



Vegeta

ベジタ

ポラン広場の宅配



商品カタログ

No.250



SPOT 希少なオーガニック干し椎茸 有機栽培どんこ椎茸
厳選した大分県産の原木を使い、大切に育てられた有機JAS認証の原木椎茸です。大型で肉厚な傘を持ち、香りや歯ごたえが良いのが特徴です。
お煮しめなどの和食、お鍋に最適。
原材料…しいたけ（原木）



煮豆に

SPOT 大粒の2Lサイズ 丹波黒豆

丹波篠山地方厳選の丹波黒大豆です。兵庫県と京都の県境に位置する丹波篠山は、古くから黒豆の名をはせて来ました。煮豆や黒豆ご飯にどうぞ。
原材料…黒大豆（兵庫県産）



栗きんとんに

SPOT 国内産の無漂白の栗を使用 国産栗甘露煮・ビン

国産の無漂白の栗を、てんさい糖のシロップで甘露煮にしました。栗きんとん作りに。またお茶うけ、おしるこやぜんざいの彩りに。
原材料…栗（熊本県産）、砂糖/酸化防止剤（ビタミンC）、クチナシ色素



年末年始におあめ商品をご用意いたしました



SPOT きりたんぼ鍋に 有機きりたんぼ

契約農家による、合鴨農法で育てた「有機米あきたこまち」使用のこだわりきりたんぼです。
お鍋、おでん、味噌汁など、煮ても焼いてもおいしくいただけます。
原材料…有機うるち米（秋田県産）、食塩



比内地鶏濃縮スープ

比内地鶏のガラ肉をじっくり煮込みました。有機きりたんぼ・鶏肉・きのこ・ささがきごぼう・ネギを合わせて、きりたんぼ鍋に。

原材料…醤油（小麦・大豆を含む）、発酵調味料、比内地鶏ガラ、比内地鶏肉、かつおぶし、昆布、食塩、砂糖

高品質で本物の素材にこだわった、美味しい逸品！
便利な有機天ぷら粉もご利用ください



■年末年始好適品

9p	SPOT 2020 丹波黒豆	200g	1,825円
10p	SPOT 1926 国産栗甘露煮・ビン	320g	2,106円
3p	SPOT 2018 有機天ぷら粉	300g	594円
2p	SPOT 2019 有機からあげ粉	100g	421円

SPOT	1927 有機きりたんぼ	210g	799円	4p
SPOT	1928 比内地鶏濃縮スープ	200ml	530円	3p
SPOT	2513 有機栽培どんこ椎茸	30g	853円	4p
SPOT	2511 干しいたけ・どんこ（大）	45g	1,129円	242円
SPOT	1902 有機大豆使用にがり凍み豆腐	6枚	421円	464円

配送曜日	月	火	水	木	金	注文の締め切り
注文書回収	12/1	12/2	12/3	12/4	12/5	注文書回収の翌日12:30迄
商品配送	12/8	12/9	12/10	12/11	12/12	金曜コースの方は 月曜日の12:30迄です
翌々週配送品	12/15	12/16	12/17	12/18	12/19	一部商品、配送が左記以降となります。 ★祝祭日も休まず配送します

■お問い合わせの電話番号と受け付け時間のご案内

フリーダイヤル
0120-094831（24時間受付）
フリーダイヤルは、終日、留守番電話での受付ですので、必ず、会員番号・お名前・ご用件をお話して下さい。ご注文の変更は、カタログNo.・商品品番・商品名と変更内容を録音して下さい。尚、お急ぎでないご連絡やクレームは、注文書裏面のベジタホットラインをご利用頂くか、FAXフリーダイヤルをご利用頂けますようお願いいたします。
※お急ぎの場合は、029-869-9031：9:00～15:00（月～金）
（12:30～13:30、15時00分以降は留守番電話となります）
FAX **フリーダイヤル**
0120-298338（24時間受付）
E-mail mail808@vegeta.co.jp（メールからのご注文はお受けできません）
■有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』
http://www.vegeta.co.jp（ご注文も受け付けます）
ポラン広場の宅配 株式会社ベジタ 〒300-2647つくば市手子生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



豊富なカルシウム たんぱく質や油と取ると吸収率UP 小松菜

β-カロテン、ビタミンK、ビタミンB群、C、カルシウム、鉄、食物繊維など様々な栄養素を含んでいます。特にカルシウムはホウレンソウの3倍以上含んでいます。骨にカルシウムを沈着させる作用のあるビタミンKの含有量も豊富です



海苔びたし

【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	
小かぶ	1束	栃木・田島嘉存さん	
小松菜	1束	茨城・萩原ファーム	
チンゲンサイ	1束	茨城・旭農園	
しめじ（ヒラタケ）	100g	茨城・チャイルドウッズ	

[0102] 果物野菜セット 1,620 2,000 円			
果：表組に表示			
じゃが芋/男爵	700g	北海道・渡部信一さん	
ごぼう	300g	岩手・みちのく有機	
キャベツ	1/2ヶ	千葉・佐原農産物供給センター	
チンゲンサイ	1束	茨城・旭農園	
キウイ	250g	栃木・赤羽根和郎さん	
りんご 王林	1ヶ	青森・新農業研究会	
柚子 改良大	250g	茨城・枝農場	

[0103] 畑コラボセット 540円	
旬の野菜や少量出荷の野菜をお届け!!野菜・果物野菜セットとの重複あり	

[0104] 根菜ミニセット 841 886 円	
玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g	

品番	品名	規格	価格(税込み)
★ 0105	玉ねぎ	700g	410
0106	" 徳用	1.4kg	780 820
北海道・田中正広さん/防除0			
果 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	313
0110	" 徳用	1kg	595 626
茨城・常総センター/防除0			
★ 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 紅はるか	700g	346
0114	" 徳用	1.4kg	657 691
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 1166
千葉・佐原供給センター/防除2			
★ 0117	里芋	500g	346
0118	" 徳用	1kg	657 691
栃木・田島嘉存さん/防除0			
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)
果 0120	ごぼう	300g	335
岩手・みちのく有機/有			
0121	蓮根	500g	551
茨城・常総センター/防除0			
0122	長ねぎ（泥）	300g	324
0123	" ダブル	300g×2	616 648
千葉・林 昭一さん/防除4			

スライスして冷凍が便利

玉ねぎ
繊維が壊れて火の通りが早くなるので調理時間を短縮できます。餡色に炒めてからの冷凍もおすすめです。



**玉ねぎとキャベツの
梅風味スープ**
油揚げは短冊切、玉ねぎは薄切り、練り梅を入れて、和風のおだしどうぞ

**ホクホクとした食感
上品なほどよい甘さ**
さつま芋 紅東
加熱すると甘みがぐんと増すので、焼き芋はおすすめ



甘みと食感が絶妙にマッチする天ぷらは、ホクホク・サクサクが楽しめます。

さつまいもの天ぷら
[2158] 国産なたね油 450g 918円 5p



「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



体の芯からあたたまる ポトフ

寒くなると、野菜が甘くなるのは
糖分を増やして、凍らないように身を守るから
寒さの中で育った野菜は、それだけでごちそうです



[0128] ブロccoli
1ヶ 313円
茎もおいしく召し上がれ

[0122] 長ねぎ(泥)
300g 324円
クタクタに煮込んでもおいしい

[0104] 根菜ミニセット
1セット 841 ~~888~~円
玉ねぎ 500g・ジャガ芋
500g・人参 500g が入った2
~3 人家族にちょうど量です

[2509] 野菜でうまみ食塩無添加
3.5g×6 335 ~~389~~円

[2313] 直火焙煎
クリームシチュール
120g 394 ~~454~~円

まとめて作って
翌日は味変♪



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



寒さに耐えて
芯まで甘くなりました
大根

厳しい寒さにさらされることで、
大根は自らを守るためにデンプン
質を糖に変えます。そのため、冬大
根は、甘みが強く、みずみずしさが
格別です。

繊維が緻密で煮崩れしにくく、だ
しをよく吸い込むので、とろける
ような口当たりに。もちろん、サラ
ダや大根おろしとしても。

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



スペアリブと煮物に
骨つきマグロから出る深い
コクと、とろける大根の調和
を楽しんで♪

大根とツナのポン酢サラダ
さっぱりポン酢味に青のり
を添えて

[1615] 冷凍マグロスペアリブ
500g 680円

[2154] 有機ポン酢醤油 3p
250ml 464円

★	産地 変更	0124	大根	1本	227
★			栃木・田島嘉存さん/有		
★	野	0125	小かぶ	1束	205
★			栃木・田島嘉存さん/防除0		
★	****		白菜		終了
★	果	0126	キャベツ	1/2ヶ	248
★		0127	"	1ヶ	472 497
★			千葉・佐原農産物供給センター/防除1		
★		0128	ブロッコリー	1ヶ	313
★			千葉・佐原供給センター/防除6		

★	0129	ほうれん草	1束	324
		千葉・佐原供給センター/防除0		
野	0130	小松菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0 茨城・萩原ファーム/防除0		
	0131	水菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0132	ベビーみずな	1p	151
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
野果	0133	チンゲンサイ	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		



かぶら鍋
大根おろしのかわりに、小か
ぶを皮ごとすりおろしてど
うぞ

[1751] 冷凍まぐろつみれ 3p
180g(11-13ヶ入) 545円
[2167] 寄せ鍋スープ
600g 281 ~~324~~円



キャベツのミルフィーユ鍋
ざく切りのキャベツに豚バラ
肉やベーコンを挟んで大きい
鍋に敷き詰めて煮込む

[1125] 冷凍健康豚
バラスライス 150g 708円
[1403] 冷凍放牧豚ベーコン
スライス 65g 437円



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

[0515] 焼き豆腐 2p
300g 243円



豚キムチ鍋
チンゲンサイやもやしをたっ
ぷり入れて。「追い」キムチも
おすすめ

[2168] キムチ鍋スープ
600g 281 ~~324~~円

[0615] 白菜キムチ
200g 373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	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(税抜き)
***** かぼちゃ 九重栗			
0134	ハラペーニョ	70g	259
茨城・ハーブスマン's/防除0			
0135	葉つき唐辛子	10本	248
茨城・ハーブスマン's/防除0			
0136	ベビーリーフ	50g	162
茨城・HATAKEカンパニー/防除0			
0137	パクチー (コリアンダー)	30g	281
茨城・ハーブスマン's/防除0			
★ 0138	ローズマリー	10g	281
茨城・ハーブスマン's/防除0			
0139	にんにく	1ヶM	302
岩手・みちのく有機/有			

**肉厚で黒い汁が出にくい
まいたけ**
北海道産原料99%*使用した
無農薬栽培
※白樺のオガくず、大豆粕、小麦ふすま

傘は肉厚で、歯ごたえが良く、独特の食感とうま味があり、調理しても繊維が残りシャキシャキと舞茸ならではの食感が堪能できます。

**爽快な香り！
万能ハーブ
ローズマリー**
独特の強い香りで肉や魚の臭みを消し、風味豊かに仕上げます。

**鶏むね肉と照り焼きに
照り焼きの甘じょっぱい風味とローズマリーの爽やかな香りとマッチ。冷めても美味しいお弁当にも最適です**

**豆の風味と食感の良さで
主役級！**

小大豆もやし
大豆の旨みがしっかり生きています。加熱してもへたらないので、炒め物に最適です。

小大豆もやしのナムル
熱しすぎるとシャキシャキ感が失われるため、短時間でさっとゆでるのがポイントです

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



天ぷら
食べやすい大きさに手でほぐし、衣をつけてサクッと揚げる
[2018] 有機天ぷら粉 300g 594円

鮭とにんにく醤油炒め
旨味たっぷりの鮭とまいたけに、すりおろしニンニクとバターの風味。
[1610] 冷凍紅鮭(甘塩) 2切れ 983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	369 389
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			
野 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・北村きのこ園/対象外			
0211	有機小粒なめこ	80g	205
新潟・割野きのこ組合/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・南国きのこ苑/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	123 139
栃木・上原園/対象外			
★ 0219	小大豆もやし	200 g	91
0220	" ダブル	200g×2	172 187
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			

ねっとりホクホク！

里芋と油揚げの炊き込みご飯

炊飯器に米、酒・みりん・塩・醤油・水を入れる。油揚げと里芋をのせて、炊飯する

[0516] 油揚げ 2枚 238円 2p
[0117] 里芋 500g 346円

啄木米は...1991年に、有機農業を勉強していた有志6名が、「無天塾」を立ち上げ、合鴨農法を取り入れて本格的に有機米の生産拡大を行ってきました。2000年には、岩手県第一号の「有機JAS」認定を受けました。石川啄木が愛した水と空気が綺麗なふるさとで作った安心のお米です。



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			
果 0303	キウイ	250g	313
0304	" ダブル	250g×2	595 626
栃木・赤羽根和郎さん/有			

見かけの悪いバナナって？

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



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

バナナ・ソイラテ

①バナナ 1/2 本を小さくカットする。インスタントコーヒー小さじ1をお湯大さじ1で、溶く。②豆乳150cc、バナナ、インスタントコーヒーをミキサーにかける。甘さは、ハチミツやアガベシロップなどでどうぞ。

[2656] 豆乳で元気 3パック
125ml×3 535円



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

★ 果 0305	りんご 王林	500g	518
0306	" 徳用	1kg	759 800
0307	" 徳用	2kg	1487 1600

青森・新農業研究会/防除12

★ 初 0308	りんご シナノゴールド	2ヶ	518
0309	" 徳用	1kg	759 800

青森・新農業研究会/防除12

品番	品名	規格	価格(税込み)
★ 0315	みかん	750g	410
0316	" 徳用	1.5kg	796 821
0317	" 徳用	3kg	1527 1642
静岡・山田農園/防除0			
0318	レモン	250g	324
0319	" 徳用	500g	616 648
熊本・福島柑橘園/有			
果 0320	柚子 改良大	250g	302
茨城・枝農場/防除0			

焼いて食べると 実はおいしい♪

みかん

トースターなどで焼くことで水分が蒸発し、成分が濃縮されて甘みが増します。

食感はトロツとジューシーなジャムのように！皮のままオーブントースターに並べ、天地は返さずに皮に焦げ目がつくまで焼いてみてください



★ 0321	ラ・フランス	750g	977
0322	" 徳用	1.5kg	1818 1955
山形・太田農園/防除25			

果物の女王 とろける果肉と気品ある香り

洋梨 ラ・フランス

軸がしおれてきて、まわりにシワが現れます。軸まわりの盛りあがりを軽く押してみて、やや柔らかさを感じるようになったら食べごろです

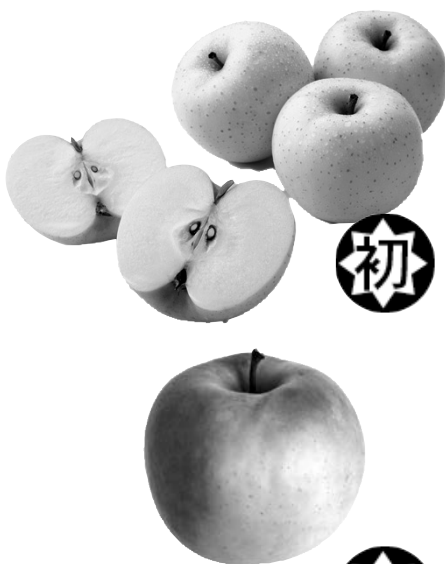


★ 0310	りんご ふじ	500g	518
0311	" 徳用	1kg	759 800
0312	" 徳用	3kg	2208 2400

青森・新農業研究会/防除12

★ 初 0313	りんご こうこう	2ヶ	518
0314	" 徳用	1kg	759 800

青森・新農業研究会/防除12



初

初

果汁たっぷり 黄金色のりんご りんご シナノゴールド

サクサクと引き締まった歯ごたえが楽しい。甘味の中にしっかりとした酸味。柑橘類のようなさわやかな風味

甘く 香りがよく 酸味も穏やかで、多汁 りんご こうこう

黄色いリングでは珍しい蜜が入りやすいタイプの林檎で甘さもあり酸味もおだやか。香りも良くシャキッとした食感が楽しめます。



そばかす顔で特有の香り 王林

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



甘味と酸味のバランスが 絶妙

りんご ふじ

甘味・酸味・歯ごたえの三拍子が揃った人気品種。蜜が入りやすく、果汁もたっぷりです。

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



岩手・活農集団無天塾
岩手山の麓の盛岡市、八幡平市、軽米町で、合鴨を利用し、有機米や有機もち米を栽培しています

活農集団無天塾は、有機農業を勉強していた有志6名で結成され、中村商店とともに有機啄木米の生産を始めました。1991(平成3)年に合鴨農法を始め、2000(平成12)年には岩手県第一号の有機JASを取得しました。

お米

▽田島嘉存さん(コシヒカリ)▽ 栃木・田島嘉存さん

新米	0401	田島さんの玄米	5kg	5400	有
	0402	〃	3kg	3240	有
	0403	田島さんの白米	5kg	5400	有
	0404	〃	3kg	3240	有

▽赤羽根和郎さん(コシヒカリ)▽ 栃木・赤羽根和郎さん

新米	0406	赤羽根さんの白米	5kg	5400	有
----	------	----------	-----	------	---

▽大熊農場(にじのきらめき)▽ 茨城・大熊農場

新米	0407	大熊さんの玄米	5kg	4784	防除1
----	------	---------	-----	------	-----

▽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

新米	0408	庄内協同ファームの玄米	3kg	2700	防除1
----	------	-------------	-----	------	-----

▽さゆり米(コシヒカリ)▽ 福島・緑と太陽の会

新米	0411	玄米(さゆり米)	2kg	3,164	防除0
	0412	〃	5kg	7,841	防除0
	0413	胚芽米(さゆり米)	2kg	3,229	防除0
	0414	〃	5kg	7,992	防除0
	0415	白米(さゆり米)	2kg	3,283	防除0
	0416	〃	5kg	8,132	防除0

▽さゆり米(コシヒカリ・ひとめぼれ)▽ 福島・緑と太陽の会

新米	0417	玄米(さゆり米)	2kg	2,668	防除1
	0418	〃	5kg	6,588	防除1
	0419	胚芽米(さゆり米)	2kg	2,722	防除1
	0420	〃	5kg	6,728	防除1
	0421	白米(さゆり米)	2kg	2,786	防除1
	0422	〃	5kg	6,880	防除1

▽啄木米(あきたこまち)▽ 岩手・無天塾

新米	0423	有機玄米	5kg	5,402	5,827 有
	0424	有機胚芽米	5kg	5,557	5,789 有
	0425	有機白米	5kg	5,702	5,940 有
	0426	有機玄米	5kg	4,666	4,800 防除1
	0427	有機胚芽米	5kg	4,811	5,044 防除1
	0428	有機白米	5kg	4,966	5,173 防除1

▽もち米(白米)▽

0430	餅米 白米	1kg	1253	有
------	-------	-----	------	---

岩手・無天塾／品種:ヒメノモチ

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

▽雑穀など▽

0431	有機古代米(白山紫黒)	300g	1080	
0432	色々米	1kg	1922	
0433	有機啄木粉発芽玄米	1kg	1696	
0434	胚芽押し麦	1kg	594	

レトルトおかゆ・ご飯

0435 有機十割かゆ(しろかゆ) & 有機玄米粥セット 1セット 410 ~~432~~

0436	有機十割かゆ(しろかゆ)	200g	216	
0437	〃 徳用	200g×5	1026	1080
0438	有機玄米粥	200g	216	
0439	〃 徳用	200g×5	1026	1080

▽発芽玄米おにぎり(レトルト)▽

0441	有機発芽玄米おにぎり	90g×2	464	
0442	〃 徳用	上記4パック	1765	1856
0443	有機発芽玄米おにぎり	しそ 90g×2	486	
0444	〃 徳用	上記4パック	1847	1944

めか

0455	翹屋甚平・熟成めか床	1kg	702	
0456	〃 容器入	1.2kg	972	
0457	〃 補充用	400g	464	
2227	翹屋甚平・浅漬の素	500ml	529	

卵

便利なツインパック

国内指定農場でエサを吟味し育てたうずらの玉子の水煮です。水煮する際、添加物を使用せず、食塩のみで仕上げています。

うずら卵水煮

[0504] 6ヶ×2

389円 2p

[0505] 〃 ダブル

上記2p

746 ~~778~~円



うずらの卵入りポテトサラダ

[0107] じゃが芋 700g 389円

0501	平飼有精卵	10ヶ	610	
0502	〃 ダブル	上記2p	1159	1220
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	2p
0505	〃 ダブル	上記2p	746	778
0506	味付けうずらの玉子	10ヶ	448	

豆腐・揚げ

▽ごま豆腐▽

0507	高野山ごまとうふ 白	120g×2	324	
0508	〃 黒	120g×2	324	
0509	〃 金	100g×2	324	

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



**型くずれしにくく
味がしみこみやすい** 2p
[0515] 焼き豆腐 300g 243円
 すき焼き風肉豆腐
 焼き豆腐は味や食感がしっかりしてるから、甘辛いタレで煮込むと相性もバッチリです
**[1121] 冷凍健康豚
ローススライス** 4p
150g 795円

▽茨城 嘉倉▽

0510	絹豆腐	350g	243
0511	ちりめん豆腐	250g	270
0512	寄せ豆腐	250g	270
0513	寄せ豆腐(ごま)	250g	297
0514	木綿豆腐	350g	243
2p	0515 焼き豆腐	300g	243
2p	0516 油揚げ	2枚	238
	0517 すし揚げ	2枚	238
	0518 〃	4枚	475
	0519 小揚げ	35g×6	259
	0520 厚揚げ	200g	259
	0521 絹厚揚げ	250g	270
	0522 がんもどき	130g	265
	0523 小がんもどき	35g×3	265

▽埼玉 島田食品▽

0524	国産有機木綿豆腐	300g	248
0525	国産有機固木綿豆腐	300g	275
0526	国産有機ミニ木綿豆腐	150g	189
0527	国産有機絹豆腐	300g	248
0528	国産有機ミニ絹豆腐(充填)	150g	184
0529	国産有機よせ豆腐	200g	184

▽東京 丸和食品▽

0530	水切り押し豆腐	220g	297
1p	0531 生オカラ	200g	205
	0532 五目厚揚げ	100g×2	329
	0533 えび入り京がんも	5ヶ	292
	0534 京がんも	7ヶ	351
	0535 ひじき入り京がんも	7ヶ	346
	0536 青豆入り貝だくさんがんも	2枚	346
	0537 えび入り貝だくさんがんも	2枚	486
	0538 ねぎ入り貝だくさんがんも	2枚	464
	0539 味付いなりあげ	6枚	324
	0540 味付桜えび入京がんも	10ヶ	367
	0541 味付けうの花	150g	340
	0542 白和え	150g	281

**栄養素も高く、ヘルシー
女性の健康にも頼もしい味方**

国内産大豆 100%使用。大豆の旨みが残った、しっとりタイプ

生オカラ 1p
[0531] 200g 205円
SPOF [0556] 〃ダブル
上記2ヶ 394 440円

卵の花
 まとめて作って冷凍。サラダ
 やコロッケにしてリメイク



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

納豆

ひきわり 青森産 1p
[0552] 40g×2 214円
SPOF [0557] 上記2セット
411 428円
 青森県産大豆100%。自社焙煎、挽きたての新鮮大豆で製造。



▽登喜和食品▽

0543	北海道100 登喜和カップ3	30g×3	346
0544	十勝の息吹 小粒カップ3	30g×3	329
0545	遊作(経木/小粒)	80g	400
0546	産直納豆 小粒カップ2	30g×2	238
0547	産直納豆 大粒カップ2	30g×2	238
0548	産直納豆 ひきわりカップ2	30g×2	248
隔週	0549 黒大豆テンペ	100g	545

▽ひげた食品▽

0550	安曇野 藻塩 長野産大豆	45g×2	231
0551	実花 茨城産小粒	45g×2	214
0552	ひきわり 青森産	40g×2	214
0553	大粒 北海道産	45g×2	214
0554	国産そばろ納豆	100g	324

漬け物

[0614] マイルドしば漬 2p
90g 421円
 きゅうりと生姜、しその葉を塩漬け、乳酸発酵によるやわらかな酸味

ゆでキャベツと和えもの
 ゆでたキャベツとしば漬けを和え、和風ピクルス風。しんなりキャベツとコリっとし
 ば漬けの食感が楽しい



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
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
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	刻みみふ菜	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
0616	千枚漬	100g	508
0617	紅千枚漬	100g	508
0618	カップ入切千枚漬	140g	475
0619	カップ入紅切千枚漬	140g	475

▽梅干し▽

0620	有機・梅干	180g	918
0621	有機南高梅	180g	1274
0622	有機小梅	100g	1210
0623	有機ねり梅	100g	670



新商品や SPOT 商品
お得なセットなど大集合!!

今週のおすすめ惣菜



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。



[0826] 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）



[0827] 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

自福岡・成清海苔店
有明産・秋葉一番
上質な焼き海苔を
シマシマな海苔ふりかけ！
シンプルな海苔を味付け

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



[0828] 冷蔵しらす干しダブル
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



[0829] 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。



[0830] ちりめん山椒佃煮ダブル
SPOT 40g×2 1,215 ~~1263~~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

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）

ご飯がすすむあと一品！
国産筍に鰹節とだしで
薄味仕上げ



[0833] 竹の子土佐煮ダブル
SPOT 60g×2 660 ~~686~~円

炊飯器に入れて混ぜるだけ
遠忠食品の便利なご飯の素セット



**[0834] 国産きのこご飯の素
ダブル**
SPOT 170g×2 1,006 ~~1033~~円



[0835] 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

凍結乾燥と赤だしのコク
を雲わかれと
自然乾燥の味を
1袋分を風味増し
熱湯を注いで入れ
熱湯を注いで入れ
熱湯を注いで入れ

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。



**[0836] 冷蔵ふんわり豆腐
ハンバーグダブル**
SPOT 90g×3×2p 1,130 ~~1177~~円

※電子レンジで1個あたり3分程、加熱して下さい。

豆腐にひじき 胡麻にごぼう
食物繊維とカルシウムたっぷり



[0837] 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、胡麻
※電子レンジで温めてください。



**[0838] 国産野菜で作ったベジタリアンのための野菜カレー
ダブル**
SPOT 200g×2 776 ~~806~~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、植物性油脂、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、ピーナッツペースト、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

動物性原料をはじめ、
保存料や着色料は
使用しておりませんので
ベジタリアンの方のみならず
健康に気をつけ方にも！



**[0839] 国産野菜で作ったベジタリアンのための豆カレー
ダブル**
SPOT 200g×2 776 ~~806~~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
物油脂、小麦粉、昆布だし、砂糖、マンゴーチャツネ、
香辛料、食塩、醤油、ピーナッツペースト、カレー粉、
味噌、発酵調味料、酵母エキス、ココアパウダー

動物性原料をはじめ、
保存料や着色料は
使用しておりませんので
ベジタリアンの方のみならず
健康に気をつけ方にも！



**[0840] 国産野菜で作ったベジタリアンのための根菜カレー
ダブル**
SPOT 200g×2 776 ~~806~~円

原材料…国産野菜（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、
ピーナッツペースト、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

国産人参、れんこん、ごぼう
玉ねぎ、にんにく、野菜を
数種類のスパイスで
煮込み、コクと深みのある味に
仕上げました。



**[0841] AUGA OGミネストローネ
ダブル**
SPOT 400g×2 1164 ~~1206~~円

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

9種類の野菜が
スリッパ
濃厚な味わい
スリッパ
濃厚な味わい
スリッパ



**[0842] AUGA OGコーンスープ
ダブル**
SPOT 400g×2 1164 ~~1206~~円

原材料…有機とうもろこし、有機ココナツ
ツクリーム、有機コーンパウダー、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

大人から子どもまで
甘みのあるコクに
粒の食感も残り、
食べ応えも十分。



**[0843] 豆乳仕立てのじゃがいもスープ
ダブル**
SPOT 180g×4 705 ~~734~~円

原材料…豆乳（大豆を含む）、じゃがいもペース
ト、スープベース（小麦粉、デキストリン、オニ
オンパウダー、チキンオイル、チキンエキスパウ
ー、香辛料）、砂糖、食塩/重曹

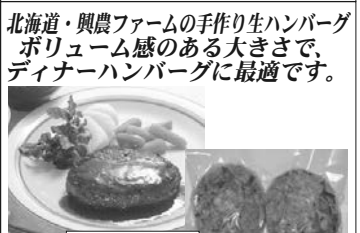
じゃがいもと、有機大豆を
使用した豆乳で、まろやか
な口当たりと自然な風味に
仕上げたスープです。
温めるだけでおいしいス
ープができます。



**[0844] 豆乳仕立てのにんじんスープ
ダブル**
SPOT 180g×4 705 ~~734~~円

原材料…豆乳（大豆を含む）、スープベース
（小麦粉、デキストリン、オニオンパウダー、
チキンオイル、チキンエキスパウダー、香辛
料）、にんじん濃縮汁、砂糖、食塩/重曹、

温めるだけでおいしいス
ープができます。
温めるだけでおいしいス
ープができます。



**[0845] 北海道・興農ファームの手作り生ハンバーグ
ボリューム感の大きなで、
ディナーハンバーグに最適です。**

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。

翌々週配送

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

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	454
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
	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
	0719	国産味付メンマ	90g	572
2p 隔週	0720	竹の子土佐煮	60g	340

▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

	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	国産きのこご飯の素	170g	518
	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	フリーズドライ わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	フリーズドライ 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 (12/15~12/19)



[5617] 冷凍 メヒカリ唐揚げ 3p
110g 626円

淡泊な白身ながらも脂のついたメヒカリは、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ただけ。



[5621] 冷凍 さば南蛮漬け 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、手軽に南蛮漬けができます。

☆価格は税込み

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	レトルト ベジタリアンのための野菜カレー	200g	464 3p
	0814	レトルト ベジタリアンのための豆カレー	200g	464 3p
	0815	レトルト ベジタリアンのための根菜カレー	200g	464 3p
	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
	0819	AUGA・OGマッシュルームスープ	400g	600
	0820	AUGA・OGミネストローネ	400g	600 3p
	0821	AUGA・OGコンソースープ	400g	600 3p
	0822	豆乳仕立てのじゃがいもスープ	180g	184 1p
	0823	豆乳仕立てのにんじんスープ	180g	184 1p
	0824	豆乳仕立てのかぼちゃスープ	180g	184
	0825	豆乳仕立てのとうもろこしスープ	180g	184

▽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 メヒカリ南蛮漬け	130g	567 3p
翌々週	5616	冷凍 ブリ甘酢あんかけ	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 さば南蛮漬け	140g	626 3p
翌々週	5622	冷凍 白身魚の梅しそチーズ+さば南蛮漬け	120g+140g	1341 1382

▽興農デリカ▽

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

土佐佐賀産直組合 翌々週配送品 (12/15~12/19)



[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込み、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られます。

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

**少量500mlサイズ
ビン200mlサイズ**
東毛酪農低温殺菌牛乳63℃
組合生産者28戸の生乳だけで限定して作られる、
東毛酪農のスタンダード商品です。
パスチャライズド63℃30分殺菌。
ノンホモジナイズド牛乳です。



牛乳の殺菌方法

牛乳の殺菌方法は、その温度と時間により「超高温殺菌」「高温殺菌」「低温殺菌」の3種類に大別されます。
現在、一般的に多く出回っている牛乳は「超高温殺菌」と呼ばれる120℃～130℃で短時間2～3秒間で殺菌処理されたものです。

乳製品

※ビン容器を回収します。
きれいに洗って返却して下さい。

▽牛乳・乳飲料▽

2p

1p

0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	464
0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml	281
SPC 0950	" ダブル	上記2p	539 562
0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ (ビン)	200ml	205
SPC 0951	" ダブル	上記2p	398 419
0904	パスチャライズドコーヒー (ビン)	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	650 679
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

トーストやグラタンなどに 幅広くご利用ください

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。

原材料…ナチュラルチーズ（生乳（北海道十勝産）、食塩）



▽よつ葉チーズ▽

4p

0911	チェダーチーズ	100g	432
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

豆乳グルト

翌々調配送品 (12/15～12/19)

5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	346
5316	" ダブル	上記2p	670 691

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

ジャム・蜂蜜類

協賛

0915	国産いちごのジャム	200g	599 762
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 (12/15～12/19)	
5419	ピーナッツペースト	150g	1,053

5p

ノヴァ 干しいちじく

トルコ・イズミール地方で栽培された、皮の薄いスミルナ種を、完熟した最大サイズの粒だけを限定して収穫・加工。農薬や化学肥料を一切使わない有機認定品です。消化酵素も豊富なヘルシー食品。

パンやお菓子の材料にはもちろん、そのままおやつやチーズに添えたり、料理の隠し味などに幅広くご使用いただけます。

原材料…有機いちじく（トルコ）



ノヴァ 干しあんず

ホールタイプの種なしアプリコットです。トルコ・マラティア地方産の、甘みが強く酸味の少ない有機あんずを、一番大きなサイズに限定して収穫・加工しました。

ミネラルが多く、整腸作用と疲労回復の効果もあります。

原材料…有機干しあんず（トルコ）



ノヴァ ドライ克蘭ベリー

濃い赤色と甘酸っぱい風味が特徴の有機ドライ克蘭ベリー。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…有機ドライ克蘭ベリー（米国）、有機砂糖、有機サンフラワーオイル



ドライフルーツ・ナッツ

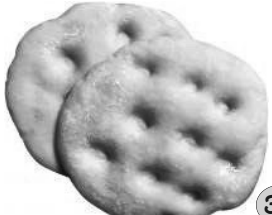
0920	レーズン	120g	497
0921	プルーン（種あり）	150g	842
0922	干しいちじく	150g	972
0923	干しあんず	100g	778
0924	ドライ克蘭ベリー	70g	605
0925	ドライブルーベリー	60g	1,026
0926	ウォールナッツ（くるみ）	80g	886
0927	ローストアーモンド	80g	864
0928	ローストカシューナッツ	80g	1,058
0929	ローストヘーゼルナッツ	80g	799
0930	オレンジスティック	80g	680
0931	有機オリーブの宝石	100g	1,058
0932	有機ナッツふりかけ	53g	950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

5p

4p

3p

天然酵母パン ザクセン

ほんのり甘いかぼちゃの入った デニッシュパン  [1069] かぼちゃデニッシュ 2ヶ 605円 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	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 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	北海道産小豆 餡でつくった あんパンです。  [1070] あんパン 2ヶ 513円 原材料…あんこ、小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、ごま（ポリビア産オーガニック）	アップ生地によつて蒸 折り込みました。バターと アップ生地によつて蒸 折り込みました。バターと  [1071] アップルリング 1ヶ 961円 原材料…小麦粉（国産）、アップルプレザーブ、バター（国産）、洗双糖、有機アーモンドスライス、天然酵母、天塩
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  [1079] サンドイッチブレッド 4枚 335円 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	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 497円 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、菜種油、天然酵母、米粉、天塩	パルメザンチーズを 乗せて焼きました。  [1085] チーズのプチパン 3ヶ 470円 原材料…小麦粉（国産）、パルメザンチーズ、洗双糖、天然酵母、天塩	シンプルなピザ生地 直径約16cm、厚み約2cm  [1086] ホシノ酵母のピザ台 2ヶ 464円 原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩、洗双糖
有機JAS認証 オーガニック食パン  [1078] 有機食パン（6枚スライス） 6枚切り 632円 原材料…有機小麦粉、有機砂糖、天然酵母、食塩	オーガニック レーズン入り食パン  [1056] ぶどう食パン 1斤 605円 原材料…小麦粉（北海道産）、オーガニックレーズン、天然酵母、洗双糖、天塩	広島・おへそ  [1091] 冷凍ピザクラスト 2枚18cm 713円 4p 原材料…小麦粉（熊本産）、全粒粉（広島産）、天日塩（オーストラリア産）（一部に小麦を含む） 石窯で素焼きした プレーンな ピザベースです。 国産小麦100%。 生地は粉・塩・水のみで じっくり発酵させる 伝統製法ピザ。 自然解凍後、 お好みのソース、 トッピングを載せて オーブンで焼いて下さい。	

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

パン

規格は生地の重量表記です

型油…なたねサラダ油を使用

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

3p	1051	食パン	糖	1斤	486
	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
	1055	国産16穀食パン	糖	6枚	616
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	605
	1057	バケット	糖	400g	491
	1058	パタール		230g	486
	1059	クロワッサン	糖・バ	2ヶ	562
	1060	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	621
2p	1061	プチパン	糖	5ヶ	518
	1062	ごまコッペ	糖	1ヶ	443
	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
	1065	よもぎパン	糖	5ヶ	621
	1066	ベーグル（プレーン）	糖	約70g×3	643
	1067	シナモンロール	糖・バ	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・バ	2ヶ	621	
1069	かぼちゃデニッシュ 糖・バ	2ヶ	605	3p
1070	あんぱん 糖	2ヶ	513	3p

▽おへそ▽

1091	冷凍 ピザクラスト	2枚18cm	713	4p
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	

つぶあん入り

よもぎとあんこの相性が抜群
ザクセン よもぎあんぱん

北海道産小麦粉、国産よもぎ粉末を使用したパン生地の中に、北海道産有機小豆を使用したあんこを包み、焼き上げました。

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

**[1081] よもぎあんぱん** 2ヶ 513円 3p

凡例★ 会員さん・スタッフのおすすめ			
ポイント	品番	品名	規格 価格(税込み)



サクッとした長いもと、豚肉が美味しい！
豚肉と長芋のオイスター炒め

作り方…①長いも100gは厚さ1cmの半月切り。豚肉150gは2cm幅に切る。②（オイスターソース大さじ1/2、醤油・酒大さじ1・蜂蜜大さじ2/3、すりおろしにんにく1片分）を混ぜ合わせておく。③フライパンに油を熱し、豚肉の表面がカリッとするまでしっかり炒めて一旦皿に移す。④フライパンに油を足して、長いもを焼く。両面カリッと色よく焼いたら塩、胡椒をして豚肉を戻し入れる。⑤②を回し入れて、火を強めて絡める。水分が飛んだら、火を止めて、塩、胡椒で味を調える。

[2207] オイスターソース 115g 518円
 [0119] 長芋 250g 292円

冷凍 健康豚 ローススライス
 赤身と脂身のバランスがよく、キメが細かく柔らかな肉質が特徴です。
 ロースの脂は上質では旨みと風味があります。



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。さらっとしてい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、炒め物や煮物など〇に。				
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のふもとで飼育し、飲み水は地中を流れる伏流水を井戸で汲み上げ与えています。良質な澱粉質を主体に植物性原料100%の飼料を用い、ゆったり飼育に200日を要し、コクのある脂肪に包まれた美味しい肉に仕上げました。薬剤添加は獣医師の指導に基づいて行い、出荷の80日前からは無薬飼料のみに切り替えて育てます。

4p	1121	冷凍	健康豚 ローススライス	150g	795
	1122	冷凍	健康豚 ロースしゃぶ用	150g	811
4p	1123	冷凍	健康豚 モモスライス	150g	667
	1124	冷凍	健康豚 モモしゃぶ用	150g	761
	1125	冷凍	健康豚 バラスライス	150g	708
	1126	冷凍	健康豚 生が焼スライス	150g	728
6p	1127	冷凍	健康豚 ヒレ	150g	1,084
	1128	冷凍	健康豚 ロース切り身	80g×2	771
	1129	冷凍	健康豚 挽肉	150g	513
	1130	冷凍	健康豚 野菜炒め用小間切れ	150g	546

☆価格は税込み

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

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。				



柔らかいヒレ肉のポークソテーはお子さんやシニアの方にもおすすめです。
 マッシュルームのソテーをのせてどうぞ

豚ヒレのソテー

作り方…①豚ヒレ肉200gは、2cm厚さに切る。ラップで挟んで麺棒で叩き、5mmの厚さに伸ばして、両面に塩、こしょうを振る。②フライパンにオリーブオイルを入れて火にかけ、豚ヒレ肉の両面を焼き、皿に盛りつける。③マッシュルームを4等分に切り、にんにくはみじん切りにする。フライパンににんにくとオリーブオイルを入れて火にかけ、マッシュルームを加える。塩を振って炒め、しんなりしたら醤油とバター、レモン汁を加えて混ぜ合わせる。④②上に③のソースをかける。

冷凍 健康豚 ヒレ

きめが細かくやわらかな食感ヒレ肉をブロックにカット、真空パック包装し、急速凍結しました。ヒレカツやソテーなどに。

冷凍 興農豚 興農豚ヒレ一口カツ用

冷凍 興農豚 ヒレブロック

希少なヒレ肉のブロックです。
 一口カツ用は、ヒレカツに丁度良いサイズにカットしてパックしました。



翌々週配送品

▽北海道 興農豚▽

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

5851	冷凍	興農豚 ロースしょうが焼	200g	1,085
5852	冷凍	〳 ロースしゃぶしゃぶ用	200g	1,188
5853	冷凍	〳 バラスライス	200g	977
5854	冷凍	〳 ローストンカツ用	200g	1,166
5855	冷凍	〳 ヒレ一口カツ用	200g	1,193
5856	冷凍	〳 ヒレブロック	300g	1,588
5857	冷凍	〳 バラブロック	500g	1,993
5858	冷凍	〳 挽肉	250g	940
5859	冷凍	〳 徳用豚挽肉	400g	1,426

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



伝統の秋田きりたんぼ鍋を
おうちでどうぞ！

きりたんぼ鍋

作り方…①鶏もも肉、野菜はお好みの大きさに、きりたんぼは1/3又は1/4にカットする。②比内地鶏濃縮スープと規定の水を鍋に入れて火にかける。③スープが沸騰したら、鶏肉、きのこ、しらたき、ささがきごぼうを入れて、鶏肉が煮えるまで煮込む。あくが出たらすくう。④長ネギ、セリ（三つ葉や水菜）を加え、最後に食べる分だけきりたんぼを入れ、2〜3分煮えれば出来上がり。

[1929] 有機きりたんぼ&比内地鶏濃縮スープセット	1セット	1,275円
[0120] ごぼう	300g	335円
[0122] 長ねぎ(泥)	300g	324円



冷凍 播州百日鶏 もも

旨味やコク、脂肪があるので焼く、煮込む、揚げるなどさまざまな調理法

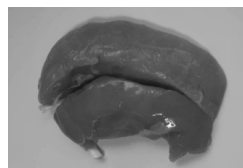


おかずやおつまみに
うどんや蕎麦に乗せても美味しい
ささみのとり天

作り方…①鶏ささみ6本は筋を除き、(醤油・酒各小さじ2、おろし生姜小さじ1、おろしにんにく小さじ1/2、塩・コショウ各少々)を揉み込んで10分なじませる。②ボウルに(小麦粉・片栗粉各1/3カップ、溶き卵1個、冷水1/4カップ)を入れ、粉っぽさが残るくらいにさっくりと混ぜる。③①の水気を軽く拭き取り、②にくぐらせて180℃の油でサクッと揚げる。好みで辛子、ポン酢につけていただく。

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。



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

【休養期間】抗生物質はやむなく孵化後70日間の幼児期にコクシジウム症対策等に微量飼料添加するが、それ以後30日間以上は抗生物質無投与。

4p	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
	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



ピザ

生地に厚みがあり、焼いていません
もちもち食感の春巻き皮です
お好みの具材を包んで
揚げたり、焼いたり。
アイデア料理の出来上がりです。

金子製麺 春巻きの皮

金子製麺の皮は火を入れない「生」タイプ。一般の春巻きの皮と違い、厚みがあり、生地を焼く工程をとっていません。生地が柔らかく巻きやすい皮です。埼玉産小麦と農林61号をブレンドして製粉しています。



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

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。

中止	年内	****	冷凍 放牧豚 ポークウィンナー	100g	497
		****	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



ゆっくり煮込むと、
とろりと軟らかくなる牛スジ肉。
ゼラチン質にはコラーゲンたっぷり
美肌作りにも役買ってくれる
おすすめの一品です。

牛すじと大根の煮物

作り方…①鍋にたっぷりの湯を沸かし、牛すじ250gを10分位ゆでる。ざるにあけて水気を切り、食べやすい大きさに切る。②大根1/2本は皮を厚くむいて厚さ3cmの半月切りにする。板こんにゃく150gは食べやすい大きさに手かスプーンでちぎり、さっとゆでる。③鍋に牛すじ、大根、こんにゃく、(酒・醤油・みりん各大さじ2+1/3、砂糖大さじ2/3、だし汁300ml)を入れて煮る。煮立ったら弱火にして落し蓋をし、約1時間、煮汁がほとんどなくなるまで煮る。④器に盛って一味唐辛子を振る。また、練りからしや青ねぎを添えてもおいしい。

冷凍 興農牛スジ

興農ファームのスジは赤スジがほとんどで、白スジと言われる腱がほとんど入っていないので、そのままカレーやシチューにも使えます。

おでんに入れて煮込むとだしもきいてとても美味しくいただけます。長い時間煮込む程、味が出ておいしくなります。



翌々調配送品

▽北海道 興農ファーム▽

遺伝子組み換えの飼料は使わず、できるだけ国内産原料を与えています。薬剤に頼らない飼育方法を大切にしています。赤身内脂肪(サシ)が少ない赤身肉ですが、屠畜後、2週間以上熟成をかけたのちに商品化し出荷しておりますので、お肉本来の味わい深い旨味とコクが広がります。

5801	冷凍 興農牛切り落とし	250g	1,604
5802	〃 徳用	400g	2,430
5803	冷凍 興農牛すき焼き用	200g	1,512
5804	冷凍 興農牛しゃぶしゃぶ用	200g	1,512
5805	冷凍 興農牛ロース焼き肉用	200g	1,642
5806	〃 徳用	200g×2	3,208
5807	冷凍 興農牛ヒレステーキ用	200g(2〜3枚)	2,992
5808	冷凍 興農牛カレー・シチュー用	200g	1,296
5809	冷凍 興農牛スジ	200g	761
5811	冷凍 興農牛牛・豚合挽き	250g	1,156
5812	〃 徳用	400g	1,642
5813	冷凍 興農牛挽肉	250g	1,291
5814	〃 徳用	400g	1,928



2p [2019] 有機からあげ粉 100g 421円



有機からあげ粉で
簡単からあげ



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。



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

南伊豆水産 小判揚げ

小サイズの小判揚げ 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



南伊豆水産 ごぼう巻き

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



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



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

練り物

▽静岡 南伊豆水産

3p	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
	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

3p	1512	凍 おとうふ揚げ	170g5ヶ	416
	1513	凍 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	513
	1514	凍 さつま揚げ	190g4枚	508
3p	1515	凍 ソフトはんぺん	卵 188g(4枚)	605
	1516	凍 おとうふ揚げ（五目）	165g5ヶ	454
	在庫限り	1517 凍 笹かまぼこ	115g (23g×5)	336 481
6p	1518	凍 いわしだんご	150g	508
	1520	凍 ぼたんちくわ	150g	529
	1519	凍 おでん種セット(7種13品) 卵	378g	1,172

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
一口サイズのカレーコロッケ



凍 雪むろ一口コロッケ カレー

原材料…じゃがいも(新潟産)、パン粉、牛肉(国産)、玉ねぎ、小麦粉、植物油、カレー粉、砂糖、塩

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



凍 雪むろ一口コロッケ ビーフ

原材料…じゃが芋(新潟産)、パン粉、玉ねぎ、小麦粉、植物油、牛肉(国産)、砂糖、醤油、塩、唐辛子

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
きんぴらごぼうを具にしました。



凍 雪むろ一口コロッケ きんぴら

原材料…じゃがいも(新潟産)、パン粉、ごぼう(国産)、人参、小麦粉、植物油、砂糖、醤油、塩、唐辛子(原材料の一部に大豆を含む)

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



凍 雪むろ一口コロッケ 野菜

原材料…じゃが芋(新潟産)、パン粉、小麦粉、植物油、玉ねぎ、人参、ほうれん草、鶏肉(播州百日鶏)、砂糖、塩、胡椒

まきば

新潟

まきば

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%ほどの糖分が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

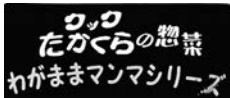
1565	冷凍 ビーフ	60g×4	751
------	--------	-------	-----

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

▽とこトン惣菜

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

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



東京都東久留米 クックたかくら
創業30年、創業からずっと手作りのお惣菜。

クックたかくら

▽惣菜▽

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 1,263
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
3p	1529	冷凍	すきやき風コロッケ	150g	637
	1530	"	ダブル	上記2p	1,223 1,274
4p	1537	冷凍	中華丼の素	230g	794
	1538	"	ダブル	上記2p	1,524 1,588
3p	1535	冷凍	小松菜ごま和え	120g	616
	1536	"	ダブル	上記2p	1,182 1,232
4p	1541	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	713
	1542	"	ダブル	上記2p	1,369 1,426

▽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	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



[1525] 冷凍 チキンカツ 2枚入り 616円

[1526] " ダブル 上記2p 1,182 ~~1,231円~~

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



油で揚げ



[1531] 冷凍 ササミのチーズフライ 170g 826円

[1532] " ダブル 上記2p 1586 ~~1,652円~~

原材料…鶏ササミ、チーズ (乳)、パン粉、小麦粉、卵、青じそ、塩、胡椒



鍋



[1543] 冷凍 バクバク餃子 30個 1,296円

[1544] " ダブル 上記2p 2,488 ~~2,592円~~

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

クリーミーで後味さっぱりな
豆乳ホワイトソース
マカロニとの相性は抜群



オーブン



[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

北海道産有機大豆と長崎産小芽ひじきを
使用しました。



自然解凍



[1539] 冷凍 大豆入りひじき煮 80g 594円

[1540] " ダブル 上記2p 1,140 ~~1,188円~~

原材料…大豆 (北海道産/有機)、ひじき (長崎産)、人参、あげ (国産有機大豆を使用)、ごま油、醤油、三河みりん、洗双糖

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



[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



電子レンジ



[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



フライ



[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。



フライ



[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



電子レンジ



[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	ひとくち餃子	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

春巻冷凍食

春巻とグラタンを手作りで製造 春巻冷凍食



春巻冷凍食

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。

珍しい無塩タイプ
様々なお料理に
[1618] 冷凍サバフィーレ (無塩)
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



サバのねぎみそ炒め
サバを食べやすく切り、塩・
こしょうを少々ふり小麦粉
を薄くまぶす。ごま油で焼き
色をつけながら炒め、味噌・
酒・砂糖・醤油に長ネギの
みじん切りを混ぜたものを、
からめる



サバの味噌煮
味噌、砂糖、みりん、酒を入
れて煮詰めてどうぞ
協賛 [2139] 味の母
みりん風調味料 720ml
961 ~~1080~~円
[2109] 小野崎麦味噌
750g 999円



南蛮漬け
揚げるとかわりに、フライパン
で焼いても
[0105] 玉ねぎ
700g 410円



海産

▽刺身・生食用▽			
	1601 冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602 冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603 冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604 冷凍 ネギトロ用すき身 (サラダ油使用)	200g	1134
	1605 冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
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 お刺身はたて貝柱	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 1134
	1713 冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875

高尾の魚

翌々週配送

[5652] 冷凍銀だら味噌漬け

2切れ 1804円

脂たっぷりの銀だらを、自家
製だれに漬け込みました

9p

▽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 サワラ西京漬け	2切れ	810
	5660 冷凍 塩サバ切身	2切れ	594

9p

身がやわらかく
脂がのっています

5p

[1619] 冷凍 (無塩) 銀ダラ切身

2切g 994円

アメリカ産。無塩ですので、そのま
ま焼いてお醤油等で食べると、よ
り脂の旨味が引き立ちます。
漬け魚や煮つけにもおすすめです。

アレンジ次第で
煮物・揚げ物..など

5p

[1723] 冷凍干しカレー

2枚 956円

北海道産のヒレグロ (ナメタカレイ)
を天日塩のみで仕上げました。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美味し
くお召し上がりいただけます。

「三崎のまぐろ」から
目利きが選びました

5p

[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

まぐろのサイコロステーキ ①まぐろは軽く塩を振ってから、まわりに
ブラックペッパーをまぶす。②フライパンで焼き、表面の色が変わ
ったら、醤油・みりん・おろしにんにくを加えて煮からめる

1616 冷凍キハダステーキ

80g×4 529円

バターやオリーブオイルでステーキ
やムニエル、醤油とみりん照焼に

3p

1615 冷凍マグロスペアリブ

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

4p

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
▽うなぎ▽				
13p	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
	1717	〃 L	約200g	1901
9p	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 1620
	1726	冷凍 ひと塩サワラ切身	3切	713

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽惣菜▽				
1751	冷凍 まぐろつみれ	200g(11~13ヶ)	545	3p
1752	冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん	160g	454	
1753	冷凍 日本のやさしいアジフライ	50g×4	778	
1754	冷凍 揚げただけ!秋鮭フライ(骨取り・皮無し)	6切	1037	5p
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	



**煮物や揚げ物
中華スープなどに**
[1751] 冷凍 まぐろつみれ **3p**
200g(11~13ヶ) **545円**
メバチマグロに、玉ねぎ、長ねぎを入れ、卵・山芋などでつないで、醤油や生姜で味付けしました
原材料：メバチマグロ、鶏卵、山芋、馬鈴薯澱粉、玉ねぎ、長ねぎ、醤油、食塩、生姜



骨取りなので食べやすい
[1754] 冷凍 揚げただけ!
秋鮭フライ(骨取り・皮無し) 5p
6切 **1037円**
卵は使わず、小麦粉、天然酵母パン粉をまぶして大きめのフライ用にしました。薄めの下味なので、お好みでソースをかけてどうぞ
原材料：秋鮭、衣(小麦粉、パン粉)、食塩、胡椒

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・赤すじのり・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ッ切10枚×3		1501	7p
1808	板海苔/宮城産	全型×10枚	864	
1809	焼き海苔/宮城産	半裁×20枚	886	
1810	食卓焼き海苔/宮城産	4枚×25	713	
1811	刻みねこあしがごめ昆布	50g	632	
1812	冷凍 生芽かぶとろろ	100g	265	2p

とろろのような粘りがおいしい
[1812] 冷凍 生芽かぶとろろ **2p**
100g **265円**



新鮮なわかめの「めかぶ」と呼ばれる根の部分の部分をボイルしてから刻んだものです。とろろのような粘り気があります。解凍後、醤油などで味付けをして、アツアツご飯にかけてお召し上がりください。



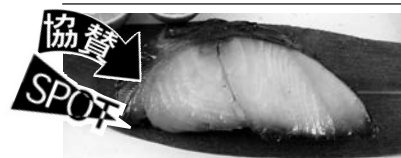
梅芽かぶうどん
ねばねばシャキシャキの芽かぶと梅のさわやかな味。
[0623] 有機ねり梅 **100g 670円**
冷凍さぬきうどん **2p**
[2414] 200g×3 **410円**
[2415] ダブル
上記2パック **788 ~~820~~円**



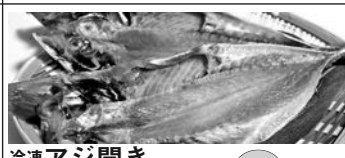
[1727] 冷凍 サバみりん干し **3p**
2切 **589円**
ノルウェー産のサバを、みりんダレに漬け込み、乾燥させました。



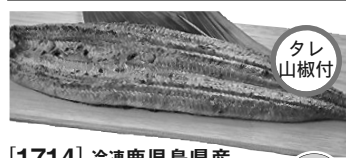
[1807] おにぎり用焼き海苔 **7p**
2ッ切10枚×3 **1501円**
若芽の内に摘み取った海苔で、やわらかく、香りが良い



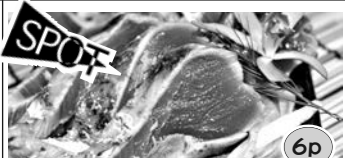
[1728] 冷凍 こだわりの味噌漬け銀だら 1切 **956 ~~1120~~円**
濃厚な脂の銀だらを、上品な味噌漬けに仕上げました



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



[1714] 冷凍 鹿児島県産うなぎ蒲焼き 長焼き **13p**
110g **2630円**
ふっくらした食感。広い池で飼育された健康なうなぎを使用



[1617] 冷凍 直火炭焼きかつおたたき **6p**
1本(ハーフカット) **1285円**
鹿児島県枕崎産/のほりかつおなのであっさりとした味



[1729] 冷凍 紅鮭の塩麹粕漬 **4p**
1枚 **756円**
塩麹の甘みとほんのり香る、酒粕の豊かな風味



[1718] 冷凍 エコシュリンプ **9p**
むき身S 約200g **1825円**
薬剤不使用。プリプリの食感、しっかりとしたうまみ。パラ凍結



消化が良くて栄養満点!
寒い冬、体の芯から温まる
熱々の鍋焼きうどんをどうぞ
鍋焼きうどん

作り方…①鶏肉はひと口大、椎茸は石づきを取り、長ネギは斜め切り、にんじんは輪切りにする。 ②1人

用の土鍋に出汁300ml、醤油大さじ1と1/2、みりん大さじ1と1/2を入れて火にかけ、鶏肉を入れて、蓋をして3分ほど煮る。 ③うどんを加えてほぐし、にんじん、かまぼこを加えて再度煮込む。 ④具材に火が通れば、卵を割り入れてネギを加え、フタをしてサッと煮て火を止める。



金子製麺 季穂地粉生うどん太麺

国産小麦、自家製粉地粉を主原料として、塩水だけで打った昔ながらの生うどんです。
原材料…小麦粉（国内産）、食塩、打ち粉（馬鈴薯澱粉、甘藷澱粉）



金子製麺 ふわふわもちもちむっちりうどん

1分の茹で時間で出来る、簡単調理の太麺うどん。
原材料…小麦粉（国内産）、食塩、小麦たんぱく



七星食品 冷凍さぬきうどん

香川県産小麦と食塩だけで作った冷凍讃岐うどん。
茹で時間1分。 原材料…小麦粉（香川産）、食塩

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

麺類

▽生麺▽

2p	隔週	2401	ふわふわもちもちむっちりうどん	200g×2	329
2p	隔週	2402	季穂(きすい) 地粉生うどん(太) (2人前)	130g×2	297
	隔週	2403	季穂石臼生粗挽きそば	130g×2	486
	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



年の瀬を元気にしてくれる

玉子ちぢれ麺の黄金生ラーメン
金子製麺 年の瀬黄金ラーメン

国産小麦粉と農林61号自家製粉、蒙古王かんすいに卵を加えてつくった黄金色の中細ちぢれ麺。

スープは、醤油ダレに豚骨白湯エキスをブレンドしてコクと風味を出し、鰹の魚粉を加えた鰹醤油味。

年の瀬を温かく、元気にしてくれる12月限定のラーメンです。

12月限定

3p	隔週	2409	年の瀬黄金ラーメン スープ付	2食	486
		2411	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518
		2412	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324
		2413	生スパゲティー 卵	150g×2食	335

▽冷凍麺▽

2p		2414	練 さぬきうどん	200g×3	410
		2415	〃 ダブル	上記2p	788 820
		2416	練 十割生そば	130g×2	594
		2417	〃 ダブル	上記2p	1,129 1188

▽乾麺▽

		2418	地粉うどん(田島さんのうどん) 太	250g	286
		2419	地粉うどん(田島さんのうどん) 細	250g	286
		2420	足柄古式そば	240g	356
3p		2421	究極そば	200g	535
		2437	〃 ダブル	上記2p	1,026 1069

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2422	特選そば	200g	562	
2423	さくらの焼そば	114g×2	443	
▽即席麺 桜井食品▽				
2424	しょうゆらーめん	99g×4袋	842	
2425	しおらーめん	99g×4袋	842	
2426	みそらーめん	101g×4袋	842	
2427	とんこつらーめん	103g×4袋	886	
▽パスタ▽				
2428	国内産ロングパスタ	300g	443	



グラタン、サラダ
スープなどに

桜井食品 エルボパスタ

北海道斜里郡斜里町・河西郡芽室町の農家で契約栽培された小麦粉と国産グルテンで製造しました。原料小麦のたんぱく質が少ないので、ソフトな食感です。

原材料…北海道産契約栽培小麦粉・小麦グルテン



2429	国内産エルボパスタ	300g	443	3p
2430	DeLucaオーガニックパスタ スパゲッティ	500g	508	
2431	DeLucaオーガニックパスタ ペンネ	500g	622	

だし類

▽昆布▽

2501 日高昆布 200g 1,534

▽煮干し▽

2503 天日三陸煮干し 100g 972

▽削りぶし▽

2504 鯉平削り(花カツオ) 40g 405

2505 削り節パック「ふぶき」 4g×10 670

2506 料理の決め手(混合削り節) 100g 680

2507 中厚削り 100g 578

本格的なだしがとれる 混合削り節だしパック

あいのう おだしさん

むろあじ節、さば節、にぼしを最適なバランスで配合しました、魚以外は使用していません。無漂白紙パック使用。

使い方…水、または沸騰したお湯にパックを袋ごと入れます。1パックにお椀2杯分が目安です。

原材料…むろあじ節・さば節・いわし煮干



▽だしパック(煮出しタイプ)▽

2508 だしパック おだしさん 8g×10 400 2p

2515 〃 ダブル 上記2p 767 ~~800~~

▽だしパック(粉末タイプ)▽

2509 野菜でうまみ食塩無添加 3.5g×6 335 ~~389~~

2510 チキンコンソメ 10g×8 524 ~~540~~

山本食品の一番人気!

長野 山本食品 究極そば

そばの風味と香りを生かすために、国内産そば粉9割、つなぎの長野県産小麦粉1割という配合の究極のそばです。



冬のギフト承ります ※ご注文締め切り12/5(金)

8922 究極そば詰め合わせ6束 4,077円

200g×6束

戻し汁は絶品の旨味「だし」 お料理に使えばワンランク上の味に!

干し椎茸どんこの戻し方

乾椎茸は流水でさっと水洗いする。タッパー、保存袋など密閉できる容器に入れて、冷水(5℃程度)で満たし、空気を抜いて冷蔵庫へ入れる。10時間程度ゆっくり戻す。

※5℃以上の温度になると旨味成分が増えません。

※戻し汁は旨みたっぷり、だしやスープに大活躍!「鰹だし」や「鶏ガラスープ」にプラスすればワンランク上の味に。



今週限り

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

▽干し椎茸▽

4p	2511	干しいたけ・どんこ(大)	45g	1,129円	242
	2513	有機栽培どんこ椎茸	30g		853



米粉

年末年始限定品

水に溶いて揚げるだけ

有機天ぷら粉

有機小麦粉・有機米粉のみで作った天ぷら粉です。加工でん粉、ベーキングパウダー、着色料、乳化剤など不使用。粉を水で溶いてお好みの材料を揚げてください。

原材料…有機小麦粉(国内製造)、有機



肉、魚、野菜にまぶして揚げるだけ
スパイスは井上スパイス調合。

有機からあげ粉

有機小麦粉・国産米粉に7種の香辛料を程よくブレンドしました。

原材料…有機小麦粉、有機米粉、食塩、有機混合香辛料(有機ガーリックパウダー、有機コリアンダーパウダー、有機クミンパウダー、有機ジンジャーパウダー、有機ナツメグパウダー、有機黒胡椒パウダー、有機オニオンパウダー)

SP	[2018]	有機天ぷら粉	300g	594円	3p
SP	[2019]	有機からあげ粉	100g	421円	2p

粉・豆・こま

▽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
2006	無双本葛・粉末	80g	556円
2007	片栗粉	200g	281
2008	星穴きな粉	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	254円
2013	黒豆の水煮	230g	302
2014	金時豆の水煮	230g	302



今週限り

丹波篠山地方厳選の丹波黒大豆

丹波黒豆

兵庫県と京都の県境に位置する丹波篠山は、古くから黒豆の名をはせて来ました。粒が大きく煮炊きしても皮がはがれにくく、何よりも噛み締めたときの旨みが変わります。

おせち料理の煮豆や黒豆ご飯に。

SP	[2020]	丹波黒豆	200g	1,825円	9p
----	--------	------	------	--------	----

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽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	632円	799

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。



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	
1817	塩吹昆布	35g	427円	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	1,323	
1902	有機大豆使用 にがり凍み豆腐	6枚	421円	464
1903	かんぴょう	25g	529	
1904	有機乾燥きくらげホール	15g	486	
1905	国産はるさめ	50g	157	
1906	国内産・くずきり(本葛・馬鈴薯でんぷん)	100g	529	
1907	北海道産全粒粉小麦使用くるまふ	6枚	475	

やきふ おつゆ麴

国内産の小麦を原料に使った、口ざわりの良いやきふです。手焼きで丁寧に焼き上げました。おつゆふは小さいサイズなので、味噌汁・お吸い物などに、水で戻さず出来あがった後にそのまま入れてください。

原材料…小麦粉、小麦タンパク(グルテン)、山芋粉



1908	やきふ	40g	292	2p
1909	おつゆふ	1袋30g	292	2p
1910	糸寒天(国産)	30g	616	
▽素材・缶▽				
1911	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	



砂糖不使用 お料理の素材に

千葉産直サービス とろイワシ水煮

銚子港限定で旬の良質なマイワシだけを厳選。

調味料は塩(対馬産平釜塩)と純米酢(富士酢)だけで、骨まで柔らかく煮込みました。幼児食や介護食にもオススメです。

原材料…まいわし(銚子港)、



食塩、米酢				
1916	とろイワシ水煮	150g	497	3p
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	
1921	しらたき	230g	340	
1922	くろたき	230g	351	
1925	乾燥糸こんにゃく ぷるんぷわん	50g×4	648円	689

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



有機トマトの自然な甘み トマト本来の味が楽しめる

[2218] オーガニック

トマトピューレー 160g 281 ~~292~~円

真っ赤に完熟した海外産有機トマトと国産有機
トマトを使用しています。食塩不使用



レトルト
パウチに
変更



ミネストローネ
玉ねぎ・人参・キャベツ・じゃが芋を炒め、コンソメとピューレーで煮込む

[2510] チキンコンソメ

10g×8 524 ~~540~~円

▽味噌▽

2101	玄米味噌	650g	842
2102	酢屋茂 米味噌	650g	756
2103	あわせ味噌	650g	756
2104	麦味噌	650g	756
2105	ヤマキ 有機玄米味噌	500g	999
2106	有機麦味噌	500g	999
2107	小野崎 玄米味噌	750g	1048
2108	米味噌	750g	1021
2109	麦味噌	750g	999
2110	マルクラ 白みそ	250g	248 270
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	弓削多	300ml	680
2117	木桶仕込醤油	1000ml	1426
2118	海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	983
2119	木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518

▽塩・他▽

2120	あらしお(大)	500g	1296
2121	〃(小)	240g	648
2122	ほししお	240g	810
2123	やきしお	60g	454
2124	〃 詰替用	60g	259
2125	〃 スタンドパック	150g	605
2126	漬物塩	1.5kg	3240
2127	ペッパーソルト	55g	518
2128	ハーブソルト	55g	518
2129	なんでもソルト瓶入り	55g	562
2130	〃 詰替用	58g	389

▽砂糖▽

2131	島のきび砂糖(洗双糖)	1kg	497
2132	マスコバド黒糖(フレーク)	500g	631
2133	てんさい含蜜糖 粉末	500g	497

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

▽塩こうじ▽

2134	有機玄米塩麹	170g	648	
2135	弓削多 有機だしつゆ	300ml	1037	
2136	ヒカリ有機だしつゆ	300ml	583	3p
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	

▽みりん類・料理酒▽

2139	味の母(みりん風調味料)	720ml	961 1080	
2140	三州三河みりん	700ml	1991	
2141	有機 三州味醂	500ml	2024	
2142	本みりん 福来純	500ml	1100	
2143	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1400	
2144	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1452	

▽酢▽

2145	有機純米酢 老梅 小	500ml	497	3p
2146	〃 中	900ml	875	5p
2147	富士酢(米酢)	500ml	864	
2148	美濃有機玄米黒酢	360ml	756	
2149	純りんご酢	500ml	518 572	
2150	富士すし酢	360ml	756	
2151	カンタン八芳酢	360ml	389 508	
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	有機ポン酢醤油	250ml	464	3p
2155	職人の夢 有機すだちぼん酢	180ml	670	

▽食用油類▽

2156	国産なたねサラダ油	450g	1026	
2157	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1679	
2158	国産なたね油	450g	918	5p
2159	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	1031	
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キストラバージン オリーブオイル	180g	1944	
2163	〃	450g	3888	
2164	カルボネール有機エキストラバージン オリーブオイル	458g	2398	
2165	パレスチナのエキストラバージン 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	281 324	
2167	寄せ鍋スープ	600g	281 324	
2168	キムチ鍋スープ	600g	281 324	
2169	香り高いごま豆乳鍋スープ	600g	281 324	
2170	とり塩鍋スープ	600g	281 324	
2171	本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ	30ml×4	394 432	
2172	鶏だしコク鍋つゆ	30ml×4	394 432	
2173	香り立つつゆず鍋つゆ	30ml×4	394 432	

▽大ビン・大缶▽

2181	味の母みりん風調味料	1800ml	2074 2333	
2183	カンタン八芳酢	900ml	740 972	

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
	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	443
	2206	やきそばソース	290g	454
	2207	オイスターソース	115g	518
▽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▽				
協賛	2215	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	290g	610 670
▽ケチャップ類▽				
協賛	2216	有機トマトケチャップチューブ	300g	405 454
	2217	有機ピザソース	225g	475
協賛	2218	オーガニックトマトピューレー	160g	281 292
	2219	有機トマト缶・ホール	400g	324
	2220	有機トマト缶・カット	400g	324
協賛	2222	有機ミートソース	140g	319 335
▽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	497
3p	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	2p
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	
協賛	2311	果実と野菜の本格カレーペースト	180g	680 864
▽シチューの素・他▽				
2312	ココナッツミルク	200ml	388	
協賛	2313	直火焙煎クリームシチュールー	120g	394 454
	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	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	
*****	〃	黒粗挽き	終了	
2321	セイロンシナモン	パウダー 20g	389	
2322	柚子こしょう	40g	373	
2323	有機生姜末・ピン	40g	756	
2324	旨味本来 からしチューブ	40g	356	
2325	旨味本来 生おろしわさびチューブ	40g	356	
▽乾燥ハーブ▽				
2326	乾燥バジル	4g	589	3p
2327	乾燥ローズマリー	4g	589	
2328	唐辛子	5g	281	
2329	乾燥ローリエ	3g	589	

ムレ香の発生を抑えたフルーティーな純米酢
有機純米酢 老梅

[2145] 小 500ml 497円 3p
[2146] 中 900ml 875円 5p

鶏肉のさっぱり焼き
鶏の照り焼きを作っ
て、最後にお酢をひと
回し。好みで七味をか
けてどうぞ

[1301] 冷凍播州百日鶏 もも 200g 821円 4p

使いやすい1人前×4袋 鍋つゆ
各 30ml×4袋 394 ~~432~~円

[2173] 香り立つゆず鍋つゆ
ゆずの爽やかな香り・酸味と鶏がら
スープの旨みとコク
砂糖(国内製造)、しょうゆ(小麦、大豆を含む)、食
塩、ゆず果汁、チキンスープ、醸造酢、魚介エキス

[2172] 鶏だしコク鍋つゆ
鹿児島産鶏のスープを贅沢に使用
チキンスープ、しょうゆ、砂糖、食塩、でん粉、かつお
エキス、酵母エキス、オニオンパウダー、生姜汁、ガ
ーリックパウダー/アルコール

ムレ香
静置発酵の米酢
が持っている重
厚で独特な風味

協賛

[2154] 有機ポン酢醤油 250ml 464円 3p
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、
有機ゆず、有機すだ
ら、有機米酢調味料、
昆布、有機乾しいたけ

[2136] ヒカリ 有機だしつゆ 300ml 583円 3p
国内産鰯節と昆
布から極上のだ
しを自社でと
り、有機米醸造
醤油と合わせま
した

[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

[2225] 国産なたね油 野菜ドレッシング 200ml 464円 3p
乳化剤を使わな
いセパレートタ
イプ
米酢、なたね油、たまね
じ、砂糖、醤油、食塩、昆
布、にんじん、レモン、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。

[2158] 国産なたね油 450g 918円 5p
北海道なたねの
一番搾り(圧搾
法)油のみ。焙煎
菜種の香りと、
琥珀色がそのま
ま残っています
食用なたね油(遺伝子組
替でない)

[2306] タンドゥリーチキン用
スパイス 11g(5〜6人用) 432円 2p
本格的な味がお手軽に
チリベッパー、ターメリック、コリア
ンダー、シナモン、クロブ、カルダ
モン、ガラマサラ、クミンシード

[2326] 乾燥バジル 4g 589円 3p
自家農園産の有機バジ
ルを自然乾燥。

[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



日本海を越えてきた木枯らしでじっくり乾燥させました。
固く乾燥してしまう前に包装しているので、果肉のねっとりとした柔らかさと、干し柿本来の旨みをお楽しみいただけます。
山形・庄内協同ファーム
庄内干し柿

冬期限定

『庄内柿』は、『平核無柿』ともよばれ、種がなく、果実が甘いのが特徴です。

有機堆肥を使用し、農薬の散布回数をできるだけ少なくし、除草作業、堆肥作りと皆さんに満足頂けるように丹精こめてつくりました。又、グループ内で加工基準をつくり品質の向上と、安定に努めています。

原材料…庄内柿（平核無柿）



[2823] 庄内干し柿 180g (4~6個) 1,004円 5p

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

お菓子

▽アイスクリーム・冷菓▽

木次乳業製造

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



東毛酪農のアイスクリーム 群馬 東毛酪農

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

水飴や粉乳、乳化剤・安定剤などは一切不使用。エイジング(熟成)を8~12

時間とたっぷり取することで、濃厚なのに口どけの良い、あと味のスッキリなアイスクリームに仕上げました。余計な物を省いた自然の美味しさをご堪能ください。

東毛酪農製造

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

▽和菓子類▽

	2818	練 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▽

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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽スナック▽				
2832	純国産ポテトチップス・うしお	55g	232	
2833	純国産ポテトチップスのり塩	53g	232	
2834	純国産さつま芋ちっぷ	115g	280	
2835	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2p

内容…アーモンド ザクロ メープル各1枚

2836	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	2p
2837	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	2p
2838	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	2p

▽あられ・煎餅▽

2839	召しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	356	
2840	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	270	
2841	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	270	
2842	有機玄米プラス・めかぶ	30g	270	
2843	草加せん・ミックス	6枚	486	3p
2844	柿の種	80g	324	



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ッ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

2845	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	648	3p
------	-----------------	-----	-----	----

▽豆菓子▽

2846	黒糖くるみ	65g	496	
2847	きな粉くるみ	65g	496	
2848	メープルアーモンド	40g	561	

▽飴▽

2849	みるく小町	80g	351	
2850	しょうがあめ	80g	351	
2851	純国産北海道はちみつレモンのど飴	57g	302	
2852	プロポリスキャンディ	28g	346	

▽くず湯▽

2853	本くず湯(生姜)	23g×5	648	3p
------	----------	-------	-----	----

素朴な香りとサクサクの食感

ノースカラーズ オーガニック全粒粉クッキー

有機小麦をまるごと粉砕した全粒粉を使用したクッキーです。素朴な香りとサクサクの食感です。

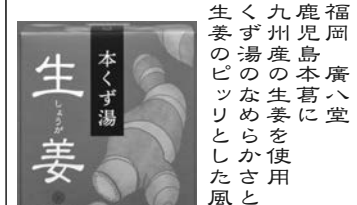
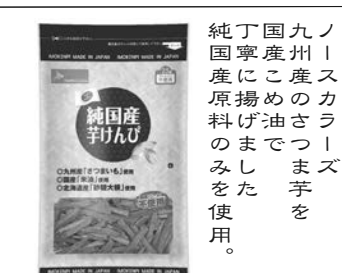
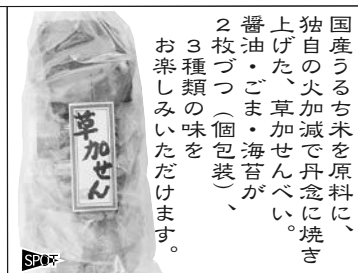
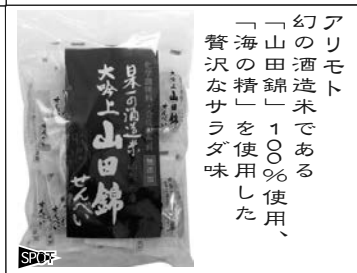
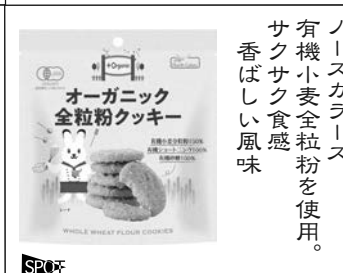
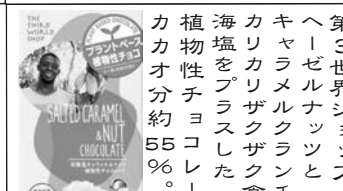
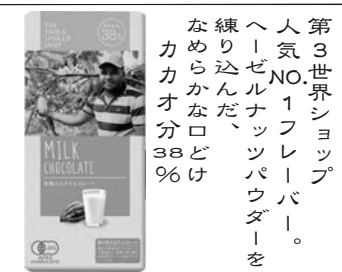
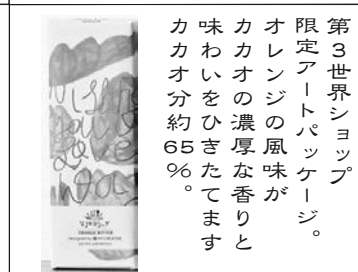
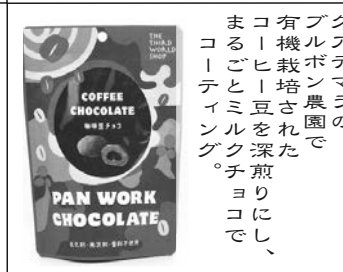
食塩は天日塩使用。

有機JAS認証。※トランス脂肪酸0g。

原材料…有機小麦全粒粉(オーストラリア製造)、有機ショートニング、有機砂糖、食塩



みんな、にっこい！安心おやつたち

	東毛酪農だから出来る ミルクの味豊かな アイスクリームです。 牧場ミルク・はちみつバナナ ミルクコーヒー・ ミルクチョコレート 宇治抹茶の5つのフレーバー		
[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ヶ		[2853] 本くず湯 (生姜) 23g×5 648円	[2885] 純国産 玄米おこし 90g 259円
			
[2904] 純国産 芋けんぴダブル 125g×2 539円 560円	[2905] 草加せん・ミックス ダブル 6枚×2 933円 972円	[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	[2907] オーガニック全粒粉クッキー ダブル 50g×2 664円 681円
カシューナッツやクルミの食感に ザクロの果汁で爽やかな気分 	アーモンドと胡麻がたっぷり！ レーズンとアガベの優しい甘み 	まろやかな甘みと芳醇な香り メープルシロップ味 	第3世界ショップ ヘーゼルナッツと キャラメルナッツと カリカリサクザクザク食感に 海塩をプラスした 植物性チョコレート。 力カオ分約55%。 
[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)、有機ピーナッツ、有機アガベシロップ、有機ブラジルナッツ、有機ひまわりの種、有機玄米パフ、有機生麦砂糖漬、有機玄米水飴、有機ひまわり油、有機レモンオイル、寒天ジンジャー香料	[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、有機ピーナッツ、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…有機ピーナッツ、有機レーズン加工品(有機レーズン、有機ひまわり油)、有機ひまわりの種、有機アガベシロップ、有機アブリコット加工品 (有機アブリコット、有機米粉)、有機玄米パフ、有機アーモンド、有機玄米水飴、有機メープルシロップ、有機ひまわり油、食塩、寒天メープル香料、バニラ香料	[2862] 有機塩キャラメル&ナッツ 植物性チョコレート 80g 1,036円
			
[2854] 有機ミルクチョコレート 80g 964円 993円	[2863] Artisan 有機オレンジビター チョコ 40g 582円 599円	[2870] アールグレイチョコ×くるみ 45g 545円 561円	[2872] 珈琲豆チョコ 50g 545円 561円

ポイント

品番

品名

チラシを
ご覧ください

規格 価格(税込み)

▽チョコレート▽

協書

2854

有機ミルクチョコレート

80g

964

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

協書

2863

Artisan有機オレンジビターチョコ

40g

582

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

3p

2866

ラムレーズンチョコレート

40g

561

3p

2867

抹茶チョコ×カシュー

35g

561

3p

2868

塩チョコ×カシュー

35g

561

品番

品名

規格価格(税込み)

ポイント

2869

クランベリーチョコレート

40g

561

3p

協書

2870

アールグレイチョコ×くるみ

45g

545

561

3p

2871

クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ

40g

561

3p

協書

2872

珈琲豆チョコ

50g

545

561

三里塚物産の煎り落花生

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

使用品種は【ナカテユタカ】と【Qなっつ】、香ばしく甘みのある人気品種です。

製造原料が無くなり次第、生産終了となります。

千葉の落花生

煎りたて

千葉の落花生

むき実

三里塚物産

月1

翌々調配送品

5411

殻付落花生

180g

1,145

6p

価格改定

5412

落花生むき実

180g

1,539

8p

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

岐阜
内堀醸造

酢造りは酒造りから

酢という文字は、「酉」(酒)から「乍」(作る)と書くように、よい酢造りはよい酒(もろみ)造りから始まります



有機
りんご果汁



純りんご酢

飲み物からお料理にも りんご果汁の優しい甘み

[3020] フルーツビネガー

有機りんごの酢 360ml 805円

有機りんご酢に果汁を加えて飲みやすく仕上げました。水割りはもちろん、炭酸割りやヨーグルトにかけてもあいます。

有機りんご果汁、有機りんご酢

シーザードレッシング

有機りんごの酢・マヨネーズ 各大さじ2・粉チーズ 小さじ2・塩 小さじ1/2・こしょう 少々・すりおろしにんにく 少々・粒マスタード 小さじ1/3をよく混ぜる

[2215] 平飼鶏の有機卵

マヨネーズ 290g 610円 ~~679円~~

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
2604	有機番茶	200g	540
4p	2605 有機茎茶	200g	864
	2606 有機ほうじ茶	180g	583
協賛	2607 有機無双番茶(ティーバッグ)	5g×40	1031 1242
協賛	2608 国産有機さらつや美人番茶	500ml	140 194
協賛	2609 " 箱	500ml×24	3270 4656
	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▽

協賛	2612 たんぽぽコーヒーカップ用	2g×20	1264 1404
4p	2613 アイリーミント	5g	659
	2614 カモミールウィンド	5g	729
	2615 草花茶	5g	864
	2616 紫蘇べに茶	5g	729
12p	2617 有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
	2618 カメリアティ(箱入り)	3g×30	3024
	2619 なたまめっ茶	3g×10	1166
	2620 あずき美人茶	500ml	216
	2621 " 箱	500ml×24	4977 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	496
5p	2626 依田さんの紅茶(リーフ)	100g	1048

▽ココア▽

2627	ココア	110g	712
------	-----	------	-----

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

▽コーヒー▽

2628	パロ・ブランコーヒー(豆)	150g	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	9p
2638	"	詰替 60g	1318	7p

▽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	

まろやかな味わいの「和紅茶」

[2626] 依田さんの紅茶

(リーフ) 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。ストレートでどうぞ



いちごのアレンジティー

[0352] 有機ストロベリー

200g 518円

シナモン+生姜

[2321] セイロンシナモン

パウダー 20g 389円

インスタントコーヒー
Cafe カフェインレス

[2637] 75g

1836円

[2638] 詰替

60g 1318円

薬品不使用でカフェインを除去



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



生産者協同組合から直接輸入されたフェアトレード商品

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
2p	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
協賛	3005	オーガニックマトジュース有塩	190g×6	880 997
	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
6p	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
協賛	3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1129 1166
	3012	レモンサイダー	250ml×6	972
協賛	3013	アップルサイダー+レモン	250ml×6	940 972
	3014	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
協賛	3015	ぶどうサイダー+レモン	250ml×6	940 972
5p	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
協賛	3018	オーガニックスポーツドリンク	280ml×4	751 778

[2605] 有機抹茶 200g 864円 4p

茎の部分と茶葉をほどよくブレンド。まろやかな甘みがあります。



[2617] 有機栽培ルイボス茶 3.5g×50 2484円 12p

使いやすいティーバッグ。10分煮出してどうぞ



[2613] アイリーミント 5g 659円 4p

やさしい刺激のスペアミントと爽やかなブラックペパーミント



ときめく糀 2p

[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。そのまま飲める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)



ケースでお得！
協賛 箱入りでお得！

[3024] オーガニックマトジュース 有塩 箱 190g×30 4297 ~~4636~~円

[3025] 有機・野菜飲むならこれ！ 箱 190g×30 5,525 ~~5,839~~円

[3026] アップルサイダー+レモン 箱 250ml×30 4,604 ~~4,869~~円

[3027] ぶどうサイダー+レモン 箱 250ml×30 4,604 ~~4,869~~円

[3028] オーガニックスポーツドリンク 箱 280ml×24 4,140 ~~4,668~~円

[3021] 信州まるごとりんごジュース 箱 160g×30 4572 ~~4865~~円

[3022] 有機にんじんジュース 箱 160g×30 5874 ~~5994~~円

[3023] オーガニックジンジャーエール 箱 250ml×30 4763 ~~4869~~円

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	フルーツピネガー有機りんごの酢	360ml	805	4p

サプリメント



モニターを注視する
ストレスにつきあうための
健康補助食品

[2709] 青い瞳BLUE EYES 39p
120粒 8424円

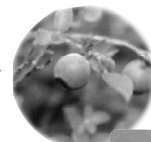
1日に4〜6粒を目安に、水またはお湯と一緒に召し上がりください

マリーゴールド
(ルテイン)
緑黄色野菜や果実、花などに含まれているカロチノイド色素



カシス
ポリフェノール成分である4種類のアントシアニンが濃縮

ブルーベリー
アントシアニンの含有量の多い、ビルベリーを使用



国産しそ梅干しを
ギュッと濃縮

[2708] 梅ぼしさん 10.8g 540円 3p

国産しそ梅干しの梅菓子です。食べやすい丸粒タイプ。携帯にも便利。



無双番茶を注いで、梅醤番茶で 10p

[2713] 有機梅醤 陽寿 250g 2052円

奈良県で有機栽培された青梅を使い、十分に天日干しした梅干(梅肉)と国産有機原料から天然醸造にてつくられた有機醤油とをほどよく混ぜ合わせました。また、調味料や隠し味としても御利用いただけます。

原料：有機醤油【有機大豆(国産)、有機小麦(国産)、食塩(天日製塩)】、有機梅肉【有機梅(奈良県)、食塩(シママース)】



▽ドリンク・エキス▽

2701	濃厚にがり液 海の調べ	50ml	421
2702	ロイヤルノニ(ジュース)	900ml	5335
2703	有機梅肉エキス	40g	2700

▽パウダー・顆粒▽

2704	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498
2705	有機雲南田七人参 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	3p
2709	青い瞳 BLUE EYES	120粒	8424	39p
2710	E-SAN(イワシ油)	150粒	5184	
2711	ギンコロイドF	120粒	4536	
2712	オイスターFゴールド	2粒×30	7560	
2713	有機梅醤 陽寿	250g	2052	10p
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	



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



オルタートレードジャパン

パレスチナオリーブオイル石けん

パレスチナのオリーブオイルを主原料にした

石けん素地を使い、ゆっくり熟成・乾燥させる

「榨練り」製法で、2〜3ヵ月かけて作り上げています。オリーブに多く含まれるオレイン酸には肌の潤いを補う保湿成分が含まれているため、しっとりやさしい使い心地です。

化粧せっけんですので全身にはもちろん、毎日の洗顔にもご使用いただけます。

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

原産国：パレスチナ自治区 製造：太陽油脂

成分…石けん素地、グリセリン、ラベンダー油、ユーカリ油、クチナシ青、クチナシ黄



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
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 3,366



泡状シャンプー さっぱり仕上がり ナチュロンシャンプー

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



とろみのある液状タイプ ナチュロンリンス

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

●シトラスフローラルの香り

ローズマリー、ラベンダー、ユーカリ、オレンジなどの精油を原料にしました。

[3174] ナチュロン ヘア詰替用セット 1セット 1,837 ~~1,914~~円

内容…ナチュロンシャンプー詰替用

ナチュロンヘアリンス詰替用各1



品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
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ソープ	500ml	1,584	
3122	〃 詰替用	500ml	957	
3123	Pax Olie ボディーソープ	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	8p
3128	〃 詰替用	500ml	957	5p
SPOT 3172	〃 ダブル	上記2p	1,837 1,914	
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,584	8p
3130	〃 詰替用	500ml	957	5p
SPOT 3173	〃 ダブル	上記2p	1,837 1,914	
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	

パサついて広がりがちな髪を しっとりまとまる髪に ナチュロン トリートメント

毛髪保護成分アルガンオイル (アルガニアスピノサ核油)、ツバキ油、加水分解シルク配合。毛先まで滑らかな指通りに導きます。

●ローズ (天然香料) のやさしく華やかな香り



【使用方法】

リンス後、軽く水気をきり、適量を毛先を中心に髪全体になじませてから、すすいで下さい。2〜3分おいてからすすぐとより効果的です。

▽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	8p
------	--------------	------	-------	----

▽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

パックスナチュロン

自然由来成分にこだわったナチュロン製品は、髪や頭皮、肌をすっきりやさしく洗い上げ、泡切れもよく肌に心地よい使用感。

洗浄成分である石けんは、川に流れると水中のカルシウムなどのミネラルと結びつき、魚や微生物のえさになり、自然にかえる川や海にやさしい成分。

Qパックスオリーとパックスナチュロンは、何が違うのですか。

⇒A パックスオリーはオリーブオイル、パックスナチュロンはひまわり油を主成分にしている点が大きな違いです。パックスナチュロンは洗い上がりがさっぱりタイプ、パックスオリーはしっとりタイプです。

ヘアソープを使うのが初めての方には、しっとりした洗い上がりのパックスオリーシリーズをおすすめします。

太陽油脂

ポイント	品番	品名	規格	価格 (税込み)
	3144	パック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

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	パックスビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	770
	3203	パックスビー 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	パックスナチュロン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	オリマノンオリブリーフローション	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



便利なチューブタイプ
肌あれ・あれ性に
日本オリーブ

シコリーブ 薬用スキンケア
天然保湿成分オリーブオイル、シコンエキスの薬用クリームです。さらっとのびてべたつかず、お肌の乾燥を防いで、しっとりすやかに保護します。
しもやけ・ひび・あかぎれを防ぎます。肌あれ・あれ性に。お顔や身体にお使いください。顔そり・ひげそりの後にもやさしくお使いいただけます。
●無着色：製品の赤い色はムラサキ由来の色です。全成分…

5p	3211	シコリーブ 薬用スキンケア	80g	1,100
----	------	---------------	-----	-------



お肌や髪の保湿ケアに幅広く使えます
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。

●無着色・無香料
成分…ハイブリッドヒマワリ油

【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。

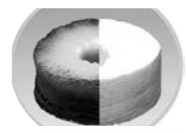
7p	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,452
	3213	アルティースオリーブスクワラン	60ml	2,552

品番	品名	規格	価格 (税込み)	ポイント
▽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
▽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	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

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。





ネパリ・バザーロ

「お買い物で国際協力」をテーマに、ネパール、東北・沖縄で生産・栽培されている商品を継続的に輸入・販売することで、生産者の自立を目指すフェアトレード団体です。



ネパリ・バザーロの通販カタログ

「2025年冬号 つなぐつながる vol.38 (食品・化粧品・服)」

作り手の顔が見えて安心&安全、美味しい食品や、自然派化粧品クーネ、天然素材の衣類など、生産者の物語と共に伝えるフリーマガジン&カタログです。

※カタログはお手元に保管ください。有効期限3/31までご注文いただけます。

ベジタ
Vegeta

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No.250

☆価格は税込み

ネパリ・バザーロ つなぐつながるをご覧ください

翌々週配送 (12/15~12/19)

P.13	P.20
6301 輪島塗マグカップ 朱/無地 41,800	6335 ことりと葉っぱのブローチ・ピンク 1,100
6302 輪島塗マグカップ 黒/無地 41,800	6336 ことりと葉っぱのブローチ・ベージュ 1,100
6303 輪島塗マグカップ 朱/うさぎの時絵付 49,500	6337 ジンベイサメのフェルトブローチ・ピンク 1,210
6304 輪島塗マグカップ 黒/うさぎの時絵付 49,500	6338 ジンベイサメのフェルトブローチ・ブルー 1,210
P.16	6339 森のフレンド モカ 1,265
6305 森のとなかいベスト・ナチュラルブラウン 18,700	6340 森のフレンド グレー 1,265
6306 ふたえパンツ・深緑×ダークグレー 15,400	6341 フェルトの子猫ブローチ・黒猫 880
6307 ふたえパンツ・朱赤×濃茶 15,400	6342 フェルトの子猫ブローチ・赤猫 880
P.17	6343 フェルトの子猫ブローチ・青猫 880
6308 カラフルニットベスト・グレー系 18,150	6344 3つのお花のフェルトブローチ・パープル系 660
6309 カラフルニットベスト・ブルー×ピンク系 18,150	6345 3つのお花のフェルトブローチ・赤系 660
6310 ディアーベスト・ナチュラル×赤 18,150	6346 3つのお花のフェルトブローチ・黄緑系 660
6311 リすのベスト・ライトオリーブ 18,150	6347 3つのお花のフェルトブローチ・ブルー系 660
P.18	6348 フェルトのこたりのブローチ・ブルー 880
6312 カラフルアンクルウォーマー・暖色系 2,530	6349 フェルトのこたりのブローチ・イエローグリーン 880
6313 カラフルアンクルウォーマー・寒色系 2,530	6350 フェルトのこたりのブローチ・ワイン 880
6314 カラフルレッグウォーマー・暖色系 3,960	6351 カラフル羽のこたりのブローチ・ナチュラル 880
6315 カラフルレッグウォーマー・寒色系 3,960	6352 カラフル羽のこたりのブローチ・モカ 880
6316 ウールカラフルくつした・暖色系 4,180	6353 カラフル羽のこたりのブローチ・イエローグリーン 880
6317 ウールカラフルくつした・寒色系 4,180	6354 カラフル羽のこたりのブローチ・グレー 880
6318 リすのレッグウォーマー グレー 3,960	6355 フェルトの子羊ブローチ・ナチュラル 880
6319 とんがりニット帽・グレー 3,630	6356 フェルトの子羊ブローチ・スモーキーブルー 880
6320 とんがりニット帽・ダークイズブルー 3,630	P.21
6321 とんがりニット帽・ブラック 3,630	6357 ぷっくりことりさん・イエローグリーン 1,320
6322 とんがいのアンクルウォーマー・赤 2,750	6358 ぷっくりことりさん・ブラウン 1,320
P.19	6359 ぷっくりことりさん・ブルー 1,320
6323 ナチュラルカラーのフェルトスリッパ・モカ 4,950	6360 ニコニコお豆さん・グリーン 1,320
6324 ナチュラルカラーのフェルトスリッパ・グレー 4,950	6361 ニコニコお豆さん・ピンク 1,320
6325 花柄フェルトスリッパ・ダークオレンジ 4,950	6362 コロコロわんこ・ホワイト 880
6326 花柄フェルトスリッパ・ワイン 4,950	6363 コロコロわんこ・マスタード 880
6327 小鳥と葉っぱのフェルトルームシューズ・ダークグリーン 7,480	6364 ロバのマスコット・ダークグレー 1,430
6328 小鳥と葉っぱのフェルトルームシューズ・ダークピンク 7,480	6365 ロバのマスコット・ベージュ 1,430
6329 ぐるぐる羊のリュック・ナチュラル 4,180	6366 ひょこっとうさぎ・ピンク 2,035
6330 ぐるぐる羊のポシェット・ナチュラル 3,520	6367 ひょこっとうさぎ・ブルー 2,035
6331 フェルトのボーダーバッグ・ブルー 5,720	6368 のびのびネコ・オレンジ 1,980
6332 フェルトボールネックレス・ローズ 1,485	6369 のびのびネコ・オリーブ 1,980
6333 フェルトボールネックレス・ブルーグリーン 1,485	6370 フェルトのコードクリップ・ベージュ 825
6334 フェルトボールネックレス・モカ 1,485	6371 フェルトのコードクリップ・サックスブルー 825
	6372 ぐるぐる羊のコースター・ナチュラル 1,430
	6373 ぐるぐる羊のコースター・ピンク 1,430

配送曜日 月 火 水 木 金

注文書回収 12/1 12/2 12/3 12/4 12/5

商品配送 12/15 12/16 12/17 12/18 12/19

注文の締め切り

注文書回収の翌日午前中
金曜コースの方は月曜日午前中です
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★

ネパリ・バザーロ つなぐつながるをご覧ください

翌々週配送 (12/15~12/19)

P.25			6429	岩手奥州ひとめぼれ「うん米」4.5kg・七分づき米(無農薬) 2025年度産	6,177
6374	クーネリップ&スキンバーム(保湿クリーム)	1,540	6430	〃 4.5kg 玄米(無農薬) 2025年度産	5,616
6375	クーネ ツバキオイル	3,080	6431	岩手奥州ひとめぼれ「うん米」4.5kg・七分づき米(省農薬) 2025年度産	5,346
6376	〃 エッセンス ローション(化粧水)	2,420	6432	〃 4.5kg 玄米(省農薬) 2025年度産	4,860
6377	〃 モイスチャー クリーム	2,860	P.29		
6378	〃 トライアル スキンケアセット	1,100	6433	ネパールカレー・お野菜用	702
6379	〃 モイスチャー リキッド ソープ (フェイス・ボディ・ハンドソープ)	2,090	6434	ネパールカレー・お肉用	702
6380	〃 アミノ シャンプー	2,420	6435	レトルトカレー・季節の野菜	626
6381	〃 モイスト コンディショナー	2,750	6436	レトルトカレー・4種のきのこ	626
6382	お米でできたアウトドアブレイ・レモングラス	2,530	6437	レトルトカレー・豆っこ3姉妹	626
6383	天然植物染料 ナチュラルヘナ	880	6438	ジンジャーエールスパイス	486
6384	天然植物染料 ナチュラルアムラ&ヘナ	880	6439	シナモン・パウダー	378
P.26			6440	シナモン・ホール	486
6385	カカオニブ	918	6441	ブラックペッパー・あらびき	486
6386	スイートカカオニブパウダー	918	6442	ブラックペッパー・ホール	486
6388	玄米グラノーラ カカオニブ&もちきび入り	734	6443	ティースパイ	486
6389	LISAチョコレート【45g】・マイルド	1,296	6444	ジンジャー	378
6390	LISAチョコレート【45g】・ピター	1,296	6445	サヌ・バイさんのカトラリー・スプーン/うさぎ	880
6391	LISAチョコレート【45g】・コーヒー	1,296	6446	〃 ・スプーン/ことり	880
6392	LISAチョコレート【45g】・シモン&ジンジャー	1,296	6447	〃 ・スプーン/はち	880
6393	LISAチョコレート【45g】・カカオニブ	1,296	6448	〃 ・フォーク/うさぎ	880
6394	LISAチョコレート【45g】・シーソルト	1,296	6449	〃 ・フォーク/ことり	880
6395	LISAチョコレート・アソート5種(寄付つき)	1,728	6450	〃 ・フォーク/はち	880
P.9/P26			6451	〃 ・バターナイフ/うさぎ	880
6396	LISAチョコレート・マイルド(寄付つき)	1,620	6452	〃 ・バターナイフ/ことり	880
P.5/P26			6453	〃 ・バターナイフ/はち	880
6397	LISAチョコレート【20g】・シモン&ジンジャー	669	P.30		
6398	LISAチョコレート【20g】・シーソルト	669	6454	シリング村物語コーヒー(粉) 130g	1,188
6399	LISAチョコレート【20g】・スウィート	669	6455	シリング村物語コーヒー(豆) 130g	1,188
P.27			6456	グルミ村物語コーヒー(粉) 130g	1,188
6400	沖縄ハーブティー バタフライピー	626	6457	グルミ村物語コーヒー(豆) 130g	1,188
6401	ハニーピーナッツ	1,512	6458	深煎りコーヒー(粉)	1,944
6402	沖縄ドライフルーツ・たんかん	680	6459	深煎りコーヒー(豆)	1,944
6403	ノイペナ農園ティーダ黒糖	691	6460	ドリップバッグコーヒー	1,188
6404	有機モリンガ茶	1,512	6461	テトラ・ティーバッグ手摘みのお茶・ストレート紅茶	702
6405	屋我地島の塩 100g	627	6462	〃 ・レモングラス紅茶	702
6407	勝山シークワサー完熟果汁	1,296	6463	〃 ・ジンジャー紅茶	702
6409	あおさ	734	6464	〃 ・春摘み紅茶	853
P.15/P27			6465	〃 ・オレンジ&ジンジャーブレンド	756
6410	能登 いしり 自然熟成	777	6466	〃 ・ローズ&ホワイトティー	1,296
P.27			6467	オーガニック・紅茶 リーフティー	1,080
6411	輪島塗 本乾漆箸(細)・朱	3,080	6468	春摘み紅茶 2025年度産	972
6412	輪島塗 本乾漆箸(細)・黒	3,080	6469	夏摘み紅茶 2025年度産	972
6413	輪島塗 お椀・朱	35,200	6470	秋摘み紅茶 2024年度産/2025年度産11月入荷予定	972
6414	輪島塗 お椀・黒	35,200	P.31		
6415	輪島塗 ぐい呑み・さくら	28,600	6471	ネパールの森から届いたはちみつ・チウリ	1,944
6416	輪島塗 ぐい呑み・もみじ	28,600	6472	ネパールの森から届いたはちみつ・ルディロ	2,160
P.28			6473	はちみつとカカオニブ	626
6417	生しばり椿油・100g	1,944	6474	はちみつとくるみ	626
6418	寿工房さんのお味噌	745	6475	はちみつミニセット・チウリ&ルディロ	1,026
6419	のだ塩	560	6476	フェアトレードクッキー・ストレートティー	464
6420	いわて真崎カットワカメ	432	6477	〃 ・レモンティー	464
6421	奇跡の醤	594	6478	〃 ・マサラティー	464
6422	手むきくるみ	648	6479	〃 ・コーヒー	464
6423	山ぶどうピューレ	430	6480	〃 ・オレンジ	464
6424	ダマスクローズ	810	6481	〃 ・シナモン	464
6425	山ぶどうジュース・佐藤農園 2025年度産	2,808	6482	〃 ・ジンジャー	464
完売 ****	山ぶどうジュース・山口さん 2024年度産	2,592	6483	オレンジを愉しむティータイムのギフトセット	3,855
6426	山ぶどうジュース・秋霜農園 2025年度産	2,808	6484	沖縄やんばる満喫セット	4,288
6427	自根きゅうりのピクルス	500	6485	テトラ紅茶2つとクッキー4つのギフトセット	3,585
6428	岩手の幸ギフトセット	4,191	6486	テトラ紅茶1つとクッキー3つのギフトセット	2,419
			6487	ローズとはちみつのティータイムセット	4,633

※ベジタではお酒の取り扱いはありません。何卒ご了承ください。

【返品についてのお断り】返品期限内で、条件を満たす場合には返品・交換を承りますが、以下の場合は返品・交換はできませんので、予めご了承ください。

③お客様のお断り・破損されたもの④返品期限を過ぎたもの⑤ご連絡なしでの返品

■返品期限：商品お受け取り後7日間以内に、ご連絡をお願いします。

①不具合以外ですぐに開封されたものは、②一度使用または着用されたものは、返品料を必要とさせていただきます。

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、餡にジュー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ーシー。植物性飼料で育った鶏肉は臭みがありません



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



[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甘みのある脂を絶妙に合わせた肉まんです。皮はほんのり甘く、ショートニング不使用でふっくら柔らかな食感



[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、やわらかくジューシーな食感に仕上げました



[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



[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ーシー。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



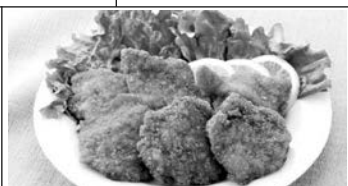
[5971] 冷凍鳥天 170g 702円
外側はサクサク香ばしく、身はふっくら



[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



[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

冷凍バクバクこどもウィンナー

[5829] 150g 864円 (5p)

SPECIAL [5838] ダブル 上記2パック 1642円(税別)

こどもでも食べやすいように香辛料を減らしました
野菜と一緒にミニ串焼き



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

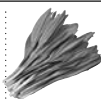
[5825] 冷凍あらびきウィンナー 150g 864円

バジルの風味が食欲をそそる

[5830] 冷凍バジルボーク ウィナー 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



***** 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、安心のものを使用しています

原材料：豚肉(興農豚)、タレ(醤油、砂糖(鹿児島県産)、酒、にんにく(鹿児島)、生姜(宮崎)、長ネギ

休止

【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] 冷凍バクバク

こどもウィンナー150g 864円 (5p)

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



[5831] 冷凍ボローニア

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

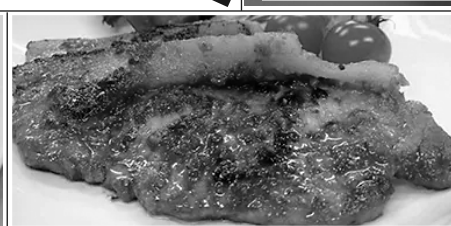
ボローニア(丸い大型ソーセージ)



[5847] 冷凍興農牛 牛カルビ味付

320g 1,642円

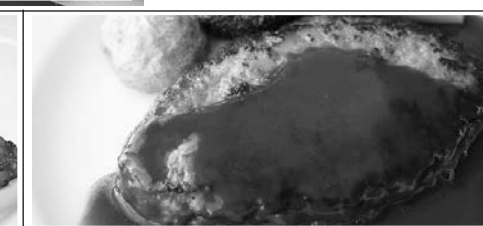
興農牛バラうす切り肉を特製のタレで味付けしました。



[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)
----	----	----	---------

土佐佐賀

翌々週配送

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てます

一本釣りかつお船上凍結
高鮮度のうまさ

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

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



下処理済み

簡単レシピ付

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 1,544円
その時々水揚げされる魚介を3~4種セット

価格は税込み

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

韓国食品

翌々週配送

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、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

翌々週配送



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

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。

塩味も抑え、小さなお子さんでも安心して召し上がりいただけます。

[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ので、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

