



ベジタ Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.211

待望の新貯蔵庫が完成しました！

2022年3月に発生した福島沖地震で損傷し、江戸時代に建てられた歴史ある味噌蔵は惜しまれながら解体となりましたが、この度、人が集う多目的なコミュニティ機能をもって復活いたしました。

南相馬市鹿島区の若松味噌醤油店敷地内に完成した2階建ての新貯蔵庫は、1階に味噌を保管し、2階は多目的スペースとなり2025年1月から定期的なみそづくり教室が開催される予定です。

その他各種イベントも企画しており、店主、若松真哉さんのアイデアと夢が詰まった新貯蔵庫です。

昨今再注目されている味噌は、美容や健康に良い成分が豊富に含まれる優良食品です。若松味噌醤油店では、天然醸造法、糀蓋製法にこだわり商品を展開しており、主力商品の無添加味噌「相馬田舎みそ」や「味噌蔵の糀あま酒」と共に、松永牛乳と共同開発した「俺たちの醤油プリン」も好評です。

震災で得た経験から、味噌を通して「絆」と「繋がり」を大切に若松真哉さんの熱い想いは、待望の新貯蔵庫の完成によりさらなる飛躍と地域への貢献で相双地域の復興を支えていきます。

若松味噌醤油店		翌々週配送	
5307	相馬田舎みそ 極上	800g	500円
厳選した国産100%の米と大豆を使用。 麴歩合10割のこうじ味噌 中辛			
5313	相馬田舎みそ 特上	800g	700円
厳選した国産100%の米と大豆を使用。 麴歩合13割のこうじ味噌 中甘			
5314	丹波黒大豆	500g	900円
丹波黒大豆の旨味と米糀の甘みを調和させた香り豊かな味噌です。甘口			
5306	一夜漬けの素・三五八	500g	356円
東北地方に伝わる漬物床。床に漬けて数時間から1晩置くだけ。野菜はもちろん、魚の切り身や肉にもご利用ください。			
5311	味噌蔵の糀あま酒	500ml	756円
5312	味噌蔵の糀あま酒	900ml	1,080円
伝統の手ごね・手もみで行う糀蓋製法で作られた米糀は独特の自然な甘みがあり、その糀で作る甘酒はお米本来の甘みや深みを引き出したかのような味わいです。つぶつぶしない飲みやすさ。			

「麴を仕込む際に小箱に分けて管理する「糀蓋製法」は労力と時間のかかる仕事ですが、だからこそできる宝のような麴があります。「醸造を追求すると、行き着くのは麴の大切さであり、麴の美味しさ。それを伝えていきたい。」麴歩合の高い、麴の甘さが光る味噌をはじめ、調味料の『塩麴』や漬物床の『三五八』を販売しています。

信する革新的な企業でありたいと考えております。伝統の「糀蓋製法」を、相馬の文化を、

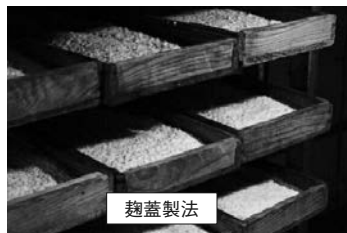
また「糀蓋製法」で造る糀は、米の一粒一粒に麴菌がいきわたるよう造ることで、麴の力が強くなり、甘みがとても強い味噌を造ることが出来ます。これらの伝統的な造りを大切にしているため、普通の造りでは出せない味わいの深みと華やかな旨みを出すことができ、若松味噌醤油店ならではの味が出せるのです。

創業は江戸時代末期。郷土で永く愛されてきた至宝の味噌を。

創業は江戸時代末期。南相馬の地で百五十余年、糀を軸に醤油造りや味噌造りを行ってきました。私達の味噌は大量生産では作り出せない自然の甘みと香りが軸にあります。私達の造る味噌は、「天然醸造法」と「糀蓋製法」にこだわって造っております。四季の寒暖の差を利用して発酵させる「天然醸造法」は、仕込みから一年の時を経て味噌蔵から市場に出荷されます。昔ながらの醸造法で、自然の風味と香りが生きた味噌になることが特徴です。

創業は江戸時代末期。郷土で永く愛されてきた至宝の味噌を。

南相馬市・若松味噌醤油店



麴蓋製法



配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7
商品配送	3/10	3/11	3/12	3/13	3/14
翌々週配送品	3/17	3/18	3/19	3/20	3/21

注文の締め切り

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

お問い合わせの電話番号と受け付け時間のご案内

フリーダイヤル
0120-094831 (24時間受付)
フリーダイヤルは、終日、留守番電話での受付ですので、必ず、会員番号・お名前・ご用件をお話して下さい。ご注文の変更は、カタログNo.・商品品番・商品名と変更内容を録音して下さい。尚、お急ぎでないご連絡やクレーンは、注文書裏面のベジタホットラインをご利用頂くか、FAXフリーダイヤルをご利用頂けますようお願いいたします。

※お急ぎの場合は、029-869-9031 : 9:00~15:00 (月~金)
(12:30~13:30、15時00分以降は留守番電話となります)

FAX フリーダイヤル
0120-298338 (24時間受付)

E-mail mail808@vegeta.co.jp (メールからのご注文はお受けできません)

有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』

http://www.vegeta.co.jp (ご注文も受け付けます)

ポラン広場の宅配 株式会社ベジタ 〒300-2647つくば市手生子585

スマホ/タブレットでもご注文が可能になりました!!

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



『ポランの森ベジタ便セット』は、旬の有機野菜や果物をおまかせで5~7点をパッケージしたセットで、どこへでも、1,980円(税込み)送料0円でお送りします。但し、夏季のみ、238円のクール便代をご負担頂きます。また、宅配カタログ掲載の商品から、お好みの商品を加えることも可能です。尚、沖縄、北海道、離島は、別途送料がかかりますので、予めご了承下さい。

【0088】ポランの森ベジタ便セット 1セット 1,980円(税込み)

※このカタログは、再生紙を利用し、植物性インキで印刷しています。

野菜

■本カタログに掲載している産地や生産者は、天候や端境期の都合で変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。変更は、配達当日のニュースでお知らせします。■計量は正確を心がけておりますが、農産物は個体差が大きい為、10%前後の誤差はご容赦下さい。

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

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

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

セット4種



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

身は大きく、肉厚でジューシー パプリカ

緑色のピーマンは未熟の状態で収穫されますが、パプリカは完熟果実。ピーマンには独特の青臭い香りと苦みがありますが、パプリカは赤色で鮮やかで、甘みと酸味がバランス良く調和しているのが特徴です。

ブロッコリーとパプリカの
チーズ焼き
ごろっと切ったブロッコリー
とパプリカにチーズをのせて、
オーブントースターで焼く
[0912] シュレッドチーズ
250g 756円



【野菜セット】 【果物野菜セット】を予約注文登録されている方は、ご記入の必要はありません。追加される場合のみ、品番と必要数をご記入下さい。

[0101] 野菜セット 1,080 1,242円			
野	表組	表示	
里芋	500g	栃木・田島穰さん	
キャベツ	1/2ケ	愛知・ティエラス	
ほうれん草	1束	栃木・島田晴夫さん	
パプリカ	200g2~3ケ	沖縄・真南風	

[0102] 果物野菜セット 1,620 2,084円			
果	表組	表示	
玉ねぎ	700g	北海道・田中正広さん	
大根	1本	千葉・佐原供給センター	
ちぢみほうれん草	1束	茨城・萩原ファーム	
いんげん	100g	沖縄・真南風	
りんご ふじ	1ケ	青森・新農業研究会	
伊予柑	1ケ	愛媛・田村俊和さん	
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 841 ~~886~~円

玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
果 0105	玉ねぎ	700g	432
0106	" 徳用	1.4kg	830 864
北海道・田中正広さん/防除0			
0107	新玉ねぎ	700g	508
0108	" 徳用	1.4kg	964 1016
沖縄・真南風/有			
0109	じゃが芋 スノーマーチ	700g	378
0110	" 徳用	1.4kg	718 756
北海道・秋場農園/有			
0111	人参	500g	324
0112	" 徳用	1kg	616 648
茨城・萩原ファーム/防除0			
0113	さつま芋 紅東	700g	346
0114	" 徳用	1.4kg	657 694
茨城・常総センター/防除0			
0115	さつま芋 紅はるか	700g	346
0116	" 徳用	1.4kg	657 694
茨城・常総センター/防除0			
野 0117	里芋	500g	346
0118	" 徳用	1kg	657 694
栃木・田島穰さん/防除0			
0119	長芋	250g	292
茨城・常総センター/防除0			
0120	長芋	300g	432
岩手・みちのく有機/有			

品種変更



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

ほんのりとした甘みとしっとりなめらかな食感

じゃが芋 スノーマーチ

新しい品種「スノーマーチ」。昔からの「男しゃく」は、病害虫に脅かされ、栽培面積も年々減っています。そこで、病害虫に強い救世主として誕生しました。

低温貯蔵で少しずつ熟成され、出荷終盤の3月にかけて徐々に深みのある甘みと風味を楽しめるようになります。

『雪(スノー)』が降る頃から『3月(マーチ)』に向けて美味しくなる…そんな、名前がピッタリです。



卵形で芽が浅く形が良いので皮むきも楽チンです。また、煮崩れがしにくいので調理がしやすく、シチューやポトフ、ポテトサラダによく合います。

0121	ごぼう (1本もの)	500g	346
茨城・常総センター/防除0			
0122	ごぼう	300g	292
岩手・みちのく有機/有			
0123	蓮根	500g	551
茨城・常総センター/防除0			
0124	長ねぎ (むき)	300g	270
0125	" ダブル	300g×2	513 540
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

マンゴーチャツネで 味に深みを

野菜や果物などを煮詰めて作っているから
いろんな料理の隠し味に

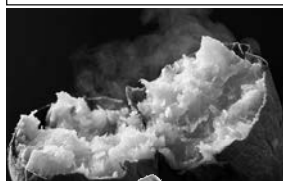


マンゴーチャツネの回鍋肉
マンゴーチャツネと同量のお味噌
を半量のお酒で溶いて、絡ませます
[1104] 冷凍放牧豚切り落とし **4p**
(バラ凍結) 250g 840円
[0142] ピーマン 150g 194円
[0127] キャベツ 1/2ケ 173円

きんぴら
みじん切りにしたしょうがを
炒め、ごぼうとれんこんを加
え料理酒を回しかけて火が通
るまで炒める。チャツネと味
噌を加えて炒め合わせる。
[0123] 蓮根 500g 551円

[2223] マンゴー
チャツネ **4p**
260g 734円

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



ホクホク VS しっとり

さつまい 紅東
ねっとりとした食感の中にホク
ホク感も感じられる昔ながらの
さつまいもです。繊維が少ないの
で料理にも使いやすい。



さつまい 紅はるか
強い甘みにもかかわらず、後味は
すっきりとしています

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



大学芋
外はカリッと、中はホクホク。
紅あずまでお試しを

スイートポテト
紅はるかの糖度としっとり
感を活かして、砂糖いらず。

果	0126	大根	1本	324
産地変更★		千葉・佐原供給センター/防除1		
野	0127	キャベツ	1/2ケ	173
★	0128	"	1ケ	328 346
		愛知・ティエラス/防除2		
★	0129	ブロッコリー	1ケ	313
		愛知・ティエラス/防除2		

野	0130	ほうれん草	1束	238
		栃木・島田晴夫さん/有		
果	0131	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		
	0132	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		
★	0133	水菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0134	ベビーみずな	1p	151
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
	0135	チンゲンサイ	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		



缶詰使って時短料理
さば味噌大根はいかが
いわしの水煮缶の汁に水を加
え、大根を煮て味付け。最後
にいわしを入れて煮詰めます
[1917] とろイワシ水煮
150g 497円



わさびマヨネーズあえ
茎は、厚めに皮をむいて薄く
切ってから塩ゆでや炒め物
にすると、ホクホクしておい
しくいただけます。洗うとき
は、水にたっぷりつけてふり
洗いがオススメです
[2326] 旨味本来
生おろしわさびチューブ
40g 356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



ほうれん草チキンカレー
ほうれん草とココナッツミ
ルクがよく合い、トマトの酸
味で爽やかな味わいです
[2308] カレーの壺マイルド **4p**
220g/約18皿分 702円
[2312] ココナッツミルク **2p**
200ml 388円



豚肉と水菜のはりはり鍋
シャキ感を残すために、水菜
は最後にどうぞ
[1121] 冷凍健康豚
ローススライス **4p**
150g 795円



**皮つき&油不使用、
素材本来の味**
[0191] 冷凍北海道産有機原料
皮つきカットじゃが芋
300g 670円
皮つきのまま三日月状にカ
ットし、凍ったまま必要な
だけ使えます。

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

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



**薬品を使わない
独自の殺菌技術
もやし**

原料由来の食中毒菌の殺菌に通常使われる次亜塩素酸水溶液を使用することなく、独自の温湯殺菌技術により、化学薬品を使わずに原料を殺菌しています。



豚バラ肉と一緒に蒸してお肉の旨みが染み込む

[1125] 冷凍健康豚
バラスライス 150g 708円



ナムルに箸休めにもぴったり

[2153] カンタン八芳酢 360ml 508円

0136	きゅうり	300g (3本)	367
0137	" 徳用	500g (4~6本)	616
沖縄・真南風/防除5			
0138	トマト	400g	626
0139	" ダブル	400g×2	1190 1252
沖縄・真南風/有			
★	0140	ミニトマト	150g 378
★	0141	" ダブル	150g×2 718 756
沖縄・真南風/有			
★	0142	ピーマン	150g 194
★	0143	" ダブル	150g×2 369 389
沖縄・真南風/防除5			
野	0144	パプリカ	200g (2~3ヶ) 346
沖縄・真南風/防除5			
果	0145	いんげん	100g 367
★	0146	" ダブル	100g×2 698 734
沖縄・真南風/有			

0202	菌床椎茸	100g	313
群馬・月夜野きのご園/対象外			
0203	えのき茸	100g	194
0204	" ダブル	100g×2	369 389
長野・えのきボーヤ/対象外			
0205	ブラウンえのき	100g	216
長野・浦山さん/対象外			
★	0206	しめじ (ヒラタケ)	100g 184
★	0207	" ダブル	100g×2 349 367
茨城・チャイルドドゥッズ/対象外			
★	0208	本しめじ (ブナシメジ)	約180g 248
茨城・チャイルドドゥッズ/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・渋田産業/対象外			
0216	隔週 サンゴヤマブシ茸	100g	270
長野・久保産業/対象外			



ミニトマトのチーズ焼き
ミニトマトはヘタを取り、横半分に切って、耐熱容器に並べ、塩、こしょう。ツナ缶を汁ごと入れてチーズを載せオーブントースターで焼く。
[1915] あいこちゃん
金のまぐろ油漬 70g×3 778円



厚揚げとピーマンのごま味噌炒め
厚揚げの旨味とピーマンの歯応えが胡麻味噌とベストマッチ
[0520] 厚揚げ 200g 259円
[2017] 国内産すりごま 白 30g 691円



肉巻きいんげん
豚肉に甘辛のタレを染み込ませて。お弁当にも
[1101] 冷凍放牧豚
バラスライス 200g 781円



きのこのカレー炒め
きのこの旨味とカレーの香りが引き立つシンプルなおいしさ。お弁当にもおつまみにもぴったりです。
[2310] カレーの壺スパイシー 220g/約18皿分 702円

0147	ベビーリーフ	50g	162
茨城・HATAKEカンパニー/防除0			
0148	大しょうが (新物)	100g	302
高知・農事組合法人入田村/防除0			
★	0149	にんにく	1ヶM 259
青森・みちのく有機/有			

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



大豆もやしのナムル
切り干し大根やわかめも入れて、歯応えと彩りを
[1801] 鳴門生わかめ (塩蔵) 150g 535円

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



甘味と爽やかな酸味

キウイ

追熟させて食べる果物。収穫期が近づくにつれて、糖含量が増加して収穫後に追熟をすると、さらに糖が増えて甘くなっていきます。そっと触って、耳たぶほどの柔らかさが食べ頃です。

今週
限り



マグロとサラダに...
お肉のソースに...
甘酒とスムージーに...
そのまま食べるだけでなく、料理にも



0301	いちご	200g	626
0302	" ダブル	200g×2	1047 1252
0303	" 箱	200g×4	1983 2504
茨城・竹村慎一さん/防除1			
0304	バナナ	700g	691
0305	" ダブル	上記2p	1286 1382
ATJ (フィリピンネグロス) /防除0			
今週 限り	0306	キウイ	250g 313
★	0307	" ダブル	250g×2 595 626
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 759 800
青森・新農業研究会/防除12			
果	0310	りんご ふじ	500g 400
★	0311	" 徳用	1kg 759 800
	0312	" 徳用	3kg 2206 2400
青森・新農業研究会/防除12			

果汁たっぷり 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。

0324	銀杏	100g	270
茨城・深谷守夫さん/防除0			

[0351] 冷凍有機ブルーベリー

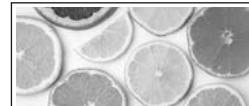
150g 616円

アメリカのオレゴン州で収穫されたカルチベート種の有機冷凍ブルーベリーです。そのままどうぞ。ヨーグルトに混ぜても美味しく頂けます。



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

味わい色々 柑橘が旬！



*****	八朔		終了
★	0313	甘夏	750g 400
	0314	" 徳用	1.5kg 759 800
	0315	" 徳用	3kg 1487 1600
熊本・福島柑橘園/有			
*****	パール柑		終了
果	0316	伊予柑	750g 497
★	0317	" 徳用	1.5kg 944 994
愛媛・田村俊和さん/有			

スッキリした甘さと
かすかな苦味

甘夏

分厚い黄色の果皮の部分には、オーラプテンも多く含まれ、皮ごとマーマレードやジャムにしても美味しいくいただけます。



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



*****	タンカン		終了
★	0318	はるみ	1kg (4~6ヶ) 832
	0319	" 徳用	2kg 1580 1600
愛媛・俊成洋一さん/防除0			
果	0320	レモン	250g 313
	0321	" 徳用	500g 595 626
静岡・おてんとうさま/防除0			
	0322	レモン (外観不良)	500g 400
	0323	" 徳用	1kg 759 800
熊本・福島柑橘園/有			

プチプチした果肉
マイルドでやさしい甘さ
はるみ

外皮は柔らかいので、簡単に手でむくことができます。内皮も柔らかいので房ごと食べても気になりません



好みの柑橘でみりんサワー

① 柑橘の皮を適当な大きさに切り、香りが出るように表面を指で少し潰しておく。実は薄皮をむいておく。② ①の皮と適当な大きさにちぎった実、氷を交互に盛る。コップの半分くらいまで煮切りみりん40mlを注ぎ、最後に同量の炭酸水を注ぐ

酒 [2142] 本みりん 福来純
500ml 935円



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



炊飯器で手軽にぼたもち

- ① 最初の水は入れたら素早く捨て、しっかり研ぐ
- ② 浸水時間は1時間
- ③ 同量の水で炊く

[2813] 北海道産有機小豆使用
つぶあん 200g 441円

[2008] 星六きな粉 80g 405円

[2315] すじ青のり 4g 367円

[0432] 餅米白米(ヒメノモチ)

1kg 1129 ~~1188~~

啄木米でお馴染みの無天塾のメンバーが、農薬・化学肥料を使用せずに栽培



お米

▽啄木米(あきたこまち)▽		岩手・無天塾
0401	有機玄米 2kg	2041 有
0402	〃 5kg	5098 有
0403	有機胚芽米 2kg	2095 有
0404	〃 5kg	5173 有
0405	有機白米 2kg	2160 有
0406	〃 5kg	5324 有
▽さゆり米(コシヒカリ)▽		福島・緑と太陽の会
0407	玄米 2kg	2106 防除0
0408	〃 5kg	5184 防除0
*****	五分つき米 終売	防除0
0411	胚芽米 2kg	2160 防除0
0412	〃 5kg	5324 防除0
0413	白米 2kg	2214 防除0
0414	〃 5kg	5476 防除0
▽さゆり米(あきたこまち・ひとめぼれ)▽		福島・緑と太陽の会
0415	玄米 2kg	1782 防除1
0416	〃 5kg	4396 防除1
0417	胚芽米 2kg	1847 防除1
0418	〃 5kg	4536 防除1
▽さゆり米(コシヒカリ)▽		福島・緑と太陽の会
0419	白米 2kg	1933 防除1
0420	〃 5kg	4752 防除1
▽備蓄米(令和4年度産)		
0422	備蓄有機玄米(啄木米) 5kg	3024 有
0423	備蓄玄米(さゆり米) 5kg	2592 防除1
0424	備蓄白米(さゆり米) 5kg	2884 防除1
0425	備蓄玄米(さゆり米) 5kg	3316 防除0
0426	備蓄白米(さゆり米) 5kg	3596 防除0
▽竹村慎一さん(コシヒカリ)▽		茨城・竹村慎一さん
0429	竹村さんの白米 3kg	2020 防除1
▽田島穰さん(コシヒカリ)▽		栃木・田島穰さん
0430	田島さんの玄米 5kg	3450 防除0
▽赤羽根和郎さん(コシヒカリ)▽		栃木・赤羽根和郎さん
0431	赤羽根さんの白米 5kg	3305 有
▽もち米(白米)▽		
0432	餅米 白米 1kg	1129 1188 有
岩手・無天塾/品種:ヒメノモチ		

▽雑穀など▽

0434	有機古代米(白山紫黒)	300g	950
0435	色々米	1kg	1490
0436	有機啄木粉発芽玄米	1kg	1696
0437	胚芽押し麦	1kg	594

レトルトおかゆ・ご飯

※次回3週間後

0441	有機玄米ごはん&有機玄米小豆ごはんセット	160g×各1	503 529
0442	有機玄米小豆ごはん	160g	270
0443	〃 徳用	160g×4	1026 1089
0444	有機玄米ごはん	160g	259
0445	〃 徳用	160g×4	985 1037

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~~
[0448] よもぎ餅(玄米使用) 500g 702 ~~756~~



磯部焼き

フライパンに油をひいて焼いて。片面に焼き色が付いたら裏返し、蓋をして弱火で加熱。やわらかくなったら醤油を入れ、弱火のまま煮絡めます

[1809] 焼き海苔/宮城産 4p
半裁×20枚 740円



0446	中村商店 白米餅	500g	724
0447	中村商店 玄米餅	500g	666 724
0448	中村商店 よもぎ餅(玄米使用)	500g	702 756

ぬか

0455	麴屋甚平・熟成ぬか床	1kg	702
0456	〃 容器入	1.2kg	972
0457	〃 補充用	400g	400
2227	麴屋甚平・浅漬の素	500ml	529

卵

0501	平飼有精卵	10ヶ	610
0502	〃 ダブル	上記2p	1159 1220
0503	平飼有精卵 茨城・枝拓生さん	6ヶ	400
0504	うずら卵水煮	6ヶ×2	272 339
0505	〃 ダブル	上記2p	534 778
0506	味付けうずらの玉子	10ヶ	314 448

訳あり
賞味期限間近
25.3.28

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
規格変更 0509	〃 金	100g×2 324

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

[0519] 小揚げ 35g×6 259円 2p

サイコロ状の一口サイズ

[0520] 厚揚げ 200g 259円 2p

豆腐を丸々1丁分

[0521] 絹厚揚げ 250g 270円 2p

食感なめらか

厚揚げのそぼろ煮

[1129] 冷凍健康豚挽肉 150g 513円

[0124] 長ねぎ(むき) 300g 270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

0516 油揚げ 2枚 238

0517 すし揚げ 2枚 238

0518 / 4枚 475

2p 0519 小揚げ 35g×6 259

2p 0520 厚揚げ 200g 259

2p 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

0541 味付けうの花 150g 340

0542 白和え 150g 281

[0621] 有機ねり梅 100g 670円 4p

国産有機梅を天日塩のみで漬けた、昔ながらの梅干し(白干し)ペースト。

原料:有機梅(国内産)、食塩

梅の和風パスタ

白だし・オリーブオイルで伸ばして、パスタと絡めてどうぞ

[2137] 三河白だし 400ml 1242円



品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

納豆

大粒ならではののもっちり食感

大粒 北海道産

[0553] 45g×2 184円 1p

SPOF [0555] 上記2p 356 367円

北海道産大豆100%

カリカリ納豆

付属のタレ・ごま・七味で味付け。薄力粉をまぶしてごま油でカリッとするまで焼く

[2317] 七味 15g 616円



▽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

隔週 0549 丸大豆テンペ 100g 405

▽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 1p

0554 国産そぼろ納豆 100g 292

漬け物

辛味を抑えた

あっさり浅漬け風

[0616] 白菜キムチ 200g 373円 2p

国産白菜を吟味した調味料でキムチ風に漬けました



0601 ヤマキ たくあん漬 カット1本 486

0602 ヤマキ べったら漬 カット1本 594

0603 らっきょう田舎漬 100g 524

▽東明▽

0604 浅漬けかつお大根漬 150g 394

0605 浅漬け昆布大根漬 150g 394

0606 こぶ仕込み大根 250g 659

0607 かつお仕込み大根 250g 659 4p

0608 ゆず大根 150g 394

0609 白菜漬 250g 378

0610 浅漬け紅かぶら漬 150g 394

0611 柚子白菜漬 250g 378 2p

0612 刻みすぐき 120g 394

0613 刻みみぶ菜 150g 394

0614 きゅうりのふる里漬 90g 421

0615 マイルドしば漬 90g 421

0616 白菜キムチ 200g 373 2p

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 4p

新商品や SPOT 商品 お得なセットなど大集合!! 今週のおすすめ惣菜

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



[0827] しその粉ふりかけ (ゆかり) ダブル 40g×2 622 ~~648~~円
※そのままお召し上がり下さい。

福岡・成清海苔店 自家製ふりかけ 秋一番摘みの上質な焼き海苔を味付けしたエビの風味と食感が人気!



[0828] えびふりかけダブル 50g×2 1,195 ~~1,231~~円
原材料…乾海苔(有明海産)、アキアミ(国産)、かつおぶし、ごま、発酵調味料、醤油、砂糖、食塩、ミツイシコンブ、とうがらし

福岡・成清海苔店 自家製ふりかけ 秋一番摘みの上質な焼き海苔を味付けしたごまきな海苔ふりかけ!



[0829] 味のりふりかけダブル 50g×2p 1,226 ~~1,264~~円
原材料…乾海苔(有明海産)、ごま、大豆、砂糖、発酵調味料、食塩、醤油、こんぶ、ムロアジ、かつおぶし、とうがらし

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



[0830] 江戸前生のりダブル 80g×2 869 ~~896~~円
原材料…生黒のり(千葉県木更津産)、本醸造醤油(国内産)、麦芽水飴(甘藷)、洗双糖、味の母、かつおだし(国内産)

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



[0831] 揚げごぼう甘酢漬 ダブル 80g×2 838 ~~864~~円
原材料…ごぼう、菜種油、粗糖、片栗粉、醤油、水飴、液化酵素、リンゴ酢、食塩、寒天、かつおだし、一味唐辛子

国産丸大豆と長崎産芽ひじきをふっくらと炊き上げました。



[0832] ひじき五目煮ダブル 100g×2p 922 ~~959~~円
原材料…ひじき(国産)、発酵調味料、大豆(国産)、こんにゃく、醤油、砂糖、油揚げ、人参(国産)、かつおだし、食塩
※そのままお召し上がり下さい。

国産丸大豆をはじめ、具材はすべて国内産のものを使用しています。ほっとできる箸休めとしてご利用下さい



[0833] 五目豆ダブル 100g×2 691 ~~713~~円
原材料…丸大豆(国産) 発酵調味料(国産) こんにゃく(群馬産) ごぼう(国産) 醤油(国産) 粗糖(国産) 人参(国産) 昆布(北海道産) かつおだし(静岡産) 塩(国産) 寒天(国産)

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



[0834] とりごぼうご飯の素ダブル 170g(2合炊)×2 1,562 ~~1,608~~円

1中た歯ごめ華げき箸飯風のわ休ののメリめおトんにのとかッまご良しずびにまいてやンア油国最適!




[0835] 国産味付メンマダブル 90g×2 1,110 ~~1,146~~円
原材料…メンマ(愛媛産)、醤油、砂糖、魚介エキス、ごま油、食塩、香辛料(胡椒、唐辛子)

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



[0836] 中華丼の具ダブル 180g×2×2p 1,182 ~~1,231~~円
原材料…鶏がらスープ、野菜(白菜、たけのこ、にんじん、しいたけ、きくらげ、長ねぎ、にら、しょうが)、豚肉、醤油、でん粉、清酒、植物油(なたね油、ごま油)、オイスターソース、砂糖、チキンエキス、食塩、こしょう、一味唐辛子(原材料の一部に小麦、大豆、米を含む)

白みその豊かな味わい、出雲地方特産の雲丹、結晶乾燥味噌を使用した熱湯を注いでください。



[0837] わかめみそ汁ダブル 9g×6×2 744 ~~767~~円
原材料…白みそ(大豆、小麦)、わかめ、ぶどう糖、食塩、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ

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



[0838] 冷凍徳用北京餃子ダブル 270g(15個)×2 1,151 ~~1,199~~円
原材料…具:豚肉(国内産) キャベツ(国内産) たまねぎ(国内産) 肉汁(国内産) 肉汁(国内産) パン粉(国内産) 肉汁(国内産) 醤油(国内産) にんにく(国内産) ごま油(国内産) 昆布パウダー(国内産) 砂糖(国内産) 食塩(国内産) 食塩(国内産) 食塩(国内産) しょう油(国内産) しょう油(国内産) しょう油(国内産) 皮:小麦粉(国内産) 水道水 食塩(国内産)

プリプリの海老たっぷり 口あたりがソフト



[0839] 冷凍点心えびしゅうまいダブル 27g×7×2 1026 ~~1068~~円
原材料…具:海老、鶏肉、玉ねぎ、豚脂、澱粉、長ねぎ、卵白、パン粉、砂糖、発酵調味料、醤油、食塩、胡麻油、生姜、オイスターソース、胡椒、皮:国産小麦、食塩
※冷凍のままさっと水をくぐらし電子レンジで加熱して下さい

ヘルシーで柔らかな食感が大人気 豆腐に鶏肉・豚肉を使用した甘酢ソースの豆腐肉団子



[0840] 冷凍大きな豆腐肉団子ダブル 340g×2 1,130 ~~1,177~~円
※電子レンジで加熱して下さい

仕バコ平辛—第 上コ飼口カ3 げチナいのレ世 までのツ鶏チ1界 しまあツにきのシ たるミ玉壺ヨッ スルねカッ バクぎレがブ イスと1ペース



[0841] チキンカレー辛口ダブル 180g×3p 1,070 ~~1,123~~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)

辛優メふ—第 オいしイつか3 スのいんクレ世 すが辛なら1界 メ苦さししのシ 手のたた壺ヨッ かなカッ 方レ1もす




[0842] ひよこ豆カレー辛さ控えめダブル 180g×3p 1,070 ~~1,123~~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

濃厚引バ味一種なきイの度類味立す語にのわつまつ香つれ機りたる野菜がスー




[0843] AUGA OGミネストローネダブル 400g×2 1164 ~~1206~~円
原材料…有機野菜(人参、キャベツ、ポテト、いんげん、えんどう豆、パプリカ、玉ねぎ、西洋ネギ)、有機トマトペースト、有機菜種油、食塩、有機砂糖、有機米粉、有機香辛料(ガーリックパウダー、バジル、マジョラム、オレガノ、黒コショウ)

有機玄米のあずき、甘みと旨みを生かした、なめらかなで、とろつとした優しい味の、有機玄米のかぼちゃポタージュです。




[0844] 有機玄米ポタージュ・かぼちゃダブル 135g×2 691 ~~712~~円
原材料…有機かぼちゃ(国産)、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩(海の精)

有機玄米のあずき、甘みと旨みを生かした、なめらかなで、とろつとした優しい味の、有機玄米のあずきポタージュです。



[0845] 有機玄米ポタージュ・あずきダブル 135g×2 691 ~~712~~円
原材料…有機あずき(国産)、有機たまねぎ、有機玄米、なたね油、食塩(海の精)

北海道・興農ファームの興農牛を使用 お弁当、ハンバーガーに便利なミニサイズ



[5846] 冷凍 興農ミニハンバーグダブル 35g×5×2 1628 ~~1686~~円
原材料…牛肉(北海道産)、豚肉(北海道産)、玉ねぎ、卵、パン粉、食塩、こしょう
※冷蔵庫で解凍後、加熱して下さい。

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

お総菜

▽ふりかけ類▽

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

▽佃煮類▽

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

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

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

▽スープ▽

2p	0801	<small>冷凍</small> わかめみそ汁	9g×6	383
	0802	<small>冷凍</small> 赤だし味噌汁	9g×6	383

▽中華惣菜・他▽

3p	0803	徳用北京餃子	270g	599
3p	0804	練 点心えびしゅうまい	27g×7	535

興農ファーム

翌々調配送品 (3/17~3/21)

北海道

牛や豚を育てて終りではなく

興農ファーム

自分たちの手で加工



[5836] 冷凍生ソーセージ
200g 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] 冷凍バクバク
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。

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

▽揚げ物・他▽

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

▽レトルトカレー類▽

0808	タイ・グリーンカレー	170g	540	
0809	タイ・レッドカレー	170g	540	
0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540	
0811	タイ・マッサマンカレー	170g	540	
0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432	
0813	<small>レトルト</small> ベジタリアンのための野菜カレー	200g	400	
0814	<small>レトルト</small> ベジタリアンのための豆カレー	200g	400	
0815	<small>レトルト</small> ベジタリアンのための根菜カレー	200g	400	

協賛

協賛

0816	チキンカレー辛口	180g	545	561
0817	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	545	561
0818	AUGA・OGトマトスープ	400g	600	
0819	AUGA・OGマッシュルームスープ	400g	600	
0820	AUGA・OGミネストローネ	400g	600	3p
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	2p
0823	有機玄米ポタージュ・にんじん	135g	356	
0824	有機玄米ポタージュ・ごぼう	135g	356	
0825	有機玄米ポタージュ・さつまいも	135g	356	
0826	有機玄米ポタージュ・あずき	135g	356	2p

▽興農デリカ▽

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

興農ファーム

翌々調配送品 (3/17~3/21)

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、肉にとても良く合います。

バジルの風味が食欲をそそる
[5830] 冷凍バジルポーク
ウィンナー 150g 864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

冷凍行者にんにく入り
[5827] 冷凍ウィンナー
150g 864円
[5834] 冷凍フランク
50g×5 1,291円



**環境にも健康にもやさしいリターナブル
昔ながらのビン牛乳をお届けします**



東毛酪農低温殺菌牛乳63℃（ビン入り）
組合生産者28戸の生乳だけで限定して作られる、
東毛酪農のスタンダード商品です。
パスチャライズド63℃30分殺菌。
ノンホモジナイズド。

パスチャライズドコーヒー

東毛酪農自慢の低温殺菌牛乳にコーヒー抽出液と
洗双糖を添加。パスチャライズド65℃30分殺菌され
た生乳が90%も入っているから栄養も満点です。

原材料…生乳、コーヒー液、砂糖、粉コーヒー抽出

[0951] 東毛酪農低温殺菌牛乳63℃（ビン） &
パスチャライズドコーヒー（ビン）セット
1セット（200ml・200ml） 364 ~~375~~円

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▽

	0901 東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ 1000ml	434
2p	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
1p	0904 パスチャライズドコーヒー（ビン） 200ml	190

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



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

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

▽ヨーグルト▽

2p	0905 東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト400ml	315
	SPOFF 0950 " ダブル 上記2p	612 639
	0906 ドリンクヨーグルト 200g	205
	▽バター・他▽	
	0907 東毛酪農のカマンベールチーズ 100g	648
	0908 東毛ナチュラル ゴーダタイプ 100g	832



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

原材料…生乳、食塩

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

豆乳グルト

翌々調配送品

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

▽よつ葉チーズ▽

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

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

品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

収穫初期の稀少な樹液

Grade A ゴールデン(デリケートテイスト)

第3世界ショップ リックさんのメープルシロップ

●原材料にこだわりあり
カナダ ケベック州にあるリックさんのメープル林で採
れた樹液のみを使用しています。市販品には類を見な
い、生産者の「顔の見える」メープルシロップです。
●メープルシロップの等級（グレード）
ゴールデン（デリケートテイスト）は、4段階ある
メープルシロップの等級のうち一番高い等級で、生
産量割合がメープルシロップ全生産量の5～15%
と、大変希少です。非常に繊細な味わい、上品な甘
さで、他の素材の風味をそこないません。



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
価格改定	0917 リックさんのメープルシロップ 330g	1,598 8p
	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

リックさんのメープルシュガー

海外の有機認証を取得した、オーガニックのメープル
シュガーです。カナダ ケベック州にあるリックさんのメ
ープル林で採れた樹液のみを使用しています。
溶けやすく様々な料理に活用できる、細かいパウダー
状です。



第3世界ショップ ※チラシをご覧ください SPOFF 翌々調配送品

	5731 リックさんのメープルシュガー 125g	1,209 6p
--	--------------------------	----------

ドライフルーツ・ナッツ

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

そのままおやつに

お菓子作りや、シリアルのトッピングに。
ドライフルーツ・ナッツミックス

レーズン、ドライ克蘭ベリー、スライスアーモ
ンド、クルミをミックスしました。原材料のドライ
フルーツ・ナッツは全て、アメリカ産の有機栽培品



第3世界ショップ ※チラシをご覧ください SPOFF 翌々調配送品

協賛	5732 アーモンド（食塩不使用） 70g	671 697
協賛	5733 くるみ（生） 65g	671 697
協賛	5734 ドライ克蘭ベリー 80g	545 567
	5735 ドライフルーツ・ナッツミックス 90g	626 3p
	5736 プルーン（種抜き） 120g	691 4p
	5737 レーズン 165g	496 3p

天然酵母パン ザクセン

<p>デニッシュ生地 自家製あんを包み込みました。</p>  <p>[1069] あんこデニッシュ 2ヶ 599円 3p 原材料…小麦粉(国産)、バター(国産)、あんこ(国産)、洗双糖、ホシノ酵母、天塩</p>	<p>天然酵母・国産小麦 北海道産バターを使用した バターロールです。</p>  <p>[1075] バターロール 5ヶ 616円 3p 原材料…小麦粉(国産)、バター、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>オーガニッククルミが入った 小さなパンです。</p>  <p>[1065] くるみのプチパン 4ヶ 583円 3p 原材料…小麦粉(国産)、くるみ(アメリカ産オーガニック)、菜種油、天然酵母、洗双糖、天塩</p>	<p>ドライマトとバジル入り セミハードロール</p>  <p>[1076] ドライマトとバジルの セミハードロール 5ヶ 594円 3p 原材料…小麦粉(北海道産)、ドライマト、粗糖、食塩、有機バジル</p>
<p>全粒粉、オーガニックレーズン、 オーガニックくるみを 生地に練りこんだ贅沢なパン。</p>  <p>[1072] パン・ド・コンブレ 250g 707円 4p 原材料…小麦粉(国産)、小麦全粒粉(国産)、オーガニックレーズン、くるみ(アメリカ産オーガニック)、酵母、天塩</p>	<p>オーガニック黒胡麻を たっぷり入れました。</p>  <p>[1063] ごまコッペ 1ヶ 427円 2p 原材料…小麦粉(国産)、ごま(ボリビア産オーガニック)、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>国産小麦と天然酵母の プレーンベーグルです。 一旦蒸してから 焼き上げました。</p>  <p>[1067] ベーグル(プレーン) 約70g×3 621円 3p 原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>玉ねぎの香ばしい 風味がふんわり!</p>  <p>[1085] オニオンロール 3ヶ 551円 3p 原材料…小麦粉(国産)、玉ねぎ(国産)、酵母、洗双糖、天塩、菜種油、黒胡椒、ナツメグ</p>
<p>やわらかな食感のプチパン アトピー対応のマーガリン使用</p>  <p>[1061] テーブルロール 5ヶ 599円 3p 原材料…小麦粉(国産)、菜種油、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>有機ふどう食パン 1機どら食パン</p>  <p>[1079] 有機ふどう食パン (6枚スライス) 6枚切り 675円 4p 原材料…有機小麦粉、有機レーズン、有機砂糖、天然酵母、食塩</p>	<p>国内産胚芽入り食パン</p>  <p>[1054] 胚芽食パン6枚スライス 6枚切り 556円 3p 原材料…小麦粉(国産)、小麦胚芽ふすま、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>雑穀食パン 6種類を使用しました。</p>  <p>[1055] 国産16穀食パン6枚 578円 3p 原材料…小麦粉(国産)、雑穀加工品(裸麦、モチ玄米、丸麦、発芽玄米、黄大豆、モチ麦、モチ黒米、黒大豆、小豆、モチ赤米、タカキビ、トウモロコシ、モチキビ、他)、洗双糖、キビ、パン酵母、天塩</p>

ポイント 品番 品名 規格 会員価格(税込み)

パン

規格は生地の重量表記です 型油…なたねサラダ油を使用

(略号…糖:粗精糖 マ:マーガリン バ:バター 油:油脂類 豆:大豆レシチン 乳:乳製品)

	1051	食パン	糖	1斤	459
	1052	食パンスライス6枚	糖	6枚切り	454
3p	1053	胚芽食パン	糖	1斤	567
3p	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	556
3p	1055	国産16穀食パン	糖	6枚	578
	1056	ふどう食パン	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・卵・油	255g	578
	1060	クロワッサン	糖・バ	2ヶ	524
3p	1061	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	599
	1062	プチパン	糖	5ヶ	502
2p	1063	ごまコッペ	糖	1ヶ	427
3p	1064	プチレーズン	糖	5ヶ	599
3p	1065	くるみのプチパン	糖・マ	4ヶ	583
	1066	よもぎパン	糖	5ヶ	599
3p	1067	ベーグル(プレーン)	糖	約70g×3	621
	1068	シナモンロール	糖・バ	1ヶ	335
3p	1069	あんこデニッシュ	糖・バ	2ヶ	599

品番 品名 規格 会員価格(税込み) ポイント

	1070	かぼちゃデニッシュ	糖・バ	2ヶ	583
	1071	あんぱん	糖	2ヶ	497
	1072	パン・ド・コンブレ	250g	707	4p
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
--	------	------------------	------	-----



第3世界ショップレシピ
お好みでフルーツを添えてどうぞ!

フレンチトースト

作り方…①卵2個を溶き、牛乳大さじ2、
メープルシロップ大さじ3~4、塩少々を
加えて混ぜ合わせ、パケット(または食
パン)をひたす。②パンが卵液を十分
に吸ったら、フライパンにバターを熱
し、パンの両面をこんがり焼く。③メ
ープルシロップを鍋に入れ、温める。熱々になったところでパ
ターを加え②にかける。お好みでシナモンをふりかけて。

[2322] セイロンシナモンパウダー 20g 389円

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



豚肉と野菜でスタミナたっぷり！
ご飯がすすむ味付けです。
**豚肉とブロッコリーの
オイスター炒め**

作り方…①ブロッコリーを小房に分け、耐熱容器で2～3分加熱する。②熱したフライパンに油を入れ、豚肉を炒め、一旦皿にとる。③再度熱したフライパンにごま油を入れ、ブロッコリーを入れて炒め、しんなりしたら①を戻し、混ぜ合わせた（オイスターソース、醤油、酒）を加え、炒めからめる。

3p [2207] オイスターソース 115g 486円
[0129] ブロッコリー 1ヶ 313円

冷凍 放牧豚切り落とし
バラ凍結

冷凍 健康豚
野菜炒め用小間切れ
ウデ肉の小間切れ肉です。



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



ホクホクのさつまいもを豚肉で巻いて、
甘辛く味付け。

さつまいもの肉巻き

作り方…①さつまいもは皮をむいて2cm角の棒状ものを6本作る。ラップをして電子レンジで加熱し、粗熱を取る。②豚ローススライス2枚を広げて重ね、その上にさつまいもをのせて巻き付け、全体に薄く、薄力粉をまぶす。③フライパンに油を熱し、中火で②を転がしながら焼いて、豚肉に火を通す。火を弱火にして（醤油、酒、みりん各大さじ1、砂糖小さじ1）を加えてからませる。

[0115] さつまいも 紅はるか 700g 346円

冷凍 健康豚 ローススライス
ロース薄切りスライスです。



豚肉

▽北海道 放牧豚▽

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

1101	冷凍 放牧豚	バラスライス	200g	781
2.5mm厚。さらっとして甘みのある脂と赤身の旨み特徴のバラ肉です。				
1102	冷凍 放牧豚	モモスライス	200g	720
1.5mm厚。脂が少なく赤身の旨みがあふれるモモ肉は適度な歯ごたえがあり、炒め物や煮物などに。				
1103	冷凍 放牧豚	挽肉（バラ凍結）	250g	751
赤身部位を中心にパラパラミンチにしました。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ふもとで飼育し、飲み水は地中を流れる伏流水を井戸で汲み上げ与えています。良質な澱粉質を主体に植物性原料100%の飼料を用い、ゆったり飼育に200日を要し、コクのある脂肪に包まれた美味しい肉に仕上げました。薬剤添加は獣医師の指導に基づいて行い、出荷の80日前からは無薬飼料のみに切り替えて育てます。

4p	1121	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
	1125	冷凍 健康豚	バラスライス	150g	708
	1126	冷凍 健康豚	生が焼スライス	150g	728
	1127	冷凍 健康豚	ヒレ	150g	1,084
	1128	冷凍 健康豚	ロース切り身	80g×2	771
	1129	冷凍 健康豚	挽肉	150g	513

3p	1130	冷凍 健康豚	野菜炒め用小間切れ	150g	546
	1131	冷凍 健康豚	パラパラ小間切れ	200g	754
ウデ肉・モモ肉を約2～3mmに丁寧に手切りでスライスして、バラバラで凍結させました。使いたい分だけ取り出せるので便利です。					
	1132	冷凍 健康豚	パラパラ挽肉	200g	748
丁寧に手切りして、バラバラで凍結させました。使いたい分だけ取り出せるので便利です。					



メープルの上品な甘みが、
香ばしく焼いたお肉の旨みを
最高に引き立てます。

豚肉のソテーメープルソース

作り方…①じゃがいもはよく洗って、皮つきのまま1cmの厚さに切る。②豚ロース肉は塩、こしょうをふり、叩いたんにくと適当な大きさに切ったローズマリーをのせる。③フライパンにオリーブオイルを熱して②を並べ入れ、んにくとローズマリーの香りを立たせながら豚肉の両面を黄金色に焼く。④豚肉を取り出したフライパンにオリーブオイルを追加し、①のじゃがいもを焼く。⑤器に豚肉とじゃがいもを盛り付け、全体にメープルシロップをかける。

8p [0917] リックさんのメープルシロップ
330g 1,598円

冷凍 健康豚 ロース切り身

ロースの脂は上質では旨みと風味があります。とんかつ、ポークソテーに最適。

冷凍 興農豚 ローストンカツ用

最上級の部位『ロース』を厚めにカットしました。肉のきめは細かく、柔らかい部位です。肉と脂のハーモニー。焼いても揚げてもクセになるうまさ！！



翌々週配送品

▽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	〳ロースしゃぶしゃぶ用	200g	1,188
5853	冷凍	〳バラスライス	200g	977
5854	冷凍	〳ローストンカツ用	200g	1,166
5855	冷凍	〳ヒレ一口カツ用	200g	1,193
5856	冷凍	〳ヒレブロック	300g	1,588
5857	冷凍	〳バラブロック	500g	1,993
5858	冷凍	〳挽肉	250g	940
5859	冷凍	〳徳用豚挽肉	400g	1,426

6p

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



シンプルな材料であつという間に本格カレーが仕上がります。お肉たっぷりボリューム満点です！第3世界ショップレンビ。

ココナッツミルクのチキンカレー

作り方…①鶏肉500gを一口大に切る。にんにく2片、生姜1片はみじん切りにする。②鍋に油を熱し、にんにく、生姜を炒める。③鶏肉を炒め、カレーの壺大さじ1~2を加えて加えてスパイスの良い香りがしてくるまで炒める。④ココナッツミルク400mlを加え、肉に火が通るまで煮る。

4p	[2308]	カレーの壺マイルド	220g/約18皿分	702円
2p	[2312]	ココナッツミルク	200ml	388円

冷凍 播州百日鶏 唐揚げカット
むね肉・もも肉を食べやすい大きさ(約25g)にカットしました。



鶏肉の天ぷら「とり天」。うどん、そばのトッピングにどうぞ！

ささみのとり天

作り方…①ささみは筋を取り除く。②天ぷら粉を水で溶いて①を付ける。カリッと揚げる。



3p	[2019]	有機天ぷら粉	300g	594円
----	--------	--------	------	------

冷凍 播州百日鶏 ささみ

鶏肉

▽兵庫 播州百日鶏▽

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

	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
4p	1302	冷凍 播州百日鶏 むね	200g	788
5p	1303	冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
5p	1304	冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
	1305	冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	786
4p	1306	冷凍 播州百日鶏 唐揚げカット	約25g×8	818
	1307	冷凍 播州百日鶏 ウィング	約80g×5	985
	1308	冷凍 播州百日鶏 レバー	200g	893



新玉ねぎの自然な甘味がおいしい一品です。鶏肉に含まれるビタミンAが皮膚や粘膜を丈夫にし、ナイアシンが血行を促進させます。

新玉ねぎのひき肉あんかけ

作り方…①新玉ねぎ2個は縦4等分に切る。生姜は細切りにする。②鍋にだし汁1カップと(酒大さじ2、みりん大さじ2、醤油大さじ1)を入れて沸かし、玉ねぎを加えてやわらかくなるまで煮て、玉ねぎを取り出す。③煮汁に鶏ひき肉50gと生姜を加えて混ぜながら熱し、水溶性片栗粉でとろみをつける。④器に玉ねぎを盛りつけて③をかけ、小ねぎを飾る。

[0107]	新玉ねぎ	700g	508円
--------	------	------	------

冷凍 播州百日鶏 挽肉
むね肉を挽き材として使用しています。



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

加工肉

▽ファーマーズファクトリー▽

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

1401	冷凍 放牧豚 ポークウィンナー	100g	471
1402	冷凍 放牧豚 粗挽きウィンナー	100g	521
1403	冷凍 放牧豚 ベーコンスライス	65g	410



簡単で、美味しいお助けメニュー!!
牛肉、木綿豆腐、長ネギを焼いて、「有機肉豆腐の素」を加えるだけ

肉豆腐

作り方…①木綿豆腐は食べやすい大きさに切り、水気をきっておく。牛肉は食べやすい大きさ、長ネギは約4cmに切る。②熱したフライパンに油を入れ、牛肉を軽く焼き色がつくまで焼く。豆腐を加え両面に焼き色がつくまで焼く。③②に長ネギを加えてしんなりするまで炒め、有機肉豆腐の素を加えて中火で1分間ほど全体にからませるように炒めれば完成。
※お好みの野菜やしらすを加えて、すき焼き風にしても美味しくお召し上がりいただけます。

2p	[2213]	有機肉豆腐の素	100g	281円
----	--------	---------	------	------

興農牛すき焼き用

モモ部位とバラ部位の薄切り肉です。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
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

金子製麺 ワンタンの皮

茹でてそのまま酢醤油やラー油、練りがらしなどを付けてお楽しみいただくほか、ワンタンスープにどうぞ。

原材料…小麦粉、食塩、かんすい、加工でんぷん



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
1211	春巻きの皮	10枚	362
1212	ワンタンの皮	20枚	254

2p



素材の味をいかすため保存料不使用
南伊豆水産 小竹輪

北海道産スケトウダラの無リン・全糖すり身を練り上げ、国産調味料で味を調えた小竹輪です。
原材料…すけそうたらすり身（北海道北東沖）、馬鈴薯澱粉、再製塩、醗酵調味料、洗双糖、鰹だし



煮物、おつまみ、お弁当に
南伊豆水産 うずら卵天

うずらの卵を包んで揚げました。プリプリの食感とうずら卵のおいしさを楽しめます。
原材料…すけそうたらすり身（北海道北東沖）、うずら卵（愛知）、醗酵調味料、鰹だし、馬鈴薯澱粉、洗双糖、自然塩、菜種油



南伊豆水産 ごぼう巻き

国産のごぼうを使用し、練り物で巻いた商品です。ごぼうの食感と練り物との相性は抜群です。
原材料…すけそうたらすり身（主として北海道近海）、ごぼう（国内産）、馬鈴薯澱粉、洗双糖、食塩、醗酵調味料、鰹だし

フライパンで焼く、煮物や鍋に
高橋徳治商店 冷凍 おとうふ揚げ

北海道産の助宗タラすり身に国産大豆を使用した豆腐を合わせました。
米油でじっくりと揚げられたすり身はふわっとした食感と大豆の風味・甘味が香る当社の人気No.1の商品です。
原材料…魚肉（タラ（国産））、豆腐（大豆（遺伝子組み換えでない））、米油、でん粉（ばれいしょ（遺伝子組み換えでない））、砂糖、発酵調味料、カツオエキス



高橋徳治商店

冷凍 おでん種7種13品セット
内容…さつま揚げ2枚・ごぼう巻1本・玉ねぎ揚げ1本・ぼたんちくわ2本・ソフトはんぺん1枚・白身つみれ4ヶ・小魚つみれ2ヶ

主原料は北海道産の助宗タラすり身や国産のサメ肉や小魚。
焼き・蒸し・揚げの練り物がバランスよく、最後に残ったスープまで美味しく召し上がれるよう設計したおでん種セット。
どれも余計な添加物やツナギは使用せず、魚の本来の旨味を引き出しました。



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

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

練り物

▽静岡 南伊豆水産

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

1513	まぐろもろこし	100g	551
1514	おでん種セット 卵	6種13品	1,021

▽宮城 高橋徳治商店

1515	練 おとうふ揚げ	170g5ヶ	394	2p
1516	練 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	491	
1517	練 さつま揚げ	190g5枚	508	
1518	練 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540	
1519	練 おとうふ揚げ (五目)	165g5ヶ	410	
1520	練 ぼたんちくわ	165g5ヶ	491	
1521	練 いわしだんご	150g	437	
1522	練 えびしんじょすりみ 卵	150g	578	
1523	練 おでん種セット(7種13品) 卵	356g	1,042	5p

雪むろじゃがいも使用。
魚沼の甘味のある脂身が特徴の豚肉を使用しています。

電子レンジ

魚沼産豚肉キャベツメンチカツ
キャベツをザク切りにして食感を強調しました。

電子レンジ

里芋と蓮根の異なる食感が楽しめるミニコロッケ。

電子レンジ

和豚もち豚、青森産にんにく等、厳選素材を使って作った餃子

電子レンジ

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

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

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

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

まきばの「とこトンシリーズ」

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

▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽

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

▽雪室熟成じゃがいもコロッケ

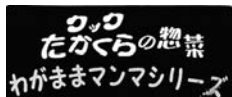
1565	冷凍 ビーフ	60g×4	751
------	--------	-------	-----

1566	冷凍 ポーク	70g×4	680	4p
------	--------	-------	-----	----

▽とこトン惣菜

1567	冷凍 レンジでざく切りキャベツメンチ	70g×4	677	4p
1568	冷凍 レンジで里いもレンコンコロッケ	21g×8	600	3p
1569	冷凍 餃子	25g×10	603	3p

少量規格でお弁当や夜食、小家族様に最適！
素材の安全性は勿論、手作りのやさしい味です
(農産物は国産、農薬不使用)



東京都東久留米 **クックたかくら**
創業30年、創業からずっと手作りの惣菜。

クックたかくら

▽惣菜▽

4p	1529	冷凍	ササミのチーズフライ	170g	788
	1530	"	ダブル	上記2p	1,514 1,576
4p	1531	冷凍	中華丼の素	230g	756
	1532	"	ダブル	上記2p	1,452 1,512
3p	1535	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	583
	1536	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166
4p	1539	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	670
	1540	"	ダブル	上記2p	1,286 1,340
6p	1541	冷凍	パクパク餃子	30個	1,253
	1542	"	ダブル	上記2p	2,405 2,506
4p	1545	冷凍	からあげ	130g	745
	1546	"	ダブル	上記2p	1,431 1,490

▽グッドミー (大豆ミート) Good to me 私にとって良いもの
お肉を使わない植物蛋白加工食品のお惣菜シリーズです。
クックたかくらは、大豆たんぱく質にまつわる代替肉 (お肉の代わりに使う食材) というイメージをなくすべく、大豆ミートとは呼ばず、グッドミーと表現します。

4p	1551	冷凍	有機豆乳使用クリームコロッケ	4個入り	745
3p	1552	冷凍	有機豆乳使用のポテトグラタン	180g	648
4p	1553	冷凍	グッドミーのベジタブル春巻き	3本入り	724
3p	1554	冷凍	有機豆乳使用のカレーピラフドリア	180g	632
4p	1557	冷凍	グッドミーのベジタブル中華丼	180g	718
3p	1558	冷凍	車麩のフライ	5個入り	616

蒸し器で温める



4p

鶏の胸肉をふんわり揚げて、甘酢とゴマで煮込みました。



3p

[1525] 冷凍 中華おこわ	200g	670円
[1526] " ダブル	上記2p	1,286 1,340 円
原材料…もち米 (宮城産)、人参、干し椎茸、豚肉 (茨城産)、植物性油、醤油、砂糖、酒		
[1527] 冷凍 鶏肉の甘酢ごま煮	150g	583円
[1528] " ダブル	上記2p	1,120 1,166 円
原材料…鶏ムネ肉、醤油、発酵調味液、酒、酢、白いりゴマ、洗双糖、片栗粉、なたね油		

自然解凍



3p

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



3p

[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		
[1533] 冷凍 すきやき風コロッケ	150g	594円
[1534] " ダブル	上記2p	1,140 1,188 円
原材料…じゃが芋、牛肉 (青森産)、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、みりん、醤油、卵、サラダ油、塩、胡椒		

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



3p

植物素材のおいしい惣菜 大豆ミートの酢豚風おかず



3p

[1555] 冷凍 グッドミーのベジタブルミートソース	140g	599円
原材料…粒上大豆たんぱく、玉ねぎ、トマトホール、トマトケチャップ、味噌、赤ワイン、サラダ油、根しょうが、にんにく、味の母		
[1556] 冷凍 グッドミーのちっちゃなベジバーグ	6個	621円
原材料…大豆ミート、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、醤油、味の母、根生姜、サラダ油、塩、胡椒		

えび、いか、たら、昆布で、海鮮風味豊かに仕上げました



3p

[1585] 冷凍 海鮮餃子 12ヶ 583円

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

小粒ながらもジューシー仕上げ！ 国産小麦粉で風味豊かなバリバリの皮です



3p

[1586] 冷凍 ひとくち餃子 20ヶ 551円

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

具材の約42%が豚肉、エビを約5%配合し、風味と食感にこだわった肉焼売



4p

[1587] 冷凍 肉焼売 8ヶ 670円

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

海老といか、国産野菜をワンタンの皮で包みました 凍ったまま入れて茹でるだけ



3p

[1588] 冷凍 海老ワンタン 15ヶ 535円

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

口福広場 美勢商事の中華点心

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

▽口福広場▽	1583	冷凍	肉餃子	12ヶ	572
	1584	冷凍	野菜たっぷり餃子	12ヶ	378
	1589	冷凍	海鮮えび焼売	8ヶ	697

杏掛冷食

春巻とグラタンを手作りで製造 杏掛冷食



1570	冷凍	有機ブロッコリーと有機ペンのえびグラタン	130g×2	670
1571	冷凍	春巻	250g(5本)	810

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

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

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

海鮮鍋セットでアクアパッツア

色々な魚介が入っているので、美味しい出汁がでます。

[0140]	ミニトマト	150g	378円
[0149]	にんにく	1ヶM	259円
[2146]	いづつプレスラン 白	720ml	1023円



[1714] 冷凍海鮮鍋セット 7種 (約2人前) 2074円

内容
ワタリガニ1杯、生秋鮭切身2切、汐タラ切身2切、ポイルホタテ1ヶ、ベビーホタテ2ヶバナエビ2ヶ、結び昆布2ヶ

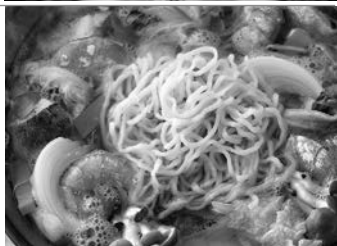
魚介ダシが美味

みそが詰まったカニや、ホタテ、バナエビなどから魚介の旨味たっぷりのダシが出ますので、野菜をたっぷりと入れ、お好みの味付けでお召し上がりください。



お鍋のシメ!
海鮮ラーメン

バターでコクを出しても
[2408] せいろ麺上選
太焼そば (ソース無し)
2食 324円



海産

▽刺身・生食用▽

5p	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604	冷凍 ネギトロ用すき身 (サラダ油使用)	200g	1134
	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
5p	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
5p	1610	冷凍 刺身用はたて貝柱	100g	1064

▽切り身魚▽

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

▽漬け魚▽

	1711	冷凍 国産サバ塩こうじ漬け 2切れ	567	3p
	1712	〃 ダブル 2切れ×2	1077	4p
	1713	冷凍 メカジキ照焼用 90g×2	875	

高尾の魚

翌々週配送

[5655] 冷凍さば西京漬 2切れ 632円

味噌を軽くふきとるのが焦げないポイント。粉をつけて竜田揚げにも



▽切り身魚▽

5650 冷凍真ダラ切身 2切れ 810

▽漬け魚▽

5651 冷凍味噌漬けセット 約80g×3 902
イカ、サケ、サワラ各80g

5652 冷凍銀だら味噌漬け 2切れ 1804

5653 冷凍サケ味噌漬 2切れ 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

SPOT



脂がのっているので ムニエルや煮つけに 4p

[1617] 冷凍カラスガレイ切り身 2切れ 805円

アイスランド産。無塩。銀ガレイとも呼ばれています。皮無しなので、水分が多いため、熱を通すと崩れやすいのでご注意ください。



シメサバの美味しさを追求

[1619] 冷凍特上シメサバ 1枚 702円

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



鯉節、昆布の豊かな風味

[1601] 冷凍三陸水産のたらこ 80g 983円

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



[1718] 冷凍エコシュリンプ 約200g 1696円

インドネシアで伝統的な「粗放養殖」で育てたブラックタイガー



[1616] 冷凍骨無し秋鮭切身 (無塩) 2切 821円

北海道の天然秋鮭の骨を丁寧に除去し、切身に加工しました。

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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽惣菜▽				
	1751	冷凍 まぐろつみれ	180g (10~13ヶ)	545
	1752	冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん	160g	454
	1753	冷凍 日本のやさしいアジフライ	50g×4	778
	1754	冷凍 揚げだけ!秋鮭フライ (骨取り・皮無し)	3切	940
	1755	冷凍 イカ下足竜田揚げ用	250g	778
	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



いわき市の郷土料理
さんまの和風ハンバーグ
 [1731] 冷凍手づくりさんま 4p
 ポーポー焼 80g 859円
 薬味たっぷりおろしポン酢、トマトとバジルチーズなど様々なアレンジでさんまの旨味をお楽しみください。
 原材料：さんま、ネギ、生姜、発酵調味料、パン粉、味噌、食塩



ダシと
ほんのり生姜の効いた
丁度良い味付け
 [1759] 冷凍骨無し!美味しい! 5p
サバの竜田揚げ
 8切 940円
 脂の乗ったサバを加工しました。サクサクとした食感がやみつきになる事間違いなし!



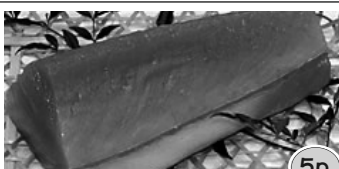
冷凍国産サバ塩こうじ漬け
 [1711] 2切れ 567円 3p
 [1712] 〃 ダブル
 2切れ×2 1077 ~~1134~~円
 有機栽培米と天日塩で製造の塩こうじに漬けました



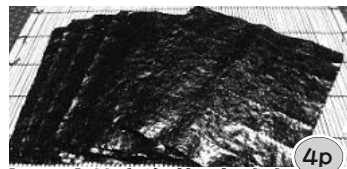
[1610] 冷凍刺身用ほたて貝柱 5p
 100g 1064円
 北海道産の新鮮なホタテを使用。カレーなど様々なお料理に



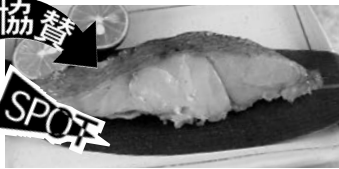
[1728] 冷凍金目鯛開き 4p
 2枚 675円
 宮城県産の小ぶりの金目鯛を塩だけで干しあげました。



[1607] 冷凍ピン長まぐろ 5p
 300g 1058円
 ミッドウェー沖/脂のつったものを長年の目利きで厳選



[1809] 焼き海苔/宮城産 4p
 半裁×20枚 740円
 一番美味しい12月上旬の黒のりのみ使用



[1729] 冷凍こだわりの味噌漬け 3p
 本目抜き 1切 956 ~~1129~~円
 本目抜きは、程よい脂で、淡白ながら旨味の強いのが特徴です



[1618] 冷凍(無塩)銀ダラ切身 5p
 2切 994円
 身がやわらかく脂が乗っています。そのまま焼くほか、煮つけにも



[1730] 冷凍赤魚開き一夜干し 3p
 1枚 578円
 アメリカ産。脂がしつこくなく、旨味のぎゅっと詰まった一夜干し

海藻、のり

▽海藻、のり▽				
1801	鳴門生わかめ (塩蔵) /徳島	150g	535	
1802	カットわかめ	35g	875	
1803	三陸茎わかめ 剣山裂き	250g	470	3p
1804	海草サラダ	100g	351	
わかめ・茎わかめ・昆布・赤すぎのり・赤のりなど。塩蔵				
1805	寿司はね焼のり/福岡	全形10枚	734	
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	4p
1810	食卓焼き海苔/宮城産	4枚×25	713	
1811	刻みねこあしがごめ昆布	50g	632	
1812	冷凍 生芽かぶとろろ	100g	265	

細かく裂いているので
サラダ・煮物なんにでも 3p
 [1803] 三陸茎わかめ剣山裂き
 250g 470円

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



茎わかめともやしの炒め物
 水をはったボウルに入れ塩抜き。にんにくを効かせて炒め、醤油で味付けする
 [2118] 海の精 吟醸純生しょうゆ 360ml 983円
 [0149] にんにく 1ヶM 259円



明太子と豆乳の
クリーミーなスープが美味しい!

明太豆乳うどん

作り方…①鍋でうどんを表示通りに茹でる。②(豆乳300ml、白だし大さじ2、バター20g、明太子40g)を鍋に入れ、沸騰したらうどんを加えてひと煮立ちさせる。③器に盛り、残りの明太子、ねぎの小口切りをトッピングして、黒胡椒をちらす。

[1602] 冷凍三陸水産の辛子明太子 80g 1,010円
[0909] 南箱根の厳選バター 180g 1,058円

5p

金子製麺 ふわふわもちもちむっちりうどん
1分の茹で時間で出来る、簡単調理の太麺うどん。ふわふわの柔らかさと、もちもちのコシ。さらにむっちりとした粘りのある、新食感の逸品です。

原材料…小麦粉(国内産)、食塩(高知産)、小麦たんぱく



簡単ランチ、軽食に 桜井食品 さくらの焼そば

麵は国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。麵の揚げ油はRSPO認証パーム油を使用しています。
ソースはトマトピューレ・りんごパルプでおいしさを引き出した特製液体ソースです。ふりかけ付き。



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2421	さくらの焼そば	114g×2	421	2p
SP0%	2431 " ダブル	上記2p	800	842
▽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	
▽パスタ▽				
2426	国内産ロングパスタ	300g	432	
2427	国内産エルボパスタ	300g	432	
2428	DeLucaオーガニックパスタ スパゲッティ	500g	508	
2429	DeLucaオーガニックパスタ ペンネ	500g	622	

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

麺類

▽生麺▽

2p	隔週	2401	ふわふわもちもちむっちりうどん	200g×2	329
	隔週	2402	あしがら車屋 醤油らーめん	2食	443
	隔週	2403	〃 味噌らーめん	2食	481
	隔週	2404	〃 塩らーめん	2食	481

モンゴルかん水よるぶりぶり食感の麺に

鯉の魚粉がきいたタレが
食欲をそそる本格つけ麺。

金子製麺
江戸風鯉醤油つけ麺

国産小麦粉と国産小麦農林61号自家製粉を使用。

ベースの醤油にとんこつ白湯

エキスをブレンドし、鯉の魚粉を入れて仕上げた付けダレがおいしい、大人が満足できる本格的なつけ麺です。太麺。



3p	月1	2405	江戸風鯉醤油つけ麺 スープ付	2食	502
	隔週	2406	日本の中華麺 坦々麺	2食	491
		2407	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518
		2408	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324
		2409	生スパゲッティ 卵	150g×2食	335
▽冷凍麺▽					
		2410	練 さぬきうどん	200g×3	410
		2411	" ダブル	上記2p	788
		2412	練 十割生そば	130g×2	594
		2413	" ダブル	上記2p	1,129



栃木・田島穰さんの妻で作った 全粒粉入りのうどんです

地粉うどん(田島さんのうどん)

田島さんの無農薬、無科学肥料小麦100%使用。自家製粉。

細麺と平たい幅広麺。

全粒粉(ふすま)が入るので、すこし色が黒く、風味豊かなくろうどんです。

原材料…小麦粉(栃木県産/農薬、化学肥料不使用)、海苔の精

2p	2414	地粉うどん(田島さんのうどん) 太	250g	286
2p	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
	2418	足柄古式そば	240g	356
	2419	究極そば	200g	535
	2420	特選そば	200g	562

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

混合削り節だしパック

あいのお だしさん

むろあじ節、さば節、にぼしを最適なバランスで配合した、添加物を一切加えていない美味しいだしパックです。

原材料…むろあじ節・さば節・いわし煮干



▽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	2p
SP0%	2515 " ダブル	上記2p	581	694

▽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
2511	チキンコンソメ	10g×8	540

▽干し椎茸▽

2512	干ししいたけ・どんこ(大)	45g	994
------	---------------	-----	-----

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

【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「くろすおーばー」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)
	2004	国産有機白玉だんご粉	150g	480
	2005	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	389
	2006	無双本葛・粉末	80g	594
	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405
	2009	重曹	300g	416



桜井食品 ホットケーキミックス(有糖)
 岐阜産の小麦を100%使用。砂糖はビート糖、食塩は岩塩、膨張剤には内モンゴル産の重曹を使用しています。

香料や酸化防止剤等を一切加えずに調整したミックス粉です。

ホットケーキのほか、ドーナツやクッキーなどのお菓子作りにもご利用いただけます。

原材料…小麦粉(岐阜産)、砂糖(ビート糖)、食塩、膨張剤(重曹)



3p	2010	ホットケーキミックス(有糖)	400g	443
	▽豆▽			
	2011	有機大豆(岩手産)	300g	281
	▽水煮野菜▽			
	2012	小豆の水煮	230g	270
	2013	黒豆の水煮	230g	292
	2014	金時豆の水煮	230g	281



腎臓の疲れからくるむくみには、利尿作用のある「小豆かぼちゃ」を。週に1~2回、1回の量は少くてもOK。

昔ながらの養生食です。

コジマフーズ 小豆かぼちゃ
 ビタミンA、Cの豊富なかぼちゃと、ビタミンBに富む小豆の組み合わせは、身体の抵抗力を高めます。砂糖は使っていませんが、素材の甘味が際立ちます。

原材料…小豆(国内産)、かぼちゃ(国内産)、食塩

2p	2015	小豆かぼちゃ	200g	367
	SPOT	2029	ダブル	上記2p 698 734
	▽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

うどん、そばや味噌汁、おにぎりの具材に

ムソー とろろ昆布(富士酢使用)

函館産「真昆布」と「がごめ昆布」をを京都・飯屋醸造製の富士酢に浸し、ゆっくり熟成させ、旨みを引き出して削りだした羽二重のようなとろろ昆布です。

原材料…真昆布(北海道尾札部産)、がごめ昆布(北海道尾札部産)、米酢



三陸水産 とろろ昆布

酢を使わず、瞬間的に蒸気を通して削りました。

定番はうどん・そば・お味噌汁の具として。また、玉子焼き・おにぎりに巻くなどの創作料理にも!

原材料…真昆布(三陸産)



乾物・缶詰・素材

	▽乾物▽			
2p	1815	とろろ昆布(富士酢使用)	30g	432
3p	1816	とろろ昆布	50g	524
	1817	塩吹昆布	35g	443

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
1818	ひじき/国内産	40g	821	
1819	すき昆布	1枚	578	
1820	上乾さくらえび/台湾	20g	648	
1821	北海するめ	1枚	1,129	
1902	有機大豆使用 にがり凍み豆腐	6枚	464	
1903	かんぴょう	40g	691	
1904	有機乾燥きくらげホール	15g	486	
1905	国産はるさめ	50g	157	
1906	国内産・くずきり(本葛+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	

おつゆ、みそ汁に。卵とじや含め煮に。

やきふ おつゆふ

国内産の小麦を原料に使った、口ざわりの良いやきふです。手焼きで丁寧に焼き上げました。

おつゆふは小さいサイズなので、味噌汁・お吸い物などに、水で戻さず出来あがった後にそのまま入れてください。

原材料…小麦粉、小麦タンパク(グルテン)、山芋粉



	1908	やきふ	40g	292	2p
	1909	おつゆふ	1袋30g	292	2p
	1910	糸寒天(国産)	30g	616	
	▽素材・缶▽				
	1911	とうもろこし缶(ホルカ-礼)	180g×3	778	
	1912	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	702	
	1914	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778	
	1915	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778	
	1916	ミニとろイワシ・味付	100g	378	
	1917	とろイワシ水煮	150g	497	
	1918	オイルサーディン	100g	443	
	▽こんにやく▽				
	1919	一穂のこんにやく	300g	335	
	1920	一穂の生芋こんにやく	230g	297	
	1921	手どりこんにやく	250g	389	

東京都あきる野市 池谷

池谷 しらたき

国産こんにやく芋粉を使い、昔ながらのバタ練り製法で作ったしらたきです。

原材料…こんにやく芋粉(群馬、山梨)、水酸化カルシウム

池谷 くろたき

国産こんにやく芋粉に海藻粉を混ぜました。

原材料…こんにやく芋粉(群馬、山梨)、海藻粉末、水酸化カルシウム



	1922	しらたき	230g	335	2p
	1923	くろたき	230g	346	2p
	1924	乾燥糸こんにやく	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(有機ガーリックパウダー、有機コリアンダーパウダー、有機クミンパウダー、有機ジンジャーパウダー、有機ナツメグパウダー、有機黒胡椒パウダー、有機オニオンパウダー)



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



万能!甘辛調味料

スリランカ産マンゴーのフルーティーな果肉を、スパイスやお酢、粗糖と一緒に煮込んだ甘辛風味の万能調味料。



炒飯



回鍋肉



きんぴら

- ✓+ **醤油**
鶏肉を漬けて甘辛丼
- ✓+ **マヨネーズ**
エビマヨのソースに

- ✓+ **ケチャップ**
野菜とお肉を炒める

[2223]マンゴーチャツネ 260g 734円

原材料：砂糖、マンゴー、にんにく、醸造酢、食塩、マスタード、しょうが、とうがらし/増粘剤(ペクチン：オレンジ由来)



調味料

▽味噌▽				
2101		玄米味噌	650g	842
2102	酢屋茂	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		有機醤油	720ml	1296
2116	弓削多	〃	300ml	680
2117		木桶仕込醤油	1000ml	1426
2118		海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	983
2119		木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518
▽塩・他▽				
2120		あらしお(大)	500g	1296
2121		〃(小)	240g	648
2122		ほししお	240g	810
2123		やししお	60g	454
2124	海の精	〃 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
3p		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
3p		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
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	いつつプレスラン(料理用ワイン)赤	720ml	1023
酒	2146	〃 白	720ml	1023
▽酢▽				
2147		有機純米酢 老梅 小	500ml	497
2148		〃 中	900ml	875
2149		富士酢(米酢)	500ml	864
2150		美濃有機玄米黒酢	360ml	756
2151		純りんご酢	500ml	572
2152		富士すし酢	360ml	756
2153		カンタン八芳酢	360ml	508
2154		有機レモン100%しぼりたて	180ml	562
2155		有機梅酢 赤	200ml	583
2156		有機ポン酢醤油	250ml	464
2157		職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670
▽食用油類▽				
2158		国産なたねサラダ油	450g	972
2159		菜種サラダ油(丸缶)	800g	1642
2160		国産なたね油	450g	918
2161		玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
2162		生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
2163		最高級ラー油	45g	616
2164		日本オリーブ有機エキストラオリーブオイル	180g	1944
2165		〃	450g	3888
2166		カルボネール有機エキストラオリーブオイル	458g	2695
2167		パレスチナのエキストラオリーブオイル	273g	1858
▽季節限定・鍋つゆ▽				
2168		みそちゃんこ鍋スープ	600g	324
2169		寄せ鍋スープ	600g	324
*****		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		本場長崎ちゃんぼん鍋つゆ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		イマイ醤油	1800ml	1388
2182		有機純米酢 老梅 大	1800ml	1415

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽ソース類▽			
	2201	有機ウスターソース	250ml	454
3p	2202	有機中濃ソース	250ml	454
	2203	職人の夢・有機中濃ソース	200ml	540
	2204	有機濃厚ソース	250ml	454
	2205	お好みソース	360ml	421
	2206	やきそばソース	290g	454
3p	2207	オイスターソース	115g	486
	▽たれ類▽			
	2208	焼き肉のたれ	350g	680
3p	2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
	2210	有機麻婆の素	100g	281
	2211	有機回鍋肉の素	100g	281
	2212	有機青椒肉絲の素	100g	281
2p	2213	有機肉豆腐の素	100g	281
	2214	有機もやし味噌炒めの素	100g	281
	▽マヨネーズ▽			
	2215	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	290g	670
	▽ケチャップ類▽			
	2216	有機トマトケチャップチューブ	300g	421
	2217	有機ピザソース	225g	475
	2218	有機トマトピューレ	320g	400
	2219	有機トマト缶・ホール	400g	324
	2220	有機トマト缶・カット	400g	324
	2222	有機ミートソース	140g	335
	▽ドレッシング 他▽			
4p	2223	マンゴーチャツネ	260g	734
	2224	果実の恵みドレッシング	200ml	443
	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
4p	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	奄美カレー中辛	180g	486	
2303	奄美カレー甘口	180g	486	
2304	カレースパイスセットレギュラー	5~6皿分	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	702	4p
2309	〃 オリジナル	220g/約18皿分	702	4p
2310	〃 スパイシー	220g/約18皿分	702	4p
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	388	2p
2313	直火焙煎クリームシチュールウ	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	799	
▽香辛料▽				
2315	すじ青のり	4g	367	
2316	山わさび	12g	324	
2317	七味	15g	616	
2318	ゆず七味	10g	389	
2319	白コンヨー	20g	346	
2320	カレーの壺ペッパー 黒ホール	20g	388	
2321	〃 黒粗挽き	20g	388	
2322	セイロンシナモン パウダー	20g	389	
2323	柚子こしょう	40g	373	
2324	有機生姜末・ピン	40g	756	
2325	旨味本来 からしチューブ	40g	356	
2326	旨味本来 生おろしわさびチューブ	40g	356	
▽乾燥ハーブ▽				
2327	乾燥バジル	4g	589	3p
2328	乾燥ローズマリー	4g	589	
2329	唐辛子	5g	281	
2330	乾燥ローリエ	3g	589	



ペーストなので具に絡めやすい
 たっぷりのスパイスと野菜の旨味が詰まった「万能カレー調味料」
カレーの壺 各220g(約18皿分) 702円 4p
 [2308] マイルド 豆や野菜のカレーに
 [2309] オリジナル ブイヤベースにも
 [2310] スパイシ 大人の辛口カレー

さわやかな香り
 [2128] ハーブソルト 3p
 55g 518円
 「海の精 やきしお」に、有機JAS認証を取得したハーブ4種(バジル、オレガノ、パセリ、タイム)をほどよくブレンドしました

本格カレーに！ 使い切りサイズ 2p
 [2312] ココナッツミルク 200ml 388円
 スリランカの有機農家で栽培されたココナッツを使用しました。漂白剤や酸化防止剤は使用していません。ココナッツ、安定剤(グアラム)

[2167] バレスチナのエキストラバージンオリーブオイル 273g(300ml) 1858円 9p
 スパイシーな風味が。平和への願いが詰まったオイルです
 食用オリーブ

[2229] にんじんドレッシング 180ml 680円 4p
 すっきりとした甘みで野菜はもちろん肉・魚料理にも
 にんじん(栃木・糸川米子さん)、玉ねぎ、米酢、食塩、きび砂糖、とうろ昆布

[2132] マスコバド黒糖(フレーク) 500g 621円 3p
 サトウキビ本来の素朴な風味。くせのない味さとうきび

[2327] 乾燥バジル 4g 589円 3p
 自家農園産の有機バジルを自然乾燥。

[2207] オイスターソース 115g 486円 3p
 瀬戸内海産カキエキスをベースに国産丸大豆醤油、三河みりん魚醤などで味付け
 かきエキス、砂糖、醤油、食塩、みりん、でん粉、魚醤、レモン

[2213] 有機肉豆腐の素 100g 281円 2p
 素材の味を生かした美味しさに仕上がります
 有機醤油、有機たまねぎ、有機砂糖、有機コンスターチ、有機米至鮮調味料、有機どうろ果汁、食塩

[2209] 麻婆の素(瓶) 225g 454円 3p
 野菜炒めのタレなどにも
 醤油、米味噌、本みりん、でんぷん、砂糖、有機しょうが、有機にんにく、有機たまねぎ、食塩、長豆、有機米酢、唐辛子、オイスターエキス

[2202] 有機中濃ソース 250ml 454円 3p
 有機野菜・果実 たっぷりの、少し辛口のソース
 有機野菜・果実(人参、トマト、玉葱、その他)、有機醸造酢(リンゴ酢、米酢)、糖類(有機糖みつ・有機砂糖)、食塩、有機コンスターチ、香辛料、有機醤油、こぶ

有機純米酢 老梅
 [2147] 小 3p 500ml 497円
 [2148] 中 5p 900ml 875円
 一度「酒」を造り、更に「酒」をもう一度発酵させて、米酢をつくる 静置発酵



**ミルクの風味を大事に大事に凝縮
生乳仕立ての
プレミアムアイスクリーム
群馬 東毛酪農**

生乳から水分だけを取り除き（膜濃縮乳）、アイスクリームの原料にしました。ミルクの風味を大事に大事に凝縮したアイスクリームです。

8時間～12時間という長いエイジング（熟成）を経た深みのある味わいは、お口の中でサ～と溶けます、ちょっと驚きの切れの良さ！余計な物を省いた自然の美味しさをご堪能ください。

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

牧場ミルクアイス

低温殺菌牛乳のバイオニア東毛酪農だから出来る、ミルクの風味豊かなアイスクリーム。甘いのに後味すっきり、お口の中でサッと溶けます。

原材料…脱脂濃縮乳（国産）、クリーム、砂糖、加糖卵黄、乳等を主要原料とする食品、（一部に乳成分・卵を含む）

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・冷蔵▽

木次乳業製造

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

東毛酪農製造

4p	2807	冷蔵	牧場ミルクアイス	110ml×2	691
4p	2808	冷蔵	はちみつバニラアイス	110ml×2	691
4p	2809	冷蔵	ミルクコーヒータイス	110ml×2	691
4p	2810	冷蔵	ミルクチョコレートアイス	110ml×2	691
4p	2811	冷蔵	宇治抹茶アイス	110ml×2	691

▽和菓子類▽

	2812	冷蔵	三色だんご	4本	572
	2813		北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441
2p	2814		有機ほの甘あずき	55g	238
	2815		有機・楽笑栗	125g	454
1p	2816		オーガニック小麦のどらやき	1個	184



冬季限定

**職人手造りの一品。
ほっと一息したいそんな時に。
北海道 ノースカруз
北海道あん玉**

こだわりの北海道十勝産小豆を使用し、職人がひとつ一つ丁寧に造りました。

粒の大きな北海道産小豆甘納豆を、北海道産こし餡に練り込みました。

あっさりとした優しい甘さが、お口の中に広がります。

原材料…生餡（北海道産、水あめ（国産）、砂糖（北海道産）、小豆甘納豆（北海道産）、寒梅粉（国産）、還元水あめ（国産）



SP [2901] 北海道あん玉ダブル 7ヶ×2 829 ~~864~~円

2p	2817		北海道あん玉	7ヶ	432
----	------	--	--------	----	-----

▽その他▽

	2818		豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292
	2819		豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292
	2820		バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2821	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540	
2822	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540	
2823	バタービスケット ミルクチョコレート	4枚×3袋	540	
2824	純国産北海道バタークッキー	2枚×4包	324	
2825	純国産芋けんぴ	125g	280	
2826	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264	
▽スナック▽				
2827	純国産ポテトチップス・うすしほ	55g	232	
2828	純国産ポテトチップスのり塩	53g	232	
2829	純国産さつま芋ちっぷ	115g	238	
2830	有機グリーンピースチップス45g		298	2p
2831	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	
2832	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	
2833	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	
▽あられ・煎餅▽				
2834	召しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	322	
2835	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	238	
2836	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	238	
2837	有機玄米プラス・めかぶ	30g	238	
2838	草加せん・ミックス	6枚	443	
2839	柿の種	80g	324	
2840	無添加・山田錦せんべい袋入・塩 25枚		648	3p

**昔懐かしい、素朴でやさしい味わい
第3世界ショップ
きな粉くるみ**

有機認定を受けたカリフォルニア産のくるみを使用しています。

市販品に多く使われている、きな粉を絡ませるための接着剤としてショートニングや水あめ、乳化剤等も使用せず、日本の職人さんの卓越した技術で丁寧にきな粉を絡ませ、食感良く仕上げています。

原材料…くるみ、粗糖（さとうきび（国産））、きな粉（大豆（国産）（伝子組み換えでない））、砂糖（粗糖、糖蜜）、食塩



▽豆菓子▽

2841	黒糖くるみ	65g	496	3p
2842	きな粉くるみ	65g	496	3p
2843	メープルアーモンド	40g	561	3p

▽飴▽

2844	みるく小町	80g	351
2845	しょうがあめ	80g	351

**乾燥した場所や季節の変わり目に
コーボン酵母ペースト入り
第一酵母 プロボリスキャンディ**

ブラジル産100%のプロボリス使用のキャンディで、コーボンの酵母ペーストを包み込みました。

甘さ控えめでピリッと濃厚なプロボリスと、フルーティな天然酵母ペーストが味わえるハイブリッドキャンディ。

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

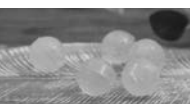


全て国産のど飴

純国産北海道はちみつレモンのど飴

希少な北海道産100%のはちみつ・国産レモンを使用した、全て国産のど飴です。

原材料…水飴（甘藷（国産））、てん菜糖（てん菜（北海道産・遺伝子組み換えでない））、はちみつ（北海道産）、レモンパウダー（レモン（国産））



2846	純国産北海道はちみつレモンのど飴	57g	259	2p
2847	プロボリスキャンディ	28g	346	2p

みんな、にっこい！安心おやつたち



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

[2912] 東毛酪農のアイスクリームセット

1セット5種類 1,642 ~~¥1,728~~円

内容…牧場ミルク はちみつバナナ ミルクコーヒー
ミルクチョコレート 宇治抹茶各1ヶ



きな粉の香ばしい風味と
ほろりとした食感に、
くるみのコクがあわさった、
昔懐かしく素朴な味わい。



第3世界シヨップ
風味の少ないくるみに黒糖を
さつくりと絡めました。
さつくりほろりとした
ソフトな歯ごたえ

[2911] きな粉くるみ&黒糖くるみ 65g×2 962 ~~992~~円



第3世界シヨップ
素焼きでローストした
アーモンドを
メイプルシロップで
衣づけした自然派スナック
砂糖や香料は不使用

[2910] メープルアーモンドダブル 40g×2 1,078 ~~¥1,222~~円



大豆の産地を
北海道産有機小豆を
北の産地を
北海道産有機小豆を
ほの甘けりおとし、
味の付けがよいため、
ほの甘あずきです。

[2909] 有機ほの甘あずき 55g×2 461 ~~476~~円



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

[2908] 有機グリーンピース チップスダブル 45g×2 578 ~~596~~円



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

[2848] 本くず湯 (生姜) 23g×5 648円



第一酵母
プロポリスの天然酵母と
プロポリスを使用。
甘味スツッキリ、
ピリツと濃厚なプロポリス
季節の変わり目に！

[2905] プロポリスキャンディ 28g×2 664 ~~692~~円



ノースカラーズ
北海道のはちみつと
瀬戸内産レモンを
ほんのりくすめました。
爽やかな味わいです。

[2904] 純産北海道はちみつレモン のど飴ダブル 57g×2 503 ~~518~~円



ノースカラーズ
北米産オーガニック
小麦粉を使用。
北海道産小豆で作った
粒あんをはさみました。

[2906] オーガニック小麦のどらやき 1個×2 349 ~~367~~円



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

[2907] 無添加・山田錦せんべい袋入・塩 25枚×2 1,257 ~~1,296~~円



カリッとほろ苦い
カカオニブが入った
ビターチョコレート
カカオ分55%

[2902] 有機カカオニブチョコレート&有機ソルト&キャラメルチョコレート 各100g・100g 1,645 ~~¥1,711~~円



第3世界シヨップ
塩入りの
ビターチョコレートに
ザクザクとした食感の
キャラメルクラッシュを
ちりばめました。
カカオ分約55%



第3世界シヨップ
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%

[2903] 有機カカオ71%チョコレート&有機ホワイトチョコレート 各100g・100g 1,763 ~~¥1,836~~円



第3世界シヨップ
カカオマス含まない
ホワイトチョコレート。
ココアパウダーの
濃厚な口どけと、
バナナとミルクの甘い香り。
カカオ分約32%

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
		▽くず湯▽			
3p	2848	本くず湯 (生姜)	23g×5	648	
		▽チョコレート▽			
	2849	有機ミルクチョコレート	100g	842	
	2850	有機ビターチョコレート	100g	842	
	2851	有機ヘーゼルナッツチョコレート	100g	950	
5p	2852	有機カカオ71%チョコレート	100g	885	
5p	2853	有機ソルト&キャラメルチョコレート	100g	885	
5p	2854	有機ホワイトチョコレート	100g	950	
5p	2855	有機カカオニブチョコレート	100g	885	
	2856	有機ウィンターチョコレート	100g	993	
	2857	有機オレンジビターチョコレート	50g	518	
	2858	有機カカオ80%チョコレート	50g	518	
	2859	有機オーツチョコレート オリジナル	80g	885	
	2860	有機オーツチョコレート ヘーゼルクラッシュ	80g	885	
	2861	レーズンチョコレート	50g	529	
	2862	クランベリーチョコレート	40g	529	
	2863	塩チョコ×カシュー	35g	529	
	2864	珈琲豆チョコ	50g	529	
	2865	抹茶チョコ×カシュー	35g	529	
	2866	アールグレイチョコ×くるみ	45g	529	
	2867	クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ	40g	529	
	2868	クランベリーチョコ×バイン×ナッツ	40g	529	
	今週限り	2869	ナチュラルチョコレート ミルク	60g	540
	今週限り	2870	ナチュラルチョコレート ビター	60g	540
	今週限り	2871	ナチュラルチョコレート スイート	60g	540
	今週限り	2872	ナチュラルチョコレート ホワイト	60g	540
	終売	****	ナチュラルチョコレート 抹茶	60g	540
	終売	****	ナチュラルチョコレート きな粉	60g	540

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



**最低限の加熱処理で
香りもおいしい**

みかん瓶ジュース

[3020] 720ml

SPO

[3026] 箱 上記6本

1242円

7079 ~~7452~~円

6p

農薬・化学肥料不使用の
温州みかん使用

ケースで
お得

ひと瓶に
みかん
約40個



手むきした後
ジュースを
絞っているので
渋味がない

お茶各種

▽日本茶▽				
	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1620
	2602	上煎茶(在来種)	100g	972
3p	2603	有機玄米茶	180g	632
	2604	有機番茶	200g	540
	2605	有機茎茶	200g	864
	2606	有機ほうじ茶	180g	583
	2607	有機無双番茶(ティーバッグ)	5g×40	1242
	2608	国産有機さらつや美人番茶	500ml	194
	2609	" 箱	500ml×24	4572 4666
	2610	麦茶ティーバッグ 国内産大麦使用	8g×52	540
▽烏龍茶▽				
4p	2611	依田さんの烏龍茶	100g	810
▽ハーブティ・他▽				
6p	2612	たんぼぼコーヒーカップ用	2g×20	1296
	2613	アイリーミント	5g	659
	2614	カモミールウィンド	5g	729
	2615	草花茶	5g	864
	2616	紫蘇べに茶	5g	729
	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 5184

▽ココア▽				
	2629	ココア	110g	648

▽コーヒー▽				
	2630	パロ・ブランココーヒー(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
	2635	〃	(粉) 150g	815

▽ドリップパック▽				
	2636	有機ドリップパック	8g×10	821
	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


▽ミネラルウォーター(軟水)▽				
	2642	神泉水	2ℓ	367
	2643	〃	箱 2ℓ×6	2095
	2644	〃	500ml×12	2279
	2645	〃	箱 500ml×24	4558
	2646	あづみ野湧水	2ℓ	221
	2647	〃	箱 2ℓ×6	1301

**日本の気候風土、茶葉に合わせた
依田さんの国産烏龍茶** 4p

[2611] 依田さんの烏龍茶 100g 810円

手作業で釜煎りして揉捻し、乾燥。上品な香りと、苦みのないすっきりとした飲み心地。緑茶に馴染んだ日本人の味覚にもスッと馴染む味わいです

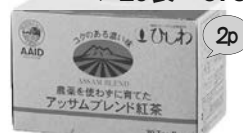
茶葉をひとつまみ。お湯を注いで、約3分、ゆっくりと茶葉が開いていくとともに、やわらかな香りが立ち上ります



釜煎り
加熱することで葉の醗酵を止め、直火で煎って香ばしさを出します

▽紅茶▽				
2p	2622	ティーバッグ アッサムブレンド	20袋	378
	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

[2622]	農薬を使わずに育てた紅茶 アッサムブレンド (ティーバッグ) 20袋	378円
--------	--	------



渋みを抑えた濃厚でコクある味わい。ミルク・お砂糖と相性抜群

[2603]	有機玄米茶	3p
	180g	632円



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

ポイント 品番 品名 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 5443
2652	豆乳で元気	125ml×3	535
2653	"	125ml×24	4191 4277
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

2p

ジュース・シロップ

▽缶ジュース▽

5p	3001	信州まるごとりんごジュース	160g×6	933
	3003	信州もも	160g×4	786
	3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037
	3005	オーガニックマトジュース有塩	190g×6	907
5p	3006	"	無塩 190g×6	907
	3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
	3008	"	無塩 190g×6	907
	3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
	3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3012	レモンサイダー	250ml×6	972
5p	3013	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
	3014	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
	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

ヒカリ

[2612] たんぽぽコーヒー
カップ用 2g×20 1296円



欧州で手作りコーヒーとして、愛飲されています。ノンカフェイン

原豆乳
[2654] 300cc 265円 2p
SPOT [2658] 上記2P
514 ~~529~~円



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

[2637] 簡単カフェパック
15g×6 702円



やさしい風味と香り。渋みが少ないので濃いめでどうぞ

[3022] オーガニック
クラフト
コーラシロップ



150ml 540円
厳選したスパイスと国産有機生姜使用
スパイシーで爽やかな味わい★約5倍量の炭酸水で割ってお飲みください

ケースでお得!

アップルサイダー+レモン
[3013] 250ml×6 972円

[3025] 250ml×30 4763 ~~4888~~円
有機りんご・レモンを85%以上使用し、砂糖不使用で後味がすっきり

信州まるごとりんごジュース
[3001] 160g×6 933円 5p
[3023] 箱 160g×30 4572 ~~4885~~円

ふじりんご主体の特有の淡い香りと濃厚な甘み

オーガニックマトジュース 無塩
[3006] 190g×6 907円 5p
[3024] 箱 190g×30 4445 ~~4535~~円

完熟した海外産オーガニックトマトを使用

品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

3019	新農研りんごジュース	1000ml	810
3020	みかん瓶ジュース	720ml	1242 6p
3021	フルーツビネガー有機りんごの酢	360ml	805
3022	オーガニッククラフトコーラシロップ	150ml	540 3p

サプリメント

翌々調配送

大自然の力を体内に

できる限りシンプルに

人の役に立つ酵母を育てる

コーボンは、静岡県伊豆天城

山の大自然中や常緑樹の葉などに

生息する野生の天然酵母を

採取し、果物に付着・自然発酵

させ、菌の増殖・強化・安定・

完熟させた、独自の酵母を

多く含む発酵液です。



月1登場

コーボン

[5326] マーベル 525ml 5378円 25p

原料：果実(りんご、みかん、ぶどう、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母、オタネニンジン葉抽出液

[5325] うめ 525ml 4212円 20p

原料：果実(りんご、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母

約20mlを、水・またはお湯で希釈してお飲み下さい

モニターを注視する
ストレスにつきあう

[2709] 青い瞳BLUE EYES
120粒 8424円 39p

1日に4~6粒を目安に、水またはお湯と一緒に召し上がりください



日本古来の原料で作った
国産有機プロテイン

[2706] 国産有機まるごと大豆プロテイン
プレーン 280g 2,916円 14p

水や牛乳120ccに対して、本品20gを良く混ぜてお飲みください。

原料：転換期間中有機大豆、有機黒糖粉末、有機米糀粉末、食塩、植物性乳酸菌



▽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 14p

▽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 39p
2710	E-SAN(イワシ油)	150粒	5184
2711	ギンコロイドF	120粒	4536
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560
2713	有機梅醤 陽寿	250g	2052
2714	生姜・番茶入り梅醤	250g	1620
2715	有機梅干番茶(生姜入り)	8g×20	1782
2716	国産有機黒にんにく	120g	1449

家庭の廃食油を使用したリサイクル石鹸
「NPOせっけんの街」
あんしん 重曹入り洗濯用粉せっけん



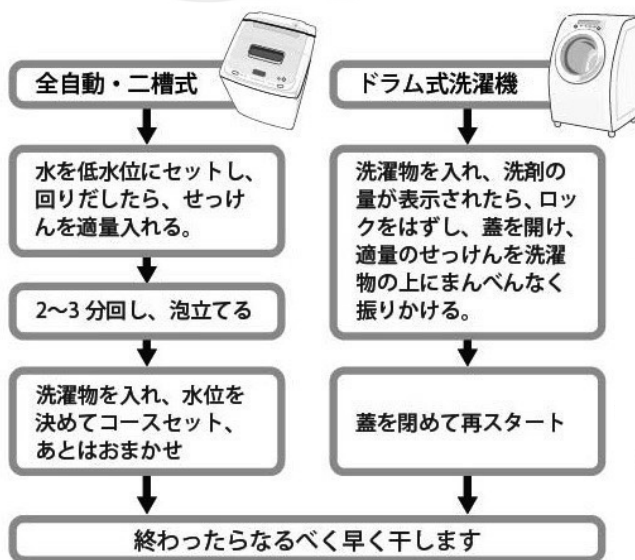
塩、重曹)

ソフトな仕上がりの洗濯用粉せっけんで、赤ちゃんやデリケートな肌の方のいる家庭でも安心してお使いいただけます。衣類に残るせっけんカスが少なくて、炭酸塩、重曹入り。

原料油脂は家庭で使用され、市民活動により集められた廃食油を用いています。廃食油は、大豆・菜種等が主である植物油がほとんどです。その油の性質上水に溶けやすいせっけんができあがります。

成分…純石けん分70%、アルカリ剤（炭酸

せっけんの正しい使い方 > 洗濯編 > せっけんの街



Qせっけんカスが気になるようなら…

⇒A 最後のすすぎにクエン酸を小さじ1杯投入。(柔軟剤の投入用ポケットにセットして使えます)

Q上手にせっけんで洗濯するコツ

⇒A 標準コースにすすぎを1回プラスしましょう。すすぎ不足は衣類の黄ばみや洗濯槽のカビ発生の原因になります。

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

石けん

ポイント	品番	品名	規格	価格 (税込み)
▽洗濯用▽				
6p	3102	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	〃 ボディコンディショナー	450ml	1,540
	3126	〃 詰替用	400ml	1,100
▽シャンプー▽				
	3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,320
	3128	〃 詰替用	500ml	858
	3129	ナチュロンリンス	500ml	1,320
	3130	〃 詰替用	500ml	858
	3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	1,815
	3132	〃 詰替用	400ml	1,375
	3133	〃 ヘアコンディショナー	450ml	1,815
	3134	〃 詰替用	400ml	1,375
▽ヘアトリートメント▽				
	3135	ナチュロントリートメント	180g	1,430
▽洗顔ソープ▽				
	3136	ボックスオリーフェイスフォーム	150ml	968
	3137	〃 詰替用	140ml	726

品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
▽ハンドソープ▽				
3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	572	3p
3139	〃 詰替用	450ml	748	4p
SP07 3174	〃 ダブル	上記2p	1,421 1,496	



泡状で出てくるポンプタイプ
天然ヒノキの爽やかな香りでさっぱり。
ナチュロンハンドソープ

ヒマワリ油を使用した植物性石けんのハンドソープです。手肌に優しく、ぬるぬるせずさっぱりと洗えます。

●天然ヒノキの爽やかな香り。

泡状ポンプ式ボトルは、石けんが泡となって出てき、すすぎの泡切れも良いので、サッと手を洗いたいときやお子さまの手洗いにも便利です。



全成分…水、カリ石ケン素地、グリセリン、トコフェロール(天然ビタミンE)、ヒノキチオール、エタノール、香料、クエン酸

品番	品名	規格	価格 (税込み)
▽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
▽その他▽			
3147	酸素系漂白剤	500g	605
3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	748
3149	〃 詰替用	450ml	495

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

洗濯槽や排水パイプの汚れ落としに

太陽油脂 洗濯槽&パイプクリーナー

酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの相乗作用で洗たく槽や排水パイプ等、洗にくい部分の汚れを落とします。※ドラム式は満水まで水を張ることができず、クリーナー効果を得にくいいため、おすすめしていません。

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



■排水パイプのつまり防止

排水口に残っている髪の毛などのゴミを取り除き、粉を30g程度(大きさ2杯)振り入れ、コップ1~2杯のぬるま湯で少しずつ流し込み3~6時間放置し、水を流してください。(完全に詰まっている排水パイプには効果は期待できません)



スキンケア

▽クリーム▽				
	3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935
	3202	パックスベビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	726
	3203	パックスベビー ボディクリーム (ポンプタイプ)	180g	2,090
▽リップクリーム▽				
	3204	ナチュロンリップクリーム	4g	715
	3205	オリーブシコニールリップS	1.8g	2,310
▽日焼け止め▽				
	3206	パックスナチュロンUVクリーム	45g	1,320
		SPF30 PA++		
▽自然派化粧水▽				
	3207	オリマノングリーンローション	180ml	1,100
	3208	オリマノンオリーブローション	180ml	1,100
▽オイル▽				
	3209	オリマノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリマノンバージンオイル	30ml	1,210
	3211	シコリーブ薬用スキンクリーム	80g	1,100
	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,210
	3213	アルティースオリーブスクワラン	60ml	2,552
▽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

再生紙からトイレットペーパーを製造
静岡 丸富製紙



ペンギン芯なし6R (シングル)

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

ピュアブラウン (ダブル)

8ロールで12ロール分と同じ長さ。1.5倍長巻。製品のブラウンカラーは最初の段階で原料となった木材の色です。漂白剤を加えて漂白する工程を通りません。フェアリーエンボス加工でふっくらソフトな使い心地。

ワンタッチコアレス (シングル)

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

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

生活雑貨

▽入浴剤▽					
	3303	竹艶水	250ml	880	
▽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 (シングル) 6ロール		655	3p
	3307	上記用シングル専用芯	1本	33	1p
	3308	ピュアブラウン (ダブル) 8ロール		578	3p
	3309	ワンタッチコアレス (シングル) 6ロール		682	4p
▽油こし器▽					
	3506	コスロンフィルター	20個	1,320	
▽その他▽					
	3316	ナチュロンスポンジ(台所用)	1ヶ	220	
	3317	〃 ナチュラル	1ヶ	220	
	3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	528	
	3319	粹水 すいすい	300ml	1,953	
	3320	〃 詰替用	300ml	2,174	
	3321	特選竹酢液	500ml	935	
	3322	竹炭	15cmX5	825	4p

浄水用竹炭

静岡・竹炭紺屋 竹炭

【おいしい水作り】

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

【炊飯に】

米2カップに対し竹炭一片を入れ一緒に炊き上げます。ふっくらごはんになり炊き上がります。

※10日毎に煮沸後、陰干し乾燥をし、2~5回程で交換して下さい。※ご使用後は、土壌に混ぜ込むと、土壌中の微生物が活性化して、植物の根張りが良くなり元気に育ちます。



ロゴナのこだわり

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

ベジタ
Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No.211

☆価格は税込み

ヘアケア

ヘアケア特集

容量2倍でお得!

シャンプー



シャンプー

契約農家が栽培したネトル(西洋イラクサ)を自社抽出したエキス※を配合!(カラーケアシャンプーを除く)
※ネトルのエキスは葉から抽出され、髪にツヤを与え、肌には鎮静効果があります。



使用方法

<シャンプー>

よく濡らした髪に適量を取り、頭皮をマッサージするように洗います。しっかりと洗い流した後、コンディショナーやトリートメントなどで髪を整えます。

ロゴナ ヘアケア

翌々調配送

■シャンプー

- 6760 ポリウム シャンプー<ピール&はちみつ> 250ml 2,530
500ml 3,960
- 6761 〃
ハリ・ポリウムアップ 細くコシの無い髪に
ロゴナの定番の髪を根元から立ち上げるシャンプー。
- 6762 エイジエナジー シャンプー<カフェ> 250ml 2,530
年齢によるポリウムダウンに
頭皮を整え、ハリのある健やかな髪に導きます。
- 6763 カラーケア シャンプー<ヘーゼルナッツ> 250ml 2,530
ヘナでカラーリングしている髪の染めの持続に
髪をしっかりと補修しながら、カラーケアします。
- 6764 エッセンシャル シャンプー<ネトル> 250ml 2,530
500ml 3,960
- 6765 〃
全ての髪タイプに
程よく泡立ち、頭皮の汚れをしっかりと洗い流します。
サラサラの輝く髪に。
- 6766 シャイン シャンプー<アルガン> 250ml 2,530
髪がまとまらない方に
髪を芯から整え、扱いにくい髪をつややかに輝かせます。
- 6767 リペア シャンプー<ヒップファン> 250ml 2,530
ひどいダメージ、枝毛・切れ毛に
髪を芯から補修し、なめらかにまとまる髪に整えます。

■コンディショナー・トリートメント

- 6768 エッセンシャル ヘアコンディショナー<ネトル> 200ml 2,750
全てのシャンプー仕上げに
髪にツヤを与え、フケを防ぐと言われるイラクサ(ネトル)を配合し、まとまるのに重くなりません。
- 6769 シャイン ヘアコンディショナー<アルガン> 200ml 2,750
髪のダメージが気になる方に
ダメージが出やすい毛先までしっかり整え、櫛どおりの良い、ふんわり、サラサラの髪に。
- 6770 リペア ヘアコンディショナー<ヒップファン> 200ml 2,750
乾燥してパサパサの方に
芯からなめらかに整え、枝毛・切れ毛を防ぎます。オイル分で重くならない仕上がりで、櫛とおりよく仕上がります。
- 6771 シャイン ヘアフレイド<アルガン> 75ml 3,080
枝毛などで傷んだ毛先をなめらかに補修。
髪全体に使えば広がりやすい髪を、美しく輝くしなやかな髪に整えます。
洗いながさないヘアトリートメントです。
- ヘアオイル
- 6772 リペア ヘアオイル<ヒップファン> 75ml 3,080
傷んだ髪を集中補修。
髪的美容液のようなリッチなオイル。枝毛・切れ毛などのダメージヘアをケア。
さらっとしていてべたつかず、艶と輝きを与えます。

コンディショナー

トリートメント

ヘアオイル



使用方法

<コンディショナー>

髪の方から塗布します。2~3分程成分の浸透を待ってから洗い流します。

<トリートメント>

タオルドライの後、髪になじませてください。すすぎの必要はありません。枝毛、切れ毛には朝のスタイリングの仕上げに少量塗布してください。

<ヘアオイル>

タオルドライの後、毛先に馴染ませ、乾かします。集中ケアには、乾燥した頭皮や髪に揉みこむ様にマッサージし、ホットタオルなどで巻き、その後シャンプーしてください。

洗いあがりパーフェクトな固形シャンプー&コンディショナー



ペットボトルを使わないため、余分なゴミを出さず、軽く輸送で環境に負荷をかけません。水環境中に放出されると分解されにくいシリコンを配合していないサステナブルな処方。

使用方法

＜シャンプー＞
 濡った髪に直接擦りつけ、泡立ててください。頭皮をマッサージするように洗い、すすぎます。
 ＜コンディショナー＞
 シャンプー後に優しく髪に擦るように塗布してください。十分に馴染んだら洗い流します。
 ※使用後は乾燥した場所で保管してください。

ヘアケア

ボトルシャンプー約2本分
 ※使用量は髪の長さによって変わります。

固形シャンプー後の仕上げに

LOGONA ソリッド シャンプー

翌々調配送

■固形シャンプー

6780 ソリッド シャンプー＜ヘンプ&ネトル＞
 60g 2,530
 マイルドに洗ってしっとり保湿 爽やかなハーブの香り

■固形コンディショナー

6782 ソリッド ヘアコンディショナー＜ヘンプ&ネトル＞
 60g 2,640
 髪をケアしながら集中的に潤いを与えます 爽やかなハーブの香り

farfalla

ファファラのこだわり

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

芳香蒸留水

【芳香蒸留水】

古くから家庭の救急箱にも入れられてきた芳香蒸留水。植物の水溶性の成分をしっかりと含み、働きかける力を持っているため、ナチュラル&オーガニックコスメでは重要な配合成分として活用されてきました。その素晴らしい働きを体感してみてください。

使用方法：化粧水や、お肌のコットンパック、ヘアウォーター、コンプレス（清拭）、ルームスプレー、フレグランス代わりにお使いください。



ファファラ 芳香蒸留水

翌々調配送

7520 芳香蒸留水 ラベンダー＜BIO＞ 75ml 2,530
 敏感肌 鎮静 フレッシュ、フローラル
 敏感なお肌、太陽を浴びたお肌におすすめ。
 気分転換の香りスプレーにも。

7521 芳香蒸留水 ローズ＜BIO＞ 75ml 2,695
 透明感 引き締め フローラル

敏感肌にうるおいを与えます。贅沢なローズの香り。
 スキンケアやヘアウォーター、リネンウォーターとしても。

7523 芳香蒸留水 ペパーミント＜BIO＞ 75ml 2,530
 化粧水に うがいにも 冷涼な香り
 疲れた肌をリフレッシュし、みずみずしいお肌に整えるお化粧水として最適。
 コップに入れたお水にスプレーして、うがいにも。

luamo basic Logonaジャパンがお届けする luamo

環境にやさしい製品づくり

ベーシックシリーズのこだわり

- ・石油由来成分は使用しません・石油由来の防腐剤は使用しません・合成香料は使用しません
- ・ナチュラル・オーガニックコスメ認証 NATRUE取得*・ヴィーガン（vegan/動物性原料不使用）製品
- ・高品質なオーガニック原料を使用しています *ベーシック コンディショナーを除く

家族のための毎日のオーガニック！ ベーシックシリーズ

爽やかなヴァーベナの香り、
 弾い整えるオーガニックアーモンドオイル配合！

ボディケア



顔・全身用保湿クリーム

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



持ち運びに便利な50mlサイズ

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



ベーシック ボディケア 翌々調配送

7530 スキンクリーム 50ml 2,640

ベーシック ハンドケア 翌々調配送

7531 ハンドクリーム 50ml 1,650

若松味噌醤油店

翌々調配送

福島 創業は江戸時代末期
郷土で永く愛されてきた至宝の味噌

小回りのきく家族経営の強
みを生かした質の高い味噌

糀の力を引き出す伝統の糀蓋製法



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

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



マヌカハニー 翌々調配送



抗菌作用

善玉菌増殖作用

抗ウイルス作用

抗炎症作用

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

- マヌカヘルス・マヌカハニー
- | | |
|---|--|
| [5971] MGO115/UMF6
250g 3,240円
毎日続けたい | [5973] MGO400/UMF13
250g 7,560円
美容と健康維持に |
| [5972] MGO263/UMF10
250g 5,940円
美味しく体調管理したい | [5974] MGO573/UMF16
250g 11,880円
抗菌性重視 |

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

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

つぶつぶしない
飲みやすさ

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

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



糀の甘味がしみ込んだお漬物

野菜やお肉・お魚を漬ける

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



水を混ぜるだけで出来ます

作られて1日くらいは常温に置く。
床ができあがりましたら冷蔵庫で管理。

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

手入れ

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

お茶 翌々調配送

国産ごぼうのやさしい香り
煮出し・水出しどちらでも

[5995] 有機ごぼう茶 1.5g×30 1,296円

丁寧に水洗いし乾燥させ、じっくり焙煎した国産ごぼうを細かく砕き
ティーバッグに入れました

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

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

北海道産
有機ごぼう使用

ノン
カフェイン



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**



半熟卵をのせて
チャーシュー丼

**[5839] 冷凍興農豚
チャーシュー** 8p
200g 1,679円
肩ロース。タレは農薬や化学肥料を使わず栽培されたニンニク・生姜・長ネギを使用しています。

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

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



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

パジルの風味が食欲をそそる
**[5830] 冷凍パジルボーク
ウィンナー** 150g 864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

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

[5834] 冷凍フランク
50g×5 1,291円

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



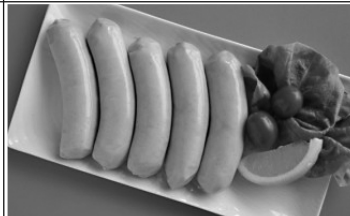
**[5824] 冷凍 興農
無塩漬ベーコンブロック**
250g 1,890円

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



[5836] 冷凍生ソーセージ
200g 1,031円
細引きにした口当たりの良いウィンナー



**[5826] 冷凍粗挽き
ミニウィンナー** 150g 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** 8p
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



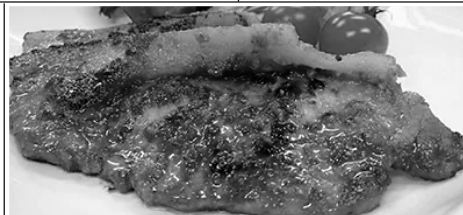
**[5831] 冷凍ポローニア
ソーセージ** 200g 1,069円
海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。

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

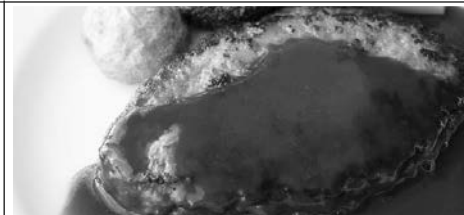
ポローニア（丸い大型ソーセージ）



[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
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。

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

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

島根 別所蒲鉾店
魚の味がする蒲鉾
 素材本来の味を知る事
 吟味した素材のみで造る



別所蒲鉾店
 春～夏は、4週に1度の取り扱いとなります
 次回No.215



いつでも手軽に 調理済みおでん

[5778] 味自慢出雲のおでんセット 8種8個 1058円
 卵・大根・こんにゃく・出雲野焼・プレーン天・イカつみれ・アジはんぺん・ささがきごぼう天 各1



[5777] 無澱粉蒲鉾 旨魚
 1本 421円
 つなぎの為の澱粉を全く使用していません。魚肉たっぷりの一品です



[5761] 出雲のちくわ
 110g 518円
 出雲風の肉厚なちくわ。噛み締めるほど旨みが広がります



[5764] しそ入りはんぺん
 3枚 518円
 香りをいかしてお吸い物。軽く焼き色をつけて大根おろしとポン酢でも



[5763] アジはんぺん
 150g(5枚) 518円
 アジとタラを贅沢に使用。そのままでも。軽くあたためると美味



[5770] イカ天
 100g 518円
 山陰、九州等で水揚げされた魚肉に、スルメイカを練りこみました



[5766] 出雲のちくわ
 バジル黒コショウ 120g 518円
 肉厚のちくわを味つけ。トースターで軽く温めるとさらに美味



[5773] 野菜ちぎり天
 120g 518円
 国産契約栽培野菜を使用。小さめサイズで食べやすい



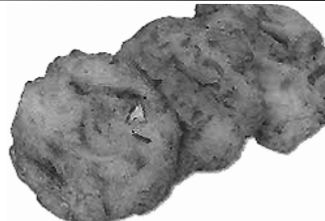
[5769] プレーン天
 110g 518円
 新鮮な魚すり身の旨味を楽しめるよう、具材を入れずに揚げました



[5765] 白つみれ
 110g 518円
 たら、鯰、グチ、飛び魚、鯛などの魚肉にスルメイカを練りこみました



[5775] ぶり辛海鮮揚げ
 100g 518円
 イカ、ホタテを加えています。唐辛子の辛味とイカのコリコリとした食感



[5771] 玉ねぎ天
 110g 518円
 甘みの多い玉ねぎを混ぜ込み。弾力と材料の旨が引き立ちます



[5772] 棒ごぼう天
 110g 518円
 国産ごぼうを入れました。そのままおつまみとしてどうぞ



[5774] ささがきごぼう天
 6枚 518円
 国産ごぼうを練りこみ一口サイズに仕上げました