

從食疼愛家人

邁向生活的
美好時刻

推廣時間：2/15-3/23

益生菌
2g/30入 530元

鈣鎂D膠囊
60粒/瓶 380元

週報期數 / 2024 年 2 月第 2 週(2/5-2/9)&第 3 週(2/12-2/17)

目錄

🍎 當季水果.....	2
📢 產品資訊.....	7
👜 人資招募.....	9

當季水果



玉女、金瑩、桃太郎、蜜紅、橙蜜香、綺綠、麗莎.....，番茄的品種琳琅滿目，您吃過幾種？在農友蘇鵬和張瀨月的彩色番茄盒裡，這些都有機會吃得到！不同品種的番茄，顏色、風味和營養成分略有差異，紅色富含茄紅素和β-胡蘿蔔素，紫黑色有大量花青素，橙色則含較多葉酸，黃色的維生素 A 是其他品種的好幾倍，品嚐一盒彩色番茄，有助補充均衡營養。

蘇鵬從事養豬事業 40 餘年，因綠能及環保榮獲神農獎肯定，近兩年投入溫室種植蔬果，在農場設施與管理上，以他在畜牧領域一貫的專業規格和永續理念經營，並通過有機驗證。張瀨月原本在製造業擔任會計，因疼惜長期務農的年邁父親，因此於 8 年前回鄉務農，和合作社資深農友楊安和學習友善農法，前幾年順利取得綠色保育證書，為大社當地的陸域棲地盡一分心力。兩位農友產出的彩色番茄風味自然，清甜中帶有原始濃厚番茄酸香，口感與色彩一樣繽紛，只可惜產量稀少，目前皆為限量供應。

貼心小提醒

彩色番茄栽培不易，自然生長下，顆粒大小不一，還請社員理解後再利用。

【供應小檔案】

合作農友	產地	級別
蘇鵬	屏東內埔	環保級
張瀨月	高雄大社	友善級



農友張瀨月



香檳果香，甜酸比佳

大村清香葡萄限量供應中

為合作社供應葡萄的農友賴順清已有 30 多年種植經驗，他的田區位於彰化最知名的產區——大村鎮。早在栽種之初便有減藥栽培的想法，十多年前開始力行減藥，雖然前幾年收成銳減，讓賴大哥深感挫折，所幸他未因此放棄，反而更精進管理技術，除了提前套袋，園中亦養雞整草除蟲，肥嘟嘟的雞群整日在葡萄葉影下穿梭覓蟲，為靜謐的果園帶來蓬勃生機。歷經多年努力，賴大哥的葡萄終得減藥八成以上，雖然有時會因氣候因素，導致果實外觀不盡完美，但卻可以安心的帶皮享用，而且風味十足。

清香葡萄是賴大哥的自育品種，剛自果盒取出，濃郁的香檳果香便撲鼻而來，令人垂涎。入口甜酸比例佳，口感紮實且層次豐富，甜卻不膩，完全不輸進口知名品種，令人讚不絕口！歷經數年育成，近年終於有較穩定的產出，惟產量有限，想品嚐清香葡萄特有風味的社員可得趕緊把握了。

貼心小提醒

葡萄外皮的白色粉末為天然果粉，是新鮮且品質佳的象徵，清洗後可以安心享用。清洗時建議以剪刀將果粒剪下，因為用手拔容易造成破口讓清水滲入，影響風味口感。

【供應小檔案】

合作農友：賴順清
 品種：清香 / 巨峰
 產地：彰化大村
 級別：農好級



「巨峰葡萄 1.5 公斤盒裝」供貨中，請洽各站所！



相傳早期農家多將桶柑儲存在木桶中運輸而有此名，因為產期在農曆年節期間，色澤橙黃寓意吉祥，也是過年時家家戶戶桌上會出現的水果，又稱「年柑」。桶柑為極柑與甜橙的天然雜交品種，外皮多呈現橘黃色，甜度高、口感紮實多汁，粗纖維較少，甜酸比恰到好處，因果皮緊密，建議剝成兩半後會較好取食。

■張治榮——清新自然的環保級桶柑

農友張治榮的「多多龍農場」主要經營養蜂和柑桔，果園位於坡地，富有自然原野氣息，農場內的果樹皆有編號並開放認養。其實無農藥柑橘栽種極不容易，為了與合作社配合，農友重新調整作物管理方式，力求不用農藥也能維持品質。張大哥的桶柑採收較早，酸度會略微偏高，建議購入後可放個幾天辭水退酸，風味更佳。

■魏裕宸——石門水庫上游淨土孕育的甜嫩多汁桶柑

農友魏裕宸的果園位於石門水庫上游，日夜溫差大、雲霧繚繞水氣多，環境天然獨立，非常適合柑桔生長。果園內全區草生栽培，農友也提早於小果期停藥，雖然防治效果有限，落果多且常有火燒柑，但園區生機盎然，隨處可見穿山甲挖的通道，松鼠和猴子也常造訪，鄰近的原住民獵人甚至來此設置狩獵隱蔽所呢！

貼心小提醒

因有機或減藥栽培之故，桶柑外皮易受銹蟎吸食破壞呈現黑色，俗稱火燒柑，其完全不影響風味，請社員理解後再利用！

【供應小檔案】

合作農友	產地	級別
張治榮	苗栗西湖	環保級
魏裕宸	桃園復興	安全級



草莓供應最速報

多款草莓香甜供應中



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，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。

然而，由於草莓農藥殘留超標事件時有所聞，為了讓社員可以安心享用，合作社的草莓允收標準都必須是農好級以上，也就是說，全都必須是無農藥檢出 (ND) 才行，這標準堪稱全台最高！在共同購買支持下，農友致力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，而農友多年來的養護土地、自行育苗，也造就了不用農藥卻能在極端氣候的威脅下穩定供應的強悍韌性。合作社的草莓，不只是全台最早，也是安全最高標，而且品種繁多、滋味豐富，這正是共同購買最甜美的果實！

今年合作社草莓季已經展開，為這個寒冬平添繽紛浪漫色彩。不同的農友、不同品種，甚至不同產期果實 (目前為一期果)，風味特色各有不同，歡迎把握機會多多品嚐，這珍貴甜美的冬季水果嬌客。

【供應小檔案】 (僅列出目前供應之農友)

合作農友	產地	級別	品種
陳森郎	苗栗大湖	環保級	香水
鍾文標	苗栗獅潭	環保級	優雪、蜜香、豐香
陳櫻櫻	苗栗銅鑼	環保級	大心
謝秋芸	桃園新屋	環保級	蘋果
范桂達	苗栗大湖	友善級	香水、美姬



農友范桂達



如果說，夏季是台灣芒果的盛宴，那麼冬天就是柑橘類的大隊接力賽。時近年節，第一波國產柑橘產期稍歇，茂谷柑、美女柑、砂糖橘和桶柑等隨即上場接力。金紅亮眼的外觀與柔嫩香甜的口感，為即將到來的年節，平添不少喜氣。

身形略為扁平、堅實飽滿的茂谷柑，大約於民國 60 年代由美國佛州引進試種，是由寬皮柑和甜橙雜交選育而成，其果皮薄、油胞小，**果肉細緻柔嫩，甜度高、風味又濃**，因而還有「蜜柑」的別稱，是極受歡迎的送禮水果。

為合作社供應茂谷柑的農友詹錦章，果園位於苗栗卓蘭的丘陵地帶，日夜溫差大的環境優勢，讓詹大哥的茂谷柑色澤金黃均勻，彷彿吸收了飽滿的陽光，十分討喜。詹大哥堅持不施用除草劑，**草生栽培涵養水土，善用有機質肥料管理，延長熟成度，提升了茂谷柑的香甜風味與最適糖酸比**。除了減藥栽培，詹大哥還設置冷藏保存室，採收後不浸泡藥水殺菌，而是以專業冷藏技術保鮮，安全加倍。正是這樣有活力的土壤與高規格管理技術，造就了詹大哥茂谷柑的安心好滋味，歡迎社員趁著產期，多多品嚐利用！

貼心小提醒

茂谷柑購入後可放置於常溫陰涼處，最佳賞味期約 5 天，如果要延長保存，可於一週後以袋子密封並放入冰箱冷藏。

【供應小檔案】

合作農友：詹錦章

產地：苗栗卓蘭

級別：安全級

「茂谷柑 (25A 以上) 5 台斤盒裝」供貨中，請洽各站所！



📢 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
生活實踐家 低碳簡單新生活的 52 個行動提案圖卡	1 組	主婦聯盟環境保護基金會	500 元	02/19	無	(1)主婦聯盟環境保護基金會長期推動生活環保，用生活轉型的方式促使大眾友善環境，因應基金會 35 周年開發出這一套圖卡，希望透過你我都可以輕易理解的 52 個行動，擴大社會影響力。 (2)透過 52 張簡單低碳行動圖卡，一星期實踐一個行動，能落實在日常生活中，也可以帶家中小朋友一起為未來的生活環境負責。

◆ 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	二杯一組 /175元	批次利用完為止	利用趨緩，優專價回饋社員，作為餐後甜品十分合適，歡迎社員多加利用，供應情況以站所及各分倉數量為主。	否
海鹽西瓜冰棒(春一枝)	80g*3入 /盒	春一枝	140	二盒一組 /140元			
百香果冰棒(春一枝)	80g*3入 /盒		115	二盒一組 /115元			
蜂蜜檸檬冰棒(春一枝)	80g*3入 /盒		140	二盒一組 /140元			
優質牛腱肉-1kg	1000g	舍利蓮	890	712	01/22-02/29	生產者提供折扣，同步優惠回饋給社員	否
優質牛條肉-600g	600g		535	428			
日本生干貝 3S	1000g	元家	1470	1323	即日起-3/2	延長優惠期限，回饋社員	否
平埔黑豬戰斧豬排	300g	春發成	420	336			

◆ 推廣活動:【邁向生活的美好食刻】



邁向生活的美好食刻

2024/02/15(四)~03/23(六)

品類	品名		規格	售價	推廣價
從食 疼愛家人	1	益生菌	2g/30 入	550	<u>530</u>
	2	鈣鎂 D 膠囊	60 粒/瓶	380	<u>380</u>
	3	蜂膠液 (2 件優惠)	30ml*2	1,060	<u>950</u>
	4	海木耳纖活飲 (3 件優惠)	200ml*3	120	<u>108</u>
	5	花生醇豆奶 (3 件優惠)	330ml*3	81	<u>61</u>
	6	有機發芽玄米沖調粉	250g	225	<u>200</u>
	7	黑芝麻五寶沖調粉(無加糖)	450g	260	<u>260</u>
	8	花旗參銀杏茶	250g	500	<u>475</u>
享受 晨光餐點	9	原味雞肉粥	320g/包	99	<u>88</u>
	10	黑米紅豆粥	230g/包	59	<u>55</u>
	11	鮮奶饅頭(四方)	585g/9 入	150	<u>145</u>
	12	原味純肉鬆	150g	199	<u>199</u>
	13	有機綜合米穀粒	150 公克/盒	110	<u>99</u>
	14	優質葡萄乾	600g	250	<u>240</u>
	15	莫札瑞拉起司(條)	(條)	130	<u>115</u>
	16	兩來菇(環保優)丁采綸	100g/包	60	<u>54</u>
	17	新鮮白木耳(環保級)隆谷	200g/包	92	<u>92</u>
	18	樂亞蜜有機綠豆 (2 件優惠)	450g*2	260	<u>182</u>
快手 輕鬆上菜	19	糖醋豬肉 (2 件優惠)	380g*2	398	<u>339</u>
	20	玉米豬肉炒飯(喜生) (2 件優惠)	300g*2	176	<u>155</u>
	21	咖哩豬肉炒飯 (2 件優惠)	300g*2	176	<u>155</u>
	22	高麗菜豬肉水餃 50 粒	1,050g	260	<u>247</u>
	23	蘿蔔絲豬肉餡餅	320g/4 入	120	<u>114</u>
真食	24	馬舌鰈(扁鱈)-無肚洞	1000g	660	<u>594</u>

品類	品名		規格	售價	推廣價
暖心餐桌	25	野生紅鮭輪切(御鑫)	600g	665	<u>599</u>
	26	金鱒(銀鱸)	400g	250	<u>225</u>
	27	魚餃	200g/2 盒/包	100	<u>98</u>
	28	虱目魚餃	200g/2 盒/包	100	<u>98</u>
	29	優質牛肉片	300g	260	<u>208</u>
	30	羊肉火鍋肉片(紐西蘭)	300g	300	<u>240</u>
	31	燕鮭輪切 買一送一	300g*2	440	<u>220</u>
守護 本土農糧	32	台灣山茶花籽油(苦茶油)	300ml	1,850	<u>1,665</u>
	33	台灣有機紅棗乾	200g	330	<u>320</u>
	34	益全香米(宜蘭)	2kg	295	<u>280</u>
	35	益全胚芽米(宜蘭)	2kg	335	<u>318</u>
	36	鮮奶酪 (2 件優惠)	3 入*2	230	<u>205</u>
	37	巧克力鮮奶酪 (2 件優惠)	3 入*2	230	<u>205</u>

◆ 推廣活動:【年節零食點心開工優惠】

開工了！年節零食點心 優惠中！

任選三件優惠

優惠期間：2/15(四)起，數量有限，利用完為止

品名	生產者	單件原價	單件優惠價
手工雙色生仁糖	森丰製菓	150	128
原味寸棗	亞世家	57	48
黑芝麻寸棗	亞世家	57	48
手工麻糍(杏仁)	亞世家	160	136
手工麻糍(白芝麻)	亞世家	100	85
原味花生牛軋糖	聯淳	125	106
棗泥核桃軟糖	聯淳	200	170
花生酥心糖	聯淳	125	106
九號花生(全素)	慶新	130	111
鹽香九號花生	王國輝(土豆世家)	112	95
小紅豆	松記	93	79
甘納豆	松記	92	78

註：

- (1) 本活動僅限站所，任選三件才可享優惠價格。
- (2) 原 9 折身分社員不再優惠。
- (3) 若優惠價與系統有尾數誤差，以系統為主。

 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：

- 資深薪酬專員、教育訓練專員、數位社群編輯專員、網站維運工程師 (工作地點：三重總社)
- 乾貨理貨人員、驗收理貨人員、定期蔬果理貨人員(工作地點：北倉)
- 儲備站長(工作地點：北北分社)
- 月薪站務(工作地點：北北分社、新店站)
- 定期月薪站務(工作地點：永康站)



合作社徵才網址

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。