

安全安心な食材で健康家族を応援

# 選べる食卓

# 宅配便

2025年  
1月号

1月のお届け日

■ Aコース  
■ Bコース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

お申し込み締切日

■ Aコース: 12月9日(月)

■ Bコース: 12月10日(火)

● 食材センターお休み

解凍して温かいご飯に

かけるだけ♪

メインの具材のサーモンに、イカ・メカブ・ツブ・いくらをメーカー独自の秘伝タレで味付けしました。



お手持ちのスマートフォンでいつでもどこでも簡単チェック♪



⑤ 海鮮ぶっかけ丼 (サーモン)

冷凍 100g×2入

解凍

900円 (税込972円)

JAふれあい食材



# 2025年もよろしくお願ひいたします。

本年も安心・安全で新鮮な食材をお届けいたします。  
引き続きご愛顧くださいますよう、よろしくお願ひ申し上げます。



JAなす南・JAしおのやエリアを  
担当しています。



さくら食材センター

JAなすのエリアを担当しています。



なすの食材センター

JAうつのみやエリアを  
担当しています。



宇都宮食材センター

JAはが野エリアを  
担当しています。



はが野食材センター

JAかみつがエリアを  
担当しています。



かみつが食材センター

商品仕入・メニュー作成・  
企画全般を行っています。



JA全農 東日本生活事業所  
栃木推進課スタッフ

JA佐野・JA足利エリアを  
担当しています。



県南食材センター  
(安足出張所)

JAしもつけ・JAおやまエリアを  
担当しています。



県南食材センター

皆様にとって幸多き年になりますように。 JAふれあい食材 スタッフ一同



1 2025年  
月号

# おすすめセレクト

おすすめセレクトとは…  
精肉、鮮魚、その他加工品等をバランス良く厳選したセットです。

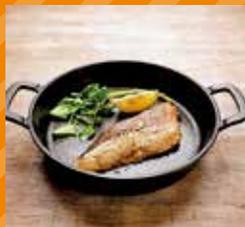
24品

12,410円<sup>税抜</sup>  
(税込13,401円)

## 1回目



① バターチキンカレー  
(鶏モモ肉使用)  
**本体** 530円  
(税込572円)  
180g



② 赤魚あごだし  
旨しょうゆ  
**本体** 570円  
(税込616円)  
2切入



③ 栃木県産豚ヒレ肉の  
こがし醤油にんにく漬け  
**本体** 570円  
(税込616円)  
180g



⑬ 寒鯖一夜干し  
**本体** 440円  
(税込475円)  
1枚入



⑭ 果汁たっぷり豚焼き厚切り  
(栃木県産豚肉使用)  
**本体** 860円  
(税込929円)  
300g



⑮ 国産鶏  
挽肉パラパラミート  
**本体** 440円  
(税込475円)  
250g  
(176円/100g)

## 3回目



⑫ 国産若鶏モモ肉  
**本体** 360円  
(税込389円)  
200g  
(180円/100g)



⑯ 熟成紅鮭切身  
**本体** 640円  
(税込691円)  
2切(140g)



⑰ にらまんじゅう  
**本体** 440円  
(税込475円)  
8個(240g)



⑳ 3種の海鮮丼  
(まぐろ・めかぶ・紅鮭いくら)  
**本体** 440円  
(税込475円)  
50g×2入



㉑ 鶏肉の  
ぶりぶり照焼き  
**本体** 440円  
(税込475円)  
210g

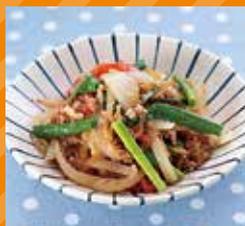


㉒ 栃木県産  
豚ローススライス  
**本体** 530円  
(税込572円)  
200g  
(265円/100g)

## 5回目



㉓ チーズインハンバーグ  
(栃木県産牛豚使用)  
**本体** 980円  
(税込1,058円)  
2個(360g)



㉔ チャプチェの素  
**本体** 440円  
(税込475円)  
200g



㉕ 天然えび  
ステーキカツ  
**本体** 500円  
(税込540円)  
2枚(160g)



㉖ フライパンでできる  
いわし蒲焼用(たれ付)  
**本体** 480円  
(税込518円)  
160g  
タレ50g



㉗ 栃木県産豚ロース角切り  
(カレー・シチュー用)  
**本体** 530円  
(税込572円)  
200g  
(265円/100g)



㉘ コスモ直火焼  
カレー・ルー(中辛)  
**本体** 340円  
(税込367円)  
170g

## 7回目



㉙ 栃木県産  
豚バラうす切り  
**本体** 520円  
(税込562円)  
200g  
(260円/100g)



㉚ 大葉にんにく醤油  
炙りかつお  
**本体** 530円  
(税込572円)  
170g



㉛ 肉餃子  
**本体** 550円  
(税込594円)  
12個(216g)



㉜ 直火焼  
国産鶏ハラミ(味付)  
**本体** 470円  
(税込508円)  
160g



㉝ 銀ひらす  
黒糖醤油漬  
**本体** 400円  
(税込432円)  
2切(140g)



㉞ 栃木県産  
豚小間肉(モモ)  
**本体** 410円  
(税込443円)  
200g  
(205円/100g)

④船凍銀だら切身 を使って

# 銀だら煮付

材料(2人分)

- 船凍銀だら切身  
 …………… 2切(140g)  
 水…………… 1/2カップ  
 酒…………… 大さじ2  
 ④ 砂糖・しょうゆ・みりん ……各大さじ1  
 しょうが(うす切り)……………1片  
 白髪ねぎ……………適量

作り方

- 銀だらは解凍して水気を拭き取る。
- フライパンに④を入れて煮立たせ、①を入れて落し蓋をし、中火で7~8分煮汁が少なくなるまで煮る。
- 器に盛り付け白髪ねぎを添える。



1人分あたり  
 カロリー 127kcal 塩分 2.6g

**おすすめセレクト**  
**1**  
 調理例  
 ご用意ください  
 ・お好みの野菜  
 ……………約150g  
 ・水……………1カップ  
**1** **バターチキンカレー**  
 (鶏モモ肉使用)

スパイス香るバターチキンカレーです。約2人分出来上がります。  
**煮る**  
**冷凍 本体 530円**  
 180g (税込572円)

**おすすめセレクト**  
**2**  
 調理例  
 レンチン  
 お魚Deli  
**2** **赤魚あごだし**  
 旨しょうゆ

厚切り赤魚に、あごだしの旨味を添えたしょうゆで味付けをしました。袋を開けずに、そのまま電子レンジで調理できます。  
**レンジ**  
**冷凍 本体 570円**  
 2切入 (税込616円)

**おすすめセレクト**  
**3**  
 調理例  
**New**  
**3** **栃木県産豚ヒレ肉の**  
 こがし醤油だんに漬付け

栃木県産豚ヒレ肉に、こいくちしょうゆとたまり醤油をベースにした特製のこがし醤油を使用したタレで味付けしました。  
**焼く**  
**冷凍 本体 570円**  
 180g (税込616円)

**おすすめセレクト**  
**4**  
 調理例  
**レシピ**  
**New**  
**4** **船凍銀だら切身**

鮮度と脂のりの良い銀だらを切身状にカットしております。  
**—**  
**冷凍 本体 590円**  
 2切(140g) (税込637円)

**おすすめセレクト**  
**5**  
 調理例  
**New**  
**5** **海鮮ぶっかけ丼**  
 (サーモン)

メイン具材のサーモンと、イカ・マカブツ・いくらのお魚類を甘味と特製の白醤油を使用したメーカー独自の秘伝タレで味付けしました。  
**解凍**  
**冷凍 本体 900円**  
 100g×2入 (税込972円)

**おすすめセレクト**  
**6**  
 調理例  
**6** **焼小籠包(生冷)**

カリッとした食感の皮に肉汁たっぷりの旨味のある具材を包み、食べた瞬間美味しいスープがあふれる焼小籠包です。  
**焼く**  
**冷凍 本体 710円**  
 10個(250g) (税込767円) 特別価格

**おすすめセレクト**  
**7**  
 調理例  
**7** **フライパンで焼ける**  
 いか昆布醤油干し

北海道産の昆布でとったダシと有機丸大豆しょうゆを合わせたタレに漬け込み、風味豊かに仕上げました。  
**焼く**  
**冷凍 本体 540円**  
 200g (税込583円)

**おすすめセレクト**  
**8**  
 調理例  
 ご用意ください  
 お好みの野菜…適量  
**8** **みつせ鶏肉だんご**  
 生姜スープ付き

人気の定番みつせ鶏肉だんごに、生姜スープをセットにしました。お好みの具材を加えてどうぞ。  
**煮る**  
**冷凍 本体 550円**  
 220g (税込594円)

**あと一品**  
**9** **国産野菜でらくらく調理**  
 きんぴら用

素材の旨み、風味と食感にこだわったチルド野菜です。低温でじっくり炊き上げているので味が染みやすいです。  
**—**  
**チルド 本体 310円**  
 300g (税込335円)

**おすすめセレクト**  
**10** **ふんわり肉詰めいなり煮**  
 (魚沼産天恵菇入り)

希少な椎茸「天恵菇(てんけいこ)」をたっぷり入れたふんわりジューシーな肉詰めいなりです。  
**湯せん**  
**冷凍 本体 320円**  
 2個(140g) (税込346円)

**おすすめセレクト**  
**11** **国産具材の**  
 茶碗蒸し

すべて国産にこだわった具材が入った食べ応えのある味わい豊かな茶碗蒸しです。  
**そのまま**  
**チルド 本体 550円**  
 160g×2個入 (税込594円)

**おすすめセレクト**  
**12** **豆乳入り**  
 京雪花菜

国産白芽大豆からとった白くめの細かいおからを使用し、九条ねぎ、京揚げ、椎茸、人参、鶏肉を加えしっとり感をだすために豆乳を加え炊き上げました。  
**レンジ**  
**冷凍 本体 310円**  
 100g (税込335円)

2

目録

Aコース

Bコース

1月8日(水)

1月9日(木)

ワチコミで好評



調理例

おすすめセレクト 4

脂がはくのって身もほつくりしている

皮まで食べてしまう程、すべてが美味しい!

塩気もちょうどよくご飯がよく進みます



13 寒鯖一夜干し

焼く

メーカー独自製法の「浸透圧低温熟成乾燥」で一夜干しに仕上げました。

冷凍 本体 440円 (税込475円) 1枚入

おすすめセレクト 5



調理例

14 果汁たっぷり豚焼き厚切り (栃木県産豚肉使用)

厚切りにした豚肉はスリット入りで柔らかく食べやすくなっています。ご飯が進む商品です。

冷凍 本体 860円 (税込929円) 300g

おすすめセレクト 6



15 国産鶏挽肉 パラパラミート

国産鶏ムネ肉を使用した挽肉です。チャック付の袋になっているので必要な分だけご利用できます。

冷凍 本体 440円 (税込475円) 250g (176円/100g)



調理例

16 イカフライのチリソースセット

イカフライと野菜を合わせて、簡単にイカフライのチリソース和えができます。

冷凍 本体 480円 (税込518円) 140g



調理例

17 照焼煮込みハンバーグ

鶏肉と豚肉を使用したシンプルなハンバーグに、照焼ソースを合わせました。湯せんでお召し上がりいただけます。

冷凍 本体 470円 (税込508円) 200g (100g x 2個入)



調理例

18 梨果汁でやわらか国産豚肩ロースとんてき(生姜風味)

国産豚肩ロースをスティック状にカットし、しょうが風味のたれに漬込みました。

冷凍 本体 590円 (税込637円) 180g



盛付例

19 新鮮かつお(刺身用)

一本釣りで漁獲した鮮度の良いかつおを原料に使用しております。船内ですぐに凍結し、皮骨血合いを取り除きました。

冷凍 本体 430円 (税込464円) 100g



調理例

20 味噌ラーメン(栃木県産小麦粉使用)

麺は栃木県産小麦を使用しています。にんにく・生姜が香り、帆立の旨味が隠し味の味噌ラーメンです。

常温 本体 350円 (税込378円) 2人用



盛付例

21 半熟煮たまご

黄身までやわらかな煮たまごです。おつまみや麺のトッピングに。

チルド 本体 210円 (税込227円) 2個入



調理例

22 もちもち揚げ

賞味期限: 宅配日より約4~5日

やわらかく、もちもちした食感が特徴の揚げ蒲鉾です。そのままでも、料理の素材としてもご利用いただけます。

チルド 本体 250円 (税込270円) 4枚入



調理例

23 大判ガンス

ガンスとは広島県で有名な練り製品で白身魚のすり身に玉ねぎと鶏肉を加えメーカーオリジナルの製法で仕上げました。広島では揚げて食べる他卵とじや麺類の具としても使われています。

冷凍 本体 320円 (税込346円) 2個(140g)



盛付例

New

ぶりのお刺身用の柵です。流水で半解凍し(指でゆっくり押し)た時にまだ中心が凍っている状態(こと)お好みの厚さにスライスしてください。

24 日本海産ぶり刺身用

日本海で漁獲されたぶり(幼魚)を刺身用に三枚に卸し、腹骨、血合骨を取り除き、皮を除去しました。旨味ごと一回冷結で包み込んだ高鮮度商品です。

冷凍 本体 480円 (税込518円) 140g

②6 熟成紅鮭切身 を使って

## 鮭としめじのホイル焼き

材料(2人分)

- 熟成紅鮭切身 ..... 2切(140g)
- しめじ(ほぐす) ..... 100g
- 油 ..... 適量
- 酒 ..... 大さじ1/2
- バター ..... 10g
- ぼん酢しょうゆ ..... 小さじ1
- かいわれ大根 ..... 適量

作り方

- ① 鮭は解凍し、水気を拭き取る。
- ② アルミホイルに薄く油を塗り、鮭一切れをおき、しめじの半量を載せる。その上に酒とバターを載せてアルミホイルを閉じる。同様にもう一つも作る。
- ③ フライパンに②を並べ入れて1cm程の水を入れ、蓋をして弱めの中火で10分程蒸し焼きにする。
- ④ 器に盛り付けてぼん酢しょうゆをかけ、かいわれを飾る。



1人分あたり  
カロリー 190kcal  
塩分 1.8g

**おすすめセレクト**  
**7**

**25 国産若鶏モモ肉**  
消費期限:宅配日より約2日

新鮮な国産若鶏モモ肉をお届けします。

**チルド 本体 360円**  
200g (税込389円)  
ご注文数量

**おすすめセレクト**  
**8**

**26 熟成紅鮭切身**

新鮮な紅鮭を使用し、じっくりと時間をかけて、塩水に漬け込みました。

**冷凍 本体 640円**  
2切(140g) (税込691円)  
ご注文数量

**おすすめセレクト**  
**9**

**27 にらまんじゅう**

国産豚肉をベースに、たっぷりのにらを使用したにらまんじゅうです。お弁当のおかず、お酒のおつまみにもピッタリ。

**冷凍 本体 440円**  
8個(240g) (税込475円)  
ご注文数量

**調理例**

**28 若鶏のこってり醤油だれ焼き(にんにく・生姜入り)**

国産の鶏胸小肉を、オイスターの入った中華だれにんにくと生姜で風味付けをしたタレで味付けしました。

**冷凍 本体 430円**  
200g (税込464円)  
ご注文数量

**調理例**

**29 銀のクリームシチュー=丸=**

原料と製法にこだわり、窯ごとに少量ずつ焼き上げたまるやかなクリームシチューラーです。

**常温 本体 360円**  
150g (税込389円)  
ご注文数量

**調理例**

ご利用ください  
・お好みの野菜 ..... 120g

**30 赤いかねぎ塩**

身厚の赤いかを短冊状にして独自の塩たれと絡めて国産ねぎをのせました。

**冷凍 本体 300円**  
120g (税込324円)  
ご注文数量

**調理例**

**31 北海道産なめたかれい(吊るし干し)**

北海道産の良質な原料を使用し、冷風除湿乾燥機にて余分な水分を取り除きました。魚本来の旨味を引き出しました。

**冷凍 本体 720円**  
1枚(250g) (税込778円)  
ご注文数量

**調理例**

**32 もっちりチーズフライ(トースター用)**

ふんわり軽い口当たりのチーズをひとくちサイズのフリッターにしました。

**冷凍 本体 360円**  
100g (税込389円)  
ご注文数量

**調理例**

**New**  
**33 たこの唐揚げ**

柔らかく歯切れが良い新鮮な岩蛸を唐揚げにしました。冷凍のまま揚げるだけでですので、とても簡単です。

**冷凍 本体 470円**  
150g (税込508円)  
ご注文数量

**調理例**

**34 みつせ鶏 うまとろ手羽煮**

ポイルするだけで、コトコトじっくり煮込んだような柔らかさと味の染みだみかつせ鶏手羽元の煮物が味わえます。

**冷凍 本体 450円**  
4本(210g) (税込486円)  
ご注文数量

**調理例**

**35 豚丼の具 (栃木県産豚肉使用)**

栃木県産豚肉と甘みのある玉ねぎと一緒に煮込みました。湯せんで食べられる簡単調理商品です。

**冷凍 本体 860円**  
120g×2入 (税込929円)  
ご注文数量

**調理例**

**36 ジャガチーズ春巻 (北海道十勝産チーズ)**

北海道十勝産の5種のチーズと厳選された北海道産じゃがいもをふんだんに使用した一口サイズの食べやすい春巻きです。

**冷凍 本体 410円**  
8個(144g) (税込443円)  
ご注文数量

4

目

Aコース

Bコース

1月17日(金)

1月18日(土)

担当者  
おすすめ



盛付例

おすすめセレクト  
10

New

アツアツのご飯に解凍した商品をかき混ぜるだけ!おひとりさまのランチにも、忙しい日の夕飯にも、どんなシーンでも重宝する海鮮丼の具です。もっちり、ネバネバ、プチプチと・・・色々な食感をお楽しみ下さい。



### 37 3種の海鮮丼 (まぐろ・めかふ・紅鮭いくら)

解凍

まぐろ、めかふ、紅鮭いくらを合わせ海鮮丼用に商品化しました。もっちりとしたまぐろと、めかふのネバネバシャキシャキ、いくらのはちゅと食感も楽しめる商品です。

冷凍 本体 440円 (税込475円) 50g×2入

注文数量

おすすめセレクト  
11



調理例

### 38 鶏肉のぶりぶり照焼き

国産の鶏ムネ肉と照焼きのタレをセットにしました。フライパン一つで簡単に調理が出来ます。お好みの野菜を加えてもお楽しみいただけます。

冷凍 本体 440円 (税込475円) 210g

焼く

注文数量

おすすめセレクト  
12



### 39 栃木県産豚ローススライス

消費期限:宅配日より約2日

栃木県産の豚ロースをスライスにしてお届けします。

チルド 本体 530円 (税込572円) 200g (265円/100g)

注文数量



調理例

### 40 天丼の具セット

上質な小麦粉を使用して作った天ぷらです。だしを効かせながらもマイルドな甘口タレを添付しました。

冷凍 2人用

本体 580円 (税込626円)

レンジ

注文数量



調理例

### 41 赤坂瑞宮監修 油淋鶏セット

フライパンで鶏肉を揚げ焼きし、サラダの上ののせ、ソースをかけるだけで簡単に赤坂瑞宮監修の本格的な味をお楽しみいただけます。

冷凍 270g

本体 590円 (税込637円)

焼く

注文数量



調理例

### 42 氷温造り シルバー切身

氷温乾燥でふっくらとした食感と魚臭を抑えています。

冷凍 2切(160g)

本体 410円 (税込443円)

焼く

注文数量



調理例

### 43 スープで食べる小籠包

小籠包の皮が旨みたっぷりのスープを吸い込み、小籠包が持つ本来の旨みと合わせてより美味しくなります。

冷凍 145g

本体 250円 (税込270円)

煮る

注文数量



盛付例

### 44 無着色 辛子めんたいこ

原卵の色目の良いもののみを選別し、発色剤を使用せず低添加物製法にて製造しためんたいこです。

冷凍 90g

本体 620円 (税込670円)

解凍

注文数量



盛付例

### 45 昔のままの野菜天

白身魚のスケソウダラをベースに国内産のキャベツ、人参、玉ねぎ、ごぼうを合わせて作った野菜天です。

チルド 4枚(240g)

本体 310円 (税込335円)

そのまま

注文数量

世界グルメ



調理例

### 46 トッポギ炒め

モチットした食感の韓国もち(トッポギ)とオリジナルのコチュジャンを使い本格的なトッポギに仕上げました。

冷凍 本体 530円 (税込572円) 200g

湯せん

注文数量



調理例

+玉子焼きで  
まるやかに!

### 47 ガバオ丼の具

タイの屋台で大人気のガバオライスです。甘辛く味付した鶏肉とバジルの爽やかな香りが食欲をそそります。

冷凍 本体 530円 (税込572円) 100g×2入

湯せん

注文数量



調理例

一度食べると  
クセになる

担当者  
おすすめ

本格的な味に舌鼓

タイ料理の代表といえる人気メニューの「グリーンカレー」。しっかりとスパイスの辛さとココナツミルクのまろやかな風味がクセになります。おうちいながら旅行気分を味わえます。

### 48 アジア薫る「タイ」グリーンカレー

パンチの効いた刺激的なスパイスの辛さと、ココナツミルクのまろやかな風味、ハーブのさわやかな香りの三位一体の味わいを引き出すよう、バランスよく仕上げました。

冷凍 本体 740円 (税込799円) 160g×2入

湯せん

注文数量

PICK UP!

# 49 チーズインハンバーグ (栃木県産牛豚使用)

まろやかでコクのあるチーズをハンバーグに入れました。ジューシーで肉の旨味たっぷりのハンバーグ×チーズのコラボレーション。非常にマッチしたふれあい食材人気の商品です。

## お客様の声

- 中に入っているたっぷりのチーズとお肉のバランスが最高～
- しっかりとしたボリュームと味で、付け合わせの野菜も進みます
- あふれでる肉汁がジューシーでたまらない



**おすすめレシピ**  
**13**

**調理例**

バイヤーイチオシ

**49 チーズインハンバーグ  
(栃木県産牛豚使用)**

牛豚合挽ハンバーグの中にチーズを入れました。とろ～りチーズがたまらない美味しさです。

**焼く**

冷凍 本体 **980円**  
2個(360g) (税込1,058円)

ご注文数量

**おすすめレシピ**  
**14**

**調理例**

ご用意ください  
お好みの野菜・200g程度

**50 チャブチエの素**

豚ひき肉と春雨を洋なし、りんご、レモン果汁の入った醤油タレと合わせました。タレに加えた豆板醤のほのかな辛さが味をみきめています。

**炒める**

冷凍 本体 **440円**  
200g (税込475円)

ご注文数量

**おすすめレシピ**  
**15**

**調理例**

**51 天然えびステーキカツ**

えびをふんだんに使用し、カツにしました。えびの旨味・食感をお楽しみください。

**揚げる**

冷凍 本体 **500円**  
2枚(160g) (税込540円)

ご注文数量

**調理例**

**52 白身魚の黒酢あんかけ**

食べやすいひと口大のスケソウダラに衣をつけて油調理しています。温めて添付のタレと絡めてください。

**揚げる 焼く レンジ**

冷凍 本体 **530円**  
190g(150g タレ40g) (税込572円)

ご注文数量

**盛付例**

バイヤーイチオシ

**53 メバチまぐろ切り落とし**

鮮度・色目の良いメバチマグロを、刺身用にスライス加工しました。

**解凍**

冷凍 本体 **490円**  
100g (税込529円)

ご注文数量

**調理例**

**New**

**54 真鱈昆布じめお刺身用**

三陸近海で獲れた新鮮な真鱈を生から処理して昆布にしました。食感が良く旨味があります。食べやすいようにスライスしております。

**解凍**

冷凍 本体 **490円**  
60g (税込529円)

ご注文数量

**盛付例**

**55 からしマヨ昆布**

北海道産昆布を使用し、からしマヨネーズと合わせまるやかな味付にしました。細かく刻んだ昆布とからしマヨネーズが絶妙の相性です。

**そのまま**

チルド 本体 **250円**  
60g (税込270円)

ご注文数量

**調理例**

**New**

**56 氷温造りさばのおろし煮**

脂のりの良いサバを国産の大根おろしと一緒に煮ました。あっさりとした醤油味に仕上がっています。

**湯せん**

冷凍 本体 **480円**  
90g×2入 (税込518円)

ご注文数量

**お弁当に**

**調理例**

**57 つかいきりナポリタン**

トマトのやさしい酸味と玉ねぎの甘みをいかした、彩りの良いナポリタンです。

**湯せん**

冷凍 本体 **240円**  
160g (税込259円)

ご注文数量

**調理例**

**58 国産鶏の甘だれスティック**

食欲をそそるたれを絡めたスティック状のたれつけフライです。お子様から大人まで楽しめる甘めなしょうゆたれで、パンにも合う濃いめの味付けです。

**レンジ**

冷凍 本体 **340円**  
160g (税込367円)

ご注文数量

**調理例**

**New**

**59 銀鮭西京漬**

鮮度の良い魚を厳選し自社独自で調合した甘さとコクのある西京味噌にじっくり丹念に漬け込みました。

**焼く**

冷凍 本体 **440円**  
2切入 (税込475円)

ご注文数量

**調理例**

**New**

**60 レンジでお手軽 ささみフライ(チーズ包み)**

国産のささみでチーズソースを包んだフライです。ささみなので身質がやわらかく、チーズとの相性もばっちりです。

**レンジ**

冷凍 本体 **570円**  
6個(204g) (税込616円)

ご注文数量

6



Aコース

Bコース

1月22日(水)

1月23日(木)

ワキコミで好評



調理例

16

フライパンで手軽に蒲焼きが作れるのが良い

小骨もきならず、美味しく食べられました。

9割はしっかりと絡んでご飯にも良く合います。たっぷり食べてました。

61 フライパンでできる いわし蒲焼用(たれ付)

焼く

国産の真いわしを腹骨取りの三枚におろし、衣を付けて蒲焼用にしました。

冷凍 本体 480円 (税込518円) 160g タレ50g

17



62 栃木県産豚ロース角切り (カレー・シチュー用)

栃木県産豚ロース肉を小さめの角切りにカットしました。

冷凍 本体 530円 (税込572円) 200g (265円/100g)

18



63 コスモ直火焼 カレー・ルー(中辛)

選び抜かれた香り高いスパイスと生野菜・フルーツ、また隠し味にチャツネヨーグルトを加えて直火でじっくり焼き上げて作ったルーです。

常温 本体 340円 (税込367円) 170g



調理例

冷凍 190g

本体 480円 (税込518円) 炒める

64 いかのオイスターソース炒めセット

やわらかいイカと濃厚なオイスターソースをセットにしました。簡単に中華風の炒め物が出来上がります。

冷凍 本体 450円 (税込486円)



調理例

冷凍 2切入

本体 450円 (税込486円)

65 脂がのった赤魚切身

脂がのった赤魚を切身にしました。煮付・焼き物にどうぞ。

冷凍 本体 620円 (税込670円) 焼く



調理例

冷凍 2切(140g)

本体 620円 (税込670円) 焼く

66 さわらだし西京漬

コク深く芳醇な香りの麹味噌と拘りの原料を使った出汁を使用し漬け込みました。

冷凍 本体 250円 (税込270円) そのまま



調理例

冷凍 200g

本体 440円 (税込475円) 焼く

67 たっぶりねぎ入り若鶏の油淋鶏風

国産の鶏肩小肉をねぎがたっぷり入った甘酢だれで味付けしました。

冷凍 本体 440円 (税込475円) 解凍



調理例

冷凍 80g

本体 440円 (税込475円) 解凍

68 たこキムチ

新鮮なたこを程よい辛さのたこキムチ風味のフレーバーに合わせました。食べやすい一口大に切っており、解凍するだけでそのままお召上がり頂けます。

冷凍 本体 250円 (税込270円) そのまま



調理例

冷凍 1個入

本体 250円 (税込270円) そのまま

69 江戸べったら漬

国内産大根を使用し、低温でじっくりと漬け込みました。ほどよい甘味と酸味の調和をお楽しみください。

冷凍 本体 920円 (税込994円) 特別価格 90g×3個入



調理例

冷凍 本体 920円 (税込994円) 特別価格 90g×3個入

70 おやし野沢菜

外はカリッと中はもちっとした生地に具沢山の野菜を詰め込み、一つずつ丁寧に包んで作りました。こんがり、ふっくら焼き上げたふるさと信州の味です。

レンジ 冷凍 本体 920円 (税込994円) 特別価格 90g×3個入



調理例

冷凍 本体 390円 (税込421円) 2個(260g)

71 ライスバーガー(豚生姜)

しょうゆを噴霧しこんがり焼き上げたライスパテに、甘辛く味をつけた豚肉、玉ねぎをはさみました。

レンジ 冷凍 本体 390円 (税込421円) 2個(260g)



調理例

担当者おすすめ

こだわりの出汁でじっくりと仕上げ、後引く旨味が口の中でじんわりと広がります。具材は、たくわ、野菜入り揚げ蒲鉾、大根、卵、結び昆布、こんにゃくの6種類で、練り製品は化学調味料やリン酸塩を使用せずに作っております。

72 絆おでん

こだわりの国産具材をかたお節・昆布等を使用した美味しいダシでじっくり煮込みました。

そのまま 湯せん 常温 本体 500円 (税込540円) 400g (固形量180g)

⑦栃木県豚バラうす切りを使って

## 豚バラと大根の甘辛みそ炒め

### 材料(2人分)

- 栃木県豚バラうす切り ..... 200g
- 塩 ..... 少々
- 大根 ..... 5cm
- 長ねぎ(斜め薄切り) ..... 2本
- 油 ..... 適量
- 酒 ..... 大さじ2
- みそ ..... 大さじ1
- ④ 砂糖 ..... 大さじ1/2
- しょうゆ ..... 小さじ1
- しょうが(すりおろす) ..... 小さじ1
- 万能ねぎ(小口切り) ..... 適量

### 作り方

- ① 豚肉は解凍して食べやすい大きさに切って塩を振る。大根は5cmの長さ、1cm角の棒状に切る。
- ② フライパンに油を熱し、大根を重ならないように並べ、6~7分間じっくりと焼き、全体に焼き色が付いたら取り出す。
- ③ ②のフライパンに豚肉を広げて入れ、ほぐしながら炒める。色が変わったら大根を戻し入れ、長ねぎを加えてサッと炒め合わせる。
- ④ フライパンの余分な油をキッチンペーパーで拭き取り、混ぜ合わせた④を加えて全体を炒め合わせ、器に盛り付け万能ねぎを散らす。



1人分あたり  
 カロリー 517kcal  
 塩分 2.2g

**おすすめセレクト**  
**19**  
 レシピ  
**73** 栃木県産豚バラうす切り

栃木県産の豚バラ肉をうす切りにしてお届けします。豚しゃぶや煮物炒め物等にどうぞ。  
**冷凍 本体 520円**  
 (税込562円)  
 200g  
 (260円/100g)

**おすすめセレクト**  
**20**  
**調理例**  
**74** 大葉にんにく醤油炙りかつお

食欲を刺激するにんにく味にしそを加えることでさっぱりと飽きのこない味わいに仕上げました。  
**冷凍 本体 530円**  
 (税込572円)  
 170g

**おすすめセレクト**  
**21**  
**調理例**  
**75** 肉餃子

ジューシーな豚肉をふんだんに使用した肉餃子です。  
**冷凍 本体 550円**  
 (税込594円)  
 12個(216g)

**76** とちぎ霧降高原牛切り落とし(カク)

品の良い味わいが自慢の栃木県のブランド牛です。  
**冷凍 本体 1,220円**  
 (税込1,318円)  
 200g  
 (610円/100g)

**調理例**  
**77** 北海道産鮭山漬

北海道産の鮭を使用し、裁割から製品まで全て手作業による昔ながらの手法で作上げた逸品です。  
**冷凍 本体 450円**  
 (税込486円)  
 2切(140g)

**調理例**  
**78** たこキャベツメンチカツ

ぶつ切りのたこを使ったこの食感をいきました。アクセントに紅生姜を加え、たこ焼きを思わせる風味です。  
**冷凍 本体 360円**  
 (税込389円)  
 4個(160g)

**調理例**  
**79** 栃木県産小麦の生うどん(つゆ付)

栃木県産小麦(ワイノワダチ)を100%使用した生うどんです。添付のつゆは本醸造醤油にかつおぶし・魚介のだしを効かせた濃縮つゆです。  
**冷凍 本体 330円**  
 (税込356円)  
 2人用

**調理例**  
**80** 国産野菜かき揚げ(海老いか)

新鮮なむきえび・いかと、玉ねぎ、にんじん等の野菜をサクッとたたかき揚げに仕上げました。  
**冷凍 本体 490円**  
 (税込529円)  
 2枚(140g)

**簡単便利**  
**調理例**  
**81** レンジいつでもハッシュドポテト

北海道産のじゃがいも、玉ねぎ、にんじんで作ったハッシュドポテトです。油調整みなので、食べたい時に簡単にご用意できます。  
**冷凍 本体 430円**  
 (税込464円)  
 6枚(276g)

**調理例**  
**82** ほたての炊込みご飯

ほたてと特製タレのセット商品です。風味豊かな炊込みご飯をお楽しみください。  
**冷凍 本体 470円**  
 (税込508円)  
 2合用

**調理例**  
**83** 凍り豆腐の含め煮

高野豆腐を旨味のある京風だしでやわらかく上品に煮含めました。  
**冷凍 本体 450円**  
 (税込486円)  
 2枚(220g)

**New**  
**調理例**  
**84** レンジで簡単! 国産さばの甘辛揚げ

国産の真さばを油で揚げ、甘辛のタレを絡めました。外袋からトレーを取りだしラップに爪楊枝等使って数ヶ所穴をあけ、レンジで加熱してください。  
**冷凍 本体 400円**  
 (税込432円)  
 120g

8

目

Aコース

Bコース

1月29日(水)

1月30日(木)

ワキコミ  
で  
好評



調理例  
22  
お持ちせしめ

味が良いご飯のおかずにお酒のおつまみに、家族みんなから好評でした。

少し濃い目の味付けてご飯が進みます

ビールとの相性抜群です。おうちで居酒屋気分を楽しめました。



85 直火焼 国産鶏ハラミ(味付)

焼く レンジ

国産鶏ハラミ肉に塩ベースの味付けをし、直火焼きで焼き上げました。おつまみにもピッタリです。

冷凍 本体 470円 (税込508円) 注文数量

23  
お持ちせしめ



調理例

86 銀ひらす 黒糖醤油漬

脂のりの良い銀ひらすをすりごま入りの特性タレに漬込みました。

焼く

冷凍 本体 400円 (税込432円) 注文数量

24  
お持ちせしめ



87 栃木県産豚小間肉(モモ)

消費期限: 表記日より約2日

栃木県産豚の小間肉をお届けします。

チルド 本体 410円 (税込443円) 注文数量

調理例

冷凍 2切(160g)

本体 390円 (税込421円) 焼く

88 シマホッケ 一夜干し切身

鮮度の良いシマホッケを切身加工し塩水漬け後、遠赤外線乾燥機でふっくら干し上げました。

注文数量

調理例

冷凍 100g×2入

本体 630円 (税込680円) 特別価格 湯せん

89 氷温熟成カラス カレイ煮付

脂のりが良く柔らかな食感のカラスカレイをさっぱりとした生姜醤油ベースのたれで煮付けました。

注文数量

調理例

冷凍 110g×2入

本体 490円 (税込529円) 湯せん

90 十六雑穀と七野菜の肉団子(甘酢あん)

湯せんするだけで健康的で美味しい肉団子をお召し上がりいただけます。

注文数量

盛付例

冷凍 40g×2入

本体 220円 (税込238円) 解凍

91 めかぶ三升漬

岩手県産のめかぶを刻み、ボイルした後三升の調味液(醤油、麴、唐辛子)と混合しました。

注文数量

調理例

冷凍 4本入

本体 300円 (税込324円) レンジ トースター 揚げる

92 焼ちくわいそべ天

厳選した素材を使い練り上げたちくわを天ぷらにしました。

注文数量

調理例

チルド 固形量130g (液70g)

本体 320円 (税込346円) そのまま

93 無着色ひたし豆

着色料を使用せず、低温で殺菌することにより、風味豊かに仕上げました。

注文数量

調理例

94 みつせ鶏 塩こうじ漬け

みつせ鶏のむね肉を一口大にカットし、液体塩こうじに漬け込みました。お肉がやわらかくなり、さらにお肉の旨味を引き出します。

焼く

冷凍 本体 450円 (税込486円) 注文数量



盛付例

95 石窯ブール

石窯製法で外はパリッと中はしっとり、もちり仕上げたハード系の食事パンです。エキストラバージンオイルを使用し風味豊かに仕上げました。

解凍 オープン

冷凍 本体 300円 (税込324円) 注文数量



調理例



担当者  
おすすめ

忙しい時の救世主!

ご飯を炊き忘れた。簡単に済ませたい一人ランチ。突然始まる「おなかすいた〜!」の子どもの声。そんな時にレンジで温めるだけで、サッと出せる一品です。冷凍庫にストックがあるといつでも安心です♡

96 国産牛の牛すきめし

国産牛の旨みが広がる和風ごはんです。レンジで温めるだけで簡単にお召し上がりいただけます。

レンジ 炒める

冷凍 本体 440円 (税込475円) 注文数量

# 選べる 食卓宅配便

1回あたり12品の中から、好きな食材を  
ご自由にお選びいただける、  
**セレクトタイプ**のコースです。



好きなもの  
選べるから  
とっても便利!!

**ご注意  
ください!!**

1ヶ月最大8回の宅配となります。  
1ヶ月合計で**24品以上**または、  
**11,200円以上**お選びください。  
(税込12,096円)

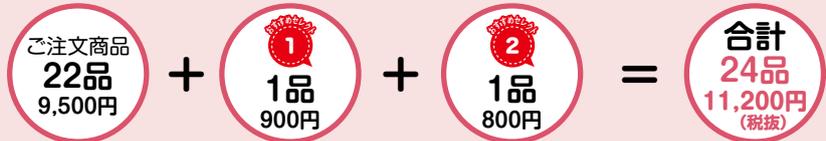
もし...  
選り忘れちゃった  
ときは...



ご注文商品が合計24品または11,200円に満たない場合は、  
不足分の商品数をおすすめ食材 **1** から **24** を、順を追って充当いたします。

例)

ご注文商品数**22品**で、  
**9,500円**の場合



※不足分の商品については対象商品の宅配日にお届けさせていただきます。

既におすすめ食材をご注文されている場合は、ご注文いただいたおすすめ食材以外で順を追って  
充当いたします。

例)

既におすすめ食材 **1**、**2**  
をご注文いただいている場合



23品でも  
11,200円以上  
なら(税抜)  
**OK!**

**価格**

ご注文いただいた商品の単価を合計した  
金額が当月のご利用価格となります。

ご注文の合計が  
24品以上または  
11,200円以上(税込12,096円)  
になるように、よく確認してね。

選ぶのが大変... という方には...

選ばなくても  
厳選食材が届くから  
ラクチン!!



## おすすめセレクト

おすすめマーク **1** ~ **24** のついた商品(合計24品)です。  
精肉、鮮魚、その他加工品等をバランス良く厳選したセットです。

今月のおすすめセレクト(24品)

**価格**

**12,410円**  
(税込13,401円)

選べる食卓宅配便 は、**自動継続制**のコースです。

1度お申し込みいただければ、翌月から毎月お届けいたします。



選べる食卓宅配便 2025年  
ご注文書 1月

ご氏名

ご住所

TEL

締切日

Aコース 12月9日(月)  
Bコース 12月10日(火)

ご注文方法

●おすすめセレクトを注文する場合は、注文するに○をつけてください。  
●おすすめセレクトを注文しない場合は、以下商品よりお選びください。  
※おすすめセレクトは単品の合計金額となっておりますので、税込価格がずれる場合がございます。ご了承ください。

おすすめセレクト 24品 12,410円(税込13,401円)

注文する

お届け日	No.	商 品 名	規 格	温度帯	本体価格(税込)	数 量	No.
1回目 Aコース 1月6日(月) Bコース 1月7日(火)	1	1 バターチキンカレー(鶏モモ肉使用)	180g	冷凍	530円(税込572円)	1	1
	2	2 赤魚あごだし旨しょうゆ	2切入	冷凍	570円(税込616円)	2	2
	3	3 栃木県産豚ヒレ肉のこがし醤油にんにく漬	180g	冷凍	570円(税込616円)	3	3
	4	船凍銀だら切身	2切(140g)	冷凍	590円(税込637円)	4	4
	5	海鮮ぶっかけ丼(サーモン)	100g×2入	冷凍	900円(税込972円)	5	5
	6	焼小籠包(生冷)	10個(250g)	冷凍	710円(税込767円)	6	6
	7	フライパンで焼けるいか昆布醤油干し	200g	冷凍	540円(税込583円)	7	7
	8	みつせ鶏肉だんご生姜スープ付き	220g	冷凍	550円(税込594円)	8	8
	9	国産野菜でらくらく調理 きんぴら用	300g	チルド	310円(税込335円)	9	9
	10	ふんわり肉詰めいなり煮(魚沼産天恵菇入り)	2個(140g)	冷凍	320円(税込346円)	10	10
	11	国産具材の茶碗蒸し	160g×2個入	チルド	550円(税込594円)	11	11
	12	豆乳入り京雪花菜	100g	冷凍	310円(税込335円)	12	12
2回目 Aコース 1月8日(水) Bコース 1月9日(木)	13	4 寒鯖一夜干し	1枚入	冷凍	440円(税込475円)	13	13
	14	5 果汁たっぷり豚焼き厚切り(栃木県産豚肉使用)	300g	冷凍	860円(税込929円)	14	14
	15	6 国産鶏挽肉パラパラミート	250g(176円/100g)	冷凍	440円(税込475円)	15	15
	16	イカフライのチリソースセット	140g	冷凍	480円(税込518円)	16	16
	17	照焼煮込みハンバーグ	200g(100g×2個入)	冷凍	470円(税込508円)	17	17
	18	梨果汁でやわらか国産豚肩ロースとんてき(生姜風味)	180g	冷凍	590円(税込637円)	18	18
	19	新鮮かつお(刺身用)	100g	冷凍	430円(税込464円)	19	19
	20	味噌ラーメン(栃木県産小麦粉使用)	2人用	常温	350円(税込378円)	20	20
	21	半熟煮たまご	2個入	チルド	210円(税込227円)	21	21
	22	もちもち揚げ	4枚入	チルド	250円(税込270円)	22	22
	23	大判ガンス	2個(140g)	冷凍	320円(税込346円)	23	23
	24	日本海産ぶり刺身用	140g	冷凍	480円(税込518円)	24	24
3回目 Aコース 1月15日(水) Bコース 1月16日(木)	25	7 国産若鶏モモ肉	200g(180円/100g)	チルド	360円(税込389円)	25	25
	26	8 熟成紅鮭切身	2切(140g)	冷凍	640円(税込691円)	26	26
	27	9 にらまんじゅう	8個(240g)	冷凍	440円(税込475円)	27	27
	28	若鶏のこってり醤油だれ焼き(にんにく・生姜入り)	200g	冷凍	430円(税込464円)	28	28
	29	銀のクリームシチュー・ルー	150g	常温	360円(税込389円)	29	29
	30	赤いかねぎ塩	120g	冷凍	300円(税込324円)	30	30
	31	北海道産なめたかれい(吊るし干し)	1枚(250g)	冷凍	720円(税込778円)	31	31
	32	もちりチーズフライ(トースター用)	100g	冷凍	360円(税込389円)	32	32
	33	たこの唐揚げ	150g	冷凍	470円(税込508円)	33	33
	34	みつせ鶏うまとろ手羽煮	4本(210g)	冷凍	450円(税込486円)	34	34
	35	豚丼の具(栃木県産豚肉使用)	120g×2入	冷凍	860円(税込929円)	35	35
	36	じゃがチーズ春巻(北海道十勝産チーズ)	8個(144g)	冷凍	410円(税込443円)	36	36
4回目 Aコース 1月17日(金) Bコース 1月18日(土)	37	10 3種の海鮮丼(まぐろ・めかふ・紅鮭いくら)	50g×2入	冷凍	440円(税込475円)	37	37
	38	11 鶏肉のぶりぶり照焼き	210g	冷凍	440円(税込475円)	38	38
	39	12 栃木県産豚ローススライス	200g(265円/100g)	チルド	530円(税込572円)	39	39
	40	天丼の具セット	2人用	冷凍	580円(税込626円)	40	40
	41	赤坂璃宮監修油淋鶏セット	270g	冷凍	590円(税込637円)	41	41
	42	氷温造りシルバー切身	2切(160g)	冷凍	410円(税込443円)	42	42
	43	スープで食べる小籠包	145g	冷凍	250円(税込270円)	43	43
	44	無着色辛子めんたいこ	90g	冷凍	620円(税込670円)	44	44
	45	昔のままの野菜天	4枚(240g)	チルド	310円(税込335円)	45	45
	46	トッポギ炒め	200g	冷凍	530円(税込572円)	46	46
	47	ガパオ丼の具	100g×2入	冷凍	530円(税込572円)	47	47
	48	アジア薫る「タイ」グリーンカレー	160g×2入	冷凍	740円(税込799円)	48	48



※合計**24品以上**、または**11,200<sup>税抜</sup>円以上**に  
 (税込12,096円)  
 になっているか、十分にご確認ください。

※ご記入頂きました情報は、JAふれあい食材の商品改善、サービスの提供のご案内に利用する  
 以外は、一切使用しません。

合計

合計品数

品  
税抜  
円  
税込  
円

キムシ

お届け日	No.	商 品 名	規 格	温度帯	本体価格(税込)	数 量	No.	
5回目 Aコース 1月20日(月)	49	13 チーズインハンバーグ(栃木県産牛豚使用)	2個(360g)	冷凍	980円(税込1,058円)	コ	49	
	50	14 チャプチェの素	200g	冷凍	440円(税込475円)	コ	50	
	51	15 天然えびステーキカツ	2枚(160g)	冷凍	500円(税込540円)	コ	51	
	52	白身魚の黒酢あんかけ	190g(150gタレ40g)	冷凍	530円(税込572円)	コ	52	
	53	メバチまぐろ切り落とし	100g	冷凍	490円(税込529円)	コ	53	
	54	真鱈昆布じめめお刺身用	60g	冷凍	490円(税込529円)	コ	54	
	55	からしまヨ昆布	60g	チルド	250円(税込270円)	コ	55	
	Bコース 1月21日(火)	56	氷温造りさばのおろし煮	90g×2入	冷凍	480円(税込518円)	コ	56
		57	つかいきりナポリタン	160g	冷凍	240円(税込259円)	コ	57
		58	国産鶏の甘だれスティック	160g	冷凍	340円(税込367円)	コ	58
59		銀鮭西京漬	2切入	冷凍	440円(税込475円)	コ	59	
60		レンジでお手軽ささみフライ(チーズ包み)	6個(204g)	冷凍	570円(税込616円)	コ	60	
6回目 Aコース 1月22日(水)	61	16 フライパンでできるいわし蒲焼用(たれ付)	160gタレ50g	冷凍	480円(税込518円)	コ	61	
	62	17 栃木県産豚ロース角切り(カレー・シチュー用)	200g(265円/100g)	冷凍	530円(税込572円)	コ	62	
	63	18 コスモ直火焼カレー・ルー(中辛)	170g	常温	340円(税込367円)	コ	63	
	64	いかのオイスターソース炒めセット	190g	冷凍	480円(税込518円)	コ	64	
	65	脂がのった赤魚切身	2切入	冷凍	450円(税込486円)	コ	65	
	66	さわらだし西京漬	2切(140g)	冷凍	620円(税込670円)	コ	66	
	67	たっぷりねぎ入り若鶏の油淋鶏風	200g	冷凍	440円(税込475円)	コ	67	
	Bコース 1月23日(木)	68	たこキムチ	80g	冷凍	440円(税込475円)	コ	68
		69	江戸べったら漬	1個入	チルド	250円(税込270円)	コ	69
		70	おやし野沢菜	90g×3個入	冷凍	920円(税込994円)	コ	70
		71	ライスバーガー(豚生姜)	2個(260g)	冷凍	390円(税込421円)	コ	71
		72	絆おでん	400g(固形量180g)	常温	500円(税込540円)	コ	72
7回目 Aコース 1月27日(月)	73	19 栃木県産豚バラうす切り	200g(260円/100g)	冷凍	520円(税込562円)	コ	73	
	74	20 大葉にんにく醤油炙りかつお	170g	冷凍	530円(税込572円)	コ	74	
	75	21 肉餃子	12個(216g)	冷凍	550円(税込594円)	コ	75	
	76	とちぎ霧降高原牛切り落とし(カタ)	200g(610円/100g)	冷凍	1,220円(税込1,318円)	コ	76	
	77	北海道産鮭山漬	2切(140g)	冷凍	450円(税込486円)	コ	77	
	78	たこキャベツメンチカツ	4個(160g)	冷凍	360円(税込389円)	コ	78	
	Bコース 1月28日(火)	79	栃木県産小麦の生うどん(つゆ付)	2人用	チルド	330円(税込356円)	コ	79
		80	国産野菜かき揚げ(海老いか)	2枚(140g)	冷凍	490円(税込529円)	コ	80
		81	レンジでいつでもハッシュドポテト	6枚(276g)	冷凍	430円(税込464円)	コ	81
		82	ほたての炊込みご飯	2合用	冷凍	470円(税込508円)	コ	82
		83	凍り豆腐の含め煮	2枚(220g)	冷凍	450円(税込486円)	コ	83
		84	レンジで簡単! 国産さばの甘辛揚げ	120g	冷凍	400円(税込432円)	コ	84
8回目 Aコース 1月29日(水)	85	22 直火焼国産鶏ハラミ(味付)	160g	冷凍	470円(税込508円)	コ	85	
	86	23 銀ひらす黒糖醤油漬	2切(140g)	冷凍	400円(税込432円)	コ	86	
	Bコース 1月30日(木)	87	24 栃木県産豚小間肉(モモ)	200g(205円/100g)	チルド	410円(税込443円)	コ	87
		88	シマホッケー夜干し切身	2切(160g)	冷凍	390円(税込421円)	コ	88
	89	氷温熟成カラスカレイ煮付	100g×2入	冷凍	630円(税込680円)	コ	89	
	90	十六雑穀と七野菜の肉団子(甘酢あん)	110g×2入	冷凍	490円(税込529円)	コ	90	
	91	めかぶ三升漬	40g×2入	冷凍	220円(税込238円)	コ	91	
	92	焼ちくわいそべ天	4本入	冷凍	300円(税込324円)	コ	92	
	93	無着色ひたし豆	固形量130g(液70g)	チルド	320円(税込346円)	コ	93	
	94	みつせ鶏塩こうじ漬け	180g	冷凍	450円(税込486円)	コ	94	
	95	石窯ブルー	3個入	冷凍	300円(税込324円)	コ	95	
	96	国産牛の牛すきめし	220g×2パック入	冷凍	440円(税込475円)	コ	96	



# 選べる食卓宅配便アンケート

2025年

1月

お客様からいただいた貴重なご意見は、今後のメニュー作成に反映させていただきますので、是非アンケートのご協力をお願いいたします。  
ご記入後、切り離してふれあいさんにお渡しください。

10名様に  
プレゼント

110ml  
×6個



※イメージ写真です。

アンケートにご協力頂いたお客様の中から抽選で

千本松牧場

The PURE MILK Ice-cream

※プレゼントの内容は、変更となる場合がございますので予めご了承ください。

応募方法: 本アンケート用紙を切り離してふれあいさんにお渡しください。

応募期間: 2025年2月8日(土)まで(当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。)

① 今月(1月)の食材はいかがでしたでしょうか。ご意見をお聞かせください。

### ●良かった商品

1. \_\_\_\_\_ (理由) \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_ (理由) \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_ (理由) \_\_\_\_\_

### ●良くなかった商品

1. \_\_\_\_\_ (理由) \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_ (理由) \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_ (理由) \_\_\_\_\_

② その他JAふれあい食材についてお気づきの点やご意見・ご質問がありましたらご記入ください。

住所 〒 _____ 市 _____ 町 _____	電話番号 ( _____ ) _____ - _____	氏名
ご注文内容 (○をお付けください) おすすめセレクト ・ 個別に選択	食事をされる方 (○をお付けください・複数回答可) 10歳未満・10歳代・20歳代・30歳代・40歳代 50歳代・60歳代・70歳代・80歳代・90歳代以上	JA名

ご協力ありがとうございました。ご記入頂きました情報は、JAふれあい食材の商品改善、サービスの提供のご案内に利用する以外は、使用しません。また、ご承諾いただいた範囲内において、アンケートの一部を誌面でご紹介させていただく場合があります。

## 第1位 エコープ なべ焼うどん

添付のスープで  
うどんを煮込むだけ。  
おいしいなべ焼うどんが  
手軽にできあがります。



簡単に調理できるのに  
とても美味しい  
冬の定番商品です



## 第2位 エコープ 野菜と食べる担々麺

程よいピリ辛加減が  
寒い日にぴったり



# JAくらしの宅配便 冬のおすすめベスト3

## 第3位 黒ごまラテ

この季節はホットミルクに  
溶かして一息  
ほんのり甘くてゴマの風味が  
しっかり感じる身体に  
優しい味がします



## JAくらしの宅配便

JAくらしの宅配便からエコープ天ぷらそばが新登場!!  
10月~2月頃までの季節限定商品です。カラッと揚がった  
天ぷら付き  
この機会にぜひお試し  
ください。



## お申し込み、お問い合わせは 各食材センターへ

那須町・那須塩原市・大田原市

◆なすの食材センター  
(JAなすの)  
☎ 0287-63-2524  
☎ 0120-202-618

那須烏山市・那珂川町

矢板市・塩谷町・さくら市・  
高根沢町

◆さくら食材センター  
(JAなす南・JAしおのや)  
☎ 028-681-5040  
☎ 0800-800-4594

栃木市(旧栃木市・旧大平町)  
(旧藤岡町・旧都賀町)  
旧岩舟町

下野市(旧国分寺町・旧石橋町)  
壬生町・小山市・野木町

◆県南食材センター  
(JAしもつけ・JAおやま)  
☎ 0285-30-5660  
☎ 0800-800-4590

宇都宮市・上三川町・下野市(旧南河内町)

◆宇都宮食材センター  
(JAうつのみや)  
☎ 028-613-4122  
☎ 0800-800-4595

真岡市・益子町・市貝町・茂木町・芳賀町

◆はが野食材センター  
(JAはが野)  
☎ 0285-70-1266  
☎ 0800-800-4593

佐野市・足利市

◆県南食材センター(安足)  
(JA佐野・JA足利)  
☎ 0283-27-1328  
☎ 0800-800-4591

日光市・鹿沼市・栃木市(旧西方町)

◆かみつが食材センター  
(JAかみつが)  
☎ 0289-60-2911  
☎ 0800-800-4592



JAグループ栃木

みんなのよい食プロジェクト  
食は日本の未来 JAグループ

やっぱり国産がいいね!  
日本を、もっと食べよう!

~JAのいい食材は国産農畜産物を推進しています~

## 公式SNSもチェック!!



Instagram



X (旧Twitter)

各センターが不在の場合は

JA全農 東日本生活事業所 栃木推進課 お客様相談窓口

までご連絡ください。



JA全農 東日本生活事業所 栃木推進課 お客様相談窓口

☎ 0120-915-201

受付時間 月曜~金曜 8:40~12:00  
13:00~17:00

土曜・日曜・祝日はご利用できません

乱丁・落丁の場合はおとりかえいたします。