



ベジタ Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.223

初夏のサラダのトッピングに。そのまま料理に混ぜて。

6月4日は「蒸し大豆の日」

だいたいでイズの有機蒸し大豆がおいしい最大の理由は、作り方がちがうこと。蒸してから袋に詰める「真空パック」タイプと違い、だいたいでイズの蒸し豆は袋に詰めてから蒸し上げているので、豆のふっくら感や風味がより強く感じられます。

有機原料について

「蒸し大豆」だからこそ、大豆本来の味が大きく商品の味に影響します。私たちは100種類以上もある大豆の品種の中から、蒸し大豆にぴったりの大豆を探しました。そうして甘くて、うまみの強い大豆を探していくうちに、自然の力で、伸び伸びとたくましく成長するオーガニックで栽培された大豆にたどりつきました。余計な化学肥料や農薬の力に頼らない、有機蒸し大豆。お酢も有機米からじっくりと時間をかけて発酵させたこだわりの有機米酢を使用しています。

雑穀原料について

私たちが食べ親しんできた、穀物。昔は、白米ではなく、玄米や麦もよく食べられていました。その中には、たくさん食物繊維が含まれ、健康的な暮らしを支えてきました。私たちは「蒸し大豆」で培ってきた技術で、大豆をはじめとした豆類だけではなく、まるごと食べやすい、おいしい穀物を提供したいと取り組んでいます。やわらかく、じっくりと蒸しているから、雑穀本来の風味と食感を手間をかけずに、そのまま食卓へとり入れられます。

いつものお味噌汁に、蒸し豆をプラス！
簡単に豆づくしのお味噌汁ができます

味噌汁×有機蒸し大豆

作り方…具の野菜に火が通ったら、蒸し大豆を入れ、火を止めて味噌をとく。

炊いたご飯に、蒸し豆混ぜるだけ
簡単にタンパク質&食物繊維をチャージ！

塩吹昆布×有機蒸し大豆

作り方…炊いた白ご飯に蒸し大豆を混ぜて、塩吹昆布とお手軽豆ご飯。お茶漬けにもピッタリです。

お弁当にもピッタリ

有機梅干×有機蒸し大豆

作り方…炊いた白ご飯に蒸し大豆を混ぜて、味のアクセントに有機梅干を入れたら、栄養満点おにぎりの完成！

簡単に豆のピクルスができます

八芳酢×有機ミックスビーンズ

作り方…瓶やタッパーに有機蒸しミックスビーンズとカンタン八芳酢を入れるだけ。

豆と野菜を楽しむ、初夏の野菜サラダ
不足しがちな食物繊維補給に！

野菜×有機蒸しミックスビーンズ

作り方…器にベビーリーフ、玉ねぎスライス、サラダチキンを盛り付けて、ミックスビーンズを散らし、ドレッシングをかける。



だいたいでイズ 蒸し豆



今週限り

[2019]	続けるだいたいでDays習慣	40g×5	864円	4p
[2020]	有機蒸し大豆	100g	302円	2p
[2024]	〃 3パック	上記3p	862円	7p

[2021]	有機蒸しひよこ豆	85g	302円	2p
[2022]	有機蒸しミックスビーンズ	85g	302円	2p
[2023]	蒸し発芽大豆	100g	248円	2p

配送曜日	月	火	水	木	金	注文の締め切り
注文書回収	5/26	5/27	5/28	5/29	5/30	注文書回収の翌日12:30迄 金曜コースの方は 金曜コースの方は
商品配送	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	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。
翌々週配送品	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	★祝祭日も休まず配送します

お問い合わせの電話番号と受け付け時間のご案内

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

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

FAX フリーダイヤル
0120-298338 (24時間受付)

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

有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』

http://www.vegeta.co.jp (ご注文も受け付けます)

ポラン広場の宅配 株式会社ベジタ 〒300-2647つくば市手生子585

スマホ/タブレットでもご注文が可能になりました!!

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



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

【0088】ポランの森ベジタ便セット 1セット 1,980円(税込み)

※このカタログは、再生紙を利用し、植物性インキで印刷しています。

野菜

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

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

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

転換期間中有機農産物 転換期間は1年。
無表示 JASに定められた有機的 management 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。



韓国の焼肉でおなじみのレタスの仲間

掻きチシャ(サンチュ)

チマ・サンチュとは韓国での呼び名で、日本では掻きチシャと呼ばれてきたレタスの一種です。

株の成長と共に、下の方から成長した葉だけを掻き採るようにして収穫していたことから掻きチシャと呼ばれてきたようです



焼肉のチシャ巻き

【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 1,220円	野：表組に表示
春人参(泥) 500g	長崎・長崎有機農業研究会
掻きチシャ(サンチュ) 1p	栃木・田島嘉存さん
ブロッコリー 1ヶ	栃木・島田晴夫さん
小松菜 1束	茨城・旭農園
パプリカ 1ヶ	沖縄・真南風

[0102] 果物野菜セット 1,620 1,955円	果：表組に表示
新じゃが芋 700g	長崎・長崎有機農業研究会
大根 1本	栃木・田島嘉存さん
水菜 1束	茨城・旭農園
きゅうり 300g (3本)	埼玉・ヘルシー深谷
甘夏 1ヶ	静岡・マザーアースクラブ
河内晩柑 1ヶ	熊本・福島柑橘園
レモン 1ヶ	愛媛・なかしま有機の里

[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 872 918円
玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
酢タマネギ			
スライス玉ねぎを30分くらい空気に触れさせ、甘酢に漬け込む。3日目くらいから食べごろに。			
[2157]	有機梅酢 赤	200ml	583円 ^{3p}
★	0105 新玉ねぎ	700g	400
	0106 " 徳用	1.4kg	760 800
	長崎・長崎有機農業研究会/有		
★	果 0109 新じゃが芋	700g	475
	0110 " 徳用	1.4kg	903 950
	長崎・長崎有機農業研究会/有		
★	野 0111 春人参(泥)	500g	292
	0112 " 徳用	1kg	554 583
	長崎・長崎有機農業研究会/防除0		
★	0113 長芋	300g	432
	岩手・みちのく有機/有		

品番	品名	規格	価格(税込み)
★	0114 ごぼう	300g	292
	岩手・みちのく有機/有		
	0115 蓮根	500g	551
	茨城・常総センター/防除0		
	0116 長ねぎ(むぎ)	300g	270
	0117 " ダブル	300g×2	513 540
	千葉・林昭一さん/防除4		

柔らかく みずみずしい 春人参
 この時期長崎で収穫されるにんじんは、「春にんじん」「新にんじん」と呼ばれます。冬の厳しい寒さに耐えて育った春人参は、通常の人参よりも甘くて軟らかく、みずみずしいのが特長です

人参しりしり
 人参をせん切りにして、ごま油で炒め、しんなりしてきたらだしつゆを回し入れる。溶きほぐした卵を流し入れてよく炒め、かつお節を加えて混ぜ合わせる

ビタミンCも豊富 新じゃが芋
 やが芋のビタミンCは、加熱による損失が少なく、効率よく摂取できるという利点もあります

新じゃがいもの甘辛煮
 まぐろと長芋のわさびポン酢あえ
 マグロ・長芋・きゅうりを角切りにし、わさびポン酢で
[1603] 冷凍メバチまぐろ はちの身 300g 1210円
[2326] 旨味本来 生おろしわさびチューブ 40g 356円 ^{2p}

ごぼう
 ごぼうに多く含まれる食物繊維は切り口が大きいほどよりたくさん採れるので、ささがきが最適です。
 塩麴だけでシンプルに味付 きんぴら

華やかな甘い香りを楽しむ 黄熟梅でシロップ



黄色くなった梅でつけると、酸味が穏やかになり、香りが強くなります。

ただ、完熟梅は発酵しやすく、カビがしやすいので容器の消毒は念入りに

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

3週間後配送 (6/16~6/20配送)
梅のお届けは、生育状況により遅れる場合があります

5287	青梅 (南高)	1kg	1458
5288	" 徳用	1kg×2	2770 2916
5289	" 徳用箱	5kg	6780 7290

奈良・萩本一さん/防除3

青梅1kg、島のきび砂糖1kg
①広口のピンを熱湯消毒する
冷凍する ②梅は、洗ってへたを取り、水気を拭く
島のきび砂糖を梅の上に乗せ、フタをして冷暗所で保管。
※発酵すると泡がでますが、シロップだけ鍋に移してひと煮立ちさせれば、発酵はとまります。

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



食べやすい「コラード系」ケール

抗酸化力が強いβカロテン・ビタミンEが多く含まれます。

「コラード系」は、比較的葉が柔らかく縮れの無い食べやすい品種です。キャベツの感覚で、サラダやおひたし、炒め物などに



卵チャーハン
千切りケールがシャキシャキの存在感♪
[0501] 平飼有精卵 10ヶ 610円
ケールのチャンプルー
ゴーヤの代わりに、ケールでアレンジ。
[0529] 水切り押し豆腐 220g 297円

果	品番	品名	規格	価格
	0118	大根	1本	248
		栃木・田島嘉存さん/有		
	****	小かぶ		終了
	0120	キャベツ	1/2ヶ	173
	0121	"	1ヶ	328 346
		千葉・佐原供給センター/防除2		
	0122	サニーレタス	1ヶ	248
		栃木・田島嘉存さん/防除0		
	0123	ロメインレタス	1ヶ	248
		栃木・田島嘉存さん/防除0		
野	0124	掻きチシャ (サンチュ)	1p	248
		栃木・田島嘉存さん/防除0		
野	0125	ブロッコリー	1ヶ	302
		栃木・島田晴夫さん/有		

野	品番	品名	規格	価格
	0126	小松菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
果	0127	水菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0128	ベビーみずな	1p	151
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
	0129	チンゲンサイ	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0130	ケール	100g	270
		茨城・ハーブスマンS/防除0		



掻きチシャのごまナムル
レタスをさっとゆでて、水気を絞る。ごま油・ポン酢・塩昆布であえ、仕上げにゴマをふる

[2163] 玉絞め一番搾り
ごま油 180g 859円
[1817] 塩吹昆布 35g 497円



焼きブロッコリー
小房に分けたブロッコリーを、フライパンに入れ、少量の水で蒸し焼きにする。火が通ったら、ふたを開けて、余分な水分を飛ばす。オリーブオイルを加えて香ばしく焼く。

[2173] 有機 一期一会
EXバージンオリーブオイル
レチアーナ種 450g 5400円



ベビーみずな
水菜の幼葉です。葉が柔らかく生食に適している為、熱すると失われてしまう栄養素も凝縮されています

ホタテのサラダ 7p
[1610] 冷凍刺身用ほたて貝柱 100g 1323円

0185	冷凍	有機グリーンピース	250g	400
0186	冷凍	有機カーネルコーン	250g	400
0187	冷凍	有機ミックスベジタブル	250g	400
0188	冷凍	有機レンチフライポテト	300g	497
0189	冷凍	有機かぼちゃ・北海道	400g	626
0190	冷凍	有機いんげん	250g	400
0191	冷凍	北海道産有機原料皮つきカットじゃが芋	300g	386
0192	冷凍	だだちゃ豆 (枝豆)	200g	745



マヨコーン・トースト
食パンを冷凍するなら、具材をのせてからがおすすめ。食べるときはトースターで焼くだけ
[2215] 平飼鶏の
有精卵マヨネーズ 290g 670円

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

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



どんな調理法にも合う万能野菜

なす
煮る、焼く、揚げる、漬けるなど用途が広い万能野菜。

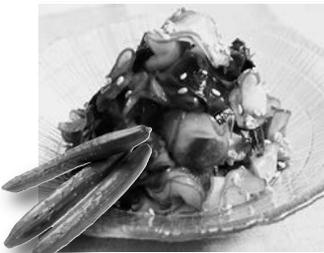
果肉は変色しやすいので、切ったらすぐ調理するか、水にはなしておきましょう。



麻婆茄子 [2210] 有機麻婆の素 100g 281円 (2p)
塩揉みで [2129] なんでもソルト 55g 562円 (3p) 瓶入り

★	0131	きゅうり	300g (3本)	421
	0132	" 徳用	500g (4~6本)	659
		埼玉・ヘルシー深谷/防除1		
産地変更	0133	トマト	500g	562
	0134	" ダブル	500g×2	1067 1123
	埼玉・ヘルシー深谷/防除3			
★	0135	なす	200g	292
	0136	" ダブル	上記2p	554 583
	沖縄・真南風/防除5			
	0137	ピーマン	150g	194
	0138	" ダブル	150g×2	369 389
	沖縄・真南風/防除5			
★	0139	パプリカ	200g (2~3ヶ)	346
		沖縄・真南風/防除5		
終売	****	いんげん	100g	367
	****	" ダブル	100g×2	698 734
	沖縄・真南風/有			
	0142	スナップエンドウ	200g	346
	0143	" ダブル	200g×2	657 691
	栃木・田島嘉存さん/有			
	0144	空豆	500g	518
	0145	" 徳用	1kg	985 1036
	茨城・常総センター防除0			

0202	菌床椎茸	100g	313	
長野県・アルプス工房/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・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				



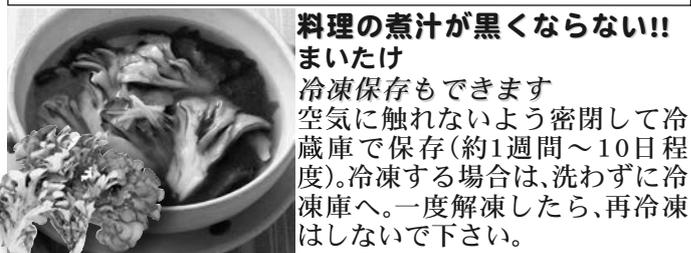
きゅうりとわかめの酢の物

[2151] 富士酢 (米酢) 500ml 864円 (4p)
[1802] カットわかめ 35g 875円



鶏肉とパプリカの黒酢炒め
野菜は素揚げすることで色みが鮮やかになり、味も濃くなります。

[2172] 压榨一番搾り国産こめ油 紙パック 600g 1296円 (6p)
[2152] 美濃有機玄米黒酢 360ml 756円



料理の煮汁が黒くならない!!

まいたけ
冷凍保存もできます
空気に触れないよう密閉して冷蔵庫で保存(約1週間~10日程度)。冷凍する場合は、洗わずに冷凍庫へ。一度解凍したら、再冷凍はしないで下さい。

0217	健康緑豆もやし	250g	65
0218	" ダブル	250g×2	123 133
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			

0146	ベビーリーフ	50g	162
茨城・HATAKEカンパニー/防除0			
0147	ミント	10g	281
茨城・ハーブスマンズ/防除0			
0148	パクチー (コリアンダー)	30g	281
茨城・ハーブスマンズ/防除0			
0149	ローズマリー	10g	281
茨城・ハーブスマンズ/防除0			
0150	大しょうが	100g	302
高知・農事組合法人入田村/防除0			
0151	にんにく	1ヶM	259
青森・みちのく有機/有			



豚バラもやしの重ね焼き

[1101] 冷凍 放牧豚
バラスライス 200g 832円 (4p)
[2229] 冷凍にんじん
ドレッシング 180ml 680円 (4p)

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

見かけの悪いバナナって？

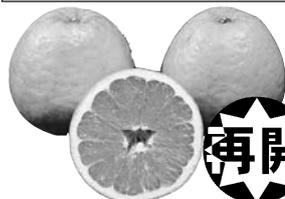
バランゴンバナナは、皮が厚く、比較的傷みに強いバナナですが、実は出荷前の選別で輸入量の約7~8%が正規品として使用できずに廃棄されています。出荷の基準は、見た目だけでなく実の中まで傷みが生じているか、総合的に判断しています。



実際には規格外としてはじかれるのは過熟、軸腐れや傷が大きいもの、病気にかかっているものなどが中心です。傷があったり、軸が少し傷んでいても実の中が大丈夫なバナナは可能な限り出荷するようにしています。そのため、皆さまのお手元に届くバナナの中にもお世辞にもきれいなとは言えないものがあるかと思えます。

0301	バナナ	700g	691
0302	" ダブル	上記2p	1286 1332
ATJ (フィリピンネグロス) /防除0			
0303	ピレンスメロン	1ヶ	1080
0304	" 箱	5ヶ	4800 5400
長崎・長崎有機農業研究会 /防除2			
0305	タカミメロンレッド	1ヶ	1080
0306	" 箱	5ヶ	4800 5400
長崎・長崎有機農業研究会 /防除2			
0307	パイナップル ボゴール	1ヶ (1.1~1.3kg)	1339
沖縄・八重山フルーツクラブ/防除3			

果	0308	甘夏	750g	400
	0309	" 徳用	1.5kg	759 800
	0310	" 徳用	3kg	1487 1600
静岡・マザーアースクラブ/防除0				
	0311	スルガエレガント	750g	432
	0312	" 徳用 1.5kg (3~5ヶ)		821 864
静岡・山田農園/防除0				
果	0313	河内晩柑	1kg	734
再開	0314	" 徳用	2kg	1395 1469
熊本・福島柑橘園/防除1				
***** ニューサマーオレンジ				終了
	0315	カラマンダリン	750g	767
	0316	" 徳用	1.5kg	1457 1534
愛媛・俊成洋一さん/有				
	0317	セミノール	500g	702
	0318	" 徳用	1kg	1306 1404
神奈川・ジョイファーム/防除7				
果	0319	レモン	250g	259
	0320	" 徳用	500g	492 518
愛媛・なかじま有機の里/有				



さっぱりとした味
別名ジュシーフルーツ
河内晩柑

別名「和製グレープフルーツ」
グレープフルーツのような苦みもなく、さっぱりとした味

ホタテのサラダ
果汁を絞って、オリーブオイルとあわせてドレッシングに。レモンよりやわらかな酸味

[1610] 冷凍刺身用ほたて貝柱 7p
100g 1323円



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

梅仕事 南高梅



3週間後配送 (6/16~6/20配送)
梅のお届けは、生育状況により遅れる場合があります

5287	青梅 (南高)	1kg	1458
5288	" 徳用	1kg×2	2770 2916
5289	" 徳用箱	5kg	6780 7200

奈良・萩本了一さん/防除3

南高梅

果実は大きく、種は果実のわりに小さめで、果肉が厚くて柔らかいのが特徴です

青梅2kg、もみじそ300g、海の精240g
35度の焼酎1/2カップ

道具 かめ5.4リットル用 重石2.5kg×2個

準備

かめ・落としぶた・重石は、熱湯をかけて、消毒し、乾かしておく

✓ **追熟不要すぐに漬けてください**

有機青梅は完熟でお届けします。水につけてのアク抜きや、柔らかく漬けるために、追熟(黄色くする)は必要ありません



作り方

①梅のヘタを爪楊枝で取り、サツと洗い、ザルにあげて乾かします。

②ポリ袋に、梅と塩を入れ、袋口を持ち、梅を傷つかない程度に振り動かし、塩をまんべんなくまぶします。

③かめに②の梅を入れ、ホワイトリカー(焼酎)を振りかけ、落としぶたを置き、体重をかけて押し、重石を2個(5キロ)を乗せます。

④かめにふたをし、冷暗所に置きます。

※ふたが閉まらない場合は、ポリ袋をかけ、ひもで結び、ほこりが入らないようにして下さい

白梅酢が上がったら、もみじそ!

3~5日たつと、落としぶたの上まで、水があがってきます。これが、白梅酢。

梅の上に、もみじそをほぐしながら、平らに広げ、落としぶた(重石1個)を乗せ、ふたをして、保管して下さい。もみじそを入れるとカビが出やすくなるので、時々、チェックして下さい。

もみじそを、入れる

土用干し

梅雨が明けたら、土用干し!!

7月15~20日以降天気の良い日を選び、3昼夜土用干しをします。竹製のざるやすだれに、梅としそを広げて干し、時々返す。4日目に熱気がさめたら、保存用の瓶に移して、出来上がり

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

りんご今季終了です

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

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



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
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(コシヒカリ・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 3240 有
0423 備蓄玄米(さゆり米)	5kg 2776 防除1
0424 備蓄白米(さゆり米)	5kg 3089 防除1
0425 備蓄玄米(さゆり米)	5kg 3553 防除0
0426 備蓄白米(さゆり米)	5kg 3856 防除0
▽竹村慎一さん(コシヒカリ)▽	茨城・竹村慎一さん
***** 竹村さんの白米	終売
▽田島嘉存さん(コシヒカリ)▽	栃木・田島嘉存さん
***** 田島さんの玄米	終売
▽赤羽根和郎さん(コシヒカリ)▽	栃木・赤羽根和郎さん
***** 赤羽根さんの白米	終売
▽もち米(白米)▽	
0432 餅米 白米	1kg 1188 有
	岩手・無天塾/品種:ヒメノモチ

▽雑穀など▽	
0434 有機古代米(白山紫黒)	300g 950
0435 色々米	1kg 1490
0436 有機啄木初発芽玄米	1kg 1611 1696
0437 胚芽押し麦	1kg 594

レトルトごはんでも満足!

ごはんをレンジで温めている間に材料を刻んで、混ぜ合わせるだけ。火を使わずに、すぐにできる

混ぜご飯に

オイルサーディンをほぐし、オイルごとみじん切りのパプリカ・冷凍の豆と混ぜる。温めた玄米ご飯に混ぜて。ちょっとお酢を加えると、ライスサラダに

[1917] オイルサーディン	100g	443円
[0139] パプリカ	200g2~3ヶ	346円
[0192] 冷凍だだちゃ豆(枝豆)	200g	745円

レトルトおかゆ・ご飯

※次回3週間後

0441 有機玄米ごはん&有機玄米小豆ごはんセット	160g×各1	503 529
0442 有機玄米小豆ごはん	160g	270
0443 " 徳用	160g×4	1026 1080
0444 有機玄米ごはん	160g	259
0445 " 徳用	160g×4	985 1037

めか

0455 翹屋甚平・熟成めか床	1kg	702
0456 / 容器入	1.2kg	972
0457 / 補充用	400g	400
2227 翹屋甚平・浅漬の素	500ml	529

卵

卵の賞味期限は「生食」できる期限

日本の卵の賞味期限は、「夏場に生で食べる」のが前提になっているので、パック後14日となっています。実際は、夏期が産卵後16日以内、春秋期25日以内、冬季57日以内は、生で食べられます。



逆に賞味期限を過ぎたものでも、ゆでる・焼くなど、加熱調理すれば、問題ありません



厚揚げ卵チーズ
厚揚げの真ん中をくり抜き、中に卵を落として、塩・コショウ。電子レンジで2~3分加熱後、チーズをのせてトースターで焼く

[0519] 厚揚げ 200g 259円

0501 平飼有精卵	10ヶ	610	3p
0502 " ダブル	上記2p	1159 1220	
0503 平飼有精卵	6ヶ	400	2p
	茨城・枝拓生さん		
0504 うずら卵水煮	6ヶ×2	389	
0505 " ダブル	上記2p	746 778	
0506 味付けうずらの玉子	10ヶ	448	

豆腐・揚げ

▽ごま豆腐▽		
0507 高野山ごまとうふ 白	120g×2	324
0508 / 黒	120g×2	324
0509 / 金	100g×2	324

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

[0518] 小揚げ 35g×6 259円 2p
サイコロ状の一口サイズ

[0519] 厚揚げ 200g 259円 2p
豆腐を丸々1丁分

[0520] 絹厚揚げ 250g 270円 2p
食感なめらか

回鍋肉
少量のひき肉と合わせて、コクと満足感UP

[2211] 有機回鍋肉の素 100g 281円 2p

[0120] キャベツ 1/2ヶ 173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	油揚げ	2枚	238
0516	すし揚げ	2枚	238
0517	〃	4枚	475

2p	0518	小揚げ	35g×6	259
2p	0519	厚揚げ	200g	259
2p	0520	絹厚揚げ	250g	270
	0521	がんもどき	130g	265
	0522	小がんもどき	35g×3	265

▽埼玉 島田食品▽

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

▽東京 丸和食品▽

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

水きりせずにそのまま使える

水切り押し豆腐 [0529] 220g 297円 2p

SPOFF [0556] ッダブル 上記2パック 570 594円
しっかり水切りしたもめん豆腐よりさらに固い押し豆腐。国内産大豆100%使用し大豆のうまみを凝縮!

チャンプルー [0217] 健康緑豆もやし 250g 65円



品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

納豆

タレ・カラシはついていません

産直納豆大粒カップ2 [0546] 30g×2 238円 2p

SPOFF [0557] 上記2パック 461 475円
北海道十勝産大豆「トヨミツキ」使用。糖質が豊富な十勝産の大粒大豆は、納豆菌の活動を活発にします。大豆そのものの旨み・発酵後の納豆としての旨み・糸引きの強さから来る旨みが相まった美味しさです。

カリカリ納豆

醤油・ごま・七味で味付けし、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▽

0542	北海道100 登喜和カップ3	30g×3	346
0543	十勝の息吹 小粒カップ3	30g×3	329
0544	遊作(経木/小粒)	80g	400
0545	産直納豆 小粒カップ2	30g×2	238
0546	産直納豆 大粒カップ2	30g×2	238 2p
0547	産直納豆 ひきわりカップ2	30g×2	248
隔週	0548 丸大豆テンペ	100g	405

▽ひげた食品▽

0549	安曇野 藻塩 長野産大豆	45g×2	231
0550	実花 茨城産小粒	45g×2	214
0551	ひきわり 青森産	40g×2	214
0552	大粒 北海道産	45g×2	214
0553	国産そばろ納豆	100g	324

漬物

昔ながらの歯ごたえと懐かしい味わい

天日干した国産特別栽培の大根を漬け込み、じっくり水温熟成させました [0601] たくあん漬 カット1本 486円 3p

まぐろとたくあんの混ぜ寿司 まぐろとたくあんの絶妙なコラボ [1605] 冷凍まぐろ赤身 200g 1350円 7p



0601	ヤマキ たくあん漬 カット1本	486	3p
0602	らっきょう田舎漬	100g	524

▽東明▽

0603	浅漬けかつお大根漬	150g	394	2p
0604	浅漬け昆布大根漬	150g	394	
0605	こぶ仕込み大根	250g	659	
0606	かつお仕込み大根	250g	659	
0607	ゆず大根	150g	394	
0608	白菜漬	250g	378	2p
0609	浅漬け紅かぶら漬	150g	394	
0610	柚子白菜漬	250g	378	
0611	刻みすぐき	120g	394	
0612	刻みみぶ菜	150g	394	
0613	きゅうりのふる里漬	90g	421	2p
0614	マイルドしば漬	90g	421	
0615	白菜キムチ	200g	373	
0616	キャベツ浅漬	200g	394	
0617	きゅうりの浅漬	180g	394	

梅干し今季終了です

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

梅干しの種と皮を取り除いたねり梅をフリーズドライ乾燥させました。



[0827] 有機梅フレークダブル
SP200円 40g×2 1467円 ~~1612円~~

原材料…有機梅（和歌山県産）、漬け原材料（食塩）

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] 冷蔵しらす干しダブル
SP200円 100g×2 1,450円 ~~1588円~~

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

くرمの食感としらすのやわらかな風味を食卓に!



[0830] しらすくرمみダブル
SP200円 100g×2 1,498円 ~~1544円~~

原材料…砂糖、くرم、ちりめん（国産）、しょうゆ（大豆：遺伝子組換えでない、小麦を含む）、発芽水飴、発酵調味料、食塩、寒天

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



[0831] 揚げごぼう甘酢漬ダブル
SP200円 80g×2 838円 ~~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
SP200円 100g×2p 922円 ~~959円~~

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

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）
※そのままお召上がり下さい。

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！五目揚げ焼きそばとしてもお楽しみ頂けます。



[0834] 冷蔵 中華丼の具ダブル
SP200円 180g×2×2p 1,182円 ~~1284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نع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）

鮮度のよい鯖を漬け込みました温かいご飯をご用意下さい



[0835] 冷蔵 鯖のづけ丼ダブル
SP200円 150g×2p 1,352円 ~~1398円~~

[0836] 冷蔵 鯖のづけ丼トリプル
SP200円 150g×3p 1,985円 ~~2,099円~~

※袋のまま流水解凍して下さい。

熱白凍出
袋然結雲
分の乾燥地
を注風味方
をい味特
で碗噌を
く入れ使
ださいした
かめと



[0837] わかめみそ汁ダブル
SP200円 9g×6×2 744円 ~~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] 冷蔵 徳用北京餃子ダブル
SP200円 270g(15個)×2 1,151円 ~~1199円~~

原材料…具：豚肉（国産）キャベツ（国産）たまねぎ（国産）にら（国産）パン粉（国産）肉汁（国産）醤油（国内製造）にんにく（国産）ごま油（国内製造）昆布パウダー（国産）砂糖（国産）食塩（国内製造）こしょう（マレーシア産）生姜（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] 冷蔵 点心えびしゅうまいダブル
SP200円 27g×7×2 1026円 ~~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] 冷蔵 大きな豆腐肉団子ダブル
SP200円 340g×2 1,130円 ~~1177円~~

※電子レンジで加熱して下さい

タイグリーンカレー



[0841] タイ・グリーンカレーダブル
SP200円 170g×2 1048円 ~~1086円~~

原材料…野菜（なすび、たけのこ）、有機コナツツミルク、鶏肉、有機グリーンカレーペースト（有機青唐辛子、有機レモン Gras、有機にんにく、有機ジャロット、食塩、有機コリアンダーシード、有機ガラナガル、有機ファイアライム、有機クミン）、植物油、有機砂糖、ナンブルー（魚醤（魚介類））、赤唐辛子/酸味料（クエン酸）

タイレッドカレー



[0842] タイ・レッドカレーダブル
SP200円 170g×2 1048円 ~~1086円~~

原材料…野菜（人参、たけのこ）、有機コナツツミルク、鶏肉、有機レッドカレーペースト（有機赤唐辛子、有機レモン Gras、有機にんにく、有機ジャロット、有機ガラナガル、食塩、有機コリアンダーシード、有機クミン、有機ファイアライム）、植物油、有機砂糖、ナンブルー（魚醤（魚介類））、赤唐辛子/酸味料（クエン酸）

タイベジダブルカレー



[0843] タイ・ベジダブルカレーダブル
SP200円 170g×2 1048円 ~~1086円~~

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

タイマッサマンカレー



[0844] タイ・マッサマンカレーダブル
SP200円 170g×2 1048円 ~~1086円~~

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

AUGA OGマッシュルームスープ



[0845] AUGA OGマッシュルームスープダブル
SP200円 400g×2 1164円 ~~1209円~~

原材料…有機マッシュルーム、有機コナツツミルク、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

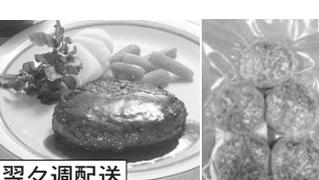
有機玄米ポタージュ



[0846] 有機玄米ポタージュ・にんじんダブル
SP200円 135g×2 691円 ~~722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）

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 1784円 ~~1858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▽

	0701	しその粉ふりかけ(ゆかり)	40g	324
4p	0702	有機梅フレーク	40g	756
	0703	有機しそフレーク	30g	540
	0704	海宝飯ふりかけ	28g	842
2p	0705	かつおふりかけ	28g	367
	****	えびふりかけ	50g	616
	0706	味のりふりかけ	50g	632
	0707	味付おかず海苔	8ッ切20枚入×3	734
4p	0708	練 しらす干し	100g	794
	0709	しらすちりめん	70g	967
	0710	鮭フレーク	90g	810

▽佃煮類▽

	0711	島っこ生のり佃煮	90g	432
	0712	江戸前生のり	80g	448
隔週	0713	江戸前でい! 茎わかめ佃煮	60g	356
4p	隔週	0714 しらすくるみ	100g	772
2p	0715	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
隔週	0716	きゃらぶき	100g	389
3p	0717	ひじき五目煮	100g	475
	0718	五目豆	100g	356
3p	0719	直火焼き黒豆煮豆	120g	551
	0720	国産味付メンマ	90g	572
隔週	0721	とりごぼうご飯の素170g(2合炊)		805

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

	0722	練 五目寿司の素(2合用)	200g	589
3p	0723	練 中華丼の具	180g×2	616
隔週	0724	国産きのご飯の素	170g	518
4p	0725	練 鮭のづけ丼	150g	697

▽スープ▽

2p	0801	<small>冷凍ドライ</small> わかめみそ汁	9g×6	383
	0802	<small>冷凍ドライ</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 (6/9~6/13)

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	3p
0809	タイ・レッドカレー	170g	540	3p
0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540	3p
0811	タイ・マッサマンカレー	170g	540	3p
0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432	
0813	<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	
0816	チキンカレー辛口	180g	561	
0817	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	561	
0818	AUGA・0Gトマトスープ	400g	600	
0819	AUGA・0Gマッシュルームスープ	400g	600	3p
0820	AUGA・0Gミネストローネ	400g	600	
0821	AUGA・0Gコーンスープ	400g	600	
0822	有機玄米ポタージュ・かぼちゃ	135g	356	
0823	有機玄米ポタージュ・にんじん	135g	356	2p
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	

▽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	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	

興農ファーム

翌々調配送品 (6/9~6/13)

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

冷凍行者にんにく入り
[5827] 冷凍ウィンナー
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

[5834] 冷凍フランク
50g×5 1,291円

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



**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。

バスチャライズコーヒー
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。バスチャライズド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) &
バスチャライズコーヒー(ビン) セット
1セット(200ml・200ml) 364 ~~375~~円

乳製品

▽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
	SPOF 0949 " ダブル 上記2p	490 505
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



生乳に乳酸菌だけを加えて作りました
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をだけを添加し、加温し作
りました。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。

▽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
	SPOF 0950 " ダブル 上記2p	612 630
	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 125g	832



静岡県丹那盆地の新鮮な生乳と
天塩を使用して作りました。
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	670 691

▽よつ葉チーズ▽

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

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



浜田農園 自家製のジャム
栃木 浜田農園 ブルーベリージャム

浜田農園の有機ブルーベリーと洗双糖(島のきび
砂糖)のみで煮詰めた、農家自家製のジャムです。
果実本来の甘みや美味しさを生かすため、砂糖は控
えめに作りました。一般品では糖度70くらいが通常
ですが、本品は果実糖度が約14%、洗双糖糖度が約30%、最終糖度
44~46%に仕上げました。

さらっとしてフルーツソースのようにも使えます。
ヨーグルトなどの乳製品との相性は抜群です。
原材料…ブルーベリー、洗双糖



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	4p
	0917 リックさんのメープルシロップ 330g	1,598	
	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	

ノヴァ 干しあんず

ホールタイプの種なしアプリコットです。
トルコ・マラティア地方産の、甘みが強く酸味の少
ない有機あんずを、一番大きなサイズに限定して収
穫・加工しました。色は天然褐色で、漂白剤や添加
剤は一切不使用。



原材料…有機干しあんず(トルコ)

ドライフルーツ・ナッツ

	0920 レーズン 120g	497	
	0921 プルーン(種あり) 150g	842	
	0922 干しいちじく 150g	972	
	0923 干しあんず 100g	778	4p
	0924 ドライ克蘭ベリー 70g	605	
	0925 ドライブルーベリー 60g	1,026	
	0926 ウォールナッツ(くるみ) 80g	886	
	0927 ローストアーモンド 80g	864	
	0928 ローストカシューナッツ 80g	1,058	
	0929 ローストヘーゼルナッツ 80g	799	
	0930 オレンジスティック 80g	680	
	0931 有機オリーブの宝石 100g	1,058	
	0932 有機ナッツふりかけ 53g	950	
	0933 有機アーモンドチョコスプレッド 200g	1,728	

第3世界ショップ よくばりナッツ
ピスタチオ、アーモンド、カシューナッツ、
クルミの4種類のナッツのミックスです。
食塩や油、添加物は使用していません。各ナ
ッツを国内でローストして(クルミは生のま
ま)、4種類を混合しています。
ピスタチオ、アーモンド、くるみは、アメリ
カ・カリフォルニア州産の有機栽培品。カシュー
ナッツは、スリランカから届くフェアトレード
のナッツです。



第3世界ショップ ※チラシをご覧ください 翌々調配送品

協賛	5734 ピーカンナッツ(ロースト) 65g	671 691	
	5735 くるみ(生) 65g	691	4p
	5736 アーモンド(食塩不使用) 70g	691	4p
協賛	5737 よくばりナッツ 80g	671 691	
	5738 カシューナッツ(食塩不使用) 70g	691	4p
	5739 マカダミアナッツ(食塩不使用) 65g	691	4p
	5740 ピスタチオ(食塩不使用) 70g	691	4p

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>[1068] あんこデニッシュ 2ヶ 599円 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>有機チョコチップを クッキー生地に練り込みました。 温めるといっそうおいしく美味</p>  <p>[1080] チョコチップメロンパン 1ヶ 297円 原材料…小麦粉(国産)、洗双糖、バター、卵(平飼い)、チョコチップ、天然酵母、天塩、小麦蛋白(国産)</p>	<p>オーガニッククルミが入った 小さなパンです。</p>  <p>[1064] くるみのプチパン 4ヶ 583円 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>[1073] ドライマトとバジルのセミハードロール 5ヶ 594円 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>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>[1074] バターロール 5ヶ 616円 原材料…小麦粉(国産)、バター、粗糖、天然酵母、食塩</p>	<p>オーガニック黒胡麻を たっぷり入れました。</p>  <p>[1062] ごまコッペ 1ヶ 427円 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>[1066] ベーグル(プレーン) 約70g×3 621円 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 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>[1060] テーブルロール 5ヶ 599円 原材料…小麦粉(国産)、菜種油、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>有機 ぶどう 食パン</p>  <p>[1079] 有機ぶどう食パン(6枚スライス) 6枚切り 675円 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 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</p>  <p>[1055] 国産16穀食パン6枚 578円 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)

品番 品名 規格 会員価格(税込み) ポイント

パン

規格は生地の重量表記です 型油…なたねサラダ油を使用

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

3p	1051	食パン	糖	1斤	459
3p	1052	食パンスライス6枚	糖	6枚切り	454
	1053	胚芽食パン	糖	1斤	567
3p	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	556
3p	1055	国産16穀食パン	糖	6枚	578
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	567
	1057	バケツ	糖	400g	459
3p	1058	バター		230g	454
	1059	クロワッサン	糖・パ	2ヶ	524
3p	1060	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	599
3p	1061	プチパン	糖	5ヶ	502
2p	1062	ごまコッペ	糖	1ヶ	427
	1063	プチレーズン	糖	5ヶ	599
3p	1064	くるみのプチパン	糖・マ	4ヶ	583
3p	1065	よもぎパン	糖	5ヶ	599
3p	1066	ベーグル(プレーン)	糖	約70g×3	621
	1067	シナモンロール	糖・パ	1ヶ	335

1068	あんこデニッシュ	糖・パ	2ヶ	599	3p
1069	かぼちゃデニッシュ	糖・パ	2ヶ	583	
1070	あんぱん	糖	2ヶ	497	

▽おへそ▽

1091	冷凍ピザクラスト	2枚18cm	713
1092	冷凍ミニピザホワイトソース&コーン	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
------	------------------	------	-----

ベーコンは、カリッと焼くのがポイントです!
ベーコンエッグトースト

作り方…①フライパンに油を入れ、ベーコンを中火でカリッと焼く。卵を落とし、水大さじ1を入れ、弱火で5分焼く。②ベーコンエッグを焼いている間に食パンをこんがり焼き色がつくまで焼く。トーストした食パンにバターをぬり、塩、胡椒をしたベーコンエッグをのせる。




[1403] 冷凍放牧豚ベーコンスライス 65g 437円 3p

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



豚ロース肉の照り焼き丼
豚丼

材料(2人分)…豚ローススライス250g、白ネギ1本、紅ショウガ適量、温かいごはん丼2杯分、(調味料)醤油、酒、砂糖各大さじ2、みりん大さじ1、すりおろしにんにく、すりおろししょうが各小さじ1/2

作り方…①調味料を混ぜ合わせておく。②白ネギは3cm幅に切る。豚ロース肉は筋きりをして、塩、こしょうで下味をつける。③フライパンに油を入れて熱し、白ネギを強火で焼き目がつくまで炒める。火が通ったら取り出す。④同じフライパンに豚ロース肉を入れて、中火で両面焼き色をつける。調味料を入れて煮詰めて照りが出てきたら、火を止める。⑤丼にご飯を盛りつけ、白ネギ、豚肉、紅ショウガを盛りつける。

冷凍 健康豚 ローススライス

ロースはきめの細かい肉の縁に、程よく脂肪がついています。ジューシーさと柔らかな肉質が特徴です。



豚肉

▽北海道 放牧豚▽

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

4p	1101	冷凍 放牧豚 バラスライス	200g	832
		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	756
		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	810
		赤身部位を中心にパラパラミンチにしました。使いやすいチャック袋仕様です。		
	1104	冷凍 放牧豚 切り落とし(バラ凍結)	250g	896
		赤身部位を中心に一口サイズにカットしました。使いやすいチャック袋仕様です。		

▽新潟 健康豚▽

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

4p	1121	冷凍 健康豚 ローススライス	150g	795
4p	1122	冷凍 健康豚 ロースしゃぶ用	150g	811
	1123	冷凍 健康豚 モモスライス	150g	667
	1124	冷凍 健康豚 モモしゃぶ用	150g	761
4p	1125	冷凍 健康豚 バラスライス	150g	708
	1126	冷凍 健康豚 生が焼スライス	150g	728
	1127	冷凍 健康豚 ヒレ	150g	1,084
	1128	冷凍 健康豚 ロース切り身	80g×2	771
	1129	冷凍 健康豚 挽肉	150g	513
	1130	冷凍 健康豚 野菜炒め用小間切れ	150g	546
	1131	冷凍 健康豚 パラパラ小間切れ	200g	754
		ウデ肉・モモ肉を約2~3mmに丁寧に手切りでスライスして、パラパラで凍結させました。使いたい分だけ取り出せるので便利です。		
	1132	冷凍 健康豚 パラパラ挽肉	200g	748
		丁寧に手切りして、パラパラで凍結させました。使いたい分だけ取り出せるので便利です。		

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



冷しゃぶにたっぷりキャベツ、大根、そしておこのみの豆を添えて。偏りがちな栄養を補って、ボリュームたっぷり&ヘルシーに!
蒸し大豆の冷しゃぶ

作り方…①キャベツをスライサーで薄くスライスする。しめじはほくしておく。②豚肉は食べやすい大きさに切る。③鍋にお湯を沸かし、塩少々を入れ、しめじ、キャベツをさっとゆでる。ざるにあげ、冷水で冷やし、水をきっておく。④豚肉をゆで、氷水で冷やす。⑤キャベツ、しめじの上に豚肉、大根おろしを乗せ、豆を振りかける。食べる時にポン酢やドレッシングをかける。

2p	[2023]	蒸し発芽大豆	100g	248円
4p	[2229]	にんじんドレッシング	180ml	680円

健康豚 ロースしゃぶ用 健康豚 モモしゃぶ用

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



サムギョプサルは韓国語で豚の三枚肉(バラ)の事。手軽な豚ばら肉を使った韓国風焼肉です。ばら肉は、脂の多い部位ですが、じっくり焼くことで余分な脂が落ち、しつこさは感じません。サンチュ、レタス等、葉野菜で肉を包んでお召し上がり下さい。

サムギョプサル

作り方…①豚バラスライスは一口大に切る。にんにくはスライスする。②肉に塩、胡椒を多めにふって、網やホットプレートなどで、脂をじっくり落として肉がカリカリになるまで焼く。③(コチュジャン大さじ2、砂糖小さじ2、醤油小さじ1、白ごま少々)を合わせてタレを作る。④肉と一緒に焼いたニンニクやキムチ、ネギと一緒にサンチュで包んで、③のタレをつけてどうぞ。

[0124]	揺きチシャ(サンチュ)	1P	248円
[0122]	サニーレタス	1P	248円



冷凍 興農豚 バラスライス

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

翌々週配送品

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

5p

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



蒸し大豆で簡単常備菜！
お肉と大豆の割合はお好みでどうぞ。
サラダやごはんに乗せるだけで、
食事にたんぱく質をプラスできます。

肉みそ風大豆

作り方…①蒸し大豆200gは荒く刻むか、袋に入れたままつぶす。生姜1片はすりおろしておく。②フライパンで鶏ひき肉100gと①の蒸し大豆をかるく炒め、(砂糖大さじ1、醤油大さじ1.5、味噌大さじ1、みりん大さじ1、酒大さじ1)と生姜をすべて加える。③汁気がなくなるまで炒める。



[2024]有機蒸し大豆3パック
100g×3 862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。



新じゃが芋と鶏肉の カシューナッツ炒め

おつまみにも主菜にも最適！
バランスよく食べましょう。

作り方…①鶏肉を食べやすい大きさに切り、(醤油、酒、片栗粉)を入れよくもんでおく。②新じゃが芋1個を洗い、水気があるままラップに包み、電子レンジで600w1分30秒～50秒程加熱する。③②の新じゃがとピーマンを食べやすい大きさに切る。④(めんつゆ、オイスターソース、酒、鶏スープの素、砂糖)の調味料を混ぜ合わせておく。⑤フライパンに油を熱し、鶏肉をこんがり炒める。一度皿に取り、フライパンに新じゃが芋とカシューナッツを炒め、さらにピーマンを加えて炒める。⑥鶏肉を戻し、④の調味料を入れ、強火で一気に炒めて完成。



冷凍 播州百日鶏 小間切

ムネ・モモを1cm程に細かく切りました。

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

【休養期間】抗生物質はやむなく孵化後70日間の幼鳥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
1302	冷凍 播州百日鶏 むね	200g	788
1303	冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
5p	1304 冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
4p	1305 冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	786
	1306 冷凍 播州百日鶏 唐揚げ用カット	約25g×8	818
	1307 冷凍 播州百日鶏 ウィング	約80g×5	985
	1308 冷凍 播州百日鶏 レバー	200g	893

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

結着剤・発色剤・うまみ調味料(アミノ酸)不使用 放牧豚 ベーコンスライス

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

「結着剤(リン酸塩)・発色剤(亜硝酸塩)・保存料(ソルビン酸他)・うまみ調味料(アミノ酸)」は一切使用しておらず、肉本来が持つ力を利用して作り上げています。

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



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	497
1402	冷凍 放牧豚 粗挽きウィンナー	100g	551
1403	冷凍 放牧豚 ベーコンスライス	65g	437
5p	1404	" ダブル	上記2p 848



牛肉ステーキ、野菜、ご飯を一つのプレートに盛り付けます。
お好みの野菜をプラスして野菜もたっぷりいただきます。

牛ステーキプレート

作り方…①牛ステーキ用は室温にもどす。②にんにくは薄切りにする。③フライパンに油をしき、にんにくを弱め

の中火で3分程炒め、薄く色づいてきたらペーパータオルにとる。④フライパンを中央にかけ、温まったら牛ステーキ用の両面に塩小さじ1/2と胡椒少々をふり、盛り付けた時に表になる面から焼きつける。焼いている間に脂が出てきたら拭く、焼き上がったら取り出して、アルミホイルなどで包み、15分ほどおく。⑤④のフライパンで(醤油大さじ1と1/2、みりん、酒各大さじ1)を煮立てる。⑥器に切り分けた牛肉、ご飯、ベビーリーフを盛り合わせ、肉に⑤をかけて、にんにくをちらしトッピングする。



冷凍 興農牛ヒレステーキ用

あっさりとした赤身が特徴の興農牛のステーキ用ヒレ肉です。

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



リン酸塩無添加のすり身で作りました
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、北海道産スケツウタラのすり身に卵、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…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もしっかり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 (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

南伊豆水産 まぐろもろこし

コーン・玉ねぎを練りこんだ一口サイズの揚げ物です。清水港で水揚げされた鯖をすり身にしていきます。とうもろこしの食感と練りものの相性は抜群です。

原材料…魚肉 (まぐろ (国内産)、すけそうたら (国内産))、コーン、玉ねぎ、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、醗酵調味料、鰹だし、菜種油

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)、豆腐 (大豆)、米油、馬鈴薯でん粉、砂糖、発酵調味料、カツオエキス



増粘多糖類不使用のはんぺん

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サメ肉を加えた昔ながらの原料と製法で作られたふんわりはんぺんです。

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



【無添加発泡】

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



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

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	1,080
	1504	鯛ハンペン 5枚	632
	1505	小判揚 5枚/150g	518
	1506	桜えび入り揚 3枚/150g	810
	1507	スティック揚 (イカ) 6本/150g	621
	1508	うずら卵天 卵 4ヶ	583
	1509	たこボール 8ヶ	502
	1510	ねぎちぎり揚げ 100g	540
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	3p
▽宮城 高橋徳治商店				
1514	練 おとうふ揚げ	170g5ヶ	394	2p
1515	練 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	491	
1516	練 さつま揚げ	190g4枚	508	
1517	練 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	540	3p
1518	練 おとうふ揚げ (五目)	165g5ヶ	410	
1519	練 笹かまぼこ	115g (23g×5)	470	
在庫限り	1520	練 いわしだんご	150g	437
	1521	練 ごろごろ茶豆ちぎり揚げ	100g	470

雪むろじゃがいも使用。
魚沼の甘味のある脂身が特徴の豚肉を使っています。



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

魚沼産豚肉キャベツメンチカツ
キャベツをザク切りにして食感を強調しました。



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

里芋と蓮根の異なる食感が楽しめるミニコロッケ。



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

和豚もち豚、青森産にんにく等、厳選素材を使って作った餃子



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

まきばの「とこトンシリーズ」

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

まきば

新潟 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 クックたかから
 創業30年、創業からずっと手作りのお惣菜。

クックたかから

▽惣菜▽

3p	1527	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	583
	1528	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166
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	1535	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	670
	1536	"	ダブル	上記2p	1,286 1,348
3p	1537	冷凍	ちっちゃな餃子	10個	454
	1538	"	ダブル	上記2p	871 908
3p	1541	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	583
	1542	"	ダブル	上記2p	1,120 1,166
3p	1543	冷凍	おはぎ	3個	621
	1544	"	ダブル	上記2p	1,192 1,242

▽グッドミー (大豆ミート) Good to me 私にとって良いもの
 お肉を使わない植物蛋白加工食品のお惣菜シリーズです。
 クックたかからは、大豆たんぱく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	1555	冷凍	グッドミーのベジタブル中華丼	180g	718
3p	1556	冷凍	車麩のフライ	5個入り	616

シンプルなささみのフライです
 さっぱりと召し上がれます

3p

[1525] 冷凍 チキンカツ 2枚入り 578円
 [1526] " ダブル 上記2p 1,109 ~~1,166~~円

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

自然解凍後、
 二合の酢飯に混ぜる

2p

[1539] 冷凍 きつねごはんの素 150g 427円
 [1540] " ダブル 上記2p 819 ~~856~~円

原材料…油揚げ (国産大豆使用)、干し椎茸、人参、醤油、洗双糖、みりん、酒

純和風の優しい美味しさが魅力
 具を酢飯に混ぜるだけの簡単にご飯の素です。

甘辛い味噌噌風味
 麺ときゅうりがあれば、
 ジャージャー麺が作れます。

3p

[1531] 冷凍 ジャージャー麺の素 150g 626円
 [1532] " ダブル 上記2p 1,203 ~~1,253~~円

原材料…豚肉、干し椎茸、たけのこ、長ネギ、生姜、味噌、醤油 (大豆、小麦)、砂糖、酒、片栗粉、なたね油

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

3p

[1533] 冷凍 すき焼き風コロッケ 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

[1557] 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…粒大豆たんぱく質、玉ねぎ、トマトホール、トマトケチャップ、味噌、赤ワイン、サラダ油、根しよが、にんにく、味の母

植物素材の美味しいお惣菜
 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
 パリパリの皮です

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、えび粉、チキンエキス、こしょう)、打ち粉 [馬鈴薯でん粉] /重曹

口福広場 美勢商事の中華点心

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

冷凍点心

1581	冷凍	豚まん	4ヶ	1,037
1582	冷凍	海老にらまんじゅう	6ヶ	637
1583	冷凍	肉餃子	12ヶ	572
1584	冷凍	野菜たっぷり餃子	12ヶ	378
1589	冷凍	海鮮えび焼売	8ヶ	697
1590	冷凍	肉にらまんじゅう	6ヶ	529

杏掛冷食

春巻とグラタンを手作りで製造 杏掛冷食



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

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

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

塩抜き後、三杯酢でもずく酢 塩抜き ザルで2~3
雑炊、スープでも 2p 回水洗いして、30分程度
[1813] 冷凍沖縄県産 塩もずく 塩気を見ながら水に浸
 200g 346円 け置きしてください

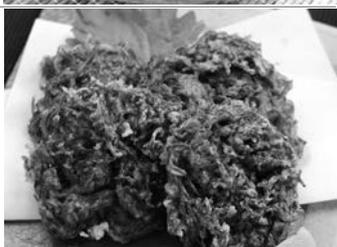


もずくと豆腐のサラダ
 豆腐はパックから出して粗く手で崩して器に盛り付ける。好きな野菜を添えて味付けしたもずくをからませてどうぞ



[0510] 絹豆腐
 350g 243円

もずくの天ぷら
 塩抜きしたもずくの水気を切り、薄力粉をまぶす。衣をつけて揚げる



[2003] 地粉(薄力粉)
 500g 400円
[0501] 平飼有精卵
 10ヶ 610円

もずくスープ
 塩抜きしたもずくを食べやすい長さに切り、スープに入れる。水溶性片栗粉でとろみをつけたり、溶き卵を流し入れても。



[2511] チキンコンソメ 3p
 10g×8 540円

海産

▽刺身・生食用▽				
	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
6p	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604	冷凍 ネギトロ用すぎ身(サラダ油使用)	200g	1134
7p	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
	1607	冷凍 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	1145
7p	1610	冷凍 刺身用はたて貝柱	100g	1323
▽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

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

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

高尾の魚

翌々週配送

[5650] 冷凍真ダラ切身 4p
 2切れ 810円

塩焼き・ムニエル。唐揚げあんかけにも



▽切り身魚▽				
5650	冷凍真ダラ切身	2切れ	810	4p
▽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	



くせがなく さっぱりした白身 4p
[1726] 冷凍ひと塩サワラ切身
 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



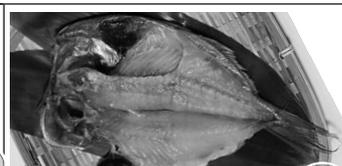
1匹のまぐろから2本しかとれない希少部位 6p
[1603] 冷凍メバチまぐろはちの身
 300g 1210円
 脂が多く、火を通すと、スジがゼラチンに変わり濃厚な味。たたきに



身がやわらかく脂が乗っています 5p
[1618] 冷凍(無塩)銀ダラ切身
 2切g 994円
 アメリカ産。無塩ですので、そのまま焼いてお醤油等で食べると、より脂の旨味が引き立ちます。
 漬け魚や煮つけにもおすすめです。



[1620] 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。



[1727] 冷凍金目鯛開き 4p
 2枚 794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。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽うなぎ▽			
	1714	冷凍 鹿児島産うなぎ蒲焼き 長焼き 110g		2630
	1715	〃 刻みうなぎ 50g×2		1831
	▽エビ・イカ 他▽			
	1716	冷凍 エコシュリンプ M 約200g		1760
	1717	〃 L 約200g		1901
	1718	〃 むき身 S 約200g		1825
	1719	冷凍 中粒しじみ 150g		805
	1720	冷凍 シーフードミックス 180g		956
	エビ・ホタテ			
	▽干物・他▽			
	1721	冷凍 いわし丸干し 6尾		481
	1722	冷凍 カラフトししゃも 10尾		562
	1723	冷凍 干しカレイ 2枚		821
	1724	冷凍 アジ開き 2枚		810
	1725	〃 ダブル 2枚×2	1539	1629
4p	1726	冷凍 ひと塩サワラ切身 3切		713
4p 隔週	1727	冷凍 金目鯛開き 2枚		794

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 揚げただけ!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	4p



**三崎と言えば
マグロのメッカ!!**

[1757] 冷凍 まぐろメンチ 4p

60g×4 756円

老舗・杉浦商店が鮮度良好なマグロで、安全安心で、美味しいメンチに仕上げました。



月1登場

**口いっぱい広がる
牡蠣の芳醇な香り**

[1616] 冷凍 蒸し かき 5p

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。

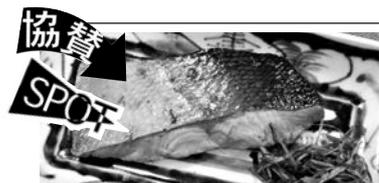
海藻、のり

▽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	海草サラダ	100g		351 2p
わかめ・茎わかめ・昆布・赤ずぎのり・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 7p
1808	板海苔/宮城産	全型×10枚		864
1809	焼き海苔/宮城産	半裁×20枚		886
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

**色とりどり!
栄養満点の
海草が豊富**

[1804] 海草サラダ 2p
100g 351円

海の植物である海草は、その豊富な栄養を取り込んで育つため、陸上の植物からは得にくい海の栄養をたっぷりと含んでいます。塩抜きしたものを、いつものサラダに添えて



[1621] 冷凍 天然さくらます切身 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。



[1619] 冷凍 (無塩) ぶり切身 2切入 794円 4p

無塩なので、煮たり焼いたり様々なお料理におすすめです。



[1729] 冷凍 こだわりの味噌漬け 銀だら 1切 956 ~~1129~~円

濃厚な脂の銀だらを、上品な味噌漬けに仕上げました



[1610] 冷凍 刺身用 ほどたて貝柱 100g 1323円 7p

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



[1605] 冷凍 まぐろ赤身 200g 1350円 7p

40℃くらいの塩水に1~2分つけて表面を拭き取り、冷蔵庫で半解凍。



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



[1807] おにぎり用焼き海苔 2ツ切10枚×3 1501円 7p

若芽の内に摘み取った海苔で、やわらかく、香りが良い



[1728] 冷凍 赤魚開き一夜干し 1枚 578円 3p

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

暑い季節におすすめ 冷やしつけ麺



金子製麺 日本の中中華麺 ざるらーめん
中細麺。国産小麦粉と、農林61号自家製粉を使用。
特製つけだれは、鯉と煮干しの風味が効いた味わい深い仕立て。ざるそばのように冷たい麺をつけだれで楽しむ、新感覚の一品です。



※お好みでネギ、メンマ、なると、焼豚、ゆで卵や季節の野菜等と一緒にどうぞ。

大人のこだわりつけ麺



金子製麺 江戸風鯉醤油つけ麺
太麺。国産小麦粉と、農林61号自家製粉を使用。
特製つけだれは、醤油をベースにとんこつ白湯エキスをブレンドし、鯉の魚粉を入れて濃厚な味わいに仕上げました。大人が満足できる本格派の一品です。



※お好みで焼豚、ネギ、卵などと一緒にどうぞ。

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

麺類

▽生麺▽

隔週	2401	ふわふわもちもちむっちりうどん	200g×2	329
隔週	2402	季穂(きすい)地粉生うどん(太)(2人前)	130g×2	297
隔週	2403	あしがら車屋 醤油らーめん	2食	443
隔週	2404	〃 味噌らーめん	2食	481
隔週	2405	〃 塩らーめん	2食	481
隔週	2406	日本の中中華麺 坦々麺	2食	491
3p	月1	2407 江戸風鯉醤油つけ麺 スーフ	2食	502
2p	隔週	2408 日本の中中華麺 ざるらーめん	120g×2	432
隔週	2409	日本の中中華麺 冷やし中華(醤油味)	120g×2	470
		2410 せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518

ソース無し。アレンジ自在！
せいろ蒸しが引き出す、もっちり食感の自慢の麺。



金子製麺 せいろ麺上選太焼きそば
太麺。北海道産小麦粉を中心に、金子製麺独自の配合でブレンドした小麦粉と、「蒙古王かんすい」、天然塩、電解水を使用。独自の製法で作った麺を、せいろでじっくり蒸し上げることで、弾力あるもっちり感を実現しました。

お好みのソースで焼きそばとしても、麺を油でこんがり固焼きにして野菜あんかけをかけても絶品。多彩な味付けに応える、豊かな食感と確かな品質が特徴です。

原材料…小麦粉、食塩、蒙古王かんすい

2p	2411	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324
	2412	生スパゲティ 卵	150g×2食	335
	▽冷凍麺▽			
	2413	練 さぬきうどん	200g×3	410
	2414	〃 ダブル	上記2p	788 820
	2415	練 十割生そば	130g×2	594
	2416	〃 ダブル	上記2p	1,129 1188
	▽乾麺▽			
	2417	地粉うどん(田嶋さんのうどん)太	250g	286
	2418	地粉うどん(田嶋さんのうどん)細	250g	286
	2419	吉野葛そうめん	250g	540
	2420	純国産手延べそうめん	250g	486
	2421	足柄古式そば	240g	356
	2422	究極そば	200g	535
	2423	特選そば	200g	562
3p	2424	さくらの焼そば	114g×2	443
SP	2433	〃 ダブル	上記2p	841 886
	▽即席麺 桜井食品▽			
	2425	しょうゆらーめん	99g×4袋	842
	2426	しおらーめん	99g×4袋	842

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

2427	みそらーめん	101g×4袋	842	
2428	とんこつらーめん	103g×4袋	886	
▽パスタ▽				
2429	国内産ロングパスタ	300g	443	
2430	国内産エルボパスタ	300g	443	
2431	DeLucaオーガニックパスタスパゲッティ	500g	508	
2432	DeLucaオーガニックパスタペンネ	500g	622	

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
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	400
------	-------------	-------	-----

▽だしパック(粉末タイプ)▽

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

安全・安心のチキンコンソメ

光食品 チキンコンソメ

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

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

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



2511	チキンコンソメ	10g×8	540	3p
▽干し椎茸▽				
2512	干ししいたけ・どんこ(大)	45g	1,134	



乾麺 液体ソース、ふりかけ付き
桜井食品 さくらの焼そば

麺は国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。

麺の揚げ油は環境に配慮されたパーム油(RSPO認証パーム油)を使用しています。

ソースはトマトピューレー・

りんごパルプでおいしさを引き出した特製液体ソースです。



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

粉・豆・ごま

▽粉▽

2001	おいしい強力粉	400g	302
2002	こな屋さんの南部地粉(中力粉)	1kg	535
2003	地粉(薄力粉)	500g	400
2004	国産有機白玉だんご粉	150g	480
2005	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	389
2006	無双本葛・粉末	80g	594



北海道で契約栽培された馬鈴薯を使用 桜井食品 片栗粉

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

原材料…馬鈴薯澱粉(北海道産)

2p	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405
	2009	重曹	300g	416
	2010	ホットケーキミックス(有糖)	400g	454

▽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
終売 ****	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	497
	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

農家手作りの切干し大根

常総センター 厚切り切干し大根
大根を手切りで厚切りにして、天日で乾燥しました。厚切り干し大根の歯応えをお楽しみ下さい。

厚切りのため、水に戻す場合1時間位浸して戻す。急ぐ場合はぬるま湯で戻して下さい。

原材料…大根(茨城産)



2p	1901	厚切り切干大根	60g	227
	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	有機乾燥さくらげホール	15g	486
	1905	国産はるさめ	50g	157
	1906	国内産・くずきり(本葛+馬鈴薯でんぷん)	100g	529

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

1907	北海道産全粒粉小麦使用くるまふ	6枚	475
1908	やきふ	40g	292
1909	おつゆふ	1袋30g	292
1910	糸寒天(国産)	30g	616

▽素材・缶▽

1911	もろこし畑 ホールカーネル	180g×3	778
1912	朝掘たけのご水煮ブロック	200g	702
1913	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778
1914	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778
1915	ミニとろイワシ・味付	100g	378
1916	とろイワシ水煮	150g	497
1917	オイルサーディン	100g	443

▽こんにやく▽

1918	一穂のこんにやく	300g	335
1919	一穂の生芋こんにやく	230g	297
1920	手どりこんにやく	250g	389
1921	しらたき	230g	335
1922	くろたき	230g	346

おつまみ、箸休めの一品

東京都あきるの市 池谷

大とろ刺身青のりこんにやく

国産契約栽培のこんにやく芋を使い、伊勢湾産の青海苔を混ぜて作りました。

雪ささ青のり

スライス済みなので、盛り付けるだけ。酢味噌、わさび醤油、またはサラダ、酢の物などでどうぞ。

原材料…こんにやく芋粉(契約栽培/群馬・山梨)、青さのり(愛知)、炭酸ナトリウム



有隣	1923	大とろ刺身青のりこんにやく	250g	324	2p
有隣	1924	雪ささ 青のり	230g	324	2p
	1925	乾燥糸こんにやく	25g×10	594	

SPOF 今週限り

そのままつまんで食べられます
だいごデイズの有機蒸し豆



有隣	2019	続けるだいごDAYS習慣	40g×5	864	4p
		原材料…有機大豆(転換期間中、北海道産、遺伝子組換えでない)、食塩、有機米酢			
有隣	2020	有機蒸し大豆	100g	302	2p
	2024	" 3パック	上記3p	862 997	
		原材料…有機大豆(北海道産、遺伝子組み換えでない)、食塩、有機米酢			
有隣	2021	有機蒸しひよこ豆	85g	302	2p
		原材料…有機ひよこ豆(アメリカ)、食塩、有機米酢			
有隣	2022	有機蒸しミックスビーンズ	85g	302	2p
	2025	" 3パック	上記3p	862 997	
		原材料…有機ひよこ豆(アメリカ)、有機大豆(遺伝子組み換えでない)、有機青えんどう、有機赤いんげん、有機黒いんげん、食塩、有機米酢			
有隣	2023	蒸し発芽大豆	100g	248	2p
	2026	" 3パック	上記3p	708 745	
		原材料…大豆(北海道産、遺伝子組換えでない)、食塩、米酢			

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



違いを知って 塩を楽しむ

材料はすべて伊豆大島近海の海水100%。けれど作り方が違うと、味も見た目も変わってきます

天日 平釜 しっとり 天日 ザラメ状

海ノ精あらしお

[2120] 大 500g 1296円 6p
[2121] 小 240g 648円 3p

[2122] 海ノ精ほししお 4p

240g 810円
「あらしお」より甘さがより多く感じられ、旨さとコクはややひかえめに感じられます。飾り塩にも

味は、ただ塩辛いだけでなく、ほのかな甘さや旨さ、コクやキレ

海ノ精やきしお

[2123] 60g 454円 3p
[2124] 詰替用60g 259円 2p
[2125] スタンドパック 150g 605円 3p

高温焼成で塩化マグネシウムが分解し、「あらしお」よりマイルドであっさりした味わい



「甘さ」が感じらるあらい結晶
とっておきの時に「ほししお」
じっくり溶けるザラメ状の結晶を生かした飾り塩、寿司や天ぶらのつけ塩、日本酒のつまみ塩、微妙な素材の風味が生きる吸いものやスープなどが、特におすすめです。

調味料

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽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	海ノ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▽			
6p	2120	あらしお(大)	500g	1296
3p	2121	"(小)	240g	648
4p	2122	ほししお	240g	810
3p	2123	やきしお	60g	454
2p	2124	"詰替用	60g	259
3p	2125	"スタンドパック	150g	605
15p	2126	漬物塩	1.5kg	3240
	2127	ペッパーソルト	55g	518
	2128	ハーブソルト	55g	518
3p	2129	なんでもソルト瓶入り	55g	562
	2130	"詰替用	58g	389
	▽砂糖▽			
3p	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	631
	2133	てんさい含蜜糖 粉末	500g	497

▽塩こうじ▽				
	2134	有機玄米塩麴	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	イゲタ めんつゆ(ストレート)	360ml	670
	2138	イゲタ そうめんつゆ(ストレート)	360ml	691
	2139	富貴食研 イタリアントマト	200g	389
	2140	塩レモン	200g	389
	2141	ごま味噌豆乳	180g	389

▽みりん類・料理酒▽				
	2142	味の母(みりん風調味料)	720ml	999
酒	2143	三州三河みりん	700ml	1122
酒	2144	有機 三州味醂	500ml	1144
酒	2145	本みりん 福来純	500ml	990
酒	2146	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1400
酒	2147	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1298
酒	2148	いつつプレスラン(料理用ワイン)赤	720ml	1023
酒	*****	白		終売
▽酢▽				
	2149	有機純米酢 老梅 小	500ml	497
	2150	" 中	900ml	875
	2151	富士酢(米酢)	500ml	864 4p
	2152	美濃有機玄米黒酢	360ml	756
	2153	純りんご酢	500ml	572
	2154	富士すし酢	360ml	756
	2155	カンタン八芳酢	360ml	508
	2156	有機レモン100%しぼりたて	180ml	562
	2157	有機梅酢 赤	200ml	583 3p
	2158	有機ポン酢醤油	250ml	464
	2159	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670
▽食用油類▽				
	2160	国産なたねサラダ油	450g	1026
	2161	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1642
	2162	国産なたね油	450g	918
	2163	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
	2164	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	859
	2165	最高級ラー油	45g	616
	2166	日本オリーブ 有機エキストラ オリーブオイル	180g	1944
	2167	"	450g	3888
	2168	カルボネール 有機エキストラ オリーブオイル	458g	2695
	2169	パレスチナのオリーブ オリーブオイル	273g	2009



一生に一度の出会い
単一品種のEXバージンオリーブオイル
[2173] 有機 一期一会
エキストラバージンオリーブオイル **25p**
レチアーナ種 450g 5400円
グリーンフルーティで
濃厚な甘みの二重奏

▽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

品名	品番	規格	価格(税込み)
▽ソース類▽			
有機ウスターソース	2201	250ml	454
有機中濃ソース	2202	250ml	454
職人の夢・有機中濃ソース	2203	200ml	540
有機濃厚ソース	2204	250ml	454
お好みソース	2205	360ml	421
やきそばソース	2206	290g	454
オイスターソース	2207	115g	486
▽たれ類▽			
焼き肉のたれ	2208	350g	680
麻婆の素(瓶)	2209	225g	454
有機麻婆の素	2210	100g	281
有機回鍋肉の素	2211	100g	281
有機青椒肉絲の素	2212	100g	281
有機肉豆腐の素	2213	100g	281
有機もやし味噌炒めの素	2214	100g	281
▽マヨネーズ▽			
平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	2215	290g	670
▽ケチャップ類▽			
有機トマトケチャップチューブ	2216	300g	421
有機ピザソース	2217	225g	475
有機トマトピューレ	2218	320g	400
有機トマト缶・ホール	2219	400g	324
有機トマト缶・カット	2220	400g	324
有機ミートソース	2222	140g	335
▽ドレッシング 他▽			
マンゴーチャツネ	2223	260g	734
果実の恵みドレッシング	2224	200ml	443
国産なたね油野菜ドレッシング	2225	200ml	464
有機胡麻ドレッシングタイプ	2226	225g	497
有機青じそドレッシング	2228	200ml	518
にんじんドレッシング	2229	180ml	680
たまねぎドレッシング	2230	180ml	680

品名	品番	規格	価格(税込み)
▽カレー類・他▽			
特選カレーパウダー	2301	20g	292
奄美カレー中辛	2302	180g	508
奄美カレー甘口	2303	180g	508
カレースパイスセットレギュラー	2304	5~6皿分	508
〃 ハード	2305	5~6皿分	648
タンドゥリーチキン用スパイス11g(5~6人用)	2306		432
スリカレー	2307	34g(約8皿分)	561
カレーの壺マイルド	2308	220g/約18皿分	702
〃 オリジナル	2309	220g/約18皿分	702
〃 スパイス	2310	220g/約18皿分	702
果実と野菜の本格カレーペースト	2311	180g	864
▽シチューの素・他▽			
ココナッツミルク	2312	200ml	388
直火焙煎クリームシチュールー	2313	120g	454
オラッチェデミグラスソース	2314	115g×2	799
▽香辛料▽			
すじ青のり	2315	4g	367
山わさび	2316	12g	324
七味	2317	15g	616
ゆず七味	2318	10g	389
白コショウ	2319	20g	346
カレーの壺ペッパー 黒ホール	2320	20g	432
〃 黒粗挽き	2321	20g	432
セイロンシナモン パウダー	2322	20g	389
柚子こしょう	2323	40g	373
有機生姜末・ピン	2324	40g	756
旨味本来 からしチューブ	2325	40g	356
旨味本来 生おろしわさびチューブ	2326	40g	356
▽乾燥ハーブ▽			
乾燥バジル	2327	4g	589
乾燥ローズマリー	2328	4g	589
唐辛子	2329	5g	281
乾燥ローリエ	2330	3g	589

自然の力を借りて“潮”から“塩”をつくる

海の精は、日本の伝統的な製法と成分を継承した塩。太陽と風と火の力、そして惜しめない手間をかけて塩を作っています

太陽・風



ネット架流下式塩田

火



天日

平釜

不揃い

15p

[2126] 海の精 漬物塩 1.5kg 3240円
溶けるのに時間のかかるカルシウム粒の選別を省いて、価格を抑えました。



米酢の置き換え調味料として 薄めて飲料としても

[2157] 有機梅酢 赤 200ml 583円

米酢の代わりに酢の物やドレッシングに、醤油代わりに、冷や奴や納豆に使っても。
有機梅(国産)、食塩、有機しそ(国産)



柔らかな甘みと しつかりとしたこく

島のきび砂糖(洗双糖) [2176] 1kg 497円

SPC [2176] 上記2P 964 994円
鹿児島産さとうきびの粗製糖 さとうきび



[2229] にんじん ドレッシング 180ml 680円
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・条川米子さん)、玉ねぎ、米酢、食塩、きび砂糖、とろろ昆布



[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



[2301] 特選カレーパウダー 20g 292円
13種のスパイスを厳選し、独自の配合で製造



[2151] 富士酢(米酢) 500ml 864円
京都産農薬不使用米を、「静置発酵」と「長期熟成」



[2319] 白コショウ 20g 346円
刺激が少なく、独特の香味や風味



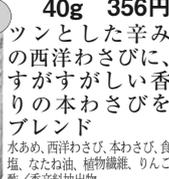
[2203] 職人の夢 有機中濃ソース 200ml 540円
主原料の野菜・果実は、100%有機栽培
有機野菜・果実、有機醸造酢、食塩、香辛料、有機醤油、有機こんにやく粉、麦芽水飴



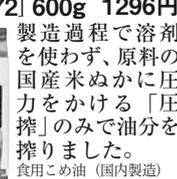
[2211] 有機回鍋肉の素 100g 281円
米味噌をベースに、牡蠣エキスや醤油の旨み



[2326] 旨味本来 生おろしわさびチューブ 40g 356円
ツンとした辛みの西洋わさびに、すがすがしい香りの本わさびをブレンド
水あめ、西洋わさび、本わさび、食塩、なたね油、植物繊維、りんご酢、香辛料抽出物



圧搾一番搾り国産こめ油 [2170] 300g 950円 [2172] 600g 1296円
製造過程で溶剤を使わず、原料の国産米ぬかに圧力をかける「圧搾」のみで油分を搾りました。
食用こめ油(国内製造)





**島根県奥出雲
プレミアムアイスクリーム
木次乳業 VANAGA**

VANAGA1カップに使用する生乳は、カップ容量の約4倍。奥出雲の新鮮な原乳を主原料に、同じ原乳から作った生クリーム、そして奥出雲で平飼いされている鶏の有精卵黄をたっぷり使用しています。

【バニラ】天然バニラ香料を使用し、お口に広がる豊かな香りをお楽しみください。

原材料…クリーム、生乳、脱脂濃縮乳、砂糖、卵黄、香料

【いちご】【ブルーベリー】果肉を残したいちご、ブルーベリー。

原材料…クリーム、脱脂濃縮乳、生乳、砂糖、いちご果肉果汁、卵黄

原材料…クリーム、脱脂濃縮乳、ブルーベリーソース(ブルーベリーソース、砂糖)、生乳、砂糖、卵黄

【抹茶あずき】ちょっぴり渋めの抹茶の風味と、散りばめられた「大納言あずき」の甘さをお楽しみください。

原材料…クリーム、生乳、脱脂濃縮乳、砂糖、あずき甘納豆、卵黄、抹茶

【ビターチョコ】甘さを抑えた大人の風味のプレミアムアイスクリームです。カカオの香りがお口いっぱいに広がります。

原材料…クリーム、生乳、脱脂濃縮乳、砂糖、ココア、卵黄、香料



**国産果汁100%ゼリー
ノースカラーズ**

国産原料にこだわった、つるんとした食感の一口ゼリー。ゲル化剤・酸味料・PH調整剤・香料無添加です。

*加熱、冷凍はしないで下さい(凍らせたまま召し上がりますとのどに詰まる可能性があります)

純国産りんごゼリー

原材料…含蜜糖(てん菜(北海道産、遺伝子組み換えでない))、レモン果汁(国産)、りんご濃縮果汁(りんご(国産))、寒天(海藻(国産))、こんにやく粉(こんにやく芋(国産))



純国産みかんゼリー

原材料…含蜜糖(てん菜(北海道産、遺伝子組み換えでない))、みかん濃縮果汁(みかん(国産))、レモン果汁(国産)、寒天(海藻(国産))、こんにやく粉(こんにやく芋(国産))

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

5p	2802	冷菓 バニラ	120ml×2	908
5p	2803	冷菓 ビターチョコ	120ml×2	908
5p	2804	冷菓 抹茶あずき	120ml×2	908
5p	2805	冷菓 イチゴ	120ml×2	908
5p	2806	冷菓 ブルーベリー	120ml×2	908

東毛酪農製造

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

▽和菓子類▽

3p	2812	冷菓 三色だんご	4本	648
	2813	北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441



だいずデイズ 有機ほの甘あずき
北海道産有機小豆を、有機きび糖でほんのりと甘く味付けし、やわらかく蒸し上げました。蒸しているから、豆本来の風味や旨みも残り、控えめな程よい甘みがおやつとしてピッタリです。
原材料…有機小豆(北海道産)、有機きび糖

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	183



再開

夏季限定品

再開です

東京 池谷こんにやく
ところてん三杯酢付き

国内産・上級品の伊豆天草を使い、昔ながらの方法でコトコト時間をかけて煮上げた、コシがあるところてんです。

添付の三杯酢は、カラメル色素不使。

原材料…天草、水乳、醸造酢、三杯酢(本醸造濃口醤油、純粋米酢、本みりん、かつお削り節、昆布(北海道利尻)、乾椎茸(大分県))

▽その他▽

3p	2817	ところてん三杯酢付き	200g×2	475
----	------	------------	--------	-----

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2818	純国産みかんゼリー	11ケ	313	2p
2819	純国産りんごゼリー	11ケ	313	2p
2820	やわらか寒天 みかんゼリー	110g	313	
2821	やわらか寒天 いちごゼリー	110g	313	
2822	国産果汁のスティックゼリー	16g×12	454	
2823	有機水ようかん・こし	100g×4	778	
2824	有機水ようかん・抹茶	100g×4	778	
2825	有機水ようかん・小倉	100g×4	778	
2826	くず餅	83g×2	475	
2827	わらび餅	86g×2	475	
2828	豆乳ドーナツつてんさい糖	155g	292	
2829	豆乳ドーナツ黒砂糖	155g	292	
2830	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540	
2831	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540	
2832	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540	
2833	純国産北海道バタークッキー	2枚×4包	324	
2834	純国産芋けんぴ	125g	280	
2835	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264	
▽スナック▽				
2836	純国産ポテトチップス・うしお	55g	232	
2837	純国産ポテトチップスのり塩	53g	232	
2838	純国産さつま芋ちつぶ	115g	280	
2839	有機グリーンピースチップス45g		298	2p
2840	OGフルーツ&ナッツパー アーモンド	40g	324	
2841	OGフルーツ&ナッツパー ザクロ	40g	324	
2842	OGフルーツ&ナッツパー メープル	40g	324	
▽あられ・煎餅▽				
2843	孔ませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	356	
2844	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	270	
2845	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	270	
2846	有機玄米プラス・めかぶ	30g	270	
価格改定	2847	草加せん・ミックス	6枚	486

**香ばしいピーナッツと
ピリッとおいしい柿のたね**

松本製菓 柿の種

国内産のもち米を使用し、杵でつき、有機たまり醤油など厳選した調味料・香辛料を使って丁寧に焼き上げました。

柿の種とピーナッツの比率は、創業以来5:3。

原材料…もち米(国内産)、ピーナッツ(米国産)、有機たまり醤油、植物油、麦芽水飴、食塩、香辛料、カツオ粉末、シタケ粉末、昆布粉末



2848	柿の種	80g	324	2p
------	-----	-----	-----	----

みんな、にっこい！安心おやつたち



全プロ新鮮お島
七種部アレシ生い根
類食イミな平クし県
トアベスア地リい奥木
ラたクム飼ー牛出次
カいール！ム使有乳雲乳
トム精し卵にの業

[2901] 木次乳業 VANAGAセット

SPOT 1セット 2,202 ~~2,270~~円
バニラ・いちご・チョコレート・ブルーベリー・抹茶あずき各1ヶ



ノースカラース
ミニカップゼリー
国産の果汁
国産の寒天
国産のてんさい糖蜜を使用
純国産みかんゼリー
純国産りんごゼリー

[2902] 純国産ゼリー 2種セット 1セット 607 ~~626~~円

SPOT 内容…純国産みかんゼリー 純国産りんごゼリー各1袋



第3世界ショップ
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

[2903] メープルアーモンドダブル
SPOT 40g×2 1,078 ~~1,122~~円



大豆の産物
北海道産有機小豆を
ほんどの甘けりと甘く
味の付けおやつです。

[2904] 有機ほの甘あずき
ダブル SPOT 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。

[2905] 有機グリーンピース
チップスダブル SPOT 45g×2 578 ~~598~~円



泡盛
上級品の伊豆天草を使い、
昔ながらの方法で
時間をかけて煮上げた、
コシがあるところてん

[2906] ところてん三杯酢付き
1個 200g 238円



第一酵母
コーボンの天然酵母と
プロポリスを使用。
甘味スツキリ、
ピリッと濃厚なプロポリス
季節の変わり目に！

[2907] プロポリスキャンディ
ダブル SPOT 28g×2 664 ~~692~~円



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

[2908] 純国産北海道はちみつレモン
のど飴ダブル SPOT 57g×2 586 ~~604~~円



ノースカラース
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。

[2909] オーガニック小麦のどらやき
ダブル SPOT 1個×2 349 ~~367~~円



松本製菓
国内産のもち米を使用し、
杵でつき、厳選した調味料、
香辛料を使って焼き上げ、
ピリッと辛口に仕上げました
ピーナッツ入り。

[2910] 柿の種 ダブル
SPOT 80g×2 629 ~~648~~円



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

[2911] きな粉くるみ&黒糖くるみ 各1 65g・65g 962 ~~992~~円



第3世界ショップ
渋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



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

[2812] 冷凍三色だんご 3p
4本 648円



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

[2857] 本くず湯 (生姜)
23g×5 648円

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	2849	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	648
	▽豆菓子▽			
3p	2850	黒糖くるみ	65g	496
3p	2851	きな粉くるみ	65g	496
3p	2852	メープルアーモンド	40g	561
	▽飴▽			
	2853	みるく小町	80g	351
	2854	しょうがあめ	80g	351
2p	2855	純国産北海道はちみつレモンのど飴	57g	302
2p	2856	プロポリスキャンディ	28g	346
	▽くず湯▽			
3p	2857	本くず湯 (生姜)	23g×5	648

品番 品名 規格価格(税込み) ポイント

栄養価の高いナッツを、
手軽に楽しめる
スナックナッツシリーズ

アーモンドミックス
桜えびペロンチーノ
ペロンチーノ風味に味付けしたアーモンドに、香ばしく炒った桜えびとミックスしました。
アーモンドミックス ちりめんりのり塩
アーモンドをあおさのりと焼塩で味付けし、ローストちりめんとミックスしました。

グラノーラクラッシュ メープル
オートミールとアーモンドに、メープルシロップで甘みを加え、香ばしく焼き上げたザクザク食感のクラッシュ。砂糖は使用せず、メープルシロップとレーズンペーストのみで甘みをつけました。

[再販]

[協賛]

第一酵母 プロポリスキャンディ
ブラジル産100%のプロポリス使用のキャンディで、コーボンの酵母ペーストを包み込みました。
甘さ控えめでピリッと濃厚なプロポリスと、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。

第3世界ショップ ※チラシをご覧ください SPOT 翌々調配送品

5731	アーモンドミックスちりめんりのり塩	30g	518	3p
5732	アーモンドミックス桜えびペロンチーノ	30g	518	3p
5733	グラノーラクラッシュメープル	40g	503 518	

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

料理にも使える

**国産有機しょうがの辛みに
有機砂糖と有機りんご果汁の甘みを加え
有機すだち果汁の爽やかさをプラス**

[2661] 有機じんわ〜りしょうが 3p
150ml 486円

濃縮タイプなので、お好みの濃さに調節できます。
★水やお湯で4〜6倍に薄めてお飲み下さい。炭酸水で薄めていただくとジンジャーエールとしてお飲みいただけます。



ジンジャーエール ジンジャーバター 生姜焼き
炭酸水で5倍に希釈 温めて柔らかくした 醤油と酒で味を整
フルーツを加えても バターに混ぜる。 え、絡める

お茶各種

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽日本茶▽			
	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1620
	2602	上煎茶(在来種)	100g	972
3p	2603	有機玄米茶	180g	632
	2604	有機番茶	200g	540
	2605	有機茎茶	200g	864
	2606	有機ほうじ茶	180g	583
	2607	有機無双番茶(ティーバッグ)	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▽			
	2611	依田さんの烏龍茶	100g	810
	▽ハーブティ・他▽			
	2612	たんぽぽコーヒーカップ用	2g×20	1296
	2613	アイリーミント	5g	659
	2614	カモミールウィンド	5g	729
	2615	草花茶	5g	864
4p	2616	紫蘇べに茶	5g	729
	2617	有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
	2618	カメラリアティ(箱入り)	3g×30	3024
6p	2619	なたまめっ茶	3g×10	1166
1p	2620	あずき美人茶	500ml	216
	2621	" 箱	500ml×24	4977 5184

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	410
2p	2623	ケニア	20袋	324
	2624	有機アールグレイ紅茶	20袋	626
	2625	チャイ・パック	3g×12	475
	2626	依田さんの紅茶(リーフ)	100g	810
	▽ココア▽			
	2627	ココア	110g	712

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

▽コーヒー▽				
	2628	パロ・ブランコーヒー(豆)	150g	972
	2629	〃(粉)	150g	972
	2630	サンタ・フェリサ(豆)	150g	972
	2631	〃(粉)	150g	972
	2632	オーガニックソフトブレンド(豆)	150g	1021
	2633	〃(粉)	150g	1021
	▽ドリップパック▽			
	2634	有機ドリップパック	8g×10	983
	2635	簡単カフェパック	15g×6	702
	2636	有機カフェインレスコーヒー	10g×5	918
	▽インスタントコーヒー▽			
	2637	Cafe(カフェインレス)	75g	1836
	2638	〃 詰替	60g	1318
	▽アイスコーヒー▽			
	2639	オーガニックアイスコーヒー 無糖	1000ml	605
	2640	〃	1000ml×3	1760 1814
	2641	〃 カフェインレス・無糖	1000ml	799
	2642	〃	1000ml×3	2278 2398
	2643	ペルーリキッドコーヒー	1000ml	821
	2644	〃 箱	6本	4728 4926
	2645	アジアのリキッドコーヒー	1000ml	756
	2646	〃 箱	6本	4355 4536
	▽コーヒーフィルター▽			
	2647	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)▽				
	2648	神泉水	2ℓ	367
	2649	〃	箱 2ℓ×6	2095
	2650	〃	500ml×12	2279
	2651	〃	箱 500ml×24	4558
	2652	あづみ野湧水	2ℓ	221
	2653	〃	箱 2ℓ×6	1301



**新農業研究会の
無袋栽培りんごを使用**

混濁タイプ

ストレートタイプ

新農研 リンゴジュース 4p
[3019] 1000ml 810円
SPOT [3026] 箱1000ml×6本
4666 ~~4860~~円



ケースでお得 **×6**

オーガニックソフトブレンド

[2632] 豆150g 1021円

[2633] 粉150g 1021円



8p

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

[2619] なたまめっ茶 3g×10 1166円 6p



完熟したなたまめを焙煎した、すっきり飲みやすい健康茶です。ノンカフェイン

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

甘酒・豆乳・しょうが湯

	2654	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2655	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2656	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
	2657	"	125ml×18	5334 5443
	2658	豆乳で元気	125ml×3	535
	2659	"	125ml×24	4191 4277
3p	2660	原豆乳	300cc	265
	2661	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
	2662	しょうが湯	20g×5	378
	2663	しょうが湯・箱入	20g×18	1274

ジュース・シロップ

▽缶ジュース▽

5p	3001	信州まるごとりんごジュース	160g×6	933
	3003	信州もも	160g×4	786
	3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037
	3005	オーガニックマトジュース有塩	190g×6	907
	3006	〃	無塩 190g×6	907
	3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
	3008	〃	無塩 190g×6	907
	3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
6p	3011	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

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



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

1p あずき美人茶
[2620] 500ml 216円
[2621] 箱 500ml×24 4977 ~~5184~~円



あずきの豊かな香りが広がる、ゼロカロリー飲料。ノンカフェイン

ケースでお得

[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)がとて香ばしく、サッパリとした味わいです。

ケースでお得!
みかんサイダー+レモン
[3014] 250ml×6 972円 5p
[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

[2616] 紫蘇べに茶 4p
5g 729円



少しすっぱい赤紫蘇と清々しい青紫蘇に、ハッカ・べに花をちりばめたオリエンタル風味

信州まるごとりんごジュース 5p
[3001] 160g×6 933円
[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

有機・野菜飲むならこれ! 6p
[3011] 190g×6 1166円
[3024] 箱190g×30 5525 ~~5838~~円

緑黄色野菜などを350gを使用したミックスジュース。砂糖や食塩は不使用

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	4p
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	
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

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

マイクロパウダー製法でザラツキ感がない

[2704] 有機青汁・粉末タイプ 17p
3g×30 3498円



新鮮な有機JASケールの使用と、丁寧な乾燥で、有効成分を出来るだけ生かし、青汁本来の美しい緑色に仕上げました。1日1〜3袋くらいを目安にお召し上がり下さい。

民間療法の雄

[2703] 有機梅肉エキス 13p

40g 2700円

☆1日3g(大豆約3個分)が目安
☆酸味が気になる方は、甘みを加えてお湯で溶かしてドリンクとしてもどうぞ。



▽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	17p
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▽

2708	梅ぼしさん	10.8g	540
2709	青い瞳 BLUE EYES	120粒	8424
2710	E-SAN(イワン油)	150粒	5184
2711	ギンコロイドF	120粒	4536
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560
2713	有機梅醤 陽寿	250g	2052
2714	生姜・番茶入り梅醤	250g	1620
2715	有機梅干番茶(生姜入り)	8g×20	1782
2716	国産有機黒にんにく	120g	1449

バックスナチュロン

自然由来成分にこだわったナチュロン製品は、髪や頭皮、肌をすっきりやさしく洗い上げ、泡切れもよく肌に心地よい使用感。
 洗浄成分である石けんは、川に流れると水中のカルシウムなどのミネラルと結びつき、魚や微生物のえさになり、自然にかえる川や海にやさしい成分。



泡状シャンプー
さっぱり仕上がリ
ナチュロンシャンプー

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

とろみのある液状タイプ
ナチュロンリンス

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

●シトラスフローラルの香り

ローズマリー、ラベンダー、ユーカリ、オレンジなどの精油を原料にしました。



[3171] ナチュロン ヘア詰替用セット 1セット 1,630 ~~1,716~~円

内容…ナチュロンシャンプー詰替用
ナチュロンヘアリンス詰替用各1

Qパックスオリーとパックスナチュロンは、何が違うのですか。

⇒A パックスオリーはオリーブオイル、パックスナチュロンはひまわり油を主成分にしている点が大きな違いです。パックスナチュロンは洗いがりがさっぱりタイプ、パックスオリーはしっとりタイプです。
 ヘアソープを使うのが初めての方には、しっとりした洗いがりのパックスオリーシリーズをおすすめします。 太陽油脂

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽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 ボディーソープ	450ml	1,540	
3124	〃 詰替用	400ml	1,100	
3125	〃 ボディーコンディショナー	450ml	1,540	
3126	〃 詰替用	400ml	1,100	
▽シャンプー▽				
3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,320	6p
3128	〃 詰替用	500ml	858	4p
SPOT 3172	〃 ダブル	上記2p	1,630 1,716	
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,320	6p
3130	〃 詰替用	500ml	858	4p
SPOT 3173	〃 ダブル	上記2p	1,630 1,716	
3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	1,815	
3132	〃 詰替用	400ml	1,375	
3133	〃 ヘアコンディショナー	450ml	1,815	
3134	〃 詰替用	400ml	1,375	
▽ヘアトリートメント▽				
3135	ナチュロントリートメント	180g	1,430	
▽洗顔ソープ▽				
3136	パックスオリーフェイスフォーム	150ml	968	
3137	〃 詰替用	140ml	726	
▽ハンドソープ▽				
3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	572	
3139	〃 詰替用	450ml	748	
▽歯みがき▽				
3140	パックスナチュロン石けんはみがき	120g	462	3p
3141	パックスこどもジェルはみがき	50g	330	2p
3142	パックスナチュロンソルティー石けんはみがき	120g	506	3p
3143	パックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946	5p
3144	パックスナチュロンジェルはみがき	90g	704	4p
3145	ソルトdeはみがき詰替用	25g	440	2p
▽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)
------	----	----	----	---------

石けん

▽洗濯用▽				
	3102	あんしん(重曹入り洗濯用粉せっけん)	1.8kg	1,186
	3103	パックス洗濯用石けんソフト	1200ml	1,210
	3104	〃 詰替用	1000ml	825
	3105	〃 詰替用(大)	4000ml	3,245
	3106	パックスベビー洗濯せっけん	1200ml	990
	3107	〃 詰替用	1000ml	638
	3108	パックス衣類のリンス	600ml	935
	3109	〃 詰替用	550ml	550
▽台所用▽				
	3110	200番(液体)	800ml	550
	3111	〃 詰替用	2300ml	1,430
	3112	ナチュロン400番(液体)	500ml	550
	3113	〃 詰替用	900ml	858
	3114	台所用液体せっけんおれんじ	300ml	482
	3115	〃 詰替用	900ml	956
▽浴用固形石けん▽				
6p	3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,122
	3117	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g×3	3,173 3,366
	3118	化粧石けんE(固形)	95g×3	462
	3119	パックスナチュロンクリームソープ	100g×3	594
	3120	パックスナチュロン 〃 SR	100g×3	726



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



オルタートレードジャパン

パレスチナオリーブオイル石けん

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

化粧せっけんですので全身にはもちろん、毎日の洗顔にもご使用いただけます。

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

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



6月4日は「虫歯予防デー」
パックスナチュロン オーラルシリーズ

パックスナチュロンの石けんはみがき剤は、口をゆすぐとサッと洗い流せるから、はみがきの直後に飲食しても後味に違和感が残りません。爽快、すっきり、クセになる使用感を。またジェルはみがきは研磨剤フリーで、泡立ちも少ないので歯をじっくり丁寧に磨けます。



石けんはみがき
 1976年に発売した45年以上愛され続けているロングセラー商品。甘味がなく、ハッカの香りが爽やかな使用感です。

ソルティー石けんはみがき
 天然塩配合 歯ぐきを引き締め、歯周炎の予防。塩のちからで歯ぐきを引き締め、歯周炎(歯槽膿漏、歯肉炎)を予防します。

緑茶石けんはみがき
 緑茶エキス(矯味剤)配合 こだわる大人の口臭ケア。矯味剤に緑茶エキス・甘草エキス・天然ビタミンE配合。虫歯・口臭を防ぎ、歯垢を除去します。味がマイルドなので、石けんはみがき初心者の方にもオススメです。

ジェルはみがき

研磨剤フリー じっくりすみずみまで磨ける研磨剤・発泡剤不使用の透明ジェルタイプのはみがきです。電動ハブラシにもお使いいただけます。

こどもジェルはみがき

研磨剤・発泡剤を使用していないので、お子様にも安心してお使いいただける透明ジェルタイプのハミガキ剤です。フルーツ味(オレンジ&グレープフルーツ)なので、歯みがきが苦手なお子様にもおすすめです。甘味料としてキシリトールを配合しています。



ジできます。

歯みがき専用の海塩です 海の精製造 ソルトdeはみがき

原料は海水100%。伊豆大島の海水を原料に、「海の精」をつくる過程で生まれた塩を、長時間焼き上げ粉末にしています。歯ブラシに振りかけてご使用下さい。パウダー状に仕上げているため、歯茎を傷めずに心地よくマッサージュできます。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	638
	3151	〃 詰替用	350ml	385
	3152	洗濯槽&パイプクリーナー	300g×3	1,100
	3153	パックス重曹F	2kg	1,134

スキンケア

▽クリーム▽				
	3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935
	3202	パックスベビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	726
	3203	パックスベビー ボディクリーム (ポンプタイプ)	180g	2,090
▽リップクリーム▽				
	3204	ナチュロンリップクリーム	4g	715
終売	****	オリーブシコニールリップS	1.8g	2,310
▽日焼け止め▽				
	3206	パックスナチュロンUVクリーム SPF30 PA++	45g	1,320
▽自然派化粧水▽				
	3207	オリーブマノングリーンローション	180ml	1,100
	3208	オリーブマノンオリーブローション	180ml	1,100
▽オイル▽				
	3209	オリーブマノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリーブ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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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
	3307	上記用シングル専用芯	1本	33
	3308	ピュアブラウン(ダブル)	8ロール	578
	3309	ワンタッチコアレス(シングル)6ロール		682
▽油こし器▽				
	3506	コスロンフィルター	20個	1,320
▽その他▽				
	3316	ナチュロンスポンジ(台所用)	1ヶ	220
	3317	〃 ナチュラル	1ヶ	220
	3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	528
	3319	粹水 すいすい	300ml	1,953
	3320	〃 詰替用	300ml	2,174
	3321	特選竹酢液	500ml	935
	3322	竹炭	15cm×5	825

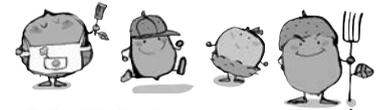
LOGONA
NATURKOSMETIK

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.223

☆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

翌々週配送

■シャンプー

6760 ボリューム シャンプー<ピール&はちみつ> 250ml 2,530

6761 〃
ハリ・ボリュームアップ 細くコシの無い髪に
ロゴナの定番の髪の毛を根元から立ち上げるシャンプー。 500ml 3,960

6762 エイジエナジー シャンプー<カフェ> 250ml 2,530
年齢によるボリュームダウンに
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

6765 〃 500ml 3,960
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<ヒポポファン> 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と整え、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<ヒポポファン> 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、櫛とおりに仕上がります。

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<ヒポポファン> 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。

■スカルブケア

6773 スカルプトニック<ネトル> 150ml 4,180
毎日のスカルブケアに。スプレータイプに変更しました。

コンディショナー

洗い流さない
トリートメント

ヘアオイル

スカルブケア



使用方法

<コンディショナー>

髪の先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。

<スカルブケア>

頭皮に直接ヘアトリートメントを塗布して、指の腹で優しくマッサージ (およそ1~2分程度) 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



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。

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。

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

使用方法

湿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。

SPEICK natural cosmetics
Beauty. A force of nature.

- スパイクのこだわり
- ・コスモス認証取得
- ・合成香料、合成色素、石油系ミネラルオイル不使用、ヴィーガン対応（動物性原料不使用）
- ・アレルギーテスト済み

肌タイプ別！あなたにぴったりの石けんを探しましょう

【ソープ】

お肌をしっとり洗い上げるので、「洗顔」・「全身洗浄」石けんとしてお使いいただけます。持続可能なRSPO*認定バーム油を使用。
*WWF（世界自然保護基金）等の団体が中心となり2004年に設立された非営利組織。新たに手付かずの森林等を開発しないこと、労働者・農園との公平な関係などを求めています。



石けん

スパイク 石けん

翌々調配送

6750 ブラックソープ 100g 1,100
全ての肌タイプ 脂性肌、毛穴ケアに
皮膚の余分な角質や深い毛穴の汚れを効果的に吸着する竹炭を配合し、汗臭さの元となる汚れもしっかりオフ。
ローズマリーとラベンダーの爽やかな香り。

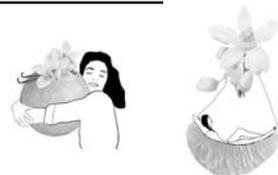
6752 レッドソープ 100g 1,100
全ての肌タイプ エイジ肌、乾燥肌
レッドクレイがお肌をつややかに洗い上げます。エイジ肌、乾燥肌にもおすすめです。
ディープクレンジング効果で肌を整えます。

6751 グリーンソープ 100g 1,100
全ての肌タイプ 脂性肌、くすんだお肌に
モロッコのクレイ、ガスールを配合。抜群の吸着力が特長で毛穴の奥の皮脂をしっかりと抱え込み、洗い流します。
お肌を乾燥させることなく、良い香りで豊かに泡立ちます。

6753 ホワイトソープ 100g 1,100
全ての肌タイプ 乾燥肌や敏感肌に
バルト海で採取される白い石灰岩（整肌成分）を配合し、透明感あるお肌に。優しいクレンジングと心地よいケアで健康的に輝く肌に整えます。

farfalla

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



エッセンシャルオイル

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



【ファファラの精油】

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

ファファラ 精油

翌々調配送

■エッセンシャルオイル

7501 ティーツリー・BIO野生・GC 5ml 2,090
空気の清浄 心身を強める 爽快感
香りの特徴：ハーバル。渋みがある。みずみずしい。

7502 ゼラニウム・ブルボンBIO・GC 5ml 2,695
調和をもたらし、心を落ち着かせる。女性的。
香りの特徴：フローラル。あたたかく、やわらかい。

7503 フランキンセンス・アラビアBIO 野生 5ml 3,355
心身を強め、保護する。
香りの特徴：澄んでいる。樹脂の香り。スパイシー。

7504 ラベンダー・アルペンBIO野生・GC 5ml 3,135
心身を強め、緊張を解さほぐす。
香りの特徴：バーバル。渋みがある。澄んでいる。

■アロマブレンド

7506 ジョイ<アンジェリカ> 5ml 2,860
あわただしい日々。陽気な香りは、忘れてしまいがちな生きることの喜びを呼びましてくれまます。
主な配合精油：アンジェリカルーツ、ローズマリー、グレープフルーツ、レモン、ガルバナムなど

7507 リラックス・アンチストレス<ローズ> 5ml 2,860
質のよいオンとオフの切替をサポート。身体の内側から落ち着きを引き出し、リラックスを与えます。
主な配合精油：ローズ、ゼラニウム、ネロリ、ローズウッド、ベルガモットなど

7508 つつまれて<アイリス> 5ml 2,860
温かみがあり調和のとれた心地よい香りは、あなたをつつみ込み自己肯定感を高め、内面から充実させ心を満たしてくれます。
主な配合精油：アイリス、パニラ、ミモザ、マンダリン、ローズ、サンダルウッドなど

若松味噌醤油店

翌々調配送

福島 創業は江戸時代末期
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



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
 - [5972] MGO263/UMF10 250g 5,940円 美味しく体調管理したい
 - [5973] MGO400/UMF13 250g 7,560円 美容と健康維持に
 - [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



つなぎを一切入れていない肉本来の旨味
 冷凍 あらびきウィンナー
[5825] 150g 864円 ^{4p}
SPOFF **[5849]** 上記2パック 1676 ~~1728~~円
[5826] 粗挽きミニウィンナー ^{4p}
 150g 864円
SPOFF **[5850]** 上記2パック 1676 ~~1728~~円
 お弁当にもぴったりなサイズ

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 ^{4p} 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
 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。
[5827] 冷凍ウィンナー 150g 864円
[5834] 冷凍フランク 50g×5 1,291円

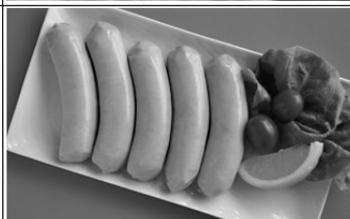
【温屠体制法】と呼ばれる屠畜直後の肉を使用することによって結着剤や保存料は一切使わず香辛料だけで作っています



[5824] 冷凍 興農 無塩漬ベーコンブロック 250g 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
 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 ^{4p}
 「あらびきウィンナー」のミニサイズ



[5829] 冷凍パクパク 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

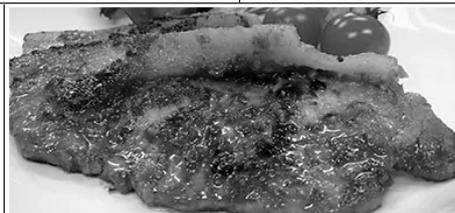


[5831] 冷凍ポローニアソーセージ 200g 1,069円
 海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。
 冷凍ハーブソーセージ
[5832] 厚切り 120g 713円
[5833] スライス120g 713円
 マジョラム・パセリ・オレガノを利かせました

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

庄内協同ファーム

翌々調配送



山形県庄内平野で稲作を中心に農業を営んでいます。1980年代に農民の自立を目指す学習グループとして出発し、現在42名・農家戸数24戸で組織され、お米やお餅・大豆・野菜・果物などの農産物・加工食品を産直しています。



粘り強く作り続けて30年 庄内協同ファームのお餅
現在、餅作業は20代から60代まで、様々なメンバーで行っています

枝豆のあと、稲刈りの後、柿の収穫の後に、餅つきに来てくれて、みんなで年末まで餅をついて加工しています。

コシの強さと お米の甘み

[5395] 玄米切り餅

500g 918円

コシが強くて煮崩れしにくい品種「でわのもち」を使用した切り餅です。お米の甘みが違います。杵つきもちならではのコシと伸びを楽しめます。玄米のおちぶちとした食感が楽しい玄米餅です。



もち米は、「でわのもち」粒が小さく、栽培上も生産に不向きな品種ですが、なによりもおいしいという理由で、庄内地方で長く愛されている品種です

なめらかな舌触りと、上品な甘味を持つ「でわのもち」の強みを活かし、杵つき製法による加工で製造しています



▽餅▽			
5392	玄米かき餅	150g	567
5393	豆かき餅	150g	567
5394	白切り餅	500g	918
5395	玄米切り餅	500g	918
▽粉▽			
5352	うるち粉(上新粉)	200g	540
5353	もち粉(白玉粉)	200g	540
▽麦茶▽			
5354	低温焙煎麦茶 むぎちゃん	500g	702



▽菓子▽

5385	玄米おこし	150g	578
5386	ピーナッツおこし	150g	778
5387	モロヘイヤおこし	150g	578
5388	ボン玄米砂糖つき	100g	405
5389	ボン玄米砂糖なし	100g	405
5390	ボンちゃん	100g	405
5391	元気まめ	100g	281
5396	玄米あられ	80g	405
5397	揚げ潮あられ	80g	443

黒砂糖や菜種油で固め きなこをまぶしました



お茶請けはもちろん 牛乳をかけてグラノラのようにしても

おこし

[5385]	玄米	150g	578円
うるち玄米(山形庄内産)、黒砂糖、水あめ、なたね油、きな粉			
[5386]	ピーナッツ	150g	778円
白米(山形庄内産)、黒砂糖、落花生、なたね油、水あめ、植物油、食塩、きな粉			
[5387]	モロヘイヤ	150g	578円
白米(山形庄内産)、グラニュー糖(てんさい糖/北海道)、水あめ、なたね油、モロヘイヤ粉(山形庄内産)、きな粉			



素材を活かす 素朴な味付け

[5397] 揚げ潮あられ 80g 443円

もち米の品種は「でわのもち」。化学農薬、化学肥料を使用せず栽培しています



カリッとした歯ざわり あっさりした素朴な風味

[5391] 元気まめ 100g 281円

土作りから手間をかけて、農薬を使わず育てた豆です。炒って塩だけで味付けた素朴な味



大麦の甘み・香りを感じる 黄金色の麦茶

[5354] 麦茶 むぎちゃん 500g 702円

焙煎方法は、自社特製の焙煎機で、麦本来の素材を生かす為、低温でゆっくり、ゆっくり時間を掛けて、甘味が引き出る焙煎方法。煮出している時から、麦のあまい香りが漂います。

