

## 目錄

📢 社內公告.....	2
📢【新農友介紹】林福源 .....	5
📢 產品說明&季節性預防提醒 .....	6
📢 產品資訊.....	6
👛 人資招募.....	21

社內公告

【行憲紀念日及元旦服務時間異動公告】

社員們好！

國定假日行憲紀念日及元旦，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

	2025/12/25	2025/12/31 盤點日	2026/01/01
站所	服務至 18:00	服務至 18:00	服務至 18:00
線上訂購	正常服務		
社員服務 (電話客服)	暫停服務	服務至 17:00	暫停服務
※行憲紀念日、元旦三重站暫停服務			

二、線上訂購個人宅配

- 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)。
- 連假期間到貨日如下：

※北區(雙北、桃園、基隆、宜花):

冷藏常溫最快到貨日=出貨日+1 天、冷凍到貨日=出貨日。

※中南區(竹苗、中彰投、雲嘉南、高屏、台東、離島):

全溫層最快到貨日=出貨日+1 天

※「行憲紀念日」出貨時間表:

下單時間 9:00 後	12/22(一)	12/23(二)	12/24(三)	12/25(四)	12/26(五)~12/28(日)
出貨日	12/25(四)	12/26(五)	12/29(一)	12/30(二)	12/31(三)

※「元旦」出貨時間表:

下單時間 9:00 後	12/29(一)	12/30(二)	12/31(三)	01/01(四)	01/02(五)~01/07(日)
出貨日	01/01(四)	01/02(五)	01/05(一)	01/06(二)	01/07(三)

### 三、【當日配】配送時間調整

2025/12/25(四)配送時間為 14:30~16:30，暫停晚間時段配送。

2026/01/01(四)配送時間為 14:30~16:30，暫停晚間時段配送。

### 四、宅急便配送注意事項

連續假期宅配正常配送，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：

- 線上訂購：官網社員專區訂單明細點選託運單號，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）。
- 班配訂單：請來信 [gncooptp@hucc-coop.tw](mailto:gncooptp@hucc-coop.tw) 查詢。

### 五、班配服務

12/24(三)16:30 前完成下單，將於 12/30(二)、12/31(三)到貨。

12/31(三)16:30 前完成下單，將於 1/6(二)、1/7(三)到貨。

超過下單時間來單將延遲配送，以訂單組信件回覆到貨日為主。

- 下單 Email：[gncooptp@hucc-coop.tw](mailto:gncooptp@hucc-coop.tw)
- 下單傳真：02-29958838
- 連絡電話：02-29996122 #737、739

### 【2026/1/1 起班配、個人宅配與當日配的免運門檻及未達門檻加收運費金額調整】

親愛的社員您好：

為了讓配送服務能持續順暢、穩定地陪伴大家，合作社因應配送人力與運輸費用的變化，將自 2026 年 1 月 1 日起調整班配、個人宅配與當日配的免運門檻及未達門檻運費。我們期待社員能與合作社一起面對這些必要的調整，持續支持合作社的長久運作。以下整理調整說明，提供您快速了解：

#### 一、班配：

- 北區：常溫/冷藏品 2,000 元、冷凍品 2,000 元，未達配送門檻無法成單。
- 中南區：自車配送(全溫層) 2,500 元；黑貓配送常溫/冷藏品 2,000 元、冷凍品 2,000 元，未達配送門檻無法成單。

- 離島：常溫/冷藏品 3,000 元、冷凍品 3,000 元，未達配送門檻無法成單。
- 預購品：訂單門檻同上。

## 二、個人宅配：

- 常溫/冷藏品：滿 1,299 元免運，未達門檻本島運費 200 元、離島運費 300 元。
- 冷凍品：滿 1,799 元免運，未達門檻本島運費 230 元、離島運費 400 元。
- 預購品：訂單門檻同上述溫層。

## 三、當日配：

- 單筆訂單滿 1,499 元免運，未達門檻加收運費 130 元。

感謝社員一直以來的信任與陪伴。

每一次的調整，都是為了讓合作社能穩健前行，持續提供安全、安心的商品與服務。未來我們也會不斷努力，提升配送品質，讓大家更方便地取得生活所需。

## 【活動公告-配送利用鍋物滿額贈試吃包】

堅持減去不必要的添加，冬季給家人的每一鍋，每碗都像親手熬的一樣安心。

活動時間：11/24(一)~12/21(日)下單

(以訂單日期為主)

贈品內容：(兩款隨機贈送)

**試吃包 A**：活力 B 群蔬果粉包+薑母茶

**試吃包 B**：青茶+燕麥蔬菜香菇粥

活動方式：

只要於活動期間下單(含當日配、線上下單、班配)

每筆訂單超過 2,000 元，且訂單包含下列鍋物，

活動結束後郵寄贈品至原配送地址，

數量有限，贈完為止，

社員暖暖吃鍋就趁現在。

主婦聯盟合作社

想煮好料又怕失敗

# 鍋物滿額贈試吃

活動期間11/24(一)~12/21(日)下單，  
當日配、個人宅配與班配每人每筆訂單超過2,000元  
且有訂任選以下鍋物，活動結束即郵寄贈試吃包，  
數量有限，暖暖吃鍋！

讓你輕鬆煮

個人湯-台式四神湯  
個人湯-南洋肉骨茶  
個人湯-老菜脯枸杞雞湯  
個人湯-鳳梨豆醬雞湯  
努比亞山羊藥膳羊肉爐  
冬季鍋物-日式豆乳雞鍋底  
冬季鍋物-石狩味噌魚鍋底  
酸菜白肉鍋底  
薑母鴨  
胡椒豬肚雞湯  
藥膳薑菇鍋

累了嗎？  
幫你打起精神！  
試吃包兩組隨機寄送。

累翻了讓你懶得煮

鍋物推薦明細：

努比亞山羊藥膳羊肉爐：藥膳湯頭襯托羊肉清甜

冬季鍋物-日式豆乳雞鍋底：豆漿和味噌熬製湯底搭配蔬菜多層次鮮甜

冬季鍋物-石狩味噌魚鍋底：鮭魚蔬菜熬煮味噌湯頭暖心推薦

個人湯-台式四神湯：溫補藥膳四季皆適合

個人湯-南洋肉骨茶：濃郁又清爽的南洋風味湯頭不能錯過

個人湯-老菜脯枸杞雞湯：珍貴老菜脯的醇香湯頭

個人湯-鳳梨豆醬雞湯：鳳梨豆醬熬煮開胃清爽不膩口

酸菜白肉鍋底：湯頭微酸帶蔬菜清甜

胡椒豬肚雞湯：濃醇白湯加上黑胡椒辛辣開胃

藥膳蕈菇鍋：素食社員首選入口菇香濃喉韻甘甜

薑母鴨：麻油香薑母辛香氣濃郁

不同風味鍋鍋好吃，等著社員帶回家！

## 🔊【新農友介紹】林福源

水林的好味道，從一位古意農夫開始——林福源的【台農 57 號地瓜】

用土地與真心種出的台農 57 號黃肉地瓜

與林福源大哥的合作，是透過配合農友的朋友輾轉介紹而開始的。第一次接觸，就能感受到他是個古意、實在、做事認真的人。會與他建立穩定配合，是因為 12-2 月是合作社地瓜最短缺的季節，而雲林水林又是台灣最重要的地瓜產區，是冬季供應中不可或缺的支柱。

雖然去年度因颱風影響而無法供應，但林大哥沒有因此氣餒。今年還在開始種植前，就主動聯繫合作社了解社員需求，希望能提前準備、更加配合，這份主動與用心令人非常感動。

從營造業退休，走向友善耕作

林大哥原本從事營造業，退休後返鄉接手家族田地。初期以慣行方式種植稻米與花生約四年，後來因參加慈心課程，逐漸認同友善耕作理念，決定全面改為無農藥、無化肥。他在田區一側放置簡易水箱作為青蛙棲地，讓生態逐漸恢復，後續也申請了綠保驗證（陸域棲地），以行動落實生態共存與永續耕作的精神。





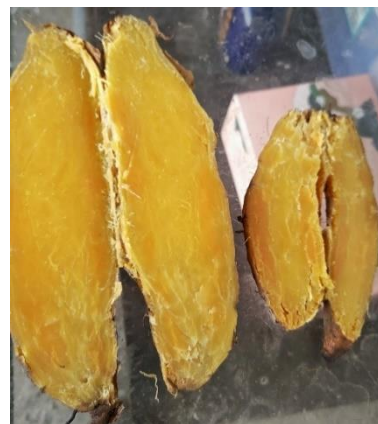
## 📢 產品說明&季節性預防提醒

### ➤ 【每週一菜】台農 57 號黃肉地瓜 × 真誠的合作默契

林福源大哥主要供應的作物是**台農 57 號黃肉地瓜**，水林鄉獨特的砂質土壤，使這款地瓜香甜、綿密、烤起來特別鬆軟，年年都是社員最期待的品項。

今年專員下鄉拜訪時，他還熱情地烤了剛出爐的地瓜請我們品嚐——香甜濃郁的滋味，一吃就知道「這就是水林的 57 號」！

這份真誠的待客之道，也反映在他與合作社的配合態度上：貼心、主動、願意一起解決問題，讓冬季地瓜的供應更加穩定可靠。



## 大地瑰寶・好食瓜瓜樂

### 主婦聯盟合作社・地瓜品種與口感全圖鑑

從綿密鬆軟到濕潤香甜，從國民地瓜到日本品種。  
每一口大地的恩惠，都來自農友辛勤的雙手。今天，你想吃哪一種甜？

**黃金時刻 | 黃肉地瓜 (甜香鬆軟)**

黃皮/黃肉



**台農 57 號 國民地瓜 人氣 No.1**

特色：金黃肉質，口感鬆軟綿密，烤過後蜜汁滿溢。

農友：翁錦煌、林福源、謝永芳、張王善

**紅潤活力 | 紅肉地瓜 (濕潤高甜)**

紅皮/紅肉



**台農 66 號 β-胡蘿蔔素 口感濕潤**

特色：水分多、口感細緻不噁喉，帶有濃郁甜味。

農友：陳忠慶、謝永芳、王文傑

**紫爆養生 | 紫芋地瓜 (花青素后)**

紫皮/紫肉



**台農 73 號 芋頭香氣 抗氧化**

特色：內外皆紫，富含花青素。擁有獨特的芋頭與山藥香氣，口感較紮實。

農友：行健農場、翁錦煌

**東洋風味 | 栗香與金時 (細緻綿密)**

紫皮/黃橘肉      紫皮/黃白肉



**栗子地瓜 皮薄肉細 栗子香**

特色：日本品種或混種。肉色橙黃，纖維極細，口感如栗子般鬆軟，入口柔和。

農友：王文傑、沈世偉、謝永芳、葉筱梅

**金時地瓜 鳴門金時 貴族口感**

特色：純正日本系統。肉色淺黃至金黃，口感偏乾綿密，甜度高且香氣濃郁。

農友：王文傑

**黃皮/黃肉**



**台農 64 號 風味平衡 竹山地瓜代表**

特色：介於 57 與 66 之間，肉質帶點粉黃橘，甜度與香氣適中。

農友：簡德源

**紅皮/紅肉**



**台農 70 號 深橙香甜 耐旱主力**

特色：紅褐色外皮，肉色深橘紅。丘陵地的驕傲，適合蒸烤，甜度明顯。

農友：翁錦煌

**特殊調味 | 菱角地瓜 (耐煮清香)**

紫皮/白肉



**菱角地瓜 牛奶香 煮湯首選**

特色：紫皮白肉(帶淡紫)，淡淡菱角與奶香。口感乾鬆，久煮不易散，適合煮湯、火鍋。

農友：葉筱梅、翁錦煌

**口感分佈象限圖 (Info-graphic Element)**

特別註記：口感會隨季節與儲存時間略有變化。

支持本土農業，品嚐當季真滋味。      ☑ 適合蒸煮：全品項    🔥 適合烘烤：台農57號、台農70號、金時地瓜、栗子地瓜    🍲 適合煮湯：菱角地瓜、台農73號    製圖者：最菜專員

## 📢 產品資訊

### ◆ 新品上市：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
澎湖海鱷丁塊	500g	陳瓊珠	180	12/15	來自澎湖純淨海域箱網養殖，全程無藥飼養，健康長大，成就自然好味道。 (首批北區、南區限量供應)
澎湖黃金鯧	350g		269	12/22	黃金鯧俗稱紅衫，澎湖全海水人工養殖，優良水產品，來自純淨無污染的澎湖，海中箱

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
澎湖黃金鯧	550g	陳瓊珠	388	12/22	網養殖。(550g 為年節產品)
澎湖野生秋姑魚	300g		310		澎湖野生秋姑魚又稱秋哥魚，來自澎湖沿海野生海捕紅秋姑，全身通紅肉質細緻又紮實的口感、肉多刺少，非常受人喜愛。 (年節產品-限量供應)
台灣善糧黃金土雞-去骨雞腿	280g	柏香肉品	270		台灣獨家，飼料配方 95%以上使用國產非基因改造硬質玉米、國產米、國產米糠等原料製成，提升本土農糧自給率。飼養全程無施打抗生素、生長激素，13 週以上足齡飼養黃金土雞，肉質緊實 Q 彈，肉香濃郁。 (全區限量供應；去骨腿肉丁-首批北北、北南限量供應)
台灣善糧黃金土雞-去骨腿肉丁	300g		280		
台灣善糧黃金土雞-去皮雞胸	280g		199		
台灣善糧黃金土雞-二節翅	200g		99		
台灣善糧黃金土雞-翅小腿	300g		99		
本土蜜地瓜麵包	130g/顆	瑪諾蘭迦	49		手工慢熬蜜地瓜，以黑糖增香，甘香不甜膩（瑪諾蘭迦烘焙品皆含喜願行本土全麥粉，行動支持本土農糧）(中、南區每週供應)
本土香芋麵包					使用指定芋頭手工作餡，純粹芋香吃得到顆粒口感（瑪諾蘭迦烘焙品皆含喜願行本土全麥粉，行動支持本土農糧）(中、南區每週供應)
羅勒起司麵包	250g/顆		65		義式羅勒及本土九層塔，加以濃郁乳酪，口感鹹香絲滑（瑪諾蘭迦烘焙品皆含喜願行本土全麥粉，行動支持本土農糧）(中、南區每週供應)
巧豆麵包			70		醇香巧克力，加上可可豆，每口都有苦甜口感（瑪諾蘭迦烘焙品皆含喜願行本土全麥粉，行動支持本土農糧）(中、南區每週供應)
蔓越莓核桃麵包	300g/顆		85		台日口感麵糰，以歐式核桃及蔓越莓入餡（瑪諾蘭迦烘焙品皆含喜願行本土全麥粉，行動支持本土農糧）(中、南區每週供應)
好事成雙紅龜粿 紅豆/花生 (各 3 入)	480g/6 入	米棋	270		(1)使用合作社指定-銀川糯米、福來伯紅豆、自磨花生；自製的餡料減糖減油，每顆 80g 食用無負擔。 (2)外皮以天然發酵的紅麴粉揉入染色，軟糯 Q 彈口感，特製小烏龜壓模，小巧可愛。 (3)支持本土農糧，成分單純無添加，適合作為節慶祭祀供品，也是老少咸宜的懷舊點心。 (限量供應)
奶油酥餅	560g (70g*8 入/盒)	好味兒	370		採用自有麥芽餡料滿鋪，內餡搭配不易掉屑外酥皮，古早味中創新意，奶油酥餅無添加防腐劑、香料、色素，讓社員在無添加中也可以吃到美味。 (節慶限量)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
有機黑芝麻 多穀脆片	300g /包	正原 有機	200	12/22	生產者正原，使用指定原料大燕麥片、蕎麥、黃豆及多種豆類、麥類調製而成，全穀直接膨發軋片，保留膳食纖維，同時攝取稻穀、豆類、麥類三大穀類營養素。

◆ 水果供應/預定:

品名	合作農友	產地	自主 管理 等級	單果規格	包裝規格	供應狀況
惠蜜蘋果	林浴沂	台中梨山	安全級	4.4-5.2 兩/顆	10-13 顆/盒	預定中
				-	-	上架供應
	劉春長	南投大禹嶺		主要：7.5 兩以上/顆 補足重：5.5-7.5 兩/顆	5-8 顆/盒	預定中
				主要：5.5-7.5 兩/顆 補足重：4-5.5 兩/顆	8-11 顆/盒	
富士蘋果	張源益	台中武陵	安全級	-	-	上架供應
新興梨	孫昌楸	台中東勢	農好級	-	-	
寶島甘露梨	林士傑	台中梨山	安全級	-	-	
雪梨	林士傑	台中梨山	安全級	44 兩以上/顆	2 顆/盒	預定中
				38-44 兩/顆		
				32-38 兩/顆		
				29-32 兩/顆	5 顆/盒	
				26-29 兩/顆		
				23-26 兩/顆		
				21-23 兩/顆	6 顆/盒	
				19-21 兩/顆		



品名	合作農友	產地	自主 管理 等級	單果規格	包裝規格	供應狀況	
雪梨	林士傑	台中梨山	安全級	17-19 兩/顆	6 顆/盒	預定中	
				15-17 兩/顆	8 顆/盒		
				13-15 兩/顆			
	許漢忠			-	-	上架供應	
				-	-		
富有甜柿	林瓊珠	南投仁愛	環保級	9.5-10.5 兩/顆	8 顆/盒	預定中	
				8.5-9.5 兩/顆	10 顆/盒		
	林浴沂	台中松茂	安全級	9-10 兩/顆	8 顆/盒		
				10-11 兩/顆			
				8-9 兩/顆	9 顆/盒		
				7-8 兩/顆	10 顆/盒		
				6-7 兩/顆	12 顆/盒		
				5-6 兩/顆	15 顆/盒		
				-	-		上架供應
				-	-		
綠肉奇異果	廖文扶	台中梨山	農好級	-	1 斤/盒	上架供應	
楊桃	陳雪蓮	苗栗卓蘭	安全級	-	-		
巨峰葡萄	古凱瑋	台中新社 白冷圳	安全級	-	2.5kg/盒		
					500g/盒		
	賴國鎮	彰化大村		-	500g/盒		

品名	合作農友	產地	自主管理等級	單果規格	包裝規格	供應狀況
椪柑	謝朝義	台中大坑	安全級	25A	10 斤/箱	預定中
				27A		
				30A	5 斤/盒	
	朱昌輝	南投中寮	環保級	-	-	上架供應
				-	-	
砂糖橘	邱登憶	苗栗苑裡	安全級	-	5 斤/盒	預定中
柳丁	朱昌輝	南投中寮	環保級	17A 以上	10 斤/箱	
				-	-	上架供應
帝王柑	邱登憶	苗栗苑裡	安全級	21A 以上	5 斤/盒	預定中
紅寶石葡萄柚	詹東榮	雲林斗六	安全級	-	-	上架供應
*詳情請至各站所洽詢與訂購。 *級別(依實際檢驗為主)、價格、供應量，本社保有最終異動權。						

◆ 恢復供應：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
日本生干貝	200g	御鑫	350	12/8	指定北海道海域生產的生干貝，風味特別鮮美。不經發藥處理，進口後不包冰、不解凍再製。(限量供應)
台灣薄鹽鯖魚	300g	明堯	95	12/15	選用從台灣東部海岸捕獲之「台灣花腹鯖」製作，肉質緊實、營養價值高。添加薄鹽讓鯖魚更加入味。
濃縮桂圓薑湯(重薑口味)	650g	溪底遙	450		生產者溪底遙，使用來自南投中寮的無農藥龍眼、薑、黑糖以及未漂白冰糖熬煮，無添加人工防腐劑。(限量供應)
鹽炒腰果	150g	寶綠	165		無人工添加物，原料單純，腰果以食鹽手工翻炒製作，再經過多次手工過篩去除鹽粒；腰果香脆中帶有淡淡的鹹味，不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。季節性供應。(冬季限量)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
核桃果子	150g	寶綠	155	12/15	無人工添加物，原料單純，以核桃、不漂白麥芽糖與冰糖手工製作，口感清脆中帶有微甜的核桃香；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。 <b>(冬季限量)</b>
杏仁酥	200g		180		以低溫慢火焙炒堅果，使杏仁片的氣味飄香，再混合不漂白原色冰糖及麥芽糖，製成美味的堅果酥糖；純手工製作，原料單純，低糖配方，口感酥脆不黏牙；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。 <b>(冬季限量)</b>
南瓜子酥			185		以低溫慢火焙炒堅果，使南瓜子的氣味飄香，再混合不漂白原色冰糖及麥芽糖，製成美味的堅果酥糖；純手工製作，原料單純，低糖配方，口感酥脆不黏牙；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。 <b>(冬季限量)</b>
芝麻酥	250g		175		生產者為寶綠食品。以低溫慢火焙炒堅果，使黑芝麻的氣味飄香，再混合不漂白原色冰糖及麥芽糖，製成美味的堅果酥糖；純手工製作，原料單純，低糖配方，口感酥脆不黏牙；不添加防腐劑、人工甘味劑，風味口感佳。 <b>(冬季限量)</b>
法式水果軟糖-香檬口味	130g	豆之家	90	12/22	使用指定原料-香檬原汁，具獨特芳香風味，無添加香精、防腐劑及人工色素，且使用果膠，素食者可食用。軟糖改為長方形(介在小熊軟糖與可樂軟糖之間)，可以避免小朋友吃太急，降低吞嚥的風險。 <b>(冬季限量)</b>
法式水果軟糖-草莓口味	85g				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。 <b>(冬季限量)</b>
古早味花生糖	300g	福瑄	145		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。 <b>(冬季限量)</b>
胡椒菜圍餅(提)	200g (25g/包*8包)	鴻福	56		原料單純，不含人工香料，懷念的菜脯風味，鹹香的古早味。 <b>(冬季限量)</b>
岩燒海苔餅(提)	200g (25g/包*8包)				原料單純，不含人工香料，自然的海苔風味，鹹甜古早好滋味。 <b>(冬季限量)</b>
台灣玉米好棒棒	140g (35g*4 小包)	上下游	125		使用完整全粒的本土無基改玉米，搭配友善環境種植的糙米，再加上一點點糖與棕櫚油，呈現最完整的玉米穀物香甜風味。 <b>(冬季限量)</b>

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
檸檬咬一口 天然糙米餅乾	130g	看天田	205	12/22	不使用麵粉，使用看天田農場友善環境種植的糙米，製作成無麩質餅乾，善用蛋白、檸檬皮等原料，無泡打粉等添加物。 <b>(冬季限量)</b>
台灣山茶花 籽油 (苦茶油)	300ml/瓶	金椿	原價 1,850  優惠價 1,600		以當季本土小果苦茶籽為原料，初榨苦茶油富含葉綠素、多酚等營養價值，單元不飽和脂肪酸含量甚至高於橄欖油(可達 80%以上)，口感滑順。過程採低溫壓榨、自然沉澱的方式過濾，留住完整營養及果香，可直接生飲、拌麵，顧健康也顧美味。
筍絲蹄膀	1450g/包	漢典	639		合作社指定黑豆醬油、米霖，蹄膀醃製一天後進按摩機使肉質柔軟後，以慢火燜燉後使其入味，入口即化，肥而不膩。 <b>(批量)</b>
南瓜百匯羹湯	1200g/包		389		選用本土南瓜、白菜、菇類、蝦仁、花枝、紅蘿蔔、洋蔥再加入牛奶、奶油增添香氣及滑順口感。 <b>(批量)</b>
剝皮辣椒 蕈菇雞湯	2400g/包	元榆	659		指定使用元榆牧場黑羽土雞與各種乾燥菇與剝皮辣椒熬製出肉質 Q 彈、湯頭溫潤回甘。 <b>(批量)</b>
燉奶汁白酒 小羊膝	820g/包	歐嬤	790		1.異國風情德式年菜、軟嫩奶滑小羊膝。 2.將小羊膝表皮煎至酥脆鎖住水分，加入迷迭香、百里香、蒜頭、白酒一起燉煮，燉至輕輕一撥即可將肉與骨頭分離。將燉煮高湯加上鮮奶油收汁後淋在羊膝上，濃郁醬汁搭配軟嫩羊膝，牙口不好也能輕鬆食用。 原價 760 元/包，調漲為 790 元/包-因原物料成本等調漲，故同步調漲進、售價。 <b>(批量)</b>
手工蘿蔔葉 豬肉水餃	50 粒/包	沛騰	295	12/29	選用合作社指定原料包含後腿肉及豬油、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。 <b>(季節供應)</b>
好愛胡桃綜合 堅果組	360g (24g*15 包)	豆之家	420		以胡桃堅果類為主體的無調味堅果，並添加本土黑豆、南瓜籽增加蛋白質，並用全果蔓越莓果乾調整風味，讓一天所需的健康油脂與微量元素皆攝取；生產者自進口鮮果蔓越莓再進行場內全果粒乾燥，全程掌握果乾製程，令人安心。 <b>(冬季限量)</b>
雜糧沙琪瑪 禮盒	720g/18 入	鴻福	190		用合作社指定原料喜願本土全麥粉製作，麵粉中使用 15%本土全麥粉，不添加人工色素與防腐劑。 <b>(冬季限量)</b>
開心果	200g	寬達	175		選用產地美國的開心果，烘烤過程中僅使用食鹽調味，提升堅果風味，不添加任何添加物，是年節零嘴好物之一。 <b>(冬季限量)</b>
虱目魚香絲	50g	鰻鄉 企業社	90		採用生態養殖的虱目魚背肉加工製作，將多刺的虱目魚背肉加工成別具特色的香絲，方便、安心、好吃之外，也有助於平衡虱目魚各部位利用比例。香絲中 70%的魚漿原料全部使用虱目魚漿，不混其他魚種，虱目魚風味濃郁，可以直接食用，亦可依喜好灑佈在

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					菜餚或湯品中。(冬季限量)

◆ 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
沐浴精	2L	瑪諾蘭迦	1030	927	2024年6/1起	待原料及架上庫存用罄即停止供應。	否
四方鮮乳-乳清優酪乳	936ml	四方	147	117	5/5-2026/1/4	優惠價格推廣，回饋社員。	否
紫蘇梅果凍	130g*12杯	豐喜	240	230	即日起-12/31	回饋大量利用社員，箱購優惠。	否
黃梅吸凍	220g*12杯		384	375			
不漂白再生抽取衛生紙(130抽)	6包/袋	永豐餘	114	103	6/16-12/31	優惠價格推廣，回饋社員。	否
不漂白抽取衛生紙(指送)	48包8袋/箱		905	818			
再生衛生紙便利包	10包/袋		119	106			
再生衛生紙便利包(指送)	60包6袋/箱		710	633			
善糧滴雞精(常溫)	60ml 買10送2	龍戎	1860	1550	9/15至利用完為止	優惠價格推廣，回饋社員。(限量)	否
紫米八寶粽	160g*4入	漢典	299	255	9/22至利用完為止	85折優惠價格推廣，回饋社員。(限量)	否
主婦甘菜香粽	160g*4入		429	365			



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
懷舊古早粽	180g*4入	親憶	379	322	9/22至 利用完為止	85折優惠價格推廣，回饋社員。(限量)	否
酸辣檸檬雞爪凍	480g/包	漢典	190	143	即日起至 利用完為止	75折優惠價格推廣，回饋社員。(限量)	否
台灣鯰魚排	300g	邱經堯	180	150	10/27至 利用完為止	優惠價格推廣，回饋社員。	否
金針菇	200g*2包	隆谷	54/2包	49/2包	11/1-2/28	優惠價格推廣，鼓勵社員利用。	否
豬肉蘿蔔絲餡餅	320g/4入	源冠	240/2包	120/2包	12/1至 利用完為止	買一送一優惠價格推廣，歡迎社員多加利用，供應情況以站所及各分倉數量為主。(限量)	否

◆ 暫停供應：

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
波特貝勒菇(安全優)	150g	萬生	農場近期產線調整，故本季提前結束供應	即日起暫停
草本多穀吐司	10-11片	喜願行	考量春節前後冷凍庫櫃位有限，此品年節前調整供應時間	即日起至 2026/2/21
原味鮮乳冰淇淋	600g	四方	季節性供應	站所庫存用罄即 暫停供應
巧克力鮮乳冰淇淋				
原味鮮乳冰淇淋	64g			
巧克力鮮乳冰淇淋				
日本生干貝-3S	1000g	元家	限量供應，今年導入3S干貝已出貨完畢	
看天田週預定低溫蛋糕全品項	全品項 (共六品)	看天田	考量春節前後冷凍庫櫃位有限，故暫停供應約2個月 (站所於2026/1/6(二)開始恢復下單)	2025/12/26 ~ 2026/2/21
瑪諾蘭迦週預定低溫蛋糕全品項	全品項 (共4品)	瑪諾蘭迦		

◆ 停止供應：

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
鮮檸檬蛋糕球2入裝	150g/2入	勝利廚房	考慮效期與利用狀況不佳，故與生產者協調後2入裝規格將於2025年底停止供應	2025/12/29

◆ 供應狀況：

品名	規格	生產者	停止供應原因	預計恢復供應時間
鄉村全麥吐司	10-11片	喜願行	產品更換條碼與標示，因製作標籤與調整庫存，恢復時間調整為12/22(一)	12/22
德國黑裸麥吐司				
迷你潛艇堡	6入			
韃靼蕎麥餐包				

**神馬龍舞**

預約一桌圍爐時光！

**2026 年貨預購**

年貨預購 11/24(一)~12/20(六)

年貨取貨 2026/1/21(三)~2/10(二)

※ 除夕 2026/2/16(一)

誠食真味 x 減少添加 x 品質安心

推廣活動：【2026年貨預購-神馬龍舞】

預約一桌圍爐時光！

預購時間：11/24(一)~12/20(六)

年貨取貨時間：2026/01/21(三)~2/10(二)

除夕：2026/2/16(一)

※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。

品類	品名	規格	預購價(元)
年菜組	龍馬精神年菜組(四菜一湯)	上海醃篤鮮(2,000g±20g/包) 櫻花蝦荷葉飯(900g±15g/包) 花雕興旺雞(1,000g±15g/包) 京都排骨(500g±15g/包) 泰式炸檸檬魚(440g±10gg/包)	2,999
年菜類	海陸佛跳牆	2,390g/包	999
	花膠瑤柱雞湯	2,250g/包	999
	花旗參糯米雞湯	2,500g/包	579
	酸菜豬腳鍋佐南德麵包球(含 4 顆麵包球)	1,300g/包	759
	萬巒豬腳	600g/包	388
	紅麴滷豬腳	1,000g/包	579
	五路富貴紅燒腿腱骨	500g/包	580
	甘蔗雞	1,200g/包	629
	蘭陽海鮮西魯肉羹湯	1,100g/包	539
	干貝獅子頭	960g/包	669
	芋泥貢鴨	520g/包	499
	藥膳排骨湯	1,000g/包	338
	廣式烤鴨胸、烤去骨鴨腿(生醃)2 件組 (含鴨胸 180g、鴨腿 200g)	380g/包	488
	古早味香脆花枝卷(2 入)	300g/2 入/包	230
	花雕醉蝦	600g/包	579
	去骨醉雞腿	200g/包	275
	團圓雙鮮餃	408g(12 顆)/包	449
	櫻花蝦干貝油飯	800g/包	429
	茶香香椿八寶飯	600g/包	499
	相思八寶飯	500g/盒	275
	椰香紅豆紫米冷月	800g/包	268
	猴頭菇素佛跳牆	2,260g/包	859
糕點類	古早味紅糖發粿(2 入)	350g/2 入/包	115
	鹹香素年糕	400g/包	175
	御宴紅豆鬆糕	380g/包	160

	紅豆年糕	600g/包	269
	懷舊黑糖年糕	600g/包	215
	春風十里	30g x 5 入/包	150
水產肉品	亞麻籽松阪豬肉片	150g/包	199
	台灣安格斯黑牛沙朗牛排	200g/包	520
	亞麻籽黑豬五花火鍋片	200g/包	235
	亞麻籽黑豬梅花火鍋片	200g/包	245
	澳洲安格斯黑牛肋眼牛排	250g/包	358
	澳洲安格斯黑牛肋眼火鍋片	250g/包	358
	澎湖野生紅魷魚排組 (含：魚排 300g、魚骨 500g)	800g/包	410
	草蝦(大)	300g/包	530
	龍膽石斑	1,650g/包(含：頭骨 1 包、下巴 1 包、魚片 2~4 包)	1,590
	日本乾干貝	150g/盒	899
	一口金烏魚子	100g/盒	799
好物類	堅果雙醬組-刺蔥、香椿	220g x 2 瓶	630
	眷村剁椒	150g/瓶	130
	眷村辣渣	145g/瓶	130
	克里特島松露橄欖油	100ml/瓶	330
	贅沢梅酒 ※禁止酒駕 酒後不開車 安全有保障	600ml/瓶	380
	85%魚油軟膠囊	600mg/60 粒/瓶	600
	有機黑蜆精	50ml x 5 入/盒	780
	多福多穀組(2 入)	有機紫麥纖穀奶 430g/罐 有機青汁纖穀奶 430g/罐	500
	老梅春節禮盒	含：茶梅酥 x 4 入、老梅酥 x 4 入、老梅肉 x 隨手包 6 入、老梅釀 x 隨手包 6 入、諾麗老梅釀 x 隨手包入	990
	生態鱸魚精	60ml x 5 入/盒	800
	阿里山素燕窩 6 入禮盒	230g x 6 入/盒	590
	首御有機黑早冬菇	60g/盒	430
	阿里山精品咖啡掛耳包組	10g x 15 包/盒	980
	美國櫻桃紅蒙特羅西酸櫻桃汁	946ml/瓶	400
	番紅花茶包組	1.8g x 20 包/盒	500
	源霧鐵觀音	75g/盒 x 2 入	950
	比亞外柑橘花圈圈	176g/8 入/盒	240



零食類	手工牛舌餅組(柴燒桂圓/鹽之花)	柴燒桂圓 x 6 片/包 鹽之花 x 6 片/包	300
	茶油紫蘇杏仁餅	22g x 10 入/盒	300
	茶油桂圓薑糖	250g/盒	180
	紅藜穀物棒	14g x 12 入/盒	180
	蔥辣十三香花生小魚	200g/罐	250
	芋兒娃娃酥	150g/包	230
	十三香椒麻腰果	230g/包	285
	本土綜合水果脆片	150g/包	160
	本土綜合蔬菜菇菇脆片	150g/包	160
	香酥堅果米果脆	250g/包	240
	果香金鑽鳳梨酥糖	100g/包	215
	本土可可杏仁牛軋糖	200g/包	220
	夏威夷豆牛奶糖	150g/包	360
送禮包材	二入提盒(可放入贅沢梅酒 2 瓶)	33cm	5
	手提紙袋(中)	32.7 x 26 x 11cm	20
	手提紙袋(小)	21.9 x 27.9 x 9.2cm	15
	多福多穀組提盒	31.5 x 18 x 10.5cm	25

禁止酒駕  飲酒過量 有害健康



每碗都像親手熬的一樣安心

推廣時間  
11/17(一) - 12/20(六)止

台日鍋物大賞

減去不必要的添加

## 台日鍋物大賞

減添加、優選本土食材、安心開鍋

推廣時間：11/17(一)-12/20(六)



主題	序	品名	規格	原價	推廣價
秘製安心鍋底	1	冬季鍋物-石狩味噌魚鍋底(漢典)(NEW)	1200g/包	375	375
	2	冬季鍋物-日式豆乳雞鍋底(親憶食堂)(NEW)	1000g/包	295	295
	3	努比亞山羊藥膳羊肉爐(柏香)(NEW)	800g	399	392
	4	酸菜白肉鍋底	1200g/包	299	289
	5	藥膳蕈菇鍋	1200g/包	270	260
	6	薑母鴨	1000g/包	290	290
	7	鮮蔬雞高湯	230g/包	75	70
	8	鱸魚高湯(貢生)	500g	120	110
	9	台灣安格斯黑牛-牛骨高湯	500g	150	135
鍋物百搭好料	10	羊肉火鍋肉片(紐西蘭)	300g	300	255
	11	優質牛肉火鍋片	300g	260	221
	12	五花火鍋片(花肉社)	250g	199	189
	13	白肉雞去骨雞腿切塊(御正)	350g	240	228
	14	白肉雞雞胸切丁(御正)	280g	115	109
	15	鳳梨蜜梅燒雞(元榆)(NEW)	400g	225	225
	16	有機蜆(楊宜樺)	600g	200	180
	17	金目鱸魚排(邱經堯)	200g	185	165
	18	馬舌鰈(扁鱈)-有肚洞	660g	310	300
	19	澎湖海鱺魚排(陳瓊珠)	200g	285	279
	20	冷凍白蝦	300g	240	210
	21	野生秋鮭菲力(御鑫)	250g	250	230
	22	無添加貢丸	300g/包	170	162
	23	三味火鍋料	450g/包	157	149
	24	蝦仁起司火鍋料	300g	175	169

	25	火鍋油豆腐	240g	75	68
	26	寶鼎頂級 100%純綠豆粉絲(中農)	210g/包	145	129
	27	冷凍烏龍麵	800g/4 入	93	88
	28	長秈白米(銀川)	2kg	260	234
	29	糙米(銀川)	2kg	260	234
	30	四季益生飲(無糖)	440ml	32	29
	31	四季益生飲(微糖)	440ml	32	29
	32	桑椹醋(加糖)-即飲式	300ml	55	50
	33	百香果醋(加糖)-即飲式	300ml	55	50
驅寒溫補調料	34	八珍燉料	130g/包	153	136
	35	加味十全大補燉料	90g/包	153	136
	36	優質枸杞	200g/包	330	316
	37	優質紅棗	300g/包	230	216
	38	優質冷壓特級初榨橄欖油	750ml	725	710
	39	米洛波塔莫斯特級初榨橄欖油(綠地)	500ml	420	385
	40	焙煎胡麻脆綠鮮	220ml	87	80
	41	芝麻醬	230g	125	120
	42	鳳梨蜜梅醬(元榆)(NEW)	200g	59	59
冬至團聚湯圓	43	小湯圓	300g/包	82	78
	44	甜酒釀	270g	145	140
	45	即溶仙草	3g*15 包入	240	220

站長推薦好物

1	奧利塔高溫專用葵花油 1000ml(協憶)(NEW)	1000ml	220	205
2	劍蝦仁	150g	235	210
3	澎湖火燒蝦仁	200g	220	210

4	鯖魚排塊	400g	265	235
5	鯖魚腹肉片	180g	162	149
6	茄汁虱目魚	230g	65	59
7	黃梅軟糖(六件優惠)	30g/包*6	150	128

冬季保養 水潤保濕不乾癢				
1	純粹保濕精華液_限定加大版(站所限定活動，任 2 件優惠)	50ml/瓶	890	846
2	奇蹟辣木油_玫瑰橙花限定版(站所限定活動，任 2 件優惠)	30ml/瓶	880	836
3	活萃洗面乳	100ml/支	405	385

※站所限定活動，純粹保濕精華液及奇蹟辣木油任選 2 件優惠。因系統限制，線上下單 EC 及班配同品項 2 件優惠。

※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，利用完為止。

## 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：

- 北倉物流司機(工作地點：北倉-新北市土城區)
- 中倉蔬果組組員、短期蔬果組組員(工作地點：中倉-台中市烏日區)
- 南倉短期蔬果組組員(工作地點：南倉-台南市歸仁區)
- 儲備站長(工作地點：石牌站、大直站、碧湖站、信義站、淡水站、林口站、三鶯站)
- 月薪站務(工作地點：石牌站、信義站、大直站、碧湖站、士林站、東區站、新莊站、三鶯站、東門站、新店站、景美站、木柵站、竹北站、大彰化地區、斗六站)
- 時薪站務(工作地點：士林站、信義站、碧湖站、大直站、東門、斗六站)



合作社徵才網址