



Vegeta

ベジタ

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.243

ハロウィン

10月31日(金)はハロウィン

ハロウィン(Halloween)は、カトリックの諸聖人の前夜祭で、アイルランドのケルト人の収穫祭が起源とされています。現在では、かぼちゃをくりぬいた中にロウソクを立てて「ジャック・オー・ランタン」(おぼけかぼちゃ)を作り、魔女やお化けに仮装した子ども達が、「Trick or treat」(お菓子くれなきゃ、いたずらするぞ)と言って各家庭を回ってお菓子をもらったり、それを持ち寄ってハロウィン・パーティーを開いたりします。

日本でも仮装やイベントなど、秋の催しとして、すっかり定着してきた「ハロウィン」。ハロウィンに連してかぼちゃ料理やかぼちゃのお菓子をご紹介します。ハッピーなハロウィンになりますように。



おうちで楽しくハロウィン
ワイン、ビールのおつまみに

焼きかぼちゃと

カマンベールのメープルがけ

作り方(2人分)…①かぼちゃ小1/4個は種とワタを取り除く。アルミホイルを敷いた天板ののせてオーブンに入れ、

220℃で20～25分焼く。竹串を刺して柔らかく火が通っていれば取り出す。②天板にクッキングペーパーを敷き、カマンベールチーズをのせてオーブンに入れ、250℃で5分ほど焼く。③器に①と②を盛り合わせ、メープルシロップをかけ、塩をふる。砕いたクルミをちらして出来上がり。



かぼちゃとくるみを茶巾しぼりにして、花のようにあしらった小さなお菓子。短時間でできて美しいです。

かぼちゃとくるみのプチフル

材料6～7人分…かぼちゃ150g(皮と種とわたを取る)、ウォールナッツ15g、かぼちゃの種適量、ドライクランベリー適量、塩少々、アガベシロップ適量

作り方…①かぼちゃは1cmくらいの厚さに切り、1%の塩をまぶして蒸し、皮を除く。くるみは炒ってみじん切りにしておく。②かぼちゃを熱いうちにマッシュし、くるみと好みでアガベシロップを加えて丸め、ラップやふきんなどで茶巾型に絞る。③ドライクランベリーとかぼちゃを飾って花の形にする。

■ハロウィン特集

0131 かぼちゃ	1/4ケ	281円	
0132 かぼちゃ徳用	1/2～1/4ケ	534円	562円
0133 かぼちゃ徳用	1ケ	1,045円	1,128円
0189 冷凍OGかぼちゃ・北海道	400g	626円	
0936 かぼちゃの種	70g	540円	3p
1069 かぼちゃデニッシュ	2ケ	605円	3p
SPC 2871 米粉入りお魚チップスかぼちゃ	40g	308円	2p
SPC 2872 かぼちゃサブレ	6枚	259円	2p
SPC 2873 純国産かぼちゃスティック	15g×4袋	270円	2p
SPC 0907 東毛酪農のカマンベールチーズ	100g	664円	4p



別所蒲鉾のお魚チップス

米粉入りお魚チップスカボちゃ
野菜の風味と魚のうま味! 国内産
かぼちゃのペーストを使用。魚肉は
国内産100%。小麦粉不使用。

ほんのり甘いサブレ

かぼちゃサブレ

国内産小麦粉を主原料に北海道産かぼちゃ粉末、カルシウム分を加え、ワッフル風に焼き上げました。個包装。

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

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17
商品配送	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
翌々週配送品	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31

■お問い合わせの電話番号と受け付け時間のご案内



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・ご物件をお話して下さい。ご注文の変更は、カタログNo・商品番号・商品名と変更内容を録音して下さい。尚、お急ぎでないご連絡やクレームは、注文書裏面のベジタホットラインをご利用頂くか、FAXフリーダイヤルをご利用頂けますようお願いいたします。

※お急ぎの場合は、029-869-9031 : 9:00～15:00 (月～金)

(12:30～13:30、15時00分以降は留守番電話となります)

FAX 0120-298338 (24時間受付)

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

■有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』

http://www.vegeta.co.jp (ご注文も受け付けます)

ポラン広場の宅配

株式会社 **ベジタ**

〒300-2647つくば市手子生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、配送当日のニュースでお知らせします。■計量は正確を心がけておりますが、農産物は個体差が大きい為、10%前後の誤差はご容赦下さい。

【表示覧凡例】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などには、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。

フレッシュグリーンの柚子
青柚子
秋に熟すイエローの柚子に比べ、若々しくキリッとした酸味と青々しい爽やかな香りが特徴的。硬さのある果皮ごとすりおろし、柚子胡椒などの薬味づくりにも多く使われます。

青柚子ポン酢
青柚子果汁を搾り、濾して種を除いておき、醤油をあわせる。昆布と鰹節を加え冷蔵庫で寝かせる。さらしや漉し器で濾して、昆布と鰹節を取り除く
[2501] 日高昆布 200g 1534円
[2506] 料理の決め手(混合削り節) 100g 680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 ~~1,210~~円 野：表組に表示
玉ねぎ 700g 北海道・田中正広さん
小松菜 1束 茨城・旭農園
きゅうり 2本 埼玉・ヘルシー深谷
オクラ 1p 沖縄・真南風

[0102] 果物野菜セット 1,620 ~~1,955~~円 果：表組に表示
人参 500g 岩手・みちのく有機
キャベツ 1/2ケ 群馬・清水明俊さん
チンゲンサイ 1束 茨城・旭農園
かぼちゃ 1/4ケ 北海道・秋場農園
りんご ジョナゴールド 1ケ 青森・新農業研究会
青柚子 100g 茨城・枝農場
梨 南水 1ケ 長野・さんさんファーム

[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 985 ~~1,037~~円
玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
皮も一緒にどうぞ さつま芋 紅東 さつま芋を切ると断面からしみ出る白い液体は“ヤラピン”と呼ばれ、胃の粘膜を保護したり、排便をスムーズにする効果があると言われています。特に皮には、このヤラピンが豊富に含まれています。 さつまいもの黒蜜煮 下ゆでしたさつま芋を、水で薄めた黒糖で柔らかくなるまで煮、火をとめて味を染み込ませる。			
0105	玉ねぎ	700g	486
0106	〃 徳用	1.4kg	830 94p
北海道・田中正広さん/防除0			
0107	じゃが芋 男爵	700g	389
0108	〃 徳用	1.4kg	746 778
北海道・渡部信一さん/防除0			
0109	人参	500g	410
0110	〃 徳用	1kg	780 820
岩手・みちのく有機/有			
0111	さつま芋 紅東	700g	346
0112	〃 徳用	1.4kg	657 691
茨城・常総センター/防除0			
0113	さつま芋 シルクスイート	700g	583
0114	〃 徳用	1.4kg	1108 1166
千葉・佐原供給センター/防除2			
0115	里芋	500g	346
0116	〃 徳用	1kg	657 691
栃木・田島嘉存さん/防除0			
****	長芋		終了

直送 承り中

「野菜の達人」田島さんの里芋を徳用箱でお届けします！
[3701] 直送 里芋 5kg 3,629円
栃木・田島嘉存さん/防除0

0117 蓮根 500g 551
茨城・常総センター/防除0

0118 長ねぎ (泥) 300g 324
0119 〃 ダブル 300g×2 616 ~~648~~
千葉・林 昭一さん/防除4

じゃが芋の明太子和え
ゆでて水気をとばして、食べやすい大きさに潰して、焼いてほぐした明太子を混ぜ合わせる。
[1602] 冷凍三陸水産の 5p
辛子明太子 80g 1010円

蓮根団子
すりおろして軽く水気を切った蓮根とひき肉、塩を入れてよく練る。丸めて薄力粉をまぶして揚げる。
[1304] 冷凍播州百日鶏 5p
挽肉 200g 878円

豚肉巻きネギ
ねぎは、厚みの1/3くらいまで端から細かく切り目を上下から入れ、肉巻きの芯にしてもかみ切りやすい。
[1124] 冷凍健康豚 4p
モモしゃぶ用 150g 761円

2 ボラン広場の宅配 No.243/2025

かぼちゃを器に♪



ホワイトシチューは 白味噌が決めて

いつものシチューに、白味噌のやさしい甘さをプラス

[0115] 里芋
500g 346円
ねっとりとした食感が
ご飯にもあう



[0124] 小松菜
1束 205円
鮮やかな緑が
アクセントに



[2110] マルクラ白みそ 2p
250g 270円

[2313] 直火焙煎
クリームシチュールウ
120g 454円

[0901] 東毛酪農
低温殺菌牛乳63℃
1000ml 464円 3p



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

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



煮崩れしない万能野菜 ビタミン、ミネラルも豊富 チンゲンサイ

ハクサイの仲間で、シャキシャキとしていて、ほのかに甘みがあり、煮崩れしないのが特徴。中華料理はもちろん、西洋料理にも合う万能野菜です。
チンゲンサイに塩を振って油で炒めます。しんなりしたら半分が浸かる程度の熱湯で火を通し、水を切れば、色鮮やかに仕上がります



チンゲンサイと
ギョウザの鍋
ギョウザも入れたボリューム鍋

[0803] 徳用北京餃子 3p
270g 599円



チンゲンサイと
がんもどきの煮物
チンゲン菜を添えて彩りよく

[0521] がんもどき
130g 265円

★	0120	大根	1本	389
		群馬・清水忠雄さん/防除1		
★	0121	キャベツ	1/2ケ	248
	0122	"	1ケ	472 497
		群馬・清水明俊さん/防除4		
	0123	レタス	1ケ	378
		群馬・清水明俊さん/防除4		

	*****	ほうれん草		終了
★	0124	小松菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
★	0125	水菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0126	ベビーみずな	1p	151
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
★	0127	チンゲンサイ	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0128	つるむらさき	1束	378
		大分・さとう有機農園/防除0		



キャベツとひき肉の
麻婆はるさめ風
大きめに切ったキャベツと
うまみを吸ったはるさめの
コラボ

[2210] 有機麻婆の素 2p
100g 281円

[1905] 国産はるさめ
50g 157円

うまみ凝縮！ 焼き枝豆
自然解凍した「だだちゃ豆」
を、ごま油で焼く。

両面に焼き目が付き、さやが
少し開いて豆が見えている
状態になったら完成。

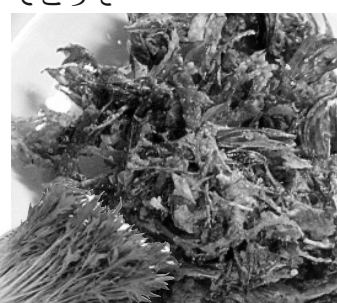


	0185	冷凍 有機グリーンピース	250g	400
	0186	冷凍 有機カーネルコーン	250g	400
	0187	冷凍 有機ミックスベジタブル	250g	400
	0188	冷凍 有機フレンチフライポテト	300g	497
	0189	冷凍 有機かぼちゃ・北海道	400g	626
	0190	冷凍 有機いんげん	250g	400
	0191	冷凍 北海道産有機原料 皮つきカットじゃが芋	300g	386
★	0192	冷凍 だだちゃ豆 (枝豆)	200g	745

身と皮で食感が違うので 別々な料理にも 大根

葉に近い部分ほど甘く、先に近い部分ほど辛味が強くなるので、先端は薬味や漬物に。葉に近い部分は、辛味が少ないのでサラダなど生食におすすめ。中央部分は、おでんやふろふきダイコンなど煮物に向いています。

大根ステーキ
レンジで下処理をして
じっくり焼く。皮の部分はきんぴら
でどうぞ



水菜のかき揚げ
水菜に水分が多いので、終始火は強火で揚げると、水分が抜けてくると、表面がかりかりしてきます。

[2155] 国産なたね
サラダ油 450g 1026円



品番 品名 規格 価格(税抜き)



**実・皮・種……
全て食べる
かぼちゃ**
皮やその付近に栄養がたくさん詰まっています。皮をむかずに蒸すことで、食べやすく煮崩れを防ぐことができますし、おいしくいただけます。

★	野	0129	きゅうり	300g (3本)	421
		0130	〃 徳用	500g (4~6本)	659
			埼玉・ヘルシー深谷/防除1		
★	果	0131	かぼちゃ	1/4ケ	281
		0132	〃 徳用	1/2~1/4ケ	534 562
		0133	〃 徳用	1ケ	1045 1123
			北海道・秋場農園/有		
		0134	ピーマン	150g	259
		0135	〃 ダブル	150g×2	492 518
			北海道・当麻グリーンライフ/有		
★		0136	葉つき唐辛子	10本	248
			茨城・ハーブスマン's/防除0		
		*****	トマト		終了
		0137	なす	400g	313
		0138	〃 ダブル	上記2p	595 626
			栃木・糸川米子さん/有		
	野	0139	オクラ	1p	238
		0140	〃 ダブル	上記2p	451 475
			沖縄・真南風/防除防/除0~4		



葉唐辛子みそ
葉も実もみじん切りにして、油で炒める。味噌と砂糖・みりん・酒を入れ、とろみが出るぐらいに水分を飛ばす

ベビーリーフ
10種類程度の野菜の新葉が1袋に。葉をカットしてないため、ミネラル、ビタミンなどがほとんど残っています
豆サラダで
[2013] 黒豆の水煮 230g 302円

きくらげの刺身
石づきをとって、一口大に切ったきくらげを、沸騰したお湯で30秒ゆで、水気をきる(水にはさらさない)冷やして、わさび醤油で
[2326] 旨味本来 生おろしわさびチューブ 40g 356円

エビとマッシュルームのアヒージョ
鍋にえび・にんにくのみじん切り・塩を入れ、オリーブオイルを浸かるまで入れます。弱火でじっくり加熱し火を通します。
[1717] 冷凍エコシュリンプ 9p L 約200g 1901円

品番	品名	規格	価格(税込み)
★	0141	ベビーリーフ	50g 162
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0	
	0142	バジル	15g 281
		茨城・ハーブスマン's/防除0	
	0143	ローズマリー	10g 281
		茨城・ハーブスマン's/防除0	
★	0144	にんにく	1ケM 302
		岩手・みちのく有機/有	

	0202	菌床椎茸	100g	313
		長野・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	248
		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・チャイルドウッズ/対象外		
	0208	本しめじ (ブナシメジ)	約180g	248
		茨城・チャイルドウッズ/対象外		
	0209	エリンギ (白あわび茸)	100g	313
	0210	不揃い エリンギ	150g	324
		島根・北村きこの園/対象外		
	0211	有機小粒なめこ	80g	205
		新潟・割野きこの組合/有		
	0212	足つきなめこ	150g	216
		長野・原生林		
★	0213	ブラウンマッシュルーム	90g	400
		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・南国きこの苑/対象外		
	0215	まいたけ	100g	378
		北海道・浜田産業/対象外		
	0216	隔週 サンゴヤマブシ茸	100g	324
		長野・久保産業/対象外		

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

品番	品名	規格	価格(税込み)
0301	バナナ	700g	691
0302	" ダブル	上記2p	1286 1382
ATJ (フィリピンネグロス) /防除0			

多少の傷は 中身まで問題なし！ バナナ

バランゴンバナナは山道をトラックで運ばれる間に、擦り傷や押され傷がつくことがあります。



また、日本に着いてやわらかくなってからの輸送もバナナの傷みの原因となることがあります。バランゴンバナナは皮が厚いので、表面的な傷は中の実には影響しません。まずは、皮をむいてみてください。



冷凍もおすすめ

熟しすぎてしまったバナナは、皮をむいてから冷凍しておく、そのままバナナアイスに。牛乳とミキサーにかけてバナナジュースもすぐにできます。

0314	レモン	250g	324
0315	" 徳用	500g	616 648
熊本・福島柑橘園/有			
果 0316	青柚子	100g	270
茨城・枝農場/防除0			

果肉は硬くなく それでいて 柔らかすぎず程よい食感 柿 刀根早生

刀根早生柿（とねわさがき）は平核無柿（ひらたねなしがき）の枝変わりです。



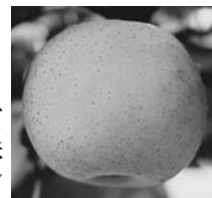
0317	柿 刀根早生	500g	518
0318	" 徳用	1kg	985 1037
奈良・萩本農園/防除5			

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

赤梨

とびきりの甘さと やわらかい果肉 梨 南水

扁円な形をしていてサイズは350gほどの中玉、糖度が高くて甘みが強く、酸味が少ない梨です。果汁が豊富でジューシーな甘味を楽しめます。



果 0319	梨 南水	750g	940
0320	" 徳用	1.5kg	1785 1879
長野・さんさんファーム/防除10			
*****	梨 ゴールド20世紀		終了
0321	洋梨 バラード	750g	1188
0322	" 徳用	1.5kg	2257 2376
長野・さんさんファーム/防除10			



ジューシーで強い甘みと 優しい酸味 洋梨 バラード

洋梨は常温で追熟します。追熟には10～15℃位の常温で保管します。ツル首の部分に触って果肉の柔らかさを調べます。香りが強くなり、果肉が少々柔らかく感じたら、食べ頃です。

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

自然の風味をそのまま冷凍

色鮮やかな色合いで、香り高く甘みがあります。そのままはもちろん、ヨーグルトやアイスクリームのトッピング、フルーツジュースやお菓子作りにも



いちごのスムージー
冷凍のままミキサーにかけただけ
[2654] ときめく 糀(甘酒)
125ml 302円

ちょっと酸っぱいけどジューシー りんご 彩香

酸味のあるりんごが好きな方にお勧め。酸味が強いだけでなく、甘みもあって、バランスが良い。歯触りがよく、生で食べる他、お菓子作りにも

さわやかな甘みと香り りんご トキ

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

今週 甘味酸味のバランスがよく 舌ざわりが自慢！ りんご 千秋

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

甘味よりも酸味が強く、爽やかな味わい りんご 紅玉

鮮やかな色と強い酸味が特徴です。お菓子作りだけでなく、料理や飲み物など、様々な場面で活躍します。

0303	りんご 彩香	750g	821
0304	" 徳用	1.5kg	1560 1642
青森・新農業研究会/防除12			
0305	りんご トキ	750g	778
0306	" 徳用	1.5kg	1446 1555
青森・新農業研究会/防除12			
今週 0307	りんご 千秋	500g	486
限り 0308	" 徳用	1kg	923 972
0309	" 徳用	3kg	2683 2916
青森・新農業研究会/防除12			
0310	りんご 紅玉	1kg	972
0311	" 徳用	3kg	2712 2916
青森・新農業研究会/防除15			
果 0312	りんご ジョナゴールド	500g	518
0313	" 徳用	1kg	985 1037
青森・新農業研究会/防除12			

甘味の中に酸味が際立つ りんご ジョナゴールド

ゴールデンデリシャスと紅玉の交配種。やや酸味が強いものの甘味も十分で、コクのあるまろやかな酸味が楽しめます。生食はもちろん、調理用にもおすすめです。



赤色

お米		さゆり米、啄木米は早くて10月末の予定			
新米	▽田島嘉存さん(コシヒカリ)▽		栃木・田島嘉存さん		
	0401 田島さんの玄米	5kg	5,184	5400	有
	0402 " 白米	5kg	5,184	5400	有
新米	▽竹村慎一さん(コシヒカリ)▽		茨城・竹村慎一さん		
	今週限り	0403 竹村さんの玄米	3kg	2687	防除1
		0404 / 白米	3kg	3067	防除1
		0405 / 白米	5kg	4967	防除1
新米	▽赤羽根和郎さん(コシヒカリ)▽		栃木・赤羽根和郎さん		
	0406 赤羽根さんの白米	5kg	5400		有
	▽啄木米 (あきたこまち) ▽		岩手・無天塾		
	*****		終了		
	▽さゆり米 (コシヒカリ) ▽		福島・緑と太陽の会		
	*****		終了		
	▽備蓄米(令和5年度産)				
	***** 備蓄有機玄米(啄木米) 5kg		終了		
	▽備蓄米(令和4年度産)				
	*****		終了		
	▽もち米(白米)▽				
	0409 餅米 白米 1kg		1188		有
	岩手・無天塾/品種:ヒメノモチ				
	▽雑穀など▽				
	0410 有機古代米(白山紫黒) 300 g		950		
	***** 色々米		終了		
	0412 有機啄木粳芽玄米	1kg	1696		
	0413 胚芽押し麦	1kg	594		

竹村さんのお米：都合により今週限り

しとルトおかゆ・ご飯	
0421	有機十割かゆ(しろかゆ) & 有機玄米粥セット 1セット 410 432
0422	有機十割かゆ(しろかゆ) 200g 216
0423	〃 徳用 200g×5 1026 1080
0424	有機玄米粥 200g 216
0425	〃 徳用 200g×5 1026 1080
0426	有機玄米ごはん & 有機玄米小豆ごはんセット 160g×各1 534 562
0427	有機玄米小豆ごはん 160g 302
0428	〃 徳用 160g×4 1149 1210
0429	有機玄米ごはん 160g 259
0430	〃 徳用 160g×4 985 1037
0431	有機玄米小豆粥 & 有機玄米クリームセット 200g×各1 492 518
0432	有機玄米小豆粥 200g 248
0433	〃 徳用 200g×5 1180 1240
0434	有機玄米クリーム 200g 270
0435	〃 徳用 200g×4 1026 1080
▽発芽玄米おにぎり(レトルト)▽	
0446	有機発芽玄米おにぎり 90g×2 464
0447	〃 徳用 上記4パック 1765 1856
0448	有機発芽玄米おにぎり しそ 90g×2 486
0449	〃 徳用 上記4パック 1847 1944
***** 有機発芽玄米おにぎり 小豆 終了	



米
麦

麦が土を浄化して おいしいお米をつくる

田島さんのお米

昔は、米の「裏作」としての麦づくりは、どこの農家でも行っていました。今は、田島さんのところだけになってしまいました。

麦は、土をふかふかにし、土壌の循環を促進し、余計な肥料分を入れなくても、お米を育ててくれます

麦を植えると、虫が出にくくなり、作物がおいしく育ちます。先人の知恵と自然の力は本当にすごいです。

栃木・田島さん

田島嘉存さん(コシヒカリ)

[0401]	玄米	5kg	5,184	5400 円
[0402]	白米	5kg	5,184	5400 円

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

冷蔵庫のドアポケットに 卵の保管は×です

冷蔵庫のドアポケットの卵入れは、ドアの開け閉めで振動がおき殻にヒビが入る原因になります。また、温度変化もあるので、おすすめできません。



ドアポケットの卵入れに保存するよりも、パックのままに冷蔵庫内の安定した場所に保存されることをおすすめします



親子丼
片栗粉をまぶすことでムネ肉がしっとりなります。卵を二度に分けて入れるとふわふわ感が増します。火加減は中弱火で。

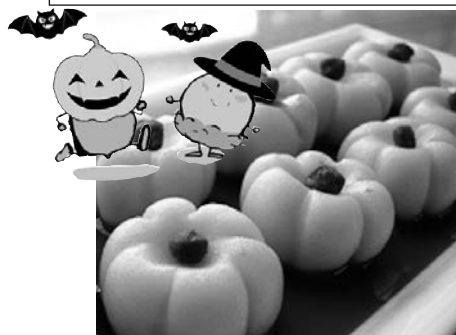
[1302] 冷凍播州百日鶏 4p

むね 200g 788円

0501	平飼有精卵	10ヶ	610	3p
0502	〃 ダブル	上記2p	1159	
0503	平飼有精卵 茨城・枝拓生さん	6ヶ	400	2p
0504	うずら卵水煮	6ヶ×2	389	
0505	〃 ダブル	上記2p	746	
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)



■茨城・嘉倉
しっかりととした食感
[0514] 木綿豆腐 350g 243円 2p
■埼玉・島田食品
柔らかめの食感
[0523] 国産有機木綿豆腐 300g 248円 2p
国産有機木綿より固め
[0524] 国産有機固木綿豆腐 300g 275円 2p

豆腐を入れれば、もちもちで柔らかい

ハロウィン団子♪

① 白玉だんご粉・うらごしかぼちゃ・豆腐を混ぜ合わせ、かぼちゃの形にする。② お湯に入れ、浮かび上がるまでゆでたら、冷水でひやす。

●豆腐の水分量によって、硬さが変わりますので、様子を見ながら少しずつ混ぜてください

[2004] 国産有機白玉だんご粉 150g 480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
2p	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
	0518 小揚げ	35g×6	259
	0519 厚揚げ	200g	259
	0520 絹厚揚げ	250g	270
	0521 がんもどき	130g	265
	0522 小がんもどき	35g×3	265

▽埼玉 島田食品▽

2p	0523 国産有機木綿豆腐	300g	248
2p	0524 国産有機固木綿豆腐	300g	275
1p	0525 国産有機ミニ木綿豆腐	150g	189
2p	0526 国産有機絹豆腐	300g	248
1p	0527 国産有機ミニ絹豆腐(充填)	150g	184
	0528 国産有機よせ豆腐	200g	184

▽東京 丸和食品▽

	0529 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
2p	0540 味付けうの花	150g	340
	0541 白和え	150g	281

あと一品の小鉢料理 お豆腐屋さんのお惣菜

[0540] 味付けうの花 150g 340円 2p
国産大豆のおからに、人参、長ねぎ、ごぼうを合わせ、吟味した調味料で味つけしました



品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

納豆



創業者の名字を付した
登喜和食品の原点
遊作(経木/小粒) 2p
[0544] 80g 400円
SPOFF [0556] 上記2パック

767 800円

茨城産小粒大豆使用。手作り納豆の原点、天然経木の爽快感。納豆小粒を使用した渾身の自信作。タレ・カラシ付き

なめこおろし納豆

温かいご飯にのせたり、おつまみにも

[0120] 大根 1本 389円
[0211] 有機小粒なめこ 80g 205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 2p
	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
	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

漬け物

今週
限り

[0616] キャベツ浅漬 200g 394円 2p
柔らかなキャベツをサラダ風に漬け込みました



	0601 ヤマキ たくあん漬	カット1本	486
	0602 らっきょう田舎漬	100g	524
	▽東明▽		
	0603 浅漬けかつお大根漬	150g	394
	0604 浅漬け昆布大根漬	150g	394 2p
	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
	0614 マイルドしば漬	90g	421
	0615 白菜キムチ	200g	373
今週 限り	0616 キャベツ浅漬	200g	394 2p
	***** きゅうりの浅漬		終了

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。



[0822] 有機梅フレークダブル
SPOT 40g×2 1467 ~~1612~~円

原材料…有機梅（和歌山県産）、
漬け原材料（食塩）



[0823] 味のりふりかけダブル
SPOT 50g×2p 1,226 ~~1264~~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

自製・成清海苔店
福岡県産・成清海苔
有明産・成清海苔
上質な焼きたけのこ
シゴ・シゴ・シゴ・シゴ
シゴ・シゴ・シゴ・シゴ

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



[0824] 冷凍しらす干しダブル
SPOT 100g×2 1,450 ~~1588~~円

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

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



[0825] 江戸前生のりダブル
SPOT 80g×2 869 ~~896~~円

原材料…生のかぶり（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）

くるみの食感と
しらすのやわらかな風味を食卓に！



[0826] しらすくるみダブル
SPOT 100g×2 1,498 ~~1644~~円

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

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総菜です。
ご飯のお供に、箸休めにご利用下さい。



[0827] 揚げごぼう甘酢漬ダブル
SPOT 80g×2 838 ~~864~~円

原材料…ごぼう、菜種油、粗糖、片栗
粉、醤油、水飴、液化酵素、リンゴ酢、
食塩、寒天、かつおだし、一味唐辛子

国産丸大豆をはじめ、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



[0828] 五目豆ダブル
SPOT 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）

1中た歯
ごめ華けざ
箸飯ノ風のわ
休のメコリ
めおトんにの
めかッまご良
しずビにまい
てやシア油国
グレを産
ン加の
ジス
ラ

[0829] 国産味付メンマダブル
SPOT 90g×2 1,110 ~~1146~~円

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

おもてなしのご飯にも
お弁当にも人気！
手軽におまちどおさま



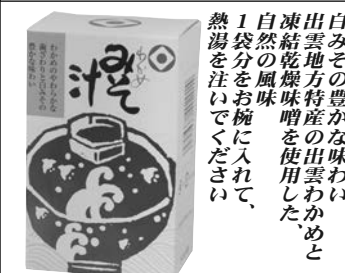
[0830] 冷凍五目寿司の素
(2合用) ダブル
SPOT 200g×2 1130 ~~1177~~円

※五目寿司の素は袋ごと温め、ご飯又は
酢飯と混ぜ合わせて下さい

炊飯器に入れて混ぜるだけ
遠忠食品の便利なお総菜の素セット



[0831] 国産きのこご飯の素
ダブル
SPOT 170g×2 1,006 ~~1037~~円



[0832] わかめみそ汁ダブル
SPOT 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!!



[0833] 冷凍徳用北京餃子ダブル
SPOT 270g(15個)×2 1,151 ~~1188~~円

原材料…具：豚肉（国内産） キャベツ（国内産） たま
ねぎ（国内産） にら（国内産） パン粉（国内産） 肉汁
（国内産） 醤油（国内産） トマト（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） 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



[0834] 冷凍 点心えびしゅうまいダブル
SPOT 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



[0835] 冷凍大きな豆腐肉団子ダブル
SPOT 340g×2 1,130 ~~1177~~円

※電子レンジで加熱して下さい



[0836] ベジタリアンのための野菜カレー
ダブル 200g×2 776 ~~808~~円

原材料…国産玉ねぎ、国産じゃが芋、国産人参、
国産にんにく、植物油、トマトピューレ、昆
布だし、小麦粉、砂糖、マンゴーチャツネ、香辛
料、醤油、ビーナッツペースト、食塩、味噌、カ
レー粉、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー



[0837] ベジタリアンのための豆カレー
ダブル 200g×2 776 ~~808~~円

原材料…国産野菜（玉ねぎ、にんにく）、国産豆類（手
亡豆、大福豆、青えんどう豆）、トマトピューレ、植
物油、小麦粉、昆布だし、砂糖、マンゴーチャツネ、
香辛料、食塩、醤油、ビーナッツペースト、カレー粉、
味噌、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー



[0838] ベジタリアンのための根菜カレー
ダブル 200g×2 776 ~~808~~円

原材料…国内産野菜（玉ねぎ、じゃが芋、人参、蓮
根、ごぼう、にんにく）、トマトピューレ、植物油
脂、還元水あめ、小麦粉、昆布だし、食塩、香辛料、
ビーナッツペースト、醤油、カレー粉、味噌、オニ
オンエキス、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー

仕込数で玉内人
上クナ、ね内参
げと種トぎ産のれん
ましと深のマジ根こ
みみまのトじ野こ
のバビユく野ん
あるイスレー菜を
の味にレーと妙を
め用う



[0839] AUGA OG トマトスープ
ダブル 400g×2 1164 ~~1208~~円

原材料…有機野菜（人参、トマト、玉ねぎ、パ
プリカ、西洋ネギ）、有機トマトペースト、有機
菜種油、有機米粉、食塩、有機砂糖、有機香辛料
（黒コショウ、バジル、ペイリーフ、オレガノ）

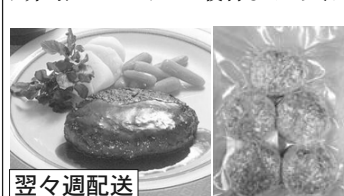


[0840] AUGA OG マッシュルームスープ
ダブル 400g×2 1164 ~~1208~~円

原材料…有機マッシュルーム、有機コナ
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、ペイリーフ、オールスパイス、
黒コショウ、ナツメグ）、有機西洋ネギ

ココボマ旨
マクコボマ旨
上イをナタ沢シ
のべ出ッにユ
マドしツジ使
しに、ミユフ
ルスタム
クで。

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 ~~1868~~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	海宝飯ふりかけ	28g	842
	0704	かつおふりかけ	28g	367
3p	0705	味のりふりかけ	50g	632
	0706	味付おかず海苔 8ッ切20枚入×3		734
4p	0707	練 しらす干し	100g	794
	0708	しらすちりめん	70g	967
	0709	鮭フレーク	90g	810

▽佃煮類▽

	0710	島っこ生のり佃煮	90g	432
3p	0711	江戸前生のり	80g	448
隔週	0712	江戸前でい! 茎わかめ佃煮	60g	356
4p 隔週	0713	しらすくるみ	100g	772
2p	0714	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
隔週	0715	きゃらぶき	100g	389
	0716	ひじき五目煮	100g	475
2p	0717	五目豆	100g	356
	0718	直火焚き黒豆煮豆	120g	551
3p	0719	国産味付メンマ	90g	572

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

隔週	0720	とりごぼうご飯の素170g(2合炊)		805
3p	0721	練 五目寿司の素(2合用)	200g	589
	0722	練 中華丼の具	180g×2	616
3p 隔週	0723	国産きのご飯の素	170g	518
	0724	練 鮎のづけ丼	150g	697

▽スープ▽

2p	0801	フリードライ わかめみそ汁	9g×6	383
	0802	フリードライ 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

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	レトルト ベジタリアンのための野菜カレー	200g	400	2p
0814	レトルト ベジタリアンのための豆カレー	200g	400	2p
0815	レトルト ベジタリアンのための根菜カレー	200g	400	2p
0816	チキンカレー辛口	180g	561	
0817	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	561	
0818	AUGA・OGトマトスープ	400g	600	3p
0819	AUGA・OGマッシュルームスープ	400g	600	3p
0820	AUGA・OGミネストローネ	400g	600	
0821	AUGA・OGコーンスープ	400g	600	
終売 *****	有機玄米ポタージュ・かぼちゃ	135g	356	
終売 *****	有機玄米ポタージュ・にんじん	135g	356	
終売 *****	有機玄米ポタージュ・ごぼう	135g	356	
終売 *****	有機玄米ポタージュ・さつまいも	135g	356	
終売 *****	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	練 興農生ハンバーグ	100g×2	886	
翌々週5843	練 興農ビーフコロッケ	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 翌々週配送品 (10/27~10/31)

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	
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				
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、肉にとでも良く合います。 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	

興農ファーム 翌々週配送品 (10/27~10/31)

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] 冷凍パクパク
こどもウィンナー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。

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

ノンホモジナイズド牛乳 東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ クリームラインの楽しみ方

低温殺菌ノンホモの牛乳は静置しておくとし、上部に牛乳中の脂肪分が浮いてきます。これはクリームラインと呼ばれる天然の生クリームの層です。このクリームラインの上部の濃厚なクリームは、自然の生クリームとしてコーヒーや紅茶に入れて、その美味しさをお楽しみ頂けます。そしてクリーム層を使用した後の牛乳は低カロリー牛乳としてご利用下さい。



置いているだけで天然生クリーム



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	
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	ブルガリア産オーガニックはちみつ	200g	1,242	

乳製品

※ピン容器を回収します。
きれいに洗って返却して下さい。

▽牛乳・乳飲料▽

3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	464
	0949	ダブル	上記2p	901 929
	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml	281



90%ミルクのカフェオレ 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

1p	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃(ピン)	200ml	205
1p	0904	パスチャライズドコーヒー(ピン)	200ml	205
	0951	ダブル	上記2p	398 419
	0950	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃(ピン)&パスチャライズドコーヒー(ピン)セット	1セット(200ml・200ml)	398 419

▽ヨーグルト▽

	0905	東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト	400ml	335
	0906	ドリンクヨーグルト	200g	216



東毛酪農のカマンベールチーズ

厳選した組合生産者だけの生乳を使用し、塩分も少な目の優しい味わいに仕上げました。

その美味しさは、フランスのカマンベール村の村長も公認!さらに「第4回オール・ジャパン・ナチュラルチーズコンテスト」のソフトタイプチーズ部門で優秀賞に輝いた、自慢の一品です。

▽バター・他▽

4p	0907	東毛酪農のカマンベールチーズ	100g	664
	0908	東毛ナチュラル ゴーダタイプ	125g	886
	0909	南箱根の厳選バター	180g	1,112
	0910	ハイプラスマーガリンソフト	180g	443

よつ葉 シュレッドチーズ

北海道十勝産のチェダーチーズとモッツァレラチーズをブレンド。熱を加えるとトロリとろける、まろやかなシュレッドタイプのナチュラルチーズです。

セルロース(結着防止剤)不使用でチーズ本来の味をお楽しみいただけます。



▽よつ葉チーズ▽

	0911	チェダーチーズ	100g	432
4p	0912	シュレッドチーズ	250g	783
	0913	ゴーダチーズ	100g	448
	0914	カマンベールチーズ	90g	578

ノヴァ 有機レーズン

甘みが強く、種なしで皮の薄いトンブソンシードレス種を、レーズンに最適なカリフォルニアで栽培。糖度を増し、果肉が軟らかくなる完熟の房だけを収穫し、天日で乾燥した有機認定品です。

オイルコーティングを行わない、自然のままの豊かな味わいが特徴。

原材料…有機レーズン(アメリカ)



ノヴァ オレンジスティック(砂糖づけ)

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

原材料…有機コーンシロップ(オーストラリア)、有機砂糖(ブラジル)、有機オレンジの皮(イタリア)、有機濃縮レモンジュース



ノヴァ かぼちゃの種

旨みとほどよい油分があり、食べた後にほのかな甘みが残る有機かぼちゃの種。淡黄色~淡緑色のカラフルな色合い。

シリアルに混ぜたり、ヨーグルトやサラダのトッピングなどにもおすすめです。

原材料…有機かぼちゃ種子 原産国…中国



ドライフルーツ・ナッツ

	0920	レーズン	120g	497	3p
	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	
	0924	ドライクランベリー	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	4p
	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	
月1	0936	かぼちゃの種	70g	540	3p

豆乳グルト

翌々週配送品(10/27~10/31)

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

価格改定

天然酵母パン ザクセン



パン生地に
卵・牛乳・油脂を
含まない
シンプルな
ドックパンです。

[1061] プチパン
5ヶ

3p
518円

原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩



[1083] ドックパン
4ヶ

3p
632円

原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩



[1063] プチレーズン
5ヶ

3p
621円

原材料…小麦粉（国産）、オーガニックレーズン、ホシノ酵母、洗双糖、天塩

家庭でお子さんのために
作ったような、
安心できる材料で作りました



[1082] メロンパン
1ヶ

2p

329円
原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、卵（平飼卵）、バター（国産）、酵母、天塩、国産レモン果汁



何よ
本層つ
格に菓
派もの
。折バ
りター
込んを
だ

[1059] クロワッサン
2ヶ

3p
562円

原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩

よもぎの独特な香り
国産よもぎ使用



[1065] よもぎパン
5ヶ

3p
621円

原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、よもぎ粉末（国産）

よもぎパンの中に
つぶあんを入れました。



[1080] よもぎあんぱん
2ヶ

3p
513円

原材料…つぶあん（北海道産小豆、鹿児島県産粗糖、食塩）、小麦粉（国産）、粗糖（鹿児島県産）、天然酵母、よもぎ粉末（国産）、食塩

レーズンとくるみ入り
有機認証のオーガニックパン



[1084] 有機全粒粉パン
1ヶ

4p
788円

原材料…有機小麦全粒粉（国内製造）、有機小麦粉、有機レーズン、有機くるみ、天然酵母、食塩



柔
特から
砂糖で
めすの
使用生
地が最
小限

[1057] バケット
400g

3p
491円

原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩、洗双糖

シンプルな材料で
小麦の風味を楽しめます
砂糖・油脂不使用



[1058] バタール
230g

3p
486円

原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩

国産小麦粉と米粉の
ふんわり白パン



[1074] ホワイトロール
2ヶ

3p
497円

原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、菜種油、天然酵母、米粉、天塩



北
定海
番道
ブ産
レ小
ッ麦
ド使
用

[1051] 食パン 1斤 486円
[1052] 6枚切り6枚 486円

3p
3p

原材料…小麦粉（北海道産）、洗双糖、ホシノ酵母、天塩

ポイント 品番 品名 規格 会員価格(税込み)

パン

規格は生地重量表記です

型油…なたねサラダ油を使用

(略号…糖：粗糖 糖 マ：マーガリン 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	486
3p	1052	食パンスライス6枚	糖	6枚切り	486
	1053	胚芽食パン	糖	1斤	605
	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	605
3p	1055	国産16穀食パン	糖	6枚	616
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	605
3p	1057	バケット	糖	400g	491
3p	1058	バタール	糖	230g	486
3p	1059	クロワッサン	糖・パ	2ヶ	562
	1060	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	621
3p	1061	プチパン	糖	5ヶ	518
	1062	ごまコッペ	糖	1ヶ	443
3p	1063	プチレーズン	糖	5ヶ	621
	1064	くるみのプチパン	糖・マ	4ヶ	605
3p	1065	よもぎパン	糖	5ヶ	621
3p	1066	ベーグル（プレーン）	糖	約70gX3	643
	1067	シナモンロール	糖・パ	1ヶ	346

品番 品名 規格 会員価格(税込み) ポイント

1068	あんこデニッシュ	糖・パ	2ヶ	621	
1069	かぼちゃデニッシュ	糖・パ	2ヶ	605	3p
1070	あんぱん	糖	2ヶ	513	

▽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	982
------	------------------	------	-----

国内産かぼちゃペースト入り
ほんのり甘いデニッシュパン
ザクセン かぼちゃデニッシュ



[1069] かぼちゃデニッシュ 2ヶ 605円

3p

原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、かぼちゃペースト（国産）、洗双糖、ホシノ酵母、天塩

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



ナスと味噌の相性は抜群！
豚肉のコクと旨味で
ごはんがすすむおかずです。
晩酌のおともにもよく合います。

ナスと豚肉の味噌炒め

作り方…①なすは縦半分に切り、皮に斜めに浅い切込みを入れ、3等分に斜め切りする。

②豚肉は酒、塩で下味をつける。③フライパンに油を熱し、豚肉を軽く炒める。なすを加えて炒め、しんなりして火が通ったら（生姜（すりおろす）、味噌、みりん）を加えて絡める。

[0137] なす 400g 313円

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。



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 832
2.5mm厚。さらっとして甘みのある脂と赤身の旨み
が特徴のバラ肉です。

1102 冷凍 放牧豚 モモスライス 200g 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
赤身部位を中心にバラバラなミンチにしました。
使いやすいチャック袋仕様です。

5p 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のかきとで飼育し、飲み水は地中
に流れる伏流水を井戸で汲み上げ与えています。良質な澱
粉質を主体に植物性原料100%の飼料を用い、ゆったり
飼育に200日を要し、コクのある脂肪に包まれた美味し
い肉に仕上げました。薬剤添加は獣医師の指導に基づ
いて行い、出荷の80日前からは無薬飼料のみに切り替
えて育てます。

1121 冷凍 健康豚 ローススライス 150g 795

1122 冷凍 健康豚 ロースしゃぶ用 150g 811

1123 冷凍 健康豚 モモスライス 150g 667

4p 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。

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



紅玉の酸味と甘味が豚肉によく合います
ホームパーティーにもおすすめレシピ。

豚ブロックと紅玉のロースト

作り方…①豚肉ブロック500gに
塩・胡椒を全体にもみこみ、30分
ほど置いておく。②紅玉2個は、
くし型切りにする。③フライパ

ンにオリーブ油を熱し、強火で豚肉の表面をこんがり焼く。
④りんごも加えて全体を混ぜ合わせ、香ばしくなってきたら白ワ
イン100ccを回し入れ、アルコールをとばす。⑤耐熱皿に移し
て、アルミホイルをかぶせ、200℃のオーブンで20分焼く。その
ままオーブンに放置し、余熱で火を通す。⑥熱が取れたら取り
出し、肉を1cm厚にカットする。フライパンに残ったりんごを
軽くフライパンで温め、（蜂蜜大さじ1、塩、胡椒）で味を調え
る。⑦皿に豚肉のローストとりんごを盛り付け、フライパンに
残っているソースをかけて出来上がり。

冷凍 興農豚バラブロック

良質な脂がのって旨味がたっぷり
バラ肉。旨みのかたまり、ブロ
ック肉は他では味わえないおいし
さです。



翌々調配送品

▽北海道 興農豚▽

品種はLWD（三元交配種：L＝ランドレース、W＝大ヨーク
シャー、D＝デュロック）非遺伝子組み換え飼料 210日飼
育 60日齢・体重20kg前後以降は無投薬。炭と発酵堆
肥を敷いた広い豚舎でたっぷり運動し健康的に育った、
赤身主体の甘味と旨味を備えた美味しい豚肉です

5851 冷凍 興農豚 ロースしょうが焼 200g 1,085

5852 冷凍 シロースしゃぶしゃぶ用 200g 1,188

5853 冷凍 シローススライス 200g 977

5854 冷凍 シローストンカツ用 200g 1,166

5855 冷凍 シロースヒレカツ用 200g 1,193

5856 冷凍 シロースヒレブロック 300g 1,588

5857 冷凍 〃 バラブロック 500g 1,993 10p

5858 冷凍 シロース挽肉 250g 940

5859 冷凍 シロース徳用豚挽肉 400g 1,426



かぼちゃに含まれているカロチンは
体内でビタミンAに変わり、
免疫力を高める働きをします
強い身体作りに!!

豚巻きかぼちゃの照り焼き

作り方…①かぼちゃは1.5cm程度
の串形に切り、串が通る程度までレン
ジでチンする。②①のかぼちゃに豚スライス肉を巻きつけて、
軽く塩、胡椒をふって、小麦粉をまぶす。③フライパンに油を
熱し、豚巻きかぼちゃを入れて、表面
に軽く焼き目がつく程度に焼き、砂
糖、醤油、酒、みりんを回し入れて、
味を絡めたら出来上がり。



[0133] かぼちゃ徳用 1ヶ 1,045円 ~~1,128円~~

冷凍 健康豚 モモしゃぶ用

モモ薄切りスライスです。

中華の皮

1208 地粉餃子の皮 20枚 259

1209 極厚全粒粉餃子の皮 20枚 335

1210 シューマイの皮 30枚 194

1211 春巻きの皮 10枚 362

1212 ワンタンの皮 20枚 254

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



やわらかむね肉と、秋の味覚きのこ
好みで卵をといてもまろやか
貝だくさんで召し上がれ

むね肉ときのこの治部煮

作り方…①むね肉1枚は一口大にそぎ切り
にして片栗粉をまぶす。②長ネギは笹
切り、椎茸は千切り、しめじ、えのき
（他お好みのきのこ）を手でほぐす。

③鍋に出し汁（又は水）400cc、みりん

100cc、醤油50ccを沸かす。④沸かした③に①、②を入れて、
むね肉に火が通ったら器に盛る。（割りほぐした卵を入れても美
味しい）⑤器に盛り、青ネギの小口切りをのせて、お好みでわ
さびを添える。

[0202] 菌床椎茸	100g	313円
[0203] えのき茸	100g	194円

冷凍 鶏むね肉

パサつくこと無くしっとりジューシーな
むね肉です。脂肪が少なく、たんぱく質が
多いヘルシーな食材です。



サクサク食感のれんこんと
ふんわりささみの食感がよく合います

れんこんとささみの照り焼き

作り方…①鶏ささみ4本は筋を取り、一口
大に切りビニール袋に入れる。砂糖大さじ
2を入れてよく揉む。醤油大さじ1/2も入
れて下味をつける。②蓮根は7mm幅のい
ちよう切りか半月切りにして、酢水にさら
して、水を切る。③ささみと蓮根に片栗粉をまぶして余分な粉を
はたく。④フライパンに多めの油を入れ、ささみを入れて焼
く。表面が焼けてきたら、蓮根も入れて炒める。表面に焦げ目
が付いてきたら（酒大さじ2、酢大さじ2、醤油大さじ2）を入
れて、強火にし酸味をとばす。⑤火を弱め、蓋をし蒸し焼きに
する。汁気が減ってきたら蓋を開けて、いい焦げめがつくまで炒め
て完成。

て、水を切る。③ささみと蓮根に片栗粉をまぶして余分な粉を
はたく。④フライパンに多めの油を入れ、ささみを入れて焼
く。表面が焼けてきたら、蓮根も入れて炒める。表面に焦げ目
が付いてきたら（酒大さじ2、酢大さじ2、醤油大さじ2）を入
れて、強火にし酸味をとばす。⑤火を弱め、蓋をし蒸し焼きに
する。汁気が減ってきたら蓋を開けて、いい焦げめがつくまで炒め
て完成。

[0117] 蓮根	500g	551円
-----------	------	------

冷凍 播州百日鶏 ささみ

茹でたり蒸し鶏にして、サラダや和え物などに
もおすすめ。



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
	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

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。
冷凍庫にストックしておけば欲しい時にす
ぐ使えてとっても便利！



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	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



鉄分、たんぱく質や脂質、ビタミン類や
ミネラル類を豊富に含む牛肉は、栄養価に優れ
て力をつけてくれる食材です。
さつまいもに含まれるビタミンCが
鉄分の吸収を高めます。
栄養バランスの良い一品です。

牛肉と揚げさつまいもの甘辛炒め

作り方…①さつまいもは、5mm幅の輪切りに
する。水に放し、アクを抜いて水気をふき取り、熱した揚げ油
で素揚げにして引き上げ、続けていんげんを素揚げする。②フラ
イパンにごま油を熱して牛肉を炒め、合わ
せた(酒大さじ2、醤油大さじ2、みりん大
さじ1、砂糖小さじ1)をまわし入れる。③
②に①を加え、さっくりと炒め合わせる。



興農牛切り落とし

興農牛のウデ、バラの切り落とし肉です。
牛丼・野菜炒めに最適です。

翌々配送品

▽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	8p
5802	〃 徳用	400g	2,430	12p
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	



白味噌を使用した
和風の美味しいドリアです。

鶏肉味噌とかぼちゃの相性がgood!!

ハロウィンの肉味噌ドリア

作り方…①カボチャ1/4個は種とワタ
を取り、厚さ5mmの薄切りにして、耐
熱容器に並べてラップをし、レンジで
5分加熱する。②小鍋に鶏ひき肉100～120g、酒大さじ2を加
え、中火で混ぜながら、鶏ひき肉がポロポロになるまで火を通
す。白みそ大さじ4、みりん小さじ1、砂糖大さじ2を加えて混
ぜ、ぼつてりしたら火を止める。③②に卵黄を加え、混ぜ合
わせる。④ご飯を耐熱容器に入れ、パジル、カボチャを並べ、鶏
肉みそをかけて、チーズを乗せ、250℃のオーブンで12～15分焼
く。⑤焼き色がついたら、七味唐辛子を振る。

2p	[2110] マルクラ白味噌	250g	270円
----	----------------	------	------



グチなしに変更になりました

南伊豆水産 鰯ハンペン

新鮮な生のいわしを主原料として、ムリン・全糖のすけそうすり身を使用しています。

原材料…いわし（日本近海）・すけそうたらすり身（主として北海道近海）、馬鈴薯澱粉、砂糖（洗双糖）、食塩、発酵調味料（みりん、塩）、鰹だし



南伊豆水産 たこボール

電子レンジで暖めて、マヨネーズ・おかか・醤油などを掛けますと一層美味しく召し上がれます。お弁当のおかず、おつまみに。

原材料…魚肉（すけそうだら）、たこ（ペトナム）、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、醃酵調味料、かつおだし、菜種油



南伊豆水産 ねぎちぎり揚げ

静岡県浜松産の葉ねぎを使い葱の風味が強く練り物との相性抜群です。

レンジ600w50秒ほど温めてお召し上がりください。フライパンで炒めると風味がより強くなり、醤油に付けても美味しく召し上がれます。

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

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

原材料…魚肉（タラ）、豆腐（大豆）、食用米油、ばれいしょでん粉、砂糖、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に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。

魚肉を75%以上使用

本来の魚の味わいが楽しめます

高橋徳治商店 冷凍 笹かまぼこ

北海道産のリン酸塩を使用しないタラすり身に、三陸沖で水揚げされた高鮮度の小魚をブレンドした宮城県名産の笹かまぼこです。

原材料…魚肉（タラ（国産）小魚（国産））、卵白（卵（国産）を含む）、馬鈴薯でん粉（国産）、砂糖、カツオブシエキス、発酵調味料、清酒、食塩



在庫限り

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

練り物

▽静岡 南伊豆水産

1501 白かまぼこ（うろこちゃん） 150g 686

1502 小竹輪 30g×5 540

1503 " ダブル 上記2p 1,037 ~~1,089~~

3p 1504 鰯ハンペン 5枚 632

1505 小判揚げ 5枚/150g 518

1506 桜えび入り揚げ 3枚/150g 810

3p 1507 たこボール 8ヶ 502

3p 1508 ねぎちぎり揚げ 100g 540

1509 青のり小判 3枚 437

1510 ごぼう巻き 5本 540

1511 まぐろもろこし 100g 551

▽宮城 高橋徳治商店

1512 練 おとうふ揚げ 170g5ヶ 416

1513 練 お好みさつま揚げ 160g2ヶ 513

1514 練 さつま揚げ 190g4枚 508

1515 練 ソフトはんぺん 卵 188g(4枚) 605 3p

1516 練 おとうふ揚げ（五目） 165g5ヶ 454

在庫限り 1517 練 笹かまぼこ 115g (23g×5) 481 3p

終了 **** 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ケ。



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

和豚もち豚、青森産にんにく等、厳選素材を使って作った餃子



冷凍 餃子

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

まきば

新潟

まきば

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

まきばの「とこトンシリーズ」

▽レンチン雪むろ一口コロケ▽

1561 冷凍 カレー 15g×10 504

1562 冷凍 ビーフ 15g×10 513

1563 冷凍 きんぴら 15g×10 481

1564 冷凍 野菜 15g×10 481

▽雪室熟成じゃがいもコロケ

1565 冷凍 ビーフ 60g×4 751

1566 冷凍 ポーク 70g×4 680 4p

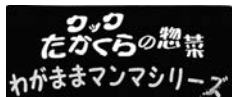
▽とこトン惣菜

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お惣菜。

クックたかくら

▽惣菜▽

3p	1525	冷凍	チキンカツ	2枚入り	616
	1526	"	ダブル	上記2p	1,182 1,231
3p	1527	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	621
	1528	"	ダブル	上記2p	1,192 1,242
4p	1531	冷凍	ササミのチーズフライ	170g	826
	1532	"	ダブル	上記2p	1,586 1,652
3p	1533	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	626
	1534	"	ダブル	上記2p	1,203 1,253
4p	1535	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	713
	1536	"	ダブル	上記2p	1,369 1,426
3p	1537	冷凍	きつねご飯の素	150g	464
	1538	"	ダブル	上記2p	892 929
▽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、大豆たんぱくにつまわる代替肉 (お肉の代わりに使う食材) というイメージをなくすべく、大豆ミートとは呼ばず、グッドミーと表現します。					
4p	1551	冷凍	有機豆乳使用クリームコロッケ	4個入り	745
4p	1552	冷凍	有機豆乳使用のポテトグラタン	180g	691
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

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

フライパン
オーブン・トースター

3p

[1529] 冷凍 すきやき風コロッケ 150g 637円
SPR
[1530] " ダブル 上記2p 1,223 ~~1,274~~円
SPR
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

自然解凍して温めるだけで
サクッと美味しい
食卓には勿論お弁当にも最適！

オーブン・トースター

4p

[1543] 冷凍 からあげ 130g 788円
SPR
[1544] " ダブル 上記2p 1,514 ~~1,577~~円
SPR
原材料…鶏ムネ肉 (長野産)、なたね油、醤油 (大豆、小麦)、卵、小麦粉、片栗粉

キャベツやお肉など
シンブルな具を使い
素材を最大限に活かしました

フライパン

3p

[1541] 冷凍 ちっちゃな餃子 10個 497円
SPR
[1542] " ダブル 上記2p 954 ~~994~~円
SPR
原材料…キャベツ (有機栽培又は農薬化肥不使用)、豚肉、餃子の皮 (国産小麦)、にら、片栗粉、酒、ごま油、塩、胡椒

たっぷりの野菜とお肉
海産物を加え満足のボリューム

ボイル

4p

[1539] 冷凍 中華丼の素 230g 794円
SPR
[1540] " ダブル 上記2p 1,524 ~~1,588~~円
SPR
原材料…エビ、ホタテ、豚モモ肉、キャベツ (白菜)、玉ねぎ、人参、干し椎茸、サラダ油、醤油、片栗粉、塩、コンソウ

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

フライパン
ボイル

Good to me

3p

[1557] 冷凍 グッドミーのベジタブルミートソース 140g 643円
SPR
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

植物素材の美味しいお惣菜
大豆ミートの酢豚風おかず

電子レンジ
フライパン

Good to me

3p

[1558] 冷凍 グッドミーのちっちゃなベジバーグ 6個 621円
SPR
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

フライパン

3p

[1585] 冷凍 海鮮餃子 12ヶ 583円
SPR
原材料…具 [野菜 (国産 (長ねぎ、人参、椎茸、生麦)、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

フライパン

3p

[1586] 冷凍 ひとくち餃子 20ヶ 551円
SPR
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、生麦))、つなぎ (鶏卵、馬鈴薯でん粉)、えび (ベトナム、インドネシア)、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

電子レンジ

4p

[1587] 冷凍 肉焼売 8ヶ 670円
SPR
原材料…具 [豚肉 (国産)、野菜 (国産 (玉ねぎ、長ねぎ、生麦))、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

ボイル

3p

[1588] 冷凍 海老ワンタン 15ヶ 535円
SPR
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、生麦))、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。

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

沓掛冷食

春巻とグラタンを手作りで製造 沓掛冷食



沓掛冷食
KUTSUKAKERISYOKU

1570	冷凍	有機プロッコリーと有機ペンネのえびグラタン	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しています。

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

刺身と肉を合わせたような食感で 身がやわらか

SPOT [1617] 冷凍お刺身くじら 5p
1本 875円

生姜醤油やニンニク醤油などで食べるのがおすすめです。また、カツにしても美味しく頂けます。
イワシ鯨(北西太平洋産)※入荷するタイミングによって種類が変わります



解凍方法

赤肉を袋から出した後キッチンペーパーで包み、チルド室に24時間いれてゆっくりと解凍します。翌日、赤肉がしっとりしてきましたら、お好みの厚さにスライスしてお召し上がり下さい。
※解凍しすぎるとドリップが出てしまいますので注意が必要です。



わさび風味サラダ

鯨肉は一口大の2mm厚さにスライスし、塩・こしょう・酒に10分ほど漬ける。片栗粉をまぶし、さっとゆでて、冷水に取り冷ます。

[2326] 旨味本来生おろし
わさびチューブ 40g 356円



竜田揚げにも

●厚みがあると加熱後硬くなるので、3mm 程度の薄切りにする。●鯨肉はスライスした後、ドリップの量が多いためよく水気を押さえて漬け汁に漬け込む。●火通りはいいので上に上がってくればよい (30 秒〜1 分)



海産

▽刺身・生食用▽

	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
5p	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
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
	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
	1607	冷凍 ピン長まぐろ	300g	1058
	1608	冷凍 まぐろ鉄心	10本	1048
	1609	冷凍 お刺身ベビーホタテ	150g	1145
	1610	冷凍 お刺身はたて貝柱	100g	1323

▽切り身魚▽

	1611	冷凍 紅鮭 (甘塩)	2切れ	983
	1612	冷凍 徳用	5切れ	2360
4p	1613	冷凍 メカジキ	90g×2	778
8p	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	
1712	" ダブル	2切れ×2	1077	4p
1713	冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875	5p

高尾の魚

翌々週配送

[5657] 冷凍 さわら味噌漬 4p
2切れ 810円

自身で品の良い味のさわらが、味噌漬けでさらに美味しくなっています



▽切り身魚▽

5650	冷凍 真ダラ切身	2切れ	810	
▽漬け魚▽				
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	4p
5658	冷凍 ほっけ味噌漬	1切れ	632	
5659	冷凍 サワラ西京漬け	2切れ	810	
5660	冷凍 塩サバ切身	2切れ	594	



不漁でお届けできなかった 人気のお刺身再開です

[1619] 冷凍お刺身さんま 5p
フィーレ 4枚 1026円
太平洋で獲れた鮮度抜群のさんまを、三枚おろしにして皮を取ります。解凍後、カットしてお好みの薬味でお召し上がりください。



脂がのっているので ムニエルや煮つけに

[1618] 冷凍カラスガレイ切り身 5p
2切れ 875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。



フライパンで 簡単照焼き

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



冷凍メカジキ 4p
[1613] 90g×2 778円
[1614] 徳用 8p
90g×4 1544円



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

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽うなぎ▽				
	1714	冷凍 鹿児島県産うなぎ蒲焼き 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
9p	1717	〃 L 約200g		1901
	1718	〃 むき身 S 約200g		1825
4p	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
3p	1722	冷凍 カラフトししゃも 10尾		648
	1723	冷凍 干しカレイ 2枚		956
	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
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	3p
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) 6切		1037	
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	



鰯を使った団子に 黒酢ソースを絡めました

[1752] 冷凍 まぐろ肉だんご 3p
黒酢あん 160g 454円

あらかじめ炒めておいたピーマン・玉ねぎ等の野菜に合わせても
原材料：だんご【メバチマグロ、玉ねぎ、豚肉、馬鈴薯澱粉、菜種油、鶏卵、小麦粉、ねぎ油(菜種油、白ねぎ、にんにく、生姜、唐辛子)、醤油、酒、食塩、胡麻油、生姜、コショウ】、ソース【砂糖、黒酢、醤油、馬鈴薯澱粉】



口いっぱいに広がる 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	
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	864	
1809	焼き海苔/宮城産	半裁×20枚	886	5p
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	

定番のさっぱり酢の物は もちろんぞうすいや天ぷらでも!

[1813] 冷凍 沖縄県産 塩もずく 200g 346円
塩抜き後、三杯酢でもずく酢やサラダ、スープでも美味です。

塩抜き
ザルで2~3回水洗いして、30分程度塩気を見ながら水に
浸け置きしてください



雑炊



天ぷら



[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。



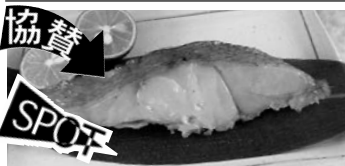
[1809] 焼き海苔/宮城産 5p
半裁×20枚 886円

一番美味しい12月上旬の黒のりのみ使用



[1719] 冷凍中粒しじみ 4p
150g 805円

青森産のしじみを砂抜き。お味噌汁などにそのままお使い頂けます



[1729] 冷凍こだわりの味噌漬け 本目抜き 1切 778 ~~1129~~円

本目抜きは、程よい脂で、淡泊ながら旨味の強いのが特徴です



[1722] 冷凍カラフトししゃも 10尾 648円

カナダ産の卵率の良いものを、食塩のみで干物にしました



[1717] 冷凍エコシュリンプL 9p
約200g 1901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



[1603] 冷凍メバチまぐろ 6p
はちの身 300g 1210円

脂たっぷり、味が濃厚。たたきやステーキ、フライ、煮込みに



[1728] 冷凍赤魚開き一夜干し 1枚 578円

アメリカ産。脂がしつこくなく、旨味のぎゅっと詰まった一夜干し



野菜や海鮮、肉などの具材をたっぷり入れて麺を煮込めば、ヘルシーで栄養満点です。

ちゃんぽん麺

作り方…①野菜は食べやすい大きさにザク切りにする。②フライパンに油を熱し、豚肉、シーフードミックスを炒めて色が変わったたら、野菜を入れて炒める。③スープを丼に入れ熱湯で溶く。④熱湯で麺を約60～90秒茹でる。湯切りして丼に移し、炒めたものを加えてお召し上がり下さい。

肉、魚介、野菜の旨みを凝縮したスープに、中太丸麺がよくからむ。

金子製麺 日本の中華麺 ちゃんぽん麺

国産小麦粉と、国産小麦農林61号自家製粉を使用。蒙古王かんすいによる豊かな風味と歯ざわりのよいコシ、なめらかな舌触りの中太丸麺です。

スープは豚肉・鶏肉のエキスをベースに、魚介の旨みを加えたクリーミーでコクのあるオリジナルの無添加スープです。



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

麺類

▽生麺▽

隔週	2401	日本の中華麺 醤油らーめん	2食	448
隔週	2402	〃 味噌	2食	486
隔週	2403	〃 塩	2食	486
隔週	2404	〃 淡麗鶏ガラ醤油	2食	459
隔週	2405	〃 坦々麺	2食	491
3p 隔週	2406	〃 ちゃんぽん麺 スープ付	2食	491



つるつるともちもちの極太ストレート麺 香り高いつけだれ

金子製麺 江戸風鰹醤油つけ麺

国産小麦粉と国産小麦農林61号自家製粉を使用しています。極太ストレート麺。

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。さらに鰹の魚粉を加えることで、深いコクと豊かな香りが広がります。麺の持ち味を存分に引き出す濃厚な味わいに仕上げました。

3p 隔週	2407	江戸風鰹醤油つけ麺 スープ付	2食	502
	2408	せいろ蒸し焼きそば (ソース付)	2食	518
	2409	せいろ麺上選太焼きそば (ソース無)	2食	324
	2410	生スパゲティー 卵	150g×2食	335

▽冷凍麺▽

	2411	練 さぬきうどん	200g×3	410
	2412	〃 ダブル	上記2p	788 820
	2413	練 十割生そば	130g×2	594
	2414	〃 ダブル	上記2p	1,129 1,188

▽乾麺▽

	2415	地粉うどん (田島さんのうどん) 太	250g	286
終了	****	地粉うどん (田島さんのうどん) 細	250g	286
3p 今週限り	2416	吉野葛そうめん	250g	540
終了	****	徳用吉野葛そうめん	1.9kg	3,358 3,660
30%OFF	2417	純国産手延べそうめん	250g	340 486
30%OFF	2418	徳用純国産手延べそうめん	1.9kg	2,495 3,564

坂利製麺所 純国産手延べそうめん

国産小麦粉、海の水から採った塩、ごま油を使用。早朝より職人が丹精込めて練り上げるそうめんは、コシあり、喉越しよしの理想的な麺に仕上がっています。

原材料…小麦粉 (国内産)、食塩、ごま油



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2419	足柄古式そば	240g	356	
2420	究極そば	200g	535	
2421	特選そば	200g	562	
2422	さくらの焼そば	114g×2	443	
▽即席麺 桜井食品▽				
2423	しょうゆらーめん	99g×4袋	842	
2424	しおらーめん	99g×4袋	842	
2425	みそらーめん	101g×4袋	842	
2426	とんこつらーめん	103g×4袋	886	
▽パスタ▽				
2427	国内産ロングパスタ	300g	443	
2428	国内産エルボパスタ	300g	443	
2429	DeLucaオーガニックパスタ スパゲッティ	500g	508	
2430	DeLucaオーガニックパスタ ペンネ	500g	622	

有機デュラム小麦を100%使用した本場イタリア産のフェットチーネ

DeLucaオーガニックパスタ フェットチーネ

表面がざらざらのブロンズダイス成形。平らな幅広のパスタです。濃厚なクリームソースやチーズソースとの相性抜群。ゆで時間12～13分。



3p 2431	DeLucaオーガニックパスタフェットチーネ	500g	562	3p
---------	------------------------	------	-----	----

だし類

▽昆布▽

2501	日高昆布	200g	1,534
------	------	------	-------

▽煮干し▽

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

▽削りぶし▽

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

▽だしパック (煮出しタイプ) ▽

2508	だしパック おだしさん	8g×10	400
------	-------------	-------	-----

▽だしパック (粉末タイプ) ▽

2509	野菜でうまみ食塩無添加	3.5g×6	389
------	-------------	--------	-----

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

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

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



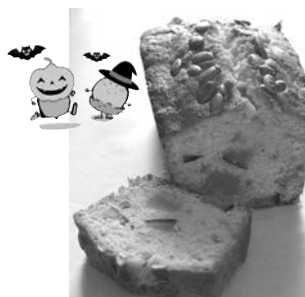
2510	チキンコンソメ	10g×8	540	3p
▽干し椎茸▽				
2511	干しいたけ・どんこ (大)	45g	1,134	



ふんわりあったかのど越しかく、食べやすいそうめん かき玉にゅうめん

作り方…①素麺は熱湯で固めに茹でてざるにあげ、水で洗う。②だしと酒を鍋に入れて火にかけ、煮立ったら醤油と塩少々、椎茸の薄切りを加える。③溶き卵を加えてふんわりと卵に火が通ったら、素麺を入れて出来上がり。

【カタログに掲載していない隔週掲載の金子製麺の生麺ご注文も頂けます。注文書裏面「くろすおーぱー」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。】



かぼちゃの甘みとオレンジスティックの
爽やかな香りがほどよくマッチした
やさしい味わいのパウンドケーキです。
ノヴァのレシピ

かぼちゃとオレンジのパウンドケーキ

材料(12×8cmの型)…かぼちゃ80g、オレンジ
スティック15g、バター50g、砂糖50g、卵
1個、薄力粉80g、ベーキングパウダー小さじ
1、かぼちゃの種適量

作り方…①かぼちゃは皮ごと3mmくらいの
厚さに切って、蒸すかレンジにかけて柔ら
かく火を通し、好みの粗さにつぶす。②バターは室温に戻して
クリーム状にし、砂糖を加えてよく混ぜておく。オレンジステ
ィックを細かく刻んで加える。③卵を溶きほぐして②に少しず
つ加えてなじませる。④薄力粉とベーキングパウダーをあわせ
てふるい、③に加えて粉っぽいところなくなるように軽く混ぜ
、かぼちゃを加えて全体をさっくり混ぜる。⑤オーブンシー
トを敷いた型に④の生地を流し入れ、かぼちゃの種を上部に飾っ
て180℃のオーブンで30分前後焼く。

4p [0930] オレンジスティック 80g 680円
3p [0936] かぼちゃの種 70g 540円

金子製麺 地粉(薄力粉)

農林61号と国内産小麦をグルテン分の多い外側
を取り除いて粗挽きに製粉。低速回転の小型製粉
機で、無理な力を加えず少量ずつ製粉していま
す。ケーキ・クッキー・てんぷらに最適です。



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

粉・豆・ごま

▽粉▽

2p	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	518
	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	410
	2006	無双本葛・粉末	80g	594
	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405
	2009	重曹	300g	416
	2010	ホットケーキミックス(有糖)	400g	454

▽豆▽

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

▽水煮野菜▽

2012	小豆の水煮	230g	281
2013	黒豆の水煮	230g	302
2014	金時豆の水煮	230g	302

▽胡麻▽

2015	国内産すりごま 黒	30g	626
2016	国内産すりごま 白	30g	691
2017	無双 練り胡麻 白	210g	799

乾物・缶詰・素材

▽乾物▽

3p	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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
1821	北海するめ	1枚	1,129	
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	

岡山産有機きくらげ

有機乾燥きくらげホール

乾燥は一度天日にあてることで、ビタミンDを作
ってから仕上げの機械乾燥をしています。水で戻す
と7~8倍に戻ります。

キクラゲは油との相性が抜群です。卵と豚肉の炒
め物や、天ぷらにご利用ください。

原材料…有機きくらげ(岡山産)



1904	有機乾燥きくらげホール	15g	486	3p
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	
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	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	745
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

▽こんにゃく▽

1918	一穂のこんにゃく	300g	340
1919	一穂の生芋こんにゃく	230g	351
1920	手どりこんにゃく	250g	405

肉じゃがなど煮物の具材に

池谷 しらたき

国産こんにゃく芋粉を使い、昔ながらのバタ
練り製法で作ったしらたきです。

原材料…こんにゃく芋粉(群馬、山梨)、水
酸化カルシウム

池谷 くろたき

国産こんにゃく芋粉に海藻粉を混ぜました。



1921	しらたき	230g	340	2p
1922	くろたき	230g	351	2p
1925	乾燥糸こんにゃく	25g×10	594	



三陸水産のおすすめレシピ

すき昆布の炒め煮

作り方(3~4人分)…①すき昆布1枚は
水で戻して、塊を三等分くらいに切る。
つきこんにゃく1袋は湯通しする。にん
じん1/2本は短冊切り、乾燥椎茸6個は水

で戻してスライス、油揚げ1枚は細切りにする。②鍋に油をい
れ、こんにゃくを炒め、すき昆布を炒める。にんじん・椎茸・油
揚げを加えて炒める。③だしを入れて(だし400cc、醤油大さ
じ2、酒大さじ1、みりん小さじ1、砂糖小さじ1)を入れて落し蓋
をして10分ほど煮る。④蓋を取り、そのまましばらくコトコト煮て完成です。

三陸水産 すき昆布

三陸産の新鮮な生昆布をボイルし、冷却してから
刻んで粹にいれ、乾燥させたものです。食べやすい
大きさに切りそろえてありますので、煮物やサラダ
に最適です。

原材料…こんぶ(三陸産)



長野
酢屋茂

国産原料と立科の水で
ゆっくりと醗酵・熟成

4p

2101 玄米味噌 650g 842円

玄米の旨みを活かした、こうじの割合が多い甘口

4p

2102 米味噌 650g 756円

やや甘めに仕上げた上品な味わい

4p

2103 あわせ味噌 650g 756円

米味噌6:麦味噌4の割合で合わせた、一番人気の味噌

4p

2104 麦味噌 650g 756円

やや甘さ控えめ。米味噌より、ほんの少し塩分も控えめ。麦の香り、食感も楽しめます

調味料

冬に仕込みの終わった味噌は、夏に発酵が盛んになり、秋から冬にかけて穏やかに熟成されます

合わせみそ

けんちん汁

木綿豆腐は、味がしみやすいので、具たくさんでいただくのがオススメ。豆腐とそれぞれの具材の食感を楽しめます。

2p

0514 嘉倉 木綿豆腐 350g 243円

2p

0524 島田食品 国産有機 固木綿豆腐 300g 275円

0109 人参 500g 410円

0115 里芋 500g 346円

0124 小松菜 1束 205円

豆腐

もめん

▽味噌▽					
4p	2101	酢屋茂	玄米味噌	650g	842
4p	2102		米味噌	650g	756
4p	2103		あわせ味噌	650g	756
4p	2104		麦味噌	650g	756
	2105	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
2p	2110	マルクラ	白みそ	250g	270
	2111		有機八丁味噌	400g	862
	2112		有機・赤出し八丁味噌	450g	969
	▽醤油▽				
	2113	酢屋茂	イマイ醤油	1000ml	799
	2114	ヤマキ	国産特別栽培醤油 蔵造り	1000ml	1242
	2115	弓削多	有機醤油	720ml	1296
	2116		〃	300ml	680
	2117		木桶仕込醤油	1000ml	1426
	2118		海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	983
	2119		木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518
	▽塩・他▽				
2120	海の精	あらしお（大）	500g	1296	
2121		〃（小）	240g	648	
2122		ほししお	240g	810	
2123		やししお	60g	454	
2124		〃 詰替用	60g	259	
2125		〃 スタンドパック	150g	605	
2126		漬物塩	1.5kg	3240	
2127		ペッパーソルト	55g	518	
2128		ハーブソルト	55g	518	
2129		なんでもソルト瓶入り	55g	562	
2130		〃 詰替用	58g	389	
▽砂糖▽					
	2131		島のきび砂糖（洗双糖）	1kg	497
	2132		マスコバド黒糖（フレーク）	500g	631
	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	イゲタ めんつゆ(ストレート)	360ml	670

▽みりん類・料理酒▽			
2138	味の母(みりん風調味料)	720ml	999
酒	2139 三州三河みりん	700ml	1122
酒	2140 有機 三州味醂	500ml	1144
酒	2141 本みりん 福来純	500ml	1100
酒	2142 蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1400
酒	2143 特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1452
酒	***** いつつプレスラン(料理用ワイン) 赤		終売
酒	***** 〃 白		終売
▽酢▽			
2144	有機純米酢 老梅 小	500ml	497
2145	〃 中	900ml	875
2146	富士酢(米酢)	500ml	864 4p
2147	美濃有機玄米黒酢	360ml	756
2148	純りんご酢	500ml	572
2149	富士すし酢	360ml	756
2150	カンタン八芳酢	360ml	508
2151	オーガニックレモン100%しぼりたて	180ml	562
2152	有機梅酢 赤	200ml	583
2153	有機ボン酢醤油	250ml	464
2154	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670 4p
▽食用油類▽			
2155	国産なたねサラダ油	450g	1026
2156	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1679
2157	国産なたね油	450g	918
2158	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	1031 5p
2159	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	1031
2160	最高級ラー油	45g	659
2161	日本オリーブ 有機エキストラバージン オリーブオイル	180g	1944
2162	〃	450g	3888
2163	カルボネール 有機エキストラバージン オリーブオイル	458g	2398
2164	パレスチナの 有機エキストラバージン オリーブオイル	273g	2009

▽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▽				
3p	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
	2207	オイスターソース	115g	486
▽たれ類▽				
	2208	焼き肉のたれ	350g	680
	2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
2p	2210	有機麻婆の素	100g	281
	2211	有機回鍋肉の素	100g	281
	2212	有機青椒肉絲の素	100g	281
	2213	有機肉豆腐の素	100g	281
	2214	有機もやし味噌炒めの素	100g	281
▽マヨネーズ▽				
4p	2215	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	290g	670
▽ケチャップ類▽				
2p	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
2p	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▽				
	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

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	508	
2303	奄美カレー甘口	180g	508	
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	34g(約8皿分)	561	
2308	カレーの壺 マイルド	220g/約18皿分	702	
2309	〃 オリジナル	220g/約18皿分	702	
2310	〃 スパイス	220g/約18皿分	702	
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	
2313	直火焙煎クリームシチュールー	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	799	4p
▽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	2p
2319	白コショウ	20g	346	
2320	カレーの壺ベッパー	黒ホール 20g	432	
2321	〃	黒粗挽き 20g	432	
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	
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	

味噌汁はもちろん パスタ・スイーツと幅広く活躍

米麹が多く塩分が少ないので
甘み強い

[2110] マルクラ白味噌 250g 270円 2p

白米、大豆、食塩

白味噌の風味と塩味がアクセント
アイスクリーム
生クリーム200cc・牛乳50cc・
卵黄3個・砂糖50g・白味噌・
15gを混ぜて凍らせる。時々ス
プーンでかき混ぜて空気を入
れる



トマトが持つ自然の甘みを 生かした甘口に仕上げ

[2216] 有機トマトケチャップ
チューブ 300g 421円 2p

なめらかな舌ざわり。
トマトそのものの甘味
有機トマト、糖類(有機砂糖、麦芽水飴)、
有機醸造酢(米酢、リンゴ酢)、食塩、有
機たまねぎ、有機にんにく、香辛料



淡麗な色と香り 芳醇な風味

[2158] 玉絞め一番搾りごま油 180g 1031円 5p

浅く煎った白ゴマを、石
臼で丁寧にしぼり、和紙
で濾過。ごまを炒ったそ
のままの香りが立ち上が
ってきます。



[2314] オラッチェ
デミグラスソース 115g×2 799円 4p

岩手産短角牛のビーフ
エキスを使用
小麦粉、食用油脂、砂糖、トマトペースト、ビーフエキス、食
塩、赤ワイン、チキンエキス、香辛料、全卵粉乳、醤油



[2146] 富士酢(米酢) 500ml 864円 4p

京都産農薬不使
用米を、「静置発
酵」と「長期熟成」
米

[2154] 職人の夢
有機すだちぼん酢 180ml 670円 4p

醸造酢を使用せ
ず、有機柑橘を贅
沢に使用。
有機醤油、有機すだち、有
機ゆず、麦芽水飴、食塩、
有機米醸造調味料、有機
ゆこう、こんぶ、有機乾し
いたけ



[2215] 平飼い鶏の
有精卵マヨネーズ 290g 670円 4p

まろやかな有機
りんご酢とすっ
きりとした瀬戸
内レモンの適度
な酸味
なたね油、卵、有機りんご
酢、果実酢(レモン果汁)、
砂糖、食塩、香辛料



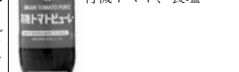
[2210] 有機麻婆の素 100g 281円 2p

麻婆豆腐や麻婆茄子、
麻婆春雨などに。



[2218] 有機
トマトピューレ 320g 400円 2p

煮込料理など、
料理のベースと
してどうぞ
有機トマト、食塩



[2318] ゆず七味 10g 389円 2p

国産ゆずを配合
ゆず、唐辛子、胡麻、すじ青のり、
おの実、けしの実、山椒

[2201] 有機ウスターソース 250ml 454円 3p

いろいろなお料
理に
有機野菜・果実、有機醸
造酢、糖類、食塩、有機醬
油、香辛料、こんぶ





チラシを
ご覧下さい



**フェアトレード&
オーガニック
第3世界ショップのチョコレート**
今シーズンは、
有機ソルト&キャラメルチョコレート
有機塩キャラメル&ナッツ植物性チョコレート

秋冬限定

Artisan有機レーズン&ヘーゼルナッツチョコが新登場!

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

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

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



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	972
5p	2803	冷菓 ビターチョコ	120ml×2	972
5p	2804	冷菓 抹茶あずき	120ml×2	972
5p	2805	冷菓 イチゴ	120ml×2	972
5p	2806	冷菓 ブルーベリー	120ml×2	972

東毛酪農製造

	2807	冷菓 牧場ミルクアイス	110ml×2	718
	2808	冷菓 はちみつバニラアイス	110ml×2	718
	2809	冷菓 ミルクコーヒーアイス	110ml×2	718
	2810	冷菓 ミルクチョコレートアイス	110ml×2	718
	2811	冷菓 宇治抹茶アイス	110ml×2	718

ネージュ製造

	2812	冷菓 ミルクキャンデー	65ml×6本	1,026
	2813	冷菓 あずきキャンデー	65ml×6本	1,026



**風味抜群、厳選したシンプルな原材料
安心素材のアイスキャンデー**
大阪 ネージュ

ブルーベリーキャンデー

国産ブルーベリーの風味を生かして作りしました。後味すっきり、シンプルですっきりとした味。

原材料…ビートグラニュー糖（北海道産）、ブルーベリー果汁（奈良 京都産）、レモン果汁（愛媛産）

5p	2814	冷菓 みかんキャンデー	65ml×6本	1,026
5p	2815	冷菓 ブルーベリーキャンデー	65ml×6本	1,026
	2816	冷菓 チョコキャンデー	65ml×6本	1,026
	2817	冷菓 宇治金時キャンデー	65ml×6本	1,026

▽和菓子類▽

	2818	冷菓 三色だんご	4本	648
	2819	北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441
2p	2820	有機ほの甘あずき	55g	238
	2821	有機・楽笑栗	125g	454
1p	2822	オーガニック小麦のどらやき	1個	210

国産果汁100%ゼリー
ノースカラース
純国産りんごゼリー
純国産みかんゼリー



国産原料にこだわった、つるんつ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）

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

▽その他▽

	2823	純国産みかんゼリー	11ケ	334	2p
	2824	純国産りんごゼリー	11ケ	334	2p
	2825	豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292	
	2826	豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292	
	2827	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540	
	2828	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540	
	2829	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540	
	2830	オーガニック全粒粉クッキー	50g	346	
	2831	純国産芋けんぴ	125g	280	
	2832	純国産北海道2色の煎り大豆	62g	264	

▽スナック▽

	2833	純国産ポテトチップス・うしお	55g	232	
	2834	純国産ポテトチップスのり塩	53g	232	
	2835	純国産さつま芋ちっぷ	115g	280	
	2836	有機グリーンピースチップス	45g	298	2p
	2837	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	
	2838	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	
	2839	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	

▽あられ・煎餅▽

	2840	弘まぜ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	356	
	2841	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	270	
	2842	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	270	
	2843	有機玄米プラス・めかぶ	30g	270	
	2844	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、シイタケ粉末、昆布粉末



	2845	柿の種	80g	324	2p
	2846	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	648	

▽豆菓子▽

	2847	黒糖くるみ	65g	496	
	2848	きな粉くるみ	65g	496	
	2849	メープルアーモンド	40g	561	

▽飴▽

	2850	みるく小町	80g	351	
--	------	-------	-----	-----	--



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

みんな、にっこい！安心おやつたち



全プロ新鮮お島島
七部アレ生い根根
種類食イミなクし県
トアベスア平地い奥木
ラタクム飼ー牛出次
かいリ使ム乳雲乳
ル！ー有にの業
トム用精し卵たを

[2902] 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



ネージュ アイスキャンディー
みかんキャンデー
愛媛 無茶々園の伊予柑（特別栽培）
を搾ったストレートジュースを使用。
ブルーベリーキャンデー
奈良・堀内果実園、京都・永谷農園
の無農薬・無科学肥料で栽培した
ブルーベリーを使用。

[2814] 冷凍 みかんキャンデー 65ml×6本 1,026円 5p
[2815] 冷凍 ブルーベリーキャンデー 65ml×6本 1,026円 5p



本製菓
国内産
柿の種
柿でつく
き、厳選
辛料を使
って焼
き上げ
、調味料
・ピーナ
ッツ入
り。

[2903] 柿の種 ダブル 80g×2 629 ~~648~~円



北海道
大豆の
産地
産い
ます
、甘
味を
つけ
ます。

[2904] 有機ほの甘あずき ダブル 55g×2 461 ~~476~~円



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
国産のてんさい含蜜糖を使用
純国産みかんゼリー
純国産りんごゼリー

[2905] 純国産ゼリー2種セット 1セット 650 ~~668~~円
内容…純国産みかんゼリー 純国産りんごゼリー各1袋



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
軽い食感に焼き上げました。

[2906] 有機グリーンピース チップスダブル 45g×2 578 ~~596~~円



第一酵母
プロポリスの天然酵母と
甘味スリッキを使用。
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 28g×2 664 ~~682~~円



第3世界ショップ
限定アートパッケージ。
レーズンと
ヘーゼルナッツ入りの
ミルクチョコレート
カカオ分約38%。

[2865] Artisan有機レーズン&ヘーゼルナッツ チョコレート 40g 599円



ノースカラース
北海道のはちみつと
瀬戸内産のレモンを
ミックスしました。
ほんのり甘く、し
ゃんのかきわい
です。

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

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

かぼちゃのおかし

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

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



お菓子	品番	品名	規格	価格(税込み)	通常配送品
	2871	米粉入りお魚チップス・かぼちゃ	40g	308円	2p
	2872	かぼちゃサブレ	6枚(1枚×6袋)	259円	2p
	2873	純国産かぼちゃスティック	15g×4袋	270円	2p
	2874	純国産いちごゼリー	10ヶ	334円	2p
	2875	ミニカル鉄スティック・ココア味	10.5g×5	378円	2p

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
	2851	しょうががめ	80g	351
2p	2852	純国産北海道はちみつレモンのだ飴	57g	302
2p	2853	プロポリスキャンディ	28g	346
▽チョコレート▽				
5p	2854	有機ミルクチョコレート	80g	993
5p	2855	有機ビターチョコレート	80g	993
5p	2856	有機ヘーゼルナッツチョコレート	100g	1,058
5p	2857	有機カカオ71%チョコレート	80g	1,058
5p	2858	有機ソルト&キャラメルチョコレート	80g	1,036
6p	2859	有機ホワイトチョコレート	80g	1,101
5p	2860	有機カカオニブチョコレート	80g	1,058
6p	2861	有機ウィンターチョコレート	100g	1,101
5p	2862	有機塩キャラメル&ナッツ植物性チョコレート	80g	1,036
3p	2863	Artisan有機オレンジビターチョコ	40g	599
3p	2864	Artisan有機ジンジャーレモンチョコ	40g	599
3p	2865	Artisan有機レーズン&ヘーゼルナッツチョコ	40g	599

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

次週
価格改定

お届けしている新農業研究会の
無袋栽培りんごのみを使用



新農研 リンゴジュース

[3019] 1000ml 810円

SPOT [3024]箱1000ml×6本

4666 ~~4860~~円

生食用の甘みののった完熟りんごを使用しています。りんごから搾ったままの100%ストレート果汁を瓶詰め。変色防止のためのビタミンCなどを使用せず、搾ったままの自然の色で、素材がもつ風味や香り、栄養をそのまま味わうことができます。

4p
ストレート
タイプ

混濁
タイプ

ケースで
お得

×6

お茶各種

▽日本茶▽

	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1696
	2602	上煎茶(在来種)	100g	1226
	2603	有機玄米茶	180g	632
3p	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 4866
3p	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 1048

▽ハーブティ・他▽

6p	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
4p	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

▽紅茶▽

2622	アッサムブレンド	20袋	410
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	497
2626	依田さんの紅茶(リーフ)	100g	1048

▽ココア▽

2627 ココア 110g 712

価格は税込み

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

▽コーヒー▽

2628	パロ・ブランココーヒー(豆)	150g	994	
2629	〃	(粉) 150g	994	
2630	サンタ・フェリサ	(豆) 150g	994	
2631	〃	(粉) 150g	994	
2632	オーガニックソフトブレンド(豆)	150g	1021	5p
2633	"	(粉) 150g	1021	5p

▽ドリップパック▽

2634	有機ドリップパック	8g×10	983
2635	Artisan水出しアイスコーヒー	15g×5	756
2636	有機カフェインレスコーヒー	10g×5	1080

▽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	アジアのリキッドコーヒー	1000ml	756
2644	" 箱	6本	4355 4536

▽コーヒーフィルター▽

2645 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)▽

2646	神泉水	2ℓ	367
2647	〃	箱 2ℓ×6	2095
2648	〃	500ml×12	2279
2649	〃	箱 500ml×24	4558
2650	あづみ野湧水	2ℓ	221
2651	"	箱 2ℓ×6	1301

さらりとした飲み心地と スッキリした甘さ

ときめく糀

[2654] 125ml 302円

[2655] 125ml×18 5334 ~~5443~~円

ほんのり糀の良い香りと澄んだ甘味。そのまま飲む便利なストレートタイプです。
有機米、米こうじ(有機米使用)



スムージー

ときめく糀に、小松菜やりんごを入れて、ミキサーで攪拌。甘酒のすっきりとした甘さで飲みやすい

[2614] カモミールウィンド 5g 729円



4p

単品では飲みづらいカモミールもブレンドによって奥深い香りに

オーガニックソフトブレンド
[2632] 豆150g 1021円
[2633] 粉150g 1021円



85p

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

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

甘酒・豆乳・しょうが湯

2p

2652	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
2653	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
2654	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
2655	"	125ml×18	5334 5443
2656	豆乳で元気	125ml×3	535
2657	"	125ml×24	4191 4289
2658	原豆乳	300cc	265
2659	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
2660	しょうが湯	20g×5	378
2661	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
3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
3012	レモンサイダー	250ml×6	972
3013	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
3014	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
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

6p

5p

[2610] 麦茶ティーバッグ 国内産大麦使用



8g×52 540円
砂の熱を利用し、麦の芯まで焙煎することで麦の香ばしい味・香りを引き出す昔ながらの「砂炒り焙煎」製法でつくりました



あづみ野湧水 [2650] 2ℓ 221円
[2651] 箱 2ℓ×6本 1301円
北アルプス鉱水(地下水源よりポンプで取水)・非加熱

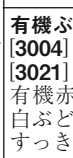


[2604] 有機番茶 200g 540円
やぶきた茶をベースに5種類のお茶をブレンド。カフェイン量少なめ

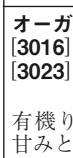
ケースでお得!



有機にんじんジュース [3010] 160g×6 1199円
[3022] 箱 160g×30 5874 ~~5994~~円
有機人参の甘味が引き立っています



有機ぶどうジュース [3004] 160g×6 1037円
[3021] 160g×30 5080 ~~5185~~円
有機赤ぶどう果汁と有機白ぶどう果汁をブレンド。すっきりとした味わい



オーガニックジンジャーエール [3016] 250ml×6 972円
[3023] 250ml×30 4763 ~~4869~~円
有機りんご果汁の爽やかな甘みと、有機しょうがの辛み

[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

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

3019	新農研リンゴジュース	1000ml	810	4p
3021	フルーツビネガー有機りんごの酢	360ml	805	

サプリメント

翌々週配送

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
大気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

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

原料：果実(りんご、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母

25p

20p

約20mlを、水・
またはお湯で希
釈してお飲み下
さい

にがり不足の現代人に 安心の一滴

[2701] 濃厚にがり液 海の調べ

2p

50ml 421円

伝統製法の塩づくりから生まれる伝統苦汁(にがり)をベースにして、調味補助や栄養補助を目的に成分バランスを整えました。



低温抽出なので

有用成分がそのまま

[2710] E-SAN (イワシ油)

24p

150粒 5184円

日本近海で水揚げされた新鮮なカタチイワシから、遠心分離機で魚油を取り出しています。天然の青魚に含まれる有用成分もそのまま残っています。この低温抽出魚油を、そのままソフトカプセルに封入しました。



▽ドリンク・エキス▽

2701	濃厚にがり液 海の調べ	50ml	421	2p
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	有機雲南田七人参 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 (イワシ油)	150粒	5184	24p
2711	ギンコロイドF	120粒	4536	
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560	
2713	有機梅醤 陽寿	250g	2052	
2714	生姜・番茶入り梅醤	250g	1620	
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	

オリーブ由来の『Pax Olie』 オリーブオイルが主成分の しっとりタイプ

とろみのあるリキッドタイプ

Pax Olie ヘアソープ

オリーブの果実、葉、枝からとれるエキスを配合。オリーブ由来の『ボックスオリー』。洗浄剤に石けんを使用した肌にやさしいヘアソープです。

髪に塗布しやすいクリーム状

Pax Olie ヘアコンディショナー

弱酸性で、すっきり洗浄した後の地肌や髪にうるおいヴェールをまわせ、髪本来の艶やかな髪へ。



Q「ナチュロン シャンプー」と「PaxOlie ヘアコンディショナー」の組み合わせでも使えますか？「ナチュロン リンス」も使った方がよいですか？

⇒A『ナチュロン』『Pax Olie』はシリーズのクロス使いが出来ます。お好きな組み合わせで使えます。「ナチュロン シャンプー」と「PaxOlie ヘアコンディショナー」を使う場合、「ナチュロン リンス」は不要です。
太陽油脂

【フレグランス・ジャーニー】

「ボックスオリー」シリーズは時間の経過によって香りの表情が変わります。この「香りの旅」を意味する「フレグランスジャーニー」が、より豊かなりラックスタイムを演出します。

メロウトワイライトの香り

トップノート肌に広げた瞬間シトラスハーブとフローラル調が溶け合い、ミドルノート洗い流すときバスルームに満ちるメロウ（芳醇）な香りに癒され、ラストノート眠りにつく前にウッディ調の深みある甘さが一日の終わりを告げます。



[3174] Pax Olie ヘアソープ詰替用 & ヘアコンディショナー詰替用セット
1セット 2,640 ~~2,750~~円
Pax Olie ヘアソープ詰替用
Pax Olie ヘアコンディショナー詰替用



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	1,421
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	578
3115	〃 詰替用	900ml	1,146

▽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	1,122
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	ボックスナチュロンクリームソープ	100g×3	594
3120	ボックスナチュロン 〃 SR	100g×3	726

▽ボディソープ▽

3121	ナチュロンボディソープ	500ml	1,320
3122	〃 詰替用	500ml	858
3123	Pax Olie ボディーソープ	450ml	1,540
3124	〃 詰替用	400ml	1,100
3125	〃 ボディーコンディショナー	450ml	1,540
3126	〃 詰替用	400ml	1,100

▽シャンプー▽

3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,320
3128	〃 詰替用	500ml	858
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,320
3130	〃 詰替用	500ml	858

9p	3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	1,815
7p	3132	〃 詰替用	400ml	1,375
SPOT	3175	〃 ダブル	上記2p	2,640 2,750

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
3133	Pax Olie ヘアコンディショナー	450ml	1,815	9p
3134	〃 詰替用	400ml	1,375	7p

SPOT 3176 〃 ダブル 上記2p 2,640 ~~2,750~~

▽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

▽ハンドソープ▽

3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	572
3139	〃 詰替用	450ml	748

▽歯みがき▽

3140	ボックスナチュロン石けんはみがき	120g	462
3141	ボックスこどもジェルはみがき	50g	330
3142	ボックスナチュロンソルティー石けんはみがき	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

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

ハーブエキスと精油が口中を浄化し、口臭を防ぎ、気分をリフレッシュします。お口がピリピリしない低刺激タイプです。合成の殺菌剤や界面活性剤を使用していません。
コップに飲用水(約20ml)を入れ、本品を5～10滴入れあと、お口に含み、20秒ほどお口をすすいでから、はきだして下さい。

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



▽マウスウォッシュ▽

3146	お口すっきりハーブ	50ml	1,078	5p
------	-----------	------	-------	----

▽その他▽

3147	酸素系漂白剤	500g	605	
3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	748	
3149	〃 詰替用	450ml	495	
3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	638	3p
3151	〃 詰替用	350ml	385	2p
3152	洗濯槽&パイプクリーナー	300g×3	1,100	
3153	ボックス重曹F	2kg	1,134	

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

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

お洗濯物を干したり、お買い物に出かけるときなど、
日常生活での紫外線対策に。

パックスナチュロン UVクリームSPF30 / PA++



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

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

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

太陽油脂

▽日焼け止め▽

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

▽自然派化粧水▽

3207	オリーマノングリーンローション	180ml	1,100
3208	オリーマノンオリーブリーフローション	180ml	1,100

▽オイル▽

3209	オリーマノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
3210	オリー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

お肌や髪保湿ケアに
ナチュロン オイル



ハイオレイックヒマワリの種から採れた植物性オイルです。人間の皮脂の主成分であるオレイン酸を80%含んでおり、肌や髪にやさしくなじみます。

●無香料

【使用方法】

タオルドライ後、1〜2滴ほど手に取り、毛先を中心になじませると、しっとりつやのある髪に仕上がります。

※クレンジングとしてご使用になる場合は、適量をメイクとなじませ、拭取り後、水またはぬるま湯で洗い流してください。

成分…ハイブリッドヒマワリ油

6p	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,210
----	------	----------	------	-------

泡スプレー式の植物性石けん

ナチュロントイレ洗い石けん

植物性油脂を主原料としたトイレ用液体石けんです。炭酸塩配合で洗浄力もアップ。

飛散りにくい泡スプレー式で、泡が汚れに密着して落とします。

逆さスプレーもOKなので便器やタンクの汚れをしっかりと洗浄できます。

レモンガラス、グレープフルーツなどの柑橘系の爽やかな香り。

合成界面活性剤や塩素系漂白剤、塩酸は不使用。

成分…純石けん分(5% 脂肪酸カリウ

ム)、アルカリ剤(炭酸塩)



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

3213	アルティメイトオリーブスクワラン	60ml	2,552	
------	------------------	------	-------	--

▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽

3214	乳清素肌ソープ	180ml	2,530	
3215	〃 徳用	310ml	4,180	
3216	乳清素肌ローション	80ml	3,630	
3217	乳清素肌シルクローション	80ml	3,850	

▽ナチュロン/太陽油脂▽

3218	フェイスクリアソープ	95g	1,100	
3219	フェイシャルローション	100ml	1,760	
3220	〃 詰替用	100ml	1,375	
3221	エモリエントクリーム	35g	1,760	

▽アンチトピー/日本オリーブ▽

3222	全身用ソープ泡(ポンプ式)	500ml	2,420	
3223	〃 詰替用	500ml	2,200	
3224	全身用エッセンス(ポンプ式)	150ml	2,200	

生活雑貨

▽入浴剤▽

3303	竹艶水	250ml	880	
------	-----	-------	-----	--

▽ペーパー類▽

3304	コアレックスグリーンセービングティッシュ	6パック	649	
3305	キッチンペーパーBOX	3パック	501	
3306	ペンギン芯なし6R(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	

汚れた油をリフレッシュ
コスロン油ろ過器専用濾過紙

コスロン交換用フィルター

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

材質：天然パルプ100%



▽油こし器▽

3506	コスロンフィルター	20個	1,320	6p
------	-----------	-----	-------	----

▽その他▽

3316	ナチュロンスポンジ(台所用)	1ヶ	220	
3317	〃 ナチュラル	1ヶ	220	
3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	528	
3319	粹水 すいすい	300ml	2,508	
3320	〃 詰替用	300ml	2,174	
3321	特選竹酢液	500ml	935	
3322	竹炭	15cm×5	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。カルキ臭さ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。



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

ベジタ
Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No.243

☆価格は税込み

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 ボディケア	翌々調配送
7531 ハンドクリーム	50ml 1,650

LOGONA

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。

オーラル

体の健康はお口から！

オーガニックのオーラルケアをはじめましょう。



ロゴナ はみがき	翌々調配送
6701 ミネラルはみがき 75ml 1,100 ミネラル洗浄 ペースト 海藻とミネラル	6704 ナチュラルホワイトはみがき 75ml 1,430 天然ミネラル、シリカで効果的にステイン除去 ホワイトニング 爽やかなミントの香り
6702 ローズマリー&セージ・はみがきジェル 75ml 1,100 敏感な歯茎に ハーブの力で爽やかな息と歯茎ケア 泡立ちのないジェルタイプ。	6705 デイリーはみがき 75ml 880 爽やかな息が続く ご家族みんなの毎日の歯磨きに オーガニックミント マイルドな泡立ち
廃盤 **** センシティブはみがき 75ml 1,430 温度刺激に敏感、歯と歯茎をケア 爽やかなミントの香り	

スキンケア

年齢を重ねたお肌のためにロゴナ「エイジプロテクションシリーズ」

ハリを与えるクリーム

お肌をみずみずしく保湿。
心地よいテクスチャーで
角質層に浸透し
潤いのヴェールでお肌を守ります。
＜ヒアルロン＞ [デイクリーム]
ヒポファンとヒアルロン酸がお
肌をみずみずしく保湿しハリを与
えるクリーム。

集中保湿

乾燥がすすみこわばったお肌を
柔らかく整える
リッチなテクスチャー
＜ピオ ハニー＞ [デイクリーム]
ヒポファンとはちみつ配合レシ
ピで集中的に保湿。

就寝中にお肌を集中ケア

濃厚なクリームが
夜の間に肌を心地よく
しなやかに整えます。
ハリのある若々しく
いきいきとしたお肌に。
[ナイトクリーム]
就寝中のお肌にハリと潤いの
集中ケア。

目元をしっかり守る濃厚テクスチャー

年齢サインがでやすく乾燥しやすい目元に、
集中的に潤いを与えます。
[アイクリーム]
クリームの前に目元に米粒大を塗布してください。

ロゴナ エイジプロテクション	翌々調配送
7501 デイクリーム＜ヒアルロン＞ 50ml 6,380	7503 ナイトクリーム リヴァイタライジング 50ml 6,600
7502 デイクリーム＜ピオ ハニー＞ 50ml 6,380	7504 アイクリーム 15ml 6,600

エイジケアシリーズと合わせて、お使いください。



ミルクタイプ

W洗顔不要

お肌のバランスを崩す事なく
シワ、毛穴の汚れもきれいに落とします
ローズの香りでリラックス。
[クレンジングミルク]

透明感とハリ感あふれる！

スプレータイプ

ダマスクローズウォーターと
ハマメリスエキスを配合し、
健やかでみずみずしいお肌に整えます。

ヘアウォーター、ボディローションとしても【フェイシャルトナー】

ロゴナ スキンケア

翌々調配送

7512 クレンジングミルク<ローズ>	125ml	3,190
7514 モイスチャライジング フェイシャルトナー ＜ローズ&ハマメリス＞	150ml	4,400

リップケア

しっかり選ぼう！自分に合うリップ



キャレンデュラ

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

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

ロゴナ リップクリーム

翌々調配送

6715 リップクリーム<キャレンデュラ>	4.5g	1,210
-----------------------	------	-------

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】

お肌をしっかりと洗い上げるので、「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*認定パーム油を使用。

*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 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。	100g	1,100
6751 グリーンソープ 全ての肌タイプ 脂性肌、くすんだお肌に モロココのクレイ、ガスルを配合。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。	100g	1,100
6752 レッドソープ 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。 ディーブクレンジング効果で肌を整えます。	100g	1,100
6753 ホワイトソープ 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。	100g	1,100
6754 ヘアソープ（石けんシャンプー） 高品質の植物油とナチュラルなエッセンシャルオイルの香 りで作られた石けん。髪を保湿し絹のような輝きを与え、 櫛どおり良く整えます。 使用方法：石鹸を手でクリーム状に泡立てて髪と地肌を洗 い、よくすすいでください。髪がきしむ場合には、酸性の リンス（酢 大さじ1：水800 ml）をお使いいただけます。 ※髪が傷むので、石鹸で髪をこすらないよう、手で泡立て てご使用ください。	45g	825

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 ネロリ<BIO> 乾燥肌 清浄作用 フレッシュ、フローラル 乾燥肌におすすめ。旅行中のリフレッシュにも。 フローラルな香りで、気持ちも明るくなります。	75ml	2,695
7521 芳香蒸留水 ローズ<BIO> 透明感 引き締め フローラル	75ml	2,695
7522 芳香蒸留水 ラベンダー<BIO> 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。	75ml	2,530

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

若松味噌醤油店

福島

若松味噌醤油店

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

750g 540円

一番まろやかで米糀のつぶ
ぶが特徴がの味噌

[5313] 特上

750g 756円

麹歩合15割の上品な麹の甘み
が際立つこうじ味噌

[****] 丹波黒大豆 休止
10月まで休止



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

[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

価格は税込み

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

翌々調配送

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 850円

[5312] 900ml 1,200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 380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す

作られて1日くらいは常温に置く。
床ができあがりましたら冷蔵庫で管理。



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

手入れ

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

お茶

翌々調配送

国産ごぼうのやさしい香り
煮出し・水出しどちらでも

[5995] 有機ごぼう茶 1.5g×30 1,296円

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

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

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

北海道産
有機ごぼう使用

ノン
カフェイン



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

興農ファーム

翌々週配送

北海道 興農ファーム 牛や豚を育てて終りではなく 自分たちの手で加工



[5831] 冷凍ポローニアソーセージ 200g 1069円 5p
袋に入ったまま5分程度ボイルしてお召し上がりいただけます。冷蔵庫でゆっくり解凍して焼いても。

柚子こしょう風味のピーマン炒め

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

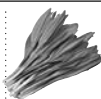
[5825] 冷凍あらびきウィンナー 150g 864円

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



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



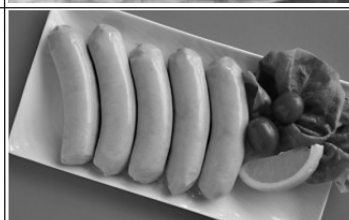
[5824] 冷凍 興農 無塩漬ベーコンブロック 250g 1,890円

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



***** 冷凍興農豚 チャーシュー
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、またその原料についても安全性が高く、安全な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

休止



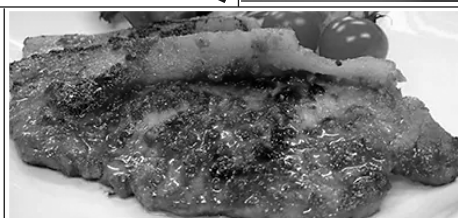
[5831] 冷凍ポローニアソーセージ 200g 1,069円 5p
海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。

冷凍ハーブソーセージ
[5832] 厚切り 120g 713円 4p
[5833] スライス120g 713円 4p
マジョラム・パセリ・オレガノを利かせました

ポローニア(丸い大型ソーセージ)



[5847] 冷凍興農牛 牛カルビ味付 320g 1,642円
興農牛バラうす切り肉を特製のタレで味付けしました。



[5848] 冷凍興農豚ロース味噌漬け 200g 1,015円
原材料：豚ロース肉、味噌、日本酒、砂糖、にんにく、しょうが、まいたけ



[5840] 冷凍興農ジャンボハンバーグ 400g 1,566円
牛60：豚40。迫力満点！冷蔵庫で解凍して、フライパンで焼いてお召し上がり下さい。

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

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

島根 魚の味がする蒲鉾

別所蒲鉾店 素材本来の味を知る事
吟味した素材のみで造る

～我が子のための無添加が出发点～

出雲大社で知られる大社町は、日本海の海の幸に恵まれ、昔から蒲鉾作りが盛んな町。別所蒲鉾店の竹並一人さんも蒲鉾屋の三代目に生まれ、21歳で家業を継ぎました。

当時の食べものは食品添加物がいっぱい。子どもが生まれた竹並さんは「娘たちに自信を持って食べさせるものを」と切望しました。原材料まで調べ上げ、徹底的に吟味した材料で一から作れるのは…自分にとって練り製品しかない。こうして別所蒲鉾店の無添加練り製品作りが始まりました。

納得のいく原料の探索、固まりにくい無リンすり身との格闘、素材の味を壊さない味付けなど、数年がかりの試行錯誤の末に、現在の無添加製造パターンを確立。「近頃は中国地方だけでなく兵庫、熊本の小中学校の給食にも使ってもらっています。揚げたボールの煮物は練り物の旨みと菜種油のコクがあるから、子どもも喜んで食べるって。うれしいねえ」。



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 1150円

卵・大根・こんにゃく・出雲野焼・ブレン天・イカつまれ・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

つなぎの為に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] ブレン天

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] 白つまれ

110g 518円

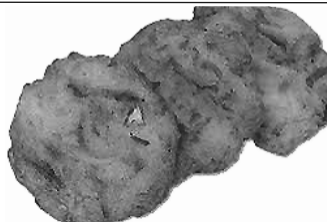
たら、鰯、グチ、飛び魚、鯛などの魚肉にスルメイカを練りこみました



[5775] ぴり辛海鮮揚げ

100g 518円

イカ、ホタテを加えています。唐辛子の辛味とイカのゴリゴリとした食感



[5771] 玉ねぎ天

110g 518円

甘みの多い玉ねぎを混ぜ込み。弾力と材料の旨さが引き立ちます



[5772] 棒ごぼう天

110g 518円

国産ごぼうを入れました。そのままおつまみとしてどうぞ



[5774] ささがきごぼう天

6枚 518円

国産ごぼうを練りこみ一口サイズに仕上げました