



ベジタ Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ



No.205



大切な人にも、頑張っている私にもカラダにやさしく、安心、美味しいチョコシート
バレンタイン チョコ特集
 第3世界ショップのフェアトレードチョコシート
 有機JAS認証取得のオーガニック板チョコシートです。栽培している人・過程が分かるものにこだわり、原料供給地への技術支援や安定的な購入によって小規模農家の生活向上を応援しています。乳化剤を使わずに、スイス伝統の練り上げ技術(コンチング)でココアバターをじっくりと練り上げ、なめらかなチョコシートの口どけを作り出しています。
ナチュラルチョコシート
 有機のカカオマス、ココアバター、砂糖を使用した安心素材のナチュラルチョコシート。農薬・化学肥料を使わずに栽培された原料を、乳化剤や植物性油脂を使わずにカカオバターだけで練り上げています。香料不使用。一口キューブサイズ。
ローシクオーガニックチョコシート
 北欧エストニア産のオーガニック、ビーガン(動物性不使用)、42℃以下に徹底管理したローチョコシートです。EUオーガニック認証取得。収穫量5%以下、ペルー原産の希少品種カカオ・クリオ種のみ使用。伝統的な石臼で原料を混ぜ合わせるハンドクラフト製法でビーガン対応工場のみで製造しています。
フォレストハートショコラ
 ナナハコの自然派お菓子は、ナナハコスイーツ工房(大阪市)でひとつひとつ、大塚淳平さんと松尾紗歩さんが手作りしています。国内産やオーガニックのできるだけ安心でできる食材を使用。有機デザートで甘みづけし、ヘルシーに仕上げました。グルテンフリー。



チョコレート		通常配送	
4p	2850 有機ミルクチョコレート	100g	842円
協賛	2854 有機ソルト&キャラメルチョコレート	100g	859 885 円
協賛	2856 有機カカオニブチョコレート	100g	815 885 円
5p	2857 有機ウインターチョコレート	100g	993円
協賛	2861 有機オーツチョコレート ハーゼルクランチ	100g	859 885 円
3p	2874 ナチュラルチョコレート・抹茶	60g	540円
3p	2875 ナチュラルチョコレート・きな粉	60g	540円

ムソーバレンタインギフト チラシをご覧ください

8601 香る酒粕チョコ	16粒	1,599円
8602 フォレストハートショコラ	12粒	1,998円
8603 生チョコレート(ブランデー)	15粒	2,430円
8604 生チョコレート(抹茶)	15粒	2,430円
8605 冷凍リッチショコラテリーヌ	1個	2,430円
8606 冷凍プレミアムショコラチーズケーキ	1個	2,355円
8607 ショコラ焼き菓子セット	3種5袋入り	1,448円
8608 冷凍オーガニックチョコレートのチーズガトーショコラ	1個	810円

SPOT 今週限り 翌々週配送

8609 ミニチョコレートサブレ	90g	746円
8610 しあわせの種ショコラ	1袋8粒	540円
8611 ローシクオーガニックチョコレートギフトBOX	1箱3枚入	2,052円
8612 おこし屋さんのスティックカカオ	6本	940円
8613 おこし屋さんのサクッとショコラ	30g	735円
8614 フェリシエッタハートビスケット	50g	422円
8615 ちょこわさん	45g	908円

配送曜日	月	火	水	木	金	注文の締め切り
注文書回収	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24	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。
商品配送	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	
翌々週配送品	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7	★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。



冬場が旬
ほうれん草
 ほうれん草の旬は冬。この時期のものは、色も濃く栄養分も増して、甘みがあります。



ほうれん草と
きのこの煮びたし



常夜鍋



肉巻き
ほうれん草

【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円	1,242円	野：表組に表示
里芋	500g	栃木・田島穰さん	
ブロッコリー	1ヶ	愛知・ティエラス	
小松菜	1束	茨城・旭農園	
ピーマン	150g	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円	1,998円	果：表組に表示
玉ねぎ	700g	北海道・田中正広さん	
キャベツ	1/2ヶ	愛知・ティエラス	
ほうれん草	1束	栃木・島田晴夫さん	
いんげん	100g	沖縄・真南風	
りんご ふじ	1ヶ	青森・新農業研究会	
りんご こうこう	1ヶ	青森・新農業研究会	
レモン徳用 (外観不良)	500g	熊本・福島柑橘園	

[0103] 畑コラボセット	540円
旬の野菜や少量出荷の野菜をお届け!!野菜・果物野菜セットとの重複あり	

[0104] 根菜ミニセット	841円	886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	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 男爵	700g	356
0108	" 徳用	1.4kg	684 713
北海道・渡部信一さん/防除0			
0109	じゃが芋 ニシユタカ	700g	335
0110	" 徳用	1.4kg	636 670
長崎・長崎有機農業研究会/防除0			
0111	人参	500g	324
0112	" 徳用	1kg	616 648
岩手・みちのく有機/有			
★ 0113	さつま芋 紅東	700g	346
0114	" 徳用	1.4kg	657 691
茨城・常総センター/防除0			
★ 0115	さつま芋 紅はるか	700g	346
0116	" 徳用	1.4kg	657 691
茨城・常総センター/防除0			
野 0117	里芋	500g	346
0118	" 徳用	1kg	657 691
栃木・田島穰さん/防除0			
0119	長芋	250g	292
茨城・常総センター/防除0			
0120	長芋	300g	432
岩手・みちのく有機/有			

品番	品名	規格	価格(税込み)
 <p>品種は「男爵」 表面がごつごつとしていて日本で最も収穫量が多いじゃが芋です。加熱するとホクホクとした食感になるのが特徴です コロッケにマッシュポテトに向いている男爵いもは、コロッケも美味しくできます。</p>			
[1132]	冷凍健康豚		
	パラパラ挽肉	200g	748円
 <p>さつまいもと すき昆布の煮物 ①サツマイモは皮つきのまま2cm厚さの輪切りにする。 ②すき昆布は、水で戻してザルにあげておく。 ③鍋に油を中火で熱し、昆布をさっと炒め、サツマイモを加え、油が回ったら、だし、砂糖、醤油、酒を加え、煮つめる。</p>			
[1819]	すき昆布	1枚	578円

直送 承り中

「野菜の達人」田島さんの里芋を徳用箱でお届けします!
[3701] 直送 里芋 5kg 3629円
 栃木・田島穰さん/防除0

0121	ごぼう (1本もの)	500g	346
茨城・常総センター/防除0			
0122	ごぼう	300g	292
岩手・みちのく有機/有			
0123	蓮根	500g	551
茨城・常総センター/防除0			
★ 0124	長ねぎ (むき)	300g	259
0125	" ダブル	300g×2	492 518
茨城・萩原ファーム/防除0 栃木・藤田至善農園/防除0			

何でもおいしくなる万能調味料

漬物、漬け焼き、煮物、タレやソースに



オリーブオイルとあえて蒸す
[2164] 有機EXバージン
オリーブオイル 180g 1944円



お鍋に

国産有機玄米と米麴
伝統海塩の塩麴

米が糖化した甘味に、玄米ならではの旨味。「海の精」の塩味が引き締め、深みのある味に仕上がります。

[2134] 有機玄米塩麴 170g 648円



野菜炒めの味付けに

野菜の塩麴漬け
乱切りや一口大に切った野菜と塩麴を混ぜ、数時間から一晩冷蔵庫で寝かせる。

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

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



茎までおいしい
ブロッコリー

冬本番の2月。温暖な渥美半島でも雪が降ることもあります。そんな中でも懸命に葉を伸ばし太陽光を浴びて甘く美味しく育ちました。



雪をかぶったブロッコリー

太い茎も甘くて美味しい



ブロッコリーときのこの蒸し焼き



浅漬け
短冊切りにして固めに塩漬で。浅漬けの素につける

0126	大根	1本	292
	愛知・ティエラス/防除2		
今週限り	0127 大根 紅しぐれ	1本	205
	愛知・ティエラス/防除2		
果	0128 キャベツ	1/2ケ	173
★	0129 "	1ケ	328 348
	愛知・ティエラス/防除2		
野	0130 ブロッコリー	1ケ	313
★	愛知・ティエラス/防除2		
★	0131 カリフラワー	1ケ	378
	愛知・ティエラス/防除2		
★	0132 グリーンセロリ	1/2株	248
	0133 " 徳用	1株	472 497
	愛知・ティエラス/防除2		

果	0134 ほうれん草	1束	238
★	栃木・島田晴夫さん/有 茨城・深谷守夫さん/防除0		
	0135 ちぢみほうれん草	1束	259
	千葉・佐原供給センター/防除0		
野	0136 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		
	0138 水菜	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		
	0139 ベビーみずな	1p	151
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
	0140 チンゲンサイ	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		



万能ねぎだれ

長ねぎ1本をみじん切りにし、純米酢1/2カップ、醤油大さじ1と1/2・おろしにんにく小さじ1/2とよく混ぜる。

鶏肉や豚肉、魚料理のソースとしてはもちろん、チャーハンやパスタに混ぜると味に深みをプラス♪



キャベツの

ドレッシングマリネ
キャベツを食べやすい大きさに手でちぎり、ポリ袋に入れる。ドレッシングを加えて、空気を抜いて袋の口を縛りモミモミ。少し置いて、水分をしぼってできあがり

[2225] 国産なたね油
野菜ドレッシング 200ml 464円



ぬか漬け美味
セロリ

茎に楊枝でプスプスと刺して、その後塩をふり塩もみします。塩もみ後5分ほど置いたら漬けられます。



生でかじると
甘みがわかる

カリフラワー
ゆでて使うことが多い野菜ですが、実は生でも美味。ティエラスのカリフラワーは、甘みがぎゅっと凝縮されています。

ピクルスに

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

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



**カラフルな肉厚ピーマン
パプリカ**

100g以上の大型の肉厚ピーマンをパプリカと呼び、色は、赤色でカラフルです。ピーマンのような青臭さや苦みがなく、甘くて、食感がジューシーなので、煮込み料理の他、サラダなどの生食にも向いています。オーブントースターなどで皮がまっ黒になるまで加熱し、皮をむいて食べると、一層、甘みが増します。



マヨチーズ焼き

パプリカにチーズを詰め、マヨネーズをかける。網焼きにして、パプリカがしんなりとしてチーズが溶けるまで焼く。

サラダ

縦の細切りにしたパプリカに、塩、ブラックペッパー、レモン汁、エクストラオリーブオイルを回しかける。

	0141	きゅうり	300g (3本)	367
	0142	" 徳用	500g (4~6本)	616
	沖縄・真南風/防除5			
野	0143	ピーマン	150g	194
	0144	" ダブル	150g×2	369 389
	沖縄・真南風/防除5			
初	0145	パプリカ	200g (2~3ヶ)	346
	沖縄・真南風/防除5			
果	0146	いんげん	100g	367
	0147	" ダブル	100g×2	698 734
	沖縄・真南風/有			

	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・チャイルドウッド/対象外			
	0208	本しめじ (ブナシメジ)	約180g	248
	茨城・チャイルドウッド/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・洪田産業/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			



豚肉といんげんのごま味噌炒め

いんげんは、下ゆでして、食べやすい長さに切る。豚肉を炒め、いんげんを加え、味噌・醤油・砂糖で味付け。火を止めてからすりごまを加える。

[1101] 冷凍放牧豚 4p
バラスライス 200g 781円

	0148	ベビーリーフ	50g	162
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0			
	0149	大しょうが (新物)	100g	302
	高知・農事組合法人入田村/防除0			
	0150	にんにく	1ヶM	259
	岩手・みちのく有機/有			



うまみ凝縮! 焼き枝豆

①枝豆は自然解凍しておく。
②フライパンにごま油をひき、枝豆を重ならないように並べ火にかける。両面に焼き目が付き、さやが少し開いて豆が見えている状態になったら完成。にんにくや唐辛子を入れても

[2329] 唐辛子 5g 281円 2p

**シコシコとした食感
クセのない味
エリンギ**

不揃いエリンギは、形や大きさにばらつきがありますが、ふだん使いには最適です。正規品に比べ、傷みやすいので、お早めにお召し上がりください

エリンギの梅醤油炒め
スライスしたエリンギを油で炒め、だしつゆ+たたいた梅を回しかける

	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 だだちゃ豆 (枝豆)	200g	691

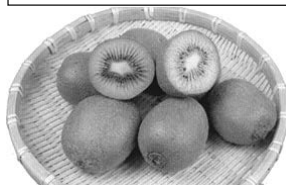
	0217	健康緑豆もやし	250g	65
	0218	" ダブル	250g×2	123 139
	栃木・上原園/対象外			
	0219	小大豆もやし	200g	91
	0220	" ダブル	200g×2	172 187
	栃木・上原園/対象外			
	0221	ベビーラディッシュ(かいわれ)	1p	65
	栃木・上原園/対象外			

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



甘くとろとろ 焼きバナナ
フライパンにバターを溶かして焼くと、甘いスイーツに変身
[0909] 南箱根の厳選バター 5p
180g 1058円
[2322] セイロンシナモンパウダー
20g 389円

0301	いちご	200g	626
0302	" ダブル	200g×2	1047 1102
0303	" 箱	200g×4	1,983 2,204
茨城・竹村慎一さん/防除1			
★	0304	バナナ	700g 691
	0305	" ダブル	上記2p 1286 1382
ATJ (フィリピンネグロス) /防除0			
★	0306	キウイ	250g 313
	0307	" ダブル	250g×2 595 626
栃木・赤羽根和郎さん/有			



追熟してどうぞ
キウイ
 そっと触って、耳たぶほどの柔らかさが食べ頃です。



- ビタミンC・E** 含有量は、フルーツの中でトップクラス!
- アクチニジン** タンパク質分解酵素でお肉の吸収を促します
- カリウム** 余分な塩分や水分を排出してむくみをとります
- 葉酸** 葉酸の働きに欠かせないビタミンCも一緒に取れる

キウイとまぐろのカルパッチョ 6p
[1616] 冷凍びんちょうまぐろたたき
 1本(カット) 1291円

★	0308	りんご シナノゴールド	2ヶ 400
	0309	" 徳用	1kg 759 800
青森・新農業研究会/防除12			
果	0310	りんご ふじ	500g 400
★	0311	" 徳用	1kg 759 800
	0312	" 徳用	3kg 2206 2400
青森・新農業研究会/防除12			
果	0313	りんご こうこう	2ヶ 400
★	0314	" 徳用	1kg 759 800
青森・新農業研究会/防除12			

果汁たっぷり 黄金色のりんご
りんご シナノゴールド

サクサクと引き締まった歯ごたえが楽しい。甘味の中にしっかりとした酸味。柑橘類のようなさわやかな風味

甘味と酸味のバランスが絶妙
りんご ふじ

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

甘く 香りがよく 酸味も穏やかで、多汁
りんご こうこう

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



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



甘みが強く
コク深い味わい
ポンカン

独特な芳香が人気。甘く濃厚で、手で皮をむいて房ごと食べられることで人気です。その甘みの強さから新品種の親としても優秀で、不知火(デコポン)やはるみ、などはポンカンから生まれています。

***** みかん 青島 終了			
★	0315	八朔	1kg 551
	0316	" 徳用	2kg 1047 1102
熊本・福島柑橘園/有			
★	0317	ポンカン	1kg 680
	0318	" 徳用	2kg 1293 1361
熊本・福島柑橘園/有			
★	0319	パール柑	1kg 572
	0320	" 徳用	2kg 990 1145
熊本・福島柑橘園/防除0			
	0321	レモン	250g 313
	0322	" 徳用	500g 595 626
静岡・おてんとうさま/防除0			
果	0323	レモン (外観不良)	500g 400
	0324	" 徳用	1kg 759 800
熊本・福島柑橘園/有			

上品なほろ苦さのある
サクサク果肉
八朔

少し硬めの果肉がプリプリ、サクサクとした歯ごたえをしています。甘みだけではなくスッキリした酸味、さらに独特の上品なほろ苦さがあり、それらが調和した八朔にしかない味わいが特徴です。

爽やかな香りを持ち
甘酸っぱさがクセになる
パール柑

苦味が少なく感じます。一粒一粒がプチプチとはじける食感があります。パール柑の皮はピールなどのお菓子に使えたり、黄色の部分をお風呂に入れて良い香りが広がります。



★	0325	銀杏	100g 270
茨城・深谷守夫さん/防除0			

銀杏

ねっとりとした食感と独特の風味があるので、茶碗蒸しのアクセントにしたり、甘露煮にしたりと和食でよく使われます。



塩炒り銀杏

殻を割った銀杏とたっぷりの塩をフライパンに入れる。中火~弱火で混ぜながら炒る。殻の色が変わり、焦げ目がついたのが幾つか出てきたら出来上がりです。器に塩ごと盛り付けてどうぞ。

	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

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



押し麦のミネストローネ
沸騰したお湯で押し麦を煮て、野菜や鶏肉など好きな具材を加える
[2511] チキンコンソメ ^{3p}
10g×8 540円
[0105] 玉ねぎ 700g 432円
[0111] 人参 500g 324円

栄養豊富な胚芽部分を残してあります

[0437] 胚芽押し麦 1kg 564 ~~594~~円
押し麦は、粒の真ん中にある黒条線が特徴。大麦を蒸気に当てた後ローラーで圧べんしています

大麦の胚芽には、ビタミンB1やEなどビタミンがたっぷり含まれています

お米

▽啄木米 (あきたこまち) ▽		岩手・無天塾
0401	有機玄米	2kg 2041 有
0402	〃	5kg 5098 有
0403	有機胚芽米	2kg 2095 有
0404	〃	5kg 5173 有
0405	有機白米	2kg 2160 有
0406	〃	5kg 5324 有
▽さゆり米 (コシヒカリ) ▽		福島・緑と太陽の会
0407	玄米	2kg 2106 防除0
0408	〃	5kg 5184 防除0
*****	五分つき米	終売 防除0
0411	胚芽米	2kg 2160 防除0
0412	〃	5kg 5324 防除0
0413	白米	2kg 2214 防除0
0414	〃	5kg 5476 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 1782 防除1
0416	〃	5kg 4396 防除1
0417	胚芽米	2kg 1847 防除1
0418	〃	5kg 4536 防除1
▽さゆり米 (コシヒカリ) ▽		福島・緑と太陽の会
0419	白米	2kg 1933 防除1
0420	〃	5kg 4752 防除1
▽備蓄米(令和4年度産)		
0422	備蓄有機玄米(啄木米)	5kg 3024 有
0423	備蓄玄米(さゆり米)	5kg 2592 防除1
0424	備蓄白米(さゆり米)	5kg 2884 防除1
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 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 1188 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	1696
0437	胚芽押し麦	1kg	564 594

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	503 529
0442	有機玄米小豆ごはん	160g	270
0443	〃 徳用	160g×4	1026 1080
0444	有機玄米ごはん	160g	259
0445	〃 徳用	160g×4	985 1037

餅

0446	中村商店 白米餅	500g	724
0447	中村商店 玄米餅	500g	724
0448	中村商店 よもぎ餅(玄米使用)	500g	756

めか

0455	翹屋甚平・熟成めか床	1kg	702
0456	〃 容器入	1.2kg	972
0457	〃 補充用	400g	400
2227	翹屋甚平・浅漬の素	500ml	497

卵

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

もっちりとした食感の中になめらかな舌触り

高野山の胡麻とうふは練ごまではなく、胡麻の絞り汁を使います。

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



高野山ごまとうふ ^{各2p}
各120g×2 324円

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



スイーツに
きな粉や黒蜜をかけて、和風スイーツ

[2008] 星六きな粉 80g 405円

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

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

**とろける食感と大豆の濃厚な味
寄せ豆腐**

木綿豆腐の工程中、型箱に入れる前の「寄せた状態」のもの。型箱でも圧搾や晒しをしないので、木綿豆腐とは一味違った食味、風味が得られます。

[0512] 嘉倉・寄せ豆腐 250g 270円 **2p**

[0529] 国産有機よせ豆腐 200g 184円 **1p**

生姜をたっぷりきかせた温奴鍋にうすめただしつゆとおろししょうがを入れて、豆腐を加える

[0149] 大しょうが(新物) 100g 302円



温奴

▽茨城 嘉倉▽

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

▽埼玉 島田食品▽

0524	国産有機木綿豆腐	330g	248
0525	国産有機固木綿豆腐	330g	275
0526	国産有機ミニ木綿豆腐	150g	189
0527	国産有機絹豆腐	330g	248
0528	国産有機ミニ絹豆腐(充填)	150g	184
1p	0529 国産有機よせ豆腐	200g	184

▽東京 丸和食品▽

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

**柔らかな小梅を
丁寧に漬けました**

[0624] 有機小梅 100g 864円 **4p**
塩分13~15%で塩味控えめ
木で完熟した和歌山県産の有機小梅と有機しそを、伝統製法で仕上げた紫蘇漬梅干し



品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

納豆

インドネシアの発酵食品

大豆の煮豆を、テンペ菌で発酵。納豆のようなネバネバやニオイはありません。味にクセがなく、さまざまな料理の素材として利用できます

[0549] 丸大豆テンペ 100g 356円 **2p**

酢豚風

ひとくち大に切ったテンペに、酒・醤油で下味をつける。小麦粉をまぶして焼く。好みの野菜と合わせて、酢豚の味付けで



▽登喜和食品▽

0543	北海道100 登喜和カップ3	30g×3	319	
0544	十勝の息吹 小粒カップ3	30g×3	308	
0545	遊作(経木/小粒)	80g	373	
0546	産直納豆 小粒カップ2	30g×2	205	
0547	産直納豆 大粒カップ2	30g×2	205	
0548	産直納豆 ひきわりカップ2	30g×2	211	
隔週	0549 丸大豆テンペ	100g	356	2p

▽ひげた食品▽

0550	安曇野 藻塩 長野産大豆	45g×2	184
0551	実花 茨城産小粒	45g×2	184
0552	ひきわり 青森産	40g×2	184
0553	大粒 北海道産	45g×2	184
0554	国産そばろ納豆	100g	292

漬け物

0601	たくあん漬	カット1本	486
0602	ヤマキ べったら漬	カット1本	594
0603	らっきょう田舎漬	100g	524

▽東明▽

0604	浅漬けかつお大根漬	150g	394	
0605	浅漬け昆布大根漬	150g	394	
0606	こぶ仕込み大根	250g	659	
0607	かつお仕込み大根	250g	659	
0608	ゆず大根	150g	394	
0609	白菜漬	250g	378	2p
0610	浅漬け紅かぶら漬	150g	394	
0611	柚子白菜漬	250g	378	2p
0612	刻みすぐき	120g	394	
0613	刻みみぶ菜	150g	394	
0614	きゅうりのふる里漬	90g	421	
0615	マイルドしば漬	90g	421	
0616	白菜キムチ	200g	373	2p
0617	千枚漬	100g	508	
0618	紅千枚漬	100g	508	
0619	カップ入切千枚漬	140g	475	
0620	カップ入紅切千枚漬	140g	475	

梅干し

0621	有機南高梅	180g	994	
0622	有機梅干	180g	918	
0623	紅玉梅干林州	120g	724	
0624	有機小梅	100g	864	4p
0625	有機ねり梅	100g	670	

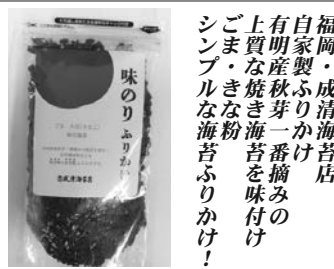
新商品や SPOT 商品
お得なセットなど大集合!!

今週のおすすめ惣菜



福岡・成清海苔店
自家製ふりかけ
上質の秋葉海苔
アミエビの風味と
えびの風味と食感
が人気!

[0827] えびふりかけダブル
SPOT 50g×2 1,195 ~~1,231~~円
原材料…乾海苔(有明海産)、アキアミ(国産)、かつおぶし、ごま、発酵調味料、醤油、砂糖、食塩、ミツイシコンブ、とうがらし



福岡・成清海苔店
自家製ふりかけ
上質の秋葉海苔
シマシマの風味と
味のりふりかけ!

[0828] 味のりふりかけダブル
SPOT 50g×2p 1,017 ~~1,048~~円
原材料…乾海苔(有明海産)、ごま、大豆、砂糖、発酵調味料、食塩、醤油、こんぶ、ムロアジ、かつおぶし、とうがらし

おにぎり、ごはんにはもちろんパスタにもどうぞ。
化学調味料、アミノ酸等は不使用。
三陸水産 鮭フレーク



[0829] 鮭フレークダブル
SPOT 90g×2 1,571 ~~1,626~~円
原材料…鮭、菜種油、発酵調味料、食塩、醤油

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



[0830] 江戸前でも! 茎わかめ佃煮ダブル
SPOT 60g×2 691 ~~713~~円
原材料…茎わかめ、しょうゆ(大豆:遺伝子組換えでない、小麦を含む)、砂糖、発酵調味料、かつおだし



[0831] しらすくるみダブル
SPOT 100g×2 1,498 ~~1,544~~円
原材料…砂糖、くるみ、ちりめん(国産)、しょうゆ(大豆:遺伝子組換えでない、小麦を含む)、発芽水飴、発酵調味料、食塩、寒天

原材料のふきは、岩手県産自生の山落を使用しています。
自然の恵みをご堪能ください。



[0832] きやらぶきダブル
SPOT 100g×2p 754 ~~778~~円
原材料…ふき(岩手産)、醤油、砂糖(種子島産さとうきび使用粗糖)、発酵調味料、麦芽水飴、かつおだし
※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 ~~1,608~~円

炊飯器に入れて混ぜるだけ
遠出食品の便利なご飯の素セット



[0834] 国産きのこご飯の素ダブル
SPOT 170g×2 1,006 ~~1,037~~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。



[0835] 中華丼の具ダブル
SPOT 180g×2×2p 1,182 ~~1,231~~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)



[0836] 赤だし味噌汁ダブル
SPOT 9g×6×2 743 ~~767~~円
原材料…豆みそ(大豆を含む)、白みそ、オリゴ糖、わかめ、食塩、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ

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。



[0837] 冷凍ふんわり豆腐ハンバーグダブル
SPOT 90g×3×2p 1,130 ~~1,177~~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



[0838] 冷凍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、濃粉、ごま、醤油、菜種油、清酒、ひじき、青海苔、しょうが、食塩、胡麻
※電子レンジで温めてください。



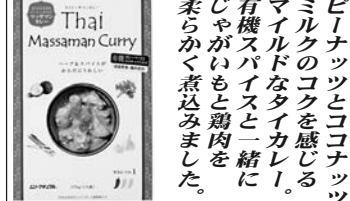
[0839] タイ・グリーンカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 ~~1,088~~円
原材料…野菜(なすび、たけのこ)、有機ココナツミルク、鶏肉、有機グリーンカレーペースト(有機唐辛子、有機レモン草、有機にんにく、有機ジャロット、食塩、有機コリアンダーシード、有機ガランガル、有機フィアライム、有機クミン)、植物油、有機砂糖、ナンプラー(魚醤(魚介類))、赤唐辛子/酸味料(クエン酸)



[0840] タイ・レッドカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 ~~1,088~~円
原材料…野菜(人参、たけのこ)、有機ココナツミルク、鶏肉、有機レッドカレーペースト(有機赤唐辛子、有機レモン草、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、有機フィアライム)、植物油、有機砂糖、ナンプラー(魚醤(魚介類))、赤唐辛子/酸味料(クエン酸)



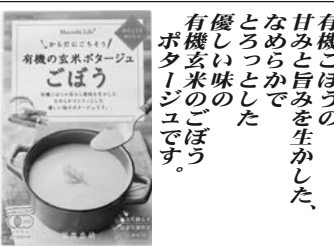
[0841] タイ・ベジタブルカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 ~~1,088~~円
原材料…野菜(たまねぎ、じゃがいも、いんげん)、有機ココナツミルク、有機イエローカレーペースト(有機ジャロット、有機レモン草、塩、有機にんにく、有機赤唐辛子、有機コリアンダーシード、有機ガランガル、有機生姜、有機クミン、カレー粉)、植物油、酵母エキス、食塩/酸味料(クエン酸)



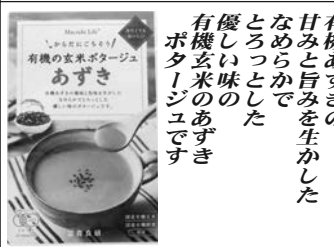
[0842] タイ・マッサマンカレーダブル
SPOT 170g×2 1048 ~~1,088~~円
原材料…有機ココナツミルク(タイ製造)、じゃがいも、鶏肉、有機マッサマンカレーペースト(有機唐辛子、有機ガランガル、有機レモン草、食塩、有機ジャロット、有機にんにく、有機コリアンダーシード、有機生姜、有機クミン)、植物油、有機砂糖、ピーナツ、カシューナツ、ピーナツバター、食塩、タマリンドペースト/酸味料(クエン酸)



[0843] AUGA OG トマトスープダブル
SPOT 400g×2 1164 ~~1,208~~円
原材料…有機野菜(人参、トマト、玉ねぎ、パプリカ、西洋ネギ)、有機トマトペースト、有機菜種油、有機米粉、食塩、有機砂糖、有機香辛料(黒コショウ、バジル、ペイリフ、オレガノ)



[0844] 有機玄米ポタージュ・ごぼうダブル
SPOT 135g×2 691 ~~712~~円
原材料…有機ごぼう(国産)、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩(海の精)



[0845] 有機玄米ポタージュ・あずきダブル
SPOT 135g×2 691 ~~712~~円
原材料…有機あずき(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
野菜の甘味と興農牛の旨味が詰まっています。



[5846] 冷凍 興農ビーフコロッケダブル
SPOT 240g(3ヶ)×2 1,174 ~~1,199~~円
原材料…じゃが芋(北海道産)、牛肉(北海道産)、玉ねぎ(北海道産)、砂糖、食塩、ラード、コショウ、パン粉(小麦粉、酵母、食塩、粗糖)、ばったーなご(小麦粉、食塩、砂糖、卵黄粉末、山芋粉末)
※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
	0703	有機しそフレーク	30g	540
	0704	海宝飯ふりかけ	28g	842
	0705	かつおふりかけ	28g	367
3p	0706	えびふりかけ	50g	616
3p	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
4p	0711	鮭フレーク	90g	810

▽佃煮類▽

	0712	島っこ生のり佃煮	90g	432
	0713	江戸前生のり	80g	448
2p 隔週	0714	江戸前でい! 荳わかめ佃煮	60g	356
4p 隔週	0715	しらすくるみ	100g	772
	0716	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
2p 隔週	0717	きゃらぶき	100g	389
	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
	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

翌々調配送品(2/2~2/7)

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辛料を減らしました。

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

▽揚げ物・他▽

	0805	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	冷凍 ベジタリアンのための野菜カレー	200g	400
	0814	冷凍 ベジタリアンのための豆カレー	200g	400
	0815	冷凍 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・OGトマトスープ	400g	600 3p
	0819	AUGA・OGマッシュルームスープ	400g	600
	0820	AUGA・OGミネストローネ	400g	600
	0821	AUGA・OGコーンスープ	400g	600
	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 2p

▽興農デリカ▽

翌々週	5841	冷凍 興農ミニハンバーグ	35g×5	929
翌々週	5842	冷凍 興農生ハンバーグ	100g×2	886
翌々週	5843	冷凍 興農ビーフコロッケ	160g(2ヶ)	605 3p
翌々週	5844	冷凍 興農メンチカツ	200g(2ヶ)	913

興農ファーム

翌々調配送品(2/2~2/7)



[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)
------	----	----	----	---------

ノンホモジナイズドとは
東毛酪農低温殺菌牛乳63℃

ホモジナイズは、牛乳(生乳に含まれている脂肪球)に圧力をかけて、乳中の脂肪球を砕いて小さく均質化することです。これは、均一に短時間で超高温殺菌する工程が必要であると共に、超高温殺菌中に配管の中で乳脂肪が固まらないようにするための過程です。

私たちは、牛乳に圧力をかけるのは、牛乳を壊していると考えます。「牛乳を壊さずに、自然の牛乳を飲んでもらう」をモットーにみんなの牛乳では、ホモジナイズドをかけていません。また乳質を傷めないように、集乳車のポンプや工場のポンプ・配管などの振動・圧力にも注意を払っています。

東毛酪農協同組合



国産純粋はちみつ
中平農園の百花蜂蜜

長野県下伊那郡 中平賢治さんの国産純粋はちみつ。非加熱。軽い濾過のみのため、自然のままの香り・味わいをお楽しみいただけます。

『桜の花、アカシヤの花など、その時期にハチが集めた蜜を私の農園ではりんご栽培をしておりますので、りんごの授粉作業用に蜂を飼っております。春から、りんご、桜、クローバーなど、周りの山や野の花が咲き乱れ、色々な花から蜂が集めた蜜を「百花蜜」としてビン詰めています。いろいろの花の蜜が集まって自然の良い味になっております。』



中平賢治さん

乳製品

※ビン容器を回収します。
きれいに洗って返却して下さい。

▽牛乳・乳飲料▽

3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	434
	0949	ダブル	上記2p	842 868
2p	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml	253
	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃(ピン)	200ml	185
	0904	パステライズドコーヒー(ピン)	200ml	190



食べるヨーグルトと飲むヨーグルト

[0952] 東毛酪農のこだわり
ヨーグルトセット
1セット 505 ~~526~~円

内容…東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト、
ドリンクヨーグルト各1

▽ヨーグルト▽

2p	0905	東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト	400ml	315
1p	0906	ドリンクヨーグルト	200g	205

▽バター・他▽

	0907	東毛酪農のカマンベールチーズ	100g	648
--	------	----------------	------	-----



丹那 南箱根の厳選バター

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

原材料…生乳、食塩

5p	0909	南箱根の厳選バター	180g	1,058
	0910	ハイラスマーガリンソフト	180g	443

豆乳グルト

翌々調配送品(2/3~2/7)

	5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	346
	5316	ダブル	上記2p	670 694



よつ葉 チェダーチーズ

乳原料は、北海道十勝産を100%使用。コクと酸味の絶妙なバランスがクセになる風味豊かなセミハードタイプのナチュラルチーズです。いろいろな食材と相性が良く、好きな形に切って使るので、お料理をアレンジしたい時にも大活躍です。

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▽

	0911	チェダーチーズ	100g	421
	0912	シュレットチーズ	250g	756
2p	0913	ゴードチーズ	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
----	----	----	---------	------

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

21p



干しいちじくを、まるごとパイ包みにしてみました。
冷凍パイシートを使って手軽に作りましょう。
ノヴァのレシピ

いちじくまるごとパイ

材料…冷凍パイシート(約10×20cm)1枚、干しいちじく4個、くるみ4個、卵黄1個

作り方…①干しいちじくは、頭の固い部分を切り落とし、2分ほど低温の蒸し器で蒸して冷ます。くるみは丸ごと軽く炒っておく。干しいちじくが冷めたら、中にくるみを挟む。②冷凍パイシートは冷蔵庫が室温でやわらかく戻し、めん棒で少し広げ、①の干しいちじくをくるむ。綴じ目は下になるようにし、いちじく型に整えて切れ目を入れる。③卵黄を大きじ1の水で溶いて①に塗り、200℃のオーブンで15分前後焼く。

ノヴァ 干しいちじく

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。消化酵素も豊富なヘルシー食品。

原材料…有機いちじく(トルコ)



ノヴァ 干しあんず

ホールタイプの種なしアプリコットです。トルコ・マラティア地方産の、甘みが強く酸味の少ない有機あんずを、一番大きなサイズに限定して収穫・加工しました。

原材料…有機干しあんず(トルコ)



ドライフルーツ・ナッツ

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

5p
4p

シリアル

0941	OG コーンフレークプレーン	150g	540
0942	OG コーンフレークフロスト	150g	551

天然酵母パン ザクセン

<p>デニッシュ生地 自家製あんを包み込みました。</p>  <p>[1069] あんこデニッシュ 2ヶ 599円 3p 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>天然酵母・国産小麦 北海道産バターを使用した バターロールです。</p>  <p>[1077] バターロール 5ヶ 616円 3p 原材料…小麦粉(国産)、バター、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>オーガニッククルミが入った 小さなパンです。</p>  <p>[1065] くるみのプチパン 4ヶ 583円 3p 原材料…小麦粉(国産)、くるみ(アメリカ産オーガニック)、菜種油、天然酵母、洗双糖、天塩</p>	<p>ドライマトとバジル入り セミハードロール</p>  <p>[1076] ドライマトとバジルの セミハードロール 5ヶ 594円 3p 原材料…小麦粉(北海道産)、ドライマト、粗糖、食塩、有機バジル</p>
<p>全粒粉、オーガニックレーズン、 オーガニックくるみを 生地に練りこんだ贅沢なパン。</p>  <p>[1073] パン・ド・コンブレ 250g 707円 4p 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>オーガニック黒胡麻を たっぷり入れました。</p>  <p>[1063] ごまコッペ 1ヶ 427円 2p 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>[1067] ベーグル(プレーン) 約70g×3 621円 3p 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>[1085] オニオンロール 3ヶ 551円 3p 原材料…小麦粉(国産)、玉ねぎ(国産)、酵母、洗双糖、天塩、菜種油、黒胡椒、ナツメグ</p>
<p>やわらかな食感のプチパン アトピー対応のマーガリン使用</p>  <p>[1061] テーブルロール 5ヶ 599円 3p 原材料…小麦粉(国産)、菜種油、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>有機 ぶどう 食パン の パッケージ</p>  <p>[1079] 有機ぶどう食パン (6枚スライス) 6枚切り 675円 4p 原材料…有機小麦粉、有機レーズン、有機砂糖、天然酵母、食塩</p>	<p>国内産 胚芽 入り 食パン</p>  <p>[1054] 胚芽食パン6枚スライス 6枚切り 556円 3p 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 にん類食 スライパン イス物 に使用 を しまし た。</p>  <p>[1055] 国産16穀食パン6枚 578円 3p 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)	ポイント
------	----	----	----	-----------	------

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:粗糖 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
3p	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・バター油	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

	1070	かぼちゃデニッシュ	糖・バ	2ヶ	583
	1071	チョコデニッシュ	糖・バ	1ヶ	367
	1072	あんぱん	糖	2ヶ	497
	1073	パン・ド・コンブレ		250g	707
	1074	パン・オ・ショコラ	糖・バ	1ヶ	616

▽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
------	-------------------	------	-----



さくさく&熱々&とろ〜り。
フライパンで簡単に作れます。
ハムとチーズのホットサンド
作り方…①キャベツは千切りにする。食パンはスライスする。②食パンにキャベツ、マヨネーズ、ハム、チーズの順に乗せてサンドする。③フライパンにバターを溶かし、②を入れて上から鍋の蓋、平皿などでおさえて弱火で2〜3分焼く。裏返して反対側にも焼き色をつける。フライパンから取り出し、食べやすい大きさに切る。



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



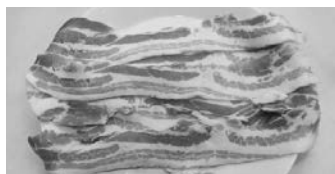
2月2日は節分。
恵方巻きと一緒に、
大豆たっぷりの鬼除け汁を食べて
招福厄除け！

節分汁

下準備…大豆は水で洗い、鍋に水を入れ一晩漬けておく。そのまま強火にかけ、沸騰したら弱火にして1時間ほど煮る。

作り方…①人参、大根、里芋、ごぼうなどの野菜は適宜に切る。長ねぎは小口切りにしておく。②鍋にごま油を熱し、豚バラ肉150gを入れて、火が通るまで焼く。肉の色が変わったら、だし汁600ccを入れて、野菜、下準備した大豆10gを入れる。③沸騰したら、火を弱めて味噌大さじ4を入れ、再度ふつと沸いてきたら出来上がり。器によそい、お好みでねぎと七味を散らす。

- 2p [2011] 有機大豆 (岩手産) 300g 281円
- [2021] 有機蒸し大豆ダブル 100g×2 513円



冷凍 健康豚 バラスライス

豚肉

▽北海道 放牧豚▽

放牧豚は、生後90日を目処に100日間以上、北海道厚真町の広い大地で『放牧飼育』された豚です。ストレスフリーで健康に育った放牧豚は、赤身が濃く・適度な弾力の肉質・甘みのある脂をあわせ持ち豚肉本来の豊かな味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。

品番	品名	規格	価格(税込み)
4p 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。			
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のももとの飼育し、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。

品番	品名	規格	価格(税込み)
1121	冷凍 健康豚 ローススライス	150g	795
4p 1122	冷凍 健康豚 ロースしゃぶ用	150g	811
1123	冷凍 健康豚 モモスライス	150g	667
4p 1124	冷凍 健康豚 モモしゃぶ用	150g	761
4p 1125	冷凍 健康豚 バラスライス	150g	708
1126	冷凍 健康豚 生が焼スライス	150g	728
1127	冷凍 健康豚 ヒレ	150g	1,084
1128	冷凍 健康豚 ロース切り身	80g×2	771
1129	冷凍 健康豚 挽肉	150g	513
1130	冷凍 健康豚 野菜炒め用小間切れ	150g	546
1131	冷凍 健康豚 パラパラ小間切れ	200g	754
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	748
丁寧に手切りして、バラバラで凍結させました。使いたい分だけ取り出せるので便利です。			

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



宵から夜中まで食べても飽きないと名付けられた豚肉のちり鍋
宵夜鍋、とんちりとも呼ばれます。
ポン酢醤油、ごまだね、
柚子こしょう、梅肉など、
お好みの味でお召し上がり下さい

常夜鍋

作り方…①ほうれん草 (小松菜でも) は2つにザク切りにする。椎茸は石づきを取り、そぎ切りにする。油あげは油抜きをして2cm幅の短冊に切る。春雨は戻す。②土鍋に、水をはり、昆布でだし汁を取り、料理酒を入れて、火にかけ沸騰したら①の材料を食べる分量ずつ入れる。③アクを取りながら、ポン酢醤油、お好みのタレで、しゃぶしゃぶ風に食べる。

- 1p [1905] 国産はるさめ 50g 157円
- 4p [2018] 無双 練り胡麻 白 240g 799円
- [0134] ほうれん草 1束 238円

健康豚 ロースしゃぶ用
健康豚 モモしゃぶ用



黒糖のコクと焼酎を使って煮込んだトロトロ柔らか煮豚です。バラ肉表面を焼いて油を落とし、脂肪をカット! あっさり仕上げます。

豚バラ肉のトロトロ煮

作り方…①豚バラブロック500gは、2cm厚さに切る。②フライパンを熱し、何もみかずに豚肉を並べて弱火で焼く。焼き色がついたら返し、裏も同じように焼いて、ペーパータオルにとって脂をふき取る。③フライパンをきれいにし、豚肉を戻し入れる。煮汁の材料 (黒砂糖カップ1/4、醤油カップ1/4、焼酎カップ1/4、水カップ1/4) を加えて、中火にかける。④煮立ったら落としぶたをする。ごく弱火にし、焦がさないように注意しながら20分間ほど煮込む。煮汁がほぼなくなれば、出来上がり。

冷凍 興農豚バラブロック

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



翌々週配送品 (2/3~2/7)

▽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	1,085
5852	冷凍 シロースしゃぶしゃぶ用	200g	1,188
5853	冷凍 シローススライス	200g	977
5854	冷凍 シローストンカツ用	200g	1,166
5855	冷凍 シヒレー口カツ用	200g	1,193
5856	冷凍 シヒレブロック	300g	1,588
5857	冷凍 〃バラブロック	500g	1,993
5858	冷凍 シ挽肉	250g	940
5859	冷凍 シ徳用豚挽肉	400g	1,426

中華の皮

1208	地粉餃子の皮	20枚	259	2p
1209	極厚全粒粉餃子の皮	20枚	335	2p
1210	シューマイの皮	30枚	194	
1211	春巻きの皮	10枚	362	
1212	ワンタンの皮	20枚	254	

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



鶏肉の旨味と根菜と木の実からでる
 滋味が体を温め疲労を取り除きます。

鶏の薬膳スープ

材料(4人分)…鶏もも300g、手羽元300g、
 にんにく2片(芽を抜いて千切り)、生姜15g(千切り)、ごぼう、にんじん、大根各150g(ピーラーで引く)、ねぎ150g(4cm位のぶつ切り)、なつめ、甘栗各8こ、松の実、クコ各8g、塩小1と1/2

作り方…①鶏肉を自然解凍して一口大に切る。②鍋に水2500ccを入れて沸騰させる。③②に材料を全て入れて、あくを取りながら、コトコトと中火で45~50分煮込む。④深皿にスープと鶏肉、具を取り分けたつぷりスープをいれて、細かく小口切りした葱を(分量外)かけて熱々をお召し上がり下さい。

※うすいお味です。お好みでサムゲタンの様に食卓で塩を足してお召し上がり下さい。

冷凍 播州百日鶏 もも



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



ポトフに

放牧豚 ベーコンスライス

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

冷蔵庫での自然解凍、又は流水解凍後、加熱してお召し上がりください。

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



加工肉

▽ファーマーズファクトリー▽

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

1401	冷凍 放牧豚 ポークウィンナー	100g	471	
1402	冷凍 放牧豚 粗挽きウィンナー	100g	521	
1403	冷凍 放牧豚 ベーコンスライス	65g	410	
2p	1404	" ダブル	上記2p	796



骨つき鶏の旨味が野菜に染み渡った冬にぴったりの温かい煮込み料理

手羽元とキャベツのトマト煮

作り方…①手羽元8本は骨の左右に切り込みを入れる。酒大さじ1、塩、こしょうで下味をつける。キャベツはざく切りに、玉ねぎは粗みじん切りに、パプリカは乱切りに、にんにくはみじん切りにする。②フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて弱火で熱し、香りが出てきたら手羽元を皮目から入れ中火にし、全面に焼き色がつくまで焼き、一度取り出す。③玉ねぎ、パプリカ、キャベツを加えて炒める。野菜がしんなりしてきたら、手羽元を戻す。(トマト缶400g、コンソメ5g、砂糖小さじ1)を加え、10分ほど弱めの中火で煮込む。④塩・こしょうで味を調える。器に盛り、パセリをふる。

2p [2219] アルマテラ 有機トマト缶・ホール 400g 324円

冷凍 手羽元

唐揚げや煮込み料理にどうぞ。骨の周りのおいしいお肉までまるごとどうぞ。



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

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

4p	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
	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
	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
5p	1307	冷凍 播州百日鶏 ウィング	約80g×5	985
	1313	冷凍 播州百日鶏 レバー	200g	893

冷凍 興農牛カレー・シチュー用

煮込み料理に使いやすい角切り肉、煮込めば、煮込むほど赤身の旨みが料理に広がります。



翌々調配送品 (2/3~2/7)

▽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。赤身肉(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	1,604
5802	〃 徳用	400g	2,430
5803	冷凍 興農牛すき焼き用	200g	1,512
5804	冷凍 興農牛しゃぶしゃぶ用	200g	1,512
5805	冷凍 興農牛ロース焼き肉用	200g	1,642
5806	〃 徳用	200g×2	3,208
5807	冷凍 興農牛ヒレステーキ用	200g(2~3枚)	2,992
5808	冷凍 興農牛カレー・シチュー用	200g	1,296
5809	冷凍 興農牛スジ	200g	761
5811	冷凍 興農牛牛・豚合挽き	250g	1,156
5812	〃 徳用	400g	1,642
5813	冷凍 興農牛挽肉	250g	1,291
5814	〃	400g	1,928



地粉餃子の皮

滋賀産小麦と、国産小麦農林61号をブレンドして製粉しています。

独特な風味ともちもち食感の餃子の皮です。

原材料…小麦粉、食塩、デンプン



北海道産スケトウダラを使用
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



節分のおつまみ、おかずにどうぞ
南伊豆水産 鯛ハンペン

駿河湾で水揚げされた、新鮮なイワシを骨や皮なども一緒にミンチにしてつくりました。
イワシの風味はそのままに、鉄分やカルシウムをはじめ、ビタミンA、タウリン、DHA、EPAなどの栄養素を、丸ごと手軽に味わえます。

原材料…いわし・魚肉（たら、ぐち）、澱粉（馬鈴薯）、砂糖（洗双糖）、食塩、発酵調味料（みりん、塩）、鰹だし



リン酸塩無添加のすり身で作りました
南伊豆水産 小判揚

小サイズの小判揚げ 揚げかまぼこ。シンプルな味付けで煮物、野菜炒めの具にどうぞ。
原材料…魚肉（すけそうたら）、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、発酵調味料、鰹だし、菜種油

牡丹の花ような焼き目が特徴のちくわ。

高橋徳治商店 冷凍 ぼたんちくわ
北海道産の助宗タラすり身に国産のサメ肉と小魚を配合した昔ながらの原料と製法で仕上げました。プリプリとした食感ではなく、汁含みの良いザックリとした食感は煮物やおでんとの相性抜群です。



節分つみれ汁にどうぞ
恵方巻きに添えて

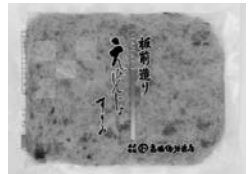
高橋徳治商店 冷凍 いわしだんご
国産真いわしと助宗たらすり身をあわせ、ネギと味噌と一緒に練りこんだ柔らかい食感のだんごです。汁ものに入れると、旨味のある出しが出て大変美味しいスープに仕上がります。



原材料…いわし、たら、長ねぎ、馬鈴薯でん粉、味噌（大豆、米、食塩）、砂糖、ほたてエキス、かつお節エキス、昆布エキス、食塩

丸めて汁用に

餃子、春巻き、シューマイの具材等に
高橋徳治商店 冷凍 えびしんじょすりみ
2種類の天然エビを使用した生すりみです。余計な化学調味料は一切使用せず、海老本来の美味しさを引き出したえびしんじょすりみです。無添加の海老を80%以上配合。



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

練り物

※印の商品はお休みです

▽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 1,080
3p	1504	鯛ハンペン	5枚	632
3p	1505	小判揚	5枚/150g	518
	1506	桜えび入り揚	3枚/150g	810
	1507	スティック揚 (イカ)	6本/150g	621
	1508	たこボール	8ヶ	502
	1509	ねぎちぎり揚げ	100g	540
	1510	青のり小判	3枚	437
	1511	ごぼう巻き	5本	562

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

	1512	まぐろもろこし	100g	551
	1513	おでん種セット 卵	6種13品	1,021
	▽宮城 高橋徳治商店			
	1514	冷凍 おとうふ揚げ	170g5ヶ	394
	1515	冷凍 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	491
	1516	冷凍 さつま揚げ	190g5枚	508
	1517	冷凍 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540
	1518	冷凍 おとうふ揚げ (五目)	165g5ヶ	410
	1519	冷凍 ぼたんちくわ	165g5ヶ	491 3p
	1520	冷凍 いわしだんご	150g	437 3p
	1521	冷凍 えびしんじょすりみ 卵	150g	578 3p
	1522	冷凍 おでん種セット(7種13品) 卵	356g	1,042

雪むろじゃがいも使用。
国産の牛肉を入れ、
下味をしっかりつけました。

冷凍 雪室熟成じゃがいもコロケビーフ
原材料…じゃがいも（国産）、牛肉（国産）、パン粉、玉ねぎ、砂糖、醤油、塩、唐辛子、衣（パン粉、小麦粉）（原材料の一部に大豆を含む）

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

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）/酒精

新潟 まきば

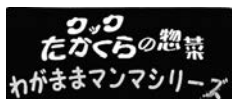
まきばの「とこトンシリーズ」

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ケ▽				
	1561	冷凍 カレー	15g×10	504
	1562	冷凍 ビーフ	15g×10	513
	1563	冷凍 きんぴら	15g×10	481
	1564	冷凍 野菜	15g×10	481
▽雪室熟成じゃがいもコロケ				
4p	1565	冷凍 ビーフ	60g×4	751

	1566	冷凍 ポーク	70g×4	680
▽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	677 4p
	1568	冷凍 レンジで里いもレンコンコロケ	21g×8	600 3p
	1569	冷凍 餃子	25g×10	603 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	1525	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	583
	1526	"	ダブル	上記2p	1,120 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
3p	1531	冷凍	すきやき風コロッケ	150g	594
	1532	"	ダブル	上記2p	1,140 1,188
4p	1533	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	670
	1534	"	ダブル	上記2p	1,286 1,340
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
3p	1539	冷凍	おはぎ	3個	621
	1540	"	ダブル	上記2p	1,192 1,242

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

4p	1551	冷凍	有機豆乳使用クリームコロッケ	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
3p	1555	冷凍	グッドミーのベジタブルミートソース	140g	599
3p	1556	冷凍	グッドミーのちっちゃなベジバーグ	6個入り	621

北海道産有機大豆と長崎産小芽ひじきを
 使用しました。



自然解凍
 [1541] 冷凍 大豆入りひじき煮 80g 556円
 [1542] " ダブル 上記2p 1,068 ~~1,112~~円

原材料…大豆 (北海道産有機)、ひじき (長崎産)、人参、あげ (国産有機大豆を使用)、ごま油、醤油、三河みりん、洗双糖

シンプルなささみのフライです
 さっぱりと召し上がれます



[1523] 冷凍 チキンカツ 2枚入り 578円
 [1524] " ダブル 上記2p 1,109 ~~1,156~~円

原材料…鶏ササミ (米沢郷の鶏肉)、パン粉、小麦粉、卵、なたねサラダ油、塩、胡椒



様々な用途に使える一口サイズの餃子です。
 お鍋、スリ、焼き餃子に、一口サイズの餃子です。
 [1535] 冷凍 パクパク餃子 30個 1,253円
 [1536] " ダブル 上記2p 2,405 ~~2,566~~円

原材料…キャベツ、豚肉、餃子の皮、しょうが、にら、片栗粉、醤油、酒、ごま油、塩、胡椒



たっぷりの野菜とお肉
 海産物を加え満足のボリューム
 [1529] 冷凍 中華丼の素 230g 756円
 [1530] " ダブル 上記2p 1,452 ~~1,512~~円

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

動物性原料を含んでいない中華丼
 国内産の野菜、大豆ミートを使って
 味付けはしっかりと仕上げ



[1557] 冷凍 グッドミーのベジタブル中華丼 180g 718円

原材料…白菜、玉ねぎ、人参、干し椎茸、粒上大豆たんぱく、醤油、なたね油、洋風だし、胡麻油、食塩、片栗粉、胡椒

特有の食感と
 ふくらした厚みがあり、
 食べごたえがあります



[1558] 冷凍 車麩のフライ 5個 616円

原材料…車麩、醤油、味の母、パン粉、椎茸汁、サラダ油、塩、胡椒

沓掛冷食



春巻とグラタンを手作りで製造 沓掛冷食

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にしています。

濃厚なコクと旨味のクリーミーなホワイトソースに、
 えびと有機ブロッコリーをトッピングした
 少し小さいサイズのグラタンです。



原材料…牛乳 (生乳 (国産))、有機マカロニ (小麦を含む、イタリア製造)、野菜 (玉ねぎ (国産))、有機ブロッコリー (国産)、ナチュラルチーズ (国内製造)、海老 (バングラデシュ産)、小麦粉、バター、なたね油、馬鈴薯でん粉、砂糖 (甜菜)、食塩、チキンエキス調味料、こしょう

[1570] 冷凍 有機ブロッコリーと有機ペンネのえびグラタン 130g×2 670円 4p

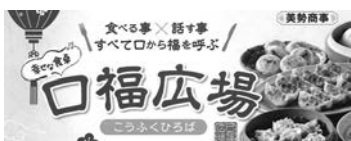
外はバリバリ、中はジューシー。
 国産原材料にこだわり、ひとつひとつ手巻きで仕上げた本格中華春巻です。



原材料…具 [野菜 (たけのこ (国産)、長ねぎ (国産)、しょうが (国産))、豚肉 (国産)、醤油 (大豆 (遺伝子組換えでない)・小麦を含む)、馬鈴薯でん粉 (遺伝子組換えでない)、チキンエキス調味料、ごま油、砂糖、オイスターソース (大豆 (遺伝子組換えでない)・小麦 (いかを含む)、清酒、豚脂、食塩、黒こしょう)、皮 [小麦粉 (国産)、食塩]

[1571] 冷凍 春巻 250g (5本) 810円 4p

冷凍点心



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。遺伝子組換え作物や遺伝子組換え作物に由来する原材料は使用していません。

▽口福広場▽

1581	冷凍	豚まん	4個 (480g)	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
1585	冷凍	海鮮餃子	12ヶ	583
1586	冷凍	ひとくち餃子	20ヶ	551
1587	冷凍	肉焼売	8ヶ	670
1588	冷凍	海老ワンタン	15ヶ	535
1589	冷凍	海鮮えび焼売	8ヶ	697

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

**桜色の綺麗な高級魚
天然本鱈 (さくらます)**

きめ細かい身質のため、口当たりしっとりやわらか。ご飯に合う塩加減でマスの旨味がよく感じられます。

協賛

[1618] 冷凍天然さくらます切身
2切 705 ~~794~~円



バター・ポン酢ムニエル

さくらます
サクラマスは鮭の仲間です。川底で孵化し、その後海へ下るものが「サクラマス」、川に残るものが「ヤマメ」と呼ばれています。白身魚らしい上品さと、旨味を含んだ味わい



煮付けに
醤油・みりん・酒・水を、ひと煮立ちしてから、切り身を入れ、アルミ箔で落としづたをする。
[2139] 味の母みりん風調味料
720ml 999円



素焼きで
切り身に酒をまぶすと臭みが消え、身がやわらかくなります
酒 [2144]特選・蔵の素
(料理酒) 720ml 1298円



海産

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽刺身・生食用▽			
	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
5p	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
6p	1604	冷凍 ネギトロ用すき身(サラダ油使用)	200g	1134
	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
	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	929
	1610	冷凍 お刺身ほたて貝柱	100g	1010
	▽切り身魚▽			
	1611	冷凍 紅鮭(甘塩)	2切れ	896
	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
	1615	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788

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

5p

高尾の魚

翌々週配送

[5660] 冷凍 塩サバ切身
2切れ 594円
ノルウェー産/脂の乗ったものを半身にし、食塩で味付け



3p

▽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

3p

タレ 山椒付
**4回つけ焼で
ふんわり香ばしく**
[1715] 冷凍鹿児島産
うなぎ蒲焼き 長焼き
110g 2630円
ふっくらした食感。広い池で飼育された健康なうなぎを使用
解凍後、グリルでうなぎの表面に脂が泡立つくらい焼くと香ばしさが増します

13p

**巻きものの
定番**
[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

6p

**口に広がる唐辛子の香りと
後引く辛さ**
[1602] 冷凍三陸水産の
辛子明太子
80g 1010円
島根産一味唐辛子を使用し、独自の調味液に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、鰹節、昆布、唐辛子

5p

[1616] 冷凍びんちょうまぐろたたき
1本(カット) 1291円
良質でくせが少なく、あっさりとした味。
[1721] 冷凍シーフードミックス
180g 848円
エビ・ホタテのミックス

6p

4p

ポイト	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽鍋▽				
	1714	冷凍 海鮮鍋セット7種 (約2人前)	2074	
ワタリガニ1杯、生秋鮭切身2切、汐タラ切身2切、ポイルホタテ1ヶ、ベビーホタテ2ヶバナエビ2ヶ、結び昆布2ヶ				
▽うなぎ▽				
13p	1715	冷凍 鹿児島産うなぎ蒲焼き 長焼き	110g	2630
	1716	〃 刻みうなぎ	50g×2	1831
▽エビ・イカ 他▽				
	1717	冷凍 エコシュリンプ	M 約200g	1598
	1718	〃	L 約200g	1696
8p	1719	〃 むき身 S	約200g	1642
	1720	冷凍 中粒しじみ	150g	805
4p	1721	冷凍 シーフードミックス	180g	848
エビ・ホタテ				
▽干物・他▽				
	1722	冷凍 いわし丸干し	6尾	481
	1723	冷凍 カラフトししやも	10尾	562
4p	1724	冷凍 干しカレイ	2枚	821
	1725	冷凍 アジ開き	2枚	810
	1726	〃 ダブル	2枚×2	1539 1629
4p	1727	冷凍 ひと塩サワラ切身	3切	713
隔週	1728	冷凍 金目鯛開き	2枚	675

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイト
▽惣菜▽				
	1751	冷凍 まぐろつみれ	180g (11~13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
	1754	冷凍 揚げだけ!秋鮭フライ (骨取り・皮無し)	3切	940
	1755	冷凍 イカ下足竜田揚げ用	250g	778 4p
	1756	冷凍 メカジキ竜田揚げ用	200g	594
	1757	冷凍 まぐろメンチ	60g×4	756



月1登場

こだわりの燻製 箸がとまらない!

[1729] 冷凍 スモークサバ 1枚 578円 3p

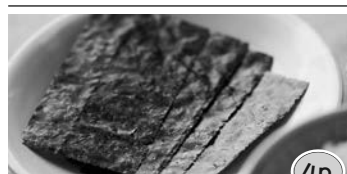
ノルウェー産の脂の乗ったサバを、「食塩」と「胡椒」のみで味付け。スモークする事により味に深みが増しています。温めると一層美味しくお召し上がりいただけます



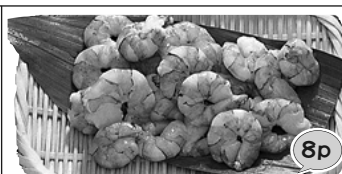
お弁当のおかずにも

[1755] 冷凍 **イカ下足 竜田揚げ用** 250g 778円 4p

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。



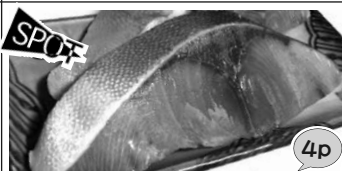
[1810] 食卓焼き海苔 宮城産 4枚×25 713円 4p
焼きのりを食べやすい大きさにカット。個包装。



[1719] 冷凍 エコシュリンプ むき身S 約200g 1642円 8p
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



[1727] 冷凍 ひと塩サワラ切身 3切 713円 4p
振り塩をして凍結しました。お弁当のおかずなどにおすすめです。



[1619] 冷凍 (無塩) ぶり切身 2切入 794円 4p
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。



[1724] 冷凍 干しカレイ 2枚 821円 4p
そのまま焼くだけでなく、甘めの煮付けや片栗粉で唐揚げにしても。



[1617] 冷凍 直火炭焼きかつおたたき 1本 (ハーフカット) 1285円 6p
鹿児島県枕崎産/のほりかつおなのであっさりとした味



[1713] 冷凍 メカジキ照焼用 90g×2 875円 5p
フライパンで簡単照焼き。網で焼けば香ばしさもプラス



[1730] 冷凍 サンマ開き 2枚 670円 4p
脂の乗りが良く、上品な塩加減がおいしい。

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	35g	875
	1803	三陸茎わかめ 剣山裂き	250g	470 3p
	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
	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

細かく裂いているので サラダ・煮物なんにでも

[1803] 三陸茎わかめ 剣山裂き 250g 470円 3p

茎わかめのコリコリとした歯ごたえはそのまま、細いので塩抜き時間が大幅短縮に。



茎わかめの甘辛炒め 水につけて塩抜きした茎わかめとさつま揚げをさっと炒め、甘辛く味付け

[1505] 小判揚 5枚/150g 518円 3p



立春を迎える「節分そば」
節分は旧暦で大晦日。
お蕎麦を食べて身を清めましょう。
節分そば

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。

神奈川県足柄上郡 金子製麺

季穂石臼生粗挽きそば

北海道幌加内産そば粉と北海道産小麦ゆめちからを使用。そばを石臼で粗挽きにした「石臼粗挽きそば」です。

足柄古式そば

北海道の幌加内そば粉をと国産小麦農林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。



長野県長野市 山本食品

冷凍十割生そば

国内産そば粉の100%で作った冷凍十割生そばです。生のまま冷凍する事で味、香りが損なわれず、手打ちそばに勝るとも劣らない風味がお楽しみいただけます。



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
2424	みそらーめん	101g×4袋	799	
2425	とんこつらーめん	103g×4袋	842	
▽パスタ▽				
2426	国内産ロングパスタ	300g	432	
2427	国内産エルボパスタ	300g	432	
2428	DeLucaオーガニックパスタスパゲッティ	500g	508	
2429	DeLucaオーガニックパスタペンネ	500g	622	



ノンカップメン トーエー どんぶり麺

麺は国内産小麦粉を使用し、植物油で揚げています。かん水は使用しておりません。スープには化学調味料を一切使用しておりません。

ご家庭のどんぶりに入れ、熱湯を注ぐだけで、簡単にお召し上がりいただけます。



▽即席麺	トーエー▽	月1			
次回209	2430	どんぶり麺・しお味ラーメン	78.5g×4	907	5p
	2431	どんぶり麺・しょうゆ味ラーメン	78g×4	907	5p
	2432	どんぶり麺・きつねうどん	77.3g×4	907	5p
	2433	どんぶり麺・納豆そば	81.5g×4	950	5p
	2434	どんぶり麺・カレーうどん	86.8g×4	950	5p

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

麺類

▽生麺▽

隔週	2401	ふわふわもちもちむっちりうどん	200g×2	329
3p	月1	2402 季穂石臼生粗挽きそば	130g×2	486
隔週	2403	あしがら車屋 醤油らーめん	2食	443
隔週	2404	〃 味噌らーめん	2食	481
隔週	2405	〃 塩らーめん	2食	481
隔週	2406	日本の中華麺 坦々麺	2食	491
	2407	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518
	2408	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324
	2409	生スパゲティー	150g×2食	335

▽冷凍麺▽

	2410	練 さぬきうどん	200g×3	410
	2411	〃 ダブル	上記2p	788 820
	2412	練 十割生そば	130g×2	594
	2413	〃 ダブル	上記2p	1,129 1,188

▽乾麺▽

	2414	地粉うどん(田島さんのうどん)太	250g	286
	2415	地粉うどん(田島さんのうどん)細	250g	286
	2416	吉野葛そうめん	250g	540
	2417	純国産手延べそうめん	250g	486
2p	2418	足柄古式そば	240g	356
3p	2419	究極そば	200g	535
3p	2420	特選そば	200g	562
	2421	さくらの焼そば	114g×2	421

▽即席麺 桜井食品▽

	2422	しょうゆらーめん	99g×4袋	799
	2423	しおらーめん	99g×4袋	799

だし類

▽昆布▽

2501	日高昆布	200g	1,534
2503	結び昆布	150g	524

▽煮干し▽

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

▽削りぶし▽

2504	鯉平削り(花カツオ)	40g	405
2505	削り節パック「ふぶき」	4g×10	670
2506	ソフト削り	16g	281
2507	料理の決め手(混合削り節)	100g	680
2508	中厚削り	100g	578

▽だしパック(煮出しタイプ)▽

2509	だしパック おだしさん	8g×10	302
------	-------------	-------	-----

▽だしパック(粉末タイプ)▽

2510	野菜でうまみ食塩無添加	3.5g×6	389
------	-------------	--------	-----



安全・安心のチキンコンソメ
お料理にも使いやすい、液体タイプ
光食品 チキンコンソメ

NON-GMO、PHFコーンの飼料で育てた若鶏の新鮮なガラを使用しています。有機本醸造醤油と国産有機野菜で仕上げました。

簡単スープに(1人分)…1袋を150~200mlのお湯で溶かし、クルトンやパセリを浮かべたり、わかめ、ネギなどお好みの具材を入れてお召し上がりください。溶き卵を入れる場合はお鍋でスープを温めながら入れてください。

原材料…鶏がらスープ、自然塩、有機本醸造醤油、粗製糖、有機玉ねぎ、有機にんじん、有機キャベツ、有機セルリー、香辛料



2511	チキンコンソメ	10g×8	540	3p
▽干し椎茸▽				
2512	干ししいたけ・どんこ(大)	45g	994	

【カタログに掲載していない隔週・月1回掲載の金子製麺の生麺をご注文も頂けます。注文書裏面「くろすおーぼー」に、商品名と数量を明記して下さい。ご注文いただいた商品に、欠品がある場合にはご容赦いただきたく存じます。】



良質のたんぱく質が豊富な大豆を野菜と一緒に、ことごと煮ます。節分の一品にどうぞ

五目豆

作り方…①大豆2カップはサツと洗い、水7カップにつけて一晩おく。浸し汁ごと厚手の鍋に入れ、ややかためにゆでる。②野菜（にんじん、ごぼう、蓮根など）は1cmくらいのさいの目に切る。③かんぴょうと昆布は水で戻し、1cm角に切る。昆布の戻し汁はとっておく。④鍋に油を熱して、野菜をよく炒め、③も加えて炒め、大豆と戻し汁を入れてしばらく煮る。醤油・洗双糖を加え、弱火で煮る。⑤柔らかく煮えたら味を見て、調味する。



福を巻き込む 恵方巻きに

かんぴょう
栃木産の天日干した無漂白のかんぴょうです。漂白をしていないのでややアメ色をしています。これが本来の色です。

有機大豆使用・にがり凍み豆腐
国内産有機丸大豆と、凝固剤にはにがり（塩化マグネシウム）を使用し、手間と時間を惜しまずに作った凍り豆腐です。



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

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	535
2003	地粉（薄力粉）	500g	400
2004	国産有機白玉だんご粉	150g	480
2005	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	389
2006	無双本葛・粉末	80g	594
2007	片栗粉	200g	281
2008	星六きな粉	80g	405
2009	重曹	300g	416
2010	ホットケーキミックス（有糖）	400g	443

▽豆▽

2p	2011	有機大豆（岩手産）	300g	281
----	------	-----------	------	-----

▽水煮野菜▽

2012	小豆の水煮	230g	270
2013	黒豆の水煮	230g	292
2014	金時豆の水煮	230g	281
2015	小豆かぼちゃ	200g	367

▽胡麻▽

2016	国内産すりごま 黒	30g	626
2017	国内産すりごま 白	30g	691



無双 練り胡麻 白
苦味が出ないよう、軽く炒り上げた白胡麻を、粒子の細かいクリーム状にしました。鍋のつけだれ…練りごまに少しづつめんつゆを混ぜて、水適量を加えて味を調整する。原材料…白胡麻（グアテマラ産）

4p	2018	無双 練り胡麻 白	240g	799
----	------	-----------	------	-----



SPOT ふっくらやわらかい 蒸し大豆

北海道産有機大豆を使用した蒸し大豆です。（続けるだいでずDAYS習慣は転換期間中有機大豆）そのままつままで食べられます。お料理のトッピングに。スープや煮物は仕上がりの直前に加えると煮崩れしにくく、豆の風味がいっそう引き立ちます。

▽だいでずデイズ▽

SPOT 今日限り

4p	再販	2019	続けるだいでずDAYS習慣	40g×5	810
			原材料…有機大豆（転換期間中、北海道産、遺伝子組換えでない）、食塩、有機米酢		
2p	再販	2020	有機蒸し大豆	100g	270
		2021	" ダブル	上記2p	513 549
		2022	" 4パック	上記2p	1,004 1,080
			原材料…有機大豆（北海道産、遺伝子組み換えでない）、食塩、有機米酢		

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

乾物・缶詰・素材

▽乾物▽

1815	とろろ昆布（富士酢使用）	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
1902	有機大豆使用 にがり凍み豆腐	6枚	464
1903	かんぴょう	40g	691
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（本島+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（ホルカ-礼）	180g×3	778
1912	朝掘たけのご水煮ブロック	200g	702
1913	有機うらごしかぼちゃ	200g	778
1914	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778
1915	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778
1916	ミニとろいわシ・味付	100g	378



【鬼を追い払う】いわし。
家族みんなが食べやすい「いわし缶」で現代風に節分つみれ汁

作り方…①とろいわシ水煮1缶は、身と汁に分ける。②①の身とみじん切りにした長ねぎ、おろし生姜を合わせ、スプーンの背で身をつぶすように混ぜる。③②に片栗粉大さじ2を加えてよく混ぜて、つみれ団子をつくる。水分足りなければ①の煮汁を足す。④鍋に水700mlと①の煮汁を全量入れ沸騰したら、中央にし、つみれを投入し、温める。⑤（塩小さじ1/2、酒小さじ2、醤油小さじ1）を入れ、最後に塩で味を調べて、器に盛り白髪ねぎを添える。

とろいわシ水煮 原材料…まいわし（銚子港）、食塩、米酢



	1917	とろいわシ水煮	150g	497	2p
SPOT	1925	" ダブル	上記2p	954 994	
	1918	オイルサーディン	100g	443	
	▽こんにゃく▽				
	1919	一穂のこんにゃく	300g	335	
	1920	一穂の生芋こんにゃく	230g	297	
	1921	手どりこんにゃく	250g	389	
	1922	しらたき	230g	335	
	1923	くろたき	230g	346	
	1924	乾燥糸こんにゃく	25g×10	594	

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



漬けるだけで旨味 UP の 万能調味料 3p
[2134] 有機玄米塩麹 170g 648円
 国産有機玄米と米麹、そして伝統海塩「海の精」を使用しました。深みのある味
塩こうじで野菜炒め
 いつもの野菜炒めに塩こうじを混ぜるだけ。野菜の旨みが引き立ちます！
[0217] 健康緑豆もやし 250g 65円

自家製塩こうじ
 清潔な容器に糀 200g・塩 60g を入れてかき混ぜる。水をひたひたに注いで混ぜ、蓋をゆるくしめて室温で保管。1日1回混ぜて約1週間くらいから使えます



3週間後配送 (2/10~2/14)				
5333	小野崎玄米糀	1kg	1,804	

調味料

▽味噌▽				
2101	酢屋茂	玄米味噌	650g	842
2102		米味噌	650g	756
2103		あわせ味噌	650g	756
2104		麦味噌	650g	756
2105	ヤマキ	有機玄米味噌	500g	999
2106		有機麦味噌	500g	999
2107	小野崎	玄米味噌	750g	945
2108		米味噌	750g	913
2109		麦味噌	750g	902
2110	マルカラ	白みそ	250g	270
2111		有機八丁味噌	400g	862
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	弓削多	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	海の精	あらしお(大)	500g	1296
2121		〃(小)	240g	648
2122		ほししお	240g	810
2123		やきしお	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
2133		てんさい含蜜糖 粉末	500g	497

▽塩こうじ▽				
2134	有機玄米塩麹	170g	648	3p
▽つゆ▽				
2135	弓削多有機だしつゆ	300ml	1037	5p
2136	ヒカリ有機だしつゆ	300ml	551	
2137	三河白だし	400ml	1242	
2138	日東のそばつゆ(ストレート)	400ml	767	

▽みりん類・料理酒▽				
2139	味の母(みりん風調味料)	720ml	999	5p
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	1400	
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	4p
2150	美濃有機玄米黒酢	360ml	756	
2151	純りんご酢	500ml	572	
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	
2155	有機梅酢 赤	200ml	583	
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	3888	
2166	カルボネール有機エキストラオリーブオイル	458g	2695	
2167	パレスチナのエキストラオリーブオイル	273g	1858	

▽季節限定・鍋つゆ▽				
2168	みそちゃんこ鍋スープ	600g	324	
2169	寄せ鍋スープ	600g	324	
2170	キムチ鍋スープ	600g	324	
2171	香り高いごま豆乳鍋スープ	600g	324	
2172	とり塩鍋スープ	600g	324	
2173	本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ	30ml×4	400	
2174	鶏だしコク鍋つゆ	30ml×4	400	
2175	香り立つゆず鍋つゆ	30ml×4	400	2p

▽大ビン・大缶▽				
4週に1度掲載				
2181	味の母みりん風調味料	1800ml	2160	
2182	カンタン八芳酢	900ml	972	

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽ソース類▽				
	2201	有機ウスターソース	250ml	454
	2202	有機中濃ソース	250ml	454
	2203	職人の夢・有機中濃ソース	200ml	540
	2204	有機濃厚ソース	250ml	454
	2205	お好みソース	360ml	421
	2206	やきそばソース	290g	454
	2207	オイスターソース	115g	486
▽たれ類▽				
4p	2208	焼き肉のたれ	350g	680
	2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
	2210	有機麻婆の素	100g	281
2p	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
2p	2219	有機トマト缶・ホール	400g	324
	2220	有機トマト缶・カット	400g	324
	2222	有機ミートソース	140g	335
▽ドレッシング 他▽				
	2223	マンゴーチャツネ	260g	626
	2224	果実の恵みドレッシング	200ml	443
3p	2225	国産なたね油野菜ドレッシング	200ml	464
	2226	有機胡麻ドレッシングタイプ	225g	497
	2228	有機青じそドレッシング	200ml	518
	2229	にんじんだレッシング	180ml	680
	2230	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	カレースライスセットレギュラー	5~6皿分	378	2p
2305	〃 ハード	5~6皿分	486	3p
2306	タンドゥリーチキン用スパイス11g(5~6人用)		324	
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	
2313	直火焙煎クリームシチュールー	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	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	
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・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	2p
2330	乾燥ローリエ	3g	589	

スパイスが個包装
辛さも調節できます

ハードタイプは、ホールスパイスが入って、さらに香りがたちます

カレースライスセット

[2304] レギュラー 5~6皿分 378円
[2305] ハード 5~6皿分 486円



ハード

レギュラー

クミンシード
ターメリック
レッドペッパー
コリアンダー
ガサムマサラ
レッドペッパー
ホール胡椒
クローブ
カルダモン
月桂樹の葉

つぶつぶ有機玉ねぎ入り
醤油ベースのドレッシング

[2225] 国産なたね油
野菜ドレッシング
200ml 464円
乳化剤を使わないセパレートタイプ
米酢、なたね油、たまねぎ、砂糖、醤油、食塩、昆布、にんじん、レモン、香辛料)



1gで生しょうが約10g
各種料理に

[2324] 有機生姜末 ビン 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)



[2135] 弓削多
有機だしつゆ
5p 300ml 1037円

砂糖不使用で甘さ控えめのさっぱり味
有機醤油、有機発酵調味料、鰹節厚削り、昆布、椎茸

[2149] 富士酢(米酢)
500ml 864円
京都産農薬不使用米を、「静置発酵」と「長期熟成」

[2175] 香り立つ
ゆず鍋つゆ
30ml×4袋 400円
ゆずの爽やかな香り・酸味と鶏がらスープの旨みとコク

[2211] 有機回鍋肉の素
100g 281円

米味噌をベースに、牡蠣エキスや醤油の旨み

[2219] 有機トマト缶
ホール 400g 324円

イタリア産有機トマトを加工。クエン酸不使用

[2160] 国産なたね油
450g 918円
北海道なたねの一番搾り(圧搾法)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)

[2329] 唐辛子
5g 281円

[2139] 味の母
(みりん風調味料)
720ml 999円
お酒の風味とみりんの旨味

[2208] 焼き肉のたれ
350g 680円

生野菜・麺類のつけ汁としても。有機にんにく・生姜をきかせました
醤油、砂糖、本みりん、有機米酢、米味噌、有機にんにく、ゴマ油、有機しょうが、有機玉ねぎ、香辛料、有機にんじん

[2160] 国産なたね油
450g 918円
北海道なたねの一番搾り(圧搾法)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)

[2139] 味の母
(みりん風調味料)
720ml 999円
お酒の風味とみりんの旨味



日本海を越えてきた木枯らしでじっくり乾燥させました。
固く乾燥してしまう前に包装しているの、果肉のねっとりとした柔らかさと、干し柿本来の旨みをお楽しみいただけます。
山形・庄内協同ファーム
庄内干し柿

冬期限定

『庄内柿』は、『平核無柿』ともよばれ、種がなく、果実が甘いのが特徴です。

有機堆肥を使用し、農薬の散布回数をできるだけ少なくし、除草作業、堆肥作りと皆さんに満足頂けるように丹精こめてつくりました。又、グループ内で加工基準をつくり品質の向上と、安定に努めています。

原材料…庄内柿（平核無柿）



薄くスライスしたさつまいもをパリッとした食感に仕上げました。
ノースカラース 純国産さつまいもちっぶ
九州産のさつまいもと北海道産の砂糖大根糖を使用。食感がかたすぎず、ほどよく食べやすい軽さ。揚げ油には国産のこめ油を使用し、上品な香りが感じられます。
原材料…さつまいも（九州産）、米油（国産）、砂糖大根糖（北海道産）



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽スナック▽				
2828	純国産ポテトチップス・うしほ	55g	232	2p
2829	純国産ポテトチップスのり塩	53g	232	2p
2830	純国産さつまいもちっぶ	115g	238	2p
2831	有機グリーンピースチップス	45g	298	
2832	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	
2833	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	
2834	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	

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 パニラ	120ml×2	908
	2803	冷蔵 ビターチョコ	120ml×2	908
	2804	冷蔵 抹茶あずき	120ml×2	908
	2805	冷蔵 イチゴ	120ml×2	908
	2806	冷蔵 ブルーベリー	120ml×2	908
東毛酪農製造				
	2807	冷蔵 牧場ミルクアイス	110ml×2	691
	2808	冷蔵 はちみつパニラアイス	110ml×2	691
	2809	冷蔵 ミルクコーヒアイス	110ml×2	691
	2810	冷蔵 ミルクチョコレートアイス	110ml×2	691
	2811	冷蔵 宇治抹茶アイス	110ml×2	691
▽和菓子類▽				
	2812	冷蔵 三色だんご	4本	572
	2813	北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441
	2814	有機ほの甘あずき	55g	238
5p	2815	庄内干し柿	180g (5~6個)	896
3p	2816	有機・楽笑栗	125g	454
	2817	オーガニック小麦のどらやき	1個	184
	2818	北海道あん玉	7ヶ	432
▽その他▽				
	2819	豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292
	2820	豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292
	2821	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540
	2822	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540
	2823	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540
	2824	バタービスケット ミルクチョコレート	4枚×3袋	540
	2825	純国産北海道バタークッキー	2枚×4包	324
	2826	純国産芋けんぴ	125g	280



大豆、黒大豆、焼き昆布
原材料はたった3つ。
北海道産の素材を使用



ノースカラース
純国産北海道2色の煎り大豆
香ばしくローストした北海道産の2色の大豆を、北の海の旨さが凝縮された北海道産の焼き昆布と合わせました。もちろん油・食塩・添加物不使用です。
素材の味とサクサク食感をお楽しみください。

2p	2827	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264
----	------	---------------	-----	-----

お米の味を活かしたぼん煎餅
召しませ日本・玄米ぼん煎餅

塩を使わず作りしました。お米本来の風味をお楽しみいただけます。そのままでも、またお好みでスープやサラダに入れたり、ソースやジャムを塗ってどうぞ。

原材料…うるち玄米（鳥取県産）、うるち白米（鳥取県産）



▽あられ・煎餅▽					
	2835	召しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	322	2p
	2836	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	238	
	2837	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	238	
	2838	有機玄米プラス・めかぶ	30g	238	
	2839	草加せん・ミックス	6枚	443	
	2840	柿の種	80g	324	
	2841	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	540	
▽豆菓子▽					
	2842	黒糖くるみ	65g	497	
	2843	きな粉くるみ	65g	496	
	2844	メープルアーモンド	40g	496	

素朴なやさしい味わい
フルーツバスケット みるく小町

丹那の全乳粉を使用。麦芽糖水飴は、遺伝子組み換えの心配のない、国産の甘しょ澱粉を用いたものを使用。良質の材料を使った、ナチュラルなおいしさです。

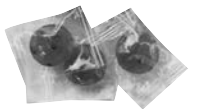
原材料…麦芽水飴、租精糖、全脂粉乳



フルーツバスケット しょうがあめ

国内で栽培された根生姜をすりおろして練りこみ、直火でじっくりと仕上げました。

原材料…麦芽水飴、租精糖、生姜、ごま




▽飴▽					
	2845	みるく小町	80g	351	2p
	2846	しょうがあめ	80g	351	2p
	2847	純国産北海道はちみつレモンのだ飴	57g	259	
	2848	プロポリスキャンディ	28g	346	
▽くず湯▽					
	2849	本くず湯（生姜）	23g×5	648	
▽チョコレート▽					
	2850	有機ミルクチョコレート	100g	842	4p
	2851	有機ビターチョコレート	100g	842	
	2852	有機ヘーゼルナッツチョコレート	100g	950	5p
	2853	有機カカオ71%チョコレート	100g	885	5p

みんな、にっこい！安心おやつたち

 <p>[2910] 純国産ポテトチップス うすしお&のり塩セット SPC¥ (55g, 53g) 各1 450 ¥64円</p>	<p>ノースカララズ 北海道産のじゃがいもを 国産米油で揚げて、 味付けしました。 原料のすべてが国産の 贅沢な ポテトチップスです。</p>	<p>北海道 ノースカララズ ほっこり美味しい さつま芋のチップス 九州産さつまいも・国産米油・ 北海道産砂糖大根を使用</p>  <p>[2909] 純国産さつま芋ちつぶダブル SPC¥ 115g×2 451 ¥75円</p>	<p>北海道 ノースカララズ 原料の大豆、黒大豆、昆布 全て北海道産です。</p>  <p>[2908] 純国産北海道2色の煎り大豆 ダブル 62g×2 507 ¥28円</p>
 <p>[2907] みるく小町 & しょうがあめ SPC¥ 各1ヶ 681 ¥92円</p>	<p>静岡フルーツバスケット 生姜をすりおろして練り込み 直火でじっくり仕上げました 国産ごまで香ばしさをプラス</p>	<p>有機JAS認定品 「天津甘栗」 食べやすく 皮が割れています。 原材料：有機栗（中国産）</p>  <p>[2906] 有機・楽笑栗ダブル SPC¥ 125g×2 862 ¥88円</p>	<p>国産の原料にこだわり 無添加で体にやさしい 国内産のうるち玄米、 うるち白米のみで作った シンプルなほん煎です。</p>  <p>[2905] 召ませ日本 玄米ほん煎餅 ダブル SPC¥ 7枚×2 624 ¥44円</p>
 <p>[2904] ナチュラルチョコレート・抹茶&きな粉セット SPC¥ 各1 60g×2 1,037 ¥98円</p>	<p>安心素材の ナチュラルチョコレート 有機きな粉と ホワイトチョコを使用。</p>	<p>サクサクの衣で包んだ カシューナッツを、 塩入りのミルク チョコレートで コーティング。</p>  <p>[2903] 塩チョコ×カシュー&レーズンチョコレート SPC¥ 35g・50g 1,005 ¥98円</p>	<p>第3世界ショップ レーズンと ビターチョコレート ほろ苦さが 絶妙な組み合わせ</p> 
 <p>[2902] 有機カカオニブチョコレート&有機ソルト&キャラメルチョコレート SPC¥ 各1 100g×2 1,645 ¥77円</p>	<p>第3世界ショップ 塩入りの ビターチョコレートに ザクザクとした食感の キャラメルクラッシュを カカオ分約55%。</p>	<p>乳原料を使用せず、 オーツ麦粉を練りこんだ 植物性チョコレート。 カカオ分約55%。</p>  <p>[2901] 有機オーツチョコレートオリジナル&有機オーツチョコレートヘーゼルクラッシュ SPC¥ 各1 80g×2 1,645 ¥77円</p>	<p>第3世界ショップ 乳原料を使用せず、 オーツ麦粉を練りこんだ 植物性チョコレート。 ヘーゼルナッツと キャラメルクラッシュ入り カカオ分55%</p> 

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

 <p>フェアトレードチョコレート 有機ウィンターチョコレート ミルクチョコレートの中にシナモンと コリアンダー入りのヘーゼルナッツプラ リネを閉じ込めた、とろけるようになめ らかな口どけの、スパイスの香り広がる アロマティックチョコレート。 カカオ分約35%。</p>	2854	有機ソルト&キャラメルチョコレート	100g	859 885
	2855	有機ホワイトチョコレート	100g	950
5p	2856	有機カカオニブチョコレート	100g	815 885
	2857	有機ウィンターチョコレート	100g	993
3p	2858	有機オレンジビターチョコレート	50g	518
	2859	有機カカオ80%チョコレート	50g	518
3p	2860	有機オーツチョコレートオリジナル	80g	815 885
	2861	有機オーツチョコレートヘーゼルクラッシュ	80g	859 885
3p	2862	レーズンチョコレート	50g	529
	2863	クランベリーチョコレート	40g	529

品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

第3世界ショップ 塩チョコ×カシュー

サクとしたカシューナッツの食感に、ココのある塩ミルクチョコがよくあいます。甘じょっぱさがグセになるおいしさ。大粒で1粒でも満足感があります。

2864	塩チョコ×カシュー	35g	529	3p
2865	珈琲豆チョコ	50g	529	
2866	抹茶チョコ×カシュー	35g	529	
2867	アールグレイチョコ×くるみ	45g	529	
2868	クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ	40g	529	
2869	クランベリーチョコ×パイ×ナッツ	40g	529	
2870	ナチュラルチョコレート ミルク	60g	540	
2871	ナチュラルチョコレート ビター	60g	540	
2872	ナチュラルチョコレート スイート	60g	540	
2873	ナチュラルチョコレート ホワイト	60g	540	
2874	ナチュラルチョコレート 抹茶	60g	540	3p
2875	ナチュラルチョコレート きな粉	60g	540	3p

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

岐阜
内堀醸造

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



飲み物からお料理にも
りんご果汁の優しい甘み
[3021] フルーツピネガー

4p

有機りんごの酢 360ml 805円

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

シーザーサラダ
ドレッシング

有機りんごの酢・マヨネーズ 各大さじ2・粉チーズ 小さじ2・塩 小さじ1/2・こしょう 少々・すりおろしにんにく 少々・粒マスタード 小さじ1/3をよく混ぜる

[2215] 平飼鶏の有精卵
マヨネーズ 290g 670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 4666
3p	2610	麦茶ティーバック 国内産大麦使用	8g×52 540
▽烏龍茶▽			
	2611	依田さんの烏龍茶	100g 810
▽ハーブティ・他▽			
	2612	たんぼぼコーヒーカップ用	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
12p	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
	2620	あずき美人茶	500ml 216
	2621	" 箱	500ml×24 4977 5184
▽紅茶▽			
	2622	アッサムブレンド	20袋 378
2p	2623	ケニア	20袋 324
	2624	チャイ・パック	3g×12 475
	2625	依田さんの紅茶	100g 810
	2626	シンガンパーティ	100g 540
	2627	ダーズリン	80g 1296
	2628	アールグレイ	80g 756

翌々週配達 ※チラシをご覧ください

1杯分ずつ個装。お湯を注ぐだけでいつでも、どこでも、手軽においしく

[5733] Stick 黒糖ココア 13g×5包 628 ~~648~~円

[5734] Stick ほうじ茶ラテ 13g×5包 648円 3p

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

▽コーヒー▽	2630	パロ・ブランコーヒー(豆)	150g	972
	2631	〃(粉)	200g	972
	2658	サンタ・フェリサ(豆)	150g	972
	2659	〃(粉)	150g	972
	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	4p
	2635	簡単カフェパック	15g×6	702	
	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
	*****	だるまさんがコロンビア インスタント		終売

▽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
-------------	------	------------------------	------	-----

▽ミネラルウォーター(軟水)▽	2641	神泉水	2ℓ	367
	2642	〃	箱 2ℓ×6	2095
	2643	〃	500ml×12	2279
	2644	〃	箱 500ml×24	4558
	2645	あづみ野湧水	2ℓ	221
	2646	〃	箱 2ℓ×6	1301

昔ながらのこだわり製法
『砂炒り焙煎』+『四度炒り』

[2610] 麦茶ティーバック 8g×52 540円 3p

国内産大麦使用

ティーバックになっているのでお手軽に本格麦茶を楽しめます。水出しも可。

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

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

[2617] 有機栽培ルイボス茶 3.5g×50 2484円 12p

有機ドリップパック [2634] 8g×10 821円 4p

SPOFF [2662] ッダブル 上記2P=1576 ~~1642~~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

使いやすいティーバッグ。10分煮出してどうぞ

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

甘酒・豆乳・しょうが湯

	2647	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2648	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2649	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
	2650	"	125ml×18	5334 5443
	2651	豆乳で元気	125ml×3	535
	2652	"	125ml×24	4191 4277
2p	2653	原豆乳	300cc	265
	2654	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
	2655	しょうが湯	20g×5	378
	2656	しょうが湯・箱入	20g×18	1274

ジュース・シロップ

▽缶ジュース▽

5p	3001	信州まるごとりんごジュース	160g×6	933
	3003	信州もも	160g×4	786
	3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037
	3005	オーガニックトマトジュース有塩	190g×6	907
	3006	ク	無塩 190g×6	907
	3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
5p	3008	"	無塩 190g×6	907
	3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
	3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3012	レモンサイダー	250ml×6	972
	3013	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
	3014	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
5p	3015	ぶどうサイダー+レモン	250ml×6	972
	3016	オーガニックジンジャーエール	250ml×6	972
	3017	オーガニックレモンスカッシュ	250ml×6	972
	3018	オーガニックスポーツドリンク	280ml×4	778

[2623] 農業を使わずに育てた紅茶 ケニア(ティーバッグ) 20袋 324円



標高が高く、昼間でも涼しく夜との寒暖差が激しいので、渋みが少なくマイルドな味になります

原豆乳 [2653] 300cc 265円 2p
SPOT [2657] 上記2P 514 ~~529~~円



そのまま飲む他、コーヒー、紅茶、果汁などと混ぜても。ホワイトソースやプリンなどにも

[2605] 有機抹茶 200g 864円 4p
茎の部分と茶葉をほとんどよくブレンド。まるやかな甘みがあります。



[2619] なたまめっ茶 3g×10 1166円 6p



完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

ケースでお得!

ぶどうサイダー+レモン 5p
[3015] 250ml×6 972円
[3025] 箱 250ml×30 4763 ~~4888~~円
有機果汁を85%使用。白ぶどうと赤ぶどうの甘味をいかししました。天然水使用。砂糖不使用。

信州まるごとりんごジュース 5p
[3001] 160g×6 933円
[3023] 箱 160g×30 4572 ~~4665~~円
ふじりんご主体の特有の淡い香りと濃厚な甘み

野菜ジュース 無塩 5p
[3008] 190g×6 907円
[3024] 箱 190g×30 4445 ~~4538~~円
有機トマトを主体にし、国産有機にんじんなどを使用しました

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

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

サプリメント



モニターを注視する ストレスにつきあうための健康補助食品

[2709] 青い瞳BLUE EYES 120粒 8424円 39p

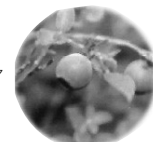
1日に4~6粒を目安に、水またはお湯と一緒に召し上がりください

マリゴールド(ルテイン) 緑黄色野菜や果実、花などに含まれているカロチノイド色素



カシス ポリフェノール成分である4種類のアントシアニンが濃縮

ブルーベリー アントシアニンの含有量の多い、ビルベリーを使用



イチョウ葉エキス ビルベリー・DHAを閉じ込めました 21p

[2711] ギンコロイドF 120粒 4536円
イチョウ葉エキス、ビルベリーエキス、DHAを原料としてフェルラ酸、L-カルニチン、フマル酸、ホスファチジルセリンを配合したサプリメントです。



身体を温める手当て法に [2714] 生姜・番茶入り梅醬 8p

250g 1620円

梅醬に有機番茶、有機番茶粉末、有機生姜粉末を加えて、手軽にお湯を注ぐだけで梅醬番茶がお召し上がりいただけます。梅醬ビギナーズの方にもオススメです!

原料:梅肉(梅(国産))食塩(シママース)、醤油(大豆(国産))、小麦(国産)、食塩(天日製塩)、有機番茶(国産)、有機番茶粉末(国産)、



▽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	有機雲南田七人參 顆粒	2g×30	9720
2707	国産有機まるごと大豆プロテイン・プレーン	280g	2916

▽カプセル・粒▽

2708	梅ぼしさん	10.8g	540
2709	青い瞳 BLUE EYES	120粒	8424 39p
2710	E-SAN(イワシ油)	150粒	5184
2711	ギンコロイドF	120粒	4536 21p
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560
2713	有機梅醬 陽寿	250g	2052
2714	生姜・番茶入り梅醬	250g	1620 8p
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



石けん手洗い

豊かな泡立ちで
しっかりと汚れを落とす
ナチュロン 化粧石けんE

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

3個パックの簡易包装で環境にもやさしい。

全成分…石ケン素地、グリセリン、トコフェロール(天然ビタミンE)



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	1,186
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	482
3115	〃 詰替用	900ml	956

▽浴用固形石けん▽

3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,045
3117	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g×3	2,955 3,135
3118	化粧石けんE(固形)	95g×3	462
3119	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	ナチュロンボディソープ	500ml	1,320
3122	〃 詰替用	500ml	858
3123	Pax Olie ボディソープ	450ml	1,540
3124	〃 詰替用	400ml	1,100
3125	〃 ボディーコンディショナー	450ml	1,540
3126	〃 詰替用	400ml	1,100

▽シャンプー▽

3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,320
3128	〃 詰替用	500ml	858
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,320
3130	〃 詰替用	500ml	858
3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	1,815
3132	〃 詰替用	400ml	1,375
3133	〃 ヘアコンディショナー	450ml	1,815
3134	〃 詰替用	400ml	1,375

▽ヘアトリートメント▽

3135	ナチュロントリートメント	180g	1,430
------	--------------	------	-------

▽洗顔ソープ▽

3136	パックスオリーブフェイスフォーム	150ml	968
3137	〃 詰替用	140ml	726

3p

5p

4p

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽ハンドソープ▽				
3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	572	
3139	〃 詰替用	450ml	748	
▽歯みがき▽				
3140	パックスナチュロン石けんはみがき	120g	462	
3141	パックスこどもジェルはみがき	50g	330	
3142	パックスナチュロンソルティー石けんはみがき	120g	506	
3143	パックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946	
3144	パックスナチュロンジェルはみがき	90g	704	
3145	ソルトdeはみがき詰替用	25g	440	
▽マウスウォッシュ▽				
3146	お口すっきりハーブ	50ml	1,078	
▽その他▽				
3147	酸素系漂白剤	500g	605	
3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	748	
3149	〃 詰替用	450ml	495	
3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	638	
3151	〃 詰替用	350ml	385	
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	

さらっとした使用感
つけてすぐ仕事するその手に
無香料、無着色。
ナチュロンハンドクリーム



石油由来の合成界面活性剤・合成防腐剤を使用しない、石けん乳化した、シンプル配合のハンドクリームです。香りやベタつきを気にせずに使えますので、水仕事やクッキング時におすすめです。

肌のうるおいを保つアロエエキス・オリーブスクワラン配合。

便利なワンタッチキャップ。

スキンケア

▽クリーム▽				
3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935	5p
3202	パックスベビー ボディクリーム(チューブタイプ)	50g	726	
3203	パックスベビー ボディクリーム(ポンプタイプ)	180g	2,090	
▽リップクリーム▽				
3204	ナチュロンリップクリーム	4g	715	
3205	オリーブシコニールリップS	1.8g	2,310	
▽日焼け止め▽				
3206	パックスナチュロンUVクリーム	45g	1,320	
SPF30 PA++				
▽自然派化粧水▽				
3207	オリーブマンゴリーグリーンローション	180ml	1,100	5p
3208	オリーブマンゴリーブリーフローション	180ml	1,100	5p

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

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

○モツヤクジュ油、ローズ水、ニューコウジュの香り。

◆シェービング用としてもお使いいただけます。



たっぷり使える コスパ抜群！オリーブ化粧品
日本オリーブ オリーブシンブルケアシリーズ



**しっとり、サラサラ、心地よい
オリーブ葉エキス配合
オリーブマンノン**

オリーブリーフローション (銀葉水)
 自社農園産オリーブ葉エキス (天然保湿成分) 配合のお肌引き締め化粧水。
 オリーブの潤いが素早く浸み込み内側はしっとり、表面はサラサラの仕上がりに。インナードライ肌の方にもうれしいノンアルコールの化粧水です。男性にもおすすめです。顔・全身にご使用いただけます。

**さっぱり、しっとり、もっちり
オリーブ果汁配合
オリーブマンノン**

グリーンローション (果汁水)
 1994年発売。自社農園産オリーブ果汁 (天然保湿成分) 配合の保湿化粧水。
 オリーブオイル配合なのにさっぱりとさわやかなつけ心地が特徴で、果汁に含まれるポリフェノールやアミノ酸、さらに植物由来の天然保湿成分で、つけた後はお肌がしっとりし、長時間うるおいが持続します。全成分…水、変性アルコール、グリセリン、オリ



ポイント	品番	品名	規格	価格 (税込み)
	▽オイル▽			
	3209	オリーブマンノンバジジンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリーブマンノンバジジンオイル	30ml	1,210
	3211	シコリーブ薬用スキンクリーム	80g	1,100
	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,210
	3213	アルティースオリーブスクワラン	60ml	2,552

**防腐剤、合成界面活性剤、香料、色素など全てカットした
ノンオイル、ノンアルコールの基礎化粧品です。**
 京都 ミル総本社 **アルヴィンゼ基礎化粧品**

アルヴィンゼE C O無添加基礎化粧品は、長年の乳酸菌研究により生まれました。赤ちゃん肌へのUターンをめざし、ヨーグルトエキス (ホエイ、別名「乳清」) を配合したとてもやさしい基礎化粧品です。
 お肌へのやさしさを何よりも大切にしたいから、お肌にとって余分なものを加えず、香料・オイル・着色料は無添加になりました。



素肌ソープ

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

乳清素肌ローション

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

乳清素肌シルクローション

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



品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
3223	〃 詰替用	500ml	2,200	
3224	全身用エッセンス (ポンプ式)	150ml	2,200	

生活雑貨

品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
	▽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ブングティッシュ 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。1.5倍長巻。製品のブラウンカラーは最初の段階で原料となった木材の色です。漂白剤を加えて漂白する工程を通りません。フェアリーエンボス加工でふっくらソフトな使い心地。

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▽		
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	2,174	
3321	特選竹酢液 500ml	935	
3322	竹炭 15cm×5	825	

	品番	品名	規格	価格 (税込み)
	▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽			
12p	3214	乳清素肌ソープ	180ml	2,530
19p	3215	〃 徳用	310ml	4,180
17p	3216	乳清素肌ローション	80ml	3,630
18p	3217	乳清素肌シルクローション	80ml	3,850
	▽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

次回207

島根
別所蒲鉾店

魚の味がする蒲鉾
素材本来の味を知る事
吟味した素材のみで造る



ベジタ Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ
No. 205

価格は税込み



いつでも手軽に 調理済みおでん

[5778] 味自慢出雲のおでんセット 8種8個 1058円

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



[5777] 無澱粉蒲鉾 旨魚
1本 421円

つなぎの為の澱粉を全く使用して
いません。魚肉たっぷりの一品で
す



[5761] 出雲のちくわ

110g 518円

出雲風の肉厚なちくわ。噛み締める
ほど旨みが広がります



[5764] しそ入りはんぺん
3枚 518円

香りをいかしてお吸い物。軽く焼き色
をつけて大根おろしとポン酢でも



[5763] アジはんぺん
150g(5枚) 518円

アジとタラを贅沢に使用。そのまま
でも。軽くあたためると美味



[5770] イカ天
100g 518円

山陰、九州等で水揚げされた魚肉
に、スルメイカを練りこみました



[5766] 出雲のちくわ
バジル黒コショウ 120g 518円

肉厚のちくわを味つけ。トースター
で軽く温めるとさらに美味



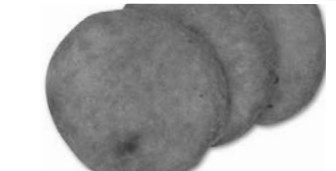
[5773] 野菜ちぎり天
120g 518円

国産契約栽培野菜を使用。小さめサ
イズで食べやすい



[5767] 磯の香り
あらめボール 110g 518円

あらめを練りこみ食べやすい一口
サイズに蒸しあげました



[5769] プレーン天
110g 518円

新鮮な魚すり身の旨味を楽しめるよ
う、具材を入れずに揚げました



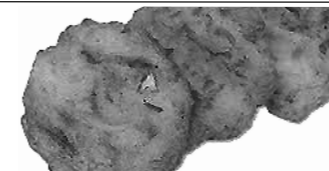
[5765] 白つみれ
110g 518円

たら、鯰、グチ、飛び魚、鯛などの魚肉
にスルメイカを練りこみました



[5775] ぴり辛海鮮揚げ
100g 518円

イカ、ホタテを加えています。唐辛子
の辛味とイカのコリコリとした食感



[5771] 玉ねぎ天
110g 518円

甘みの多い玉ねぎを混ぜ込み。弾
力と材料の旨さが引き立ちます



[5772] 棒ごぼう天
110g 518円

国産ごぼうを入れました。そのまま
おつまみとしてどうぞ



[5774] ささがきごぼう天
6枚 518円

国産ごぼうを練りこみ一口サイズに
仕上げました

磯の香りあらめボール天終売です

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24
翌々週配送日	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7

注文の締め切り

注文書回収の翌日12:30迄
金曜コースの方は
月曜日の12:30迄です
一部商品、配送が左記以降となります
★祝祭日も休まず配送します

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

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

ナチュラルムーン

翌々週配送品



[6975] おりものシート
40枚 726円
 トップシートに無漂白オーガニックコットンの不織布を採用。オーガニックコットン良さを最大限に活かし、限りなく自然素材でつくったおりもの専用シートをぜひお試しください。

シートの茶色い斑点は
無漂白コットンの証



▽生理用ナプキン▽					
6970	昼用	普通の日	羽無(21cm)	24枚	550
6971		多い日	羽無(23.5cm)	18枚	550
6972		〃	羽つき(23.5cm)	16枚	550
6973	夜用	多い日	羽無(29.0cm)	12枚	550
6974		〃	羽つき(29.0cm)	10枚	550
6975		おりものシート(15.5cm)		40枚	726
▽タンポン▽					
6976	普通の日用	レギュラー		6個入り	484
6977		〃		16個入り	968
6978	多い日用	スーパー		6個入り	539
6979		〃		16個入り	1,078



体内に挿入するものだからこそ
天然素材にこだわる

ノンポリマー/高分子吸収材・酸化グラフェン不使用

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

天然屋

翌々週配送

7301	<キャメルわた入り>袖なしはんでん	10,780	17,380
7302	<キャメル混>ほっかほか膝サポーター	2,750	
7303	<キャメル混>腹巻 レギュラー	3,850	
7304	〃 ロング	6,050	
7305	<キャメル&シルク混>冷えとり靴下		
	婦人用	2,420	
7306	〃 紳士用	2,420	
7314	<キャメル&シルク混>冷えとりレッグウォーマー	2,970	
7307	<キャメル混>ロング靴下		
	婦人用	2,200	
7308	〃 紳士用	2,200	
7309	直送 <キャメル混>あったかブランケット		
	シングル	17,380	19,800
7310	オーガニックコットン枕	6,380	
7311	オーガニックコットン枕カバー	1,980	

7312	<キャメル&オーガニックコットン>		
	肌着 八分袖 (レディース)	M	8,580
7313	〃	L	8,580
7315	パンツ ロング丈 (レディース)	M	8,580
7316	〃	L	8,580
*****	<本皮(牛革)>5Eこだわり楽々シューズ		
	ベージュ	22.5cm	
*****	〃	23.0cm	
*****	〃	23.5cm	
*****	〃	24.0cm	
*****	〃	24.5cm	
*****	ブラック	22.5cm	
*****	〃	23.0cm	
*****	〃	23.5cm	
*****	〃	24.0cm	
*****	〃	24.5cm	

製造中止

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

伝統的な美容法に
着目した製品づくり

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

MOA
Limabelle

メイクアップ

UVリキッドファンデーション

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

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

UVファンデーション

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

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

クリアUVパクト

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

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

アイカラー

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

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

アイブロー

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

※6532・5633のアイブローは、6534アイブローホルダーにつけて使用します(単品のみ使用不可)

*****	ブラックグレー		終売
*****	ブラウン		終売
*****	アイブローホルダー		終売

リップスティック

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

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

トリートメントリップ

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

6541	リマピュアトリートメント		
	リップクリーム		1,980

基礎化粧品

リマベールスキンケア

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

スペシャルケア

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

MOAアベリテシリーズ

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

ヘアケア

6567	椿油ヘアスプレー	95g	1,540
6568	リマ精製椿油	50ml	4,620
6569	リマ椿油	50ml	3,300
6570	リマナチュラルマイルドシャンプー	400ml	2,970
*****	〃 徳用		終売
6572	〃 詰替	400ml	2,640
6573	リマナチュラルマイルドリンス	400ml	2,970
*****	〃 徳用		終売
6575	〃 詰替	400ml	2,640

その他

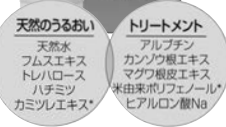
6507	サンプロテクタークリーム	30g	3,630
6576	リマデンタルホワイト	60g	2,970
6577	ピュアトリートメントハンドクリーム	60g	1,320



天然泥「ファンゴ」の吸着力で
お肌に優しく古い角質を取り除く
[6537] プレミアムエステパック

(フェイスパック) 120g 3,520円

角栓の再生周期に合わせた、週1~2回のケアをおすすめします。



ご使用方法

①洗顔後、肌の水分を軽くふき取ってから適量を、目の回り・生え際・唇をさけて塗布します。②3~5分程置いてから、ぬるま湯で洗い流します。

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**



野菜とチーズをのせて
ピザ風にしても

冷凍興農ジャンボ
ハンバーグ
[5840] 400g 1,431円 ^{7p}
SPOT [5849] 上記2パック
2748 ~~2862~~円

通常のハンバーグの3~4倍！
18×12×厚さ2cmの大判サイズ
合挽肉に、玉ねぎ・平飼卵・天然
酵母パン粉・塩・ラード・胡椒のシ
ンプルな味付け

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

**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

【温屠体製法】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



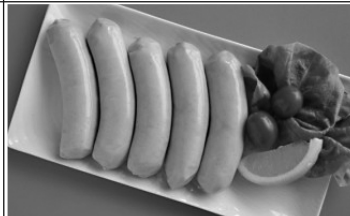
[5824] 冷凍 興農
無塩漬ベーコンブロック
250g 1760円

原材料
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



[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



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



[5826] 冷凍粗挽き
ミニウィンナー 150g 767円
「あらびきウィンナー」のミニサイズ



[5829] 冷凍パクパク
子どもウィンナー150g 767円
子どもでも食べやすいように香辛
料を減らしました。
[5835] 冷凍骨付きフランク
200g 988円
興農豚の粗挽きウィンナーを、食
べ応え抜群の骨付きフランクにし
ました。パーベキューなどにおすす
めです



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

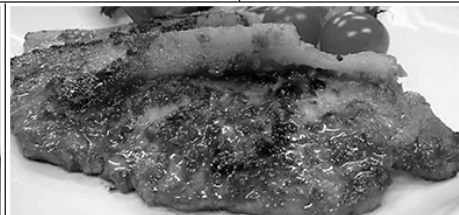


[5831] 冷凍ポローニア
ソーセージ 200g 950円
海の精と和三盆糖、少々香辛料で
味付け。解凍後好みの厚さに切り、
フライパンなどで焼いてどうぞ。
冷凍ハーブソーセージ
[5832] 厚切り 120g 637円
[5833] スライス120g 637円
マジョラム・パセリ・オレガノを
利かせました

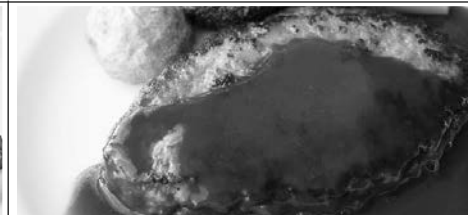
ポローニア（丸い大型ソーセージ）



[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 ^{7p}
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。

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

茶路めん羊牧場のラム肉

翌々調配送



**シュウパウロウは
豪快な塩ゆで料理**

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



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

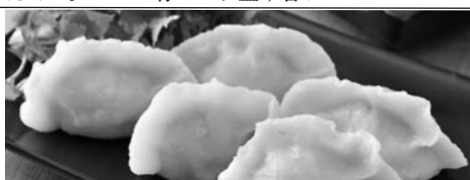
[5465] 冷凍シュウパウロウ (小)
500g 3,067円
スネ、首、バラなどの骨付き肉



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



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



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



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



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



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

梅山豚 (めいしゃんとん)

翌々調配送

梅山豚(めいしゃんとん)

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

ローズスライス80g
霜降りて柔らかな部位。繊細で上品な味

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

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



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

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



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

5402 冷凍梅山豚切り落とし 200g 637
5404 〃 ダブル 上記2P 1231 ~~1269~~



バラ凍結 (チャック式袋)
カタ肉、ウデ肉、スネ肉を約2~2.5mmの厚さで4cm前後の小間切れにしました。必要な分だけ取り出して短時間で解凍できます。

5403 冷凍梅山豚挽き肉 200g 637
5405 〃 ダブル 上記2P 1231 ~~1269~~



バラ凍結 (チャック式袋)
丁寧に二度挽きした後、バラバラの状態にして急速凍結してあるので、必要な分だけ取り出して使えます。短時間で解凍できます

5406 冷凍梅山豚切り落とし・挽き肉セット
切り落とし1p・ひき肉1p 1231 ~~1269~~