

週刊

人と人 自然と食卓 つなげます。

Kurucō クルコ

新潟  
製麺。

粉も麺も



550 クルコ 次回予定  
ふれあいそうめん(ケース)  
250g×12 ..... 925円(税込999円)

551 クルコ 次回予定  
ふれあいひやむぎ(ケース)  
250g×12 ..... 925円(税込999円)

35 ページ  
別 チラシ



488 次回予定  
6月2週

生協万能つゆ(化学調味料不使用)  
900ml ..... 548円(税込591円)



県内  
製麺  
工場のすぐ隣で、  
小麦をひいています。

原料小麦はすべて国産。いっさい食品添加物を使用せず、小麦粉・水・塩のみで作る「ふれあい乾麺」。この麺には素材以外にも、特別なこだわりがありました。

それは新潟市内で粉にした小麦を使って、麺作りをしていること。玄麦の選別から粉のひき方にまで、目配り・気配りしながら製粉しているから、小麦本来の風味が生きた「そうめん」や「ひやむぎ」ができるんです。

新潟県内で唯一、製粉工場と製麺工場を併設している「丸栄製粉」と一緒に開発した、クルコならではのこだわり麺。自慢のおいしさを、この夏もどうぞごひいきに。

## もくじ | 今週のクルコ

■ 特集	2~8	■ 冷凍食品	26~30	■ 飲料・お菓子	46	■ 雑貨	57
■ なみレビ・クローズアップ	9	■ 炒菜	31~34	■ お菓子	47~50	■ 書籍	58~59
■ 産地からこんにちは・掲載マークの見方	10	■ 調味料・加工品・乾物	35~39	■ お酒	51	■ 生活雑貨	60~61
■ 青果	11~14	■ たまご・牛乳・乳製品	40	■ ビール	52	■ 化粧品	62
■ 青果・お米	15	■ 乳製品	41~42	■ クルコママ	53	■ コープデリミールキット	63
■ お魚	16~20	■ パン	43	■ クルコママ・日用品	54	■ 赤ちゃん誕生写真紹介	64
■ お肉	21~24	■ パン・飲料	44	■ 書籍	55		
■ すこやか食材ファーム 秋川牧園特集	25	■ 飲料	45	■ 化粧品	56		

別チラシ 初夏の謝恩得販  
同時配付の別チラシをご覧ください。

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](#) → 放射性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～

co-op コープクルコ  
食卓を笑顔に、地域を豊かに。

## ② だから私は毎日クルコ

2019年5月4週

さあ、夏野菜を  
楽しもう!

44 産直 次回予定 翌週

不揃いきゅうり

1.5kg 480円(税込518円)

JA新潟みらい しろね野菜部会、白根生産者会(新潟市)



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。

調理例

炊きたてごはんに  
のっけるだけでごちそう!



調理例

115 次回予定 翌々週 冷凍  
まぐろ(ねぎとろ用)食べきりパック  
40gx3 350円(税込378円)  
国産 GMO  
賞味期限30日

101 産直 次回予定 翌週  
クルコのエコ米 こしいぶき  
新潟県産・5kg 1,880円(税込2,030円)  
2018年産  
調理例

ふくら香ばしい身の中には  
たまごがぎっしり!



調理例

135 次回予定 6月2週 冷凍  
子持ちからふとししゃも  
9-12尾180g 258円(税込278円)  
賞味期限180日 アイスランド、ノルウェー産

ていねいに骨抜きした  
風味豊かなみりん干し。



調理例

青森県産の大和しじみを、  
高鮮度のまま急速冷凍。

漁獲時に混入した  
石などは、手作業で  
除去しています。



134 次回予定 翌々週 冷凍  
180g 264円(税込285円)  
青森県産  
賞味期限90日

調理例



192 COOP 次回予定 翌週 藏  
味付太もずく  
80g×3 145円(税込156円)  
沖縄県産 GMO  
賞味期限21日



鮮度のよい脂ののった  
千葉県産真さばを使用。

203 次回予定 6月3週 冷凍  
秋鮭のチーズソテー  
4切240g 468円(税込505円)  
乳製品 賞味期限61日 北海道産

魚  
骨とり

183 次回予定 6月3週 冷凍  
千葉県産骨抜きさばみりん干し  
3枚240g 418円(税込451円)  
賞味期限120日 千葉県産



## 4 だから私は毎日クルコ

2019年5月4週

一枚いちまいでいねいた  
手揚げしていきます。

調理例

**431 次回予定 蔵**  
栃尾の油揚げ(豆撰製)  
**1枚 218円(税込235円)**  
豆撰(新潟県)

毎お届け日含め3日

つるんとなめらかなのど越し。

盛りつけ例

**434 次回予定 翌々週 蔵**  
玉子とうふ(たれ付)  
**110g×4 178円(税込192円)**  
卵(麦) 国20日

ワイエムフーズ(新潟県)

ふっくらとした“粒”は  
大豆の味わい  
しっかり。

予約登録番号  
毎週262360  
隔週262378

盛りつけ例

**438 次回予定 翌々週 蔵**  
生協大粒納豆(粒自慢)ミニ  
**50g×3 130円(税込140円)**  
山ノ下納豆(新潟県)

毎13日

煮物やおつまみの一品に、  
冷蔵庫の常備品。

風味豊かで味しみがよく  
弾力のあるこんにゃくです。

調理例

**432 クルコ 次回予定 翌々週 蔵**  
生いもこんにゃく(板こんにゃく)  
**260g 118円(税込127円)**  
猪貝(新潟県)

毎61日

調理例

**433 クルコ 次回予定 翌々週 蔵**  
生いもこんにゃく(しらたき)  
**180g 118円(税込127円)**  
猪貝(新潟県)

毎61日

組合員と一緒に作った  
こだわりの生らーめん。

試作を重ねた  
調味料(アミノ酸)  
不使用のスープ。

調理例

**453 クルコ 次回予定 翌々週 蔵**  
生らーめん(醤油味)  
**麺120g×2スープ付 168円(税込181円)**  
麦 国10日

古山製麺所(新潟県)

家族に人気の定番おかず。  
パリッと焼いて  
夕食のメインに!

皮の小麦と  
あんの豚肉は  
新潟県産。

韓国の家庭に伝わる  
本格的な  
熟成手づくりキムチ。

盛りつけ例

**446 次回予定 翌々週 蔵**  
キムチ白菜漬  
**200g 268円(税込289円)**  
高麗物産(新潟県)

乾麺とは思えない  
生そばに近い風味。

調理例

**549 次回予定 未定**  
魚沼ふのりそば  
**180g 318円(税込343円)**  
麦そば

毎18ヶ月

無添加・無漂白だから  
小麦のうまみがそのまま。

**555 クルコ 次回予定 翌々週**  
こくないさん薄力粉  
**1kg 168円(税込181円)**  
麦 国180日

丸栄製粉(新潟県)



新潟県産大豆、国産米使用のこうじで  
造ったクルコの生みそ。



**505** クルコ 次回予定 翌々週  
生協純正しょうゆひしお  
900ml 368円(税込397円)  
表 面18カ月  
新潟県醤油協業組合(新潟県)

**506** クルコ 次回予定 蔵  
クルコ越後みそ  
1kg(カップ) 498円(税込537円)  
面180日 山崎醸造(新潟県)



**595** 未定 次回予定  
国産ボダイジュの花はちみつ  
220g ... 998円(税込1,077円)  
面24カ月 藤井養蜂場(福岡県)

made in  
にいがた

9ページ「クローズアップ」もご覧ください

1歳未満の乳児には「はちみつ」を与えないでください。

新  
茶

**696** co-op 次回予定 未定  
煎茶深むし茶(紫)2P  
100g×2 1,000円(税込1,080円)  
面12カ月 ハラダ製茶(静岡県)



**697** クルコ 次回予定 未定  
生協の村上茶(棒ほうじ)  
100g 260円(税込280円)  
面12カ月 お茶の常盤園(新潟県)

made in  
にいがた

100

食べだしたら止まらない、  
あとを引くおいしさ。

中身の詰まった  
カリッとした歯ごたえ。



豊かな風味・甘さが  
広がる枝豆あん。

粗めにペーストした  
枝豆の粒々感も  
アクセント。



盛りつけ例

新潟県産米粉を50%使用したもっちり食感。



盛りつけ例



賞味期限を1/2以上残して  
お届けしています。

**677** 次回予定 6月3週  
米粉入りクロワッサン  
1ケース・20個入り 900円(税込972円)  
卵乳製品 面45日 酵母工業(長野県・山口県) GMD



# クルコのマル得市

6~7ページに  
掲載の商品

よりどり  
**2点  
以上で**

同一商品  
2点でもOK。

# 8% OFF

<b>63 次回予定 翌週</b> キャベツ 1個 158円(税込170円) JA新潟みらい キャベツ部会(新潟市、新潟県、神奈川県、千葉県、愛知県)	<b>何にでも合う万能野菜。</b> 調理例	<b>新潟県産のブロッコリーは今が旬!</b> 調理例	<b>48 産直 翌週</b> 国産ブロッコリー 1個 178円(税込192円) 黒崎生産者組合、いがた村 枝豆生産グループ(新潟市)
<b>8 次回予定 翌週</b> デコポン(サイズ込) 500g 598円(税込645円) JA熊本果実連、熊本県 この時期のデコポンは、収穫後に貯蔵することで酸味を落とすため果皮がシワシワしていますが、品質には問題ありません。	<b>手で皮がむきやすく、ジューシーな果肉です。</b> 写真はイメージです。	<b>お弁当や食後のデザートに。</b> 写真はイメージです。	<b>傘のしっかりとした産直じいたけ。</b> 調理例
<b>10 次回予定 翌週</b> ふじ 450g(2個) 498円(税込537円) JAつがる弘前、青森県	<b>お弁当や食後のデザートに。</b> 写真はイメージです。	<b>93 産直 翌週</b> 不揃い生じいたけ(菌床栽培) 250g 298円(税込321円) 中山食茸(新潟市)、福田農産(五泉市)	<b>93 産直 翌週</b> 不揃い生じいたけ(菌床栽培) 250g 298円(税込321円) 中山食茸(新潟市)、福田農産(五泉市)
<b>121 次回予定 翌々週凍</b> ほたて貝柱(刺身用) 120g 545円(税込588円) オホーツク海産	<b>お刺し身や海鮮丼に。</b> 調理例	<b>風味豊かなみりん干し。</b> 調理例	<b>15g増量</b> <b>132 co-op 次回予定 6月3週凍化</b> ピリッと辛子明太子(切子)(増量) 75g 250円(税込270円) アメリカ(アラスカ)産  約13cm
<b>295 次回予定 蔵</b> 無塩せきロースハム(国産豚肉使用) 57g 288円(税込311円) 乳 国25日 JA高崎ハム(群馬県)	<b>素材のうまみを生かしたロースハム。</b> 調理例	<b>おかずやおつまみに。</b> 電子レンジで簡単調理 炭火やきとりもも串(しょうゆだれ) 8本入(216g) 390円(税込421円) 麦 ニチレイフレッシュ タイ製造	<b>ごはんやお酒のお供に。</b> 調理例
<b>275 co-op 次回予定 翌々週凍化</b> 炭火やきとりもも串(しょうゆだれ) 8本入(216g) 390円(税込421円) 麦 ニチレイフレッシュ タイ製造	<b>えび玉ねぎ棒天、チーズ入り、さつまいも入りの3種入り。</b> 盛りつけ例	<b>274 次回予定 6月3週 凍化</b> 赤から監修 国産若鶏皮焼き 200g 288円(税込311円) 乳 麦 マルマツ食品(静岡県) 	<b>443 co-op 次回予定 6月3週 蔵化</b> ピリッと旨味ゆず白菜漬 200g 138円(税込149円) 乳 国お届け日含め5日 備後漬物(広島県) 
<b>482 co-op 次回予定 翌々週 蔵</b> 鹿児島さつまあげ 三種詰合せ 9個206g 288円(税込311円) 乳 え 国21日 立石食品(鹿児島県) 	<b>さっぱりとしたゆず風味。</b> 盛りつけ例	<b>えび玉ねぎ棒天、チーズ入り、さつまいも入りの3種入り。</b> 盛りつけ例	<b>482 co-op 次回予定 翌々週 蔵</b> 鹿児島さつまあげ 三種詰合せ 9個206g 288円(税込311円) 乳 え 国21日 立石食品(鹿児島県) 

ふっくらジューシーなハンバーグに和風おろしソースがマッチ。

調理例

331 次回予定 6月2週 凍

ふっくら和風おろしハンバーグ

よりどり2点以上で8%OFF

2個350g

428円(税込462円)

卵 乳 妻

マルハニチロ(北海道) BMG

そばやうどん、かき揚げ丼の具に。

調理例

310 次回予定 翌々週 凍

小えびのせかき揚げ

よりどり2点以上で8%OFF

5枚230g

358円(税込386円)

妻え

ファーストフーズ(福島県) BMG

プリッとしたえび入り♪

調理例

328 CO-OP 次回予定 翌々週 凍

化

えびピラフ

よりどり2点以上で8%OFF

2人前450g

258円(税込278円)

乳 妻え

テーブルマーク(香川県) 342kcal/1食225g(1/2食)

酸味の少ない  
なめらかなプレーンヨーグルト。

盛りつけ例

637 次回予定 翌々週 蔵

小岩井生乳100%ヨーグルト

よりどり2点以上で8%OFF

400g

210円(税込226円)

乳

園22日 小岩井乳業(埼玉県)

いろいろな料理に使いやすい  
薄切りタイプ。

調理例

654 次回予定 翌々週 蔵

うすぎりとろけるスライス

よりどり2点以上で8%OFF

9枚117g

178円(税込192円)

乳

園8カ月 六甲バター(兵庫県)

チーズで手軽に鉄分補給。

盛りつけ例

655 次回予定 6月2週 蔵

チーズで鉄分(キャンディータイプ)

よりどり2点以上で8%OFF

160g

340円(税込367円)

乳

園9カ月 六甲バター(兵庫県)



肉厚でやわらか。おみそ汁やスープに。

調理例

534 次回予定 6月3週

絆カットわかめ(石巻十三浜産)

よりどり2点以上で8%OFF

25g

435円(税込469円)

園12カ月

リアス(千葉県)

おいしくカルシウム摂取。

盛りつけ例

589 次回予定 未定

サーモン中骨水煮缶

よりどり2点以上で8%OFF

90g×3

535円(税込577円)

園36カ月

サスナ(静岡県)

フルーティーな  
甘みと  
ほどよい酸味。

使用例

510 次回予定 6月3週

中濃ソース

よりどり2点以上で8%OFF

500ml

168円(税込181円)

園24カ月

高橋ソース(埼玉県) BMG



カロリーが気になる人におすすめ。

カフェインレス  
コーヒー使用。



6種類の野菜をバランスよく配合。

飲みやすい  
味わいです。



30円税別/1本

714 CO-OP 次回予定 6月3週

九州産 大妻若菜の粉末青汁(6種の野菜配合)

よりどり2点以上で8%OFF

3g×30本

880円(税込950円)

園24カ月 東洋新葉(佐賀県)

皮はふっくら、  
あんこはしっとり。

自然解凍でもOK!

調理例

736 CO-OP 未定 凍

たいやき

よりどり2点以上で8%OFF

5個入(385g)

275円(税込297円)

卵 乳 妻

キューレイ(福岡県) BMG

じっくり焼いた  
香ばしい小あじ。

おやつや  
おつまみに。

盛りつけ例

787 次回予定 未定 化

おばあちゃんの焼こあじ

よりどり2点以上で8%OFF

30袋入

520円(税込561円)

園150日

爽やかなレモンの風味。

盛りつけ例

676 未定

リリック デニッシュキューブ(シチリア・レモン)

よりどり2点以上で8%OFF

1斤

555円(税込599円)

卵 乳 妻

ブランジェリー リリック(新潟県) BMG

スパイシーなカレーに  
とろけるチーズがマッチ。

盛りつけ例

680 CO-OP 未定 藏

カレーチーズフランス

よりどり2点以上で8%OFF

224g(4本入り)

298円(税込321円)

乳 妻

日本ハム食品(兵庫県) BMG

