

週報期數 / 2026 年 1 月第 1 週(12/29-1/2)

---

## 目錄

► 社內公告.....	2
► 【新農友介紹】王文傑 .....	4
► 【新農友介紹】陳宏白 .....	5
► 產品說明&季節性預防提醒.....	5
► 產品資訊.....	7
► 人資招募.....	19

## ► 社內公告

### 【元旦服務時間異動公告】

社員們好！

國定假日元旦，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

	2025/12/31 盤點日	2026/01/01
站所	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)	服務至 17:00	暫停服務
※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

※「2026/01/01 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)~01/04(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

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

12/31(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。

### 【新農友介紹】王文傑

#### 不是專職農友，卻比農友更認真—王文傑的友善地瓜之路

王文傑大哥原本的專業是鞋樣設計，工作與農業毫不相關，但因為從小在務農家庭長大，土地始終是他心中最熟悉、最難割捨的地方。這份情感讓他在工作之外，選擇投入友善與有機栽培，成立了「天然養生地瓜園農場」，重新與泥土建立連結。

為了把作物種得更好，他陸續進修雲林科技大學有機農業專班、虎尾科技大學農業經理人專班，系統化補足農業知識，也取得了采園有機驗證。田間採行「水旱輪作」，透過輪作養地、降低病害，讓每一顆地瓜都能長得扎實、健康。



王文傑大哥與合作社結識，是因為在碾製有機稻米時認識了合作社農友蘇榮大哥，由蘇榮大哥推薦給合作社。剛開始他的地瓜品質尚未達到合作社的標準，他也坦然接納建議，不斷調整、改良栽種方式。經過一段時間努力，品質逐漸穩定，才正式展開合作。這份願意學習、願意改進的態度，也讓合作社看見他對農業的投入與誠意。

目前王大哥主要供應合作社的包括：金時地瓜、栗子地瓜、台農 57 號黃肉地瓜、66 號紅肉地瓜，以及馬鈴薯、南瓜、糯玉米等。農閒時，他喜歡爬山、旅遊時逛超市、觀察各地作物風貌。務農對他來說，是生活的調和、更是回到初心的一種方式。

## 【新農友介紹】陳宏白

### 咱兜休閒農場 · 陳宏白：把土地當成家，把客人當朋友

陳宏白來自南投名間，家中原本經營茶行，從小在茶香與農田間長大。早年曾在公司任職，後來接手父親的茶行，也重新走回土地，展開務農的人生。起初投入作物生產時，他先從**減少農藥施用**做起，希望讓土地慢慢恢復生機；歷經多年調整與摸索，最終取得**友善耕作驗證**，做到**不使用農藥與化肥**，堅持讓消費者吃得安全、安心。



農場取名為「咱兜休閒農場」，「咱兜」在地語意是「自己家」，他希望來到農場的客人，都能感受到像回到家一樣的親切與自在，也藉由交朋友的方式拉近與消費者的距離。

在經營上，他始終以**誠信**為原則，盡自己所能推廣友善農作，讓好的作物被理解、被支持，進而實現穩定銷售與永續經營。

為了讓農業更有溫度，他也進修領隊與導覽專業，把茶文化、農事與休閒體驗結合，讓土地的故事能被更多人聽見。過去農產品多透過親友團購分享，因緣際會認識主婦聯盟，他期待透過合作社的力量，讓友善農作走得更遠。

## ► 產品說明&季節性預防提醒

### ► 正原-有機大燕麥片-500g/歐特有機十穀麥片暫缺至 2026/1/12

- 產線滿載。

### ► 福義軒-麥香蘇打餅乾

- 包材製作及產線滿載，預計 2026 年 3 月初恢復供應。

## 【每週一菜】青花椰當令盛產

**青花椰當令盛產，這一次，我們邀請你一起把菜用好**

**粒粒皆辛苦：高難度作物背後**

- 病蟲害壓力大  
(小菜蛾、夜盜蟲，只能靠防蟲網與生物防治。)
- 不能用除草劑，雜草需人工反覆處理。
- 台灣濕熱，病害風險高，需嚴格掌握季節。

**合作社的選擇：盛產時的溫柔支撐**

一般市場 → 合作社 → 主婦聯盟合作社

實踐第五項原則：  
產地直送、長期合作。  
盛產持續收菜，不讓農友被波動牽著走。

**為什麼安心？安定生產讓農友能持續投入減藥/無農藥耕作。**

**聰明吃、好好存：營養不浪費指南**

**最推薦料理 & 小技巧**

- 蒸煮 (5–7 分鐘)：營養保留最好。
- 微波 (加水 3–4 分鐘)：快速方便。
- 小技巧：切好靜置約 5 分鐘再加熱，保留重要營養素。

**整顆都能用**

花球  
蒸、炒、氣炸都適合。  
梗部 (最甜！)  
削皮切條，蒸炒煮湯口感棒。  
葉片  
切絲拌炒或煮湯，別丟掉！

**保存方式 (盛產不變壓力)**

- 冷藏：**洗淨擦乾，約放 1 週。
- 冷凍推薦：**
  - 切小朵擦乾直接凍。
  - 先蒸 2–3 分鐘放涼再凍 (風味佳)。

使用時直接冷凍下鍋，不需解凍。

**在當令季節把菜用好，就是對農友與環境最實際的支持。陪農友一起走，也陪社員把食物好好吃完。**

製圖：最菜專員

## 青花菜 | 當季好處理的營養蔬菜

**基本認識**

- 十字花科蔬菜，花蕾像一棵小樹
- 台灣 12~3月為盛產期，品質最好、口感最甜
- 花球 + 菜梗都能吃 (菜梗削皮後脆甜不浪費)

**處理很簡單，新手也不怕**

**清洗**

掰成小朵，用流動水沖洗，花蕾縫隙用手指輕撥即可，偶爾看到小蟲屬正常，多沖洗就能清除

**快速熟成 (選一種)**

微波蒸：加少量水，蓋好，500瓦火力約 4 分鐘	汆燙：滾水下鍋約 2 分鐘，保持翠綠脆口
--------------------------	----------------------

**為什麼青花菜值得多吃？**

**營養密度高**

- 十字花科專屬植化素**
  - 硫配體 (切開、咀嚼後轉化為活性物質)
  - 蘿蔔硫素 (十字花科代表成分，常被討論與身體防護有關)
  - 咻噠類化合物 (與代謝調節相關)
- 抗氧化植化素：多酚、類黃酮**
- 膳食纖維：幫助腸道蠕動，也是好菌的養分來源**
- 同時含有維生素 C、葉酸等日常必需營養**

**家常料理不失敗**

蒜香快炒：先汆燙再清蒸 / 微波：拌橄欖油 + 鹽黑胡椒就好吃  
涼拌：汆燙後冰鎮，炒蛋：切小丁、蛋快炒，1分鐘內起鍋  
醬油 + 醋 + 香油  
半熟再拌，孩子也愛

**保存不浪費**

不要先洗，紙巾包或有孔袋冷藏，可放約一週

想省事：汆燙後分裝冷凍，隨時下鍋使用

**營養特色亮點 (重點一句話)**

- 十字花科植化素豐富，營養密度高
- 花球、菜梗都能用，實用又不浪費
- 簡單加熱就好吃，不怕煮壞
- 秋冬當季，品質最好、最值得吃

製圖：最菜專員

➤ 【每週一菜】葉像誰、梗像誰？青松菜&白松菜的混血身世大公開



## ► 產品資訊

### ◆ 新品上市：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
本土蜜地瓜麵包	130g/顆	瑪諾蘭迦	49	12/29	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			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)
本土發酵奶油(無鹽)	90g/盒	峻鼎	145	1/5	讓消費者的安心是生產者最大的承諾，也是國內最早從事發酵奶油生產廠；採用全成分本土鮮奶與鮮奶油經過低溫長時間發酵而

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					成的發酵奶油、香氣細緻、口感清爽不膩口。
櫻桃杏仁牛軋糖	150g/包	好味兒	230	1/5	採用天然櫻桃乾製作，酸甜適中不膩口且嚐得到整體牛軋糖香氣。(年節限量)
古早味黑豬肉圓	150g*4 入/包	春水家田	250		使用柏香黑豬肉搭配溢香豆麥醬油製作，內餡飽滿，搭配獨家在來米比例配方經傳統手工製作，外皮軟Q彈牙！無須解凍，拆袋即煮清蒸、微波省時又美味！

### ◆ 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		
新興梨	孫昌懋	台中東勢	農好級	-	-	上架供應	
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			
				17-19 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	15-17 兩/顆	8 顆/盒	預定中	
				13-15 兩/顆			
				-	-	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		
				-	-		
				-	-		
綠肉奇異果	廖文扶	台中梨山	農好級	-	1 斤/盒	上架供應	
巨峰葡萄	古凱瑭	台中新社 白冷圳	安全級	-	2.5kg/盒		
				-	500g/盒		
				-	500g/盒		
砂糖橘	邱登憶	苗栗苑裡		-	5 斤/盒	預定中	
佛利檬柑	吳保諒	苗栗卓蘭		-	-		
茂谷柑	詹錦章			25A 以上/顆	5 斤/盒	預定中 (2026/ 2/1 開園)	

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
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		-	-	上架供應
豐香草莓	鍾文標	苗栗獅潭	環保級	-	300/盒、 350g/盒	預定中
黑鑽草莓				-	300/盒、 350g/盒	
緋玉草莓				-	300/盒、 350g/盒	
蜜香草莓				-	300/盒、 350g/盒	
香水草莓				-	350g/盒	
蘋果草莓				果徑 36mm 以上/顆	430g/盒	
	謝秋芸	桃園新屋		果徑 28-36mm/顆	400g/盒	
				果徑 20-28mm/顆	360g/盒	

\*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
好愛胡桃綜合堅果組	360g (24g*15 包)	豆之家	420	12/29	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

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					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，亦可依喜好灑佈在菜餚或湯品中。 <b>(冬季限量)</b>
紫蘇籽油	300ml	金椿	650	12/29	發煙點為 189°C 以上，可用於生飲、沙拉沾食、熱拌等料理方式，不建議用於高溫煎炸烹調。生飲建議每日約 10~15 c.c 即可。紫蘇籽油味道清爽順口，是大多數人能接受且喜歡的味道，淡淡的清香，加入菜品中不會影響菜品的味道，只有滿滿的美味。
冷凍芋頭塊	600g/包	嘉鹿	115		製本品鮮採後經清洗、去皮、切塊後殺菁並急速冷凍，保持芋頭塊原有鮮度與風味，不須解凍，蒸熟可即食；亦可煮成粥、飯或甜湯食用，因未經油炸，料理上可多種變化。
藍瓜石斑	500g	黃芬香	680	12/29 (因檔期活動 提前上架供 應)	藍瓜石斑因表皮佈滿淡藍色點點而得名。藍瓜石斑油脂豐富、肉質細膩、烹煮後味道清甜軟嫩，絕對是海鮮愛好者不能錯過的極鮮美味。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
原味寸棗	150g/包	亞世家	57	1/5	(一) 使用天然酵母經長時間發酵後油炸製作，整體糖薄、脆、不膩口，口感扎实，不只是作為年節供桌上使用，也適合作為送禮、日常的零食。 (二) 一年一次在供桌上的三寶(麻糬、雙色生仁糖、寸棗)在過年是重要角色，麻糬，糬-與老同音表長壽；生仁糖又稱天公豆，台語中有生人、人丁興旺之意，而寸棗由於外形像樹枝分枝散開的意涵在內，也有人丁興旺語綿延的象徵，是過年時必備的小點心。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
黑芝麻寸棗					
手工雙色生仁糖	200g/包	森丰	160		使用台灣花生，100%無添加防腐劑、色素與甜味劑，使用日式裹糖工藝方法，讓本土雜糧的花生裹上少量的糖，除了年節是供桌上的產品外，也可做為零嘴好物，於年節期間與親朋好友分享。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
原味花生牛軋糖	250g/包	聯淳	135	1/5	年節必備糖果，成份單純，麥芽糖與花生完美交融，帶有奶香味。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
棗泥核桃軟糖			235		年節必備糖果，使用麥芽糖、人工剥下黑棗果肉與核桃製成，厚軟不甜膩，黑棗與核桃風味濃郁，口感豐富，大人小孩都喜歡。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
花生酥心糖			135		年節必備糖果，口感酥脆，濃郁花生香。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
九號花生(全素)	300g/包	慶新	130	1/5	使用台灣本土九號花生，通過黃曲毒素檢驗的花生為原料沙炒製作，風味佳，無添加防腐劑及甜味劑，富有花生香氣並帶有香脆口感。 <b>(年節產品-限量供應)</b>
鹽香九號花生			112		選用台灣本土九號花生，利用鹽水浸漬調味再使用河砂焙炒，無添加防腐劑及甜味劑，

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
					富有花生香氣並帶有香脆口感。 (年節產品-限量供應)
日本生干貝-S	1000g	元家	2888	1/5	日本原裝進口，不經發藥處理，進口後不包冰、不解凍再製。重金屬與輻射檢測符合台灣規範。(年節產品-限量供應)
草蝦	300g	黃芬香	398		全程純海水飼養，肉質紮實 Q 彈！採多物種混養，打造完整生態鏈，養殖全場全程皆無用藥！(年節產品-限量供應)

## ◆ 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	
馬告原粒 (台灣原產)	20g	綠吶	135	140	1/5	因採收人工費調漲，同步調整售價。	全社	
四方鮮乳 -乳清優酪乳	936ml	四方	147	117		因生產者近期觀察產能持續維持穩定，經確認後可降價回饋社員。		
蓮藕粉	300g	范郁卿	350	365		因近年氣候異常收成量銳減與加工費用調漲，同步調整售價。		
葛鬱金粉			260	275				

## ◆ 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
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			

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
不漂白再生抽取衛生紙(130抽)	6包/袋	永豐餘	114	103	即日起-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 <b>買10送2</b>	龍或	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	598/2包	299/2包	即日起至 利用完為止	買一送一優惠價回饋社員， 歡迎社員多加利用，供應情況以站所及各分倉數量為主。	否
主婦甘菜香粽			858/2包	429/2包			
懷舊古早粽	180g*4入	親憶	758/2包	379/2包			
酸辣檸檬雞爪凍	480g/包	漢典	380/2包	190/2包	即日起至 利用完為止	買一送一優惠價回饋社員， 歡迎社員多加利用，供應情況以站所及各分倉數量為主。	否
台灣鯇魚排	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

## ◆ 暫停供應：

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
久盛紅豆	600g/包	久盛	本季採收已利用完畢	即日起至 2026/3月
樂亞蜜有機綠豆	450g/包	馥聚	季節性(4-10月)商品已售罄	即日起至 2026/4月
冷凍烤地瓜	600g	尚朝	冷凍烤地瓜為季節採收後即 加工處理，今年已提前利用完 畢，下批預計2026/4月後 恢復供應	站所出清為止
劍蝦仁	150g	湧升	季節性產品已售罄	三倉和站所 出清為止
虱目魚漿	200g	正鑫	原料不足	

## ◆ 停止供應：

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
相思紅豆吐司	520g/條	瑪諾蘭迦	為提升社員利用、新增不同 口味常溫麵包更替供應	2025/12/29
全麥起司吐司	500g/條			
香草佛卡夏	200g/個			
香草橄欖拖鞋麵包	120g/個			



## 馬到迎新春，福到幸福來

甜食準備好，好運追著跑

推廣時間：12/22(一)-2/14(六)

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
12月 期間限定 (12/22-1/18)	1	鳳尾蝦仁(李富正)	150g	185	170
	2	海水白蝦(雲林)	300g/13-18 尾	235	220
	3	海水金目鱸魚排	200g	185	159
	4	胡麻油	570ml/瓶	314	280
	5	燕麥蔬菜香菇粥	250g(25g*10 包)	145	139
1月期間限定 (1/19-2/14)	6	酸菜白肉鍋底(漢典)	1200g	299	289
	7	冬季鍋物-胡椒豬肚雞湯鍋底(漢典)	1200g	360	350
	8	冷凍白蝦	300g	240	210
	9	日本生干貝-4S(NEW)	1000g	2,200	2,100
開運年菜 好評上桌	10	筍絲蹄膀(限量)	1450g	639	639
	11	剝皮辣椒雞蕈菇鍋(限量)	2400g	659	659
	12	南瓜百匯羹(限量)	1200g	389	389
	13	燉奶汁白酒小羊膝(NEW)(限量)	820g	790	790
	14	好事成雙紅龜粿-紅豆/花生(米棋)(NEW)	480g/6 入	270	270
	15	台式刈包皮(餐御宴)	50g*10 入	95	86
福到吉祥 年年有餘	16	澎湖黃金鯧(NEW)	350g	269	259
	17	澎湖野生秋姑魚(NEW)	300g	310	299
	18	藍瓜石斑(NEW)(組合推廣)(12/29 上架) 鳳梨蜜梅醬(元榆)(NEW)(組合推廣) (12/29 上架)	500g 200g	739	688
	19	抱卵母香魚	600g	420	410
	20	鱸魚高湯(責生)	500g	120	115
	21	虱目魚丸(無添加磷酸鹽)	500g/包	145	139

	22	蝦仁起司火鍋料	300g	175	169
	23	三味火鍋料	450g/包	157	149
	24	魚餃	100g/盒;2 盒/包	100	95
	25	羊肩排(紐西蘭)	300g	395	336
	26	優質牛條肉	600g	535	455
	27	優質牛腱肉(單塊)(舍利蓮)	500g	465	395
	28	白肉雞雞胸絞肉	280g	115	109
	29	白肉雞去骨雞腿(御正)	380g	255	242
	30	善糧白肉雞雞翅 6 支(二件優惠)	6 支/包*2	256	225
	31	古早味雞捲(品川)	240g/包	150	135
	32	薄肉片	300g	165	157
	33	梅花火鍋肉片	200g	130	124
	34	台灣安格斯黑牛漢堡排(柏香)	160g	160	144
	35	有機綜合菇 (二件優惠)	40g*2	280	238
	36	冷凍刺山藥丁	400g	135	121
	37	中農種福園有機經典寬粉(中農)	180g/包	114	99
	38	中農種福園有機經典冬粉(中農)	180g/包	114	99
	39	原味麵條(麵本家)	450g/包	55	50
	40	原味寬麵(麵本家)	450g/包	55	50
	41	原味細麵(麵本家)	450g/包	55	50
	42	良質米	3kg	315	284
	43	茉莉香米	3kg/包	400	360
提味調香 讚不絕口	44	破布子	375g	165	140
	45	紅花大蔥苦茶油(金椿)(二件優惠)	500ml/瓶*2	1,810	1,600
	46	台灣山茶花籽油(苦茶油)(金椿)	300ml/瓶	1,850	1,600

甜甜蜜 好運攏來	47	奶油酥餅(NEW)(限量)	560g(70g*8 入/盒)	370	370
	48	鹽炒腰果	150g	165	165
	49	核桃果子	150g	155	155
	50	杏仁酥	200g	180	180
	51	芝麻酥	250g	175	175
	52	南瓜子酥	200g	185	185
	53	法式水果軟糖-香檸口味	130g	90	90
	54	法式水果軟糖-草莓口味	85g	90	90
	55	古早味花生糖(三件優惠)	300g*3	435	425
	56	黑糙米花生米香(福瑄)	200g	130	130
	57	胡椒菜脯餅	200g (25g/包*8包)	56	56
	58	岩燒海苔餅	200g (25g/包*8包)	56	56
	59	原味沙琪瑪禮盒	720g/18 入	148	148
	60	原味蛋捲	540g/6 包(每包 5 支)	415	415
	61	台灣玉米好棒棒	140g(35g x 4 小包)	125	125
	62	檸檬咬一口天然糙米餅乾	130g	205	205
	63	鹹金柑蜜餞	300g	200	200
	64	薄鹽胡桃(寬達)	200g	235	225
	65	楓糖胡桃	150g	220	210
	66	有機黑棗乾(去籽)	200g/包	165	155
	67	杏仁角海苔脆片(維聖發)	120g/包	170	160
	68	好愛胡桃綜合堅果組(12/29 上架)	360g(24g*15 包)	420	420
	69	雜糧沙琪瑪禮盒(12/29 上架)	720g/18 入	190	190
	70	開心果(12/29 上架)	200g	175	175

	71	虱目魚香絲(12/29 上架)	50g	90	85
	72	櫻桃杏仁牛軋糖(好味兒)(NEW)(1/5 上架)	150g	230	230
	73	原味寸棗(1/5 上架)	150g	57	57
	74	黑芝麻寸棗(1/5 上架)	150g	57	57
	75	手工雙色生仁糖(1/5 上架)	200g	160	160
	76	原味花生牛軋糖(1/5 上架)	250g	135	135
	77	棗泥核桃軟糖(1/5 上架)	250g	235	235
	78	花生酥心糖(1/5 上架)	250g	135	135
	79	鹽香九號花生(全素)(1/5 上架)	300g	112	112
	80	九號花生(全素)(1/5 上架)	300g	130	130
	81	仙楂美人果	150g	245	245
	82	手工麻糬(白芝麻)(NEW)(1/5 上架)	150g	85	85
	83	小紅豆(源本舖)(NEW)(1/5 上架)	200g	99	99
	84	甘納豆(源本舖)(NEW)(1/5 上架)	200g	99	99
好運連連 天然飲品	85	花旗參銀杏茶	250g	500	450
	86	奧納芮有機蕃茄汁(三件優惠)	295ml*3	165	149
	87	奧納芮有機蘋果汁(三件優惠)	295ml*3	165	149
	88	奧納芮有機紅葡萄汁(三件優惠)	295ml*3	165	149
	89	胡蘿蔔綜合蔬果汁(六件優惠)	195cc*6	330	297
	90	黑麥汁(三件優惠)	330ml*3	129	124
	91	桂圓八寶粥(二件優惠)	300g*2	104	99
	92	古早味紅豆湯(二件優惠)	300g*2	104	99
年節送禮 精選組合	93	阿拉斯加鮭魚鬆(味一)(組合優惠)	150g*2	1,500	1,388
		花旗參銀杏茶(組合優惠)	250g*2		
	94	有機純糙米細米粉(樂弟)(組合優惠)	200g	820	800
		有機純細米粉(樂弟)(組合優惠)	200g		

	清潤杏仁茶(組合優惠)	450g		
	黑芝麻五寶沖調粉(無加糖)(組合優惠)	450g		
除舊布新 事事如意	95 綠主張生態洗衣粉	1800g/盒	220	210
	96 綠主張生態溫和洗衣精(綠宣)	1800ml/瓶	260	235
	97 綠主張生態溫和洗碗精(綠宣)	480ml/瓶	130	120
	98 綠主張生態多功能清潔劑	480ml/瓶	208	190
	99 綠主張生態浴廁清潔劑	480ml/瓶	100	90

※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。

推廣時間：12/22(一)-2/14(六)

站長推薦好物				
序	品名	規格	原價	推廣價
1	茄汁虱目魚(二件優惠)	230g*2	130	118
2	野生秋鮭輪切(元家)	600g	350	320
3	味噌鹽麴五花醃肉片(花肉社)(NEW)	225g/包	175	166
4	台灣米漢堡(打拋雞 3 入)	480g/3 入	175	158

※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、短期蔬果組組員(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-臺南市歸仁區)
- 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、天母站、東區站、新莊站、三鶯站、東門站、新店站、景美站、木柵站、竹北站、國際站、斗六站)



合作社徵才網址

- 時薪站務(工作地點：天母站、士林站、信義站、碧湖站、大直站、東門、斗六站)