



再開

無添加・無漂白・無着色の「安心」桜餅  
桜餅

岩手県産ヒメノモチを使用した道明寺粉と、伊豆のオオシマザクラを塩のみで漬けた桜葉を使用しています。桜葉の塩気で粒あんの甘さが引き立ちます。伝統を大切にした春の一品です。あんは北海道小豆使用の粒あんです。

原材料…生地〔もち米、砂糖、桜葉、食塩〕、あん〔小豆、砂糖、還元水あめ、食塩〕



3つの餡の三色だんご  
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)と、生地に野菜をたっぷりとした野菜だんごです。

原材料…うるち米(上新粉/国産)、砂糖、いんげん豆、小豆、くるみ、黒ごま、人参、よもぎ、麦芽水飴、みそ、小麦、塩、山芋、馬鈴薯澱粉

| 芽吹き屋 | 今週限り            | 翌々週配送                    |
|------|-----------------|--------------------------|
| 5p   | 5713 冷凍 おはぎ 6ヶ  | 886円                     |
|      | 5714 " ダブル 上記2p | 1,700円 <del>1,771円</del> |
| 4p   | 5715 冷凍 桜餅 4ヶ   | 756円                     |
|      | 5716 " ダブル 上記2p | 1,452円 <del>1,512円</del> |
| 3p   | 5717 冷凍 桜だんご 4本 | 626円                     |
|      | 5718 " ダブル 上記2p | 1,203円 <del>1,253円</del> |

| 芽吹き屋 | 翌週配送             |
|------|------------------|
| 3p   | 2812 冷凍 三色だんご 4本 |
|      | 572円             |

| 配送曜日   | 月    | 火    | 水    | 木    | 金    |
|--------|------|------|------|------|------|
| 注文書回収  | 2/24 | 2/25 | 2/26 | 2/27 | 2/28 |
| 商品配送   | 3/3  | 3/4  | 3/5  | 3/6  | 3/7  |
| 翌々週配送品 | 3/10 | 3/11 | 3/12 | 3/13 | 3/14 |

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 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

ベジタ

# Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.210

春のお彼岸・お花見に！  
彼岸は雑節のひとつで、春分・秋分を中心とした7日間をいい、先祖の供養やお墓参りをします。「暑さ寒さも彼岸まで」という通り、この時期は季節の変わり目にあたるので、農耕の区切りの行事と仏教が結びついて定着したともいわれます。今春は3月17日が彼岸入り、3月20日が中日(春分の日)、3月23日が彼岸の明けです。



再開

春限定!桜スイーツ 桜あん入り

SPOT

桜だんご

国産もち米100%使用の自社製上新粉を使って、艶のある生地を作り、紅麴でほのかなピンク色に染めました。あんは北海道産いんげん豆を炊き上げ、細かく刻んだ桜葉を混ぜた「桜あんです。」

原材料…生地〔うるち米、砂糖、還元水あめ、大麦粉、食塩、やまいも粉、着色料(紅こうじ色素)〕 あん〔いんげん豆、砂糖、桜葉、食塩〕



再開

北海道産小豆使用の粒あん

SPOT

おはぎ

岩手県産ヒメノモチを使用した自社製道明寺粉と北海道産小豆のつぶあんを使用しています。

原材料…生地〔もち米、砂糖、食塩〕 あん〔小豆、砂糖、還元水あめ、食塩〕、

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

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、天候や端端期の都合で変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。変更は、配送当日のニュースでお知らせします。■計量は正確を心がけておりますが、農産物は個体差が大きい為、10%前後の誤差はご容赦下さい。

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

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

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

## セット4種



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

### 煮崩れしない万能野菜 ビタミン、ミネラルも豊富 チンゲンサイ

ハクサイの仲間で、シャキシャキとしていて、ほのかに甘みがあり、煮崩れしないのが特徴。色鮮やかに仕上げるためにはまず、チンゲンサイに塩を振って油で炒めます。しんなりしたら半分が浸かる程度の熱湯で火を通し、水を切り完成です



オイスター炒め

【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 ~~1,296~~円

| 品名   | 規格   | 産地・生産者     |
|------|------|------------|
| 玉ねぎ  | 700g | 北海道・田中正広さん |
| 大根   | 1本   | 愛知・ティエラス   |
| 小松菜  | 1束   | 茨城・旭農園     |
| いんげん | 100g | 沖縄・真南風     |

#### [0102] 果物野菜セット 1,620 ~~1,942~~円

| 品名         | 規格   | 産地・生産者     |
|------------|------|------------|
| じゃが芋 さやあかね | 700g | 北海道・秋場農園   |
| ブロッコリー     | 1ヶ   | 愛知・ティエラス   |
| チンゲンサイ     | 1束   | 茨城・旭農園     |
| ピーマン       | 150g | 沖縄・真南風     |
| キウイ        | 250g | 栃木・赤羽根和郎さん |
| りんご ふじ     | 1ヶ   | 青森・新農業研究会  |
| レモン        | 250g | 静岡・おてんとうさま |

#### [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 1180 ~~1,242~~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 <del>864</del>  |
| 北海道・田中正広さん/防除0 |            |       |                     |
| ★ 0107         | 新玉ねぎ       | 700g  | 508                 |
| 0108           | 徳用         | 1.4kg | 964 <del>1016</del> |
| 沖縄・真南風/有       |            |       |                     |
| 果 0109         | じゃが芋 さやあかね | 700g  | 378                 |
| 0110           | 徳用         | 1.4kg | 718 <del>756</del>  |
| 北海道・秋場農園/有     |            |       |                     |
| ****           | じゃが芋 ニシユタカ |       | 終了                  |
| 0112           | 人参         | 500g  | 324                 |
| 0113           | 徳用         | 1kg   | 616 <del>648</del>  |
| 茨城・萩原ファーム/防除0  |            |       |                     |
| 0114           | さつま芋 紅東    | 700g  | 346                 |
| 0115           | 徳用         | 1.4kg | 657 <del>691</del>  |
| 茨城・常総センター/防除0  |            |       |                     |
| ★ 0116         | さつま芋 紅はるか  | 700g  | 346                 |
| 0117           | 徳用         | 1.4kg | 657 <del>691</del>  |
| 茨城・常総センター/防除0  |            |       |                     |
| 0118           | 里芋         | 500g  | 346                 |
| 0119           | 徳用         | 1kg   | 657 <del>691</del>  |
| 栃木・田島穰さん/防除0   |            |       |                     |
| 0120           | 長芋         | 250g  | 292                 |
| 茨城・常総センター/防除0  |            |       |                     |
| 0121           | 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>新玉ねぎのチーズ焼き<br/>                     オリーブオイルとチーズをかけて焼くだけ</p> |                 |      |                    |
| [0911]  | チェダーチーズ         | 100g | 421円 <sup>2p</sup> |
| [2164]  | 有機EXバージンオリーブオイル | 180g | 1944円              |
| <p>スイートポテト<br/>                     紅はるかは、強い甘みを持つので菓子作りにもピッタリ!</p> <p>スイートポテトは、紅はるかの糖度としっとり感を活かして、砂糖いらず。ふかしてスプーンで潰し、卵黄とバター・塩を混ぜてどうぞ</p>             |                 |      |                    |
| [0501]  | 平飼有精卵           | 10ヶ  | 610円               |

|               |            |        |                    |
|---------------|------------|--------|--------------------|
| ★ 0122        | ごぼう (1本もの) | 500g   | 346                |
| 茨城・常総センター/防除0 |            |        |                    |
| ★ 0123        | ごぼう        | 300g   | 292                |
| 岩手・みちのく有機/有   |            |        |                    |
| ★ 0124        | 蓮根         | 500g   | 551                |
| 茨城・常総センター/防除0 |            |        |                    |
| 0125          | 長ねぎ (むき)   | 300g   | 270                |
| 0126          | ダブル        | 300g×2 | 513 <del>548</del> |
| 千葉・林 昭一さん/防除4 |            |        |                    |



「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



# お彼岸に 春の天ぷら



甘引き立つ  
[0107] 新玉ねぎ  
700g 508円

軸を長く残すと  
均一に揚げづらく  
なるので注意  
[0202] 菌床椎茸  
100g 313円



サクサクの衣と  
ブロッコリーの食感  
[0130] ブロッコリー  
1ヶ 313円



[2158] 国産  
なたねサラダ油 5p  
450g 972円

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

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



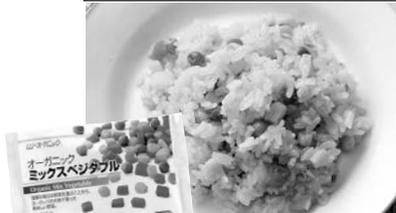
皮に香りとうま味  
むかずにこそげ落とす  
ごぼう  
泥や汚れはたわしなどでこす  
て洗う程度の方が美味しい。  
水にさらすと出るアクに、ポリフ  
ェノール類が含まれています。う  
ま味も出てしまうのでアク抜き  
は不要です。



ごぼうと人参のサラダ  
ごぼうは、斜め薄切りにしてか  
ら、せん切りにすると繊維が切  
れて食べやすくなります。  
うなぎと一緒に柳川風  
[1715] 冷凍鹿児島県産  
うなぎ蒲焼き・長焼き 13p  
約110g 2630円

|   |      |              |      |                    |
|---|------|--------------|------|--------------------|
| 野 | 0127 | 大根           | 1本   | 292                |
|   |      | 愛知・ティエラス/防除2 |      |                    |
|   | 0128 | キャベツ         | 1/2ヶ | 173                |
|   | 0129 | 〃            | 1ヶ   | 328 <del>346</del> |
|   |      | 愛知・ティエラス/防除2 |      |                    |
| 果 | 0130 | ブロッコリー       | 1ヶ   | 313                |
|   |      | 愛知・ティエラス/防除2 |      |                    |
|   | **** | グリーンセロリ      |      | 終了                 |

|   |      |                               |    |     |
|---|------|-------------------------------|----|-----|
| ★ | 0131 | 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     |    |     |
|   | 0132 | ちぢみほうれん草                      | 1束 | 259 |
|   |      | 千葉・佐原供給センター/防除0 茨城・萩原ファーム/防除0 |    |     |
| 野 | 0133 | 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      |    |     |
| ★ | 0134 | 水菜                            | 1束 | 205 |
|   |      | 茨城・旭農園/防除0                    |    |     |
| ★ | 0135 | ベビーみずな                        | 1p | 151 |
|   |      | 茨城・HATAKEカンパニー/防除0            |    |     |
| 果 | 0136 | チンゲンサイ                        | 1束 | 205 |
|   |      | 茨城・旭農園/防除0                    |    |     |



ミックスベジタブルの  
ピラフ  
ツナ缶を使えば、包丁要らず  
[0187] 冷凍有機ミックス  
ベジタブル 250g 400円  
[1915] あいこちゃん金のまぐろ油漬  
70g×3 778円

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



いわしと蓮根の  
はさみ焼き  
ミニとろイワシ缶を缶汁ご  
とボウルに移し、スプーンの  
背でつぶす。みじん切り玉ねぎ  
・醤油、片栗粉を加えて混  
ぜ、輪切りにした蓮根に挟  
む。両面に片栗粉をまぶして  
焼く。  
[1916] ミニとろイワシ・味付 2p  
100g 378円



ほうれん草の  
ピーナッツあえ  
ピーナッツペーストと、だし  
つゆを使って、お手軽に  
[5419] ピーナッツペースト 5p  
150g 1053円

小松菜と豚肉の  
オイスターソース炒め  
オイスターソースで下味を  
つけた豚肉を小麦粉でまぶ  
し炒める。火が通ったら、小  
松菜を茎から入れて炒める  
[2207] オイスターソース  
115g 486円

ベビーみずなと  
鶏のサラダ  
にんにくの香りをうつした  
油で、鶏の皮目に焼き色を  
つけるようにして焼く。醬  
油とみりんを味を絡め、ベ  
ビーみずなと混ぜる。

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

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



**亜熱帯の  
太陽を生かして栽培  
いんげん**

真冬の時期にもハウス加温せず、太陽エネルギーを生かして栽培しています。

丸莢・筋無しで、食感は柔らかく、風味豊かなインゲンです。サッと茹で上げた色味は、鮮やかな緑色です。風味・色味、共に楽しんでいただけます。



たらもサラダの彩に

ひき肉炒め

ピンクのたらこと、いんげんの緑

シャキシャキのいんげんとひき肉のそぼろがマッチします。仕上げにごま油で風味をつけても。

[1602] 冷凍三陸水産の辛子明太子

5p

80g 1010円

|   |      |            |             |                      |
|---|------|------------|-------------|----------------------|
| ★ | 0137 | きゅうり       | 300g (3本)   | 367                  |
|   | 0138 | " 徳用       | 500g (4~6本) | 616                  |
|   |      | 沖縄・真南風/防除5 |             |                      |
| ★ | 0139 | トマト        | 400g        | 626                  |
|   | 0140 | " ダブル      | 400g×2      | 1190 <del>1252</del> |
|   |      | 沖縄・真南風/有   |             |                      |
|   | 0141 | ミニトマト      | 150g        | 378                  |
|   | 0142 | " ダブル      | 150g×2      | 718 <del>756</del>   |
|   |      | 沖縄・真南風/有   |             |                      |
| 果 | 0143 | ピーマン       | 150g        | 194                  |
| ★ | 0144 | " ダブル      | 150g×2      | 369 <del>389</del>   |
|   |      | 沖縄・真南風/防除5 |             |                      |
|   | 0145 | パプリカ       | 200g (2~3ヶ) | 346                  |
|   |      | 沖縄・真南風/防除5 |             |                      |
| 野 | 0146 | いんげん       | 100g        | 367                  |
| ★ | 0147 | " ダブル      | 100g×2      | 698 <del>734</del>   |
|   |      | 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 <del>389</del> |
|   |      | 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        |        |                    |
|   | 0206 | しめじ (ヒラタケ)         | 100g   | 184                |
|   | 0207 | " ダブル              | 100g×2 | 349 <del>367</del> |
|   |      | 茨城・チャイルドワッズ/対象外    |        |                    |
|   | 0208 | 本しめじ (ブナシメジ) 約180g |        | 248                |
|   |      | 茨城・チャイルドワッズ/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・洪田産業/対象外       |        |                    |
|   | 0216 | 隔週 黄金たもぎ茸          | 70g    | 313                |
|   |      | 愛知・蟹江きのご園/対象外      |        |                    |



**トマトのパン粉焼き**

トマトを半分に切り、耐熱皿に並べ、塩・胡椒。みじんぎりのパセリを混ぜたパン粉をのせ、オリーブオイルをかけ、トースターで加熱する

[2005] 国産有機小麦天然酵母パン粉

150g 389円



**豆腐+ひき肉で肉詰めピーマン**

[1304] 冷凍播州百日鶏

挽肉 200g 878円

[0514] 木綿豆腐

350g 243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く。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



**舞茸と厚揚げの**

**オイスターソース炒め**

きのこの旨味もしみみで美味！加熱時間も短くすみます

[0520] 厚揚げ

200g 259円

|   |      |                 |        |                    |
|---|------|-----------------|--------|--------------------|
|   | 0217 | 健康緑豆もやし         | 250g   | 65                 |
|   | 0218 | " ダブル           | 250g×2 | 123 <del>139</del> |
|   |      | 栃木・上原園/対象外      |        |                    |
|   | 0219 | 小大豆もやし          | 200g   | 91                 |
|   | 0220 | " ダブル           | 200g×2 | 172 <del>188</del> |
|   |      | 栃木・上原園/対象外      |        |                    |
| ★ | 0221 | ベビーラディッシュ(かいわれ) | 1p     | 65                 |
|   |      | 栃木・上原園/対象外      |        |                    |



**ベビーラディッシュのおひたし**

さっとゆでて、だしつゆに漬けておく

[2135] 弓削多有機だしつゆ

5p

300ml 1037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 |
|   |      | 青森・みちのく有機/有        |      |     |

| 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     |

ホットケーキミックスで  
ブルーベリーマフィン  
作り方..①ホットケーキミックス200g、卵1個、砂糖・バター各  
大さじ1を混ぜる。②生地が落ち  
着いたら冷凍ブルーベリーを入  
れて混ぜ、予熱した180度のオー  
ブンで25分焼く  
[2010] ホットケーキミックス(有糖)  
400g 443円



|                      |       |        |                      |                    |
|----------------------|-------|--------|----------------------|--------------------|
| 0301                 | いちご   | 200g   | 626                  |                    |
| 0302                 | " ダブル | 200g×2 | 1047 <del>1252</del> |                    |
| 0303                 | " 箱   | 200g×4 | 1983 <del>2504</del> |                    |
| 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 <del>1382</del> |                    |
| ATJ (フィリピンネグロス) /防除0 |       |        |                      |                    |
| 果                    | 0306  | キウイ    | 250g                 | 313                |
|                      | 0307  | " ダブル  | 250g×2               | 595 <del>626</del> |
| 栃木・赤羽根和郎さん/有         |       |        |                      |                    |

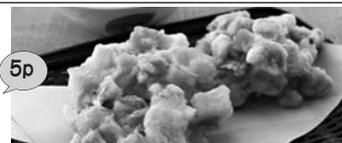
| 品番             | 品名          | 規格     | 価格(税込み)            |                      |
|----------------|-------------|--------|--------------------|----------------------|
| 0308           | りんご シナノゴールド | 2ヶ     | 400                |                      |
| 0309           | " 徳用        | 1kg    | 759 <del>800</del> |                      |
| 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 <del>800</del>   |
|                | 0312        | " 徳用   | 3kg                | 2206 <del>2400</del> |
| 青森・新農業研究会/防除12 |             |        |                    |                      |
| ***** りんご こうこう |             |        | 終了                 |                      |

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。

|  |    |      |           |
|--|----|------|-----------|
| 0330   | 銀杏 | 100g | 270       |
| 茨城・深谷守夫さん/防除0                                  |    |      |           |
| ぎんなん入りかき揚げ<br>パプリカも加えて彩りよく<br>[2158] 国産なたねサラダ油 |    |      | 5p        |
|  |    |      | 450g 972円 |



| 味わい色々 柑橘が旬!  |      |      |       |                      |
|--------------|------|------|-------|----------------------|
| 今週<br>限り     | 0313 | 八朔   | 1kg   | 551                  |
|              | 0314 | " 徳用 | 2kg   | 1047 <del>1102</del> |
| 熊本・福島柑橘園/有   |      |      |       |                      |
|              | 0315 | 甘夏   | 750g  | 400                  |
|              | 0316 | " 徳用 | 1.5kg | 759 <del>800</del>   |
|              | 0317 | " 徳用 | 3kg   | 1487 <del>1600</del> |
| 熊本・福島柑橘園/有   |      |      |       |                      |
|              | 0318 | パール柑 | 1kg   | 572                  |
|              | 0319 | " 徳用 | 2kg   | 990 <del>1145</del>  |
| 熊本・福島柑橘園/防除0 |      |      |       |                      |



**初** 爽やかな香りと  
ジューシーな味わい  
伊予柑

外皮は、手で簡単にむけま  
す。中袋は、少し厚めで口に  
残るので、袋をむいてお召し  
上がりください



**今週  
限り** 上品なほろ苦さのある  
サクサク果肉  
八朔

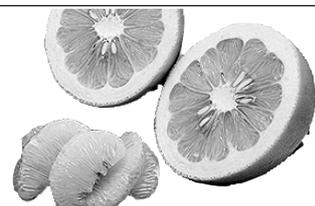
少し硬めの果肉がプリプリ、サ  
クサクとした歯ごたえをしてい  
ます。甘みだけではなくスッキ  
リした酸味、さらに独特の上品  
なほろ苦さがあります

豚バラとキャベツの  
レモン蒸し  
一口大に切ったキャベツの  
上に豚肉を重ね、塩・ごま  
油をまわし入れる。輪切り  
レモンをのせて蒸す



|                |      |            |            |                      |
|----------------|------|------------|------------|----------------------|
| <b>初</b>       | 0320 | 伊予柑        | 750g       | 497                  |
|                | 0321 | " 徳用       | 1.5kg      | 944 <del>994</del>   |
| 愛媛・田村俊和さん/有    |      |            |            |                      |
|                | 0322 | タンカン       | 500g       | 529                  |
|                | 0323 | " 徳用       | 1kg        | 1005 <del>1058</del> |
| 鹿児島・田中秀志さん/有   |      |            |            |                      |
| ***** ポンカン     |      |            | 終了         |                      |
|                | 0324 | はるみ        | 1kg (4~6ヶ) | 832                  |
|                | 0325 | " 徳用       | 2kg        | 1580 <del>1663</del> |
| 愛媛・俊成洋一さん/防除0  |      |            |            |                      |
| 果              | 0326 | レモン        | 250g       | 313                  |
|                | 0327 | " 徳用       | 500g       | 595 <del>626</del>   |
| 静岡・おてんとうさま/防除0 |      |            |            |                      |
|                | 0328 | レモン (外観不良) | 500g       | 400                  |
|                | 0329 | " 徳用       | 1kg        | 759 <del>800</del>   |
| 熊本・福島柑橘園/有     |      |            |            |                      |

プリプリ果肉と  
爽やかな香り  
パール柑  
苦味が少なく、一粒一粒が  
プチプチとはじける食感が



香りがよく、房ごと食べ  
られる  
タンカン  
温州みかんくらいの大きさ。  
皮が濃いオレンジ色でみず  
みずしさが自慢です



プチプチした果肉  
マイルドでやさしい甘さ  
はるみ  
外皮は簡単に手でむくことが  
できます。房ごと食べても気にな  
りません



| 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 |
|----|----|----|---------|------|
|----|----|----|---------|------|

**毎食食べても 飽きず 消化が良い**

**白米**  
玄米などに比べ消化が良いので、小さな子どもから胃腸の弱い方まで幅広い層の方が安心して食べることが出来る食材です。



**ねっとりホクホク！**  
里芋と油揚げの炊き込みご飯  
炊飯器に米、酒・みりん・塩・醤油・水を入れる。油揚げと里芋をのせて、炊飯する

[0516] 油揚げ 2枚 238円  
[0118] 里芋 500g 346円

**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 2052 <del>2180</del> 有   |
| 0406                   | 〃           | 5kg 5058 <del>5324</del> 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 2125 <del>2214</del> 防除0 |
| 0414                   | 〃           | 5kg 5257 <del>5478</del> 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 1856 <del>1933</del> 防除1 |
| 0420                   | 〃           | 5kg 4562 <del>4752</del> 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 2768 <del>2884</del> 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 3453 <del>3596</del> 防除0 |
| ▽竹村慎一さん(コシヒカリ)▽        |             | 茨城・竹村慎一さん                    |
| 0429                   | 竹村さんの白米     | 3kg 1939 <del>2020</del> 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 3173 <del>3305</del> 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  | 1416 1490 |
| 0436 | 有機啄木初発芽玄米   | 1kg  | 1696      |
| 0437 | 胚芽押し麦       | 1kg  | 594       |

**しとろおかゆ・ご飯**

※次回3週間後

|      |                         |        |                      |
|------|-------------------------|--------|----------------------|
| 0441 | 有機十割かゆ(しろかゆ) & 有機玄米粥セット | 1セット   | 410 <del>432</del>   |
| 0442 | 有機十割かゆ(しろかゆ)            | 200g   | 216                  |
| 0443 | 〃 徳用                    | 200g×5 | 1026 <del>1080</del> |
| 0444 | 有機玄米粥                   | 200g   | 216                  |
| 0445 | 〃 徳用                    | 200g×5 | 1026 <del>1080</del> |

**餅**

**無天塾の有機もち米をつきあげました**

杵で丹念に搗き上げたので、コシやねばりが違います

[0447] 玄米餅 500g 666 ~~724~~円  
[0448] よもぎ餅(玄米使用) 500g 702 ~~756~~円



お餅のミートソースグラタン  
①ミートソースをグラタン皿に敷き詰め、一口サイズにカットした餅をのせレンジ加熱する②①にミートソース・チーズをのせ、焼きめがつくまでトースターで焼く



SPECIAL [2232] 富貴 PASTA SAUCE ポロネーゼ 120g 356円  
[0911] チェダーチーズ 100g 421円

|      |                      |      |                    |
|------|----------------------|------|--------------------|
| 0446 | 中村商店 白米餅             | 500g | 724                |
| 協賛   | 0447 中村商店 玄米餅        | 500g | 666 <del>724</del> |
| 協賛   | 0448 中村商店 よもぎ餅(玄米使用) | 500g | 702 <del>756</del> |

**ぬか**

|      |            |       |     |
|------|------------|-------|-----|
| 0455 | 翹屋甚平・熟成ぬか床 | 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 | 529 |

**卵**

|      |                |      |                      |
|------|----------------|------|----------------------|
| 0501 | 平飼有精卵          | 10ヶ  | 610                  |
| 0502 | 〃 ダブル          | 上記2p | 1159 <del>1220</del> |
| 0503 | 平飼有精卵 茨城・枝拓生さん | 6ヶ   | 400                  |
| 0504 | うずら卵水煮         | 6ヶ×2 | 272 <del>389</del>   |
| 0505 | 〃 ダブル          | 上記2p | 534 <del>778</del>   |
| 0506 | 味付けうずらの玉子      | 10ヶ  | 314 <del>448</del>   |

**豆腐・揚げ**

▽ごま豆腐▽

|      |            |        |     |
|------|------------|--------|-----|
| 0507 | 高野山ごまとうふ 白 | 120g×2 | 324 |
| 0508 | 〃 黒        | 120g×2 | 324 |
| 0509 | 〃 金        | 120g×2 | 324 |

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

**じっくり寝かせて  
じっくり揚げる**

油揚げの生地は、一晩冷蔵庫でねかせて水分をとばします。揚げ温度は低温100度。じっくり油をすわせて、脹らませていきます。

温度は1度ちがっても、生地の伸びが違ってくるそうです

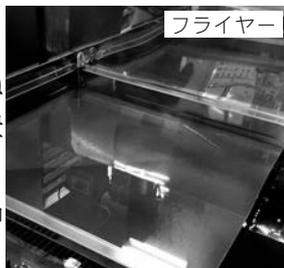
**トースト風に**

トッピングをかえれば、いろんな味が楽しめます

**油揚げ**

[0516] 2枚 238円 2p

**SPOFF [0555] ダブル**  
上記2p 456 475円



▽茨城 嘉倉▽

|      |             |       |     |
|------|-------------|-------|-----|
| 0510 | 絹豆腐         | 350g  | 243 |
| 0511 | ちりめん豆腐      | 250g  | 270 |
| 0512 | 寄せ豆腐        | 250g  | 270 |
| 0513 | 寄せ豆腐(ごま)    | 250g  | 297 |
| 0514 | 木綿豆腐        | 350g  | 243 |
| 0515 | 焼き豆腐        | 300g  | 243 |
| 2p   | 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 |
| 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 |
| 2p   | 0541 味付けうの花  | 150g   | 340 |
|      | 0542 白和え     | 150g   | 281 |

**あと一品の小鉢料理  
お豆腐屋さんのお惣菜**

[0541] 味付けうの花 150g 340円  
国産大豆のおからに、人参、長ねぎ、ごぼうを合わせ、吟味した調味料で味つけしました



品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

**納豆**

産直納豆ひきわりカップ2  
[0548] 30g×2 248円 2p

**SPOFF [0556] ダブル**  
上記2パック 477 497円

北海道十勝産大豆「トヨミツキ」使用  
※たれ・からしはついていません



▽登喜和食品▽

|      |                |       |        |
|------|----------------|-------|--------|
| 0543 | 北海道100 登喜和カップ3 | 30g×3 | 346    |
| 0544 | 十勝の息吹 小粒カップ3   | 30g×3 | 329    |
| 0545 | 遊作(経木/小粒)      | 80g   | 373    |
| 0546 | 産直納豆 小粒カップ2    | 30g×2 | 238    |
| 0547 | 産直納豆 大粒カップ2    | 30g×2 | 238    |
| 0548 | 産直納豆 ひきわりカップ2  | 30g×2 | 248 2p |
| 隔週   | 0549 黒大豆テンペ    | 100g  | 545    |

▽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**

**SPOFF [0622] 国産・福神漬**  
80g 572円 3p

契約栽培の野菜を、「海の精」で下漬けし、自家製調味料で漬けました。甘味は純米みりん由来で、砂糖は入っていません

原料：大根、有機なす、有機きゅうり、有機しょうが、ごま、干しいたけ、昆布、漬け原材料 [有機しょうゆ(大豆・非遺伝子組み換え)・小麦を含む]、純米みりん、梅酢、食塩

[1104] 冷凍放牧豚 切り落とし 4p  
(バラ凍結) 250g 840円



豚肉と一緒に炒め物

|      |           |       |     |
|------|-----------|-------|-----|
| 0601 | たくあん漬     | カット1本 | 486 |
| 0602 | ヤマキ ベったら漬 | カット1本 | 594 |
| 0603 | 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 2p |
| 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    |
| 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 2p |
| 0615 | マイルドしば漬   | 90g  | 421    |
| 0616 | 白菜キムチ     | 200g | 373    |

**梅干し**

|      |        |      |     |
|------|--------|------|-----|
| 0617 | 有機南高梅  | 180g | 994 |
| 0618 | 有機梅干   | 180g | 918 |
| 0619 | 紅玉梅干林州 | 120g | 724 |
| 0620 | 有機小梅   | 100g | 864 |
| 0621 | 有機ねり梅  | 100g | 670 |

# 新商品や SPOT 商品 お得なセットなど大集合!! 今週のおすすめ惣菜

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**  
SP200円 30g×2 1048円 ~~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）

新丸正のこだわりふりかけ焼津産鰹節のかつおふりかけ



**[0828] かつおふりかけダブル**  
SP200円 28g×2 712円 ~~734円~~

かつおふりかけ…かつお削りぶし、砂糖、醤油、食塩、米醗酵調味料、ごま

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] 凍しらす干しダブル**  
SP200円 100g×2 1,450円 ~~1580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。

小豆島産のり、小豆島産醤油、小豆島の工場で炊き上げたのり佃煮です。



**[0830] 島っこ生のり佃煮ダブル**  
SP200円 90g×2 838円 ~~864円~~

原材料…のり（香川産）、醤油（大豆・小麦を含む）、砂糖、発酵調味料、昆布エキス、寒天

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



**[0831] 凍 細切り昆布佃煮ダブル**  
SP200円 100g×2 786円 ~~810円~~

※そのままお召し上がり下さい。

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



**[0832] 生あみ ダブル**  
SP200円 60g×2p 849円 ~~875円~~

原材料…あみ（宮城産）、醤油、砂糖（種子島産さとうきび使用粗糖）、麦芽水あめ

遠慮食品 国産の黒豆を職人が直火釜でじっくりと炊き上げました。



**[0833] 直火炊き黒豆煮ダブル**  
SP200円 120g×2p 1,058円 ~~1102円~~

原材料…黒豆（国産）、砂糖、水飴、食塩、醤油（大豆・小麦を含む） ※そのままお召し上がり下さい。

ご飯がすすむあと一品！ 国産筍に鰹節とだしで薄味仕上げ



**[0834] 竹の子土佐煮ダブル**  
SP200円 60g×2 660円 ~~680円~~

おもてなしのご飯にもお弁当にも人気！ 手軽におまちどおさま



**[0835] 凍 五目寿司の素 (2合用) ダブル**  
SP200円 200g×2 1130円 ~~1177円~~

※五目寿司の素は袋ごと温め、ご飯又は酢飯と混ぜ合わせて下さい。

風味豊かな秩父産まいたけを限定使用！ 2合炊き込みご飯の素国産原料にこだわり調味料をはじめ添加物は一切使用しておりません。



**[0836] まいたけご飯の素ダブル**  
SP200円 170g×2 1,048円 ~~1080円~~

原材料…まいたけ、水飴、醤油、米酢、塩、砂糖、鰹だし、発酵調味料 ※品質安定に米酢を使用しています、炊き上がり時に酸味臭を感じますが品質には問題ありません。

熱湯を注いで、わかめ、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ



**[0837] 赤だし味噌汁ダブル**  
SP200円 9g×6×2 743円 ~~767円~~

原材料…豆みそ（大豆を含む）、白みそ、オリゴ糖、わかめ、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ

発泡剤は使用せず、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] 凍 ふんわり豆腐ハンバーグダブル**  
SP200円 90g×3×2p 1,130円 ~~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] 凍 冷ごぼうとひじきの豆腐団子ダブル**  
SP200円 18g×8×2 954円 ~~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、胡椒 ※電子レンジで温めてください。

程よい辛味のチキンカレーです



**[0840] 有機キーマカレー・中辛ダブル**  
SP200円 140g×2 838円 ~~864円~~

原材料…野菜（有機たまねぎ（国産）、有機にんじん）、有機牛肉、有機ウスターソース（小麦・大豆・りんごを含む）、有機トマトペースト、有機トマトチャップ、有機ほれいしでんぷん、有機香辛料、有機砂糖、食塩、有機にんにくビュレー

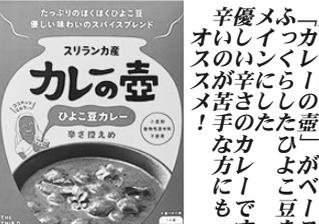
仕上りコッパチンカレ



**[0841] チキンカレー辛口トリプル**  
SP200円 180g×3p 1,634円 ~~1688円~~

原材料…たまねぎ、鶏肉、ココナッツミルク、香辛料、ココナッツオイル、トマトペースト、食塩、醸造酢、米、乾燥ココナッツ/安定剤（ゲアガム）

辛さ控えめ



**[0842] ひよこ豆カレー辛さ控えめトリプル**  
SP200円 180g×3p 1,634円 ~~1688円~~

原材料…ココナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料

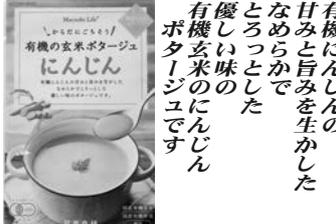
ココボロの味を味わおう



**[0843] AUGA OGマッシュルームスープダブル**  
SP200円 400g×2 1164円 ~~1200円~~

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

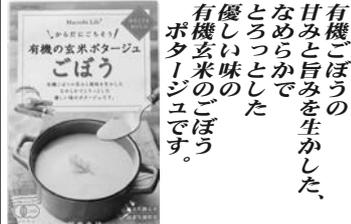
有機にんじんの旨みを生かした



**[0844] 有機玄米ポタージュ・にんじんダブル**  
SP200円 135g×2 691円 ~~712円~~

原材料…有機にんじん（国産）、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩（海の精）

有機にんじんの旨みを生かした



**[0845] 有機玄米ポタージュ・ごぼうダブル**  
SP200円 135g×2 691円 ~~712円~~

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

北海道・興農ファームの手作り生ハンバーグ



**[5846] 凍 興農生ハンバーグダブル**  
SP200円 100g×2×2 1,718円 ~~1772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。

☆価格は税込み

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

**お総菜**

▽ふりかけ類▽

|    |      |                 |             |            |
|----|------|-----------------|-------------|------------|
|    | 0701 | しその粉ふりかけ(ゆかり)   | 40g         | 324        |
|    | 0702 | 有機梅フレーク         | 40g         | 734        |
| 3p | 0703 | <b>有機しそフレーク</b> | <b>30g</b>  | <b>540</b> |
|    | 0704 | 海宝飯ふりかけ         | 28g         | 842        |
| 2p | 0705 | <b>かつおふりかけ</b>  | <b>28g</b>  | <b>367</b> |
|    | 0706 | えびふりかけ          | 50g         | 616        |
|    | 0707 | 味のりふりかけ         | 50g         | 632        |
|    | 0708 | 味付おかず海苔         | 8ッ切20枚入×3   | 734        |
| 4p | 0709 | <b>練 しらす干し</b>  | <b>100g</b> | <b>794</b> |
|    | 0710 | しらすちりめん         | 70g         | 967        |
|    | 0711 | 鮭フレーク           | 90g         | 810        |

▽佃煮類▽

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

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

|    |         |                      |             |            |
|----|---------|----------------------|-------------|------------|
| 3p | 0723    | <b>練 五目寿司の素(2合用)</b> | <b>200g</b> | <b>589</b> |
|    | 隔週 0724 | 国産たけのご飯の素            | 170g        | 448        |
|    | 0725    | 練 中華丼の具              | 180g×2      | 616        |
|    | 0726    | 練 鮎のづけ丼              | 150g        | 697        |
| 3p | 隔週 0727 | <b>まいたけご飯の素</b>      | <b>170g</b> | <b>540</b> |

▽スープ▽

|    |      |  |      |     |
|----|------|--|------|-----|
|    | 0801 |  わかめみそ汁 | 9g×6 | 383 |
| 2p | 0802 |  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 |

▽揚げ物・他▽

|    |      |                        |              |            |
|----|------|------------------------|--------------|------------|
|    | 0805 | 冷凍 大きな豆腐肉団子            | 340g         | 589        |
| 3p | 0806 | <b>冷凍 ふんわり豆腐ハンバーグ</b>  | <b>90g×3</b> | <b>589</b> |
| 3p | 0807 | <b>冷凍 ごぼうとひじきの豆腐団子</b> | <b>18g×8</b> | <b>497</b> |

**土佐佐賀産直組合**

**翌々調配送品(3/10~3/14)**



[5617] 冷凍 メヒカリ唐揚げ 110g 508円 3p

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



[5621] 冷凍 さば南蛮漬 140g 605円 3p

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

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

▽レトルトカレー類▽

|  |      |  |             |            |    |
|--|------|--|-------------|------------|----|
|  | 0808 | タイ・グリーンカレー   | 170g        | 540        |    |
|  | 0809 | タイ・レッドカレー  | 170g        | 540        |    |
|  | 0810 | タイ・ベジタブルカレー  | 170g        | 540        |    |
|  | 0811 | タイ・マッサマンカレー  | 170g        | 540        |    |
|  | 0812 | <b>有機キーマカレー・中辛</b>   | <b>140g</b> | <b>432</b> | 2p |
|  | 0813 |  ベジタリアンのための野菜カレー | 200g        | 400        |    |
|  | 0814 |  ベジタリアンのための豆カレー  | 200g        | 400        |    |
|  | 0815 |  ベジタリアンのための根菜カレー | 200g        | 400        |    |
|  | 0816 | <b>チキンカレー辛口</b>  | <b>180g</b> | <b>561</b> | 3p |
|  | 0817 | <b>ひよこ豆カレー辛さ控えめ</b>  | <b>180g</b> | <b>561</b> | 3p |
|  | 0818 | AUGA・OGトマトスープ  | 400g        | 600        |    |
|  | 0819 | <b>AUGA・OGマッシュルームスープ</b>   | <b>400g</b> | <b>600</b> | 3p |
|  | 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 | <b>有機玄米ポタージュ・にんじん</b>  | <b>135g</b> | <b>356</b> | 2p |
|  | 0824 | <b>有機玄米ポタージュ・ごぼう</b>   | <b>135g</b> | <b>356</b> | 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        |    |

▽土佐佐賀産直組合▽

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

▽興農デリカ▽

|     |      |                    |               |            |    |
|-----|------|--------------------|---------------|------------|----|
| 翌々週 | 5841 | 冷凍 興農ミニハンバーグ       | 35g×5         | 929        |    |
| 翌々週 | 5842 | <b>冷凍 興農生ハンバーグ</b> | <b>100g×2</b> | <b>886</b> | 5p |
| 翌々週 | 5843 | 冷凍 興農ビーフコロツケ       | 160g(2ヶ)      | 605        |    |
| 翌々週 | 5844 | 冷凍 興農メンチカツ         | 200g(2ヶ)      | 913        |    |

**土佐佐賀産直組合**

**翌々調配送品(3/10~3/14)**



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

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



[5620] 冷凍 白身魚の梅しそチーズ焼き 120g 659円 4p

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

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

### 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。

東毛酪農業協同組合



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



#### 飲みやすい、スッキリとした味わい ドリンクヨーグルト

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

|    |      |           |                |                    |
|----|------|-----------|----------------|--------------------|
| 1p | 0906 | ドリンクヨーグルト | 200g           | 205                |
|    | SPR  | 0951      | " ダブル 上記2p     | 388 <del>419</del> |
|    |      | ▽バター・他▽   |                |                    |
|    |      | 0907      | 東毛酪農のカマンベールチーズ | 100g 648           |
|    |      | 0908      | 東毛ナチュラル ゴータタイプ | 100g 832           |
|    |      | 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          |                    |
|-------|------|-----------------|--------------------|
|       | 5315 | 国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト | 400g 346           |
|       | 5316 | " ダブル 上記2p      | 670 <del>691</del> |

### セミハードチーズ ブロックタイプ

#### 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えるので、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▽

|    |      |         |           |          |
|----|------|---------|-----------|----------|
| 2p | 0911 | チェダーチーズ | 100g      | 421      |
|    |      | 0912    | シュレッドチーズ  | 250g 756 |
|    |      | 0913    | ゴータチーズ    | 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 |

#### パンにめったり、お料理にどうぞ ピーナッツペースト

農薬不使用栽培の千葉県産落花生100%。無添加・無糖で仕上げたペーストです。ほんのりと甘く濃厚な味わい。お菓子作りやお料理に幅広く活用していただけます!  
原材料…落花生(千葉産)



| 三里家物産 月1 |           | 翌々調配送品 |       |
|----------|-----------|--------|-------|
| 5419     | ピーナッツペースト | 150g   | 1,053 |

5p

#### ノヴァ レーズン

甘みが強く、種なしで皮の薄いトンプソンシードレス種を、レーズンに最適なカリフォルニアで栽培。糖度を増し、果肉が軟らかくなる完熟の房だけを収穫し、天日で乾燥した有機認定品です。オイルコーティングを行わない、自然のままの豊かな味わいが特徴。  
原材料…有機レーズン(アメリカ)



#### ノヴァ ローストヘーゼルナッツ

イタリア・シチリア固有種の有機ヘーゼルナッツを使用。油分が高く香りと風味が際立っています。ノヴァオリジナルの浅煎りローストにより、本来の味わいと香り、香ばしさを引き出しました。  
原材料…有機ヘーゼルナッツ(イタリア産)



#### ノヴァ オレンジスティック(砂糖づけ)

イタリアで有機栽培されたオレンジの皮を6cm前後のスティック状にし、有機濃縮レモンジュース、有機砂糖、有機コーンシロップを使って独自の方法で煮詰めました。堅すぎないジューシーな食感。  
原材料…有機コーンシロップ(オーストラリア)、有機砂糖(ブラジル)、有機オレンジの皮(イタリア)、有機濃縮レモンジュース



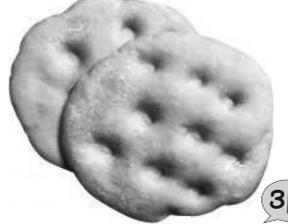
### ドライフルーツ・ナッツ

|      |                 |      |       |    |
|------|-----------------|------|-------|----|
| 0921 | レーズン            | 120g | 497   | 3p |
| 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   | 4p |
| 0931 | オレンジスティック       | 80g  | 680   | 4p |
| 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 |    |

### 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>ほんのり甘いかぼちゃの入った<br/>デニッシュパン</p>  <p><b>[1070] かぼちゃデニッシュ</b><br/>2ヶ <b>583円</b><br/>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>ブルーベリー、クランベリー<br/>ベリーたっぷり！</p>  <p><b>[1087] ダブルベリー</b><br/>1ヶ <b>529円</b><br/>原材料…小麦粉（国産）、ブルーベリー（アメリカ産オーガニック）、クランベリー（アメリカ産オーガニック）、洗双糖、はちみつ、天然酵母、菜種油、天塩</p> | <p>北海道産小豆 餡でつくった<br/>あんパンです。</p>  <p><b>[1071] あんパン</b><br/>2ヶ <b>497円</b><br/>原材料…あんこ、小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、ごま（ポリビア産オーガニック）</p> | <p>パン生地によつて葉バターと折り込みました。</p>  <p><b>[1073] アップルリング</b><br/>1ヶ <b>929円</b><br/>原材料…小麦粉（国産）、アップルプレザーブ、バター（国産）、洗双糖、有機アーモンドスライス、天然酵母、天塩</p> |
| <p>全粒粉とライ麦入り<br/>自家製ライサワーが、<br/>具材の味を引き立てます</p>  <p><b>[1084] サンドイッチブレッド</b><br/>4枚 <b>313円</b><br/>原材料…小麦粉（国産）、小麦全粒粉、有機ライ麦粉、天然酵母、洗双糖、天塩、有機ひまわりの種、ライサワー</p> | <p>天然酵母・国産小麦<br/>北海道産バターを使用した<br/>バターロールです。</p>  <p><b>[1075] バターロール</b><br/>5ヶ <b>616円</b><br/>原材料…小麦粉（国産）、バター、粗糖、天然酵母、食塩</p>                                 | <p>パルメザンチーズを<br/>乗せて焼きました。</p>  <p><b>[1085] チーズのプチパン</b><br/>3ヶ <b>437円</b><br/>原材料…小麦粉（国産）、パルメザンチーズ、洗双糖、天然酵母、天塩</p>          | <p>シンプルなピザ生地<br/>直径約16cm、厚み約2cm</p>  <p><b>[1086] ホシノ酵母のピザ台</b><br/>2ヶ <b>437円</b><br/>原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩、洗双糖</p>                      |

有機JAS認証  
オーガニック食パン



**[1078] 有機食パン (6枚スライス)**  
6枚切り **594円**  
原材料…有機小麦粉、有機砂糖、天然酵母、食塩

オーガニック  
レーズン入り食パン



**[1056] ぶどう食パン 1斤** **567円**  
原材料…小麦粉（北海道産）、オーガニックレーズン、天然酵母、洗双糖、天塩

### ファーマーズファクトリー



冷凍 牧場のピッツァ・マルゲリータ  
原材料…生地【小麦粉（小麦（北海道産））、オリーブ油、イースト、食塩、砂糖】、ナチュラルチーズ、トマトピューレ（トマト（北海道産））、豚肉（北海道産）、食塩、パジル。（一部に小麦・乳成分・豚肉を含む）

北海道産小麦粉と国産米粉を使ったパン生地、北海道産小豆と洗双糖、有機黒ごまペーストで作った餡を包みました。米粉を入れることでモチモチに仕上げたパン生地と、有機黒ごまの香りが活きた、コクのある甘みの餡がよく合います。

原材料…あんこ（国内製造）、小麦粉、有機ごまペースト、粗糖、菜種油、天然酵母、米粉、有機黒ごま、食塩、（一部に小麦・ごまを含む）

| ポイント | 品番  | 品名          | 規格            | 会員価格(税込み) |
|------|---|-------------|---------------|-----------|
|      | <b>パン</b> 規格は生地の重量表記です                        |             | 型油…なたねサラダ油を使用 |           |
|      | (略号…糖:粗精糖 マ:マーガリン バ:バター 油:油脂類 豆:大豆レシチン 乳:乳製品) |             |               |           |
|      | 1051  | 食パン         | 糖 1斤          | 459       |
|      | 1052  | 食パンスライス6枚   | 糖 6枚切り        | 454       |
|      | 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       |
| 3p   | 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      | 糖 230g        | 454       |
|      | 廃盤 ****                                       | プルーンパン      | 糖・オリーブ油 255g  | 578       |
|      | 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       |
|      | 1062  | プチパン        | 糖 5ヶ          | 502       |
|      | 1063  | ごまコッペ       | 糖 1ヶ          | 427       |
| 3p   | 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       |
|      | 1066  | よもぎパン       | 糖 5ヶ          | 599       |
|      | 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       |
|      | 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   |
| 廃盤 ****   | チョコデニッシュ           | 糖・バ 1ヶ | 367       |      |
| 1071  | あんぱん               | 糖 2ヶ   | 497       | 3p   |
| 1072  | パン・ド・コンプレ          | 250g   | 707       |      |
| 廃盤 ****   | 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       | 5p   |
| <b>もちもちとしたパン生地の食感と、コクのあるごまあん</b>  |                    |        |           |      |
| <b>ごまあんパン</b>   |                    |        |           |      |
| 北海道産小麦粉と国産米粉を使ったパン生地、北海道産小豆と洗双糖、有機黒ごまペーストで作った餡を包みました。米粉を入れることでモチモチに仕上げたパン生地と、有機黒ごまの香りが活きた、コクのある甘みの餡がよく合います。 |                    |        |           |      |
| 原材料…あんこ（国内製造）、小麦粉、有機ごまペースト、粗糖、菜種油、天然酵母、米粉、有機黒ごま、食塩、（一部に小麦・ごまを含む）  |                    |        |           |      |
| [1076]  | ごまあんパン             | 1ヶ     | 281円      | 2p   |
| [1077]  | " ダブル              | 上記2ヶ   | 539円      | 2p   |

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



カレースパイスで体を温め、  
心も身体もぽかぽかに！  
**ポークカレー**

作り方…①豚肉は塩、コショウ、特選カレーパウダー少々をまぶしておく。  
②フライパンに、バターと油を半々くらいで熱し、玉ねぎをキツネ色になるまでよく炒めたら、カレー用の鍋に入れる。③フライパンに再びバターと油を熱し、豚肉を炒め、カレー用の鍋に入れて、中火で20分ほど煮込む。④カレールーとかくし味にトマトケチャップを入れて仕上げる。

3p [2302] 奄美カレー 中辛 180g 486円  
[2301] 特選カレーパウダー 20g 292円

冷凍 放牧豚  
切り落とし  
バラ凍結  
チャック袋仕様



## 豚肉

### ▽北海道 放牧豚▽

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

1101 冷凍 放牧豚 バラスライス 200g 781  
2.5mm厚。さらっとしていて甘みのある脂と赤身の旨み  
が特徴のバラ肉です。

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  
赤身部位を中心にバラバラなミンチにしました。  
使いやすいチャック袋仕様です。

4p 1104 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て飼育し、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 795

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

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

6p 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

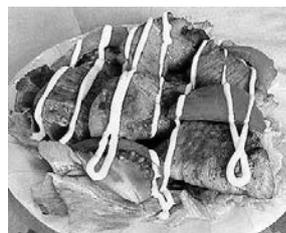
1129 冷凍 健康豚 挽肉 150g 513

1130 冷凍 健康豚 野菜炒め用小間切れ 150g 546

4p 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 |
|----|----|----|---------|------|
|----|----|----|---------|------|



中からとろっと甘い玉ねぎが美味！  
少しのお肉でも玉ねぎの甘みで大満足。  
照り焼き味の豚肉ロール巻きです。

### 新玉ねぎの豚肉ロール

作り方…①新玉ねぎは、1個を10等分のくし切りにする。豚肉すき肉を巻く。②フライパンに油を熱し、押さえ付けるように肉を並べて、塩、コショウする。③火をつけてしばらくしたら少し押さえつける。焦げ目がついたらひっくり返す。④蓋をして中火でしばらく様子を見ながら焼く、火が通ったら一度火を止めて（醤油大さじ2、みりん大さじ2）を合わせたものを入れて絡める。さっと火を通して出来上がり。⑤お好みでマヨネーズ、七味をふってどうぞ。

[0107] 新玉ねぎ 700g 508円

冷凍 健康豚 バラスライス



豚ヒレ肉は脂肪が少ないので、ほかの部位と比べて低エネルギー。疲労回復のビタミンともいえるビタミンB1が多く含まれています。

### 豚ヒレのレモンバターソテー

作り方…①豚ヒレ肉を2cmの厚さに切り、塩、コショウをする。②付け合わせの野菜は食べやすい大きさにカットしておく。③フライパンを熱し、バターを溶かして野菜と豚肉を入れ、肉の色が変わるまで焼く。④豚肉が8割程度焼けたら塩、コショウ、白ワイン、レモン果汁をフライパンに加え、蒸し焼きにして仕上げる。

5p [2146] いづつフラスラン(糖質07イン) 白 720ml 1,023円  
[0326] レモン 250g 313円

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



### 翌々調配送品

### ▽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 シュロスしゃぶしゃぶ用 200g 1,188

5853 冷凍 シュバラスライス 200g 977

5854 冷凍 シュローストンカツ用 200g 1,166

5855 冷凍 シュヒレ一口カツ用 200g 1,193 6p

5856 冷凍 シュヒレブロック 300g 1,588 8p

5857 冷凍 シュバラブロック 500g 1,993

5858 冷凍 シュ挽肉 250g 940

5859 冷凍 シュ徳用豚挽肉 400g 1,426

### 金子製麺 シューマイの皮

滋賀産小麦と農林61号が織りなす風味豊かな皮。地粉ならではの豊かな風味と、もちもちとした食感を堪能いただけます。



### 中華の皮

1208 地粉餃子の皮 20枚 259

1209 極厚全粒粉餃子の皮 20枚 335

1210 シューマイの皮 30枚 194 1p

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) |
|------|----|----|------------|
|------|----|----|------------|



梅は咲いたか、桜はまだかいな  
シュージーな鶏肉の梅風味仕上げ  
観梅にでかけたくなるような  
春レシピです。

**鶏肉の梅煮**

作り方…①鶏モモ肉200~300g  
は所々に切り込みを入れ、フォークで皮をついて穴をあける。②長ネギは2cm幅に切り、生姜は薄切りにする。③中華鍋を熱して油を入れ、②を炒めて香りを出す。鶏肉を入れて両面をきつね色に焼く。④③の余分な油をふき、ほぐした梅干15gと水1/2カップ、赤梅酢(あれば)・醤油各大さじ1と1/2、洗双糖大さじ1/2を入れ、蓋をして肉に火が通るまで煮る。⑤鶏肉を食べやすい大きさに切り器に盛り、煮汁をこして添える。

[0621] 有機ねり梅 100g 670円

**冷凍 播州百日鶏 もも**

旨味やコク、脂肪があるので焼く、煮込む、揚げるなどさまざまな調理法に適しています。



**鶏肉**

▽兵庫 播州百日鶏▽

兵庫県多可町加美地区にある大自然の中で、太陽の光をいっぱい浴び、通常の飼育より長い、約百日という時間をじっくりかけて飼育された銘柄鶏。  
産地の加美町を流れる美味しい清水と、とうもろこしと大豆等の安全な飼料にこだわって飼育しています。  
【飼育方法】開放鶏舎 平飼い飼育  
【飼育密度】一坪(3.3㎡)にだいたい20~27羽で飼育  
【休業期間】抗生物質はやむなく孵化後70日間の幼児期にコクシジウム症対策等に微量飼料添加するが、それ以後30日間以上は抗生物質無投与。

|    |      |                  |        |                        |
|----|------|------------------|--------|------------------------|
| 4p | 1301 | 冷凍 播州百日鶏 もも      | 200g   | 821                    |
|    | 1311 | " ダブル            | 上記2p   | 1,593 <del>1,642</del> |
|    | 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                    |
|    | 1308 | 冷凍 播州百日鶏 レバー     | 200g   | 893                    |



カラダほっこりあたたまる  
おかずスープ。  
お好みの野菜をプラスするのも  
オススメです

**手羽元とチンゲンサイの中華風スープ**

作り方…①チンゲンサイは4つ割りにする。椎茸はそぎ切りにする。②鍋にごま油を熱し、手羽元4本を並べて焼く。全体に焼き色がついたらんにくと生姜のみじん切りを加えて炒め、香りが出たら水3カップを加えて煮立て、アクを取って15分ほど煮る。③醤油大さじ1、塩少々を加えて混ぜ、春雨、椎茸を加えて2~3分煮る。チンゲンサイを加えて火が通るまで煮、塩・胡椒で調味する。④器に盛り、粗挽き黒胡椒をふる。

[0136] チンゲンサイ 1束 205円

**冷凍 播州百日鶏 ウィング**

唐揚げや煮込み料理に。  
骨の周りのおいしいお肉までまるごとどうぞ。



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

**放牧豚 粗挽きウィンナー**

粗めに挽いた豚肉を使用することにより、パリッととした食感をお楽しみいただけます。スパイシーで濃い味わいです。  
原材料…豚肉(北海道産)、豚脂肪(北海道産)、食塩、砂糖(和三盆糖)、香辛料



**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                    | 3p |
| 1404 | 冷凍 放牧豚 粗挽きウィンナー | 100g | 521                    |    |
| 1402 | " ダブル           | 上記2p | 1,010 <del>1,044</del> |    |
| 1403 | 冷凍 放牧豚 ベーコンスライス | 65g  | 410                    |    |



ヘルシーで赤身が美味しい興農牛。  
野菜とじっくり煮込んでまろやかに!

**野菜たっぷりハッシュドビーフ**

作り方…①玉ねぎは薄くスライス、にんじんは小さめの乱切り、ニンニクはみじん切り、シメジは石づきを取り、ほぐす。ブロッコリーは、小房に分けて、固ゆでする。牛うすぎり肉は、食べやすい大きさに切り、塩、胡椒をし、小麦粉をふる。②鍋にオリーブ油とニンニクを入れ、弱火で熱し、香りを移す。③香りが出たら、牛肉を強火で炒めて、一度取り出す。④鍋に野菜を入れて、中火で炒め、しんなりしたら、牛肉を鍋に戻し、赤ワインを加え、ひと煮立ちしたら水とローリエを加え、アクを取りながら、煮込む。⑤一旦、火を止めて、デミグラスソースを入れて溶かし、弱火でとろみが付くまで煮込む。ブロッコリーを入れ、かき混ぜて火を止める。



**興農牛しゃぶしゃぶ用**

モモ部位(ウチモモ・ランイチ・シタマ)とバラ部位(トモバラ・プリスケ)の薄切り肉です。ミックスされた商品ではなく、どの部位かの単品商品です。

**翌々調配送品**

▽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       | 1,604 | 7p |
| 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 | 〃 徳用            | 400g       | 1,928 |    |



**南伊豆水産 白かまぼこ (うろこちゃん)**

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

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



**南伊豆水産 青のり小判**

静岡県浜名湖産又は愛知県三河産の青のり入り。

青のりの風味がとて強くと小判揚げのもちもち食感ととても合います。

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



**いちゅうこの人気のおでん種を詰め合わせた静岡おでんセット 無添加おでん種で温まって下さい。**

南伊豆水産 おでん種セット 内容…いわしはんぺん4枚、小判揚げ2枚、ごぼう巻き2本、竹輪1本、たこボール2個、うずら卵天2個

**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新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)、発酵調味料、馬鈴薯でん粉、砂糖、カツオブシエキス、清酒、食塩、揚げ油 (米油)



**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、ばれいしよでん粉、砂糖、発酵調味料、魚介エキス



**高橋徳治商店 冷凍 おとうふ揚げ (五目)**

北海道産の助宗タラすり身に国産大豆を使用した豆腐を合わせ、国産野菜5種類 (椎茸・人参・ごぼう・竹の子・枝豆) をたっぷりと加えました。野菜の旨味や食感、彩りが楽しめる逸品です。

原材料…魚肉 (タラ)、豆腐 (大豆)、米油、人参 (国産)、たけのこ (国産)、ばれいしよでん粉、ごぼう (国産)、椎茸 (国産)、枝豆 (国産)、砂糖、カツオブシエキス、発酵調味料



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

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

**練り物**

▽静岡 南伊豆水産

|    |      |                  |         |                        |
|----|------|------------------|---------|------------------------|
| 4p | 1501 | 白かまぼこ (うろこちゃん) 卵 | 150g    | 686                    |
|    | 1502 | 小竹輪              | 30g×5   | 540                    |
|    | 1503 | ダブル              | 上記2p    | 1,048 <del>1,080</del> |
|    | 1504 | 鰹ハンペン            | 5枚      | 632                    |
|    | 1505 | 小判揚              | 5枚/150g | 518                    |
|    | 1506 | 桜えび入り揚           | 3枚/150g | 810                    |
|    | 1507 | スティック揚 (イカ)      | 6本/150g | 621                    |
|    | 1508 | うずら卵天 卵          | 4ケ      | 583                    |
|    | 1509 | たこボール            | 8ケ      | 502                    |
|    | 1510 | ねぎちぎり揚げ          | 100g    | 540                    |
| 3p | 1511 | 青のり小判            | 3枚      | 437                    |
|    | 1512 | ごぼう巻き            | 5本      | 562                    |

|  |            |                    |          |       |    |
|--|------------|--------------------|----------|-------|----|
|  | 1513       | まぐろもろこし            | 100g     | 551   |    |
|  | 1514       | おでん種セット 卵          | 6種13品    | 1,021 | 5p |
|  | ▽宮城 高橋徳治商店 |                    |          |       |    |
|  | 1515       | 凍 おとうふ揚げ           | 170g5ケ   | 394   |    |
|  | 1516       | 凍 お好みさつま揚げ         | 160g2ケ   | 491   |    |
|  | 1517       | 凍 さつま揚げ            | 190g5枚   | 508   | 3p |
|  | 1518       | 凍 ソフトはんぺん 卵        | 188g(4枚) | 540   | 3p |
|  | 1519       | 凍 おとうふ揚げ (五目)      | 165g5ケ   | 410   | 2p |
|  | 1520       | 凍 ぼたんちくわ           | 165g5ケ   | 491   |    |
|  | 1521       | 凍 いわしだんご           | 150g     | 437   |    |
|  | 1522       | 凍 えびしんじょすりみ 卵      | 150g     | 578   |    |
|  | 1523       | 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。揚げ調理済み 一口サイズのカレーコロッケ



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

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



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

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み きんぴらごぼうを具にしました。



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

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



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

**まきば**

**新潟 まきば**

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。

**まきばの「とこトンシリーズ」**

▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽

|    |      |         |        |     |
|----|------|---------|--------|-----|
| 3p | 1561 | 冷凍 カレー  | 15g×10 | 504 |
| 3p | 1562 | 冷凍 ビーフ  | 15g×10 | 513 |
| 3p | 1563 | 冷凍 きんぴら | 15g×10 | 481 |
| 3p | 1564 | 冷凍 野菜   | 15g×10 | 481 |

▽雪室熟成じゃがいもコロッケ

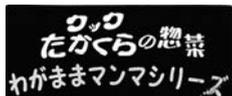
|  |      |        |       |     |
|--|------|--------|-------|-----|
|  | 1565 | 冷凍 ビーフ | 60g×4 | 751 |
|--|------|--------|-------|-----|

|  |      |        |       |     |
|--|------|--------|-------|-----|
|  | 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 |
|  | 1568 | 冷凍 レンジで里いもレンコンコロッケ | 21g×8  | 600 |
|  | 1569 | 冷凍 餃子              | 25g×10 | 603 |

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▽

|    |      |    |           |      |                        |
|----|------|----|-----------|------|------------------------|
| 4p | 1525 | 冷凍 | 中華おこわ     | 200g | 670                    |
|    | 1526 | "  | ダブル       | 上記2p | 1,286 <del>1,340</del> |
| 3p | 1527 | 冷凍 | 鶏肉の甘酢ごま煮  | 150g | 583                    |
|    | 1528 | "  | ダブル       | 上記2p | 1,120 <del>1,166</del> |
| 4p | 1531 | 冷凍 | 中華丼の素     | 230g | 756                    |
|    | 1532 | "  | ダブル       | 上記2p | 1,452 <del>1,512</del> |
| 3p | 1533 | 冷凍 | すきやき風コロッケ | 150g | 594                    |
|    | 1534 | "  | ダブル       | 上記2p | 1,140 <del>1,188</del> |
| 4p | 1539 | 冷凍 | ヘルシーナゲット  | 150g | 670                    |
|    | 1540 | "  | ダブル       | 上記2p | 1,286 <del>1,340</del> |
| 3p | 1543 | 冷凍 | ちっちゃな餃子   | 10個  | 454                    |
|    | 1544 | "  | ダブル       | 上記2p | 871 <del>908</del>     |

### ▽グッドミー (大豆ミート) Good to me 私にとって良いもの

お肉を使わない植物蛋白加工食品のお惣菜シリーズです。  
クックたかからは、大豆たんぱくにまつわる代替肉(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 |
| 4p | 1555 | 冷凍 | グッドミーのれんこんハンバーグ  | 4ヶ入り  | 675 |
| 4p | 1556 | 冷凍 | グッドミーのミートボール     | 10個入り | 680 |

**自然解凍**

クックたかくらの手作りおはぎももち米、米、小豆は有機栽培または農薬化肥不使用

3p

[1537] 冷凍 おはぎ 3個 621円  
[1538] " ダブル 上記2p 1,192 ~~1,242~~円  
原材料…もち米、米、小豆、洗双糖、塩

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

3p

[1535] 冷凍 体に優しい豚のメンチカツ 150g 583円  
[1536] " ダブル 上記2p 1,120 ~~1,166~~円  
原材料…豚肉、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、なたねサラダ油、卵、胡椒、塩

お鍋、スープ、焼き餃子に、様々な用途に使えます。一口サイズの餃子です

6p

[1541] 冷凍 パクパク餃子 30個 1,253円  
[1542] " ダブル 上記2p 2,405 ~~2,506~~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

お弁当にもピッタリの大きき

4p

[1529] 冷凍 ササミのチーズフライ 170g 788円  
[1530] " ダブル 上記2p 1,514 ~~1,576~~円  
原材料…鶏ササミ、チーズ(乳)、パン粉、小麦粉、卵、青じそ、塩、胡椒

クリーミーで後味さっぱりな豆乳ホワイトソース マカロニとの相性は抜群

4p

[1557] 冷凍 有機豆乳使用マカロニグラタン 180g 751円  
原材料…豆乳(国産、有機大豆)、小麦粉、マカロニ、大豆ミート、玉ねぎ、トマト缶、自家製だし、白味噌、発酵調味料、醤油、ケチャップ、ウスターソース、サラダ油、塩、胡椒、にんにく

植物素材のおいしいお惣菜 大豆ミートの酢豚風おかず

3p

[1558] 冷凍 グッドミーのベジタブル酢豚 200g 610円  
原材料…粒上大豆たんぱく、人参、玉ねぎ、ピーマン、醤油、米酢、洗双糖、ケチャップ、澱粉、なたね油

## 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(バンガラデシュ産)、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

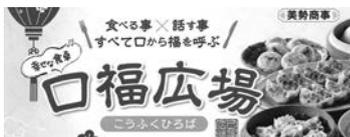
外はバリバリ、中はジューシー。国産原材料にこだわり、ひとつひとつ手巻きで仕上げた本格中華春巻です。



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) |
|------|----|----|----|---------|
|------|----|----|----|---------|

**卵がたっぷり!**

[1723] 冷凍カラフトししゃも 10尾 562円 3p

カナダ産の卵率の良いものを、食塩のみで干物にしました



**カラフトシシャモ**

英名はカペリン(またはキャペリン)と言います。主に北大西洋アイスランド、ノルウェー、ロシア、東カナダのニューファンドランド島沖合で漁獲されています。

名前にカラフトと付いているのは、オホーツク海の樺太周辺でも獲れるため、1930年代に付いた和名です



**ししゃもの南蛮漬け**

フライパンに油を入れて熱し、ししゃもを焼く。事前に作っておいた南蛮酢に、熱いうちに浸け込む

[0125] 長ねぎ

300g 270円  
[2329] 唐辛子 5g 281円



カレー風味のししゃも焼き  
ポリ袋に小麦粉・カレー粉を入れ、ししゃもを加えてまぶす。オリーブオイルで焼く

[2301] 特選カレーパウダー

20g 292円



**海産**

▽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 |
|    | 1604 | 冷凍 ネギト口用すき身(サラダ油使用) | 200g | 1134 |
|    | 1605 | 冷凍 まぐろ赤身            | 200g | 1350 |
| 5p | 1606 | 冷凍 まぐろ角切り           | 200g | 1048 |
|    | 1607 | 冷凍 ビン長まぐろ           | 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 | 972  |
|    | 1610 | 冷凍 お刺身ほたて貝柱         | 100g | 1064 |

▽切り身魚▽

|    |      |                  |        |      |
|----|------|------------------|--------|------|
|    | 1611 | 冷凍 紅鮭(甘塩)        | 2切れ    | 896  |
|    | 1612 | 冷凍 シ 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  |
| 4p | 隔週   | 1616 冷凍 マグロスベアリブ | 500g   | 680  |
|    | 隔週   | 1617 冷凍 キハダステーキ  | 80g×4  | 529  |

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

▽漬け魚▽

|      |               |       |                      |
|------|---------------|-------|----------------------|
| 1711 | 冷凍 国産サバ塩こうじ漬け | 2切れ   | 567                  |
| 1712 | " ダブル         | 2切れ×2 | 1077 <del>1134</del> |
| 1713 | 冷凍 メカジキ照焼用    | 90g×2 | 875                  |

**高尾の魚**

翌々週配送

[5657] 冷凍 さわら味噌漬 4p  
2切れ 810円

自身で品の良い味のさわらが、味噌漬けでさらに美味しくなっています



▽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    | 1172 |
| 5654 | 冷凍 赤魚粕漬       | 1枚     | 902  |
| 5655 | 冷凍 さば西京漬      | 2切れ    | 632  |
| 5656 | 冷凍 メカジキ味噌漬    | 2切れ    | 1026 |
| 5657 | 冷凍 さわら味噌漬     | 2切れ    | 810  |
| 5658 | 冷凍 ほっけ味噌漬     | 1切れ    | 632  |
| 5659 | 冷凍 サワラ西京漬     | 2切れ    | 810  |
| 5660 | 冷凍 塩サバ切身      | 2切れ    | 594  |

4p



くせがなく

さっぱりした白身

[1727] 冷凍ひと塩サワラ切身 4p  
3切 713円

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。サワラのムニエル  
塩・コショウをし小麦粉をまぶしたサワラを、オリーブ油で焼く。バター、粒マスタードを入れてとろけてソースに

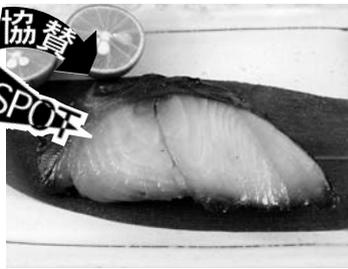


あさっさりとした味

[1622] 冷凍びんちょう

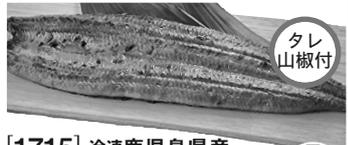
まぐろたたき 6p  
1本(カット) 1291円

良質でくせがなく、あっさりとした味。食卓に届くまで一度も解凍されていない高品質なびんちょうまぐろのたたきが味わえます。



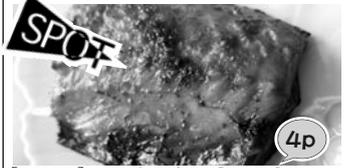
自家製味噌床に  
厚切りの銀だらを  
漬け込みました

[1729] 冷凍こだわりの味噌漬  
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



[1715] 冷凍鹿児島産  
うなぎ蒲焼き 長焼き 13p  
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



[1730] 冷凍さばの辛子漬け  
2切 751円

さばを醤油ベースのピリ辛だれに漬け込みました。

| ポイント  | 品番   | 品名                     | 規格   | 価格(税込み) |
|---|------|------------------------|------|---------|
| ▽鍋▽   |      |                        |      |         |
|   | 1714 | 冷凍 海鮮鍋セット7種(約2人前)      | 2074 | 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 | 2630    |
|   | 1716 | 〃 刻みうなぎ 50g×2          | 1831 | 1831    |
| ▽エビ・イカ 他▽   |      |                        |      |         |
|   | 1717 | 冷凍 エコシュリンプ M 約200g     | 1598 | 1598    |
|   | 1718 | 〃 L 約200g              | 1696 | 1696    |
|   | 1719 | 〃 むき身 S 約200g          | 1642 | 1642    |
|   | 1720 | 冷凍 中粒しじみ 150g          | 805  | 805     |
|   | 1721 | 冷凍 シーフードミックス 180g      | 848  | 848     |
| エビ・ホタテ  |      |                        |      |         |
| ▽干物・他▽  |      |                        |      |         |
|   | 1722 | 冷凍 いわし丸干し 6尾           | 481  | 481     |
| 3p  | 1723 | 冷凍 カラフトししゃも 10尾        | 562  | 562     |
|   | 1724 | 冷凍 干しカレイ 2枚            | 821  | 821     |
|   | 1725 | 冷凍 アジ開き 2枚             | 810  | 810     |
|   | 1726 | 〃 ダブル 2枚×2             | 1539 | 1539    |
| 4p  | 1727 | 冷凍 ひと塩サワラ切身 3切         | 713  | 713     |

| 品番   | 品名   | 規格                         | 価格(税込み) | ポイント |
|------|------|----------------------------|---------|------|
| ▽惣菜▽ |      |                            |         |      |
|      | 1751 | 冷凍 まぐろつみれ 200g(10ヶ)        | 545     |      |
|      | 1752 | 冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん 160g        | 454     |      |
|      | 1753 | 冷凍 日本のやさしいアジフライ 50g×4      | 778     | 4p   |
|      | 1754 | 冷凍 揚げるだけ!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     |      |
|      | 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     |      |



**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 **4p**  
**アジフライ 50g×4 778円**  
 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、コショウ白、小麦たん白)



**月1登場**  
**口いっぱい広がる牡蠣の芳醇な香り**  
 [1618] 冷凍蒸し **5p**  
**かき 70g 875円**  
 宮城県で水揚げされたばかりの新鮮なかき貝を旨みを閉じ込めるスチームボイル加工。解凍後、そのままお召し上がりいただけます。もみじおろし・レモン・ポン酢などをつけるのもおすすめです。



[1602] 冷凍三陸水産の **5p**  
**辛子明太子 80g 1010円**  
 鰹節、昆布の豊かな風味をお楽しみください。



[1616] 冷凍マグロスベア **4p**  
**リブ 500g 680円**  
 1尾のマグロからわずか2%! 貴重なカマの分です。塩焼きや煮付けに



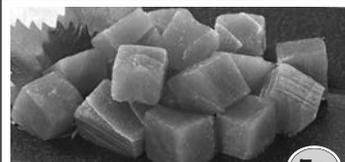
[1805] 冷凍寿司はね焼のり **4p**  
**全形10枚 734円**  
 味・香りの良い有明産の上質海苔を使用した焼きのり



[1623] 冷凍直火炭焼きかつおたたき **6p**  
**1本(ハーフカット) 1285円**  
 鹿児島県枕崎産/のぼりかつおなのであっさりとした味



[1620] 冷凍天然さくらます切身 **4p**  
**2切 705 794円**  
 桜色の綺麗なきめ細かい身質。口当たりしっとりやわらか。



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



[1728] 冷凍シマホッケ開き **4p**  
**2枚 794円**  
 アメリカ産/ほどよい塩加減で身離れが良く、脂が溢れます。



[1621] 冷凍お刺身松いか **5p**  
**1枚 956円**  
 アルゼンチン産。そうめん風のお刺身に加工。ねっとりとした食感。

## 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  |    |
| 1804                       | 海藻サラダ             | 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  | 734  | 4p |
| 1806                       | 焼ききざみ海苔           | 20g    | 605  |    |
| 1807                       | おにぎり用焼き海苔2ツ切10枚×3 |        | 1501 |    |
| 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  |    |
| 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  | 2p |



**とろろのような粘りがおいしい**  
 [1812] 冷凍生芽かぶとろろ **2p**  
**100g 265円**  
 新鮮なわかめの「めかぶ」と呼ばれる根の部分を生芽から刻んだものです。とろろのような粘り気があります。解凍後、醤油などで味付けをして、アツアツご飯にかけてお召し上がりください。



**芽かぶの湯豆腐**  
 湯豆腐にトッピングすると、とろみ効いて、さらにあつまる  
 [0514]木綿豆腐 **350g 243円**  
 [0525] 国産有機国木綿豆腐 **330g 275円**



昔懐かしいカレーそば。  
レンジ通りに作るも良しですが...  
昨日の残ったカレーや、  
レトルトカレーを使っても美味!!  
**カレーそば**

作り方...①有機だしつゆを2倍に希釈し、煮立て、油揚げは縦半分に切り1cm幅に切る。長ねぎは斜め薄切り。豚肉を小さく切ったものを加え、火を通す。②カレー粉、醤油、みりん、砂糖で味を調え、水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。③そばは茹でて水にさらし、水洗いしてどんぶりに盛り、②を注いで出来上がり。

**金子製麺**

**足柄古式生そば**

おいしさの決め手は、北海道のそばの産地幌加内産のそば粉と、国産小麦農林61号自家製粉です。あとは天然塩と水のみ。

職人の水まわしにこだわった伝統の技が、そば本来の味と香りを引き出します。

**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、金子製麺独自の方法で自然乾燥しました。



| 品番         | 品名       | 規格      | 価格(税込み) | ポイント |
|------------|----------|---------|---------|------|
| 2419       | 究極そば     | 200g    | 535     |      |
| 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     |      |
| 2424       | みそらーめん   | 101g×4袋 | 799     |      |
| 2425       | とんこつらーめん | 103g×4袋 | 842     |      |



ソフトな食感の国内産ロングパスタは、和風パスタにぴったりです。

**和風パスタ**

作り方...①チンゲン菜は5mm幅、ウィンナーは斜め薄切り、ニンニク・玉ねぎは薄くスライスする。②鍋でパスタを表示時間より1分短く固めにゆでる。③フライパンにオリーブ油とニンニクを弱火で炒め、玉ねぎを入れてしんなりするまで炒め、ウィンナー・チンゲン菜を入れて炒め、塩、コショウで下味をつける。④パスタを入れて、野菜が絡まったら醤油を入れて、塩、コショウや白こしょうで味を調える。皿に盛り、海苔をかけて出来上がり。

**桜井食品 ロングパスタ**

北海道で契約栽培されたキタホナミ小麦を100%を使用して作りました。ゆで上がりはソフトな感じの麺に仕上がります。太さ約1.8mm ゆで時間は約11~12分。原材料...北海道産契約栽培小麦粉・小麦グルテン



▽パスタ▽

|      |                       |      |     |    |
|------|-----------------------|------|-----|----|
| 2426 | 国内産ロングパスタ             | 300g | 432 | 2p |
| 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 |    |
| 2430 | DeLucaオーガニックパスタフジッリ   | 500g | 622 |    |

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

**麺類**

▽生麺▽

|       |      |               |        |     |
|-------|------|---------------|--------|-----|
| 隔週    | 2401 | 季穂(きほ)長ほうとう   | 240g   | 292 |
| 2p 隔週 | 2402 | 足柄古式生そば       | 130g×2 | 400 |
| 隔週    | 2403 | 日本の中華麺 醤油らーめん | 2食     | 448 |
| 隔週    | 2404 | 〃 味噌          | 2食     | 486 |
| 隔週    | 2405 | 〃 塩           | 2食     | 486 |



肉、魚介、野菜の旨みを凝縮したスープに、金子製麺こだわりの中太丸麺がよくからむ。

**金子製麺 日本の中太丸麺 ちゃんぽん麺**

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中太丸麺です。

スープは豚肉・鶏肉のエキスをベースに、魚介の旨みを加えたクリーミーでコクのあるオリジナルの無添加スープです。このスープに、野菜や海鮮、肉などの具材をたっぷり入れて麺を煮込めば、ヘルシーで栄養満点です。

原材料...麺【小麦粉、食塩、デンプン、かんすい】スープ【肉エキス(ポークエキス、チキンエキス)、豚脂、食塩、砂糖、酵母エキス

|       |      |                      |  |     |
|-------|------|----------------------|--|-----|
| 3p 月1 | 2406 | 〃 ちゃんぽん麺 スープ付 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 | 生スパゲッティ 卵 150g×2食    |  | 335 |

**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。

原材料...小麦粉(香川産)、食塩



▽冷凍麺▽

|    |      |          |                              |                    |
|----|------|----------|------------------------------|--------------------|
| 2p | 2410 | 練 さぬきうどん | 200g×3                       | 410                |
|    | 2411 | 〃 ダブル    | 上記2p                         | 788 <del>828</del> |
|    | 2412 | 練 十割生そば  | 130g×2                       | 594                |
|    | 2413 | 〃 ダブル    | 上記2p, 1,129 <del>キ1188</del> |                    |

▽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 |

鰹節屋の鰹削り 新丸正



おすすめは、お好み焼きのトッピングに！  
鰹荒節を平らに薄く削ってあります。  
原材料：かつおぶし(焼津産)



原材料：鰹枯本節  
農林水産大臣賞の受賞  
新丸正の自信作！  
口に入れる瞬間に溶けて  
広がる芳醇な香りと  
サクサクとした食感を  
お楽しみいただけます。

**だし類**

▽昆布▽

|      |      |      |       |
|------|------|------|-------|
| 2501 | 日高昆布 | 200g | 1,534 |
| 2502 | 結び昆布 | 150g | 524   |

▽煮干し▽

|      |         |      |     |
|------|---------|------|-----|
| 2503 | 天日三陸煮干し | 100g | 972 |
|------|---------|------|-----|

▽削りぶし▽

|      |               |       |     |    |
|------|---------------|-------|-----|----|
| 2504 | 鰹平削り(花カツオ)    | 40g   | 405 | 2p |
| 2505 | 削り節パック「ふぶき」   | 4g×10 | 670 | 4p |
| 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 |
|------|-------------|--------|-----|

【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。】

| ポイント | 品番     | 品名            | 規格    | 価格(税込み) |
|------|--------|---------------|-------|---------|
|      | 2511   | チキンコンソメ       | 10g×8 | 540     |
|      | ▽干し椎茸▽ |               |       |         |
|      | 2512   | 干しいいたけ・どんこ(大) | 45g   | 994     |

**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)



**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        |
| 2p | 2007 | <b>片栗粉</b>      | <b>200g</b> | <b>281</b> |
|    | 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        |



海の精レシピ。  
**豆のスープ**

材料…大豆1/4カップ、水+海の精(つけ水)4カップ+小さじ1/2、昆布5cm、海の精小さじ1と1/2

作り方…①大豆を4カップの塩水に1晩浸ける。②浸け水ごと火にかけて、昆布と一緒に柔らかくなるまで煮て、好みの野菜と海の精小さじ1と1/2を加えてスープに仕上げる。



▽豆▽

|    |        |                  |             |            |
|----|--------|------------------|-------------|------------|
| 2p | 2011   | <b>有機大豆(岩手産)</b> | <b>300g</b> | <b>281</b> |
|    | ▽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        |
|    | 2018   | 無双 練り胡麻 白        | 210g        | 799        |

**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   |

| 品番   | 品名                   | 規格    | 価格(税込み) | ポイント |
|------|----------------------|-------|---------|------|
| 1905 | 国産はるさめ               | 50g   | 157     |      |
| 1906 | 国内産・くずきり(本葛+馬鈴薯でんぷん) | 100g  | 464     |      |
| 1907 | 北海道産全粒粉小麦使用くるまふ      | 6枚    | 475     |      |
| 1908 | やしきふ                 | 40g   | 292     |      |
| 1909 | おつゆふ                 | 1袋30g | 292     |      |



甘酒を使用したイチゴの優しい味のデザートです。  
自然な甘味・旨味で、  
上品でコクのある仕上がりに。

**甘酒いちごみるく寒天**

作り方…①糸寒天8gは、サッと洗って3~4cmに切り、30分程度水に浸しておく。②いちご半パックは、ヘタをとり、食べやすい大きさに切って、器や型に広げておく。③小鍋に(甘酒250g、牛乳250ml、水を切った寒天、砂糖大さじ1と1/2)を入れて、弱火で寒天が溶けるまで、泡立て器でよく混ぜる。④沸騰直前で火を止めて、さらに2~3分かき混ぜる。⑤粗熱を取り、いちごを広げた上から静かに流し入れて、冷蔵庫で冷やし固める。

[0301] いちご 200g 626円



|    |        |                |            |            |    |
|----|--------|----------------|------------|------------|----|
|    | 1910   | <b>糸寒天(国産)</b> | <b>30g</b> | <b>616</b> | 3p |
|    | ▽素材・缶▽ |                |            |            |    |
|    | 1911   | とうもろこし缶(ホルカ-礼) | 180g×3     | 778        |    |
|    | 1912   | 朝掘たけのこ水煮ブロック   | 200g       | 702        |    |
| 終売 | ****   | 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        |    |



**防災特集**  
保存食におすすり



千葉県直サービス 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、喜界島産き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)



|      |         |                   |             |               |                   |
|------|---------|-------------------|-------------|---------------|-------------------|
|      | 1916    | <b>ミニとろイワシ・味付</b> | <b>100g</b> | <b>378</b>    | 2p                |
| SPOT | 1925    | <b>" ×5セット</b>    | <b>上記5p</b> | <b>1,796円</b> | <del>4,899円</del> |
|      | 1917    | とろイワシ水煮           | 150g        | 497           |                   |
|      | 1918    | オイルサーディン          | 100g        | 443           |                   |
|      | ▽こんにゃく▽ |                   |             |               |                   |
|      | 1919    | 一穂のこんにゃく          | 300g        | 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           |                   |

**加工でんぷん、ベーキングパウダー不使用**

有機天ぷら粉  
有機小麦粉・国内産片栗粉、天塩など厳選した原材料で作った天ぷら粉です。  
原材料…有機小麦粉、卵白粉、でんぷん、食塩



**スパイスは井上スパイス調合  
有機からあげ粉**

有機小麦粉・国産米粉に7種の香辛料を程よくブレンドしました。  
原材料…有機小麦粉、有機米粉、食塩、有機混合香辛料

SPOT [2019] 有機天ぷら粉 300g 594円 3p  
SPOT [2020] 有機からあげ粉 100g 421円 2p

| 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 |
|----|----|----|---------|------|
|----|----|----|---------|------|

**長野** **土地に根ざした**  
**ワインの質、価値を追求**

二番搾りにより  
醸し出された  
ぶどうの個性

昭和8年に創業以来、長野・桔梗ヶ原一帯でのブドウの栽培、収穫を背景に、醸造から瓶詰めまで一貫して行うワイナリーです

**酒** **いづつプレスラン(料理用ワイン)** **各5p**

720ml 各1023円

[2145] 赤 [2146] 白

葡萄を圧搾機にかけて最初に自然に流れ出す葡萄果汁が「フリーラン」。その後再度圧搾機にかけて搾り出した果汁が「プレスラン」です



**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  |
| 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  |    |
| ▽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  |    |
| 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 | 5p |
| 酒 2146 | 〃 白                | 720ml | 1023 | 5p |

▽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 |
| 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  | 5p |
| 2159 | 菜種サラダ油(丸缶)           | 800g | 1642 |    |
| 2160 | 国産なたね油               | 450g | 918  |    |
| 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 | パレスチナの有機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 |
| ***** | キムチ鍋スープ      |        | 終売  |
| ***** | 香り高いごま豆乳鍋スープ | 600g   | 終売  |
| 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 |

▽大ビン・大缶▽ **4週に1度掲載**

|        |              |        |      |
|--------|--------------|--------|------|
| 2181   | 国産なたねサラダ油PET | 910g   | 1296 |
| 酒 2182 | 特選蔵の素(料理酒)   | 1800ml | 2484 |
| 酒 2183 | 有機 三州味醂      | 1800ml | 3564 |

| ポイント | 品番         | 品名                 | 規格           | 価格(税込み)    |
|------|------------|--------------------|--------------|------------|
|      | ▽ソース類▽     |                    |              |            |
|      | 2201       | 有機ウスターソース          | 250ml        | 454        |
|      | 2202       | 有機中濃ソース            | 250ml        | 454        |
|      | 2203       | 職人の夢・有機中濃ソース       | 200ml        | 540        |
|      | 2204       | 有機濃厚ソース            | 250ml        | 454        |
| 2p   | 2205       | <b>お好みソース</b>      | <b>360ml</b> | <b>421</b> |
|      | 2206       | やきそばソース            | 290g         | 454        |
|      | 2207       | オイスターソース           | 115g         | 486        |
|      | ▽たれ類▽      |                    |              |            |
|      | 2208       | 焼き肉のたれ             | 350g         | 680        |
|      | 2209       | 麻婆の素(瓶)            | 225g         | 454        |
|      | 2210       | 有機麻婆の素             | 100g         | 281        |
|      | 2211       | 有機回鍋肉の素            | 100g         | 281        |
|      | 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       | <b>有機トマト缶・ホール</b>  | <b>400g</b>  | <b>324</b> |
|      | 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        |
| 3p   | 2224       | <b>果実の恵みドレッシング</b> | <b>200ml</b> | <b>443</b> |
|      | 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       | にんじんドレッシング         | 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       | <b>奄美カレー中辛</b>           | <b>180g</b> | <b>486</b> | <b>3p</b> |
| 2303       | <b>奄美カレー甘口</b>           | <b>180g</b> | <b>486</b> | <b>3p</b> |
| 2304       | カレースパイセットレギュラー           | 5~6皿分       | 508        |           |
| 2305       | 〃 ハード                    | 5~6皿分       | 648        |           |
| 2306       | タンドゥリーチキン用スパイス11g(5~6人用) |             | 432        |           |
| 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       | <b>七味</b>                | <b>15g</b>  | <b>616</b> | <b>3p</b> |
| 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       | <b>有機生姜末・ピン</b>          | <b>40g</b>  | <b>756</b> | <b>4p</b> |
| 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        | <b>2p</b> |
| ▽乾燥ハーブ▽    |                          |             |            |           |
| 2327       | 乾燥バジル                    | 4g          | 589        |           |
| 2328       | <b>乾燥ローズマリー</b>          | <b>4g</b>   | <b>589</b> | <b>3p</b> |
| 2329       | 唐辛子                      | 5g          | 281        |           |
| 2330       | 乾燥ローリエ                   | 3g          | 589        |           |



植物性素材100%のパスタソース



[2231] PASTA SAUCE  
きのこ豆乳クリーム 120g 356円

国産大豆100%の豆乳と国産きのこの、クリーム状の深いコクと香りの味わい。豆乳(大豆(国産))、なたね油、エノキタケ、しめじ、オニオンソテー、米でん粉、米みそ、食塩、砂糖、もち米粉、にんにく、黒こしょう



[2232] PASTA SAUCE  
ポロネーゼ 120g 356円

国産大豆100%の大豆ミートと国産野菜を煮込んだ。コクのある味わい。野菜(トマト、たまねぎ、にんじん、セロリ)(国産)、トマトペースト、なたね油、大豆加工品、しょうゆ(小麦を含む)、エノキタケ、砂糖、調合みそ、米でん粉、にんにく、食塩、ワイン、黒こしょう

国産わさび使用



[2326] 旨味本来  
生おろしわさびチューブ  
40g 356円

ツンとした辛みのきいた西洋わさびに、すがすがしい香りの本わさびをブレンドしました。水あめ、西洋わさび、本わさび、食塩、なたね油(遺伝子組換えでない)、植物繊維(じゃがいも:遺伝子組換えでない)、りんご酢/香辛料抽出物



野菜を切って漬けるだけ

[2176] 富士ピクル酢  
360ml 756円

お好みの生野菜を切ってジッパー付き保存袋に入れ、その1/3量の「富士ピクル酢」に漬ける。冷蔵庫で1日経てば食べごろです。塩もみや下ゆでは不要です。米酢、粗糖、食塩、ドライトマト、香辛料

[2135] 弓削多  
有機だしつゆ  
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

[2205] お好みソース  
360ml 421円



甘口で、酸味と塩分を控えめにしました。有機野菜・果実、砂糖、醸造酢、食塩、でんぷん、醤油、魚醤(いかを含む)、香辛料、こんぶ、しいたけ

[2224] 果実の恵み  
ドレッシング  
200ml 443円



有機果実の自然の甘みと酸味を閉じこめたフレッシュタイプのドレッシング

[2317] 七味  
15g 616円



ほんの少いで料理の味がひきたちます。唐辛子、金胡麻、山椒、すじ青のり、チンピ、おの実、けしの実

[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

[2158] 国産なたねサラダ油  
450g 972円



北海道滝川産業種の圧搾一番搾りを、薬品を使用せず精製食用なたね油(遺伝子組換えでない)

奄美カレー  
各180g 486円



[2302] 中辛 [2303] 甘口  
奄美大島の生ウコンをたっぷり使用

[2324] 有機生姜末  
ピン 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)

[2328] 乾燥ローズマリー  
4g 589円



自家農園で有機栽培したハーブを自然乾燥



**ごまあん・くるみあん・つぶあんを  
三色の生地で包みました**

芽吹き屋 三色だんご  
3色のだんごを1本の串にまとめました。どの色のだんごも一粒ずつ材料と味わいが異なります。  
黄：にんじん団子(中は黒ごまあん)、白：定番団子(中はくるみ入りの白あん)、  
緑：よもぎ団子(中は小豆あん)と、生地に野菜をたっぷりりと含んだ野菜だんごです。



原材料…うるち米(上新粉/国産)、砂糖、いんげん豆、小豆、くるみ、黒ごま、人参、よもぎ、麦芽水飴、みそ、小麦、塩、山芋、馬鈴薯澱粉

| 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

|      |    |              |         |     |
|------|----|--------------|---------|-----|
| 2807 | 冷蔵 | 牧場ミルクアイス     | 110ml×2 | 691 |
| 2808 | 冷蔵 | はちみつバニラアイス   | 110ml×2 | 691 |
| 2809 | 冷蔵 | ミルクコーヒーアイス   | 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▽

|    |      |    |                |             |     |
|----|------|----|----------------|-------------|-----|
| 3p | 2812 | 冷蔵 | 三色だんご          | 4本          | 572 |
| 3p | 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 |
| 終売 | **** |    | 庄内干し柿          | 180g (5~6個) | 896 |
|    | 2816 |    | 有機・楽笑栗         | 125g        | 454 |
| 1p | 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 |



冬季限定

人気のフランス・ノルマンディ  
オーガニックビスケット

バタービスケット ミルクチョコレート  
1964年創業、フランス・ノルマンディの田舎町にあるビスケット・アベイ社で作られています。長年愛され続けた伝統的なレシピには、EU認定の有機発酵バターや有機小麦粉が使用され、素材のおいしさが最大限に活かされています。

オーツ麦やライスパフ・コーンフレークが入ったシリアル生地のビスケットにミルクチョコレートをコーティングしました。

原材料…小麦粉、ミルクチョコレート(砂糖、全粉乳、カカオバター、カカオマス)、砂糖、バター、菜種油、オーツフレーク、米パフ、コーンフレーク、脱脂粉乳、食塩、全卵粉末/膨張剤、バニラ粉末  
原産国…フランス



|    |      |  |                         |          |
|----|------|--|-------------------------|----------|
| 3p | 2824 |  | バタービスケット ミルクチョコレート4枚×3袋 | 540      |
| 2p | 2825 |  | 純国産北海道バタークッキー2枚×4包      | 324      |
| 2p | 2826 |  | 純国産芋けんぴ                 | 125g 280 |

| 品番     | 品名             | 規格   | 価格(税込み) | ポイント |
|--------|----------------|------|---------|------|
| 2827   | 純国産北海道2色の煎り大豆  | 62g  | 264     |      |
| ▽スナック▽ |                |      |         |      |
| 2828   | 純国産ポテトチップス・うしお | 55g  | 232     |      |
| 2829   | 純国産ポテトチップスのり塩  | 53g  | 232     |      |
| 2830   | 純国産さつま芋ちつぶ     | 115g | 238     |      |
| 2831   | 有機グリーンピースチップス  | 45g  | 298     |      |

手軽な栄養補給に！  
オーガニックフルーツ&ナッツバー  
卵・乳・小麦・砂糖不使用

「Taste of Nature (テイストオブネーチャー) は、オーガニック&高品質の原料にこだわったフルーツ&ナッツバーです。  
お腹が減ってるけれど時間がないとき、いつでもどこでも健康的にお腹を満たしてくれます。  
合成添加物・保存料は使用していません。乳製品・砂糖も不使用です。(砂糖の代わりにアガベシロップを使用しています)



[2910] OGフルーツ&ナッツバー  
3種類セット 各1(40g×3)

923 ~~972~~円

内容…アーモンド ザクロ メープル各1ヶ



|          |              |                   |     |     |    |
|----------|--------------|-------------------|-----|-----|----|
| 2832     | OGフルーツ&ナッツバー | アーモンド             | 40g | 324 | 2p |
| 2833     | OGフルーツ&ナッツバー | ザクロ               | 40g | 324 | 2p |
| 2834     | OGフルーツ&ナッツバー | メープル              | 40g | 324 | 2p |
| ▽あられ・煎餅▽ |              |                   |     |     |    |
| 2835     |              | 召しませ日本・玄米ぼん煎餅     | 7枚  | 322 |    |
| 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 |    |

醤油・ごま・のりが各2枚づつ  
本格派草加せんべい  
草加せん・ミックス

国産のうるち米の生地を丹念に焼き上げ、本醸造醤油で味付けした本格派草加せんべいです。

原材料…うるち米(国産)、胡麻、のり、本醸造醤油(大豆、小麦を含む)、麦芽糖、澱粉



|      |           |                 |     |     |    |
|------|-----------|-----------------|-----|-----|----|
| 2839 | 草加せん・ミックス | 6枚              | 443 | 3p  |    |
| 2840 | 柿の種       | 80g             | 324 |     |    |
| 価格改定 | 2841      | 無添加・山田錦せんべい袋入・塩 | 25枚 | 648 | 3p |

▽豆菓子▽

|      |           |     |     |
|------|-----------|-----|-----|
| 2842 | 黒糖くるみ     | 65g | 496 |
| 2843 | きな粉くるみ    | 65g | 496 |
| 2844 | メープルアーモンド | 40g | 561 |

▽飴▽

|      |                  |     |     |
|------|------------------|-----|-----|
| 2845 | みるく小町            | 80g | 351 |
| 2846 | しょうがあめ           | 80g | 351 |
| 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 | 3p |
|------|----------|-------|-----|----|

▽チョコレート▽

|      |                   |      |     |    |
|------|-------------------|------|-----|----|
| 2850 | 有機ミルクチョコレート       | 100g | 842 |    |
| 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 |
| 2854 | 有機ソルト&キャラメルチョコレート | 100g | 885 |    |
| 2855 | 有機ホワイトチョコレート      | 100g | 950 |    |

みんな、にっこい！安心おやつたち



SPOT

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

**[2904] 草加せん・ミックスダブル** 6枚×2 **850 ~~886~~円**



SPOT

ノースカララズ原材料をすべて北海道産に限定したバタークッキーです。

**[2905] 純国産北海道バタークッキーダブル** 2枚×4包×2 **616 ~~648~~円**



SPOT

福岡 廣八堂 鹿児島本葛に九州産の生姜を使用くず湯のなめらかさと生姜のピリリとした風味

**[2849] 本くず湯(生姜)** 23g×5 **648円**



SPOT

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

**[2906] 無添加・山田錦せんべい袋入・塩ダブル** 25枚×2 **1,257 ~~1,286~~円**



SPOT

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

**[2908] 純国産芋けんぴダブル** 125g×2 **539 ~~569~~円**



カシューナッツやクルミの食感にザクロの果汁で爽やか気分

**[2911] OGフルーツ&ナッツバーダブルザクロ** 40g×2 **622 ~~648~~円**

原材料…有機レーズン(有機ひまわり油漬)、有機ピーナッツ、有機アガベシロップ、有機ブラジルナッツ、有機ひまわりの種、有機玄米パフ、有機生薑砂糖漬、有機玄米水飴、有機ひまわり油、有機レモンオイル、寒天ジンジャー香料



アーモンドと胡麻がたっぷり！レーズンとアガベの優しい甘み

**[2912] OGフルーツ&ナッツバーダブルアーモンド** 40g×2 **622 ~~648~~円**

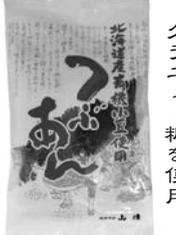
原材料…有機レーズン(有機ひまわり油漬)、有機胡麻、有機ひまわりの種、有機アーモンド、有機アガベシロップ、有機玄米パフ、有機生薑砂糖漬、有機玄米水飴、有機ひまわり油、有機レモンオイル、寒天



まるでやかな甘みと芳醇な香り。メープルシロップ味

**[2913] OGフルーツ&ナッツバーダブルメープル** 40g×2 **622 ~~648~~円**

原材料…有機ピーナッツ、有機レーズン加工品(有機レーズン、有機ひまわり油)、有機ひまわりの種、有機アガベシロップ、有機アプリコット加工品(有機アプリコット、有機米粉)、有機玄米パフ、有機アーモンド、有機玄米水飴、有機メープルシロップ、有機ひまわり油、食塩、寒天メープル香料、バニラ香料



SPOT

北海道産有機小豆を使用。風味のよいつぶあんに仕上げられています。北海道産ビート糖を使用。

**[2813] 北海道産有機小豆使用つぶあん** 200g **441円**



SPOT

ノースカララズ小麦粉とオーガニック粒小麦を配合した、北海道産小豆を使用した。

**[2907] オーガニック小麦のどらやきダブル** 1個×2 **349 ~~367~~円**



SPOT

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コレット。カカオ分約55%

**[2903] 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ンチ** 各1 80g×2 **1,683 ~~1,771~~円**



SPOT

第3世界ショップ原料を使用せず、オーツ麦粉を練りこんだ植物性チョココレット。カカオ分約55%

**[2902] ナチュラルチョコレート・スイート&ホワイトセット** 各1 60g×2 **1,048 ~~1,089~~円**



SPOT

チョコレートと相性が良いヘーゼルナッツが、贅沢に入っています。ミルクチョコです。カカオ分約38%

**[2901] 有機ヘーゼルナッツチョコレート&有機カカオ71%チョコレート** 各1 100g×2 **1,781 ~~1,836~~円**



SPOT

第3世界ショップカカオ本来の香りと苦み、コクが上品に広がるハイカカオチョコレート。カカオ分71%

**[2902] ナチュラルチョコレート・スイート&ホワイトセット** 各1 60g×2 **1,048 ~~1,089~~円**



SPOT

カカオ含有率約53%の香り豊かな上品な甘さのスイートチョコレート。

**[2902] ナチュラルチョコレート・スイート&ホワイトセット** 各1 60g×2 **1,048 ~~1,089~~円**



SPOT

安心素材のナチュラルチョコレート。ミルクのコクを引き出した、ホワイトチョコレート。

**[2902] ナチュラルチョコレート・スイート&ホワイトセット** 各1 60g×2 **1,048 ~~1,089~~円**

| ポイント | 品番   | 品名                   | 規格   | 価格(税込み) |
|------|------|----------------------|------|---------|
|      | 2856 | 有機カカオニブチョコレート        | 100g | 885     |
|      | 2857 | 有機ウィンターチョコレート        | 100g | 993     |
|      | 2858 | 有機オレンジピーターチョコレート     | 50g  | 518     |
|      | 2859 | 有機カカオ80%チョコレート       | 50g  | 518     |
| 5p   | 2860 | 有機オーツチョコレート オリジナル    | 80g  | 885     |
| 5p   | 2861 | 有機オーツチョコレート ヘーゼルクランチ | 80g  | 885     |
|      | 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     |
|      | 2864 | 塩チョコ×カシュー            | 35g  | 529     |
|      | 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×パイン×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 ピター      | 60g  | 540     |

| 品番   | 品名               | 規格  | 価格(税込み) | ポイント |
|------|------------------|-----|---------|------|
| 2872 | ナチュラルチョコレート スイート | 60g | 540     | 3p   |
| 2873 | ナチュラルチョコレート ホワイト | 60g | 540     | 3p   |
| 2874 | ナチュラルチョコレート 抹茶   | 60g | 540     |      |
| 2875 | ナチュラルチョコレート きな粉  | 60g | 540     |      |

**新物2024年産新豆です！**

農業・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生を煎りたてでパックしました。限定生産品です。

むき実は、程よい塩味をつけ、食べやすいむき実のピーナッツに致しました。

使用品種は【ナカテユカ】と【Qなっつ】、香ばしく甘みのある人気の品種です。



干菓の落花生

| 三里塚物産 月1    | 翌々調配送品 | 価格(税込み) | ポイント |
|-------------|--------|---------|------|
| 5411 殻付落花生  | 180g   | 1,145   | 6p   |
| 5412 落花生むき実 | 180g   | 1,177   | 6p   |

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

**梅醤番茶に** 梅醤番茶は、おばあちゃんの知恵からくる、日本人には欠かせない健康茶です。梅干、醤油、生姜、といった伝統食材と熟成させた番茶が体のすみずみまでポカポカしてくれます。

**[2607] 有機 無双番茶**  
(ティーバッグ) 5g×40 **1242円** 6p

熟成による旨みと丁寧に焙じた香ばしさと艶のある色合い

■急須に1パック入れ、沸騰したお湯を注いで、1分ほどおいてお飲みください。

■やかんでお湯が沸騰したら、1ℓにつき1パック入れて約5分ほど煮出してください。



**梅醤番茶の作り方**

梅干し1個 醤油大さじ1 無双番茶 生姜汁2滴

①中くらいの梅干し一個を種を取り、湯のみ茶碗に入れて突き砕く。 ②醤油を入れて練る。 ③生姜のおろし汁を落とし、熱い番茶を八分目ほど注いでかき混ぜる。

※空腹時に服用してください。

※味の濃さは美味しく感じるように各自調節してください。

※小さなお子様には4~5倍に薄めたものを少量与えてください。



**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                  |
|      | 2603      | 有機玄米茶            | 180g     | 632                  |
|      | 2604      | 有機番茶             | 200g     | 540                  |
|      | 2605      | 有機茎茶             | 200g     | 864                  |
|      | 2606      | 有機ほうじ茶           | 180g     | 583                  |
| 6p   | 2607      | 有機無双番茶(ティーバッグ)   | 5g×40    | 1242                 |
|      | 2608      | 国産有機さらつや美人番茶     | 500ml    | 194                  |
|      | 2609      | " 箱              | 500ml×24 | 4572 <del>4666</del> |
|      | 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      | たんぽぽコーヒーカップ用     | 2g×20    | 1296                 |
|      | 2613      | アイリーミント          | 5g       | 659                  |
|      | 2614      | カモミールウィンド        | 5g       | 729                  |
| 4p   | 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                 |
|      | 2619      | なたまめっ茶           | 3g×10    | 1166                 |
|      | 2620      | あずき美人茶           | 500ml    | 216                  |
|      | 2621      | " 箱              | 500ml×24 | 4977 <del>5184</del> |

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

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

|              |                        |          |      |    |
|--------------|------------------------|----------|------|----|
| ▽ココア▽        |                        |          |      |    |
| 2629         | ココア                    | 110g     | 648  |    |
| ▽コーヒー▽       |                        |          |      |    |
| 2630         | パロ・ブランココヒー(豆)          | 150g     | 972  |    |
| 2631         | 〃                      | (粉) 150g | 972  |    |
| 2632         | サンタ・フェリサ(豆)            | 150g     | 972  |    |
| 2633         | 〃                      | (粉) 150g | 972  |    |
| 2634         | オーガニックソフトブレンド(豆)       | 150g     | 815  | 4p |
| 2635         | "                      | (粉) 150g | 815  | 4p |
| ▽ドリッパック▽     |                        |          |      |    |
| 2636         | 有機ドリッパック               | 8g×10    | 821  | 4p |
| 2637         | 簡単カフェパック               | 15g×6    | 702  |    |
| 2638         | 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▽ |                        |          |      |    |
| 2639         | Cafe(カフェインレス)          | 75g      | 1674 |    |
| 2640         | 〃                      | 詰替 60g   | 1188 |    |
| ▽コーヒーフィルター▽  |                        |          |      |    |
| 2641         | 無漂白コーヒーフィルター102(3~4人用) | 100枚     | 432  |    |

| 品番              | 品名     | 規格         | 価格(税込み) | ポイント |
|-----------------|--------|------------|---------|------|
| ▽ミネラルウォーター(軟水)▽ |        |            |         |      |
| 2642            | 神泉水    | 2ℓ         | 367     | 2p   |
| 2643            | "      | 箱 2ℓ×6     | 2095    | 10p  |
| 2644            | "      | 500ml×12   | 2279    | 11p  |
| 2645            | "      | 箱 500ml×24 | 4558    | 22p  |
| 2646            | あづみ野湧水 | 2ℓ         | 221     |      |
| 2647            | 〃      | 箱 2ℓ×6     | 1301    |      |

**花崗岩に磨かれ やわらかい口当たり ナチュラルミネラルウォーター\***

神泉水  
秩父山系の湧水

[2642] 2L **367円** 2p

[2643] 〃 箱 2L×6本 **2095円** 10p

[2644] 500ml×12本 **2279円** 11p

[2645] 〃 箱 500ml×24本 **4558円** 22p

\*地中でミネラル分が溶解した地下水で、沈澱、ろ過、加熱殺菌以外の処理をしていないもの

**有機ドリッパック** 4p  
[2636] 8g×10 **821円**

**SPOFF** [2662] 〃ダブル  
上記2P **1576円** ~~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

[2623] 農薬を使わずに育てた紅茶 ケニア(ティーバッグ) **20袋 324円** 2p

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

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

### 甘酒・豆乳・しょうが湯

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

### ジュース・シロップ

#### ▽缶ジュース▽

|    |      |                 |         |      |
|----|------|-----------------|---------|------|
|    | 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  |
| 5p | 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 | 〃 無塩            | 190g×6  | 907  |
| 5p | 3007 | 野菜ジュース 有塩       | 190g×6  | 907  |
|    | 3008 | 〃 無塩            | 190g×6  | 907  |
|    | 3009 | 国産有機野菜ジュース      | 125ml×6 | 1102 |
|    | 3010 | 有機にんじんジュース      | 160g×6  | 1199 |
|    | 3011 | 有機野菜飲むならこれ      | 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  |
| 5p | 3014 | みかんサイダー+レモン     | 250ml×6 | 972  |
|    | 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  |

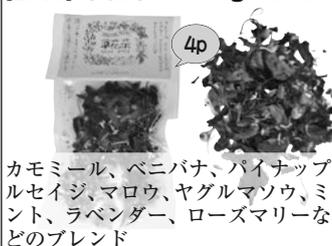
#### オーガニックソフトブレンド

[2634] 豆150g 815円  
[2635] 粉150g 815円



生産者協同組合から直接輸入されたフェアトレード商品

[2615] 草花茶 5g 864円



[2617] 有機栽培ルイボス茶 3.5g×50 2484円



使いやすいティーバッグ。10分煮出してどうぞ

[3021] フルーツビネガー 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。有機リンゴ果汁、有機りんご酢

ケースでお得!

野菜ジュース 有塩 5p

[3007] 190g×6 907円  
[3024] 箱 190g×30 4445 ~~4535~~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

有機ぶどうジュース 5p

[3004] 160g×6 1037円  
[3023] 160g×30 5080 ~~5135~~円

有機赤ぶどう果汁と有機白ぶどう果汁をブレンド。すっきりとした味わい

みかんサイダー+レモン 5p

[3014] 250ml×6 972円  
[3025] 箱 250ml×30 4763 ~~4888~~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) |
|----|----|----|---------|
|----|----|----|---------|

|      |                   |        |        |
|------|-------------------|--------|--------|
| 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

低温抽出なので  
有用成分がそのまま

[2710] E-SAN (イワシ油) 24p  
150粒 5184円

日本近海で水揚げされた新鮮なカタクチイワシから、遠心分離機で魚油を取り出しだしています。天然の青魚に含まれる有用成分もそのまま残っています



1日5~15粒を目安にお召しあがりください

低温抽出魚油は、抽出直後から食用可能です。一般的な魚油を食用可能にするために行う、高温加熱や薬品添加といった化学処理をしていません。このため、トランス脂肪酸も発生せず、一般的な魚油で失われる天然の青魚に含まれる有用成分もそのまま残っています

**DHA** ドコサヘキサエン酸/n-3系多価不飽和脂肪酸。悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やしてくれる作用が期待できる

**EPA** エイコサペンタエン酸/n-3系多価不飽和脂肪酸。血栓ができるのを予防してくれる効果や、コレステロール低下作用などからも、多くの生活習慣病予防に役立つことが期待されている

#### 天然のサプリメント

[2716] 国産有機黒にんにく 7p  
120g 1449円

二段熟成機による特殊加工技術により、濃密な甘さと食べた後にえぐみが残りません。

そのまま召し上がる他、ドライフルーツ感覚で、ヨーグルトなどと混ぜても



#### 身体を温める手当て法に

[2714] 生姜・番茶入り梅醤 8p  
250g 1620円

梅醤に有機番茶、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醤番茶がお召し上がりいただけます。梅醤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▽

|      |                      |       |      |
|------|----------------------|-------|------|
| 2704 | 有機青汁粉末タイプ            | 3g×30 | 3498 |
| 2705 | 有機雲南田七人參 顆粒          | 2g×30 | 9720 |
| 2706 | 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▽

|      |               |       |          |
|------|---------------|-------|----------|
| 2707 | はなどおり(カプセル)   | 90粒   | 2592     |
| 2708 | 梅ぼしさん         | 10.8g | 540      |
| 2709 | 青い瞳 BLUE EYES | 120粒  | 8424     |
| 2710 | E-SAN (イワシ油)  | 150粒  | 5184 24p |
| 2711 | ギンコロイドF       | 120粒  | 4536     |
| 2712 | オイスターFゴールド    | 2粒×30 | 7560     |
| 2713 | 有機梅醤 陽寿       | 250g  | 2052     |
| 2714 | 生姜・番茶入り梅醤     | 250g  | 1620 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 7p  |

春の訪れとともにやってくる花粉シーズン

肌に着した花粉が刺激となって、

肌荒れをおこすケースも少なくないようです。

まずは帰宅後に洗顔をして、お肌に付着した花粉や汚れをしっかりと洗い流しましょう。その際には、少ない泡でゴシゴシ洗うのではなく、たくさんの泡でやさしく洗ってあげるのがポイントです。



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

お肌になじみやすいオレイン酸を多く含む、オリーブオイルから生まれた洗顔料です。

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。

○森林のような乳香のほのかな香り。

◆シェービング用としてもお使いいただけます。

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

爽やか すっきり！  
口内を浄化し、口臭を防ぎます。  
ナチュロン お口すっきりハーブ



ハーブエキスと精油が口中を浄化し、口臭を防ぎ、気分をリフレッシュします。お口がピリピリしない低刺激タイプです。合成の殺菌剤や界面活性剤を使用していません。

コップに飲用水(約20ml)を入れ、本品を5~10滴入れあと、お口を含み、20秒ほどお口をすすいでから、はきだして下さい。

全成分…エタノール、水(溶剤)、セージエキス、クマザサエキス、チャエキス(矯味剤)、スペアミント油、ハッカ油、ユーカリ油、ニュウコウジュ油(清涼剤)

| 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      | ボックス洗濯用石けんソフト      | 1200ml | 1,210 |       |
| 3104      | 〃 詰替用              | 1000ml | 825   |       |
| 3105      | 〃 詰替用(大)           | 4000ml | 3,245 |       |
| 3106      | ボックスベビー洗濯せっけん      | 1200ml | 990   |       |
| 3107      | 〃 詰替用              | 1000ml | 638   |       |
| 3108      | ボックス衣類のリンス         | 600ml  | 935   |       |
| 3109      | 〃 詰替用              | 550ml  | 550   |       |
| ▽台所用▽     |                    |        |       |       |
| 3110      | 200番(液体)           | 800ml  | 550   |       |
| 3111      | 〃 詰替用              | 2300ml | 1,430 |       |
| 3112      | ナチュロン400番(液体)      | 500ml  | 550   |       |
| 3113      | 〃 詰替用              | 900ml  | 858   |       |
| 3114      | 台所用液体せっけんおれんじ      | 300ml  | 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   |       |
| ▽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 |       |

| 品番          | 品名                     | 規格    | 価格(税込み) | ポイント |
|-------------|------------------------|-------|---------|------|
| ▽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        | ボックスオリーフェイスフォーム        | 150ml | 968     | 5p   |
| 3137        | 〃 詰替用                  | 140ml | 726     | 4p   |
| ▽ハンドソープ▽    |                        |       |         |      |
| 3138        | ナチュロンハンドソープ            | 260ml | 572     |      |
| 3139        | 〃 詰替用                  | 450ml | 748     |      |
| ▽歯みがき▽      |                        |       |         |      |
| 3140        | ボックスナチュロン石けんはみがき       | 120g  | 462     |      |
| 3141        | ボックスこどもジェルはみがき         | 50g   | 330     |      |
| 3142        | ボックスナチュロンソルティール石けんはみがき | 120g  | 506     |      |
| 3143        | ボックスナチュロン緑茶石けんはみがき     | 120g  | 946     |      |
| 3144        | ボックスナチュロンジェルはみがき       | 90g   | 704     |      |
| 3145        | ソルトdeはみがき詰替用           | 25g   | 440     |      |
| ▽マウスウォッシュ▽  |                        |       |         |      |
| 3146        | お口すっきりハーブ              | 50ml  | 1,078   | 5p   |
| ▽その他▽       |                        |       |         |      |
| 3147        | 酸素系漂白剤                 | 500g  | 605     |      |

名前は「お風呂洗い」でも  
用途はいろいろ！  
お風呂や台所で大活躍  
使いやすい泡スプレー式。  
ナチュロンお風呂洗い用

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

逆にしても使える泡スプレーで隅々の汚れに対応できます。

用途：お風呂だけでなく、油汚れの気になる台所や換気扇掃除にもご使用いただけます。また、衣類のえり、袖口の部分洗いなど幅広く応用できます。直接吹き付けてからもみ洗った後、洗濯機で洗ってください。※色柄物は使用しないでください。

成分…純石けん分(10% 脂肪酸カリウム)、オレンジオイル



ナチュロンお風呂洗い用との併用がおすすめ  
ナチュロンお風呂洗い用スポンジ

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

|      |               |       |     |    |
|------|---------------|-------|-----|----|
| 3148 | ナチュロンお風呂洗い用   | 500ml | 748 | 4p |
| 3149 | 〃 詰替用         | 450ml | 495 | 3p |
| 3150 | ナチュロントイレ洗い石けん | 400ml | 638 |    |
| 3151 | 〃 詰替用         | 350ml | 385 |    |

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

### シコン(紫根)とオリーブオイル配合

スキンケアに有用な植物とし近年注目を集めている「紫根(シコン)」。和漢植物のシコンは1,500年以上前から生活に使用されてきた植物で、お肌のハリや弾力に関わるうれしいパワーが注目されています。

さらに、オリーブオイルは、人のは皮脂成分に似ているため、肌になじみやすくサラッとした保湿効果があります。

### ほんのり赤色のリップクリーム 日本オリーブ オリーブシコニールリップS

くちびるの乾燥やあれを防ぎ、保護します。  
くちびるに潤いやツヤを与えます。

保湿成分オリーブオイルや紫根エキスなど植物由来成分配合。ムラサキ由来の赤い色がほんのりつきます。化学的な着色料は使用していません。

○無香料



### 乾燥を感じたときに 日本オリーブ

### シコニール 薬用スキンケア

天然保湿成分オリーブオイル、シコンエキス配合の薬用クリームです。さらっとのびてべたつかず、お肌の乾燥を防いで、しっとりすこやかに保護します。

しもやけ・ひび・あかぎれを防ぎます。肌あれ・あれ性に。

お顔や身体にお使いください。顔そり・ひげそりの後にもやさしくお使いいただけます。

○無香料。



## 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



毎日の紫外線から  
繊細な肌を守りたい貴女へ  
石けんで洗い落とせませ  
パックスナチュロン UVクリーム  
SPF30 / PA++

100%自然由来原料使用。  
紫外線吸収剤、合成界面活性剤を使わず、石けんで乳化したシンプルなクリームです。  
お化粧の下地としてもお使いいただけます。  
シア脂・カミツレ花エキス(保湿)配合。



Q石けん乳化でつくられたクリームと聞きましたが、  
素肌に石けん分がついていても大丈夫ですか？

⇒A クリーム類に使用している微量の石けん分は、洗顔、洗濯に使われる普通の石けんとは濃度も性質も異なり、水と油を乳化する能力を持っていますが、体温前後では洗浄能力はありません。また、先につけた化粧水や汗ですぐに油脂(脂肪酸)になるため、皮膚刺激にはなりません。

### ▽日焼け止め▽

6p 3206 パックスナチュロンUVクリーム 45g 1,320  
SPF30 PA++

| 品番              | 品名                 | 規格    | 価格(税込み) | ポイント |
|-----------------|--------------------|-------|---------|------|
| ▽自然派化粧水▽        |                    |       |         |      |
| 3207            | グリ-マノグリーンローション     | 180ml | 1,100   |      |
| 3208            | グリ-マノオリーブリーフローション  | 180ml | 1,100   |      |
| ▽オイル▽           |                    |       |         |      |
| 3209            | オリーブマンノンバージンオイルポンプ | 200ml | 4,620   |      |
| 3210            | オリーブマンノンバージンオイル    | 30ml  | 1,210   |      |
| 3211            | シコニール 薬用スキンケア      | 80g   | 1,100   | 5p   |
| 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   |      |
| ▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽  |                    |       |         |      |
| 3214            | 乳清素肌ソープ            | 180ml | 2,530   |      |
| 3215            | 〃 徳用               | 310ml | 4,180   |      |
| 3216            | 乳清素肌ローション          | 80ml  | 3,630   |      |
| 3217            | 乳清素肌シルクローション       | 80ml  | 3,850   |      |
| ▽ナチュロン/太陽油脂▽    |                    |       |         |      |
| 3218            | フェイスクリアソープ         | 95g   | 1,100   |      |
| 3219            | フェイシャルローション        | 100ml | 1,760   |      |
| 3220            | 〃 詰替用              | 100ml | 1,375   |      |
| 3221            | エモリエントクリーム         | 35g   | 1,760   |      |
| ▽アンチトピー/日本オリーブ▽ |                    |       |         |      |
| 3222            | 全身用ソープ泡(ポンプ式)      | 500ml | 2,420   |      |
| 3223            | 〃 詰替用              | 500ml | 2,200   |      |
| 3224            | 全身用エッセンス(ポンプ式)     | 150ml | 2,200   |      |

## 生活雑貨

### ▽入浴剤▽

3303 竹艶水 250ml 880

### ▽ペーパー類▽

3304 コアレックスグリーンセービングティッシュ 6パック 649

3305 キッチンペーパーBOX 3パック 501

3306 ペンギン芯なし6R(ツガル)6ロール 655

3307 上記用シングル専用芯 1本 33

3308 ピュアブラウン(ダブル)8ロール 578

3309 ワンタッチコアレス(シングル)6ロール 682

### 汚れた油をリフレッシュ コスロン油ろ過器専用濾過紙

### コスロン交換用フィルター

200枚も重ねた特殊パルプフィルターがゆっくり時間をかけて油の汚れを取り除き酸化を防ぎます。

材質：天然パルプ100%



### ▽油こし器▽

3506 コスロンフィルター 20個 1,320 6p

### ▽その他▽

3316 ナチュロンスポンジ(台所用) 1ヶ 220

3317 〃 ナチュラル 1ヶ 220

3318 ナチュロンお風呂洗いスポンジ 1ヶ 528 3p

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

長野 標高700m  
井筒ワイン 桔梗ヶ原からの贈り物  
単一種のワイン

# Vegeta

ベジタ

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No. 210

価格は税込み

白

甘口 特産ぶどうナイヤガラ個性が香り高く素直に広がるフルーティーな甘さ。

辛口 個性的な果実の香りと味わいの輪郭がより明瞭に伝わる心地よい飲み口。

赤

甘口 特産ぶどうコンコードの爽やかな果実味と程よく残した甘さが優しい口当たり。

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

アッサンブラージュ～和洋折衷のワイン

メルロー 甘い風味口 + マスカットベリーA 奥行きのある味わい

[5207] いづつワイン赤  
アッサンブラージュ 720ml 1,867円

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



岐阜 農業の一環としての  
天然ワイン醸造 ワイン造り



培養酵母・酸化防止剤無添加  
[5208] 天然葡萄酒 ロゼ

720ml 1,548円  
ほんのりやや甘口で、香りも高く、すっきりとした味わいのワインです。

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



三里塚物産

翌々週配送

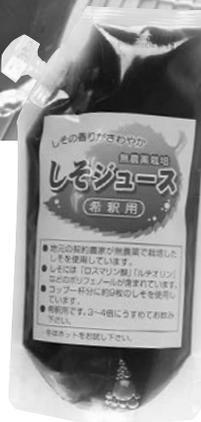
千葉 農薬不使用・有機、無添加  
三里塚物産 おいしいジュース



α-リノレン酸やポリフェノールがたっぷり  
1パックあたり30枚以上のシソの葉しそジュース(特)希釈用

[5414] 200ml 578円  
[5415] 200ml×2 1,075円 ~~1,150円~~

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



1袋に  
にんじん  
約2.5本分

掘りたての冬人参をしぼりたてでお届け  
皮ごとしぼって栄養満点  
生産者限定・農薬不使用 千葉県産にんじん

にんじんジュース  
[5416] 320g 578円  
[5417] 320g×2 1,075円 ~~1,150円~~

人参ジュースのほとんどは、濃縮還元。産地にある工場、毎週搾汁。

レモン 食塩 砂糖

無加糖なのにしっかり甘いのは、土作りをしっかりしている人参だから。

「無農薬・梅ドリンク」今季終了です

| 配送曜日   | 月    | 火    | 水    | 木    | 金    |
|--------|------|------|------|------|------|
| 注文書回収  | 2/24 | 2/25 | 2/26 | 2/27 | 2/28 |
| 翌々週配送日 | 3/10 | 3/11 | 3/12 | 3/13 | 3/14 |

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

土佐佐賀 翌々調配送

さんちよく (有)土佐佐賀産直出荷組合

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



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

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



下処理済み
簡単レシピ付

下処理済み
簡単レシピ付

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

[5603] 冷凍いわしフィーレ
(3枚おろし) 150g 567円
天ぷらや蒲焼き、トマト煮にパン粉焼き、パスタにも

韓国食品 翌々調配送

東京 韓国食品
キムチづくり40年の職人が作る
韓国伝統製法



みんな家白菜キムチ
[5301] 250g 616円
[5302] 上記2P 1,194円(2,234円)
白菜、にら、漬け原材料：だし汁(煮干、鰹節、昆布、干し椎茸)、唐辛子粉、砂糖、にんにく、えびの塩辛、大根、玉葱、リンゴピューレー、魚醤、純米酢、パイナップル、人参、ネギ、ごま、食塩、生姜



[5303] みんなの
幸福キムチ辛さ控え目 300g 616円
白菜、にら、漬け原材料：だし汁(煮干、鰹節、昆布、干し椎茸)唐辛子粉、砂糖、にんにく、えびの塩辛、大根、純米酢、魚醤、玉葱、パイナップル、人参、ネギ、食塩、ごま、生姜



[5304] カクテキ・大根
250g 605円
大根(国産)、にら(国産)、漬け原材料[だし汁(煮干、鰹節、昆布、干し椎茸)、唐辛子粉、砂糖、にんにく、えびの塩辛、玉葱、りんごピューレー、魚醤、純米酢、パイナップル、人参、ネギ、ごま、食塩、生姜]



北海道・白糠町 酪恵舎

ヨーグルトのような酸味
柔らかくロどけの良い
優しいチーズ

[5459] コンバンヴィーノ
110g 729円
ロビオーラを乾燥させワックスでコーティングして、60日以上熟成したチーズです。

塩味も抑え、小さなお子さんでも安心して召し上がりいただけます。



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

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

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



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



[5457] プロボローネ
100g 715円



[5454] ロビオーラ
110g 686円



独特の匂いとむちっとした柔らかさ。届いたらお早めに

[5452] モンヴィーゾ
110g 745円



そのままでも、すりおろしてパスタやサラダなどにかけても

[5455] チーズフォンデュ
200g 1,388円



チーズフォンデュはもちろん、グラタンやピザにもおすすめ

[5453] スカモルツァ
100g 513円



モッツアレラを熟成。ストリングチーズにも似た食感にミルクの香り

[5451] テネレッロ・シラリカ
110g 686円



[5456] ミルクジャム
140g 875円



秋川牧園

翌々調配送

山口  
秋川牧園

自分たちで育てた鶏肉を  
自社工場で加工まで

加工するお肉は、全て秋川牧園で育てたもの。野菜などの原料や、調味料までも厳選し、合成食品添加物は無添加。衛生検査のための自社検査室も完備しています



**[5987] 冷凍チキンライス**  
450g 724円  
秋川牧園の鶏肉と、とりがらスープを使用して作りました。鶏の旨みをしっかりと味わえるようにお米をとりがらスープで炊き上げ、トマトの甘みを活かしたやさしい味わいのケチャップで味付けをしました



**[5986] 冷凍鶏しそ餃子**  
360g 896円  
秋川牧園の鶏肉と国産のしそを使用した、無添加の冷凍餃子。黒豚の脂身を加えることで、餡にジュシーさとコクがプラスされ、後から香る爽やかなしその風味が食欲をそそります。



**[5972] 冷凍こだわりのチキンナゲット** 200g 659円  
外側はサクサク香ばしく、身はふっくら。オーブントースターで温めるだけ召し上がれます。



**[5974] 冷凍こだわりのからあげ** 150g 648円  
外側は香ばしく身はジュシー。植物性飼料で育った鶏肉は臭みがありません



**[5985] 冷凍とり餃子195g 540円**  
秋川牧園の鶏肉に、黒豚の甘みのある豚脂を合わせて作りました。肉と野菜が絶妙なバランスになるように餡の配合にこだわりました。



**[5984] 冷凍こだわりの親子丼の素** 180g 626円  
しっかりとした旨味が特徴の鶏肉に、とろりと絡む黄金のたまご



**[5978] 冷凍サラダチキン (むね肉ブレン)** 100g 594円  
柔らかくてしっとり。液汁もチキンの旨みがたっぷりなので、野菜と混ぜてサラダ、雑炊にも



**[5979] 冷凍とり肉まん** 400g 745円  
秋川牧園の鶏肉の旨味と黒豚の甘みのある脂を絶妙に合わせた肉まんです。皮はほんのり甘く、ショートニング不使用でふっくら柔らかい食感



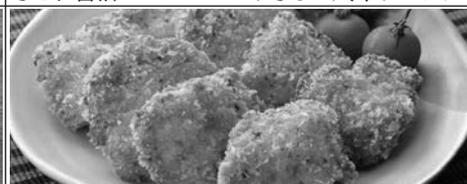
**[5973] 冷凍やきとりセット** 180g(6本) 994円  
独自製法で柔らかくジュシー。鶏肉のおいしさと、醤油ベースタレのやさしい風味がマッチ



**[5983] 冷凍若鶏焼きつくね** 180g 583円  
若鶏のむね肉と砂肝を使用。大きく食べ応えのある焼きつくねです。柔らかいつくねの中にアクセントでコリコリ食感の砂肝



**[5971] 冷凍鳥天** 170g 702円  
外側はサクサク香ばしく、身はふっくら



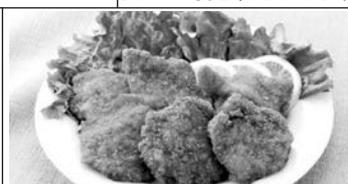
**[5981] 冷凍チキンカツ(和風醤油)** 200g 610円  
にんにく・生姜・醤油が薫る和風のチキンカツ衣に混ぜ込んだパセリの彩りが良く、お弁当に入れても見栄えがします。



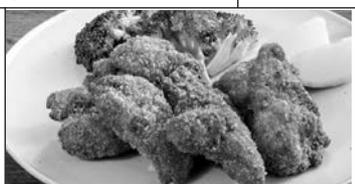
**[5982] 冷凍鶏メンチカツ** 150g 551円  
玉ねぎを多めに混ぜ込み、鶏皮も加えることで、やわらかくジュシーな食感に仕上げました



**[5980] 冷凍ピリ辛チキンバー** 150g 626円  
若鶏のむね肉とささみをを使用。



**[5975] 冷凍チキンソースカツ** 150g 659円  
カラッと揚げたムネ肉に、たっぷり絡んだ特製ソース



**[5976] 冷凍スパイシーささみカツ** 160g 648円  
数種類の香辛料がブレンドされたスパイスと、ほのかに香るカレー風味



**[5977] 冷凍とりがらスープ** 50g×5 670円  
若鶏を3時間じっくり煮込んで作った濃縮冷凍スープです。

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**



冷凍興農無塩漬  
[5824] ベーコンブロック 10p  
250g 1,901円

弱火で  
じっくり焼き上げて  
ステーキに

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

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

【温屠体製法】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 10p  
250g 1,890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 2,570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 864円  
[5825] 冷凍あらびきウィンナー  
150g 864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 864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 864円

[5834] 冷凍フランク  
50g×5 1,291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 864円



[5836] 冷凍生ソーセージ  
200g 1,031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 864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 864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 1,112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 1,679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



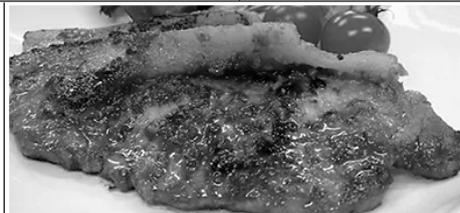
[5831] 冷凍ポローニア  
ソーセージ 200g 1,069円  
海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。

冷凍ハーブソーセージ  
[5832] 厚切り 120g 713円  
[5833] スライス120g 713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 1,642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 1,015円  
原材料：豚ロース肉、味噌、日本酒、砂糖、にんにく、しょうが、まいたけ



[5840] 冷凍興農ジャンボハンバーグ  
400g 1,566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。

# ネパリ・バザー



ネパリバザーは、小さな生産者と顔の見える関係でパートナーシップを大切に、共生を目指す貿易（フェアトレード）と社会貢献活動で、貧困の改善をしながら、誰もが安心して暮らせる平和で豊かな社会創りを目指します。消費者には何が出来るの？生活が厳しい人への同情から、寄付のかわりにフェアトレード商品を買うのでは続きません。商品の価値に納得し、生産者に共感して商品を選んで頂けたら幸いです。

## ネパールの森から届いた天然はちみつ

**チウリ**…「チウリ」とは、ネパール原生の Indian Butter Tree の一種。カラメルや黒糖のようなコクと甘さの中に、かすかな酸味があり、後味はさっぱりしているのが特徴です。

**ルディオ**…ルディオは、ネパール原生のシソ科バジル種の仲間。葉は良い香りがし、蜂蜜は食べる香水といわれるほど。フルーティーで上品な味。



| はちみつ      | 翌々週配送 |        |
|-----------|-------|--------|
| 6318 チウリ  | 240g  | 1,944円 |
| 6319 ルディオ | 240g  | 2,160円 |

※ろ過してから40~50℃で1時間低温殺菌を施してから瓶詰をしています。  
※ハチミツは1歳未満の幼児に与えないで下さい。

## 能登

サバとアジが原料です。魚を丸ごと使用し、塩だけを加えて3年間寝かせています。自然発酵、自然熟成、非加熱、海の旨味が凝縮された万能調味料です。  
○いしり鍋に。出汁1000mlに対し、いしり大さじ3、酒・みりん・醤油各大さじ1を入れお好きな具材を煮る。



| 魚醤         | 翌々週配送 |      |
|------------|-------|------|
| 6313 能登いしり | 200ml | 777円 |

原料料…サバ、アジ（石川県）、食塩

製造…輪島市・道下さん  
春が旬のおおさは、2024年は地震の影響で収穫できませんでした。他県産のおおさを使用しています。  
○お汁に入れて。お鍋に、シメの雑炊にも。

| 乾燥おおさ    | 翌々週配送 |      |
|----------|-------|------|
| 6314 あおさ | 18g   | 734円 |

原料料…おおさ（国産）



## サヌ・バイさんの工房

ネパールのサヌ・バイさんの洋銀のしおり

読書好きな方への贈りものに、いかがですか？

サヌ・バイさんの洋銀しおり 翌々週配送

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| 6315 サヌバイさんの洋銀しおり うさぎ | 1,980円 |
|-----------------------|--------|

【サイズ】スティック部分（約）12cm×1cm  
モチーフ部分（約）タテ2.7cm ヨコ2cm

## 東北×Nepal 自然派コスメ クーネ



**クーネ モイスチャー クリーム**  
天然由来成分100%。軽くてやさしい使い心地のクリームです。植物のエッセンスが、お肌のキメを整え、潤いを保ちます。融点が高いので、肌のにのせると体温で溶けて、するするとなじんで、べたつきません。

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

## 陸前高田の工房「椿のみち」

### シンプルでピュアな クラフトチョコレート

LISAチョコレート

チョコレートのベースの原料はインド産カカオと、沖縄県産の黒糖・粗糖のみ。カカオバターも使わず、手間を惜しまず、カカオニブを72時間じっくり練り上げました。

- ◇動物性原料不使用
- ◇カカオ豆は、農薬・化学肥料：栽培期間中不使用
- ◇加工黒糖の原料のサトウキビは、農薬は年に1回、化学肥料は年に2回使用。



| LISAチョコレート                      | 翌々週配送  |        |  |
|---------------------------------|--------|--------|--|
| 6320 LISAチョコレート ピター cacao80%    | 45g    | 1,296円 |  |
| 6321 〃 コーヒー cacao66%            | 45g    | 1,296円 |  |
| 6322 〃 シナモン&ジンジャー cacao68%      | 45g    | 1,296円 |  |
| 6323 〃 シナモン&ジンジャー cacao68%      | 20g    | 669円   |  |
| 6324 〃 マイルド cacao70%            | 45g    | 1,296円 |  |
| 6325 〃 カカオニブ cacao84%           | 45g    | 1,296円 |  |
| 6326 〃 シーソルト cacao70%           | 45g    | 1,296円 |  |
| 6327 〃 シーソルト cacao70%           | 20g    | 669円   |  |
| 6328 〃 スウィート cacao65%           | 20g    | 669円   |  |
| 6329 〃 寄付付き※・アソート5種 cacao66~84% | 10g×5種 | 1,728円 |  |

※代金のうち100円を「沖縄・球美の里 福島の子ども栄養プロジェクト」に寄付します。福島原発事故による放射能汚染地域に住む子どもたちの栄養支援につながります。

## ネパール「カンチャンジャンガ紅茶農園」

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

**オレンジ&ジンジャー**…オーガニック栽培のオレンジピール、レモングラス、ジンジャーのブレンド。ほんのり甘く、やさしい味。シトラス系の香りです。リラックス&フレッシュ。ノンカフェイン。

**ストレート**…オーガニック栽培の紅茶葉100%のストレートタイプ。豊かな香りとまるやかな味わい。

**レモングラス**…オーガニック栽培の紅茶とレモングラスのブレンド。爽やか香りで、すっきりと爽やかな飲み心地。

**ジンジャー**…オーガニック栽培の紅茶とジンジャーのブレンド。身体を芯から温めてくれます！



| テトラティーバッグ手摘みのお茶                        | 翌々週配送  |      |
|--|--------|------|
| 6330 テトラティーバッグ手摘みのお茶<br>オレンジ&ジンジャーブレンド | 2g×12袋 | 756円 |
| 6331 〃 ストレート紅茶                         | 2g×12袋 | 702円 |
| 6332 〃 レモングラス紅茶                        | 2g×12袋 | 702円 |
| 6333 〃 ジンジャー紅茶                         | 2g×12袋 | 702円 |

## ネパールの原料と国産のこだわり原料で作ったクッキー

| クッキー          | 翌々週配送 |      | 卵不使用 |
|---------------|-------|------|------|
| 6381 マサラティー   | 80g   | 464円 |      |
| 6382 ジンジャー    | 80g   | 464円 |      |
| 6383 レモンティー   | 80g   | 464円 |      |
| 6384 オレンジ     | 80g   | 464円 |      |
| 6385 シナモン     | 80g   | 464円 |      |
| 6386 ストレートティー | 80g   | 464円 |      |
| 6387 コーヒー     | 80g   | 464円 |      |

