの食材で作ることになり、「やっぱり安心ね」と言われるようメンバー一同で頑張っています。

W.Coぼとと



799
そうざい:
若鶏からあげの黒酢和え
210g以上
610円(税込659円) 冷蔵

若鶏の唐揚げと素揚げした野菜と一緒に黒酢で和えました。黒酢のまろやかな酸味とさっぱりとした鶏むね肉が相性抜群の一品です。1パック399Kcal、塩分1.7g

7/23/22 卵・乳・麦(そば)・鶏(さし)・卵(か)・豆

盛付例
原材料: 鶏むね肉、唐揚げ、人参、ピーマン、菜の花、アスパラ、大根、豆苗、かつお節、黒酢、醤油、酒、生油、食塩、料理用紙、水

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



800 **803881**
そうざい: 昔ながらの五目切干煮
160g以上
510円(税込551円) 冷蔵

ミネラルの豊富な食材を使った昔ながらの懐かしい味です。みつししれきみ昆布も入れたことで、より旨みも増しご飯が進みます。1パック142Kcal、塩分2.2g

7/23/22 卵・乳・麦(そば)・鶏(さし)・卵(か)・豆

盛付例
原材料: 切干、昆布、人参、豚ひき肉、切干大根、醤油、酒、鶏卵、油揚げ、孔相豆、かつししれきみ、かつししれきみ

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) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



111449
国産小麦食パン(8枚)
440g
355円(税込383円)
毎週 **803851** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



802
こだわりの国産小麦白神食パン
360g
372円(税込402円)
毎週 **803871** **372円**(税込402円) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



803
イギリス食パン(3枚)
221g
265円(税込286円)
毎週 **803891** **265円**(税込286円) 初回 11円引き

トーストするとサクッと軽い食感です。1袋524Kcal、塩分2.0g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日

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。



804
レーズン食パン(3枚)
210g
306円(税込330円)
毎週 **803841** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

生地の甘さを抑え、国産小麦粉の風味を生かしました。はちみつ糖漿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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



805
国産小麦バターロール
41g×4
333円(税込360円)
毎週 **803851** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

小麦粉、バター、卵をたっぷりを使用した、オルタフーズの自信作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



806
白神黒糖ペーグル
100g×3
435円(税込470円)
毎週 **803861** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

白神こだま酵母を使い、油脂を一切配合していないペーグルです。1個231.8Kcal、塩分1.07g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



807
イングリッシュマフィン
73g×4
357円(税込386円)
毎週 **803871** **372円**(税込402円) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄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。



808
ぶどうパン
51g×5
373円(税込403円)
毎週 **803841** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



809
ミルクパン
51g×5
425円(税込459円)
毎週 **803851** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

水を一切使用せず、牛乳で仕込みました。練乳のやさしい甘さが特徴です。1個166.9Kcal、塩分0.27g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



810
シナモンデニッシュ
53.3g×3
290円(税込313円)
毎週 **803861** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

トースター等で温め直すと、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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



811
甘食
5個
332円(税込359円)
毎週 **803871** **372円**(税込402円) 初回 11円引き

ほんのり甘い円すい型、ほっとする懐かしい味。牛乳と一緒に軽食にもどうぞ。1袋656.9Kcal、塩分0.45g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄30日



111465
くるみとレーズンの黒糖マフィン
72g×2
452円(税込488円)
毎週 **803841** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

風味豊かな黒糖とレーズンの甘味、くるみの香ばしさがおいしいマフィンケーキです。1個344.2Kcal、塩分0.1g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄8日



111457
発酵バターケーキ(爽やかレモン)
223g
945円(税込1,021円)
毎週 **803851** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

生地にはレモンピールを加え、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)893.4Kcal、塩分1.55g

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄7日



812
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) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日



813
国産小麦食パン(8枚)
440g
355円(税込383円)
毎週 **803851** **323円**(税込349円) 初回 11円引き

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

7/23/22 卵・乳・麦(豆) (株)オルタフーズ 薄3日

豆腐

大豆本来の味をお届けします

◎国産大豆(100%)と天然がりで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。

812 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
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

813 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、またカリウム、鉄分、ビタミンE、食物繊維が豊富に含まれています。100g91Kcal、塩分0.04g

【アレルギー】大豆
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

814 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)

【アレルギー】大豆
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

815 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)

【アレルギー】大豆
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

111473 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。日持ちもするのでもちもちに仕上がります。100g86Kcal、塩分0.08g

【アレルギー】大豆
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

816 厚あげ 220g **180円**(税込194円)

水切りした木綿豆腐を煮揚げしています。揚げにくいので、どんな料理にも使えます。100g146Kcal、塩分0.08g

【アレルギー】大豆
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

817 油あげ 25~30g×2 **144円**(税込156円)

揚げたにいた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

【アレルギー】大豆
【原材料】大豆(国産)・塩・水
【賞味期限】製造日より1週間

※eくらぶ注文では企画回 → 4月2回を選択してください

加工食品 生活雑貨類

818 徳用北京餃子 270g(15個入り) **455円**(税込491円)

指定材料で育てた豚肉を加え、量産小麥粉の皮で包んでいます。皮を柔らかくする添加物は一切使っていません。(※食べる餃子だから安心なものを食べてほしいという思いから開発。100g190Kcal、塩分0.6g)

【アレルギー】卵・乳・小麦(胚芽)・かに・大豆
【原材料】小麦(胚芽)・卵・豚肉・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

820 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きました。ごぼうの豊かな香りと、シャキッとした食感が楽しめます。100g183Kcal、塩分1.09g

【アレルギー】卵・乳・小麦(胚芽)・かに・大豆
【原材料】小麦(胚芽)・卵・鶏肉・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

823 こめや: ぼたん竹輪 70g×2本 **305円**(税込329円)

無りんすり身、天然調味料を使用することで、竹輪本来の旨みを引き出しました。100g126Kcal、塩分5.41g

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】小麦(胚芽)・卵・大豆・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

819 組 平牧三豚豚のサクサク俄カツ 175g(5個) **695円**(税込751円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】小麦(胚芽)・卵・大豆・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

821 たこザンギ 100g **550円**(税込594円)

北海道産のミスダコを料亭風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。油で揚げるだけの調理は簡単。柔らかいのにしつかりた食感で、とてもジューシー! 一度食べたらやみつきです。100g129Kcal、塩分1.37g

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】タコ・小麦(胚芽)・卵・大豆・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

825 快適生活 サラシア・キトサン 54g(300mg×180粒) **3,400円**(税込3,672円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】キトサン・卵・小麦(胚芽)・大豆

826 青みかんパウダー 100 45g(250mg×180粒) **2,800円**(税込3,024円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】青みかんパウダー

827 天然ビタミンC アセロラ 54g(300mg×180粒) **3,200円**(税込3,456円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】アセロラ

824 伊達巻かない 200g **500円**(税込540円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】小麦(胚芽)・卵・大豆・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

821 たこザンギ 100g **550円**(税込594円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】タコ・小麦(胚芽)・卵・大豆・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

821 たこザンギ 100g **550円**(税込594円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】タコ・小麦(胚芽)・卵・大豆・水・食塩・食酢・食糖・食油・食香料・食色素・食添加物

111481 オリーブ湯 150g **1,320円**(税込1,452円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】オリーブオイル

111490 発酵ハトムギ オールインワンゲル 500ml **1,450円**(税込1,595円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】ハトムギ

111503 横濱馬油商店 生馬油 50g **3,300円**(税込3,630円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】馬油

111511 横濱馬油商店 馬プラセンタ化粧水 120ml **2,000円**(税込2,200円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】馬プラセンタ

清流の国 岐阜県産うなぎ **822** 岐阜県産うなぎ蒲焼(カット) 75g±5g **990円**(税込1,069円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】うなぎ

毎週配達 **798** ドライアイス 108円(税込119円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】ドライアイス

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」との基本とする「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9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) くるみ…(くるみ) 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感染など、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「目当て」であることをご理解ください。

【表示の注】※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いただきます。※表示価格は、「本体価格」と送料に「税込価格」(本体価格に送料率を掛けた価格)を合算して表示しています。※このカタログに掲載されている消費財は、組合員の注文に基づき予約購入となります。送料は各ご自身の注文書に記載していただくものとさせていただきます。

原材料と栄養成分は別の表示内容をご確認ください。塩分はナトリウム塩から換算しているものもあるため、原材料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するものも有りますので、最新の情報は製品の包装でご確認ください。

●記号の説明
●今週から直下 ↓ 今週から直下 ● 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
● 組合員開発消費財
● リユース品(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
● 次回に取組みがある予定の品、急な変更があることをご了承ください。

822 岐阜県産うなぎ蒲焼(カット) 75g±5g **990円**(税込1,069円)

【アレルギー】卵・小麦(胚芽)・大豆
【原材料】うなぎ