

# Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ

## No.238

炊き込みご飯も秋には秋の風情でどうぞ  
一口大ほどの大きさに切った色々の材料を  
風に吹き寄せられたように盛りつけて



### 吹き寄せご飯

作り方…①米は炊く30分前に洗ってざるに上げる。②エビは殻をむき、背わたを取って3つに切る。③にんじんは、もみじ型で抜き、3mm厚さに切る。れんこんは、いちよう切りにして、酢水にさらす。④生しいたけは、薄切り、しめじは小房に分ける。⑤一晩水につけておいた栗は、鬼皮と渋皮をむいて半分に切る。⑥いんげんは、塩ゆでにして斜めに切る。⑦炊飯器に、米とだし汁、酒、味の母、醤油、塩で規定の分量にし、いんげん以外の材料を入れて、普通に炊く。炊き上がったら、いんげんを加えて蒸らし、全体を混ぜる。器に盛り、松葉に切った、薄焼き卵を、散らしてどうぞ。



岩手・無天塾

## 啄木米で、 秋を味わう

啄木米は、岩手・無天塾の六名が合鴨を利  
用して無農薬無化学肥料で栽培している有機  
栽培アキタコモチです。合鴨農法を始めたの  
が九十一年、二〇〇〇年には、岩手県第一号  
の有機JASを取得しました。石川啄木が愛  
した水と空気のきれいなふるさとで、丹精込  
めて育て上げた安全で美味しいお米です。  
啄木米セールのご案内です。  
啄木備蓄玄米もお買い得。美味  
しいごはんを食べて元気をチャ  
ー！夏疲れの体を休めてゆ  
ったり過ごしましょう。



### みやざき地頭鶏を使用

地鶏めしの素

宮崎の地鶏「みやざき地頭鶏」を使用し、国内産の  
ごぼう、たけのこ、人参、椎茸を使用しました。

原材料…野菜（ごぼう（国産）、たけのこ、人参、  
椎茸）、鶏肉、醤油、砂糖（てんさい糖）、鶏脂、清  
酒、発酵調味料、食塩

### 栗入りお赤飯の素

国産栗赤飯の素

国産の栗を無着色で甘露煮したものに、本醸造  
の白醤油や昆布だしなどを使用したこだわりのだ  
しと、北海道産小豆と九州黒米をブレンドした赤  
飯の具のセットです。



### ご飯の素・ご飯のお供

通常配送

■混ぜご飯の素		SPC	
3p	0846 地鶏めしの素 2合用	210g	519円
	0851 " ダブル	上記2p	1,006円
6p	0847 国産栗赤飯の素 2合用	140g	1,296円
4p	0721 とりごぼうご飯の素 2合用	170g	805円
■ふりかけ・佃煮・海苔			
4p	0704 海宝飯ふりかけ	28g	842円
2p	0712 島っこ生のり佃煮	90g	432円
5p	1807 おにぎり用焼き海苔/福岡 2ツ切10枚×3		1,080円

### ■岩手 無天塾

お米のセール

0401	有機玄米(啄木米)	2kg	1,611円	1,696円
0402	有機玄米(啄木米)	5kg	3,960円	4,169円
0403	有機胚芽米(啄木米)	2kg	1,672円	1,769円
0404	有機胚芽米(啄木米)	5kg	4,104円	4,329円
0405	有機白米(啄木米)	2kg	1,734円	1,825円
0406	有機白米(啄木米)	5kg	4,248円	4,471円
0422	備蓄有機玄米(啄木米) R4年産			
		5kg	2,873円	3,024円

### 配送曜日 月 火 水 木 金

注文書回収	9/9	9/10	9/11	9/12	9/13
商品配送	9/16	9/17	9/18	9/19	9/20
翌々週配送品	9/23	9/24	9/25	9/26	9/27

### 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

### ■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

### スマホ/タブレットでもご注文が可能になりました!!

お手持ちのスマホ/タブレットでもご注文して頂  
けるようになりました(従来通りパソコンからのご注  
文も可能です)。ベジタのホームページもしくは右の  
QRコードからアクセスしてください。



『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。



### ネバネバが人気

#### オクラ

塩で揉んでからさっとゆでるか、あるいは蒸してすぐ冷水で冷まし、グリーンの色鮮やかなうちに調味してお召し上がりください。鯉節と醤油であえるシンプルな味付けだけでも美味

### オクラの唐揚げ

オクラは3cm幅に切って、醤油・にんにくで下味をつけ、片栗粉をまぶして揚げる

**[2164] 菜種サラダ油 (丸缶) 800g 1642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。

<b>[0101] 野菜セット 1,080円 <del>1,210円</del></b>	野：表組に表示
さつま芋 紅東 700g	茨城・常総センター
キャベツ 1/2ヶ	群馬・清水明俊さん
小松菜 1束	茨城・旭農園
ニラ 1束	栃木・天谷幸男さん
オクラ 1p	沖縄・真南風

<b>[0102] 果物野菜セット 1,620円 <del>1,911円</del></b>	果：表組に表示
玉ねぎ 700g	北海道・田中正広さん
水菜 1束	茨城・旭農園
なす 400g	栃木・糸川米子さん
とうもろこし 1本	北海道・坂本孝さん
りんご あかね 1ヶ	青森・みちのく有機
梨 豊水 1ヶ	長野・燦燦ファーム

**[0103] 畑コラボセット 540円**  
 はちこらほ  
 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 811円 ~~853円~~**  
 玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
果 0105	玉ねぎ	700g	389
★ 産地変更	0106 " 徳用	1.4kg	746 <del>778</del>
北海道・田中正広さん/防除0			
産地変更	0107 じゃが芋	700g	356
0108 " 徳用	1.4kg	684 <del>713</del>	
北海道・渡部信一さん/防除0			
産地変更	0109 人参	500g	324
0110 " 徳用	1kg	616 <del>648</del>	
岩手・みちのく有機/有			
★ 野	0111 さつま芋 紅東	700g	346
★	0112 " 徳用	1.4kg	657 <del>691</del>
茨城・常総センター/防除0			
★	0113 長芋	300g	432
岩手・みちのく有機/有			

## 皮ごと食べるのがオススメ さつま芋

食物繊維が豊富で、また切り口から出るヤラピンが腸の働きを促し、食物繊維との相乗効果で便秘の改善に効果的です。



皮部には肉質部よりもカルシウムが多く含まれています。また、皮の紫色には抗酸化作用の高いアントシアニンが含まれています。よく洗って皮もどうぞ。

**紅東**  
 皮の色は少し紫がかった濃い赤色で、果肉の色が黄色く粉質で、繊維質が少なく、蒸したり焼くとホクホクとネットリの中間タイプ。



**焼き芋のコツ**  
 強火で焼かず、時間をかけてじっくりと焼く方が美味しくなります。

品番	品名	規格	価格(税込み)
	万能たまねぎだれ		
	醤油200cc、みりん100cc、酒大さじ2、コショウ少々と玉ねぎ300g・りんご半分、にんにく1片をミキサーに入れペースト状にし、鍋に移し、中火で沸騰させたら、そのまま冷まし、1日寝かせてできあがり。		
	千切り長芋ともずくのあえ物		
	塩ぬきしたもずくと、千切りの長芋をあえる。味付けは、白だしに醤油をたらして。		
<b>[2138]</b>	三河白だし	400ml	1242円

	サクサク食感をいかす		
	この時期の蓮根は、細長くて少し小さめ。柔らかくて、サクサクと歯切れがよいのが特徴。それをいかすなら、サッと加熱して和え物やサラダがおすすめです。		
<b>[2223]</b>	果実の恵みドレッシング	200ml	443円

★	0114 蓮根	500g	551
茨城・常総センター/防除0			
	0115 長ねぎ (むき)	300g	270
	0116 " ダブル	300g×2	513 <del>546</del>
栃木・島田晴夫さん/有			

3p



# 季節の変わりをお皿に盛って 天ぷら



**[0114] 蓮根 500g 551円**  
この時期は、シャキシャキが特徴。サイコロに切ってかき揚げにしても

**[0129] なす 400g 313円**  
隠し包丁を入れると、均一に熱が回って、なめらかな仕上がりに

**[0111] さつま芋 紅東 700g 346円**  
じっくり揚げることで甘みが増し、ホクホクに！



鳥天はいかが **5p**  
[1303] 冷凍播州百日鶏 ささみ 200g 972円



**酸化しにくいので 最後は炒め油で 使いきれ**  
[2163] 国産 なたねサラダ油 450g 972円  
香りが穏やか ドレッシングにも

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

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



**鮮やかな緑色とぬめり 独特の風味と 栄養価の高さが人気 つるむらさき**  
ほのかに苦味やえぐみがあり、独特の風味があります。加熱すると、より一層ぬめりが増し、風味もマイルドになります。



ごまあえ 風味の強いつるむらさきは、ごまをたっぷり効かせて香ばしく仕上げる



オイスターソース炒め 香り豊かな桜えびと、濃厚な旨みのオイスターソースで炒める [1820] 上乾さくらえび 20g 648円

★	野	0117	キャベツ	1/2ケ	248
		0118	"	1ケ	472 <del>497</del>
			群馬・清水明俊さん/防除4		
		*****	レタス		終了

★	野	0119	小松菜	1束	205
			茨城・旭農園/防除0 茨城・萩原ファーム/防除0		
★	野	0120	ニラ	1束	173
★	野	0121	" ダブル	2束	321 <del>346</del>
			栃木・天谷幸男さん/防除0		
	果	0122	水菜	1束	205
			茨城・旭農園/防除0		
		0123	ベビーみずな	1p	151
			茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
		0124	チンゲンサイ	1束	205
			茨城・旭農園/防除0		
産地変更		0125	つるむらさき	1束	238
★			茨城・齊藤昭江さん/防除0		
産地変更		0126	モロヘイヤ	1束	194
			茨城・萩原ファーム/防除0		



キャベツしゅうまい キャベツを細切りにして、塩をふってしんなりさせ、水気をしぼりって薄力粉をまぶす。しゅうまいの種をつつんで蒸す [1132] 冷凍健康豚 バラバラ挽肉 200g 697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	冷凍ただちや豆(枝豆)	200g	691



かぼちゃのサラダ 電子レンジで加熱し、フォークなどで粗くつぶす。粗熱がとれたら、スライス玉ねぎを混ぜ、マヨネーズ、塩・こしょうで味を調える。 [2215] 平飼い鶏の有精卵 マヨネーズ 290g 670円



小松菜と油揚げの煮びたし 油揚げから旨味が出るので、味付けはお醤油だけでも十分美味 油揚げ [0515] 2枚 238円 **2p** **SPOFF** [0555] ダブル 上記2p 456 ~~475~~円



ニラちぢみ 薄力粉100gと片栗粉50gに、卵水を加えて混ぜ合わせたら、刻んだニラ1束を加える。ごま油でカリッと焼いてどうぞ [2009] 片栗粉 200g 281円 **2p**

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



**唐辛子の辛さと葉の爽やかな香り**  
葉つき唐辛子  
ピリッとした辛さと爽やかな香りが特徴

炒め物やスープなど、様々な料理に大活躍します

ビタミンCも豊富で、美容と健康にも◎

	0127	きゅうり	300g (3本)	324
	0128	徳用	500g (4~6本)	508
		山形・おきたま自然農法研究会谷/防除8		
果	0129	なす	400g	313
	0130	ダブル	上記2p	595 <del>626</del>
		栃木・糸川米子さん/有		
産地変更	0131	ピーマン	150g	259
	0132	ダブル	150g×2	492 <del>518</del>
		岩手・伊藤義昭/防除0		
	0133	ハラペーニョ	70g	259
		茨城・ハーブスマン/s/防除0		
★	0134	葉つき唐辛子	10本	248
		茨城・ハーブスマン/s/防除0		
	****	万願寺唐辛子		終了
野	0135	オクラ	1p	238
産地変更	0136	ダブル	上記2p	418 <del>476</del>
		沖縄・真南風/防除0~4		
果	0137	とうもろこし	1本	410
	0138	ダブル	2本	788 <del>821</del>
		北海道・坂本孝さん/有		
	****	ちゃまめくん (枝豆)		終了

**徳用規格が登場**  
**バジル**

トマト料理などイタリア料理に欠かせないバジルは、さわやかで甘く、独特の芳香があるシソ科のハーブです。



**ジェノベーゼ**  
バジルの葉一つかみ、ウォールナッツ5g、にんにく1片、塩小さじ1/2、オリーブオイル100cc  
すべての材料をミキサーにかけるだけ。保存するときは、表面をオリーブオイルで覆うと色あせが防げます  
[2171] カルボネール 有機エクストラバージン オリーブオイル 458g 2327円  
[0927] ウォールナッツ(くるみ) 80g 886円

	0139	ベビーリーフ	50g	162
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
産地変更	0140	バジル	15g	194
	0141	徳用	50g	454
		栃木・糸川米子さん/有		
★	0142	ローズマリー	10g	281
		茨城・ハーブスマン/s/防除0		
産地変更	0143	大しょうが	100g	346
		高知・西村拓也さん/防除10		
	0144	にんにく	1ヶM	259
		岩手・みちのく有機/有		

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



**葉唐辛子味噌**

葉は粗みじん、青唐辛子は小口切りにして炒め、甘く味付けした味噌を入れ水分を飛ばす。

**ペペロンチーノ**

赤唐辛子と違った、すっきりした風味

	0202	菌床椎茸	100g	313
		群馬・月夜野きこの園/対象外		
	0203	えのき茸	100g	194
	0204	ダブル	100g×2	369 <del>389</del>
		長野・えのきボーヤ/対象外		
	0205	ブラウンえのき	100g	173
		長野・浦山さん/対象外		
	0206	しめじ(ヒラタケ)	100g	184
	0207	ダブル	100g×2	349 <del>367</del>
		茨城・チャイルドウッズ/対象外		
	0208	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		
	0209	エリンギ(白あわび茸)	100g	292
	0210	不揃い エリンギ	150g	248
		島根・北村きこの園/対象外		
	0211	なめこ	100g	173
		茨城・鈴木栄さん/対象外		
	0212	足つきなめこ	180g	238
		茨城・鈴木栄さん/対象外		
	0213	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		
	0214	生きくらげ	50g	259
		鹿児島・南国きこの苑/対象外		
	0215	まいたけ	100g	346
		北海道・渋田産業/対象外		
	0216	隔週サンゴヤマブシ茸	100g	270
		長野・久保産業/対象外		



**食感がフカヒレ！？**

旨みたっぷり  
フカヒレ風スープ  
鍋に湯を沸かし、ヤマブシタケを手で一口大にほぐしながら入れて2分ほど茹で、とりがらスープ・塩で味付け

	0217	健康緑豆もやし	250g	65
	0218	ダブル	250g×2	123 <del>130</del>
		栃木・上原園/対象外		
	0219	小大豆もやし	200g	91
	0220	ダブル	200g×2	172 <del>181</del>
		栃木・上原園/対象外		
	0221	ベビーラディッシュ(かいわれ)	1p	65
		栃木・上原園/対象外		

**時間のあるときパッと作る常備菜**

人参&桜えびのお豆腐そぼろ  
桜えびを炒め、香りがでたらすりおろしにんじんを加えさらに炒める。水を切った豆腐を崩しながら入れ、ポロポロにし、みりん・塩で味付け  
[0514] 木綿豆腐 350g 243円  
[0109] 人参 500g 324円



品番	品名	規格	価格(税込み)
0301	バナナ	700g	691
0302	ダブル	上記2p	1286 <del>1382</del>

ATJ (フィリピンネグロス) / 防除0

**純白の果肉**  
酸味が強く、煮崩れしにくい  
お菓子作りにも  
りんご あかね



親品種の「紅玉」によく似て、酸味が強く、煮ても煮崩れしにくいいため料理や加工用にも適しています。

**酸味が少ない甘口の品種**

りんご 津軽

ゴールデンデリシャスと紅玉の交配品種です。酸味が少ない甘口の食味と、ジューシーさが特徴の品種です。

**甘味と酸味のバランス**

りんご 未希(みき) ライフ

ほどよいかたさの果肉はみずみずしくてシャキっとした歯ごたえ。甘みと酸味のバランスが取れたしっかりとした味わいです。

★	果	0303	りんご あかね	1kg	1026
★		0304	" 徳用	3kg	2863 <del>3078</del>
			青森・みちのく有機/防除9		
★		0305	りんご 津軽	500g	378
		0306	" 徳用	1kg	718 <del>756</del>
		0307	" 徳用	2kg	1391 <del>1512</del>
			青森・新農業研究会/防除12		
★		0308	りんご 未希ライフ	1kg	756
		0309	" 徳用	2kg	1391 <del>1512</del>
			青森・新農業研究会/防除12		

**緻密な果肉と**  
マンゴーのような甘み  
桃 黄金桃

果肉が黄色い黄桃の仲間。香りがよく、甘味が強くてほどよい酸味もあり、濃厚な味わいです。また、果肉は緻密で果汁が多く、熟すととろけるような舌触りになります。



コンポートに

濃厚な甘さと香りをいかして、コンポートにすると、コクのある味わいが楽しめます。加熱しすぎると形が崩れてしまうため、短時間で加熱するのがポイントです。

★	今週限り	0311	桃 黄金桃	1ヶ	616
		0312	" 徳用	1kg	1539 <del>1620</del>
		0313	" 徳用	2kg	2975 <del>3002</del>
			山梨・堀河博和さん/防除13		

**青柚子**

初夏に流通する柚子で、冬季に出回る黄色い柚子の若い実です。黄色い熟した柚子に比べ、キリッとしたさわやかな酸味と香りが特徴です。



★		0310	青柚子	100g	270
			茨城・枝農場/防除0		

		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

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

**甘みが強く、ほどよい酸味**  
皮ごとどうぞ  
甲斐路

パリッ・サクッとした食感。果皮が薄いので、皮ごと食べられます。後味が爽やかな風味で、赤いマスカットと呼ばれることもあります。

皮ごと食べられる  
緑のぶどう  
シトロンネル

果粒は先尖りの美しい長楕円形。肉質はしまり、香りは少ないが、食味が良いのが特徴。糖度は高いのですが、甘さにクドさやベタッリ感はなくかなり爽やかな味わいです。



今週限り

パリパリと  
皮ごと食べられるぶどう  
シャインマスカット

マスカットの香りと高い糖度、そして何よりも皮ごと食べられるという特徴があります。

	*****	ぶどう 巨峰		終了	
★	初	0314	ぶどう シトロンネル	500g	972
		0315	" ダブル	1kg	1736 <del>1844</del>
			山梨・堀河博和さん/防除12		
★	初	0316	ぶどう 甲斐路	500g	832
		0317	" ダブル	1kg	1556 <del>1663</del>
			山梨・堀河博和さん/防除12		
★	今週限り	0318	ぶどう シャインマスカット	1房	1490
		0319	" ダブル	2房	2832 <del>2984</del>
			山梨・前嶋農園/防除5		

**赤梨と青梨。どちらがお好み？**  
梨

日本梨は、赤梨と青梨に大きく分けられます。



赤梨は皮の部分は赤色をしており、皮がザラザラとしています。青梨は皮の部分が緑色を帯びており、皮が赤梨と比べるとツルっとしていて全体的に丸い整った形をしています。

**赤梨 甘味の中にほどよい酸味**  
梨 豊水

350~400gほどになる大きめの赤梨で、幸水と並んで生産量が多い品種です。比較的日持ちがよく、果肉はやわらかで多汁です。

**青梨 甘みと酸味のバランス！**  
食感もすぐれもの！

梨 ゴールド20世紀

黄緑色から黄色で、黄金色に輝くことから「ゴールド」と名付けられました。甘みが強く、ジューシーな味わい。シャリシャリとした食感で、食べ応えがあります。

	*****	梨 幸水		終了	
	*****	梨 サザンスイート		終了	
果		0320	梨 豊水	750g2ヶ	648
★	初	0321	" 徳用	1.5kg4~5ヶ	1231 <del>1296</del>
		0322	" 徳用	3kg8~10ヶ	2411 <del>2592</del>
			長野・燦燦ファーム/防除10		
★	初	0323	梨 ゴールド20世紀	1kg	1188
		0324	" 徳用	2kg	2257 <del>2376</del>
			長野・燦燦ファーム/防除10		

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

### 低温保管していた玄米は ほとんど食味が落ちていません 備蓄米

昔の農家は、新米を保管し1年前のお米を食べる習慣がありました。  
令和4年秋に収穫して、低温倉庫で保管しているの、食味の劣化がほとんどありません

#### 防除0の備蓄さゆり米 再開です

若干確保できたので再開となりました  
さゆり米(令和4年) 福島・緑と太陽の会  
[0425] 備蓄玄米 5kg 3,150 ~~3,318~~円  
[0426] 備蓄白米 5kg 3,417 ~~3,596~~円  
コシヒカリ単一品種

きのこの炊き込みご飯  
好みのきのこをたっぷりどうぞ  
[0202] 菌床椎茸 100g 313円  
[0203] えのき茸 100g 194円  
[0206] しめじ(ヒラタケ) 100g 184円

### お米

#### ▽啄木米(あきたこまち)▽ 岩手・無天塾

0401	有機玄米	2kg	1611	<del>1696</del>	有
0402	"	5kg	3960	<del>4169</del>	有
0403	有機胚芽米	2kg	1672	<del>1760</del>	有
0404	"	5kg	4104	<del>4320</del>	有
0405	有機白米	2kg	1734	<del>1825</del>	有
0406	"	5kg	4248	<del>4471</del>	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	2873	<del>3024</del>	有
0423	備蓄玄米(さゆり米)	5kg	2462	<del>2592</del>	防除0
0424	備蓄白米(さゆり米)	5kg	2739	<del>2884</del>	防除0
0425	備蓄玄米(さゆり米)	5kg	3150	<del>3318</del>	防除0
0426	備蓄白米(さゆり米)	5kg	3417	<del>3596</del>	防除0

#### ▽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

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

#### ▽雑穀など▽

0434	有機古代米(白山紫黒)	300g	907
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

### レトルトおかゆ・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	<del>529</del>
0442	有機玄米小豆ごはん	160g	270	
0443	" 徳用	160g×4	1026	<del>1080</del>
0444	有機玄米ごはん	160g	259	
0445	" 徳用	160g×4	985	<del>1037</del>

### ぬか

#### 麴屋甚平・熟成ぬか床

[0455]	1kg	702円	4p
[0456]	容器入 1.2kg	972円	5p
[0457]	補充用 400g	400円	2p

#### SPOT [0458] 補充用ダブル

上記2パック 767 ~~800~~円

長野産米のぬかを使って麴化する事で旨味を引き出し、乳酸菌と酵母菌で発酵熟成させました

- 熟成ぬかをよくほぐす。固く漬けづらい場合は湯ざまし100cc(カップ1/2)位を足し、よくかき混ぜる。
- 野菜は綺麗に洗ってから漬け込み、野菜の出し入れ時に上下よくかき混ぜる。
- 4~5回漬けたら、好みにより塩を足す。
- 水がたまってゆるくなったらスポンジ等で吸い取り、補充用ぬかを足す。



[0109]	人参	500g	324円
[0129]	なす	400g	313円

[0127]	きゅうり	300g(3本)	324円
--------	------	----------	------

0455	麴屋甚平・熟成ぬか床	1kg	702	4p
0456	" 容器入	1.2kg	972	5p
0457	" 補充用	400g	400	2p
2227	麴屋甚平・浅漬の素	500ml	497	

### 卵

0501	平飼有精卵	10ヶ	610	
0502	" ダブル	上記2p	1159 <del>1220</del>	
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	389	2p
0505	" ダブル	上記2p	741 <del>772</del>	
0506	味付けうずらの玉子	10ヶ	448	

### 豆腐・揚げ

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)

**油揚げ餃子**  
ひき肉に長ねぎのみじん切り・おろししょうがを入れて練り、油揚げに詰め、両面をこんがり焼く。



**油揚げ**  
[0515] 2枚 238円 2p  
**SPOFF** [0555] **ダブル**  
上記2p 456 ~~475~~円  
[1304] 冷凍播州百日鶏  
挽肉 200g 878円  
[0115] 長ねぎ(むぎ)  
300g 270円  
[0143] 大しょうが  
100g 346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
<b>2p</b>	<b>0515 油揚げ</b>	<b>2枚</b>	<b>238</b>
	0516 すし揚げ	2枚	238
	0517 〃	4枚	475
	0518 小揚げ	35g×6	259
	0519 厚揚げ	200g	259
	0520 絹厚揚げ	250g	270
	0521 がんもどき	130g	265
	0522 小がんもどき	35g×3	265

▽埼玉 島田食品▽

0523	国産有機木綿豆腐	330g	248
0524	国産有機固木綿豆腐	330g	275
0525	国産有機ミニ木綿豆腐	150g	189
0526	国産有機絹豆腐	330g	248
0527	国産有機ミニ絹豆腐(充填)	150g	184
0528	国産有機よせ豆腐	200g	184

▽東京 丸和食品▽

0529	押し豆腐	220g	297
0530	生オカラ	200g	205
0531	五目厚揚げ	100g×2	329
0532	えび入り京がんも	5ヶ	292
0533	京がんも	7ヶ	351
0534	ひじき入り京がんも	7ヶ	346
0535	青豆入り貝だくさんがんも	2枚	346
0536	えび入り貝だくさんがんも	2枚	486
0537	ねぎ入り貝だくさんがんも	2枚	464
0538	味付いなりあげ	6枚	324
0539	味付桜えび入京がんも	10ヶ	367
0540	味付けうの花	150g	340
<b>2p</b>	<b>0541 白和え</b>	<b>150g</b>	<b>281</b>



**お豆腐屋さんが作った白和え**  
[0541] 白和え 150g 281円  
国産大豆を使ったとうふを使用。練り白ごまで、あっさりとした味わいにこくをプラスしました  
大豆、こんにゃく、砂糖、にんじん、しょうゆ、発酵調味料、有機白ごまペースト、なたね油、干しいたけ、天日塩、にがり

品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

**納豆** **ひきわり** **ひきわり 青森産** 1p  
[0551] 40g×2 184円  
**SPOFF** [0556] 上記2セット **353** ~~367~~円  
青森県産大豆100%。自社焙煎、挽きたての新鮮大豆で製造。  
**納豆そば** [2139] 日東の 4p  
そばつゆストレート 400ml 767円

▽登喜和食品▽

0542	北海道100 登喜和カップ3	30g×3	319
0543	十勝の息吹 小粒カップ3	30g×3	308
0544	遊作(経木/小粒)	80g	373
0545	産直納豆 小粒カップ2	30g×2	205
0546	産直納豆 大粒カップ2	30g×2	205
0547	産直納豆 ひきわりカップ2	30g×2	211
隔週	0548 丸大豆テンペ	100g	356

▽ひげた食品▽

0549	安曇野 藻塩 長野産大豆	45g×2	184
0550	実花 茨城産小粒	45g×2	184
0551	<b>ひきわり 青森産</b>	<b>40g×2</b>	<b>184</b> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">1p</span>
0552	大粒 北海道産	45g×2	184
0553	国産そばろ納豆	100g	292

**漬け物**

**昔ながらの歯ごたえと懐かしい味わい**

天日干した国産特別栽培の大根を漬け込み、じっくり氷温熟成させました

[0601] **たくあん漬**

カット1本 486円 3p



0601	<b>ヤマキ</b> <b>たくあん漬</b>	<b>カット1本</b>	<b>486</b> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">3p</span>
0602	らっきょう田舎漬	100g	524

▽東明▽

0603	浅漬けかつお大根漬	150g	394
0604	浅漬け昆布大根漬	150g	394
0605	こぶ仕込み大根	250g	659
0606	かつお仕込み大根	250g	659
0607	<b>ゆず大根</b>	<b>150g</b>	<b>394</b> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">2p</span>
0608	白菜漬	250g	378
0609	浅漬け紅かぶら漬	150g	394
0610	柚子白菜漬	250g	378
0611	刻みすぐき	120g	394
0612	刻みみぶ菜	150g	394
0613	きゅうりのふる里漬	90g	421
0614	<b>マイルドしば漬</b>	<b>90g</b>	<b>421</b> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">2p</span>
0615	白菜キムチ	200g	373
0616	<b>キャベツ浅漬</b>	<b>200g</b>	<b>394</b> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">2p</span>
0617	きゅうりの浅漬	180g	394
0618	<b>水なす漬</b>	<b>120g</b>	<b>437</b> <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">3p</span>

**梅干し**

0619	有機南高梅	180g	994
0620	有機梅干	180g	918
0621	紅玉梅干林州	120g	724
0622	有機小梅	100g	864
0623	有機ねり梅	100g	670



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)	40g	324
	0702	有機梅フレーク	40g	734
3p	0703	<b>有機しそフレーク</b>	<b>30g</b>	<b>540</b>
4p	0704	<b>海宝飯ふりかけ</b>	<b>28g</b>	<b>842</b>
	0705	かつおふりかけ	28g	367
	0706	えびふりかけ	50g	616
	0707	味のりふりかけ	50g	524
	0708	味付おかず海苔	8ッ切20枚入×3	578
	0709	練 しらす干し	100g	794
	0710	しらすちりめん	70g	967
	0711	鮭フレーク	90g	810

### ▽佃煮類▽

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

### ▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

3p	0723	練 <b>五目寿司の素(2合用)</b>	<b>200g</b>	<b>589</b>
3p 隔週	0724	<b>国産きのご飯の素</b>	<b>170g</b>	<b>518</b>
	0725	練 中華丼の具	180g×2	616
	0726	練 鮪のづけ丼	150g	697

### ▽スープ▽

	0801	<b>ワカメ汁</b> わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	<b>ワカメ汁</b> 赤だし味噌汁	9g×6	383

### ▽中華惣菜・他▽

	0803	徳用北京餃子	270g	599
	0804	練 点心えびしゅうまい	27g×7	535

## 興農ファーム

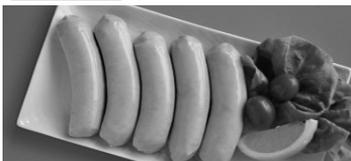
翌々調配送品 (9/23~9/27)

北海道

**牛や豚を育てて終りではなく**

興農ファーム

**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] 冷凍バクバク  
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	冷凍 大きな豆腐肉団子	340g	589
	0806	冷凍 ふんわり豆腐ハンバーグ	90g×3	589 3p
	0807	冷凍 ごぼうとひじきの豆腐団子	18g×8	497 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	タイ・マッサマンカレー	170g	540
	0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432
	0813	<b>ベジタリアンのための野菜カレー</b>	<b>200g</b>	<b>400 2p</b>
	0814	<b>ベジタリアンのための豆カレー</b>	<b>200g</b>	<b>400 2p</b>
	0815	<b>ベジタリアンのための根菜カレー</b>	<b>200g</b>	<b>400 2p</b>
	0816	チキンカレー辛口	180g	561
	0817	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	561
	0818	AUGA・0Gトマトスープ	400g	600
	0819	AUGA・0Gマッシュルームスープ	400g	600
	0820	AUGA・0Gミネストローネ	400g	600
	0821	<b>AUGA・0Gコーンスープ</b>	<b>400g</b>	<b>600 3p</b>
	0822	<b>有機玄米ポタージュ・かぼちゃ</b>	<b>135g</b>	<b>356 2p</b>
	0823	有機玄米ポタージュ・にんじん	135g	356
	0824	有機玄米ポタージュ・ごぼう	135g	356
	0825	有機玄米ポタージュ・さつまいも	135g	356
	0826	<b>有機玄米ポタージュ・あずき</b>	<b>135g</b>	<b>356 2p</b>
	0847	国産栗赤飯の素	140g	1296 6p

### ▽興農デリカ▽

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

## 興農ファーム

翌々調配送品 (9/23~9/27)

**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

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、肉にととても良く合います。

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

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



朝食やおやつに！  
砂糖要らずのスムージー  
完熟したバナナを冷凍しておけば、  
いつでも手軽に楽しめます  
ATJのおすすめレシピ

**バランスバナナのスムージー**

作り方(グラス2杯分)

…①バナナ2本は皮をむき、ラッ

プに包んで冷凍しておく。②凍らせたバナナ

を適当な大きさに切り、牛乳160ccと一

緒にミキサーにかける。



[0301] バナナ 700g 691円

※ビン容器を回収します。  
きれいに洗って返却して下さい。

**乳製品**

▽牛乳・乳飲料▽

3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C 1000ml	434
	0949	ダブル 上記2p	842 <del>868</del>
2p	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C 500ml	253
	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C (ピン)	200ml 185
	0904	パスタライズドコーヒー (ピン)	200ml 190

**生乳と乳酸菌だけで作られる本物のヨーグルト  
東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト**



良質な生乳に乳酸菌(ブルガリア菌等)だけを  
添加、加温して作り上げたヨーグルトです。ゼラ  
チンや添加物は一切加えられてません。

普通ヨーグルト類は、多数の添加物が表示され  
ているものが多く、プレーンなものにも粉乳は使  
われています。生乳100%ですのでもろやかな自  
然の味が楽しめます。

原材料…生乳100%

▽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
	0950	ダブル 上記2p	612 <del>638</del>
	0906	ドリンクヨーグルト	200g 205
	0907	東毛酪農のカマンベールチーズ	100g 648
	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 443

**豆乳グルト**

翌々調配送品 (9/23~9/27)

5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	346
5316	ダブル	上記2p	670 <del>697</del>



**セミハードナチュラルチーズ  
よつ葉 ゴーダチーズ**

生乳本来の味わいを生かした、セミハードタイプ  
のマイルドなナチュラルチーズです。芳醇な香りと  
うまみ、まろやかな口当たりが特徴で、そのまま召  
し上がるもよし、お料理にもよしの万能タイプ。さ  
まざまな食材と相性がよく、サラダやオードブルに  
添えたり、粗く刻んでパスタやリゾットに加えたり  
と工夫次第でアレンジが広がる使い方自由なブロックタイプ。

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▽

	0911	CHEDDARチーズ	100g 421
	0912	シュレットチーズ	250g 756
2p	0913	ゴーダチーズ	100g 432
	0914	カマンベールチーズ	90g 567

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

**果実分75% 糖度50度**

**国産いちごのジャム**

国内産のジャムに適したいちごを使用し甘さ控えめに  
仕上げています。レモン果汁は海外産有機レモン果  
汁のストレート果汁を使用しました。砂糖は北海道産  
のてん菜使用のビートグラニュー糖、水飴は国内産原  
料の麦芽水飴を使用しています。



ペクチン不使用・糖度控えめのため、フルーツソースに近い粘度の  
ジャムになっています。

原材料…いちご(国産)、糖類(砂糖、水あめ)、レモン果汁

**ジャム・蜂蜜類**

	0915	国産いちごのジャム	200g	702	4p
	0916	ブルーベリージャム	140g	756	
	0917	リックさんのメープルシロップ	330g	1,490	
	0918	有機アガベ・シロップゴールド	330g	648	
	0919	ネパールヒマラヤ山麓はちみつ	300g	1,944	
	0920	中平農園の百花蜂蜜	600g	4,385	

**ノヴァ ドライクランベリー**

濃い赤色と甘酸っぱい風味が特徴の有機ドライ  
クランベリー。本来の酸味を引き立たせるため、  
有機砂糖でわずかに甘みを加えています。

原材料…有機ドライクランベリー(米国)、有  
機砂糖、有機サンフラワーオイル



**ノヴァ ドライブルーベリー**

酸味と甘味のバランスが良い、野生種の小粒な  
ブルーベリー。8月から9月に熟した野生のブルー  
ベリーを摘み取り、有機砂糖と有機ひまわり油で  
加工しました。

原材料…有機ドライブルーベリー(米国)、有  
機砂糖、有機サンフラワーオイル

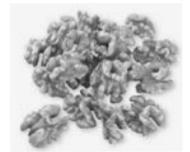


**ノヴァ ウォールナッツ(くるみ)**

粒が大きく、甘みが多く、渋みの少ない品種を限  
定入荷。漂白剤・殺虫剤等の添加物を一切使って  
いない。オーガニック認定商品。

ビタミン、ミネラル、良質の必須脂肪酸など、現  
代人に不足しがちな栄養素をバランスよく含んで  
いるのも特徴。

原材料…有機ウォールナッツ(アメリカ産)



**ドライフルーツ・ナッツ**

	0921	レーズン	120g	497	
	0922	ブルーン(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	3p
	0926	ドライブルーベリー	60g	1,026	5p
	0927	ウォールナッツ(くるみ)	80g	886	5p
	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	

**オーガニックコーンフレーク**

アルゼンチン産有機栽培トウモロコシを  
使用しています。



**シリアル**

	0941	OG コーンフレークプレーン	150g	540	3p
	0942	OG コーンフレークフロスト	150g	551	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><b>[1069] あんこデニッシュ</b> 2ヶ <b>599円</b></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>卵・牛乳・油脂を含まない シンプルなドックパンです。</p>  <p><b>[1081] ドックパン</b> 4ヶ <b>545円</b></p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、天然酵母、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><b>[1065] くるみのプチパン</b> 4ヶ <b>583円</b></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><b>[1076] ドライマトとバジルの セミハードロール</b> 5ヶ <b>594円</b></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><b>[1073] パン・ド・コンブレ</b> 250g <b>707円</b></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><b>[1077] バターロール</b> 5ヶ <b>616円</b></p> <p>原材料…小麦粉(国産)、バター、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>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。</p>  <p><b>[1067] ベーグル(プレーン)</b> 約70g×3 <b>621円</b></p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>玉ねぎの香ばしい 風味がふんわり！</p>  <p><b>[1085] オニオンロール</b> 3ヶ <b>551円</b></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><b>[1061] テーブルロール</b> 5ヶ <b>599円</b></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><b>[1063] ごまコッペ</b> 1ヶ <b>427円</b></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><b>[1054] 胚芽食パン6枚スライス 6枚切り</b> <b>556円</b></p> <p>原材料…小麦粉(国産)、小麦胚芽ふすま、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>6ふ16雑 枚ん種穀 だん類食 にスライパン イースト物 を使用し ました。</p>  <p><b>[1055] 国産16穀食パン6枚</b> <b>578円</b></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
	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-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
	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	4p
1074	パン・オ・ショコラ	糖・バ	1ヶ	616	

▽おへそ▽

1091	冷凍 ピザクラスト	2枚18cm	680
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 牧場のピッツァ・マルゲリータ	18cm	910
------	-------------------	------	-----

### ザクセンの有機認証のパン

ザクセン  
有機パン(6枚スライス)  
有機JAS認証を受けた海外産の有機小麦粉、  
天然酵母を使用し、有機レーズンを練り込んで  
焼き上げたぶどう食パンです。  
原材料…有機小麦粉、有機レーズン、有機砂糖、  
天然酵母、食塩、(一部に小麦を含む)



**[1078] 有機ぶどう食パン(6枚スライス)**  
6枚切り **675円** **4p**

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



お酒のおつまみにもおすすめ！  
**きのこチーズの肉巻きソテー**

作り方(2人分) …①エリンギ1本は、縦6本ずつに切る。チーズは6本の棒状にする。②豚薄切り肉6枚は、広げてエリンギとチーズをのせて巻き、片栗粉を薄くまぶす。③フライパンに油

を熱し、②の巻き終わりを下にして並べ、弱火～中火で転がしながら焼き色をつける。④全体に火が通ったら、(醤油、酒、みりん各大さじ1、砂糖小さじ1)を加えてからめる。

2p [0913] ゴーダチーズ 100g 432円

冷凍 健康豚 モモスライス  
赤身主体のヘルシーなモモ肉、あっさりした味わいです。薄くスライスしました。



ねばねば野菜とお肉との組み合わせはおすすめ組み合わせ。お酢を合わせたら最強!!元気な体を作ります。

**豚しゃぶしゃぶ肉とねばねば野菜の酢味噌和え**

準備…豚しゃぶしゃぶ200g(さつと茹でて常温で冷ます)。つるむらさき1束(さつとゆで、食べやすい長さに切る)。きゅうり1本(薄くスライス)。わかめ30g(戻して食べやすい大きさに切る)。

作り方(4人分) …①あたり鉢に(味噌大さじ3 砂糖大さじ1と1/2 生姜絞り汁大さじ1と1/2)を入れてあたり、滑らかになったら酢大さじ1と1/2を入れ、全体を溶かす要領で静かに混ぜ合わせる。②①に準備した材料を入れ、味が均一になる様に混ぜ合わせる。③小鉢に天盛りにし上に針生姜を飾り、冷たくしてお召し上がりください。

※長芋、オクラ、モロヘイヤなど、ねばねば野菜は何でも美味しくできます。

健康豚 ロースしゃぶ用  
健康豚 モモしゃぶ用

しゃぶしゃぶ用に薄切りにスライスしました。しゃぶしゃぶやお鍋、肉巻き、煮物などにもご利用ください。



**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	冷凍	放牧豚	バラスライス	200g	781
2.5mm厚。さらっとしていて甘みのある脂と赤身の旨み特徴のバラ肉です。					
4p	1102	冷凍	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0に。					
	1103	冷凍	放牧豚	挽肉(バラ凍結)	250g 751
赤身部位を中心にパラパラミンチにしました。使いやすいチャック袋仕様です。					
	1104	冷凍	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のももど飼育し、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
5p	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	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	冷凍	健康豚	パラパラ挽肉	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。					

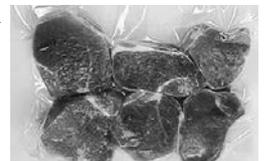


柔らかいヒレ肉のポークソテーはお子さんやシニアの方にもおすすめです。マッシュルームのソテーをのせてどうぞ

**豚ヒレのソテー**

作り方…①豚ヒレ肉200は、2cm厚さに切る。ラップで挟んで麺棒で叩き、5mmの厚さに伸ばして、両面に塩、こしょうを振る。②フライパンにオリーブオイルを入れて火にかけ、豚ヒレ肉の両面を焼き、皿に盛りつける。③マッシュルームを4等分に切り、にんにくはみじん切りにする。フライパンににんにくとオリーブオイルを入れて火にかけ、マッシュルームを加える。塩を振って炒め、しんなりしたら醤油とバター、レモン汁を加えて混ぜ合わせる。④②上に③のソースをかける。

冷凍 興農豚 興農豚ヒレ一口カツ用  
稀少なヒレ肉をヒレカツに丁度良いサイズにカットしてパックしました。



翌々調配送品 (9/23~9/27)

▽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	冷凍	興農豚	ロースしょうが焼	200g	1,031
5852	冷凍	〃	ロースしゃぶしゃぶ用	200g	1,129
5853	冷凍	〃	バラスライス	200g	934
5854	冷凍	〃	ローストンカツ用	200g	1,112
5855	冷凍	〃	ヒレ一口カツ用	200g	1,134
5856	冷凍	〃	ヒレブロック	300g	1,512
5857	冷凍	〃	バラブロック	500g	1,901
5858	冷凍	〃	挽肉	250g	891
5859	冷凍	〃	徳用豚挽肉	400g	1,355

**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)
------	----	----	----	---------



やわらかむね肉と秋の味覚きのこ  
好みて卵をとじてもまるやか  
貝たくさんで召し上がれ

**むね肉ときのこの治部煮**

作り方…①むね肉1枚は一口大にそぎ切りにして片栗粉をまぶす。②長ネギは笹切り、椎茸は千切り、しめじ、えのき(他お好みのきのこ)を手でほぐす。③鍋に出し汁(又は水)400cc、みりん100cc、醤油50ccを沸かす。④沸かした③に①、②を入れて、むね肉に火が通ったら器に盛る。(割りほぐした卵を入れても美味しい)⑤器に盛り、青ネギの小口切りをのせて、お好みでわさびを添える。

5p [2118] 海の精・吟醸純生しょうゆ 360ml 896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。ピタカ、唐揚げ、ソテーなど。



身体に嬉しいほろ苦さ…  
ゆったりと召し上がって頂きたいお寿司です。

**夏の思い出ちらし寿司**

準備…鶏ささみ200gは、薄くそぎ切り。ゴーヤは、スプーンでワタを丁寧にごそげとり1mm位のスライス。さっと茹で冷水に晒し、固く絞って水気を取る。みょうが50gは、細い千切り。オクラは、さっと茹で冷まし1mm位のスライス。枝豆100gは、鞘ごと茹でてからさやを外す。紅生姜30gは、お好みで量を増減。卵2個は、砂糖小さじ2、塩少々を入れて、薄焼き卵にし、錦糸卵を作る。

作り方(4人分)…①鍋に(水150cc、酒50cc、和風だしの素小さじ1と1/2)を煮立て、鶏ささみを入れる。弱火にし、浮き上がったから、10秒数えて取り出し、常温で冷まし、手で裂く。②煮汁を半分量迄煮詰め、布巾でこしてから鶏肉を漬け込み、上から醤油大さじ1をかけまわし混ぜ合わせる。③寿司飯をご飯4人分作り、卵を除く具を全部入れてよく混ぜ、最後に錦糸卵を飾る。

3p [2152] 有機純米酢 老梅 小 500ml 497円

**冷凍 播州百日鶏 ささみ**

鶏肉の中でもっとも脂肪が少なく、高たんぱく、低カロリー。肉質は柔らかく、あっさりとした味わい。



**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 平飼飼育  
【飼育密度】一坪(3.3m)にだいたい20~27羽で飼育  
【休薬期間】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
5p	1303 冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
	1304 冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
	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

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

**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。

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



※興農ファームのハムとベーコンは31頁に移動しました。

**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
SPOT	1404	" ダブル 上記2p	796 <del>820</del>



牛肉のコクとトマトのさわやかな酸味で、本格的な味わいが楽しめます。

**フレッシュトマトのハッシュドビーフ**

作り方…①トマト2コは皮を湯むきして6~8等分のくし形に切り、横半分に切る。②玉ねぎ1/2コは薄切り、エリンギ2本は7~8mm厚さの輪切りにする。

③鍋にバター大さじ2を溶かし、んにく(みじん切り)1/2かけ分、玉ねぎを入れて中火で炒める。玉ねぎがしんなりしたら、牛肉120gを加えて炒める。肉の色が変わったら、エリンギを加えて炒め合わせ、砂糖小さじ1、塩小さじ1/5、こしょう少々を加える。④小麦粉大さじ1をふり入れ、粉っぽさがなくなるまで1~2分間炒める。(赤ワイン大さじ1、スープの素1コを湯カップ3/4で溶く、トマトケチャップ大さじ2、醤油大さじ1、ローリエ1枚)を加え、煮立ったら弱火にして5分間煮る。①のトマトを加え、時々かき混ぜながら7~8分間煮る。

**冷凍 興農牛切り落とし**

興農牛のウデ、モモ、バラの切り落とし肉です。野菜炒め、牛丼などの炒め物や肉じゃが、カレーなどの煮込み料理に。



翌々調配送品 (9/23~9/27)

▽北海道 興農ファーム▽

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。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。

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	200g×2	2,840	
5807	冷凍 興農牛ヒレステーキ用	200g(2~3枚)	2,662	
5808	冷凍 興農牛カレー・シチュー用	200g	1,156	
5809	冷凍 興農牛スジ	200g	680	
5810	冷凍 興農牛ミックスホルモン	300g	1,123	
5811	冷凍 興農牛牛・豚合挽き	250g	1,026	
5813	〃 徳用	400g	1,463	
5814	冷凍 興農牛挽肉	250g	1,145	
5815	〃	400g	1,717	

**きゅうりやチーズを詰めておつまみに**  
小竹輪

北海道産スケトウダラの無リン・全糖すり身を練り上げ、国産調味料で味を調えた小竹輪です。

原材料…すけそうたらすり身（北海道北東沖）、馬鈴薯澱粉、再製塩、醗酵調味料、洗双糖、鰹だし



**高橋徳治人気No.1**

**高橋徳治商店 冷凍 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。

解凍後にそのままご利用頂きますが、炒めても、汁物やおでん、煮物でも様々な料理シーンにご利用頂けます。

原材料…魚肉（タラ（国産））、豆腐（大豆（遺伝子組み換えでない））、米油、でん粉（ばれいしょ（遺伝子組み換えでない））、砂糖、発酵調味料、カツオエキス



**煮物、おつまみ、お弁当に**  
うずら卵天

うずらの卵を包んで揚げました。プリプリの食感とうずら卵のおいしさを楽しめます。

原材料…すけそうたらすり身（北海道北東沖）、うずら卵（愛知）、醗酵調味料、鰹だし、馬鈴薯澱粉、洗双糖、自然塩、菜種油



**高橋徳治人気No.2**

**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を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、カツオエキス、清酒、食塩、揚げ油（米油）



**ごぼう巻き**

国産のごぼうを使用し、練り物で巻いた商品です。ごぼうの食感と練り物との相性は抜群です。

原材料…すけそうたらすり身（主として北海道近海）、ごぼう（国内産）、馬鈴薯澱粉、洗双糖、食塩、醗酵調味料、鰹だし



**高橋徳治商店 冷凍 ごろごろ茶豆ちぎり揚げ**

北海道産無リンタラすり身と減農薬の国産茶豆を60%以上配合して練り合わせた、ちぎり揚げです。



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

**練り物**

▽静岡 南伊豆水産				
	1501	白かまぼこ (うろこちゃん) 卵	150g	686
3p	1502	小竹輪	30g×5	540
	1503	" ダブル	上記2p	1,048 <del>1,080</del>
	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
3p	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	
	1512	ごぼう巻き	5本	562	3p
	1513	まぐろもろこし	100g	551	
▽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	
	1516	練 さつま揚げ	190g5枚	508	3p
	1517	冷凍 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540	
終売	****	冷凍 笹かまぼこ	115g (23g×5)	470	
在庫限り	1519	練 ごろごろ茶豆ちぎり揚げ	100g	470	3p

雪むろじゃがいも使用。魚沼の甘味のある脂身が特徴の豚肉を使っています。



**冷凍 雪室熟成じゃがいもコロケポーク**  
原材料…じゃがいも（国産）、パン粉、なたね油、豚肉（国産）、小麦粉、醤油、砂糖、料理酒、塩、ごま油、七味唐辛子

魚沼産豚肉キャベツメンチカツ キャベツをザク切りにして食感を強調しました。



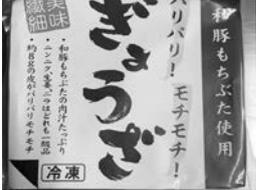
**冷凍 レンジでざく切りキャベツメンチ**  
原材料…パン粉、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、なたね油、小麦粉、卵、牛乳、食塩、片栗粉、ブラックペッパー、ナツメグ

里芋と蓮根の異なる食感が楽しめるミニコロケ。



**冷凍 レンジで里いもレンコンコロケ**  
原材料…里芋、パン粉、なたね油、レンコン、ミックス粉（小麦粉、加工米粉）、豚肉、醤油、砂糖、料理酒、食塩、ごま油、七味唐辛子

和豚もち豚、青森産にんにく等、厳選素材を使って作った餃子



**練 餃子**  
原材料…野菜（キャベツ、ニラ、ニンニク、しょうが）、豚肉、豚油、でん粉、香味植物油、食塩、砂糖、ごま油、醤油、皮（小麦粉、もち米でん粉、食塩、（一部に大豆を含む））/酒糟

**新潟 まきば**

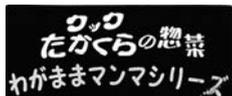
**まきば**

**まきばの「とこトンシリーズ」**  
国産豚肉を使用した、すべて手づくりのお惣菜。  
素材ひとつひとつに手間をかけてとこトン追求した手づくりの味。

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

	1566	冷凍 ポーク	70g×4	626	3p
▽とこトン惣菜					
	1567	冷凍 レンジでざく切りキャベツメンチ	70g×4	702	4p
	1568	冷凍 レンジで里いもレンコンコロケ	21g×8	551	3p
	1569	冷凍 餃子	25g×10	551	3p

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 クックたかから  
創業30年、創業からずっと手作りの惣菜。

## クックたかから

▽惣菜▽				
3p	1521	冷凍	チキンカツ	2枚入り 578
	1522	"	ダブル	上記2p 1,109 <del>1,166</del>
3p	1525	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g 583
	1526	"	ダブル	上記2p 1,120 <del>1,166</del>
3p	1527	冷凍	小松菜ごま和え	120g 572
	1528	"	ダブル	上記2p 1,098 <del>1,145</del>
4p	1529	冷凍	ササミのチーズフライ	170g 788
	1530	"	ダブル	上記2p 1,514 <del>1,576</del>
4p	1535	冷凍	中華丼の素	200g 756
	1536	"	ダブル	上記2p 1,452 <del>1,514</del>
6p	1539	冷凍	パクパク餃子	30個 1,253
	1540	"	ダブル	上記2p 2,405 <del>2,506</del>
▽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。クックたかからは、大豆たんぱくにつわる代替肉(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ッケ	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	グッドミーのベジタブル中華丼	180g 718
3p	1558	冷凍	車麩のフライ	5個入り 616

**自然解凍**

クックたかからの手作りおはぎもち米、米、小豆は有機栽培または農薬化肥不使用

[1523] 凍 おはぎ 3個 621円

[1524] " ダブル 上記2p 1,192 ~~1,242~~

原材料…もち米、米、小豆、洗双糖、塩

**電子レンジ**

鶏の胸肉をふんわり揚げて、甘酢とゴマで煮込みました。

[1533] 凍 鶏肉の甘酢ごま煮 150g 583円

[1534] " ダブル 上記2p 1,120 ~~1,166~~

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

**電子レンジ**

自然解凍して温めるだけで食卓には勿論お弁当にも最適!

[1537] 凍 からあげ 130g 745円

[1538] " ダブル 上記2p 1,431 ~~1,499~~

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

**電子レンジ**

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

[1531] 凍 すき焼き風コロッケ 150g 594円

[1532] " ダブル 上記2p 1,140 ~~1,188~~

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

甘みと酸味のバランスが程よくパスタやパンとの相性は抜群 使い勝手が良いソース

**電子レンジ**

Good to me

[1555] 凍 グッドミーのベジタブルミートソース 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、根しよが、にんにく、味の母

植物素材のおいしい惣菜 大豆ミートの酢豚風おかず

**電子レンジ**

Good to me

[1556] 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、根生姜、サラダ油、塩、胡椒

えび、いか、たら、昆布で、海鮮風味豊かに仕上げました

**電子レンジ**

[1585] 凍 海鮮餃子 12ヶ 583円

原材料…具【野菜(国産(長ねぎ、人参、椎茸、生姜)、えび(ベトナム、インドネシア)、魚肉すり身(たら(国産)、砂糖)、いか(ペルー、チリ))、豚脂(国産)、清酒、砂糖、食塩、昆布)、皮【小麦粉(小麦(国産)、食塩)、打ち粉【馬鈴薯でん粉】

小粒ながらもジューシー仕上げ! 国産小麦粉で風味豊かなパリパリの皮です

**電子レンジ**

[1586] 凍 ひとくち餃子 20ヶ 551円

原材料…皮【小麦粉(小麦(国産))、食塩】、具【野菜(国産(白菜、キャベツ、玉ねぎ、にんにく、生姜))、食肉(国産(豚肉、鶏肉))、豚脂(国産)、醤油(大豆・小麦を含む)、馬鈴薯でん粉、ごま油、砂糖、食塩、清酒、こしょう)、打ち粉【馬鈴薯でん粉】

具材の約42%が豚肉、エビを約5%配合し、風味と食感にこだわった肉焼売

**電子レンジ**

[1587] 凍 肉焼売 8ヶ 670円

原材料…具【豚肉(国産)、野菜(国産(玉ねぎ、長ねぎ、生姜))、つなぎ(鶏卵、馬鈴薯でん粉)、えび(ベトナム、インドネシア)、豚脂(国産)、砂糖、食塩、醤油(大豆・小麦を含む)、こしょう)、皮【小麦粉(小麦(国産))、食塩】

海老といか、国産野菜をワンタンの皮で包みました 凍ったまま入れて茹でるだけ

**電子レンジ**

[1588] 凍 海老ワンタン 15ヶ 535円

原材料…皮【小麦粉(小麦(国産))、でん粉、菜種油、食塩】、具【魚肉(えび(インドネシア)、いか(ペルー、チリ))、野菜(国産(玉ねぎ、長ねぎ、生姜))、鶏肉(国産)、豚脂(国産)、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、ごま油、えびエキス、小えび粉末、チキンエキス、こしょう)、打ち粉【馬鈴薯でん粉】/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作っています。

▽口福広場▽				
1581	冷凍	豚まん	4ヶ	1,037
1582	冷凍	海老にらまんじゅう	6ヶ	637
1583	冷凍	肉餃子	12ヶ	572
1584	冷凍	野菜たっぷり餃子	12ヶ	378
1589	冷凍	海鮮えび焼売	8ヶ	697

## 杏掛冷食

### 春巻とグラタンを手作りで製造 杏掛冷食



1570	冷凍	有機プロッコ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にしています。

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

人気のシメサバが  
ついに再開です!

[1616] 冷凍特上シメサバ

1枚 702円

茨城産の新鮮で脂ののった真サバを使用し、調味料は米酢・食塩のみ使用で無添加にこだわり、しめさばの美味しさを追求した逸品。



シメサバのごま香味あえ  
レモン果汁+醤油で。ラー油  
とごまをかけてどうぞ

[2168] 最高級ラー油  
45g 616円

[2159] 有機レモン  
100%しぼりたて  
180ml 562円



シメサバのごま丼  
シメサバ・わかめをご飯に  
のせて、上からすりごまとっ  
ぷりのだしつゆをかける。

[2139] 日東の  
そばつゆストレート  
400ml 767円



野菜たっぷりマリネ  
シメサバの旨みで、野菜をおい  
しくいただきます

[0105] 玉ねぎ 700g 389円  
[0122] 水菜 1束 205円



海産

▽刺身・生食用▽

5p	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
7p	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
	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 お刺身ベビーホタテ	150g	859
	1610	冷凍 お刺身ホタテ貝柱<碎け>	150g	1037

▽切り身魚▽

5p	1611	冷凍 紅鮭(甘塩)	2切れ	896
10p	1612	冷凍 " 徳用	5切れ	2106
	1613	冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1614	冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
4p	1615	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788

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	3p
1712	" ダブル	2切れ×2	1077	4p
1713	冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875	

高尾の魚

翌々週配送

[5656] 冷凍メカジキ味噌漬  
2切れ 1026円

吟味した魚を、味噌と洗双糖・酒  
で絶妙の味加減に漬け込みました



▽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



刺身はもちろん  
漬け丼や手巻き  
カルパッチョなどに

[1605] 冷凍まぐろ赤身  
200g 1350円

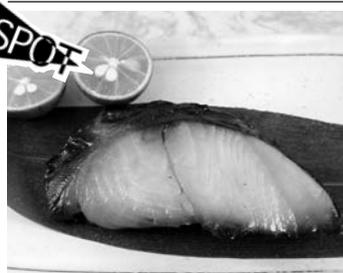
40℃くらいの塩水に1~2分つけて  
表面を拭き取り、冷蔵庫で半解凍。



解凍して  
すぐに使える

[1729] 冷凍(生)いわし開き  
5枚 567円

下処理して開いてあります  
天ぷらやフライ、塩焼きに。



自家製味噌床に  
厚切りの銀だらを  
漬け込みました

[1730] 冷凍こだわりの味噌漬  
銀だら 1切 956円

濃厚な脂の銀だらを、上品な味噌漬  
けに仕上げました



冷凍紅鮭(甘塩)  
[1611] 2切れ 896円  
[1612] 5切れ 2106円

脂ののった紅鮭を塩のみで漬け込  
みしました。



[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

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▽		
1716 冷凍 エコシュリンプ M 約200g		1598
8p 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 180g		810
貝・エビ・ホタテ		
▽干物・他▽		
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
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 <del>1629</del>
1726 冷凍 ひと塩サワラ切身 3切		713
隔週 1727 冷凍 金目鯛開き 2枚		675

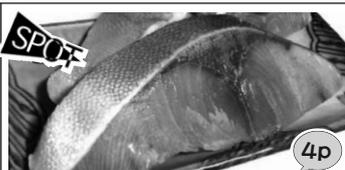
品名	規格	価格(税込み)
▽惣菜▽		
1751 冷凍 まぐろつみれ 10ヶ		545
1752 冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん 160g		454
1753 冷凍 日本のやさしいアジフライ 50g×4		778
1755 冷凍 揚げだけ!秋鮭フライ(骨取り・皮無し) 3切		940
1756 冷凍 イカ下足竜田揚げ用 250g		778
1757 冷凍 メカジキ竜田揚げ用 200g		594
1758 冷凍 まぐろメンチ 60g×4		756



**[1731] 冷凍手づくりさんまポーポー焼 80g 859円 4p**  
 薬味たっぷりおろしポン酢、トマトとバジルチーズなど様々なアレンジでさんまの旨味をお楽しみください。  
 いわき市の郷土料理「ポーポー」さんまをミンチにして、ハンバーグのように丸めて焼く料理。サンマを炭で焼くときにサンマの油で火がポーポーと燃えあがることからこの名が付いたとも言われています。



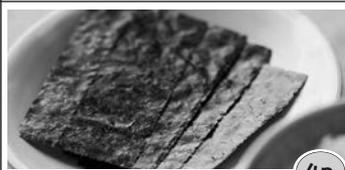
**[1728] 冷凍赤魚開き一夜干し 1枚 578円**  
 アメリカ産。脂がしつこくなく、旨味のぎゅっと詰まった一夜干し



**[1618] 冷凍(無塩)ぶり切身 2切入 794円**  
 無塩なので、煮たり焼いたり様々なお料理におすすめです。



**[1717] 冷凍エコシュリンプ 約200g 1696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



**[1810] 食卓焼き海苔 宮城産 4枚×25 713円**  
 焼きのりを食べやすい大きさにカット。個包装。



**[1619] 冷凍(無塩)銀ダラ切身 2切 994円**  
 身がやわらかく脂が乗っています。そのまま焼くほか、煮つけにも



**冷凍国産サバ塩こうじ漬**  
**[1711] 2切れ 567円**  
**[1712] 〃 ダブル 2切れ×2 1077 ~~1134~~円**  
 有機栽培米と天日塩で製造の塩こうじに漬けました



**[1601] 冷凍三陸水産のたらこ 80g 983円**  
 独自の調味液でじっくりと漬け込みました。鱈節、昆布の豊かな風味。



**[1615] 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

## 海藻、のり

品名	規格	価格(税込み)
▽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 250g		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		594
1806 焼ききざみ海苔 20g		540
1807 おにぎり用焼き海苔 2切10枚×3		1080 5p
1808 板海苔/宮城産 全型×10枚		713
1809 焼き海苔/宮城産 半裁×20枚		740
1810 食卓焼き海苔/宮城産 4枚×25		713 4p
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

**定番のさっぱり酢の物はもちろんぞうすいや天ぶらでも!**  
**[1813] 冷凍沖縄県産 塩もずく 200g 346円 2p**  
 塩抜き後、三杯酢でもずく酢やサラダ、スープでも美味です。

**塩抜き**  
 ザルで2~3回水洗いして、30分程度塩気を見ながら水に浸け置きしてください





お彼岸の時期は、季節の変わり目です。体調を崩しやすいことから、消化の良いそばで胃腸を整える習慣があり、「彼岸そば」と呼びます。疲れた体を労り、秋を迎えるための体調を整えてまいりましょう。

**彼岸そば**

作り方...①鍋にだし汁、砂糖、みりんと醤油を加え煮立たせる。②そばはゆで、ざるに上げ、水けをきって器に盛る。③ゆであげたそばを器に盛り、あたためた①をかける。薄切りしたかまぼこ、小口切りにした長ねぎを散らす。

**足柄古式そば**

北海道の幌加内そば粉と国産小麦農林61号を使用。「足柄古式そば」を、金子独自の方法で自然乾燥にしました。

**究極そば**

国内産そば粉90%、長野産小麦粉10%を使用。秘伝の高度の技術で造り上げた逸品です。

**特選そば**

国内産そば粉を100%使用した、いわゆる10割そばです。十割のそばなので歯ごたえ抜群!



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2425	練 十割生そば	130g×2	594	
▽乾麺▽				
2426	地粉うどん(田島さんのうどん)太	250g	286	
2427	地粉うどん(田島さんのうどん)細	250g	286	
2428	吉野葛そうめん	250g	540	
2429	純国産手延べそうめん	250g	486	
2430	足柄古式そば	240g	329	2p
2431	究極そば	200g	535	3p
2432	特選そば	200g	562	3p



**簡単ランチ、軽食に**  
桜井食品 さくらの焼そば  
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。麺の揚げ油は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・りんごパルプでおいしさを引き出した特製液体ソースです。ふりかけ付き。



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	江戸風鰹醤油つけ麺 スープ付	2食	470
	2410	油そば なま麺	2食	491
	2411	全粒粉なまラーメン スープ無し	120g×2	364
	2412	日本の中華麺 ざるらーめん	120g×2	432
	2413	日本の中華麺 冷やし中華(醤油味)	120g×2	470
	2414	日本の中華麺 冷やし中華(ごまだれ)	120g×2	470
	2415	歯切れのイイ中華冷麺	120g×2	470

そろそろ終了 金子製麺の冷やし麺



**醤油ベースのスープ付き 自家製粉全粒粉の乱刃縮れ麺**  
全粒粉なまラーメン 冷やし中華(醤油味)  
金子厳選の自家製全粒粉と、モンゴル産天然かん水を使用。伝統技術により、もちもちした食感とつるつるのどごしを実現しました。  
無添加のオリジナルスープは、さっぱり醤油味。

3p	2416	全粒粉なまラーメン冷やし中華(醤油味)	120g×2	481
	2417	季穂涼めん 生そうめん	130g×2	308
	2418	季穂涼めん 生ひやむぎ	130g×2	308
3p	2419	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	486
2p	2420	せいろ麵上選太焼きそば(ソース無)	2食	302
	2421	生スパゲティー	150g×2食	308
	2422	生フェットチーネ	150g×2食	308
▽冷凍麺▽				
	2423	練 さぬきうどん	200g×3	410
	2424	" ダブル	上記2p	788 <del>820</del>

	2433	さくらの焼そば	114g×2	421	2p
▽即席麺 桜井食品▽					
	2434	しょうゆらーめん	99g×4袋	799	
	2435	しおらーめん	99g×4袋	799	
	2436	みそらーめん	101g×4袋	799	
	2437	とんこつらーめん	103g×4袋	842	
▽パスタ▽					
	2438	国内産ロングパスタ	300g	432	
	2439	国内産エルボパスタ	300g	432	
	2440	DeLucaオーガニックパスタスパゲッティ	500g	508	
	2441	DeLucaオーガニックパスタペンネ	500g	622	
	2442	DeLucaオーガニックパスタフジッリ	500g	622	
	2443	DeLucaオーガニックパスタフェットチーネ	500g	562	

だしにもトッピングにも便利な花かつお

新丸正 鰹平削り(花カツオ)  
鰹荒節を平らに薄く削った削り節です。香りを大切に短時間でだしをとる、吸い物や追い鰹に向いています。ひらひらとした見た目から、「花かつお」とも呼ばれています。  
原材料…鰹荒節



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	405	2p

連休のランチに 国産小麦の生麵焼きそば



金子製麺 せいろ蒸し焼きそば  
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。



金子製麺 せいろ麵上選太焼きそば  
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。昔ながらのせいろ蒸しにより、弾力のある麵に仕上がっています。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	2504	削り節パック「ふぶき」	4g×10	670
	2505	ソフト削り	16g	281
	2506	料理の決め手(混合削り節)	100g	680
	2507	中厚削り	100g	578
	▽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▽			
価格改定	2511	干しいたけ・どんこ(大)	45g	994

**岩手産小麦100%使用の  
一本挽き小麦粉です。**

岩手 府金製粉 こな屋さんの南部地粉  
岩手県産南部地粉を100%使用している中力粉です。日本の農業を大切に守り続けていきたいと願って作った小麦粉(中力粉)です。  
地粉とは、地元で収穫された小麦を地元のこな屋さんで挽いた小麦粉です。  
原材料…小麦(岩手県産)



訳あり  
賞味期限間近  
24.12.18

**粉・豆・ごま**

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	2001	おいしい強力粉	400g	302
30%off 賞味期限 12/18	2002	こな屋さんの南部地粉(中力粉)	1kg	333 <del>475</del>
	2003	地粉(薄力粉)	500g	389
	2004	麦の里江別パン用粉	1kg	788
	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



**北海道で契約栽培された馬鈴薯を使用  
桜井食品 片栗粉**

北海道北見市常呂町・斜里郡斜里町の農家で契約栽培された馬鈴薯を、斜里岳から流れる良質の水に晒した後、製造された純度の高い馬鈴薯粉です。  
原材料…馬鈴薯澱粉(北海道産)

2p	2009	片栗粉	200g	281
	2010	星穴きな粉	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	270
	2015	黒豆の水煮	230g	292
	2016	金時豆の水煮	230g	259
	2017	小豆かぼちゃ	200g	367



**お彼岸のおはぎ作りに 希少な国産ごまを使用  
国内産すりごま・黒**

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、すぐ使えるので、大変便利です。  
原材料…ごま(国内産)



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
3p	2018	国内産すりごま 黒	30g	626
4p	2019	国内産すりごま 白	30g	691

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2020	無双 練り胡麻 白	240g	799	

**乾物・缶詰・素材**

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽乾物▽				
1815	とろろ昆布(富士酢使用)	30g	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	648	
1821	北海するめ	1枚	1,129	



**旬野菜と卵とじ、煮浸しに  
有機大豆使用・にがり凍み豆腐**

国内産有機丸大豆とにがりを使用し、手間と時間を惜しまずに作った凍み豆腐です。  
膨軟加工をしておりませんので、調理の前にたっぷりの熱湯に充分浸すか、湯で煮込んで戻してください。  
原材料…大豆(有機、遺伝子組換えでない)、豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)



	1902	有機大豆使用 にがり凍み豆腐	6枚	464	3p
	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	北海道産全粒粉小麦使用くるまふ	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・粒)	180g×3	702	
	1912	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	686	
	1913	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778	
	1914	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778	
	1915	ミニとろイワシ・味付	100g	378	
	1916	とろイワシ水煮	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	335	
	1919	一穂の生芋こんにゃく	230g	297	
	1920	手どりこんにゃく	250g	389	
	1921	しらたき	230g	335	
	1922	くろたき	230g	346	
	1923	大とろ刺身青のりこんにゃく	250g	324	2p
	1924	雪ささ 青のり	230g	324	2p
	1925	乾燥糸こんにゃく	25g×10	594	

**東京都あきるの市 池谷  
大とろ刺身青のりこんにゃく  
雪ささ青のり**

238まで

国産契約栽培のこんにゃく芋を使い、伊勢湾産の青海苔を混ぜて作りました。食感もトロリと柔らかく、のど越しの良いさしみこんにゃくです。  
酢味噌、わさび醤油やドレッシングなどお好みのタレでお召し上がり下さい。  
原材料…こんにゃく芋粉(契約栽培/群馬・山梨)、青さのり(愛知)、炭酸ナトリウム



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

### 13種のスパイスを 独自ブレンド

[2301] 特選カレー 2P  
パウダー 20g 292円

奄美大島産ウコン使用  
色鮮やかなインド産(75%)と  
香りのよい奄美大島産(25%)  
を併用

オニオン、ガーリック不使用  
ネギ類のスパイスを加えない  
ことで、爽やかさも感じら  
れる香りに仕上げています。

ほどよい辛さ  
丁度よい辛さを目指して唐辛  
子の配合量を決めています



作っているのは「埼玉・井上スパイス」  
創業から40年以上、スパイスの研究開発  
に力を入れており、独自のスパイスブ  
レンドや製法で、他にはない風味豊かな  
商品を生み出しています。



ジャーマンポテト  
下茹でしたじゃがいも  
とウィンナーで

焼きおにぎり  
バター醤油を加えて

ドライカレー  
バターとコンソメで  
うま味を出して

## 調味料

▽味噌▽				
	2101	玄米味噌	650g	842
	2102	酢屋茂 米味噌	650g	756
	2103	酢屋茂 あわせ味噌	650g	756
	2104	酢屋茂 麦味噌	650g	756
	2105	ヤマキ 有機玄米味噌	500g	999
	2106	ヤマキ 有機麦味噌	500g	999
	2107	小野崎 玄米味噌	750g	945
	2108	小野崎 米味噌	750g	913
	2109	小野崎 麦味噌	750g	902
	2110	マルカラ 白味噌	250g	270
	2111	有機・八丁味噌	400g	862
5p	2112	有機・赤出し八丁味噌	500g	969
▽醤油▽				
	2113	酢屋茂 イマイ醤油	1000ml	799
	2114	ヤマキ 国産特別栽培醤油 蔵造り	1000ml	1242
	2115	有機醤油	720ml	1188
	2116	弓削多	300ml	616
	2117	木桶仕込醤油	1000ml	1296
5p	2118	海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	896
3p	2119	木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	475
▽塩・他▽				
	2120	あらしお(大)	500g	1296
	2121	〃(小)	240g	648
	2122	ほししお	240g	810
	2123	やししお	60g	454
	2124	〃 詰替用	60g	259
	2125	〃 スタンドパック	150g	605
	2126	漬物塩	1.5kg	3240
	2127	ペッパーソルト	55g	518
	2128	ハーブソルト	55g	518
	2129	なんでもソルト瓶入り	55g	562
	2130	〃 詰替用	58g	389

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

▽砂糖▽				
	2131	島のきび砂糖(洗双糖)	1kg	497
	2132	マスコバド黒糖(フレーク)	500g	621
	2133	マスコバド糖黒みつ	200ml	567 <del>810</del> 30%OFF
	2134	てんさい含蜜糖 粉末	500g	497

▽塩こうじ▽				
	2135	有機玄米塩麹	170g	648

▽つゆ▽				
	2136	弓削多有機だしつゆ	300ml	950
	2137	ヒカリ有機だしつゆ	300ml	551
	2138	三河白だし	400ml	1242
	2139	日東のそばつゆ(ストレート)	400ml	767 4p
	2140	日東のそうめんつゆ(ストレート)	400ml	767
	2141	富貴食研 イタリアントマト	200g	389
	2142	富貴食研 塩レモン	200g	389
	2143	富貴食研 ごま味噌豆乳	180g	389

▽みりん類・料理酒▽				
	2144	味の母(みりん風調味料)	720ml	999
酒	2145	三州三河みりん	700ml	1122
酒	2146	有機 三州味醂	500ml	1144
酒	2147	本みりん 福来純	500ml	935
酒	2148	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1287
酒	2149	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1298
酒	2150	いつつプレスラン(料理用ワイン)赤	720ml	1023
酒	2151	〃 白	720ml	1023

▽酢▽				
	2152	有機純米酢 老梅 小	500ml	497 3p
	2153	〃 中	900ml	875 5p
	2154	富士酢(米酢)	500ml	864
	2155	美濃有機玄米黒酢	360ml	756
	2156	純りんご酢	500ml	572
	2157	富士すし酢	360ml	756
	2158	カンタン八芳酢	360ml	508
	2159	有機レモン100%しぼりたて	180ml	562
	2160	有機梅酢 赤	200ml	540
	2161	有機ポン酢醤油	250ml	464
	2162	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670

▽食用油類▽				
	2163	国産なたねサラダ油	450g	972
	2164	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1642
	2165	国産なたね油	450g	918
	2166	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
	2167	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
	2168	最高級ラー油	45g	616
	2169	日本オリーブ有機エキストラ オリーブオイル	180g	1944
	2170	〃	450g	3240
	2171	カルボネール有機エキストラ オリーブオイル	458g	2327
	2172	パレスチナの有機エキストラ オリーブオイル	273g	1858

▽大ビン・大缶▽				4週に1度掲載
	2181	イマイ醤油	1800ml	1388
	2184	有機純米酢 老梅 大	1800ml	1415 7p

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
3p	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
3p	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
	2212	有機青椒肉絲の素	100g	281
	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
	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
3p	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	2p
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	3p
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	345	
2313	直火焙煎クリームシチュールウ	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	山わさび	12g	324	
2317	七味	15g	670	
2318	ゆず七味	10g	389	2p
2319	白コショウ	20g	346	2p
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	389	
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	

**ムレ香の発生を抑えたフルーティーな純米酢**  
有機純米酢 老梅

[2152] 小 500ml 497円 (3p)  
[2153] 中 900ml 875円 (5p)  
[2184] 大 1800ml 1415円 (7p)

鶏肉のさっぱり焼き  
鶏の照り焼きを作って、最後に酢をひと回し。好みに七味をかけてどうぞ

[1301] 冷凍播州百日鶏 もも 200g 821円

ムレ香 静置発酵の米酢が持っている濃厚で独特な風味



[2112] 有機 赤出し 八丁味噌 500g 969円 (5p)

有機八丁味噌に、有機米みそをブレンド  
有機豆みそ、有機米みそ、有機たまり



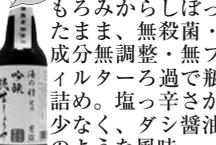
[2223] 果実の恵みドレッシング 200ml 443円 (3p)

有機果実の自然の甘みと酸味を閉じこめたフレッシュタイプのドレッシング



[2118] 海の精 吟醸純生しょうゆ 360ml 896円 (5p)

もろみから仕上げたまま、無殺菌・成分無調整・無フィルターを過で瓶詰め。塩っ辛さが少なく、ダシ醤油のような風味。



[2202] 有機 中濃ソース 250ml 454円 (3p)

有機野菜・果実たっぷりの、少し辛口のソース  
有機野菜・果実(人参、トマト、玉葱、その他)、有機醸造酢(リンゴ酢、米酢)、糖類(有機糖みつ・有機砂糖)、食塩、有機コーンスターチ、香辛料、有機醤油、こんぶ



[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、有機しょう油、有機にんにく、有機たまねぎ、食塩、長葱、有機米酢、魚醤、唐辛子、オイスターエキス



[2318] ゆず七味 10g 389円 (2p)

国産ゆずを配合  
ゆず、唐辛子、胡麻、すじ青のり、おの実、けしの実、山椒



[2119] 引割多木桶仕込 さいしこみ しょうゆ 150ml 475円 (3p)

再仕込み醤油は、原料・醗酵期間2倍の濃厚な味わい。さしみや照り焼きなどに



[2319] 白コショウ 20g 346円 (2p)

刺激が少なく、独特の香味や風味  
白コショウ



[2307] スリカレー 35g(約8皿分) 507円 (3p)

スパイスホールとパウダーがセット。スパイスの香りが生きています



**こだわりの関東風かえし製法**  
[2139] 日東のそばつゆストレート 400ml 767円 (4p)

香り高いかつおだしが、そば本来の味をひきたてます。希釈せずにそのまま使えるストレートつゆです。

**これ一本ですのもの上手**  
[2173] 富士すもの酢 360ml 756円 (4p)

天然だしを利かせた「ツンとしない味」なので、酢の物が苦手という方におすすめです。  
原材料：米酢、白たまり、本みりん、粗糖、鰹節、昆布



おやつに、お茶うけに



**再開**  
**有機JAS認定の天津甘栗**  
 丸成 有機むき栗 天津あまぐり  
 中国河北省産の有機栗を使用。生産から製造、出荷における管理を徹底させた、天津あまぐりです。製造過程でも甘味料一切不使用。保存料などの添加物は一切使用していません。  
 むき栗なので、手を汚さずにそのまま食べられます。



原材料…有機栗（中国産）

SP★ [2871] 有機むき栗 天津あまぐり 80g 356円 2p



**再開**  
**食べやすい、小さめタイプ**  
 サンコー 安納芋ようかん  
 砂糖を使わず、鹿児島産安納芋の甘みをしっかり味わえるようかん。焼さつま芋のペーストを使用しているため、安納芋の甘みがより引き立っています。

原材料…水飴（国内製造）、焼さつま芋ペースト（安納芋（九州産））、寒天

SP★ [2872] 安納芋ようかん 58g 194円 1p



**再開**  
**いろいろな形が楽しいカステラです**  
 サンコー おやつカステラ  
 国産小麦由来の小麦粉を主原料に、ほんのり甘くふっくらと焼き上げました。



原材料…小麦粉（小麦（国産））、砂糖（三温糖）、鶏卵、植物油（パーム油）、米飴／膨張剤（重曹）

[2873] おやつカステラ 130g 302円 2p

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

2802	冷蔵	バニラ	120ml×2	908
2803	冷蔵	ピターチョコ	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



ミルクの風味を大事に大事に凝縮生乳仕立てアイスクリーム 群馬 東毛酪農

エイジングに8時間～12時間とたっぷり取ることで、濃厚なのに口どけの良い、あと味のスッキリなアイスクリームに仕上げました。

水飴や粉乳、乳化剤・安定剤等は一切不使用。そのため、最初は非常に固く感じられるかもしれませんが、お召し上がりになる少し前(2～3分ほど)に冷凍庫から取り出されると、ちょうど食べ頃になります。

東毛酪農製造

4p	2807	冷蔵	牧场ミルクアイス	110ml×2	691
4p	2808	冷蔵	はちみつバニラアイス	110ml×2	691
4p	2809	冷蔵	ミルクコーヒアイス	110ml×2	691
4p	2810	冷蔵	ミルクチョコレートアイス	110ml×2	691
4p	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

ネージュ製造

	2815	冷蔵	ミルクキャンデー	65ml×6本	950
	2816	冷蔵	あずきキャンデー	65ml×6本	950
5p	2817	冷蔵	みかんキャンデー	65ml×6本	950
5p	2818	冷蔵	ブルーベリーキャンデー	65ml×6本	950
	2819	冷蔵	チョコキャンデー	65ml×6本	950
	2820	冷蔵	宇治金時キャンデー	65ml×6本	950

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽和菓子類▽				
2821	冷蔵 三色だんご	4本	572	3p
2822	北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441	3p
2823	有機ほの甘あずき	55g	238	

化学肥料・農薬不使用  
 糖度が高く美味しい「紅はるか」を蒸して、皮をむき、スライスしてハウス内で天日干ししています。



I・COM 干し芋  
 I・COMのさつまいもの美味しさの秘密！  
 ふかしたさつまいもをスライスしてじっくり天日干ししています。

品種

紅はるかを使用。紅はるかは糖度が高くしっとりなめらかな食感で冷めても美味しくいただけます。色は鮮やかな黄色です。

食べ方

そのままでもじゅうぶん美味しくいただけますが、電子レンジで温めると一層美味しくなります。

	2824	干し芋	200g	864	4p
	2825	有機・楽笑栗	125g	454	
	2826	ところてん三杯酢付き	200g×2	475	
	2827	オーガニック小麦のどらやき	1個	184	
▽その他▽					
	2828	純国産みかんゼリー	11ヶ	313	
	2829	純国産りんごゼリー	11ヶ	313	
在庫限り	2830	国産果汁のスティックゼリー	16g×12	432	
在庫限り	2831	有機水ようかん・こし	100g×4	691	4p
在庫限り	2832	有機水ようかん・抹茶	100g×4	691	4p
在庫限り	2833	有機水ようかん・小倉	100g×4	691	4p
今週限り	2834	本葛仕立て水ようかん	85g×2	583	
	2835	豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292	
	2836	豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292	
	2837	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540	
	2838	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540	
	2839	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540	
	2840	バタービスケット ベリー	4枚×3袋	594	
	2841	純国産北海道バタークッキー	2枚×4包	324	
	2842	純国産芋けんぴ	125g	280	



厳選したシンプルな原材料 フルーツアイスキャンデー 大阪 ネージュ

みかんキャンデー

原材料は「伊予柑果汁、砂糖」だけ。無茶々園の柑橘果汁の香りがさわやか、味わい抜群。素材のよさが生きています。

原材料…伊予柑果汁（愛媛産 特別栽培）、ビートグラニュー糖（北海道産）

みんな、にっこい！安心おやつたち



東毛酪農だから出来る  
ミルクの味豊かな  
アイスクリームです。  
牧場ミルク・はちみつバニラ  
ミルクコーヒー・  
ミルクチョコレート  
宇治抹茶の5つのフレーバー

[2901] 東毛酪農のアイスクリームセット

1セット5種類 1,642円(税別)  
内容…牧場ミルク はちみつバニラ ミルクコーヒー  
ミルクチョコレート 宇治抹茶各1ヶ



有機JAS認定の  
天津甘栗を  
中河省産の  
国産原料で  
製造し、一切  
甘味料も使用  
しません。

[2902] 有機むき栗・天津あまぐり  
ダブル 80g×2 691円(税別)



サンコー  
のりな形が  
楽しいです。  
ほのり甘くふ  
くら

[2903] おやつカステラダブル  
130g×2 581円(税別)



ネージュアイスキャンディー  
みかんキャンデー  
愛媛 無茶々園の伊予柑(特別栽培)  
を搾ったストレートジュースを使用。  
ブルーベリーキャンデー  
奈良・堀内果実園、京都・永谷農園  
の無農薬・無科学肥料で栽培した  
ブルーベリーを使用。

[2817] 冷凍 みかんキャンデー 65ml×6本 950円 5p  
[2818] 冷凍 ブルーベリーキャンデー 65ml×6本 950円 5p



安心・安全な有機JAS認定品  
栄養豊富な  
グリーンピースを  
油を使用せずに  
軽食感に焼き上げました。

[2904] 有機グリーンピース  
チップスダブル 45g×2 578円(税別)



サンコー  
のりな形が  
楽しいです。  
ほのり甘くふ  
くら

[2905] 安納芋ようかんトリプル  
58g×3 560円(税別)

有機素材の水ようかん  
ほろ苦さが美味しい抹茶味・舌触り滑らかなこしあん味  
オーガニック小豆の粒々が美味



[2906] 有機水ようかんお味見セット 1セット 503円(税別)  
こしあん・抹茶・小倉各1ヶ



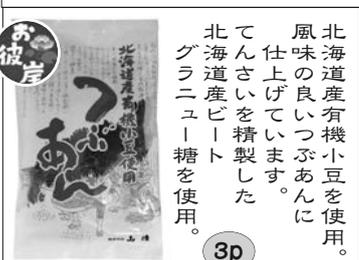
1・C・O・M  
農薬・化学肥料  
不使用の  
さつま芋・紅はる  
をスライス後、  
じっくり天日干し  
しました。

[2824] 干し芋 200g 864円 4p



第3世界ショップ  
のりな形が  
楽しいです。  
ほのり甘くふ  
くら

[2907] メープルアーモンドダブル  
40g×2 954円(税別)



芽吹き屋  
3つの餡の三色だんご  
黄：にんじん団子(中は黒ごまあん)  
白：定番団子(中はくるみあん)  
緑：よもぎ団子(中は小豆あん)

[2822] 北海道産有機小豆使用つぶあん 200g 441円 3p  
[2821] 冷凍三色だんご 4本 572円 3p



第一酵母  
コーボンの天然酵母と  
プロポリスの使用  
プロポリスエキス、  
甘味料を配合して  
季節の変わり目に！

[2909] プロポリスキャンディ  
ダブル 28g×2 664円(税別)



北海道産のはちみつ  
レモンを使用した  
爽やかな味わい  
です。

[2908] 純産北海道はちみつレモン  
のだ餡ダブル 57g×2 503円(税別)

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	2843	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264
	▽スナック▽			
	2844	純国産ポテトチップス・うしお	55g	221
	2845	純国産ポテトチップスのり塩	53g	221
	2846	純国産さつま芋ちっぷ	115g	238
2p	2847	有機グリーンピースチップス45g		298
	2848	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324
	2849	OGフルーツ&ナッツバー ザク口	40g	324
	2850	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324
	▽あられ・煎餅▽			
	2851	召しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	322
	2852	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	238
	2853	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	238
	2854	有機玄米プラス・めかぶ	30g	238
	2855	草加せん・ミックス	6枚	443
	2856	柿の種	80g	324

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2857	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	540	
▽豆菓子▽				
2858	黒糖くるみ	65g	496	
2859	きな粉くるみ	65g	496	
2860	メープルアーモンド	40g	496	3p
▽餡▽				
2861	みるく小町	80g	351	
2862	しょうがあめ	80g	351	
2863	純国産北海道はちみつレモンのだ餡	57g	259	2p
2864	プロポリスキャンディ	28g	346	2p

**プロポリスと天然酵母**  
第一酵母 コーボンのプロポリスキャンディ  
ブラジル産100%のプロポリス使用のキャンディ  
で、コーボンの酵母ペーストを包み込みました。  
※プロポリスが配合されています。ピリピリ感が苦  
手な方にはおすすめできません。

原材料…麦芽水飴(国内製造)、砂糖(てん菜)、粗糖、天然酵母ペースト  
(りんご、みかん、砂糖(てん菜))、プロポリスエキス、菜種油

※コーンフレークは10頁に移動しました。

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



**東京 PA フェアトレードのカカオ豆を使用**

フェアトレードチョコレートと同じく、ドミニカ共和国・ペルーで有機栽培されたカカオ豆を使用

**脂肪分をカットしてもココア本来のコクと香り** 3p

**[2629] ココア 110g 648円**  
脂肪分を抑え、砂糖と粉乳は使用せず作りました。



**豆乳ココア**  
牛乳の代わりに豆乳でココアの粉を溶く。普通のココアに比べて、さっぱりとした味わいに。甘味を黒糖でつければ、違った風味を楽しめます。

**[2655] 豆乳で元気 3パック** 3p  
125ml×3 **535円**

**お茶各種**

▽日本茶▽				
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
4p	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	<del>4666</del>
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
▽ハーブティ・他▽				
2612	たんぽぽコーヒーカップ用	2g×20		1296
2613	アイリーミント	5g		659
2614	カモミールウィンド	5g		729
2615	草花茶	5g		864
2616	紫蘇べに茶	5g		729
2617	有機栽培レイボス茶	3.5g×50		2484
2618	カメラリアティ(箱入り)	3g×30		3024
2619	なたまめっ茶	3g×10		1166
2620	あずき美人茶	500ml		184
2621	" 箱	500ml×24	4318	<del>4406</del>

▽紅茶▽				
2622	ティーバッグ	アッサムブレンド	20袋	378
2623	ティーバッグ	ケニア	20袋	324
3p	2624	スティック	チャイ・パック 3g×12	475
2625	ティーバッグ	依田さんの紅茶	100g	810
2626	ティーバッグ	シンガンパーティ	100g	540
2627	ティーバッグ	ダージリン	80g	1296
2628	ティーバッグ	アールグレイ	80g	756

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

▽ココア▽				
2629	ココア	110g	648	3p

▽コーヒー▽				
2630	パロ・ブラン	ココヒー(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	1674	
2638	〃	詰替 60g	1188	
2639	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▽				
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▽				
2641	ペルー	リキッドコーヒー	1000ml	745
2642	"	箱	6本	4292 <del>4471</del>
2643	アジア	のリキッドコーヒー	1000ml	724
2644	"	箱	6本	4168 <del>4342</del>

▽ミネラルウォーター(軟水)▽				
2645	神泉水	2ℓ	367	
2646	〃	箱 2ℓ×6	2095	
2647	〃	500ml×12	2279	
2648	〃	箱 500ml×24	4558	
2649	あづみ野湧水	2ℓ	221	2p
2650	"	箱 2ℓ×6	1301	7p

**翌々調配送 ※チラシをご覧ください**

**林農園の烏龍茶**

**[5736] 林農園の烏龍茶リーフ 70g 923 ~~950~~円**  
**[5737] ティーバッグ(1ℓ用) 5g×12包 671 ~~694~~円**

**名人が作る台湾烏龍茶** **ティーバッグとリーフの2種類**

**林農園の烏龍茶**  
台湾の烏龍茶作り名人林(リン)さんが作る、くちなしの花のような香りと、美しい黄金色の台湾烏龍茶。妥協のない烏龍茶作りと、卓越した名人技で、茶葉の香りと味を最大限に引き出しています。

**翌々調配送**

**▼お湯を注ぐだけ** 各3p  
各13g×5包 **648円**  
**[5733] Stick 黒糖ココア**  
**[5734] Stick ほうじ茶ラテ**

**▼水に入れて一晩** 4p  
**[5735] Artisan水出しアイスコーヒー**  
15g×6包 **669円**

**[2624] チャイ・パック(ティーバッグ) 3g×12 475円**

シンガンパーティ 農園の茶葉に、スパイスをブレンドしました

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

甘酒・豆乳・しょうが湯

2651	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
2652	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
2653	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
2654	"	125ml×18	5334 <del>5443</del>
3p	2655 豆乳で元気	125ml×3	535
	2656 "	125ml×24	4191 <del>4277</del>
	2657 原豆乳	300cc	265
	2658 有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
	2659 しょうが湯	20g×5	378
	2660 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
	3005 オーガニックマトジュース有塩	190g×6	907
5p	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 ヒカリ 有機果実と野菜のジュース	190g×6	1166
	3012 ヒカリ 有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	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 オーガニックレモンスカッシュ	250ml×6	972
4p	3019 オーガニックスポーツドリンク	280ml×4	778

あづみ野湧水 [2649] 2ℓ 221円 <sup>2p</sup>  
 [2650] 箱 2ℓ×6本 1301円 <sup>7p</sup>  
 北アルプス鉱水(地下水源よりポンプで取水)・非加熱



[2605] 有機茎茶 200g 864円 <sup>4p</sup>  
 茎の部分と茶葉をほどよくブレンド。まろやかな甘みがあります。



有機ドリップパック [2634] 8g×10 724円 <sup>4p</sup>  
 SPOT [2661] ヌダブル 上記2P 1395 ~~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

ケースでお得!  
 オーガニックマトジュース 無塩 <sup>5p</sup>  
 [3006] 190g×6 907円  
 [3025] 箱 190g×30 4445 ~~4536~~円  
 完熟した海外産オーガニックマトを使用



豆乳で元気 [2655] 3パック 125ml×3 535円 <sup>3p</sup>  
 [2656] 24パック 125ml×24 4191 ~~4277~~円  
 国産大豆からしぼった自然な甘みとコク。成分無調整豆乳



信州まるごとりんごジュース <sup>5p</sup>  
 [3001] 160g×6 933円  
 [3024] 箱 160g×30 4572 ~~4666~~円  
 ふじりんご主体の特有の淡い香りと濃厚な甘み



オーガニックスポーツドリンク <sup>4p</sup>  
 [3019] 280ml×4 778円  
 [3026] 箱 280ml×24 4572 ~~4666~~円  
 甘さ控えめ。レモンの爽やかさとゆずの風味がプラス



品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

▽瓶ジュース 他▽

3020	新農研りんごジュース	1000ml	567 <del>598</del>	30%OFF
3021	みかん瓶ジュース	720ml	1242	
3022	フルーツピネガー有機りんごの酢	360ml	805	
3023	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

翌々調配送  
**大自然の力を体内に**  
 できる限りシンプルに人の役に立つ酵母を育てる  
 コーボンは、静岡県伊豆天城山の大自然中や常緑樹の葉などに生息する野生の天然酵母を採取し、果物に付着・自然発酵させ、菌の増殖・強化・安定・完熟させた、独自の酵母を多く含む発酵液です。



コーボン  
 [5326] マーベル 525ml 5378円 <sup>25p</sup>  
 原料：果実(りんご、みかん、ぶどう、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母、オタネニンジン葉抽出液  
 [5325] うめ 525ml 4212円 <sup>20p</sup>  
 原料：果実(りんご、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母

約20mlを、水・またはお湯で希釈してお飲み下さい

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 <sup>2p</sup>  
 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。



サポニンやパナキサトリオールで糖尿病予防・改善

[2706] 有機雲南田七人参・顆粒 2g×30 9720円 <sup>45p</sup>  
 ウコギ科人参属の多年生草本です。一般によく知られる朝鮮人参とは同じ仲間です。成分はサポニン配糖体が主成分で、朝鮮人参と同じですが、それ以外にも田七ケトンと呼ばれる田七人参特有の成分が含まれています。



▽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▽

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	45p
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(イワン油)	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	有機梅醤 陽寿	250g	2052
2714	生姜・番茶入り梅醤	250g	1620
2715	有機梅干番茶(生姜入り)	8g×20	1782
2716	国産有機黒にんにく	120g	1449



**泡状シャンプー  
さっぱり仕上がりの  
ナチュラルシャンプー**

ヒマワリ油を主原料にした植物性石けんシャンプーです。泡状になって出てくるので、液だれせず、髪を優しく洗い上げます。1押しで3ml。液体の10倍の体積の濃密な泡で出てくるので、ホイップクリームのようなやさしい肌触りです。

**とろみのある液状タイプ  
ナチュラルリンス**

ホホバ油・天然ハーブエキスを使用した髪にやさしいリンスです。石けんシャンプーを使用した後の髪を弱酸性に戻し、しっとり艶やかに保つ専用のリンスです。

**●シトラスフローラルの香り**

ローズマリー、ラベンダー、ユーカリ、オレンジなどの精油を原料にしました。

**バックスナチュロン**

自然由来成分にこだわったナチュラル製品は、髪や頭皮、肌をすっきりやさしく洗い上げ、泡切れもよく肌に心地よい使用感。

洗浄成分である石けんは、川に流れると水中のカルシウムなどのミネラルと結びつき、魚や微生物のえさになり、自然にかえる川や海にやさしい成分。

**Qパックスオリーとパックスナチュロンは、何が違うのですか。**

⇒A パックスオリーはオリーブオイル、パックスナチュロンはひまわり油を主成分にしている点が大きな違いです。パックスナチュロンは洗いがりがさっぱりタイプ、パックスオリーはしっとりタイプです。

ヘアソープを使うのが初めての方には、しっとりした洗いがりのパックスオリーシリーズをおすすめします。 太陽油脂

**パサついて広がりがちな髪を  
しっとりまとまる髪に  
ナチュラルトリートメント**

毛髪保護成分アルガンオイル（アルガニアスピノサ核油）、ツバキ油、加水分解シルク配合。毛先まで滑らかな指通りに導きます。

●ローズ（天然香料）のやさしく華やかな香り

**【使用方法】**

リンス後、軽く水気をきり、適量を毛先を中心に髪全体になじませてから、すすいで下さい。2～3分おいてからすすぐとより効果的です。



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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	<b>ナチュラルシャンプー</b>	500ml	1,320	6p
3128	〃 詰替用	500ml	858	4p
SPC	3172 〃 <b>ダブル</b>	上記2p	1,630	<del>1,716</del>
3129	<b>ナチュラルリンス</b>	500ml	1,320	6p
3130	〃 詰替用	500ml	858	4p
SPC	3173 〃 <b>ダブル</b>	上記2p	1,630	<del>1,716</del>
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	<b>ナチュラルトリートメント</b>	180g	1,430	7p
▽洗顔ソープ▽				
3136	パックスオリーフェイスフォーム	150ml	968	
3137	〃 詰替用	140ml	726	
▽ハンドソープ▽				
3138	ナチュラルハンドソープ	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ール石けんはみがき	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	

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
<b>石けん</b>				
▽洗濯用▽				
	3101	あんしん(重曹入り洗濯用粉せっけん)	1.8kg	1,078
	3103	パ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	パックスベビー洗濯せっけん	1200ml	990
	3107	〃 詰替用	1000ml	638
	3108	パ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	ナチュラル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	<b>パレスチナのオリーブオイル石けん</b>	120g×3	2,955
	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 〃 SR	100g×3	726
▽ボディソープ▽				
	3121	ナチュラルボディソープ	500ml	1,320
	3122	〃 詰替用	500ml	858
	3123	Pax Olie ボディーソープ	450ml	1,540

**名前は「お風呂洗い」でも  
用途はいろいろ！  
お風呂や台所で大活躍  
ナチュラルお風呂洗い用**

植物油(パーム油、パーム核油)を主原料とした液体石けん、油汚れに強いオレンジオイルを配合しました。

逆さにしても使える泡スプレーで隅々の汚れに対応できます。

お風呂だけでなく、油汚れの気になる台所や換気扇掃除にもご使用いただけます。

成分…純石けん分(10% 脂肪酸カリウム)、オレンジオイル



3148	<b>ナチュラルお風呂洗い用</b>	500ml	748	4p
3149	〃 詰替用	450ml	495	3p

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
	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	カリマンタングリーンローション	180ml	1,100
3208	カリマンタンオリーブローション	180ml	1,100

### ▽オイル▽

3209	オリーブマンノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
3210	オリーブマン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

## 茨城 コスモ塾のナチュラルスキンケア



オリーブ油から抽出・蒸留した  
100%植物性スクワランです。

べたつき感が少なく

お肌にスッと馴染みます。

アルティエヌオリーブスクワラン

スクワランといえば鮫の肝油から抽出したものが一般的ですが、アルティエヌ・バージンオリーブスクワランは、オリーブの実を薬品を使用せずに搾ったオリーブ油から抽出・蒸留した新しいタイプの植物性スクワランです。

少量でよく伸び、べたつき感が少なく、お肌にスッと馴染みます。お肌の柔軟さと保湿力を高め瑞々しさを保ちます。

成分…スクワラン (スペイン産バージンオリーブ由来; 高純度)

12p	3213	アルティエヌオリーブスクワラン60ml	2,552
-----	------	---------------------	-------

### ▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽

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

### ▽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
3223	〃 詰替用	500ml	2,200
3224	全身用エッセンス(ポンプ式)	150ml	2,200

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

## 再生紙100%ティッシュ

### 丸富製紙

### コアレックス グリーンセービングティッシュ

回収された牛乳パックをリサイクルパルプとして使用。さらに、通常はリサイクルできないアルミ付き紙パックなどの「難再生古紙」もコアレックスの技術でティッシュにしています。

フィルム包装。使い終わったらゴミ捨てもコンパクトでカンタンです。

400枚 (200組)



## 100%牛乳パックでできたキッチンペーパー

### キッチンペーパーBOX

無香料、無漂白、無染料仕様。

蛍光染料は使用しておりませんので安心してお使いいただけます。

良国内で初めて再生紙から商品化したキッチンペーパーです。

ダブル重ね。しっかり厚口タイプ。高圧エンボス加工により業界トップクラスの吸収力。油も水もよく吸います。

100組 (200枚)



## 生活雑貨

### ▽入浴剤▽

3303	竹艶水	250ml	880
------	-----	-------	-----

### ▽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	3p
3305	キッチンペーパーBOX 3パック	501	3p
3306	ペンギン芯なし6R(ツツガ) 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	

### ▽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
------	-----------	-----	-------

### ▽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

## ナチュロンお風呂洗い用との併用がおすすめ

### ナチュロンお風呂洗いスポンジ

お風呂掃除がしやすい大きめサイズのスポンジです。目の粗い構造なので、水切れが良く、速乾性に優れ衛生的。すき間に入りやすく、キズをつけにくい柔らか素材採用。耐久性に優れ経済的。

ひも付きで吊るして、乾かし、衛生的。

材質…スポンジ:軟質ポリウレタン、



3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ1ヶ	528	3p
------	------------------	-----	----

3319	粹水 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	4p
------	----	--------	-----	----

## 浄水用竹炭

### 静岡・竹炭紺屋 竹炭

#### 【おいしい水作り】

水道水1リットルに竹炭を1~2枚入れ、4時間以上置いて下さい。カルキ臭さやカビ臭を強力吸収し、竹炭からカルシウムやミネラル分が溶け出すので、お手軽においしいミネラルウォーターが作れます。

※10日毎に煮沸後、陰干し乾燥をし、2~5回程で交換して下さい。

※ご使用後は、土壌に混ぜ込むと、土壌中の微生物が活性化して、植物の根張りが良くなり元気に育ちます。



luamo Logonaジャパンがお届けするluamo  
環境にやさしい製品づくり

- 肌にやさしいこだわり
- ・天然由来成分のみ使用・石油由来成分不使用
  - ・紫外線散乱剤「酸化セリウム」使用
  - ・合成香料、タル色素、シリコン不使用
  - ・紫外線吸収剤不使用・ナノサイズ原料不使用

ベジタ

# Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ

# No.238

☆価格は税込

## ベースメイク&UVケア



健やかで心地よい、自然のチカラ。  
みずみずしい肌に導くベースメイク&UVケア

### Base Makeup

セットで使えば、さらに理想のベースメイクが完成!

- STEP1 オールデイプロテクトUVアクアヴェール  
STEP2 UVカラーヴェール ファンデーション  
STEP3 UVパウダーヴェール



さらりとした軽いつけ心地

ゼラニウムの香り

SPF28 PA+++

ずっと肌になじみ、

水のように軽いつけ心地の日焼け止めミルク。

自然の恵みたっぷりのオーガニック植物成分が、  
ツヤのある輝く肌に整えます。

### ルアモ UVシリーズ 翌々調配送

6715 オールデイ プロテクト UVアクアヴェール  
50g 4,620

くすみ、毛穴をカバーしたい

SPF26 PA+++



肌に溶け込むようになじみ、  
崩れにくく、素肌のような心地よさ。  
透明感のあるツヤ肌に仕上げます。  
明るい肌色のナチュラルベージュ。

### ルアモ UVシリーズ 翌々調配送

6716 UVカラーヴェール ファンデーション  
25g 3,960

「肌に合うかどうか心配」

「気になるけど買う前に試してみたい」

試供品

そんな方に、試供品をご用意しております。

この機会にぜひご注文下さい。

※数に限りがございますので、ご希望に添えない場合がございます。

### ルアモ UVシリーズ 翌々調配送

6790 UVカラーヴェール ファンデーション 0.5g 無償

カラーリニューアル

シルクのようになめらか

しっとりツヤ肌を演出

SPF50 PA++++

より素肌感のある肌に

馴染みやすいカラーにリニューアル!

くすみや毛穴をカバーしてサラサラ肌をキープ。  
ふんわり透明感が出る、ピンクベージュ。



### ルアモ UVシリーズ 翌々調配送

6717 UVパウダーヴェール 5g 3,960

## 美しさに出逢う、カラーメイクアップ

ナチュラル・オーガニックコスメの世界的な第三者認証であるNATRUE 認証を取得

## メイク

シルクのように、なめらかな質感がまぶたに優しくフィット  
オーガニックのコーンスターチをベースにしたパウダーアイシャドー。  
カカオバターやセサミオイルがデリケートな目元を  
守りながら、鮮やかな発色で目元に自然な立体感を与えます。

※開閉式簡易クリアケースに入っています。  
専用パレットがなくても、単品でもお使いいただけます。



### ルアモ メイク

翌々調配送

#### ■ナチュラルアイカラー

- 6701 サテンベージュ **アイカラー人気NO.1色!** 1.4g 1,375  
艶めく輝き、目元を明るく演出するベージュカラー
- 6702 モーヴピンク 1.4g 1,375  
華やかな輝きと穏やかな表情を描くモーヴピンク
- 6703 シャインオレンジ 1.4g 1,375  
フレッシュでポジティブなパワーに満たされるシャインオレンジ

- 6704 コッパーオレンジ 1.4g 1,375  
凛とした眼差し、光と影で奥行きをあたえるコッパーオレンジ
- 6705 キャラメルブラウン 1.4g 1,375  
マットな質感で肌に溶け込み、シックな目元を演出するキャラメルブラウン
- 6706 ショコラブラウン 1.4g 1,375  
温かみのある印象的な目元、マルチに使えるショコラブラウン

**ナチュラルマルチアイペンシル**

なめらかな描き心地で、目元にやさしくフィットしてナチュラルな仕上がりに。目元や眉にマルチに使えます。



**ナチュラルチークカラー**

しっとりとした肌と溶け込み、繊細な輝きを放つ艶やかで血色の良い肌。

**ナチュラルマルチハイライター**

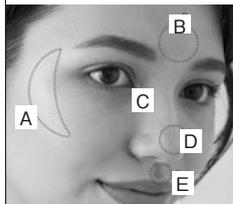
潤いヴェールと輝きをまとい、明るく立体感のある肌。  
※チークカラーとハイライターは開閉式簡易クリアケースに入っています。専用パレットがなくても、単品でもお使いいただけます。



**ルアモ メイク**

翌々調配送

<p><b>■ナチュラルマルチアイペンシル</b></p> <p>6707 カフェ 1.1g 1,100 アイライナーとして、アイブローとしてもマルチに使えます。自然な立体感、優しい印象のナチュラルブラウン成分変更しました。</p> <p>6708 ブロンド（スクリュージュブラシ付き） 1.1g 1,540 やわらかく、滑らかに眉を描くアイブローペンシルアイライナーとしても眉毛を整えるスクリュージュブラシ付き。</p> <p>6709 グレー 1.1g 1,100 上品な雰囲気をもと、ナチュラルに引き締める</p> <p>6710 オリーブブラウン 1.1g 1,100 存在感のある目元、大人の抜け感を演出</p>		<p><b>■ナチュラルチークカラー</b></p> <p>6711 □ーズ 2.8g 1,980 肌の奥から輝く自然なツヤ、透明感をまとうローズピンク</p> <p>6712 コーラル 2.8g 1,980 弾むような表情をひきだす、ヘルシーなコーラルオレンジ</p> <p><b>■ナチュラルマルチハイライター</b></p> <p>6711 シャンパン 2.8g 1,980 使い方：くすみを飛ばしたい場所や、A頬骨、Bおでこ、C目頭、D鼻の頭、E唇の山など高く見せたい場所に塗ってください。</p>	
---	--	---	--



好きなカラーを選んで、  
あなただけのメイクパレットに。

【組み合わせ例】

**パレット**

天然木の無垢材を使った、ルアモカラーメイク専用の木製パレット。

好きなカラーを選んで、あなただけのメイクパレットに。

国産の木材から一つ一つ手作業で蜜蝋仕上げを施しています。

サイズ：縦6.7cm×横6.7cm×厚み1.6cm

※木目の色や形などは一つずつ異なります。長く使い込んでいくと深みのある色に変化し、木目の味わいをお楽しみいただけます。

※ミラー、チップは付いていません。 ※中身（メイク製品）は入っていません。

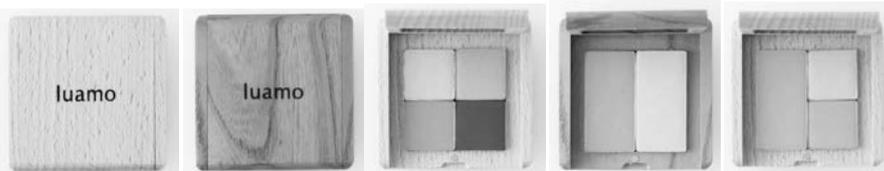
ブナ

ケヤキ

アイカラー  
4色

チーク&  
ハイライター

チークorハイライター  
& アイカラー2色



**ルアモ パレット**

翌々調配送

<p><b>■木製パレット</b></p> <p>6725 ブナ（白） 3,960 明るくやわらかな印象のホワイトカラー。シンプルな木目に、虎毛のような美しい模様。東北地方のブナを使用しています。</p>		<p>6726 ケヤキ（茶） 3,960 一つ一つ、色合いや木目に個性があるところが魅力。年月を重ねるにつれて、色の変化を楽しめます。山陰地方のケヤキを使用。</p>	
--	--	---	--

**SPEICK** natural cosmetics  
Beauty. A force of nature.

スパイクのこだわり

○コスモス認証取得 ○合成香料、合成色素、石油系ミネラルオイル不使用ヴィーガン対応（動物性原料不使用） ○アレルギーテスト済み

**ソープ**

**植物オイルとピュアなエッセンシャルオイルから作られた植物石けん**

持続可能なRSPO\*認定バーム油を使用。\*WWF（世界自然保護基金）等の団体が中心となり2004年に設立された非営利組織。新たに手付かずの森林等を開発しないこと、労働者・農園との公平な関係などを求めています。



**スパイク ソープ**

翌々調配送

<p>6720 ピオソープ ジョイ 100g 935 エネルギーチャージ 明るい気分 主なエッセンシャルオイル…グレープフルーツ、ライム、オレンジ、スペアミントなど</p>		<p>主なエッセンシャルオイル…オレンジ、パチョリ、スペアミント、ガルバナムなど</p>	
<p>6721 ピオソープ バイタリティ 100g 935 リフレッシュ 集中力 主なエッセンシャルオイル…レモン、オレンジ、リツェアクペバなど</p>		<p>6723 ヘアソープ（石けんシャンプー） 45g 825 高品質の植物油とナチュラルなエッセンシャルオイルの香りで作られた石けん。髪を保湿し絹のような輝きを与え、櫛どおり良く整えます。 使用方法：石鹸を手でクリーム状に泡立てて髪と地肌を洗い、よくすすいでください。髪がきしむ場合には、酸性のリンス（酢 大さじ1：水800 ml）をお使いいただけます。 ※髪が傷むので、石鹸で髪をこすらないよう、手で泡立ててご使用ください。</p>	
<p>6722 ピオソープ バランス 100g 935 体と心の調和 穏やかさ</p>			

若松味噌醤油店

翌々調配送

**福島** 創業は江戸時代末期  
郷土で永く愛されてきた至宝の味噌



小回りのきく家族経営の強みを生かした質の高い味噌



糀の力を引き出す伝統の糀蓋製法



**相馬田舎みそ**  
[5307] 極上 800g 500円  
一番まろやかで米糀のつぶつぶが特徴がの味噌  
[5313] 特上 800g 700円  
麴歩合15割の上品な麴の甘みが際立つこうじ味噌

[5314] 丹波黒大豆 500g 900円  
濃厚な甘みのある味噌、まずはお味噌汁に

つぶつぶしない  
飲みやすさ

ストレートタイプ  
味噌蔵の糀あま酒  
[5311] 500ml 756円  
[5312] 900ml 1,080円

創業時から守り抜いた伝統の手ごね・手もみで行う糀蓋製法で作られた米糀は独特の自然な甘みがあり、その糀で作る甘酒はお米本来の甘みや深みを引き出したかのような味わいです。つぶつぶしない飲みやすさ、そして独特の糀感を持つ『糀あま酒』が出来上がりました。



糀の甘味がしみ込んだお漬物

野菜やお肉・お魚を漬ける  
[5306] 若松味噌醤油店 三五八 500g 356円  
旬の野菜を漬けるだけで美味しいお漬物が簡単に！



水を混ぜるだけで出来ます

作られて1日くらいは常温に置く。床ができあがりましたら冷蔵庫で管理。

初回の漬物は塩角、塩気が強くなるので、時間を短めに。(きゅうりだったら、4~6時間ほど)

手入れ

毎日かき混ぜる必要はありません。野菜の水分で床がゆるくなったら、キッチンペーパーなどで吸い取ります。塩や新しい三五八漬けの素を足します

マヌカハニー

翌々調配送



抗菌作用

善玉菌増殖作用

抗ウイルス作用

抗炎症作用

濃厚な色合いとクリーミーな甘さ  
マヌカハニー  
体にいいものを選びたい、とにかく美味しいハチミツが食べたい！  
目的に合わせてどうぞ

マヌカヘルス・マヌカハニー

[5971] MGO115/UMF6 250g 3,240円 毎日続けたい  
[5973] MGO400/UMF13 250g 7,560円 美容と健康維持に

[5972] MGO263/UMF10 250g 5,940円 美味しく体調管理したい  
[5974] MGO573/UMF16 250g 11,880円 抗菌性重視

商品名のMGO数値は、食物メチルグリオキサールの含有量  
「食物メチルグリオキサール (MGO)」は、マヌカ木やその近隣種から採れる花蜜だけに見いだされる強力な抗菌効果をもたらす物質です

マヌカ (Leptospermum scoparium) とは、灌木種の一つで、ニュージーランドにのみ自生するフトモモ科の低木です

お茶

翌々調配送

国産ごぼうのやさしい香り  
煮出し・水出しどちらでも

[5995] 有機ごぼう茶 1.5g×30 1,296円  
丁寧に水洗いし乾燥させ、じっくり焙煎した国産ごぼうを細かく砕きティーバッグに入れました

沸騰水500mlに対してティーバッグ1袋を入れます。火を弱火にして、ふきこぼれないようふたをずらして約3分~5分間煮出します。火を止めて10分~15分位してティーバッグを取り出してください。

▼出来上がった国産ごぼう茶はふたをしたまま流水で、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やすと香りを逃さずおいしい国産ごぼう茶が出来上がります。

北海道産  
有機ごぼう使用

ノンカフェイン



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**

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

【温屠体制法】と呼ばれる屠畜直後の肉を使用することによって結着剤や保存料は一切使わず香辛料だけで作っています



冷凍興農無塩漬  
[5824] ベーコンブロック 9p  
250g 1760円

弱火でじっくり焼き上げてステーキに



[5824] 冷凍 興農  
無塩漬ベーコンブロック 9p  
250g 1760円  
原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



[5823] 冷凍 興農  
無塩漬ロースハムブロック  
300g 2376円  
原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



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

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、肉にとっても良く合います。

冷凍行者にんにく入り [5827] 冷凍ウィンナー 150g 767円

パジルの風味が食欲をそそる [5830] 冷凍パ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

[5834] 冷凍フランク 50g×5 1,150円



[5836] 冷凍生ソーセージ 200g 918円  
細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 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

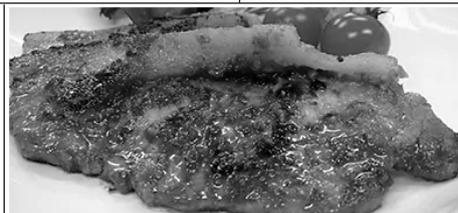


[5831] 冷凍ポローニアソーセージ 200g 950円  
海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。  
冷凍ハーブソーセージ  
[5832] 厚切り 120g 637円  
[5833] スライス120g 637円  
マジョラム・パセリ・オレガノを利かせました

ポローニア(丸い大型ソーセージ)



[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。  
興農牛は、13ページに移動しました

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

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

# 新処方で白浮きを解消し、透明感がアップ!



白浮きせずに スーッとのびる  
[6977] オーガニックUVミルク (SPF50・PA+++)  
30ml 3,080円

天然由来成分100%で作られた、肌にやさしいUVミルク。希少なオーガニックのアーデルワイスエキスは肌に潤いを与え、天然ミネラルが肌を紫外線からしっかり守ります。オーガニックのホホバオイル、ヒマワリオイルがベースのため、すーっと伸びてしっとりした使い心地。赤ちゃん・敏感肌の方にもおすすめです。

- 紫外線吸着材など、石油系原料不使用
- 赤ちゃんや敏感肌にやさしい
- 顔・体のどちらにもお使いいただけます
- 白浮きしずらく、すーっと伸びるミルクタイプ
- クレンジング不要。せっけんで洗えます
- 化粧下地にも使え、長時間メイクをキープ

日焼け止めだけじゃない  
オーガニック美容液がベースの贅沢



## ヘナ



色見本は  
こちらを参考に  
してください  
↓↓↓↓↓



▽ハーバルカラー/ベーシックタイプ▽			
6951	ライトブラウン	100g	1,760
6952	オレンジブラウン	100g	1,650
6953	ナチュラルブラウン	100g	1,760
▽スーパー/早染め▽			
6954	スーパーブラウン	100g	2,420
▽オーガニータ/オーガニック▽			
6971	ピターオレンジ	100g	1,980
6972	サハラブラウン	100g	2,530
6973	アースブラウン	100g	2,530
6974	ディープブラウン	100g	2,530
6975	インディゴブルー	100g	1,980
6976	ノンカラー	100g	1,760

## シャンプー



自然葉シャンプー  
[6981] 300ml 3,300円  
[6982] お試し30ml 440円

### 優しく洗う

天然アミノ酸の良質な泡で酸化した皮脂や毛穴の汚れをしっかりと洗い落とします。

### ヘナの色持ちアップ

色素を守りながら洗い退色を防ぎます。

### リンス不要

1本で簡単。5分程度泡を長くつけければ抜群のトリートメント効果。

### ダメージ毛を補修

毛髪の構成と同じ、18種の天然のアミノ酸配合だから補修力が抜群。

