

新品上架**▶ 手工草莓果醬，230g，195 元，2/1 起全社限量供應**

生產者為蘿拉，草莓是指定原料，原料簡單，無添加香精、色素。可同一般果醬用法，塗抹於麵包、吐司、餅乾、鬆餅、饅頭上食用；亦可作為淋醬，淋在奶酪或冰品上面添加後食用，增加風味。

▶ 滷牛腱，350g，665 元，2/1 起中南分社限量供應**▶ 滷牛腱，230g，440 元，2/1 起中南分社限量供應**

使用指定原料舍利蓮優質牛腱肉，委託生產者智立勞動合作社製作，(原「生活者工作坊」提供輔導二度就業婦女們工作機會。)採用壓力鍋進行滷製，滷製時間約 1.5 小時，熄火後不開鍋繼續浸漬約 12 小時，讓牛腱肉更入味。

▶ 快樂主婦雞蛋(茂勇)，8 入/盒，90 元

生產者為奧亞綠園企業有限公司，全場均為非籠式飼養，飼養環境符合友善雞蛋聯盟規定，水簾環控系統，監控溫度、濕度、二氧化碳和氨氣濃度並利用風扇調節，維持蛋雞舒適的環境。

產品公告**▶ 快樂主婦雞蛋(茂林/茂勇)，供應牧場切換說明**

生產者在蛋雞淘汰時，會切換另一牧場，確保供應充足。兩個牧場都由同一生產者管理，相同的堅持，提供好品質的雞蛋。

產品推薦**▶ 有機乾姬松茸(巴西蘑菇)，35g，280 元**

生產者為就是鮮菇，選用無農藥無化肥栽種的新鮮姬松茸烘乾製成，具特殊杏仁香味，風味較市售品濃郁，煮湯與燉補皆宜。

▶ 有機銀耳，40g，155 元

生產者為就是鮮菇，選用無農藥無化肥栽種的新鮮銀耳烘乾製成，富含天然植物膠質，較市售中國進口的口感軟嫩，煮湯與燉補皆宜。

▶ 長實金柑(友善優)林庭財，165 元/斤/盒

長實金柑為宜蘭地區特色農產品，過去多用於醃漬品加工，故果實品質與栽培成本要求較低，除草劑施用與農藥管理的低價策略即為過去金柑產業的常態。金柑全果鮮食味美、營養價值高、好入口，外觀金黃，年節前擺盤極為討喜。農友為求鮮食的安全性與堅持環境永續的概念，堅持不用除草劑與農藥，為求果實美味，亦不提早採收，兼顧安全與品質的要求，請社員多加把握，支持我們台灣的特殊季節性產品。

▶ 杏鮑菇玉米豬肉水餃，1050g，280 元

生產者為沛騰，因利用速度趨緩，鼓勵社員利用。

優惠中品項以下表格內品項，原 9 折身分社員可再享折扣優惠。

品項	原價	優惠價	日期
本土黑豆瓣醬 460g	143	129	1/11 起至 2/10
本土黑豆豉 80g/包	50	45	
回饋社員長久支持，鼓勵社員利用。			
有機綜合菇 40g	140	115	10/1 起至 利用完為止
因利用速度趨緩，鼓勵社員利用。			

優惠中品項下列表格內品項，原 9 折身分社員不再重複優惠。

品項	原價	優惠價	日期
善糧放牧雞蛋/8 入	120	96	2/17 起至 2/28
為出清年假期間累積雞蛋，鼓勵社員利用。			
芳香精油(薰衣草) -10ml	450	405	2/1 起至 2/27
芳香精油(薄荷) -10ml	525	473	
芳香精油(迷迭香) -10ml	525	473	
芳香精油(茶樹) -10ml	525	473	
芳香精油(尤加利) -10ml	450	405	
回饋社員支持，提高利用數量。			
100%胡蘿蔔綜合蔬果汁-195cc	270/6 入	230/6 入	1/18 起至 3/12 效期批次售完為止
因利用速度趨緩，效期將至，故提供優惠價鼓勵社員利用。			
原味鮮乳冰淇淋(四方) 600g	290	232	11/9 起至 2021/6/4
巧克力鮮乳冰淇淋(四方) 600g	290	232	
原味鮮乳冰淇淋(四方) 64g	45	36	
巧克力鮮乳冰淇淋(四方) 64g	45	36	
季節性品項，利用速度趨緩，鼓勵社員利用。			
有機猴頭菇 70g	315	268	11/9 起至 2021/2/15
因利用速度趨緩，歡迎社員利用。			

※班個配訂單截止日在優惠期間內即享有優惠，以各班員單筆訂單計算。



價格異動

品項	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間
白精靈菇(環保級)	200g/包	名間	55	62	2/1 起
雪白菇(環保級)	150g/包	名間	38	45	2/1 起
秀珍菇(環保級)	120g/包	名間	38	42	
新鮮猴頭菇(環保級)	200g/盒	名間	90	92	2/1 起
近期氣候因素，導致菇類生長緩慢，為反應田間生產成本，2/1 起進行價格調整。					

恢復供應

▶ 葛鬱金粉，300g，260 元，2/1 起全社限量供應

生產者為賴文龍，本土種植的葛鬱金，取用其地下莖，採古法水磨製作。葛鬱金粉為早期日本太白粉原料，可替代太白粉，做為勾芡使用。

供應狀況

▶ 有機薑糖，220g/包

生產者為茶山雜糧產銷班，待新一批蔗糖採收製作，預計 3 月恢復供應。

▶ 有機蕃茄汁，295ml

生產者為可果美股份有限公司，有機原料進口時間因疫情延宕，預計 3 月底前恢復供應。

▶ 回家李果乾，120g

生產者為上下游文化工場有限公司，2020 生果數量太少，需等候至到四五月重新採收生果再加工製作，預計 6 月初恢復供應。

▶ 綜合五穀類，800g/包，

生產者為豪紳企業社，因產品異動，待異動變更完成，預計 3 月恢復供應。

暫停供應

▶ 切塊綠竹筍，300g/包，即日起暫停供應。

生產者為嘉鹿，產品為季節性供應。

▶ 田園多穀麵包，10-11 片，11/30-2021/2/28 暫停供應。

生產者為喜願，年節期間暫停。

▶ 草本多穀吐司，10-11 片，11/30-2021/2/28 暫停供應。

生產者為喜願，年節期間暫停。

▶ 綜合素包，8 入，11/30-2021/2/28 暫停供應。

生產者為阿南達，年節期間暫停。



停止供應

►雪霸烏龍茶(冬茶)，150g，停止供應。

生產者為李志正，因利用量不佳，經會議決議後停止供應。

►雪霸烏龍茶(春茶)，150g，停止供應。

生產者為李志正，因利用量不佳，經會議決議後停止供應。

►冷壓鮮榨純淨椰子油，450ml，停止供應。

生產者為椰霖，因利用量不佳，經會議決議後停止供應。

►冬瓜糖條，300g，停止供應。

生產者為達益，因利用量不佳，經會議決議後停止供應。

►鯨魚切塊，300g，待三倉庫存用罄，即停止供應。

生產者為立川，因利用量不佳，經會議決議後停止供應。

►軟絲-500g/3 隻，待三倉庫存用罄，即停止供應

生產者為利豐，因利用量不佳，經會議決議後停止供應。

當季水果

►棗子季節到！近期開始供應，歡迎社員來品嚐！

一年一收、喜氣的蜜棗來了！蜜棗富含維生素 C，以及滿滿的膳食纖維！

【農友介紹與供應品項】

● 蜜棗(安全優)陳明輝-1 斤/盒：190 元/盒

生產者陳明輝，減農藥、草生栽培。農友農園位在高雄阿蓮，棗園內實行全濕式管理，透過維持土壤濕度，使棗樹在十至十五天內將肥料或藥劑儘量代謝掉，做到極低的農藥殘留，農友也投入大筆資金興建溫室及自動化遮雨棚，除了可維持蜜棗的品質和供應量穩定外，也能降低病蟲害以減少農藥的施用，朝著不用藥的目標邁進！

● 蜜棗(友善優)楊三慧-台斤：195 元/斤

生產者楊三慧，其田區位於蜜棗主要的產區高雄燕巢，其土壤富含礦物質，使得該區種植的蜜棗及芭樂品質優良，而楊三慧的蜜棗為台灣古早的品種，果肉細緻香甜之餘帶點微酸的尾韻，是記憶中棗子的老味道。全程農友不施用農藥資材，只用昆蟲費洛蒙和拉網室的方式防治病蟲，以維持田區生態鏈的豐富，將打下來的落果自行堆肥做為肥料的主要來源，燕巢當地種植友善或有機棗子的農友不多，剛開始楊安和大哥都被街坊鄰居笑傻子，倒掉堆肥的比賣出去的多，但經過多年努力，收益逐漸平衡，歡迎社員多多鼓勵與支持！

● 雪蜜棗(環保優)朱明發-台斤：135 元/斤

生產者朱明發，其月照農場在知名的月世界，農田土質富含青灰岩的礦物元素，非常適合蜜棗生長，使水果甜度更佳，而自然的地形屏障，大大減少了病蟲害的威脅，再加上捨得疏果篩選留果，因此品質優良。雪蜜棗屬早生種，產期約 2 週左右，農田耕作面積不大，雪蜜棗供應數量有限，最佳賞味期約 3 天，風味會隨著時間慢慢改變，建議社員儘速食用。



當季水果

► 台灣葡萄重鎮彰化大村鄉的葡萄足量供應，請社員多多利用！

【農友介紹】

生產者賴順清與合作社配合許久超過 10 年以上，起初經由其他合作農友介紹與我們結下緣份，開始供應葡萄及蔬果給合作社，但因人手不足，改以供應減藥栽培的葡萄為主。農友為彰化大村本地人，從 27 歲就接手家中葡萄園已有 30 年，而家中從父執輩以前就開始在大村種植葡萄將近有 1 甲子的時間。起初接手也是從慣行的種植方式開始，但因覺得農藥對種的人和吃的人都不好，開始轉減藥栽培，一路走來也是心酸淚，甚至有因為農藥殘留整區無法收成的經驗。不同於傳統用藥時間會用到接近採收期，農友自花期開始停藥，小果期就套袋，而後只用有機資材管理田間病蟲害，雖然留果量和產量是慣行的三分之一到一半，但為了讓自己和社員吃得安心，農友不放棄再減藥的路上前行，不走回頭路。而彰化縣大村鄉是台灣第一個引進巨峰葡萄栽種的地方，經多年發展葡萄品質穩定，果實大，色澤漂亮，果粉多，甜度高，送禮自用兩相宜。農友預留一批在年前盒裝供應，還請社員多多支持！

【保存說明】

葡萄在常溫下約可存放 3-4 天，若放至冰箱冷藏約可存放 15-20 天。但千萬不要裸冰，要包在報紙中在冰可以防止水分流失，保持鮮度喔！葡萄外皮的白色粉末是果粉喔，不是發黴，可正常食用！建議清洗前可以用剪刀於果梗處剪下，用拔的容易造成葡萄破口，水流進去影響風味口感。

【供應品項】

巨峰葡萄溫室(安全優)賴順清-1.5kg/盒，530 元



當季水果

►代表年節水果之一的桶柑，架上選擇多且充足供應，社員可以多多利用喔～

【農友介紹】

● 桶柑(安全優)呂世詮-台斤，售價：50 元/斤

呂世詮農友的「大湖悠然柑橘園」位在苗栗大湖，其提供我們安全級的椪柑、桶柑，呂大哥本是高雄人，因緣際會下來到苗栗，因為對農業有興趣，因此主動承租了一位老農的田區，讓這個坐落在樹林中的美麗農園得以傳承延續下去，果園同時是「大湖四份水土保持戶外教室」，為了水土保持這個果園，自開園以來不曾使用除草劑除草。呂大哥說在病蟲害防治上最難處理的是果蠅，天牛相對好處理，如果在樹頭看到天牛挖的洞，就用矽利康把洞塞住就好，而農場噴藥就是為了防治果蠅，八月停藥後就要靠黏果蠅的膠來防治，而走在路上可以見到一袋一袋被果蠅叮咬或是因為疏果廢棄的柑橘，減藥這條路著實不易，社員可多多支持。

● 桶柑(安全優)魏裕宸-台斤，售價：50 元/斤

魏裕宸與其太太陳秋杏都是嘉義農專畢業，夫妻倆本是傳承父執輩以種植夏日綠竹筍為主，但因綠竹筍的產季集中在夏季，為了讓全年都有農務活可幹，10 多年將自己原先荒廢的土地開始種植桶柑，此田區在桃園復興鄉，海拔約 400 公尺，此區域日夜溫差大，雲霧繚繞水氣多，位於水庫上游因此水源乾淨且充足，非常適合桶柑生長，原先此地區多是以種植桶柑為主，但因價格太差，當地農民紛紛轉種綠竹筍，經過魏大哥的努力，讓逐漸消失的桶柑產業在復興鄉有復興的機會。農友採減藥栽培，非以衝產量為第一目標，小果期就會停藥，後期以性費洛蒙做防治，雖然效果有限，地上落果多，但為了土地永續發展且種的安心食的安心，甘之如飴。

● 桶柑(環保級)張治榮-台斤，桶柑 19A 以上，售價：55 元/斤；桶柑 23A 以上，售價:60 元/斤

農友張治榮是我們唯一桶柑環保級農友，又為西湖鄉農事指導員，因多年前地方政府推行有機耕作，為帶動地區農民一起投入，因此率先以自有土地開設農場並採有機栽培，並取名為可愛又好記的「多多龍」為名。多多龍農場主要經營業務為蜂農與果園管理，田區位於一處坡地，富有自然原野的氣息，果樹林園枝葉茂盛，是主人悉心照料的結果。農場內果樹皆有編號，並且提供開放認養。農友主要種植作物為椪柑、桶柑、檸檬、文旦柚、大白柚、西施柚等柑桔類，另亦有種植少量低需冷性晶圓梨。有機柑橘栽種不易，為了與主婦聯盟合作，農友重新調整作物管理方式，希望除了吃得健康不用藥之外，也能維持品質在一個水平。注意！桶柑外皮因銹蟎危害，導致果實外層油囊細胞因吸食而被破壞，使得桶柑變為黑色果皮，俗稱象皮病或火燒柑(如圖)，但剝開後不影響果肉，因有機友善和減藥栽種的桶柑無法完全防止病蟲害，還請社員理解喔。



【保存說明】

桶柑因為在農曆年前採收，又稱年柑，是過年時家家戶戶桌上會出現的水果，傳聞說早期農家因為儲存在木桶中運輸而命名。其最早是清朝由潮州一代引進，多集中在北部種植，推測是椪柑和甜橙類的雜交品種，其外皮叫椪柑平滑，外皮多呈現橘黃色，果實較少，但甜度高且多汁肉質細緻，粗纖維較少，皮薄與果肉較難分離，建議一分为二後較好剝皮。常溫可放置約 5~7 天。

當季水果

► 台東太麻里的友善級的鳳梨釋迦現正供應中！

【農友介紹】

生產者李俊儀，為青農返鄉，繼承原本位於太麻里的釋迦園。為了讓田間的生態更加多元，改用水槍和空氣槍的方式驅趕害蟲並快速套袋，常常費時又費工，其果園在 2015 年榮獲行政院農委會臺東區農業改良場評鑑亞軍。因釋迦不用化學藥物防治，無法避免介殼蟲使釋迦外皮變黑、外觀有白色粉狀物，無法像慣行釋迦乾淨青綠，友善級釋迦雖然外觀不漂亮，但營養價值、安全性高，希望社員可以多給這位青年農友鼓勵，多多利用！

【產品說明】

鳳梨釋迦是大目釋迦與冷子番荔枝的雜交種，果肉具特殊香氣且口感 Q 綿，風味極佳且有豐富的多樣的礦物質、維生素 C 比芭樂還高，又含有蛋白質和維生素 B2，營養豐富。一般太麻里地區果農為求外銷高收益與外觀零瑕疵，多使用除草劑與殺蟲劑管理。生產者李俊儀堅持以無農藥無化肥的方式管理，為的就是友善環境。鳳梨釋迦一年一收，12 月至翌年 4 月為產期，今年鳳梨釋迦外銷受阻，也請社員多多支持利用，以消費的方式來支持這位有理念的農友。保存方式：常溫保存，輕壓微軟即可食用。若已微軟但尚不食用可先冰置冰箱延緩後熟。

【供應品項】

鳳梨釋迦-散裝-150 元/台斤

鳳梨釋迦-禮盒裝-5 斤裝(4~6 顆入)-800 元/盒

當季水果

► 過年將近，橘紅喜氣的茂谷柑開始供應～

【農友介紹】

生產者詹錦章說，照顧果樹就像照顧孩子一般，對果樹好、它會回報的。有些農友栽種果樹，只要收成好、果實好看，猛噴藥防病害，卻忘了要收成好，就得回歸養土的基本功。他用花生粕、芝麻粕、豆粕等，增加果園的有機質和微量元素，使果園土壤深黑、鬆軟，難怪詹錦章會自豪說：「我的土是活的。」此外，他的果園不用除草劑，以草生栽培協助涵養水分、留住肥料和有機質、也減少大雨沖刷土壤表層流失，並主張把樹體養好了，果樹的水分管理、氮磷鉀營養控制得宜，果實自然長得好。茂谷柑最怕裂果，成熟時也怕日曬，所幸他的果園地處兩山間的峽谷區，不會造成太陽直曬，也就毋須在果實上噴塗碳酸鈣；再者，一般採摘下的柑橘，為維持好看賣相、延長保存時間，須浸泡藥水處理，他秉持自然原則，僅以專業冷藏技術保存鮮度，讓人吃進去的不只是美味，更是自然的真味！



【產品說明】

茂谷柑由寬皮柑、甜橙雜交選育而成，果皮薄、油胞小，扁平身形堅實飽滿，吃來柔軟多汁、渣少、甜度高，其果酸增添果糖豐富的層次感，每口風味濃郁。 柑橘類常溫放置即可，最佳賞味期約 5 天

【供應品項】

茂谷柑 25A 以上(安全優)詹錦章-5 斤/禮盒，售價：550 元/盒



社內公告

► 2021 年春節期間相關作業與時間調整

■服務時間：

單位\日期	2月10日(三)	2月11日(四)~2月16日(二)	2月17日(三)起	2月20日(六)補班日
站所	至20:00止	春節連假 暫停服務	至20:00止	至18:00止
三重站	至17:00止		至17:00止	暫停服務
線上訂購服務組	至16:00止			

■春節期間籃菜樣數異動與訂購時間說明：

1月初因霸王寒流連續來襲，導致蔬菜收成突減，讓農民損失甚大，為與農友共體時艱，籃菜及蔬菜箱取消原計畫八折優惠，但基於鼓勵社員均衡飲食，訂購籃菜及蔬菜箱仍享九折優惠，請社員見諒並請多加利用，讓我們一起用實際行動支持農友，讓即將要到來的農曆年，充滿溫暖的年味。

1. 規格變更：2月1日(一)~2月10日(三)籃菜以年菜規格配入。(仍會視農友實際到貨狀況調整，請社員見諒)

※年菜規格調整：大籃菜為10~16種(原6~12種)，小籃菜為6~10種(原4~6種)。

※線上訂購蔬菜箱樣數不變，若需要多樣蔬菜建議可蔬菜箱大、小搭配利用。

2. 為使農友年前可以預先計劃採收蔬菜量，農曆年前後取菜站所一籃菜截止訂購時間如下：

取菜時間(農曆年前)	2月3日(三)	2月4日(四)	2月5日(五)	2月6日(六)	2月8日(一)	2月9日(二)	2月10日(三)
截止訂購時間12:00前	2月1日(一)	2月2日(二)	2月3日(三)		2月4日(四)		2月5日(五)
取菜時間(農曆年後)	2月17日(三)	2月18日(四)	2月19日(五)	2月20日(六)	2月22日(一)	2月23日(二)	
截止訂購時間12:00前	2月8日(一)	2月9日(二)	2月17日(三)		2月18日(四)	2月19日(五)	

■班個配春節期間配送及截單日調整：

1. 宅急便配送：

(1) 年前到貨下單截止時間：班配為2月2日(二)17:00前／線上下單平台下單為2月3日(三)9:00。

(2) 年前最後到貨日：冷凍溫層為2月5日(五)、非冷凍溫層為2月6日(六)。

※注意：過年期間運輸貨量暴增，宅急便業者不一定能隔日送達，為避免社員無法於年節前收貨，請社員儘早下單，並保持聯絡方式暢通以利後續配送。。

※2月3日(三)9:00後線上訂購平台訂單為年後到貨。

2. 暫停配送：2月8日(一)至2月16日(二)不提供配送服務。

3. 班配年後出貨訂單截單日期如下：

到貨日期	2月18日(四) 農曆初七	2月19日(五) 農曆初八	2月20日(六) 農曆初九 僅非冷凍溫層	2月22日(一) 農曆十一 僅冷凍溫層	2月23日(二) 農曆十二	2月24日(三) 農曆十三
訂單截止日/ 時間	2月8日(一)	2月9日(二)		2月17日(三)		2月18日(四)
17:00前(班配送人工下單)						

