



ベジタ

# Vegeta

ポラン広場の宅配



商品カタログ

## No.246

手軽にあったか(ヘルシー) 温かいスープで

### 免疫力と代謝を上げましょう

体温が1℃下がると、免疫力は30数%下がり、逆に体温が1℃上がると免疫力は5倍になるそうです。特に寒い季節は、冷えの改善と免疫力アップで、疫(病気)を退けていきたいですね。AUGA(オーガ)有機野菜スープは、農業国リトアニアのオーガニック食品メーカー産。この度、一部レシピが新しくなり、ブランド名がAUGAから「activus(アクティバス)」に変わりました。有機野菜は変わらなかつぷり使用、ヴィーガン対応・グルテンフリー・添加物不使用・7大アレルギーの原材料不使用。1パックでマグカップ2杯分。温めるだけですぐに食べられるレトルトタイプです。

また、トッピングに「だいちデイズ」の蒸し豆はいかがでしょう。蒸し豆は、水煮と違い水の中で加熱せず蒸しているの、溶出しやすいビタミンやたんぱく質などの豆の栄養素が凝縮されています。柔らかく蒸してあるので、スープにそのままのせるだけ。キッチンにストックしておけば、忙しい日でも大活躍です！

AUGA×だいちデイズ

「AUGA有機野菜スープ」×「有機蒸し豆」で、手軽に温活&栄養補給しませんか？お好みのスープに、蒸し豆を入れるだけ！おすすめの組み合わせをご紹介します。AUGA OGミネストローネ×有機蒸し大豆 9種類の有機野菜が一度に摂れる旨みが詰まったスープ。有機蒸し大豆を入れてより具沢山に。AUGA OGトマトスープ×蒸し発芽黒豆 パシルやオレガノのハーブが入った爽やかトマトのスープに、蒸し発芽黒豆をのせて。



SPOT

だいちデイズの蒸し豆

今週限り

4p	[2019]	続けるだいちデイズ習慣	40g×5	864円
		原材料…有機大豆(転換期間中、北海道産、遺伝子組換えでない)、食塩、有機米酢		
2p	[2020]	有機蒸し大豆	100g	302円
	[2026]	ダブル	上記2p	575円
		原材料…有機大豆(北海道産、遺伝子組換えでない)、食塩、有機米酢		
2p	[2021]	有機蒸しひよこ豆	85g	302円
		原材料…有機ひよこ豆(アメリカ産)、食塩、有機米酢		
2p	[2022]	有機蒸しミックスビーンズ	85g	302円
		原材料…有機ひよこ豆、有機大豆(遺伝子組換えでない)、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		
2p	[2023]	蒸し発芽黒豆	70g	248円
		原材料…黒大豆(北海道産、遺伝子組換えでない)、食塩、米黒酢、米酢		
	[2025]	蒸し豆4種セット	1セット	1,098円
		内容…有機蒸し大豆、有機蒸しひよこ豆、有機蒸しミックスビーンズ、蒸し発芽黒豆各1		



AUGAのレトルトスープ

[0818]	AUGA OGトマトスープ	400g	600円	3p
[0819]	AUGA OGマッシュルームスープ	400g	600円	3p
[0820]	AUGA OGミネストローネ	400g	600円	3p
[0821]	AUGA OGコーンスープ	400g	600円	3p

配送曜日	月	火	水	木	金	注文の締め切り
注文書回収	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	注文書回収の翌日12:30迄 金曜コースの方は 月曜日の12:30迄です 一部商品、配送が左記以降となります。
商品配送	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	
翌々週配送品	11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	★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・商品番号・商品名と変更内容を録音して下さい。尚、お急ぎでないご連絡やクレームは、注文書裏面のベジタホットラインをご利用頂くか、FAXフリーダイヤルをご利用頂けますようお願いいたします。  
※お急ぎの場合は、029-869-9031 : 9:00~15:00 (月~金) (12:30~13:30、15時00分以降は留守番電話となります)

FAX 0120-298338 (24時間受付)  
E-mail mail808@vegeta.co.jp (メールからのご注文はお受けできません)  
■有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』  
http://www.vegeta.co.jp (ご注文も受け付けます)

ポラン広場の宅配 株式会社ベジタ 〒300-2647つくば市手生子585

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。

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

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

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

**セット4種**

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



**生だけでなく炒め物にもきゅうり**  
 サラダや酢の物、漬物など生で食べる人が多いですが、炒めると、また違った風味が楽しめます。



**きゅうりのラー油漬け**  
 板ずりしたきゅうりを乱切りにして、和えるだけ。たれは、ごま油と醤油をベースにお好みの量のラー油を入れてどうぞ。

**[2161] 最高級ラー油 45g 659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円 ~~1,199円~~** 野：表組に表示

玉ねぎ	700g	北海道・田中正広さん
ごぼう	300g	岩手・みちのく有機
小松菜	1束	茨城・旭農園
いんげん	100g	長崎・長崎有機農業研究会

**[0102] 果物野菜セット 1,620円 ~~1,814円~~** 果：表組に表示

里芋	500g	栃木・田島嘉存さん
ほうれん草	1束	千葉・佐原供給センター
水菜	1束	茨城・旭農園
きゅうり	2本	埼玉・ヘルシー深谷
王林	1ヶ	青森・新農業研究会
レモン	1ヶ	熊本・福島柑橘園
庄内柿	2ヶ	山形・庄内協同ファーム

**[0103] 畑コラボセット 540円**  
 はちこらほ  
 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 934円 ~~983円~~**  
 玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
野 0105	玉ねぎ	700g	410
0106	" 徳用	1.4kg	788 <del>827</del>
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 <del>778</del>
北海道・渡部信一さん/防除0			
★ 0109	人参	500g	410
0110	" 徳用	1kg	780 <del>820</del>
岩手・みちのく有機/有			
0111	さつま芋 紅東	700g	346
0112	" 徳用	1.4kg	657 <del>697</del>
茨城・常総センター/防除0			
初 0113	さつま芋 紅はるか	700g	346
0114	" 徳用	1.4kg	657 <del>697</del>
茨城・常総センター/防除0			
0115	さつま芋 シルクスイート	700g	583
0116	" 徳用	1.4kg	1108 <del>1166</del>
千葉・佐原供給センター/防除2			
果 0117	里芋	500g	346
0118	" 徳用	1kg	657 <del>697</del>
栃木・田島嘉存さん/防除0			
初 0119	長芋	250g	292
茨城・常総センター/防除0			

品番	品名	規格	価格(税込み)
野 0120	ごぼう	300g	335
初 0121	蓮根	500g	551
岩手・みちのく有機/有			
0122	長ねぎ (泥)	300g	324
0123	" ダブル	300g×2	616 <del>648</del>
茨城・常総センター/防除0			
千葉・林 昭一さん/防除4			



**しっとりとした食感 さつま芋 紅はるか**  
 鮮やかなオレンジ色で、加熱するとしっとりとした食感になります。焼き芋にすると、特性がより引き立ち、濃厚な甘さと滑らかな食感を楽しめます。



**がごめ昆布と長芋の梅肉和え**  
 めんつゆに梅肉を、千切り長芋・がごめ昆布とあえ、ねばるまで混ぜ合わせる。

**[1811] 刻みねこあしがごめ昆布 50g 632円**

**[0702] 有機梅フレーク 40g 756円**



**寝かせて美味しい 酢ごぼう**  
 ゆでたごぼうを、熱いうちに八芳酢に漬け、冷めたら冷蔵庫で保管。

**[2151] カンタン八芳酢 360ml 508円**



「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

# 具沢山で朝から野菜たっぷり けんちん汁

前日の夜に、出汁で野菜を煮ておいて、朝は味噌と豆腐などの具を入れるだけ

時短になるだけでなく、一晩かけて野菜と出汁がよくなじんで、普通に作るよりもおいしくなります



[0109] 人参  
500g 410円

[0122] 長ねぎ (泥)  
300g 324円

[2103] 酢屋茂  
あわせ味噌  
650g 756円  
米味噌6：麦味噌4の  
割合で合わせた味噌

[0120] ごぼう  
300g 335円

[0121] 蓮根  
500g 551円

## けんちん汁の マストアイテム

[0510] 嘉倉 絹豆腐  
350g 243円  
[0515] 油揚げ 2枚 238円

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



**皮に香りとうま味  
むかずにこそげ落とそう  
ごぼう**  
ゴボウの香りやうま味は皮に含まれているので、泥や汚れはたわしなどでこすって洗う程度でOK。  
水にさらすと、うま味も出てしまうのでアク抜きは不要。水にさらしすぎないようにした方が美味しく召し上がれます。においを消す効果があるので、肉や魚との相性も抜群です。

★ 0124	大根	1本	389
	群馬・清水忠雄さん/防除1		
0125	キャベツ	1/2ケ	248
0126	〃	1ケ	472 <del>497</del>
	群馬・清水明俊さん/防除4		



**大根と鶏肉の柚子胡椒煮**  
大根と鶏肉を薄味で煮込む。仕上げに柚子胡椒を加えて香りを立たせます  
[2323] 柚子こしょう  
40g 373円  
[1306] 冷凍播州百日鶏  
唐揚げ用カット 4p  
約25g×8 818円



ミックスベジタブルの  
マヨネーズ焼き  
アルミカップにミックスベジタブルを入れ、マヨネーズを上のにせ、パン粉をふりかける。オーブントースターで2～3分焼く。  
[2215] 平飼鶏の有精卵  
マヨネーズ 290g 670円

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

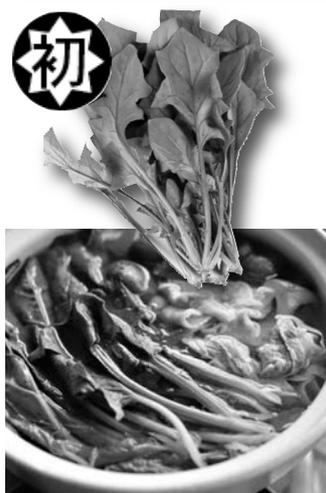
品番	品名	規格	価格(税込み)
----	----	----	---------



**酢ごぼう**  
ゆでたごぼうを、熱いうちに八芳酢に漬け、冷めたら冷蔵庫で保管。  
[2151] カンタン八芳酢  
360ml 508円

**にんじんとサラダに**  
ごぼうのささがきと、千切りにんじんをゆでる。マヨネーズ、醤油、ごまと混ぜてあえる  
[2016] 国内産すりごま 白 4p  
30g 691円

果 0127	ほうれん草	1束	324
	千葉・佐原供給センター/防除0		
★ 野 0128	小松菜	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		
果 0129	水菜	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		
0130	ベビーみずな	1p	151
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
0131	チンゲンサイ	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		



**冬に向かって  
茎や葉が大きくなり  
旨みが出てきます  
ほうれん草**  
常夜鍋  
たっぷりのほうれん草と豚しゃぶ肉が基本。きのこ類や豆腐を合わせ、ポン酢でどうぞ  
[2154] 有機ポン酢醤油 3p  
250ml 464円



**麻婆小松菜豆腐**  
小松菜がたっぷり食べられます。  
[2209] 麻婆の素 (瓶) 3p  
225g 454円

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

産地  
変更

品  
種  
変  
更

**強い甘みと  
ホクホクした食感  
かぼちゃ 九重栗**

読み方は「くじゅうくり」。  
濃い黄色の果肉と栗のよう  
な強いホクホク感、そして  
甘みが特徴です。食べにくい  
外皮もやわらかいため、  
おいしく召しあがれます。  
見た目は可愛いハート型。



★	果	0132	きゅうり	300g (3本)	421
		0133	// 徳用	500g (4~6本)	702
				埼玉・ヘルシー深谷/防除1	
★	産地 変更	0134	かぼちゃ 九重栗	1/4ヶ	248
		0135	// 徳用	1/2~1/4ヶ	477 <del>497</del>
		0136	// 徳用	1ヶ	934 <del>994</del>
				北海道・渡部農園/防除0	
		0137	ハラペーニョ	70g	259
				茨城・ハーブスマン/s/防除0	
		0138	葉つき唐辛子	10本	248
				茨城・ハーブスマン/s/防除0	
★		0139	なす	400g	313
		0140	// ダブル	上記2p	595 <del>626</del>
				栃木・糸川米子さん/有	
		0141	オクラ	1p	281
		0142	// ダブル	上記2p	534 <del>562</del>
				沖縄・真南風/防除防/除0~4	
	野	0143	いんげん	100g	248
		0144	// ダブル	100g×2	472 <del>496</del>
				長崎・長崎有機農業研究会/防除0	

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



粉ふきかぼちゃ

粉ふきいもを作るイメージ  
で粉吹きカボチャに。味付け  
は塩のみで美味

ホクホク煮物

甘味が強いので、お砂糖は控  
えめで

		0145	ベビーリーフ	50g	162
				茨城・HATAKEカンパニー/防除0	
		0146	バジル	15g	281
				茨城・ハーブスマン/s/防除0	
★	初	0147	パクチー (コリアンダー)	30g	281
				茨城・ハーブスマン/s/防除0	
		0148	にんにく	1ヶM	302
				岩手・みちのく有機/有	

初

**辛い料理にベストマッチ  
パクチー**

すっきりした味わいは、香り  
とともに辛い料理をいっそ  
う引き立てます。

抗酸化作用を持つビタミンC  
や鉄、カルシウムなどが含ま  
れています。

パクチー鍋  
[1716] 冷凍エコシュリンプ <sup>9p</sup>  
M 約200g 1760円



蒸しナスの  
柚子こしょうあえ  
サラダ油・酢・醤油・柚子  
こしょう・砂糖をあわせた  
タレでどうぞ

[2323] 柚子こしょう  
40g 373円

サンゴヤマブシ茸と  
つみれとスープ  
サンゴヤマブシ茸は石突き  
を取り小房にして、水から火  
にかける  
[1751] 冷凍まぐろつみれ  
180g (11~13ヶ入) 545円



		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 <del>389</del>
				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 <del>367</del>
				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・渋田産業/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	250g	65
		0218	// ダブル	250g×2	123 <del>133</del>
				栃木・上原園/対象外	
		0219	小大豆もやし	200g	91
		0220	// ダブル	200g×2	172 <del>184</del>
				栃木・上原園/対象外	
		0221	ベビーラディッシュ(かいわれ)	1p	65
				栃木・上原園/対象外	

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



ベーコンの程よい塩気が好相性  
**エルビスサンド**  
 ①バナナは半分に切り、さらに縦半分に切って4等分にする。フライパンにバター5gを溶かし、弱めの中火で両面に軽く焼き色が付くまで焼いて取り出す。②ベーコンを半分に切り、①のフライパンに入れて中火で熱し、カリッとするまで上下を返しながらかいて取り出す。③食パン2枚の片面にピーナツバターを塗る。片方の食パンにバナナを並べ、はちみつをかける。ベーコンをのせ、もう1枚の食パンでサンドする。④②のフライパンの油をキッチンペーパーでふきとり、残りのバター半分を入れて中火で熱する。バターが溶けてきたら③を入れて焼き色がつくまで2~3分焼く。上下を返し、残りのバターを更に入れて、同様に焼き色がつくまで2~3分焼いて取り出し、半分に切る。

0301	バナナ	700g	691
0302	ダブル	上記2p	1286 <del>1382</del>

ATJ (フィリピンネグロス) /防除0



**みかん**  
 皮がやわらかく、手でむける「温州ミカン」です。さっぱりとした甘みが特徴ですが、収穫時期によって甘みと酸味のバランスが異なります。

0313	みかん	750g	410
0314	徳用	1.5kg	796 <del>821</del>
0315	徳用	3kg	1527 <del>1642</del>

静岡・山田農園/防除0

果 0316	レモン	250g	324
0317	徳用	500g	616 <del>648</del>

熊本・福島柑橘園/有

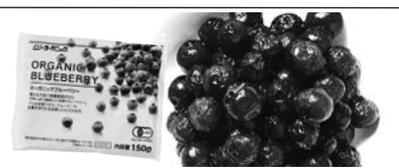
0318	柚子 改良大	250g	302
------	--------	------	-----

茨城・枝農場/防除0

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

0350	冷凍 有機ミックスベリー	200g	713
0351	冷凍 有機ブルーベリー	150g	616
0352	冷凍 有機ストロベリー	200g	518
0353	冷凍 有機ラズベリー	150g	745

**大粒で水分も高く  
みずみずしい食感**  
 冷凍有機ブルーベリー



0319	早生富有柿	500g (2~3ヶ)	410
0320	徳用	1kg	780 <del>821</del>
0321	徳用	3kg	2290 <del>2462</del>

茨城・中根果樹園/防除7

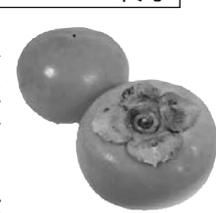
果 0322	庄内柿	500g	508
0323	徳用	1kg	964 <del>1015</del>
0324	徳用	2kg	1878 <del>2030</del>

山形・庄内協同ファーム/防除6

\*\*\*\*\* 梨 南水 終了

**早生富有柿**

富有柿と同じく甘柿で、外観や味も富有に似ています。果皮は濃い橙色で果肉は少しやわらかく、甘味も強くて果汁を多く含むジューシーな味わいです。



富有柿と異なるのは収穫時期。成熟期が富有よりの2週間ほど早く、10月中旬から11月上旬に収穫されます。



**やまぶき色の  
平核無し(ひらたねなし)柿  
柿 庄内柿**  
 平べったい角型をした庄内柿は、糖度が高く、果汁がたっぷりの実はとてもきめ細やかで柔らかいのが特長です。平核無し(ひらたねなし)の名前の通り、大きな種がありません

今週限り	0303	りんご ジョナゴールド	500g	518
	0304	徳用	1kg	985 <del>1037</del>

青森・新農業研究会/防除12

\*\*\*\*\* りんご トキ 終了

\*\*\*\*\* りんご 紅玉 終了

今週限り	0305	りんご シナノスイート	500g	432
	0306	徳用	1kg	821 <del>864</del>

長野・中平賢治さん/防除12

初	0307	りんご 王林	500g	518
	0308	徳用	1kg	759 <del>800</del>
	0309	徳用	2kg	1487 <del>1600</del>

青森・新農業研究会/防除12

初	0310	ふじ	500g	518
	0311	徳用	1kg	759 <del>800</del>
	0312	徳用	3kg	2206 <del>2400</del>

青森・新農業研究会/防除12

**そばかす顔で特有の香り**

**王林**  
 皮は黄緑色、果肉はやや硬く緻密で多汁です。強い甘さの割りに酸味が弱く、特徴のある香りがあります。緑色に斑点のついた外見が特徴。



表面にはサビ\*ができてやすく、見かけがわるいものもありますが、食味は問題ありません。  
 ※サビ:表面にできる茶色いヒビ状のようなもの。



**甘味と酸味のバランスが  
絶妙**  
**りんご ふじ**  
 甘味・酸味・歯ごたえの三拍子が揃った人気品種。蜜が入りやすく、果汁もたっぷりで。

**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。

**甘味の強さと鮮やかな赤色  
りんご シナノスイート**

甘くてシャキシャキとした食感が特徴。ジューシーさと濃厚な甘味が、人気です

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

**今週より3kg規格が登場**



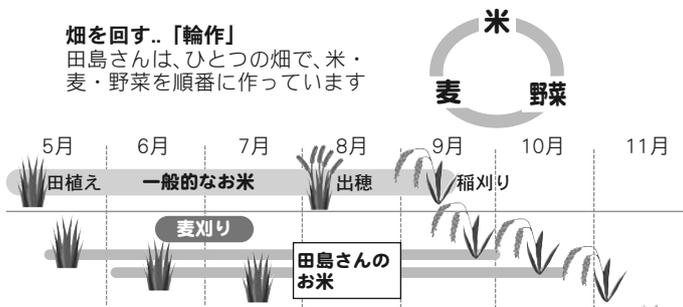
**麦が土を浄化して  
おいしいお米をつくる**  
田島さんの玄米

昔は、米の「裏作」として麦づくりをどこでも行っていましたが、今では、田島さんのところだけになってしまいました。

麦の根は、土の余分な養分を吸って土壌をバランスの良い状態に戻してくれて土が元気になります。そのため虫が出にくくなり、作物がおいしく育ってくれます

**畑を回す..「輪作」**

田島さんは、ひとつの畑で、米・麦・野菜を順番に作っています



**アジの炊き込みご飯**

昆布をしいたお米に、強火で焦げ目を付けたアジのせ、醤油・お酒・塩で味付けて炊く。焼くと臭みがおさえられ、香ばしさが出ます。

[1724] 冷凍アジ開き 2枚 810円 4p



**お米** 出荷情報 さゆり米 No.249 (12/1~) 啄木米 No.250 (12/8~)

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	5184 <del>5400</del> 有
	0402 " 3kg	3110 <del>3240</del> 有
	0403 田島さんの白米 5kg	5184 <del>5400</del> 有
	0404 " 3kg	3110 <del>3240</del> 有
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
新米	大熊農場(にじのきらめき)▽	茨城・大熊農場
	0407 大熊さんの玄米 5kg	4784 防除1
新米	庄内協同ファーム(コシヒカリorひとめぼれ)▽	山形・庄内協同ファーム
	0408 庄内協同ファームの玄米 3kg	2700 防除1
	▽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▽	
新米	0410 有機古代米(白山紫黒) 300g	950
	0411 色々米 1kg	1922
	0412 有機啄木粉発芽玄米1kg	1696
	0413 胚芽押し麦 1kg	594

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

**レトルトおかゆ・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 <del>432</del>
0422 有機十割かゆ(しろかゆ) 200g		216
0423 " 徳用 200g×5	1026	<del>1080</del>
0424 有機玄米粥 200g		216
0425 " 徳用 200g×5	1026	<del>1080</del>
0426 有機玄米ごはん & 有機玄米小豆ごはんセット	160g×各1	534 <del>562</del>
0427 有機玄米小豆ごはん 160g		302
0428 " 徳用 160g×4	1149	<del>1210</del>
0429 有機玄米ごはん 160g		259
0430 " 徳用 160g×4	985	<del>1037</del>
0431 有機玄米小豆粥 & 有機玄米クリームセット	200g×各1	492 <del>518</del>
0432 有機玄米小豆粥 200g		248
0433 " 徳用 200g×5	1180	<del>1240</del>
0434 有機玄米クリーム 200g		270
0435 " 徳用 200g×4	1026	<del>1080</del>
▽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	<del>1856</del>
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	<del>1944</del>

**めか**

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**

**深みがあるのに  
シンプルで飽きがこない味**

味付けうずらの玉子 3p  
[0506] 10ヶ 448円



SPOFF [0555] 上記2p 852 ~~896~~円

非遺伝子組換え飼料で育てたうずらの卵を、醤油、砂糖、天日塩、鰹だしを独自の配合で合わせた自家製のタレで時間をかけてていねいに煮込みました。

カナッペに 3p  
[1058] バタール 230g 486円

0501 平飼有精卵 10ヶ	610
0502 " ダブル 上記2p	1159 <del>1220</del>
0503 平飼有精卵 6ヶ	400
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 <del>778</del>
0506 味付けうずらの玉子 10ヶ	448 <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">3p</span>

**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)



鶏肉とがんもどきの煮物  
鶏肉の旨味がじっくりと  
煮汁に溶け出し、その風  
味をがんもどきがまるごと  
吸い込んで美味。  
[1301] 冷凍播州百日鶏  
もも 200g 821円

4p

一口サイズ

[0522] 小がんもどき 35g×3 265円

野菜と一緒に煮物。一口サイズでころんとかわいい

大判で食べ応えがある

[0521] がんもどき 130g 265円

トースターで焼いて、生姜醤油で。大判なので、ポリューミイ



▽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
0518 小揚げ	35g×6	259
0519 厚揚げ	200g	259
0520 絹厚揚げ	250g	270

2p [0521] がんもどき 130g 265

2p [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	300g	248
0524 国産有機固木綿豆腐	300g	275
0525 国産有機ミニ木綿豆腐	150g	189
0526 国産有機絹豆腐	300g	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▽

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
2p 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

あと一品の小鉢料理

お豆腐屋さんのお惣菜

[0539] 味付桜えび入京がんも 10ヶ 367円

一口サイズ。袋のまま熱湯につけ約5分で出来あがり。冷たいままでもおいしく召しあがれます



品番 品名 規格 価格(税込み)ポイント

納豆



実花 茨城産小粒 [0550] 45g×2 214円

1p

SPOT [0557] ッダブル 上記2ヶ 411 428円

茨城県産納豆小粒大豆100%。豆本来のしっかりとした味わい。

▽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
0547 産直納豆 ひきわりカップ2	30g×2	248

隔週 0548 黒大豆テンペ 100g 545

▽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

1p

漬け物

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、じっくり氷温熟成させました

[0601] たくあん漬 カット1本 486円

3p

ポテトサラダ

刻んだたくあんを入れると、食感が面白い。きゅうりの代わりに小松菜を入れて和風にしても

[0107] ジャガ芋 男爵 700g 389円



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

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 4p

0607 ゆず大根 150g 394

0608 白菜漬 250g 378

0609 浅漬け紅かぶら漬 150g 394 2p

0610 柚子白菜漬 250g 378

0611 刻みすぐき 120g 394 2p

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

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

福明製・成清海苔店  
自家産秋芽一番摘みの  
有明産焼き海苔を味付け  
上質な海苔ふりかけ  
シンプルな海苔ふりかけ!



**[0826] 味のリふりかけダブル**  
SPOT 50g×2p 1,226 ~~1,264~~円

原材料…乾海苔(有明海産)、ごま、大豆、砂糖、発酵調味料、食塩、醤油、こんぶ、ムロアジ、かつおぶし、とうがらし

小豆島産のり、小豆島産醤油、  
小豆島の工場で炊き上げた  
のり佃煮です。



**[0827] 鳥っ生のり佃煮ダブル**  
SPOT 90g×2 838 ~~864~~円

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

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



**[0828] 江戸前生のりダブル**  
SPOT 80g×2 869 ~~896~~円

原材料…生黒のり(千葉県木更津産)、本醸造醤油(国内産)、麦芽水飴(甘藷)、洗双糖、味の母、かつおだし(国内産)

愛媛県産の極上ちりめん  
農薬不使用の山椒の実を加えて  
調味料でじっくり煮  
上げました。



**[0829] ちりめん山椒佃煮ダブル**  
SPOT 40g×2 1,215 ~~1,268~~円

原材料…ちりめん(愛媛産)、醤油、洗双糖、麦芽水飴、山椒の実(山口産)、味の母、塩

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。



**[0830] 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

昔ながらのお総菜  
お弁当にもおすすめの  
食が進む箸休めセット



**[0831] うずら豆ダブル**  
SPOT 100g×2 681 ~~702~~円

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



**[0832] 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中た南  
ごめ華げざ  
箸飯ン風のわ  
休のメこり  
めおトンの  
とかツまご良  
とずビにまい  
やシア油国  
グレを産  
ン加の  
ジス、  
ラ



**[0833] 国産味付メンマダブル**  
SPOT 90g×2 1,110 ~~1,146~~円

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

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



**[0834] 冷蔵五目寿司の素**  
(2合用) ダブル  
SPOT 200g×2 1130 ~~1,177~~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飯の素セット



**[0835] 国産きのこご飯の素**  
ダブル  
SPOT 170g×2 1,006 ~~1,037~~円

熱1自凍出わ  
湯袋然結雲か  
を分の乾地か  
注風燥方と  
いお味味特  
で碗噌産の  
くだにの  
さい入れ出  
、で、雲  
、わ使用  
かめと



**[0836] 赤だし味噌汁ダブル**  
SPOT 9g×6×2 743 ~~787~~円

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

消泡剤は使用せず、国産大豆に  
天然にがりを加えた豆腐に、  
鶏肉の旨味を加えました。



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

※電子レンジで1個あたり3分程、加熱して下さい。

豆腐にひじき 胡麻にごぼう  
食物繊維とカルシウムたっぷり



**[0838] 冷蔵ごぼうとひじきの豆腐団子ダブル**  
SPOT 18g×8×2 954 ~~994~~円

原材料…鶏肉、豆腐、玉ねぎ、豚脂、人参、ごぼう、パン粉、長ねぎ、鶏卵、濃粉、ごま、醤油、菜種油、清酒、ひじき、青海苔、しょうが、食塩、胡椒  
※電子レンジで温めてください。

仕バコ平辛一第  
上ンコ飼口カ3  
げチナいのレ世  
まのツ鶏チ1界  
しあツにキのシ  
たるミ玉ン壺  
スルねカーツ  
パクぎレがブ  
イスと1ペ  
イス



**[0839] チキンカレー辛口ダブル**  
SPOT 180g×2p 1070 ~~1,123~~円

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

辛優メふ一第  
おいしイつか3  
スのいんくレ界  
が辛にら1界  
メ苦さしたのシ  
!手のたた壺  
なカひッ  
方レよがブ  
にも1こべ  
です豆  
をス



**[0840] ひよこ豆カレー辛さ控えめダブル**  
SPOT 180g×2p 1090 ~~1,123~~円

原材料…ココナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料

口当爽ハジ  
味ワりたヤル  
いりかブ  
でミもトが  
す!ま入レ  
なるトっガ  
やのた  
かスの  
で



**[0841] AUGA OG トマトスープ**  
ダブル 400g×2 1164 ~~1,209~~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)

ココ マ旨  
仕マクコボ贅ツ味  
上イをナタ沢シの  
げル出ッにユあ  
まどしツジ使ル  
しに、ミュッ  
ルスたム  
クイー  
でプ。



**[0842] AUGA OG マッシュルームスープ**  
ダブル 400g×2 1164 ~~1,209~~円

原材料…有機マッシュルーム、有機ココナッツミルク、有機米、食塩、有機オニオンパウダー、有機香辛料(ガーリックパウダー、パセリ、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

濃ス旨9  
厚引バ味一種  
なきイの度類  
味立ス語にの  
わつたま撰有  
い香つれ機  
りたる野  
がス菜  
が



**[0843] AUGA OG ミネストローネ**  
ダブル 400g×2 1164 ~~1,209~~円

原材料…有機野菜(人参、キャベツ、ポテト、いんげん、えんどう豆、パプリカ、玉ねぎ、西洋ネギ)、有機トマトペースト、有機菜種油、食塩、有機砂糖、有機米粉、有機香辛料(ガーリックパウダー、バジル、マジョラム、オレガノ、黒コショウ)

粒ク甘大  
のりイのから  
食感ムあるこ  
も残るコ  
りましに  
食べ応えも十分



**[0844] AUGA OG コーンスープ**  
ダブル 400g×2 1164 ~~1,209~~円

原材料…有機とうもろこし、有機ココナッツクリーム、有機コンパウダー、食塩、有機西洋ネギ、有機オニオンパウダー、有機黒コショウ

北海道・興農ファームの手作り生ハンバーグ  
ボリューム感のある大きさで、  
ディナーハンバーグに最適です。



**[5846] 冷蔵興農生ハンバーグ**  
ダブル 100g×2×2 1,718 ~~1,772~~円

原材料…興農牛ミンチ・興農豚ミンチ・玉ねぎ・卵・パン粉・食塩・こしょう  
※冷蔵庫で解凍後、加熱して下さい。

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

## お総菜

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽ふりかけ類▽				
	0701	しその粉ふりかけ(ゆかり)	40g	324
	0702	有機梅フレーク	40g	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
	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▽				
2p	0710	島っこ生のり佃煮	90g	432
3p	0711	江戸前生のり	80g	448
隔週	0712	細切り昆布佃煮	100g	405
3p 隔週	0713	ちりめん山椒佃煮	40g	626
2p	0714	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
隔週	0715	生あみ	60g	437
2p 隔週	0716	うずら豆	100g	351
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
隔週	0720	竹の子土佐煮	60g	340
▽炊き込み・混ぜご飯の素▽				
3p	0721	練 五目寿司の素(2合用)	200g	589
3p 隔週	0722	国産きのこご飯の素	170g	518
	0723	練 中華丼の具	180g×2	616
	0724	練 鮎のづけ丼	150g	697
隔週	0725	まいたけご飯の素	170g	540
▽スープ▽				
	0801	【冷凍】わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	【冷凍】赤だし味噌汁	9g×6	383
▽中華惣菜・他▽				
	0803	徳用北京餃子	270g	599
	0804	練 点心えびしゅうまい	27g×7	535
▽揚げ物・他▽				
	0805	冷凍 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
3p	0807	冷凍 ごぼうとひじきの豆腐団子	18g×8	497

### 土佐佐賀産直組合 翌々週配送品 (11/17~11/21)



[5617] 練 メヒカリ唐揚げ 3p  
110g 626円

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



[5621] 練 さば南蛮漬 3p  
140g 626円

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

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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽レトルトカレー類▽				
	0808	タイ・グリーンカレー	170g	540
	0809	タイ・レッドカレー	170g	540
	0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540
	0811	タイ・マッサマンカレー	170g	540
	0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432
	0813	【ベジタ】ベジタリアンのための野菜カレー	200g	464
	0814	【ベジタ】ベジタリアンのための豆カレー	200g	464
	0815	【ベジタ】ベジタリアンのための根菜カレー	200g	464
協賛	0816	チキンカレー辛口	180g	545 <del>567</del>
	0817	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	561 3p
	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 3p
	0821	AUGA・OGコンソースープ	400g	600 3p
	0822	有機玄米ポタージュ・かぼちゃ	135g	356
	0823	有機玄米ポタージュ・にんじん	135g	356
	0824	有機玄米ポタージュ・ごぼう	135g	356
	0825	有機玄米ポタージュ・さつま芋	135g	356
▽土佐佐賀産直組合▽				
翌々週	5611	冷凍 あじフライ(フィーレ)	100g	567 3p
翌々週	5613	冷凍 白身魚のケチャップ煮	140g	626 3p
翌々週	5614	冷凍 白身魚のバジルマヨネーズ焼き	120g	680 4p
翌々週	5615	冷凍 メヒカリ南蛮漬	130g	567 3p
翌々週	5616	冷凍 プリ甘酢あんかけ	140g	626 3p
翌々週	5617	冷凍 メヒカリ唐揚げ	110g	626 3p
翌々週	5618	冷凍 フライパンで簡単・さばの竜田揚げ	150g	626 3p
翌々週	5619	冷凍 白身魚のペッパーマヨネーズ焼き	120g	756 4p
翌々週	5620	冷凍 白身魚の梅しそチーズ焼き	120g	756 4p
翌々週	5621	冷凍 さば南蛮漬	140g	626 3p
翌々週	5622	冷凍 白身魚の梅しそチーズ+さば南蛮漬	120g+140g	1341 <del>1382</del>
▽興農デリカ▽				
翌々週	5841	練 興農ミニハンバーグ	35g×5	929
翌々週	5842	練 興農生ハンバーグ	100g×2	886 5p
翌々週	5843	練 興農ビーフコロツケ	160g(2ヶ)	605
翌々週	5844	練 興農メンチカツ	200g(2ヶ)	913

### 土佐佐賀産直組合 翌々週配送品 (11/17~11/21)



[5618] 冷凍 フライパンで簡単・さばの竜田揚げ 3p  
150g 626円

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



[5620] 冷凍 白身魚の梅しそチーズ焼き 4p  
120g 756円

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

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

**スッカリサラサラとした味わいの中に  
自然な甘さがあります  
東毛酪農の低温殺菌牛乳**

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。  
パステライズド63°C30分加熱殺菌。  
ノンホモジナイズド牛乳です。



**牛乳の殺菌方法による  
タンパク質の働きの違い**

現在市場に出回っている牛乳の95%以上に採用されている「超高温瞬間殺菌(120°C~130°Cで2~3秒間)」は大量生産に向いている殺菌方法なのですが、高い熱を加えることによって有害菌はもとより有用菌まで死滅させてしまいます。更にカルシウムやたんぱく質は高温によって熱変性を起こすため、今まで牛乳のコクと誤解されていた後口の悪いネバ付が発生してしまいます。また、超高温殺菌することにより、生乳の風味が損なわれてしまいます。牛乳がくさいといわれるのは、本来牛乳がくさいわけではなく、超高温殺菌によりたんぱく質等が焦げ、その臭いがするからなのです。 東毛酪農業協同組合

**乳製品**

▽牛乳・乳飲料▽				
	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C	1000ml	464
2p	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C	500ml	281
	SPC	0950	ダブル 上記2p	539 <del>562</del>
1p	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63°C (ピン)	200ml	205
	SPC	0951	ダブル 上記2p	398 <del>419</del>
	0904	パステライズドコーヒー (ピン)	200ml	205

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

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

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

原材料…生乳100%



▽ヨーグルト▽				
2p	0905	東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト	400ml	335
	SPC	0952	ダブル 上記2p	650 <del>679</del>
	0906	ドリンクヨーグルト	200g	216
▽バター・他▽				
	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 カマンベールチーズ**  
北海道十勝産の生乳から生まれる、上品でまろやかなミルクの風味と、生クリームのように繊細な舌ざわりのカマンベールチーズ。食べごろを見計らって熟成を止め、密封包装でお届けします。

▽よつ葉チーズ▽				
	0911	チェダーチーズ	100g	432
	0912	シュレットチーズ	250g	783
	0913	ゴーダチーズ	100g	448
3p	0914	カマンベールチーズ	90g	578

豆乳グルト 翌々調配送品 (11/17~11/21)				
	5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	346
	5316	ダブル 上記2p		670 <del>691</del>

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

**ジャム・蜂蜜類**

0915	国産いちごのジャム	200g	702	
0916	ブルーベリージャム	140g	756	
0917	リックさんのメープルシロップ	330g	1,598	
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	

**無糖・無添加・農薬不使用栽培**

**千葉 三里塚物産 ピーナッツペースト**

契約農家で大事に栽培された落花生を使用しています。もちろん、農薬不使用栽培です。

添加物を一切使用していないのに、ほんのりと甘く濃厚です。パンに塗

るのはもちろん、お菓子作りや煮物の隠し味に、肉料理にと、万能調味料です!

数量限定生産品です。

原材料…落花生(千葉産)



三里塚物産 月1		翌々調配送品 (11/17~11/21)		
5419	ピーナッツペースト	150g	1,053	5p



焼きりんごにドライフルーツやナッツをたっぷり詰め込んで。

焼きあがったものを冷やしてもおいしいです。ノヴァのレシピ

**ドライフルーツ入り焼きりんご**

材料…ドライフルーツ(レーズン・クランベリーなど)適量、ナッツ(くるみ・アーモンドなど)適量、バター小さじ2、はちみつ小さじ1、シナモンパウダー適量

**作り方**…①りんごは洗って芯をくり抜く。底が抜けやすいように注意する。ナッツは炒って刻んでおく。ドライフルーツも刻んでおく。②ドライフルーツ・ナッツ・バター・はちみつ・シナモンを混ぜたものをりんごの芯に詰め、180°Cのオーブンで30~40分焼く。

**ノヴァ ドライクランベリー**

濃い赤色と甘酸っぱい風味の有機ドライクランベリー。本来の酸味を引き立たせるため、有機砂糖でわずかに甘みを加えています。

原材料…有機ドライクランベリー(米国)、有機砂糖、有機サンフラワーオイル



**ノヴァ ドライブルーベリー**

酸味と甘味のバランスが良い、野生種の小粒なブルーベリー。有機砂糖、有機ひまわり油使用。

原材料…有機ドライブルーベリー(カナダ)、有機砂糖、有機サンフラワーオイル



**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。

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	ブルーベリー(種あり)	150g	842	
0922	干しいちじく	150g	972	
0923	干しあんず	100g	778	4p
0924	ドライクランベリー	70g	605	3p
0925	ドライブルーベリー	60g	1,026	5p
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	

## 天然酵母パン ザクセン

 <p>パン生地を丁寧に仕上げた材料を加えず、生地に油を含まないシンプルなドックパンです。</p> <p><b>[1061] プチパン</b> 5ヶ <b>518円</b> 3p 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	 <p>卵・牛乳・油脂を含まないシンプルなドックパンです。</p> <p><b>[1083] ドックパン</b> 4ヶ <b>632円</b> 3p 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	 <p>油ト油脂はピガ使用してつくいたレマプーセチズンパンを</p> <p><b>[1063] プチレーズン</b> 5ヶ <b>621円</b> 3p 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</p>	<p>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</p>  <p><b>[1082] メロンパン</b> 1ヶ <b>329円</b> 2p 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</p>
 <p>何よ本層つ格に葉派もの。折り込みバターを</p> <p><b>[1059] クロワッサン</b> 2ヶ <b>562円</b> 3p 原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩</p>	<p>よもぎの独特な香り 国産よもぎ使用</p>  <p><b>[1065] よもぎパン</b> 5ヶ <b>621円</b> 3p 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、よもぎ粉末（国産）</p>	<p>よもぎパンの中に つぶあんを入れました。</p>  <p><b>[1080] よもぎあんぱん</b> 2ヶ <b>513円</b> 3p 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</p>	<p>レーズンとくるみ入り 有機認証のオーガニックパン</p>  <p><b>[1084] 有機全粒粉パン</b> 1ヶ <b>788円</b> 4p 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</p>
 <p>柔軟から砂糖での使用は最小限</p> <p><b>[1057] バケット</b> 400g <b>491円</b> 3p 原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩、洗双糖</p>	<p>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</p>  <p><b>[1058] バタール</b> 230g <b>486円</b> 3p 原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩</p>	<p>全粒粉とライ麦入り 自家製ライサワーが、具材の味を引き立てます</p>  <p><b>[1079] サンドイッチブレッド</b> 4枚 <b>335円</b> 2p 原材料…小麦粉（国産）、小麦全粒粉、有機ライ麦粉、天然酵母、洗双糖、天塩、有機ひまわりの種、ライサワー</p>	 <p>北海道産小麦使用</p> <p><b>[1051] 食パン</b> 1斤 <b>486円</b> 3p <b>[1052] #6枚切り6枚</b> <b>486円</b> 3p 原材料…小麦粉（北海道産）、洗双糖、ホシノ酵母、天塩</p>

ポイント 品番 品名 規格 会員価格(税込み)

**パン** 規格は生地の重量表記です 型油…なたねサラダ油を使用  
(略号…糖:粗精糖 マ:マーガリン 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
------	------------------	------	-----

**ザクセンの白パン**  
ふんわり食感  
ザクセン  
ホワイトロール  
人気の白パンを国産小麦粉、ホシノ天然酵母、国産の米粉で作りました。手のひらサイズの大きなパンです。軽くトーストすると、より一層美味しくお召し上がりいただけます。



**[1074] ホワイトロール** 2ヶ **497円** 3p  
原材料…小麦粉（国産）、粗糖、菜種油、天然酵母、米粉、食塩

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



ごはんがすすむ大豆たっぷりの麻婆丼！  
だいずデイズレシピ。

### 麻婆don

作り方…①フライパンにごま油を熱し、にんにく、豚ひき肉を炒める。色が変わったら(長ねぎ、生姜のみじん切り、豆板醤、甜麺醤、醤油)を加えて炒める。②全体に絡まったら水と顆粒鶏ガラを加える。③2cm角に切った豆腐を加え、水溶き片栗粉を回し入れ、全体を優しくかきまぜてトロミをつける。④最後に有機蒸し大豆と青ねぎ(小口切り)を加える。⑤器にご飯を盛り④をのせる。

SPC

2p	[2020] 有機蒸し大豆	100g	302円
3p	[2209] 麻婆の素(瓶)	225g	454円



### 健康豚 挽肉

ウデ・モモ肉(主にすね)のミンチです。

## 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・甘みのある脂を合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0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。					
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
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
3p	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	バラバラ小間切れ	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	バラバラ挽肉	200g	748

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



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

### 常夜鍋

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



1p	[1905] 国産はるさめ	50g	157円
3p	[2154] 有機ポン酢醤油	250ml	464円

### 興農豚ロースしゃぶしゃぶ用

キメが細かく、肉質も柔らかいロースのしゃぶしゃぶ肉です。ふちの脂身の部分に旨みが凝縮しています。



大きなブロック肉のままだから豚肉のコク、旨味がたっぷり！じっくり煮込んで旨みを引き出すとろけるような豚肉と大根に感謝！

### 豚ばら大根

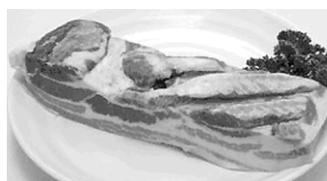
作り方…①豚バラブロックは、そのまま鍋に入れ、熱湯を加えて下ゆで、一口大に切る。②鍋に輪切りした大根と肉を入れ、ひたひたの水を加えて火にかけ、煮立ったら、火を弱めてアクを取る。③お好みの味付けで、落としふたをして、弱火で1時間くらい煮る。お好みで和からしを添えてどうぞ。

【味つけの分量目安】

醤油大さじ3、みりん大さじ3、砂糖大さじ3、水カップ(だし汁)2カップ

### 冷凍 興農豚バラブロック

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



### 翌々配送品

### ▽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

## 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)
------	----	----	----	---------

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



グルテンフリーで作れる日本風カレー。  
スパイスの豊かな香りが広がります。  
第3世界ショップレシピ。

### カレーの壺で日本のカレー

作り方…①玉ねぎは薄切り、にんにくと生姜はみじん切り、トマトはざく切り、にんじんとじゃが芋は皮をむきひと口大に切る。鶏もも肉は一口大に切り、塩・こしょうで下味を付ける。②鍋に油を入れ、にんにく、生姜を香りが出るまで炒めたら、玉ねぎを入れ色づくまで炒める。③鶏肉を炒め、カレーの壺大さじ1~2を加えて加えてスパイスの良い香りがしてくるまで炒める。④米粉大さじ2を入れて、全体になじませる。⑤水250ml、トマト、にんじん、じゃが芋を入れて、柔らかくなるまで煮込む。⑥塩を入れて、味を調える。

[2308] カレーの壺マイルド	220g/約18皿分	680	762	円
[0107] じゃが芋/男爵	700g	389	円	

### 冷凍 播州百日鶏 唐揚げ用カット

むね肉・もも肉を食べやすい大きさ(約25g)にカットしました。



### 冷凍 播州百日鶏 もも

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



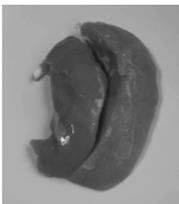
### 簡単ヘルシー！ もやしとささみの常備菜 鶏ささみともやしの辛味和え

作り方…①ささみ2本は塩・酒で下味をつける。②鍋に湯を沸かしてささみを入れて3分間程茹で、ふたをして10分間ほどおいておきます。③ささみを細く裂く。④もやし150gは根を取ってゆでる。きゅうり1本は千切りにする。⑤ささみと④を(にんにく(みじん切り)1/4個、醤油大さじ2、砂糖大さじ1/2、豆板醤小さじ1/2、すりごま小さじ1/2、酢大さじ1、ごま油大さじ1と1/2)で和える。

[0217] 健康緑豆もやし	250g	65	円
[0132] きゅうり	300g(3本)	421	円
4p [2016] 国内産すりごま白	30g	691	円
5p [2159] 玉絞め一番搾りごま油	180g	1,031	円

### 冷凍 播州百日鶏 ささみ

ささみは脂肪分が少なく低カロリー、高たんぱくのヘルシーな素材です。茹でたり蒸してサラダや和え物に。



## 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

【休薬期間】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。

4p	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
	1302	冷凍 播州百日鶏 むね	200g	788
5p	1303	冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
	1304	冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
	1305	冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	786
4p	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

### 放牧豚 ポークウィンナー

とてもジューシーでプリプリとした食感が自慢のウィンナーです。

湯煎調理：冷蔵庫での自然解凍、又は流水解凍後、鍋に湯を沸かし約5分程度湯煎してお召上がりください。

加熱調理：冷蔵庫での自然解凍、又は流水解凍後、フライパンなどで加熱してお召上がりください。

原材料…豚肉(北海道産)、豚脂肪(北海道産)、食塩、砂糖(和三盆糖)、香辛料



## 加工肉

### ▽ファーマーズファクトリー▽

北海道「放牧豚」を使用。

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

1401	冷凍 放牧豚 ポークウィンナー	100g	497	3p
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	



### 美味しくヘルシー、野菜と一緒にどうぞ 焼き肉

作り方…ねぎ塩だれ①ネギは、青い部分のみじん切りにし、塩、コショウし、しんなりするまで置く。牛肉は塩、コショウし、ネギのみじん切りを乗せて、5~10分くらい置く。

②焼き網か、ホットプレートに、ごま油を塗って焼き、レモン汁で頂く。  
たれ焼き…焼き肉のたれに、にんにくをすり下ろし、すりごまとあわせて、牛肉にもみこんでから焼く。

4p [2208] 焼き肉のたれ 350g 680円

### 冷凍 興農牛 ロース焼肉用

味わいのあるロース肉の特に美味しい部分を焼肉用に手切りしました。(約3mm厚) 食べやすい大きさにカット。焼肉・炒めものにどうぞ。



### 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 ロース焼肉用	200g	1,642	8p
5806	〃 徳用	200g×2	3,208	15p
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 小竹輪**  
 北海道産スケトウダラの無リン・全糖すり身を練り上げ、国産調味料で味を調えた小竹輪です。  
 原材料…すけそうたらすり身（北海道北東沖）、馬鈴薯澱粉、再製塩、醗酵調味料、洗双糖、鰹だし

**高橋徳治商店 冷凍 おとうふ揚げ（五目）**  
 スケトウダラのすり身に豆腐を混ぜ、5種の国産野菜を練り込んで揚げました。無リンすり身を使用。解凍してそのままはもちろん、煮物にも。  
 原材料…魚肉（タラ）、豆腐（大豆）、米油、人参（国産）、たけのこ（国産）、馬鈴薯でん粉、ごぼう（国産）、椎茸（国産）、枝豆（国産）、砂糖、カツオブシエキス、発酵調味料



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



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



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



ポイント	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				
	1501	白かまぼこ (うろこちゃん)	150g	686
3p	1502	小竹輪	30g×5	540
	1503	ダブル	上記2p	1,037 <del>1,089</del>
	1504	鰯ハンペン	5枚	632
3p	1505	小判揚げ	5枚/150g	518
	1506	桜えび入り揚	3枚/150g	810
	1507	たこボール	8ヶ	502
	1508	ねぎちぎり揚げ	100g	540
	1509	青のり小判	3枚	437
3p	1510	ごぼう巻き	5本	540
	1511	まぐろもろこし	100g	551

	1522	おでん種セット 卵	6種11品	1,021	
▽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	
	1516	練 おとうふ揚げ（五目）	165g5ヶ	454	3p
在庫限り	1517	練 笹かまぼこ	115g (23g×5)	336 <del>481</del>	
	1518	練 いわしだんご	150g	508	
	1520	練 ぼたんちくわ	150g	529	
	1519	練 おでん種セット(7種13品) 卵	378g	1,172	6p

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み  
一口サイズのカレーコロッケ

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

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

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

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み  
きんぴらごぼうを具にしました。

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

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

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

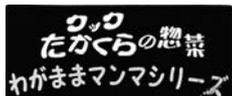
**まきばの「雪室コロッケ」**

魚沼の雪を敷き詰めた天然の冷蔵庫「雪室（ゆきむろ）」でじゃがいもを保存することで、通常3%ほどの糖度が10%近くに上昇し、甘くて滑らかな食感になります。

▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽				
3p	1561	冷凍 カレー	15g×10	504
3p	1562	冷凍 ビーフ	15g×10	513
3p	1563	冷凍 きんぴら	15g×10	481
3p	1564	冷凍 野菜	15g×10	481
▽雪室熟成じゃがいもコロッケ				
	1565	冷凍 ビーフ	60g×4	751

	1566	冷凍 ポーク	70g×4	680
▽ととん惣菜				
	1567	冷凍 レンジでざく切りキャベツメンチ	70g×4	677
	1568	冷凍 レンジで里いもレンコンコロッケ	21g×8	600
	1569	冷凍 餃子	25g×10	603

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



東京都東久留米 クックたかから  
 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	1533	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	626
	1534	"	ダブル	上記2p	1,202 <del>1,253</del>
3p	1527	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	621
	1528	"	ダブル	上記2p	1,192 <del>1,242</del>
3p	1529	冷凍	すきやき風コロッケ	150g	637
	1530	"	ダブル	上記2p	1,223 <del>1,274</del>
4p	1537	冷凍	中華丼の素	230g	794
	1538	"	ダブル	上記2p	1,524 <del>1,588</del>
4p	1539	冷凍	中華おこわ	200g	707
	1540	"	ダブル	上記2p	1,358 <del>1,414</del>
4p	1541	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	713
	1542	"	ダブル	上記2p	1,369 <del>1,426</del>

▽グッドミー (大豆ミート) Good to me 私にとって良いもの  
 お肉を使わない植物蛋白加工食品のお惣菜シリーズです。  
 クックたかからは、大豆たんぱくにつまわる代替肉 (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	1557	冷凍	グッドミーのれんこんハンバーグ	4ヶ入り	713
4p	1558	冷凍	グッドミーのミートボール	10個入り	680

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	616円
[1526]	" ダブル	上記2p	1,182 <del>1,231円</del>

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

ササミにチーズとシソを  
 挟み込んだフライとシソを  
 お弁当にもピッタリの大きさ

4p

[1531]	冷凍 ササミのチーズフライ	170g	826円
[1532]	" ダブル	上記2p	1,586 <del>1,652円</del>

原材料…鶏ササミ、チーズ (乳)、パン粉、小麦粉、卵、青じそ、塩、胡椒

お鍋、スープ、焼き餃子に、  
 様々な用途に使える  
 一口サイズの餃子です

6p

[1543]	冷凍 バクバク餃子	30個	1,296円
[1544]	" ダブル	上記2p	2,488 <del>2,592円</del>

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

クックたかからの手作りおはぎ  
 もち米、米、小豆は  
 有機栽培または農薬  
 不使用

4p

[1535]	冷凍 おはぎ	3個	659円
[1536]	" ダブル	上記2p	1,265 <del>1,318円</del>

原材料…もち米、米、小豆、洗双糖、塩

クリームで後味さっぱりな  
 豆乳ホワイトソース  
 マカロニとの相性は抜群

4p

[1555]	冷凍 有機豆乳使用マカロニグラタン	180g	751円
--------	-------------------	------	------

原材料…豆乳 (国産、有機大豆)、小麦粉、マカロニ、大豆ミート、玉ねぎ、トマト缶、自家製だし、白味噌、発酵調味料、醤油、ケチャップ、ウスターソース、サラダ油、塩、胡椒、にんにく

植物素材の美味しいお惣菜  
 大豆ミートの酢豚風おかず

3p

[1556]	冷凍 グッドミーのベジタブル酢豚	200g	610円
--------	------------------	------	------

原材料…粒上大豆たんぱく、人参、玉ねぎ、ピーマン、醤油、米酢、洗双糖、ケチャップ、澱粉、なたね油

国産小麦使用のモチモチ食感の皮  
 具材は良質の国内産豚肉、  
 キャベツとタケノコでアクセント

5p

[1581]	冷凍 豚まん	4ヶ	1,037円
--------	--------	----	--------

原材料…皮【小麦粉 (小麦 (国産))、砂糖、牛乳、ラード (豚肉を含む)、イースト、食塩】、具【野菜 (国産 (キャベツ、たけのこ、長ねぎ、椎茸、玉ねぎ、生姜))、豚肉 (国産)、醤油 (大豆・小麦を含む)、豚脂 (国産)、砂糖、ごま油、馬鈴薯でん粉、清酒、こしょう)、打ち粉【小麦粉 (小麦 (国産))】/膨張剤

鶏肉や豚肉の脂から出る肉汁と、  
 新鮮なニラや白菜など野菜の旨みが  
 合わさってジューシーです

3p

[1590]	冷凍 肉にらまんじゅう	6ヶ	529円
--------	-------------	----	------

原材料…具【野菜 (国産 (にら、白菜、長ねぎ、にんにく、生姜))、食肉 (国産 (鶏肉、豚肉))、豚脂 (国産)、醤油、ごま油、清酒、砂糖、食塩、酵母エキス、胡椒】、皮【小麦粉 (国産)、ラード、小麦たん白、食塩】、打ち粉【でん粉】

ニラがたっぷり！  
 海老入りの具材を  
 もちもちの皮で包みました。

3p

[1582]	冷凍 海老にらまんじゅう	6ヶ	637円
--------	--------------	----	------

原材料…具【えび (ベトナム、インドネシア)、野菜 (国産 (にら、長ねぎ、生姜))、鶏肉 (国産)、砂糖、豚脂 (国産)、馬鈴薯でん粉、ごま油、食塩、ラード (豚肉を含む)、酵母エキス、こしょう】、皮【小麦粉 (小麦 (国産))】白玉粉、ラード (豚肉を含む)、砂糖、食塩】、打ち粉【でん粉】/重曹

海老を約20%配合し、  
 イカとタラのすり身を加えた  
 ほんのり甘い焼売です

4p

[1589]	冷凍 海鮮えび焼売	8ヶ	697円
--------	-----------	----	------

原材料…具【えび (ベトナム、インドネシア)、野菜 (国産 (玉ねぎ、生姜)、豚脂 (国産)、いか (ペルー)、魚肉すり身 (たら (国産)、砂糖)、鶏肉 (国産)、つなぎ (でん粉)、粒状大豆たん白、砂糖、発酵調味料、食塩、ごま油、こしょう))、皮【小麦粉 (小麦 (国産)、食塩】/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

1583	冷凍 肉餃子	12ヶ	572	1586	冷凍 ひとつち餃子	20ヶ	551
1584	冷凍 野菜たっぷり餃子	12ヶ	378	1587	冷凍 肉焼売	8ヶ	670
1585	冷凍 海鮮餃子	12ヶ	583	1588	冷凍 海老ワンタン	15ヶ	535

### 杏掛冷食

### 春巻とグラタンを手作りで製造 杏掛冷食



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

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

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

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

### 皮のまわりの コラーゲンがプリプリ

[1616] 冷凍キハダステーキ 3p  
80g×4 529円



#### 和風ステーキ

①解凍後、表面の水分をふき取る。②オリーブオイルで両面焼いて、皿に盛る。③残った油で、ニンニクを炒めて、お酒、みりん、醤油、黒胡椒でソースをつくり②にかける

#### What's キハダマグロ?

ひれや体色が黄色なのでこの名がつけられたとされます。脂質が少なくあっさりとした味わいが特徴

#### ごまステーキ

まぐろに、醤油・みりん・オリーブオイルをあわせたものを絡めて、ごまをまぶす。フライパンで焼いてどうぞ  
[2016] 国内産すりごま 白 30g 691円 4p



#### さっぱりステーキ

フライパンで焼いた後、生姜のすりおろしを入れたポン酢をかけてからめる  
[2154] 有機ポン酢醤油 250ml 464円 3p



## 海産

### ▽刺身・生食用▽

5p	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604	冷凍 ネギトコ用すき身(サラダ油使用)	200g	1134
	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
5p	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
	1607	冷凍 ピン長まぐろ	300g	1058
	1608	冷凍 まぐろ鉄心	10本	1048
	1609	冷凍 お刺身ほたて貝柱	100g	1323
▽切り身魚▽				
	1610	冷凍 紅鮭(甘塩)	2切れ	983
	1611	冷凍 徳用	5切れ	2360
	1612	冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1613	冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
	1614	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788
4p	隔週	1615	冷凍 マグロスペアリブ	500g 680
3p	隔週	1616	冷凍 キハダステーキ	80g×4 529

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

### 高尾の魚

翌々週配送



[5659] 冷凍サワラ西京漬け 4p  
2切れ 810円

### ▽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
	5658	冷凍 ほっけ味噌漬	1切れ	632
	5659	冷凍 サワラ西京漬	2切れ	810
	5660	冷凍 塩サバ切身	2切れ	594

4p



### 塩麴の甘みと ほんのり香る 酒粕の豊かな風味

[1729] 冷凍紅鮭の塩麴粕漬け 1枚 756円 4p  
天然の紅鮭(ロシア産)切身を自家製の塩麴粕床に漬け込みました。



### シングルフローズンで おいしさが違う

[1716] 冷凍エコシュリンプM 9p  
約200g 1760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 ※シングルフローズン 消費者に届くまで、解凍・再凍結をしない事



### 干物の定番

冷凍アジ開き 4p  
[1724] 2枚 810円  
[1725] 上記2p 1539 ~~1620円~~  
アイルランド/脂の乗りが良く、上品な塩加減が美味



[1617] 冷凍サバフィレ(無塩) 7p  
2枚 1458円  
ノルウェー産/無塩だから、塩焼き・味噌煮様々なお料理に



[1615] 冷凍マグロスペアリブ 4p  
500g 680円  
1尾のマグロからわずか2%!貴重なカマの分。塩焼きや煮付けに

品名	品番	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▽			
9p 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			648
5p 1723 冷凍 干しカレイ 2枚			956
4p 1724 冷凍 アジ開き 2枚			810
1725 〃 ダブル 2枚×2	1539	<del>1629</del>	
1726 冷凍 ひと塩サワラ切身 3切			713

品名	品番	規格	価格(税込み)
▽惣菜▽			
1751 冷凍 まぐろつみれ200g (11~13ヶ)			545
1752 冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん 160g			454
1753 冷凍 日本のやさしいアジフライ 50g×4			778
1754 冷凍 揚げるだけ!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



**ダシと  
ほんのり生姜の効いた  
丁度良い味付け**

[1759] 冷凍骨無し!美味しい!  
サバの竜田揚げ 8切 1048円

脂の乗ったサバを加工しました。サクサクとした食感がやみつきになる事間違いなし!



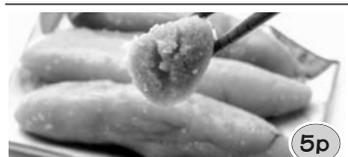
**中はふっくら  
いわしの旨味がぎゅっ!**

[1758] 冷凍揚げるだけ!  
国内産いわしフライ 5枚 956円

いわしの開きを卵不使用のバター液と、天然酵母のパン粉を付けてフライ用にしました。冷凍のまま油で揚げるだけ!どんなソースとも相性抜群です。

## 海藻、のり

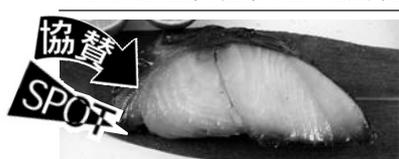
品名	品番	規格	価格(税込み)
▽海藻、のり▽			
1801 鳴門生わかめ (塩蔵) /徳島 150g			535
1802 カットわかめ 35g			875
1803 三陸茎わかめ 剣山裂き 250g			470
1804 海草サラダ 100g			351
わかめ・茎わかめ・昆布・赤すぎのり・赤のりなど。塩蔵			
1805 寿司はね焼のり/福岡 全形10枚			734
1806 焼ききざみ海苔 20g			605
1807 おにぎり用焼き海苔2ツ切10枚×3			1501
1808 板海苔/宮城産 全型×10枚			864
1809 焼き海苔/宮城産 半裁×20枚			886
1810 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



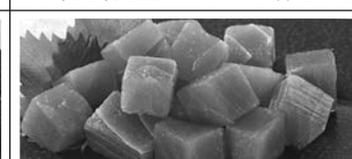
[1601] 冷凍三陸水産のたらこ 80g 983円  
独自の調味液でじっくりと漬け込みました。鯉節、昆布の豊かな風味。



[1619] 冷凍北海道産いかそうめん 1枚 1426円  
温玉をのせて醤油で食べたり、サラダ、和え物などのアレンジ料理にも



[1728] 冷凍こだわりの味噌漬け銀だら 1切 956円  
濃厚な脂の銀だらを、上品な味噌漬けに仕上げました



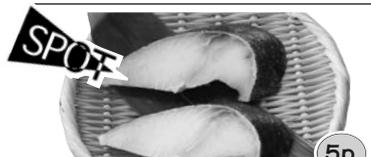
[1606] 冷凍まぐろ角切り 200g 1048円  
納豆まぐろ丼やサラダ、こんがり炒めてバターと醤油で角切りステーキ



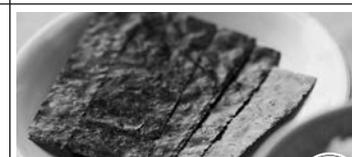
[1727] 冷凍サバみりん干し 2切 589円  
ノルウェー産のサバを、みりんダレに漬け込み、乾燥させました。



[1723] 冷凍干しカレイ 2枚 956円  
そのまま焼くだけでなく、甘めの煮付けや片栗粉で唐揚げにしても。



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



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



スープの具に水で戻したがごめ昆布を、スープに入れて。豆腐や溶き卵を入れて、ボリュームアップ!

[1811] 刻みねこあしがごめ昆布 50g 632円  
強い粘り気が、身体に良いとされています

[0501] 平飼有精卵 10ヶ 610円

[0514] 木綿豆腐 350g 243円

[2510] チキンコンソメ 10g×8 540円



食欲のないときにも  
さっぱりつるっといただけます  
**梅とろろそば**

作り方…①梅干しは種を取る。かまぼこはスライスする。②鍋にだし汁、醤油、みりんを入れてつゆを作る。③そばは茹で湯切りし、どんぶりにそばを入れ、梅干し、かまぼこ、とろろ昆布をのせ、つゆをかける。お好みで小口ねぎをのせていただく。

**神奈川・金子製麺**

**季穂石臼生粗挽きそば**

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

**足柄古式生そば**

北海道幌加内産そば粉と国産小麦びわほなみの自家製粉使用。天然塩と水のみを使用した、素材本来の味わいを追求した一品です。

**足柄古式そば**

「足柄古式そば」を、金子製麺独自の方法で自然乾燥にしました。



**長野県・山本食品**

**究極そば**

国内産そば粉90%、長野産小麦粉10%を使用。秘伝の高度の技術で造り上げた逸品です。

**特選そば**

国内産そば粉を100%使用した、いわゆる10割そばです。十割のそばなので歯ごたえ抜群！



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2417	究極そば	200g	535	3p
2418	特選そば	200g	562	3p
2419	さくらの焼そば	114g×2	443	
▽即席麺 桜井食品▽				
2420	しょうゆらーめん	99g×4袋	842	
2421	しおらーめん	99g×4袋	842	
2422	みそらーめん	101g×4袋	842	
2423	とんこつらーめん	103g×4袋	886	
▽パスタ▽				
2424	国内産ロングパスタ	300g	443	
2425	国内産エルボパスタ	300g	443	
2426	DeLucaオーガニックパスタスパゲッティ	500g	508	

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
3p	隔週	2403	季穂石臼生粗挽きそば	130g×2	486
2p	隔週	2404	足柄古式生そば	130g×2	400
	隔週	2405	あしがら車屋 醤油らーめん	2食	443
	隔週	2406	〃 味噌らーめん	2食	481
	隔週	2407	〃 塩らーめん	2食	481
		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



『AUGAスープ』で作るパスタです  
バジルやオレガノのスパイスも入った  
さわやかトマトのスープ。  
濃厚でパスタとの相性も抜群。

**トマトスープパスタ**

作り方(2人分)…①鍋に湯を沸かし、スパゲッティを規定の時間茹でる。

- ②にんにく1片をみじん切り、鷹の爪は種子を取ったあと刻む。
- ③フライパンにオリーブオイル30ccとにんにくを入れ、弱火で熱し、香りを出す。
- ④にんにくが軽く色づいたら鷹の爪とイタリアンパセリを加え、AUGAトマトスープ200gを加え、温める。
- ⑤スパゲッティが茹で上がった④と和える。

3p [0818] AUGA OGトマトスープ 400g 600円



**金子製麺 生スパゲティー**

デュラル小麦(カナダ産)と、地粉全粒粉(国内産)を使用しています。風味豊かで、もちもち感のある、栄養価の高い生パスタに仕上げました。茹で時間約90秒。

原材料…小麦粉、小麦タンパク、食塩、乾燥卵白、デンプン

2p		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 <del>820</del>
		2413	練 十割生そば	130g×2	594
		2414	〃 ダブル	上記2p	1,129 <del>1188</del>
▽乾麺▽					
		2415	地粉うどん(田島さんのうどん) 太	250g	286
2p		2416	足柄古式そば	240g	356

**有機デュラム小麦100%**

**伝統的なブロンズダイス製法**

DeLucaオーガニックパスタ ペンネ

ペン先のような形のショートパスタです。もちもちした食感で、パスタ表面に溝があるためソースに絡みやすくなっています。



グラタンに

2427	DeLucaオーガニックパスタペンネ	500g	622	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 鯉平削り(花カツオ) 40g 405

**農林水産大臣賞を受賞 新丸正の自信作!**

**新丸正 削り節パック(ふぶき)**

鯉を煮て燻製にした荒節(あらぶし)を、約半年熟成させた本枯節を使用しています。ちょっと厚めなのにサクサクした食感と濃厚な風味。

シンプルにお豆腐やご飯、うどんにドッサリとかけお召し上がり下さい。一番のオススメの食べ方は、卵かけご飯に贅沢にも1袋かけて食べると抜群に美味しいですよ。

原材料…鯉枯本節



卵かけご飯ふぶき

2505	削り節パック「ふぶき」	4g×10	670	4p
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	
2510	チキンコンソメ	10g×8	540	
▽干し椎茸▽				
2511	干ししいたけ・どんこ(大)	45g	1,242	

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

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

## 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	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



### 胃腸の疲れに、本葛の葛湯をどうぞ 無双本葛・粉末

イモデンプンを含まず、鹿児島を中心とする南九州産本葛100%。

葛湯…鍋にくず粉1に対し水10~15の割合でよく混ぜ、中火でくず粉が鍋底に沈殿しないようによく練り、透明になったら更に1~2分練って出来上がりです。

原材料…本葛(南九州産)

3p	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

### 日々のお料理にバラリ 国内産すりごま白・黒

国内産胡麻を焙煎後、胡麻の持つ香りと旨味を大切に、すり上げました。煎る、する手間が省け、すぐに使えるので、大変便利です。

原材料…ごま(国内産)



▽胡麻▽				
3p	2015	国内産すりごま 黒	30g	626
4p	2016	国内産すりごま 白	30g	691
	2017	無双 練り胡麻 白	210g	799

そのまま食べても  
このままスープや  
お料理に!  
だいぞデイズの蒸し豆



4p	2019	続けるだいでZ DAYS習慣	40g×5	864
	2024	" ダブル	上記2p, 1,642円	728
2p	2020	有機蒸し大豆	100g	302
2p	2021	有機蒸しひよこ豆	85g	302
2p	2022	有機蒸しミックスビーンズ	85g	302
2p	2023	蒸し発芽黒豆	70g	248

## 汁物・スープの具材に



ムソー とろろ昆布(富士酢使用)  
函館産「真昆布」と「がごめ昆布」を京都・飯尾醸造製の富士酢に浸し、ゆっくり熟成させ、旨みを引き出して削りだしたとろろ昆布です。

「函館産真昆布」と「がごめ昆布」を7:3でブレンドしました。

原材料…真昆布(北海道尾札産)、がごめ昆布(北海道尾札産)、米酢

### 三陸水産 とろろ昆布

酢を使わず、瞬間的に蒸気を通して削りました。定番はうどん・そば・お味噌汁の具として。また、玉子焼き・おにぎりに巻くなどの創作料理にも!

原材料…真昆布(三陸産)



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

## 乾物・缶詰・素材

▽乾物▽					
	1815	とろろ昆布(富士酢使用)	30g	432	2p
	1816	とろろ昆布	50g	524	3p
	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	
終了	****	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	有機乾燥きくらげホール	15g	486	

### スープや鍋物、炒め物に 国産はるさめ

北海道産の有機馬鈴薯から作ったでんぷんと九州産の甘藷でんぷんのみを原料とし、昔ながらの加圧押し出し方式とゆっくりした冷凍工程で作る、歯ごたえ・味つきのよい春雨です。

原材料…馬鈴薯澱粉、甘藷澱粉(遺伝子組み換えでない)



	1905	国産はるさめ	50g	157	1p
	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	朝掘たけのご水煮ブロック	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	

### ▽こんにやく▽

	1918	一穂のこんにやく	300g	340	
	1919	一穂の生芋こんにやく	230g	351	
	1920	手どりこんにやく	250g	405	
	1921	しらたき	230g	340	
	1922	くろたき	230g	351	
	1925	乾燥糸こんにやく	25g×10	594	

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

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



**誰でも、おいしく、簡単に  
本場のスリランカカレー**  
たっぷりのスパイスと野菜の旨味が詰まった「万能カレー調味料」。ペーストなので具に絡めやすい  
カレーの壺 各220g (約18皿分)  
協賛 ▲ [2308]マイルド 680 ~~702~~円  
豆や野菜のカレーに

[2310] **4p** [2309] **4p**  
スパイシー702円 オリジナル 702円  
大人の辛口カレー プイヤベースにも

エスニック風そぼろ丼  
具材は、豚ひき肉とエビ。にんにくを効かせて玉ねぎで甘みをプラス。味付けはお好みのカレーの壺に、砂糖+酢+酒を加えて  
[1716] 冷凍エコシュリンプ **9p**  
M 約200g 1760円



**調味料**

▽味噌▽				
2101		玄米味噌	650g	842
2102	酢屋茂	米味噌	650g	756
2103		あわせ味噌	650g	756
2104		麦味噌	650g	756
2105	ヤマキ	有機玄米味噌	500g	999
2106		有機麦味噌	500g	999
2107		玄米味噌	750g	1048
2108	小野崎	米味噌	750g	1021
2109		麦味噌	750g	999
2110	マルク	白みそ	250g	270
2111		有機八丁味噌	300g	756
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		有機醤油	720ml	1296
2116		〃	300ml	680
2117	弓削多	木桶仕込醤油	1000ml	1426
2118		海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	983
2119		木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518
▽塩・他▽				
2120		あらしお(大)	500g	1296
2121		〃(小)	240g	648
2122		ほししお	240g	810
2123		やきしお	60g	454
2124		〃 詰替用	60g	259
2125	海の精	〃 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
<b>3p</b>		<b>なんでもソルト瓶入り</b>	<b>55g</b>	<b>562</b>
<b>2p</b>		〃 詰替用	<b>58g</b>	<b>389</b>
▽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	583
2137		しいたけ香る有機白だし	360ml	1220
2138		イゲタ めんつゆ(ストレート)	360ml	670 <b>4p</b>

▽みりん類・料理酒▽				
2139		味の母(みりん風調味料)	720ml	999
<b>酒</b>	2140	三州三河みりん	700ml	1991
<b>酒</b>	2141	有機 三州味醂	500ml	2024
<b>酒</b>	2142	本みりん 福来純	500ml	1100
<b>酒</b>	2143	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1400
<b>酒</b>	2144	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1452
<b>酒</b>	*****	いつつプレスラン(料理用ワイン)赤		終売
<b>酒</b>	*****	〃 白		終売
▽酢▽				
2145		有機純米酢 老梅 小	500ml	497
2146		〃 中	900ml	875
2147		富士酢(米酢)	500ml	864
2148		美濃有機玄米黒酢	360ml	756
2149		<b>純りんご酢</b>	<b>500ml</b>	<b>572 3p</b>
2150		富士すし酢	360ml	756
2151		カンタン八芳酢	360ml	508
2152		オーガニックレモン100%しぼりたて	180ml	572
2153		有機梅酢 赤	200ml	583
2154		<b>有機ポン酢醤油</b>	<b>250ml</b>	<b>464 3p</b>
2155		職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670
▽食用油類▽				
2156		<b>国産なたねサラダ油</b>	<b>450g</b>	<b>1026 5p</b>
2157		菜種サラダ油(丸缶)	800g	1679
2158		国産なたね油	450g	918
2159		<b>玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)</b>	<b>180g</b>	<b>1031 5p</b>
2160		生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	1031
2161		最高級ラー油	45g	659
2162		日本オリーブ 有機エクストラバージン オリーブオイル	180g	1944
2163		〃	450g	3888
2164		カルボネール 有機エクストラ オリーブオイル	458g	2398
2165		パレスチナのエキストラ オリーブオイル	273g	2009

▽季節限定・鍋つゆ▽				
2166		みそちゃんこ鍋スープ	600g	324
2167		寄せ鍋スープ	600g	324
2168		キムチ鍋スープ	600g	324
2169		香り高いごま豆乳鍋スープ	600g	324
2170		とり塩鍋スープ	600g	324
2171		本場長崎ちゃんぼん鍋つゆ	30ml×4	432
2172		鶏だしコク鍋つゆ	30ml×4	432
2173		香り立つゆず鍋つゆ	30ml×4	432

▽大ビン・大缶▽ 4週に1度掲載				
<b>酒</b>	2181	特選蔵の素(料理酒)	1800ml	2484
<b>酒</b>	2182	有機 三州味醂	1800ml	6336
	2183	国産なたねサラダ油PET	910g	1296

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽ソース類▽			
	2201	有機ウスターソース	250ml	454
	2202	有機中濃ソース	250ml	454
	2203	職人の夢・有機中濃ソース	200ml	540
	2204	有機濃厚ソース	250ml	454
	2205	お好みソース	360ml	421
	2206	やきそばソース	290g	454
	2207	オイスターソース	115g	518
	▽たれ類▽			
4p	2208	焼き肉のたれ	350g	680
3p	2209	麻婆の素(瓶)	225g	454
	2210	有機麻婆の素	100g	281
	2211	有機回鍋肉の素	100g	281
	2212	有機青椒肉絲の素	100g	281
	2213	有機肉豆腐の素	100g	281
	2214	有機もやし味噌炒めの素	100g	281
	▽マヨネーズ▽			
	2215	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	290g	670
	▽ケチャップ類▽			
	2216	有機トマトケチャップチューブ	300g	421
	2217	有機ピザソース	225g	475
	2218	有機トマトピューレ	320g	400
	2219	有機トマト缶・ホール	400g	324
	2220	有機トマト缶・カット	400g	324
	2222	有機ミートソース	140g	335
	▽ドレッシング 他▽			
協賛	2223	マンゴーチャツネ	260g	712 <del>734</del>
	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	680 <del>702</del>	
2309	〃 オリジナル	220g/約18皿分	702	4p
2310	〃 スパイシー	220g/約18皿分	702	4p
2311	果実と野菜の本格カレーペースト	180g	864	
▽シチューの素・他▽				
2312	ココナッツミルク	200ml	388	2p
2313	直火焙煎クリームシチュールウ	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	799	
▽香辛料▽				
2315	すじ青のり	4g	367	
2316	山わさび	12g	324	
2317	七味	15g	616	
2318	ゆず七味	10g	389	
2319	白コンヨー	20g	346	
2320	カレーの壺ペッパー 黒ホール	20g	420 <del>432</del>	
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	

**SPO** 翌々調配送

**カレーの壺**

[5731] カルポルカレーペースト 60g 347 ~~378~~円

深煎りココナッツの濃厚な味わいに、黒こしょうの刺激的な辛さが特徴。お肉との相性がよく、特に豚肩ロースなどがたっぷりしたお肉とよく合います。牛肉や鶏肉、ラム肉もおすすすめです。

[5742] ジャフナカレーペースト 60g 347 ~~378~~円

魚介の旨味を引き立てる、赤唐辛子の爽快な辛さが特徴。基本のレシピの白身魚をはじめ、魚介の旨味がたっぷり出るエビやホタテで作るのもおすすすめです。

**刺激的な辛さと旨味  
スリランカの味を再現**



**協賛** チャック付き袋で風味の落ちにくい [2320] カレーの壺 ペッパー 黒ホール 各20g 420 ~~432~~円

農業や化学肥料不使用原料を使用  
こしょう

**本格カレーに！  
使い切りサイズ** [2312]ココナッツミルク 200ml 388円

スリランカの有機農家で栽培されたココナッツを使用しました。漂白剤や酸化防止剤は使用していません。ココナッツ、安定剤(グアガム)




[2149] 純りんご酢 500ml 572円

国産りんご果汁だけで醸造したフルーティな酸味です。

[2209] 麻婆の素(瓶) 225g 454円

野菜炒めのタレなどにも  
醤油、米味噌、本みりん、でんぷん、砂糖、有機しょうが、有機にんにく、有機鶏たまご、食塩、昆布、有機米酢、鷹、唐辛子、オイスターエキース

[2223] マンゴーチャツネ 260g 712 ~~734~~円

様々な料理の甘辛味の決め手になります

[2138] イゲタ めんつゆ ストレートタイプ 360ml 670円

しっかりとだし  
の利いた本格派な蕎麦つゆ  
醤油、米発酵調味料、ふし(むろあじ、宗田鰯、鰹)、砂糖、乾椎茸、昆布

[2208] 焼き肉のたれ 350g 680円

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

[2129] 瓶入り 55g 562円

[2130] 詰替用 58g 389円

なんでもソルト

海の精「やきしお」に、香味素材をほどよくブレンドした調味塩

[2154] 有機ポン酢醤油 250ml 464円

鍋物だけでなく、焼き魚、サラダに  
有機醤油、有機米酢、有機ゆず、麦芽水飴、食塩、有機しょうが、有機すだち、有機米酢発酵調味料、昆布、有機乾しいたけ

[2159] 玉絞めー番搾りごま油 180g 1031円

淡麗な色と香り、芳醇な風味。浅く煎った白ゴマを、石臼で丁寧にしほり、和紙で濾過

[2156] 国産なたねサラダ油 450g 1026円

北海道滝川産菜種の圧搾一番搾りを使用せず精製  
食用なたね油(遺伝子組替えでない)





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

**牧場ミルクアイス**

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

の中でサッと溶けます。

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

**ミルクコーヒーアイス**

生乳90%で作られた人気のパスタライズコーヒーをアイスクリームで再現しました。ミルクの風味とコクがしっかりとした、まるで食べるコーヒー牛乳です。

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

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

**お菓子**

▽アイスクリーム・冷蔵▽

**木次乳業製造**

2802	冷蔵	バニラ	120ml×2	972
2803	冷蔵	ビターチョコ	120ml×2	972
2804	冷蔵	抹茶あずき	120ml×2	972
2805	冷蔵	イチゴ	120ml×2	972
2806	冷蔵	ブルーベリー	120ml×2	972

**東毛酪農製造**

4p	2807	冷蔵	牧場ミルクアイス	110ml×2	718
4p	2808	冷蔵	はちみつバニラアイス	110ml×2	718
4p	2809	冷蔵	ミルクコーヒーアイス	110ml×2	718
4p	2810	冷蔵	ミルクチョコレートアイス	110ml×2	718
4p	2811	冷蔵	宇治抹茶アイス	110ml×2	718

**ネージュ製造**

	2812	冷蔵	ミルクキャンデー	65ml×6本	1,026
	2813	冷蔵	あずきキャンデー	65ml×6本	1,026
5p	2814	冷蔵	みかんキャンデー	65ml×6本	1,026
5p	2815	冷蔵	ブルーベリーキャンデー	65ml×6本	1,026
	2816	冷蔵	チョコキャンデー	65ml×6本	1,026
	2817	冷蔵	宇治金時キャンデー	65ml×6本	1,026

▽和菓子類▽

	2818	冷蔵	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
	2820		有機ほの甘あずき	55g	238
	2821		有機・楽笑栗	125g	454
	2822		オーガニック小麦のどらやき	1個	210

▽その他▽

	2823		純国産みかんゼリー	11ヶ	334
	2824		純国産りんごゼリー	11ヶ	334
	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
2p	2830		オーガニック全粒粉クッキー	50g	346
2p	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
--	------	--	----------------	-----	-----

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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	

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

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



**[2902] OGフルーツ&ナッツバー**

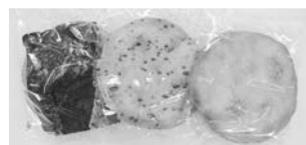
**3種類セット 各1(40g×3) 923円2円**  
内容…アーモンド ザクロ メープル各1ヶ

2837	OGフルーツ&ナッツバー	アーモンド	40g	324	2p
2838	OGフルーツ&ナッツバー	ザクロ	40g	324	2p
2839	OGフルーツ&ナッツバー	メープル	40g	324	2p
▽あられ・煎餅▽					
2840	孔ませ日本・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	

**本格派草加せんべい  
一枚ずつ個包装**

**草加せん・ミックス**

国産のうるち米の生地を丹念に焼き上げ、本醸造醤油で味付けした本格派草加せんべいです。醤油・ごま・のり  
原材料…うるち米(国産)、胡麻、のり、本醸造醤油(大豆、小麦を含む)、麦芽糖、澱粉



**海の精を使用したサラダ味  
一枚ずつ個包装**

アリモト 無添加・山田錦せんべい袋入・塩酒造好適米の最高峰である「山田錦」を100%使用し、ふわっと焼き上げたお煎餅です。「加工でん粉」や「でん粉」を使用せず、お米自身の膨張力だけでサクとした食感を実現しています。味付けは伊豆大島の天日塩「海の精」を使用した贅沢なサラダ味。



原材料…うるち米(国産山田錦)、米油、塩、昆布粉末、鰹節粉

2844	草加せん・ミックス		6枚	486	3p
2845	柿の種		80g	324	
2846	無添加・山田錦せんべい袋入・塩		25枚	648	3p
▽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	
2851	しょうがあめ		80g	351	
2852	純国産北海道はちみつレモンのだ飴		57g	302	
2853	プロポリスキャンディ		28g	346	
▽チョコレート▽					
2854	有機ミルクチョコレート		80g	993	
2855	有機ビターチョコレート		80g	993	
2856	有機ヘーゼルナッツチョコレート		100g	1,058	
2857	有機カカオ71%チョコレート		80g	1,058	5p

みんな、ほっこり！安心おやつたち



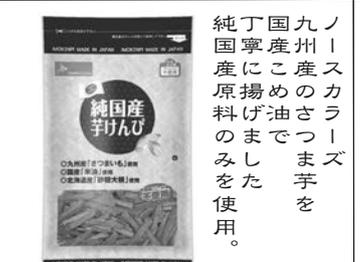
東毛酪農だから出来る  
ミルクの味豊かな  
アイスクリームです。  
牧場ミルク・はちみつバナナ  
ミルクコーヒー・  
ミルクチョコレート  
宇治抹茶の5つのフレーバー

[2903] 東毛酪農のアイスクリームセット  
1セット5種類 1,759円 ~~1,798円~~  
内容…牧場ミルク はちみつバナナ ミルクコーヒー  
ミルクチョコレート 宇治抹茶各1ケ



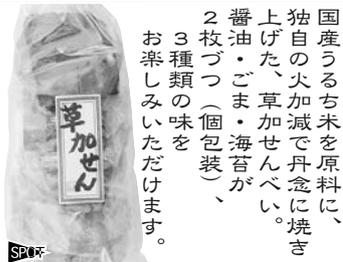
ネージュ アイスキャンディー  
みかんキャンデー  
愛媛 無茶々園の伊予柑（特別栽培）  
を搾ったストレートジュースを使用。  
ブルーベリーキャンデー  
奈良・堀内果実園、京都・永谷農園  
の無農薬・無科学肥料で栽培した  
ブルーベリーを使用。

[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



純国産  
産にこ  
産原材  
産揚げ  
産め油  
産のさ  
産まづ  
産まを  
産すを  
産すを  
産すを

[2904] 純国産芋けんぴダブル  
125g×2 539円 ~~569円~~



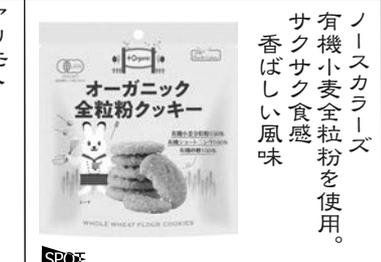
国産うるち米を原料に、  
独自の火加減で丹念に焼き  
上げた、草加せんべい。  
醤油・ごま・海苔が、  
2枚づつ（個包装）、  
3種類の味を  
お楽しみいただけます。

[2905] 草加せん・ミックス  
ダブル 6枚×2 933円 ~~972円~~



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

[2906] 無添加・山田錦せんべい袋入・塩  
ダブル 25枚×2 1,257円 ~~1,296円~~



ノースカラーズ  
有機小麦全粒粉を使用。  
サクサク食感  
香ばしい風味

[2907] オーガニック全粒粉クッキー  
ダブル 50g×2 664円 ~~694円~~



[2908] OGフルーツ&ナッツバーダブル  
ザクロ 40g×2 622円 ~~648円~~

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



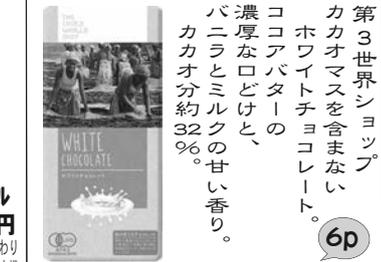
[2909] OGフルーツ&ナッツバーダブル  
アーモンド 40g×2 622円 ~~648円~~

原材料…有機レーズン（有機ひまわり油漬）、有機胡麻、  
有機ひまわりの種、有機アーモンド、有機アガベシロップ、  
有機玄米パフ、有機玄米水飴、有機ピーナツ、有機かぼちゃの種、  
有機ひまわり油、寒天



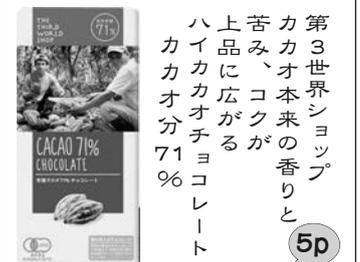
[2910] OGフルーツ&ナッツバーダブル  
メープル 40g×2 622円 ~~648円~~

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



第3世界ショップ  
カカオマスを含まない  
ホワイトチョコレート。  
ココアバター  
濃厚な口どけと、  
バナラとミルクの甘い香り。  
カカオ分約32%。

[2859] 有機ホワイトチョコレート  
80g 1,101円 6p



[2857] 有機カカオ71%チョコレート  
80g 1,058円 5p



[2858] 有機ソルト&キャラメル  
チョコレート 80g 1,036円 5p



[2901] 塩チョコ×カシュー&クランベリーチョコレート  
35g・40g 1,078円 ~~1,122円~~ 5p



第3世界ショップ  
ミルク・ビターの  
種類のチョコレートで  
甘酸っぱいクランベリーを  
ドライフルーツを  
コーティング。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
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
	2860	有機カカオニブチョコレート	80g	1,058
	2861	有機ウィンターチョコレート	100g	1,101
	2862	有機塩キャラメル&ナッツ植物性チョコレート	80g	1,036
	2863	Artisan有機オレンジビターチョコ	40g	599
	2864	Artisan有機ジンジャーレモンチョコ	40g	599
	2865	Artisan有機レーズン&ヘーゼルナッツチョコ	40g	599
	2866	ラムレーズンチョコレート	40g	561
	2867	抹茶チョコ×カシュー	35g	561

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2868	塩チョコ×カシュー	35g	561	3p
2869	クランベリーチョコレート	40g	561	3p
2870	アールグレイチョコ×くるみ	45g	561	
2871	クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ	40g	561	
2872	珈琲豆チョコ	50g	561	

三里塚物産の煎り落花生

農薬・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生を煎りたてでバックしました。むき実は、程よい塩味をつけ、食べやすいむき実のピーナツに致しました。

使用品種は【ナカテユタカ】と【Qなっつ】、香ばしく甘みのある人気の品種です。



フェアトレード&オーガニック  
ココアバター  
濃厚な口どけと  
たっぷりのバナラとミルクの甘い香り  
ホワイトチョコレート

原材料…有機粗糖、有機ココアバター、  
有機全粒粉、有機脱脂粉乳、有機バナラ

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
5411	殻付落花生	180g	1,145	6p
5412	落花生むき実	180g	1,177	6p

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

**鮮やかなルビー色**

**スッキリとした甘酸っぱさ**

[2662] 有機ハイビスカス & ローズヒップティー

4p

40g (20袋) 864円

「美のハーブ」ハイビスカスと、「ビタミンCの爆弾」ローズヒップが奇跡のブレンド。この一杯には、レモンの数十倍とも言われる豊富なビタミンCがギュッと詰まっています。

原材料：有機ハイビスカス(エジプト)、有機ローズヒップ(チリ)



ハニー&ホットティー抽出したホットティーに、はちみつをたっぷり加えて。酸味が抑えられ、甘さが加わって、飲みやすくなります。

[0919] **ブルガリア産** オーガニックはちみつ

200g 1242円

**お茶各種**

▽日本茶▽

	2601	特上煎茶(やぶきた)	100g	1696
6p	2602	上煎茶(在来種)	100g	1226
	2603	有機玄米茶	180g	632
	2604	有機番茶	200g	540
	2605	有機茎茶	200g	864
3p	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 <del>4666</del>
	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▽

	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wind	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 <del>5184</del>

▽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
5p	2626	依田さんの紅茶(リーフ)	100g	1048

▽ココア▽

4p	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	994	5p
	2629	" (粉)	150g	994	5p
	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	
	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	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 <del>1814</del>
	2641	" カフェインレス・無糖	1000ml	799
	2642	"	1000ml×3	2278 <del>2398</del>
	2643	アジアのリキッドコーヒー	1000ml	756
	2644	" 箱	6本	4355 <del>4536</del>

▽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	2p
	2647	" 箱	2ℓ×6	2095	10p
	2648	"	500ml×12	2279	11p
	2649	" 箱	500ml×24	4558	22p
	2650	あづみ野湧水	2ℓ	221	
	2651	" 箱	2ℓ×6	1301	

**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

[2659] 有機じんわ〜りしょうが 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。炭酸水で薄めてジンジャーエールとしても。

生姜焼き  
醤油と酒で味を整え  
絡める



[2627] ココア 110g 712円



脂肪分を抑え、砂糖と粉乳は使用せず作りました。

[2626] 依田さんの紅茶(リーフ)

5p



100g 1048円  
さっぱりとした甘みがあり、渋みや雑味はほとんどありません。ストレートどうぞ

□有機認証ではありませんが、栽培・製造方法に変更ありません

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)

甘酒・豆乳・しょうが湯

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 <del>5443</del>
2656	豆乳で元気	125ml×3	535
2657	"	125ml×24	4191 <del>4289</del>
2658	原豆乳	300cc	265
3p 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▽

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

パロ・ブランココーヒー 各994円

THE TASTE SHOP 各5p

[2628] 豆 150g  
[2629] 粉 150g

グアテマラ産の完熟した実だけを、手摘み・天日乾燥。すっきりとした飲み口とまろやかな甘み

[2602] 上煎茶 (在来種) 100g 1226円

6p

静岡でも山間地の一部にしか残っていない、香り高い在来種  
▲有機ではなくりましたが、栽培はこれまでと同じです

[2606] 有機ほうじ茶 180g 583円

3p

火入れを長めにすることで、香りを際立たせました。

神泉水

[2646] 2ℓ 367円 2p  
[2647] 〃箱 2ℓ×6本 2095円 10p  
[2648] 500ml×12本 2279円 11p  
[2649] 〃箱 500ml×24本 4558円 22p

秩父山系の湧水

ケースでお得!

オーガニック トマトジュース有塩 5p  
[3005] 190g×6 907円  
[3022] 箱 190g×30 4445 ~~4536~~円

海外産有機トマトペーストを使用なのでポストハーベストの心配なし

有機ぶどうジュース 5p

[3004] 160g×6 1037円  
[3021] 160g×30 5080 ~~5135~~円

有機赤ぶどう果汁と有機白ぶどう果汁をブレンド。すっきりとした味わい

アップルサイダー+レモン 5p

[3013] 250ml×6 972円  
[3023] 250ml×30 4763 ~~4889~~円

有機りんご・レモンを85%以上使用。砂糖不使用

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	1064
3020	フルーツビネガー有機りんごの酢	360ml	805

サプリメント

イチョウ葉エキス  
ビルベリー・DHAを  
ソフトカプセルに  
閉じ込めました  
[2711] ギンコロイドF



120粒 4536円

イチョウ葉エキス、ビルベリーエキス、DHAを原料としてフェルラ酸、L-カルニチン、マル酸、ホスファチジルセリンを配合したサプリメントです。



イチョウ葉エキス  
フラボノイド配糖  
体やテルペンラク  
トンなどの成分が  
含まれています。

ビルベリー  
ブルーベリーより  
アントシアニンの  
含有量が格段に高  
くなっています。

DHA  
かつお、マグロ由  
来のものを、1日摂  
取目安量配合

民間療法の雄  
[2703] 有機梅肉エキス

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。



スーパーフルーツ

[2702] ロイヤルノニ (ジュース) 900ml 5335円

約140種類の栄養素を含むノニを発酵させたジュースです。香料や保存料などは一切加えずノニの実だけで発酵させています。昔ながらの手搾り製法で造られた濃縮還元なしの濃厚なジュースです



▽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 25p
2703	有機梅肉エキス	40g	2700 13p

▽パウダー・顆粒▽

2704	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498
2705	有機雲南田七人參 顆粒	2g×30	9720
2706	国産有機まるごと大豆プロテイン・プレーン	280g	2916

▽カプセル・粒▽

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 21p
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

皮脂汚れを落とし、ふわふわで気持ちのよい夜類・タオルに



**ふんわり仕上がる  
パックスベビー洗濯せっけん**

手肌にやさしいマカデミアナッツ油などを原料にした、赤ちゃんの肌着や衣類向けの液体せっけん。  
純石けんならではのソフトな仕上がりが。無香料タイプ。

敏感肌の大人の方のお洗濯にもお使いいただけます。

成分…純石けん分(35%脂肪酸カリウム)



さらっとなじんでベタつかない、  
赤ちゃんのための全身保湿ケア  
デリケートなお肌の方、  
敏感肌の方にもおすすめです。  
パックスベビーボディークリーム



赤ちゃんの皮脂にも含まれるパルミトオレイン酸が豊富なマカデミアナッツ油(保湿)配合の、石けんで乳化した全身保湿クリームです。  
のびがよくべたつかない使用感です。

チューブタイプ50gは、便利なワンタッチキャップ。

ポンプタイプ180gは、クリームが空気に触れず、最後まで使い切ることができるエアレス仕様。

○無着色・無香料・アルコール(エタノール)フリー・石油由来原料不使用。

成分…水、グリセリン、プロパンジオール、ホホバ種子油、マカデミアナッツ油、ステアリン酸K、ステアリン酸、パルミチン酸、

**Q パックスベビーボディークリームは顔に塗ってもいいですか？**

⇒A パックスベビーボディークリームはからだ全体にはもちろん、顔にもお使いいただけます。顔に使う場合は、目に入らないようにお気をつけください。肌が敏感な方は顔やからだ全体につける前に、上腕部内側に少量試してからお使いいただくことをおすすめします。

太陽油脂



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	パックス洗濯用石けんソフト	1200ml	1,595
3104	〃 詰替用	1000ml	1,100
3105	〃 詰替用(大)	4000ml	3,894

6p  
4p

3106	パックスベビー洗濯せっけん	1200ml	1,188
3107	〃 詰替用	1000ml	770
3108	パックス衣類のリンス	600ml	1,122
3109	〃 詰替用	550ml	660

▽台所用▽

3110	200番(液体)	800ml	1,001
3111	〃 詰替用	2300ml	2,321
3112	ナチュロン400番(液体)	500ml	825
3113	〃 詰替用	900ml	1,034
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 <del>3,366</del>
3118	化粧石けんE(固形)	95g×3	561
3119	パックスナチュロンクリームソープ	100g×3	726
3120	パックスナチュロン 〃 SR	100g×3	891

▽ボディソープ▽

3121	ナチュロンボディークリームソープ	500ml	1,584
3122	〃 詰替用	500ml	957
3123	Pax Olie ボディークリームソープ	450ml	1,848
3124	〃 詰替用	400ml	1,320
3125	〃 ボディーコンディショナー	450ml	1,848
3126	〃 詰替用	400ml	1,320

▽シャンプー▽

3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,584
3128	〃 詰替用	500ml	957
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,584
3130	〃 詰替用	500ml	957
3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	2,178
3132	〃 詰替用	400ml	1,540
3133	Pax Olie ヘアコンディショナー	450ml	2,178
3134	〃 詰替用	400ml	1,540

▽ヘアトリートメント▽

3135	ナチュロントリートメント	180g	1,716
------	--------------	------	-------

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

▽洗顔ソープ▽

3136	パックスオリーフェイスフォーム	150ml	1,166
3137	〃 詰替用	140ml	869

▽ハンドソープ▽

3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	616
3139	〃 詰替用	450ml	891

▽歯みがき▽

3140	パックスナチュロン石けんはみがき	120g	462
3141	パックスこどもジェルはみがき	50g	451
3142	パックスナチュロンソルティール石けんはみがき	120g	506
3143	パックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946
3144	パックスナチュロンジェルはみがき	90g	704
3145	ソルト de はみがき詰替用	25g	440

▽マウスウォッシュ▽

3146	お口すっきりハーブ	50ml	1,287
------	-----------	------	-------

▽その他▽

3147	酸素系漂白剤	500g	726
3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	902
3149	〃 詰替用	450ml	594
3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	770
3151	〃 詰替用	350ml	462
3152	洗濯槽&パイプクリーナー	300g×3	1,320

3153	パックス重曹F	2kg	1,361	7p
------	---------	-----	-------	----

**お徳用2kgサイズ**

パックス重曹F(食品グレード)

お掃除や食器洗いでなく、お料理(ベーキングソーダ)にもご利用いただける、食用グレードの重曹です。大容量2kg入り。

成分…炭酸水素ナトリウム



■マグカップなどの茶しゅびに

水で濃く溶いたペーストを塗り、2~3時間おいてスポンジなどでこすります。

■排水溝の嫌な臭いに

気になる臭いの元へ直接振りかけるだけ。また臭いの予防にも。



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
<b>スキンケア</b>				
▽クリーム▽				
	3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935
4p	3202	バックスベビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	770
10p	3203	バックスベビー ボディクリーム (ポンプタイプ)	180g	2,200
▽リップクリーム▽				
	3204	ナチュロンリップクリーム	4g	858
▽日焼け止め▽				
	3206	バックスナチュロンUVクリーム SPF30 PA++	45g	1,870
▽自然派化粧水▽				
	3207	オリマノングリーンローション	180ml	1,100
	3208	オリマノンオーリーブローション	180ml	1,100
▽オイル▽				
	3209	オリマノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリマノンバージンオイル	30ml	1,210
	3211	シコローブ 薬用スキンクリーム	80g	1,100
	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,452
	3213	アルティースオーリーブスクワラン	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	1,320
	3219	フェイシャルローション	100ml	2,112
	3220	〃 詰替用	100ml	1,650
	3221	エモリエントクリーム	35g	2,112
▽アンチトピー/日本オーリーブ▽				
11p	3222	全身用ソープ泡 (ポンプ式)	500ml	2,420
10p	3223	〃 詰替用	500ml	2,200
10p	3224	全身用エッセンス (ポンプ式)	150ml	2,200

再生紙や牛乳パックから紙製品を製造

**丸富製紙**

コアレックス グリーンセイビングティッシュ  
回収された牛乳パックをリサイクルパルプとして使用。さらに、通常はリサイクルできないアルミ付き紙パックなどの「難再生古紙」もコアレックスの技術でティッシュにしています。  
フィルム包装。400枚 (200組)



**キッチンペーパーBOX**

無香料、無漂白、無染料。  
100%牛乳パックでできた厚口キッチンペーパーです。  
富士山の天然水(湧水)で仕上げました。化学的に漂白していませんし、蛍光染料も使用していませんので、食品にも安心。  
ダブル重ね。100組 (200枚)



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

**生活雑貨**

▽入浴剤▽				
	3303	竹艶水	250ml	880
▽ペーパー類▽				
	3304	コアレックスグリーンセイビングティッシュ6パック		649 3p
	3305	キッチンペーパーBOX 3パック		501 3p
	3306	ペンギン芯なし6R (ツツガ) 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	264
	3317	〃 ナチュラル	1ヶ	264
	3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	627
	3319	粋水 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

いたわりを求めるデリケートな肌と髪のために  
**日本オーリーブ アンチトピーシリーズ オーリーブの敏感肌スキンケア**

スキンケアの基本である「清浄・保湿・保護」を、  
デリケート肌でも当たり前に使えよう、開発されました。

**泡状の全身用洗浄料**  
素肌に関りなく近い弱酸性 (pH6)  
アンチトピー全身用ソープ泡

アミノ酸系、タウリン系、コハク酸系など複数の洗浄成分を組み合わせ、穏やかな洗浄力で汚れを落とします。

肌のうるおいを保つ植物由来の天然保湿成分を配合しています。

オウゴンエキス:シソ科のコガネバナの根から抽出されるエキスで、肌荒れを防いで、肌のうるおい保持を助けます。

生後3ヶ月からお使いいただけます。赤ちゃんからお年寄りまで、抵抗力の弱い肌をやさしく洗いあげます。

お顔だけでなく髪の毛、身体の洗浄にお使いいただけます。

無香料・無着色・無鉱物油・ノンアルコール・無パラベンです。



**低刺激性の全身用保湿料**  
全身、特にかさつきの気になる部分に  
アンチトピー全身用エッセンス

デリケートなお肌をやさしくうるおわせる低刺激性の化粧水です。

肌に近い弱酸性 (pH6) エッセンスのようなしっとり感です。

お肌の水分を補い、うるおいを与えます。お肌の柔軟性を保ちます。お肌をひきしめ、きめを整えます。

天然保湿成分として、コガネバナやオウレン根エキス、オウバクエキス(キハダ樹脂エキス)など植物由来の成分を配合。

無香料・無着色・ノンアルコール

顔用に…手のひらに取り、やさしく押さえるようになじませます。

頭皮用に…手のひらまたはコットンに取り、指の腹またはコットンでやさしく頭皮になじませます。

身体用に…身体の部位ごとに数回分けて、手のひらに適量とり、やさしくなじませます。



長野 標高700m  
井筒ワイン 桔梗ヶ原からの贈り物



アッサンブラージュ～和洋折衷のワイン

メルロー 甘い風味口 + マスカットベリーA

奥行きのある味わい

[5207] いづつワイン赤  
アッサンブラージュ 720ml 1,867円  
マスカットベリーAの甘い風味が出しゃばりすぎないように、メルローの奥行きある味わいで包み込む絶妙なバランスをアッサンブラージュにより表現しました

*****	甘口	360ml×2	終了
*****	白	360ml×2	終了
5206	〃	720ml	1,496
*****	ロゼ甘口	360ml×2	終了
*****	赤甘口	360ml×2	終了
5205	〃	720ml	1,496

※単一ワイン：一部今季終了です。新物までお待ちください

# Vegeta

ベジタ

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No. 246

価格は税込み

岐阜  
天然ワイン蔵

農業の一環としての  
ワイン造り



培養酵母・酸化防止剤無添加  
[5208] 天然葡萄酒 ロゼ

720ml 1,548円

ほんのりやや甘口で、香りも高く、すっきりとした味わいのワインです。

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



天保年間に建てた蔵の中に生息している蔵付き酵母の働きで自然に発酵させて醸しています。

三里塚物産

千葉 農薬不使用・有機、無添加  
三里塚物産 おいしいジュース



α-リノレン酸やポリフェノールがたっぷり  
1パックあたり30枚以上のシソの葉  
しそジュース(特)希釈用  
[5414] 200ml 578円  
[5415] 200ml×2 1,075円 ~~1,456円~~

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



翌々週配送

皮ごとしぼって  
栄養満点

生産者限定・農薬不使用  
千葉県産にんじん  
にんじんジュース  
[5416] 320g 578円  
[5417] 上記2パック 1,075円 ~~1,456円~~  
人参ジュースのほとんどは、濃縮還元。  
産地にある工場で、毎週搾汁。

無加糖なのにしっかり甘いのは、土作りをしっかりとしている人参だから。



そのまま飲める  
ストレートタイプ！  
飲みきりサイズ

無農薬・梅ドリンク  
[5421] 120g 346円  
[5422] 上記2パック 670円 ~~891円~~  
[5423] 上記4パック 1,313円 ~~1,782円~~

農家の庭先で採れた農薬不使用の梅を砂糖だけで漬け込みました。そのままどうぞ



配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7
翌々週配送日	11/17	11/18	11/19	11/20	11/21

注文の締め切り

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

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

土佐佐賀

翌々調配送

さんちよく   
 (有)土佐佐賀産直出荷組合

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

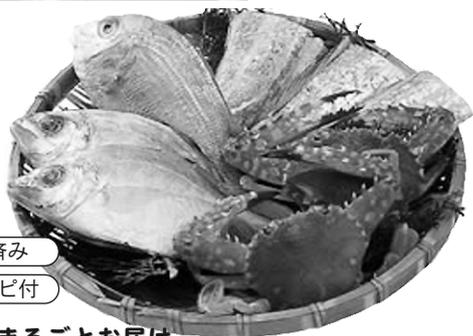


**土佐伝統の薫焼き**  
 土佐伝統の薫焼き。薫の炎で鰹の表面だけ瞬時に焼きあげているので、生臭さを消し鰹の旨みを引き立たせます

一本釣りがつお船上凍結  
 高鮮度のうまさ

冷凍土佐沖一本釣り薫焼き  
 [5601] 100g×2 1,372円  
 [5602] 220g 1,453円

土佐沖で獲れた生の鰹をその日のうちにタタキにし、鮮度を落とさない「アルコールブライン凍結」により冷凍しております。



下処理済み

簡単レンジピ付

土佐湾をまるごとお届け  
 水揚げ次第のお楽しみ

[5604] 冷凍土佐の色々セット 600g 1,485円

その時々水揚げされる魚介を3~4種セット

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

韓国食品

翌々調配送

東京  
 韓国食品

キムチづくり40年の職人が作る  
**韓国伝統製法**



みんな家白菜キムチ  
 [5301] 250g 616円  
 [5302] 上記2P 1,194円 ~~1,234円~~

白菜、にら、漬け原材料：だし汁(煮干、鰹節、昆布、干し椎茸)、唐辛子粉、砂糖、にんにく、えびの塩辛、大根、玉葱、リンゴピューレー、魚醤、純米酢、パイナップル、人参、ネギ、ごま、食塩、生姜



[5303] みんなの  
 幸福キムチ辛さ控え目 300g 616円

白菜、にら、漬け原材料：だし汁(煮干、鰹節、昆布、干し椎茸)唐辛子粉、砂糖、にんにく、えびの塩辛、大根、純米酢、魚醤、玉葱、パイナップル、人参、ネギ、食塩、ごま、生姜



[5304] カクテキ・大根  
 250g 605円

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



北海道・白糠町 酪恵舎

翌々調配送



ヨーグルトのような酸味  
 柔らかく口どけの良い  
 優しいチーズ

[5459] コンバンヴィーノ  
 110g 821円

ロビオーラを乾燥させワックスでコーティングして、60日以上熟成したチーズです。

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

塩味も抑え、小さなお子さんでも安心してお召し上がりいただけます。

[5454] ロビオーラ  
 110g 821円



独特の匂いとむちっとした柔らかさ。届いたらお早めに

[5452] モンヴィーゾ  
 110g 842円



そのままでも、すりおろしてパスタやサラダなどにかけても



[5450] トーマ・シラヌカ  
 110g 724円

柔らかく食べやすく、野菜との相性が良いチーズです。

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

[5455] チーズフォンデュ  
 200g 1,625円



チーズフォンデュはもちろん、グラタンやピザにもおすすめ

[5453] スカモルツァ  
 100g 724円



モッツアレラを熟成。ストリングチーズにも似た食感にミルクの香り

[5458] タンタカ 110g 1,037円  
 しっかりと熟成しているため、アミノ酸が豊富に含まれています。

[5457] チーズステーキ  
 95g 659円



[5451] テネレッコ・シラリカ  
 110g 772円



[5456] ミルクジャム  
 140g 988円



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

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

秋川牧園

翌々調配送

山口  
秋川牧園

自分たちで育てた鶏肉を  
自社工場で加工まで

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



**[5987] 冷凍チキンライス**  
450g 745円  
秋川牧園の鶏肉と、とりがらスープを使用して作りました。鶏の旨みをしっかりと味わえるようにお米をとりがらスープで炊き上げ、トマトの甘みを活かしたやさしい味わいのケチャップで味付けをしました



**[5986] 冷凍鶏しそ餃子**  
360g 940円  
秋川牧園の鶏肉と国産のしそを使用した、無添加の冷凍餃子。黒豚の脂身を加えることで、餡にジュシーさとコクがプラスされ、後から香る爽やかなしその風味が食欲をそそります。



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



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



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



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



**休止**  
冷凍サラダチキン(むね肉プレーン)  
柔らかくてしっとり。液汁もチキンの旨みがたっぷりなので、野菜と混ぜてサラダ、雑炊にも



**[5979] 冷凍とり肉まん** 400g 799円  
秋川牧園の鶏肉の旨味と黒豚の旨みのある脂を絶妙に合わせた肉まんです。皮はほんのり甘く、ショートニング不使用でふっくら柔らかい食感



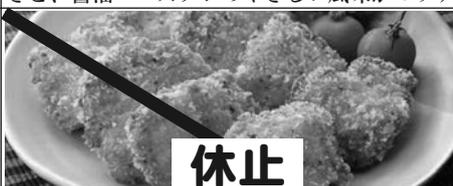
**[5973] 冷凍やきとりセット** 180g(6本) 994円  
独自製法で柔らかくジュシー。鶏肉のおいしさと、醤油ベースタレのやさしい風味がマッチ



**[5983] 冷凍若鶏焼きつくね** 180g 626円  
若鶏のむね肉と砂肝を使用。大きく食べ応えのある焼きつくねです。柔らかいつくねの中にアクセントで コリコリ食感の砂肝



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



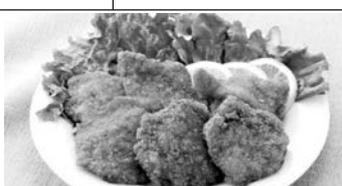
**休止**  
冷凍チキンカツ(和風醤油)  
にんにく・生姜・醤油が薫る和風のチキンカツ衣に混ぜ込んだパセリの彩りが良く、お弁当に入れても見栄えがします。



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



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



**[5975] 冷凍チキンソースカツ** 150g 670円  
カラッと揚げたムネ肉に、たっぷり絡んだ特製ソース



**[5976] 冷凍スパイシーささみカツ** 160g 670円  
数種類の香辛料がブレンドされたスパイスと、ほのかに香るカレー風味



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

記録的な酷暑の影響により、鶏の体重が増えにくく、原料肉が不足しております。ご迷惑をおかけいたしますが、一部商品が販売休止になっています。

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**



冷凍興農無塩漬  
[5824] ベーコンブロック 9P  
250g 1,890円

弱火で  
じっくり焼き上げて  
ステーキに

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

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

【温屠体制法】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 9P  
250g 1,890円

原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



[5823] 冷凍 興農  
無塩漬ロースハムブロック  
300g 2,570円

原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料

**つなぎ剤を一切入れないので  
肉本来の旨味が良く出ています**



[5828] 冷凍ウィンナーソーセージ  
150g 864円

[5825] 冷凍あらびきウィンナー  
150g 864円

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。

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



[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品質の良い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**



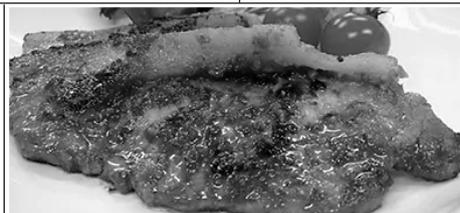
[5831] 冷凍ポローニア  
ソーセージ 200g 1,069円  
海の精と和三盆糖、少々香辛料で味付け。解凍後好みの厚さに切り、フライパンなどで焼いてどうぞ。

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。

# ネパリ・バザール

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



## ネパールの森から届いた天然はちみつ

チウリ&ルディオ 2種類の味をお楽しみ下さい！

ネパール奥地の村で採れたまじりけのないはちみつは、養蜂所の研究施設で、厳しい品質管理を経て販売される、まじりけのない天然ハチミツです。

はちみつ

翌々週配送

6310 はちみつミニセット・  
チウリ&ルディオ 1,026円  
チウリ30g、ルディオ30g



## 陸前高田の工房「椿のみち」

シンプルでピュアな  
クラフトチョコレート

LISAチョコレート

チョコレートのベースの原料はインド産カカオと、沖縄県産の黒糖・粗糖のみ。カカオバターも使わず、手間を惜しまず、カカオニブを72時間じっくり練り上げました。  
◇動物性原料不使用  
◇カカオ豆は、農業・化学肥料：栽培期間中不使用  
◇加工黒糖の原料のサトウキビは、農業は年に1回、化学肥料は年に2回使用。



## パリパリッとした食感と爽やかな甘味

たんかんオレンジを1つひとつスライスし、じっくり低温乾燥。

沖縄ドライフルーツ・たんかん

農業や化学肥料は使用していません。  
保存料、砂糖、植物油など、全て無添加です。  
【原材料】たんかんオレンジ（沖縄県やんばる）



沖縄ドライフルーツ

翌々週配送

6817 沖縄ドライフルーツ・たんかん 15g 680円

LISAチョコレート

翌々週配送

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

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

## ネパールの原料と国産のこだわり原料で作ったクッキー

シナモンクッキー

「ざくざく食感でやみつきになる」と、大人気のクッキーです。

クッキー

翌々週配送

卵不使用

6381	マサラティー	80g	464円
6382	ジンジャー	80g	464円
6383	レモンティー	80g	464円
6384	オレンジ	80g	464円
6385	シナモン	80g	464円
6386	ストレートティー	80g	464円
6387	コーヒー	80g	464円



## ネパール「カンチャンジャンガ紅茶農園」

有機栽培 最高級のSFTGFOPの紅茶葉  
一芯二葉の若葉を丁寧に手摘み

テトラタイプのお茶

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

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

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

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



## ネパール「ミランガーメント」

一つひとつ手作業で丁寧に作っています

コロコロわんこ

バッグや鍵など、日常使いの小物に。



手作り雑貨

翌々週配送

6312	コロコロわんこ	ホワイト	880円
6313	〃	・チョコ	880円
6314	〃	・マスタード	880円

【サイズ】(約) 3.5×5.5 cm  
【素材】羊毛100% ひも：綿

テトラティーバッグ手摘みのお茶

翌々週配送

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

クーネ化粧品

翌々週配送

6834	クーネ	リップ&スキンバーム (保湿クリーム)	8g	1,540円
6835	〃	エッセンスローション (化粧水)	100ml	2,420円
6836	〃	モイスチャークリーム (保湿クリーム)	30g	2,860円
6837	〃	アミノシャンプー	230ml	2,420円
6838	〃	モイストコンディショナー	230ml	2,750円
6839	〃	モイスチャー リキッド ソープ	230ml	2,090円
6840	クーネツバキオイル	(椿油)	30ml	3,080円
6841	トライアル スキンケアセット		1セット	1,100円

【内容】エッセンス ローション20ml・モイスチャー クリーム5g



## 東北XNepal 自然派コスメ クーネ

クーネツバキオイル

気仙地域と伊豆諸島、  
国産藪椿の実100%使用。

【全成分】ツバキ種子油  
【ご使用方法】適量を清潔な手に取り、お顔や髪、全身になじませます。



天然由来100%のスキンケア。

ご旅行にも便利です。まずはお試しください！  
クーネ トライアル スキンケアセット

【セット内容】クーネ エッセンス ローション (化粧水) 20ml・クーネ モイスチャー クリーム5g