



週報期數 / 2022 年 12 月第 4 週

## 目錄

📢 社內公告 .....	2
🍎 當季水果 .....	3
🍎 水果品質說明 .....	10
🍎 本週水果供應概況 .....	14
📢 產品資訊 .....	15
📢 產品說明 .....	18
📁 人資招募 .....	19

社內公告

元旦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

一、服務時間調整

	2022/12/31(六)	2023/1/1(日)	2023/1/2(一)
站所	服務至 16:00	暫停服務	服務至 18:00
線上訂購	可下單		
社員服務	暫停服務		
※龍潭站 12/31(六)服務至 15:00。三重站連假期間暫停服務。 ※12/31(六)站所盤點，提前 2 個小時結束服務			

二、線上訂購個人宅配

- 24 小時可訂購，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。
- 因元旦連假，籃菜出貨行政作業需提前，12/30(五)官網個配籃菜下單時間到中午 12:00
- 連假期間到貨日如下

訂購日期	12/27(二)	12/28(三)	12/29(四)	12/30(五)~1/1(日)	1/2(一)
冷凍預計最快到貨日	12/30(五)	1/2(一)	1/3(二)	1/4(三)	1/5(四)
非冷凍預計最快到貨日	12/31(六)	1/3(二)	1/4(三)	1/5(四)	1/6(五)

三、【當日配】配送時間調整

12/31(六) 站所年終盤點，暫停服務。

2023/1/2 (一) 配送時段僅午配，時間為 14:30~16:30。

四、【當日配】配送時間調整

連續假期宅配正常配送，因疫情因素，委外物流包裹量繁盛，無法指定到貨時段，請保持連絡電話暢通，以利配送順利，造成不便，敬請見諒。到貨進度查詢方式如下：

- 線上訂購：官網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

若需 1/5(四)、1/6(五)到貨，截單時間為 12/30(五)17:00 前，因屬人工作業，請班長盡早來單，謝謝。到貨日期請以訂單組回覆日期為準。

- 下單 Email：[gncooptp@hucc-coop.tw](mailto:gncooptp@hucc-coop.tw)
- 下單傳真：02-29959736
- 連絡電話：02-29996122#737、739

當季水果



草生甜美減碳排

台東太麻里大目釋迦、鳳梨釋迦



◆ 草生甜美減少碳排——台東鳳梨釋迦、大目釋迦開始供應

台灣的秋冬季節，是水果們競相爭豔的舞台。除了蜜蘋果、草莓、柑橘、雪梨、蜜棗之外，釋迦也是深受期待的冬季水果品項。目前供貨合作社的釋迦，有「鳳梨釋迦」與「大目釋迦」兩種。大目釋迦是傳統品種，果粒大且飽滿，風味軟綿香甜，一向深受國人喜愛，產季追逐者眾。鳳梨釋迦是由冷子番荔枝（秘魯番荔枝）與番荔枝雜交而來的品種，果皮較韌有彈性，適於分切後剝皮食用，果實少籽多肉，口感軟 Q，香甜中帶點鳳梨酸香，因而得名。釋迦一年可兩收，但鳳梨釋迦的夏果易裂導致發霉，冬天果實熟成時間長，風味足，反倒是最適合吃鳳梨釋迦的季節！



釋迦甜美軟嫩，格外容易招引蟲蟲的青睞，要做到減藥栽培就已經十分困難了，更何況是取得有機認證？為合作社供應釋迦的青農李俊儀，是國內少數取得有機認證的釋迦農友！2009 年莫拉克風災後，俊儀返鄉跟爸爸學習種植釋迦，一開始曾因堅持草生減藥種植而與父親有些爭論，後又逐漸從減少用藥轉為友善及有機栽培，只為了讓田間的生態更加自然多元，生產更安全的釋迦。

「一般人以為種樹才能減碳，但根據 IPCC 資料顯示，溫帶森林每公頃的碳存量為 153 公噸，溫帶草原則可達到 243 公噸。藉此粗估草原的存碳量約為森林的 1.58 倍。」由此可知草生栽培亦有減碳效益，也更堅定了俊儀草生有機栽培的信念。

2021 年 9 月，中國無預警以驗出病蟲害為由停止台灣釋迦進口，影響農民生計，今年雖然鳳梨釋迦農友已共同減產三成，但仍需大家多多利用支持，支持農友用心栽種、友善土地的優質釋迦。

貼心小提醒





1.因釋迦不用化學藥物防治，無法避免因介殼蟲危害，使釋迦外皮變黑、外觀有白色粉狀物，無法像慣行釋迦乾淨青綠。這都是友善耕作釋迦與自然共存留下的勳章，但果肉依舊白嫩可口，而且風味更佳濃厚，更安全，希望大家一起珍惜，多多利用。

2.剛買回家的釋迦還硬硬的，大約需再放個 5-7 天左右，摸起來稍微變軟、表皮出現一些黑點後再切開食用，微酸微甜風味最佳，但也不要放到過軟，以免過於

甜膩。在釋迦熟成之前，千萬不可放入冰箱，以免低溫中斷釋迦的熟成，形成「啞巴果」。



果大碩美，送禮佳品

高品質雪梨爽脆登場

## ◆ 豐碩甜美，送禮佳品——高品質雪梨爽脆登場！

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有林浴沂、胡燕倫、張源益等農友。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，是果園可與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！張大哥發現與他聯絡的通路中，唯有合作社每年定期親自拜訪產地做檢驗，認真為產品把關的態度，也是他決定與合作社攜手合作的原因！歡迎多多支持在生產路上理念契合的農友夥伴。

## 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】

合作農友	產地	級別
林浴沂	武陵蘭花橋	農好級
胡燕倫	台中梨山	安全級
張源益	台中武陵	農好級



## ◆ 安心甜美的冬季戀歌——草莓季華麗供應中！

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，合作社所供應的草莓全都必須是環保級或友善級無農藥檢出( ND )。但在坊間草莓用藥普遍的情況下，能做到全無農藥檢出，已是國內最高標準，也是大小朋友得以安心享用草莓的基礎。為合作社供應草莓的農友們咬緊牙關撐過投入有機種植初期的收入壓力，致力克服極端氣候影響，堅持供應安心美味的草莓；社員則以實際行動利用購買，讓友善種植理念得以存續。這份彼此共好的美好價值，正是友善農業道路上最令人感動的羈絆。今年草莓已經陸續開始供應，不同的農友、不同品種，甚至不同產期果實(目前為一期花)，風味特色各有不同。歡迎社員多多品嚐，拓展這個冬季最令人戀戀不捨的味蕾版圖。

## ■ 謝秋芸——歲月釀成的酸甜芳美





好消息！另一位高品質管理的草莓農友謝秋芸本週也開始加入供貨行列了！

秋芸種的草莓品種是「蘋果草莓」，外觀鮮紅，果形不大，口感紮實，微微脆口，酸香有致，大小合宜。無論是鮮食、搭配煉乳優格吃，或者是作成鮮果三明治都非常適合。

一開始，秋芸是與媽媽一起合力管理露天草莓園，後深感露天有機栽植著實不易，咬牙斥資興建了第一個溫室。但不光是草莓嬌嫩照顧不易，就連要如何維持協助授粉的蜜蜂小工人存活，都是大學問。有段時期甚至面臨了有訂單卻無法出貨的窘境。後來先生國鋒毅然辭了內湖科學園區的工作，夫妻同心，在每一次、每一年的經驗中學習、調整，終於找到了適合的品種，運用天敵防治，也穩定了管理技術與節奏。**十年過去了，晨光中燦耀生輝的鮮紅果實與滿園芳香，正是秋芸與國鋒這一路堅持所得最美麗的冠冕。蘋果草莓的酸甜滋味，訴說的，就是這令人動容的故事。**

## ■鍾文標——市面少見！露天栽植有機豐香、優雪、蜜香草莓



草莓嬌貴，為避免天候影響，有機農友多採網室種植。露天栽種有機草莓的農友極少，鍾文標大哥就是其中佼佼者，而且種植的品種還包括超難照料的豐香草莓！**豐香草莓質地細緻、香氣濃郁、口感層次豐富，甜酸比飽滿，帶淡淡奶香，堪稱最受歡迎的草莓品種。**惟嬌嫩且易受病害，許多農友紛紛改種其他品種。鍾文標大哥種植草莓已逾 30 年，平日沉默寡言，但追求精進草莓種植技術不遺餘力。除了豐香草莓，他還種植了蜜香與優雪草莓。優雪草莓甜度與豐香相仿，但抗病力略勝過豐香；蜜香草莓口感較為淡雅，蒂頭部位留白不轉紅是其特色，好吃之外，也十分賞心悅目。露天栽植的自然雨露雖易對草莓造成危害，卻也讓鍾文標大哥的草莓風味鮮明，是品賞草莓不可錯過的佳品！

## ■陳森郎——環保級 BD 農法香水草莓



供應香水草莓的陳森郎大哥，是國內第一位擁有有機認證的草莓農友。他和太太從事草莓栽種已有 30 年，因深感農藥危害的嚴重性，帶著「己所不欲，勿施於人」的信念毅然投入栽種有機草莓。其間甚至有長達三年完全沒有收入，必須靠開怪手來養家活口，就是靠著那份信念堅持下來。**近年來，陳大哥改採更重視土壤活力的 BD 農法，**每年採收結束後詳細檢測土壤，並



根據檢測結果種植多種綠肥以養地。而這也讓陳大哥的草莓植栽健壯、葉子豐茂，果實香氣濃郁。因此雖然 BD 農法草莓價格較一般有機農法高，且產量有限，但追尋購買者絡繹不絕。

## 注意事項

1. 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。
2. 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購買。並於購買後盡快於三天內食用完畢，以便品嚐到最佳風味。

## 【草莓供應小檔案】

合作農友	產地	級別	供應品項	規格
鍾文標	苗栗獅潭	環保級	優雪、蜜香、豐香草莓	350g/盒
謝秋芸	桃園新屋	環保級	蘋果草莓	360g 以上/盒
陳森郎	苗栗大湖	環保級	香水草莓	250g 以上/盒



### ◆ 皮薄瓜脆焦糖香——極品卡蜜拉網紋橙肉甜瓜爽脆供應中！

繼如蜜般的天蜜網紋白肉甜瓜之後，另一個冬季甜瓜極品——卡蜜拉網紋橙肉甜瓜也開始供應了！

卡蜜拉網紋橙肉甜瓜也是近幾年來台灣甜瓜的新品種，外型橢圓飽滿，翠綠色網紋緻密。切開後，橙紅多汁的果肉極為誘人；最大特色是皮極薄，可食部位高，肉多籽少，靠近果皮處的漸層綠色果肉一樣甜美脆口！質地爽脆細嫩，甜度高（最高甚至可達 16 度），卻清爽不膩，細細品嚐，甚至可嘗到些許焦糖香！風味特殊讓人驚豔，一試難忘。無怪乎有人說它是「甜瓜中的極品」。

相較於天蜜甜瓜的熟軟綿密，卡蜜拉甜瓜屬脆口品種，雖同樣是 7-8 分熟成採收，但熟成後，不會變軟。常溫約可維持 5-7 天，放入冰箱則可保存約兩周左右。冰涼後吃，風味更佳。同樣是冬季甜瓜，風味竟有這麼大的差異，實在令人驚奇。



為合作社供應卡蜜拉甜瓜的，是對於瓜果高規格管理的專業農友范玉芳。對於甜瓜的管理，范姐堅持採直立式栽培、單蔓整枝、一蔓一果的方式栽種；更嚴格控管水份，確保瓜果甜度品質，也使得網紋細緻均勻，賞心悅目。走訪范姐的溫網室，市面少見的冬季甜瓜們正蓄勢待發。這個冬天，就請盡情享用范姐的高品質甜瓜帶來的驚奇與甜美吧！

### 貼心小提醒

1. 為供應最美好風味的甜瓜，農友會先於田間判斷完熟才會採收（約 8 分熟），買回家即可食。卡蜜拉甜瓜是屬於脆口品種，熟成後也不會軟化。常溫約可放 7-8 天，放入冰箱約可保存 2 周左右，冰涼著吃，風味更佳。但還是建議把握賞味期盡快食用完畢。
2. 網紋甜瓜偶有表皮裂痕，屬正常現象，不影響品質，請安心食用。



▲農友范玉芳的高規格瓜果管理，讓冬季甜瓜的風味美好可期。





◆ 溪底遙學習農園帝王柑產期即將結束，敬請把握今年最後品嘗機會

帝王柑外表青綠，看起來像柳丁，但其實是橘子吃法。最大特點是果皮很薄，只有 0.1cm！體型比一般橘子小，表皮光滑油亮，果肉金黃橙透。青綠色的外表常讓人誤以為它很酸，但其實多汁清新甜蜜，還帶有特殊的花果香。一口咬下，那在口中迸發的甜美汁液與香氣，果肉幾乎入口即化的細緻口感，讓人驚嘆，忍不住一顆接一顆。小小個頭卻有如此強大能量，果然不負「帝王」之名！今年蕭秋文阿伯的帝王柑產期即將結束，歡迎把握品嘗這柑橘之王的最後機會！

【溪底遙學習農園帝王柑小檔案】

合作農友：溪底遙學習農園—蕭秋文  
 品種：帝王柑  
 產地：南投中寮  
 自主管理等級：農好級

※貼心小提醒：帝王柑皮極薄，如無法盡快食用完畢，請略以報紙包覆，以免表皮過乾難以剝開。



◆ 原來極柑可以這麼好吃！高品質大坑極柑甜蜜供應中！

高品質管理、永續照料果樹、最適期採收，讓謝朝義大哥的極柑除了酸甜多汁之外，口感也比一般極柑更細緻、不酸刺嗆口，嘗過之後才知道，原來極柑可以這麼好吃，就連不喜柑橘酸嗆

滋味的朋友都會讚不絕口！而這，正是謝大哥永續友善土地，悉心照料果樹的甜美成果！歡迎社員把握產期多多利用！


## 貼心小提醒

1. 椪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. 挑選椪柑則盡量以果型完整，放在手心沉甸甸有份量為佳。大果椪柑多汁過癮，小果風味濃縮，口感與甜度並不會有差異。



▲沁鼻的柑橘香氣以及枝強葉茂的健壯果樹，確認了謝大哥今年的椪柑美味可期！

## 【大坑椪柑小檔案】

合作農友	產地	級別	供應品項	規格	售價
謝朝義	台中大坑	安全級 	椪柑 27A-10 斤/箱	27A/顆	650 元
			椪柑 25A-10 斤/箱	25A/顆	550 元
			椪柑 30A-台斤/散裝	30A/顆	83 元
			椪柑 27A-台斤/散裝	27A/顆	65 元
			椪柑 25A-台斤/散裝	25A/顆	55 元
			椪柑 23A-台斤/散裝	23A/顆	40 元

## 🍏 水果品質說明

### ◆【蜜蘋果 3A 小果甜度實測】甜度逼近 20，一樣蜜香濃濃！

今年因為氣候炎熱，蜜蘋果的果形偏小，目前架上甚至出現了 3A ( 2-2.8 兩 ) 小規格供應。到底這外型小巧的蜜蘋果，風味甜度如何呢？我們親自作了實測：隨機抽樣到倉蜜蘋果，切開測試甜度。除可見些許蜜腺外，測試結果亦十分驚人，甜度竟分別高達 15.8 度與 21.9 度 ( 如圖 )，甚至高於一般蜜蘋果甜度均值 ( 15-17 度 )，而且同樣蜜香濃濃！足見果實大小不影響風味，說不定還因果小而風味濃郁！敬請把握今年蜜蘋果最後產期，品嚐令人驚奇的小蘋果滋味！





▲隨機抽樣蜜蘋果 3A 小規格甜度測試#1：甜度 15.8 度



▲隨機抽樣蜜蘋果 3A 小規格甜度測試#2：甜度 21.9 度

### ◆【冬季草莓派對食譜】華麗的日式水果鮮奶油三明治（以草莓為基底）

時近聖誕，又逢冬季水果豐美產期，正是在餐桌上變出繽紛花樣的最佳時機。趁著草莓產出，介紹一道視覺華麗而討喜的點心——日式水果鮮奶油三明治。這道點心在某些咖啡名店裡，價格不菲，但其實材料與作法十分簡單，風味卻是出奇的美好。作為聖誕或跨年派對小點，一端上桌，保證引起驚嘆！

#### 【冬季戀歌草莓鮮奶油三明治】

##### 材料

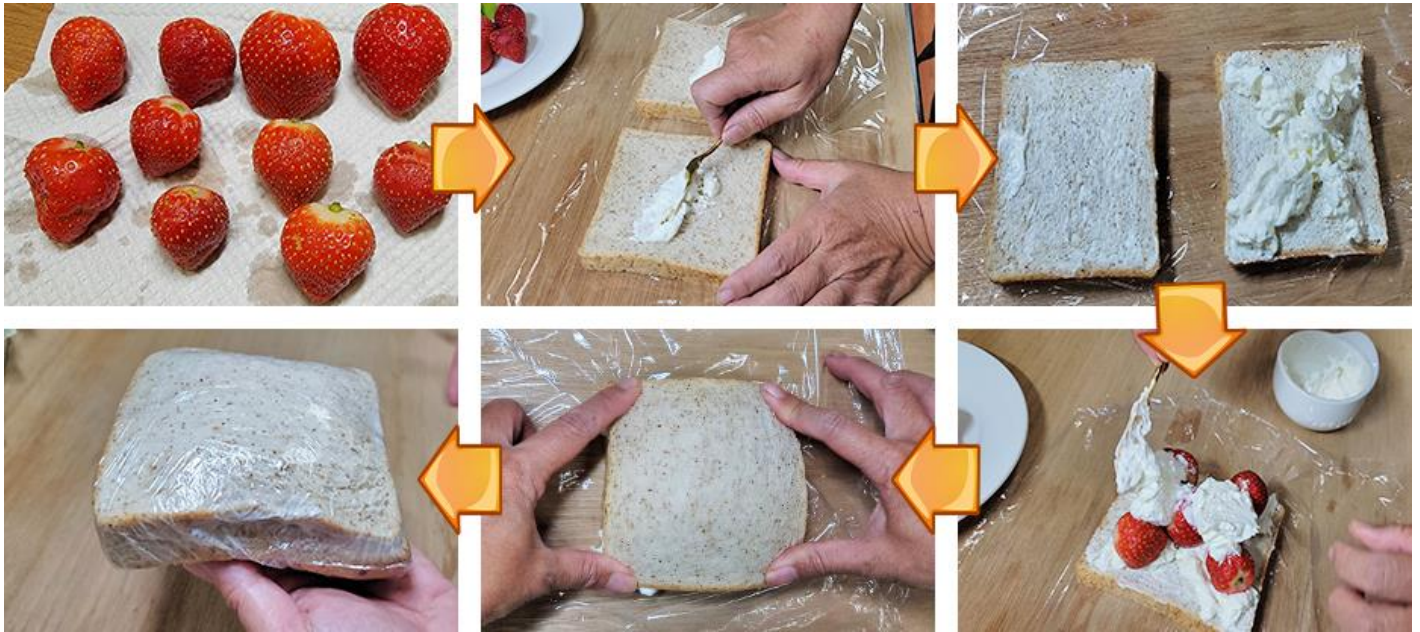
草莓、鮮奶油、土司

##### 作法

1. 草莓洗淨去蒂頭，以拭手紙擦乾備用。
2. 鋪平保鮮膜（面積需比兩片吐司大），放上兩片吐司（吐司可先切邊），塗抹一層薄薄鮮奶油做基底（分量不用多，將吐司每處都抹到即可）
3. 接著依照預計水果切面位置，增加鮮奶油的量後，將草莓與水果依切線放置妥當。
4. 在草莓與水果之間的空隙處補上鮮奶油。
5. 放上另一片吐司。需將吐司四邊壓緊再將保鮮膜包上塑形。
6. 將包好的三明治放入冰箱冷藏至少一小時後，取出，切去吐司邊，再依對角切兩刀，草莓鮮奶油三明治就完成囉！







※※推薦利用產品：當季草莓、喜願全麥/多穀物吐司

### 【聖誕驚奇水果鮮奶油三明治】



#### 材料

草莓、綠肉奇異果 (或其他水果，自由搭配)、鮮奶油、土司

#### 作法

1. 草莓洗淨去蒂頭擦乾，奇異果切條狀備用 (註)。
2. 其餘作法如草莓三明治，重點在於水果需擺放在預定切線上。

3. 以保鮮膜將三明治輕輕固定包妥後，將包好的三明治放入冰箱冷藏至少一小時後，取出，直線對切兩刀，水果三明治就完成囉！

註：將奇異果切成條狀是為了讓切面構圖視覺更有變化也更好看。

※※推薦利用產品：當季草莓、廖文扶綠肉奇異果、喜願全麥/多穀物吐司



### ◆蜜棗的熟度如何判定？如何保存蜜棗最佳風味呢？

猜猜看，下圖中三顆雪蜜棗，哪顆比較熟呢？該如何判定？



**看果臍**：蒂頭部位就像人類的肚臍。肚臍越大越開，代表熟度越熟。

**看果皮**：較成熟的蜜棗表皮會漸漸轉淡，由青綠轉為黃綠色。

所以下圖中最熟的應為左下方那顆，越熟甜度越高。為使社員品嚐到最佳風味，農友明輝供應給合作社的雪蜜棗約為八分熟採收。因此收到後即可冷藏，以免過熟發酵。



## ◆ 如何知道釋迦已經熟了？如果迫不及待想提早吃到釋迦，有什麼小技巧？

釋迦屬於後熟性水果，放置一段時間後會更加軟甜，在軟熟之前，不宜放入冰箱保存，否則會妨礙熟成。那麼，怎麼分辨是否軟熟了呢？以下提供三個觀察點：

- 【1】輕撥蒂頭能與果實分離（大目釋迦）
- 【2】輕壓果身尖粒感覺微微柔軟有彈性（大目釋迦、鳳梨釋迦）
- 【3】果身稍有黑色斑點

如果迫不及待想吃到釋迦，在此分享小祕方：將釋迦稍稍沖水後擦乾，常溫晾乾靜置隔夜，就可加速釋迦軟熟囉！

## ◆ 【美味小秘訣】柑橘辭水，風味 Up！

雖然自然環境下完熟採收的椪柑，甜度仍可能依據每年氣候狀況而有不同的表現，就連每天採收的果實甜度也稍有不同。但柑橘類其實和文旦一樣，無論是柳丁、臍橙還是椪柑，買回家後放置通風陰涼處，等外皮稍微辭水幾天，柑橘精油香氣沁入果實後，整體甜度、嫩度與風味，都會比剛買時好吃一些！



▲柑橘類水果也跟柚子文旦一樣，採收後放個幾天辭水，香氣甜度與嫩度都會更提昇！

## 🍏 本週水果供應概況

水果品項	生產者	利用級別	供應狀態
豐香草莓、蜜香草莓、優雪草莓	鍾文標	環保級	供應中
蘋果草莓	謝秋芸	環保級	新上架
香水草莓	陳森郎	環保級	供應中
鳳梨釋迦	李俊儀	友善級	供應中
大目釋迦	李俊儀	友善級	供應中
木瓜	官加展	環保級	供應中
臺農二號木瓜	林俊傑	環保級	供應中
牛奶鳳梨	陳映延	農好級	供應中
台農一號百香果-600g±10%/袋	蘇榮	環保級	供應中
巨峰葡萄-500g/盒	賴國鎮	農好級	供應中
玉女小番茄-1斤/盒	古東喜	農好級	供應中
玉女小番茄 600g	張東賢	農好級	供應中
綠肉奇異果 600g±5%/盒	廖文扶	農好級	供應中
帝王芭樂(中)	蔣世明	農好級	供應中
帝王柑-600g/袋	溪底遙學習農園	農好級	產期即將結束
紅龍果	東山合作社	農好級	供應中
紅寶石葡萄柚	詹東縈	安全級	供應中
香蕉	香蕉研究所	農好級	供應中
香蕉	黃淑女	農好級	供應中
香蕉-500g 以上/袋	阮皓郁	環保級	供應中



梨山雪梨 11-13 兩-顆、8 顆、6 顆/禮盒	林浴沂	農好級	供應中
梨山惠蜜蘋果 3A、4A -台斤	林浴沂	安全級	供應中
富士蘋果	張源益	安全級	供應中
椪柑 23A-30A-台斤、25A-10 斤/盒	謝朝義	安全級	供應中
椪柑 25A-台斤、25A-5 斤/盒	東山合作社	安全級	供應中
蜜棗-1 斤/盒	陳明輝	安全級	供應中
檸檬	陳天印	環保級	供應中
桃太郎番茄	張東賢	農好級	新上架
金鑽鳳梨	陳映延	農好級	新上架
柳丁 21A 以上-台斤	東山合作社	安全級	新上架
柳丁 23A-5 斤/盒	東山合作社	安全級	新上架

## 📢 產品資訊

### ◆ 新品上市(批次限量供應、全社街供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
善糧文昌雞胸	200g/包	江森	200	1/2	雞雞飼養五週後，開始餵食生產者自主採購的非基改玉米、黃豆，搭配維生素、礦物質和胺基酸等原料所製成的飼料，並停止使用任何藥物，於第十三週屠宰時已完全退藥。雞胸適合油煎、香烤、或切丁煮咖哩、切片炒青菜；雞腿剝塊適合快炒、或煮咖哩；雞翅適合油煎、香烤、或截切煮咖哩；雞腳適合燉滷；去骨雞腿適合油煎、香烤、或切塊煮咖哩。
善糧文昌雞腿剝塊	800g/包		580		
善糧文昌雞翅	6 支/包		200		
善糧文昌雞腳	8 支/包		90		
善糧文昌雞去骨雞腿	350g/包		460		

### ◆ 新品上市(限量供應、全社皆供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
烏魚子	120g/包	邱經堯	1025	12/26	透過低密度生態級共生混養，全程不使用變性雌激素，結卵率低，等待成熟的三年雌烏魚成年的風味，拒絕使用雌激素，無化學藥物、無抗生素、無生長激素，不使用除草劑，確保無污染。
	140g/包		1250		

### ◆ 新品上市(無特殊供應狀況、全社皆供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
用心減塑牙刷套組(黑)	1 入/盒	伍駒	329	12/26	減塑牙刷刷頭可替換，組裝簡易，幾何角度設計的金屬手握刷柄符合人體工學，牙刷刷頭使

用心減塑 牙刷套組(銀)	1入/ 盒	伍駒	329	12/26	用螺旋雙尖絲刷毛，齒縫清潔、牙齦按摩一次完成，刷頭小易潔清後白齒區沒死角。選用減塑牙刷可減少塑膠垃圾高達 80%，為環境進一份心力，用行動愛護地球。
用心減塑 牙刷套組(金)	1入/ 盒	伍駒	329	12/26	
用心減塑 牙刷替換刷頭	5入/ 盒	伍駒	235	12/26	
原味雞肉粥	320g/ 包	立高 食品	99	1/2	合作社指定白米與雞肉為原料，搭配喜願本土小麥仁製作而成，粥體與湯比例完美，調味簡單，成分無人工添加；包裝使用高溫滅菌技術，讓產品可常溫保存，方便攜帶與儲存。
優質牛肉火鍋片	300g/ 包	舍利蓮	260	1/2	天然牧草飼養，不施打化學藥劑、荷爾蒙與抗生素。火鍋片可採燒烤，或切成肉絲後，以炒肉方式料理食用；牛條肉適合串燒、煎食或燉煮，亦可做為清燉、紅燒或咖哩牛肉麵。
優質牛條肉	600g/ 包		535		
寶鼎頂級 100% 純綠豆粉絲	210g/ 包	中農 粉絲	145	1/2	使用 100%純綠豆澱粉製成，遵循古法生產水煮成型，無添加其他澱粉或添加物，具韌性耐久煮，不易軟爛，煮湯、涼拌、快炒皆適合。

### ◆ 新品上市(其他供應狀況、全社皆有供應)

品名	規格	生產者	價格	上架時間	特殊供應狀況	說明
友善放牧雞蛋 (北一)	10入/ 盒	快樂腳 商行	150	1/9	無	使用友善雞蛋聯盟放牧生產系統，讓母雞維持原始自然行為，讓雞隻可安心產蛋，無添加類胡蘿蔔素，自然呈現蛋黃顏色，因此每一批次蛋黃皆可能有些微落差，屬正常現象。
友善放牧雞蛋 (北一) (不分規)	1.8kg/ 盒	快樂腳 商行	350	1/9	不分規為無添加類胡蘿蔔素之全區利用，可供應數量依據生產者提供，為限量分區輪流供應	
友善動福雞蛋 (全馨)	10入/ 盒	蔡誌忠	125	1/9	由於專區飼養無添加類胡蘿蔔素，目前因產蛋量較少，分區輪流供應	

### ◆ 產品優惠 (生產者感謝社員支持，主動提供優惠價格回饋社員、全社皆有供應)

品名	規格	生產者	原價	優惠價	優惠期間	9折身分是否再享優惠
松阪肉	300g	中央畜產	360	324	12/12-1/20	是
原味麵條	450g	麵本家	55	52		
原味寬麵	450g	麵本家	55	52		
原味細麵	450g	麵本家	55	52		

### ◆ 產品優惠 (其他優惠原因、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
楓糖 胡桃	150g/ 包	樹窩行 銷股份 有限公司	200	180	11/14-12/31	近期利用趨緩，延長優惠價期間，鼓勵社員利用。	是



鹹蛋黃	20 顆/ 包	泓良食 品股份 有限公司	270	243	12/19-售完為止	利用趨緩·優惠價 鼓勵社員利用。	是
泡菜豬肉 水餃	1050g/ 50 粒	沛騰	298	238	即日起至出清為 止	為增加社員利用· 採單包 8 折優惠 繼續回饋社員。	否
冷凍刺山 藥丁	400g	林宜成	135	100	11/21-出清為止	生產者採限量優 惠推廣回饋社員。	否
油蔥醬 *2 罐	235g	好品味	240	120	12/12-1/20	近期因利用趨緩· 以優惠鼓勵社員 多加利用在地農 產加工食品	否
鮮乳坊豐 樂鮮乳	936ml/ 瓶	慕渴股 份有限 公司	112	190 /2 瓶	11/21-1/20	因冬乳過剩·優惠 價鼓勵社員利用。	否

◆ 恢復供應: (節慶限量供應、全社皆有供應)

品名	規格	生產者	價格	上架 時間	說明
石斑魚	500g	御鑫	395	12/19	指定生產者黃芬香海水養殖場·以純海水粗放養殖· 養殖過程不使用抗生素·收成時立刻放血·加工 處理後再以超低溫冷凍保存·確保魚肉的鮮度。
	700g		430		
赤鰭笛鯛 (紅雞母)	550g		470		
	400g		395		
蘿蔔糕 (葷)	750g/包	餐御宴	140	1/9	使用指定原料之契作蘿蔔絲·友善種植在來米·主 惠調合油·信功豬肉·無染色蝦米·香菇及公平貿 易白胡椒粉為原料·以傳統方式製作·口感軟綿· 嘗的到蘿蔔搭配肉燥·香菇及蝦米的香氣。

◆ 恢復供應: (季節限量供應、全社皆有供應)

品名	規格	生產者	價格	上架 時間	說明
高山 烏龍冬茶	150g	洪啟瑞	970	12/26	友善種植的烏龍茶數量不多·喜愛的社員·可把握 機會利用。
阿里山 金萱茶(冬茶)	150g	洪紹勛	500	1/2	產於嘉義石棹·茶園海拔約 1600 公尺左右;因常 年處於日夜溫差大·日照短且雲霧環繞的環境·讓 茶葉的香氣淡雅·有獨特的山頭氣味·純正手工採 茶加上洪紹勛的製茶技術·讓茶湯甘醇香甜順口· 喉韻佳耐沖泡。
阿里山 烏龍茶(冬茶)		洪紹勛	750		
開心果	200g/ 包	寬達生 技有限 公司	158	12/26	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。
龍眼乾肉	300g	豪紳	365	12/26	以龍眼木熱風燻烘·保留完整香氣並增加 Q 度; 可直接食用·或製作甜米糕·八寶粥或冰淇淋·也 可煮人蔘茶·福圓茶或自製桂圓酒。

## ◆ 價格異動: (因原料、物流、人事費用而調整進售價)

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	供應區域
芝麻包	800g/8 入	阿南達	235	250	1/9	全社
紅豆包	800g/8 入		235	250		
麥香饅頭	600g/8 入		155	160		
雜糧饅頭	600g/8 入		215	230		
虱目魚鬆	150g	漁權會	95	105	1/9	
花枝丸	300g	品川	230	235	1/2	
台灣山茶花籽油(苦茶油)	300ml/瓶	金椿	2000	1850	1/2	
蘿蔔糕(葷)	750g/包	餐御宴	135	140	1/9	

## ◆ 規格異動 (禾乃川產品: 上架時間:1/2 ; 供應區:北區 )

原品名	新品名	舊規格	新規格	價格	異動原因
純豆漿(無糖)	純濃台灣黃豆乳(無加糖)	1000ml	945ml	95	生產者禾乃川漿類產品，產品新視覺設計更換包裝，品名重新命名，容量調整為 945ml，豆乳經產品測試，其有效期限延長至 10 天，原料來源未變動，請社員繼續支持。
純豆漿(有糖)	純濃台灣黃豆乳(有糖)			95	
黑豆漿(無糖)	純濃台灣黑豆乳(無加糖)			105	
黑豆漿(有糖)	純濃台灣黑豆乳(有糖)			105	

## ◆ 包材異動(無特殊供應狀況、全社皆有供應)

品名	舊規格	新規格	生產者	上架時間	異動原因
25%鮮奶油	180ml	180ml	四方乳品工業股份有限公司	1/2	生產者包裝設計改版，因而修改，成分無修正

## ◆ 供應狀況

品名	規格	生產者	缺貨狀況說明	預計恢復時間
玫瑰花茶	30g	大花	新一批未採收	2023/1 月底
紫蘇籽油	300ml	金椿	進口船期延宕	2023/2 月中
素水餃	750g	見晴	原料缺貨	2023/1 月中

## ◆ 暫停供應(未來可能會再供應)

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
新鮮香菇(環保級)	300g/包	羅伊秀	天冷影響香菇產量	預計 3 月份恢復供應

## 📢 產品說明

### ◆ 芝麻湯圓——生產者說明

芝麻湯圓(餐御宴)-220g/10 顆，其成分中的番薯澱粉實為章俊源地瓜粉，因久未供應導致疏漏未確實標示上\*號，而標籤貼皆已印製完成，為避免不必要的浪費，特以周報公告芝麻湯圓中番薯澱粉乃合作社指定原料之聲明，敬請社員安心食用。



## 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、資深訓練專員、開發專員、有機農產驗證稽核員、乾貨理貨人員、短期集貨理貨人員、短期乾貨理貨人員、短期蔬果理貨人員 (工作地點：三重總社)
- ◎短期蔬果理貨人員(工作地點：台南分社)
- ◎站長(工作地點：東區站)
- ◎儲備站長(工作地點：北南分社-跨站支援)
- ◎月薪站務(工作地點：信義站、大直站、士林站、雙和站、新店站)
- ◎時薪站務(工作地點：雙和站)
- ◎短期時薪站務(工作地點：三民站)

職缺說明請至 104 人力銀行查詢 <https://goo.gl/jkinnX>，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](mailto:leo.chen@hucc-coop.tw)。

