

までは読むだけでしたが、協同 組合の記事を読んで、改めて参 加してみようかなと思いました。

大田区 プッシュ

協の組合員の活動が世 界的に認められている ことに驚きと感動を覚えま した。もっと輪が広がってい くことを願います。 大田区 福島麻子

育ての間にいつも楽しく読んでい ます。産地やメーカーの取り組み も知ることができ、次は注文してみよ うかな…というきっかけにもなってい 川崎市 りーママ

際協同組合年の特集はとても勉強になり ました。 北区 大須賀 佳代子

夏は猛暑で配達していただくのが大変う れしかったです。供給担当者にはとても感 謝しています。 国分寺市 横山 正美

特別な日 ●かぼちゃのコロッケ、ミート に食卓に ローフ、コブサラダなど作り 置いて、自分もおしゃべりに 並ぶメニュー 参加しやすく、片付けやすい を教えて ようにしています。 ください!

東久留米市 すみっコくま

●クリスマスは東都牛協のローストチキ ンです。百貨店や専門店で色々試して みましたが、東都生協のが一番おいし いと家族から大好評です!

北区 わんこ



●やはり手巻き寿司です。

お刺身やとんかつなども、

それぞれ好きな具を巻い

て盛り上がります。

板橋区 まりまり

●夫の誕生日は手作りコロッケ。 毎年必ず作ります。

小金井市 あっちょんぶりけ

●クリスマスはチキンやポット パイ、誕生日はお寿司です。

江東区 もも

●食を通じて祝うタイプの家庭なので、結構量が並びます。誕生 日はその人の好みに合わせています。誕生日はアイスクリーム ケーキ、クリスマスはブッシュ・ド・ノエルです。

文京区 真珠

●クリスマスケーキは 犬も食べられるものを 買っています!

江東区 ゆきねえ



●息子が12月25日生まれ なので、24日にクリスマ スパーティーをして、チキ ン、ローストビーフ、ポテ トサラダ、アイスクリーム を食べます。25日は息子 の好きなハンバーグ、サー モンサラダにケーキを食 べてお祝いします。

世田谷区 もこちゃん

「未来につなぐ募金」 について

●長男の誕生日はハヤシライス。小

麦粉とバターで濃いめの茶色にな

るまでの自家製ルーを作ります。

次男の誕生日にはカレー。スライ

スした玉ねぎをきつね色になるま

で素揚げし鶏肉と一緒に仕上げま

す。共に下準備が面倒で、要望の

府中市 中村 恵美子

ある時のみとしています。



食の未来づくり運動

寒い夜

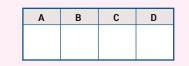
- ●どこで使われてるかが具体的で分かりやすくて 良かった。1口が少額なので組合員の誰もが募金 しやすいと思います。
 - 世田谷区 ちまこ と思います。
- ●少しでも未来が明るくなることを 期待できる活動を紹介していただ き、うれしく思います。

杉並区 ねこ丸

●募金はどんな使い方をされたのか見えると支援につな がると思うので、助成団体紹介ページがあるのは良い 練馬区 森屋 久美子

●実際に顔や活動が見えるのが良かったです。ニュースで存在 は知っていても、子育て中にも関わらずどこか他人事に感じ ていました。子どもたちの食を守ることは、とても大事な取 り組みだと思います。 横浜市 Nacco

A~Dの順に並べてできる言葉は?



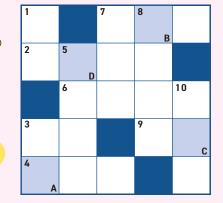
- ●停留所で乗り降りする
- ❸タラやブリは○○が旬の魚
- **⑤**選挙の掲示板に貼る、候補者のこれ

Megmeg

♂「ウエーター」とも言う

(9) 2025.11&12月 **MOGMOG**

- ❸やり遂げること。○○○○
- **の**首都はニューデリー
- 2刈り、新聞、ドリンク **3**身も○○もない発言
- ◆欧州連合の統一通貨
- **⑥**○○○○のごとく現れたアイドル
- 7イノシシの肉。○○○鍋
- **②**○○⇔アウト



7. Q&A

組合員から寄せられた声や質問にお答えします。



夕食モルックのおります。 夕食宅配のメイン総菜ですが、魚か肉かを選択でき



現在、夕食宅配は、「お弁当」「おかず」「国産応援ご膳」 ☑️ 「KARADA 元気」の4つのコースがあります。各コー スともメインの総菜は肉系と魚系を交互になるようにし、 和洋中を取り混ぜて、同じようなメニューが続かないよ う工夫しています。魚種もほっけ、ほき、たら、赤魚、 さわら、まぐろ、あじ、さんま、さば、めばる、にし んなどを幅広く使用し、調理法も焼く・煮る・揚げるな どしてそれぞれの魚種を月 1 回程度入れるようにしてい ます。基本的に骨取り対応の切り身を原料に指定して いるため、市場で需要のある魚種に限られてしまいがち ですが、今後も企画基準に合う魚種があれば積極的に 取り入れていきます。

> 注文を「魚か肉を選択できるように」というご要望に ついては、コストが掛かる面もあり、今後の課題として 受け止めます。現時点での対応としては、コース選択 を1日単位で変更していただき、4つのコースからメイン の食材が魚のものを選んで注文いただくことで、魚か肉



かの選択が可能になり ます。コースによって総 菜の量や価格が違いま すが、献立表をご覧い ただきご注文ください。

国産応援ご膳

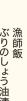


まぐろや鮭、あじの漬け丼用のほかに、ぶりの漬け丼 ● も開発してほしい。たんぱく質の多い魚なのでぜひ商 品化を!



ご意見をお寄せいただき、ありがとうございます。ご ご思兄での司ということ。 要望いただきました「ぶりの漬け丼」について10月より 商品化が実現しました。東都生協では、新規に商品を 取り扱う場合、商品仕様の開示を前提として、使用原 材料の把握と安全性の確認、同類商品の市場動向、価

格設定、利用の見込みなどを考慮した上で商品導入に 向けた作業を進めています。今後もご意見やご要望を お待ちしています!







「東都無着色とんかつソース」と「東都無着色中濃ソー ス」の違いを教えてください。どちらもおいしいです が、食べ比べたことがないためか2つの違いが分かり ません。



違いは粘度と香辛料の種類です。どちらも増粘剤は 使わず、野菜・果実で粘度をつけていますが、野菜・ 果実の繊維が多く含まれている「東都無着色とんかつ ソース」の方が、粘度の高いソースになっています。使 用する香辛料が多少異なるため、風味の違いも楽しん でいただけます。

◆原材料名

野菜・果実(トマト(輸入)、りんご、みかん、その他)、 砂糖、醸造酢、食塩、赤ワイン、香辛料、(一部にりん ごを含む)

◆商品特徴

国産野菜(玉ねぎ、にんじん、セロリ)と国産りんご 果汁を使用。自家挽きス パイスですので香りが立っ どちらも ています。増粘剤・カラ

リユースびん 商品です!

「東都無着色とんかつソース 360ml

<お薦めの食べ方>

メル色素不使用。

フライやお好み焼、料理の隠し味にどうぞ。 またトマトケチャップと混ぜて煮込み用ソー スとしてもおいしく召し上がれます。

「東都無着色中濃ソース」360ml

<お薦めの食べ方>

揚げ物やハンバーグなどにかけて召し 上がるのはもちろん、シチューやカ レーの隠し味にもお薦めです。



正解者から抽選で、10人に、 図書カードをプレゼント!

発表は賞品の発送をもって 🞾 代えさせていただきます。



M G M G ホームページからも応募できます! https://www.tohto-coop.or.jp/mogmog/

クイズの答え、おたより、写真、イラストなど は、はがきまたはホームページから送ってね。 上記アドレスあるいは、右の二次元コードか らアクセスしてください。



- ●クイズの答え
- ●住所/氏名(お子さんの場合、年齢 または学年)/組合員コード/ペン ネーム(希望の方)
- ●八千代牛乳は好きですか? 酪農家 への応援メッセージをお願いします。
- ●用意して良かった防災備蓄品やま つわるエピソードを教えてください。
- ●各記事に関する感想や「MOGMO G」へのご意見、イラスト、写真など もお待ちしています!
- ※おたよりや個人情報は、『MOGMOG』(インターネッ ト含む)でご紹介する場合がありますが、編集目的以 外での使用はいたしません。(おたよりは、リライトして 掲載する場合があります)
- ※おたよりへの個別回答は行っておりません

締め切りは 11月26日(水)の 消印まで有効。



〒168-0073 杉並区下高井戸5-4-42 さんぼんすぎセンター2階 「MOGMOG」係

MOGMOG 2025.11&12月 (8)