

目錄

📢 社內公告.....	2
🍎 當季蔬果.....	4
📢 產品說明&季節性預防提醒.....	14
📢 產品資訊.....	14
💼 人資招募.....	22

社內公告

【五一勞動節服務時間異動公告】

社員們好！

五一勞動節站所、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

	2025/5/01
站所	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
※三重站暫停服務	

二、線上訂購個人宅配

24 小時可訂購，請社員多加利用，連假期間到貨日如下：

● 雙北、基隆、桃園、宜花：

訂購日期 (上午 9:00 後)	4/28(一)	4/29(二)	4/30(三)	5/1(四)	5/2(五)~ 5/4(日)
冷凍預計最快到貨日	5/1(四)	5/2(五)	5/5(一)	5/6(二)	5/7(三)
非冷凍預計最快到貨日	5/2(五)	5/3(六)	5/6(二)	5/7(三)	5/8 (四)

● 竹苗、中彰投、雲嘉南、高屏、台東、離島：

訂購日期 (上午 9:00 後)	4/28(一)	4/29(二)	4/30(三)	5/1(四)	5/2(五)~ 5/4(日)
不分溫層預計最快到貨日	5/2(五)	5/3(六)	5/6(二)	5/7(三)	5/8 (四)

三、【當日配】配送時間調整

5/1(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 查詢。

五、班配服務

4/30(三)16:30 前完成下單，將於 5/5(一)~5/7(三)到貨。超過下單時間來單將延遲配送。

5/5(一)~5/6(二)如需訂購籃菜，請於 4/30(三)12:00 前來單。

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

【母親節預購品】

母親節預購品-澳洲大麥牛肋眼牛排、澳洲大麥牛板腱牛排因合作社內部作業失誤，造成產品於取貨時間後到倉，需延後取貨時間，現正努力確認到倉時間並於取貨前一日以簡訊提醒社員，造成社員不便深感抱歉。

【綠藤母親節加碼抽-得獎名單】

綠藤母親節加碼抽-得獎名單已於官網公告，請社員自行前往查閱，感謝社員踴躍參與，請得獎社員收到簡訊再至站所領取。

<https://www.hucc-coop.tw/lists/announcement/443>



【山茶花可頌組產品狀況說明】

因山茶花可頌組保存期限較短(21 天)，第一週取貨的社員，取貨時保存期限至 5/13(二)，請社員於母親節前趁鮮食用，造成社員困擾深感抱歉。

【供應商異動公告】

原供應合作社小黃瓜、空心菜的「中央農場有限公司」，由於稅務考量，自 5/1 起改以「保證責任田中央蔬果生產合作社」之名義供貨，請社員們安心利用並多多支持！



◆甜嫩爽脆兼得，北半球最早的熱帶水蜜桃——國產甜桃季開始啦!!

甜嫩多汁的水蜜桃，往往引人垂涎欲滴。提起水蜜桃，大家想到的多半是 7-8 月的高山水蜜桃，但其實，早從 4 月開始，國產甜桃，也就是俗稱的熱帶水蜜桃，便已在春夏水果市場上現蹤。**紅鈴甜桃、紅玉桃、五月桃（春蜜、老品種）.....有的甜嫩多汁，有的爽脆 Q 彈，介於溶質與半溶質之間的綿密口感，迷人的香氣，在高山水蜜桃到來之前，搶先登場，擄獲眾多水蜜桃愛好者的心。**

合作社的熱帶水蜜桃季，由台中東勢羅吉森大哥揭開序幕，緊接著青農吳保諒（苗栗卓蘭）、劉盈榛（台中新社）開始供應；之後隨著天氣漸熱，供應產區逐步往高海拔山裡去——台灣原味的馬里光部落、比亞外部落，完全不用農藥化肥的老品種五月桃，守住了生態，皮薄



多汁的風味，也讓許多社員念念不忘；最後登場的，是新竹尖石抬耀部落農友江文平的高山紅玉桃，去年首度供應，也大獲好評。合作社的熱帶甜桃，是友善環境的美好果實，一般市場難尋，在今年春夏缺水果之際，格外難得。歡迎把握產期，盡情享用。



【甜桃供應列表】（僅列出已開始接受預訂或開始供應之農友）

合作農友	產地	級別	產期	供應品項
羅吉森	台中東勢	安全級	4-5 月	紅鈴甜桃/紅玉甜桃

吳保諒	苗栗卓蘭	安全級	4-5 月	紅鈴甜桃/紅玉甜桃
劉盈榛	台中新社	友善級	5 月	紅玉甜桃
台灣味-馬里光部落	新竹尖石	友善級	5 月	春蜜、老品種五月桃
台灣味-比亞外部落	桃園復興	環保級	5-6 月	老品種五月桃
江文平	新竹尖石	環保級	6 月	高山紅玉桃



產地速報

產地傳來好消息，今年荔枝開花狀況良好，玉荷包可望豐產。合作社的玉荷包農友蔣世明致力減藥、養護果樹，產量與品質均優！玉荷包產期只有短短 2 周，為了避免屆時搶購不及，即日起開放預訂，預計 5/20 開始採收供應，屆時將依預訂順序供應出貨，一期一會，請把握機會品嚐這個夏天的微酸甜美！

◆大果高規格，今夏轉瞬即逝的微酸芳甜——高品質玉荷包搶先預訂中！



玉荷包荔枝皮薄籽小肉厚，香氣濃郁，甜美多汁帶微酸，產期雖短，卻總能引起水果市場一陣騷動競逐，就連國外友人來台也指名品嚐，堪稱是初夏最具代表性的台灣水果之一。炎炎夏日，將玉荷包荔枝冰鎮後再享用，沁心甜美，簡直一大樂事！

但也因玉荷包香甜可口多汁，不只人類愛吃，昆蟲也愛吃，且果實外殼薄，容易遭荔枝細蛾的幼蟲啃食，加上產季只有短短 2 週，又屬高價明星水果，為確保產出，農友多採慣行農

法。為了讓社員享用到安心甜美的玉荷包，合作社特別與高雄大樹的蔣世明、許倫肇兩位農友

合作，以專區專作方式栽培，堅持零除草劑、安全用藥；再加上大樹地區為紅土土質，礦物元素豐富，坡地排水佳，所產出的玉荷包果實碩大、甜度高，供應給合作社的都是 **28mm 以上** 外銷等級的大規格果。安心優質玉荷包難尋，產期轉瞬即逝，還請把握機會預訂，以免向隅！



貼心小提醒

1. 由於荔枝果皮富含酵素且活性高，容易氧化褐變，以致表皮發黑，外觀不佳。也因為荔枝富含酵素，天熱時，荔枝容易發酵出汁。收到荔枝後，先以報紙包裹後放入塑膠袋中，避免水分喪失，再立即放入冰箱冷藏，以免褐變或發酵。並盡快食用完畢，享受荔枝最好的風味！
2. 因農友採減藥或有機栽培，較一般慣行荔枝更易受荔枝細蛾（就是俗稱的蒂頭蟲）危害，雖農友已盡力篩選果實，仍難免有蟲類混跡其中（尤其是蒂頭的部位），還請社員理解後再利用。

【玉荷包荔枝預訂小檔案】（預計 5/20 採收出貨）

農友	級別	產地	包裝規格	農產品規格 (剪枝顆粒裝)
蔣世明	安全級	高雄大樹 (紅土丘陵地)	5 斤/盒	大果(直)徑 32mm 以上
			3 斤/盒	
			5 斤/盒	中果(直)徑 28-32mm
			3 斤/盒	
許倫肇	安全級		5 斤/盒	特大果(直)徑 36mm 以上
			3 斤/盒	
			5 斤/盒	大果(直)徑 32-36mm

守住棲地的安心甜美

台灣原味老品種五月桃開始預訂

產地速報

雖然這個春天水果稀缺，但長年陪伴部落的合作夥伴台灣原味傳來好消息，今年馬里光部落

的五月桃預計 5 月初開始供應，並加開少量 6 入盒裝大果供預訂；此外，環境天然獨立的比亞外部落，也有環保級老品種五月桃，即將於五月底下山來，歡迎把握機會預訂！

◆守住棲地的安心甜美——台灣原味五月桃開始預訂



五月桃，其實就是五月產出的水蜜桃，雖然品種繁多，香氣略有差異，但特色就是那介於溶質與半溶質之間，帶點 Q 彈甚至爽脆、綿密多汁的甜美口感，在七月高山水蜜桃季到來之前，搶先暖場，擄獲眾多水蜜桃愛好者的心。

然而五月已近梅雨季，天氣漸漸溼熱，東方果實蠅與諸多病蟲害蠢蠢欲發，在極端氣候下，**要完全不使用農藥**

化肥而種出足量且高品質的五月桃，簡直天方夜譚，要能符合合作社嚴格的自主管理允收標準，更是少之又少。這也是往年市面上五月桃一片熱騰之際，合作社架上卻鮮少見到五月桃蹤影的原因。

所幸就在長年致力輔導原住民部落轉型友善耕作的**台灣原味**夥伴捎來好消息：原味的合作的新竹尖石馬里光（Mrqwang）部落與桃園復興比亞外部落的五月桃，可望穩定供應合作社！

部落媽媽們種植的五月桃品種，除了帶有甜美蜜香的「春蜜」，還有「老品種五月桃」——這是數十年前農試所帶回台灣選育的品種，果



形微尖，與一般水蜜桃的渾圓略有差別，果香濃郁，甚至帶點細膩梔子花香！相較於多數桃樹到了一定的樹齡就會產量下滑，老品種五月桃的樹勢不易衰弱，加上微生物菌養了好土，更提升了桃子的甜美口感，產地實測，完熟五月桃甜度已經來到 12 度以上，甚至可達 13.8 度 Brix，而且有別於市售使用增甜劑的桃子，**老品種五月桃不會退甜！**



20 年來，台灣原味懷抱著推廣友善農作、使大地恢復生機的信念，深入原鄉蹲點，致力輔導原住民部落轉型友善、有機耕作，是與合作社理念契合的社企夥伴。老品種五月桃的甜美，正是這一路堅持下來的甜美回饋。五月桃產期不長，只到五月下旬，敬請把握時機多多品嚐！

貼心小提醒

五月桃的賞味方式，大致就跟水蜜桃一樣——**越軟熟，甜度越高。**收到桃子時，可先於常溫通風處

保存 2~3 天，待桃子香味變濃、輕按果肉微軟即可享用。軟化的水蜜桃可放入冷藏保存，建議一周內食用完畢。

【五月桃供應小檔案】

合作農友	產地	產期	級別	供應規格
台灣原味/Mrqwang 部落 (現正預訂中)	新竹尖石	5 月初	友善級	6 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				8 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				10 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				混果不分級 (每盒 2 斤以上)
台灣原味/比亞外部落	桃園復興	5 月底	環保級	8 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				10 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				12 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)



◆軟嫩香甜，復刻記憶中的傳統好滋味——高雄大社白肉土芭樂開始供應

土芭樂是早年台灣稀鬆平常的不起眼水果，其香氣濃郁、果肉軟嫩，吃起來甜中帶微酸，也是流水席或餐廳常飲用芭樂汁的原料。然而，當 1990 年珍珠芭樂問世後，這個早期的品種逐漸被市場所遺忘，現在反而越來越難尋得。

為合作社供應土芭樂的盧定楠，是國內少數以土芭樂為主要作物的農友，盧大哥於 2016 年回鄉接手父親管理逾四十年的土芭樂園，其實他原本也想轉作珍珠芭樂或玉荷包



等

當地主流作物，但剛好遇上知名餐廳欲開發芭樂生乳捲，主廚在遍尋全台後才找到盧大哥的土芭樂，這次因緣際會的配合，讓他重新思考這個傳統作物的市場獨特性，最後改變心意將其保留下來，我們才有機會再次一嘗這記憶中的傳統好滋味。



因芭樂果樹有陸續開花特性，果園裡同時會結有好幾批果實，小果套袋可能會和採收期重疊，若是以慣行農法操作，容易有農藥殘留的狀況，這也是盧大哥從農第三年就改為有機耕作的主要原因，而土芭樂果實較為軟嫩，管理上又比珍珠芭樂更為費工，也考驗著農友的技術和管理方式。盧大哥種植的土芭樂為白肉品種，風味特色與宜蘭紅肉土芭樂有所差異，雖然同樣具有濃厚香氣，但較為淡雅清新，而且果籽小顆，更適合牙口不便的群族食用，因目前產量不多，採限量方式供應，如果大家有機會在站所看到它的身影，不妨把握機會利用喔！

貼心小提醒

- 1.土芭樂因具後熟特性，成熟時容易產生褐色的熟斑，此為正常現象。
- 2.土芭樂吃軟不吃硬，採收後需要全程冷藏保存，建議購入後以紙袋或塑膠袋包覆放置冰箱保存，並於一週內趁新鮮盡快食用完畢。

【白肉土芭樂供應小檔案】

合作農友：盧定楠
品種：白拔大蒂土芭樂
產地：高雄大社
自主管理等級：友善級



在地完熟鮮採，風味完勝進口

國產小農藍莓率先供應中



產地速報

因氣候影響，今年市面罕見國產藍莓。但合作社藍莓農友楊士藝傳來好消息，不但可率先供應，

而且量足質優，今年盡力增量供應，讓喜愛藍莓的社員吃個過癮！後續另外兩位小農藍莓農友也將陸續跟上供應。**合作社架上供應的國產藍莓，品質與種類堪稱國內最豐！歡迎社員把握產期多多品嘗，拓展藍莓的味蕾版圖！**

◆完熟鮮採，清新甜美的春之饗宴——國產小農藍莓率先供應

近兩年來，國產藍莓在台灣春夏水果版圖上，掀起一陣狂瀾，吸引了眾人的目光與競逐！藍莓含有極豐富的花青素、維生素、礦物質與膳食纖維，抗氧化力強，營養價值非常高，因此又有「森林裡的藍寶石」之稱。也因此**早在數十年前便有人引進台灣試圖種植**，但因當時引進台灣種植的北高叢藍莓屬溫帶品種，需冷性高，難以適應台灣本地氣候，因此幾乎可說是全軍覆沒。所幸台灣農藝圈並未因此放棄，反而有更多小農，甚至企業資源紛紛投入研究。經過幾十年品種更替，選對品系並配合適合栽培方式，藍莓這個早年被認為是舶來品的「洋玩意兒」，在企業與小農的共同努力下，漸漸落地生根。**國產藍莓的春天，正式揭開序幕！**



相較於進口藍莓，**國產藍莓從產地到餐桌的距離極短，可於 8-9 分熟採收，甜度提升，實測甚至可達 14-18 度 Brix，且因並未退酸，甜酸比佳，香氣清新迷人，口感風味完勝進口藍莓，非常適合鮮食。**時序入夏，且讓國產藍莓的清新香氣，成為您最美好的味覺記憶！。

■楊士藝——帶藝投入，種出國產藍莓的繽紛味

走進青農楊士藝的藍莓園，彷彿進入藍莓的大觀園！這裡除了有 4、50 種藍莓品種，就連園中的雜草或各種防治蟲鳥的設施，也是琳瑯滿目，處處可見到士藝運用所學的專業巧思。士藝畢業於台大園藝系研究所，自小對園藝生態充滿熱情的他，不甘於所學只留在求學場域，更渴望所學專業，能在生產實務上開花結果。因此他在家鄉的南投八卦山一帶覓地，完成了碩士論文後，義無反顧投身藍莓產業。



在台灣種藍莓，不是不可能，但也不是那麼容易。**「種對品種」以及「改良土壤」**，是台灣藍莓落地生根的兩大技術關鍵。士藝的田區位於南投八卦山一帶，土壤偏酸，正是藍莓喜愛的環境，但還需要調整土壤通透性與保濕性；藍莓根系細弱，也格外需要保護，因此士藝使用粗糠、花生殼覆蓋，一來可以改善土壤的通透性，也可以保溫、抑草。此外，士藝自己育苗，園裡總共種植了近五十種藍莓品種，除了可以藉此選育最適品種外，也可將整體藍莓產期延長至七八月；混合品種出貨，讓士藝的藍莓口感風味更加繽紛。



為了落實有機或友善無農藥的栽種，士藝善用了各種天敵防治，例如種植馬利筋吸引黃色蚜蟲，此種蚜蟲不會危害藍莓植株，又可吸引更多瓢蟲進駐，此外也有觀察到螳螂等其他生物在園內出沒，生態豐富。從滴灌設備、品種選育、整枝養土、去留雜草.....士藝的十八般武藝，為的，正是國產藍莓的那一縷細緻的甜酸與鮮甜花草香，以及人們安心享用時的滿足笑容。而今士藝的藍莓已經開始供應，期待已久的朋友們，千萬不要錯過！

貼心小提醒

1. 農友採有機種植，不使用農藥，藍莓表皮難免偶有薊馬爬過，留下叮咬印記。外觀不盡完美，風味卻是絲毫不受影響。還請理解後再利用。
2. 藍莓表皮的白色粉狀物質是天然保護蠟，不需要特別洗掉。過度清洗藍莓沒有必要而且會降低藍莓的營養價值，合作社的藍莓均為無農藥檢出（ND），清洗時只需可用流動的水洗去表面灰塵即可，避免過度清洗降低藍莓的風味。
3. 藍莓的賞味期約 5 天，如未立即食用完畢，請放入冰箱冷藏。



藍莓表皮的刀痕狀疤痕，是薊馬爬過的痕跡，完全不影響風味！→

【藍莓供應小檔案】

合作農友	產地	級別	供應規格
楊士藝	南投福山	友善級	125g/盒(已開始供應)
吳保諒	苗栗卓蘭	環保級	125g/盒
鍾文標	苗栗獅潭	環保級	125g/盒



主婦聯盟合作社
Taiwan Homemakers United Consumers Co-op

甜美滑嫩的厚工水果頭

友善級枇杷農友來報到

產地速報

枇杷厚工，願意投入種植的農友日漸減少，目前台灣僅餘不到 1000 公頃的種植面積，也因此架上越來越難見到枇杷蹤影。所幸覓得新生代青農劉盈榛願意投入有機種植，並且供應給合作社。盈榛的枇杷風味迷人，還請把握機會品嚐利用。

◆甜美滑嫩的厚工水果頭——友善級枇杷農友來報到

■徐俊明——絕境重生的新社古早味枇杷



台中新社的徐俊明大哥種植的枇杷，除了整枝、疏果、採收、提早套袋等基本動作外，**完全不用農藥、除草劑，甚至連有機許可的防治資材與肥料也不使用**。只用這對露天栽植枇杷來說，要有收成簡直是不可能的任務！忍受著鄰居的嘲笑，以及沒有收成的經濟壓力，徐大哥咬牙堅持，整枝、疏果、覆蓋堆肥，讓自然界的循環回歸土壤。直到第八年才開始看得到收成。走進徐大哥的枇杷果園，每棵樹的樹頭幾乎都看得到熬過病害、抽芽重新生長的樹洞或分杈。60 多年的老欖，枝條表皮卻是光亮飽滿，養護了十幾年的土壤，造就了徐大哥枇杷的好滋味——**今年實測甜度平均至少 12 度，最高竟可達到 17 度！而且不只甜美，還帶著微酸與枇杷特有的微微奶香，是不可錯過的味蕾體驗！**敬請把握機會，品嚐這滋味豐富的枇杷古早味！

■台灣原味/比亞外部落——保育藍腹鵲的原鄉枇杷



每年春天，從台灣原味夥伴手中接過來的比亞外部落枇杷，是許多人盼著等著珍品，只是產量十分有限，能吃得到真的得看緣分。之所以盼著，倒不是因為它的外觀有多亮眼，而是**這樸實外表下所蘊藏的濃郁枇杷味，以及每一盒枇杷為部落帶來的生機。**

20 年台灣原味開始輔導友善耕作時，許多比亞外部落族人還抱持著觀望的態度，只有兩戶參與，20 年後，整個部落陸續投入了有機耕作，生活改善，年輕人也回流了。部落的泰雅族人依循傳統，順應自然交替種植多樣果樹，就地取材管理果園，環境天然且安全，成為藍腹鵲的重要保育棲地；也因此獲選發展經濟部綠能部落。

今年，終於有機會引薦台灣原味 / 比亞外部落的超級限量枇杷給社員品嚐，數量極其有限，

歡迎把握機會多多利用！

貼心小提醒

1. 因為從部落將枇杷運送下山的路程遠，為了延長新鮮度，台灣原味/比亞外部落的枇杷採整串出貨，還請理解後再購買。
2. 枇杷保存於常溫陰涼通風處即可，如需冷藏，可將外盒包覆紙袋後再放進冰箱，避免果實因低溫導致褐變和脫水。合作社供應的枇杷為完熟採收，請盡快食用完畢。
3. 枇杷表皮薄而嬌嫩，農友裝盒時雖已小心包裝，但外觀仍難免偶有些許痕跡，其不影響食用，請理解後再行購買。

【枇杷供應小檔案】

合作農友	產地	級別	供應規格
台灣原味/比亞外部落	桃園復興	環保級	帶枝盒裝出貨，1 斤/盒
徐俊明	台中新社	環保級	375g/盒；混果 430g/盒
莊俊彥	台中新社	農好級	360g/盒

🍓 蔬果品質說明

◆藍莓表皮的霧狀白色粉狀物是什麼？可以吃嗎？該怎麼清洗？

買回藍莓後，常會發現藍莓表面有一層霧狀白粉，有人會懷疑這是施藥痕跡或是人工打蠟，因此總是想盡辦法要洗淨。但其實，藍莓表面的白粉是一種天然的植物蠟，主要成分是一些三萜類(如熊果酸)或二酮及酯類，還有一些長鏈脂肪酸。它可形成一種保護層，防護外來細菌、黴菌或是昆蟲對藍莓的傷害，也可以減緩藍莓內部水分透過表皮的蒸散。所以蠟質可以作為觀察

藍莓新鮮度的指標——越新鮮的藍莓表皮蠟質越多，顏色也越淺。隨著藍莓採收下來的時間越久，蠟質會減少，因此看起來的顏色會變深。

清洗藍莓時，無需使用小蘇打、醋或清潔劑，用流動的水清洗，或稍作浸泡後，洗去雜質、灰塵，即可食用。已經受損的藍莓較易受到細菌、黴菌感染，應該整顆丟棄。清洗藍莓沒必要使用小蘇打、醋、或清潔劑，用水最好。

→藍莓表皮的白色粉狀物是天然蠟質，也是觀察果實新鮮度的指標。



📢 產品說明&季節性預防提醒

➤ 原味豆干保存期限延長說明

- 生產者名記，自 4/27 起製造的原味豆干，效期將延長至 8 天，原味豆干既有製程含殺菌作業，經產品檢測、品評，可使原效期 4 天延長為 8 天，貼心提醒因豆腐蛋白質含量高，易受環境溫度波動影響，除了使用保冷袋運送，其保冷袋無法維持冷度，在炎熱天氣下需盡速回到冷藏庫內保存。

📢 產品資訊

◆ 新品上市：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
黑糙米花生米香	200g/包	福瑄	130	4/28	採用合作社指定用米膨發後與花生製作，吃的到豐富的花生顆粒與米香，小塊狀米香可一口吃，越咬越香。無油製作、全素、保留原始原料風味。(限量)
蝦米	150g	昌泰	165	5/5	蝦子紅黃色略呈透明，稍有光澤 選用野生海蝦製成、無染色、不添加防腐劑、採熱風乾燥製成。
元氣綜合糙米果	150g	薌園	148	5/5	支持本土農糧，合作社指定原料-糙米(御皇米)；製作過程無添加防腐劑、人工色素、香料；以輕調味方式呈現膨發糙米，另添加葡萄乾、青葡萄乾、南瓜子增加口感及風味。
梅汁香魚	320g	御鑫	199	5/5	鮮嫩的香魚以梅汁烹調，風味香甜滑順。作為開胃小點、便當主菜，都是絕佳首選！
香蔥香魚	320g	御鑫	199	5/5	鮮嫩的香魚以香蔥烹調，風味香甜滑順。作為開胃小點、便當主菜，都是絕佳首選！

◆ 恢復供應：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
鹹蛋黃	240g/20 粒 /包	泓良	360	4/28	蛋鴨牧場全面平飼，原料使用無藥殘鴨蛋，不添加防腐劑，可包肉粽、月餅，或炒菜、做成金沙豆腐等料理。(除粽子外，建議使用前一天冷藏退冰)限量
紫米八寶粽	160g*4 入	漢典	299	4/28	使用長秈糯米、黑糯米(紫米)及福來伯萬丹紅豆、雪蓮子、芋角、桂圓、乾木耳及絲滑綠豆沙等八種特選主配料而成的八寶粽。口感豐富，鹹甜不膩口，老少皆宜。 因原料、人工費用調漲，4/28 上架即調漲售價。原售價 290 元調漲為 299 元。(季節性供應)
主婦甘菜香粽	160g*4 入	漢典	429	4/28	客家酸菜(甘菜)入粽，天然發酵的甘菜口感甘甜再加入鹹蛋黃堆疊風味，搭配豬後腿肉及炒香的蝦米與香菇，讓口感充滿驚喜。 因豬肉、人工費用調漲，4/28 上架即調漲售價。原售價 409 元調漲為 429 元。(季節性供應)
懷舊古早粽	180g*4 入	親憶	379	4/28	用心製作出的古早味肉粽；精選在地豬肉及鹹菜脯加上蝦米及紅蔥頭，以豬油爆香，是難以忘懷

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					的經典，有著熟悉的家鄉風味。 因豬肉、人工費用調漲，4/28 上架即調漲售價。 原售價 370 元調漲為 379 元。(季節性供應)
粽葉(附棉繩)	300g	天下糧倉	110	5/5	生產者天下糧倉，原粽葉內所附棉繩因原廠停產，自 2025 年供應粽葉更換棉繩來源，新來源棉繩材質為純棉(不漂白)，台灣製造，長度規格較舊品短，仍可綁繩包粽，包粽規格不宜過大，台灣製純棉粽繩市場少見，粽繩需以人工打結為串作業缺工，今年成本上漲，自 5/5 起將調整售價，原售價 108，新售價 110 元。台灣麻竹葉，竹葉韌性足、濃郁粽葉香，適合包南粽使用喜歡的社員別錯過了。(季節性供應)
冷藏牡蠣	300g	湧升	265	5/6	牡蠣是台灣產量最大的貝類。其飽滿的生殖腺含有多樣的維生素群，尤其含有豐富的肝醣及牛磺酸，故有海中的牛奶之稱。牡蠣以海中的藻類及有機碎屑為食，是對環境友善的養殖物！ 牡蠣需要在潔淨的水域中生長才有好品質。牡蠣肉質細嫩易消化，老少咸宜。(季節性供應-5~10月)
抹茶紅豆條糕	250g/條	手天品	210	5/8	此為週預定產品，與芝麻條糕做季節性替換供應，預計由 5/8 供應至 10/31。(季節性供應)
野生午仔魚	400g	湧升	320	5/12	野生捕撈午仔魚，據卸魚申報。清蒸、乾煎、紅燒等料理皆宜。(季節性供應)
野生午仔魚	600g		480	5/12	野生捕撈午仔魚，據卸魚申報。清蒸、乾煎、紅燒等料理皆宜。(季節性供應)

◆ 價格異動：

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	異動原因	供應區域
洋蔥燉牛肉	200 公克	漢典	155	160	5/1	生產者表示原料(牛肉)調漲，因此價格調整。	全社
京醬燒肉	180 公克		155	160		生產者表示原料(豬肉)調漲，因此價格調整。	
台灣牛-牛腩	500 公克	鉅景	420	450	5/5	因飼料與人工成本上漲，生產者調整價格。	
台灣牛-牛腱	500 公克		420	450			
台灣牛-肉絲	200 公克		175	190			
台灣牛-絞肉	200 公克		175	190			
台灣牛-半筋半肉火鍋肉片	200 公克		180	195			
野生秋鮭輪切	600公克	元家	320	350		因漁船油資等人力成本調漲，同步調漲售價。	

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	異動原因	供應區域
野生午仔魚	400公克	湧升	295	320	5/5	因漁船油資等人力成本調漲，同步調漲售價。	全社
野生午仔魚	600公克	湧升	445	480	5/5	因漁船油資等人力成本調漲，同步調漲售價。	

◆ 包材異動：

品名	舊規格	新規格	生產者	上架時間	異動原因	供應區域
鮮乳坊豐樂鮮乳	946ml	946ml	慕渴 (鮮乳坊)	4/30起	因應鮮乳坊十周年，調整品牌外包裝設計。	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
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
草莓雪酪	250g/杯*2	舞茶	350	175	1/6起	雪酪系列回饋新優惠價， 買一送一 更加實惠，歡迎多加利用。	否
芒果美莓雪酪	100g/杯*2		170	85			
善糧黃金 土雞腿剝塊	800g	江森	580	495	2/10起 至利用完為 止	優惠價格推廣，回饋社員。	否
善糧黃金 土雞去骨雞腿	350g		460	390			
善糧黃金土雞胸	200g*2包		400	340			
愛玉子(石棹)	80g*2包	智立	390	195	2/24-5/6	利用趨緩，以 買一送一 優惠價格推廣，歡迎社員多加利用。	否
愛玉子(達邦)							
心態減碳牙刷(黑)	1入/盒	伍駒	329	263	3/3起	利用趨緩，故提供優惠價回饋社員，歡迎社員多加利用。	否
心態減碳牙刷(金)	1入/盒		329	263			
心態減碳牙刷(銀)	1入/盒		329	263			
心態減碳牙刷 替換刷頭組	6入/盒	伍駒	270	216	3/3起	利用趨緩，故提供優惠價回饋社員，歡迎社員多加利用。	否
台灣茶葉綠菓-烏 龍茶籽油	300ml	金椿	1,320	1,100	3/17起	優惠價格推廣，回饋社員。	否
鹽麴鮭魚下巴	300g	御鑫	250	212	3/24起 至利用完為 止	利用趨緩，以85折優惠價格推廣。	否

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
吳郭魚	500g	立川	165	140	3/24 ~5/6	利用趨緩，以85折優惠價格推廣。	否
台茶8號紅茶 (無糖)	490CC	台灣香 日月潭 紅茶廠	29	25	3/24起 至利用完為 止	優惠價格推廣，回饋社員。 (限量)	否
台茶18號紅玉紅茶 (有糖)							
台茶18號紅玉紅茶 (無糖)							
善糧土雞滴雞精 (常溫)	50ml *10入	龍戎	1680	1680	4/28起至利 用完為止 :買一組送1 包(共11包)	剩餘原料生產出清，買一組送一包，歡迎社員多加利用。	否
好愛胡桃綜合堅果 組	24g/15入/組	豆之家	420	399	4/28~5/10	母親節預購取貨期間，限量優惠推廣，利用完畢為止。	否
阿拉斯加鮭魚鬆	150g	味一	220	188	4/28起至 利用完為止	利用趨緩，以85折優惠價格推廣	否
馬舌鰈(扁鱈)切片- 有肚洞	1000g	鑫浴	500	425	4/28起至 5/31	優惠價格推廣，回饋社員。	否
台灣鯰魚排	300g	邱經堯	180	162	4/28起至 利用完為止	利用趨緩，以9折優惠價格推廣。	否
手工蘿蔔葉豬肉水 餃	50粒/包	沛騰	295	259	4/28起至 利用完為止	利用趨緩，以88折優惠價格推廣。	否
四方乳清優酪乳	946ml	四方	147	117	5/5-12/31	優惠價格推廣，回饋社員。	否

◆ 暫停供應：

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
花旗參調理包組	36g/3入/盒	集昌	季節品項，利用完為止	5/1~10/31
燒酒雞(蝦)燉料	100g/包			
八珍燉料	130g/包			
加味十全大補燉料	90g/包			
芝麻條糕	240g/條	手天品	週預定季節性供應品項	

◆ 停止供應：

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
桔仔餅	300g	達益	因生產者退休，無法繼續製作此項產品。	利用完畢為止
原色冰糖	500g			
胡蘿蔔綜合蔬果汁	195cc	久津	生產者不再榨汁生產。	利用完畢為止
馬舌鰈(扁鱈)切片-無肚洞	1000g	鑫溶	更改規格，由1000g改660g 新規格包裝修改中，1000g 庫存利用完為止。	利用完畢為止

◆ 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
再生衛生紙便利包(指送)	60包6袋	永豐餘	因原料品質不佳，衛生紙無法符合出貨標準，暫停供應。	
不漂白抽取衛生紙(指送)	48包8袋	永豐餘	因原料品質不佳，衛生紙無法符合出貨標準，暫停供應。	

推廣
時間 即日起 ▶ 5.3 六

珍藏回憶 品味人生

傳遞心的溫度

念念不忘的媽媽味

梅子的好味道只有春天最知道
台灣生產，無農藥、無化肥，去油解膩好開胃



推廣活動：【傳遞心的溫度 念念不忘的媽媽味】

推廣時間：即日起 ~ 5/3(六)

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
期間限定 珍藏專區	1.	龍眼花蜂蜜(推廣期間 3/16-5/3)	500g	350	333
	2.	龍眼花蜂蜜(推廣期間 3/16-5/3)	3kg	1470	1397
	3.	絞肉(信功)(推廣期間 3/30-5/3)	300g	118	112
	4.	白肉雞雞柳條(御正) (推廣期間 3/30-5/3)	280g	115	109
	5.	白肉雞去骨雞腿(御正) (推廣期間 3/30-5/3)	380g	255	242
	6.	紅麴醃豬排(推廣期間 3/30-5/3)	300g	175	166
	7.	黑胡椒醃豬排(推廣期間 3/30-5/3)	300g	175	166
	8.	米洛波塔莫斯特級初榨橄欖油 (2 件優惠) (推廣期間 3/30-5/3)	500ml*2	840	750
	9.	紫蘇梅(推廣期間 3/30-5/3)	700g/瓶	265	260
	10.	本土花生脆粒豆漿冰淇淋 (2 件優惠)(新品) (推廣期間 3/31-5/3)	100g/杯*2	170	150
春季手作的 梅好滋味	11.	紅玉茶梅	520g/罐 (固形物 280g)	205	205
	12.	手工脆梅	520g/罐 (固形物 280g)	165	165
	13.	黃梅吸凍(豐喜)(12 件優惠)	220g *	336	320

			12 杯/箱		
	14.	紫蘇梅果凍(豐喜)(12 件優惠)	130g * 12 杯/箱	216	200
	15.	黃梅軟糖(全素)(6 件優惠)	30g/包*6	150	130
	16.	國產精釀梅子酢	360ml	150	140
	17.	紫蘇梅醬	600ml	225	220
	18.	本格梅酒	600ml	385	360
	19.	果釀梅醋	500ml	285	260
	20.	糯米酢	600ml	55	52
	21.	綠主張 38 度米酒(2 件優惠)	600ml*2	440	431
	22.	台灣二砂糖	1kg	50	50
新品推廣	23.	古早味香菇肉羹(新品)	300g	150	150
春遊手作 野餐料理	24.	日本生干貝-3S(組合優惠)	1000g	1,549	1,351
		煙燻野生鮭魚片(組合優惠)	140g		
	25.	野生秋鮭輪切(元家)	600g	320	289
	26.	蒲燒虱目魚肚	150g	200	179
	27.	茄汁虱目魚(2 件優惠)	230g*2	130	115
	28.	益全香米(宜蘭)	2kg	295	266
	29.	益全胚芽米(宜蘭)	2kg	280	252
	30.	壽司豆皮	240g (四角 x12 片)	110	100
	31.	冷凍烤地瓜	600g	110	99
	32.	原味沙拉醬(限量)	300g	70	62
	33.	金桔番茄沙拉醬	250g	82	82
	34.	焙煎胡麻脆綠鮮	220ml	87	82
	35.	芥子脆綠鮮沙拉醬	300ml	87	82
	36.	四方鮮乳莫札瑞拉起司(條) (2 件優惠)	100g/條*2	260	240

	37.	四方鮮乳高達起司	200g	250	240
	38.	桑椹原汁(無加糖)	600ml	400	360
	39.	桑椹果粒醬	300g	225	203
	40.	桑椹醋(加糖)-即飲式	300ml	55	50
	41.	小熱狗	300g	120	114
	42.	優質牛腱肉	1kg	890	755
	43.	小披薩-蔬食杏鮑菇 (站所限定，任選 2 件 85 折)	435g/3 入	360	306
	44.	小披薩-瑪格麗特 (站所限定，任選 2 件 85 折)	405g/3 入	360	306
	45.	小披薩-夏威夷 (站所限定，任選 2 件 85 折)	300g/2 入	360	306
	46.	阿薩姆茶葉蛋	6 粒/包	125	125
	47.	澎湖白秋蝦仁(湧升)	200g	235	235
	48.	台灣黑豬漢堡排(柏香)	240g	180	180
	49.	薄肉片(信功)	300g	140	140
	50.	白肉雞雞胸切丁(御正)	280g	115	115
	51.	白肉雞雞胸絞肉	280g	115	115
追思敬祖 好食 & 兒童減添加 點心	52.	雪蓮子麵筋(青葉)(3 件優惠)	160g*3	87	78
	53.	滷雪蓮子(青葉)(3 件優惠)	170g*3	84	76
	54.	海水午仔魚	500g	360	360
	55.	黑胡椒鹹豬肉	300g	195	185
	56.	帶皮五花肉條(中央畜牧場)	600g/包	330	313
	57.	一口金烏魚子(邱經堯) (限量，利用完為止)	100g/ 約 10~15 片	800	800
	58.	白芝麻粒(熟)	200g/包	85	85
	59.	麥香餅皮	600g/10 片	125	125
	60.	三日苗(環保優)綠藤	50g/盒	98	89
	61.	新鮮香菇(環保級)就是鮮菇	200g/包	90	81

62.	原味豆干	450g/4 塊	55	55
63.	黑糖沙琪瑪	6 入/包	45	45
64.	動物造型餅乾(海鹽)	100g/包	35	35
65.	海苔煎餅	150g/包*	55	55
66.	煎餅	150g/包	55	55
67.	薄鹽海苔	6 入/包	180	180
68.	亞美尼亞水蜜桃蘋果汁	250ml	90	59
69.	亞美尼亞杏桃蘋果汁	250ml	90	59
70.	亞美尼亞沙棘水蜜桃蘋果汁	250ml	90	59
71.	100%胡蘿蔔綜合蔬果汁(3 件優惠)	195ml*3	150	105

禁止酒駕  酒後不開車 安全有保障

※站所限定小披薩系列，任選 2 件 85 折。因系統限制，線上下單 EC 及班配小披薩系列，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、蔬果組組員、蔬果組約聘組員、集貨組組員(工作地點：北倉-新北市土城區)
- 中倉物流司機、冷凍組員、蔬果組組員 (工作地點：中倉-台中市烏日區)
- 儲備站長(工作地點：北投站、惠來站)
- 月薪站務(工作地點：北投站、石碑站、信義站、天母站、大直站、碧湖站、東區站、東門站、雙和站、新店站、木柵站、新竹站、關新站、竹北站、三葉站、台南站)
- 時薪站務(工作地點：三鶯、竹北站)
- 短期月薪站務(工作地點：河堤站)
- 短期時薪站務(工作地點：東海站)



合作社徵才網址