



新品上市

沙茶醬

好拌、好炒、嗑鍋好良伴

跨年感恩聚
推廣時間:11/27-12/23

週報期數 / 2023 年 12 月第 1 週 (12/4-12/8)

目錄

📢 社內公告.....	2
🍎 當季水果.....	2
📢 產品說明&季節性預防提醒.....	14
📢 產品資訊.....	14
📁 人資招募.....	24

📢 社內公告

【冬季蔬菜價格調整說明】

2023 年冬季蔬菜價格預計 12 月 1 日(五) 起進行季節例行性調整。因跨月問題，若值付標籤價格與 POS 機刷出價格有落差，以價低者為結帳售價。

🍏 當季水果



◆酸香迷人，細緻柔和——國產柑橘季來啦！

台灣歲時節序的豐美，在國產水果上最能體現。而今時序入冬，蜜蘋果們前腳都還沒走呢，柑橘家族便已簇擁著準備登場。佛利蒙柑、椪柑、柳丁、臍橙、椪柑、帝王柑、砂糖橘、美人柑.....等，族繁不及備載。有的甜美滑順、有的酸甜多汁，帶著飽滿豐富的維他命 C 與膳食纖維，款款而來，向我們展現台灣柑橘的萬種風情，直到來年夏天方歇。

雖說柑橘柳丁是台灣相當常見的水果，但供貨給合作社的，都是願意致力友善環境的農友，儘管外觀不見得最完美無瑕，卻讓我們得以嘗到有別於慣行施用退酸劑柑橘的豐美滋味，而且不嗆喉、不咬舌。吃慣了合作社農友生產的柑橘，自然較容易分辨與其中的風味差異。不過就算分辨不出也無妨，無論如何，吃當季、吃在地，就是吃得安心與美味的基本原則。歡迎把握稍縱即逝的產期多多利用！



產地速報

好消息，今年產季前實地拜訪溪底遙農友朱昌輝大哥，只見滿園橙黃渾圓的柳丁高掛枝頭，沁鼻橙香引人垂涎。朱大哥說今年的柳丁與椪柑質量俱優，有別於市售柳丁退酸退甜後的清淡口感，昌輝大哥的柳丁雖然外觀不見得美麗，但甜酸比迷人，甜度甚至可達高達 12 度 Brix，滋味格外豐厚，還請把握產期預訂品嚐！

◆香甜細緻爽口！與石虎共享的美好——溪底遙學習農園柳丁、椪柑開心登場

1999 年 921 大地震之後，有一群人沒離開災區，地方居民廖學堂及一些外來參與重建的朋友，共同在 2003 年結合成「溪底遙學習農園」，成員包含了中寮的農人、藍染工作者、編織工作者及其他志願服務的朋友，以對土地友善的方式，種植柳丁、帝王柑及龍眼等，並同時發展編織工藝。成了中寮鄉社區的一份子，支持在地小農堅持對土地友善。這是「溪底遙學習農園」的緣起。溪底遙自詡為學習場所，農人在此學習對土地友善的耕作或創作方式，消費者可來此親近土地，接近生命成長的過程。今年是溪底遙學習農園陪伴農友的第 19 年，也是溪底遙農友全面不使用農藥的第 16 年，供應帝王柑與美童柑的蕭秋文阿伯已高齡 80 歲，在女兒要求下退休了，所幸還有朱昌輝大哥仍堅持著，為我們供應柳丁與椪柑，還請多多把握機會，品嚐這與山林共存的香甜爽口！朱昌輝大哥因認同溪底遙的無農藥友善環境理念，加入溪底遙生產者的行列，農業科系出身的他，除了力行無農藥草生栽培，更努力精進栽植管理技術。四年前，昌輝大哥認為栽植管理技術已經成熟穩定，且透過第三方驗證檢驗讓消費者更安心，也是農人的責任，於是決定申請有機驗證。去年有機驗證通過核發，加上周遭環境屏蔽無風險，終得符合合作社自主管理的最高標準——環保級。昌輝大哥的柑橘園位於南投山林間，不施用農藥除草劑，小動物們可以安心棲息，包括近年已經瀕危的石虎。農委會特有生物中心因而在昌輝大哥柑橘園的水源地設置自動監視器，紀錄石虎與其他野生動物的出沒狀況。也因此，昌輝大哥成為國內屈指可數，同



年，供應帝王柑與美童柑的蕭秋文阿伯已高齡 80 歲，在女兒要求下退休了，所幸還有朱昌輝大哥仍堅持著，為我們供應柳丁與椪柑，還請多多把握機會，品嚐這與山林共存的香甜爽口！朱昌輝大哥因認同溪底遙的無農藥友善環境理念，加入溪底遙生產者的行列，農業科系出身的他，除了力行無農藥草生栽培，更努力精進栽植管理技術。四年前，昌輝大哥認為栽植管理技術已經成熟穩定，且透過第三方驗證檢驗讓消費者更安心，也是農人的責任，於是決定申請有機驗證。去年有機驗證通過核發，加上周遭環境屏蔽無風險，終得符合合作社自主管理的最高標準——環保級。昌輝大哥的柑橘園位於南投山林間，不施用農藥除草劑，小動物們可以安心棲息，包括近年已經瀕危的石虎。農委會特有生物中心因而在昌輝大哥柑橘園的水源地設置自動監視器，紀錄石虎與其他野生動物的出沒狀況。也因此，昌輝大哥成為國內屈指可數，同

是決定申請有機驗證。去年有機驗證通過核發，加上周遭環境屏蔽無風險，終得符合合作社自主管理的最高標準——環保級。昌輝大哥的柑橘園位於南投山林間，不施用農藥除草劑，小動物們可以安心棲息，包括近年已經瀕危的石虎。農委會特有生物中心因而在昌輝大哥柑橘園的水源地設置自動監視器，紀錄石虎與其他野生動物的出沒狀況。也因此，昌輝大哥成為國內屈指可數，同



時擁有有機驗證與石虎標章的柑橘農友！今年除了散裝果外，農友也提供箱裝優惠回饋社員，歡迎社員整箱利用，省了荷包且更加環保！



■香甜飽滿，果肉細緻——溪底遙軟枝極柑限量供應中

除了柳丁，朱昌輝大哥還種了少量極柑。有別於一般的高牆系與低牆系極柑，昌輝大哥的極柑是屬於「軟枝系極柑」(果樹枝條較軟，水平生長，樹形似檸檬)。軟枝系極柑的果形較大，略呈扁圓，果皮膨凸，油胞細緻精油飽足，輕輕剝開，精油迸出，香氣令人為之一振。果肉嫩口且果汁率高，甜酸比迷人，解膩順口。昌輝大哥已採有機的方式耕作多年，果樹混養於低海拔山林間，滋味層次遠較一般極柑更豐富。



惟產量極少，雖然昌輝大哥已經盡可能供應，但還是可能一上架就秒殺。如您在站所架上發現昌輝大哥極柑的蹤影，可千萬得把握這難得的機會，別錯過啦！

貼心小提醒

1. 因氣候因素，部分柳丁可能會稍有乾米情況，但依然香甜，還請理解後利用。如想吃甜度較高者，可稍微放個幾天辭水後，風味會更濃郁多汁！
2. 因朱大哥採有機種植，有時果皮上可看到幼果時期被蟲叮咬的痕跡，切開來發現內部完全沒事，滋味一樣酸甜迷人。還請理解後利用。

【柳丁、極柑供應小檔案】

生產者：溪底遙學習農園—朱昌輝
 品種：柳丁、極柑
 產地：南投中寮
 自主管理等級：環保級





◆皮薄無籽，果香濃郁的柑橘精品——台東臍橙限量供應中

每年 11 月下旬開始，便進入了台東「臍橙」的採收期，臍橙俗稱抱子橘，是柳橙的變種。果形像柳丁，但比柳丁稍大。因果實底部有一凸起的「副果」，彷彿肚臍，因而得名。果皮明亮艷黃，果香濃郁，果肉酸甜細緻多汁，果汁率高達 53%，一刀切下，果汁隨即噴出；重點是幾乎沒有種籽，口感十分華麗，市面少見，因此有人稱之為「柑橘界的貴族」。

臍橙原產於巴西，1910 年由日本杉原產業株式會社引進台灣栽培，初期選定臺東縣成功鎮設立農場進行試作，後來因產量偏低，未大量推廣，目前臺灣臍橙之生產面積甚少，以臺東縣栽培面積最多，主要分布於成功鎮、東河鄉及關山鎮一帶。為合作社供應臍橙的兩位農友湯崑森與曾鼎峯，產區位於台東東河的坡地，此處日夜溫差大，恰與臍橙喜愛的地中海型氣候相仿，因此所產出的臍橙品質佳，風味格外濃郁。但因產量不



多且產期短，有意嚐鮮者要把握時機。

■曾鼎峯——安心種植，矢志復興故鄉好滋味

新加入供應的農友曾鼎峯，種植臍橙已有 12 年資歷。鼎峯原本是聯結車駕駛，12 年前返鄉繼承家業，種植晚崙西亞橙與臍橙。他力行減藥栽培，手工除草、徒手抓星天牛，使得環境與果實都更加安心永續；並且持續承接故鄉長者年老無力耕作的果園，擴大種植面積，期望復興香丁產業，能讓更多人品嚐到，他記憶中最美好的故鄉滋味。



■湯崑森——逐顆套袋、精緻管理的冠軍香丁

湯崑森大哥是供貨合作社多年的老朋友，務農資歷約 14 年，他的果園也位於台東東河地區。湯大哥原本是麵包師傅，之後返鄉繼承農業，承接長輩的果園種植各類柑橘類作物。主要國內柑橘因果實蠅危害嚴重，慣行田間管理常需頻繁施用殺蟲劑維持品質與產能。崑森大哥為降低用藥風險，採提早逐顆套袋管理，雖然麻煩又費工，但可讓人吃了更安心，並採草生栽培涵養地力。由於崑森大哥堅持完熟採收與高品質管理，所產出的臍橙風味層次豐富，深受社員們喜愛。

貼心小提醒

1. 因減藥栽培之故，柑橘外皮油囊細胞易受銹蟎吸食而被破壞，果皮呈現黑色褐斑，其完全不影響風味，還請社員理解後再利用。
2. 柑橘也跟柚子一樣，辭水後風味更佳。剛買回來的臍橙如能放個兩三天辭水，待表皮光滑油亮後再食用，風味更佳！

【晚崙西亞橙供應小檔案】

合作農友	產地	級別
湯崑森	台東東河	安全級
曾鼎峯	台東東河	安全級



◆ 滑順微酸，橘香濃郁——頂級大坑極柑開始供應啦！

為合作社供應極柑多年的農友謝朝義大哥，果園位於台中大坑。謝大哥種植極柑迄今逾 40 年，主要作物為極柑與美女柑。謝大哥認為涵養雜草有助維持地力，堅持不使用除草劑；更不為了討好市場而使用增甜退酸劑，保留極柑原來的天然風味，也避免製造逆境壓力傷害果樹。此外，謝大哥只留最好的果實，並且完熟採收，果實得到充分的



營養供應，多汁飽滿。高品質管理、永續照料果樹、最適期採收，讓謝大哥的極柑口感更細緻甜美，不會酸刺嗆口，就連怕酸的朋友都為之驚艷，嘗過之後才知道，原來極柑可以這麼好吃！走進謝大哥的柑橘園，只見果樹枝強葉茂，沁鼻的柑橘香氣撲鼻而來，引人垂涎，預告了今年極柑的美味可期！歡迎社員把握產期多多利用品嚐！

貼心小提醒

1. 極柑表皮有些許藍灰色粉末痕跡，是農友以石灰加水噴灑於果皮表面，為柑橘作防曬的痕跡，並無安全危害，還請稍稍清洗即可食用。
2. 挑選極柑時盡量以果型完整、放在手心沉甸甸有份量為佳。大果極柑多汁過癮，小果風味濃縮，口感與甜度並不會有差異。
3. 農友採減藥栽培，較難避免銹蟎影響外觀，因此極柑外皮會有少許灰黑色細點，較難鮮黃無斑無瑕，但果肉一樣香甜多汁可口。這是安心種植的印記，還請理解與支持。



【極柑供應小檔案】

合作農友：謝朝義

品種：極柑

產地：台中大坑

自主管理等級：安全級

具有活力的土地，培育滋味豐厚的安心甜美

環保級BD農法草莓搶先預訂中

A close-up photograph of several bright red, ripe strawberries with green leaves, arranged in a woven bamboo basket. The strawberries are the central focus of the image.

主婦聯盟合作社
Taiwan Homemakers' Union Co-operative Corp.

產地速報

因極端氣候影響，雖時序已近冬天，氣溫卻仍偏高，草莓育苗不易，即使是慣行農法用藥防治，草莓苗仍折損慘重，幾可預見今年草莓產量恐將延續去年供不應求的狀況。唯合作社農友陳森郎大哥採自行育苗，並以BD農法厚植地力多年，終能拔得頭籌，將於12月初開始供應，成為全台灣最早供應草莓的農友。草莓嬌貴且數量有限，來到站所往往秒殺，還請把握機會預訂，品嚐這全台最高標的安心甜美！

◆具有活力的土地，培育出滋味豐厚的安心甜美——環保級 BD 農法草莓搶先預訂中！

色澤紅豔、香氣濃郁的草莓，堪稱是冬天最受期待的水果之一，也是小朋友的最愛。即便是怕酸的人，也會受到甜美濃香引誘，忍不住嚐上幾口。淋上煉乳，或是蘸著蜂蜜吃，那微酸中帶著甜蜜的滋味，彷彿戀愛般，讓人年年回首、引頸期盼。



合作社所供應的草莓，都是農好級以上，也就是說，全都必須是**無農藥檢出**

(ND) 才行！**這標準堪稱國內最高，卻也是社員得以**

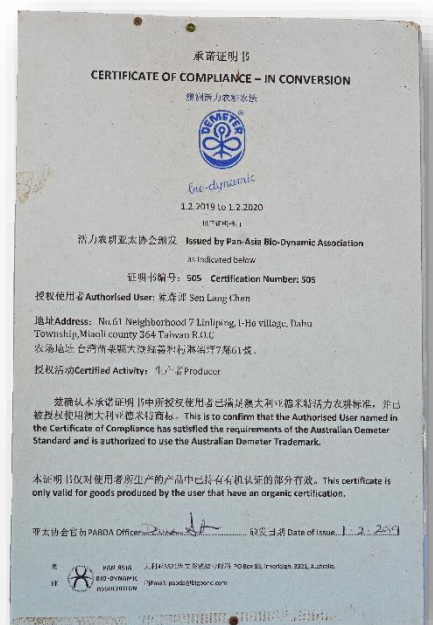
安心享用草莓的基礎。然而，草莓嬌嫩無外皮保護，加上香氣濃郁，正是鳥兒蟲兒的最愛，而且易生病害，在現今極端氣候下種植，極具挑戰。不用藥防治，往往會落得個血本無歸。為合作社供應草莓的農友們，在共同購買的支持下，熬過了有機之路初期那段收入不穩定的艱困日子。各自發展出了不同的栽種管理絕招，讓合作社的草莓供應，在慣行農友一片短缺的叫苦連天中，仍能維持穩定產量與品質，讓社員們吃個過癮！

今年率先開始供應香水草莓的農友陳森郎，是國內第一位通過有機認證的草莓農友，也是台灣唯一使用 **BD 農法 (Bio-Dynamic, 生機互動農法)** 栽種草莓的農友。

他和太太從事草莓栽種已有 30 年，過去在學習慣行農法時感受到農藥的危害，採行有機種植後又遇

到瓶頸，直到接觸 **BD 農法**，發現在同樣不能用藥的前提下，**BD 農法**提供了更多解方。**BD 農法**的特色是透過果園內作物、生物多樣性的整合，以及日月行星與地球間的能量互動，來激

發並維持果園的健康和自給自足的能力。聽起來很玄，但本質上其實就是為了厚植地力。為了增加地力，陳森郎犧牲種植其他作物的機會，每年採收結束後詳細檢測土壤，並根據檢測結果種植 20 幾種綠肥，每年有大約半年的時間都沒有收成。他表示，自己的生活需求不多，夠吃就好，要先為土地存款，以後才能夠提款。為了避免苗期用藥造成植株衰弱，陳大哥更堅持自行育苗。這種外人看起來像傻瓜般的堅持，在栽種條件日益嚴峻的極端氣候下，得到了甜美的回報。陳大哥成為全台最早開始供應草莓的農友，他栽培出來的香水草莓滋味也特別濃郁。因此雖然 **BD 農法**草莓較一般有機農價格高，且產量有限，但追尋購買者絡繹不絕。而今又到了滿園草莓飄香的時刻，歡迎把握機會預訂品嚐，這充滿生命活力又可安心吃的草莓！



注意事項

3. 香水草莓果型較大，容易產生空心現象，這是本品種天然狀態，並非異常，還請社員理解。
4. 草莓嬌嫩多汁，產地鮮採後裝盒，即使是運送中的震動，或是進入冰箱冷藏，都會在草莓身上留下壓痕，這也是因草莓特質而有的必然結果，並非品質不佳或運送不良，還請社員理解後再行是否購買。並於購買後盡快食用完畢，以便吃到最佳風味。



▲農友陳森郎採用 BD 農法種植草莓，深信對土地的養護終將化成食物的養分，滋養生命。也讓陳大哥的草莓，成為安心美味的最高標！

【草莓供應小檔案】

合作農友：陳森郎

品種：香水草莓

產地：苗栗大湖

自主管理等級：環保級



◆雪白細緻多汁，梨中之王——高品質雪梨爽脆預訂中

雪梨果肉雪白，口感厚實綿密，層次豐富——細膩多汁的甜蜜中帶點果酸，甚至可嚐到微微的花香，風味十足，果大碩美，又耐保存，素有「梨中之王」盛名，也是年節送禮熱門選擇。

為合作社供應雪梨的農友有林浴沂、胡燕倫、張源益，今年青農許漢忠也加入了供應行列。林浴沂在梨山種植果樹已超過 40 個年頭，力行減藥套袋與草生栽培，並且格外重視園中土壤的透氣性。雪梨越大顆口感越細緻越多汁，浴沂大哥刻意減少每棵果樹的掛果數量，使果實得以充分生長。近年來兒子士傑與媳婦琬筑也加入管理雪梨行列，現今已能獨當一面。此次供應的雪梨就是由士傑負責管理，歡迎品嚐二代青農悉心呵護的好滋味。



燕倫姐的雪梨也是社員們念念不忘的好滋味。燕倫姐避免使用益蟲與害蟲盡滅的廣效殺蟲劑，力行減藥栽培。一般慣行梨子一年大約噴 20 次藥，燕倫姊每年只會針對黑心病噴灑 2 次殺菌劑，針對梨木蝨施用 1 次殺蟲劑。少用藥的結果，是果園可以有多樣昆蟲天敵互相制衡。歷經從農初期的慘賠與挫折，到與蟲草共生，終得穩定收成。燕倫姊的雪梨較一般雪梨滋味更豐富細緻，正是這多元共存的甜美果實。今年燕倫姊的雪梨少量供應中，敬請把握產期多多利用！張源益大哥是在台中武陵地區種植果樹 40 餘年，以減藥栽培並搭配生物益菌的方式防治病蟲害，且重視果樹的健康與生態平衡，耗費四年的時間，才從年年虧損到收支兩平，用心照顧的果樹也漸漸穩定生長！

青農許漢忠自竹科返鄉務農，致力減藥栽培，積極上課研究果樹栽培管理方法，遵照農業藥物毒物試驗所植物保護手冊，嚴格遵守用藥安全、並且不再施用除草劑，提前停藥套袋，悉心養護果樹。而今雪梨產期將屆，林浴沂大哥與許漢忠的雪梨即將下山來，歡迎把握時機搶先預訂品嚐。



貼心小提醒

雪梨冷藏口感更佳！收到雪梨後，建議盡快放入冰箱保存，可延長保存時間，也更加鮮脆好吃。雖然雪梨的表皮在低溫下(5-9°C以下)容易產生淡褐色的斑點，但果肉、口感都不受影響，削掉即可食用，還請理解並安心利用。

【雪梨供應小檔案】 (僅列出今年供應的農友，黃色色塊為今年新加入供應農友)

合作農友	產地	級別
林浴沂	台中梨山	農好級
許漢忠	台中梨山	安全級
張源益	台中武陵	農好級



1,400小時低溫熟成的甜蜜戀歌

大禹嶺、福壽山惠蜜蘋果開始供應啦！

◆1,400 小時低溫熟成的甜蜜戀歌——大禹嶺、福壽山惠蜜蘋果開始供應啦！

時入深秋，終於迎來國產蘋果最甜美的終章——高山蜜蘋果下山來！由於蘋果開花結果的需冷特性，蘋果適合生長在溫帶地區，低溫時數需超過 1400 個小時，日照時間也有特定條件，因此，台灣蘋果產地大多集中在海拔 1,500 至 2,500 公尺以上的高山。合作社持續在社員需求、支持本土農業及環境保護的基準上找尋



平衡點，所覓得的蜜蘋果農友，均致力在友善環境與種植出高品質水果之間取得平衡，讓高山美景永存，品質與安心指數也是全國最高標。繼台中梨山的農友林浴沂、許漢忠之後，時序來到 11 月，採收產區也往高海拔推進：大禹嶺劉春長、福壽山喻嘉璧兩位農友的惠蜜蘋果開始採收供應！此外還有台中武陵張源益大哥的蜜富士。而且今年果況風味較往年更佳，可以好好吃個過癮！請社員們盡情品嚐台灣雲頂山巔的香甜精采！



貼心小提醒

- 1.蜜蘋果是指因氣候溫差大，較有機會結蜜（醣轉化儲存形成蜜腺）的蘋果，但其實有無結蜜都是一樣好吃的哦！收到蘋果後，請直接冷藏，並盡速享用完畢，以免退酸，減損風味。
- 2.蘋果表皮的白霧狀，是天然果粉與果蠟，可以安心連皮吃，以完整攝取果皮的豐富膳食纖維與維生素等營養。及至完熟，果蠟會轉為油亮，此時風味更加甜美。且果蠟不影響食用安全，請安心食用。如真介意，也請削皮後食用即可。



【惠蜜蘋果供應小檔案】（僅列出目前可供應的農友）

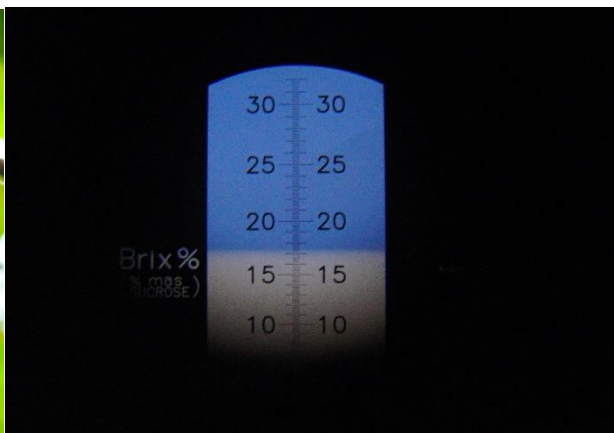
合作農友	產地	級別
林浴沂	台中梨山	安全級
劉春長	南投大禹嶺	安全級
喻嘉璧	台中福壽山	安全級

🍓 水果品質說明

◆葡萄表面宛如地圖般的花紋是什麼原因造成的呢？還可以吃嗎？

如果您最近在架上看到賴順清大哥的葡萄，可能會發現果皮上除了豐厚果粉，還有著地圖般的花紋。這可不是新品種，而是賴順清大哥致力葡萄減藥栽培的印記。

葡萄表皮細嫩嬌貴，只要有蟲蟲（花薊馬）爬過，往往就留下痕跡。農友們為了照顧葡萄外觀，常需施藥防治。根據 109 年農委會的農產品農藥檢測研究，葡萄的農藥檢出率高達 91%，一個葡萄產季，施用農藥的次數甚至可高達 30 次！今年氣候炎熱，施藥需求更加提升。為合作社供貨葡萄多年的資深農友賴順清大哥，為了讓大家吃到安全的葡萄，力行減藥，除了提早套袋，也忍痛犧牲產量與所謂「完美」的外觀，終能減少施藥八成以上。也因此，花薊馬危害尤其嚴重，在賴大哥的葡萄上留下了地圖般的印記。儘管外觀與大家熟悉的葡萄有些差異，**但賴大哥的葡萄照樣果粉濃厚，風味十足，甜酸比高，完勝市售葡萄。產訪時品測，雖然葡萄尚未完熟，甜度即已高達 17-18 度。**今年冬季賴順清大哥的葡萄產量不多，歡迎多多利用，支持農友寧願少收，也要供應安心水果的心意！



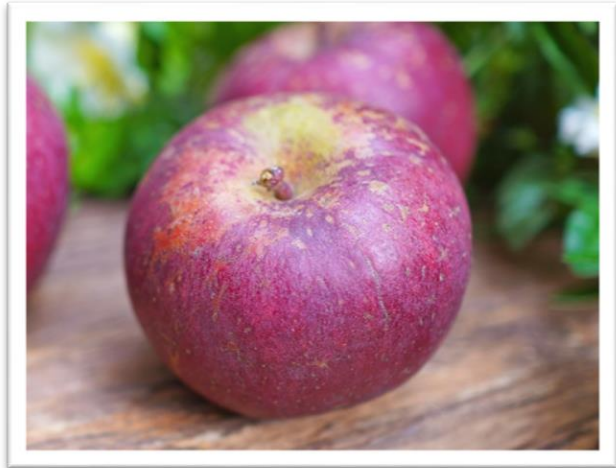
▲賴順清大哥犧牲了收入與產量，只為減少用藥，讓大家有安心美味的葡萄可吃，歡迎多多支持！

◆【蘋果小常識】為什麼有些蜜蘋果果皮油油滑滑黏黏的？這是什麼原因造成的？還

可以吃嗎？

近日適逢國產蜜蘋果盛產，社員們買回家後可能會發現，有些蜜蘋果的果皮油油亮亮、黏黏滑滑，甚至用水也洗不掉，這是什麼原因呢？

產地鮮採的蘋果果皮有天然蠟，相信是社員們都已熟知的常識。但許多人可能不知道，**蘋果的果蠟，就跟愛文芒果果皮的果蠟一樣，在採收初期是粉粉的霧狀，隨著蘋果完熟，會逐漸變為油光滑亮！**也就是說，從果蠟的狀態，也可以看出這顆蜜蘋果的熟成狀態。**而「完熟度」正是蘋果甜度與香氣的指標，越是完熟的蘋果越香甜。也就是說，如果您買到的是果皮油亮黏滑的蜜蘋果，恭喜您，這顆蜜蘋果又香又甜的機率一定更高！**



天然果蠟是蘋果為了防止果實水分散失的防禦機制，以免氣候乾燥寒冷時，水份被外部乾空氣吸走。因此，越是高海拔溫差大的地方所產出的蜜蘋果，果蠟層可能也會更厚。至於這些蜜蘋果的果蠟會有可能是人工上蠟嗎？國產本土蘋果產地當季鮮採，不需長途運輸，農友不需再花成本為蘋果人工上蠟做補強。再者，人工上蠟也不會把蠟上得如此厚重不均。天然果蠟可被人體排出，安全可食用。但如果真的介意，或覺得果皮黏滑感受不佳，只需將果皮削掉再食用即可，切勿再用清潔劑洗，以免清潔劑吸附在果皮上，反倒被吃下肚去。

◆ 作法簡單，口感華麗的甜柿小點——奶油乳酪烤甜柿

甜柿與奶油乳酪，看似不相干的兩種食材，可以擦出什麼火花呢？在此介紹一道作法超級簡單的小點——**奶油乳酪烤甜柿**。甜柿的香甜軟綿與奶油乳酪 (Creamcheese) 相得益彰，加點黑胡椒與橄欖油提味，入口即化層次豐富的華麗口感，讓人忍不住驚嘆！趕緊把握甜柿產季來試試吧！

材料

當季甜柿 1 顆(去皮切 8 等分



)、奶油乳酪或莫札瑞拉起司 30g(切 8 等分)、黑胡椒、橄欖油

做法

1. 甜柿去皮切 8 等分、奶油乳酪或莫札瑞拉起司切 8 等分後，排放於錫箔紙或烘焙紙上。
2. 將錫箔紙或烘焙紙包好後進烤箱，低溫約 130-150 度烤 12-15 分鐘後出爐，撒上黑胡椒、淋上橄欖油，就成為一道入口即化的美味小點了。
3. 如果想要體驗風味反差更大的口感，也可不進烤箱，只需如步驟 1，將甜柿與奶油乳酪切好排盤之後，撒上黑胡椒、淋上橄欖油，也是另一種美味體驗哦！

※※推薦利用產品：當季甜柿、四方鮮乳莫札瑞拉起司

📢 產品說明&季節性預防提醒

➤ 花東香米(東里)-3kg 暫時少量以現有米袋補丁替代

生產者東里，因米袋用迄，印製米袋銜接不及，為讓社員可以不缺貨，生產者使用既有米袋進行補丁，雖影響美觀，但品質不打折，請社員多加支持利用。

➤ 蓮藕外觀品質說明

近期農友程超傑供應的蓮藕，部分表面會有各式花紋與凹痕，這是蓮藕生長時與田裡的石頭摩擦所造成的痕跡，雖然外觀並非完美無瑕，但內部不受影響，請社員安心利用。



➤ 古東喜大哥冬果葡萄品質說明

品名	規格	生產者	異常原因	供應處理方式
巨峰葡萄(安全優)古東喜-500g/盒	500g/盒	古東喜	天候影響導致產量和品質不佳	部分以良級品供貨



古大哥的葡萄採減藥栽培管理，採收前 1 個月即停止用藥，而今年夏秋因為颱風侵襲，產地降雨偏多，導致葡萄園晚腐病和螞蟻（因雨多往高處爬）危害嚴重，葡萄晚腐病主要危害果實，好發於轉熟期，會造成果肉軟腐、皮皺而落果，進而

吸引昆蟲叮咬，影響果園環境和植株健康，接近收穫時更為嚴重，而此時古大哥的葡萄皆已停藥和套袋，無法作其他有效防治，除了導致採收後的理貨挑選更加費工，耗損量也達 50%以上，品質沒有往年優良，供貨量少且良級果偏多，請社員多加包涵和理解。



📢 產品資訊

◆ 新品上市:(全社供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
法式水果軟糖-草莓口味	85g/包	豆之家	90	12/13	無	使用指定原料-草莓果實，將來不及採收的水果使用法式水果軟糖製作方式保存下來，提供全食物利用的另一種型態，產線為全素食，不使用香料、色素、防腐劑與濃縮果汁製作，吃得到草莓濃郁的香氣與軟 Q 口感，更將法式軟糖的砂糖外衣改成木薯粉，不造成負擔，也可以隨身攜帶，在需要時進行食用
古早味花生糖	300g/罐	福瑄	140	12/20	限量	使用台灣本土花生仁焙炒後與麥芽糖等拌勻，糖體不黏牙、不過分甜膩，並且使用椰子油製作，讓花生糖的油品安全更上一層，整體花生糖薄、脆、不膩口，是平日、過年、送禮的最佳選擇
柴焙帶殼龍眼乾(大)	300g/包	楊涇瓚	200	12/11	限量	生產於台南東山的龍眼，就地取材的製作出土窯、磚窯，將採收後的龍眼鮮果，去枝去葉，一顆顆的放置於窯內的烘烤床上，一旦開始烘烤製作，需要不斷火且持續添加木柴，需要 5 天以上不斷火的熱煙、熱風燻製，製程中更要依據龍眼的狀態，添加薪火與火力大小的調整、上下窯層翻烤與左右滾動换位，剝殼試吃果肉的狀態來判定是否完成果乾的製作，果肉過乾或含水量過高，都是需要長久經驗累積才能準確判斷，站在窯邊，連人都被燻到眼睛睜不開，又有戲稱為流淚龍眼乾，每一顆都是粒粒皆辛苦。龍眼的產季短、鮮食保鮮期短，更擔心產季的雨水，簡單的雨水就會讓龍眼掉落、損壞風味，因此在產區除送到外縣市販賣外，為節省人力費用、延長保存，才會將鮮果加工成龍眼乾與剝成龍眼乾肉(又稱桂圓)，是一種全食物利用、惜食愛物的好習慣，只是柴焙的環境悶熱又充滿煙霧，願意再接班的人是越來越少，甚至是不再進行這個產業，還能吃到古法柴焙龍眼乾是稀有且難能可貴，果肉濃郁燻製的香氣，與燃油加上部分柴焙烘製的是完全不同，撥開果乾吃下的是 Q 彈香甜，滿滿惜物之情，今年改為小

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
						包裝也適合過年讓社員贈送親朋好友的好物。
甘露煮秋刀魚	200g/包	御鑫	120	12/18	無	鮮嫩的秋刀魚以日式甘露煮風味烹調，風味香甜滑順。作為開胃小點、便當主菜，都是絕佳首選！產品含魚骨、魚刺，請小心吞嚥。開封可即食，可做為開胃菜、便當菜、下酒菜使用。
味噌秋刀魚						鮮嫩的秋刀魚搭配西京白味噌，風味濃郁醇厚。作為開胃小點、便當主菜，都是絕佳首選！產品含魚骨、魚刺，請小心吞嚥。開封可即食，可做為開胃菜、便當菜、下酒菜使用。
手工蔬食水餃	500g/包	見晴	199	11/27	無	見晴廚房素水餃優化後再回歸，調味及蔬菜量調整後讓口感更加清脆爽口。
本格梅酒	600ml	嘉農酒莊	385	11/27	無	1.採用甲仙農友友善種植的梅子及本土二砂糖釀造而成。 2.原料簡單，無添加香精、色素及食用酒精，比日本梅酒糖度低。 3.建議可放冰箱冷藏後飲用，好喝口感滑順。亦可搭配啤酒 7:3 梅子酒，風味絕佳！
果釀梅醋	500ml		285			1.採用甲仙農友友善種植的梅子及本土二砂糖釀造而成。 2.100%純天然釀造，無使用果汁調和，無使用檸檬酸，無嗆鼻味道，完全天然醋酸的風味。 3.依個人口味，加水稀釋 4~6 倍飲用，也可料理使用。

◆ 恢復供應: (限量供應/季節性供應，全區供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
阿拉斯加鮭魚鬆	150g/罐	味一	189	12/18	嚴選阿拉斯加鮭魚，不添加色素、防腐劑、味精，以鹽、糖、非基改釀造醬油調味炒製而成。可直接食用，或配飯、稀飯、夾麵包、饅頭、三明治等。適合長輩配粥補充蛋白質，也是孩童配飯的最愛！ 內附脫氧劑一包，請留意避免誤食！
金鯧-300g	300g	邱同緯	230	12/11	以純海水粗放養殖，養殖過程不使用抗生素劑，加工過程經放血處理，確保魚肉的最佳的風味和鮮度。 **限量供應
金鯧-350g	350g		269		
金鯧-400g	400g		299		

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
不漂白捲筒衛生紙---6 捲	6 捲	永豐餘	82	12/4	生產者永豐餘，因更換紙漿來源及生產機台不同，其紙幅規格大小、基重兩者微調動，一樣使用 100%回收紙再製，製程中不漂白紙漿。使用再生衛生紙除了減少樹木的砍伐，也消耗較少的能源，相較於原生紙漿的製造，再生紙漿 1 噸的製程可以減少約 26500 公升的水、17 顆大樹。資源重覆使用，減少環境壓力，愛護環境就從擦屁股做起~
不漂白捲筒衛生紙(指送)---72 捲 12 袋	72 捲 12 袋		972		
再生擦手紙(抽取式)---單包	單包		50		
再生擦手紙(指送)---20 包	20 包		985		
手工蘿蔔葉豬肉水餃	50 粒/包	沛騰	295	12/4	選用合作社指定原料包含中央畜牧場的後腿肉及豬油、郭明賢大哥的紅蘿蔔葉、指定農友的青蔥，溢香豆麥醬油及穀盛醇米霖。口感爽脆不膩，水餃採純手工捏製，餡料飽滿。 ※因廠商原料、人工、包材、運費調漲，12/4 起調漲售價為每包 295 元(舊價每包 280 元)。
高山烏龍冬茶	150g	洪啟瑞(新高自然農法茶園)	970	12/11	洪啟瑞的高山烏龍茶(冬茶)採收囉，友善種植的烏龍茶數量不多，喜愛的社員，可把握機會利用
鮮乳坊蛋捲禮盒-250g	250g/盒	慕渴	389	12/11	使用合作社指定原料:非籠飼雞蛋、豐樂鮮乳，來源清楚，並且無添加人工香料，吃的安心。因原物料及人工調漲,新一批起調價為 389 元/盒。

◆ 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
金鯧-300g	300g	邱同緯	220	230	12/11 (因養殖成本提高，生產者無法負荷，進而調整進價及售價)	全社
金鯧-350g	350g		255	269		
金鯧-400g	400g		290	299		
章俊源台灣蕃薯粉	400g/包	薯寶	85	95	12/11 (因原料、工資調漲，生產者進價調漲，同步調整售價)	全社
雜糧八寶粥	320克/瓶	春喬	25	33	12/11 (因原料、加工、包材等相關成本調整，生產者進價調漲，同步調整售價)	全社

◆ 產品優惠: (全社皆有供應)

品名	規格	生產者	原價	優惠價	優惠期間	優惠原因	9折身分是否再享優惠																																																										
草莓雪酪	250g/杯	舞茶	175	149	批次利用完為止	利用趨緩·作為餐後甜品十分合適·採單品85折優惠·歡迎社員多加利用·供應情況以站所及各分倉數量為主。	否																																																										
芋頭冰淇淋			120	102				海鹽西瓜冰棒(春一枝)	80g*3入/盒	春一枝	140	119	批次利用完為止	百香果冰棒(春一枝)	115	98	蜂蜜檸檬冰棒(春一枝)	140	119	手工百香芒果果醬	230g/罐	蘿拉	160	128	11/06至利用完為止	利用緩慢·推廣利用	否	魚餃	200g/2盒/包	耀集食品	200	140	批次利用完為止	利用趨緩·鼓勵社員多加利用。 **採同品項2入/組優惠價140元	否	虱目魚餃	吳郭魚	500公克(1~4尾)	邱經堯	160	130	11/13~12/30	生產者提供優惠·鼓勵社員多加利用	是	雞蛋(西湖)--10入	10入/盒	五湖畜牧場)	1盒/118元	2盒/組/200元	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2盒/組優惠價200元·供應情況以站所及各分倉數量為主。	否	鮮乳坊豐樂鮮乳	936cc/瓶	慕渴	112元/瓶	208/2瓶	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2瓶/組優惠價208元。	否	全脂鮮奶	946cc/瓶	四方	105元/瓶	190/2瓶
海鹽西瓜冰棒(春一枝)	80g*3入/盒	春一枝	140	119	批次利用完為止																																																												
百香果冰棒(春一枝)			115	98																																																													
蜂蜜檸檬冰棒(春一枝)			140	119																																																													
手工百香芒果果醬	230g/罐	蘿拉	160	128	11/06至利用完為止	利用緩慢·推廣利用	否																																																										
魚餃	200g/2盒/包	耀集食品	200	140	批次利用完為止	利用趨緩·鼓勵社員多加利用。 **採同品項2入/組優惠價140元	否																																																										
虱目魚餃																																																																	
吳郭魚	500公克(1~4尾)	邱經堯	160	130	11/13~12/30	生產者提供優惠·鼓勵社員多加利用	是																																																										
雞蛋(西湖)--10入	10入/盒	五湖畜牧場)	1盒/118元	2盒/組/200元	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2盒/組優惠價200元·供應情況以站所及各分倉數量為主。	否																																																										
鮮乳坊豐樂鮮乳	936cc/瓶	慕渴	112元/瓶	208/2瓶	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2瓶/組優惠價208元。	否																																																										
全脂鮮奶	946cc/瓶	四方	105元/瓶	190/2瓶	11/20~12/30	生產者回饋社員·鼓勵社員多加利用·採同品項2瓶/組優惠價190元。	否																																																										

◆ 暫停供應:

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
蔥香天婦羅	300g	振鈺	缺蔥原料	暫缺至1月底
原味鮮乳冰淇淋(四方)-600g	600g	四方	架上庫存利用完為止	12/1 起至 2023/3/31
巧克力鮮乳冰淇淋(四方)-600g				
原味鮮乳冰淇淋(四方)-64g	64g			
巧克力鮮乳冰淇淋(四方)-64g				
香橘乳酪蛋糕---6吋	500g	瑪諾蘭迦	過年前因預購取貨·需要較多冷凍空間·12/5起暫不供應冷凍蛋糕	12/4(一)最後一次到站
原味起司蛋糕---6吋	500g			
桑椹乳酪蛋糕---6吋	500g			

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
草莓乳酪蛋糕 (瑪諾蘭迦)	500g			
糙米輕乳酪蛋糕(條糕) (看天田)	170g	看天田	過年前因預購取貨·需要較多冷凍空間·12/5起暫不供應冷凍蛋糕	12/4(一)最後一次到站
黑豆桂圓布朗尼(條糕) (看天田)	250g			
黑豆蛋糕(條糕) (看天田)	200g			
糙米輕乳酪蛋糕	350g			
黑豆桂圓布朗尼	400g			
黑豆蛋糕	400g			

◆ 推廣活動:【2024 年貨預購】

家的味道
準備一桌共好的年菜
幸福滋味

☆ 年貨預購 11/20○~12/16⊕
☆ 年貨取貨 2024/1/16○~2/5○
※除夕: 2024/2/09(五)

2024 年貨預購開始囉!! 團圓的季節我們呈上 成分是天然、飽含友善土地心意的精選料理

※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	
團圓年菜	呈康	鯧魚米粉鍋	2,700g(固形物 800g)	999 元	
	雞大王	甘蔗雞	1,200g	679 元	
	漢典		花膠瑤柱雞湯	2,250g(固形物 950g)	999 元
			佛跳牆	2,200g (固形物 1,000g)	959 元
			素佛跳牆(全素)	2,260g (固形物 960g)	639 元
			吉祥如意素羹湯(全素)	1,300g (固形物 560g)	339 元
	親憶食堂		花雕醉蝦 (每位社員限利用 1 包)	600g(固形物 300g)約 15~20 隻蝦	569 元
			芋香金沙獅子頭	1,000g(獅子頭 650g)	499 元
			蘭陽海鮮西魯肉羹湯	1,100g(固形物 700g)	499 元
			紅麴滷豬腳	1,000g(固形物 700g)	569 元
	鴨迷		鴨香寶米糕	860g	389 元
			春風十里	150g	150 元
			芋泥貢鴨	520g	490 元
	龍彧	去骨醉雞腿	200g(固形物 140g)	275 元	
	鮮湧	海陸歡慶團圓功夫菜(獨立成單)	5 菜/組	2,988 元	
	喜生	櫻花蝦干貝油飯	800g	429 元	
123 水餃	團圓雙鮮餃 (每位社員限利用 1 包)	408g(12 顆)	329 元		
鮮湧	海陸歡慶團圓功夫菜	5 菜/組	2,988 元		

類型	生產者	品項	規格	預購價
巧味零嘴	原芳	本土綜合蔬菜菇脆片(全素)	150g	170 元
		本土綜合水果脆片(全素)	150g	170 元
	樸實	果香金鑽鳳梨酥糖(全素)	100g	200 元
		客家香桔糕(全素)	175g	300 元
	嗎哪	夏威夷豆牛奶糖(奶素)	150g	350 元
	台灣原味	芋兒娃娃酥(全素)	150g	230 元
	寬達	夏威夷綜合莓果乾組(全素)	夏威夷豆 180g 、綜合莓果 230g	650 元
	馥樂	蔓越莓雪 Q 餅(奶素)	120g	190 元
		手工牛舌餅組(奶素)	6 片/包*2 包/盒	280 元
舞茶	本土爆米花組(蛋素)	50g*2 包	150 元	
步步高升	豪紳	相思八寶飯(全素)	500g	275 元
	祥太	紅豆年糕(全素)	600g	269 元
		懷舊黑糖年糕(全素)	600g	215 元
	餐御宴	御宴紅豆鬆糕(全素)	380g	150 元
		鹹香素年糕(全素)	400g	165 元
	古早味紅糖發粿 2 入組(全素)	350g · 共 2 顆	110 元	
傳家良醬	明德	香辣醬料組合	3 罐/組	545 元
	主惠	低溫初榨花生油	570ml	470 元
	馥聚	冷壓酪梨油	500ml	980 元
精選好物	黃芬香	龍膽石斑	頭骨 1 包、下巴 1 包、魚片 2~4 包 (約 1,650 公克)	1,590 元
		藍瓜石斑	400g	599 元
	智立	日本乾干貝(規格 SA)	150g	720 元
	邱家兄弟	生態鱸魚精(5 入/常溫)	60ml*5	799 元
	集昌	富貴參肚組	海參 20g+花膠 200g	1,888 元
	游原智	抱卵母香魚	600g(約 2~6 尾)	420 元
	龍彧	善糧滴雞精(10 入/常溫)	60ml*10	1,450 元
	誠翊星鮮	安格斯黑牛紐約客牛排	300g	380 元
		安格斯黑牛紐約客火鍋肉片	300g	390 元
	春發成	平埔黑豬梅花火鍋肉片	200g	235 元
		平埔黑豬五花火鍋肉片	200g	230 元
	嘉農酒莊	果釀惠蜜蘋果醋組	500ml*2 (原味、加糖各一)	540 元
	宜穀	純米釀	500ml	650 元
		冰雪清酒	500ml	850 元
	東邦	臺灣紅茶組合	紅玉紅茶 75g、紅韻紅茶 75g	700 元
	東南國際	水果氣泡酒組(※限站所利用)	330ml*6 瓶/組 (鳳梨、草莓、花蓮小米-蜂蜜各 2 瓶)	690 元
	享嘉	好事成雙沖調組	花旗參山藥杏仁茶 250g+活力南瓜籽粉 280g	800 元
	萬生有機	阿里山素燕窩 6 入禮盒	230g*6 入	590 元
	馥聚	亞美尼亞天然果汁組	250ml*8 入	670 元
提盒	手提紙袋(小)		21.9*27.9*9.2cm	15 元
	手提紙袋(中)		32.7*26*11cm	20 元
	好事成雙沖調組空禮盒(含提袋)		組	175 元
	水果氣泡酒組紙盒		可放 6 瓶	45 元
	二入提盒		33cm	5 元

※專刊勘誤：

- (1)芋香金沙獅子頭，規格為 1,000g，內容獅子頭為 650g，專刊誤植 800g。
- (2)鯧魚米粉鍋，內容物米粉為指定原料永盛純米米粉，未放上指定原料*。

(3)本土爆米花組，因使用鹹蛋黃為原料，所以素食標示應為蛋素，專刊誤植奶素。

(4)蘭陽海鮮西魯肉羹湯因成分雞蛋為指定原料北一畜牧場，專刊中未放上指定原料*。

以上說明，造成社員不便請見諒。

※星虹海因生產者內部調整，更名為誠翊星鮮貿易商行。

※為體恤第一線站物及物流夥伴，避免過度集中導致人員體力不堪負荷，且紓解分散倉庫儲放量，推出早取優惠活動，詳細活動內容請看官網及預購專刊。(功夫年菜組、班個配社員因屬物流配送到府，無法參與本活動，請社員見諒)

※預購滿額享：單筆預購滿 4,500 元(折扣後金額)即可享有「十三香椒麻腰果(葷)」270g/罐(同筆訂單可累送)，功夫年菜組不可參與早鳥取貨及滿額享活動。

※功夫年菜組為直接配送到家免運費的優惠組合品項，因此不可參與滿額及早鳥活動，造成不便請見諒。

禁止酒駕  飲酒過量 有害健康

◆ 推廣活動:【跨年感恩聚】



推廣時間：11/27(一)-12/23(六)

有良食相伴 日子，好一整年

跨年感恩聚

主題	品名	規格	原價	推廣價
吃的滿足 犒賞跨年聚	日本生干貝-3S	1000g	1,470	1,397
	平埔黑豬戰斧豬排	300g	430	430
	野生紅鮭輪切(御鑫)	600g	665	599
	羊肩排(紐西蘭)	300g	395	336
	黑羽土雞腿(去骨)	250g	250	225
	白肉雞去骨雞腿(御正)	380g	250	235
	善糧文昌雞腿剝塊	800g	580	550
	岩生雪巖-半雞(大)	1000g	540	540
	帶皮五花肉條(中央畜牧場)	600g	305	290
圍的澎湃 好鍋暖心頭	薑母鴨	1000g	290	290
	燒酒雞	1000g	300	300
	藥膳薑菇鍋	1200g	270	270
	酸菜白肉鍋底	1200g	290	290

主題	品名	規格	原價	推廣價
	燕鮭輪切	300g	220	176
	無添加貢丸	300g	170	150
	虱目魚丸(無添加磷酸鹽)	500g	145	138
	花枝蝦丸 NEW	200g	235	235
	花枝漿 NEW	200g	170	170
	有機蜆-楊宜樺	600g	200	180
	優質牛肉火鍋片(2件優惠)	300g*2	520	416
	梅花捲肉片(中央畜牧場)	300g	190	180
	培根(五花肉片)(中央畜牧場)	300g	170	162
	搭的對味 豐饒愛土地	紅花大果苦茶油	500ml	905
紫蘇籽油(金椿)		300ml	650	585
沙茶醬 NEW		210g	140	140
公平貿易黑胡椒粒(馥聚)		50g/瓶	255	242
奧納芮有機番茄醬(臺灣可果美)		270ml	120	108
絞肉(中央畜牧場)		300g	110	105
義大利螺旋麵(2件優惠)		500g*2	270	238
義大利麵條(2件優惠)		500g*2	270	238
有機純米麵條(銀川)		280g/袋	99	89
有機純米麵條-糙米(銀川)		280g/袋	99	89
長秈白米(銀川)		3kg	359	325
長秈糙米(銀川)		3kg	359	325
玉米豬肉水餃		50粒/包	290	270
優質鷹嘴豆		500g/包	115	105
過的圓滿 甜甜迎新年	楓糖胡桃	150g/包	200	190
	蕎麥黑米海苔脆片(維聖發)	100g/包	130	115
	花生湯圓	220g/盒	125	113
	芝麻湯圓	220g/盒	85	77
	小湯圓	300g	72	72
	本土花生仁	300g	160	145
	本格梅酒 NEW	600ml	385	360
	果釀梅醋 NEW	500ml	285	260
	花旗參銀杏茶	250g/罐	500	500

※優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣 ※產品數量，依各站所現場數量為主
 ※有機蜆為天然產物，可能有極少量吐沙不完全，但不影響風味，請社員見諒。

好東西要與最愛的你共享

推廣時間：11/27(一)-12/30(六)

品名	規格	原價	推廣價
原味麵條(麵本家)(2件優惠)	450g/包*2	110	100
原味細麵(麵本家)(2件優惠)	450g/包*2	110	100
原味寬麵(麵本家)(2件優惠)	450g/包*2	110	100
國產黑豆拌醬(椒麻)(民生)(2件優惠)	130g/罐*2	160	128
國產黑豆拌醬(原味)(民生)(2件優惠)	130g/罐*2	160	128

品名	規格	原價	推廣價
台灣米漢堡(打拋雞 3 入) (2 件優惠)	480g/3 入*2	350	308
台灣米漢堡(素沙茶鮮菇 3 入) (2 件優惠)	480g/3 入*2	310	273
有機濃豆漿(無加糖)(茶月) (2 件優惠)	940ml/瓶*2	160	150
有機濃豆漿(有糖)(茶月) (2 件優惠)	940ml/瓶*2	160	150
花生醇豆奶(6 件優惠)	330ml/瓶*6	162	145
奧納芮有機蘋果汁(6 件優惠)	295ml/瓶*6	330	288
奧納芮有機番茄汁(台灣可果美) (6 件優惠)	295ml/瓶*6	330	288
100%胡蘿蔔綜合蔬果汁(6 件優惠)	195cc*6	300	270
四季益生飲(微糖) (3 件優惠)	440ml/瓶*3	96	85
四季益生飲(無糖) (3 件優惠)	440ml/瓶*3	96	85

※優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣 ※產品數量，依各站所現場數量為主

◆ 推廣活動:【食在好補冬】



食在好補冬

推廣時間：12/4(一) - 12/30(六)

食材好好配 簡單好好補

用一碗湯的時間 照顧自己和家人

主題	品名	規格	原價	組合優惠價
添添元氣	花旗參調理包組(原價 530 元)	36g/3 入/盒	1,008	920
	善糧白肉雞雞腿剝塊(原價 288 元)	500g		
	冷壓芝麻油(原價 190 元)	220ml		
驅驅寒氣	加味十全大補燉料(原價 157 元)	90g	537	500
	小排丁(花肉社)(原價 295 元)	500g		
	綠主張料理用米酒(原價 85 元)	600ml		
補補血氣	八珍燉料(原價 153 元)	130g	493	465
	白肉雞雞柳條(御正)(原價 120 元)	280g		
	綠主張 38 度米酒(原價 220 元)	600ml		

【注意事項】

1.優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣。

- 2.產品數量，依各站所現場數量為主。
- 3.因系統限制，本優惠僅限站所。
- 4.須利用組合中三種品項各一，才享有組合價，單品利用無優惠。

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：

- 資深總務專員、數位社群編輯專員、資深網站工程師、有機農場驗證稽核員
(工作地點：三重總社)
- 乾貨理貨人員、驗收理貨人員、蔬果理貨人員(工作地點：北倉)
- 儲備站長(工作地點：大台北地區、北南分社)
- 月薪站務(工作地點：北北分社、大直站、雙和站、木柵站、新店站)
- 短時數時薪站務(工作地點：永康站)

職缺說明請至 104 人力銀行查詢 <https://goo.gl/jkjnnX>，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。



合作社徵才網址