



週報期數 / 2022 年 3 月第 5 週

社內公告

◆清明連假服務時間異動

社員們好！

清明連續假期合作社站所、線上訂購、社員服務與訂單作業時間異動如下：

一、服務時間調整

	3/31(四)	4/2(六)	4/3(日)	4/4(一)	4/5(二)
站所	服務至 18:00	服務至 18:00	暫停服務	服務至 18:00	服務至 18:00
線上訂購	可下單				
社員服務	正常	暫停服務			
※3/31(四)因應季盤點，站所提前兩小時結束服務 (龍潭站服務至 17:00、三重站服務至 17:30) ※三重站連假期間皆暫停服務					

二、線上訂購個人宅配

24 小時不休息 <https://www.hucc-coop.tw/> 請社員多加利用。

到貨時間為訂單成立後 3~4 個工作天 (計算方式不計週六日)。

冷凍到貨時間為週一~週五，非冷凍到貨時間為週二~週六。

訂購日期 (上午 9:00 後訂購)	3/29(二)	3/30(三)	3/31(四)	4/1(五) 4/2(六) 4/3(日)	4/4(一)	4/5(二)
冷凍預計最快到貨	4/1(五)	4/4(一)	4/5(二)	4/6(三)	4/7(四)	4/8(五)
非冷凍預計最快到貨	4/2(六)	4/5(二)	4/6(三)	4/7(四)	4/8(五)	4/9(六)

三、【當日配】配送時間調整

3/31 因站所季盤點全天暫停服務。

4/2(六)、4/4(一)、4/5(二)，配送時段為 14:30~16:30。

四、宅急便配送注意事項

連續假期宅配正常配送，近期因疫情及連假因素包裹量繁盛，可能會延遲 1~2 天到貨，且無法指定到貨時段，請社員包涵！並請保持連絡電話暢通，以利配送順利。到貨進度查詢方式如下：

1. 線上訂購：官網社員專區內，訂單查詢明細點選託運單號，即可連結至宅急便網站查詢配送進度（注意：已出貨訂單才可查詢）。
2. 班配訂單：請來信 gncooptp@hucc-coop.tw 查詢。

五、班配服務

4/1(五)17:00 前完成下單，將於 4/7(四)、4/8(五)、4/9(六)到貨，到貨日期請以訂單組回覆日期為準。

- 傳真：02-29959736
- Email：gncooptp@hucc-coop.tw
- 下單專線：02-29996122 訂單組分機 737、739

📢 新品上架

◆有機乾燥老薑片(安苾)，50g/包，195 元，4/4 全社供應

使用台灣有機農作物，低溫長時間乾燥而成。

當季水果

◆厚工栽培水果頭，枇杷來報到！

【農友介紹】

農友徐俊明的枇杷園位於海拔 500 至 800 公尺間的台中新社。徐家的枇杷園承襲自父親，小時候徐俊明便常在農園裡打滾，每週末還得協助農事，直到 32 歲那年才正式回鄉接手；原本使用慣行農法，2004 年徐俊明生了一場大病後，有了不一樣的體悟，於是改以友善耕種方式，不使用農藥、除草劑，從一開始賠本做白工，到如今枇杷園生意盎然，過程雖然艱辛，但在徐家人的心裡種出健康作物，遠比什麼都重要。如今，徐俊明的兒子徐崇儒與媳婦也一起加入枇杷園的農事行列，讓友善一代傳一代！

※枇杷怎麼吃？

將枇杷連皮輕輕沖洗後，剝枇杷要從果臍處剝起，如同剝香蕉一般，一片片地剝下來，不但輕鬆好剝又漂亮，而且一點也不沾手喔！剝皮後的枇杷要趕快食用，以免果肉因接觸空氣而產生氧化。除鮮食外，枇杷果肉也可製成罐頭、釀酒，甚至可將枇杷去皮、去仁，加入冰糖熬煮食用。我們的枇杷農友採用草生栽培，注重生物多樣化的栽培理念，即使辛苦，仍堅持與萬物共處、守護土地，邀請大家以共同購買支持這條友善道路！

【保存說明】

成熟的枇杷建議即早食用完畢。約 8-9 分熟成時採收，建議帶回家的枇杷可先置於常溫 2 天，再以 8°C-12°C 冷藏，可保存 5-7 天。冷藏時建議外盒包覆報紙，避免直接接觸冰箱冷空氣，以免表皮褐變脫水。

【供應品項】

枇杷(環保優)徐俊明-375g/盒，售價：215 元/盒

枇杷(環保優)吳金洛-520g/盒，售價：315 元/盒

※今年另外一位生產者吳金洛大哥的枇杷，因為田區租約到期，因此減產，雖然供應數量較少，但有機會在架上看到的話，也可以多多利用喔~



◆棗子季節來到尾聲了！歡迎社員來品嚐！

【農友介紹】

富含維生素 C 及滿滿膳食纖維、一年一收喜氣的蜜棗來了！生產者陳明輝，採行減農藥、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！

【供應品項】

蜜棗(安全優)陳明輝-1 斤/盒：190 元/盒



◆酸甜柑濃！茂谷柑季節來了！

【農友介紹】

苗栗卓蘭農友詹錦章說，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！



●詹大哥茂谷柑的四大特色

- 1.減量用藥：柑橘病蟲害多，農友努力將藥物控制於 4 支以下，並提早約採收前 2 個月停藥。
- 2.安全保鮮：採收後，不浸泡藥水殺菌延長保存，僅以專業冷藏技術保鮮，安全加倍。
- 3.減少資材：因果園具地利之便，毋須套袋或噴塗碳酸鈣防曬，回歸自然簡單，減輕地球負擔。

4.友善環境：以環保的水土保持栽種，如以天然油粕增加土壤肥分、草生栽培、不使用除草劑。

【保存與食用】

茂谷柑耐久放是受歡迎的原因之一，但要如何正確保存，又要如何吃得優雅？以下告訴你！

- 1.過年前採收出貨的茂谷柑可在常溫置放約 3~5 天再食用，置放幾天能讓果肉更柔軟，甜度更提升。只需置放在冬日室溫陰涼處即可，年後採收的茂谷柑最佳賞味期約 5 天。
- 2.以保鮮袋密封置於冷藏，即可再延長保存，但仍請盡快食用。

【供應品項】

茂谷柑 25A 以上(安全優)詹錦章-5 斤/盒，售價：550 元/盒

茂谷柑 25A(安全優)詹錦章-900g±10%/袋，售價：137 元/袋

◆鮮甜多汁的小番茄產量正值高峰，請多多利用！

【供應品項】

●玉女小番茄：

不僅顏色豔紅、皮薄多汁、果實糖度亦高，番茄喜歡乾燥涼爽的環境，因此秋季到隔年春季，都是品嘗番茄的季節，風味、品質俱佳。

玉女小番茄因為皮薄多汁，容易裂果特性，栽培不易。

玉女小番茄(健康優)張東賢-1 斤/盒，售價: 185 元/盒

玉女小番茄(健康優)張東賢-10 斤/箱，優惠價:1790 元/箱

其產地位於台中烏日，產季約莫 12 月底~4 月底供應，採溫室無農藥栽培，皮薄多汁風味佳。

●蜜紅 3 號小番茄

其特性為皮薄多汁，與玉女小番茄很相近，只是口感較 Q 彈脆口，其糖度可達 8~12°度，讓人齒頰留香。

蜜紅 3 號小番茄(健康優)陳慶輝-1 斤/盒，售價:180 元/盒

其產地位於彰化埔鹽，供應時間約莫 12 月底~4 月，採溫室減農藥介質栽培。



◆屏東安全級蓮霧現正供應中！

【農友介紹】

生產者為鄭欽永，田區位於屏東縣春日鄉，不用外來有機質肥料，以果樹本身的落葉枝條打碎混入土中，更加自然環保，並且採安全用藥，不用生長激素，口感細緻、果形渾圓，水分多，好吃又安心。

【供應品項】

蓮霧(安全優)鄭欽永-1.5kg/盒，售價:310 元/盒

蓮霧(安全優)鄭欽永-台斤，售價:100 元/斤



◆久等了，開春後草莓逐漸穩定供應，不要錯過這安心的酸甜美味！

【農友與產品介紹】

令人期待的草莓季即將尾聲！依主婦聯盟合作社農產品自主管理原則，連皮吃的草莓須為健康級以上(含環保及友善級)，不可使用農藥，但草莓容易產生病害，氣候變遷下種植更具挑戰。目前合作社的草莓農友眾多，苗栗有陳櫻櫻(環保級)、陳森郎(環保級)、鍾文標(環保級)、范桂達(友善級)；桃園的謝秋芸(環保級)；嘉義的東山合作社(健康級)、劉子瑄(友善級)、李健銘(環保級)；台南的洪淑珍(環保級)等等。品種則有香水、蜜香、豐香、優雪、大心等，琳瑯滿目，風味各有千秋，歡迎社員到站所看看，讓大人和小孩都能安心享用草莓。



※因近期產地陰雨連連，果實偶爾會有些許水傷，農友已儘量剔除，但因農產品的異常狀況往往需經過運輸後才會出現，若社員回家開盒有發現些許異常果，還請社員見諒。

※特別說明

Q：為什麼有時候草莓的風味落差很大？

A：除了品種之間的差異外，草莓風味受到環境氣候因素影響也很大，部分品種對於水份的吸收特別敏感，因此下雨時就會影響草莓的甜度，就需增加使用化肥的頻率將草莓的甜度拉住，但因為合作社草莓多採友善環保種植，草莓風味會較天然。

◆台東太麻里友善級的釋迦產季倒數中！因外銷受阻，懇請社員多多支持！

【農友介紹】

生產者李俊儀，青農返鄉，繼承原本位於太麻里的釋迦園，為釋迦農第三代，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，因有感釋迦市場逐漸改變，開始改變種植方式，7 年前開始減少用藥而後轉為友善及有機栽培，為了讓田間的生態更加自然多元，與一般有機栽培的農友不同的是李俊儀堅持不使用任何天然的資材如辣椒水等等的去移除田間的害蟲，而是讓田間的生態系自然循環，使得害蟲的天敵得以生存，自然的控制害蟲的族群數，讓田裡的生物達到平衡，他只會始用水槍或空氣槍的方式驅趕害蟲並快速將釋迦套袋，常常費時又費工力，只為了防止嚴重蟲害力求減少外觀瑕疵。而也因為沒有給過多的肥份，讓果實慢慢累積養份成長，其口感細緻綿滑，也讓釋迦不是只有甜味，而是有屬於釋迦這類水果的獨特香氣，品嚐起來滋味更加濃郁富有層次。今年農友因擔心鳳梨釋迦外銷對岸受阻影響國內市場，因此架上散裝鳳梨釋迦農友特別提供優惠價格，社員可以把握機會嘗試這個在國外被受歡迎的水果品項，不僅吃得更安心，也為環境生態盡一份心力。今年鳳梨釋迦外銷受阻，請社員多多支持利用，以利用的方式來支持這位富有理念的農友。



【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 堪比芭樂，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。大目釋迦是軟枝種釋迦的一種，而現在市場上主流大目釋迦，名為臺東 2 號，約 2000 年開始流行，為目前為內銷主力品種，大目釋迦一年兩收，主要產期為每年 7 月下旬至 9 月下旬及 12 月下旬至翌年 2 月下旬，其特色鱗溝開裂明顯，有特殊香氣。

【保存方式】

從袋子或箱中拿出，放置在常溫通風處保存，冬天低溫約 3 天開始即會軟熟。若果實按壓已軟才可以放進冰箱延長保存喔，若果實按壓還是硬的不可放入冰箱，冰箱的低溫會影響釋迦後熟，果實就會硬梆梆，食用起來的風味不佳，要請社員留意喔。

【鳳梨釋迦甜度選擇】

全糖：全熟的鳳梨釋迦摸起來，就像是牽著阿嬤的手，外皮有點鬆弛了，且像柔軟的掌心，按壓即凹陷，此時外觀無光澤，綠中帶點黃，還長出些許的黑斑，蒂頭無需費力就能輕鬆取出。此時甜度高（甜度約在 22~25 之間），口感軟滑，適合螞蟻一族！

少糖：7-8 分熟的釋迦，摸起來如同嬰兒臉頰般彈嫩的鳳梨釋迦，輕輕壓下去還會回彈的質地，這個階段的鳳梨釋迦，外表是綠中帶黃，表面的光澤逐漸退去，蒂頭需施力搖晃才能取出，此時是「少糖」（甜度約在 18~22 之間）階段，也就是手搖飲中常說的「七分糖」。

半糖：甜度只有完熟一半的鳳梨釋迦，摸起來的觸感就像是觸摸壯漢的胸肌，質地堅實，用力壓下去不致於塌陷，外觀看起來很光亮，而且每一個鱗目的稜角都較明顯，此時屬於「半糖」的狀態，因為內部熟度還不夠，吃起來口感較硬且帶有點未熟的青草味，雖然食用對身體無害，但考量風味並不建議此階段食用。



※因合作社供應的釋迦採無農藥耕作，因此較易受到蟲害導致外皮變黑或是偶爾會看到帶有白粉狀的介殼蟲，但並不影響內部食用品質，可以安心食用，且越熟的釋迦外皮會慢慢產生黑點，屬於正常現象，不影響食用品質喔！

【供應品項】

散裝-鳳梨釋迦(友善優)李俊儀-台斤，售價:150元/台斤，優惠推廣價:120元/斤

盒裝-鳳梨釋迦(友善優)李俊儀-5斤/盒(約3~6顆入)-售價:800元/盒

◆跟著季節吃果子！春日青梅釀！

【產品介紹】

台灣因氣候關係，普遍種植經濟價值高可採收果實的果梅。一月賞梅，四月採梅，一棵梅樹可在不同季節，展現不同的風情。酸甜生津的梅子產季不長，若錯過此時，就得等明年才有囉！生產者甲仙農會在地深耕多年，經歷過 20 多年前因中國大陸低價梅子鯨吞，台灣青梅產銷面臨嚴重結構性失衡，為了保障梅農生計，「甲仙地區農會食品工廠」設立有機加工廠，對配合之農友全數輔導，朝有機驗證方向進行田間管理，加工廠採全產季保價收購，輔導農民轉型有機栽種，對土地友善與堅持手採梅的理念，讓今日有高品質的口碑。而我們與甲仙農會配合也特別挑選在田區管理技術和田區環境上，都符合合作社需求的農友配合，以能夠溯源為原則。

產季初的青梅熟度低，適合做脆梅，清明後青梅熟度較高，風味明顯適合做 Q 梅、梅酒或梅醋。產期初期青梅梅果較小且顏色較青，後期則是較大顆但熟度較高顏色會有些轉黃，社員可依需求挑選不同時期的青梅利用。

Q1.為什麼合作社的青梅果實看起來較小呢？

1. 因為合作社農友皆為友善種植，在肥料的供給上都得使用有機肥料，少了化學肥料和資材的輔助，果實成長得比較天然扎實，也因此果小但風味濃厚，並不影響加工後的品質喔！
2. 高雄那瑪夏鄉及桃源鄉原鄉地區種植的多為二青種，雖相對果實較小，但果肉厚風味較重，為加工用的優質品種。其它產地則以大青為主，大青種果實較大，但果核也較大，果肉中水分多，風味較淡，較符合一般像市場上對於大顆的喜好。我們的青梅雖小但風味濃且志氣高，一樣 5 斤但果實數更多，做起加工來不會遜色，還請社員多多理解支持利用。



Q2.為什麼之前南投的農友王永忠的健康級青梅沒再供應了呢？

因為王大哥年事已高腰痛無法已負擔梅園的工作，種植青梅的地方大多是山上，地形崎嶇照顧採收不易，且因氣候異常每年產量及品質不一，因此多方考量後選擇退休。為感謝王大哥多年來為青梅產業的付出，我們希望因為有王大哥供應上的支持而培養起來的青梅手作傳統不要因此間斷，因此期望高雄甲仙地區的原鄉能以友善種植的方式將合作社多年的傳統延續下去。不同於日本，讓台灣也有屬於自己的青梅文化。

【供應品項】

鮮果青梅(環保優)甲仙地區農會食品工廠-5 斤/袋，售價：325 元/袋

◆摩天嶺謝家興的優質安全級桶柑現正供應中！

【農友介紹】

農友謝家興的丸興果園位在摩天嶺，田區除了甜柿外還有種植品質優良的桶柑，約民國 60 年時摩天嶺因為得天獨厚的氣候關係，多為種植桶柑，其特色因海拔屬中低海拔，溫度偏冷，桶柑熟成較慢，也剛好與平地桶柑產期錯開，且當平地桶柑產季到晚期時，摩天嶺的產季正開始能夠新鮮供應，而摩天嶺因為氣候關係，果實和來年的花同時存在果樹上(如右圖)，因養分競爭的關係，掛果時間就會較短，產季往往只有 1 個月至 1 個半月左右，此外摩天嶺 9 月-2 月時雨水較少，也讓此階段需水性較低的柑橘類能夠結出良好甜度高的果實，但無奈價格不高

一直是桶柑農民的痛處，因此自 76 年後摩天嶺才又逐漸轉作甜柿。而因應氣候變遷的影響，摩天嶺氣候不如以往冷涼，因此甜柿的生長越來越差，因此 8 年前農友選擇將已砍除的桶柑園恢復，希望以多樣性經營的方式來抵抗氣候變遷，讓在摩天嶺農業經營的日子更加永續，農友堅持果實採收前 2 個月即開始追蹤果實的糖度並適時給予液肥，讓果實的糖度足夠，而因為海拔較高，蟲害的防治較可以減低農藥施用的時間，雖然山上濕度高病菌較難防治，但農友選擇用低殘留性的藥劑來達到減藥和品質的平衡，此外，理貨時農友會篩選二次，不同於一般柑橘用圓周分級，農友的篩選第一次由機器幫忙以重量分級，第二次人工篩選看果皮是否漂亮或是有傷口軟爛等問題，希望的就是提供不只安全且優質的桶柑給社員，請社員多多支持利用。

【供應品項】

桶柑 21A(安全優)謝家興-台斤，售價：45 元/台斤

桶柑 23A(安全優)謝家興-835g±10%/袋，售價：85 元/袋

桶柑 23A(安全優)謝家興-10 斤/箱，售價：570 元/箱

桶柑 25A(安全優)謝家興-10 斤/箱，售價：740 元/箱

桶柑 27A(安全優)謝家興-10 斤/箱，售價：900 元/箱



◆冬果鳳梨妙用多，生食之外還能以入菜的方式增加食用多樣性！

因產季調節及因應年節需求，南部農友陳映延及李朝貴近期供應了數量充足的鳳梨，冬果鳳梨因為成長較慢，果肉較細緻，但風味較為強烈，酸度也較夏果明顯，除了直接食用，社員們也可以將鳳梨做成飲品或是入菜，增加調理的多樣性！鳳梨在國內以鮮食為主，在歐美國家卻有截然不同的吃法，例如燒烤過後搭配肉類食用，以解肉類的油膩，而烤肉搭配富含維生素 C 的水果食用，也能降低身體負擔，以下是冬果鳳梨的食譜推薦，大家可以多多嘗試利用喔！官網上也有許多推薦的鳳梨料理，可查看參考。

● 推薦食譜一：鳳梨蒜醬

*材料

鳳梨 250 公克、醬油 4 大匙、蜂蜜 2 大匙、蒜頭 4 瓣

*步驟

鳳梨去皮切塊，蒜頭去皮，放入果汁機打成泥。醬油、蜂蜜混合後，與作法 1 拌勻即可。

【推薦搭配】鳳梨酵素可軟化肉質，適用各種肉類燒烤，或當拌炒底醬。

● 推薦食譜二：鳳梨熱紅茶-

*材料

鳳梨 1 顆、二砂糖適量、紅茶 2 包(約 8~10g)

*步驟

鳳梨去皮切小塊裝入電鍋內鍋，加入約 3 公升的水及二砂糖適量(依個人甜度喜好)，放入電鍋後在外鍋加約 1.5 杯水開始烹煮，至開關跳起，加入茶包泡置約 10 分鐘後，將茶包撈起。

鳳梨紅茶香氣濃郁，讓人一口接一口，是一年四季都適合的飲品。要注意茶包不要靜置過久以免茶湯太苦！

📢 產品推廣

◆黃梅軟糖(全素)-30g · 咪咪樂企業股份有限公司 · 25 元

使用合作社指定本土黃梅醬調味，製作過程不添加香料，以植物性阿拉伯膠及椰子油生產，為全素糖果，風味酸甜清爽。

◆原味寬麵(麵本家)-450g/包 · 55 元

生產者麵本家，使用麵粉製成，並利用高、中筋麵粉特性調整出麵條 Q 彈口感；無添加防腐劑。原味寬麵的寬度約 0.5 公分，依個人口感麵條水煮約 6 分鐘，喜愛吃有嚼勁寬麵煮湯麵或拌麵皆合適。

📢 包裝異動

品名	規格	生產者	包材異動狀況說明	上架時間
鮮乳坊 豐樂鮮乳	936ml	慕渴股份有限公司	外包薄膜新增動物福利、產銷履歷標章	4/7
澳洲優質奶油 (無鹽)	250g	舍利蓮	產品原為有機，今年度改為直接使用同等性驗證辦理進口，並調整品名改為「澳洲有機無鹽奶油」。	4/11

恢復供應

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	供應區域	說明
泡菜豬肉水餃	1050g/50顆	沛騰	298	3/21	限量供應	全社	選用合作社指定原料，採用花肉品社的腿肉及豬油、新來源韓式泡菜、溢香豆麥醬油及農友的青蔥、高麗菜。泡菜風味佳且口感爽脆不膩，麵皮部分比例添加本土小麥，水餃採純手工捏製、餡料飽滿。
星山極品咖啡豆	300g	經東	450	4/11	無	全社	1. 先前生產者因烘焙設備故障，造成供應品質不一。目前生產者已改善，喜愛星山咖啡的社員，請繼續支持。 2. 星山咖啡採用淺烘焙，色澤偏淺，味道偏酸，還沒嚐過的社員可以試試看。

暫停供應

品名	規格	生產者	暫停供應說明	暫停供應時間
燒酒雞(蝦)燉料	100g	集昌	季節性供應品項	待社內庫存利用完畢即暫停供應
薑母茶	10包 X20g /盒	台灣糖業	季節性供應品項	待社內庫存利用完畢即暫停供應

產品優惠

品名	規格	生產者	原價	優惠價	優惠期間	供應說明	優惠原因	9折身分是否再享優惠
桑椹果粒醬	300g	陳稼莊	225	212	3/28-4/16	全社	桑椹季節即將來臨，生產者提供進價優惠，同步優惠社員。	是

香檬 原汁	300ml	永信	200	180	4/4-4/30	全社	生產者提供進價 優惠，同步優惠 社員	是
核桃果子	150g	寶綠	142	任 2 件 8 折	3/14 起	全社	季節性產品,庫 存較多,鼓勵社 員利用	否
杏仁酥	200g	寶綠	180					
芝麻酥	250g	寶綠	175					
南瓜子酥	200g	寶綠	185					
九號花生	300g	土豆 世家	128					
小紅豆	200g	松記食品	82					
甘納豆	200g	松記食品	83					
花生小魚	140g	溪和	275					
原味花生 牛軋糖	250g	聯淳	110					
棗泥 核桃軟糖	220g	聯淳	155					
法式 香檬軟糖	100g	豆之家	75					
原味寸棗	150g	全冠	43					
黑芝麻 寸棗	150g	全冠	43					
麻糬 (白芝麻)	150g	全冠	56					
麻糬 (杏仁)	150g	全冠	85					
台灣玉米 好棒棒	140g	上下游	125					
雜糧沙琪 瑪禮盒	720g	鴻福食品	170					

胡椒 菜脯餅	200g	鴻福食品	56	同上	同上	同上	同上	同上
岩燒 海苔餅	200g	鴻福食品	56					
花生 酥心糖	220g	聯淳	93					
雙色 生仁糖	250g	全冠	135					
鮮乳坊 蛋捲	250g	慕渴	330					

💰 價格異動

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	供應區域	異動原因
泡菜 豬肉水餃	1050g /50顆	沛騰	280	298	3/21	全社	生產者因原物料、工資、包材運費成本調漲，故調整進價與售價。
本土 黑豆瓣醬	460g	民生	143	160	3/28	全社	生產者因原物料、貨運包材成本上升，不敷成本須調整進價。
本土 黑豆豉	80g/包	民生	50	55	3/28	全社	
本土 黑豆醬油	300ml	民生	233	270	3/28	全社	
本土小麥 一口 杏仁酥	180g	上下游	105	115	4/4	全社	生產者因原物料、貨運包材成本上升，不敷成本須調整進價。
黑金 文蛤	600g	黃芬香	175	185	4/4	全社	生產者因原物料、人工成本上升，須調整進價。
生態 鱸魚精	60ml	邱家 兄弟	150	165	4/4	全社	生產者因原物料、人工成本上升，須調整進價。
台灣香菇 (小中)	100g	青松	236	255	4/4	全社	生產者因原物料、工資、包材運費成本調漲，故調整進價與售價。

辣椒醬	180g/罐	智立	120	128	4/4	全社	生產者因原物料、人工成本上升，須調整進價。
優質奶油 (無鹽)	250g	舍利蓮	240	270	待新批次效期 22/08/2022 上架即調整預計 4/18	全社	因全球海運船班大亂，與生產者討論短效期的情況下，改以空運進口，加快到倉時間供社員利用，因此運費成本增加，故須調整進售價。並調整品名改以有機奶油原裝進口。

📁 人資招募

歡迎認同合作社的你/妳加入我們的行列！

招募職缺：

- ◎品保專員、開發專員、系統分析師、活動企畫專員、教育訓練專員、工務專員、乾貨理貨人員、蔬果理貨人員 (工作地點：三重總社)
- ◎短期理貨人員-蔬果(工作地點：台中分社)
- ◎儲備站長(工作地點：斗六站)
- ◎月薪站務(工作地點：大直站、板橋站、東門站、中和站、麻園頭站)
- ◎時薪站務(工作地點：大直站、東門站、新店站、中和站、員林站、東海站)

職缺說明請至104人力銀行查詢 <https://goo.gl/jkjnnX> 或掃右方條碼

或來電洽詢總社陳先生(02)2999-6122分機352

或將履歷寄至 leo.chen@hucc-coop.tw



粽夏共舟

嚴選好食材 · 精選好原料

端午節預購開跑 3/28~4/16

清潔 · 平安 · 減添加

※因部分預購產品需事先安排及製作時間產能有限，將採限量供應。

※詳細介紹及產品相關資訊請看合作社官網及專刊。

類型	生產者	品項	規格	預購價
經典粽子	漢典	肉粽(漢典)	160g*4入	365元
		北部粽(漢典)	160g*4入	365元
		猴頭菇素粽 (全素)	160g*4入	255元
	親憶食堂	懷舊古早粽	180g*4入	355元
		干貝海陸粽	200g*4入	455元
	鳴迷	廣式鴨肉粽 New	140g*4入	450元
		黑豬小米粽 New	140g*4入	400元
	鮮湧	芋泥紫米粽 New	120g*2入	120元
	祥太	鹼粽(全素)	90g*6入	225元
紅豆鹼粽(全素)		90g*6入	260元	
好物 伴手	馥聚	莎寶蘿葡萄籽油2入組 New	1L*2瓶	800元
		葡萄籽油紙盒		30元
	友聚	端午老梅組	老梅釀500ml+老梅肉225g	1,650元
	向記	海味小卷醬New	240g/罐	230元
	唯京	蒲燒鰻 New	250g/包	500元
	花肉社	黑胡椒醃豬排 New	300g/包	160元
	智立	日本乾干貝	200g/盒	1,100元
夏日 涼品	禾乃川	米麴甘酒雙入組合 New	米麴甘酒500ml+紫米甘酒500ml	495元
		米麴甘酒紙盒		40元
	花壇農會	茉莉金萱啤酒(6入) New	330ml*6入	700元
		茉莉金萱啤酒紙盒		30元
	格外農品	台灣真水果氣泡麥汁(6入)	荔枝+檸檬+百香果口味各2 ; 330ml*6	535元
		真水果氣泡麥汁紙盒		40元
	舞茶	柴燒桂圓紫米冰淇淋 New	250g*2杯/組	365元
豐喜	果凍組合(桑椹、蜂蜜檸檬) New	12杯/箱/2種各6入(130g/杯)	365元	
清潔 防曬	法蘭茵	PMD有機認證防蚊噴霧	60ml/瓶	520元
		茶樹 薄荷清爽洗髮精	350ml	590元
		甜橙清新潔面慕斯	180ml/瓶	590元
	綠藤	第三選擇防曬(自然潤色) 分享組	30ml*2瓶	1,090元

禁止酒駕  飲酒過量 有害健康

讓我們的合作社更美好！

2022年「中長期目標社員問卷」將於四月全面啟動，請社員收到手機簡訊時，按下連結、填寫問卷、共同參與！

邁向第21年的主婦聯盟合作社，從前身綠主張公司時期就以「共同購買改變世界」號召民眾參與，加以對合作社型態及理念（七大原則及組織與倫理價值）的認同，於2001年轉組合作社，開啟了以社員民主參與方式，繼續共同購買、綠色消費之路。

回首過往，我們共同創造了以友善環境為前提的蔬果自主管理分級標準、減添加物的加工品、開發全食物利用的各類產品，實踐責任消費、責任生產，也透過社員自治組織，深耕地區社員需求，推廣在地社會議題。

走過共購28、合作20，為回應台灣社會變遷—諸如：高齡化社會、支持育兒環境、貧富差距擴大等；以及全球變局—諸如：氣候危機、自然資源爭奪、流行疫病傳播等，理事會將於本年度啟動中長期目標意見蒐集，請各位合作人一起填寫問卷，回饋想法，以利中長期成形。

計畫相關工作時序

4月	5至6月	7至8月	9至12月
社員填寫問卷	分區意見蒐集	分社及線上焦點團體	形構中長期目標及計畫

● 2023年3月確立本社中長期目標及計畫



我們共同的合作社 中長期目標問卷調查，需要你我來參與！