

週刊

人と人 自然と食卓 つなげます。

# KurucO

5月の連休に伴い、引落日が異なります。  
4月お届け商品ご利用代金  
2019年 4月3週 口座引落日 5/9(木)

	月	火	水	木	金
注文用紙提出日	4/8	9	10	11	12
定番品お届け日	4/15	16	17	18	19

※「くらしと生協」など、一部お届けが異なる商品もございます。

ラブコに  
教えて!

## 骨取りさば

味噌煮

みぞれ煮

の



ねえねえ、どうして  
こんなにも人気のの?

## どうして?



こく甘しょうゆだれに  
大根おろしを加えた  
さっぱりみぞれ煮。

信州味噌としょうがの  
風味が食欲そそる  
甘口味付けの味噌煮。

**Q** どうしてこのさば、  
骨がないの?

**A** それは食べやすいよう、  
手で取り除いているから。

腹骨・中骨・小骨・ヒレを、人の手でいねいに骨取り。とくに細かい骨は、専用のピンセットで1本1本取り除きました。



**Q** どうして身が、  
ふんわりしてるの?

**A** それは脂のりのいい  
ノルウェー産だから。

原料は、脂がのる9~11月水揚げのさばが中心。担当者がノルウェーまで赴き、品質を確認して買い付けています。

だから  
おいしいんだね!



21  
ページ

魚  
刺し

1切増量

175 CO-OP 次回予定 翌々週 凍  
骨取りさばの味噌煮(1切増量)  
4切240g .....538円(税込581円)



21  
ページ

魚  
刺し

1袋増量

176 CO-OP 次回予定 5月3週 凍  
骨取りさばのみぞれ煮(1袋増量)  
240g(2切x4袋) 538円(税込581円)

### もくじ | 今週のクルコ

■ 特集 ..... 2~10	■ 惣菜 ..... 32~35	■ お酒 ..... 51	■ 生活雑貨 ..... 60・61
■ クルコ食堂・クローズアップ ..... 11	■ 調味料・加工品・乾物 ..... 36~40	■ ビール ..... 52	■ ソラデー&消耗品 ..... 62
■ 産地からこんにちは・掲載マークの見方 ..... 12	■ たまご・牛乳・乳製品 ..... 41	■ クルコママ ..... 53	■ コープデリミールキット ..... 63
■ 青果 ..... 13~16	■ 乳製品 ..... 42・43	■ クルコママ・日用品 ..... 54	■ お買い得情報 ..... 64
■ 青果・お米 ..... 17	■ パン ..... 44	■ 栄養補助食品等 ..... 55	
■ お魚 ..... 18~22	■ パン・飲料 ..... 45	■ 化粧品 ..... 56	
■ お肉 ..... 23~26	■ 飲料 ..... 46	■ 日用品 ..... 57	
■ 冷凍食品 ..... 27~31	■ お菓子 ..... 47~50	■ 書籍 ..... 58・59	

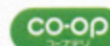
配達された商品がご注文どおりのものかどうか、また破損などしていないか直ちにご確認ください。不良品・破損品の返品・交換はクルココールセンターまでご連絡ください。

放射能汚染に関するクルコの取り組みと自主検査の結果についてホームページで公開しています。

クルコ

検索

放射能物質による食品汚染への対応  
~クルコの対応と自主検査の結果について~



コープクルコ

食卓を笑顔に、地域を豊かに。



甘みが強く、酸味はひかえめ。



**30 産直 翌週**  
 トマト(桃太郎)  
 2Sサイズ(5-6玉) **298円(税込321円)**  
 JAふくおか八女(福岡県)



# だから私は毎日クルコ

新潟県産および国産の素材、生産者を応援します。

土づくりからこだわった栄養豊富な緑黄色野菜。



**66 産直 翌週**  
 小松菜  
 200g **128円(税込138円)**  
 坂井ファームクリエイト(新潟市)

豆が甘く、さやはシャキッとした食感。



**45 産直 翌週**  
 徳用スナップえんどう  
 160g **398円(税込429円)**  
 新潟県、愛知県、熊本県

和洋中何にでも合い、料理の邪魔をしない万能食材。



**95 産直 翌週**  
 五十嵐さんのふなしめじ  
 170g **95円(税込102円)**  
 五十嵐菌茸(新潟市)

食べ比べが楽しめる2種セット。



風味豊かな「昆布漬け」  
 大根を使用した「かぶら漬け」



**117 5月3週 凍**  
 しめさば2種セット(かぶら・昆布)  
 2枚140g **550円(税込594円)**  
 産 国産 産120日

希少な天然しじみを手掘りで漁獲しました。



うまみを蓄えた大きめサイズ。  
**135 5月3週 凍**  
 島根県神西湖産冷凍大和しじみ  
 100g **278円(税込300円)**  
 産 国産 産180日



**138 産直 翌週 凍**  
 脂ののったさば一夜干  
 4切240g **308円(税込332円)**  
 産 国産 産120日



うまみのある脂がじゅわっとあふれます。



焼きやすく食べやすい小型の真ほっけ。



**137 5月3週 凍**  
 北海道産真ほっけ開き  
 4枚340g **458円(税込494円)**  
 産 北海道産 産180日



**177 CO-OP 産直 翌週 凍**  
 ふっくらしらす干し  
 25g×3 **318円(税込343円)**  
 産 国産 産180日



ふっくらやわらかく炊き上げました。



昔ながらの製法で漬け込んだまろやかな味わい。



**156 産直 翌週 凍**  
 にしん三五八漬  
 4切400g **435円(税込469円)**  
 産 国産 産90日



大満足の食べごたえ♪

タルタルソースを添えれば  
ごちそう感アップ↑

約17cm

196 次回予定 5月3週 凍

ジャンボ鮭フライ

4枚280g **318円(税込343円)**

卵乳麦 三陸産

調理例

天然に限りなく近い「粗放養殖」で、  
のびのびと育てられました。

約11~13cm

197 次回予定 翌々週 凍

えびフライ大(L)

180g(6尾) **900円(税込972円)**

麦 え インドネシア産

身の締まりがよく、  
おいしさも格別!

調理例

人気のふれあいミックス。  
お手ごろ価格も魅力です。

モモ・肩ロース・  
ロース肉のいずれかを  
約3mm厚に  
スライスカットしています。

169円税別/100g

230 産直 翌週 凍

生協ポークふれあいミックス

200g **338円(税込365円)**

調120日 いそべ

調理例

たっぷり入ったお徳用。  
使う分だけ解凍して。

鶏肉のおいしさが味わえる部位。  
唐揚げ、煮物、ソテーなどに。

149円税別/100g

231 産直 翌々週 凍

生協ポークこまぎれ(分包)お徳用

8個800g **1,190円(税込1,285円)**

調120日 いそべ

調理例

お徳用

149円税別/100g

231 産直 翌々週 凍

生協ポークこまぎれ(分包)お徳用

8個800g **1,190円(税込1,285円)**

調120日 いそべ

調理例

made in にいがた

雑味のない、お肉本来の  
うまみで勝負。

肉の片山(新潟県)

288 次回予定 翌々週 蔵

燻製工房 無塩せきベーコンスライス

80g **370円(税込399円)**

麦 調13日

調理例

KuruCo KAWANASHI

皮なし 無塩せき

ポーク&チキン  
ウインナー

292 クルコ 次回予定 翌週 凍

KuruCo皮なしポーク&チキンウインナー冷凍

210g **348円(税込375円)**

卵 明治ケンコーハム(静岡県) GMO

調理例

必要なときに使える  
冷凍のウインナーです。

冷凍庫に  
ストックしておけば、  
買い忘れても安心♪

調理例

調理の際の目安にもなる  
100gずつの3分割トレー入り。

124円税別/100g

276 産直 翌週 凍

生協ポーク挽肉

300g **370円(税込399円)**

調120日 いそべ

調理例

手作業でいいいにたれ漬けた  
こだわりステーキ。

こうじの酵素で、  
やわらかく  
ジューシーな食感に。

232 次回予定 5月3週 凍

産直お米育ち豚ロース肉の塩麹ステーキ(個包装)

180g(2枚) **450円(税込486円)**

調180日 コーブミート千葉(千葉県)

調理例

サクッと揚がる薄めのカツ  
×  
食欲そそる甘辛たれ。

made in にいがた

233 次回予定 翌々週 凍

とんかつ太郎新潟タレカツセット

320g(豚カツ(8枚)タレ付) **598円(税込645円)**

卵乳麦 調180日 北日本ホーム食品(新潟県)

調理例



手間と時間を掛けた製法で  
きめの細かいお豆腐に。



調理例

予約登録番号  
毎週 263046  
隔週 263053

にいがた 100

395 翌週 蔵  
新潟大豆もめん豆腐  
400g ... 95円(税込102円)  
国お届け日含め5日 こなかわ(新潟県)

予約登録番号  
毎週 263061  
隔週 263079

にいがた 100

396 翌週 蔵  
新潟大豆絹ごし豆腐  
400g ... 95円(税込102円)  
国お届け日含め5日 こなかわ(新潟県)

毎日の食卓にお届けしたい  
飽きの来ない納豆です。



納豆専用の  
北海道産大豆  
「すずまる」を使用。

盛りつけ例

414 クルコ 翌週 蔵  
国産こつぶ納豆  
42g×3(たれ付) 150円(税込162円)  
麦 国10日 大和納豆(新潟県)

カラッと黄金色に揚がり、  
食感ほなめらか。

調理例

made in にいがた

予約登録番号  
毎週 262386  
隔週 262394

にいがた 100

404 翌週 蔵  
新潟大豆にがり絹揚  
2枚入 188円(税込203円)  
国お届け日含め3日 こなかわ(新潟県)

風味豊かで歯切れがよく、しみも抜群。



調理例

予約登録番号  
毎週 263046  
隔週 263053

にいがた 100

405 5月3週 蔵  
新潟蒟蒻(生いもこんにゃく)  
150g×2 ..... 158円(税込170円)  
国61日 猪貝(新潟県)

予約登録番号  
毎週 263061  
隔週 263079

にいがた 100

406 5月3週 蔵  
新潟白滝(生いもしらたき)  
120g×2 ..... 158円(税込170円)  
国61日 猪貝(新潟県)

コシの強さ、のど越しのよさが自慢。



調味料(アミノ酸)  
不使用の  
すっきりとしたスープ付き。

調理例

430 5月3週 蔵  
新潟県産小麦ゆきちからで作った醤油ラーメン  
120g×2スープ付 208円(税込224円)  
卵麦 国13日 入澤製麺(新潟県) GMO

あんの豚肉、皮の原料も  
新潟県産です!



地産地消を意識した  
クルコの  
ロングセラー餃子。

調理例

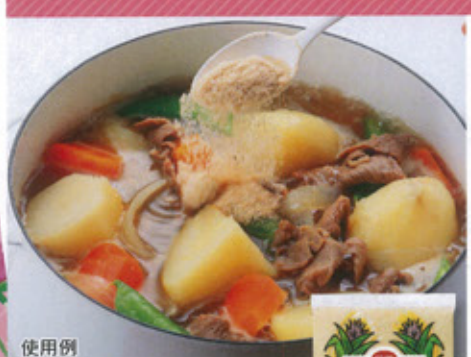
333 クルコ 翌々週 凍  
ひとくちぎょうざ  
16個272g 348円(税込375円)  
麦 国180日 三忠(新潟県)

パリパリとした心地よい食感。



429 5月3週 蔵  
越後みそ西のみそ漬 だいこん・きゅうり  
130g 448円(税込483円)  
麦 国180日 越後みそ西(新潟県) GMO

基本の調味料はクルコでそろえて。



使用例

468 CO-OP 翌々週  
きび砂糖  
750g ..... 298円(税込321円)  
\*新東日本製糖(千葉県)



使用例

469 翌週  
生協しょうゆ(本醸造)  
1L 188円(税込203円)  
麦 国18ヵ月 新潟県醤油協業組合(新潟県)



調理例

470 翌々週  
生協万能つゆ(化学調味料不使用)  
900ml 568円(税込613円)  
麦 国12ヵ月 菱山六醤油(新潟県) GMO



使用例

484 5月3週  
純正 菜種油一番搾り  
1250g 728円(税込786円)  
国18ヵ月 平田産業(福岡県)



風味豊かに  
パリッと焼き上げました。



511 **クルコ** 次回予定 翌々週  
焼のり金 5P  
全形10枚×5袋 **1,300円** (税込**1,404円**)  
丸180日 サンキョーフーズ(新潟県)

1等級原麦の良質な  
中心部のみを抽出。



528 **クルコ** 次回予定 翌々週  
強力粉ゴールドクラウン  
1kg **218円** (税込**235円**)  
麦 丸180日 丸栄製粉(新潟県)

香り高く  
まるやかな甘みがあります。



671 **クルコ** 次回予定 未定  
生協の村上茶(煎茶)  
100g **458円** (税込**494円**)  
丸12カ月 お茶の常盤園(新潟県)

搾りたての新鮮な生乳ならではの  
とろーり濃厚な味わい。



613 **クルコ** 次回予定 蔵  
生協のヤスタのむヨーグルト  
900ml **350円** (税込**378円**)  
乳 丸17日 ヤスタヨーグルト(新潟県)

5種類の味が楽しめる  
アソートパックも好評です。



614 次回予定 蔵  
ヤスタヨーグルトアソートパック  
150ml×5 **498円** (税込**537円**)  
乳 丸17日 ヤスタヨーグルト(新潟県)

お米本来の味わい、  
やさしい甘さが  
楽しめます。



672 次回予定 未定  
あまざけ(ストレートタイプ)  
740g **770円** (税込**831円**)  
丸150日 三崎屋醸造(新潟県)

ゆめっ子牛乳のおいしさを  
そのままアイスに。



695 **クルコ** 次回予定 未定 凍  
ゆめっ子パニラ  
100ml×3個 **238円** (税込**257円**)  
卵乳 さかたや(新潟県) アイスミルク

食べ出したら止まらない!  
くせになるマヨチキン味。



746 次回予定 未定  
マヨネーズおかき2P  
120g×2 **530円** (税込**572円**)  
卵乳麦 丸90日 加藤製菓(新潟県)

素焼き製法で素材それぞれの味を  
引き立たせました。



747 次回予定 5月3週  
食塩無添加ミックスナッツ(ケース)  
13g×25P **1,280円** (税込**1,382円**)  
丸180日 東洋ナッツ食品(兵庫県)

6種類の穀物とくるみ入り。



640 **クルコ** 次回予定 翌週  
まーるいたねっこパン  
50g×4 **188円** (税込**203円**)  
卵乳麦 丸お届け日含め2日 マルシャン(新潟県)

岩塩の塩けが  
ほどよいアクセントに。



641 次回予定 5月3週  
塩ロールパン  
6個 **360円** (税込**388円**)  
卵乳麦 丸お届け日含め2日 マルシャン(新潟県)

今季最終 4種の味覚が  
ギュッと詰まっています。



642  
大地の恵みとりんごのパン  
1個 **248円** (税込**267円**)  
卵乳麦 丸お届け日含め3日 マルシャン(新潟県)



# クルコの夕食提案

今日は何にしようかな



きのこの風味が  
たまりません♪

調理例



90 次回予定 翌週  
新たまねぎ  
1.5kg(サイズ込) **480円(税込518円)**  
愛知県、佐賀県、長崎県、熊本県



84 次回予定 翌週  
新じゃがいも  
700g(サイズ込) **280円(税込302円)**  
鹿児島県



100 産直 次回予定 翌週  
野上さんのエリンギ  
120g **100円(税込108円)**  
グルメッシュ野上(十日町市)



492 クルコ 次回予定 翌々週  
みんなの旨辛カレー 中辛  
150g(約7皿分) **258円(税込278円)**  
麦 10ヵ月 東京フード(茨城県)



493 クルコ 次回予定 翌々週  
大人の旨辛カレー 辛口  
150g(約7皿分) **258円(税込278円)**  
麦 10ヵ月 東京フード(茨城県)



294 次回予定 5月3週 凍  
雪室熟成じゃがいもの肉じゃがコロック  
4個280g **370円(税込399円)**  
麦 180日 まきば(新潟県) GMD



調理例



調理例



295 次回予定 翌々週 凍  
国産若鶏の竜田揚げ  
210g **348円(税込375円)**  
麦 マルイ食品(宮崎県) GMD



311 次回予定 5月3週 凍  
チーズがとろけるハンバーグ  
2個240g **348円(税込375円)**  
卵乳麦 サンバーグ(茨城県) GMD



調理例



調理例



308 次回予定 5月3週 凍化  
牛肉野菜巻  
8本136g **370円(税込399円)**  
ワールドフーズ(兵庫県)



227 産直 次回予定 翌々週 凍  
生協ポークロースとんかつ用(2枚)  
2枚220g **498円(税込537円)**  
調理例 美120日 いそべ



調理例



556 次回予定 5月2週 化  
赤坂璃宮監修 麻婆豆腐用  
80g(70g+10g) **218円(税込235円)**  
麦 12ヵ月 富士食品工業(静岡県) GMD



肉と野菜を炒めて  
合わせるだけの簡単調理。



176円税別/100g

228 産直 翌週 凍  
生協ポークばら切りおとし(分包)  
3個300g **528円(税込570円)**  
賞120日 いそべ

クルコ産

69 次週予定 翌週  
春キャベツ  
1個 **248円(税込267円)**  
千葉県、神奈川県、愛知県 調理例



491 次週予定 5月3週  
ホイコーローのたれ  
100g×2 **208円(税込224円)**  
賞180日 ポールスタア(東京都)

made in にいがた



国産だけのこをたっぷり使用。  
素朴な味わいです。



452 次週予定 5月3週 蔵  
炊き込み御飯の素 国産筍ご飯  
150g(2合用) **248円(税込267円)**  
賞90日 調理例  
かじかわ農場食品(新潟県)

季節限定のおいしさ。  
春の香りいっぱい。



559 次週予定 未定  
桜ご膳(混ぜご飯の素)  
110g(2合用) **318円(税込343円)**  
賞180日 小川の庄(長野県) 調理例



香ばしく、  
ふっくらとした食感。

191 CO-OP 次週予定 5月3週 凍  
大隅産うなぎ蒲焼  
1尾140g **1,750円(税込1,890円)**  
賞麦 鹿児島県産



濃厚なえびのうまみと、  
迫力あるサイズ。

約13cm  
198 CO-OP 次週予定 翌々週 凍化  
大きなご馳走えびフライ  
6尾280g **1,280円(税込1,382円)**  
賞卵麦え インドネシア(養殖)産 製造 賞90日



ごはんによく合う塩加減。

157 次週予定 5月3週 凍  
しよばいトラウトサーモン切身  
3切180g **538円(税込581円)**  
賞90日 ノルウェー産(養殖)



まるやかな味わいに  
仕上げました。

149 CO-OP 次週予定 5月3週 凍  
赤魚のみりん干し  
4切240g **368円(税込397円)**  
賞麦 アメリカ産



食べごたえのある太巻き。

450 次週予定 5月2週 蔵  
紅鮭昆布巻(太巻)  
180g **428円(税込462円)**  
賞麦 賞60日 宮崎商店(新潟県)



特製たれがしみ込んだ  
ごちそうおかず。

451 次週予定 翌々週 凍  
手羽元やわらか醤油煮  
270g(5-6本) **428円(税込462円)**  
賞麦 千賀屋(愛知県)



新登場 和豚もちぶたで作った  
ハンバーグです。

453 次週予定 未定 蔵  
煮込みハンバーグ(ミートソース)  
2個入(圆形量230g) **568円(税込613円)**  
賞卵麦 賞16日 肉の片山(新潟県)



あなたのお買物が  
誰かの**笑顔**に  
つながります

## クルコのエシカル

エシカルとは「倫理的」という意味です。  
**エシカルなお買物**とは地域や社会、環境や人々に配慮して、モノやサービスを買うことを言います。

## オーガニック。土壌の力を食卓へ

あなたのお買い物が

**農地と周辺環境の保全に役立ちます。**

オーガニック(有機・有機栽培)は、農薬や化学肥料に頼ることなく、土壌の負荷をできるだけ少なくする農法です。日本ではJAS規格による非常に厳しい認証を受けた商品だけに、「有機JASマーク」が表示できます。

**生産者の苦勞の証。有機JASマークについて。**



※有機農産物のJAS規格とは農業の自然循環機能の維持増進を図るため、右記の方法で生産された農産物。

- たい肥などで土作りを行い、種まきまたは植え付けの前2年以上、禁止された農薬や化学肥料を使用しない。
- 土壌の性質に由来する農地の生産力を発揮させる。
- 農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減。
- 遺伝子組み換え技術を使用しない。

甘みいっぱいの有機栽培の  
スーパースイート種。



調理例



797 **CO-OP** 次回予定 未定 凍  
冷凍 有機栽培つぶコーン  
350g **298円(税込321円)**  
アメリカで有機栽培されたスーパースイート種を使用した粒コーンです。  
アメリカ産/加工

**新登場** 収穫後、新鮮うちに  
バラ冷凍しています。



盛りつけ例



798 **CO-OP** 次回予定 未定 凍  
冷凍 有機栽培ブルーベリー  
140g **398円(税込429円)**  
アメリカ(オレゴン州)で収穫した有機ブルーベリーを急速冷凍しました。  
アメリカ産  
原産地/アメリカ(オレゴン州)

いちごの爽やかな酸味と、  
すっきりとした甘み。



使用例

糖度 **40度**  
799 **CO-OP** 次回予定 未定  
有機 いちごジャム  
160g... **348円(税込375円)**  
有機原料を使用したいちごジャムです。甘さ控えめなのでいちごのさわやかな酸味と甘みが楽しめます。  
10/10月 ストージャム(兵庫県) 糖度40度 **GM**

ブルーベリーの  
豊かな風味そのまま。



使用例

糖度 **40度**  
800 **CO-OP** 次回予定 未定  
有機 ブルーベリージャム  
160g... **348円(税込375円)**  
有機ブルーベリー原料を使用したジャムです。甘さ控えめのためブルーベリー本来の甘みが楽しめます。  
10/10月 ストージャム(兵庫県) 糖度40度 **GM**

有機栽培茶葉100%。



801 **CO-OP** 次回予定 未定 82円税別/1本  
有機栽培茶葉使用 グリーンルイボスティ  
500ml×24 **1,950円(税込2,106円)**  
有機栽培のグリーンルイボスティだけを使用しました。ノンカフェインでどなたでも楽しめるお茶です。  
9/9月 静岡ジェイエイフーズ(静岡県) **GM**

1缶(190g)当たり  
トマト約3個分。



802 **CO-OP** 次回予定 未定 83円税別/1本  
有機栽培トマトジュース(食塩無添加)  
190g×20 **1,650円(税込1,782円)**  
カリフォルニア州の畑で真っ赤に完熟した有機栽培のトマトをジュースにしました。  
2/24月 日本デルモンテ(長野県)

ひき肉を使う料理全般に  
手軽に使用できます。



調理例

803 **CO-OP** 次回予定 未定 凍  
おさかなだけのバラバラミンチ  
200g **318円(税込343円)**  
骨と皮をとったスケソウタラの身をひき肉状にひいてバラ凍結しました。ハンバーグや炒め物に。  
すけそうだら(アメリカ産)

皮なしで使いやすい明太子。



調理例

804 **CO-OP** 5月3週 凍化  
無着色皮なし明太子  
60g×2個 **318円(税込343円)**  
人気商品のひとくち明太子の皮を取り除き、粒のみを商品化した皮なし明太子(バラコ)です。  
アメリカ(アラスカ)産 **GM**

アメリカ(アラスカ)産  
すけとうだら卵原料を使用。



盛りつけ例

805 **CO-OP** 5月3週 凍化  
無着色たらこ(切り)  
75g **278円(税込300円)**  
着色料や発色剤を使用せず、ひとくちサイズの食べやすい大きさにカットしたたらこです。  
アメリカ(アラスカ)産 **GM**  
約13cm



### 熱帯雨林を守る。レインフォレスト・アライアンス

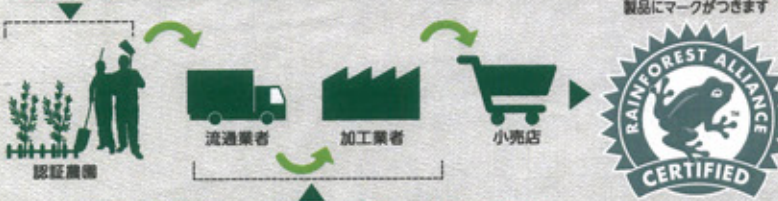
あなたのお買い物が

#### 熱帯の森と、そこで働く人々を支えます。

レインフォレスト・アライアンスは地球環境保全のために熱帯雨林を維持することを目的として設立された国際的な非営利団体です。森林伐採の70%が農地の拡大によるものです。農園の「環境・社会・経済」3つの持続可能性を向上していきます。

レインフォレスト・アライアンス認証のしくみ

持続可能な農業の基準があります(SAN基準)



農園から家庭まで確実に届けます(CoC認証)

レインフォレストアライアンス  
認証農園産豆30%使用。



806 CO-OP 未定 25円税別/1袋  
マイボトルで美味しいコーヒーバック  
8g×18袋 **438円(税込473円)**  
アラビカ豆100%、マイボトルやタンブラーなどで美味しい甘さとコクのコーヒーバック。  
※12カ月 関西アライドコーヒーロースターズ(兵庫県)

### 新登場 しっかりとした味わいが楽しめるおとなのチョコレートクッキー。



盛りつけ例  
原材料/チョコレート(カカオマス、砂糖、ココアバター、全粉乳)、小麦粉、マーガリン(大豆を含む)、砂糖、砂糖結合水あめ、麦芽エキス、食塩/加工でん粉、乳化剤、膨張剤、香料、着色料(カロチン)



807 CO-OP 未定 蔵  
カカオ70%チョコクッキー  
85g **288円(税込311円)**  
カカオ70%チョコレートに甘さ控えめのクッキーを組み合わせた。標準12個入  
乳麦 ハマダコンフェクト(兵庫県) GMO

### 新登場 カカオの華やかな香りとココに、レーズンの甘酸っぱさ。



盛りつけ例  
原材料/チョコレート(カカオマス、砂糖、ココアバター、全粉乳)、レーズン、ビスケット(小麦粉、砂糖、ショートニング、ココアパウダー、ぶどう糖果糖液糖、カカオマス、ホエイパウダー、食塩)、ラム酒、植物油/乳化剤(大豆由来)、膨張剤、香料



ラム酒1%使用  
808 CO-OP 未定 蔵  
カカオ70%ラムレーズンチョコレート  
70g **288円(税込311円)**  
カカオ70%チョコレートにレーズンとラム酒、ブラックランチを合わせました。標準8個入  
乳麦 平塚製菓(埼玉県) GMO

### 持続可能な漁業を応援。MSC認証

あなたのお買い物が

#### 海を守り、持続可能な漁業を支えます。

1997年に設立された海洋管理協議会(MSC-Marine Stewardship Council)は、持続可能な漁業を推奨する独立した非営利団体です。MSCの目的は漁業の方法に変化をもたらすことにあります。魚種資源の減少から増加への転換、漁業者の生計維持、世界の海洋環境の保護などをめざしています。

MSC認証のしくみ

海の資源を守る基準があります(漁業認証)



海から家庭まで確実に届けます(CoC認証)

MSC認証を受けた水産原料を使用。



夕食のおかずやお弁当など、お手軽に。

811 CO-OP 未定 凍化 レンジ  
レンジで星とハートの白身魚のフライ  
192g(星6個ハート6個) **380円(税込410円)**  
MSC認証を受けたスケウダラを使用。すり身にしたスケウダラにコンソメ味をつけフライにしました。  
卵乳麦 デルマール タイ製造 GMO

812 CO-OP 未定 凍化 レンジ  
レンジでサクッと白身魚のフライ  
6個240g **380円(税込410円)**  
サクッと衣の食感が楽しめる白身魚(ホキ)のフライです。おかずやお弁当にどうぞ。  
卵乳麦 デルマール タイ製造 GMO

骨を気にせずパクパク食べられます。



調理例  
809 CO-OP 未定 凍化 5月3週  
骨取りさば信州みそ漬  
3枚230g **368円(税込397円)**  
脂のつたさばを小骨まで取り除き、信州味噌にじっくり漬け込み、まろやかに仕上げました。  
ノルウェー産 ベトナム製造 GMO

素材を生かしたやわらかい食感のちくわです。



810 CO-OP 未定 蔵  
減塩ちくわ  
90g(3本) **110円(税込118円)**  
無リンすり身を調味料(アミノ酸)を使用せず、魚の風味をいかに素朴な味に仕上げました。  
販売日5日 日本水産(東京都) GMO

皮も、骨も、くさみもない。ふっくらとした身に、うまみがギュッ。



813 CO-OP 未定  
北欧さばフィーレ 水煮缶  
120g ..... **248円(税込267円)**  
旬に漁獲された北産のさばの美味しさをとじこめました。塩のみで味付けした「水煮タイプ」です。  
卵乳麦 日本水産 デンマーク製造 第48カ月

814 CO-OP 未定  
北欧さばフィーレ オイル漬缶  
120g ..... **248円(税込267円)**  
旬に漁獲された北産のさばの美味しさをとじこめました。味付けは塩のみ、パンやパスタに相性のよいオイル漬。  
卵乳麦 日本水産 デンマーク製造 第48カ月



# クルコの注目新商品



わが家の定番が増えるワ!

**新登場** 家族みんなで食べられる  
たっぷり12個入り!



調理例

246 **CO-OP** 次週予定 **未定** **凍** **冷蔵**  
衣サクサクひとくちとんかつ  
12個(300g) **428円**(税込**462円**)  
卵麦 食研(千葉県) 原料肉はカナダ・アメリカ・メキシコ産



食べやすいひとくちサイズのとんかつです。凍ったまま油で揚げると、衣はサクサク、お肉はやわらかに仕上がります。夕食のおかずやお弁当、カレーのトッピングにも。

**新登場** ジャガイモの風味と食感を  
大事にしました。



盛りつけ例

コープデリ連合会の産直男爵いもを使用。

433 **CO-OP** 次週予定 **5月3週** **蔵**  
産直北海道産男爵で作ったポテトサラダ  
150g×2 **288円**(税込**311円**)  
卵乳麦 産41日 岩田食品(愛知県)



ジャガイモはホクホクとした食感が特徴の、北海道JAよてい管内で栽培された男爵いもを使用。国産のにんじん・たまねぎと合わせ、酸味を抑えた素朴な味わいに仕上げました。

**新登場** たっぴりの具材が  
おわんに広がります。



調理例

539 **CO-OP** 次週予定 **未定** **冷蔵**  
たっぷり野菜と海藻のおみそ汁  
2種20食入 **698円**(税込**753円**)  
麦 産180日 ひかり味噌(長野県)



野菜主体(チンゲン菜、わかめ、キャベツ、しいたけ、にんじん)のおみそ汁と、海藻主体(わかめ、とうふ、白ごま、めかぶ、つまた、寒天、ねぎ)のおみそ汁が各10食分、計20食入りです。

**新登場** 低糖タイプの飲みやすい  
アイスコーヒーです。



597 **CO-OP** 次週予定 **5月3週** **蔵**  
アイスコーヒー 低糖  
1000ml **93円**(税込**100円**)  
麦 産40日 日生協(日本)



コープのアイスコーヒー(加糖)に比べ、糖類を約48%減。牛乳などを入れてもおいしく召し上がれます。賞味期限が長めなのもうれしいポイント。

**新登場** 産地にこだわったアップルパイが  
手軽に楽しめます。



調理例

696 **CO-OP** 次週予定 **未定** **凍** **冷蔵**  
(青森県産ふじりんご)レンジでアップルパイ  
5個入(180g) **368円**(税込**397円**)  
乳麦 西南開発(愛媛県)



青森県産(JAつがる弘前)のふじりんごのフィリングが入った、電子レンジでできるアップルパイです。さっくり生地と、シナモン風味のとろりとしたりんごフィリングが楽しめます。

**新登場** パリッとした食感の  
薄焼きえびチップスです。



盛りつけ例

745 **CO-OP** 次週予定 **5月3週** **冷蔵**  
えび丸チップス うすしお味  
84g(14g×6個) **248円**(税込**267円**)  
麦 産180日 おやつカンパニー(三重県)



低温で熟成させたえびを使用したこだわりの製法により、うまみとコク、キレのよい味わいをお楽しみいただけます。ひと口で食べやすいサイズになっています。生協限定パック。

原材料

246 衣サクサクひとくちとんかつ  
原材料/豚もも肉、粉末卵白(卵を含む)、でん粉、食塩、香辛料、衣(パン粉(大豆を含む)、でん粉、小麦粉、米粉)/加工でん粉、調味料(有機酸等)

597 アイスコーヒー 低糖  
原材料/ぶどう糖果糖液糖、コーヒー/酸化防止剤(ビタミンC)

433 産直北海道産男爵で作ったポテトサラダ  
原材料/味付じゃがいも(じゃがいも(遺伝子組換えでない)、調味料)、半固形状ドレッシング(植物油、鶏卵、調味料、還元水あめ、食塩、豆乳(大豆を含む:遺伝子組換えでない)、砂糖、でん粉、マスタード、りんご酢、たん白加水分解物、粉末状植物性たん白(大豆:遺伝子組換えでない)、こしょう、酵母エキス、発酵調味料(小麦を含む))、にんじん、たまねぎ、砂糖、調味料、乳たん白、卵黄加工品、でん粉、食塩、たん白加水分解物、こしょう、酵母エキス/増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、酢酸(Na)、セルロース、香辛料抽出物

696 (青森県産ふじりんご)レンジでアップルパイ  
原材料/りんご加工品(りんご、砂糖、果糖ぶどう糖液糖)、小麦粉、ショートニング、植物油、でん粉分解物、砂糖、タピオカでん粉、食塩、香辛料、濃縮レモン果汁/安定剤(加工でん粉、メチルセルロース、アルギン酸エステル)、乳化剤(大豆由来)、香料(乳由来)、酸味料、膨張剤、酸化防止剤(ビタミンC)、グリシン、増粘多糖類

539 たっぴり野菜と海藻のおみそ汁  
原材料/調味みそ:【野菜 調味みそ】米みそ(大豆を含む:遺伝子組換えでない)、こんぶエキス、かつおぶし粉末、かつおエキス、食塩/アルコール、調味料(アミノ酸等)【海藻 調味みそ】米みそ(大豆を含む:遺伝子組換えでない)、みりん、豆みそ(大豆:遺伝子組換えでない)、しょうゆ(小麦を含む)、かつおエキス、かつおぶし粉末、酵母エキス/アルコール、調味料(アミノ酸等) 具材:【野菜の具】乾燥チンゲン菜、わかめ、乾燥キャベツ、乾燥しいたけ、乾燥にんじん/膨張剤、酸化防止剤(ビタミンE)【海藻の具】わかめ、とうふ(大豆を含む:遺伝子組換えでない)、白ごま、めかぶ、つまた、寒天、乾燥ねぎ/凝固剤

745 えび丸チップス うすしお味  
原材料/でん粉、植物油、えび、えび塩風味パウダー、砂糖、食塩、粉末油脂、酵母エキスパウダー、えびエキス、たんぱく加水分解物、加工デンプン、調味料(アミノ酸等)、炭酸カルシウム、香料、着色料(紅藍、パプリカ色素)、酸化防止剤(ビタミンE)、(原材料の一部に小麦、大豆を含む)