



Vegeta

ベジタ

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.208



← スモークサーモンなど
トッピングで華やかに



ホームパーティーにぴったり！ わが家の味でお祝いしましょう

ちらし寿司

作り方…①干し椎茸4枚は、水で戻す。②米3カップは、かために炊く。
③戻した干し椎茸は、軸を除いて薄切りにする。にんじん1本とこんにゃく1枚は、3～4cm長さのせん切りに、油揚げ2枚は、湯通ししてから、同じ長さの細切りにする。④鍋にだし汁1カップ 醤油大さじ3 みりん大さじ2 砂糖大さじ1を煮立て、③を入れて煮汁がなくなるまで煮る。
⑤れんこん250gは、薄いちょう切りにし、鍋に、水1/4カップ、砂糖大さじ3、酢大さじ3、塩少々を入れて火にかけ、れんこんに味を含ませる。
⑥卵2個は、錦糸卵にする。エコシュリンプむき身は、酒を加えた熱湯で軽くゆでる。⑦ご飯が炊き上がったから、すし酢を混ぜ、④、⑤を混ぜ合わせる。⑧器に盛り、錦糸卵、えびをのせてできあがり。もみ海苔やでんぶをかけてどうぞ。

◇ひな祭りにおすすめ

3p	0828 国産野菜の五目ちらしずしの素 2合用	486円
3p	0724 練 五目寿司の素 (2合用) 200g	535円
9p	1716 練 鹿児島県産刻みうなぎ 50g×2	1,831円
8p	1718 冷蔵 エコシュリンプ(インドネシア) 約200g	1,696円
4p	1730 冷蔵 紅鮭スモークサーモン(ブラックバー) 50g	805円
5p	1606 冷蔵 まぐろ角切り/神奈川 200g	1,048円
3p	1541 冷蔵 えびしんじょすりみ 卵 1枚 (150g)	578円
5p	2512 干ししいたけ・どんこ (大) 45g	929円
3p	1806 焼ききざみ海苔 20g	524円
4p	2155 富士すし酢 360ml	756円



庄内協同ファーム

翌々週配送品

◇ひな祭り限定品

08602 ひしもち	160g	605円
08628 ひなあられ (三色ぼんちゃん)	100g	410円

ひな祭り

三月三日は「上巳」「桃の節句」などと言われ、厄を人形に移して祓った「流し雛」の風習がありました。それらが発展し、雛人形を飾り女の子の健康やかな成長と幸せを願う現在の「雛祭り」となりました。

女の子が産まれて始めての節句を「初節句」といい、嫁方の親が子供の身代わりとなって災いが降りかからない様に、という思いが込められた雛人形を贈ります。雛人形には、厄除けとなる「桃の花」体から邪気を祓う為の「お白酒」よもぎの香気が邪気を祓うといわれる「草もち」人の心臓をかたどり子供の健康を祈る親の気持ちの現れの「ひし餅」自分のかたわれでなければ絶対に合わないことから、女性の貞節を教えた「蛤」(はまぐり)などが供えられます。また、ひし餅や雛あられに見られる白・青・桃の三色はそれぞれ、雪の大地(白)・木々の芽吹き(青)・生命(桃)を表しており、この三色のお菓子を食すことで自然のエネルギーを授かり、健やかに成長できるという意味があるそうです。健やかで、賢く、優しい女の子になりますように、願いを込めて、お祝いしましょう。



お祝いの汁物にどうぞ
高橋徳治商店『えびしんじょすりみ』
えびしんじょすり身のお吸い物

作り方…①鍋にだし汁、酒、醤油を合わせて火にかけ、塩で味を調える。②えびしんじょすりみは半解凍する。袋の上からよくもんで、袋の角を4cm程切り、絞り出しながらスプーンで①に入れ、浮き上がってきたら少し煮て火を止める。③器に下ゆでした小松菜を盛り、②を入れて白髪ねぎを添える。

注文の締め切り

注文書回収の翌日12:30迄

金曜コースの方は

月曜日の12:30迄です

一部商品、配送が左記以降となります。

★祝祭日も休まず配送します

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	2/12	2/13	2/14	2/15	2/16
商品配送	2/19	2/20	2/21	2/22	2/23
翌々週配送品	2/26	2/27	2/28	2/29	3/1

■お問い合わせの電話番号と受け付け時間のご案内



フリーダイヤル

0120-094831 (24時間受付)

フリーダイヤルは、終日、留守番電話での受付ですので、必ず、会員番号・お名前・ご用件をお話して下さい。ご注文の変更は、カタログNo.・商品品番・商品名と変更内容を録音して下さい。尚、お急ぎでないご連絡やクレームは、注文書裏面のベジタホットラインをご利用頂くか、FAXフリーダイヤルをご利用頂けますようお願いいたします。

※お急ぎの場合は、029-869-9031 : 9:00～15:00 (月～金)
(12:30～13:30、15:00分以降は留守番電話となります)

FAX 0120-298338 (24時間受付)

E-mail mail808@vegeta.co.jp (メールからのご注文はお受けできません)

■有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』

http://www.vegeta.co.jp (ご注文も受け付けます)

ポラン広場の宅配

株式会社ベジタ

〒300-2647つくば市手子585

インターネット注文 承り中!!

インターネットで、ご注文を頂けるようになりました。ベジタのホームページにアクセスして下さい。不具合が発生した場合には、ご一報頂けますようお願いいたします。

『ポランの森ベジタ便セット』は、旬の有機野菜や果物をおまかせで5～7点をパッケージしたセットで、どこへでも、1,980円(税込み)送料0円でお送りします。但し、夏季のみ、238円のクール便代をご負担頂きます。また、宅配カタログ掲載の商品から、お好みの商品を加えることも可能です。尚、沖縄、北海道、離島は、別途送料がかかりますので、予めご了承下さい。



【0088】ポランの森ベジタ便セット
1セット1,980円(税込み)

※このカタログは、再生紙を利用し、植物性インキで印刷しています。

野菜

■本カタログに掲載している産地や生産者は、天候や端境期の都合で変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。変更は、配送当日のニュースでお知らせします。■計量は正確を心がけておりますが、農産物は個体差が大きい為、10%前後の誤差はご容赦下さい。

【表示凡例】 有機JAS表記に準拠
有…有機農産物／転…転換期間中有機農産物
※許容以外の物を使用した場合使用回数を表示
「防除」…殺虫剤・殺菌剤等 「除草」…除草剤使用

有機農産物 認められた資材以外の化学物質に汚染されない環境を維持し、播種又は植え付け前2年以上、堆肥などによる土作りを行った圃場において生産された農作物。（果樹などの多年生作物は、最初の収穫の3年以上）

転換期間中有機農産物 転換期間は1年。
無表示 JASに定められた有機的管理が1年未満。或いは、「JAS有機食品の検査認証制度」の有機認証を取得していない生産者の農産物、またはきのこ等の同制度の対象外の生産物。

セット4種

★野菜セットと野菜果物セットは、生産者の皆さんに契約栽培して頂いた野菜をお届けします。このセットが、安定した生産と有機の畑広げる原動力となっており、しかもお買い得になっています。★畑で、急激なピークが来た野菜や珍しい野菜が入った時には、野菜セットと野菜果物セットをご注文頂いている皆さまから、優先的にプレゼントしています。★セットの内容は、天候や畑の状況で変更することがありますので、予めご了承下さい。

消化を助ける酵素は 生で効果を発揮 大根

消化を助けるジアスターゼやアミラーゼという酵素が豊富に含まれています。ジアスターゼは熱に弱いので、大根おろしにすることで効果を発揮。

ツナと大根おろしのパスタ

鮪ライトツナフレーク

[1914] オイル無添加

70g×3 778円

[1915] オイル漬け

70g×3 778円



【野菜セット】 【果物野菜セット】を予約注文登録されている方は、ご記入の必要はありません。追加される場合のみ、品番と必要数をご記入下さい。

[0101] 野菜セット 1,080 ~~1,091円~~ 野：表組に表示

さつま芋 紅はるか 700g 茨城・常総センター
キャベツ 1/2ヶ 愛知・ティエラス
ほうれん草 1束 栃木・島田晴夫さん
きゅうり 300g (3本) 沖縄・真南風

[0102] 果物野菜セット 1,620 ~~1,944円~~ 果：表組に表示

新玉ねぎ 700g 沖縄・真南風
大根 1本 愛知・ティエラス
ちぢみほうれん草 1束 千葉・佐原供給センター
いんげん 100g 沖縄・真南風
りんご 王林 1ヶ 青森・新農業研究会
甘夏 1ヶ 熊本・津奈木甘夏生産者の会
レモン 1ヶ 熊本・福島柑橘園

[0103] 畑コラボセット 540円

旬の野菜や少量出荷の野菜をお届け!!野菜・果物野菜セットとの重複あり

[0104] 根菜ミニセット 841 ~~880円~~

玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
★ 0105	新玉ねぎ	700g	454
0106	" 徳用	1.4kg	844 908
	沖縄・真南風/防除0		
0107	じゃが芋 男爵	700g	356
0108	" 徳用	1.4kg	676 712
	北海道・村上農園/有		
0109	じゃが芋. ニシユタカ	700g	335
0110	" 徳用	1.4kg	636 670
	長崎・長崎有機農業研究会/防除0		
0111	人参	500g	302
0112	" 徳用	1kg	575 605
	茨城・萩原ファーム/防除0		



ジャフナ シュリンプカレー (2~3人分)
えび 300g・カレーの壺本格旨辛 ジャフナ 1袋
玉ねぎ 1個・ココナッツミルク 200ml
水 100ml・油 大さじ1

①えびは殻・背ワタを取り除いてカレーペースト全量を馴染ませて10分間置く。玉ねぎをみじん切りにする。②油を熱し、中火でたまねぎが半透明になるまで炒める。①のえびを加え、3分間炒める。
③ココナッツミルクと水を加えてよく混ぜ、弱火にしてえびに火が通るまで煮込む。

翌々調配送

2p

[5736] ジャフナカレーペースト 60g 334円

品番	品名	規格	価格(税込み)
★ 0113	さつま芋 紅はるか	700g	324
0114	" 徳用	1.4kg	616 648
	茨城・常総センター/防除0		
0115	里芋	500g	346
0116	" 徳用	1kg	657 691
	栃木・田島穰さん/防除0		
0117	長芋	250g	292
	茨城・常総センター/防除0		
0118	長芋	300g	432
	岩手・みちのく有機/有		
0119	ごぼう (1本もの)	500g	313
	茨城・常総センター/防除0		
0120	ごぼう	300g	281
	岩手・みちのく有機/有		
★ 0121	蓮根	500g	551
	茨城・常総センター/防除2		

水に浸けて保存

蓮根

節がついている場合は、ぬらして軽く絞ったペーパータオルにくるみ、ラップに包んで、野菜室で保存。カットされたものは水に浸けて冷蔵庫へ。

れんこんの青のり炒め
焼いた蓮根を塩で調味し、火を止めて青のりを全体にまぶす。



直送
承り中

「野菜の達人」田島さんの里芋を
徳用箱でお届けします!

[3701] 直送 里芋 5kg 3629円

栃木・田島穰さん/防除0



デコちらし寿司

中身はいつものちらし寿司でも、うずらの卵の顔と薄焼き卵の衣でおひな様寿司



酢蓮根を
扇に見立てて
[0121] 蓮根
500g 551円



おひな様の顔に
[0504] うずら卵水煮
6ヶ×2 373円



彩りに欠かせない
[0136] きゅうり
300g (3本) 356円

[2155] 富士すし酢
360ml 756円
甘味は粗糖と蜂蜜なので、コクと旨味がしっかりあり、翌日まで酸味がとばずおいしい酢飯になります
米酢、粗糖、蜂蜜、塩



品番	品名	規格	価格(税込み)
0122	長ねぎ (むき)	300g	281
0123	" ダブル	300g×2	492 562
栃木・藤田真行さん/防除0			
★ 0124	大根	1本	292
愛知・ティエラス/防除2			
★ 0125	キャベツ	1/2ヶ	173
★ 0126	"	1ヶ	328 346
愛知・ティエラス/防除2			

品番	品名	規格	価格(税込み)
★ 0127	ブロッコリー	1ヶ	313
愛知・ティエラス/防除2			
★ 0128	グリーンセロリ	1/2株	248
0129	" 徳用	1株	472 497
愛知・ティエラス//防除1			



豚バラときのこのみぞれ鍋
豚バラ肉ときのこの相性抜群♪大根おろしであっさりどうぞ。

[1101] 冷凍放牧豚
バラスライス 200g 781円
[0206] しめじ(ヒラタケ)徳用
100g×2 349 ~~367~~円
[0204] えのき茸徳用
100g×2 369 ~~389~~円



キャベツのミルフィーユ鍋 (重ね煮)
ざく切りのキャベツに豚バラ肉やベーコンを挟んで大きい鍋に敷き詰め、コンソメベースのだしで煮込む。

[1403] 冷凍放牧豚
ベーコンスライス
65g 410円
[2510] 野菜でうまみ
食塩無添加
3.5g×6 389円



茎までおいしいブロッコリー
甘みがあっておいしい部分。捨てるのはもったいない。表面の皮が固いので、少し厚めに切り落とし、乱切りにしてゆでたり、薄切りにしてそのまま炒めたり。

ぬか漬けにも
皮をむいて、縦半分に切って漬けます。



セロリの葉とえびのかき揚げ
セロリをかき揚げにするとサクサクで食べやすい味わいになります！ 塩をつけてシンプルにどうぞ♪

[1718] 冷凍エコシュリンプ
L 約200g 1696円
[2161] 国産なたねサラダ油
450g 972円

★ 野 0130	ほうれん草	1束	238
栃木・島田晴夫さん/有			
★ 果 0131	ちぢみほうれん草	1束	259
千葉・佐原供給センター/防除0 茨城・萩原ファーム/防除0			
0132	小松菜	1束	194
茨城・旭農園/防除0 茨城・萩原ファーム/防除0 栃木・田島穰さん/防除0			
★ 0133	水菜	1束	205
茨城・旭農園/防除0			
0134	ベビーみずな	1p	151
茨城・HATAKEカンパニー/防除0			
0135	チンゲンサイ	1束	205
茨城・旭農園/防除0			

万能野菜水菜

アクがなく淡白なので、生でサラダに。鍋物、煮物...何にでも。食感を生かして、浅漬けも美味。

水菜と千切り大根のサラダ
さっぱりとシンプルな大根と水菜のサラダはいかが！？
[2226] 有機青じそドレッシング
200ml 518円



品番	品名	規格	価格(税抜き)
****	かぼちゃ		終了
0136	きゅうり	300g (3本)	356
0137	" 徳用	500g (4~6本)	583
	沖縄・真南風/防除5		
0138	トマト	400g	626
0139	" ダブル	400g×2	1190 1252
	沖縄・真南風/有		
0140	ピーマン	150g	194
0141	" ダブル	150g×2	369 389
	沖縄・真南風/防除2		
0142	パプリカ	200g2~3ヶ	356
	沖縄・真南風/防除5		
0143	いんげん	100g	367
0144	" ダブル	100g×2	698 734
	沖縄・真南風/有		



青椒肉絲の素を使って
あんかけ焼きそば
味付けは、青椒肉絲の素。鶏ガラ
スープと片栗粉でとろみをつけ
てどうぞ

[2212] 有機青椒肉絲の素 2p
100g 281円
[2414] せいろ麺上選
太焼そば(ソース無し)
2食 302円

0145	ベビーリーフ	50g	162
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
0146	ルッコラ	50g	162
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
0147	ローズマリー	10g	281
	茨城・ハーブスマン/s/防除0		
0148	パクチー (コリアンダー)	30g	281
	茨城・ハーブスマン/s/防除0		
0149	大しょうが	100g	292
	高知・長山清夫さん/防除1		
0150	にんにく	1ヶM	259
	岩手・みちのく有機/有		

爽やかな芳香と
すっきりとした刺激

ローズマリー

✉ スキッと森林を思わせる香り。鶏肉
やラム肉などよく合い、煮込み料
理やじゃが芋料理にもおすすめします。紅茶
に少量加えても

ハーブスマン's



[2629] ダージリン(紅茶) リーフ 80g 994円



ソーセージを調理する
とき少し入れると、いつも
と違った雰囲気
[1402] 冷凍放牧豚
粗挽きウィンナー
100g 521円

0185	冷凍 有機グリーンピース	250g	356
0186	冷凍 有機カーネルコーン	250g	356
0187	冷凍 有機ミックスベタブル	250g	356
0188	冷凍 有機フレンチフライポテト	300g	378
0189	冷凍 有機かぼちゃ・北海道	400g	626
0190	冷凍 有機いんげん	250g	356
0191	冷凍 だだちゃ豆 (枝豆)	200g	691

品番	品名	規格	価格(税込み)
0202	菌床椎茸	100g	313
	群馬・月夜野きのこ園/対象外		
0203	えのき茸	100g	194
0204	" ダブル	100g×2	369 389
	長野・えのきボーヤ/対象外		
0221	週替 丹波しめじ	90g	259
	京都・瑞穂農林 対象外		
0205	しめじ (ヒラタケ)	100g	184
0206	" ダブル	100g×2	349 367
	茨城・チャイルドウッズ/対象外		
0207	本しめじ (ブナシメジ)	約180g	248
	茨城・チャイルドウッズ/対象外		
0208	エリンギ (白あわび茸)	100g	292
0209	不揃い エリンギ	150g	281
	島根・北村きのこ園/対象外		
0210	黄金たもぎ茸	70g	313
	愛知・蟹江きのこ園/対象外		
0211	サンゴヤマブシ茸	100g	270
	長野・久保産業/対象外		
0212	なめこ	100g	173
	茨城・鈴木栄さん/対象外		
0213	足つきなめこ	180g	238
	茨城・鈴木栄さん/対象外		
0214	ブラウンマッシュルーム	90g	367
	山形・船形マッシュルーム/対象外		
0215	生きくらげ	50g	259
	鹿児島・南国きのこ苑/対象外		

大ぶりで食感が良い
丹波しめじ

食感の良さで人気の高い
丹波しめじ!! 苦味やくせ
が無く、旨み成分も豊富で
す。加熱調理しても食感が
損なわれにくく、煮込んで
も食感を楽しめます。



丹波しめじの唐揚げ

石づきを取り除いて、から揚げ粉につけて揚げる。
*から揚げ粉に付きにくい時は、お好みで 卵や片栗粉を付け
ると付きやすくなります。

0216	健康緑豆もやし	250 g	65
0217	" ダブル	250g×2	123 139
	栃木・上原園/対象外		
0218	小大豆もやし	200 g	91
0219	" ダブル	200g×2	172 187
	栃木・上原園/対象外		
0220	ベビーラディッシュ(かいわれ)	1p	65
	栃木・上原園/対象外		

時間のあるとき
パパッと作る 常備菜

ほうれん草と
人参のごまあえ
朝昼晩、いろいろなシーンに使
える簡単便利な常備菜!
人参はせん切りにして、電子レ
ンジで下ごしらえすると時短
に。

[0111] 人参 500g 302円
[0130] ほうれん草

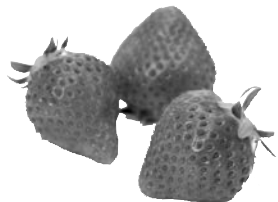
1束 238円
[2019] 国内産すりごま 白
30g 691円



品番	品名	規格	価格(税込み)
----	----	----	---------

イチゴのあわ雪かん

- ・いちご… 300g
- ・糸寒天…8g
- ・水… 1.5カップ
- ・砂糖… 150g
- ・卵白…2 個分



①寒天は洗って固く絞り、水に約1時間浸ける。②いちごは薄い塩水で洗ってザルにあげ、ヘタを取る。③①を中火にかけ、ときどき混ぜながら溶かし、完全に溶けたら砂糖を入れ、少し糸が引くまで煮つめる。④乾いたボールに、卵白を入れて泡立て、③を徐々に流し入れて、泡立て器でよく混ぜる。いちごを入れて軽く混ぜ合わせ、ぬらした流し箱に入れて冷やし固める。

[1910] 糸寒天 (国産)

30g 616円

[0501] 平飼有精卵

10ヶ 610円



★	0301	いちご	200g	551
	0302	" ダブル	200g×2	1047 1102
	0303	" 箱	200g×4	1983 2204
		茨城・竹村慎一さん/防除1		
	0304	バナナ	700g	691
	0305	" ダブル	上記2p	1286 1382
		ATJ (フィリピンネグロス) /防除0		
★	0306	キウイ	250g	313
	0307	" ダブル	250g×2	595 626
		栃木・赤羽根和郎さん/有		

フルーツ大福

鍋にお餅、砂糖、水を入れて煮溶かす。ぽってりしたら片栗粉を広げたバットにお餅を移し、熱いうちに、お餅を広げてあんこといちごやキウイを包む

[2816] 北海道産

有機小豆使用つぶあん

200g 441円

[0451] 白米餅 500g 691円



	0350	冷凍有機ミックスベリー	200g	680
	0351	冷凍有機ブルーベリー	150g	616
	0352	冷凍有機ストロベリー	200g	497
	0353	冷凍有機ラズベリー	150g	691

***** りんご シナノゴールド 終了				
★	0308	りんご 王林	500g	432
	0309	" 徳用	1kg	821 864
	0310	" 徳用	2kg	1590 1728
		青森・新農業研究会/防除15		
★	0311	りんご ふじ	500g	432
	0312	" 徳用	1kg	821 864
	0313	" 徳用	3kg	2385 2592
		青森・新農業研究会/防除12		
★	0314	りんご こうこう	2ヶ	410
	0315	" 徳用	1kg	780 820
		青森・新農業研究会/防除12		

品番	品名	規格	価格(税込み)
----	----	----	---------

濃い紅色の果皮と ジューシーな果肉

紅甘夏

紅甘夏は、普通の甘夏と比べて「甘夏よりも甘く酸味がまろやかで、ひと粒ひと粒に果汁がたっぷり含まれている」のが特徴。



初

甘さと爽やかな芳香

ポンカン

みかんより甘みが強いコクのある味わいと、「ポンカン」ならではの独特な甘い香りが魅力。



今週
限り

濃厚な甘い香りに甘さたっぷり、
柔らかい果肉で人気の柑橘です

	0316	八朔	1kg	551
	0317	" 徳用	2kg	1047 1102
		熊本・福島柑橘園/有		
	0318	ネーブル	750g (2〜3ヶ)	713
	0319	" 徳用	1.5kg	1354 1426
		熊本・福島柑橘園/有		
	0320	伊予柑	750g	508
	0321	" 徳用	1.5kg	964 1016
		熊本・福島柑橘園/有		
果	0322	甘夏	750g	432
	0323	" 徳用	1.5kg	821 864
	0324	" 徳用	3kg	1590 1728
		熊本・津奈木甘夏生産者の会/防除0		
★	0325	紅甘夏	750g	432
	0326	" 徳用	1.5kg (3〜5ヶ)	821 864
		静岡・おてんとうさま/防除0		
★	0327	ポンカン	1kg	680
★	0328	" 徳用	2kg	1293 1361
		熊本・福島柑橘園/有		
	0329	パール柑	1kg	670
	0330	" 徳用	2kg	1272 1340
		熊本・福島柑橘園/有		
	0331	デコポン	750g	702
	0332	" 徳用	1.5kg	1334 1404
		熊本・福島柑橘園/防除0		
果	0333	レモン	250g	313
	0334	" 徳用	500g	595 626
		熊本・福島柑橘園/有		

	0335	銀杏	100g	270
		茨城・深谷守夫さん/防除0		

甘味が強く、香りも芳醇

りんご 王林

「りんごの中の王様」という意味を込めて命名された、黄緑色の品種。酸味が強いように見えますが、甘味が強く、サクッとした軽い食感が特長です。

甘味と酸味のバランスが絶妙

りんご ふじ

甘味・酸味・歯ごたえの三拍子が揃った人気品種。蜜が入りやすく、果汁もたっぷりです。

甘く 香りがよく 酸味も穏やかで、多汁

りんご こうこう

黄色いりんごでは珍しい蜜が入りやすいタイプの林檎で甘さもあり酸味もおだやか。香りも良くシャキッとした食感が楽しめます。

白米にちょっと混ぜて炊くだけで
赤飯のような色

紫黒米はその名前の通り紫黒色の稲。野生の稲に近い特性を持つ古代米の一種です。

一般の米には無いアントシアニンを含んでいます。アントシアニンは、体内に発生する活性酸素を消去し、毛細血管を強くして血流を良くすることから、目の疲れなどの回復効果があると言われています。

お赤飯のようにもちもちとした食感で楽しめるので、雑穀米が苦手な人でもおいしく頂けます。

[0434] 有機古代米(白山紫黒)
300g 862 ~~907~~円



お米

▽啄木米 (あきたこまち) ▽		岩手・無天塾	
0401	有機玄米	2kg	1696 有
0402	〃	5kg	4169 有
0403	有機胚芽米	2kg	1760 有
0404	〃	5kg	4320 有
0405	有機白米	2kg	1825 有
0406	〃	5kg	4471 有
▽さゆり米 (コシヒカリ) ▽		福島・緑と太陽の会	
0407	玄米	2kg	1825 防除0
0408	〃	5kg	4471 防除0
0409	五分つき米	2kg	1879 防除0
0410	〃	5kg	4633 防除0
0411	胚芽米	2kg	1879 防除0
0412	〃	5kg	4633 防除0
0413	白米	2kg	1944 防除0
0414	〃	5kg	4784 防除0
▽さゆり米 (コシヒカリ・ひとめぼれ) ▽		福島・緑と太陽の会	
0415	玄米	2kg	1480 防除1
0416	〃	5kg	3629 防除1
0417	胚芽米	2kg	1544 防除1
0418	〃	5kg	3780 防除1
▽さゆり米 (コシヒカリ) ▽		福島・緑と太陽の会	
0419	白米	2kg	1631 防除1
0420	〃	5kg	4007 防除1
▽備蓄米(令和4年度産)			
0422	備蓄有機玄米(啄木米)	5kg	3024 有
0423	備蓄玄米(さゆり米)	5kg	2592 防除1
0424	備蓄白米(さゆり米)	5kg	2884 防除1
▽竹村慎一さん(コシヒカリ)▽		茨城・竹村慎一さん	
0429	竹村さんの白米	3kg	2020 防除1
▽田島穰さん(コシヒカリ)▽		栃木・田島穰さん	
0430	田島さんの玄米	5kg	3450 防除0
▽赤羽根和郎さん(コシヒカリ)▽		栃木・赤羽根和郎さん	
0431	赤羽根さんの白米	5kg	3305 有
▽もち米(白米)▽			
0432	餅米 白米	1kg	1048 有
		岩手・無天塾/品種:ヒメノモチ	
0433	まんげつ餅米(白米)	2kg	1490 防除0
		茨城・竹村慎一さん/品種:まんげつ餅	



黒米入りさつまいもの
赤飯おこわ

[0113] さつま芋 紅はるか
700g 324円

▽雑穀など▽

0434	有機古代米(白山紫黒)	300g	862 907
0435	色々米	1kg	1490
0436	有機啄木粉発芽玄米	1kg	1490
0437	胚芽押し麦	1kg	594

しとろおかゆ・ご飯

※次回3週間後

0441	有機玄米ごはん&有機玄米小豆ごはんセット	160g×各1	503 529
0442	有機玄米小豆ごはん	160g	270
0443	〃 徳用	160g×4	1026 1080
0444	有機玄米ごはん	160g	259
0445	〃 徳用	160g×4	985 1037

餅

0451	中村商店白米餅	500g	691
0452	中村商店玄米餅	500g	691
0453	中村商店よもぎ餅(玄米使用)	500g	724

ぬか

0455	麴屋甚平・熟成ぬか床	1kg	702
0456	〃 容器入	2kg	1512
0457	〃 補充用	400g	400
2227	麴屋甚平・浅漬の素	500ml	497

卵

便利なツインパック

国内指定農場でエサを吟味し育てたうずらの玉子の水煮です。水煮する際、添加物を使用せず、食塩のみで仕上げています。



うずら卵水煮
[0504] 6ヶ×2 373円
[0505] 〃 ダブル
上記2p 715 ~~745~~円



0501	平飼有精卵	10ヶ	610
0502	〃 ダブル	上記2p	1159 1220
0503	平飼有精卵 茨城・枝拓生さん	6ヶ	400
0504	うずら卵水煮	6ヶ×2	373
0505	〃 ダブル	上記2p	715 745
0506	味付けうずらの玉子	10ヶ	432

豆腐・揚げ

▽ごま豆腐▽			
0507	高野山ごまとうふ 白	120g×2	324
0508	〃 黒	120g×2	324
0509	〃 金	120g×2	324

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)



ふわっと食感
寄せ豆腐でキムチチゲ
つけ汁ごとキムチ漬けを使
って、お鍋はいかが？
[0512] 寄せ豆腐 250g 270円 2p
[0529] 国産有機よせ豆腐 200g 184円 1p
[0617] 白菜キムチ 200g 373円
[0207] 本しめじ(ブナシメジ) 約180g 248円

▽茨城 嘉倉▽

0510	絹豆腐	350g	243
0511	ちりめん豆腐	250g	270
0512	寄せ豆腐	250g	270
0513	寄せ豆腐(ごま)	250g	297
0514	木綿豆腐	350g	243
0515	焼き豆腐	300g	243
0516	油揚げ	2枚	238
0517	すし揚げ	2枚	238
0518	〃	4枚	475
0519	小揚げ	35g×6	259
0520	厚揚げ	200g	259
0521	絹厚揚げ	250g	270
0522	がんもどき	130g	265
0523	小がんもどき	35g×3	265

▽埼玉 島田食品▽

0524	国産有機木綿豆腐	330g	248
0525	国産有機固木綿豆腐	330g	275
0526	国産有機ミニ木綿豆腐	150g	189
0527	国産有機絹豆腐	330g	248
0528	国産有機ミニ絹豆腐(充填)	150g	184

1p 0529 国産有機よせ豆腐 200g 184

▽東京 丸和食品▽

0530	押し豆腐	220g	297
0531	生オカラ	200g	205
0532	五目厚揚げ	100g×2	329
0533	えび入り京がんも	5ヶ	292
0534	京がんも	7ヶ	351
0535	ひじき入り京がんも	7ヶ	346
0536	青豆入り貝だくさんがんも	2枚	346
0537	えび入り貝だくさんがんも	2枚	486
0538	ねぎ入り貝だくさんがんも	2枚	464
0539	味付いなりあげ	6枚	324
0540	味付桜えび入京がんも	10ヶ	367
0541	味付けうの花	150g	340
0542	白和え	150g	281



オープン稲荷
魚介や錦糸たまご...お好み
の具材をのせて！
[0539] 味付いなりあげ 6枚 324円 2p
[1618] 冷凍北海道産特上いくら 80g 2322円 11p
[1617] 冷凍お刺身むき甘えび(尾付き) 30尾 1107円 6p

品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

納豆

藻塩で引き立つ
豆本来のほんのりとした甘み

安曇野 藻塩 長野産大豆 1p
[0548] 45g×2 184円
SPOF [0555] ダブル

上記2セット 356 367円

長野県安曇野の水のきれいな圃場で収穫された大豆を使用。

▽登喜和食品▽

0543	北海道100 登喜和カップ3	30g×3	319
0544	十勝の息吹 小粒カップ3	30g×3	308
0545	経木大粒(タレ・辛子無)	80g	373
0546	小さな信濃路(小粒)	80g	373
隔週 0547	丸大豆テンペ	100g	356

▽ひげた食品▽

0548	安曇野 藻塩 長野産大豆	45g×2	184	1p
0549	実花 茨城産小粒	45g×2	184	
0550	ひきわり 青森産	40g×2	184	
0551	大粒 北海道産	45g×2	184	
0552	国産そばろ納豆	100g	292	2p

漬け物

細かく刻んで、ご飯と混
ぜれば、簡単混ぜ寿司の
できあがり

[0616] マイルドしば漬 90g 421円 2p

旬のキュウリを、歯ごたえ
良くあっさり漬け込みま
した



0601	たくあん漬	カット1本	486
0602	ヤマキ ベったら漬	カット1本	594
0603	御用蔵福神漬	100g	486
0604	らっきょう田舎漬	100g	524

▽東明▽

0605	浅漬けかつお大根漬	150g	394
0606	浅漬け昆布大根漬	150g	394
0607	こぶ仕込み大根	250g	659
0608	かつお仕込み大根	250g	659
0609	ゆず大根	150g	394
0610	白菜漬	250g	378
0611	浅漬け紅かぶら漬	150g	394
0612	柚子白菜漬	250g	378
0613	刻みすぐき	120g	394
0614	刻みみぶ菜	150g	394
0615	きゅうりのふる里漬	90g	421
0616	マイルドしば漬	90g	421
0617	白菜キムチ	200g	373
0618	千枚漬	100g	508
0619	紅千枚漬	100g	508
0620	カップ入切千枚漬	140g	475
0621	カップ入紅切千枚漬	140g	475

梅干し

0622	山野うめぼし	180g	810
0623	有機梅干	180g	918
0624	紅玉梅干林州	120g	567
0625	有機小梅	100g	864
0626	有機ねり梅	100g	670

新商品や SPOT 商品 お得なセットなど大集合!! 今週のおすすめ惣菜

新丸正のこだわりふりかけ
焼津産鯉節のかつおふりかけ



[0829] かつおふりかけダブル

SPOT 28g×2 629 ~~844~~円
かつおふりかけ…かつお削りぶし、砂糖、醤油、食塩、米酢調味料、ごま



[0830] 味のりふりかけダブル

SPOT 50g×2p 838 ~~864~~円
原材料…乾海苔(有明海産)、ごま、大豆、砂糖、発酵調味料、食塩、醤油、こんぶ、ムロアジ、かつおぶし、とうがらし

自製・福島の
有明海産
上質な秋
シマ・質な
ンブルな
シマ・質な
ンブルな
シマ・質な
ンブルな

小豆島産生のり、小豆島産醤油、
小豆島の工場で炊き上げた
のり佃煮です。



[0831] 鳥っ生のり佃煮ダブル

SPOT 90g×2 838 ~~864~~円
原材料…のり(香川産)、醤油(大豆・小麦を含む)、砂糖、発酵調味料、昆布エキス、寒天

神奈川県横須賀の猿島周辺で収穫された
わかめの茎を直火でじっくり炊きあげました!
ご飯のおともどうぞ♪



[0832] 江戸前得意! 茎わかめ
佃煮ダブル

60g×2 691 ~~743~~円
原材料…茎わかめ、しょうゆ(大豆:遺伝子組換えでない、小麦を含む)、砂糖、発酵調味料、かつおだし

くるみの食感と
しらすのやわらかな風味を食卓に!



[0833] しらすくるみダブル

SPOT 100g×2 1,498 ~~1644~~円
原材料…砂糖、くるみ、ちりめん(国産)、しょうゆ(大豆:遺伝子組換えでない、小麦を含む)、発芽水飴、発酵調味料、食塩、寒天

国産丸大豆と長崎産芽ひじきを
ふっくらと炊き上げました。



[0834] ひじき五目煮ダブル

SPOT 100g×2p 922 ~~959~~円
原材料…ひじき(国産)、発酵調味料、大豆(国産)、こんにゃく、醤油、砂糖、油揚げ、人参(国産)、かつおだし、食塩
※そのままお召し上がり下さい。

国内産鶏肉と野菜を、
こだわりの調味料のみで味付け
冷めても美味しいとりごぼうご飯



[0835] とりごぼうご飯の素ダブル

SPOT 170g(2合炊)×2 1,562 ~~1669~~円

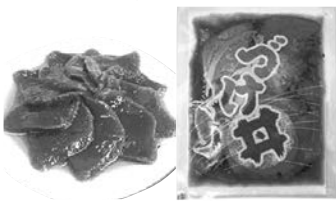
おもてなしのご飯にも
お弁当にも人気!
手軽におまじごさま



[0836] 冷凍五目寿司の素
(2合用) ダブル

SPOT 200g×2 1037 ~~1069~~円
※五目寿司の素は袋ごと温め、ご飯又は酢飯と混ぜ合わせて下さい

鮮度のよい鮓を漬け込みました
温かいご飯をご用意下さい



[0837] 冷凍 鮓のつけ丼ダブル

SPOT 150g×2p 1,352 ~~1393~~円
[0838] 冷凍 鮓のつけ丼トリプル
SPOT 150g×3p 1,985 ~~2099~~円
※袋のまま流水解凍して下さい。



[0839] 赤だし味噌汁ダブル

SPOT 9g×6×2 743 ~~766~~円
原材料…豆みそ(大豆を含む)、白みそ、オリゴ糖、わかめ、食塩、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ

ヘルシーで柔らかな食感が大人気
豆腐に鶏肉・豚肉を使用した
甘酢ソースの豆腐肉団子



[0840] 冷凍大きな豆腐肉団子ダブル

SPOT 340g×2 1,037 ~~1069~~円
※電子レンジで加熱して下さい

豆腐にひじき 胡麻にごぼう
食物繊維とカルシウムたっぷり



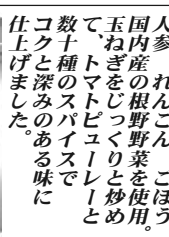
[0841] 冷凍 豆腐とひじきの豆腐団子ダブル

SPOT 18g×8×2 880 ~~907~~円
原材料…鶏肉、豆腐、玉ねぎ、豚脂、人参、ごぼう、パン粉、長ねぎ、鶏卵、濃粉、ごま、醤油、菜種油、清酒、ひじき、青海苔、しょうが、食塩、胡椒
※電子レンジで温めてください。



[0842] べジタリアンのための根菜カレー
ダブル

SPOT 200g×2 776 ~~809~~円
原材料…国内産野菜(玉ねぎ、じゃが芋、人参、蓮根、ごぼう、にんにく)、トマトピューレ、植物油、還元水あめ、小麦粉、昆布だし、砂糖、マンゴーチャツネ、香辛料、食塩、醤油、ビーナッツペースト、カレー粉、オニオンエキス、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー



[0843] べジタリアンのための豆カレー
ダブル

SPOT 200g×2 776 ~~809~~円
原材料…国内産野菜(玉ねぎ、にんにく)、国産豆類(手羽豆、大福豆、青えんどう豆)、トマトピューレ、植物油、小麦粉、昆布だし、砂糖、マンゴーチャツネ、香辛料、食塩、醤油、ビーナッツペースト、カレー粉、味噌、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー



[0844] べジタリアンのための野菜カレー
ダブル

SPOT 200g×2 776 ~~809~~円
原材料…国産玉ねぎ、国産じゃが芋、国産人参、国産にんにく、植物油、トマトピューレ、昆布だし、小麦粉、砂糖マンゴーチャツネ、香辛料、醤油、ビーナッツペースト、食塩、味噌、カレー粉、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー



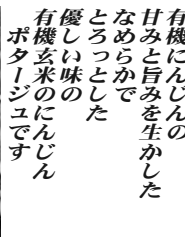
[0845] AUGA OGマッシュルームスープ
ダブル

SPOT 400g×2 922 ~~959~~円
原材料…有機マッシュルーム、有機ココナッツミルク、有機米、食塩、有機オニオンパウダー、有機香辛料(ガーリックパウダー、パセリ、ベイリーフ、オールスパイス、黒コショウ、ナツメグ)、有機西洋ネギ



[0846] 有機玄米ポタージュ・
にんじんダブル

SPOT 135g×2 691 ~~742~~円
原材料…有機にんじん(国産)、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩(海の精)



[0847] 有機玄米ポタージュ・
ごぼうダブル

SPOT 135g×2 691 ~~742~~円
原材料…有機ごぼう(国産)、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩(海の精)



[0828] 国産野菜の五目ちらしずしの素

SPOT 2合用 150.8g 486円
原材料…(すし具)人参(国産)、砂糖、醸造酢、食塩、油揚げ(大豆を含む)、かんぴょう、椎茸、れんこん水煮、かつお節エキス、醤油(小麦・大豆を含む)、発酵調味料/豆腐凝固剤(刻み海苔)乾のり

北海道・興農ファームの
興農牛・興農豚を使用
メンチカツ新発売!



[5846] 冷凍 興農メンチカツダブル

200g(2ヶ)×2p 1,624 ~~1674~~円
原材料…牛肉(北海道産)、豚肉(北海道産)、玉ねぎ(北海道産)、パン粉(小麦粉、酵母、食塩、粗糖)、食塩、砂糖、全卵、はったいごみ(食塩、砂糖、卵黄粉末、山芋粉末)

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

お総菜

▽ふりかけ類▽

	0701	しその粉ふりかけ(ゆかり)	50g	302
	0702	有機梅フレーク	40g	734
	0703	有機しそフレーク	30g	540
	0704	海宝飯ふりかけ	28g	842
2p	0705	かつおふりかけ	28g	324
	0706	えびふりかけ	50g	508
2p	0707	味のりふりかけ	50g	432
	0708	味付おかず海苔 8ッ切20枚入×3		540
	0709	凍 しらす干し	100g	794
	0710	しらすちりめん	70g	967
	0711	鮭フレーク	90g	643

▽佃煮類▽

2p	0712	島っこ生のり佃煮	90g	432
	0713	江戸前生のり	85g	448
2p 隔週	0714	江戸前でい! 茎わかめ佃煮	60g	356
4p 隔週	0715	しらすくるみ	100g	772
	0716	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
隔週	0717	きゃらぶき	100g	389
3p	0718	ひじき五目煮	100g	475
	0719	五目豆	100g	356
	0720	有機大豆煮豆	145g	454
	0721	直火焚き黒豆煮豆	120g	551
4p 隔週	0722	とりごぼうご飯の素170g(2合炊)		805
	0723	国産味付メンマ	90g	572

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

3p	0724	凍 五目寿司の素(2合用)	200g	535
隔週	0725	国産きのこご飯の素	170g	518
	0726	凍 中華丼の具	180g×2	562
4p	0727	凍 鮭のづけ丼	150g	697

▽スープ▽

	0801	【冷凍】わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	【冷凍】赤だし味噌汁	9g×6	383

▽中華惣菜・他▽

	0803	徳用北京餃子	270g	545
	0804	凍 点心えびしゅうまい	27g×7	486

北海道

興農ファーム

牛や豚を育てて終りではなく
自分たちの手で加工



[5836] 冷凍生ソーセージ
200g 918円
絹引きにした口当たりの良いウィンナー



[5826] 冷凍粗挽き
ミニウィンナー 150g 767円
「あらびきウィンナー」のミニサイズ
[5829] 冷凍パクパク
こどもウィンナー150g 767円
子どもでも食べやすいように香辛料を減らしました。

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
----	----	----	---------	------

▽揚げ物・他▽

	0805	凍 大きな豆腐肉団子	340g	535 3p
	0806	凍 ふんわり豆腐ハンバーグ	90g×3	535
	0807	凍 ごぼうとひじきの豆腐団子	18g×8	454 3p

▽レトルトカレー類▽

	0808	タイ・グリーンカレー	170g	540
	0809	タイ・レッドカレー	170g	540
	0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540
	0811	有機キーマカレー・中辛	140g	432
	0812	【レトルト】ベジタリアンのための野菜カレー	200g	400 2p
	0813	【レトルト】ベジタリアンのための豆カレー	200g	400 2p
	0814	【レトルト】ベジタリアンのための根菜カレー	200g	400 2p
	0815	チキンカレー辛口	180g	496
	0816	ポークカレー中辛	180g	496
	0817	キーマカレー辛口	180g	496
	0818	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	496
	0819	AUGA・OGトマトスープ	400g	600
	0820	AUGA・OGマッシュルームスープ	400g	600 3p
	0821	AUGA・OGミネストローネ	400g	600
	0822	AUGA・OGコーンスープ	400g	600
	0823	有機玄米ポタージュ・かぼちゃ	135g	356
	0824	有機玄米ポタージュ・にんじん	135g	356 2p
	0825	有機玄米ポタージュ・ごぼう	135g	356 2p
	0826	有機玄米ポタージュ・さつまいも	135g	356
	0827	有機玄米ポタージュ・あずき	135g	356
海産	0828	国産野菜の五目ちらしずしの素 2合用		486 3p

▽興農デリカ▽

翌々週	5841	凍 興農ミニハンバーグ	35g×5	848
翌々週	5842	凍 興農生ハンバーグ	100g×2	815
翌々週	5843	凍 興農ビーフコロツケ	160g(2ヶ)	556
翌々週	5844	凍 興農メンチカツ	200g(2ヶ)	837 4p

興農ファーム

翌々週配送品(2/26~3/1)

つなぎ剤を一切入れないので
肉本来の旨味が良く出ています



[5828] 冷凍ウィンナーソーセージ
150g 767円
[5825] 冷凍あらびきウィンナー
150g 767円

バジルの風味が食欲をそそる
[5830] 冷凍バジルポーク
ウィンナー 150g 767円
チーズの美味しさがプラス
[5837] 冷凍チーズ入り
ウィンナー 150g 767円

北海道に自生する「行者にんにく」は、ニンニクとニラを合わせたような味と香りがし、肉にとでも良く合います。
冷凍行者にんにく入り
[5827] 冷凍ウィンナー
150g 767円
[5834] 冷凍フランク
50g×5 1,150円

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

牛乳を飲んで、お料理に使う
少量サイズ500mlをどうぞ
東毛酪農低温殺菌牛乳63℃
組合生産者28戸の生乳だけで限定して作られ
る、東毛酪農のスタンダード商品です。
バスチャライズド63℃30分殺菌。
ノンホモジナイズドですので静置しておくとき
ームラインが浮かびます。



乳製品

※ビン容器を回収します。
きれいに洗って返却して下さい。

▽牛乳・乳飲料▽

	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	434
2p	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml	253



環境にも健康にもやさしいリターナブル
若ながらのビン牛乳をお届けします

東毛酪農低温殺菌牛乳63℃

牛乳は臭いがつきやすい食品です。ビン牛乳は本
来の風味を損なわず搾りたてに近い美味しい牛乳を
お楽しみいただけます。牛乳瓶は、ご家庭から回収
後、工場で洗浄殺菌され再利用されるリターナブル
瓶です。「地球環境と美味しさ」、こだわりのつま
った瓶牛乳です。

1p	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ (ビン)	200ml	185
	0951	" ダブル	上記2p	358 369
1p	0904	バスチャライズヨーヒー (ビン)	200ml	190

東毛酪農の生乳を100%使用して作った、
食べるヨーグルトと飲むヨーグルト



[0952] 東毛酪農のこだわり
ヨーグルトセット
1セット 505 ~~529~~円
内容…東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト、
ドリンクヨーグルト各1

▽ヨーグルト▽

2p	0905	東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト	400ml	315
1p	0906	ドリンクヨーグルト	200	205
	欠品	**** 東毛酪農のカマンベールチーズ	100g	583
	0907	南箱根の厳選バター	180g	1,058
5p	0908	ハイプラスマーガリンソフト	180g	362

新鮮・良質な生乳からつくられた、
まろやかでクリーミーなバターです。

南箱根の厳選バター

静岡・丹那地区の限定酪農家「低温
殺菌部会」の生乳のみを使用し、ひと
つつと丁寧に手作りしています。
※乳牛に遺伝子を組み換えた飼料は食
べさせていません。
原材料…生乳、食塩

豆乳グルト

翌々調配送品 (2/26~3/1)

5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	319
5316	" ダブル	上記2p	618 637

▽よつ葉チーズ▽

0909	CHEDDARチーズ	100g	421
0910	シュレッドチーズ	250g	756
0911	ゴーダチーズ	100g	432
0912	カマンベールチーズ	90g	556

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
----	----	----	---------	------

砂糖代わりに料理や飲み物に 有機アガベ・シロップ ゴールド

高級テキーラの原料でもあるリュウゼツラン科アガベ属
「ブルーアガベ」を原料とした、100%天然甘味料です。
GI (血糖上昇値) 値は27と極めて低く (砂糖、蜂蜜、メイ
プルシロップなどの1/3以下)、血糖値が上がりにくく、リ
ンゴより低いため、血糖値が気になる方におすすめです。
そのままかけて
パンケーキやトースト、ヨーグルトなどにそのままかけ
てください。蜂蜜ともメープルシロップとも違う甘さをお
楽しみいただけます。

原材料…有機ブルーアガベ (メキシコ産)



ジャム・蜂蜜類

	0913	国産いちごのジャム	200g	670
	0914	ブルーベリージャム	140g	756
在庫限り	0915	国産栗ジャム 熊本産	120g	886
	0916	リックさんのメープルシロップ	330g	1,490
	0917	有機アガベ・シロップ ゴールド	330g	648
	0918	ネパールヒマラヤ山麓はちみつ	300g	1,944
	0919	中平農園の百花蜂蜜	600g	4,385

ドライフルーツ・ナッツ

	0920	レーズン	120g	497
	0921	プルーン (種あり)	150g	842
	0922	干しいちじく	150g	972
	0923	干しあんず	100g	778
	0924	ドライクランベリー	70g	605
	0925	ドライブルーベリー	60g	1,026
	0926	ウォールナッツ (くるみ)	80g	886
	0927	ローストアーモンド	80g	864
	0928	ローストカシューナッツ	80g	1,058
	0929	ローストヘーゼルナッツ	80g	799
	0930	オレンジスティック	80g	680
	0931	有機オリーブの宝石	100g	1,058
	0932	有機ナッツふりかけ	53g	950
	0933	有機アーモンドチョコスプレッド	200g	1,728
月1	0934	バナナコイン	70g	616
月1	0935	プレミアムドライマンゴー	50g	799
月1	0936	かぼちゃの種	70g	497
月1	0937	ワイルドアプリコット	80g	713
月1	0938	ホワイトマルベリー	50g	702
月1	0939	デーツ	100g	648

ノヴァ バナナコイン

スリランカ産の完熟シーニバナナを、5mm幅の
輪切り (コイン状) にして、低温温風でじっくりと
乾燥させました。しっとりとした食感を残しつつ、
味は濃厚。

原材料…有機バナナ 原産国…スリランカ



ノヴァ プレミアムドライマンゴー

甘みが強くクリーミーなタイ産のマハチャノック
種有機マンゴーを使用しました。収穫して3日以内の
新鮮で良質な実を厳選し、肉厚で良質な部分だけを
手作業で丁寧にスライスして乾燥させました。

原材料…有機マンゴー 原産国…タイ



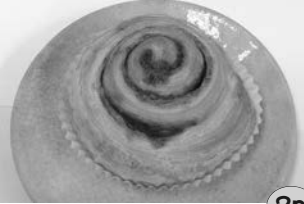
ノヴァ かぼちゃの種

旨みとほどよい油分があり、食べた後にほのかな
甘みが残る有機かぼちゃの種。青臭さが少ない品種
を選んでおり、淡黄色～淡緑色のカラフルな色合い
が、お菓子やパンに入れたときに良く映えます。

原材料…有機かぼちゃの種 原産国…中国



天然酵母パン ザクセン

デニッシュ生地 自家製あんを包み込みました。  [1069] あんこデニッシュ 2ヶ 599円 原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、あんこ（国産）、洗双糖、ホシノ酵母、天塩	自家製のシナモンペーストが ふんわり香ります。  [1068] シナモンロール 1ヶ 335円 原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、洗双糖、天然酵母、シナモン（スリランカ産オーガニック）、天塩	オーガニッククルミが入った 小さなパンです。  [1065] くるみのプチパン 4ヶ 583円 原材料…小麦粉（国産）、くるみ（アメリカ産オーガニック）、菜種油、天然酵母、洗双糖、天塩	ドライマトとバジル入り セミハードロール  [1076] ドライマトとバジルのセミハードロール 5ヶ 594円 原材料…小麦粉（北海道産）、ドライマト、粗糖、食塩、有機バジル
全粒粉、オーガニックレーズン、 オーガニックくるみを 生地に練りこんだ贅沢なパン。  [1073] パン・ド・コンブレ 250g 707円 原材料…小麦粉（国産）、小麦全粒粉（国産）、オーガニックレーズン、くるみ（アメリカ産オーガニック）、酵母、天塩	やわらかな食感のプチパン アトピー対応のマーガリン使用  [1061] テーブルロール 5ヶ 599円 原材料…小麦粉（国産）、菜種油、洗双糖、天然酵母、天塩	オーガニック黒胡麻を たっぷり入れました。  [1063] ごまコッペ 1ヶ 427円 原材料…小麦粉（国産）、ごま（ボリビア産オーガニック）、洗双糖、天然酵母、天塩	玉ねぎの香ばしい 風味がふんわり！  [1081] オニオンロール 3ヶ 551円 原材料…小麦粉（国産）、玉ねぎ（国産）、酵母、洗双糖、天塩、菜種油、黒胡椒、ナツメグ
天然酵母・国産小麦 北海道産バターを使用した バターロールです。  [1077] バターロール 5ヶ 616円 原材料…小麦粉（国産）、バター、粗糖、天然酵母、食塩	国産小麦と天然酵母の プレーンベーグルです。 一旦蒸してから 焼き上げました。  [1067] ベーグル（プレーン） 約70g×3 621円 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩	国産小麦胚芽入り食パン  [1054] 胚芽食パン6枚スライス 1斤 556円 原材料…小麦粉（北海道産）、胚芽（国産）、天然酵母、洗双糖、天塩	6.5寸16種雑穀スライスを 使用しました。  [1055] 国産16穀食パン6枚 578円 原材料…小麦粉（国産）、雑穀加工品（裸麦、モチ玄米、丸麦、発芽玄米、黄大豆、モチ麦、モチ黒米、黒大豆、小豆、モチ赤米、タカキビ、トウモロコシ、モチキビ、他）、洗双糖、キビ、パン酵母、天塩

ポイント 品番 品名 規格 会員価格(税込み)

パン

規格は生地の重量表記です

型油…なたねサラダ油を使用

(略号…糖:粗精糖 マ:マーガリン バ:バター 油:油脂類 豆:大豆レシチン 乳:乳製品)

	1051	食パン	糖	1斤	459
	1052	食パンスライス6枚	糖	6枚切り	454
3p	1053	胚芽食パン	糖	1斤	567
3p	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	556
3p	1055	国産16穀食パン	糖	6枚	578
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	567
3p	1057	バケット	糖	400g	459
	1058	パタール		230g	454
	1059	プレーンパン	糖・オリブ油	255g	578
	1060	クロワッサン	糖・バ	2ヶ	524
3p	1061	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	599
	1062	プチパン	糖	5ヶ	502
2p	1063	ごまコッペ	糖	1ヶ	427
3p	1064	プチレーズン	糖	5ヶ	599
3p	1065	くるみのプチパン	糖・マ	4ヶ	583
	1066	よもぎパン	糖	2ヶ	599
3p	1067	ベーグル（プレーン）	糖	約70g×3	621
2p	1068	シナモンロール	糖・バ	1ヶ	335

品番 品名 規格 会員価格(税込み) ポイント

1069	あんこデニッシュ	糖・バ	2ヶ	599	3p
1070	かぼちゃデニッシュ	糖・バ	2ヶ	583	
1071	チョコデニッシュ	糖・バ	1ヶ	367	
1072	あんぱん	糖	2ヶ	497	
1073	パン・ド・コンブレ		250g	707	4p
1074	パン・オ・ショコラ	糖・バ	1ヶ	616	
1084	ホシノ天然酵母パン種（小袋）		50g×5	1,307	

▽おへそ▽

1091	冷凍ピザクラスト	2枚18cm	648
1092	冷凍ピザパン・トマト&チーズ	2個	821
▽ファーマーズファクトリー▽			
1093	冷凍ピザ・北海道マルゲリータ	18cm	910



お家で乾杯！
『オリーブの宝石』をパンやクラッカーにのせて、
お洒落なおつまみに。
オリーブの宝石トーストスブレッド
ノヴァオリジナルのスペイン産
有機エキストラバージンオリーブ
オイルに9種類の有機ドライフルー
ツ、有機ナッツを散りばめた有機
トーストスブレッドです。

品番	品名	規格	価格(税込み)
101	101	101	101
102	102	102	102
103	103	103	103
104	104	104	104
105	105	105	105
106	106	106	106
107	107	107	107
108	108	108	108
109	109	109	109
110	110	110	110
111	111	111	111
112	112	112	112
113	113	113	113
114	114	114	114
115	115	115	115
116	116	116	116
117	117	117	117
118	118	118	118
119	119	119	119
120	120	120	120
121	121	121	121
122	122	122	122
123	123	123	123
124	124	124	124
125	125	125	125
126	126	126	126
127	127	127	127
128	128	128	128
129	129	129	129
130	130	130	130
131	131	131	131
132	132	132	132
133	133	133	133
134	134	134	134
135	135	135	135
136	136	136	136
137	137	137	137
138	138	138	138
139	139	139	139
140	140	140	140
141	141	141	141
142	142	142	142
143	143	143	143
144	144	144	144
145	145	145	145
146	146	146	146
147	147	147	147
148	148	148	148
149	149	149	149
150	150	150	150
151	151	151	151
152	152	152	152
153	153	153	153
154	154	154	154
155	155	155	155
156	156	156	156
157	157	157	157
158	158	158	158
159	159	159	159
160	160	160	160
161	161	161	161
162	162	162	162
163	163	163	163
164	164	164	164
165	165	165	165
166	166	166	166
167	167	167	167
168	168	168	168
169	169	169	169
170	170	170	170
171	171	171	171
172	172	172	172
173	173	173	173
174	174	174	174
175	175	175	175
176	176	176	176
177	177	177	177
178	178	178	178
179	179	179	179
180	180	180	180
181	181	181	181
182	182	182	182
183	183	183	183
184	184	184	184
185	185	185	185
186	186	186	186
187	187	187	187
188	188	188	188
189	189	189	189
190	190	190	190
191	191	191	191
192	192	192	192
193	193	193	193
194	194	194	194

品番	品名	規格	価格(税込み)	単位
----	----	----	---------	----



「北海道十勝・帯広発祥」のスタミナ丼!!
豚肉に含まれるビタミンB1は、
ごはんの糖質をエネルギーに変え、
脳やカラダを動かす力になり、
寒さの中の体温維持にも役立ちます

豚井

作り方…①フライパンに油をひき、豚バラスライスを焼き、軽く火が通ったら取り出す。②フライパンに 醤油 みりん を入

れ、少し煮詰めたら、肉を戻し、たれを絡めて、ご飯にのせて出来上がり。白髪ネギや七味をどうぞ。

[0122] 長ねぎ (むき) 300g 281円



冷凍 放牧豚 バラスライス

豚肉

▽北海道 放牧豚▽

放牧豚は、生後90日を目処に100日間以上、北海道厚真町の広い大地で『放牧飼育』された豚です。ストレスフリーで健康に育った放牧豚は、赤身が濃く・適度な弾力の肉質・甘みのある脂をあわせ持ち豚肉本来の豊かな味味を引き出します。Non-GMO（非遺伝子組換え）穀物や大豆かすなどをえさとして使用しています。成長ステージごとに健康に気を配った飼料を与え、抗生物質は一切使用していません。

4p	1101	練 放牧豚 バラスライス	200g	781	2.5mm厚。さらっとして甘みのある脂と赤身の旨み が特徴のバラ肉です。
4p	1102	練 放牧豚 モモスライス	200g	720	1.5mm厚。脂が少なく赤身の旨みがあふれるモモ肉は適 度な歯ごたえがあり、炒め物や煮物などに。
	1103	練 放牧豚 挽肉（バラ凍結）	250g	751	赤身部位を中心にバラバラなミンチにしました。 使いやすいチャック袋仕様です。
	1104	練 放牧豚 切り落とし（バラ凍結）	250g	840	赤身部位を中心に一口サイズにカットしました。 使いやすいチャック袋仕様です。

▽新潟 健康豚▽

自然豊かな魚沼の山のふもとで飼育し、飲み水は地中を流れる伏流水を井戸で汲み上げ与えています。良質な澱粉質を主体に植物性原料100%の飼料を用い、ゆったり飼育に200日を要し、コクのある脂肪に包まれた美味しい肉に仕上げました。薬剤添加は獣医師の指導に基づいて行い、出荷の80日前からは無薬飼料のみに切り替えて育てます。

	1121	冷凍	健康豚 ローススライス	150g	767
4p	1122	冷凍	健康豚 ロースしゃぶ用	150g	783
3p	1123	冷凍	健康豚 モモスライス	150g	637
4p	1124	冷凍	健康豚 モモしゃぶ用	150g	724
	1125	冷凍	健康豚 バラスライス	150g	680
	1126	冷凍	健康豚 生が焼スライス	150g	702
	1127	冷凍	健康豚 ヒレ	150g	1,058
	1128	冷凍	健康豚 ロース切り身	80g×2	745
	1129	冷凍	健康豚 挽肉	150g	486
	1130	冷凍	健康豚 野菜炒め用小間切れ	150g	518
	1131	冷凍	健康豚 パラパラ小間切れ ウデ肉・モモ肉を約2～3mmに丁寧に手切りでスライスして、バラバラで凍結させました。 使いたい分だけ取り出せるので便利です。	200g	702
	1132	冷凍	健康豚 パラパラ挽肉 丁寧に手切りして、バラバラで凍結させました。 使いたい分だけ取り出せるので便利です。	200g	697



パプリカも入れて彩りカラフルな一品に！

パブリカのチンジャオロースー

作り方①豚スライスは薄切りにして、合わせた下味調味料（酒大さじ1 醤油大さじ1 片栗粉小さじ1 生姜の千切り大さじ1 ごま油大さじ1 酒大さじ2 塩、こしょう少々 醤油小さじ1.5）につけ込んでおく。タケノコ（水に切り、ピーマン2個、パプリカ1個、ネギ4cm分は、芯を除いて、白髪ネギにて、生姜を炒め、香りが出てきたら、牛乳を、牛乳が、タケノコを入れてさらさら）③ピーマン、パプリカを加えて炒め、しこしこ、醤油を加えて味を調える。

2p	[2212]	有機青椒肉絲の素	100g	281円
4p	[1912]	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	686円
	[0142]	パプリカ	200g2~3ヶ	356円



大根おろしをたっぷり加えて、
さっぱり味のお鍋です。

おろし鍋



材料(4人分)…豚ロース薄切り肉400g、大根おろし600g、木綿豆腐1丁、椎茸8個、長ネギ2本、ほうれん草1袋、水5カップ、酒大さじ3、ポン酢・人参(飾り切り)適量

作り方…①豚ロース肉は食べやすい大きさに切る。椎茸は石突きを落として十字に切り込みを入れ、長ネギは1cm 幅の斜め薄切りにする。木綿豆腐、ほうれん草は食べやすい大きさに切る。人参は1cm幅の輪切りにし、星型で抜く。②鍋に水を入れ、長ネギ、木綿豆腐、椎茸、人参を入れて中火にかけ、ふたをして煮る。③煮立ったら、ロース肉、ほうれん草を入れ火を通し、最後に大根おろしを加えて完成。ポン酢でいただく。

3p [2159] 有機ポン酢醤油 250ml 464円



冷凍 健康豚 ロースしゃぶ用

ローズ薄切りスライスです。
しゃぶしゃぶ、野菜の豚肉巻き等
にご利用ください。

冷凍 健康豚 モモしゃぶ用

モモ薄切りスライスです。



国産地粉を使用した
手打風のシュウマイの皮です。
手作りは包む手間がかかりますが、
蒸し立てのシュウマイは
ジューシーでふっくら格別です！

シュウマイ



中華の皮

1208	地粉餃子の皮	20枚	238
1209	極厚全粒粉餃子の皮	20枚	308
1210	シューマイの皮	30枚	184
1211	春巻きの皮	10枚	346
1212	ワンタンの皮	20枚	238

ポイント	品番	品名	規格 価格(税込み)
------	----	----	------------

品番	品名	規格 価格(税込み)	ポイント
----	----	------------	------



ビールにもご飯にも合う
甘辛な味付け「韓国チキン」!!

ヤンニョムチキン

作り方…①鶏むね肉(鶏もも肉)2枚は一口大に切り、ボウルに入れる。下味(酒・醤油各大さじ1、生姜すり下ろし1片分)をもみ込む。②①に粉類(片栗粉・薄力粉・片栗粉各大さじ2)をまぶす。手でよく混ぜ、粉をなじませる。③深めのフライパンに揚げ油を2cmほど熱し(180℃)。衣がカリッとするまで両面揚げ焼きにする。④たれの材料(コチュジャン・トマトケチャップ各大さじ3、アガベシロップ・酢各大さじ1、にんにくすりおろし1片分)を別のフライパンに入れ、加熱する。煮立ってきたら揚げた鶏肉を絡める。⑤皿に盛り、仕上げに刻んだアーモンドをかけると食感が楽しめます。

3p [0917]有機アガベシロップゴールド 330g 648円
3p [2154]純りんご酢 500ml 572円

冷凍 鶏むね肉

むね肉は柔らかくて脂肪が少なく、たんぱく質が多いヘルシーな食材です。ビタカ、唐揚げ、ソテーなど。



鶏肉

▽兵庫 播州百日鶏▽

兵庫県多可町加美地区にある大自然の中で、太陽の光をいっぱい浴び、通常の飼育より長い、約百日という時間をじっくりかけて飼育された銘柄鶏。産地の加美町を流れる美しい清水と、とうもろこしと大豆等の安全な飼料にこだわって飼育しています。

【飼育方法】開放鶏舎 平飼飼育

【飼育密度】一坪(3.3㎡)にだいたい20～27羽で飼育

【休業期間】抗生物質はやむなく孵化後70日間の幼鳥期にコクシジウム症対策等に微量飼料添加するが、それ以後30日間以上は抗生物質無投与。

	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	670
3p	1302	冷凍 播州百日鶏 むね	200g	583
	1312	ダブル	上記2p1,131円	1,166
	1303	冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	659
	1304	冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	594
3p	1305	冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	648
	1306	冷凍 播州百日鶏 唐揚げ用カット	約25g×8	605
	1307	冷凍 播州百日鶏 ウイング	約80g×5	648
3p	1308	冷凍 播州百日鶏 レバー	200g	529



ひな祭りにおすすめの一品です。

茶碗蒸し

作り方…①鶏肉は一口大に切って塩・酒をふっておく。えびは解凍して酒をふっておく。かまぼこは一口大に切る。他はお好みの具をどうぞ。②卵液を作る。だしをとり、体温程度に冷ます。白だしを希釈しても可。③ボールに卵を入れ、白身を箸で切りほぐし、だしを加え混ぜる。こし器で一度こして、茶碗に材料と卵液を入れる。④蒸し器の湯を沸かし、蒸気がたったら、強火で2～3分 弱火で12～13分蒸す。



5p [2140]三河白だし 400ml 1,069円
[0335]銀杏 100g 270円

冷凍 播州百日鶏 小間切

ムネ・モモを1cm程に細かく切りました。100gずつ2パックにしてありますので、使う分だけ解凍してご利用いただけます。

無塩せき ももスライス

安全で美味しい銘柄豚「和豚もちぶた」のモモ肉を使用しています。乾塩法で丁寧に漬け込み、櫻チップでじっくりと燻製にしました。

発色剤、亜硝酸塩Naを使わない「無塩せき」製法で作りました。

加熱調理：焦げ目がつかない程度に軽くあぶってから召し上がり下さい。

原材料…豚モモ肉(国産)、食塩、砂糖、香辛料



無塩せき ビアシンケンソーセージ

お肉は和豚もちぶたを100%使用したウィンナーです。ソーセージの生地に角切り肉を入れました。

加熱調理：5mm程度に厚切りして、ボイルまたは軽く焼いて召し上がり下さい。商品の薄皮をとり除いて下さい。

原材料…豚肉(国産)、還元水飴、食塩、砂糖、香辛料



おつまみ

加工肉

▽ファーマーズファクトリー▽

北海道『放牧豚』を使用。

結着剤、発色剤、保存料、化学調味料を一切使用しておりません。発色剤を使用していないため、豚肉本来の自然な色に仕上がっています。

1401	冷凍 放牧豚 ポークウィンナー	100g	471
1402	冷凍 放牧豚 粗挽きウィンナー	100g	521
1403	冷凍 放牧豚 ベーコンスライス	65g	410

▽アルファ▽

国産銘柄豚「和豚もちぶた」を使用。

発色剤・亜硝酸Naを使わない「無塩せき」製法で造ります。保存料・着色料・増量剤・化学調味料などは一切使用しておりません。

1411	無塩せき ロースハムスライス	60g	626
1412	〃 ももハムスライス	60g	572
1413	〃 ベーコンスライス	80g	691
1414	〃 ウィンナーソーセージ	100g	648
1415	〃 ビアシンケンソーセージ	200g	1,296
1416	〃 ロースハムブロック	300g	2,603
1417	〃 ももハムブロック	300g	2,041
1418	〃 ベーコンブロック	180g	1,512

合鴨肉

▽岩手 啄木合鴨▽

合鴨肉は、コレステロール値を抑えるリノール酸やリノレン酸などの不飽和脂肪酸を多く含み、しかも低カロリー。柔らかくコクのある肉質、脂質とも優れています。岩手県 無天塾・啄木米の除草をした合鴨です。

1449 練啄木合鴨(半身) 約350g 2,457



鶏レバーに香味野菜を加えれば、どなたでも食べやすい一品に。貧血補給、疲労回復におすすめします。

鶏レバーの香味焼き

準備…鶏レバーは血ぬきをしてから、水洗いをしそぎ切りにする。

作り方…①みじん切りにした生姜、長ねぎ、にんにくを醤油、みりんと合わせ、鶏レバーを漬けて30分くらいおいておく。②青梗菜の葉はざく切り、茎はそぎ切りにし、油で炒めて器に盛る。③フライパンに油を熱し、鶏レバーの汁気をきって入れ、中火で焼いて火を通す。①の漬け汁を加えてからめるように焼き、②の器に盛りつける。





南伊豆水産 小判揚
駿河湾で水揚げされた新鮮な魚肉のみを使用し、無添加、化学調味料、合成保存料は使わず丁寧に作られた小判揚げです。
原材料…魚肉（すけそうたら）、馬鈴薯澱粉、砂糖、塩、発酵調味料、鰹だし、菜種油



南伊豆水産 たこボール
電子レンジで暖めて、マヨネーズ・おほか・醤油などを掛けますと一層美味しく召し上がれます。お弁当のおかず、おつまみに。
原材料…魚肉（すけそうたら）、たこ（日本近海産）、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、醃酵調味料、かつおだし、菜種油



南伊豆水産 ねぎちぎり揚
静岡県浜松産の葉ねぎを使い葱の風味が強く練り物との相性抜群です。
レンジ600w50秒ほど温めてお召し上がりください。フライパンで炒めると練の風味がより強くなり、お醤油に付けても美味しく召し上がれます
原材料…すけそうたらすり身（北洋・日本近海）、葉ねぎ（静岡）、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、醃酵調味料、鰹だし

高橋徳治商店 冷凍 さつま揚げ
北海道産のリン酸塩を使用しない無添加タラすり身と三陸沖で水揚げされた高鮮度の小魚をたっぷりと使用したさつま揚げ。
当社のさつま揚げは魚を85%以上も使用しており、残りは最低限のつなぎと調味料のみとなります。本来の魚のうま味を楽しめる逸品です。
原材料…魚肉（タラ、小魚）、発酵調味料、馬鈴薯でん粉、砂糖、カツオブシエキス、清酒、食塩、揚げ油（米油）



えびのしんじょ挽に。無添加の海老を80%以上配合2種類の天然エビを使用した生すりみです
高橋徳治商店 冷凍 えびしんじょすりみ
余計な化学調味料は一切使用せず、海老本来の美味しさを引き出した板前仕込みのえびしんじょすりみです。
えびしんじょすり身を解凍して、スープに袋の角を4cm程切り、絞り出しながらスプーンで落とし入れて、火を通す。
原材料…エビ（インドネシア、マレーシア、インド、バングラディッシュ産）、山芋おろし（山芋：国産）、全卵、食用米油、清酒、食塩、長ネギ、レモン汁



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

練り物

3p	▽静岡 南伊豆水産			
	1501	白かまぼこ（うろこちゃん）卵	150g	686
	1502	小竹輪	30g×5	540
3p	1503	〃 ダブル	上記2p1,048	1,089
	1504	鰯ハンペン	5枚	632
	1505	小判揚	5枚/150g	518
3p	1506	桜えび入り揚	3枚/150g	810
	1507	スティック揚（イカ）	6本/150g	621
	1508	うずら卵天 卵	4ケ	583
3p	1509	たこボール	8ケ	502
3p	1510	ねぎちぎり揚げ	100g	540
	1511	青のり小判	3枚	437

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
----	----	----	---------	------

1512	ごぼう巻き	5本	562	
1513	まぐろもろこし	100g	551	
1514	おでん種セット	6種13品	1,021	
▽宮城 高橋徳治商店				
1515	練 おとうふ揚げ	170g5ケ	394	
1516	練 お好みさつま揚げ	160g2ケ	491	
1517	練 さつま揚げ	190g5枚	508	3p
1518	練 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540	
1519	練 いわしだんご	150g	437	
1541	練 えびしんじょすりみ 卵	150g1枚	578	3p
1520	練 おでん種セット(7種13品) 卵	356g	1,042	

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
一口サイズのカレーコロッケ



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ カレー
原材料…じゃがいも(新潟産)、パン粉、牛肉(国産)、玉ねぎ、小麦粉、植物油、カレー粉、砂糖、塩

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
国産の安心な材料を使った、一口サイズのカビーフコロッケ。



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ ビーフ
原材料…じゃがいも(新潟産)、パン粉、玉ねぎ、小麦粉、植物油、牛肉(国産)、砂糖、醤油、塩、唐辛子

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
きんぴらごぼうを具にしました。



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ きんぴら
原材料…じゃがいも(新潟産)、パン粉、ごぼう(国産)、人参、小麦粉、植物油、砂糖、醤油、塩、唐辛子(原材料の一部に大豆を含む)

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
玉ねぎ、にんじん、ほうれん草を加えました。
お弁当にピッタリサイズ



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ 野菜
原材料…じゃがいも(新潟産)、パン粉、小麦粉、植物油、玉ねぎ、人参、ほうれん草、鶏肉(播州百日鶏)、砂糖、塩、胡椒

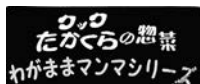
まきば

新潟
まきば

まきばの「雪室コロッケ」
魚沼の雪を敷き詰めた天然の冷蔵庫「雪室（ゆきむろ）」でじゃがいもを保存することで、通常3%ほどの糖度が10%近くに上昇し、甘くて滑らかな食感になります。

▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽ 隔週			
3p	1561	冷凍 カレー	15g×10 454
3p	1562	冷凍 ビーフ	15g×10 464
2p	1563	冷凍 きんぴら	15g×10 432
2p	1564	冷凍 野菜	15g×10 432
▽雪室熟成じゃがいもコロッケ			
	1565	冷凍 ビーフ	60g×4 632

1566	練 ポーク	70g×4	626
▽とこトン惣菜			
1569	冷凍 レンジでざく切りキャベツメンチ	70g×4	702
1570	冷凍 レンジで里いもレンコンコロッケ	21g×8	551
1573	練 餃子	25g×10	551



少量規格でお弁当や夜食、小家族様に最適！
素材の安全性は勿論、
手作りのやさしい味です。
(農産物は国産、農薬不使用)



東京都東久留米 クックたかくら

手作り冷凍惣菜の『クックたかくら』は、東京都東久留米市にあります。社長・高倉正雄さんが、脱サラ後、娘さんのアトピーをきっかけに自然食品店を開店、余った野菜で奥さんの久江さんが作る惣菜が美味しいと評判になり、惣菜屋さんに転身して『クックたかくら』が誕生しました。人の体と心を作っていくのに大切な食べ物、だから、原材料は、厳選された有機農産、畜産、海産物、これらの安心の食材です。



豚肉とキャベツのメンチカツは
柔かな仕上がりで、衣のさくさく感と、
具のふんわり柔らかな食感が美味しい！

フライパン

3p

〔1535〕冷凍 体に優しい豚のメンチカツ
SP100% 150g 583円
〔1536〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,120円 ~~1,188円~~
原材料…豚肉、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、なたねサラダ油、卵、胡椒、塩



鶏の胸肉をふんわり揚げて、
甘酢とゴマで煮込みました。

3p

〔1533〕冷凍 鶏肉の甘酢ごま煮
SP100% 150g 583円
〔1534〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,120円 ~~1,188円~~
原材料…鶏ムネ肉、醤油、発酵調味液、酒、酢、白いりゴマ、洗双糖、片栗粉、なたね油



お鍋、スープ、焼き餃子に、
様々な用途に使える
一口サイズの餃子です。

6p

〔1539〕冷凍 パクパク餃子
SP100% 30個 1,253円
〔1540〕" ダブル
SP100% 上記2p 2,405円 ~~2,566円~~
原材料…キャベツ、豚肉、餃子の皮、しょうが、にら、片栗粉、醤油、酒、ごま油、塩、胡椒



純和風の優しい美味しさが魅力
具を酢飯にまぜるだけの
簡単に混ぜこ飯の素です。

2p

〔1537〕冷凍 きつねごはんの素
SP100% 150g 427円
〔1538〕" ダブル
SP100% 上記2p 819円 ~~853円~~
原材料…油揚げ（国産大豆使用）、干し椎茸、人参、醤油、洗双糖、みりん、酒



自然解凍して温めるだけで
サクッと美味しい
食卓には勿論お弁当にも最適！

4p

〔1521〕冷凍 からあげ
SP100% 130g 745円
〔1522〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,431円 ~~1,499円~~
原材料…鶏ムネ肉（長野産）、なたね油、醤油（大豆、小麦）、卵、小麦粉、片栗粉



ササミにチーズとシソを
挟み込んだフライです。
お弁当にもピッタリの大きさ

4p

〔1523〕冷凍 ササミのチーズフライ
SP100% 170g 788円
〔1524〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,514円 ~~1,576円~~
原材料…鶏ササミ、チーズ（乳）、パン粉、小麦粉、卵、青じそ、塩、胡椒



牛ひき肉をじっくり煮込んで
味をしみこませて
じゃが芋に練りこんだ
コロッケです。

3p

〔1525〕冷凍 すきやき風コロッケ
SP100% 150g 594円
〔1526〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,140円 ~~1,188円~~
原材料…じゃが芋、牛肉（青森産）、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、みりん、醤油、卵、サラダ油、塩、胡椒



シンプルなささみのフライです
さっぱりと召し上がれます

3p

〔1527〕冷凍 チキンカツ
SP100% 2枚入り 578円
〔1528〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,109円 ~~1,156円~~
原材料…鶏ササミ（米沢郷の鶏肉）、パン粉、小麦粉、卵、なたねサラダ油、塩、胡椒



人参、玉ねぎなど
野菜を加えた
味わいナゲット！

4p

〔1531〕冷凍 ヘルシーナゲット
SP100% 150g 670円
〔1532〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,286円 ~~1,348円~~
原材料…鶏ムネ肉（長野産）、鶏挽肉（長野産）、人参、玉ねぎ、ほうれん草、卵、小麦粉、牛乳、片栗粉、なたね油、塩、胡椒



小松菜、ごまの風味豊かな和え物
箸休め、お酒のおつまみに

3p

〔1529〕冷凍 小松菜ごま和え
SP100% 120g 572円
〔1530〕" ダブル
SP100% 上記2p 1,098円 ~~1,146円~~
原材料…小松菜（有機栽培または農薬化肥不使用）、すりごま（国内産）、醤油、洗双糖

グッドミー（大豆ミート）Good to me 私にとって良いもの

お肉を使わない植物蛋白加工食品のお惣菜シリーズです。クックたかくらは、大豆たんぱくにつまわる代替肉（お肉の代わりに使う食材）というイメージをなくすべく、大豆ミートとは呼ばず、グッドミーと表現します。



〔1551〕冷凍 有機豆乳使用
クリームコロッケ 4個 745円
原材料…豆乳（国産、有機大豆）、小麦粉、パン粉、にんじん、いんげん、とうもろこし、洋風だし、サラダ油、塩、胡椒



〔1552〕冷凍 有機豆乳使用のポテト
グラタン 180g 648円
原材料…豆乳（国産、有機大豆）、小麦粉、じゃがいも、粒状大豆蛋白、玉ねぎ、コーン缶、自家製だし、食塩、コショウ、サラダ油、ソース（玉ねぎ、人参、セロリ）



〔1553〕冷凍 グッドミーのベジタブル
春巻き 3本 724円
原材料…キャベツ（有機または特別栽培）、大豆ミート、人参、干しいたけ 春巻きの皮、緑豆はるさめ、胡椒、サラダ油、中華だし、醤油、片栗粉



〔1554〕冷凍 有機豆乳使用のカレー
ピラフ 180g 632円
原材料…豆乳（国産、有機大豆）、小麦粉、胚芽米、粒状大豆蛋白、有機干しぶどう、玉ねぎ、人参、自家製だし、カレー粉、食塩、コショウ、サラダ油



〔1555〕冷凍 グッドミーのベジタブル
ソース 140g 599円
原材料…粒上大豆たんぱく、玉ねぎ、トマトホール、トマトケチャップ、味噌、赤ワイン、サラダ油、根しょうが、にんにく、味の母



〔1556〕冷凍 グッドミーのちっちゃな
ベジバーグ 6個 621円
原材料…大豆ミート、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、醤油、味の母、根生菜、サラダ油、塩、胡椒



〔1557〕冷凍 グッドミーのベジタブル
中華丼 180g 718円
原材料…白菜、玉ねぎ、人参、干し椎茸、粒上大豆たんぱく、醤油、なたね油、洋風だし、胡麻油、食塩、片栗粉、胡椒



〔1558〕冷凍 車麩のフライ
5個 616円
原材料…車麩、醤油、味の母、パン粉、椎茸出汁、サラダ油、塩、胡椒



手こね寿司 ①醤油とみりんを合わせて煮切り冷まし、まぐろを入れてよくからめ、冷蔵庫で漬け込む。②すし飯に、①のつけ汁を混ぜ、まぐろを加え、炒り白ごま、しょうが、ねぎを散らしてさっくり混ぜる。

赤魚特有のクセが少なく
あっさりとした味わい

5p

[1607] 冷凍ビン長まぐろ

300g 1058円

ミッドウェー沖/脂のったものを長年の目利きで厳選

カルパッチョ

まぐろと玉ねぎにレモンの風味がきいたドレッシングがよく合います。

[0105] 新玉ねぎ 700g 454円

[0220] ベビーラディッシュ (かいわれ) 1p 65円

[0333] レモン 250g 313円

まぐろのたたき

解凍したまぐろにしょうゆをまぶす。フライパンにごま油を熱し、まぐろの表面に焼き色をつける。野菜を添えてどうぞ

[0145] ベビーリーフ 50g 162円

角煮

生姜をたっぷりきかせて、ご飯のお供に、お酒のおつまみに。

[0149] 大しょうが 100g 292円

海産

▽刺身・生食用▽			
	1601 冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602 冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603 冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
6p	1604 冷凍 ネギトロ用すき身 (サラダ油使用)	200g	1134
	1605 冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
5p	1606 冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
5p	1607 冷凍 ビン長まぐろ	300g	1058
	1608 冷凍 まぐろ鉄心	10本	1048
5p	1609 冷凍 刺身用ほたて貝柱	100g	918
▽切り身魚▽			
	1610 冷凍 紅鮭 (甘塩)	2切れ	896
	1611 冷凍 徳用	5切れ	2106
	1612 冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1613 冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
4p	1614 冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788

▽漬け魚▽			
	1711 冷凍 国産サバ塩こうじ漬け	2切れ	567
	1712 " ダブル	2切れ×2	1077 1134
	1713 冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875

高尾の魚

翌々週配送

[5654] 冷凍赤魚粕漬 1枚 810円

張りのある白身が酒粕とベストマッチ

4p

▽切り身魚▽

5650 冷凍真ダラ切身	2切れ	810
--------------	-----	-----

▽漬け魚▽

5651 冷凍 味噌漬けセット	約80g×3	902
イカ、サケ、サワラ各80g		
5652 冷凍 銀だら味噌漬け	2切れ	1804
5653 冷凍 サケ味噌漬	2切れ	864
5654 冷凍 赤魚粕漬	1枚	810
5655 冷凍 さば西京漬	2切れ	632
5656 冷凍 メカジキ味噌漬	2切れ	1026
5657 冷凍 さわら味噌漬	2切れ	810
5658 冷凍 ほっけ味噌漬	1切れ	632
5659 冷凍 サワラ西京漬	2切れ	810
5660 冷凍 塩サバ切身	2切れ	594

4p

SPECIAL

ちらし寿司の彩りに

[1618] 冷凍北海道産 特上いくら 80g 2322円

北海道産の鮭卵を食塩のみで漬け込みました。食べても皮が口に残らない特上品です。

11p

うまき・ちらし寿司に

[1716] 冷凍鹿児島県産 刻みうなぎ 50g×2 1831円

特製タレで焼き細かくきぎみしました。ちらし寿司やお茶漬けなどに

9p

SPECIAL

ぷりっとした食感と甘みのある身

[1617] 冷凍お刺身むき甘えび (尾付き) 30尾 1107円

カナダ産。お刺身用に殻を剥いてある、尾付き甘えびです。ぷりっとした食感と甘みのある身が特長です。解凍後そのままお醤油でお召し上がりください。甘えびのお寿司やマリネにもおすすめです。

6p

SPECIAL

[1615] 冷凍骨無し秋鮭切身 (無塩) 2切 794円

北海道の天然秋鮭の骨を丁寧に取り除き、切身に加工しました。

4p

[1720] 冷凍中粒しじみ 150g 805円

青森産のしじみを砂抜き。お味噌汁などにそのままお使い頂けます。

4p

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽鍋▽				
	1714	冷凍 海鮮鍋セット7種 (約3人前)	2970	
		ワタリガニ1杯、ズワイガニ50g、秋鮭切身2切、汐タラ切身2切、ポイルホタテ3ヶ、バナナエビ3ヶ、結び昆布3ヶ		
▽うなぎ▽				
	1715	冷凍 鹿児島産うなぎ蒲焼き 長焼き 110g	2630	
9p	1716	〃 刻みうなぎ 50g×2	1831	
▽エビ・イカ 他▽				
	1717	冷凍 エコシュリンプ M 約200g	1598	
8p	1718	〃 L 約200g	1696	
	1719	〃 むき身 S 約200g	1642	
4p	1720	冷凍 中粒しじみ 150g	805	
	1721	冷凍 シーフードミックス 180g	778	
		いか・ホタテ・ムキエビ		
▽干物・他▽				
	1722	冷凍 いわし丸干し 5尾	389	
3p	1723	冷凍 カラフトししゃも 10尾	562	
	1724	冷凍 干しカレイ 2枚	821	
	1725	冷凍 アジ開き 2枚	621	
	1726	〃 ダブル 2枚×2	1180 1242	
	1727	冷凍 ひと塩サワラ切身 3切	713	

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽惣菜▽				
1751	冷凍 まぐろつみれ	10ヶ	545	3p
1752	冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん	160g	454	
1753	冷凍 日本のやさしいアジフライ	50g×4	702	
1755	冷凍 揚げたて!秋鮭フライ (骨取り・皮無し) 3切		940	
1756	冷凍 イカ下足竜田揚げ用	250g	778	4p
1757	冷凍 メカジキ竜田揚げ用	200g	594	
1758	冷凍 まぐろメンチ	60g×4	756	



お弁当のおかずにも
[1756] 冷凍イカ下足 竜田揚げ用 250g 778円
 八戸漁港で水揚げされたムラサキイカをしっかりと漬け込みました。お子様にも食べやすい味付けとなっております。



ピリッと辛味の有機ブラックペッパー
[1730] 冷凍紅鮭 スモークサーモンスライス ブラックペッパー 50g 805円
 紅鮭スモークサーモンに黒胡椒を効かせました。お酒との相性は抜群です。



[1616] 冷凍キハダステーキ 80g×4 529円
 バターやオリーブオイルでステーキやムニエル、醤油とみりんで照焼に



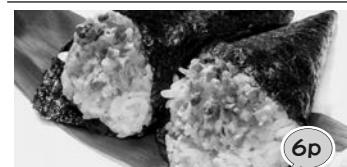
[1723] 冷凍カラフトししゃも 10尾 562円
 カナダ産の卵率の良いものを、食塩のみで干物にしました



[1609] 冷凍刺身用ほたて貝柱 100g 918円
 北海道産の新鮮なホタテを使用。カレーなど様々なお料理に



[1806] 焼ききざみ海苔 20g 524円
 有明海産秋芽一番摘みの海苔を使用を使いやすくきざみました



[1604] 冷凍ネギトロ用すき身 (サラダ油使用) 200g 1134円
 油分を少なめにしたあっさりタイプ。手巻き寿司やネギトロ丼に



[1614] 冷凍メカジキステーキカット 100g×3 788円
 皮目にコラーゲンがあるので、ぎりぎりまで美味しく召し上がれ♪



[1729] 冷凍 (骨取り) 秋鮭醤油こうじ漬 2切 810円
 自社製醤油麹で漬け込みました。



[1728] 冷凍金目鯛開き 2枚 675円
 宮城県産の小ぶりの金目鯛を塩だけで干しあげました。

海藻、のり

▽海藻、のり▽				
1801	鳴門生わかめ (塩蔵) /徳島	150g	535	
1802	カットわかめ	50g	832	
1803	三陸茎わかめ 剣山裂き	300g	470	
1804	海草サラダ	100g	351	
	わかめ・茎わかめ・昆布・赤すぎのり・赤のりなど。塩蔵			
1805	寿司はね焼のり/福岡	全形10枚	524	
1806	焼ききざみ海苔	20g	524	3p
1807	おにぎり用焼き海苔2ッ切10枚×3		1026	
1808	板海苔/宮城産	全型×10枚	513	
1809	焼き海苔/宮城産	半裁×20枚	551	
1810	食卓焼き海苔/宮城産	4枚×25	643	
1811	刻みねこあしがごめ昆布	50g	632	3p
1812	冷凍 生芽かぶとろろ	100g	265	

強い粘り 納豆・醤油などとあえてご飯にかけても



[1811] 刻みねこあしがごめ昆布 50g 632円
 強い粘り気が、身体に良いとされています。酢の物などにどうぞ♪

ねこあし昆布とは!?
 根の部分が猫の足に形が似ていることから「ねこあし昆布」と呼ばれています。甘みが強く、とろろ昆布としても食べられています。



水をごめ昆布が浸るくらい入れて、馴染ませる。20分おいたら完成!よく混ぜてどうぞ



寒い時期に食べたいくなる
濃厚なクリーム味！
全卵と牛乳で作る
混ぜるだけの簡単レシピです

カルボナーラ

作り方(2人分)…①(卵2個、マヨネーズ大さじ3、牛乳100ml、粉チーズ・塩・コショウ適量)はよく混ぜ合わせておく。②にんにく

はみじん切り、ベーコンは1cm幅に切る。しめじは小房に分ける。③フライパンにオリーブオイルとにんにくを熱し、香りが立ってきたらベーコンとしめじを炒める。④パスタを茹で③のフライパンに入れ、炒め合わせる。パスタに油がなじんだら①を加えすぐさま火をとめ、全体に絡ませる。皿に盛り、粗挽き黒コショウをふる。

金子製麺 生スパゲティー

金子製麺 生フェットチーネ

デュラル小麦(カナダ産)・地粉全粒粉(国内産)を使用。風味豊かでコシが強く、もちもち食感の生パスタに仕上げました。茹で時間90秒。

原材料…小麦粉、小麦タンパク、食塩、乾燥卵白、デンプン



桜井食品 ロングパスタ

北海道で契約栽培されたキタホナミ小麦を100%を使用して作りました。ゆで上がりはソフトな感じの麺に仕上がります。

太さ約1.8mm ゆで時間は約11～12分。
原材料…北海道産契約栽培小麦粉・小麦グルテン

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

麺類

▽生麺▽

2401	季穂(きすい) 地粉生うどん(太) (2人前)	130g×2	270
2402	ふわふわもちもちもちりうどん	200g×2	302
2403	足柄古式生そば	130g×2	378
2404	季穂石臼生粗挽きそば	130g×2	459
2405	日本の中華麺 醤油らーめん	2食	416
2406	〃 味噌	2食	454
2407	〃 塩	2食	454
2408	〃 淡麗鶏ガラ醤油	2食	459
2409	江戸風鯉醤油つけ麺 スープ付	2食	470
2410	油そば なま麺	2食	491
2411	茹でこぼし不要 ぼんぼん麺	2食	428
2412	全粒粉なまラーメン スープ無し	120g×2	364
2413	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	486
2414	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	302
2p	2415	生スパゲティー 150g×2食	308
2p	2416	生フェットチーネ 150g×2食	308

▽冷凍麺▽

2417	練 さぬきうどん	200g×3	410
2418	〃 ダブル	上記2p	788 820
2419	練 十割生そば	130g×2	594

▽乾麺▽

2420	地粉うどん(田島さんのうどん) 太	250g	286
2421	地粉うどん(田島さんのうどん) 細	250g	286
2422	吉野葛そうめん	250g	540
月1	2423	徳用吉野葛そうめん 1.9kg	3,358 3,660
	2424	純国産手延べそうめん 250g	486
月1	2425	徳用純国産手延べそうめん 1.9kg	3,279 3,564
	2426	足柄古式そば 240g	329
	2427	究極そば 200g	535

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2428	特選そば	200g	562	
2429	さくらの焼そば	114g×2	400	



環境にも身体にも優しいホッとする味わいのらーめん

岐阜・桜井食品 即席らーめん

日本初のRSPO認証ラーメン。マレーシア産RSPO認証パーム油使用。麺は国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。添付のスープはアミノ酸等の食品添加物を使用しておりません。

●しょうゆ…魚介と肉エキスをベースに、飽きのこないあっさりとした醤油スープを使用しています。

●しお…天日塩のまろやかな味にチキンエキスを加え、あっさり軽く仕上げました。

●みそ…魚介のダシがきいた香りの良いスープでコクと旨みを出しました。

●とんこつ…魚介の風味ある和風とんこつスープは、コクがあり麺によく合う仕上がります。



[2437] らーめんアラカルト各4種

しょうゆ・しお・みそ・とんこつ1個 736 ~~767~~円

▽即席麺 桜井食品▽

2430	しょうゆらーめん	99g×4袋	756	4p
2431	しおらーめん	99g×4袋	756	4p
2432	みそらーめん	101g×4袋	756	4p
2433	とんこつらーめん	103g×4袋	799	4p

▽パスタ▽

2434	国内産ロングパスタ	300g	432	2p
2435	国内産エルボパスタ	300g	432	

▽即席麺 トーエー▽

在庫限り	2436	どんぶり麺・しょうゆ味ラーメン	78g×4	907
------	------	-----------------	-------	-----

【おすましにオススメの一番だしの水出し法】

表面を固く絞った布巾で汚れをとる。1000ccの水に昆布20gを入れ、10時間漬ける。昆布を取り出し、火にかける。沸騰したら火からおろし、少量の差し水をし、温度を下げる。花かつお30gを手でほぐしながら、一度に加える。差し水によって、再度沸騰するまでの時間が10秒くらい。ひと煮立ちしたらすぐに火を止め、あくをていねいに取り除く。鰹節が沈み始めたらペーパータオルなどで静かにこす。

札幌中一 日高昆布

だし昆布にご利用になる場合は、水のままで、だしを取るか、加熱する場合は低めの温度で、色が出る前に引き上げてご利用下さい。



だし類

▽昆布▽

2501	日高昆布	200g	1,177	6p
2502	利尻昆布	150g	1,642	

▽煮干し▽

2503	天日三陸煮干し	200g	972	
------	---------	------	-----	--

▽削りぶし▽

2504	鰹平削り(花カツオ)	40g	367	
2505	削り節パック「ふぶき」	4g×10	670	
2506	ソフト削り	16g	259	
2507	料理の決め手(混合削り節)	100g	626	
2508	中厚削り	100g	491	



大分産 原木栽培 ゆっくり熱風乾燥 肉厚のどんこ(冬茹)

干しいたけ・どんこ

椎茸の甘煮…干し椎茸を水戻しし、戻し汁・醤油・てんさい含蜜糖・味の母で煮含めます。

美味しくもどすには、5℃くらいの冷水で10時間程時間をかけてもどすのがポイントです。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
		▽だしパック (煮出しタイプ) ▽		
	2509	だしパック おだしさん	8g×10	302
		▽だしパック (粉末タイプ) ▽		
	2510	野菜でうまみ食塩無添加	3.5g×6	389
	2511	チキンコンソメ	10g×8	540
		▽干し椎茸▽		
5p	2512	干しいたけ・どんこ (大)	45g	929



ざくっと食感と素朴な味わい
食物繊維、鉄分、たんぱく質が摂れます
第3世界ショップレシピ。

オートミールクッキー

材料 (約10個分)…オートミール90g、無塩バター40g、卵1/2個、砂糖大さじ3、

薄力粉大さじ3、シナモンパウダー少々、塩ひとつまみ
作り方…①耐熱容器に無塩バターを入れ、電子レンジ(600W)で30～40秒加熱して溶かす。 ②オーブンを180度に予熱する。 ③ボウルに卵と砂糖を入れて泡だて器ですり混ぜ、①を加えてさらに混ぜる。 ④オートミール、薄力粉、シナモンパウダー、塩を加えて、スプーンでサックリと混ぜ合わせる。 ⑤オーブンシートを敷いた天板に③を1/10ずつスプーンですくって間隔を開けながら並べ、高さがあるものは軽く押しつぶし薄くする。 ⑥予熱しておいた180度のオーブンで18～20分焼く。



翌々調配送品



[5731] オートミール 450g 923 ~~950~~円

金子製麺 地粉 (薄力粉)

豊かな香りと深いコクが特徴の農林61号と、国内産小麦を粗挽きに製粉しています。



粉・豆・ごま

	▽粉▽			
	2001	おいしい強力粉	400g	302
	2002	こな屋さんの南部地粉 (中力粉)	1kg	475
2p	2003	地粉 (薄力粉)	500g	389
	2004	麦の里江別パン用粉	1kg	788
30%OFF	2005	全粒粉強力粉	500g	374 535

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2010	星六きな粉	80g	405	
2011	重曹	300g	389	
2012	ホットケーキミックス (有糖)	400g	443	
▽豆▽				
2013	有機大豆 (岩手産)	300g	265	
▽水煮野菜▽				
2014	小豆の水煮	230g	259	
2015	黒豆の水煮	230g	281	
2016	金時豆の水煮	230g	259	
2017	小豆かぼちゃ	200g	346	
▽胡麻▽				
2018	国内産すりごま 黒	30g	626	
2019	国内産すりごま 白	30g	691	
2020	無双 練り胡麻 白	240g	799	

乾物・缶詰・素材

▽乾物▽				
1815	とろろ昆布 (富士酢使用)	25g	432	
1816	とろろ昆布	50g	524	
1817	塩吹昆布	35g	443	
1818	ひじき/国内産	40g	821	
1819	すき昆布	1枚	578	
1820	上乾さくらえび/台湾	20g	578	
1821	北海するめ	1枚	1,129	
1902	有機大豆使用 にがり凍み豆腐	6枚	464	
1903	かんぴょう	40g	594	
1904	有機乾燥きくらげホール	15g	486	
1905	国産はるさめ	50g	157	
1906	国内産・くずきり (本葛+馬鈴薯でんぷん)	100g	464	
1907	北海道産全粒小麦使用くるまふ	6枚	475	
1908	やきふ	40g	292	
1909	おつゆふ	1袋30g	292	
1910	糸寒天 (国産)	30g	616	
▽素材・缶▽				
1911	とうもろこし缶 (ホール・ホリ)	180g×3	702	

五目ちらし・混ぜごはんの具に

角田商店 朝掘りたけのこ水煮

国内産たけのこを水煮し、一口大にカットしました。徳島県産(阿南市、小松島市)の、もうそう竹を原料に使用しました。

原材料…たけのこ (もうそう竹)



1912	朝掘りたけのこ水煮ブロック	200g	686	4p
*****	有機うらごしかぼちゃ	200g	713	
1914	鮭ライトツナフレークオイル無添加	70g×3	778	4p
1915	鮭ライトツナフレークオイル漬け	70g×3	778	4p
1916	ミニとろいワシ・味付	100g	378	
1917	とろいワシ水煮	150g	497	
1918	オイルサーディン	100g	443	
▽こんにゃく▽				
1919	一穂のこんにゃく	300g	270	
1920	一穂の生芋こんにゃく	230g	238	
1921	手どりこんにゃく	250g	324	
1922	しらたき	230g	270	
1923	くろたき	230g	281	
1924	乾燥糸こんにゃく	25g×10	594	



女の子が大好き
正食協会「私のおきお菓子の本」より

いちご大福

(10個分)…餅粉80g、水(粉と同量)3/4カップ、米飴(お好みで)60g、豆あん150g、いちご10個、打ち粉(片栗粉)適量

作り方…①白玉粉と餅粉を分量の半分の水で湿らせ、米飴を入れて残りの水を加え、よく混ぜてホットケーキの生地程度の柔らかさにする。 ②蒸し器に目の細かい布巾を敷き、蒸気が上がったら①を流して強火で8～10分蒸す。 ③②をすり鉢に取り、すりこぎでつく。よくこねた後、打ち粉をしながら麺棒でのばして10等分する。 ④③を薄くのばし、10等分して丸めたあんを包んで丸く整える。 ⑤包んだ口を下にして置き、半分の深さまで切り込みを入れて広げ、いちごをのせる。

[0301] いちご 200g 551円



3p	2006	国産有機白玉だんご粉	150g	480
	2007	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	389
	2008	無双本葛・粉末	80g	594
	2009	片栗粉	200g	248

凡例

★

会員さん・スタッフのおすすめ

ポイント

品番

品名

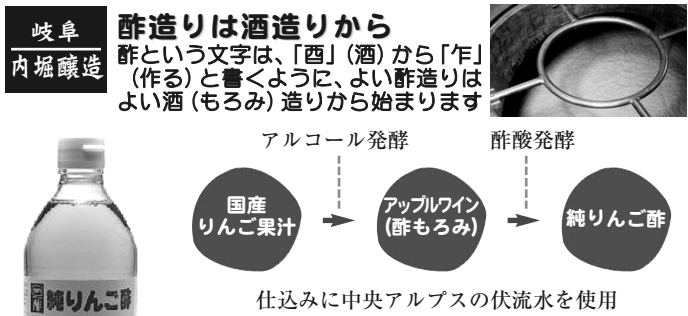
規格

価格(税込み)

岐阜
内掘醸造

酢造りは酒造りから

酢という文字は、「酉」(酒)から「乍」(作る)と書くように、よい酢造りはよい酒(もろみ)造りから始まります



仕込みに中央アルプスの伏流水を使用

みずみずしいりんごの甘い香り
さわやかな酸味とほのかな甘味

[2154] 純りんご酢 500ml 572円

国産りんご果汁だけで醸造したフルーティーな酸味

調味料				
▽味噌▽				
2101	酢屋茂	玄米味噌	750g	842
2102		米味噌	750g	756
2103		あわせ味噌	750g	756
2104		麦味噌	750g	756
2105	ヤマキ	有機玄米味噌	500g	999
2106		有機麦味噌	500g	999
2107		有機豆味噌	500g	1080
2108	小野崎	玄米味噌	750g	945
2109		米味噌	750g	913
2110		麦味噌	750g	902
2111	マルクラ	白味噌	250g	270
2112		有機八丁味噌	400g	862
2113		有機・赤出し八丁味噌	500g	969
▽醤油▽				
2114	酢屋茂	イマイ醤油	1000ml	680
2115	ヤマキ	国産特別栽培醤油 蔵造り	1000ml	1242
2116	弓削多	有機醤油	720ml	1188
2117		〃	300ml	616
2118		木桶仕込醤油	1000ml	1296
2119		海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	896
2120		木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	475
2121		足助仕込三河しろたまり	150ml	464
▽塩・他▽				
2122	海の精	あらしお（大）	500g	1296
2123		〃（小）	240g	648
2124		ほししお	240g	810
2125		やししお	60g	454
2126		〃 詰替用	60g	259
2127		〃 スタンドパック	150g	605
2128		漬物塩	1.5kg	3240
2129		ペッパーソルト	55g	518
2130		ハーブソルト	55g	518
2131		なんでもソルト瓶入り	55g	562
2132		〃 詰替用	58g	389
▽砂糖▽				
2133		島のきび砂糖（洗双糖）	1kg	497
2134		マスコバド黒糖（フレーク）	500g	563
4p	2135	マスコバド糖黒みつ	200ml	740
	2136	てんさい含蜜糖 粉末	500g	497

価格は税込み				
品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽塩こうじ▽				
2137	有機玄米塩麹	170g	648	
▽つゆ▽				
2138	弓削多有機だしつゆ	300ml	950	
2139	ヒカリ有機だしつゆ	300ml	551	
2140	三河白だし	400ml	1069	5p
2141	日東のそばつゆ(ストレート)	400ml	658	
▽みりん類・料理酒▽				
2142	味の母(みりん風調味料)	720ml	999	
酒	2143 三州三河みりん	700ml	1122	
酒	2144 有機 三州味醂	500ml	1144	
酒	2145 本みりん 福来純	500ml	935	
酒	2146 蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1287	
酒	2147 特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1100	
酒	2148 いつづプレスラン(料理用ワイン) 赤	720ml	1023	
酒	2149 〃 白	720ml	1023	
▽酢▽				
2150	有機純米酢 老梅 小	500ml	497	
2151	〃 中	900ml	875	
2152	富士酢(米酢)	500ml	864	
2153	美濃有機玄米黒酢	360ml	756	
2154	純りんご酢	500ml	572	3p
2155	富士すし酢	360ml	756	4p
2156	カンタン八芳酢	360ml	508	
2157	有機レモン100%しぼりたて	180ml	540	
2158	有機梅酢 赤	200ml	540	
2159	有機ポン酢醤油	250ml	464	3p
2160	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670	
▽食用油類▽				
2161	国産なたねサラダ油	450g	972	
2162	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1642	
2163	国産なたね油	450g	918	
2164	玉紋め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859	
2165	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859	4p
2166	最高級ラー油	45g	616	
2167	日本オリーブ 有機エキストラ オリーブオイル	180g	1458	
2168	〃	450g	3240	
2169	カルボネール 有機エキストラ オリーブオイル	458g	1912	
2170	パレスチナの 有機エキストラ オリーブオイル	273g	1782	
▽鍋つゆ▽				
2171	みそちゃんこ鍋スープ	600g	324	
2172	寄せ鍋スープ	600g	324	2p
2173	キムチ鍋スープ	600g	324	
2174	とり塩鍋スープ	600g	324	
2175	香り高いごま豆乳鍋スープ	600g	324	
2176	本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ	30ml×4	400	
2177	鶏だしコク鍋つゆ	30ml×4	400	
▽大ビン・大缶▽				
4週に1度掲載				
酒	2181 特選蔵の素(料理酒)	1800ml	2484	
酒	2182 有機 三州味醂	1800ml	3564	

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽ソース類▽				
	2201	有機ウスターソース	250ml	454
	2202	有機中濃ソース	250ml	454
	2203	職人の夢・有機中濃ソース	200ml	540
	2204	有機濃厚ソース	250ml	454
	2205	お好みソース	360ml	421
	2206	やきそばソース	290g	454
	2207	オイスターソース	115g	486
▽たれ類▽				
	2208	焼き肉のたれ	350g	680
	2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
	2210	有機麻婆の素	100g	281
	2211	有機回鍋肉の素	100g	281
2p	2212	有機青椒肉絲の素	100g	281
2p	2213	有機肉豆腐の素	100g	281
	2214	有機もやし味噌炒めの素	100g	281
▽マヨネーズ▽				
	2215	平飼鶏の有精卵マヨネーズ	290g	670
▽ケチャップ類▽				
	2216	有機トマトケチャップチューブ	300g	421
	2217	有機ピザソース	225g	475
	2218	有機トマトピューレ	320g	400
	2219	有機トマト缶・ホール	400g	324
	2220	有機トマト缶・カット	400g	324
	2221	有機ミートソース	140g	335
▽ドレッシング 他▽				
	2222	マンゴーチャツネ	260g	626
	2223	果実の恵みドレッシング	200ml	443
	2224	国産なたね油野菜ドレッシング	200ml	464
	2225	有機胡麻ドレッシングタイプ	225g	497
3p	2226	有機青じそドレッシング	200ml	518
	2228	にんじんだレッシング	180ml	680
	2229	たまねぎドレッシング	180ml	680

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽カレー類・他▽				
2301	特選カレーパウダー	20g	292	
2302	奄美カレー中辛	180g	486	
2303	奄美カレー甘口	180g	486	
2304	カレースパイスセットレギュラー	5~6皿分	335	
2305	〃 ハード	5~6皿分	432	
2306	タンドゥリーチキン用スパイス11g(5~6人用)		281	
2307	スリカレー	35g(約8皿分)	507	
2308	カレーの壺 マイルド	220g/約18皿分	626	
2309	〃 オリジナル	220g/約18皿分	626	
2310	〃 スパイス	220g/約18皿分	626	
2311	果実と野菜の本格カレーペースト	180g	864	
▽シチューの素・他▽				
2312	ココナッツミルク	200ml	302	
2313	直火焙煎クリームシチュール	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	770	
▽香辛料▽				
2315	すじ青のり	4g	367	
2316	粉わさび	20g	324	2p
2317	七味	15g	670	
2318	ゆず七味	10g	389	
2319	白コショウ	20g	346	
2320	カレーの壺ペッパー	黒ホール 20g	388	2p
2321	〃	黒粗挽き 20g	388	2p
2322	セイロンシナモン	パウダー 20g	302	
2323	柚子こしょう	40g	373	
2324	有機生姜末・ピン	40g	756	
2325	旨味本来 からしチューブ	40g	356	
2326	旨味本来 生おろしわさびチューブ	40g	356	
▽乾燥ハーブ▽				
2327	乾燥バジル	4g	589	
2328	乾燥ローズマリー	4g	589	
2329	唐辛子	5g	281	
2330	乾燥ローリエ	3g	589	



蜂蜜入りで
酢飯がしっとり
[2155]富士すし酢

360ml 756円
甘味は粗糖と蜂蜜なので、
コクと旨味がしっかりあり、翌日まで酸味がとばず
おいしい酢飯になります
米酢、粗糖、蜂蜜、塩



粗糖 + 蜂蜜

= コクと旨味

富士酢

= 翌日まで
酸味がとばない

翌々週配送

※チラシをご覧ください

カレーペースト [5737] カルボル

80g 334円

[5736] ジャパナ

60g 334円



シャープな辛味と
うま味

[2316] 粉わさび

20g 324円



食べる直前に、水で練り、ラップをして約5分おいてから使用

[2212] 有機青椒肉絲の素 100g 281円



有機砂糖・果汁の甘みと
オイスターソースの旨味
有機醤油、有機砂糖、有機にんにく、有機コンスタース、有機米発酵調味料、食塩、有機しょうが、有機しょうが、有機スターエース

カレーの壺ペッパー黒 各20g 388円

[2320] ホール
[2321] 粗挽き



農業や化学肥料不使用
原料を使用
こしょう

[2165] 生搾りごま油 180g 859円

色は淡く香り穏やかで、ごま本来のうまみが生きている
ごま



[2140] 三河白だし 400ml 1069円

足助仕込三河しろたまりとだしの深い味わいが美味しさを引き出します。
小麦、鰹節、食塩、本味噌、砂糖、焼酎、椎茸、昆布



[2172] 寄せ鍋スープ 600g 324円



国産丸大豆醤油をベースに、昆布や鰹などの風味だして仕上げました

[2213] 有機肉豆腐の素 100g 281円



素材の味を生かした美味しさに仕上がります
有機醤油、有機たまねぎ、有機砂糖、有機コンスタース、有機米発酵調味料、有機しょうが、食塩

[2226] 有機青じそドレッシング 200ml 518円

ノンオイルタイプ。サラダはもちろん、鍋物や焼き魚にも
有機醤油、有機醸造酢、有機砂糖、有機レモン、食塩、有機青じそ、有機米発酵調味料、梅肉、こんぶ、かつお節



[2159] 有機ポン酢醤油 250ml 464円

鍋物だけでなく、焼き魚、サラダに
有機醤油、有機米酢、有機ゆず、麦芽水飴、食塩、有機しょうが、有機すだち、有機米発酵調味料、昆布、有機乾しいたけ



[2135] マスコパド糖黒みつ 200ml 740円

くせがなく、まろやかで程よい甘さ





昔懐かしい、素朴でやさしい味わい。
有機認定を受けた、
カリフォルニア産のくるみを使用。
第3世界ショップ

黒糖くるみ

くるみに黒糖をさっくりと絡めたお菓子です。

銅鍋で一度に少量ずつ生産しています。
職人技により、黒糖に空気を含ませながら、さっくりほろほろとしたソフトな歯ご

たえに仕上がっています。

きな粉くるみ

くるみに、国産のきな粉と砂糖を絡めたお菓子です。

市販品に多く使われている、きな粉を絡ませるための接着剤としてショートニングや水あめ、乳化剤等も使用せず、日本の職人さんの卓越した技術で丁寧にきな粉を絡ませ、食感良く仕上がっています。



POINT [2901] きな粉くるみ&黒糖くるみ 65g×2 964 ~~992~~円

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

お菓子

▽アイスクリーム・冷菓▽

木次乳業製造

5p	2802	練 バニラ	120ml×2	908
5p	2803	練 ビターチョコ	120ml×2	908
5p	2804	練 抹茶あずき	120ml×2	908
5p	2805	練 イチゴ	120ml×2	908
5p	2806	練 ブルーベリー	120ml×2	908

東毛酪農製造

	2807	練 牧場ミルクアイス	110ml×2	691
	2808	練 はちみつバニラアイス	110ml×2	691
	2809	練 ミルクコーヒアイス	110ml×2	691
	2810	練 ミルクチョコレートアイス	110ml×2	691
	2811	練 宇治抹茶アイス	110ml×2	691

オーガニックSOYジェラートMine!

	2812	練 バニラ	85ml×2	788
	2813	練 チョコレート	85ml×2	788
	2814	練 抹茶	85ml×2	788

▽和菓子類▽

	2815	練 三色だんご	4本	475
3p	2816	北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441
	2817	有機ほの甘あずき	55g	238
	2818	干し芋	200g	864
3p	2819	有機・楽笑栗	125g	454
	2820	庄内干し柿	180g (5~6個)	896
	2821	北海道あん玉	7ヶ	432
	2822	オーガニック小麦のどらやき	1個	184

▽その他▽

	2823	豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292
	2824	豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292
	2825	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540
	2826	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540
	2827	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540
在庫限り	2828	バタービスケット キャラメル	4枚×3袋	594
	2829	バタービスケット ミルクチョコレート	4枚×3袋	540
	2830	純国産北海道バタークッキー	2枚×4包	324
	2831	純国産芋けんぴ	125g	280

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2832	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264	2p
▽スナック▽				
2833	純国産ポテトチップス・うしほ	55g	211	1p
2834	純国産ポテトチップスのり塩	53g	211	1p

薄くスライスしたさつま芋を
パリッとした食感に仕上げました。

ノースカラーズ 純国産さつま芋ちっぶ
九州産のさつま芋と北海道産の砂糖大根糖を使用。食感のかたすぎず、ほどよく食べやすい軽さ。揚げ油には国産のこめ油を使用し、上品な香りが感じられます。

原材料…さつまいも(九州産)、米油(国産)、砂糖大根糖(北海道産)



	2835	純国産さつま芋ちっぶ	115g	238	2p
	2836	有機グリーンピースチップス	45g	298	
終売	****	有機玄米フレーク(フロスト)	150g	432	
	2837	OG コーンフレークプレーン	150g	464	
	2838	OG コーンフレークフロスト	150g	475	
	2839	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	
	2840	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	
	2841	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	

▽あられ・煎餅▽

	2842	ひまわり・玄米ぼん煎餅	7枚	322	2p
	2843	有機玄米セラピー・たまり醤油味	30g	162	
	2844	有機玄米セラピー・黒胡麻	30g	184	
	2845	有機玄米セラピー・白胡麻	30g	184	
	2846	草加せん・ミックス	6枚	443	
	2847	柿の種	80g	324	
	2848	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	540	

▽豆菓子▽

	2849	黒糖くるみ	65g	496	3p
	2850	きな粉くるみ	65g	496	3p
	2851	メープルアーモンド	40g	496	3p

▽飴▽

	2852	みるく小町	80g	351	2p
	2853	しょうがあめ	80g	351	2p
	2854	純国産北海道はちみつレモンのだ飴	57g	259	
	2855	プロボリスキャンディ	28g	346	

▽くず湯▽

	2856	本くず湯〈詰合せ〉	23g×5	660	
--	------	-----------	-------	-----	--

▽チョコレート▽

	2857	ミルクチョコレート	100g	702	
	2858	ヘーゼルナッツチョコレート	100g	777	
	2859	ウィンターチョコレート	100g	842	
	2860	プラリネチョコレート	100g	777	
	2861	ビターチョコレート	100g	702	
	2862	エクストラチョコレート	100g	702	
	2863	ソルト&キャラメルチョコレート	100g	702	
	2864	ホワイトチョコレート	100g	842	
	2865	ミニチョコ オレンジピター	50g	432	
	2866	ミニチョコ ジンジャーレモン	50g	432	
	2867	ミニチョコ カカオ80%	50g	432	
	2868	レーズンチョコレート	50g	475	3p
	2869	クランベリーチョコレート	40g	475	3p
	2870	塩チョコ×カシュー	35g	475	
	2871	珈琲豆チョコ	50g	475	

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------



お酒と割って白酒風 スイーツの材料としても

[2648]	玄米甘酒	250g	346円	2p
[2649]	白米甘酒	250g	346円	2p



甘酒とイチゴのゼリー

①甘酒とイチゴをフードプロセッサーにかける。②鍋に水を入れ、寒天を加えて沸騰させよくかき混ぜて煮溶かす。③①を少しずつかき混ぜながら加える。④グラスに②を注いで冷蔵庫で冷やし固め、イチゴをトッピング

[0301]	いちご	200g	551円
[1910]	糸寒天(国産)	30g	616円

お茶各種

▽日本茶▽

8p	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1620
	2602	上煎茶(在来種)	100g	972
3p	2603	有機玄米茶	180g	632
	2604	有機番茶	200g	540
	2605	有機茎茶	200g	864
	2606	有機ほうじ茶	180g	583
	2607	有機無双番茶(ティーバッグ)	5g×40	1242
	2608	国産有機さらつや美人番茶	500ml	194
	2609	" 箱	500ml×24	4572 4666
	2610	麦茶ティーバッグ 国内産大麦使用	8g×52	540

▽烏龍茶▽

2611	依田さんの烏龍茶	100g	810
2612	ティーバッグ林農園の烏龍茶	1.5g×10	518

▽ハーブティ・他▽

	2613	たんぽぽコーヒーカップ用	2g×20	1296
	2614	アイリーミント	5g	659
	2615	カモミールウィンド	5g	729
4p	2616	草花茶	5g	864
	2617	紫蘇べに茶	5g	729
	2618	有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
	2619	カメラアティ(箱入り)	3g×30	3024
	2620	なたまめっ茶	3g×10	1166
	2621	あずき美人茶	500ml	184
	2622	" 箱	500ml×24	4318 4406

▽紅茶▽

	2623	ピュアアールグレイ	2.2g×25	572
	2624	アッサムブレンド	20袋	378
	2625	ケニア	20袋	324
	2626	チャイ・パック	3g×12	475
	2627	依田さんの紅茶	100g	810
	2628	シンガンパティ	100g	540
5p	2629	ダーズリン	80g	994

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
----	----	----	---------	------



甘酒カクテル

日本酒と混ぜて白酒風。コクのある甘酒に日本酒や焼酎を加えると、より甘味の増したカクテルに変化します。肌寒いときは好みの温度に温めてもたのしめます。

▽ココア▽

2630	ココア	110g	648
------	-----	------	-----

▽コーヒー▽

2631	パロ・ブランココーヒー(豆)	200g	972
2632	"(粉)	200g	972
2633	オーガニックソフトブレンド(豆)	150g	583
2634	"(粉)	150g	583

▽ドリップパック▽

2635	有機ドリップパック	8g×10	659
2636	簡単カフェパック	15g×6	626
2637	有機カフェインレスコーヒー	10g×5	918

▽インスタントコーヒー▽

2638	Cafe(カフェインレス)	75g	1609	8p
2639	" 詰替	60g	1156	6p
2640	だるまさんがコロンビア インスタント	40g	870	

▽コーヒーフィルター▽

2641	無漂白コーヒーフィルター102(3~4人用)	100枚	432
------	------------------------	------	-----

▽ミネラルウォーター(軟水)▽

2642	神泉水	2ℓ	367
2643	" 箱	2ℓ×6	2095
2644	"	500ml×12	2279
2645	" 箱	500ml×24	4558
2646	あづみ野湧水	2ℓ	221
2647	" 箱	2ℓ×6	1301

有機抹茶の上品で味わい 有機てんさい糖の優しい甘さ

[2660] オーガニックグリーンティー 100g 432円

原材料は宇治産「有機抹茶」と「有機てんさい糖」のみ。

お水・お湯だけでなく、牛乳や豆乳で割っていただいても美味しくお召し上がりいただけます。※溶けにくい場合は、最初に少量の水等で溶かしてからお召し上がりください。



三色ゼリーに



[2603] 有機玄米茶 180g 632円

こんがり炒った玄米(岩手県軽米町産)がとても香ばしく、サッパリとした味わいです。



新農研 リンゴジュース [3019] 1000ml 810円

[3027] 箱 1000ml×6本 4641 ~~4869~~円
青森・新農業研究会が無袋栽培した完熟りんごのストレート果汁



ケースでお得

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

甘酒・豆乳・しょうが湯

2p	2648	玄米甘酒 (希釈タイプ)	250g	346
2p	2649	白米甘酒 (希釈タイプ)	250g	346
	2650	ときめく糀 (ストレート・白米)	125ml	302
	2651	"	125ml×18	5334 5443
	2652	豆乳で元気	125ml×3	535
	2653	"	125ml×24	4191 4277
	2654	原豆乳	300cc	265
	2655	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
	2656	しょうが湯	20g×5	378
	2657	しょうが湯・箱入	20g×18	1274

ジュース・シロップ

▽缶ジュース▽

5p	3001	信州まるごと りんごジュース	160g×6	933
	*****	信州まるごと ブルーネージュース	3月末まで休止	
	3003	信州もも	160g×4	786
	3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037
	3005	オーガニックマトジュース有塩	190g×6	907
	3006	〃 無塩	190g×6	907
	3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
	3008	〃 無塩	190g×6	907
	3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
6p	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
	3011	有機果実と野菜のジュース	190g×6	1166
	3012	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3013	レモンサイダー	250ml×6	972
5p	3014	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
	3015	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
	3016	ぶどうサイダー+レモン	250ml×6	972
	3017	オーガニックジンジャーエール	250ml×6	972
	3018	オーガニックスポーツドリンク	280ml×4	778

[2601] 特上煎茶
(やぶきた)
100g 1620円
一番摘み極上煎茶。スッキリとした爽やかな香りと、キリッとした喉越し、さらに、しつかりとしたコクを感じさせてくれます
▼有機ではなくりましたが、栽培はこれまでと同じです

[2629] ダージリン(紅茶)
リーフ80g **994円**
インドの指定農園の有機茶葉のみ使用したフェアトレード紅茶

インスタントコーヒー
Cafe カフェインレス
[2638] 75g

[2639] 詰替
60g **1156円**
薬品不使用でカフェインを除去

[2616] 草花茶 5g **864円**

カモミール、ペニバナ、パイナップルセイジ、マロウ、ヤグルマソウ、ミント、ラベンダー、ローズマリーなどのブレンド

ケースでお得!

アップルサイダー+レモン
[3014] 250ml×6 **972円**

[3025] 250ml×30 **4763 ~~4888~~円**
有機りんご・レモンを85%以上使用し、砂糖不使用で後味がすっきり

有機にんじんジュース
[3010] 160g×6 **1199円**
[3024] 箱 160g×30 **5874 ~~5984~~円**
国産有機人参の甘味が引き立っています

信州まるごとりんごジュース
[3001] 160g×6 **933円**
[3023] 箱 160g×30 **4572 ~~4688~~円**
ふじりんご主体の特有の淡い香りと濃厚な甘み

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
----	----	----	---------	------

▽瓶ジュース 他▽

3019	新農研リンゴジュース	1000ml	810	4p
3020	みかん瓶ジュース	720ml	1242	
3021	フルーツピネガー有機りんごの酢	360ml	805	
3022	オーガニッククラフトコーラシロップ	150ml	540	

サプリメント

日本古来の原料で作った 国産有機プロテイン

[2707] 国産有機プロテイン **14p**

プレーン 280g **2,916円**

水や牛乳120ccに対して、本品20gを良く混ぜてお飲みください。

原料：転換期間中有機大豆、有機黒糖粉末、有機米粉粉末、食塩、植物性乳酸菌

■大豆の加工にこだわる

一般的な大豆プロテインは大豆から油分を取り除いた脱脂大豆を使って製造しますが、脱脂する際に化学溶剤を使用して油分を抽出するやり方が大半です。本品は独自技術により大豆を丸ごと脱脂せずに加工して使用しています。



腸活にもうれしい
玄米や漬物から培養した
植物性乳酸菌を配合
黒糖きなこのような
和風味のプロテイン

イチヨウ葉エキス ビルベリー・DHAを 閉じ込めました

[2711] ギンコロイドF 120粒 **4536円**

イチヨウ葉エキス、ビルベリーエキス、DHAを原料としてフェルラ酸、L-カルニチン、フマル酸、ホスファチジルセリンを配合したサプリメントです。



カラダぽかぽか

[2715] 有機 梅干番茶 (生姜入り) **9p**
8g×20 **1782円**

梅醬番茶の携帯用です。持ち運びに便利でお湯があればいつでもどこでも「梅醬番茶」を御利用いただけます。

原料：有機梅肉(国内産)、有機醤油(小麦・大豆を含む)、有機番茶、有機番茶粉末、有機生姜粉末



▽ドリンク・エキス▽

2701	濃厚にがり液 海の調べ	50ml	421
2702	ロイヤルノニ (ジュース)	900ml	5335
2703	有機梅肉エキス	40g	2700

▽パウダー・顆粒▽

2704	はなどおり (カプセル)	90粒	2592
2705	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498
2706	有機雲南田七人参 顆粒	2g×30	9720
2707	国産有機まるごと大豆プロテイン・プレーン	280g	2916

▽カプセル・粒▽

2708	梅ぼしさん	10.8g	540
2709	青い瞳 BLUE EYES	120粒	8424
2710	E-SAN (イワシ油)	150粒	5184
2711	ギンコロイドF	120粒	4536
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560
2713	有機梅醬 陽寿	250g	2052
2714	生姜・番茶入り梅醬	250g	1620
2715	有機梅干番茶 (生姜入り)	8g×20	1782

水温の低い冬でも使いやすい 洗濯用液体石けん

いおれの商品も、石油由来原料、合成界面活性剤、蛍光増白剤、カチオン界面活性剤、シリコン、鉱物油、合成ポリマー、合成防腐剤、合成香料、合成着色料はすべて無添加。

デリケート素材もやさしく洗える パックス洗濯用石けんソフト

100%自然由来成分の洗濯用液体石けんです。
純石けんなので、日々の洗濯だけでなく、ウールやシルクなどのデリケート素材も手洗いでできます。
植物油を原料にした高濃度の衣類用液体石鹸。
無香料タイプ。

成分…純石けん分(36%、脂肪酸カリウム)

衣類をふんわり洗う パックスベビー洗濯せっけん

手肌にやさしいマカデミアナッツ油などを原料にした、赤ちゃんの肌着や衣類向けの液体せっけん。

食べこぼしなどのタンパク汚れの多い赤ちゃんの衣類をしっかりと洗って、ソフトな仕上がりが。
※デリケートな衣類などの手洗いにもおすすめです。

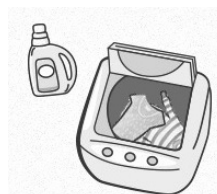
無香料タイプ。

成分…純石けん分(35%脂肪酸カリウム)



詰替用(1L)
詰め替えやすい
注ぎ口付き

詰替用(4L)
1回40ml使用の場合
約100回分の大容量タイプ



詰替用(1L)
手で開封できるので、
詰め替えが簡単です。
注ぎ口付き



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------

石けん

▽洗濯用▽

	3101	あんしん(重曹入り洗濯用粉せっけん)	1.8kg	1,078
6p	3103	パックス洗濯用石けんソフト1200ml		1,210
4p	3104	" 詰替用	1000ml	825
15p	3105	" 詰替用(大)	4000ml	3,245
5p	3106	パックスベビー洗濯せっけん	1200ml	990
3p	3107	" 詰替用	1000ml	638
SPOT	3170	" ダブル	上記2p	1,225 1,276
SPOT	3171	" お買い置きセット	上記4p	2,399 2,552

▽台所用▽

	3110	200番(液体)	800ml	550
	3111	" 詰替用	2300ml	1,430
	3112	ナチュロン400番(液体)	500ml	550
	3113	" 詰替用	900ml	858
	3114	台所用液体せっけんおれんじ	300ml	419
	3115	" 詰替用	900ml	831

▽浴用固形石けん▽

	3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,045
	3117	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g×3	2,955 3,135



豊かな泡立ちで しっかりと汚れを落とす ナチュロン 化粧石けんE

天然ビタミンEを配合した、シンプルでお肌にやさしい石けんです。豊かな泡立ちでしっかりと汚れを落とし、洗い流すときの泡切れも良く、さっぱりとした洗い心地です。

3個パックの簡易包装で環境にもやさしい。

全成分…石ケン素地、グリセリン、トコフェロール(天然ビタミンE)



3p	3118	化粧石けんE(固形)	95g×3	462
	3119	パックスナチュロンクリームソープ	100g×3	594
	3120	パックスナチュロン S R	100g×3	726
	3121	ナチュロンボディソープ	500ml	1,320

▽ボディソープ▽

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
3122	〃 詰替用	500ml	858	
3123	Pax Olie ボディーソープ	450ml	1,540	
3124	〃 詰替用	400ml	1,100	
3125	〃 ボディーコンディショナー	450ml	1,540	
3126	〃 詰替用	400ml	1,100	
	▽シャンプー▽			
3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,320	
3128	〃 詰替用	500ml	858	
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,320	
3130	〃 詰替用	500ml	858	
3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	1,815	
3132	〃 詰替用	400ml	1,375	
3133	〃 ヘアコンディショナー	450ml	1,815	
3134	〃 詰替用	400ml	1,375	
	▽ヘアトリートメント▽			
3135	ナチュロントリートメント	180g	1,430	
	▽洗顔ソープ▽			
3136	パックスオリーブフェイスフォーム	150ml	968	
3137	〃 詰替用	140ml	726	
	▽ハンドソープ▽			
3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	572	
3139	〃 詰替用	450ml	748	
	▽歯みがき▽			
3140	パックスナチュロン石けんはみがき	120g	462	
3141	パックスこどもジェルはみがき	50g	330	
3142	パックスナチュロンソルティエ石けんはみがき	120g	506	
3143	パックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946	
3144	パックスナチュロンジェルはみがき	90g	704	
3145	ソルトdeはみがき詰替用	25g	440	
	▽マウスウォッシュ▽			
3146	お口すっきりハーブ	50ml	1,078	
	▽その他▽			
3147	酸素系漂白剤	500g	605	
3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	748	
3149	〃 詰替用	450ml	495	
3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	638	
3151	〃 詰替用	350ml	385	

ポイント	品番	品名	規格	価格 (税込み)
	3152	洗濯槽&パイプクリーナー	300g×3	1,100
	3153	パックス重曹F	2kg	1,134

スキンケア

▽クリーム▽

3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935
3202	パックスベビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	726
3203	パックスベビー ボディクリーム (ポンプタイプ)	180g	2,090

▽リップクリーム▽

3204	ナチュロンリップクリーム	4g	715
3205	オリーブシコニールリップS	1.8g	2,310

▽日焼け止め▽

3206	パックスナチュロンUVクリーム	45g	1,320
	SPF30 PA++		

▽自然派化粧水▽

3207	オリーブアロエグリーンローション	180ml	1,100
3208	オリーブアロエグリーンローション	180ml	1,100

▽オイル▽

3209	オリーブアロエグリーンオイルポンプ	200ml	4,620
3210	オリーブアロエグリーンオイル	30ml	1,210
3211	シコニール 薬用スキンクリーム	80g	1,100
3212	シコニール 薬用スキンクリーム	180g	2,200
3213	ナチュロンオイル	60ml	1,210
3213	アルティメットオリーブスクワラン	60ml	2,552

京都 ミル総本社 アルヴィンゼ基礎化粧品

アルヴィンゼE C O無添加基礎化粧品は、長年の乳酸菌研究により生まれました。

赤ちゃん肌へのUターンをめざし、ヨーグルトエキス（ホエイ、別名「乳清」）を配合したとてもやさしい基礎化粧品です。

お肌へのやさしさを何よりも大切にしたいから、お肌にとって余分なものを加えず、香料・オイル・着色料は無添加になりました。



素肌ソープ

泡立ちもよく高品質な洗浄力で、メイク落としに洗顔ソープとして、またシャンプーやボディソープとしても、お使いいただけます。

乳清素肌ローション

乳清（ホエイ）のうるおいを活かしたローションと乳液が1本になった化粧水です。洗顔後のお肌にはもちろん、頭皮ローション、ボディローションとしてもおすすめします。

乳清素肌シルクローション

シルクパウダー配合のローションで、お肌のうるおいを保ったまま、さらっとしたお肌に仕上げます。化粧下地、ヘアケアローションとしても最適です。アルヴィンゼ素肌ローションの後につけてください。



▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽

12p	3214	乳清素肌ソープ	180ml	2,530
19p	3215	徳用	310ml	4,180
17p	3216	乳清素肌ローション	80ml	3,630
18p	3217	乳清素肌シルクローション	80ml	3,850

品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
▽ナチュロン/太陽油脂▽				
3218	フェイスクリアソープ	95g	1,100	
3219	フェイシャルローション	100ml	1,760	
3220	詰替用	100ml	1,375	
3221	エモリエントクリーム	35g	1,760	
▽アンチトピー/日本オリーブ▽				
3222	全身用ソープ泡 (ポンプ式)	500ml	2,420	11p
3223	詰替用	500ml	2,200	10p
3224	全身用エッセンス (ポンプ式)	150ml	2,200	10p

いたわいを求めるデリケートな肌と髪のために 日本オリーブ アンチトピーシリーズ



泡状の全身用洗浄料

素肌に限りなく近い弱酸性 (pH6)

アンチトピー全身用ソープ泡

赤ちゃんからお年寄りまで、抵抗力の弱い肌をやさしく洗いあげます。

顔、からだだけでなく毛髪にもお使いください。

無香料・無着色料、無鉱物油、無防腐剤



低刺激性の全身用保湿料

アンチトピー全身用エッセンス

やさしくお肌になじませます。お肌の水分を補い、うるおいを与えます。お肌の柔軟性を保ちます。お肌をひきしめ、きめを整えます。

天然保湿成分として、コガネバナやオウレン根エキス、オウバクエキス(キハダ樹脂エキス)など植物由来の成分を配合。

無香料・無着色・ノンアルコール



生活雑貨

▽入浴剤▽

3301	重炭酸入浴剤ナチュラルバス	10個	2,750
3303	竹艶水	250ml	880

▽ペーパー類▽

3304	みんなでリサイクルティッシュ	6パック	572
3305	キッチンペーパーBOX	3パック	501
3306	ペンギン芯なし6R (シングル)	6ロール	655
3307	上記用シングル専用芯	1本	33
3308	ピュアブラウン (ダブル)	8ロール	578
3309	ワンタッチコアレス (シングル)	6ロール	682

▽肥料▽

3315	コスモ塾のぼかし肥料	1kg	550
------	------------	-----	-----

▽油こし器▽

3350	ファミリーコスロン (フィルター2個つき)		3,850
------	-----------------------	--	-------

3506	コスロンフィルター	20個	1,320
------	-----------	-----	-------

▽その他▽

3316	ナチュロンスポンジ (台所用)	1ヶ	220
3317	ナチュラル	1ヶ	220
3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	528
3319	粋水 すいすい	300ml	1,953
3320	詰替用	300ml	1,781
3321	特選竹酢液	500ml	935
3322	竹炭	15cm×5	825



いつでも手軽に
調理済みおでん

[5778] 味自慢 出雲のおでんセット
8種8個 1058円

卵・大根・こんにゃく・出雲野焼・ブ
レーン天・イカつまみれ・アジはんぺ
ん・ささがきごぼう天 各1

ベジタ

Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No. 208

価格は税込み



[5777] 無澱粉蒲鉾 魚旨
1本 421円

つなぎの為の澱粉を全く使用して
いません。魚肉たっぷりの



独特の風味と食感

[5762] あご野焼
真空タイプ

85g 583円

産卵直前の脂ののった新鮮なあご
(飛び魚)を魚肉の内、70%以上使用

ちくわを巨大に
したような形状
で、色は黒い。島
根の特産品



[5761] 出雲のちくわ

110g 518円

出雲風の肉厚なちくわ。噛み締める
ほど旨みが広がります



[5770] イカ天

100g 518円

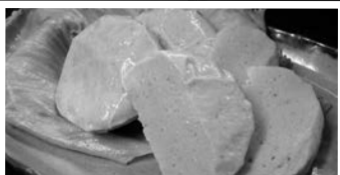
山陰、九州等で水揚げされた魚肉
に、スルメイカを練りこみました



[5764] しそ入りはんぺん

3枚 518円

香りをいかしてお吸い物。軽く焼き色
をつけて大根おろしとポン酢でも



[5763] アジはんぺん

150g(5枚) 518円

アジとタラを贅沢に使用。そのままでも
軽くあたためると美味



[5773] 野菜ちぎり天

120g 518円

国産契約栽培野菜を使用。小さめサ
イズで食べやすい



[5766] 出雲のちくわ

バジル黒コショウ 120g 518円

肉厚のちくわを味つけ。トースター
で軽く温めるとさらに美味



[5768] 磯の香りあらめボール天

110g 518円

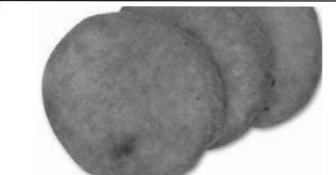
あらめを練りこみ、食べやすい一口
サイズに菜種油で揚げました



[5767] 磯の香り

あらめボール 110g 518円

あらめを練りこみ食べやすい一口
サイズに蒸しあげました



[5769] プレーン天

110g 518円

新鮮な魚すり身の旨味を楽しめる
よう、具材を入れずに揚げました



[5765] 白つまみれ

110g 518円

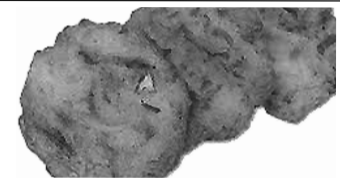
たら、鰯、グチ、飛び魚、鯛などの魚肉
にスルメイカを練りこみました



[5775] ぴり辛海鮮揚げ

100g 518円

イカ、ホタテを加えています。唐辛子
の辛味とイカのコリコリとした食感



[5771] 玉ねぎ天

110g 518円

甘みの多い玉ねぎを混ぜ込み。弾力
と材料の旨さが引き立ちます



[5772] 棒ごぼう天

110g 518円

国産ごぼうを入れました。そのまま
おつまみとしてどうぞ



[5774] ささがきごぼう天

6枚 518円

国産ごぼうを練りこみ一口サイズ
に仕上げました

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	2/12	2/13	2/14	2/15	2/16
翌々週配送日	2/26	2/27	2/28	2/29	3/1

注文の締め切り

注文書回収の翌日12:30迄

金曜コースの方は

月曜日の12:30迄です

一部商品、配送が左記以降となります

★祝祭日も休まず配送します

品番	品名	規格	価格(税込み)	品番	品名	規格	価格(税込み)
----	----	----	---------	----	----	----	---------

ナチュラムーン

翌々週配送品

NaturaMoon

3つの約束

01 Natural
 天然由来成分
 使用

02 Ecology
 環境配慮
 地球にやさしい

03 Happiness
 幸せ
 幸福感



▽生理用ナプキン▽

6970	普通の日	羽無(21cm)	24枚	550
6971	昼用 多い日	羽無(23.5cm)	18枚	550
6972	夕	羽つき(23.5cm)	16枚	550
6973	夜用 多い日	羽無(29.0cm)	12枚	550
6974	夕	羽つき(29.0cm)	10枚	550
6975	おりものシート(15.5cm)	40枚	693	

▽タンポン▽

6976	普通の日 用 レギュラー	6個入り	484
6977	夕	16個入り	968
6978	多い日 用 スーパー	6個入り	539
6979	夕	16個入り	1,078



[6975] おりものシート 40枚 693円

トップシートに無漂白オーガニック Cottonの不織布を採用。オーガニック Cotton良さを最大限に活かし、限りなく自然素材でつくったおりもの専用シートをぜひお試しください。

シートの茶色い斑点は無漂白 Cottonの証



体内に挿入するものだからこそ 天然素材にこだわる

ノンポリマー／高分子吸収材・酸化グラフェン不使用

タンポンは、経血を吸収する「吸収体」と呼ばれる繊維を腔内に入れることで、経血を直接吸収する生理用品です。ナチュラムーンタンポンは、その吸収体に100%オーガニックコットンを使用した生理用タンポンです。タンポンの場合は体に異物をいれるものだからこそ、初めての方でも上手に挿入することができるように素材選びとアプリケータータイプにこだわりました。

自生農場の卵油

翌々週配送

古くから親しまれてきた民間療法

卵油 (らんゆ)

コレステロールを洗い流して血液をサラサラにし、血管をしなやかにしてくれる古くからの民間療法。心臓、糖尿、血圧、肩こり便秘などの症状改善の他肌荒れにも効果があると言われてます。

5371	卵油	100粒	3,456
------	----	------	-------

卵油って？

卵の黄身のみを使用し、長時間かけて煎りあげていく事でタンパク質を炭化させ、黒い油のような卵黄のエキスを抽出したものです

つくっているのは？

茨城・自生農場。薬品と添加物を全て排除した飼料で鶏を飼っています



ビタミン E

レシチン

フロスぺリディ ※チラシをご覧ください 翌々週配送

5781	国産有機蒸し大豆 3袋組み	594
5782	そのまま食べる有機あずき	540
2618	通常配送 有機栽培ルイボス茶	2,484
5783	有機アマニ油	1,944
5784	有機ココナッツMCTオイル	1,944
5785	国産ごまひじき	538
5786	国産かりかり梅しそ	538
5787	そのままバリバリ有機はと麦	1,058
5788	あゝ懐かしの喫茶店風 有機ナポリタンソース	950
5789	国産有機皮付もち麦	1,058
5790	鹿児島さとうきびオリゴ	1,134
5791	国産有機 彩八穀	1,008
5792	有機栽培ブルーアガベシロップ	1,728

品番	品名	規格	価格(税込み)	品番	品名	規格	価格(税込み)
----	----	----	---------	----	----	----	---------

リマヴェール化粧品

翌々調配送

伝統的な美容法に
着目した製品づくり

農薬を使用せずに栽培された国産椿油やヘチマ水、
天然湧水、紅花を使用しています

MOA
Limabelle

メイクアップ

UVリキッドファンデーション

素肌感のある自然な仕上がりの液状ベース用ファンデーション。きめ細かく薄付きですので重ね塗りができます。水や汗に強く、化粧崩れせず長持ち

6509	ピンク	30ml	4,950
6510	ベージュ	30ml	4,950
6511	アーモンド	30ml	4,950

UVファンデーション

サラっとのびてキメ細かく肌になじみ、素肌感のある自然な仕上がりのパウダーファンデーション

6513	ピンク		5,940
6514	レフィル		4,620
6515	ベージュ		5,940
6516	レフィル		4,620
6517	アーモンド		5,940
6518	レフィル		4,620

クリアUVパクト

カバー力が強くフィット感のある特に夏場につよいUVファンデーション下地のファンデーションを省くことも可能です。卵黄油、スクワラン、米胚芽油をエモリエント剤として使用し、ソフトな肌触り

6519	ピンク		4,950
6520	レフィル		3,960
6521	ピュアUVモイスチャーパクト		
	ベージュ		4,950
6522	レフィル		3,960
6523	アーモンド		4,950
6524	レフィル		3,960

アイカラー

使用頻度の高い基本色とパールホワイトの組み合わせ。椿油とオリーブスクワランを使用し、より皮脂に近くなっていますので、肌にもやさしくなっております

6525	パープル系	4,950
	ホワイト/パープル/ブルーの三色	
6526	ブラウン系	4,950
	ホワイト/ブラウン/モスグリーンの三色	
6527	レフィルホワイト	1,320
6528	レフィルパープル	1,320
6529	レフィルブルー	1,320
6530	レフィルブラウン	1,320
6531	レフィルモスグリーン	1,320

アイブロー

椿油、スクワランをベースに、無機顔料を配合してつくられたソフトな描き心地。アイライナーとしても使用できます

※6532・6533のアイブローは、6534アイブローホルダーにつけて使用します(単品のみ使用不可)

6532	ブラックグレー	1,980
6533	ブラウン	1,980
6534	アイブローホルダー	1,100

リップスティック

紅花色素と無機顔料とで色彩を出した口紅です。唇に優しいヒマシ油をベースに皮脂に近い椿油、スクワランを配合した、ソフトでやさしいタッチ。なめらかにのびて、キメ細かくなじみます

6548	ヴィヴィットピンク	4,950
6549	ストロベリー	4,950
6550	ライトローズ	4,950
6551	レッドワイン	4,950
6552	オーガニックヌードカラー	4,950
6553	ヴィヴィットワイン	4,950
6554	オランジュ	4,950
6555	ゴールドデンタン	4,950
6556	チョコレート	4,950

トリートメントリップ

ヒマシ油をベースに椿油、スクワランを配合してつくりあげた、トリートメント効果抜群のリップクリームです。微粒子チタンの配合でUV効果があります。口紅で荒れる方の下地用としても

6541	リマピュアトリートメントリップクリーム	1,650
------	---------------------	-------

基礎化粧品

リマベールスキンケア

6501	クレンジングジェル(メイク落とし)	125g	3,960
6502	クレンジングフォーム(洗顔料)	130g	3,960
6503	フレッシュローション(ヘチマ化粧水)	120ml	5,280
*****	デミルクローション(UVカット乳液)		終売
6505	ナイトミルクローション(おやすみ用乳液)	120ml	4,950
6506	エッセンシャルクリーム(おやすみ用乳液)	30g	7,480
6508	テスターミニ基礎6点セット		1,100
	上記6点セット		

スペシャルケア

6535	ピュアミスト(弱酸性化粧水)	180ml	1,980
6537	プレミアムエステパック(フェイスパック)	120g	3,520
6566	プレミアムアイクリーム(目元、口元用保湿クリーム)	15g	7,590
6538	ピューティエッセンス(美容液)	30ml	7,260
6539	ボディケアセラム(ボディ用美容液)	200ml	4,180

MOAアベリテシリーズ

6560	クレンジングマッサージジェル(メイク落とし)	100ml	3,080
6561	リキッドソープ(洗顔料)	100ml	1,870
*****	スキンローション(化粧水)		終売
6563	ミルクエッセンス(美容液)	80ml	2,530
*****	ナイト&デイクリーム		終売
6565	エモリエントオイル(美容オイル)	30ml	4,180

ヘアケア

6567	椿油ヘアスプレー	95g	1,540
6568	リマ精製椿油	50ml	4,620
6569	リマ椿油	50ml	3,300
6570	リマナチュラルマイルドシャンプー	300ml	2,090
6571	〃 徳用	500ml	3,630
6572	〃 詰替	500ml	3,190
6573	リマナチュラルマイルドリンス	300ml	2,090
6574	〃 徳用	500ml	3,630
6575	〃 詰替	500ml	3,190

その他

6507	サンプロテクタークリーム	30g	3,630
6576	リマデンタルホワイト	60g	2,970
6577	ピュアトリートメントハンドクリーム	60g	1,320



[6577] ピュアトリートメント

ハンドクリーム 60g 1,320円

天然水と無農薬椿油をベースに大豆エキス、カミツレエキス、有機アミノ酸組成の天然酸性水*を配合した手荒れ防止クリーム。さらっとのびてしっとりとうるおいを与えます。

品番	品名	規格	価格(税込み)	品番	品名	規格	価格(税込み)
----	----	----	---------	----	----	----	---------

興農ファーム

翌々週配送

北海道 興農ファーム 牛や豚を育てて終りではなく
自分たちの手で加工



適度に脂ののたロース肉を
食べやすい大きさにカット
冷凍 興農牛ロース焼き肉 7p
[5805] 200g 1463円
[5806] 徳用パック 14p
200g×2 2840円

遺伝子組み換えの飼料は使わず、できるだけ国内産原料を与えています。薬剤に頼らない飼育方法を大切にしています

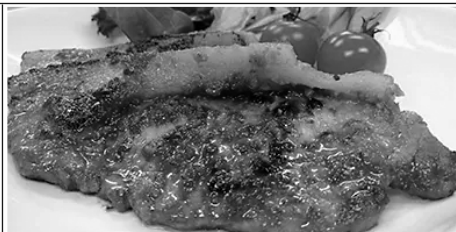
牛肉 赤身内脂肪(サシ)が少ない赤身肉ですが、屠畜後、2週間以上熟成をかけたのちに商品化し出荷しておりますので、お肉本来の味わい深い旨味とコクが広がります

豚肉 脂肪が少なく、柔らかい肉質で、炒め物などあらゆる料理に合います

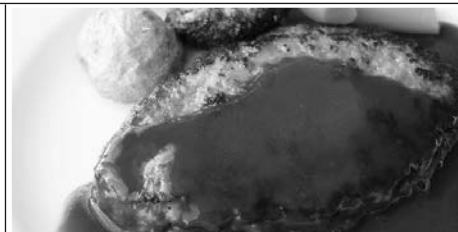
5801	冷凍 興農牛切り落とし	250g	1,426	
5802	〃 徳用	400g	2,165	
5803	冷凍 興農牛すき焼き用	200g	1,345	
5804	冷凍 興農牛しゃぶしゃぶ	200g	1,345	
5805	冷凍 興農牛ロース焼き肉	200g	1,463	7p
5806	〃 徳用パック	200g×2	2,840	14p
5808	冷凍 興農牛ヒレステーキ用	200g(2~3枚)	2,662	
5809	冷凍 興農牛カレー・シチュー用	200g	1,156	
5810	冷凍 興農牛スジ	200g	680	
5811	冷凍 興農牛ミックスホルモン	300g	1,123	
5813	冷凍 興農 牛・豚合挽き	250g	1,026	
5814	〃	400g	1,463	
5815	冷凍 興農牛挽肉	250g	1,145	
5816	〃	400g	1,717	



[5847] 冷凍 興農牛 牛カルビ味付 320g 1,507円
興農牛バラうす切り肉を特製のタレで味付けしました。



[5848] 冷凍 興農豚ロース味噌漬け 200g 929円
原材料：豚ロース肉、味噌、日本酒、砂糖、にんにく、しょうが、まいたけ



[5840] 冷凍 興農ジャンボハンバーグ 400g 1,431円
牛 60：豚 40。迫力満点！冷蔵庫で解凍して、フライパンで焼いてお召し上がり下さい。

つなぎ剤を一切入れないので
肉本来の旨味が良く出ています



[5828] 冷凍ウィンナーソーセージ 150g 767円
[5825] 冷凍あらびきウィンナー 150g 767円
バジルの風味が食欲をそそる
[5830] 冷凍バジルボーク ウィンナー 150g 767円
チーズの美味しさがプラス
[5837] 冷凍チーズ入り ウィンナー 150g 767円

北海道に自生する「行者にんにく」は、ニンニクとニラを合わせたような味と香りがし、肉にとても良く合います。
冷凍行者にんにく入り
[5827] 冷凍ウィンナー 150g 767円
[5834] 冷凍フランク 50g×5 1,150円



[5836] 冷凍生ソーセージ 200g 918円
絹引きにした口当たりの良いウィンナー



[5826] 冷凍粗挽き ミニウィンナー 150g 767円
「あらびきウィンナー」のミニサイズ
[5829] 冷凍バクバク こどもウィンナー150g 767円
子どもでも食べやすいように香辛料を減らしました。



[5835] 冷凍骨付きフランク 200g 988円
興農豚の粗挽きウィンナーを、食べ応え抜群の骨付きフランクにしました。バーベキューなどにおすすめです



[5839] 冷凍 興農豚 チャーシュー 200g 1,534円
興農豚肩ロース肉を使用。タレは無農薬無化学肥料で栽培されたものないしは有機認証を受けたニンニク・生姜・長ネギを使用し、またその他の原料についても安全性が高く良質のものを使用しています
原材料：豚肉(興農豚)、タレ(醤油、砂糖(鹿児島県種子島)、酒、にんにく(鹿児島)、生姜(宮崎)、長ネギ



ボローニア(丸い大型ソーセージ)が2種類
[5831] 冷凍ボローニアソーセージ 200g 950円
海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。
冷凍ハーブソーセージ
[5832] 厚切り 120g 637円
[5833] スライス120g 637円
マジョラム・パセリ・オレガノを利かせました

茶路めん羊牧場のラム肉

翌々週配送



**シュウパウロウは
豪快な塩ゆで料理**
[5465] 冷凍シュウパウロウ (小)
500g 3,067円
スネ、首、バラなどの骨付き肉

① 肉をぬるま湯で洗い汚れを落とし、材料が
浸る程度の水を入れ火にかける* ② 沸騰した
ら弱火にし、しょうがと長ねぎも入れて、アク
を取る。塩は一度に入れずに2~3回にわけて
味見しながら入れ、仕上がりは水から2時間が
目安 ③ 肉を取り出し、骨からはずし、食べ易
い大きさにカットしてどうぞ。
・肉から血がかなりにじみ出て来るようならば、
一度湯こぼして、再度水から火にかけ直します
▼塩加減はスープとしてはちょっと飲みづ
らいくらいの塩っぱさがポイントです。
薄めてラーメンを入れると絶品！
▼タレ：同量の醤油、みりん、酒、酢をみじん
切りした生姜、にんにくを合わせて一
度沸騰させ冷ました後、好みでごま油を
加えかきまぜてなじませる。



[5461] 冷凍ラムスライス (小)
250g 2,797円
焼肉に。モモ・肩・バラ盛り合わせ



[5462] 冷凍ラム骨付きステーキ (小)
300g 3,856円
ラムチャップとスペアリブの盛り合わせ



[5463] 冷凍ラムカレーシチュー (小)
250g 1,912円
煮込みに向いたすね、首、バラなどを使用



[5464] 冷凍ラムミンチ (小)
250g 1,469円
長ネギ・生姜のシンプルな味付けの水餃子に



[5466] 冷凍ラム串焼き (小)
250g 2,732円
焼肉に。モモ・肩・バラ盛り合わせ



[5467] 冷凍羊肉ソーセージ
160g 1,544円
羊肉100%。スモークをかけました



[5468] 冷凍ボロネーゼ 120g 1,328円
羊肉のミンチとトマトを羊のブイヨンと赤ワイ
ンでじっくり煮込んで作ったパスタソース

梅山豚 (めいしゃんとん)

翌々週配送

⚠️ 今回ご注文分より翌々週配送 (2/26~3/1配送) となります

梅山豚 (めいしゃんとん)

ミシュラン公認のレストランから、老舗有名日本料理店までもが認めた極上の美味しさ。他の
豚肉とは、全く異なる豊かな味わいと、上品な脂身の美味しさが特長です

ローズスライス80g
霜降りで柔らかな部
位。繊細で上品な味

バラスライス80g
特に脂の旨味を感じ
られる部位。脂身はト
ロリとした食感で、脂
切れがさわやか

モモスライス80g
赤身の多い部位。
しっとりした食感
の赤身には旨味が
凝縮しています

[5401] 冷凍梅山豚セット
1セット 1453円
ローズスライス80g・モモスライス80g
バラスライス80g 各1

[5407] 冷凍梅山豚スーパーセット
1セット 2640 ~~2722~~円
ローズスライス80g・モモスライス80g・バラスライス80g
切り落とし200g・挽肉200g

餌へのこだわり
塚原グループでは、梅山豚に人と同じ安全なものを与
て育てています。餌は毎週手作りするのは当然のこと、
自社でも畑を構えて栽培するなど餌の原材料選びに一切
の妥協をせず、国内最高水準の国産比率を達成し、国消
国産に近い環境での飼育に努めています。

5402 冷凍 梅山豚切り落とし	200g	637
5404 〃 ダブル	上記2P	1231 4269
バラ凍結 (チャック式袋) カタ肉、ウデ肉、スネ肉を約2~ 2.5mmの厚さで4cm前後の小間切 れにしました。必要な分だけ取り 出して短時間で解凍できます。		
5403 冷凍 梅山豚挽き肉	200g	637
5405 〃 ダブル	上記2P	1231 4269
バラ凍結 (チャック式袋) 丁寧に二度挽きした後、バラバラ の状態にして急速凍結してあるの で、必要な分だけ取り出して使え ます。短時間で解凍できます		
5406 冷凍 梅山豚切り落とし・挽き肉セット	切り落とし1p・ひき肉1p	1231 4269