

今年のイチオシ

2頁掲載品

手間なくパクッとそのまま食べられるむき身タイプ

昨年人気 No.1

13頁掲載品

解凍するだけの味付けがずのこ

カナダ・アメリカ・ロシア・ノルウェー産
目安の長さ:約9~12cm

9002 冷凍

ニチモウフーズ
しゃぶしゃぶ用生ずわいがに
240g(9~15本) かに

約9~15本

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 2,980円 (税込 3,218円)	12月2回
	12月3回
	12月4回

カナダ・アメリカ産 無漂白

9066 冷凍 丸長水産

生協の味付数の子
70g 小麦

約4~6本

年末予定価格より本体 **100円** お得

予約価格 本体 1,380円 (税込 1,490円)	お届け回
	12月2回
	12月3回
	12月4回

(103kcal・食塩相当1.4g / 100g)

昨年人気 No.2

かに

3頁掲載品

約2~3人前

3L~4Lサイズ
長さ:約11~14cm

9004 冷凍 極洋

生ずわいがに(大)窓あきカット 400g かに

ロシア・ノルウェー・アメリカ・グリーンランド産

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,380円 (税込 3,650円)	12月2回
	12月3回
	12月4回

昨年人気 No.2

すき焼牛

6頁掲載品

約2~3人前

4等級以上に限定

牛脂付

9023 冷凍 鹿児島県・イセ

鹿児島和牛すき焼用(肩コース)
300g

100gあたり 送料1,361円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,780円 (税込 4,082円)	12月3回
	12月4回

昨年人気 No.2

蒲鉾

21頁掲載品

一本で紅白の彩りを添えることができます

全長約12.5cm×高さ3.5cm

9134 冷蔵 鈴廣かまぼこ

一本で紅白 230g
賞味期間:1月7日 卵・えび
(96kcal・食塩相当1.8g / 100g)

年末予定価格より本体 **70円** お得

予約価格 本体 980円 (税込 1,058円)	お届け回
	12月4回

昨年人気 No.1

伊達巻

22頁掲載品

関西人好みの上品な甘さ

能登半島

9136 冷蔵

甘さひかえめ伊達巻
310g 賞味期間:1月5日 小麦・卵

全長約16cm×直径5cm

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 720円 (税込 778円)	12月4回

(172kcal・食塩相当1.1g / 100g) ハチミツを含む食品のため、1歳未満の乳児には与えないでください。

昨年人気 No.1

パッケおせち詰め

34頁掲載品

約2人前

9237 冷蔵

カモ井食品工業
生協オリジナルおふたりのおせち
9品
(658kcal・食塩相当7.1g / 1セット) 賞味期間:1月31日 小麦・えび

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,380円 (税込 3,650円)	12月3回
	12月4回

34頁掲載品

約3~4人前

9239 冷蔵

カモ井食品工業
生協オリジナル和風おせちセット 20品
(2101kcal・食塩相当22.8g / 1セット) 小麦・卵・乳・えび
賞味期間:1月3日

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 8,280円 (税込 8,942円)	12月3回
	12月4回

※伊達巻には、はちみつが含まれております。1歳未満の乳児には与えないでください。

昨年人気 No.1

おもち

30頁掲載品

杵つきだから、もちのコシがちがいます
製造から3日以内にお届け

1袋約15~16個入

トースト 煮る

9204 キッコー製菓

杵つきもち 850g
(236kcal・食塩相当0g / 100g)

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 840円 (税込 907円)	12月4回

年末予定価格より本体 **80円** お得

※なま物ですので、開封後はお早めにお召し上がりください。賞味期間:10日

早めの予約が
お得

2023年

& クリスマス 予約特集

お正月準備号

注文期間
10月30日(月) ~ 11月24日(金)

お申し込みは専用注文書で
ご注文ください。
インターネット eフレックスでも注文できます

お届け
12月2回・3回・4回
専用注文書にて、お届け回を選んでください。

30日 宅配
31日 宅配

このマークの商品は
12月30日(土)
12月31日(日)に
登録住所へお届け

ご注文方法・お届け日など
くわしくは裏表紙(44頁)を
ご覧ください

今年の年末年始は
みんなで
集まりたい
ですね!

北枚方支所 和田

今回予約するとおトクになる金額

年末予定価格より本体 0,000円 お得	予約のみ
予約価格 本体 0,000円 (税込 0,000円)	お正月準備号のみの取扱いです。通常カタログにはありません。

- 配布期間 ①2022年10月23日~10月27日
- 原料事情により、内容変更場合があります。
- 請求金額は、本体価格の合計に税率を掛けて小数点以下を切捨てた金額です。
- [税込価格]は目安価格です。本体価格に軽減税率1.08、又は標準税率1.1を掛け、小数点以下を四捨五入した価格です。

ご注文受付期間について 受注期間中でも計画数量を大幅に超えた場合、注文受付を締め切らせていただく場合がございます。

010
011
012
013
014
015
016
017
018
019
020
021
022
023
024
025
026
027
028
029
030

昨年人気
No.1
かに

冷凍 ミチモウフーズ カナダ・アメリカ・ロシア・ノルウェー産

しゃぶしゃぶ用 生ずわいがに

ずわいがにの脚肉だけを集めて
むき身加工しました。

今年は昨年よりも
お求めやすい価格
でのご案内をしています

手間なくパクッと
そのまま食べられる
むき身タイプ



組合員さんの声
殻がないから食べやすくて
あっという間になくなり、
子どもたちから
「もっとないの?」と言われる
ぐらい高評価でした!
もっといっぱい買えば
よかったです。
パルコープ 組合員さん

フルポーション(むき身)

かにの足の殻をすべて
取っています。
殻を取る手間がなく、
食べやすいです。



おいしい食べ方を
包材に記載
しています。
かにを解凍するコツが
動画でも見れるよ!

※別途通信料がかかります

目安の長さ:約9~12cm

9001 150g (6~9本)

予約のみ	
予約価格	本体 1,980円 (税込 2,138円)
お届け回	12月2回 12月3回 12月4回

目安の長さ:約9~12cm

9002 240g (9~15本)

予約のみ	
予約価格	本体 2,980円 (税込 3,218円)
お届け回	12月2回 12月3回 12月4回

目安の長さ:約9~12cm

9003 340g (15~23本)

予約のみ	
予約価格	本体 3,980円 (税込 4,298円)
お届け回	12月2回 12月3回 12月4回

生協のかに 自信を持っておすすめします!

理由1 希少な大きめのかにを選んでいます
生協は、**全体の約5%しか獲れない**
3L~5Lの大型サイズのかにを
使用しています。



理由2 正味の重量で正直にお届け
かにはお届けまでに乾燥しないよう、
氷の膜をつけています。
生協のかにのグラム表示は、
かに本体の正味重量。
氷の膜は重量に含んでいません。



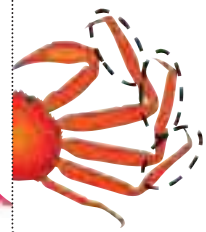
ここがイイネ!
トレイなしの
包材でお届け



ゴミが少ない お正月などは生ゴミを出しにくいから助かる!
殻の生ゴミやトレイのゴミも出ないのでエコ!!

組合員さんの声
生協のかに
は**ゴミが少なくて片付けが楽**で
美味しいので今年も
楽しみにしています。
パルコープ 組合員さん

食べにくい“ナンバン”は入れていません



かにの脚先のことをナンバンと言います。
ここはお肉が少なく食べにくいので
生協のかにには入れていません。
だから**重量に対して食べられる
部分が多くなっています。**



冷凍 極洋 ロシア・ノルウェー・アメリカ・グリーンランド産

生ずわいがに(大) 窓あきカット

かに

組合員さんの声

初めて購入しましたが、お出汁が本当によく出て、カニはもちろん、雑炊が格別においしかったです！家族みんな、「やっぱり生協のかには大きくて身がたっぷりおいしいね!」と満足していました。

パルコープ 組合員さん

2組

3L~4L サイズ

約2~3人前

約4~5人前

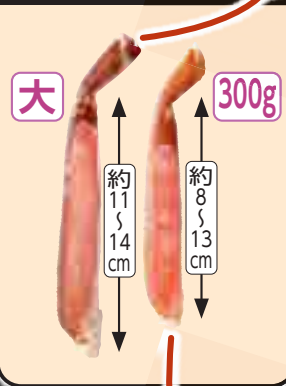
窓あきカット

殻をくりぬくようにカットしています。身が取り出しやすく、また食べやすくなっています。



ココをパキッと折ると... ツルンと身が取れます!

大400gと300gの比較



皿:直径約22cm

長さ:約11~14cm

9004 400g

予約のみ 本体 3,380円 (税込 3,650円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

皿:直径約22cm

長さ:約11~14cm

9005 400g×2

1袋あたり 3,553円 予約のみ 本体 6,580円 (税込 7,106円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

アメリカ・ロシア・カナダ産他 冷凍 ニチモウフーズ

生ずわいがに 窓あきカット

鮮度の良いカニを 食べやすいようにカットしました。

かに

皿:直径約18cm

1本あたりの長さ: 約8~13cm

9006 300g

予約のみ 本体 2,380円 (税込 2,570円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

約2人前

皿:直径約18cm

1本あたりの長さ: 約8~13cm

9007 300g×2

1袋あたり 2,473円 予約のみ 本体 4,580円 (税込 4,946円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

約4人前

セットもおすすめ

しゃぶしゃぶ用と窓あきカットで♫の雑炊までおいしく食べられる!!

手軽にプチ贅沢



9001

しゃぶしゃぶ用 生ずわいがに 150g(6~9本) 本体 1,980円

+



9006

生ずわいがに 窓あきカット 300g 本体 2,380円

約2人前

合計 本体 4,360円

量たっぷりかに満喫



9003

しゃぶしゃぶ用生ずわいがに 340g(15~23本) 本体 3,980円

+



9005

生ずわいがに(大)窓あきカット 400g×2 本体 6,580円

約5~6人前

合計 本体 10,560円

組合員さんの声

「窓あきカット」でお鍋に出汁をしっかり出して、そのお鍋で「しゃぶしゃぶ用」をしゃぶしゃぶ。かに三昧ですごく贅沢気分になりました。

パルコープ 組合員さん



かじをおこしく 食べる「ツル」を 動画でどうぞ



※別途通信料がかかります

ご注文受付期間について

受注期間中でも計画数量を大幅に超えた場合、注文受付を締め切らせていただく場合がございます。

かに

2~5

すきやき牛

6~7

ローストビーフ など

8~9

お鍋・海老

10~11

数の子 水産珍味

12~15

お刺身 ぶぐ・焼鯛

16~17

蒲鉾など おせち惣菜

18~23

黒豆・栗など

24~25

菓子

26~28

米・酒・もち

29~31

し切り飾り

32~33

セッセト

34~37

ケイキ 果物

38~39

デリス ナース

40~41

寿司 そば えび天

42~43

注文方法

44

3

パル

食べ応えのある
大サイズ



レシピ付き
1本の足の長さ
約9~12cm

冷凍 朝日共販 ロシア・アメリカ・カナダ産他

しゃぶしゃぶ用
生ずわいがに(大)

ロシア・アメリカ産他のずわいがにを
食べやすいように処理しました。かに



約**12本**

皿:直径約19cm

9008 280g
お届け回 12月4回
予約のみ
予約価格 本体 **3,780円**
(税込 4,082円)



2組

約**24本**

約
12本×2袋



1パックあたり
税**3,931円**

9009 280g×2
お届け回 12月4回
予約のみ
予約価格 本体 **7,280円**
(税込 7,862円)

小さめサイズだけどボリュームたっぷり!



レシピ付き
1本の足の長さ
約8~9cm

冷凍 朝日共販 ロシア・アメリカ・カナダ産

しゃぶしゃぶ用
生ずわいがに

ロシア・アメリカ・カナダのずわいがにを
食べやすいように処理しました。かに



約**18本**

皿:直径約19cm

9010 280g
お届け回 12月4回
予約のみ
予約価格 本体 **3,380円**
(税込 3,650円)



2組

大人数に
おすすめ
約**36本**

約
18本×2袋



1パックあたり
税**3,553円**

9011 280g×2
お届け回 12月4回
予約のみ
予約価格 本体 **6,580円**
(税込 7,106円)

足が折れたり傷が付いた**規格外のお徳用**



カナダ・アメリカ・ロシア産

冷凍 ニチモウフーズ

徳用しゃぶしゃぶ用
生ずわいがに

ずわいがにの脚肉だけを集めて
むき身加工しました。かに



皿:直径約28cm

9012 490g
お届け回 12月4回
予約のみ
予約価格 本体 **4,980円**
(税込 5,378円)



2組

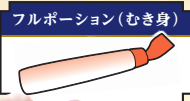


1パックあたり
税**5,292円**

9013 490g×2
お届け回 12月4回
予約のみ
予約価格 本体 **9,800円**
(税込 10,584円)

小さめサイズだけどボリューム
たっぷりのお徳用

約
17~28本



目安の長さ:
約7~10cm

カナダ・アメリカ・ロシア・ノルウェー産

9014 冷凍 極洋

徳用しゃぶしゃぶ用
生ずわいがに 280g(17~28本)

カナダ産を中心としたずわいがにを
しゃぶしゃぶ用に殻むきしています。かに

皿:直径約19cm

お届け回
12月2回
12月3回
12月4回

予約のみ
予約価格 本体 **3,180円**
(税込 3,434円)

お刺身でもしゃぶしゃぶでもどうぞ!



生でも食べられる
カニがほしい!
の声に応えて

30日
宅配

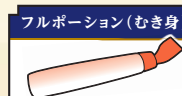
カナダ産

9285 冷凍 野村貿易

生食用生ずわい
棒ポーション

400g(25本)×2
ずわいがにを食べやすくむき身にしました。お刺身でも食べられます。かに

レシピ
付き



分袋で使いやすい

約
25本×2袋

1袋あたり
税**8,046円**

お届け回
12月30日宅配
予約のみ
予約価格 本体 **14,900円**
(税込 16,092円)

冷凍 極洋 アメリカ・ロシア産

生ずわいがに大バルダイ種(ハーフポーション)

バルダイ種を使用しています。脚は殻むきしやすいように加工しています。 **かに**

希少な大型のバルダイ種を使用

ずわいがにの中でも大型の希少品種。一般的な生ずわいがにのオビリオ種に比べ、かに身の繊維質がしっかりとおり、食べごたえと、濃厚なうまみがあります。

ハーフポーション
(半むき身)



2組

食べやすいハーフポーション



皿:直径約22cm

約2~3人前



皿:直径約22cm

約4~5人前

9015 400g
予約のみ
予約価格 本体 3,980円
(税込 4,298円)

お届け回
12月2回
12月3回
12月4回

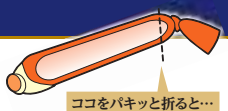
9016 400g×2
予約のみ
予約価格 本体 7,580円
(税込 8,186円)

1袋あたり数4,093円
お届け回
12月2回
12月3回
12月4回

大型の4L特大サイズ

窓あきカット

殻をくりぬくようにカットしています。身がとりやすく、また食べやすくなっています。



ココをパキッと折ると...ツルンと身が取れます!



1本の足の長さ
約13~15cm

皿:直径約28cm

約3~4人前



皿:直径約28cm

約6~7人前

生ずわいがに窓あきカット(特大)

ずわいがにのオビリオ種を使用。中でも大型の4L特大サイズでお届け。 **かに**

9017 600g
予約のみ
予約価格 本体 5,980円
(税込 6,458円)

お届け回
12月4回

9018 600g×2
予約のみ
予約価格 本体 11,280円
(税込 12,182円)

1袋あたり数6,091円
お届け回
12月4回

バター焼きや天ぷら、サラダなどにも♪

脚肉・爪・爪下のむき身

これが入ります



カナダ・ロシア・アメリカ産他

冷凍 ニチモウフーズ

生ずわいがにポーションセット

ずわいがにの脚肉、爪、爪下だけをまとめてむき身加工しました。

かに



皿:直径約22cm

9020 260g
予約のみ
予約価格 本体 1,980円
(税込 2,138円)

お届け回
12月2回
12月3回
12月4回



皿:直径約22cm

9021 260g×2
予約のみ
予約価格 本体 3,880円
(税込 4,190円)

1袋あたり数2,095円
お届け回
12月2回
12月3回
12月4回

約2匹分のボリューム

2L~3L
サイズ



ロシア産

9019 冷凍 コ・ジャスナ

生ずわいがに肩

1kg(4肩)

ホットプレートで焼がに・蒸しがにに。 **かに**

調理の仕方は、添付のパンフに記載しています。

お届け回
12月2回
12月3回
12月4回

予約のみ
予約価格 本体 8,490円
(税込 9,169円)

大型3Lサイズ

3Lサイズ
使用

(なんばんあり)

かに
約2杯分



30日
宅配

ロシア産 かにみそ:ロシア産

9286 冷凍

ハマダセイ

生ずわいがに大

(下ごしらえ済み) 1.4kg

ロシアで水揚げされたずわいがにを、食べやすいようにカットしました。

(69kcal・食塩相当0.6g/100g) **かに**

レシピ
付き

お届け回
12月30日宅配

予約のみ
予約価格 本体 18,800円
(税込 20,304円)

ボイル済なので解凍してそのままどうぞ



1本の長さ:
約7~12cm

解凍 カナダ産

9022 冷凍

友田セーリング

パクッとボイル

ずわいがに棒肉

160g

お届け回
12月2回
12月3回
12月4回

予約のみ
予約価格 本体 3,080円
(税込 3,326円)



皿:直径約15cm

ずわいがにの脚部のむき身です。(69kcal・食塩相当0.6g/100g) **かに**

ご注文受付期間について

受注期間中でも計画数量を大幅に超えた場合、注文受付を締め切らせていただく場合がございます。

- かに
- 2~5
- すきやき牛
- 6~7
- ローストビーフ
- など
- 8~9
- お鍋・海老
- 10~11
- 数の子
- 水産珍味
- 12~15
- おふぐ・焼鯛
- お刺身
- 16~17
- 蒲鉾など
- おせち惣菜
- 18~23
- 黒豆・栗など
- 24~25
- 菓子
- 26~28
- 米・酒・もち
- 29~31
- しめり飾り
- 32~33
- おせちトチ
- 34~37
- フルーツ
- 38~39
- デリスナマス
- 40~41
- そばえび天
- 42~43
- 注文方法
- 44
- 5

鹿児島和牛

4等級以上に
限定



昨年人気
No.2

すき焼牛

9023 300g

鹿児島県で肥育された黒毛和牛の、きめが細かくやわらかな肩ロース肉をすき焼用にスライスしました。

100gあたり
送料1,361円

予約のみ
本体 3,780円
（税込 4,082円）

お届け回
12月3回
12月4回

約
2~3
人前

冷凍 鹿児島県・イサミ 牛脂付

鹿児島和牛すき焼用(肩ロース)



約
4~5
人前

9024 500g

鹿児島県で肥育された黒毛和牛の、きめが細かくやわらかな肩ロース肉をすき焼用にスライスしました。折箱に入れてお届けします。

100gあたり
送料1,292円

予約のみ
本体 5,980円
（税込 6,458円）

お届け回
12月3回
12月4回

昨年人気
No.3

すき焼牛



牛脂付

9025 冷凍 鹿児島県・イサミ

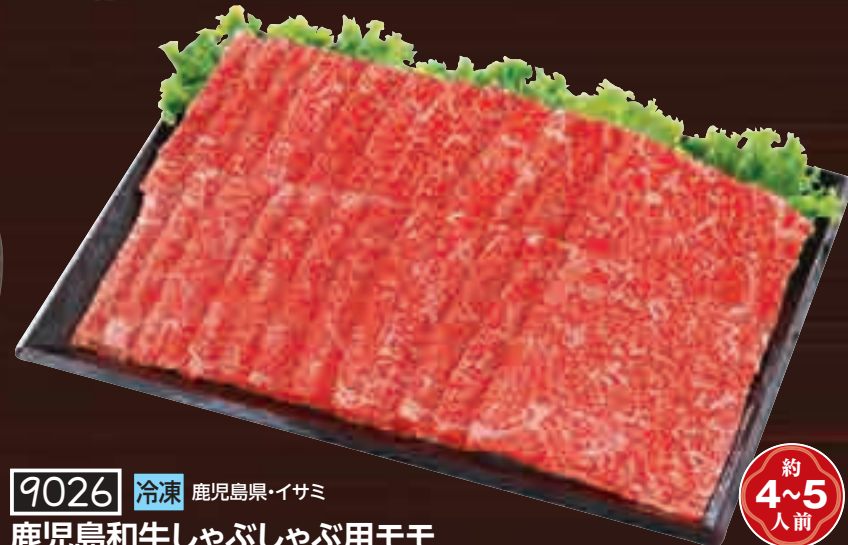
鹿児島和牛すき焼用(モモ)
500g

100gあたり
送料882円

予約のみ
本体 4,080円
（税込 4,406円）

お届け回
12月3回
12月4回

約
4~5
人前



約
4~5
人前

9026 冷凍 鹿児島県・イサミ

鹿児島和牛しゃぶしゃぶ用モモ
500g

100gあたり
送料882円

予約のみ
本体 4,080円
（税込 4,406円）

お届け回
12月3回
12月4回

鹿児島県で肥育された黒毛和牛の、旨みたっぷりのモモ肉をしゃぶしゃぶ用にスライスしました。



鹿児島和牛の生産者

リニューアル

去年は3等級以上のお届けでしたが、今年からは4等級以上に限定し、グレードを上げてお届けします。

岡山県産の吉備高原で、こだわりの育成技術と恵まれた環境で育てられた黒毛和牛です。市場流通はしておらず、イサミ本店でのみ購入することができる希少な牛肉です。

配送担当さんにすすめてもらい初めて注文しました。脂っこくなく、あっさりでもとても美味しかったです。また注文したいと思います！

吉備黒

4等級以上に
限定



牛脂付

9027 冷凍 岡山県・イサミ

吉備黒すき焼用モモ(岡山県産黒毛和牛) 500g

吉備黒(岡山県産黒毛和牛)のモモ肉をすき焼用にスライスしました。

100gあたり
送料860円

予約のみ
本体 3,980円
（税込 4,298円）

お届け回
12月3回
12月4回

約
4~5
人前



皿:直径約23cm

10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30

黒毛和牛

4等級以上に
限定

黒毛和牛は、
きめ細かなやわらかい肉質で、
ほどよく締まった赤身が特徴です。



NEW 牛脂付 板:横約24cm×縦約31cm 約6~7人前

9028 冷凍 国産・イサミ

黒毛和牛すき焼用
肩ロース 700g

100gあたり 送料1,077円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 6,980円 (税込 7,538円)	12月3回
	12月4回

国産黒毛和牛の、霜降りのある肩ロース肉をすき焼用にスライスしました。



組合員の声
初めて注文しましたが、
とても美味しかったです♪
1枚が大きくて
とても食べ応えが
ありました。
港支所 組合員さん

牛脂付 板:横約21cm×縦約30cm 約5~6人前

9029 冷凍 国産・JA全農ミートフーズ

国産黒毛和牛すき焼用
切落し(モモ) 600g

100gあたり 送料717円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,980円 (税込 4,298円)	12月3回
	12月4回

国産黒毛和牛のモモをすき焼用の切落しにしました。



約200gの
分包タイプ

牛脂付 板:横約23cm×縦約30cm 約7~8人前

9030 冷凍 国産・牛信

国産黒毛和牛すき焼用
切落し(肩)
800g(200g×4)

100gあたり 送料918円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 6,800円 (税込 7,344円)	12月3回
	12月4回

国産黒毛和牛の肩肉を切落しにし、200gの分包タイプにしました。



焼肉セット

牛脂付 板:横約40cm×縦約23cm 約3~4人前

9031 冷凍 国産・牛信PCセンター

国産黒毛和牛焼肉セット
(モモ・バラ)
600g

100gあたり 送料987円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 5,480円 (税込 5,918円)	12月3回
	12月4回

国産黒毛和牛肉のモモとバラの焼肉です。

産直牛

昨年人気 No.1 すき焼牛

産直牛は北海道の
豊頃町農業協同組合・足寄町農業協同組合、
岡山県イサミ吉備高原牧場の産地からお届けします。

お求めやすく人気です!

組合員の声
やわらかくて、とても美味
しかったです。息子たちも
喜んでよく食べ、注文して
良かったと思います!
パルコープ 組合員さん

お手頃なのに、とても
美味しかったです♪
パルコープ 組合員さん

牛脂付 産直 遺伝子組換え
分別管理飼料

9032 冷凍 国産・十勝とよころ農協、イサミ吉備高原牧場、他

牛すき焼用(ロース・肩ロース)
400g

100gあたり 送料859円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,180円 (税込 3,434円)	12月3回
	12月4回

産直牛のロース・肩ロース肉をすき焼用にスライスしました。

生協の産直牛は

- ・飼料や生産地、生産者がはっきりしています。
- ・飼いか方も明らかで子牛の元元も明確です。
- ・配合飼料の約40%を占めるトウモロコシについて、
遺伝子組換え分別管理飼料で、PHCF(収穫後無農薬)を
使用しています。

私たちが育てています!

宮本さんと松下牧場長

お求めやすい
牛しゃぶしゃぶ用です!

牛脂付 産直 遺伝子組換え
分別管理飼料

9033 冷凍 国産・十勝とよころ農協、
イサミ吉備高原牧場、他

牛しゃぶしゃぶ用(ロース・肩ロース) 400g

100gあたり 送料859円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,180円 (税込 3,434円)	12月3回
	12月4回

産直牛のロース・肩ロース肉をしゃぶしゃぶ用にスライスしました。

かに
2~5
すきやき牛
6~7
ローストビーフ
など
8~9
お鍋・海老
10~11
数の子
水産珍味
12~15
お刺身
ふぐ・焼鯛・
16~17
おせち
蒲鉾など
おせち惣菜
18~23
黒豆・栗など
24~25
菓子
26~28
米・酒・もち
29~31
しめり
飾り
32~33
おせち
トチ
34~37
フルーツ
ケーキ
38~39
デリス
ナマス
40~41
そば
えび天
42~43
注文方法
44

ご注文受付期間について 受注期間中でも計画数量を大幅に超えた場合、注文受付を締め切らせていただく場合がございます。

黒毛和牛

クリスマス・年末年始用に、
手作りローストビーフ用の
ブロック肉をご用意しました

4等級以上に
限定



板:横約23cm×縦約13cm

NEW

9034 冷凍 国産・牛信

国産黒毛和牛モモブロック(2個) 320g
国産黒毛和牛肉のモモ肉のブロックです。

100gあたり 送料871円	予約のみ	お届け回
	予約価格 本体 2,580 円 (税込 2,786円)	12月3回 12月4回



初心者でもわかりやすい!

手作りローストビーフの作り方

【材料】 牛モモブロック、塩、こしょう、サラダ油、ラップ、アルミホイル

1. 冷凍庫から冷蔵庫(約17~24時間)に移し、じっくり解凍。
2. 調理する1時間前に冷蔵庫から取り出し、お肉に塩こしょうをして、常温に戻しておく。
3. フライパンに油を入れ、牛肉の1つの面を強火で約1分~1分30秒程度焼く。
(※表面にしっかり、こげめがつくように焼き上げることがポイント)
4. ③の粗熱が取れたら、ラップで二重に包み、最後にアルミホイルで包む。
5. 大きめの鍋にたっぷりのお湯を沸かし、沸騰したら④を入れてお肉が浮かばないように上からお皿などをのせて、弱火で約10分温める。その後、火を止め余熱で約10分温める。
6. 鍋から⑤を取り出して、粗熱が取れるまで常温で冷ます。
7. お肉の繊維に垂直に、約2~3mmの薄さに包丁でスライスして完成。



お好みのソースをつけてお召し上がりください!!

黒毛和牛

ステーキ

4等級以上に
限定

へレ



皿:直径約19cm

牛脂付

9035 冷凍

国産・牛信PCセンター
国産黒毛和牛
へレステーキ 240g(2枚)
国産黒毛和牛肉のへレステーキです。

100gあたり 送料2,241円	予約のみ	お届け回
	予約価格 本体 4,980 円 (税込 5,378円)	12月3回 12月4回

サーロイン



皿:直径約26cm

牛脂付

9036 冷凍

国産・牛信PCセンター
国産黒毛和牛
サーロインステーキ 400g(2枚)
国産黒毛和牛肉の
サーロインステーキです。

100gあたり 送料1,615円	予約のみ	お届け回
	予約価格 本体 5,980 円 (税込 6,458円)	12月3回 12月4回

馬刺し

赤身

タタキ

赤身の表面を直火で焼き上げた
タタキです。特製おろしポン酢
でお召し上がりください。

赤身

旨みが濃く、肉本来の味が
しっかりしています。

シモフリ

脂の甘みが強く、味わい深いのが特徴です。
馬肉の脂身はベタツとしておらず、人間の
体温でとろけるのでしこくありません。



半解凍の状態ですライスすると切り
やすく、見た目もきれいに仕上
がります。半解凍の目安:触ると表
面がやわらかく中がかたい状態。
切り方の
コツ
肉の繊維に垂直にな
るよう約2mm程度に
スライスしてください。



タタキ

NEW

流水解凍

9037 冷凍 カナダ・フランス・千興ファーム

鮮馬刺し赤身・タタキセット
甘タレ・ポン酢付

160g+甘タレ5個・ポン酢1個
赤身馬刺しと表面を炙った
タタキのセットです。小麦

セット内容
赤身80g、タタキ80g、
甘タレ5個×5個、
ポン酢20g×1個

たれ5個、ポン酢1個付

予約のみ	お届け回
	予約価格 本体 2,980 円 (税込 3,218円)

皿:直径約15cm



赤身

シモフリ

流水解凍

9038 冷凍 カナダ・フランス・千興ファーム

鮮馬刺し 赤身・シモフリセット
甘タレ付 160g+タレ5個

脂肪が少ない赤身肉と甘みを感じる
シモフリ肉と専用タレ5個のセットです。小麦

セット内容
赤身80g、シモフリ80g、
甘タレ5個×5個

たれ5個付

予約のみ	お届け回
	予約価格 本体 3,280 円 (税込 3,542円)

皿:直径約15cm

クリスマスや 年末年始に

ローストビーフ

交雑牛って？

お父さんが和牛
お母さんが乳牛

交雑牛

和牛のおいしさと
低価格な乳牛の
いいところ！

ローストビーフを
切るコツが動画でも
見られるよ！

※別途通信料がかかります



毎年人気のソース
野菜もたくさん
食べられると
毎年好評♪

ソース
3袋付



おいしい食べ方

●流水解凍で、お肉の表面がやわらかくなった頃がちょうどいいタイミング。

●ネットを取り、ネットの線と同じ方向に2~3mmの薄さにスライスしてください。

薄めにスライスしていただく方がお肉の旨みをより味わえます！

NEW 昨年企画していた交雑牛ローストビーフと比べて、お肉の味がしっかりと感じられて、タレとのバランスがよいローストビーフです。

9039 冷凍 ミートステーション
国産牛ローストビーフ(交雑牛) 260g(200g+ソース20g×3)
国産交雑牛を赤ワインとスパイスに漬け込んで焼き上げました。(140kcal・食塩相当1.8g/100g(ソースを除く)) 小麦

予約のみ		お届け回	
予約価格	本体 1,980円 (税込 2,138円)	12月3回	12月4回

昨年人気 No.1

北海道産 牛もも肉を使用

お肉

リニューアル
お肉の量目を300g→240gに変更しました

やわらかい赤身肉が特徴の北海道産牛もも肉を使用しています。高温の油で表面を焼き上げた後、肉の旨みを逃さず、ジューシーに仕上げました。(141kcal・食塩相当0.8g/100g(ソースを除く)) 小麦

とても美味しかったです♪子どもたちが大好きで毎年楽しみにしています。
パルコープ 組合員さん

毎年クリスマス用にローストビーフを注文していますが、本当に美味しいです。タレも美味しく家族全員が大好きです♪今年も楽しみにしています。
パルコープ 組合員さん

人気のソースがたっぷり5袋入り

9040 冷凍 福留ハム
北海道産牛肉使用ローストビーフ 340g(240g+ソース20g×5)

板:横約18cm×縦約14cm
ローストビーフ:240g、
添付ソース:20g×5袋

予約のみ		お届け回	
予約価格	本体 1,980円 (税込 2,138円)	12月3回	12月4回

神戸三田屋

迎春準備号では「国産牛肉」を使用しています

美味しかった♪家族も大喜びでたくさん食べてくれてうれしかったです！
パルコープ 組合員さん

真空調理でやわらかくしっとり仕上げました

毎年、家族みんな楽しみにしています。すごく美味しいです。
パルコープ 組合員さん

霧島黒豚特有の脂肪の旨みと赤身のバランスが良く、脂っぽさがなくあっさりめで、お肉の旨みがあります。

国産牛肉使用は予約のみ
12月3回・4回の通常企画「神戸三田屋ローストビーフ」は、オーストラリア・アメリカ・メキシコ産他の牛肉を使用。(本体1,080円で企画予定)

9041 冷凍 三田屋
神戸三田屋ローストビーフ(国産牛肉使用) 150g+ポンズソース20g
国産牛を使ったしっとりやわらかなローストビーフです。(347kcal・食塩相当4.6g/1袋170g(ソース含む)) 小麦

9042 冷凍 林兼産業
霧島黒豚ローストポーク 300g
霧島黒豚をじっくり加熱して肉の旨みと香りを閉じ込めました。やわらかで素材本来の香りと旨みが活きたローストポークです。(222kcal・食塩相当1.1g/100g) 小麦・卵・乳

予約のみ		お届け回	
予約価格	本体 1,180円 (税込 1,274円)	12月3回	12月4回

ご注文受付期間について

受注期間中でも計画数量を大幅に超えた場合、注文受付を締め切らせていただく場合がございます。

- かに 2~5
- すきやき牛 6~7
- ローストビーフ など 8~9
- お鍋・海老 10~11
- 数の子 水産珍味 12~15
- ふぐ・焼鯛・お刺身 16~17
- 蒲鉾など おせち惣菜 18~23
- 黒豆・栗など 24~25
- 菓子 26~28
- 米・酒・もち 29~31
- しめり飾り 32~33
- セッセトチ 34~37
- ケイキ 38~39
- デリスナース 40~41
- そば えび天・寿司 42~43
- 注文方法 44

霧島黒豚



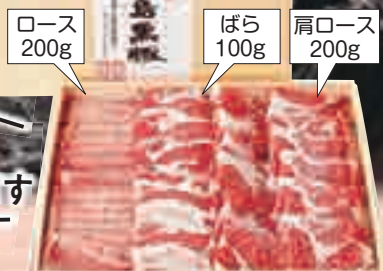
組合員さんの声
 美味しいので毎年必ず注文します。迎春のお鍋といえばこれ!おすすめです。
 パルコープ 組合員さん

甘みと旨味の
しっとりとした食味

霧島連山の麓の雄大な自然環境の中、黒豚特有の「甘みのある旨さ」をつくりあげています

約 4~5 人前

折詰めでお届けします



9043 冷凍 宮崎県・林兼産業

霧島黒豚しゃぶしゃぶ用 (折詰め) 500g

霧島黒豚のロース、肩ロース、ばら肉をしゃぶしゃぶ用にスライスし、折り詰め箱にセットしました。

箱:縦約20.5cm、横約26.5cm、高さ約4.5cm

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 2,680円 (税込 2,894円)	12月3回
	12月4回

あい鴨ロース

組合員さんの声
 毎年、年越しそばを買っています。今年は鴨鍋を食べた後に、鍋の出汁を使って年越しそばを作りました!すごく美味しかったです!
 南枚方支所 組合員さん

みは年越し鴨そばに

人気の「鴨鍋セット」のロース肉

1袋あたり 約 2~3 人前

煮る

9044 冷凍 アマタケ

岩手あい鴨ロース鍋セット 300g×2

1袋あたり:あい鴨ロース200g、鍋つゆ50g×2
 岩手県田野畑村で飼育されたあい鴨と鍋つゆのセットです。濃厚で、煮込んでもかたくなりにくいロース肉。
 濃厚で、煮込んでもかたくなりにくいロース肉。小麦 (333kcal・食塩相当0.2g / あい鴨肉100g) (92kcal・食塩相当18.2g / 鍋つゆ100g)

1袋あたり 約 1,015円

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 1,880円 (税込 2,030円)	12月3回
	12月4回

博多もつ鍋

博多の味 やまや

おすすめ具材は、キャベツ・ニラ・ゴボウなど

リニューアル

スープの味を変更したためアレルギー物質に「そば」が増えました。1包装 803g あたりのカロリー 1571kcal → 1502kcal、食塩相当 28.2g → 29.1g になりました。

国産牛もつは、ぶるんとした食感で、だしがよく出てすっきりと食べやすい

約 2~3 人前

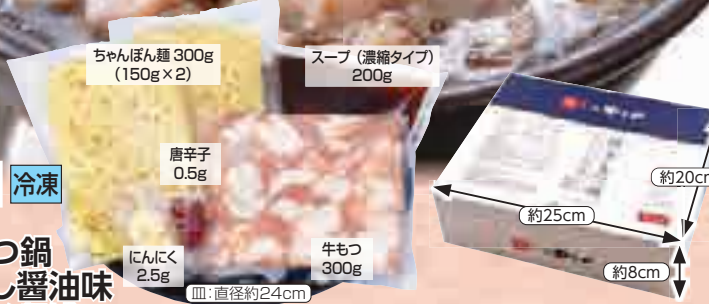
煮る

9045 冷凍

やまや 博多もつ鍋 あごだし醤油味 (ちゃんぽん麺付) 803g

もつ鍋専門店「博多もつ鍋やまや」のもつ鍋です。

(1502kcal・食塩相当29.1g / 1包装803g) 小麦・卵



予約のみ	お届け回
予約価格 本体 3,500円 (税込 3,780円)	12月3回
	12月4回

水たきセット

博多を代表する郷土料理 専門料亭として地元で人気の「博多華味鳥」



九州産銘柄鶏「華味鳥」と鶏ガラスープをベースにしたスープ

約 2~3 人前

煮る

9046 冷凍

トリゼンフーズ 博多華味鳥 水たきセット 980g

「博多華味鳥」がご家庭で手軽に楽しめる水たきセットを作りました。
 (137kcal・食塩相当0.8g / 100g) 小麦・卵・乳

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 1,980円 (税込 2,138円)	12月3回
	12月4回

かき鍋

食べ応えのある特大サイズ

組合員さんの声
 大きくて食べ応えもあり、何よりお鍋に入れても身が小さくならないからいい!
 パルコープ 組合員さん

身太りが最も良くなる 1~5月に水揚げされたかきを集めました

広島県産

9047 冷凍 広島県漁業協同組合連合会

広島県産冷凍かき(特大) 300g

広島県産の1~5月に水揚げされた牡蠣をバラ凍結しました。特大粒に限定しています。

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 1,180円 (税込 1,274円)	12月4回

脂のりがよくぷりっとしたくえ

組合員さんの声
 寄せ鍋にして食べました。臭みがなくて食べやすく、みみ雑炊までとてもおいしくいただきました。
 パルコープ 組合員さん

くえ鍋

約 2~3 人前

9048 冷凍 丸長水産

くえ鍋用(2~3人前) 300g

ゼラチン質が豊富に含まれ、脂のりもよく上品で深みのある味わいの養殖くえです。

予約のみ	お届け回
予約価格 本体 4,980円 (税込 5,378円)	12月4回

新しい年の福を願って

とらふぐ

活きたまま下関の南風泊市場に上場された天然とらふぐ



厚切り

甘くぷりっとした食感をお楽しみいただけます。



長崎県産 養殖とらふぐ

ざる:直径約18cm

身とアラの比率は6:4

長崎県産(養殖)

9050 冷凍 ヤマモ水産

とらふぐ鍋用切身 370g

長崎県で養殖されたトラフグを使い鍋用の切身・アラにしました。(85kcal・食塩相当0.3g/100g)

予約のみ 価格 本体 4,580円 (税込 4,946円)

約 2~3 人前

お届け回 12月4回

真ふぐ

ふぐの女王といわれる真ふぐ 甘みがありなめらかな食感



ざる:直径約18cm

山形県産

9051 冷凍 ヤマモ水産

国産真ふぐ鍋用切身 300g×2

国産の真ふぐを使い、鍋用の切身にしました。(84kcal・食塩相当0.2g/100g)

予約のみ 価格 本体 2,980円 (税込 3,218円)

約 5~6 人前

お届け回 12月4回

薄造り・鍋用切身・あら・湯引きのセット

セット内容
天然真ふぐ薄造り:100g (刺身40g、ボン酢20g×2、もみじおろし10g×2)×2 (刺身:日本海西部産他)
とらふぐあら(加熱用):300g×2 (山口県産他・養殖)
とらふぐ皮湯引き:30g×2 (国産・養殖)
天然真ふぐ鍋用切身(加熱用):200g×2 (日本海西部産他)

刺身用皿:直径約25cm

約 5~6 人前

お届け回 12月4回

予約のみ 価格 本体 9,980円 (税込 10,778円)

9052 冷凍 シーカット

ふぐまんぷくセット 5~6人前

小麦

てっさはお皿に盛った状態でお届け

あんこう鍋セット

海鮮スープ付き

山口県産

9053 冷凍 伊藤商店

あんこう鍋セット あんこう350g×2、スープ100g×2

山口県下関から、あんこう鍋をお届けします。(58kcal・食塩相当0.3g/100g)

小麦

約 4~5 人前

お届け回 12月4回

予約のみ 価格 本体 2,080円 (税込 2,246円)

お重にぴったりサイズ

えび

腰が曲がるまで長生き できるように願った縁起物

オーストラリア産

9054 冷凍 クーセイ

有頭えび (オーストラリア産) 132g(6尾)

1尾あたり 送料 267円

年末予定価格より 100円お得

予約のみ 価格 本体 1,480円 (税込 1,598円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

約 6 尾 中サイズ

約16cm

有頭えび (オーストラリア産)

オーストラリア産

9055 冷凍 クーセイ

有頭えび (オーストラリア産) 176g(8尾)

1尾あたり 送料 254円

予約のみ 価格 本体 1,880円 (税込 2,030円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

約 8 尾 中サイズ

約16cm

塩焼きにおすすめの大サイズ

オーストラリア産

9056 冷凍 クーセイ

有頭えび (オーストラリア産 大) 150g(5尾)

1尾あたり 送料 342円

予約のみ 価格 本体 1,580円 (税込 1,706円)

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

約 5 尾 大サイズ

約17cm

特々大サイズのブラックタイガー

使いやすいパラ凍結

ミャンマー産(養殖)

9057 冷凍 松岡

殻付きブラックタイガー 特々大 400g(12~13尾)

粗放養殖池で育てられたブラックタイガーを産地一回凍結でお届け。

えび

約 12-13 尾 特々大サイズ

約13cm

お届け回 12月2回 12月3回 12月4回

予約のみ 価格 本体 1,980円 (税込 2,138円)

ご注文受付期間について 受注期間中でも計画数量を大幅に超えた場合、注文受付を締め切らせていただく場合がございます。

- かに 2~5
- すきやき牛 6~7
- ローストビーフ など 8~9
- お鍋・海老 10~11
- 数の子 水産珍味 12~15
- おふぐ・焼鯛・お刺身 16~17
- 蒲鉾など おせち惣菜 18~23
- 黒豆・栗など 24~25
- 菓子 26~28
- 米・酒・もち 29~31
- しめり飾り 32~33
- おせちトチ 34~37
- フルーツ 38~39
- デリスナマス 40~41
- そばえび天・寿司 42~43
- 注文方法 44