

ベジタ Vegeta



ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.217

子どもの日の鯉のぼり寿司

作り方①寿司飯を作り、半量にしそふりかけや青海苔、ごまを混ぜる。②目玉用に、ゆで卵を作り、スライスし、海苔やかいわいで腫を作る。薄焼き卵を作り、四角に切りそろえる。③うろこ用に、小竹輪を薄切りにし、切れ目を入れる。スモークサーモンは、小さめに切る。④型に、寿司飯を入れて、しっかり固めて、混ぜ寿司と白い寿司飯の鯉のぼり型を作る。⑤混ぜ寿司の鯉のぼり型に、薄焼き卵を、鯉の胴体部分に乗せ、小竹輪を並べ、中にいくらを入れる。ゆで卵の目玉を乗せる。⑥白い鯉のぼり型に、ベビーラディッシュを乗せ、薄焼き卵の切れ端とスモークサーモンを尾の方から飾り、目玉を乗せる。

【鯉のぼり型の作り方】

牛乳パックを縦に切り抜き、開け口の部分を内側に折り込んで、テープで止めて型を作る。



3p	0724 冷凍 五目寿司の素 (2合用)	200g	535円
4p	1727 冷凍 紅鮭スモークサーモンスライス	50g	783円

端午の節句

端午の節句は、奈良時代から行われていた古くは、災厄を避けるための行事が行われる重要な日だった。鎌倉時代になると、武家の間から菖蒲と尚武をかけてこの日を大切にすることが生れまし。江戸時代には、端午は幕府の重要な式日となり、大名や旗本は江戸城に出仕し将軍にお祝を述べました。将軍に世継が生れると、城中にたくさんの幟や作り物の槍り、長刀、兜などを立てて、盛大にこれを祝いました。

そして、江戸中期になると、庶民のアイデアで、鯉のぼりが誕生しました。鯉は、清流はもろん、池や沼地でも生息できるとも生命力の強い魚。中国に古くから伝わる登竜門の伝説になぞらえ、竜門の滝を登り切ると鯉が竜になるように、我子も健康に育ち、将来は、大きく出世して欲しいとの気持ちを込めたものです。現在では、鯉のぼりをあげるのもままならない住宅事情もありますが、子どもたちの健やかな成長を願う親心は、昔と変わりません。



ちょっと面倒だけど家族で作って楽しんでください。本当に面白いし、美味しいです。竹皮がないときはアルミホイルで包んで蒸します。

中華ちまき

材料4人分…もち米3合(1時間以上漬け、ざるに上げ、水を切っておく)、鶏挽肉150g(醤油大さじ1で10分絡めておく)、筍の水煮100g(一度さっと茹でる)、人参100g、干し椎茸大4枚(200ccの温湯で戻す。戻した温湯も全部使います)、干し海老20g(100cc温湯で戻し、みじん切り。戻した温湯も全部使います)

調味料(中華スープの素小さじ1、酒大さじ1、醤油大さじ1、塩小さじ1/4、砂糖小さじ2、椎茸の戻し汁200cc、干し海老の戻し汁100cc、ゴマ油大さじ2)、竹の皮12枚(使う直前にぬるま湯につけ柔らかくし水気を拭く)

作り方①中華鍋にごま油を大さじ1を熱し、干し海老を入れ香りが出ると炒め、鶏挽肉を入れ炒め、色が変わったら野菜を入れて炒める。②良い香りがしてきたら調味料を全部加え、3分かき混ぜながら煮込み取り出す。③中華鍋をきれいにし、ゴマ油を大さじ1熱し、もち米を入れ、透明になる迄炒める。④③に②を入れ、2つの戻し汁を入れ、水分が無くなるまでよく炒める。⑤パットに取り冷ます。⑥12等分をし、竹皮に詰めしっかりとタコ糸で締める。⑦蒸し器に入れ、湯気が上がったなら30分蒸す。※お好みで、うずらの卵や甘栗等を入れても美味しいです。

子どもの日 お祝いごはん

0432 餅米白米(ヒメノモチ)	1kg	1,048円	2511 干しいたけ・どんこ(大)	45g	929円	5p
1304 冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878円	2021 オーガニック赤飯用あずき・缶入	230g	302円	2p
1912 朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	686円	1519 冷凍 えびしんじょすりみ	150g(1枚)	578円	3p

配送曜日 月 火 水 木 金 注文の締め切り

注文書回収	4/15	4/16	4/17	4/18	4/19
商品配送	4/22	4/23	4/24	4/25	4/26
翌々週配送品	4/29	4/30	5/1	5/2	5/3

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

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るか、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時00分以降は留守番電話となります)

FAX フリーダイヤル
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 つくば市手生子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点をパッケージ化したセットで、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。



**玉ねぎと青ネギの
 いいとこどり
 葉玉ねぎ**

玉ねぎの「玉」の部分が膨らみかけたくらいで早い時期に葉付きのまま収穫したものです

玉 肉質は新玉ねぎよりも更にみずみずしくて柔らかい食感で、甘く辛味は穏やか

葉 細くて柔らかく、九条ネギと似ています。葉が少し肉厚な感じです。ネギ特有の香りはあまり強くない

【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 1,102 円	野：表組に表示
春人参 500g	長崎・長崎有機農業研究会
小かぶ 1束	栃木・田島穰さん
キャベツ 1/2ヶ	愛知・ティエラス
ほうれん草 1束	千葉・佐原農産物供給センター
ピーマン 150g	沖縄・真南風

[0102] 果物野菜セット 1,620 1,750 円	果：表組に表示
葉玉ねぎ 1束	茨城・深谷守夫さん
大根 1本	栃木・田島穰さん
小松菜 1束	茨城・旭農園
きゅうり 300g (3本)	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
グレープフルーツ 白 1ヶ	熊本・石田秀利さん

[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 749 788 円
玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)	
熟成した味わいVs新じゃが				
✓ 甘みが強くなっている時期				
✓ じゃが芋 男爵(北海道産)				
徐々にでんぷん質が糖化され、甘味があり熟成された深みのある味になっています				
✓ みずみずしくて皮が薄い				
✓ 新じゃが芋(長崎産)				
男爵に比べるとでんぷん質が少ないので、みずみずしさが際立ち、ねっとりした食感ながらも、あっさりとした味わいを楽しめます。				
肉じゃが				
北海道産を使うと、煮くずれてトロトロ。長崎産はしっかりとした食感				
簡単味付け				
[2213]	有機肉豆腐の素	100g	281円	
0105	新玉ねぎ	700g	346	
0106	" 徳用	1.4kg	657 692	
長崎・長崎有機農業研究会/有				
果	0107	葉玉ねぎ	1束	216
	0108	" ダブル	2束	410 432
茨城・深谷守夫さん/防除0				
初	0109	新じゃが芋	700g	454
	0110	" ダブル	1.4kg	841 868
長崎・長崎有機農業研究会/有				
今週限り	0111	じゃが芋 男爵	700g	356
	0112	" 徳用	1.4kg	676 712
北海道・渡部信一さん/防除0				
野	0113	春人参	500g	292
	0114	" 徳用	1kg	513 533
長崎・長崎有機農業研究会/防除0				

品番	品名	規格	価格(税込み)	
さつまいもの天ぷら				
[2161]	菜種サラダ油 (丸缶)	800g	1642円	
今週限り	0115	さつまい 紅はるか	700g	324
	0116	" 徳用	1.4kg	616 648
茨城・常総センター/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	300g	281
岩手・みちのく有機/有				
	0120	蓮根	500g	551
茨城・常総センター/防除2				

ビタミンCと食物繊維が豊富！

蓮根

蓮根入りつくね
 みじん切りしたレンコンを入れると、シャキシャキ食感が楽しめる♪お弁当にも

[1304] 冷凍播州百日鶏挽肉 200g 878円 **5p**

にんじんと蓮根のサラダ
 薄く切った蓮根・せん切りにんじんをゆで、マヨネーズ+しょうゆ+白ごまであえる。

[2018] 国内産すりごま 白 30g 691円 **4p**



かわいく
アレンジ

手まりのお赤飯

まるめたお赤飯に
季節の野菜をのせて



[1716] 冷凍エコシュリンプM ^{8p}
約200g 1598円



浅漬けにして
[0124] 小かぶ
1束 205円



オーガニック
赤飯用あずき・缶入 ^{2p}
[2021] 230g 302円
[2022] トリプル
上記3缶 871 ~~996~~円

彩りに欠かせない
[0131] きゅうり 300g (3本) 356円
[0135] ミニトマト 150g 378円



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

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



初

別名「茎ブロッコリー」
葉、茎、つぼみ、丸ごと召し上がれ
アレッタ

ブロッコリーとケールのいいとこどり！茎の部分は甘味があり、適度な歯触りが楽しめます。ケールに比べて苦味は少なくなっています。

皮をむく必要もなく、調理しやすい。火を通して食感が楽しめるアレッタをお試しください。



ベーコン炒め
シンプルに、ベーコン・バターで炒める



オイル蒸し
油ににんにくの香りをつし、アレッタを入れふたをして蒸し焼き

	0121 長ねぎ (むぎ)	300g	281
	0122 " ダブル	300g×2	534 562
	千葉・林昭一さん/防除4		
果	0123 大根	1本	337
	栃木・田島穰さん/有		
野	0124 小かぶ	1束	205
	栃木・田島穰さん/防除0		
野	0125 キャベツ	1/2ケ	173
	0126 "	1ケ	328 346
	愛知・ティエラス/防除2		
初	0153 アレッタ	150g	281
	茨城・ハーブスマン's/防除0		

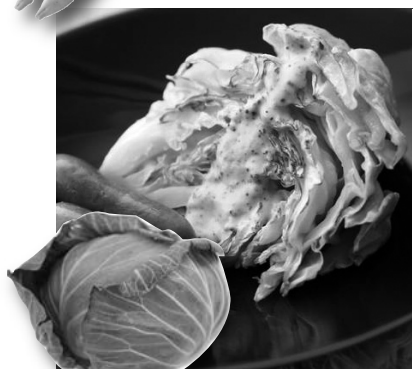
野	0152 ほうれん草	1束	238
	千葉・佐原農産物供給センター/防除0		
果	0127 小松菜	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		
	0128 水菜	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		
	0129 ベビーみずな	1p	151
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
	0130 チンゲンサイ	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		



春大根と
スモークサーモンの
サラダ
大根を塩もみしてきつく絞り、水けを切る。玉ねぎ・スモークサーモンを混ぜて、ドレッシングを加える ^{4p}
[1727] 冷凍紅鮭
スモークサーモンスライス
50g 783円
[0105] 新玉ねぎ
700g 346円



小松菜と
豆腐のチャンプルー
豆腐をひと口大にちぎって炒め、焼き色がついたら、小松菜を加える。白だしで味付けして、最後に溶き卵を加えて、炒め合わせる ^{6p}
[2139] 三河白だし
400ml 1242円



切る手間が省けて
キャベツの甘みが
ダイレクトに
キャベツは軸を切り離さないようにカットして、フライパンで両面を焼く。
[2158] 有機ポン酢醤油 ^{3p}
250ml 464円

0185	冷凍 有機グリーンピース	250g	400
0186	冷凍 有機カーネルコーン	250g	400
0187	冷凍 有機ミックスベジタブル	250g	400
0188	冷凍 有機フレンチフライポテト	300g	497
0189	冷凍 有機かぼちゃ・北海道	400g	626
0190	冷凍 有機いんげん	250g	400
0191	冷凍 北海道産有機原料皮つきカットじゃが芋	300g	670
0192	冷凍 だだちゃ豆 (枝豆)	200g	691

品番	品名	規格	価格(税抜き)
----	----	----	---------

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



**加熱するととろりと柔らかな食感
和・洋・中etc.さまざまな料理に
なす**

なすはその約90%が水分でできた野菜です。主な栄養素は、カリウムや、皮の色素に含まれるポリフェノール的一种。油や調味料、他の食材のうまみをよく吸うのが特徴。油の吸いすぎを防ぎたいときは、調理前に塩もみをして水分を抜く、などの方法が有効です。



麻婆茄子
[2210] 有機麻婆の素
100g 281円

果	0131	きゅうり	300g (3本)	356
	0132	" 徳用	500g (4~6本)	583
沖縄・真南風/防除5				
	0133	トマト	400g	626
	0134	" ダブル	400g×2	1190 1252
沖縄・真南風/有				
	0135	ミニトマト	150g	378
	0136	" ダブル	150g×2	718 756
沖縄・真南風/有				
初	0137	なす	200g	281
	0138	" ダブル	上記2p	534 562
沖縄・真南風/防除5				
野	0139	ピーマン	150g	194
	0140	" ダブル	150g×2	369 389
沖縄・真南風/防除2				
	0141	パプリカ	200g2~3ヶ	356
沖縄・真南風/防除5				
	0142	いんげん	100g	367
	0143	" ダブル	100g×2	698 734
沖縄・真南風/有				

**平たい葉が特徴です
イタリアンパセリ**

一般的な縮れ葉のパセリと比べ苦味が少なく、歯ざわりが柔らかい。香り自体は一般的なパセリより強い傾向にあります。



まぐろと
イタリアンパセリのあえ物
まぐろのぶつ切りを醤油、オリーブオイルであえ、ざく切りのイタリアンパセリとすりおろしにんにくで味付け
[1607] 冷凍ビン長まぐろ 5p
300g 1058円
[2166] 有機エキストラバージンオリーブオイル 180g 1458円

	0144	ベビーリーフ	50g	162
茨城・HATAKEカンパニー/防除0				
初	0152	イタリアンパセリ	12g	281
	0145	ローズマリー	10g	281
茨城・ハーブスマン/s/防除0				
	0146	パクチー (コリアンダー)	30g	281
茨城・ハーブスマン/s/防除0				
	0147	ミント	10g	281
茨城・ハーブスマン/s/防除0				
	0148	大しょうが	100g	292
高知・長山清夫さん/防除1				
	0149	にんにく	1ヶM	259
岩手・みちのく有機/有				
	0150	沖縄にんにく	100g	346
	0151	" 徳用	300g	985 1037
沖縄・真南風/防除0				

	0202	菌床椎茸	100g	313
群馬・月夜野きのご園/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				
今週 限り	0221	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・チャイルドドゥッス/対象外				
	0207	本しめじ (ブナシメジ)	約180g	248
茨城・チャイルドドゥッス/対象外				
	0208	エリンギ (白あわび茸)	100g	292
	0209	不揃い エリンギ	150g	248
島根・北村きのご園/対象外				
	0210	黄金たもぎ茸	70g	313
愛知・蟹江きのご園/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・南国きのご苑/対象外				

**クセがなくどんな料理にも
サンゴヤマブシ茸**

蒸してポン酢と一緒に食べたり、スープやお吸い物に使ったり。



うま味成分グルタミン酸が豊富なため、バラバラにして中華料理に使っても、いい隠し味になります。



野菜のスープ

サンゴヤマブシ茸は石づきを取り小房にし、水から煮てどうぞ



サラダ

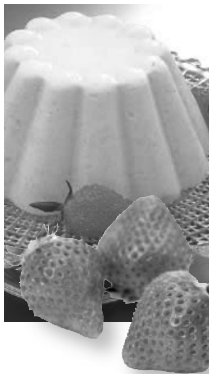
サンゴヤマブシタケは石づきを取り小房にし、電子レンジに30秒かけておく

	0216	健康緑豆もやし	250g	65
	0217	" ダブル	250g×2	123 130
栃木・上原園/対象外				
	0218	小大豆もやし	200g	91
	0219	" ダブル	200g×2	172 181
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				

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

いちごのパバロア

①いちご300gは飾り用に2個残し、あとは裏漉しして砂糖70g・ラム酒大さじ1・レモン汁大さじ1を混ぜる。②糸寒天7.5gは水でふやかす、300cc水で煮溶かし、こす。③生クリーム200ccは乾いたボールでゆるめに泡立てる。④寒天液が冷めた①と合わせ、とろみがついてきたら生クリームを加え、よく混ぜる。⑤水でぬらした型に流し入れ、冷やして固める。⑥固まったら皿に返し、いちごを飾る。



[1910] 糸寒天 (国産) 30g 616円

0301	いちご	200g	475
0302	" ダブル	200g×2	903 950
0303	" 箱	200g×4	1711 1800
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			

外害虫の混入を防ぐのは

水洗い

バナナ

収穫されたバナナはその日のうちに生産者自身が担いだし、パッキングセンターまで運ばれ、水洗いして出荷されます



0327	銀杏	100g	270
茨城・深谷守夫さん/防除0			

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

0350	冷凍有機ミックスベリー	200g	713
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	518
0353	冷凍有機ラズベリー	150g	745

冷凍すると簡単シャーベット or トロトロ焼きりんごに!

りんご

りんごはくし切りにし、3切れほどまとめてラップに包む。冷凍用保存袋に入れ、金属製のバットにのせて冷凍する。



冷凍庫から出して1~2分ほど置けば半解凍のりんごシャーベット。電子レンジで加熱し、シナモンシュガーなどをかければトロトロ&ジューシーな焼きりんご風のデザートに。

果	0306	りんご 王林 (CA貯蔵)	500g	432
	0307	" 徳用	1kg	821 864
	0308	" 徳用	2kg	1590 1728
青森・新農業研究会/防除12				
	0309	りんご ふじ (CA貯蔵)	500g	432
	0310	" 徳用	1kg	821 864
	0311	" 徳用	3kg	2385 2592
青森・新農業研究会/防除12				

旬の柑橘

果	0312	甘夏	750g	432
	0313	" 徳用	1.5kg	821 864
	0314	" 徳用	3kg	1590 1728
熊本・津奈木甘夏生産者の会/防除0				
	0315	紅甘夏	750g	432
	0316	" 徳用 1.5kg (3~5ヶ)		821 864
静岡・おてんとうさま/防除0				
	0317	スルガエレガント	750g	432
	0318	" 徳用 1.5kg (3~5ヶ)		821 864
静岡・山田農園/防除0				

	0319	河内晩柑	1kg	734
	0320	" 徳用	2kg	1395 1469
熊本・福島柑橘園/防除1				
今週限り	0321	金柑子ザボン	1kg	562
	0322	" 徳用	3kg	1480 1635
熊本・津奈木甘夏生産者の会/防除0				
果	0323	グレープフルーツ 白	1kg	799
	0324	" 徳用	2kg	1487 1598
熊本・右田秀利さん/防除7				
初	0325	セミノール	500g	702
	0326	" 徳用	1kg	1306 1404
神奈川・ジョイファーム/防除5				



柑橘? ジュース?

したたるほどの果汁で大人気

セミノール

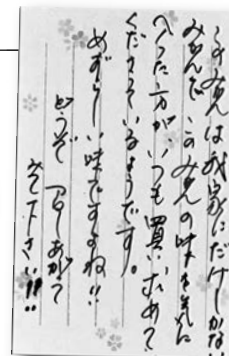
皮をむくと果汁が溢れでてくるほど果汁たっぷりの柑橘です。

薄皮ごと食べることができますが、果汁が多いのでナイフなどでスマイルカットにしてからお召し上がりください。

独特の香りと果汁が特徴で、オレンジのミックスジュースにこのセミノールが無いと味が引き立たないという方も!

しっかりとした酸味と 独特の味 金柑子ザボン

今週限り



果汁を味わう

ジューシー系

河内晩柑

肉質は柔軟で果汁も多く、文旦類似の芳香があり種の数により、果実の大きさが左右され、不ぞろいになりやすい品種です。



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
----	----	----	---------	------

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 ~~967~~円

野菜の彩りをひきたてる黒米サラダ

炊きたての黒米に、合わせ酢で味付け。トマトやキュウリを混ぜて

[2154] 富士すし酢 360ml 756円 4p



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(おきりこ・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		

▽雑穀など▽			
0434	有機古代米(白山紫黒)	300g	862 967
0435	色々米	1kg	1490
0436	有機啄木粉発芽玄米	1kg	1555
0437	胚芽押し麦	1kg	594

シトルトおかゆ・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 1089
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

めか

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

卵

0501	平飼有精卵	10ヶ	610
0502	〃 ダブル	上記2p	1159 1229
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

もっちりとした食感の中になめらかな舌触り

高野山の胡麻とうふは練ごまではなく、胡麻の絞り汁を使います。

伝統の技術を活かし、胡麻を自社で絞ることで外皮が入らずに香りも良く滑らかな食感に仕上がります。



高野山ごまとうふ 各2p
各120g×2 324円

[0507] 白 あっさりとした風味とほのかな甘み
[0508] 黒 香ばしく強い香り
[0509] 金 金ごまの芳しい香りと濃厚でコク



スイーツにきな粉や黒蜜をかけて、和風スイーツ

[2009] 星六きな粉 2p
80g 405円

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

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)



■茨城・嘉倉
しっかりとした食感
[0514] 木綿豆腐 2p
350g 243円

■埼玉・島田食品
柔らかめの食感
[0524] 国産有機木綿豆腐 2p
330g 248円

国産有機木綿より固め
[0525] 国産有機固木綿豆腐 2p
330g 275円

[2505] ソフト削り 2p
かつお節・大根おろしで
16g 259円

かみなり豆腐
ごま油で水切りした豆腐と
ねぎを焼き、醤油・酒・みり
んを回し入れ、軽く混ぜる。

▽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
2p	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▽

2p	0524 国産有機木綿豆腐	330g	248
2p	0525 国産有機固木綿豆腐	330g	275
1p	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
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
2p	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 2p
6枚 324円

[1716] 冷凍エコシュリンプ 8p
M 約200g 1598円

品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント



大豆+てんぺ菌パワー
煮た大豆を、テンペ菌で発酵さ
せたインドネシアの伝統食品。
納豆のようなネバネバやニオイ
はありません。味にクセがなく、
豆そのものの味が生きていま
す。
[0547] 黒大豆テンペ 3p
100g 545円



サラダに
手でバラバラ
にほぐし、野
菜にのせて



▽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 黒大豆テンペ	100g	545

▽ひげた食品▽

0548	安曇野 藻塩 長野産大豆	45g×2	184
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

漬け物

歯切れのよさが自慢
[0606] こぶ仕込み大根 4p
250g 659円



青くび大根を皮つきのまま昆布でし
っかりと漬け込みました。

0601	ヤマキ たくあん漬	カット1本	486
0603	らっきょう田舎漬	100g	524

▽東明▽

0604	浅漬けかつお大根漬	150g	394
0605	浅漬け昆布大根漬	150g	394
0606	こぶ仕込み大根	250g	659
0607	かつお仕込み大根	250g	659
0608	ゆず大根	150g	394
0609	白菜漬	250g	378
0610	浅漬け紅かぶら漬	150g	394
0611	柚子白菜漬	250g	378
0612	刻みすぐき	120g	394
0613	刻みみぶ菜	150g	394
0614	きゅうりのふる里漬	90g	421
0615	マイルドしば漬	90g	421
0616	白菜キムチ	200g	373

梅干し

0617	山野うめぼし	180g	810
0618	有機梅干	180g	918
0619	紅玉梅干林州	120g	567
0620	有機小梅	100g	864
0621	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

おむすびや、あつあつご飯に、和歌山産赤しそを自然塩で漬けて天日干し、風味が生きています



[0828] しその粉ふりかけ (ゆかり) ダブル 50g×2 587 ~~798~~円
※そのままお召し上がり下さい。

福岡・成清海苔店 自家製ふりかけ 有明産秋ふりかけ 上質な焼き海苔を味の付いたエビの風味と食感が人気!



[0829] えびふりかけダブル SPOT 50g×2 986 ~~1198~~円
原材料…乾海苔(有明海産)、アキアミ(国産)、かつおぶし、ごま、発酵調味料、醤油、砂糖、食塩、ミツイシコンブ、とうがらし

福岡・成清海苔店 自家製ふりかけ 有明産秋ふりかけ 上質な焼き海苔を味の付いたエビの風味と食感が人気!



[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

おにぎり、ごはんにはもちろんパスタにもどうぞ。化学調味料、アミノ酸等は不使用。



[0831] 鮭フレークダブル SPOT 90g×2 1,247 ~~1,286~~円
原材料…鮭、菜種油、発酵調味料、食塩、醤油

北海道産の日高昆布を主原料に最小限の調味料でじっくり煮上げました薄味に仕上がっていますのでどなたでも安心して召し上がれます 遠慮食品の細切り昆布佃煮



[0832] 冷蔵 細切り昆布佃煮ダブル SPOT 100g×2 786 ~~810~~円
※そのままお召し上がり下さい。

国内産のごぼうを細くカットした後、菜種油でサッと揚げ、甘酢をからめて後ひく美味しさに仕上げた惣菜です。ご飯のお供に、箸休めにご利用下さい。



[0833] 揚げごぼう甘酢漬 ダブル SPOT 80g×2 838 ~~864~~円
原材料…ごぼう、菜種油、粗糖、片栗粉、醤油、水飴、液化酵素、リンゴ酢、食塩、寒天、かつおだし、一味唐辛子

遠慮食品三陸産アミエビの佃煮 カルシウムをはじめ、栄養たっぷりなのでお子様にも是非どうぞ。



[0834] 生あみ ダブル SPOT 60g×2p 849 ~~875~~円
原材料…あみ(宮城産)、醤油、砂糖(種子島産さとうきび使用粗糖)、麦芽水あめ

遠慮食品 国産の黒豆を職人が直火釜でじっくりと炊き上げました。




[0835] 直火炊き黒豆煮ダブル SPOT 120g×2p 1,047 ~~1,092~~円
原材料…黒豆(国産)、砂糖、水飴、食塩、醤油(大豆・小麦を含む)
※そのままお召し上がり下さい。

おもてなしのご飯にもお弁当にも人気! 手軽におまちどおさま



[0836] 冷蔵 五目寿司の素 (2合用) ダブル SPOT 200g×2 1037 ~~1098~~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。

国産原料を使用し化学調味料や食品添加物を使わずに薄味に仕上げました たけのご飯が手軽に出きます



[0837] 国産たけのご飯の素 ダブル SPOT 170g×2 870 ~~896~~円
原材料…たけのこ、椎茸、椎茸戻し汁、砂糖、人参水、昆布、醤油、発酵調味料、塩、かつおだし、酢

熱湯を注いで、わかめ、食塩、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ



[0838] 赤だし味噌汁ダブル SPOT 9g×6×2 743 ~~767~~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

当製品には、添加物を一切使用しておりません 安全と味には自信ありです!!どうぞ、ご愛顧下さい!!



[0839] 冷蔵 徳用北京餃子ダブル SPOT 270g(15個)×2 1,058 ~~1094~~円
原材料…具:豚肉(国内産) キャベツ(国内産) たまねぎ(国内産) にら(国内産) パン粉(国内産) 肉汁(国内産) 醤油(国内産) にんにく(国内産) ごま油(国内産) 昆布パウダー(国内産) 砂糖(国内産) 食塩(国内産) こしょう(マレーシア産) 生姜(国内産) 皮:小麦粉(国内産) 水道水 食塩(国内産)

消泡剤は使用せず、国産大豆に天然にがりを加えた豆腐に、鶏肉の旨味を加えました。



[0840] 冷蔵 ふんわり豆腐 ハンバーグダブル SPOT 90g×3×2p 1,037 ~~1,098~~円
※電子レンジで1個あたり3分程、加熱して下さい。

国内産野菜で作ったベジタリアンのための根菜カレー



[0841] 冷蔵 ベジタリアンのための根菜カレーダブル SPOT 200g×2 776 ~~806~~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、食塩、香辛料、ピーナッツペースト、醤油、カレー粉、味噌、オニオンエキス、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー

国内産野菜で作ったベジタリアンのための豆カレー



[0842] 冷蔵 ベジタリアンのための豆カレーダブル SPOT 200g×2 776 ~~806~~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、ピーナッツペースト、カレー粉、味噌、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー

国内産野菜で作ったベジタリアンのための野菜カレー



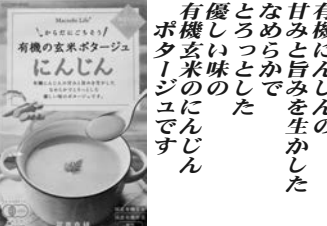
[0843] 冷蔵 ベジタリアンのための野菜カレーダブル SPOT 200g×2 776 ~~806~~円
原材料…国産玉ねぎ、国産じゃが芋、国産人参、国産にんにく) 植物油、トマトピューレ、昆布だし、小麦粉、砂糖マンゴーチャツネ、香辛料、醤油、ピーナッツペースト、食塩、味噌、カレー粉、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー

濃厚引き味、ななきイの味、味立、香りが爽やかです。



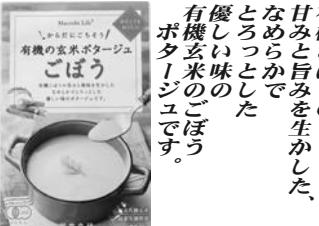
[0844] AUGA OG ミネストローネ ダブル SPOT 400g×2 1163 ~~1206~~円
原材料…有機野菜(人参、キャベツ、ポテト、いんげん、えんどう豆、パプリカ、玉ねぎ、西洋ネギ)、有機トマトペースト、有機菜種油、食塩、有機砂糖、有機米粉、有機香辛料(ガーリックパウダー、バジル、マジョラム、オレガノ、黒コショウ)

有機玄米ポタージュ、にんじん



[0845] 有機玄米ポタージュ・にんじんダブル SPOT 135g×2 691 ~~712~~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)

有機玄米ポタージュ、ごぼう



[0846] 有機玄米ポタージュ・ごぼうダブル SPOT 135g×2 691 ~~712~~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)

北海道・興農ファームの手作り生ハンバーグ ボリューム感のある大ききで、ディナーハンバーグに最適です。



[5846] 冷蔵 興農生ハンバーグダブル SPOT 100g×2×2 1,581 ~~1,608~~円
原材料…興農ミンチ・興農豚ミンチ・玉ねぎ・卵・パン粉・食塩・こしょう
※冷蔵庫で解凍後、加熱して下さい。

☆価格は税込み

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

お総菜

▽ふりかけ類▽

2p	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
	0705	かつおふりかけ	28g	324
3p	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	冷凍 しらす干し	100g	794
	0710	しらすちりめん	70g	967
3p	0711	鮭フレーク	90g	643

▽佃煮類▽

	0712	島っこ生のり佃煮	90g	432
	0713	江戸前生のり	85g	448
2p	隔週 0714	細切り昆布佃煮	100g	405
	隔週 0715	ちりめん山椒佃煮	40g	626
2p	0716	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
3p	隔週 0717	生あみ	60g	437
	隔週 0718	うずら豆	100g	351
	0719	五目豆	100g	356
	0720	有機大豆煮豆	145g	454
3p	0721	直火焼き黒豆煮豆	120g	551
	隔週 0722	竹の子土佐煮	60g	340
	0723	国産味付メンマ	90g	572

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

3p	0724	冷凍 五目寿司の素 (2合用)	200g	535
3p	隔週 0725	国産たけのご飯の素	170g	448
	0726	冷凍 中華丼の具	180g×2	562
	0727	冷凍 鮪のづけ丼	150g	697
	隔週 0728	まいたけご飯の素	170g	540

▽スープ▽

	0801	【フリーズドライ】わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	【フリーズドライ】赤だし味噌汁	9g×6	383

▽中華惣菜・他▽

3p	0803	徳用北京餃子	270g	545
	0804	冷凍 点心えびしゅうまい	27g×7	486

▽揚げ物・他▽

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

土佐佐賀産直組合

翌々週配送品 (4/29~5/3)



[5617] 冷凍 メヒカリ唐揚げ 3p
110g 508円

淡泊な白身ながらも脂のつたメヒカリはほろほろの食感が人気。下味をつけて衣をつけました。冷凍のまま油で揚げただけ。



[5621] 冷凍 さば南蛮漬 3p
140g 605円

土佐沖で漁獲されたサバを揚げて、自家製調味液に漬けました。解凍してお好みの野菜と合わせると、手軽に南蛮漬けができます。

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

▽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	
	0821	AUGA・OGミネストローネ	400g	600	3p
	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・さつま芋	135g	356	
	0827	有機玄米ポタージュ・あずき	135g	356	

▽土佐佐賀産直組合▽

翌々週	5611	冷凍 あじフライ (フィーレ)	100g	605	3p
終売	*****	冷凍 きびなごの唐揚げ	140g	589	
翌々週	5613	冷凍 白身魚のケチャップ煮	140g	589	3p
翌々週	5614	冷凍 白身魚のバジルマヨネーズ焼き	120g	680	4p
翌々週	5615	冷凍 メヒカリ南蛮漬け	130g	567	3p
翌々週	5616	冷凍 ブリ甘酢あんかけ	140g	589	3p
翌々週	5617	冷凍 メヒカリ唐揚げ	110g	508	3p
翌々週	5618	冷凍 フライパンで簡単・さばの竜田揚げ	150g	567	3p
翌々週	5619	冷凍 白身魚のペッパーマヨネーズ焼き	120g	659	4p
翌々週	5620	冷凍 白身魚の梅しそチーズ焼き	120g	659	4p
翌々週	5621	冷凍 さば南蛮漬け	140g	605	3p
翌々週	5622	冷凍 白身魚の梅しそチーズ+さば南蛮漬け	120g+140g	1144 1264	

▽興農デリカ▽

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

土佐佐賀産直組合

翌々週配送品 (4/29~5/3)



[5618] 冷凍 フライパンで簡単・さばの竜田揚げ 3p
150g 567円

土佐沖で漁獲されたサバを自家製調味液に漬け込み、片栗粉をつけて竜田揚げ用にした。フライパン等で揚げ焼きにしてください。



[5620] 冷凍 白身魚の梅しそチーズ焼き 4p
120g 659円

土佐沖で漁獲された白身魚(しいら)のおかず小分けにしておりますので、必要な分だけ取り出してレンジで温めてください。カップに盛り付けてあるので、お弁当にそのまま入られます。

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

東毛酪農パスタライズド牛乳

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。パスタライズド63℃30分殺菌。ノンホモジナイズド牛乳です。



牛乳の殺菌方法

牛乳の殺菌方法は、その温度と時間により「超高温殺菌」「高温殺菌」「低温殺菌」の3種類に大別されます。現在、一般的に多く出回っている牛乳は「超高温殺菌」と呼ばれる120℃～130℃で短時間2～3秒間で殺菌処理されたものです。

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▽

3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	434
	SPO 0949	" ダブル	上記2p	842 868
	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml	253
1p	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ (ビン)	200ml	185
	SPO 0950	" ダブル	上記2p	358 369
	0904	パスタライズドコーヒー (ビン)	200ml	190
	▽ヨーグルト▽			
	0905	東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト	400ml	315



飲みやすい、スッキリとした味わい ドリンクヨーグルト

脱脂乳(生乳から脂肪分を除いたもの)と乳酸菌、少量のはちみつを加え、自然の甘さをプラスしました。自然の美味しさを大事にすべく、はちみつも“牧草の女王”と呼ばれるアルファルファから取れた蜜を使用。原材料…無脂肪牛乳、砂糖(洗双糖)、はちみつ、クリーム

1p	0906	ドリンクヨーグルト	200g	205
	SPO 0951	" ダブル	上記2p	388 418
	▽バター・他▽			
	0907	東毛酪農のカマンベールチーズ	100g	583
	0908	酪農組	150g	745
	0909	南箱根の厳選バター	180g	1,058
	0910	ハイプラスマーガリンソフト	180g	362

豆乳グルト

翌々週配送品 (4/29～5/3)

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 シュレッドチーズ

北海道十勝産のチェダーチーズとモッツアレラチーズをブレンド。熱を加えるとトロリとろける、まるやかなシュレッドタイプのナチュラルチーズです。

セルロース(結着防止剤)不使用でチーズ本来の味をお楽しみいただけます。

原材料…ナチュラルチーズ(生乳(北海道十勝産))、食塩



▽よつ葉チーズ▽

4p	0911	チェダーチーズ	100g	421
	0912	シュレッドチーズ	250g	756
	0913	ゴーダチーズ	100g	432
	0914	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
----	----	----	---------	------

ジャム・蜂蜜類

	0915	国産いちごのジャム	200g	702
	0916	ブルーベリージャム	140g	756
在庫限り	0917	国産栗ジャム 熊本産	120g	886
	0918	リックさんのメープルシロップ	330g	1,490
	0919	有機アガベ・シロップゴールド	330g	648
	0920	ネパールヒマラヤ山麓はちみつ	300g	1,944

千葉県産落花生100% ピーナッツペースト

農薬不使用栽培ピーナッツペースト、2023年収穫原料での新物が入荷しました。無添加・無糖。農薬不使用栽培の千葉県産落花生100%!!ほんのりと甘く濃厚な味わい。お菓子作りやお料理に幅広く活用していただけます!

原材料…落花生(千葉産)



三里塚物産		翌々週配送品 (4/29～5/3)		
月1	5419	ピーナッツペースト	150g	1,053 5p

ドライフルーツ・ナッツ

0921	レーズン	120g	497
0922	プルーン(種あり)	150g	842
0923	干しいちじく	150g	972
0924	干しあんず	100g	778
0925	ドライクランベリー	70g	605
0926	ドライブルーベリー	60g	1,026
0927	ウォールナッツ(くるみ)	80g	886
0928	ローストアーモンド	80g	864
0929	ローストカシューナッツ	80g	1,058
0930	ローストヘーゼルナッツ	80g	799
0931	オレンジスティック	80g	680
0932	有機オリーブの宝石	100g	1,058
0933	有機ナッツふりかけ	53g	950
0934	有機アーモンドチョコスプレッド	200g	1,728

ヨーグルトと食べるドライフルーツ
マンゴー・パイナップルを1cm大にカットし、クランベリー・レーズンとミックスしました。ヨーグルトに漬けて食べるのがおすすめです。もちろんそのままトッピングしたり、おやつにもどうぞ。



再販

第3世界ショフ ※チラシをご覧ください ~~SPO~~ 翌々週配送品

協賛	5731	ピーカンナッツ(ロースト)	65g	671 691	
	5732	アーモンド(食塩不使用)	70g	691	4p
	5733	くるみ(生)	65g	691	4p
	5734	カシューナッツ(食塩不使用)	70g	691	4p
	5735	よくばりナッツ	80g	691	4p
	5736	マカダミアナッツ(食塩不使用)	65g	691	4p
	5737	ピスタチオ(食塩不使用)	70g	691	4p
協賛	5741	ヨーグルトと食べるドライフルーツ	100g	671 691	
	5742	プルーン(種抜き)	120g	691	4p
	5743	レーズン	165g	496	3p
協賛	0944	ドライクランベリー	80g	545 561	
協賛	0945	ドライフルーツ・ナッツミックス	90g	608 626	
	0946	ドライマンゴー(無加糖)	60g	626	3p
	0947	ドライパイナップル	60g	561	3p

天然酵母パン ザクセン

<p>デニッシュ生地 自家製あんを包み込みました。</p>  <p>[1069] あんこデニッシュ 2ヶ 599円 3p</p> <p>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</p>	<p>自家製のシナモンペーストが ふんわり香ります。</p>  <p>[1068] シナモンロール 1ヶ 335円 2p</p> <p>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</p>	<p>オーガニッククルミが入った 小さなパンです。</p>  <p>[1065] くるみのプチパン 4ヶ 583円 3p</p> <p>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</p>	<p>ドライマトとバジル入り セミハードロール</p>  <p>[1076] ドライマトとバジルの セミハードロール 5ヶ 594円 3p</p> <p>原材料…小麦粉(北海道産)、ドライマト、粗糖、食塩、有機バジル</p>
<p>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。</p>  <p>[1073] パン・ド・コンブレ 250g 707円 4p</p> <p>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</p>	<p>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。</p>  <p>[1077] バターロール 5ヶ 616円 3p</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、バター、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>チョコチップを クッキー生地に練り込みました。 温めるといっそうおいしく美味</p>  <p>[1079] チョコチップメロンパン 1ヶ 297円 2p</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、バター、卵(平飼い)、チョコチップ、天然酵母、天塩、小麦蛋白(国産)</p>	<p>玉ねぎの香ばしい 風味がふんわり!</p>  <p>[1085] オニオンロール 3ヶ 551円 3p</p> <p>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</p>
<p>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</p>  <p>[1061] テーブルロール 5ヶ 599円 3p</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、菜種油、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>オーガニック黒胡麻を たっぷり入れました。</p>  <p>[1063] ごまコッペ 1ヶ 427円 2p</p> <p>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</p>	<p>国内産胚芽入り食パン</p>  <p>[1054] 胚芽食パン6枚スライス 1斤 556円 3p</p> <p>原材料…小麦粉(北海道産)、胚芽(国産)、天然酵母、洗双糖、天塩</p>	<p>6ふ16雑 枚ん種穀 だん類食 ん穀パン に穀物 スライスを 使用し ました。</p>  <p>[1055] 国産16穀食パン6枚 578円 3p</p> <p>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</p>

ポイント 品番 品名 規格 会員価格(税込み)

パン

規格は生地重量表記です 型油…なたねサラダ油を使用

(略号…糖:粗糖類 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)

3p	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
	1057	パケット	糖	400g	459
	1058	バターロール		230g	454
	1059	プルーンパン	糖・ホリ油	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	5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
3p	1069	あんこデニッシュ	糖・バ	2ヶ	599

品番 品名 規格 会員価格(税込み) ポイント

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
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

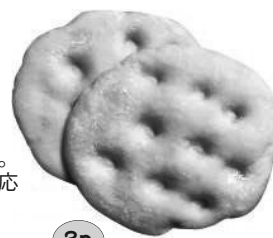
▽おへそ▽

1091	冷凍ピザクラスト	2枚18cm	648
1092	冷凍ミニピザ・ホワイトソース&コン	1枚15cm	994
1093	冷凍ミニピザ・マルゲリータ	1枚15cm	821

▽ファーマーズファクトリー▽

1094	冷凍ピザ・牧場のマルゲリータ	18cm	910
------	----------------	------	-----

生地に油脂を加えず
シンプルなピザ生地なので、
素材の美味しさを引き立てます。
旬の野菜やチーズなど
お好みの具材をのせてお楽しみください。
ホシノ酵母のピザ台
国内産小麦粉とホシノ天然酵母を使用。
直径約16cm、厚みも2cmほどあり、食べ応えがあります。



[1086] ホシノ酵母のピザ台 2ヶ **437円** 3p
原材料…小麦粉(国産)、天然酵母、食塩、粗糖、(一部に小麦を含む)

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



メインになるおかずサラダです
春キャベツと豚肉の蒸しサラダ

作り方…①春キャベツの葉は、食べやすくちぎる。芯は削ぎ切りにする。新玉ねぎは、2mm幅の薄切りにする。豚ローススライス、半分の長さに切り、軽く塩・黒こしょうをふる。②鍋にオリーブオイルを熱し、キャベツの芯を先に入れる。次に、キャベツと豚肉を交互に重ねて入れる。③蓋をして、弱火で7~8分蒸し煮にする。④火が通ったら、新玉ねぎを加えて混ぜ、蓋をして蒸らす。⑤全体を混ぜ合わせ、熱々のうちに、ポン酢、レモンをかけていただく。

3p [2158] 有機ボン酢醤油 250ml 464円
[0125] キャベツ 1/2ヶ 173円

冷凍 健康豚 ローススライス

ロースはさめの細かい肉の縁に、程よく脂肪がついています。ジューシーさと柔らかな肉質が特徴です。



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・甘みのある脂を合わせ持ち豚肉本来の豊かな味わいを引き出します。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。

1101 凍 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。

1102 凍 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 凍 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。

4p 1104 凍 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。

4p 1121 凍 健康豚 ローススライス 150g 767

1122 凍 健康豚 ロースしゃぶ用 150g 783

1123 凍 健康豚 モモスライス 150g 637

1124 凍 健康豚 モモしゃぶ用 150g 724

1125 凍 健康豚 バラスライス 150g 680

1126 凍 健康豚 生が焼スライス 150g 702

1127 凍 健康豚 ヒレ 150g 1,058

1128 凍 健康豚 ロース切り身 80g×2 745

1129 凍 健康豚 挽肉 150g 486

3p 1130 凍 健康豚 野菜炒め用小間切れ 150g 518

4p 1131 凍 健康豚 パラバラ小間切れ 200g 702
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。

1132 凍 健康豚 パラバラ挽肉 200g 697
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。

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



こどもの日のお祝いに。キッズが大好きなカレーを、可愛く簡単アレンジ。

こいのぼりカレー

作り方…①豚肉は塩、胡椒、特選カレーパウダー少々をまぶしておく。②フライパンに、バターと油を半々くらいで熱し、玉ねぎをキツネ色になるまでよく炒めてから、カレー用の鍋に入れる。③フライパンに再びバターと油を熱し、豚肉を炒め、カレー用の鍋に入れて、中火で20分ほど煮込む。④カレールーとかくし味にトマトケチャップを入れて仕上げる。⑤器にごはんを盛り、ラップを使ってこいのぼりの形にととのえる。ごはんの周りカレーを流し、ケチャップで目と鱗を描きます。

3p [2302] 奄美カレー中辛 180g 486円
3p [2303] 奄美カレー甘口 180g 486円



冷凍 放牧豚 切り落とし肉



冷凍 健康豚 野菜炒め用小間切れ
冷凍 健康豚 パラバラ小間切れ



豚バラブロックと新じゃがで春のご馳走おかず!!

新じゃがと豚バラの煮物

作り方…①新じゃが芋小10個は、よく洗う。豚バラブロック500gは厚めに切って、軽く塩、こしょうをふる。②鍋に油を熱し、豚肉を並べ、表面を中火でこんがり焼きつける。余分な油をキッチンペーパーなどでふきとり、じゃが芋を加えて炒める。③だし汁3カップを加え、沸騰したらアクをとり除き(醤油、酒大さじ各3、砂糖大さじ2、赤唐辛子少々、長ねぎの青い部分1本分、縦半分に切ったんにく2片)を加え、落としふたをして弱火で25~30分煮る。④じゃが芋、豚肉を端に寄せ、煮汁に水溶きを加えてとろみをつける。

冷凍 興農豚バラブロック

旨みのかたまり、ブロック肉は他では味わえないおいしさです。良質な脂がのって旨味がたっぷりバラ肉。お好みでご利用下さい。



翌々調配送品 (4/29~5/3)

▽北海道 興農豚▽

品種はLWD（三元交配種：L=ランドレース、W=大ヨークシャー、D=デュロック）非遺伝子組み換え飼料 210日飼育 60日齢・体重20kg前後以降は無投薬。炭と発酵堆肥を敷いた広い豚舎でたっぷり運動し健康的に育った、赤身主体の甘味と旨味を備えた美味しい豚肉です

5851 凍 興農豚ロースしょうが焼 200g 1,031

5852 凍 〃ロースしゃぶしゃぶ用 200g 1,129

5853 凍 〃バラスライス 200g 934

5854 凍 〃ローストンカツ用 200g 1,112

5855 凍 〃ヒレ一口カツ用 200g 1,134

5856 凍 〃ヒレブロック 300g 1,512

5857 凍 〃バラブロック 500g 1,901

5858 凍 〃挽肉 250g 891

5859 凍 〃徳用豚挽肉 400g 1,355

9p

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
----	----	------------	------



ハニーマスタード味の
ジューシーなチキンに、
ピーカンナッツの食感がおいしい。
第3世界ショップレシピ。

ピーカンチキン

材料…鶏むね肉250g(1枚)、ピーカン
ナッツ(ロースト)40g、アスパラ4

本、パプリカ半分 ネパールヒマラヤ山麓はちみつ大さじ1、粒マ
スタード大さじ1、塩、オリーブ油適量

作り方…①オーブンを180度に予熱する。②ピーカンナッツを
粗く刻む。アスパラとパプリカを食べやすい大きさに切る。③鶏
むね肉を観音開きにし、塩で下味をつける。④はちみつと粒マ
スタードを混ぜる。⑤天板にオープンシートをひいて鶏むね肉
を置き、④を塗り、ピーカンナッツをのせる。天板の空いたとこ
ろにアスパラとパプリカを置き、オリ
ブ油と塩をかける。⑥オープン180度
で20分焼く。



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。
ピタカ、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味しい清水と、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 平飼い飼育

【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日間の幼児期
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	821
4p	1302 冷凍 播州百日鶏 むね	200g	788
	SPOT 1312 " ダブル	上記2p	1,529 1,577
	1303 冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
5p	1304 冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
4p	1305 冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	786
	1306 冷凍 播州百日鶏 唐揚げ用カット	約25g×8	818
	1307 冷凍 播州百日鶏 ウィング	約80g×5	985
	1308 冷凍 播州百日鶏 レバー	200g	893



ふんわりヘルシーハンバーグ。
豆腐の水気切りなしで簡単につくれます。

豆腐ハンバーグ

作り方…①ボールに玉ねぎのみじん
切り1/4個と鶏ひき肉200g、木綿豆
腐300g、片栗粉大さじ2、すりおろ
し生姜大さじ1、塩、胡椒を入れてよく
混ぜる。②フライパンに油を弱
火で熱し、①を適量な大きさの円形
に整えて並べ、蓋をして中弱火で焼く。③少し焦げ目がついたら、
返して弱火にする。④調味料(醤油大さじ3、砂糖大さじ
2、みりん・酒各大さじ1)を合わせる。⑤両面焼き色がつい
て、火が通ったら④を入れて、汁気がなくなるまで返しなが焼
く。焦げ目がついたら出来上がり。

2p	[0514] 木綿豆腐	350g	243円
2p	[0524] 国産有機木綿豆腐	330g	248円



冷凍 播州百日鶏 挽肉

むね肉を挽き材として使用しています。



旬の新たまねぎとベーコンの旨味!
新たまねぎのスープ

作り方…①玉ねぎは縦に薄切りにする。
しめじは石づきを切り落とし、ほぐす。
ベーコンは幅1cmに切る。②鍋にオリ
ブオイルを中火で熱し、①を入れて3
分ほど炒める。玉ねぎがしんなりとして
きたら、水1と1/2カップ、スープの素を加えてさっと混ぜ、10分
ほど煮る。塩少々で味をととのえて器に盛り、粗びき黒こしょう
少々をふる。

[0105] 新玉ねぎ 700g 346円

放牧豚 ベーコンスライス

バラ肉を使用し、しっとりとした食感と『放牧豚』
本来の旨みを味わえるベーコンです。

冷蔵庫での自然解凍、又は流水解凍後、加熱してお
召し上がりください。

原材料…豚バラ肉(北海道産)、食塩、脱脂粉乳、
たんぱく質濃縮ホエイパウダー、乾燥卵白、砂糖、水
あめ、香辛料、酵母エキス



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

2p

翌々調配送品 (4/29~5/3)

▽北海道 興農ファーム▽

原材料は興農豚を使用。

興農豚の新鮮な肉を塩、砂糖、香辛料を肉に直接すり込む
という乾塩法という昔ながらの方法で塩漬けしました。発
色剤、結着剤、保存料等の添加物を全く使用していま
せんで、肉本来の旨味と食感をお楽しみいただけます。

5823	冷凍 興農無塩漬 ロースハムブロック	300g	2,376
5824	冷凍 シ ベーコンブロック	250g	1,760

中華の皮

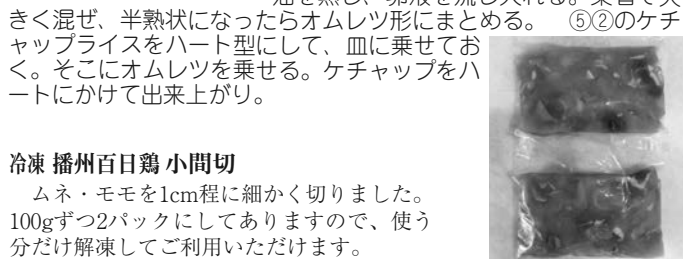
1208	地粉餃子の皮	20枚	238
1209	極厚全粒粉餃子の皮	20枚	308
1210	シューマイの皮	30枚	184
1211	春巻きの皮	10枚	346
1212	ワンタンの皮	20枚	238



幸せおうちごはん!

ハートのオムライス

作り方…①玉ねぎは粗みじん切り。②フ
ライパンに油を熱し、鶏小間肉、玉ねぎ
を炒める。ご飯を加えさらに炒め、塩、
胡椒、ケチャップ、ソースで味色をつけ
る。③卵は割りほぐし(塩、胡椒、牛
乳)を加えて混ぜる。④フライパンに
油を熱し、卵液を流し入れる。菜箸で大
きく混ぜ、半熟状になったらオムレツ形にまとめる。⑤②のケ
チャップをハート型にして、皿に乗せてお
く。そこにオムレツを乗せる。ケチャップをハ
ートにかけて出来上がり。



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。



南伊豆水産 白かまぼこ (うろこちゃん)

口当たりを良くするための添加物などを使用せず、北海道産スケツウダラのすり身に卵、鰹だし、馬鈴薯澱粉など厳選した原料の白かまぼこです。

原材料…魚肉(すけそうたら)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖(洗双糖)、三河みりん、塩、卵白、かつおだし

凍凍 おとうふ揚げ

北海道産の助宗タラすり身に国産大豆を使用した豆腐を合わせました。

米油でじっくりと揚げられたすり身はふわっとした食感と大豆の風味・甘味が香る当社の人気No.1の商品です。

原材料…魚肉(タラ)、豆腐(大豆)、米油、馬鈴薯でん粉、砂糖、発酵調味料、カツオエキス



南伊豆水産 青のり小判

静岡県浜名湖産又は愛知県三河産の青のり入り。青のりの風味がとて強小判揚げのもちもち食感ととても合います。

原材料…すけそうたらすり身(北洋・日本近海)、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、青のり(静岡、愛知)、発酵調味料、鰹だし

凍凍 お好みさつま揚げ

北海道産タラすり身に、国産ホタテと大きめカットの野菜(キャベツ、にんじん、長ネギ)を入れたお好み焼き風揚げかまぼこです。

原材料…魚肉(タラ、サケ)、キャベツ、ホタテ、全卵、煮出し汁(カツオ、サバ)、馬鈴薯でん粉、人参、酢漬け生姜(生姜、米酢、砂糖、食塩)、発酵調味料、長ネギ、砂糖、カツオエキス、食塩、食用米油



まぐろとたら、とうもろこしのちぎり揚げ

南伊豆水産 まぐろもろこし

清水港で水揚げされた鮪をすり身にしています。とうもろこしの食感と練りものの相性は抜群です。

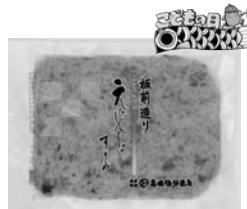
原材料…魚肉(まぐろ(国内産)、すけそうたら(国内産))、コーン、玉ねぎ、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、発酵調味料、鰹だし、菜種油

海老しんじょのお吸い物に

高橋徳治商店 凍凍 えびしんじょすりみ

2種類の天然エビを使用した生すりみです。加熱してお召し上がりください。

原材料…エビ(インドネシア、マレーシア、インド、バングラデッシュ産)、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)
------	----	----	----	---------

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

練り物

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽静岡 南伊豆水産			
4p	1501	白かまぼこ(うろこちゃん) 卵	150g	686
	1502	小竹輪	30g×5	540
	1503	" ダブル	上記2p	1,048
	1504	鯛ハンペン	5枚	632
	1505	小判揚	5枚/150g	518
	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ヶ	583
	1509	たこボール	8ヶ	502
	1510	ねぎちぎり揚げ	100g	540

	1511	青のり小判	3枚	437	3p
	1512	ごぼう巻き	5本	562	
	1513	まぐろもろこし	100g	551	3p
	▽宮城 高橋徳治商店				
	1514	練 おとうふ揚げ	170g5ヶ	394	2p
	1515	練 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	491	3p
	1516	練 さつま揚げ	190g5枚	508	
	1517	練 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540	
	1518	練 いわしだんご	150g	437	
	1519	練 えびしんじょすりみ 卵	150g1枚	578	3p

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



凍凍 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、
一口サイズのビーフコロッケ。



凍凍 雪むろ一口コロッケビーフ
原材料…じゃが芋(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。



凍凍 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



凍凍 雪むろ一口コロッケ野菜
原材料…じゃが芋(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

新潟 まきば

まきばの「雪室コロッケ」

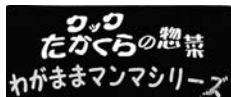
魚沼の雪を敷き詰めた天然の冷蔵庫「雪室(ゆきむろ)」でじゃがいもを保存することで、通常3%ほどの糖度が10%近くに上昇し、甘くて滑らかな食感になります。

まきば

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽			
3p	1561	凍凍 カレー	15g×10	454
3p	1562	凍凍 ビーフ	15g×10	464
2p	1563	凍凍 きんぴら	15g×10	432
2p	1564	凍凍 野菜	15g×10	432
	▽雪室熟成じゃがいもコロッケ			
	1565	凍凍 ビーフ	60g×4	632

	1566	凍凍 ポーク	70g×4	626	
	▽ととん惣菜				
	1567	凍凍 レンジでざく切りキャベツメンチ	70g×4	702	
	1568	凍凍 レンジで里いもレンコンコロッケ	21g×8	551	
	1569	凍凍 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
 創業30年、創業からずっと手作りのお惣菜。

クックたかくら

▽惣菜▽

3p	1525	冷凍	すきやき風コロケ	150g	594
	1526	"	ダブル	上記2p	1,140 1,188
4p	1527	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	670
	1528	"	ダブル	上記2p	1,286 1,340
3p	1529	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	583
	1530	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166
3p	1531	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	583
	1532	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166
3p	1533	冷凍	大豆入りひじき煮	80g	556
	1534	"	ダブル	上記2p	1,068 1,112
3p	1535	冷凍	親子丼の素	180g	513
	1536	"	ダブル	上記2p	985 1,026

▽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、大豆たんぱく質にまつわる代替肉 (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。

4p	1551	冷凍	有機豆乳使用クリームコロケ	4個入り	745
3p	1552	冷凍	有機豆乳使用のポテトグラタン	180g	648
4p	1553	冷凍	グッドミーのベジタブル春巻き	3本入り	724
3p	1554	冷凍	有機豆乳使用のカレーピラフドリア	180g	632
4p	1557	冷凍	グッドミーのれんこんハンバーグ	4ヶ入り	675
4p	1558	冷凍	グッドミーのミートボール	10個入り	680



[1537] 冷凍 中華丼の素 230g 756円
 [1538] " ダブル 上記2p 1,452 ~~1,512~~円

原材料…エビ、ホタテ、豚モモ肉、キャベツ(白菜)、玉ねぎ、人参、干し椎茸、サラダ油、醤油、片栗粉、塩、コンショウ



[1521] 冷凍 からあげ 130g 745円
 [1522] " ダブル 上記2p 1,431 ~~1,480~~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



[1539] 冷凍 ちっちゃな餃子 10個 454円
 [1540] " ダブル 上記2p 871 ~~907~~円

原材料…キャベツ(有機栽培又は農薬不使用)、豚肉、餃子の皮(国産小麦)、にら、片栗粉、酒、ごま油、塩、胡椒



[1523] 冷凍 ササミのチーズフライ 170g 788円
 [1524] " ダブル 上記2p 1,514 ~~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

クリミーで後味さっぱりな 豆乳ホワイトソース マカロニとの相性は抜群



[1555] 冷凍 有機豆乳使用マカロニグラタン 180g 751円

原材料…豆乳(国産、有機大豆)、小麦粉、マカロニ、大豆ミート、玉ねぎ、トマト缶、自家製だし、白味噌、発酵調味料、醤油、ケチャップ、ウスターソース、サラダ油、塩、胡椒、にんにく

植物素材のおいしいお惣菜 大豆ミートの酢豚風おかず



[1556] 冷凍 グッドミーのベジタブル酢豚 200g 610円

原材料…粒大豆たんぱく、人参、玉ねぎ、ピーマン、醤油、米酢、洗双糖、ケチャップ、澱粉、なたね油

国産小麦使用のモチモチ食感の皮 具材は良質の国内産豚肉、キャベツとタケノコでアクセント

[1581] 冷凍 豚まん 4ヶ 1,037円

原材料…皮【小麦粉(小麦(国産))、砂糖、牛乳、ラード(豚肉を含む)、イースト、食塩】、具【野菜(国産(キャベツ、たけのこ、長ねぎ、椎茸、玉ねぎ、生姜))、豚肉(国産)、醤油(大豆・小麦を含む)、豚脂(国産)、砂糖、ごま油、馬鈴薯でん粉、清酒、こしょう】、打ち粉【小麦粉(小麦(国産))】/膨張剤

ニラがたっぷり! 海老入りの具材をモチモチの皮で包みました。

[1582] 冷凍 海老にらまんじゅう 6ヶ 637円

原材料…具【えび(ベトナム、インドネシア)、野菜(国産(にら、長ねぎ、生姜))、鶏肉(国産)、砂糖、豚脂(国産)、馬鈴薯でん粉、ごま油、食塩、ラード(豚肉を含む)、酵母エキス、こしょう】、皮【小麦粉(小麦(国産))】白玉粉、ラード(豚肉を含む)、砂糖、食塩、打ち粉【でん粉】/重曹

国産小麦を使ったもちもち皮と 国産豚肉に塩麴の力が加わって うまみたっぷり肉餃子

[1583] 冷凍 肉餃子 12ヶ 572円

原材料…具【野菜(国産(キャベツ、にら、白菜、玉ねぎ、にんにく、生姜))、食肉(国産(豚肉、鶏肉))、豚脂(国産)、塩麴、馬鈴薯でん粉、ごま油、醤油(大豆・小麦を含む)、オスターソース(大豆・小麦・いかを含む)、清酒、酵母エキス)、皮【小麦粉(小麦(国産))、食塩】、打ち粉【馬鈴薯でん粉】

海老を約20%配合し、イカとタラのすり身を加えたほんのり甘い焼売です

[1589] 冷凍 海鮮えび焼売 8ヶ 697円

原材料…具【えび(ベトナム、インドネシア)、野菜(国産(玉ねぎ、生姜)、豚脂(国産)、いか(ペルー)、魚肉すり身(たら(国産)、砂糖)、鶏肉(国産)、つなぎ(でん粉)、粒状大豆たんぱく、砂糖、発酵調味料、食塩、ごま油、こしょう)】、皮【小麦粉(小麦(国産)、食塩)/重曹

口福広場 美勢商事の中華点心

長野県塩尻市 美勢商事株式会社製造。安心・安全で美味しい餃子と中華点心を食卓に届けます。可能な限り国産原材料にこだわり、合成保存料、合成着色料、化学調味料を使用せずにつ作っています。

冷凍点心

▽口福広場▽	1584	冷凍	野菜たっぷり餃子	12ヶ	378
	1585	冷凍	海鮮餃子	12ヶ	583
	1586	冷凍	ひとくち餃子	20ヶ	551
	1587	冷凍	肉焼売	8ヶ	670
	1588	冷凍	海老ワンタン	15ヶ	535

杏掛冷蔵

春巻とグラタンを手作りで製造 杏掛冷蔵



杏掛冷蔵

1570	冷凍	有機プロックリーと有機ペンのえびグラタン	130g×2	670
1571	冷凍	春巻	250g(5本)	810

長野・小県郡青木村。無添加かつ国産素材にこだわり、ひとつひとつ手作りでしています。

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

**のぼりかつおなので
あっさりとした味**

[1619] 冷凍直火炭焼きかつおたたき 6p
1本(ハーフカット) 1285円

鹿児島県枕崎産の新鮮な鰹を直火炭焼きしました。B1かつおと呼ばれる船内で生きたまま瞬間凍結の1本釣りかつおを使用しているため、鮮度は抜群です

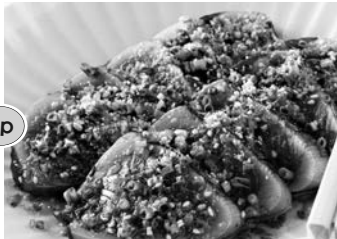


韓国風たたき

ごま油+酢+おろしにんにく+一味で韓国風。すりごまをたっぷりかけてどうぞ

[2018] 国内産すりごま 白 4p
30g 691円

[0150] 沖縄にんにく 100g 346円



洋風アレンジ

すりおろし生姜をのせ、レモン果汁・醤油とオリーブオイルをかける。

[2166] 有機エキストラバージンオリーブオイル 180g 1458円



中華風のツケに

オイスターソース・醤油・おろししょうがに漬けて。白髪ネギをたっぷりどうぞ

[2207] オイスターソース 115g 486円

[0148] 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 ピン長まぐろ	300g	1058
	1608	冷凍 まぐろ鉄心	10本	1048
	1609	冷凍 刺身用はたて貝柱	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
	1614	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788
4p	隔週 1615	冷凍 マグロスベアリブ	500g	680
隔週	1616	冷凍 キハダステーキ	80g×4	529

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

▽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



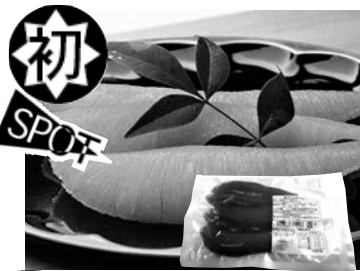
[5659] 冷凍サワラ西京漬け 2切れ 810円 4p

▽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



**プチプチとした
歯ごたえ**

[1730] 冷凍数の子味噌漬け 7p
70g 1404円
無漂白数の子を数種類の味噌をブレンドした床で漬け込みました。お酒やご飯のお供にどうぞ。解凍するだけでお召上がりいただけます。



**自家製味噌床に
厚切りの銀だらを
漬け込みました**

[1728] 冷凍こだわりの味噌漬け 銀だら 1切 956 ~~1129~~円
濃厚な脂の銀だらを、品な味噌漬けに仕上げました



**ぷりっとした食感と
甘みのある身**

[1621] 冷凍お刺身むき甘えび 6p
(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。



[1622] 冷凍お刺身ホタテ貝柱 <砕け>150g 1037円
少し割れてしまった身などを不揃いのものを詰め合わせ。



[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

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
		▽うなぎ▽		
	1714	冷凍 鹿児島産うなぎ蒲焼き 長焼き	110g	2630
	1715	刻みうなぎ	50g×2	1831
		▽エビ・イカ 他▽		
8p	1716	冷凍 エコシュリンプ M	約200g	1598
	1717	〃	L 約200g	1696
	1718	〃 むき身 S	約200g	1642
	1719	冷凍 中粒しじみ	150g	805
	1720	冷凍 シーフードミックス いか・ホタテ・ムキエビ	180g	810
		▽干物・他▽		
3p	1721	冷凍 いわし丸干し	5尾	481
	1722	冷凍 カラフトししゃも	10尾	562
4p	1723	冷凍 干しカレイ	2枚	821
	1724	冷凍 アジ開き	2枚	810
	1725	〃 ダブル	2枚×2	1539 1629
	1726	冷凍 ひと塩サワラ切身	3切	713
隔週	1729	冷凍 金目鯛開き	2枚	675

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	200g(10ヶ)	545	
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 揚げただけ!秋鮭フライ(骨取り・皮無し) 3切		940	5p
1756	冷凍 イカ下足竜田揚げ用	250g	778	
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	



桜のウッドで
丁寧にスモーク

[1727] 冷凍紅鮭スモーク 4p

サーモンスライス 50g 783円
低温でじっくりと冷燻、お刺身で食べられるほど新鮮な天然紅鮭と、天日塩、きび砂糖、オーガニックスパイス、オーガニックオリーブオイル、国産のさくらのウッドを使用してつくりました



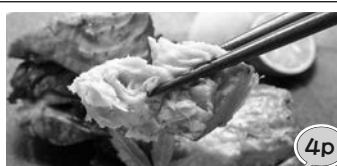
骨取りなので食べやすい

[1755] 冷凍揚げるだけ!
秋鮭フライ(骨取り・皮無し) 5p
3切 940円

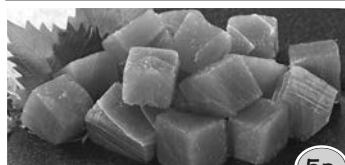
卵は使わず、小麦粉、天然酵母パン粉をまぶして大きめのフライ用にしました。薄めの下味なので、お好みでソースをかけてどうぞ
原材料: 秋鮭、衣(小麦粉、パン粉)、食塩、胡椒



[1723] 冷凍干しカレイ 4p
2枚 821円
そのまま焼くだけでなく、甘めの煮付けや片栗粉で唐揚げにしても。



[1615] 冷凍マグロスペアリブ 4p
500g 680円
1尾のマグロからわずか2%! 貴重なカマの分です。塩焼きや煮付けに



[1606] 冷凍まぐろ角切り 5p
200g 1048円
納豆まぐろ丼やサラダ、こんがり炒めてバターと醤油で角切りステーキ



[1721] 冷凍いわし丸干し 3p
5尾 481円
千葉県産。栄養豊富な真イワシを、塩のみで仕上げました



[1716] 冷凍エコシュリンプM 8p
約200g 1598円
インドネシアで伝統的な「粗放養殖」で育てたブラックタイガー



[1620] 冷凍カラスガレイ切り身 4p
2切れ 751円
アイスランド産。無塩。皮無しなので、熱を通すと崩れやすいので注意



[1607] 冷凍ビン長まぐろ 5p
300g 1058円
ミッドウェー沖/脂のったものを長年の目利きが厳選



[1808] 板海苔/宮城産 3p
全型×10枚 513円
2月に摘み取りした1番のりを使用した板のりです。

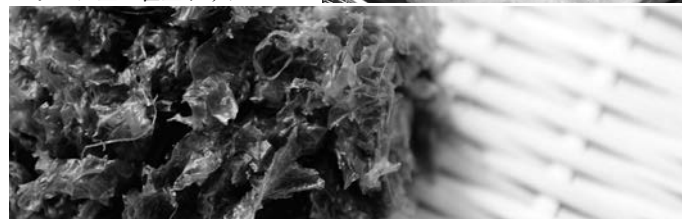
海藻、のり

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
	▽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	
1807	おにぎり用焼き海苔2ツ切10枚×3		1026	
1808	板海苔/宮城産	全型×10枚	513	3p
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	
1812	冷凍 生芽かぶとろろ	100g	265	

バラ干しなので
香りが高い

[1813] 青のりバラ干し 3p
20g 497円

熊本県産の青のり使用
玉子焼きに混ぜたり、味噌汁の最後にばらりとするだけで、ワンランク上の仕上がりに



連休のランチにおあめめ!



生麺 ソース付き
金子製麺 せいろう蒸し焼きそば
北海道産小麦粉を中心に、金子独自の配合でブレンドした小麦粉とモンゴル産天然かん水、天塩、電解水を使用しています。
ソースは黒こしょうがきいたスパイシーな無添加ソースです。

生麺 ソース無し
金子製麺 せいろう麵上選太焼きそば
国産小麦粉とモンゴル産天然かん水、天塩を使用して製造しました。昔ながらのせいろう蒸しにより、弾力のある麵に仕上がっています。

乾麺 液体ソース、ふりかけ付き
桜井食品 さくらの焼そば
麵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。
麵の揚げ油は環境に配慮されたパーム油(RSPO認証パーム油)を使用しています。
ソースはトマトピューレー・りんごバルブでおいしさを引き出した特製液体ソースです。

[0125] キャベツ 1/2ケ 173円
3p [1130] 冷蔵健康豚野菜炒め用小間切れ 150g 518円

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	ふわふわもちもちむっちりうどん	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	日本の中華麵 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	江戸風鰹醤油つけ麵 スープ付	2食	470
2410	油そば なま麵	2食	491
2411	茹でこぼし不要 ぼんぼん麵	2食	428
2412	全粒粉なまラーメン スープ無し	120g×2	364
3p	2413	せいろう蒸し焼きそば(ソース付) 2食	486
2p	2414	せいろう麵上選太焼きそば(ソース無) 2食	302
	2415	生スパゲティー 150g×2食	308
	2416	生フェットチーネ 150g×2食	308

▽冷凍麵▽

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

▽乾麵▽

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
2423	純国産手延べそうめん	250g	486
2424	足柄古式そば	240g	329
2425	究極そば	200g	535
2426	特選そば	200g	562
2p	2427	さくらの焼そば 114g×2	421

▽即席麵 桜井食品▽

2428	しょうゆらーめん	99g×4袋	799
2429	しおらーめん	99g×4袋	799

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2430	みそらーめん	101g×4袋	799	
2431	とんこつらーめん	103g×4袋	842	



夏季限定品
ノンフライ 桜井食品 冷しらーめん
めんは、国内産小麦を使用し、熱風乾燥にてツルツルした食感とコシを出しました。ちぢれ麵。甘味をおさえたさっぱり醤油味のスープです。ふりかけ付き。



原材料…めん[小麦粉(国内製造)、馬鈴薯でん粉、小麦たん白、食塩]、添付調味料(しょうゆ、砂糖、醸造酢、食塩、ごま油、かつおエキス、酵母エキス)、添付ふりかけ[紅しょうがチップ(しょうが、食塩、赤梅酢)、ごま、青さ、焼きのり]、(一部に小麦・ごま・大豆を含む)

2432	しょうゆ味 冷しらーめん	123g×4袋	864	4p
▽パスタ▽				
2433	国内産ロングパスタ	300g	432	
2434	国内産エルボパスタ	300g	432	
2435	DeLucaオーガニックパスタスパゲッティ	500g	508	
2436	DeLucaオーガニックパスタペンネ	500g	622	
2437	DeLucaオーガニックパスタフジッリ	500g	622	
2438	DeLucaオーガニックパスタフェットチーネ	500g	562	

だし類

▽昆布▽

2501	日高昆布	200g	1,177
------	------	------	-------

▽煮干し▽

2502	天日三陸煮干し	100g	972
------	---------	------	-----

▽削りぶし▽

2503	鰹平削り(花カツオ)	40g	367
2504	削り節パック「ふぶき」	4g×10	670

小容量タイプ トッピングに!
新丸正 ソフト削り

鰹荒節を口当たり良く削ってあります。上品でバランスよい風味が特長です。雑味のなく、美しい色合いが特徴のトッピング用削りぶしです。

原材料…鰹荒節



2505	ソフト削り	16g	259	2p
50p	2513	〃 ダブル	上記2p	503 518
2506	料理の決め手(混合削り節)	100g	626	
2507	中厚削り	100g	491	
▽だしパック(煮出しタイプ)▽				
2508	だしパック おだしさん	8g×10	302	
▽だしパック(粉末タイプ)▽				
2509	野菜でうまみ食塩無添加	3.5g×6	389	
2510	チキンコンソメ	10g×8	540	
▽干し椎茸▽				
2511	干しいたけ・どんこ(大)	45g	929	5p

大分産 原木栽培干しいたけ
ゆっくり熱風乾燥、天日で熟成
干しいたけ・どんこ

どんこ(冬茹)は寒い時期にゆっくり成長した肉厚の乾し椎茸です。傘の肉が厚く、縁は強く内側に巻き込み、全体に丸みを帯び、傘が七分開きにならないうちに採取したものです。

干し椎茸どんこの戻し方

乾椎茸は流水でさっと水洗いする。タッパー、保存袋など密閉できる容器に入れて、冷水(5℃程度)で満たし、空気を抜いて冷蔵庫へ入れる。10時間程度ゆっくり戻す。※5℃以上の温度になると旨味成分が増えません。



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



簡単に作れるよもぎ団子です
よもぎ二色白玉団子

材料(5人分) …もち粉300g 塩ひとつまみ
よもぎ粉5g 小豆あん200g 黒蜜適宜 き
な粉適宜

作り方…①白玉粉に塩ひとつまみを入れ、水を加えて耳たぶ程度
の柔らかさにこねる。②①を半分に分け、一方によもぎ粉を加
えて練る。③②の二色をそれぞれ10個ほどに分けて丸め、熱湯
でゆでる。ゆで上がったなら冷水にとり、引き上げる。④器に小
豆あんと団子を盛り付ける。お好みで黒蜜、きな粉をかけていた
だく。

山清 国産有機白玉だんご粉
国産有機うるち米55%と国産有機もち
米45%を使用。だんご粉としてもっとも
良い配合で製粉しました。
石臼と杵を使った杵つき製粉です。粉
の温度を上げることなく製粉しておりま
すので風味がよく、均一で粒子の細かい
だんご粉に仕上がっております。
原材料…有機うるち米(国産)、有機
もち米(国産)



粉・豆・ごま

品番	品名	規格	価格(税込み)
▽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
2003	地粉(薄力粉)	500g	389
2004	麦の里江別パン用粉	1kg	788
3p 2005	国産有機白玉だんご粉	150g	480
2006	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	389
2007	無双本葛・粉末	80g	594
2008	片栗粉	200g	248
2p 2009	星六きな粉	80g	405
2010	重曹	300g	389
2011	ホットケーキミックス(有糖)	400g	443
▽豆▽			
2012	有機大豆(岩手産)	300g	265
▽水煮野菜▽			
2013	小豆の水煮	230g	259
2014	黒豆の水煮	230g	281
2015	金時豆の水煮	230g	259
2016	小豆かぼちゃ	200g	346

**春人参、ほうれん草、いんげんの胡麻和えに
国内産すりごま白・黒**



希少な国内産胡麻(鹿児島産)を焙煎後、
胡麻の持つ香りと旨味を大切に、すり上げま
した。
煎る、する手間が省け、すぐに使えるの
で、大変便利です。
原材料…ごま(国内産)

品番	品名	規格	価格(税込み)
▽胡麻▽			
3p 2017	国内産すりごま 黒	30g	626
4p 2018	国内産すりごま 白	30g	691
2019	無双 練り胡麻 白	240g	799



赤飯3合炊き用あずき
遠藤製 有機栽培の赤飯用あずき・缶入
有機栽培の赤飯用あずきです。
3合のもち米と一緒に炊くだけで、手軽においしい赤飯
ができあがります。
原材料…有機小豆、食塩、レモン果汁、塩化Ca

[2021]	オーガニック赤飯用あずき・缶入	230g	302円	2p
[2022]	トリプル	上記3p	871円	

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

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	

無添加・無着色の干し桜海老

上乾さくらえび/台湾
お好み焼きやお吸い物、かき
揚げなど様々なお料理に彩りを
添えます。
原材料…さくらえび(台湾産)



1820	上乾さくらえび/台湾	20g	578	3p
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	637	
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(ホルカーレ)	180g×3	702	

五目ちらし・若竹煮に

朝掘りたけのこ水煮
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。お好みの味付けでお召し上がり下さい。
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
1913	鯖ライトツナフレークオイル無添加	70g×3	778	
1914	鯖ライトツナフレークオイル漬け	70g×3	778	
1915	ミニとろろイワシ・味付	100g	378	
1916	とろろイワシ水煮	150g	497	
1917	オイルサーディン	100g	443	
▽こんにゃく▽				
1918	一穂のこんにゃく	300g	270	2p
1919	一穂の生芋こんにゃく	230g	238	2p
1920	手どりこんにゃく	250g	324	2p
1921	しらたき	230g	270	
1922	くろたき	230g	281	
1923	乾燥糸こんにゃく	25g×10	594	

池谷 一穂(いっすい)の蒟蒻

一穂のこんにゃく
契約栽培の国産こんにゃく芋を使用。
昔ながらのバタ練製法で作っています。ねば
り、弾力、風味、味しよく仕上げました。
原材料…こんにゃく芋粉(群馬、山梨)、
海藻粉末(国産)、水酸化カルシウム



一穂の生芋こんにゃく
こんにゃく生芋をすりおろし、バタ練製
法でつくりました。弾力と歯ごたえ、風味と味しみのよさが特長
です。

手どりこんにゃく
昔ながらの製法で練ったこんにゃくを、一つ一つ手どりで仕上げま
した。丸みを帯びた形が特長です。

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
----	----	----	---------	------

すべて国産原料で
薄めるだけでお吸い物や
うどんつゆなどに

[2139] 三河白だし

400ml 1242円

枕崎産一本釣り本かつお・道南産真昆布・干し椎茸を、だしのベースに使用。



このだしに、国内産小麦と伊豆大島の伝統海塩「海の精」を原料とした「しろたまり」と、「三州三河みりん」で合わせた白だしです。



合わせだしから出るアクは、すべて人の手でいねいに取り除かれます。加熱中はほぼつきっきりの作業です



『だし巻きたまご』が
コレ1本
卵3個、三河白だし大さじ1、
水大さじ1を混ぜて焼く

調味料

▽味噌▽				
2101	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	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	玄米味噌	750g	945	
2109	米味噌	750g	913	
2110	麦味噌	750g	902	
2111	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	イマイ醤油	1000ml	680	
2115	国産特別栽培醤油 蔵造り	1000ml	1242	
2116	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	
▽塩・他▽				
2121	あらしお(大)	500g	1296	
2122	〃(小)	240g	648	
2123	ほししお	240g	810	
3p 2124	やきしお	60g	454	
2p 2125	〃 詰替用	60g	259	
3p 2126	〃 スタンドバック	150g	605	
2127	漬物塩	1.5kg	3240	
2128	ペッパーソルト	55g	518	
2129	ハーブソルト	55g	518	
2130	なんでもソルト瓶入り	55g	562	
2131	〃 詰替用	58g	389	

▽砂糖▽			
2132	島のきび砂糖(洗双糖)	1kg	497
2133	マスコバド黒糖(フレーク)	500g	563
2134	マスコバド糖黒みつ	200ml	740
2135	てんさい含蜜糖 粉末	500g	497

▽塩こうじ▽			
2136	有機玄米塩麹	170g	648
▽つゆ▽			
2137	弓削多有機だしつゆ	300ml	950
2138	ヒカリ有機だしつゆ	300ml	551

2139	三河白だし	400ml	1242	6p
2140	日東のそばつゆ(ストレート)	400ml	537	767 30%OFF

▽みりん類・料理酒▽				
2141	味の母(みりん風調味料)	720ml	999	
酒 2142	三州三河みりん	700ml	1122	
酒 2143	有機 三州味醂	500ml	1144	
酒 2144	本みりん 福来純	500ml	935	
酒 2145	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1287	
酒 2146	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1298	
酒 2147	いつづプレスラン(料理用ワイン)赤	720ml	1023	
酒 2148	〃 白	720ml	1023	

賞味期限 24/6/9

▽酢▽				
2149	有機純米酢 老梅 小	500ml	497	
2150	〃 中	900ml	875	
2151	富士酢(米酢)	500ml	864	4p
2152	美濃有機玄米黒酢	360ml	756	
2153	純りんご酢	500ml	572	3p
2154	富士すし酢	360ml	756	4p
2155	カンタン八芳酢	360ml	508	
2156	有機レモン100%しぼりたて	180ml	562	
2157	有機梅酢 赤	200ml	540	
2158	有機ポン酢醤油	250ml	464	3p
2159	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670	

▽食用油類▽				
2160	国産なたねサラダ油	450g	972	
2161	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1642	8p
2162	国産なたね油	450g	918	
2163	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859	
2164	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859	
2165	最高級ラー油	45g	616	
2166	日本オリーブ有機エキストラ オリーブオイル	180g	1458	
2167	〃	450g	3240	
2168	カルボネール有機エキストラ オリーブオイル	458g	2327	
2169	パレスチナの有機エキストラ オリーブオイル	273g	1782	

▽大ビン・大缶▽			
4週に1度掲載			
2181	味の母みりん風調味料	1800ml	2160
2182	国産なたねサラダ油PET	910g	1296

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
3p 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
3p 2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
2p 2210	有機麻婆の素	100g	281
2p 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	平飼い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
3p 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
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	3p
2303	奄美カレー甘口	180g	486	3p
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	〃 スパイシー	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	346	
2313	直火焙煎クリームシチュールー	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	白コンヨー	20g	346	
2320	カレーの壺ペッパー	黒ホール 20g	388	
2321	〃	黒粗挽き 20g	388	
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	

さらさらと使いやすい 伝統焼き塩
 海の精 やきしお

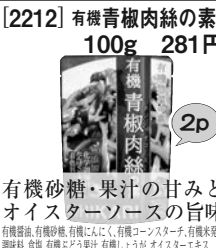
[2124] 60g 454円 3p
 [2125] 詰替用60g 259円 2p
 [2126] スタンドパック150g 605円 3p

高温焼成で塩化マグネシウムが分解し、「あらしお」よりマイルドであっさりした味わい



[2212] 有機青椒肉絲の素 100g 281円 2p

有機砂糖・果汁の甘みとオイスターソースの旨味



[2204] 有機濃厚ソース 250ml 454円 3p

香辛料をきかせた甘口

原材料：有機野菜・果実、有機醸造酢、糖類、食塩、有機コーンスターチ、香辛料、有機醤油、こぶ




[2153] 純りんご酢 500ml 572円 3p

国産りんご果汁だけで醸造したフルーティーな酸味です。



[2161] 菜種サラダ油 (丸缶) 800g 1642円 8p

圧搾一番搾りでコシのある油。くせがほとんどないのいろいろな用途に。オーストラリア産なたね使用。



[2151] 富士酢(米酢) 500ml 864円 4p

京都産農薬不使用米を、「静置発酵」と「長期熟成」



[2213] 有機肉豆腐の素 100g 281円 2p

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、有機コーンスターチ、有機米発酵調味料、有機ぶどう果汁、食塩

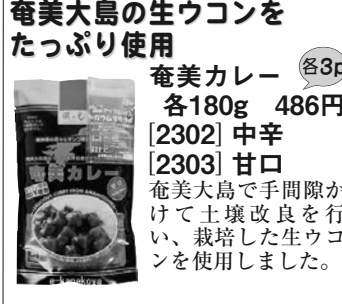


奄美大島の生ウコンをたっぷり使用

奄美カレー 各180g 486円 各3p

[2302] 中辛
[2303] 甘口

奄美大島で手間隙かけて土壌改良を行い、栽培した生ウコンを使用しました。



有機野菜の甘みにスパイスの香りと辛さ

[2217] 有機ピザソース 225g 475円 3p

ミートソース・カレーなどの隠し味としても

有機トマト、有機醸造酢、有機たまねぎ、有機にんにく、有機しょうが、食塩、砂糖、香辛料、有機米醸造調味料



[2158] 有機ポン酢醤油 250ml 464円 3p

鍋物だけでなく、焼き魚、サラダに

有機醤油、有機米酢、有機わさび、麦芽水飴、食塩、有機しょうが、有機すだち、有機米醸造調味料、昆布、有機乾しいたけ



[2209] 麻婆の素 (瓶) 225g 454円 3p

野菜炒めのタレなどにも

醤油、米味噌、本みりん、でんぶん、砂糖、有機しょうが、有機にんにく、有機たまねぎ、食塩、黒胡椒、有機米酢、唐辛子、オイスターエキス



[2316] 粉わさび 20g 324円 2p

シャープな辛みと旨み。水で練って下さい

西洋わさび





くず餅

本葛使用。本葛粉の自然の甘みが奏でる優しい味わいです。さつまいもでん粉を使用し、もっちりやわらかな食感の本くず餅に仕上げました。

原材料…砂糖、さつまいもでん粉、麦芽糖、本葛粉

わらび餅

本蕨粉使用。蕨、またの名を山根草。その根から採れる蕨粉は早春の野の息吹を醸すような味わいです。さつまいもでん粉を使用し、もっちりやわらかな食感の本わらび餅に仕上げました。

原材料…砂糖、さつまいもでん粉、麦芽糖、本蕨

添付のきな粉、黒蜜をかけてお召し上がりください。

黒糖蜜…黒糖（沖縄産）、きな粉…大豆（国産）



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

お菓子

▽アイス・冷菓▽

木次乳業製造

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

東毛酪農製造

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

オーガニックSOYジェラートMine!

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

▽和菓子類▽

2815	冷蔵 三色だんご	4本	572
3p	2816	北海道産有機小豆使用つぶあん 200g	441
2p	2817	有機ほの甘あずき 55g	238
2818	干し芋	200g	864
2819	有機・楽笑栗	125g	454
2820	オーガニック小麦のどらやき	1個	184

▽その他▽

2821	純国産みかんゼリー	11ケ	313
2822	純国産りんごゼリー	11ケ	313
2823	有機水ようかん・こし	100g×4	691
2824	有機水ようかん・抹茶	100g×4	691
2825	有機水ようかん・小倉	100g×4	691
3p	再開	2826	くず餅 73g×2 475
3p	再開	2827	わらび餅 73g×2 475
2828	豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292
2829	豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2830	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540	
2831	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540	
2832	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540	
2833	純国産北海道バタークッキー2枚×4包		324	2p
2834	純国産芋けんぴ	125g	280	2p
2835	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264	

▽スナック▽

2836	純国産ポテトチップス・うしお	55g	221
2837	純国産ポテトチップスのり塩	53g	221
2838	純国産さつま芋ちっぷ	115g	238
2839	有機グリーンピースチップス	45g	298

OGコーンフレークプレーン

OGコーンフレークフロスト

有機栽培されたアルゼンチン産トウモロコシを使用。原材料…有機コーングリッツ（有機とうもろこし（アルゼンチン又はイタリア））、有機砂糖、食塩

SPOT シリアルのおトッピングにおすすめ

第3世界シヨブ

翌々調配送品

協賛 [5745] ドライフルーツ・ナッツミックス 90g 608 ~~626~~円



2840	OG コーンフレークプレーン	150g	464	3p
2841	OG コーンフレークフロスト	150g	475	3p

手軽な栄養補給に!

オーガニックフルーツ&ナッツバー 卵・乳・小麦・砂糖不使用

[2913] OGフルーツ&ナッツバー

SPOT 3種類セット 各1(40g×3) 923 ~~972~~円

内容…アーモンド ザクロ メープル各1ヶ



2842	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	2p
2843	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	2p
2844	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	2p

▽あられ・煎餅▽

2845	召しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	322	
2846	有機玄米セラピー・たまり醤油味	30g	162	
2847	有機玄米セラピー・黒胡麻	30g	184	
2848	有機玄米セラピー・白胡麻	30g	184	
2849	草加せん・ミックス	6枚	443	3p
2850	柿の種	80g	324	

酒造好適米の最高峰である

「山田錦」を100%使用したお煎餅

アリモト 無添加・山田錦せんべい袋入・塩 酒造好適米の最高峰である山田錦を100%使用し、添加物を使わず体にやさしいお煎餅に仕上げました。

味付けは伊豆大島の天日塩「海の精」を使用した贅沢なサラダ味。サクサクの食感で食べやすい一口サイズです。一枚ずつ個包装になっています。



2851	無添加・山田錦せんべい袋入・塩 25枚	540	3p
------	---------------------	-----	----

▽豆菓子▽

2852	黒糖くるみ	65g	496
2853	きな粉くるみ	65g	496
2854	メープルアーモンド	40g	496

▽飴▽

2855	みるく小町	80g	351
2856	しょうがあめ	80g	351
2857	純国産北海道はちみつレモンのだ飴	57g	259

みんな、にっこい！安心おやつたち

北海道産有機小豆を使用。風味のよいつぶあんに仕上げられています。てんさいを精製した北海道産ビートルグラーニュー糖を使用。

[2816] 北海道産有機小豆使用つぶあん
200g 441円

ノースカラーズ原料をすべて北海道産に限定したバタークッキーです。

[2906] 純国産北海道バタークッキー
ダブル 2枚×4包×2 616円

福岡限定！春夏限定！くず餅・わらび餅。優しい口当たりで喉ごしなめらかな美味しさ、日本伝統の和菓子の代表です。添付の京きな粉、黒蜜をかけてお召し上がりください。

[2903] くず餅・わらび餅セット
73g各1ヶ 451円

純国産芋けんぴ。九州産のさつまいもを丁寧に揚げた。九州産のさつまいもを丁寧に揚げた。

[2907] 純国産芋けんぴダブル
125g×2 502円

カシューナッツやクルミの食感にザクロの果汁で爽やか気分。

[2908] OGフルーツ&ナッツバーダブルザクロ
40g×2 622円

アーモンドと胡麻がたっぷり！レーズンとアガベの優しい甘み。

[2909] OGフルーツ&ナッツバーダブルアーモンド
40g×2 622円

まるやかな甘みと芳醇な香り。メープルシロップ味。

[2910] OGフルーツ&ナッツバーダブルメープル
40g×2 622円

幻の酒造米である「山田錦」100%使用。「海の精」を使用した。贅沢なサラダ味。

[2904] 無添加・山田錦せんべい袋入
ダブル 25枚×2 1,048円

国産うるち米を原料に、独自の火加減で丹念に焼き上げた、草加せんべい。醤油・ごま・海苔が、2枚づつ(個包装)、3種類の味をお楽しみいただけます。

[2905] 草加せん・ミックス
ダブル 6枚×2 850円

オーガニックシュガーと天塩で、薄味に仕上げたプレーンタイプ。オーガニックシュガーを表面にコーティングして仕上げた、ちょっと甘いフロストタイプ。有機トウモロコシを使用し、オーガニックシュガーと天塩で仕上げたシリアル食品です。合成保存料・着色料等は一切使用していません。有機JAS認定商品です。

[2840] OGコーンフレークプレーン 150g 464円
[2841] OGコーンフレークフロスト 150g 475円

カカオの苦味と甘さがベストバランス。芳醇なカカオの香り、カカオが55%。

[2901] ビターチョコレート&ソルト&キャラメルチョコレート
各1 100g×2 1,348円

第3世界ショップ塩入りのビターチョコレートに、サクサクとした食感のキャラメルクラッシュをちりばめました。カカオ分約55%。

[2902] 珈琲豆チョコ&塩チョコ×カシュー
50g・35g 922円

第3世界ショップサクサクの衣で包んだカシューナッツを、塩入りのミルクチョコでコーティング。

[2902] 珈琲豆チョコ&塩チョコ×カシュー
50g・35g 922円

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	2858	プロポリスキャンディ	28g	346
	▽チョコレート▽			
	2859	ミルクチョコレート	100g	702
	2860	ヘーゼルナッツチョコレート	100g	777
	2861	ウィンターチョコレート	100g	842
	2862	ブラリネチョコレート	100g	777
4p	2863	ビターチョコレート	100g	702
	2864	エクストラチョコレート	100g	702
4p	2865	ソルト&キャラメルチョコレート	100g	702
	2866	ホワイトチョコレート	100g	842
	2867	ミニチョコ オレンジビター	50g	432
	2868	ミニチョコ ジンジャーレモン	50g	432
	2869	ミニチョコ カカオ80%	50g	432
	2870	レーズンチョコレート	50g	475
	2871	クランベリーチョコレート	40g	475
3p	2872	塩チョコ×カシュー	35g	475

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2873	珈琲豆チョコ	50g	475	3p
2874	抹茶チョコ×カシュー	35g	475	
2875	アールグレイチョコ×くるみ	45g	475	
終売	****	クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ	40g	475
終売	****	クランベリーチョコ×パイ×ナッツ	40g	475
2880	冷感チョコラ デパア 生チョコレート・トリュフ	10ヶ	856	

季節限定品
農業・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生を煎りたてでパックしました。
使用品種は【ナカテユタカ】と【Qなっつ】、香ばしく甘いのある人気の品種です。

三里塚物産 翌々調配送品(4/29~5/3)

5411 殻付落花生 180g 1,145円 6p
5412 落花生むき実 180g 1,177円 6p

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
----	----	----	---------	------

フェアトレード

夏季限定のリキッドコーヒー

経済のグローバル化、自由貿易の拡大の影響を受け、零細農民の産地では“農業”そのものを失う事態が深刻化しています

お届けのものは、国内海外のNGOと共同で、世界各地の生産者とともに、取り組んだ自立のためのコーヒーです

ペルーリキッドコーヒー 4p

[2657] 1000ml 745円

[2658] 箱 上記6本 4,292 ~~4,471~~円

生産から加工、販売・輸出まですべて自ら行ってる生産者の豆。しっかりとコクを感じながらも、後味すっきり

アジアのリキッドコーヒー 4p

[2659] 1000ml 724円

[2660] 箱 上記6本 4168 ~~4,342~~円

東ティモールとラオスの生産者が、農業や化学肥料を使わず育てた豆。苦味がありつつ、すっきり



初

ケースでお得 **×6**

お茶各種

▽日本茶▽

5p	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1620
	2602	上煎茶(在来種)	100g	972
	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
6p	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
3p	2610	麦茶ティーバック 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	ティーバック林農園の烏龍茶	1.5g×10	518

▽ハーブティ・他▽

	2613	たんぼぼコーヒーカップ用	2g×20	1296
	2614	アイリーミント	5g	659
	2615	カモミールwind	5g	729
	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	カメリアティ(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▽

	*****	ピュアールグレイ		終了
2p	2623	アッサムブレンド	20袋	378
	2624	ケニア	20袋	324
3p	2625	チャイ・パック	3g×12	475
	2626	依田さんの紅茶	100g	810
	2627	シンガンパーティ	100g	540
	2628	ダーズリン	80g	994

▽ココア▽

	2629	ココア	110g	648
--	------	-----	------	-----

▽コーヒー▽				
	2630	パロ・ブランコーヒー(豆)	200g	972
	2631	〃(粉)	200g	972
	2632	オーガニックソフトブレンド(豆)	150g	583
	2633	〃(粉)	150g	583
▽ドリップパック▽				
	2634	有機ドリップパック	8g×10	724 4p
	2635	簡単カフェパック	15g×6	626
	2636	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▽				
	2637	Cafe(カフェインレス)	75g	1609
	2638	〃 詰替	60g	1156
	2639	だるまさんがコロンビア インスタント	40g	870 5p
▽コーヒーフィルター▽				
	2640	無漂白コーヒーフィルター-102(3~4人用)	100枚	432
▽リキッドコーヒー▽				
	2657	ペルーリキッドコーヒー	1000ml	745 4p
	2658	" 箱	6本	4292 4471
	2659	アジアのリキッドコーヒー	1000ml	724 4p
	2660	" 箱	6本	4168 4342

▽ミネラルウォーター(軟水)▽

	2641	神泉水	2ℓ	367 2p
	2642	" 箱	2ℓ×6	2095 10p
	2643	"	500ml×12	2279 11p
	2644	" 箱	500ml×24	4558 22p
	2645	あづみ野湧水	2ℓ	221
	2646	〃 箱	2ℓ×6	1301

昔ながらのこだわり製法 『砂炒り焙煎』+『四度炒り』

[2610] 麦茶ティーバック 3p

国内産大麦使用 8g×52 540円

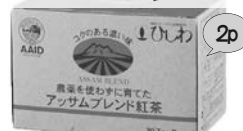
ティーバックになっているのでお手軽に本格麦茶を楽しめます。水出しも可。



砂炒り焙煎
砂の熱を利用し、麦の芯まで焙煎することで麦の香ばしい味・香りを引き出す製法です。

さらに4台の釜を使用した、国内でも珍しい「四度炒り」製法。職人が4台の釜でじっくり丁寧に焙煎することで、より大麦の甘みと香りが引き立つ深みのある仕上がりとなっています。

[2623] 農業を使わずに育てた紅茶 アッサムブレンド (ティーバッグ) 20袋 378円



渋みを抑えた濃厚でコクある味わい。ミルク・お砂糖と相性抜群

[2602] 上煎茶 (在来種) 100g 972円



静岡でも山間地の一部にしか残っていない、香り高い在来種 ▲有機ではなくりましたが、栽培はこれまでと同じです

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

甘酒・豆乳・しょうが湯

2647	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	346
2648	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	346
2649	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
2650	"	125ml×18	5334 5443
2651	豆乳で元気	125ml×3	535
2652	"	125ml×24	4191 4277
2653	原豆乳	300cc	265
2654	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
2655	しょうが湯	20g×5	378
2656	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	
	3003	信州もも	160g×4	786	
	3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037	
5p	3005	オーガニックトマトジュース有塩	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	
	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	
5p	3013	レモンサイダー	250ml×6	972	
	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	

▽瓶ジュース 他▽

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

サプリメント

**にがり不足の現代人に
安心の一滴**

[2701]濃厚にがり液 海の調べ 50ml 421円 2p

伝統製法の塩づくりから生まれる伝統苦汁(にがり)をベースにして、調味補助や栄養補助を目的に成分バランスを整えました。



① **おいしさUP**

塩カドがとれてマイルドな味わいに！
うどん、そば、ラーメン、スープ、タレなどの塩分と水分の多い料理に加え、よく混ぜてお召し上がりください。

② **健康UP**

現代人に不足のマグネシウムがとれる！
水、茶、コーヒー、ジュース、日本酒、焼酎やウイスキーの水割り、ビールなどの飲み物に加え、よく混ぜてお召し上がりください。甘くておいしく感じる程度が適量です。苦味を感じる場合は入れすぎです。

**モニターを注視する
ストレスにつきあう**

[2709] 青い瞳BLUE EYES 120粒 8424円 39p

1日に4~6粒を目安に、水またはお湯と一緒に召し上がりください



季節の変わり目の不快な症状に

[2704] はなどおり (カプセル) 90粒 2592円 12p

中国安徽省または浙江省産の厳選されたトラヨウ(多羅葉)を100%使用。



▽ドリンク・エキス▽

2701	濃厚にがり液 海の調べ	50ml	421	2p
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	12p
2705	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498	
2706	有機雲南田七人參	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▽

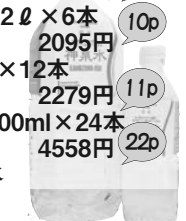
2708	梅ぼしさん	10.8g	540	
2709	青い瞳 BLUE EYES	120粒	8424	39p
2710	E-SAN(イワシ油)	150粒	5184	
2711	ギンコロイドF	120粒	4536	
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560	
2713	有機梅醬 陽寿	250g	2052	
2714	生姜・番茶入り梅醬	250g	1620	
2715	有機梅干番茶(生姜入り)	8g×20	1782	

有機ドリップパック [2634] 8g×10 724円 4p
SPOT [2661] ♪ダブル 上記2P 1376 ~~1448~~円



焙煎したての3種の有機コーヒー豆を丁寧に挽き、ブレンド

神泉水 [2641] 2ℓ 367円 2p
[2642] ♪箱 2ℓ×6本 2095円 10p
[2643] 500ml×12本 2279円 11p
[2644] ♪箱 500ml×24本 4558円 22p



秩父山系の湧水

[3021] フルーツビネガー 有機りんごの酢 360ml 805円 4p



有機りんご酢に果汁を加えて飲みやすく仕上げました。水割りはもちろん、炭酸割りやヨーグルトにかけてもあいます。有機リンゴ果汁、有機りんご酢

ケースでお得！

信州まるごとりんごジュース [3001] 160g×6 933円 5p
[3024] 箱 190g×30 4445 ~~4535~~円
[3023] 箱 160g×30 4572 ~~4668~~円

ふじりんご主体の特有の淡い香りと濃厚な甘み

オーガニックトマトジュース有塩 [3005] 190g×6 907円 5p
[3024] 箱 190g×30 4445 ~~4535~~円
海外産有機トマトペーストを使用なのでポストハーベストの心配なし

レモンサイダー [3013] 250ml×6 972円 5p
[3025] 250ml×30 4763 ~~4869~~円
有機りんご・レモンを85%以上使用

[2625] チャイ・パック (ティーバック) 3g×12 475円 3p



シンガンパティ農園の茶葉に、スパイスをブレンドしました

ちきゅうにやさしくしらがた
リサイクル石けんをつかってみよう



成分：純石けん分70%、
アルカリ剤（炭酸塩、重曹）

原料油脂は家庭で使用され、
市民活動により集められた
廃食用油を用いています。
廃食用油は、大豆・菜種等が主である
植物油脂がほとんどです。
その油の性質上水に溶けやすい
せっけんができません。
せっけんの街
あんしん 重曹入り洗濯用粉せっけん

私たちの毎日の生活の中で、PRTR制度の指定物質が含まれる洗剤をせっけんに変えることで、それら環境に悪影響があるとされる化学物質を減らすことができます。またせっけんは分解も早く、排出後の環境への負荷も少ないことが知られています。しかも、原料は使用済み食用油、まさに環境にやさしい地産地消の循環型街づくりへの第一歩です。

私たちの生活にはいろいろな化学物質が氾濫しています。PRTR制度の指定物質の中で、家庭からの排出量で最も多いのが合成洗剤の成分です。そのほかに多いのが殺虫剤の成分です。この2つの物質を使わないことで、家庭からの指定物質の排出量を限りなくゼロに近づけることができます。

PRTR制度…特定化学物質の環境への排出量の把握等及び管理の改善の促進に関する法律。1999年7月環境庁と通産省の協議を経て公布。
NPOせっけんの街

1ヵ月に一度は、洗濯槽のおそうじを!



洗たく機は使っているうちに、
洗たく槽のウラ側に
カビなどがつきやすくなります。
太陽油脂
洗濯槽&パイプクリーナー

酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの相乗作用で洗たく槽や排水パイプ等、洗にくい部分の汚れを落とします。

成分…過炭酸ナトリウム（酸素系）、アルカリ剤（重曹）、界面活性剤（純石けん）

■洗濯槽<全自動洗濯機>

①高水位までぬるま湯(30~40℃)をはり、本品を1袋(300g)入れて、3~4分運転し溶かし、そのまま約3~6時間放置する。②そのままの状態から、標準コースで運転する。使用後、槽内に汚れが残る場合はさらに標準コースで1~2回すすいで下さい。

※ドラム式は満水まで水を張ることができず、クリナー効果を得にくいいため、おすすめしていません。



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	石けん			
	▽洗濯用▽			
5p	3101	あんしん(重曹入り洗濯用粉せっけん)	1.8kg	1,078
	3103	ボックス洗濯用石けんソフト	1200ml	1,210
	3104	〃 詰替用	1000ml	825
	3105	〃 詰替用(大)	4000ml	3,245
	3106	ボックスベビー洗濯せっけん	1200ml	990
	3107	〃 詰替用	1000ml	638
	3108	ボックス衣類のリンス	600ml	935
	3109	〃 詰替用	550ml	550
	▽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
	3118	化粧石けんE(固形)	95g×3	462
	3119	ボックスナチュロンクリームソープ	100g×3	594
	3120	ボックスナチュロン 〃 SR	100g×3	726
	▽ボディソープ▽			
	3121	ナチュロンボディソープ	500ml	1,320
	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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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	

手軽に押すだけでふわふわの泡
オリーブオイルから生まれた洗顔料
ボックスオリーブ フェイスフォーム

ムクロジエキスを配合し、キメの細かい泡が汚れをしっかりと落とします。オリーブオイル由来のスクワラン、保湿成分のグリセリンを配合し、洗顔後のお肌に潤いを残して乾燥を防ぎます。
○モツヤクジュ油、ローズ水、ニュウコウジュの香り。

◆シェービング用としてもお使いいただけます。

成分…水、カリ石ケン素地、グリセリン、スクワラン、ムクロジエキス、ミルラ、ローズ水、ニュウコウ、ウイキョウエキス、エ



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽洗顔ソープ▽				
3136	ボックスオリーブフェイスフォーム	150ml	968	5p
3137	〃 詰替用	140ml	726	4p
▽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	ボックスナチュロン石けんはみがき	120g	462	
3141	ボックスこどもジェルはみがき	50g	330	
3142	ボックスナチュロンソルティ石けんはみがき	120g	506	
3143	ボックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946	
3144	ボ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	

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	638
	3151	〃 詰替用	350ml	385
5p	3152	洗濯槽&パイプクリーナー300gX3		1,100
	3153	パックス重曹F	2kg	1,134



アルコール(エタノール)フリー パックスベビーボディークリーム

赤ちゃんの皮脂にも含まれるパルミトオレイン酸が豊富なマカデミアナッツ油(保湿)配合の、石けんで乳化した全身保湿クリームです。
のびがよくべたつかない使用感です。
チューブタイプ50gは、便利なワンタッチキャップ。
ポンプタイプ180gは、クリームが空気に触れず、最後まで使い切ることができるエアレス仕様。
○無香料

成分…水、グリセリン、プロパンジオール、ホホバ種子油、マカデミアナッツ油、ステアリン酸K、ステアリン酸、パルミチン酸、ベヘン酸、スクワラン、ローズマリー葉エキス、トレハロース、ベヘニルアルコール、トコフェロール、ヒノキチオール

スキンケア

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935
4p	3202	パックスベビーボディークリーム(チューブタイプ)	50g	726
10p	3203	パックスベビーボディークリーム(ポンプタイプ)	180g	2,090
	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
	3206	パックスナチュロンUVクリーム	45g	1,320
		SPF30 PA++		
	3207	オリーマノングリーンローション	180ml	1,100
	3208	オリーマノンオリーブリーフローション	180ml	1,100
	3209	オリーマノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリーマノンバージンオイル	30ml	1,210
	3211	シコリーブ薬用スキンクリーム	80g	1,100
	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,210
	3213	アルティースオリーブスクワラン	60ml	2,552
	3214	乳清素肌ソープ	180ml	2,530
	3215	〃 徳用	310ml	4,180
	3216	乳清素肌ローション	80ml	3,630
	3217	乳清素肌シルクローション	80ml	3,850
	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
	3222	全身用ソープ泡(ポンプ式)	500ml	2,420
11p				
10p	3223	〃 詰替用	500ml	2,200
10p	3224	全身用エッセンス(ポンプ式)	150ml	2,200

竹酢液を更に蒸留精製しました。

静岡・竹炭紺屋 竹艶水(蒸留精製竹酢液)
竹艶水は、採取する温域にこだわり、「特選竹酢液」として採取した液を一定期間静置後、3層に分離する中間層を、さらに長時間をかけて、蒸留精製を行った、ノンアルコールの竹酢液です。

【お風呂に】
浴槽に通常キャップ(10~50cc)を入れて下さい。お湯がまろやかになります。



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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	4p
▽ペーパー類▽				
3304	コアレックスグリーンセービングティッシュ	6パック	649	
3305	キッチンペーパーBOX	3パック	501	
3306	ペンギン芯なし6R(ツッパ)	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▽				
休止	****	コスモ塾のぼかし肥料	1kg	550

汚れた油をリフレッシュ コスロン油ろ過器専用濾過紙

コスロン交換用フィルター
200枚も重ねた特殊パルプフィルターがゆっくり時間をかけて油の汚れを取り除き酸化を防ぎます。
材質: 天然パルプ100%



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽油こし器▽				
終売	****	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	6p
▽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	

いたわり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

泡状の全身用洗淨料 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



岐阜 農業の一環としての
天然ワイン醸造 **ワイン造り**



培養酵母・酸化防止剤無添加
[5208] 天然葡萄酒 ロゼ
720ml 1,548円
ほんのりやや甘口で、香りも高く、すっきりとした味わいのワインです。

原料
マスカットベリー-A 40%・デラウェア 60%
アルコール度数：12.5%



ベジタ
Vegeta

ポラン広場の宅配
特別カタログ
No.217



価格は税込み



農業の一環としての
ワイン造り

昭和初期から農業の一環としてワインを造ってきました。自家農園を中心に一部契約しているぶどうは有機質肥料を与えた土地で育て、酸化防止剤や保存料を使わないワイン造りをしています。

ワインは一般的に人工培養した酵母を添加して造りますが、天保年間に建てた蔵の中に生息している蔵付き酵母の働きで自然に発酵させて醸しています。

長野 標高700m
#筒ワイン 桔梗ヶ原からの贈り物

単一種のワイン

- 白** 甘口 特産ぶどうナイヤガラ個性が香り高く素直に広がるフルーティーな甘さ。
- 辛口** 個性豊かな果実の香りと味わいの輪郭がより明瞭に伝わる心地よい飲み口。
- 赤** 甘口 特産ぶどうコンコードの爽やかな果実味と程よく残した甘さが優しい口当たり。



5201	甘口	360ml×2	1,650
5202	白 辛口	360ml×2	1,650
5206	〃	720ml	1,496
5203	〇ゼ甘口	360ml×2	1,775
5204	赤甘口	360ml×2	1,650
5205	赤 〃	720ml	1,496

アッサンブラージュ
和洋折衷のワイン

甘い風味口 + マスカットベリー-A 奥行きのある味わい

[5207] いづつワイン赤
アッサンブラージュ 720ml 1,867円
信州塩尻一帯の自社及び契約農家で収穫されたメルロー種とマスカットベリー-A種をアッサンブラージュした赤ワインです。

マスカットベリー-Aの甘い風味が出しゃばりすぎないように、メルローの奥行きある味わいで包み込む絶妙なバランスをアッサンブラージュにより表現しました
※アッサンブラージュ：ワインをブレンドすること

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	4/15	4/16	4/17	4/18	4/19
翌々週配送日	4/29	4/30	5/1	5/2	5/3

千葉 おいしく安全、を提供します
三里塚物産



搾ったままのストレートタイプ
期間中、毎週搾汁
にんじんジュース

[5416] 320g 578円
[5417] 320g×2 1,109円 ~~1,156円~~
産地にある工場で、毎週搾汁。無加糖なのにしっかり甘いのは、土作りをしっかりとっている人参だから。



農薬不使用しそと醸造酢だけで作りました。2倍前後にうすめて、蜂蜜、砂糖を加えてお飲みください。



農家の庭先で採れた農薬不使用の梅を砂糖だけで漬け込みました。そのままどうぞ

しそジュース (特) 希釈用 無農薬・梅ドリンク
[5414] 200ml 535円 [5421] 120g 270円
[5415] 200ml×2 994円 ~~1,069円~~ [5422] 120g×2 524円 ~~540円~~
[5423] 120g×4 1,004円 ~~1,080円~~

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)
----	----	----	---------	----	----	----	---------

北海道・白糠町 酪恵舎

翌々調配送



**ヨーグルトのような酸味
柔らかく口どけの良い
優しいチーズ**
[5459] コンバンヴィーノ
110g 729円
ロビオーラを乾燥させワックスでコーティングして、60日以上熟成したチーズです。

塩味も抑え、小さなお子さんでも安心してお召し上がりいただけます。

スライスして、マーマレードを添えてクラッカーとどうぞ。レンジで少し溶かしてスイーツ風に

[5454] ロビオーラ
110g 686円



独特の匂いとむちっとした柔らかさ。届いたらお早めに

[5452] モンヴィーゾ
110g 745円



そのままでも、すりおろしてパスタやサラダなどにかけても



[5450] トーマ・シラヌカ
110g 643円
柔らかく食べやすく、野菜との相性が良いチーズです。

トーストや蒸し野菜に少しの熱で溶けるのでトーストを焦がさずにチーズが溶けます。蒸した野菜の仕上げにスライスしてのせてください。

[5455] チーズフォンデュ
200g 1,388円



チーズフォンデュはもちろん、グラタンやピザにもおすすめ

[5453] スカモルツァ
100g 513円



モッツアレラを熟成。ストリングチーズにも似た食感にミルクの香り

[5458] タンタカ 110g 853円
しっかりと熟成しているの、アミノ酸が豊富に含まれています。



グラタンなどのコク出し、スライスして、そのままワインのつまみとして

[5457] プロボローネ
100g 715円



是非チーズステーキで！固さやミルクの風味、塩加減が絶妙

[5451] テネレロ・シラリカ
110g 686円



食べやすく、熟成したチーズの旨み、酸味の程よくあるチーズです。

[5456] ミルクジャム
140g 875円



練乳とは違う、キャラメルのような味と濃い色

土佐佐賀

翌々調配送

さんちよく (有)土佐佐賀産直出荷組合

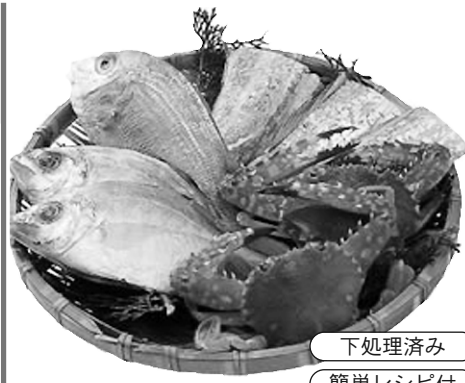
土佐沖でとれた旬の魚を、生のまま加工・急速冷凍。ワンフローズンでの商品づくりをしています



土佐伝統の藁焼き
土佐伝統の藁焼き。藁の炎で鰹の表面だけ瞬時に焼きあげているので、生臭さを消し鰹の旨みを引き立たてます

一本釣りがつお船上凍結
高鮮度のうまさ
冷凍土佐沖一本釣り藁焼き
[5601] 100g×2 1,372円
[5602] 220g 1,453円
土佐沖で獲れた生の鰹をその日のうちにタタキにし、鮮度を落とさない「アルコールブライン凍結」により冷凍しております。

規格・価格変更



下処理済み
簡単レシピ付

土佐湾をまるごとお届け
水揚げ次第のお楽しみ
[5604] 冷凍土佐の色々セット
600g 1,485円
その時々水揚げされる魚介を3~4種セット

きびなごの旨味がつまった万能ペースト



[5606] きびなごペースト
60g 869円
国産にんにく、農薬不使用バージンオリーブオイルを加え、きびなごの旨味がつまったペーストに仕立てました。温野菜のパーニャカウダや、おにぎりの具にも
原料:きびなご・天日塩・にんにく・オリーブオイル

初夏に水揚げされた子持ちきびなごを黒潮町の天日塩に漬けて一年熟成・発酵海の香りゆたかな調味料

[5605] バジルペースト
60g 983円
きびなごペーストに、バジルとクルミを加えました。
原料:バジル・きびなご・天日塩・くるみ・にんにく・オリーブオイル

【きびなご魚醤】 【かたくちいわしの魚醤】 きびなご、かたくちいわしの水揚げがなく製造中止です

浄水器 ※チラシをごらんください		翌々調配送	
3511	直送 ピクラ浄水器2		
	ブルー	31,680	33,000
3512	直送 / グリーン	31,680	33,000
3513	直送 / ピンク	31,680	33,000
3514	共通交換カートリッジV	15,840	16,500
3515	直送 アクアセンチュリースマート		
		24,288	25,300
3516	共通カートリッジT	10,032	10,450
3517	直送 スーパーアクアセンチュリー		
		95,040	99,000
3518	直送 共通交換カートリッジS	25,344	26,400
3519	直送 アクアセンチュリー2ホワイト		
		52,800	55,000
3520	共通交換カートリッジC	19,008	19,800
3521	直送 アクアホーム複合水栓型	126,500	
3522	アクアホーム複合水栓・専用水栓共通 交換用カートリッジ	19,536	20,350
3523	直送 アクアホーム専用水栓型	67,100	
3524	ピュアストリーム3	6,820	
3525	ピュアストリーム2・ピュアストリーム3 共通カートリッジ	3,168	3,300
3526	直送 アクアセンチュリーレインボー		
		52,800	55,000
3527	アクアセンチュリーレインボー 交換用カートリッジ	11,616	12,100
交換用カートリッジ			
3528	直送 スーパーアクアセンチュリー		
		25,344	26,400
3529	アクアセンチュリープラス	15,840	16,500
3530	クリスタル21SDX	17,741	18,480
3531	スリマー	11,616	12,100
3532	共通カートリッジA	17,741	18,480
3516	共通カートリッジT	10,032	10,450
3533	アクアセンチュリーレインボー		
		13,517	14,080
3534	ピクラ浄水ポット	2,640	2,750

グリーンパン ※チラシをごらんください		翌々調配送	
6921	ぴたっとサンミルク	2,310	
6922	ナチュラルパーユサンミルク	2,310	
6923	ナチュラル馬油 スティックタイプ	1,320	
6924	/ ボトルタイプ	2,750	
6925	ナチュラル馬油プラス		
	アロマケアー	1,650	
6926	/ アロマソフト	1,650	
6927	/ アロマベリー	1,650	
6928	パーユローション	1,980	
6929	/ お徳用	3,080	
6930	パーユシアクリーム	1,430	
6931	アロマブレンドオイルむし 小	880	
6932	/ 大	1,320	
6933	ぴたっとハーブウォーター	1,320	
6934	ひやっとハーブウォーター	1,320	
6935	肌健美ウォーター	2,970	
6936	パーユクレンジングオイル	2,750	
6937	パーユ&セサミソープ	1,650	
6938	馬油リップクリーム	1,078	
6939	/ キッズ&ベビー	880	
6940	/ レモンマートルの香り	1,078	
6941	/ オレンジミントの香り	1,078	
6942	長崎野母崎育ちのハーブ水 「レモンマートル」	2,860	
6943	/ 「ゲットウ」	2,530	
6944	レモンマートルティー（リーフ）	1,512	
6945	レモンマートルのど飴	356	
6946	レモンマートル塩のど飴	356	

グリーンパン ※チラシをごらんください 翌々調配送

次回より値上げが予定されています

8001	パルセロナ・フライパン	20cm	10,450
8002	/	24cm	12,650
8003	/	26cm	13,750
8004	/	28cm	14,850
8005	パルセロナ・エッグパン		11,000
8006	パルセロナ・キャセロール		17,050
8007	パルセロナ・ガラス蓋	20cm	2,200
8008	/	24cm	2,420
8009	/	26cm	2,860
8010	/	28cm	3,080



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

翌々調配送

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**



冷凍興農牛 牛切り落とし **7p**
[5801] 250g 1,426円
[5802] 徳用400g 2,165円 **11p**

牛肉とキャベツの
オイスターソース炒め
あらかじめ牛肉に片栗粉
をまぶすと、調味料が絡
みやすくなり、柔らかな
食感に仕上がります

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

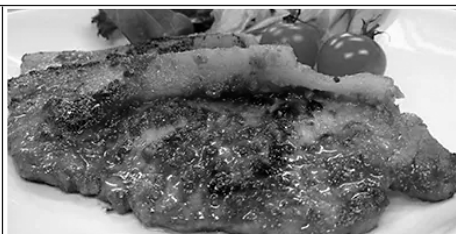
牛肉 赤身内脂肪(サシ)が少ない赤身肉ですが、屠畜後、2週間以上熟成をかけたのちに商品化し出荷しておりますので、お肉本来の味わい深い旨味とコクが広がります。
豚肉 脂肪が少なく、柔らかい肉質で、炒め物などあらゆる料理に合います

5801	冷凍 興農牛切り落とし	250g	1,426	7p
5802	" 徳用	400g	2,165	11p
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	
5806	〃 徳用パック	200g×2	2,840	
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	



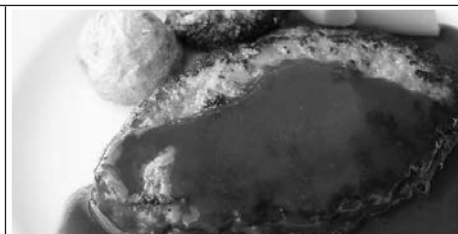
[5847] 冷凍興農牛 牛カルビ味付
320g 1,507円

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

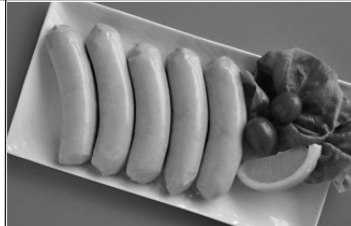
チーズの美味しさがプラス

[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] 冷凍パクパク
子どもウィンナー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。パ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



ポローニア(丸い大型ソーセージ)が2種類

[5831] 冷凍ポローニア
ソーセージ 200g 950円
海の精と和三盆糖、少々の香辛料で味付け。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
マジヨラム・パセリ・オレガノを利かせました



沖縄県国頭郡 ノイベナ農園

農業や化学肥料は一切使用せず、肥料は枯れ草とサトウキビの搾りかすのバガスのみで栽培したサトウキビ。搾り汁を薪窯で煮詰め、黒糖を作っています。全て手作業です。
ホロホロっとしたやさしい食感と、すっきりした甘味のティーダ黒糖。

黒糖	翌々配送
6315 ノイベナ農園ティーダ黒糖 40g	691円
原材料…サトウキビ (沖縄県国頭郡)	



バリバリッとひた食感と爽やかな甘味

たんかんオレンジを1つひとつスライスし、じっくり低温乾燥。

沖縄ドライフルーツ・たんかん

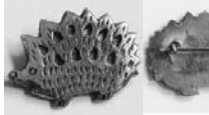
農業や化学肥料は使用していません。
保存料、砂糖、植物油など、全て無添加です。
【原材料】たんかんオレンジ (沖縄県やんばる)

沖縄ドライフルーツ	翌々配送
6816 沖縄ドライフルーツ・たんかん 15g	680円

サヌ・バイさんの工房

ネパールの洋銀
サヌ・バイさんの動物ブローチ

胸元やバック、帽子などにつけて、装いのポイントに。太めのブローチピンが付いています。【素材】洋銀



サヌ・バイさんの動物ブローチ 翌々配送

6310 シロクマ	1,760円
【サイズ】(約) タテ2cm ヨコ4cm	
6311 ハリネズミ	1,760円
【サイズ】(約) タテ2cm ヨコ3cm	
6312 ジュゴン	1,760円
【サイズ】(約) タテ2cm ヨコ4.5cm	
6313 うさぎ	1,760円
【サイズ】(約) タテ3.3cm ヨコ3cm	

東北×Nepal 自然派コスメ クーネ



クーネ エッセンスローション

天然由来100%。
植物のエッセンスが肌の角質層まで浸透し、しっとり潤しながら、みずみずしく保ちます。ぼつりとした感触のローションは、肌につけるとさらりとなじみ、肌を健やかに保ちます。
ほのかなベルガモットの香りです。



クーネ リップ&スキンバーム

天然由来成分100%。
デリケートな唇や目元はもちろん、乾燥が気になる箇所全身に使えます。贅沢に使った椿油が肌の角質層までしみこみ、潤いをキープします。

クーネ化粧品	翌々配送
6834 クーネ リップ&スキンバーム (保湿クリーム)	8g 1,540円
6835 ♪ エッセンスローション (化粧水)	100ml 2,420円
6836 ♪ モイスチャークリーム (保湿クリーム)	30g 2,860円
6837 ♪ アミノシャンプー	230ml 2,420円
6838 ♪ モイストコンディショナー	230ml 2,750円
6839 ♪ モイスチャー リキッドソープ	230ml 2,090円
6840 クーネツバキオイル (椿油)	30ml 3,080円

ネパールの森から届いた天然はちみつ

チウリ…「チウリ」とは、ネパール原生のIndian Butter Treeの一種。カラメルや黒糖のようなコクと甘さの中に、かすかな酸味があり、後味はさっぱりしているのが特徴です。それだけでデザートのように。
ヨーグルトやフルーツに合わせると、一段と美味しさが際立ちます。



ルディロ…ルディロは、ネパール原生のシソ科バジル種の仲間。葉は良い香りがし、蜂蜜は食べる香水といわれるほど。フルーティーで上品な味。
ハーバルな風味が爽やかにふわっと広がり、上品な甘さが紅茶やチーズとよく合います。



※ろ過してから40~50℃で1時間低温殺菌を施してから瓶詰をしています。

はちみつ 翌々配送

6327 チウリ 240g	1,944円
6328 ルディロ 240g	2,160円
※ろ過してから40~50℃で1時間低温殺菌を施してから瓶詰をしています。	



※ハチミツは1歳未満の幼児に与えないで下さい

ネパール「カンチャンジャンガ紅茶農園」

有機栽培 最高級のSFTGFOPの紅茶葉
一芯二葉の若葉を丁寧に手摘み
5種類のテトラタイプのティーバッグ



ストレート



レモングラス



ジンジャー



オレンジ

オレンジ&ジンジャー…オーガニック栽培のオレンジピール、レモングラス、ジンジャーのブレンド。ほんのり甘く、やさしい味。シトラス系の香りです。
ストレート…オーガニック栽培の紅茶葉100%のストレートタイプ。豊かな香りとまろやかな味わい。
レモングラス…オーガニック栽培の紅茶とレモングラスのブレンド。爽やかで、すっきりと爽やかな飲み心地。
ジンジャー…オーガニック栽培の紅茶とジンジャーのブレンド。身体を芯から温めてくれます！
春摘み…若々しい香りとお爽やかな味わい。夏は水出しやオンザロックで、アイスティーもおすすです。



テトラティーバッグ手摘みのお茶 翌々配送

6330 テトラティーバッグ手摘みのお茶	オレンジ&ジンジャーブレンド	2g×12袋	756円
6331 ♪	ストレート紅茶	2g×12袋	702円
6332 ♪	レモングラス紅茶	2g×12袋	702円
6333 ♪	ジンジャー紅茶	2g×12袋	702円
6334 ♪	春摘み紅茶	2g×8袋	853円

ネパールの原料と国産のこだわり原料で作ったクッキー

レモンティークッキー

ジャム状に煮詰めたレモンティーと、レモンの皮を生地に練り込んでいます。爽やかな甘み。

フェアトレードクッキー 翌々配送

6381	マサラティー	80g	464円
6382	ジンジャー	80g	464円
6383	レモンティー	80g	464円
6384	オレンジ	80g	464円
6385	シナモン	80g	464円
6386	ストレートティー	80g	464円
6387	コーヒー	80g	464円



卵不使用