



ベジタ

Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.242

新米を味わう 一汁一菜 和食朝ごはん

夏の厳しい暑さが終わりを迎え、過ごしやすい季節になりました。ベジタでは、長年お付き合い合せて頂いている有機農家の竹村さん、田島さん、赤羽根さんの新米が入荷しました。この時期にか味わえない、つやつやの新米をぜひお召し上がりください。

おいしい新米が出まわるこの季節だからこそ、ご飯を主食に温かな汁物と一品。シンプルに一汁一菜の『和食朝ごはん』をおすすめします。味噌汁やおかずには、旬の野菜をたっぷり使いたしましょう。旬の野菜に含まれる豊富な栄養素を取り入れながら、季節のめぐりを楽しむこともできます。

また、ごはんのお供には味噌汁をどうぞ。ベジタでは『酢屋茂』、『ヤマキ醸造』、『小野崎糀店』、『マルクラ食品』、『まるや八丁味噌』など各社こだわりの味噌を取り揃えております。いつもの味噌以外に、特徴の異なる味噌を常備しておくのもおすすめです。赤味噌や白味噌を使い分けたり、ブレンドにしてお好みの味を見つけるなど、具やその日の気分によって味噌の種類を変えてみると、バリエーションが広がります。

新米

■竹村さんの白米 (コシヒカリ) 茨城・竹村慎一さん
0429 竹村さんの白米 3kg 1,919 ~~2,020~~円

新米

■田島さんの玄米 (コシヒカリ) 栃木・田島穰さん
0430 田島さんの玄米 5kg 3,283 ~~3,450~~円

新米

■赤羽根さんの白米 (コシヒカリ) 栃木・赤羽根和郎さん
0431 赤羽根さんの白米 5kg 3,140 ~~3,305~~円

長野県立科町
信州みそ
酢屋茂

埼玉県児玉郡
有機味噌
ヤマキ

栃木県矢板市
浮糀みそ
小野崎

岡山県倉敷市
甘酒屋ならではの
甘い味噌
マルクラ



味噌 味噌汁は朝の毒消

4p	2101 酢屋茂 玄米味噌	650g	842円
4p	2102 酢屋茂 米味噌	650g	756円
4p	2103 酢屋茂 あわせ味噌	650g	756円
4p	2104 酢屋茂 麦味噌	650g	756円
	2105 ヤマキ有機玄米味噌	500g	999円
	2106 ヤマキ有機麦味噌	500g	999円
	2107 小野崎玄米味噌	750g	945円
	2108 小野崎米味噌	750g	913円
	2109 小野崎麦味噌	750g	902円
	2110 マルクラ白味噌	250g	270円
4p	2111 まるや有機八丁味噌	400g	862円
	2112 まるや有機・赤だし八丁味噌	500g	969円



二夏二冬かけて熟成『有機八丁味噌』
愛知県岡崎市八丁町・まるやレンビ

里芋の具だくさん味噌汁

作り方…①里芋は皮を剥いて好みの厚さにスライスし、塩もみして水洗いし、水気を拭き取る。②鍋に出し汁と里芋、玉ねぎ、油揚げを入れ、里芋に串がすつと通るまで煮る。③味噌渡しを使って、八丁味噌を溶く。④さいの目にカットした豆腐を入れ、一煮立ちしたら出来上がり。

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
商品配送	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18
翌々週配送品	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25

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.・商品番号・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、配達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。



キリッとしたさわやかな酸味 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。



青柚子ポン酢

青柚子果汁を搾り、濾して種を除いておき、醤油をあわせる。昆布と鰹節を加え冷蔵庫で寝かせる。さらしや漉し器で濾して、昆布と鰹節を取り除く

【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 1,231円 野：表組に表示			
玉ねぎ	700g	北海道・田中正広さん	
ニラ	1束	栃木・天谷幸男さん	
チンゲンサイ	1束	茨城・旭農園	
オクラ	1p	沖縄・真南風	
しめじ (ヒラタケ)	100g	茨城・チャイルドウッズ	

[0102] 果物野菜セット 1,620 1,879円 果：表組に表示			
里芋	500g	栃木・田島穰さん	
水菜	1束	茨城・旭農園	
きゅうり	300g (3本)	埼玉・ヘルシー深谷	
かぼちゃ	1/4ヶ	北海道・秋場農園	
りんご 千秋	500g	青森・新農業研究会	
青柚子	100g	茨城・枝農場	

[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 893 ~~949円~~

玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
野 0105	玉ねぎ	700g	432
0106	" 徳用	1.4kg	830 864
北海道・田中正広さん/防除0			
0107	じゃが芋	700g	356
0108	" 徳用	1.4kg	684 713
北海道・渡部信一さん/防除0			
0109	人参	500g	378
0110	" 徳用	1kg	718 756
北海道・秋場農園/有			
0111	さつま芋 紅東	700g	346
0112	" 徳用	1.4kg	657 691
茨城・常総センター/防除0			
果 0113	里芋	500g	346
0114	" 徳用	1kg	657 691
栃木・田島穰さん/防除0			
0115	長芋	300g	432
岩手・みちのく有機/有			

独特のぬめりが魅力

里芋

イモ類の中で特にカロリーが低く、ヘルシー。独特のぬめりは水溶性食物繊維です。胃の粘膜を保護して胃腸の機能を高め、腸の働きを活発にし、血糖値やコレステロール値の上昇を抑制する効果があるとされています。

常温で長期保存OK

洗わずにそのままの状態、新聞紙やキッチンペーパーで包んで、10℃~25℃の日の当たらない場所で保存します。

残った煮物で
里芋とおからの
コロッケ

冷蔵庫はNG



品番	品名	規格	価格(税込み)
長芋の浅漬け			
乱切りにした長芋を浅漬けの素に漬け込む。サクサク、トロ〜りとした食感で、箸休めにもピッタリ。			
[2227]	麴屋甚平浅漬の素	500ml	497円
蓮根のたらこあえ			
薄い半月形に切り、水にさらして水けをきる。蓮根とほぐしたたらこを小鍋に入れて酒・水を加え、弱めの中火で汁けがなくなるまで煮る。			
[1601]	冷凍三陸水産のたらこ	80g	983円
0116	蓮根	500g	551
茨城・常総センター/防除0			
0117	長ねぎ (むき)	300g	270
0118	" ダブル	300g×2	513 549
栃木・島田晴夫さん/有			



「野菜の達人」田島さんの里芋を徳用箱でお届けします!

[3701] 直送里芋 5kg 3629円

栃木・田島穰さん/防除0

PRICE
DOWN

野菜をもっとおいしくする オリーブオイルをひとまわし

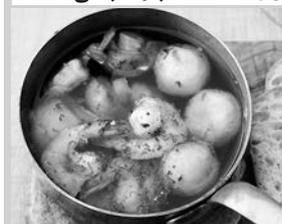


「アルベキナ種」のみを使用
シングルエステート・単一品種
若々しさを追求した早摘み。快い辛みも
楽しめるグリーンスパイシーなオイル
[2179] 有機 一期一会
エキストラバージンオリーブオイル
アルカラス溪谷産
450g 2268 ~~3240~~円

「一期一会」は、日本オリーブのオリーブオイル鑑定士が、現地のオリーブ生産者とのお付き合いの中で出合ったプレミアム級のエキストラバージンオリーブオイルを使用したオリジナルブランドです

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

サラダに
オリーブオイルに塩が
基本。レモンやお酢を
加えても
[0119] キャベツ
1/2ケ 248円
[0128] きゅうり
300g (3本) 421円



エビとマッシュルームの
アヒージョ
オリーブオイル、塩、に
んにくを入れて加熱
し、野菜を加える
[1718] 冷凍エコシュリンプ
むき身S 8p
約200g 1642円

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



クセがなく
シャキシャキとした歯ごたえ
水菜
すらりと細長く、葉には多くの深
いギザギザの切れ込みがあるのが
特徴です。

昔は大株が主流でしたが、最近
は小株の方が人気があるよう
です。肉や魚の臭みを消す作用
があるといわれ、鍋物や煮物
のほか、シャキシャキとした
歯ごたえからサラダにも用
いられます。



水菜と
油揚げのサラダ
油揚げを焼いて、クルトン風
に。



水菜となすの
味噌マリネ
こんがり焼いたなすを、味噌
&オリーブオイルでマリネ。
みじん切りの水菜をたっ
ぷりのせてどうぞ

[0515] 油揚げ 2p
2枚 238円

★ 0119	キャベツ	1/2ケ	248
0120	"	1ケ	472 497

群馬・清水明俊さん/防除4



塩昆布キャベツ
さっとゆでたキャベツに、
塩吹昆布・ごま油であえ、
いりごまをふる。
[1817] 塩吹昆布 3p
35g 443円
[2161] 玉絞め一番搾り
ごま油 180g 859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



冷凍いんげんのごま和え
冷凍のまま、いんげんに醤油
をかける。解凍したら、絞って
水気を切って、砂糖・すりご
までである
[2019] 国内産すりごま
白 30g 691円

*****	ほうれん草		終了
★ 0121	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 0122	ニラ	1束	173
★ 野 0123	" ダブル	2束	321 346
栃木・天谷幸男さん/防除0			
★ 果 0124	水菜	1束	205
茨城・旭農園/防除0			
0125	ベビーみずな	1p	151
茨城・HATAKEカンパニー/防除0			
★ 野 0126	チンゲンサイ	1束	205
茨城・旭農園/防除0			
0127	つるむらさき	1束	238
茨城・斉藤昭江さん/防除0			



チンゲン菜と
えびの炒め物
ザクザク切って強火でサッ
と炒めるのがコツ。
[1718] 冷凍エコシュリンプ
むき身S 8p
約200g 1642円



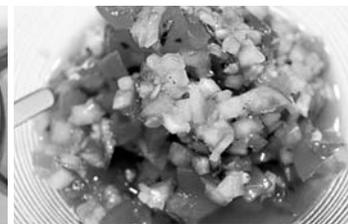
小松菜in麻婆豆腐
小松菜1袋を、ど〜んと、ど
うぞ。
[2210] 有機麻婆の素 2p
100g 281円
[1129] 冷凍健康豚 挽肉
150g 486円

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

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



じんわりくる辛さがやみつきハラペーニョ
 メキシコのトウガラシとして知られ、緑色のタバスコの原料にもなっています。国内でも生産されるようになりましたが、まだまだ珍しい野菜です。



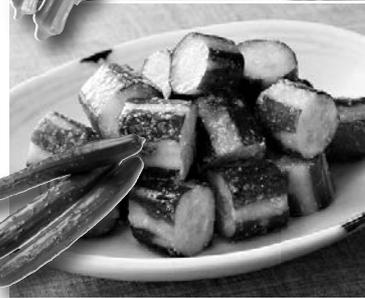
ピクルス オイル・塩・お酢などでソーイングするとき、手袋をお忘れなく
サルサソース 調理するときは、手袋をお忘れなく
 ですよ♪ ハーブスマン's

★	果	0128	きゅうり	300g (3本)	421
		0129	徳用	500g (4~6本)	659
			埼玉・ヘルシー深谷/防除1		
		0130	なす	400g	313
		0131	ダブル	上記2p	595 626
			栃木・桑川米子さん/有		
	果	0132	かぼちゃ	1/4ヶ	238
		0133	徳用	1/2~1/4ヶ	451 475
		0134	徳用	1ヶ	884 950
			北海道・秋場農園/有		
★		0135	ハラペーニョ	70g	259
			茨城・ハーブスマン's/防除0		
		0136	葉つき唐辛子	10本	248
			茨城・ハーブスマン's/防除0		
★	野	0137	オクラ	1p	238
		0138	ダブル	上記2p	418 476
			沖縄・真南風/防除0~4		

		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		
		0205	ブラウンえのき	100g	216
			長野・浦山さん/対象外		
★	野	0206	しめじ (ヒラタケ)	100g	184
		0207	ダブル	100g×2	349 367
			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	281
			島根・北村きのご園/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・南国きのご苑/対象外		
		0215	まいたけ	100g	378
			北海道・浜田産業/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		



オクラの味噌焼き
 オクラを縦に1本切り目を入れる。味噌・みりん・すりごまを合わせたものを詰め、グリルで焼く。
[2103] 酢屋茂 あわせ味噌 4p
 650g 756円



きゅうりの浅漬け
 切ったきゅうりをポリ袋に入れ、めん棒などで軽くたたき、おろしにんにく・塩、ごま油、酢を加えてよくもむ
[2147] 有機純米酢老梅 小 500ml 497円

		0139	ベビーリーフ	50g	162
			茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
		0140	大しょうが	100g	346
			高知・西村拓也さん/防除10		
★		0141	にんにく	1ヶM	259
			岩手・みちのく有機/有		

定番中の定番♪

とろっとしたなめこの味噌汁
 だしを煮立てた鍋になめこを加えて、ひと煮立ち。長くゆですぎてしまうとなめこの風味が落ちてしまうので注意！

ひと煮立ちさせたらアクを取り、油揚げやわかめ、豆腐、ネギなどの具材を加え、味噌を溶かす。
[2111] 有機八丁味噌 4p
 400g 862円



にんにくオイル焼き
 皮をむいたにんにくを、アルミオイルを二重にしたお皿に入れる。そこに、オリーブオイルを多めに入れ、塩をふる。オーブントースターで5分くらい、様子を見ながら焼いてどうぞ

		0217	健康緑豆もやし	250g	65
		0218	ダブル	250g×2	123 130
			栃木・上原園/対象外		
		0219	小大豆もやし	200g	91
		0220	ダブル	200g×2	172 181
			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		

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

0301	バナナ	700g	691
0302	" ダブル	上記2p	1286 1382

ATJ (フィリピンネグロス) /防除0

チョコバナナ
クレープ
[2012] ホットケーキ
ミックス(有糖)
400g 443円



品番	品名	規格	価格(税込み)
0320	柿 刀根早生	500g	518
0321	" 徳用	1kg	985 1037

奈良・萩本農園/防除5

果肉は硬くなく
それでいて柔らかすぎず程よい食感
柿 刀根早生
刀根早生柿(とねわせがき)は平核無柿
(ひらたねなしがき)の枝変わりです。
渋柿なので、炭酸ガスなどを使って柿渋
を抜いて出荷されます。



品番	品名	規格	価格(税込み)
0313	レモン	250g	313
0314	" 徳用	500g	595 626

熊本・福島柑橘園/有

とびきりの甘さと
やわらかい果肉
梨 南水
扁円な形をしていてサイズは
350gほどの中玉、糖度が高く
甘みが強く、酸味が少ない梨で
す。果汁が豊富でジューシーな
甘味を楽しめます。



品番	品名	規格	価格(税込み)
0315	青柚子	100g	270

茨城・枝農場/防除0

品番	品名	規格	価格(税込み)
0316	梨 南水	750g	940
0317	" 徳用	1.5kg	1785 1879

長野・燦燦ファーム/防除10

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。

品番	品名	規格	価格(税込み)
0318	梨 ゴールド20世紀	1kg	1296
0319	" 徳用	2kg	2462 2592

長野・燦燦ファーム/防除10

フカフカりんごもおいしく
りんごチップス
① りんごの芯を取り、スライサー
を使って、薄切りにする。
② キッチンペーパーで水気を拭き
取り、耐熱皿などに重ならないよう
に並べ、電子レンジ強(600W)で2~
3分程度加熱する。りんごに透明感
が出てきたらOK。③ オープンの天板にオープンシート
を敷き、②を並べる。150℃に余熱したオープンで焦がさ
ないように10~15分程度加熱し、庫内でそのままさます。



品番	品名	規格	価格(税込み)
0306	りんご トキ	750g	594
0307	" 徳用	1.5kg	1095 1188

青森・新農業研究会/防除12

爽やかな香りと酸味
レモン
レモンの酸味は主な成分はク
エン酸で、疲労回復、ストレス解
消、免疫力向上、成人病予防など
様々な効果があります。
疲れたときにきゅっとレモン
を絞ったドリンクや蜂蜜漬け
にしたものをどうぞ。
[0920] 中平農園の百花蜂蜜
600g 4385円



品番	品名	規格	価格(税込み)
0303	りんご 彩香	750g	626
0304	" 徳用	1.5kg	1190 1253
0305	" 徳用	3kg	2330 2506

青森・新農業研究会/防除12

品番	品名	規格	価格(税込み)
0308	りんご 千秋	500g	400
0309	" 徳用	1kg	759 809
0310	" 徳用	3kg	2230 2398

青森・新農業研究会/防除12

甘味酸味のバランスがよく
舌ざわりが自慢!
りんご 千秋
果肉は緻密で、皮が薄いので皮ごと
丸かじりするとパリッとして、とて
も歯ざわりが良いのが自慢です。果
汁も多く、甘味酸味がともに強い
ので、全体に濃くバランスが取れた美
味しいりんごです。



さわやかな甘みと香り
りんご トキ
皮は浅黄色、実は淡い黄色の新しい品種。酸味は弱く、コ
クのあるさわやかな甘みとシャキシャキとした食感。

ちょっと酸っぱいけどジューシー
りんご 彩香
酸味のあるりんごが好きな方にお勧め。酸味が強いただけ
でなく、甘みもあって、バランスが良い。歯触りがよく、
生で食べる他、お菓子作りにも

鮮やかな赤色!
甘味よりも酸味が強く、爽やかな味わい
りんご 紅玉
鮮やかな色と強い酸味が特徴です。お菓子作りだけでなく、
料理や飲み物など、様々な場面で活躍します。

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

お米の総合ビタミン剤

「胚芽米」

胚芽米は、特別な精米方法で胚芽を残したお米。白米に比べ、ビタミンEは約5倍、食物繊維は約3倍と豊富な栄養素に富み、玄米よりも食べやすく消化されやすいのが特徴です。



豊富な食物繊維とビタミンB群

胚芽米には、食物繊維・ビタミンB1が白米の3倍含まれています

何よりおいしい
白米の美味しさを追求した、特別な精米方法です



お米

▽	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽	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	1672 1760	有
	0404 "	5kg	4104 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	1785 1879	防除0
	0412 "	5kg	4402 4633	防除0
	0413 白米	2kg	1944	防除0
	0414 /	5kg	4784	防除0
▽	さゆり米 (あきたこまち・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	1467 1544	防除1
	0418 "	5kg	3591 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0
	0424 備蓄白米(さゆり米)	5kg	2884	防除0
	0425 備蓄玄米(さゆり米)	5kg	3316	防除0
	0426 備蓄白米(さゆり米)	5kg	3596	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	1919 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	3283 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	3140 3305	有



鮭の炊き込みご飯に
鮭の旨みで出汁いらず。あらかじめ焼いたものを炊き込めば、香ばしさが加わります

冷凍紅鮭(甘塩) 5p

[1610] 2切れ 896円

[1611] 徳用 5切れ 10p 2106円

[0206] しめじ(ヒラタケ) 100g 184円

▽	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽	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	950	
	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 有機玄米小豆粥&有機玄米クリームセット	200g×各1	462 486
0442 有機玄米小豆粥	200g	216
0443 " 徳用	200g×5	1026 1080
0444 有機玄米クリーム	200g	270
0445 " 徳用	200g×4	1026 1080

ぬか

もむように漬け込むだけ

米ぬかを酵母菌、乳酸菌で発酵させることにより、ぬか漬風味のおいしさを作り出しています

麴屋甚平・浅漬の素

[2227] 500ml 3p 497円

SPOFF [2233] ヶダブル

上記2本 924 ~~994円~~



0455 麴屋甚平・熟成ぬか床	1kg	702
0456 / 容器入	1.2kg	972
0457 / 補充用	400g	400
2227 麴屋甚平・浅漬の素	500ml	497 3p

卵

0501 平飼有精卵	10ヶ	610
0502 " ダブル	上記2p	1159 1220
0503 平飼有精卵 茨城・枝拓生さん	6ヶ	400
0504 うずら卵水煮	6ヶ×2	389
0505 " ダブル	上記2p	746 778
0506 味付けうずらの玉子	10ヶ	448

豆腐・揚げ

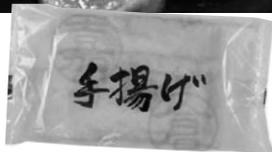
▽	品名	規格	価格(税込み)
▽	ごま豆腐 ▽		
	0507 高野山ごまとうふ 白	120g×2	324
	0508 / 黒	120g×2	324
	0509 / 金	120g×2	324

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

豚肉の油揚げ巻き
油揚げに薄力粉をまぶし、豚肉を上に乗せて塩・こしょう。くるくる巻いて楊枝でとめ、多めの油でカリッと焼く。あんかけにすれば、揚げ出し風。



油揚げ **2p**
[0515] 2枚 238円
SPOFF [0555] ダブル
上記2p 456 ~~475~~円
[1101] 冷凍 放牧豚
バラスライス **4p**
200g 781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
2p	0515 油揚げ	2枚	238
	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
2p	0532 えび入り京がんも	5ヶ	292
2p	0533 京がんも	7ヶ	351
2p	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
	0541 白和え	150g	281



一口サイズの京がんも

野菜を自社でカットしている
ので、歯ごたえがよい

[0532] えび入り京がんも **2p**
5ヶ 292円
[0533] 京がんも7ヶ **2p**
351円
[0534] ひじき入り京がんも **2p**
7ヶ 346円

小松菜と炊き合わせに

品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

納豆

藻塩で引き立つ
豆本来のほんのりとした甘み

安曇野 藻塩 長野産大豆 **1p**
[0549] 45g×2 184円
[0554] ダブル



上記2セット 356 ~~367~~円

長野県安曇野の水のきれいな圃場で収穫された大豆を使用。

長野県産の大豆は
少し大きめの中粒の大豆

噛むごとに豆の甘みが感じられます

▽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	1p
0550	実花 茨城産小粒	45g×2	184	
0551	ひきわり 青森産	40g×2	184	
0552	大粒 北海道産	45g×2	184	
0553	国産そばろ納豆	100g	292	

漬け物

0601	ヤマキ たくあん漬	カット1本	486
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	ゆず大根	150g	394	
0608	白菜漬	250g	378	
0609	浅漬け紅かぶら漬	150g	394	2p
0610	柚子白菜漬	250g	378	
0611	刻みすぐき	120g	394	2p
0612	刻みみぶ菜	150g	394	
0613	きゅうりのふる里漬	90g	421	
0614	マイルドしば漬	90g	421	
0615	白菜キムチ	200g	373	
0616	キャベツ浅漬	200g	394	
0617	きゅうりの浅漬	180g	394	2p
*****	水なす漬		終了	

梅干し

希少な在来種の「林州」を
海の精の塩で漬けました

[0620] 紅玉梅干林州 **4p**

120g 724円



中粒で果皮がうすく柔らかな「林州」をつけました。一般的な梅干の二倍の赤シソを使って、あざやかな紅色に仕上げました

0618	有機南高梅	180g	994	
0619	有機梅干	180g	918	
0620	紅玉梅干林州	120g	724	4p
0621	有機小梅	100g	864	
0622	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



赤紫蘇をエアードライ乾燥させて作るワンランク上の赤シソフレークです。



[0827] 有機しそフレークダブル
SPOT 30g×2 1048 1080円

原材料…有機赤しそ(和歌山県産)、漬け原材料(食塩、有機梅酢)

鯉節屋がつくった
ご馳走ふりかけ
新丸正 海宝飯ふりかけ



[0828] 海宝飯ふりかけ ダブル
SPOT 28g×2 1,601 1684円

原材料…かつお削りぶし、ひとえぐさ、のり、とろろ昆布(昆布、醸造酢)

大根おろしで和えたり、
おひたしにふりかけたり、
たっぷりのカルシウムをどうぞ



[0829] 冷蔵しらす干しダブル
SPOT 100g×2 1,450 1588円

原材料…かたくちいわしと真いわしの稚魚 ※沖から汲み上げた海水で煮て、天日で干しました。

第52回 全国水産加工たべもの展
『水産庁長官賞』受賞!
遠忠食品 江戸前生のり



[0830] 江戸前生のりダブル
SPOT 80g×2 869 896円

原材料…生黒のり(千葉県木更津産)、本醸造醤油(国内産)、麦芽水飴(甘藷)、洗双糖、味の母、かつおだし(国内産)

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お惣菜です。
ご飯のお供に、箸休めにご利用下さい。



[0831] 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

国産丸大豆と長崎産芽ひじきを
ふっくらと炊き上げました。



[0832] ひじき五目煮ダブル
SPOT 100g×2p 922 959円

原材料…ひじき(国産)、発酵調味料、大豆(国産)、こんにゃく、醤油、砂糖、油揚げ、人参(国産)、かつおだし、食塩 ※そのままお召上がり下さい。

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



[0833] とりごぼうご飯の素ダブル
SPOT 170g(2合炊)×2 1,562 1688円

1中た歯
ごめ華けざ
箸飯ノ風のわ
休のおメこり
めおトんにの
とかツマに良
しずびにまひ
てやニア油国
グレを産
加の
ジス、
ラ

[0834] 国産味付メンマダブル
SPOT 90g×2 1,110 1146円

原材料…メンマ(愛媛産)、醤油、砂糖、魚介エキス、ごま油、食塩、香辛料(胡椒、唐辛子)

炊飯器に入れて混ぜるだけ
遠忠食品の便利なご飯の素セット



[0835] 国産きのこご飯の素
ダブル
SPOT 170g×2 1,006 1083円

国産原料を主原料にしています。
温かいご飯の上にかけるだけ!
五日揚げ焼きそばとしてもお楽しみ頂けます。



[0836] 中華丼の具ダブル
SPOT 180g×2×2p 1,182 1231円

原材料…鶏がらスープ、野菜(白菜、たけのこ、にんじん、しいたけ、きくらげ、長ねぎ、にら、しょうが)、豚肉、醤油、でん粉、清酒、植物油(なたね油、ごま油)、オイスターソース、砂糖、チキンエキス、食塩、こしょう、一味唐辛子(原材料の一部に小麦、大豆、米を含む)

熱1自凍出わ
湯袋然雲か
を分の乾地
注い風燥方
いお味特赤
でル味噌産
だわ
さ入れを
ださ
かめ
と

[0837] 赤だし味噌汁ダブル
SPOT 9g×6×2 743 787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

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。



[0838] 冷蔵 ふんわり豆腐
ハンバーグダブル
SPOT 90g×3×2p 1,130 1177円

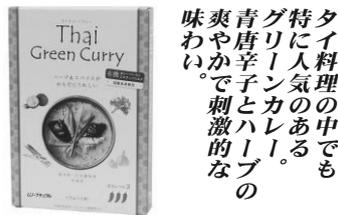
※電子レンジで1個あたり3分程、加熱して下さい。

豆腐にひじき 胡麻にごぼう
食物繊維とカルシウムたっぷり



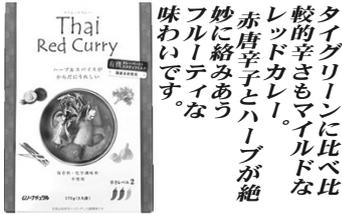
[0839] 冷蔵 ごぼうとひじきの豆腐団子ダブル
SPOT 18g×8×2 954 994円

原材料…鶏肉、豆腐、玉ねぎ、豚脂、人参、ごぼう、パン粉、長ねぎ、鶏卵、澱粉、ごま、醤油、菜種油、清酒、ひじき、青海苔、しょうが、食塩、胡椒 ※電子レンジで温めてください。



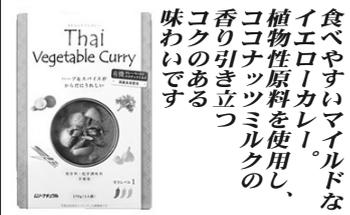
[0840] タイ・グリーンカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 1088円

原材料…野菜(なすび、たけのこ)、有機ココナッツミルク、鶏肉、有機グリーンカレーペースト(有機青唐辛子、有機レモン Gras、有機にんにく、有機ジャロット、食塩、有機コリアンダーシード、有機ガランガル、有機カイファイラム、有機クミン)、植物油、有機砂糖、ナンプレー(魚醤(魚介類)、赤唐辛子/酸味料(クエン酸))



[0841] タイ・レッドカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 1088円

原材料…野菜(人参、たけのこ)、有機ココナッツミルク、鶏肉、有機レッドカレーペースト(有機赤唐辛子、有機レモン Gras、有機にんにく、有機ジャロット、有機ガランガル、食塩、有機コリアンダーシード、有機クミン、有機カイファイラム)、植物油、有機砂糖、ナンプレー(魚醤(魚介類)、赤唐辛子/酸味料(クエン酸))



[0842] タイ・ベジダブルカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 1088円

原材料…野菜(たまねぎ、じゃがいも、いんげん)、有機ココナッツミルク、有機イエローカレーペースト(有機ジャロット、有機レモン Gras、塩、有機にんにく、有機赤唐辛子、有機コリアンダーシード、有機ガランガル、有機生姜、有機クミン、カレー粉)、植物油、酵母エキス、食塩/酸味料(クエン酸)



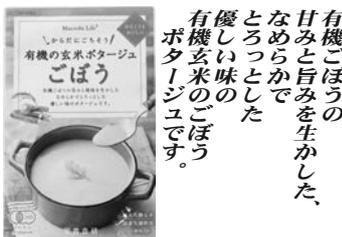
[0843] タイ・マッサマンカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 1088円

原材料…有機ココナッツミルク(タイ製造)、じゃがいも、鶏肉、有機マッサマンカレーペースト(有機唐辛子、有機ガランガル、有機レモン Gras、食塩、有機ジャロット、有機にんにく、有機コリアンダーシード、有機生姜、有機クミン)、植物油、有機砂糖、ピーナッツ、カシューナッツ、ピーナッツバター、食塩、タマリンドペースト/酸味料(クエン酸)



[0844] AUGA OGコーンスープ
ダブル 400g×2 1164 1208円

原材料…有機とうもろこし、有機ココナッツクリーム、有機コンパウダー、食塩、有機西洋ネギ、有機オニオンパウダー、有機黒コショウ



[0845] 有機玄米ポタージュ・
ごぼうダブル
SPOT 135g×2 691 742円

原材料…有機ごぼう(国産)、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩(海の精)

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目で、
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
100g×2×2 1,581 1688円

原材料…興農牛ミンチ・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。

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	有機しそフレーク	30g	540
4p	0704	海宝飯ふりかけ	28g	842
	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
4p	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▽

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

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

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

▽スープ▽

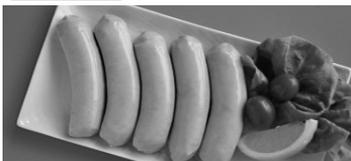
	0801	【冷凍】わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	【冷凍】赤だし味噌汁	9g×6	383

▽中華惣菜・他▽

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

興農ファーム 翌々週配送品 (10/21~10/25)

北海道 興農ファーム **牛や豚を育てて終りではなく 自分たちの手で加工**



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



[5826] 冷凍粗挽きミニウィンナー **4p**
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 3p
	0809	タイ・レッドカレー	170g	540 3p
	0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540 3p
	0811	タイ・マッサマンカレー	170g	540 3p
	0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432
	0813	【レトルト】ベジタリアンのための野菜カレー	200g	400
	0814	【レトルト】ベジタリアンのための豆カレー	200g	400
	0815	【レトルト】ベジタリアンのための根菜カレー	200g	400
	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	AUGA・0Gコーンスープ	400g	600 3p
	0822	有機玄米ポタージュ・かぼちゃ	135g	356
	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 2p
	0825	有機玄米ポタージュ・さつまいも	135g	356
	0826	有機玄米ポタージュ・あずき	135g	356

▽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 翌々週配送品 (10/21~10/25)

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 **4p**
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。

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

**牛乳を飲んで、お料理に使って
家族みんなの健康維持につなげましょう**

コップ一杯の牛乳の栄養成分

牛乳には、生命維持のために欠かせない「たんぱく質」「脂質」「炭水化物」の三大栄養素に加え、日本人の食生活に不足しがちなカルシウムなどのミネラルのほか、ビタミンAやビタミンB2などが豊富に含まれています。

コップ一杯(200ml)の牛乳の栄養素を見てみると、カルシウムは227mg(含まれる栄養素全体の約35%)と高い割合を示しています。



乳製品

※ビン容器を回収します。
きれいに洗って返却して下さい。

▽牛乳・乳飲料▽				
3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C	1000ml	434
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が使われています。生乳100%ですのでま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	612 639
	0906	ドリンクヨーグルト	200g	205
▽バター・他▽				
	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 (10/21~10/25)				
	5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	346
	5316	" ダブル	上記2p	670 697

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ァ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	567

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

3p	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

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

**低GI値の天然甘味料・GI値27
有機アガベ・シロップ ゴールド**

高級テキーラの原料でもあるリュウゼツラン科アガベ属「ブルーアガベ」を原料とした、100%天然甘味料です。

GI(血糖上昇値)値は27と極めて低く(砂糖、蜂蜜、メイプルシロップなどの1/3以下)、血糖値が上がりやすく、リンゴより低いため、血糖値が気になる方におすすめです。

そのままかけて

ヨーグルトに、パンケーキやトーストなどにそのままかけてください。蜂蜜ともメープルシロップとも違う甘さをお楽しみいただけます。



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
	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



年に一度しか作れない紅玉りんごジャム。
干しいちじくを加えることで、砂糖は少量でもコクのある味わいに。
いちじくのプチプチ感もアクセント!
ほんのりピンク色に仕上がります。
ノヴァ レシピ

紅玉りんごと干しいちじくのジャム

材料...紅玉りんご正味450g、干しいちじく100g、砂糖(ビート グラニュー糖)40g、塩ひとつまみ

作り方...①りんごは皮をむいて4つ割りにし、うすい塩水にくぐらせ、5mm位のいちよう切りにする。皮は後で色付けに使うのでとっておく。②干しいちじくは1cm位のダイスに切る。③りんご、干しいちじく、砂糖、塩を混ぜて30分ほどおく。④りんごの水分が出てきたら、りんごの皮と水100ccほどを加えて火にかけて、煮立ったら弱火にして30分ほど煮込む。⑤りんごと干しいちじくが煮溶けてピンク色になったら、皮を取り出す。

[0311]りんご 紅玉 1kg 842円

ノヴァ 干しいちじく

濃厚な甘みと独自のつぶつぶした食感。トルコ・イズミール地方で栽培された、皮の薄いスミルナ種を、完熟した最大サイズの粒だけを限定して収穫・加工しました。



ノヴァ 有機プルーン種あり

果肉が厚く風味豊かな、カリフォルニア産の有機プルーンです。その年に実ったものから最大サイズの実だけを限定して収穫し、最もおいしい種の周りの果肉を残して種つきのまま乾燥。香り高く味わい深く仕上がりました。



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	ドライ克蘭ベリー	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

天然酵母パン ザクセン

<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</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>卵・牛乳・油脂を含まないシンプルなドックパンです。</p>  <p>[1083] ドックパン 4ヶ 589円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>ほんのり甘いかぼちゃの入ったデニッシュパン</p>  <p>[1070] かぼちゃデニッシュ 2ヶ 583円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、バター(国産)、かぼちゃペースト(国産)、洗双糖、ホシノ酵母、天塩</p>	<p>家庭でお子さんのために作ったような、安心できる材料で作りました</p>  <p>[1082] メロンパン 1ヶ 308円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、卵(平飼卵)、バター(国産)、酵母、天塩、国産レモン果汁</p>
<p>チョコチップをクッキー生地練りに練り込みました。温めるといっそうおいしく美味</p>  <p>[1081] チョコチップメロンパン 1ヶ 297円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、バター(平飼い)、チョコチップ、天然酵母、天塩、小麦蛋白(国産)</p>	<p>何よ本層つ格に葉派もの折バりター込んをだ</p>  <p>[1060] クロワッサン 2ヶ 524円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、バター(国産)、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>よもぎパンの中につぶあんを入れました。</p>  <p>[1080] よもぎあんぱん 2ヶ 432円</p> <p>原材料…つぶあん(北海道産小豆、鹿児島県産粗糖、食塩)、小麦粉(国産)、粗糖(鹿児島県産)、天然酵母、よもぎ粉末(国産)、食塩</p>	<p>よもぎの独特な香り 国産よもぎ使用</p>  <p>[1066] よもぎパン 5ヶ 599円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、天然酵母、天塩、よもぎ粉末(国産)</p>
<p>柔らかく砂糖でめんの生地が最小限</p>  <p>[1057] バケット 400g 459円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、天然酵母、天塩、洗双糖</p>	<p>シンプルな材料で小麦の風味を楽しめます 砂糖・油脂不使用</p>  <p>[1058] バターロール 230g 454円</p> <p>原材料…小麦粉(国産)、天然酵母、天塩</p>	<p>レーズンとくるみ入り 有機認証のオーガニックパン</p>  <p>[1078] 有機全粒粉パン 1ヶ 761円</p> <p>原材料…有機小麦全粒粉(国内製造)、有機小麦粉、有機レーズン、有機くるみ、天然酵母、食塩</p>	<p>北海道産小麦ド使用</p>  <p>[1051] 食パン 1斤 459円 [1052] 6枚切り 6枚 454円</p> <p>原材料…小麦粉(北海道産)、洗双糖、ホシノ酵母、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)

3p	1051	食パン	糖	1斤	459
3p	1052	食パンスライス6枚	糖	6枚切り	454
	1053	胚芽食パン	糖	1斤	567
	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	556
	1055	国産16穀食パン	糖	6枚	578
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	567
3p	1057	バケット	糖	400g	459
3p	1058	バターロール		230g	454
	1059	プルーンパン	糖・オリブ油	255g	578
3p	1060	クロワッサン	糖・バ	2ヶ	524
	1061	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	599
3p	1062	プチパン	糖	5ヶ	502
	1063	ごまコッペ	糖	1ヶ	427
	1064	プチレーズン	糖	5ヶ	599
	1065	くるみのプチパン	糖・マ	4ヶ	583
3p	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
	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	3p
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・コンプレ		250g	707	
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
------	-------------------	------	-----



とろーりチーズとベーコンをのせた朝食にぴったりのトーストです。美味しくて、ボリューム満点!!

ベーコンチーズトースト

作り方…①玉ねぎは薄切りにする。ベーコンは食べやすくカットする。②食パンにバターをぬって、玉ねぎ、ベーコン、チーズの順にのせる。③オーブントースターでチーズが溶けるまで焼く。

[1403] 冷凍放牧豚ベーコンスライス 65g 410円 2p

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



八丁味噌とはちみつの相性は抜群！じっくり寝かせることで豚肉に味がしみ込んでおいしくなります。焼く時には、しっかり液を拭き取ると焦げにくくなりますよ。まるや八丁味噌レシピ。

豚ロースの味噌漬けソテー

作り方…①(八丁味噌20g、はちみつ20g、酒大さじ2、黒胡椒少々)は保存袋

に入れて味噌が溶けるまで、揉み混ぜる。②豚厚切り肉1枚をラップに包んでから、麵棒でたたいて伸ばす。③①に豚肉を入れてしっかり揉み込み、一晚冷蔵庫で寝かせる。④フライパンに油をひき、③の液汁を紙タオルで拭き取ってのせる。弱火で焼き、途中裏返したらアルミをかぶせて焼き上げる。

4p [2111] 有機八丁味噌 400g 862円

健康豚 ロース切り身

最上級の部位『ロース』を厚めにカットしました。肉のきめは細かく、柔らかい部位です。



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。

4p	1101	冷凍	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特徴のバラ肉です。						
	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なミンチにしました。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ふもとで飼育し、飲み水は地中を流れる伏流水を井戸で汲み上げ与えています。良質な澱粉質を主体に植物性原料100%の飼料を用い、ゆったり飼育に200日を要し、コクのある脂肪に包まれた美味しい肉に仕上げました。薬剤添加は獣医師の指導に基づいて行い、出荷の80日前からは無薬飼料のみに切り替えて育てます。

	1121	冷凍	健康豚	ローススライス	150g	767
	1122	冷凍	健康豚	ロースしゃぶ用	150g	783
	1123	冷凍	健康豚	モモスライス	150g	637
	1124	冷凍	健康豚	モモしゃぶ用	150g	724
4p	1125	冷凍	健康豚	バラスライス	150g	680
	1126	冷凍	健康豚	生が焼スライス	150g	702
	1127	冷凍	健康豚	ヒレ	150g	1,058
4p	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、パラパ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、パラパ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
----	----	----	---------	------



秋の味覚でほっこり！野菜たっぷりの豚汁はおかずがいらないくらいの満足感

秋の恵みの豚汁

作り方…①野菜(里芋、大根、ごぼう、にんじん、長ネギ)は適宜に切り、しめじはほぐす、油揚げは熱湯をかけ湯抜きしておく。こんにゃくは約5mm厚さの正方形に切り、熱湯で2~3分間ゆでて臭みを抜き、ざるに上げる。②鍋にごま油を熱し、豚肉、長ネギを炒め、肉の色が変わったら、野菜、しめじ、こんにゃくを加えて炒め、全体に油が回ったら、油揚げを入れて、水かだし汁を入れ強火で煮る。③蓮根、にんじんが煮えたら、酒で溶いた味噌を入れる。④隠し味に、醤油も美味。

2p	[0515]	油揚げ	2枚	238円
2p	[1918]	一穂のこんにゃく	300g	335円
	[0109]	人参	500g	378円
	[0113]	里芋	500g	346円
	[0117]	長ねぎ(むき)	300g	270円



冷凍 興農豚 バラスライス

脂肪分の多い部位ですが、興農ファームの豚肉は脂身がしつこくなく、旨みとコクが凝縮しています。

翌々週配送品(10/21~10/25)

▽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	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

5p

地の恵みが育んだ独特の風味と食感が魅力

金子製麺 春巻きの皮

金子製麺の皮は火を入れない「生」タイプ。一般の春巻きの皮と違い、厚みがあり、生地を焼く工程をとっていません。生地が柔らかく巻きやすい皮です。

独特の粘りと風味がある埼玉県産小麦と、豊かな香りと深いコクが特徴の農林61号をブレンドして製粉しています。

原材料…小麦粉(地粉)、食塩、打ち粉(馬鈴薯澱粉(国内産)・甘藷澱粉(国内産))



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

2p

品名	規格	価格(税込み)
----	----	---------



鶏肉と根菜のうまみたっぷり
お弁当やおつまみに、
和風おかずの決定版！

筑前煮

作り方…①鶏もも肉・人参は一口大に切る。②里芋は一口大にし、数回ゆでこぼす。蓮根は乱切り、ゴボウは皮をこそげ、乱切りにし酢水にさらす。干し椎茸は戻して、そぎ切り。こんにゃくは一口大にちぎり、さっとゆでる。③鍋に油を熱し、野菜(インゲン以外)と、こんにゃく、鶏肉、竹の子水煮を炒める。(干し椎茸のもどし汁・水カップ2・甜菜糖・酒・醤油・みりん)を加え、沸騰したら弱火で、煮汁が少し残るくらいまで煮込む。

5p [2511] 干し椎茸・どんこ(大) 45g 994円



胸肉を使用した、揚げないレシピ。
アガベシロップを使ったタレを絡めて、
美味しさはそのまま、
簡単ヘルシーに仕上げました！

ヘルシーなチキン南蛮

作り方…①鶏胸肉は繊維に沿ってそぎ切りにする。塩、酒で下味をつけ片栗粉をまぶす。②フライパンに多めの油を熱し、①を両面焼く。焼き色がついたら蓋をして2分ほど蒸し焼きにする。③フライパンの余分な油をペーパーでふきとり、合わせた調味料(醤油、アガベシロップ、酢大さじ各3)を入れる。煮詰めながら照りよく仕上げる。④皿に鶏肉を盛り、タルタルソースをかける。

4p [2231] 平飼い鶏の有精卵タルタルソース 155g 702円
3p [0918] 有機アガベシロップゴールド 330g 648円



簡単調理『麻婆の素』もぜひどうぞ！
麻婆豆腐

作り方…①にんにく、生姜、ネギはみじん切りにする。②(豆板醤、醤油、砂糖、酒、塩)は合わせておく③中華鍋に油を熱し、にんにく、生姜、ネギ、挽肉の順に炒める。肉に火が通ったら、豆腐を加えてひと煮立ちさせる。④②を入れて、水溶き片栗粉、ごま油を入れる。とろみがついたら出来上がり。

2p [2210] 有機麻婆の素 100g 281円
2p [2009] 片栗粉 200g 281円



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(3.3m)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。

4p	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
	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
	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

品名	規格	価格(税込み)
----	----	---------

**北海道恵庭
ファーマーズファクトリー**

放牧豚 ベーコンスライス

バラ肉を使用し、しっかりとした食感と『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
SPR 1404		"	ダブル	上記2p	796 829



お肉と、たっぷり野菜を合わせたおかずになるサラダです。カリカリにんにくチップと、おろしポン酢が味の決め手！

焼き肉サラダ

作り方…①にんにくチップを作る。にんにく1片は薄切りにする。小さなフライパンに油を多めに熱し、にんにくを弱火で揚げる。色づき始めたら引き上げる。②にんにく1片をみじん切りにする。①の油から大さじ1を別のフライパンに入れて熱し、みじん切りにんにくと、牛肉を炒める。③ほうれん草は食べやすい大きさにちぎり、10分程水にさらす。④器にほうれん草、ルッコラ、貝割れ、ミニトマトを盛り、②をのせる。大根おろしとにんにくチップをのせ、ポン酢をかけていただく。

興農牛ロース焼肉用

味わいのあるロース肉の特に美味しい部分を焼肉用に手切りしました。(約3mm厚)



翌々調配送品 (10/21~10/25)

▽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
5802	〃	徳用		400g	2,165
5803	冷凍	興農牛	すき焼き用	200g	1,345
5804	冷凍	興農牛	しゃぶしゃぶ用	200g	1,345
5805	冷凍	興農牛	ロース焼肉用	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
5812	〃	徳用		400g	1,463
5813	冷凍	興農牛	挽肉	250g	1,145
5814	〃			400g	1,717



南伊豆水産 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

静岡地方に伝わる伝統的なはんぺん
南伊豆水産 鯛はんぺん

美味しい召し上がり方

- 1、生でそのまま
- 2、醤油をつけて焼く
- 3、軽く焼いて、生姜醤油又はゆず胡椒醤油で
- 4、おでんの具にする
- 5、フライにする（バーガーにすると美味しい）
- 6、オリーブOIL、ゴマ油をひいて焼く（油で焼くと食べやすくなります）
- 7、お味噌汁やお吸い物の具に（ダシが出て美味しい）



南伊豆水産 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）、醗酵調味料、馬鈴薯でん粉、砂糖、カツオブシエキス、清酒、食塩、揚げ油（米油）



高橋徳治商店 冷凍 ソフトはんぺん

北海道産の助宗タラすり身に宮城県気仙沼のヨシキリザメ肉を加えた昔ながらの原料と製法で作られたふんわりはんぺんです。

原材料…魚肉（タラ）、豆腐（大豆）、食用米油、ばれいしょでん粉、砂糖、醗酵調味料、魚介エキス

【無添加発泡】

一般的にふわふわに発泡させた生地には増粘多糖類が必要になり、増粘多糖類不使用のはんぺんは非常に珍しです。当社では原料の特長を活かし、昔ながらの製法と職人による技術により増粘多糖類を一切使用せず、ふんわりとした食感に仕上げました。



ポイント	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円	980	
3p	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	
終売	****	うずら卵天 卵	4ケ	583	
	1508	たこボール	8ケ	502	
	1509	ねぎちぎり揚げ	100g	540	

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

	1510	青のり小判	3枚	437	
	1511	ごぼう巻き	5本	562	3p
	1512	まぐろもろこし	100g	551	
	▽宮城 高橋徳治商店				
	1513	凍 おとうふ揚げ	170g5ケ	394	
	1514	凍 お好みさつま揚げ	160g2ケ	491	
	1515	凍 さつま揚げ	190g5枚	508	3p
	1516	凍 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540	3p
終売	****	凍 笹かまぼこ	115g(23g×5)	470	
終売	****	凍 ごろごろ茶豆ちぎり揚げ	100g	470	

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ッケポーク
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。



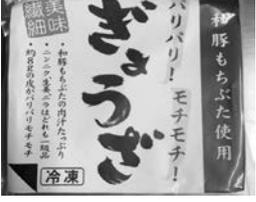
冷凍 レンジでざく切りキャベツメンチ
原材料…パン粉、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、なたね油、小麦粉、卵、牛乳、食塩、片栗粉、ブラックペッパー、ナツメグ

里芋と蓮根の異なる食感が楽しめるミニコロッケ。



冷凍 レンジで里いもレンコンコロッケ
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

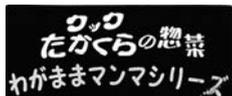


冷凍 餃子
原材料…野菜（キャベツ、ニラ、ニンニク、しょうが）、豚肉、豚油、でん粉、香味植物油、食塩、砂糖、ごま油、醤油、皮（小麦粉、もち米でん粉、食塩）、（一部に大豆を含む）/酒糟

まきば 新潟 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ッケ▽	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ッケ	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ッケ	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	1521	冷凍	チキンカツ	2枚入り	578
	1522	"	ダブル	上記2p	1,109 1,166
4p	1527	冷凍	ササミのチーズフライ	170g	788
	1528	"	ダブル	上記2p	1,514 1,576
4p	1529	冷凍	中華丼の素	200g	756
	1530	"	ダブル	上記2p	1,452 1,512
4p	1531	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	670
	1532	"	ダブル	上記2p	1,286 1,346
3p	1537	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	583
	1538	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166
6p	1539	冷凍	パクパク餃子	30個	1,253
	1540	"	ダブル	上記2p	2,405 2,506

▽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、大豆たんぱくにつまわる代替肉 (お肉の代わりに使う食材) というイメージをなくすべく、大豆ミートとは呼ばず、グッドミーと表現します。

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

自然解凍後、二合の酢飯に混ぜる

2p

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

3p

[1523]	冷凍	きつねごはんの素	150g	427円
[1524]	"	ダブル	上記2p	819 855 円
[1525]	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	583円
[1526]	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166 円

原材料…油揚げ (国産大豆使用)、干し椎茸、人参、醤油、洗双糖、みりん、酒
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

自然解凍して温めるだけでサクッと美味しい食卓には勿論お弁当にも最適!

4p

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

3p

[1535]	冷凍	からあげ	130g	745円
[1536]	"	ダブル	上記2p	1,431 1,496 円
[1533]	冷凍	すきやき風コロッケ	150g	594円
[1534]	"	ダブル	上記2p	1,140 1,188 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
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

3p

植物素材の美味しいお惣菜
大豆ミートの酢豚風おかず

3p

[1555]	冷凍	グッドミーのベジタブルミートソース	140g	599円
[1556]	冷凍	グッドミーのちっちゃなベジバーグ	6個	621円

原材料…粒上大豆たんぱく、玉ねぎ、トマトホール、トマトケチャップ、味噌、赤ワイン、サラダ油、根しょうが、にんにく、味の母
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

3p

[1585] 冷凍 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
バリバリの皮です

3p

[1586] 冷凍 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)、つなぎ (鶏卵、馬鈴薯でん粉))、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

4p

[1587] 冷凍 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

3p

[1588] 冷凍 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つけています。

▽口福広場▽	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

1570	冷凍	有機ブ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

春巻とグラタンを手作りで製造 杏掛冷食



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しています。

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

**マグロやカツオで
手こね寿司**

[1605] 冷凍まぐろ赤身

7p

200g 1350円

刺身はもちろん、醤油漬けにして漬け井や、手巻き寿司に



解凍方法

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



まぐろの香草パン粉焼き

パン粉に、にんにく・パセリのみじん切りを混ぜ、常温に戻したまぐろの両面にまぶす。オーブントースターの天板にまぐろを入れ、残った香草パン粉をのせる。オリーブ油を全体にふりかけ焼く

[0141] にんにく

1ヶM 259円

30%OFF [2179] 一期一会エキストラバージンオリーブオイル
アルカラス渓谷産 450g 2268 ~~3240円~~

ハワイの漬け料理「ボキ」

まぐろは角切り、たまねぎは薄切りにする。ポン酢・ごま油でまぜ、味をなじませる

[2156] 有機ポン酢醤油

250ml 464円

[0105] 玉ねぎ 700g 432円



カルパッチョ

さっぱりとしたレモン醤油タレなら、和食でも洋食でも!

[2154] 有機レモン100%

しぼりたて 180ml 562円

[0221] ベビーラディッシュ

(かいわれ) 1p 65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

▽切り身魚▽

5p	1610	冷凍 紅鮭(甘塩)	2切れ	896
10p	1611	冷凍 " 徳用	5切れ	2106
	1612	冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1613	冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
4p	1614	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788

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	1134
1713	冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875	

高尾の魚

翌々週配送

[5655] 冷凍 さば西京漬 2切れ 632円 3p

味噌を軽くふきとるのが焦げないポイント。粉をつけて竜田揚げにも



▽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 3p

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

SPOT



脂の乗った天然もの 4p

[1616] 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。

**にんにく香る
甘辛醤油味はいかが**

[1614] 冷凍メカジキ
ステーキカット 4p

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!

[0141] にんにく

1ヶM 259円



**鯉節、昆布の
豊かな風味**

[1601] 冷凍三陸水産の
たらこ 80g 983円 5p

スケトウダラ卵を独自の調味液でじっくりと漬け込みました。すけとうだらの卵(アメリカ)、食塩、砂糖、鯉節、昆布

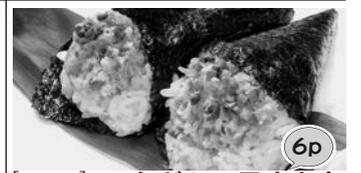


冷凍紅鮭(甘塩) 5p

[1610] 2切れ 896円

[1611] 5切れ 2106円 10p

脂ののった紅鮭を塩のみで漬け込みました。



[1604] 冷凍ネギトロ用すき身

(サラダ油使用) 200g 1134円

油分を少なめにしたあっさりタイプ。手巻き寿司やネギトロ丼に

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▽			
	1716	冷凍 エコシュリンプ M	約200g	1598
	1717	〃 L	約200g	1696
8p	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 貝・エビ・ホタテ	180g	848
	▽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
4p	1724	冷凍 アジ開き	2枚	810
	1725	〃 ダブル	2枚×2	1539 1620
	1726	冷凍 ひと塩サワラ切身	3切	713
隔週	1730	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	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	4p
1755	冷凍 揚げるだけ!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	4p
1757	冷凍 メカジキ竜田揚げ用	200g	594	
1758	冷凍 まぐろメンチ	60g×4	756	



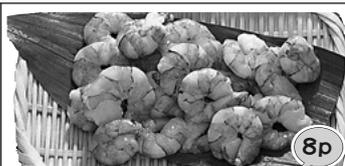
お弁当のおかずにも
[1756] 冷凍イカ下足 250g 778円 (4p)
 竜田揚げ用
 八戸漁港で水揚げされたムラサキイカをしっかりと漬け込みました。お子様にも食べやすい味付けとなっております。



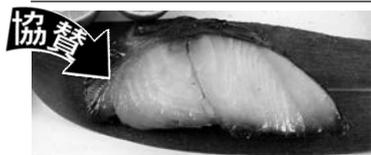
ボリューム満点で食卓の主役になる
[1753] 冷凍日本のやさしいアジフライ 50g×4 778円 (4p)
 鳥取県境港で水揚げされた新鮮で身厚なあじに、手作業で丁寧に生パン粉をつけて加工しました。
 原材料：アジ、衣(パン粉、小麦粉、馬鈴薯でん粉、食塩、コショウ、小麦たん白)



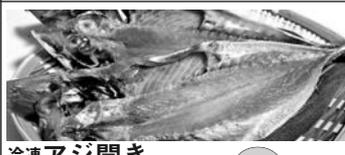
[1727] 冷凍赤魚開き一夜干し 1枚 578円
 アメリカ産。脂がしつこくなく、旨味のぎゅっと詰まった一夜干し



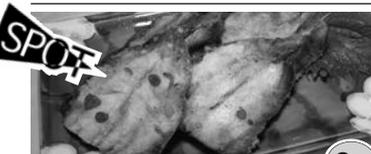
[1718] 冷凍エコシュリンプ むき身S 約200g 1642円
 薬剤不使用。プリプリの食感、しっかりとしたうまみ。バラ凍結



[1729] 冷凍こだわりの味噌漬け銀だら 1切 956 ~~1120~~円
 濃厚な脂の銀だらを、上品な味噌漬けに仕上げました



冷凍アジ開き
[1724] 2枚 810円 (4p)
[1725] 上記2p 1539 ~~1620~~円
 アイルランド/脂の乗りが良く、上品な塩加減が美味



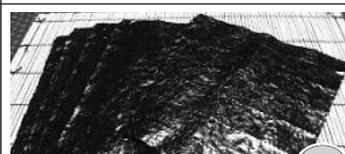
[1728] 冷凍(生)いわし開き 5枚 567円
 下処理して開いてあります天ぷらやフライ、塩焼きに。



冷凍国産サバ塩こうじ漬け
[1711] 2切れ 567円 (3p)
[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



[1615] 冷凍特上シメサバ 1枚 702円
 茨城産の脂ののった真サバを米酢・食塩のみで漬けました



[1809] 焼き海苔/宮城産 半裁×20枚 740円
 一番美味しい12月上旬の黒のりのみ使用

海藻、のり

▽海藻、のり▽				
1801	鳴門生わかめ(塩蔵)/徳島	150g	535	
1802	カットわかめ	50g	832	
1803	三陸茎わかめ 剣山裂き	300g	470	
1804	海草サラダ	100g	351	
わかめ・茎わかめ・昆布・赤すぎのり・赤のりなど。塩蔵				
1805	寿司はね焼のり/福岡	全形10枚	594	
1806	焼ききざみ海苔	20g	540	
1807	おにぎり用焼き海苔2ツ切10枚×3		1080	
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	4p
1810	食卓焼き海苔/宮城産	4枚×25	713	
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

SPOT [1814] 青のりバラ干し 20g 497円 (3p)

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





夏の疲れがたまっていませんか？
消化にもやさしい、温かいうどんをどうぞ
かけうどん

たっぷりの湯でうどんを茹で、ざるに上げて水気をきる。丼に盛り、温めた麺つゆをかけてお好みの具材を乗せる。

[2138] 日東のそばつゆストレート
400ml 537 ~~787~~円

金子製麺 季穂地粉生うどん

季穂生うどんの太麺は、しっかりとしたコシがありながら、滑らかなのどごしが魅力です。また、昔ながらの製法が、小麦本来の香りをそのまま伝えます。

茹で時間の目安6~7分。

原材料…小麦粉、食塩、打ち粉（馬鈴薯澱



金子製麺 ふわふわもちもちむっちりうどん

金子の生うどんの中でも、最強のふわふわ・もちもち・むっちり食感を楽しめる傑作です。厳選した小麦本来の香りも際立ちます。茹で時間の目安1分。

原材料…小麦粉、食塩、小麦たんぱく



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

麺類

▽生麺▽

2p	2401	季穂(きすい)地粉生うどん(太) (2人前)	130g×2	270
2p	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



**淡麗系の澄んだ醤油スープが活きる
平打ちちぢれ麺
懐かしさを感じる、昔ながらの中華そば**
日本の中華麺 淡麗鶏ガラ醤油

国産小麦粉と、国産小麦農林61号自家製粉を使用しています。「蒙古王かんすい」による、豊かな風味と歯ざわりのよいコシ、なめらかな舌触りがうれしい乱切り平打ちのちぢれ麺です。

昔ながらの、あっさりしているながらだしのコクがある中華そばを指した、鶏ガラ醤油ラーメンです。

3p	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	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	486
	2413	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	302
	2414	生スパゲティー	150g×2食	308
	2415	生フェットチーネ	150g×2食	308

七星食品 冷凍さぬきうどん

香川県産小麦と食塩だけで作った冷凍讃岐うどん。つるりとした喉ごし、モチモチとした歯ごたえと強いコシが特徴です。

茹で時間の目安太麺1分。

原材料…小麦粉(香川産)、食塩



▽冷凍麺▽

2p	2416	凍 さぬきうどん	200g×3	410
	2417	〃 ダブル	上記2p	788 828
	2418	凍 十割生そば	130g×2	594

▽乾麺▽

	2419	地粉うどん(田島さんのうどん)太	250g	286
--	------	------------------	------	-----

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
終売	****	地粉うどん(田島さんのうどん)細	250g	286
2420	吉野葛そうめん	250g	540	
2421	純国産手延べそうめん	250g	486	
2422	足柄古式そば	240g	329	
2423	究極そば	200g	535	
2424	特選そば	200g	562	
2425	さくらの焼そば	114g×2	421	
▽	即席麺	桜井食品▽		
2426	しょうゆらーめん	99g×4袋	799	
2427	しおらーめん	99g×4袋	799	
2428	みそらーめん	101g×4袋	799	
2429	とんこつらーめん	103g×4袋	842	
2430	国内産ロングパスタ	300g	432	

**スープ、グラタンなどに
桜井食品 エルボパスタ**

北海道で契約栽培されたキタホナミ小麦を100%使用して作りました。国産小麦のショートパスタです。ひじ(エルボ)のように曲がっているからエルボパスタ。ゆで時間は約4分です。

原材料…北海道産契約栽培小麦粉・小麦グルテン



2431	国内産エルボパスタ	300g	432	2p
2432	DeLucaオーガニックパスタ スパゲッティ	500g	508	
2433	DeLucaオーガニックパスタ ペンネ	500g	622	
2434	DeLucaオーガニックパスタ フジッリ	500g	622	
2435	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	鯉平削り(花カツオ)	40g	405
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

**上質な大分県産原木栽培椎茸を使用
ゆっくり熱風乾燥、天日で熟成
干しいたけ・どんこ**

●美味しく戻すには、冷水で一晩冷蔵庫で戻すだけ!

5℃くらいの冷水(冷蔵庫内)に、10時間前後かけて戻してください。早く戻したいときは冷蔵庫内で約1時間水戻してから四つ切りか八つ切りにして、再度30分くらい水戻しします。

冷水は浸るくらいの分量がベスト。ビニール袋に水とともに入れ、口をしっかり閉めて冷蔵庫に入れておくと、場所をとらず香りも飛びません。

戻し汁は捨てずに椎茸だしとしてお使い下さい。



▽干し椎茸▽

2511	干しいたけ・どんこ(大)	45g	994	5p
------	--------------	-----	-----	----

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

北海道江別市 江別製粉

麦の里江別パン用粉

小麦の生産から製粉、加工、消費までがかなう“麦の里えべつ”で採れた小麦のみ使用しています。
 品種の配合は「ハルユタカ」や「きたほなみ」と「ゆめちから」などがブレンドされています。江別市産小麦のみをした小麦粉です。
 「ハルユタカ」は、1985年作付開始の強力系小麦。味わいが抜群ですが、栽培が難しく生産量が極めて少ない希少品種です。その流通量の約90%を江別製粉が取扱っています。



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

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	
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	有機乾燥さくらげホール	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	

粉・豆・ごま

▽粉▽

	2001	おいしい強力粉	400g	302
	2002	こな屋さんの南部地粉(中力粉)	1kg	475
	2003	地粉(薄力粉)	500g	389
4p	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	星六きな粉	80g	405
	2011	重曹	300g	416
	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	281
	2017	小豆かぼちゃ	200g	367

▽胡麻▽

	2018	国内産すりごま 黒	30g	626
	2019	国内産すりごま 白	30g	691
	2020	無双 練り胡麻 白	240g	799

そのままご飯にのせて

**お弁当のおにぎり
浅漬け、炊き込みごはん等に
塩吹昆布**

北海道昆布とヤマヒサの醤油、喜界島の粗糖、シママースを使用した塩吹昆布です。細切りタイプ。
 原材料…乾燥昆布(北海道産)、醤油(小麦・大豆を含む)、砂糖、食塩



**おつゆ、みそ汁に。うどんの具に。
やきふ おつゆ麩**

国内産の小麦を原料に使った、口ざわりの良いやきふです。手焼きで丁寧に焼き上げました。
 おつゆふは小さいサイズなので、味噌汁・お吸い物などに、水で戻さず出来あがった後にそのまま入れてください。
 原材料…小麦粉、小麦タンパク(グルテン)、山芋粉



	1908	やきふ	40g	292	2p
	1909	おつゆふ	1袋30g	292	2p
	1910	糸寒天(国産)	30g	616	

▽素材・缶▽

	1911	とうもろこし缶(ホ-ルカ-レ)	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



**千葉産直サービス缶詰、人気No.1
魚の栄養、DHA・カルシウムも手軽に
千葉産直サービス
ミニとろイワシ・味付**

旬最盛期に、千葉県銚子港で水揚げされる鮮度のよいマイワシの中から脂の乗った良質なサイズだけを厳選し、喜界島産さび糖と国産丸大豆醤油だけで骨まで柔らかく煮込みました。

1缶あたり2~3尾入りの食べ切りタイプ。
 原材料…まいわし(銚子港)、醤油、砂糖(喜界島粗糖)



	1915	ミニとろイワシ・味付	100g	378	2p
SP	1925	" ×5セット	上記5p	1,796	1,899
	1916	とろイワシ水煮	150g	497	
	1917	オイルサーディン	100g	443	

おでん、芋煮、けんちん汁などに

奥多摩の山ふところ清流秋川のおいしい水を使い、吟味された蒟蒻粉で作りました。伝統の風味を活かし、また昔ながらの製法で、真心をこめて製品を練り上げています。

池谷 一穂(いっすい)の蒟蒻

一穂のこんにやく
 契約栽培の国産こんにやく芋を使用。
 昔ながらのバタ練製法で作っています。ねばり、弾力、風味、味しみよく仕上げました。



▽こんにやく▽

	1918	一穂のこんにやく	300g	335	2p
	1919	一穂の生芋こんにやく	230g	297	2p
	1920	手どりこんにやく	250g	389	2p
	1921	しらたき	230g	335	
	1922	くろたき	230g	346	
	1923	乾燥糸こんにやく	25g×10	594	

乾物・缶詰・素材

▽乾物▽

	1815	とろろ昆布(富士酢使用)	30g	432
	1816	とろろ昆布	50g	524
3p	1817	塩吹昆布	35g	443
	1818	ひじき/国内産	40g	821

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

愛知 甘強酒造

創業1862年(文久2年)当初から本みりんを醸造

昔仕込本みりん

原料に自社で醸造した粕取焼酎(焼酎乙類)を使用し、香り高いみりに仕上げています。コクのある上品な甘みで、そのまま飲んでも美味しい!

酒 [2143] 蔵の素

昔仕込本みりん 720ml 1287円 6p

2年半以上貯蔵熟成。味・香り共まるやかな口当たりで、そのまま飲用としてももち米、米麹、本格焼酎




原料である餅米は、高温蒸気で50分以上蒸しあげます

調味料

鶏の味噌マヨ

ポリ袋に味噌・昔仕込本味噌・マヨネーズを入れ混ぜ合わせ、フォークなどで小さな穴をあけた鶏ももを入れよくもみ漬け込む

[1301] 冷凍播州百日鶏 もも 200g 821円 4p



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽味噌▽			
4p	2101	玄米味噌	650g	842
4p	2102	米味噌	650g	756
4p	2103	あわせ味噌	650g	756
4p	2104	麦味噌	650g	756
	2105	有機玄米味噌	500g	999
	2106	有機麦味噌	500g	999
	2107	玄米味噌	750g	945
	2108	米味噌	750g	913
	2109	麦味噌	750g	902
	2110	白味噌	250g	270
4p	2111	有機・八丁味噌	400g	862
	2112	有機・赤出し八丁味噌	500g	969
	▽醤油▽			
	2113	イマイ醤油	1000ml	799
	2114	国産特別栽培醤油 蔵造り	1000ml	1242
	2115	有機醤油	720ml	1296
	2116	〃	300ml	680
	2117	木桶仕込醤油	1000ml	1426
	2118	海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	983
	2119	木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518
	▽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
15p	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

▽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
		マスコバド糖黒みつ		終了
	2133	てんさい含蜜糖 粉末	500g	497 3p
▽塩こうじ▽				
	2134	有機玄米塩麹	170g	648
▽つゆ▽				
	2135	弓削多有機だしつゆ	300ml	1037
	2136	ヒカリ有機だしつゆ	300ml	551 3p
	2137	三河白だし	400ml	1242
	2138	日東のそばつゆ(ストレート)	400ml	537 767 30%OFF
▽みりん類・料理酒▽				
	2139	味の母(みりん風調味料)	720ml	999
酒	2140	三州三河みりん	700ml	1122
酒	2141	有機 三州味醂	500ml	1144
酒	2142	本みりん 福来純	500ml	935
酒	2143	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1287 6p
酒	2144	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1298
酒	2145	いづつプレスラン(料理用ワイン)赤	720ml	1023
酒	2146	〃 白	720ml	1023
▽酢▽				
	2147	有機純米酢 老梅 小	500ml	497
	2148	〃 中	900ml	875
	2149	富士酢(米酢)	500ml	864
	2150	美濃有機玄米黒酢	360ml	756
	2151	純りんご酢	500ml	572 3p
	2152	富士すし酢	360ml	756
	2153	カンタン八芳酢	360ml	508
	2154	有機レモン100%しぼりたて	180ml	562 3p
	2155	有機梅酢 赤	200ml	540
	2156	有機ポン酢醤油	250ml	464
	2157	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670
▽食用油類▽				
	2158	国産なたねサラダ油	450g	972
	2159	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1642
	2160	国産なたね油	450g	918 5p
	2161	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
	2162	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
	2163	最高級ラー油	45g	616
	2164	日本オリーブ ^{有機エキストラ} オリーブオイル	180g	1944
	2165	〃	450g	3240
	2166	カルボネール ^{有機エキストラ} オリーブオイル	458g	2327
	2167	パレスチナの ^{エキストラ} オリーブオイル	273g	1858

一生に一度の出会い

「アルベキナ種」のみを使用した

単一品種のEXバージンオリーブオイル

[2179] 有機 一期一会

エキストラバージンオリーブオイル

アルカラス渓谷産 450g 2268 ~~3240~~円



PRICE DOWN

▽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

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽ソース類▽			
	2201	有機ウスターソース	250ml	454
	2202	有機中濃ソース	250ml	454
	2203	職人の夢・有機中濃ソース	200ml	540
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
	2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
2p	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
	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	
2303	奄美カレー甘口	180g	486	
2304	カレースパイスセットレギュラー	5~6皿分	335	
2305	〃 ハード	5~6皿分	432	
2306	タンドゥリーチキン用スパイス11g(5~6人用)		281	
2307	スリカレー	35g(約8皿分)	507	
2308	カレーの壺マイルド*	220g/約18皿分	626	
2309	〃 オリジナル	220g/約18皿分	626	
2310	〃 スパイシー	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	2p
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	799	
▽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	
2319	白コンヨー	20g	346	
2320	カレーの壺ペッパー 黒ホール	20g	388	2p
2321	〃 黒粗挽き	20g	388	2p
2322	セイロンシナモン パウダー	20g	389	
2323	柚子こしょう	40g	373	
2324	有機生姜末・ビン	40g	756	4p
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	

まろやかな風味 すっきりとした甘み
てんさい含蜜糖・粉末 3p
 [2133] 500g 497円
SPOFF [2175] 〃 ダブル
 上記2パック **964 994円**
 冷めた時に甘さが強く感じられる特徴があるので、料理によっては量は控え目にご使用ください。
 てん菜(ビート)



オリゴ糖が5%以上含まれています。
 ※オリゴ糖は、糖質のひとつでビフィズス菌などの有用菌の栄養源となります。

SPOFF **きゅうりと玉ねぎ 2種のピクルス入り**
 [2231] 平飼い鶏の有精卵タルタルソース 4p
 155g 702円
 国産きゅうり・淡路島産たまねぎの2種のピクルスをたっぷり配合。
 なたね油、ピクルス(たまねぎ酢漬け、きゅうり酢漬け)、卵、有機りんご酢、砂糖、食塩、香辛料(マスタード、白コンヨー)

1gで生しょうが約10g 各種料理に
 [2324] 有機生姜末 ビン 4p
 40g 756円
 有機生姜を熱風乾燥し、微粉末にしました
 有機生姜(中国産)



[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、こんぶ

[2136] ヒカリ有機だしつゆ 300ml 551円
 3p
 国内産鰹節と昆布から極上のだしを自社でとり、有機本醸造醤油と合わせました




[2151] 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。

[2126] 海の家 漬物塩 1.5kg 3240円
 15p
 カルシウム粒の選別を省いて、価格を抑えました

[2210] 有機麻婆の素 100g 281円
 2p
 麻婆豆腐や麻婆茄子、麻婆春雨などに。





[2160] 国産なたね油 450g 918円
 5p
 北海道なたねの一番搾り(压榨法)油のみ。焙煎菜種の香りと、琥珀色がそのまま残っています
 食用なたね油(遺伝子組替えてない)

[2154] 有機レモン 180ml 562円
 3p
 焼魚やお刺身に生レモンと同様に、またレモネードなどにも。

[2312] ココナッツミルク 200ml 345円
 2p
 漂白剤や酸化防止剤は使用していません
 ココナッツ、安定剤(グアーガム)






242~244限定 かぼちゃのおかし



再販
ほんのり甘いサブレ
サンコー かぼちゃサブレ
国内産小麦粉を主原料に北海道かぼちゃ粉末、カルシウム分を加え、ワッフル風に焼き上げました。

原材料…小麦粉(国産)、砂糖(てん菜糖(北海道産))、マーガリン(卵・乳成分を含む)、鶏卵、加糖れん乳、かぼちゃ粉末(かぼちゃ(北海道産))、食塩/貝殻未焼成カルシウム、膨張剤(重曹)

SP★ [2875] かぼちゃサブレ 6枚(1枚×6袋) 259円 2p



新製品
スティックタイプのビスケット
ノースカラース 純国産かぼちゃスティック
国産かぼちゃを生地に練り込み、ほんのり黄色く焼き上げました。野菜が手軽に美味しく食べられます。
膨張剤・ショートニング・乳化剤を使用しない優しい甘さの無添加ビスケットです。

原材料…小麦粉(国産)、粗糖(さとうきび(沖縄産))、こめ油(米(国産))、かぼちゃパウダー(かぼちゃ(国産))、食塩(海水(沖縄産))、酵母(国内製造)

SP★ [2877] 純国産かぼちゃスティック 15g×4袋 270円 2p



再販
カマボコ屋さんがつくったお魚チップス
別所蒲鉾
米粉入りお魚チップス・かぼちゃ
魚肉は国内産100%。酸化防止剤、リン酸塩、うま味調味料不使用。島根県産「きぬむすめ」米粉入り。小麦不使用。国産かぼちゃのペーストを使用。

原材料…魚肉すり身(魚肉(国産)、砂糖)、馬鈴薯澱粉、食用なたね油、かぼちゃペースト、米粉、砂糖、食塩、魚粉(アジ、食塩)、魚醤(イワシ、食塩)、昆布だし、かつおだし

SP★ [2876] 米粉入りお魚チップス・かぼちゃ 40g 286円 2p

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2828	純国産りんごゼリー	11ヶ	313	
終売 ****	国産果汁のスティックゼリー	16g×12	432	
2829	豆乳ドーナツつてんさい糖	155g	292	
2830	豆乳ドーナツ黒砂糖	155g	292	
2831	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540	
2832	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540	
2833	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540	
2834	バタービスケット キャラメル	4枚×3袋	594	
2835	純国産北海道バタークッキー	2枚×4包	324	
2836	純国産芋けんぴ	125g	280	
2837	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264	
▽スナック▽				
2838	純国産ポテトチップス・うしお	55g	221	
2839	純国産ポテトチップスのり塩	53g	221	
2840	純国産さつま芋ちっぷ	115g	238	
2841	有機グリーンピースチップス	45g	298	2p
2842	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	
2843	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	
2844	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	
▽あられ・煎餅▽				
2845	乳しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	322	
2846	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	238	
2847	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	238	
2848	有機玄米プラス・めかぶ	30g	238	
2849	草加せん・ミックス	6枚	443	
2850	柿の種	80g	324	
2851	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	540	

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 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

4p	2807	冷蔵 牧場ミルクアイス	110ml×2	691
4p	2808	冷蔵 はちみつバニラアイス	110ml×2	691
4p	2809	冷蔵 ミルクコーヒーアイス	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 **在庫限り**

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	
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
終売 ****	冷蔵 チョコキャンデー	65ml×6本	950	
5p	2819	冷蔵 宇治金時キャンデー	65ml×6本	950

▽和菓子類▽

3p	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
	2823	有機ほの甘あずき	55g	238
4p	2824	干し芋 今週限り	200g	864
	2825	有機・楽笑栗	125g	454
	2826	オーガニック小麦のどらやき	1個	184

▽その他▽

2827	純国産みかんゼリー	11ヶ	313
------	-----------	-----	-----



チラシをご覧ください

再販

**フェアトレード&オーガニック
第3世界ショップのチョコレート
今シーズンより、
乳原料を使用せず、
オーツ麦粉を練りこんだ
プラントベースチョコレートが新登場!**

オーガニック・フェアトレードの原材料で作る、食べる人にも、作る人にもやさしいフェアトレードチョコレート。有機JAS認証取得。



乳化剤など添加物は一切使用せず、伝統的な製法でじっくり練り上げることで、なめらかな口どけと、カカオの芳醇な香りが広がるチョコレートに仕上げました。

チョコレートを作るスイスの生産者は、カカオ農家や砂糖農家への有機栽培の指導や、現場の生活の改善・品質向上プロジェクトに取り組み、フェアトレードにより長期的な関係を築いています。

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

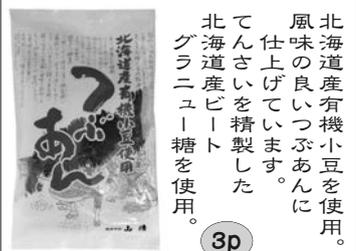
[2901] 東毛酪農のアイスクリームセット

1セット5種類 1,642円728円
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



ネージュ アイスクャンディー
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。
宇治金時
有機栽培の粉末緑茶使用。
中にあんこが入っています。

[2818] 冷凍 ブルーベリーキャンデー 65ml×6本 950円 5p
[2820] 冷凍 宇治金時キャンデー 65ml×6本 950円 5p



北海道産有機小豆を使用。
風味の良いつぶあんに
仕上げています。
てんさいを精製した
北海道産ビート
グラニュー糖を使用。

[2822] 北海道産有機小豆使用つぶあん 200g 441円 3p



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)

[2821] 冷凍三色だんご 4本 572円 3p



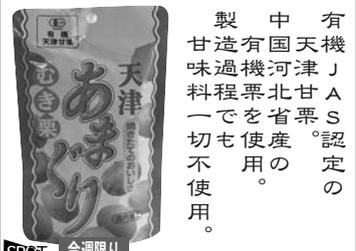
安心・安全な有機JAS認証品
栄養豊富な
グリーンピースを
油を使用せずに
軽食感に焼き上げました。

[2904] 有機グリーンピース チップスダブル 45g×2 578円898円 5p



・COM
農薬、化学肥料不使用の
さつまいもは、収穫後、
ふかしてスライスした後、
じっくり天日干ししました。

[2824] 干し芋 200g 864円 4p



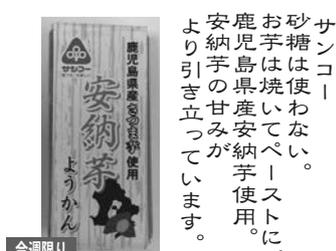
有機JAS認定の
天産甘味料のみ使用。
中製工程で一切不使用。
甘味料はすべて不使用。

[2902] 有機むき栗・天津あまぐり 80g×2 691円722円 5p



サンコー
いろいろな形が
いる。いろいろな
楽しさ。いろいろな
ほろのり。甘くふつ
ふつ。

[2903] おやつカステラダブル 130g×2 581円898円 5p



サンコー
砂糖は使わない。
お芋は焼いてペーストに
お芋は焼いてペーストに
鹿島産安納芋使用。
安納芋の甘みが
より引き立っています。

[2905] 安納芋ようかんトリプル 58g×3 560円898円 5p



第3世界ショップ
素焼きのローストした
アーモンドを
メイプルシロップで
コーティングした自然派
砂糖や香料は不使用

[2907] メープルアーモンドダブル 40g×2 954円898円 5p



第3世界ショップ
人気NO.1フレーバー。
ヘーゼルナッツパウダー
練り込んだ、
なめらかな口どけ
カカオ分38%

[2906] ミルクチョコレート&ビターチョコレート 各1 100g×2 1,634円898円 5p

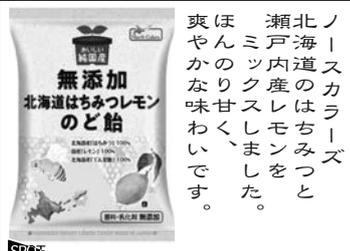


カカオの苦味と甘さが
ベストバランス。
芳醇なカカオの香りを
いかした大人の味わい。
カカオ分55%



第一酵母
コーポンの天然酵母と
プロポリスを併用。
甘味はスクワリ、
ピリツと濃厚なプロポリス
季節の変わり目に！

[2909] プロポリスキャンディ 28g×2 664円898円 5p



ノースカラース
北海道のはちみつと
瀬戸内産レモンを
ミックスしました。
ほんのり甘く、
爽やかな味わいです。

[2908] 純国産北海道はちみつレモン のど飴ダブル 57g×2 503円898円 5p

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
	▽豆菓子▽				
	2852	黒糖くるみ	65g	496	
	2853	きな粉くるみ	65g	496	
3p	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	
2p	2857	純国産北海道はちみつレモンのど飴	57g	259	
2p	2858	プロポリスキャンディ	28g	346	
	▽チョコレート▽				
4p	2859	有機ミルクチョコレート	100g	842	
4p	2860	有機ビターチョコレート	100g	842	
5p	2861	有機ヘーゼルナッツチョコレート	100g	950	
5p	2862	有機カカオ71%チョコレート	100g	950	
5p	2863	有機ソルト&アーモンドチョコレート	100g	885	
5p	2864	有機ホワイトチョコレート	100g	885	
	▽限定品▽				
	2871	有機むき栗・天津あまぐり	80g	356	2p
	2872	安納芋ようかん	58g	194	1p
	2873	おやつカステラ	130g	302	2p
	2874	芋グラッセ	50g	421	2p
	△今週限り				
	2865	有機カカオニブチョコレート 100g		885	5p
	2866	有機ウィンターチョコレート 100g		993	5p
	2867	有機オレンジビターチョコレート 50g		518	3p
	2868	有機カカオ80%チョコレート 50g		518	3p
	2869	有機オーツチョコレートオリジナル 80g		885	5p
	2870	有機オーツチョコレートヘーゼルクランチ 80g		885	5p
	△今週限り				
	2871	有機むき栗・天津あまぐり	80g	356	2p
	2872	安納芋ようかん	58g	194	1p
	2873	おやつカステラ	130g	302	2p
	2874	芋グラッセ	50g	421	2p
	△今週限り				
	2875	さつまいもの小さなお菓子			
		サンコー 芋グラッセ			
		九州産の紅はるか、北海道産てん菜由来の砂糖を使用した蜜漬けさつまいもを、乾燥させて旨味を凝縮しました。酸化防止剤、漂白剤不使用です。原材料…さつまいも(九州産)、砂糖(てん菜(国産))			

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

水と牛乳で煮出すだけで本格チャイが作れます

6種のスパイス香るミルクティ



ショウガ シナモン ナツメグ 白胡椒 クローブ カレダモン

お手軽 紅茶のティーパック

12杯分



お手軽チャイ

①カップに水80ccとチャイパック1つを入れて、電子レンジ強で90秒温める ②牛乳80ccを加えたら、さらに90秒温め、チャイパックを軽く絞って出す

[2624] チャイ・パック 3g×12 475円
★お好みで、甘みを加えて ★濃いめに作って、アイスでも

スパイスは..「カレーの壺」でおなじみのスリランカの生産者マリオさんから届くもので、有機JAS認定を取得しています。※原材料のスパイスの入手が困難な状況により、「有機ナツメグ」が非有機となり、しばらくの間代替品という形でお送りいたします。

お茶各種

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽日本茶▽			
	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1620
	2602	上煎茶(在来種)	100g	972
3p	2603	有機玄米茶	180g	632
	2604	有機番茶	200g	540
	2605	有機茎茶	200g	864
	2606	有機ほうじ茶	180g	583
	2607	有機無双番茶(ティーパック)	5g×40	1242
	2608	国産有機さらつや美人番茶	500ml	194
	2609	" 箱	500ml×24	4572 4666
	2610	麦茶ティーパック 国内産大麦使用	8g×52	540
	▽烏龍茶▽			
	2611	依田さんの烏龍茶	100g	810
	▽ハーブティ・他▽			
	2612	たんぼぼコーヒーカップ用	2g×20	1296
4p	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	有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
	2618	カメリアティ(箱入り)	3g×30	3024
6p	2619	なたまめっ茶	3g×10	1166
1p	2620	あずき美人茶	500ml	184
	2621	" 箱	500ml×24	4318 4406
	▽紅茶▽			
	2622	ティーパック アッサムブレンド	20袋	378
	2623	ティーパック ケニア	20袋	324
3p	2624	ティーパック チャイ・パック	3g×12	475
	2625	依田さんの紅茶	100g	810
	2626	リーフ シンガンパティ	100g	540
6p	2627	リーフ ダージリン	80g	1296
	2628	アールグレイ	80g	756

▽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	5p
	2631	" (粉)	200g	972	5p
	2632	オーガニックソフトブレンド(豆)	150g	815	
	2633	" (粉)	150g	815	
▽ドリップパック▽					
	2634	有機ドリップパック	8g×10	821	
	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▽					
	*****	ペルーリキッドコーヒー			終了
	*****	アジアのリキッドコーヒー			終了

▽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
	2650	" 箱	2ℓ×6	1301

体の芯からほっこり温まる♪
しょうが湯

[2659] 20g×5 378円 (2p)
[2660] 箱20g×18 1274円 (6p)

有機栽培されたしょうがのすりおろしをたっぷり使用
本葛・れんこん粉末入り



すりおろし生姜を使用していますので、不溶物がありますが品質に問題はありません

[2603] 有機玄米茶 180g 632円 (3p)

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



[2613] アイリーミント 5g 659円 (4p)

やわらかい刺激のスペアミントと爽やかなブラックペパーミント



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 5443
2655	豆乳で元気	125ml×3	535
2656	"	125ml×24	4191 4277
2657	原豆乳	300cc	265
2658	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
2p	2659 しょうが湯	20g×5	378
6p	2660 しょうが湯・箱入	20g×18	1274

ジュース・シロップ

▽缶ジュース▽

3001	信州まるごとりんごジュース	160g×6	933
4p	3003 信州もも	160g×4	786
3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037
3005	オーガニックマトジュース有塩	190g×6	907
3006	〃 無塩	190g×6	907
3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
3008	〃 無塩	190g×6	907
3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
6p	3011 ヒカリ 有機果実と野菜のジュース	190g×6	1166
3012	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
3013	レモンサイダー	250ml×6	972
3014	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
5p	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
3019	オーガニックスポーツドリンク	280ml×4	778

1p あずき美人茶
[2620] 500ml 184円
[2621] 箱 500ml×24 4318 ~~4406~~円

あずきの豊かな香りが広がる、ゼロカロリー飲料。ノンカフェイン

ケースでお得



[2619] なたまめっ茶 3g×10 1166円 6p

成熟したなたまめを焙煎した、すっきり飲みやすい健康茶です。ノンカフェイン



6p [2627] ダージリン(紅茶) リー780g 1296円

インドの指定農園の有機茶葉のみを使用したフェアトレード紅茶



ケースでお得!

信州もも [3003] 160g×4 786円 [3024] 箱 160g×16 3082 ~~3145~~円

とろとした舌触りとサラッとした飲みやすさ



パロ・ブランココーヒー 各200g 972円

5p [2630] 豆 [2631] 粉

グアテマラ産の完全熟した実だけを、手摘み・天日乾燥。すっきりとした飲み口とまろやかな甘み



有機果実と野菜のジュース [3011] 190g×6 1166円 [3025] 190g×30 5715 ~~5830~~円

「ゆこう(柑橘)・りんご・人参・トマトの、爽やかですっきりとした口当たり

みかんサイダー+レモン [3015] 250ml×6 972円 [3026] 箱 250ml×30 4617 ~~4880~~円

有機温州みかんをビート糖で甘みをつけました



品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

▽瓶ジュース 他▽

3020	新農研リンゴジュース	1000ml	810
3021	みかん瓶ジュース	720ml	1242
3022	フルーツビ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

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 25p
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 20p
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



無国産しそ梅干しをギュッと濃縮

3p [2708] 梅ぼしさん 10.8g 540円

国産しそ梅干しの梅菓子です。食べやすい丸粒タイプ。携帯にも便利。



無双番茶を注いで、梅醤番茶で

10p [2713] 有機梅醤 陽寿 250g 2052円

奈良県で有機栽培された青梅を使い、十分に天日干した梅干(梅肉)と国産有機原料から天然醸造にてつくられた有機醤油とをほどよく混ぜ合わせました。また、調味料や隠し味としても御利用いただけます。

原料：有機醤油【有機大豆(国産)、有機小麦(国産)、食塩(天日製塩)】、有機梅肉【有機梅(奈良県)、食塩(シママース)】



▽ドリンク・エキス▽

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

▽パウダー・顆粒▽

2705	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498
2706	有機雲南田七人参 顆粒	2g×30	9720
2707	国産有機まるごと大豆プロテイン・プレーン	280g	2916

▽カプセル・粒▽

2708	梅ぼしさん	10.8g	540	3p
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	10p
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	

無添加 液体せっけん



デリケート素材もやさしく洗える
ボックス洗濯用石けんソフト

純石けんなので、日々の洗濯だけでなく、ウールやシルクなどのデリケート素材も手洗いでできます。

植物油を原料にした高濃度の衣類用液体石鹸。無香料タイプ。

成分…純石けん分(36%、脂肪酸カリウム)

お洗濯にプラス!

部屋干しには
ぜひ、衣類のリンスを
ボックス衣類のリンス

天然アロマで愉しく洗える、石けん洗濯専用のリンスです。

クエン酸の力でなめらかで心地よい風合いに仕上げ、石けん洗濯のすすぎ残しによる衣類の黄ばみ・においを防ぎます。消臭効果が期待される緑茶エキス配合。

○フローラルの香り

成分…クエン酸、天然ガム、エチルアルコール、緑茶エキス、ヒノキチオール、天然香料



がんこな汚れに
ニオイも黄ばみもスッキリ
ボックス 酸素系漂白剤

衣類用、台所用の粉状漂白剤です。お湯に溶かすと発生する酸素の気泡で、衣類の黄ばみ・黒ずみ・シミなどを、おだやかに漂白・除菌・除臭します。

【使い方】

・浸け置き…2リットルのお湯 (30~50℃) に約10gをめやすに溶かし、15分~30分ほど浸した後、よくすすいでください。

※衣類の場合は続けて洗濯機で普通に洗ってもOK。

成分…過炭酸ナトリウム100% (酸素系)



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

石けん

▽洗濯用▽				
	3101	あんしん (重曹入り洗濯用粉せっけん)	1.8kg	1,078
6p	3103	ボックス洗濯用石けんソフト	1200ml	1,210
4p	3104	" 詰替用	1000ml	825
15p	3105	" 詰替用 (大)	4000ml	3,245
	3106	ボックスベビー洗濯せっけん	1200ml	990
	3107	" 詰替用	1000ml	638
5p	3108	ボックス衣類のリンス	600ml	935
3p	3109	" 詰替用	550ml	550
SPOT	3171	" トリプル	上記3p	1,584 1,650
▽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



平和・肥沃・生命の象徴、オリーブ
平和への願いが詰まった
オリーブをパレスチナから



オルタートレードジャパン
パレスチナオリーブオイル石けん

原産国：パレスチナ自治区 製造：太陽油脂
成分…石けん素地、グリセリン、ラベンダー油、ユーカリ油、クチナシ青、クチナシ黄

パレスチナのオリーブオイルを主原料にした石けん素地を使い、ゆっくり熟成・乾燥させる「粹練り」製法で、2~3ヵ月かけて作り上げています。オリーブに多く含まれるオレイン酸には肌の潤いを補う保湿成分が含まれているため、しっとりやさしい使い心地です。

化粧せっけんですので全身にはもちろん、毎日の洗顔にもご使用いただけます。

※「溶け」を防止する合成物質が含まれていないので、通常の石けんに比べ溶けやすくなっています。ご使用後は水気のない場所に置いて下さい。



▽浴用固形石けん▽				
5p	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

品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
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 S R	100g×3	726	
▽ボディソープ▽				
3121	ナチュロンボディーソープ	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	
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,320	
3130	" 詰替用	500ml	858	
3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	1,815	
3132	" 詰替用	400ml	1,375	
3133	" ヘアコンディショナー	450ml	1,815	
3134	" 詰替用	400ml	1,375	
▽ヘアトリートメント▽				
3135	ナチュロントリートメント	180g	1,430	
▽洗顔ソープ▽				
3136	ボックスオリーブフェイスフォーム	150ml	968	
3137	" 詰替用	140ml	726	
▽ハンドソープ▽				
3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	572	
3139	" 詰替用	450ml	748	
▽歯みがき▽				
3140	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エ石けんはみがき	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	

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
		▽マウスウォッシュ▽		
	3146	お口すっきりハーブ	50ml	1,078
		▽その他▽		
3p	3147	酸素系漂白剤	500g	605
	3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	748
	3149	〃 詰替用	450ml	495
	3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	638
	3151	〃 詰替用	350ml	385
	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 SPF30 PA++	45g	1,320
		▽自然派化粧水▽		
	3207	オリーブグリーンローション	180ml	1,100
	3208	オリーブオリブリーフローション	180ml	1,100
		▽オイル▽		
	3209	オリーブノンパーシジョンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリーブノンパーシジョンオイル	30ml	1,210
	3211	シコリーブ薬用スキンクリーム	80g	1,100



お肌や髪保湿ケアに 幅広く使えるコスバ優秀オイル ナチュロン オイル

ハイオレイックヒマワリの種から採れた植物性オイルです。人間の皮脂の主成分であるオレイン酸を80%含んでおり、肌や髪にやさしくなじみます。スキンケアに。クレンジングに。ヘアオイルに。成分…ハイブリッドヒマワリ油

【使用方法】

スキンケアには、乾燥が気になる部分によくなじませてください。クレンジングには、オイルをメイクとなじませ、その後ティッシュで拭き取り、石けん洗顔をしてください。ヘアオイルには、タオルドライ後、1〜2滴ほど手に取り、毛先を中心になじませると、しっとりつやのある髪に仕上がります。

6p	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,210
	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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント	
生活雑貨					
	▽入浴剤▽				
	3303	竹艶水	250ml	880	4p
	▽ペーパー類▽				
	3304	コアレックスグリーンセイビングティッシュ 6パック		649	
	3305	キッチンペーパーBOX 3パック		501	

再生紙からトイレットペーパーを製造
静岡 丸富製紙



ペンギン芯なし6R (シングル)

通常の約2倍の130m長さ。紙芯なし。牛乳パック類配合で資源を再利用。再生紙100%。※専用の芯棒が必要な商品となり、両端でとめるタイプにはお使いいただけません。

ピュアブラウン (ダブル)

8ロールで12ロール分と同じ長さ。牛乳パックを10%、茶古紙原料を20%配合。

ワンタッチコアレス (シングル)

通常の約2倍の130m長さ。紙芯なし。100%リサイクルパルプ(牛乳パック30%配合)。

	3306	ペンギン芯なし6R (シングル) 6ロール		655	3p
	3307	上記用シングル専用芯 1本		33	1p
	3308	ピュアブラウン (ダブル) 8ロール		578	3p
	3309	ワンタッチコアレス (シングル) 6ロール		682	4p
		▽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	
	3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ 1ヶ		528	
	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

竹の王様、猛宗竹の中でも4年生以上のものを使用
静岡・竹炭紺屋



竹炭

【炊飯に】米2カップに対し竹炭一片を入れ一緒に炊き上げます。ふっくらごはん炊き上がります。

【冷蔵庫に】冷蔵庫・冷凍室・野菜室等、各部屋毎に2枚ずつ入れます。市販の竹炭入り消臭剤に比べても効果抜群です。

◎週一回水洗い後、天日乾燥を行いますと2ヶ月ほど効果が持続します。

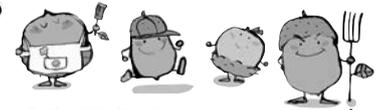
◎御使用後は細かく砕いて土壌にすき込むと、植物の根張りが良くなり植物が健全に育ちます。

ロゴナのこだわり

- ・石油由来成分は使用しません
(界面活性剤、色素、パラフィン、シリコン、PEGなど)
- ・石油由来の防腐剤は使用しません(パラベン、フェノキシエタノール)
- ・合成香料は使用しません(エッセンシャルオイルのみ使用)
- ・ナチュラル・オーガニックコスメ認証 NATRUE取得
- ・動物実験に反対しています。

ベジタ
Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No.242

☆価格は税込み

年齢を重ねたお肌のために ロゴナ「エイジプロテクションシリーズ」

エイジプロテクション

ハリを与えるクリーム



お肌をみずみずしく保湿。
心地よいテクスチャーで
角質層に浸透し
潤いのヴェールでお肌を守ります。
〈ヒアルロン〉
[デイクリーム]

ヒポファンとヒアルロン酸が
お肌をみずみずしく保湿し、ハリ
を与えるクリーム。

ふっくらしなやかなお肌に

お肌に必要な水分と油分を届ける
2層美容液。
[ファームリングシラム]
洗顔・化粧水の後、よく振ってから
やさしく塗布してください。

ロゴナ エイジプロテクション 美容液	翌々調配送
7534 ファームリングシラム	30ml 7,150

集中保湿



乾燥がすすみこわばったお肌を
柔らかく整える
リッチなテクスチャー
〈ピオ ハニー〉
[デイクリーム]

ヒポファンとはちみつ配合
レシピで集中的に保湿。

乾燥肌～エイジ肌用アイクリーム

目元をしっかり守る濃厚テクスチャー

年齢サインがでやすく
乾燥しやすい目元に、
集中的に潤いを与えます。
[アイクリーム]

クリームの前に目元に米粒大を塗布してください。

ロゴナ エイジプロテクション 保湿	翌々調配送
7532 デイクリーム〈ヒアルロン〉	50ml 6,380
7533 デイクリーム〈ピオ ハニー〉	50ml 6,380

ロゴナ エイジプロテクション アイクリーム	翌々調配送
7535 アイクリーム	15ml 6,600

リップケア

しっかり選ぼう！自分に合うリップ

ロゴナ リップクリーム

翌々調配送

6714 リップクリーム〈キャレンデュラ〉 4.5g 1,210



キャレンデュラ

ホホバオイル、ミツロウ、キャレンデュラエキスなどがベースの処方です。優しく唇を守り、つややかに仕上げてくれます。潤いの持続力には定評があり、愛され続けるロゴナのロングセラー製品です。

※天然のワックスを使用していますので、夏場など温度が上がると変形することがあります。

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

ボディケア

家族のための毎日のオーガニック！

ベーシックシリーズに新たな製品が仲間入り

爽やかなヴァーベナの香り、理い整えるオーガニックアーモンドオイル配合！

新製品



顔・全身用保湿クリーム

しっとり潤いが持続する、
全身保湿用クリーム。
肘や膝、かかとの保湿にも。
柔らかく潤いのあるお肌に整えます

持ち運びに便利な50mlサイズ

潤った後はすぐにさらりとした使い心地。
家事の合間、就寝前のケアに。
荒れやすい手肌に
オーガニックの植物オイル配合



新製品

ベーシック ボディケア	翌々調配送
7530 スキンクリーム	50ml 2,640

ベーシック ボディケア	翌々調配送
7531 ハンドクリーム	50ml 1,650

farfalla

ファファラのこだわり

- ・ナチュラル、高品質のオーガニック原料（有機栽培）を使用しています。
- ・石油由来の化学合成された原料、ナノ原料、遺伝子操作された原料は使用しません。
- ・フェアトレードに取組み、環境へ配慮し、動物実験に反対しています。
- ・ナチュラル・オーガニックコスメ認証取得 NATRUE



エッセンシャルオイル

エッセンシャルオイルは、自然な方法で体と心の不調を予防します。
毎日の生活に植物の力を取り入れて、みてください。



【ファファラの精油】

ファファラでは、精油の中の特定の芳香物質以外を除去するような精製を行っていません。自然そのままのパワフルな精油を、皆さまのお手元にお届けしています。香りの違いをぜひご自身で感じてみてください。
使用方法：ディフューザーで焚いたり、ティッシュ又はハンカチ、マスクに垂らしたりして、手軽に楽しめます。
使用目安：ディフューザー：5滴、ハンカチ、ティッシュ：2～3滴、マスク：1滴 *お肌に直接触れないようにご注意ください。

※パッケージは予告なく変更となる場合がございます。

ファファラ 精油

翌々調配送

■エッセンシャルオイル

- | | | |
|---|-----|-------|
| 7501 ティーツリー・バイオ野生・GC | 5ml | 2,090 |
| 空気の清浄 心身を強める 爽快感
香りの特徴：ハーバル。渋みがある。みずみずしい。 | | |
| 7502 ゼラニウム・ブルボン・バイオ・GC | 5ml | 2,695 |
| 調和をもたらす、心を落ち着かせる。女性的。
香りの特徴：フローラル。あたたかく、やわらかい。 | | |
| 7503 フランキンセンス・アラビア・バイオ 野生 | 5ml | 3,355 |
| 心身を強め、保護する。
香りの特徴：澄んでいる。樹脂の香り。スパイシー。 | | |
| 7504 ラベンダー・アルペン・バイオ野生・GC | 5ml | 3,135 |
| 心身を強め、緊張を解きほぐす。
香りの特徴：バーバル。渋みがある。澄んでいる。 | | |

■アロマブレンド

- | | | |
|---|-----|-------|
| 7505 ジョイ＜アンジェリカ＞ | 5ml | 2,860 |
| あわただしい日々。陽気な香りは、忘れてしまいがちな生きることの喜びを呼びさましてくれます。 | | |

主な配合精油：アンジェリカルーツ、ローズマリー、グレープフルーツ、レモン、ガルバナムなど

- | | | |
|---|-----|-------|
| 7506 ウェルビーイング＜ラヴィンサラ＞ | 5ml | 2,860 |
| 中世の頃から、修道院では芳香成分を豊富に含み健康に役立つハーブが大切に育てられてきました。心と体の健康を支えてくれるハーブたちです。
主な配合精油：ラヴィンサラ、ユーカリプタス・ラディアータ、マヌカ、バルサムモミなど | | |
| 7507 リラックス・アンチストレス＜ローズ＞ | 5ml | 2,860 |
| 質のよいオンとオフの切替をサポート。身体の内側から落ち着きを引き出し、リラックスを与えます。
主な配合精油：ローズ、ゼラニウム、ネロリ、ローズウッド、ベルガモットなど | | |
| 7508 つつまれて＜アイリス＞ | 5ml | 2,860 |
| 温かみがあり調和のとれた心地よい香りは、あなたをつつま込み自己肯定感を高め、内面から充実させ心を満たしてくれます。
主な配合精油：アイリス、バニラ、ミモザ、マンダリン、ローズ、サンダルウッドなど | | |

ベースオイル

ボディトリートメントやスキンケアに。

化粧水で湿らせた肌に塗布すると奥深くまで浸透し、絹のようになめらかに。植物ごとにテクスチャーや保湿効果が異なりますので、お肌の状態でお選びください。

ファファラ ベースオイル

翌々調配送

- | | | |
|---|------|-------|
| 7512 ホホバオイル＜バイオ＞ | 75ml | 3,740 |
| 全ての肌タイプ マッサージ ヘアケアにも
高い保湿力で弾力のあるお肌に。 | | |
| 7513 スイートアーモンドオイル＜バイオ＞ | 75ml | 3,300 |
| 敏感肌～全ての肌タイプ 顔～全身の保湿、保護 | | |
| 7514 ザクロシードオイル＜バイオ＞ | 30ml | 6,325 |
| 年齢を重ねたマチュア肌に
こっくりとした美容液のようなテクスチャー。 | | |



パフューム

あなただけの香りを見つけて ～心、体、魂を揺さぶる香り～
100%ナチュラル、オーガニックアルコール
素晴らしいエッセンシャルオイルで作られられたオーデパフュームです。

使用方法：足首や膝の裏、スカートの裾裏などにつけると効果的です。
また、肘や手首も体温が高く良く香ります。
香りの持続時間：3-4時間



ファファラ パフューム

翌々調配送

- | | | |
|--|------|--------|
| 7520 ナチュラル オーデパフューム＜ヒッピーローズ＞ | 50ml | 14,300 |
| 軽さに満ちた誘惑の秘密。洗練された甘い魅惑のセンシュアルな香り。
主な配合精油：ベルガモット、ネロリ、メリッサ、チュベローズ、ベンゾインなど | | |
| 7521 ナチュラル オーデパフューム＜ウッディベルガモット＞ | 50ml | 12,100 |
| どこにいても、陽は昇ります。Life is easy。包み込むような甘く温かみのある香りと柑橘のハーモニー。
主な配合精油：ネロリ、マンダリン、チュベローズ、シダーウッドなど | | |



若松味噌醤油店

翌々調配送

福島 創業は江戸時代末期
若松味噌醤油店 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



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

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

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 牛や豚を育てて終りではなく自分たちの手で加工



つなぎを一切入れていない肉本来の旨味
 冷凍 あらびきウィンナー
[5825] 150g 767円 ^{4p}
SPOFF **[5849]** 上記2パック 1457 ~~1534~~円
[5826] 粗挽きミニウィンナー ^{4p}
 150g 767円
SPOFF **[5850]** 上記2パック 1457 ~~1534~~円
 お弁当にもぴったりなサイズ

【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



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

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



[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 ^{4p} 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
 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
[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 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

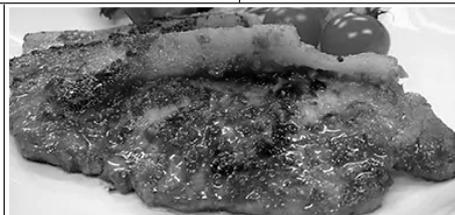


[5831] 冷凍ポローニアソーセージ 200g 950円
 海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。
 冷凍ハーブソーセージ
[5832] 厚切り 120g 637円
[5833] スライス120g 637円
 マジョラム・パセリ・オレガノを利かせました

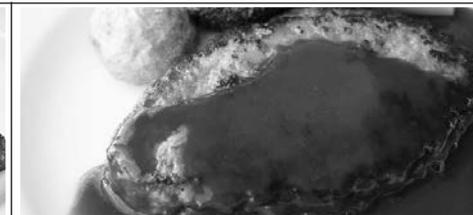
ポローニア(丸い大型ソーセージ)



[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 200g 929円 ^{5p}
 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)
----	----	----	---------

ナイアード

翌々調配送



6951	ヘナ100%	100g	1,100
6952	〃 徳用	100g×4	3,300
6953	ヘナ+ハーブ	100g	1,320
6954	〃 徳用	100g×4	3,960
6955	ヘナ+木藍/茶系	100g	1,650
6956	〃 徳用	100g×4	4,950
6957	ヘナ+木藍/黒茶系	100g	1,650
6958	〃 徳用	100g×4	4,950
6959	ヘナ+木藍/黒	100g	1,650
6960	〃 徳用	100g×4	4,950

6961	ガスール粉末	150g	880
6962	〃 徳用	500g	1,980
なめらかな使い心地のため、粒子感が気になる敏感肌の方におすすめです。洗顔など、少量を早く溶かしたい場合は必要量を手のひらですぐに溶かすことができます。			
6963	ガスール	150g	770
6964	〃 徳用	500g	1,760
ガスール特有のふんわりとした感触。固形のまま、2倍程度の水を加えてください。2~3分で水を吸収し、なめらかなクリーム状になります。			



さらっと軽やかな使い心地
毛先までしっとりなめらか
[6971] ヘナケアオイル

45ml 1210円

「ヘナ染め後に感じるきしみ」を緩和するヘナケアオイル。ヘナ染め後だけでなく、毎日の洗髪の後のお手入れやスタイリング、頭皮マッサージとしてもご使用ください。

ヘナと一緒に
ヘナの粉とお湯を混ぜて
ペーストをつくり、ヘナケ
アオイルを混ぜる
使用量の目安
ヘナの粉100g
ヘナケアオイル20~25滴

- ヘナと一緒に
ヘナペーストに混ぜてヘナ染めに
- ヘナ染めのあと
ヘナを洗い流しあとの濡れた髪に
- 毎日のケア
入浴後や洗髪後の濡れた髪に

6965	朝摘みばら水	100ml	2,200
6966	アルガンオイル	7ml	990
6967	〃	30ml	3,740
6968	アルガンクリーム	50ml	3,300
6969	チウリモイスチャークリーム	40ml	3,300
6970	ビーワックスクリーム	10ml	1,320
6971	ヘナケアオイル	45ml	1210

白髪が透明感のある黒に染まる
ヘナ+木藍/黒
[6959] 100g 1,650円
[6960] 徳用 100g×4 4,950円
厳選したヘナ、木藍で一回で濃く染まり、オリジナルレシピのハーブで髪にハリ・コシ・艶を与えます。白髪を透明感のある黒に染めたい方や、地毛の黒髪に引けを取らない「黒」の仕上がりを求める方におすすめです。



シャボン玉せっけん

翌々調配送

▽洗濯用▽			
7731	洗濯用石鹸スノール	2.1kg	1,804
7749	E M液体石けん	1200ml	1,419
7750	〃 詰替用	1000ml	946
7747	シャボン玉洗濯槽クリーナー	500g	605
7748	〃 ダブル 上記2パック		1,174 1,240
7734	シャボン玉酸素系漂白剤	750g	572
7735	〃 ダブル 上記2パック		1,110 1,144
7751	シャボン玉クエン酸	300g	550
▽台所用▽			
7733	E M液体食器洗い石けん		
	詰替用 ダブル	250ml×2	612
▽浴用・歯磨き用▽			
7736	化粧石けん浴用植物性	100g×3	495
7737	シャボン化粧石けん浴用	100g×3	479
7738	化粧石けんバスサイズ	155g×3	660
7739	化粧石けんビューティソープ	100g×3	726
7741	せっけんハミガキ	140g	440
7742	パウダーシャンプー	ボトル100g	1,100
7743	〃 詰替用	100g	979
7744	パウダーリンスボトル	150g	1,100
7745	〃 詰替用	150g	979



シャボン玉洗濯槽クリーナー

[7747] 500g 605円

[7748] ダブル 上記2パック

1,174 ~~1,240~~円

1袋1回分/洗濯槽の裏側に隠れたカビや汚れをしっかりと洗浄します。除菌効果もあり、定期的なお手入れにおすすめ。ステンレス槽、プラスチック槽のどちらでもお使いいただけます。(ドラム式の場合、ご使用を控えてください)



[7736] 化粧石けん浴用植物性

100g×3 495円

パーム油を始めとする植物性原料の特徴である“泡立ちのよさ”を最大限に生かした石けんです。

[7739] 化粧石けん
ビューティソープ

100g×3 726円

厳選した良質の原料を使って丁寧に製造。浴用石けんをグレードアップさせたちょっと贅沢な化粧石けん。シルクのように上質でなめらかな泡が素肌をしっとり洗い上げます

[7741] せっけんハミガキ

140g 440円

泡立ちすぎないので、しっかりブラッシングができ、使用後の味覚を損ないません。マイルドなミント味なので、強いミント味が苦手な方にもおすすめです。

