



## 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。■計量は正確を心かけておりますが、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。

## 【表示観凡例】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、または既にこの同制度の対象外の生産物。

## セット4種



★野菜セットと野菜果物セットは、生産者の皆さんに契約栽培して頂いた野菜をお届けします。このセットが、安定した生産と有機の畑広げる原動力となっており、しかもお買い得になっています。★畑で、急激なピークが来た野菜や珍しい野菜が入った時などには、野菜セットと野菜果物セットをご注文頂いている皆さんから、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。

緑の  
なめらかな口当たり  
さつま芋 シルクスイート  
繊維質が少なく、口の中でとろける  
ような上品な食感と上品です  
きりとした甘さ

さつま芋のシナモンシュガー  
バターでじっくり焼いたさつま芋  
にパッ！。シナモンの香りが、  
食欲をそそります♪  
[2322] セイロンシナモンパウダー  
20g 389円  
[0909] 南箱根の厳選バター  
180g 1112円



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

[0101] 野菜セット	1,080	1,080円	野: 表組に表示
さつま芋	シルクスイート	700g	茨城・常総センター
大根		1本	愛知・ティエラス
ほうれん草		1束	栃木・島田晴夫さん
ピーマン		150g	沖縄・真南風

[0102] 果物野菜セット	1,620	1,620円	果: 表組に表示
じゃが芋/男爵	700g	北海道・渡部信一さん	
グリーンセロリ	1/2株	愛知・ティエラス	
小松菜	1束	茨城・秋原ファーム	
いんげん	100g	沖縄・真南風	
キウイ	250g	栃木・赤羽根克典さん	
りんご	1ケ	青森・新農業研究会	
ポンカン	3ケ	熊本・福島柑橘園	

## [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

品番	品名	規格	価格(税込み)
<b>お得</b>			
<b>便利</b>			
野菜セット	畑丸ごとのおつきあい		
果物野菜セット			
畑でできた野菜の量とお客様の注文を調整する役割があります。生産者が手間と時間を変えて耕す畑はお客様の畑でもあります。どうか年間を通して有機の畑とおつきあいください			
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	302	
0110 " 徳用	1kg	575	605
茨城・秋原ファーム/防除0			
野 0111 さつま芋 シルクスイート	700g	346	
0112 " 徳用	1.4kg	657	691
茨城・常総センター/防除0			
0113 里芋	500g	486	
0114 " 徳用	1kg	923	972
千葉・佐原農産物供給センター/防除0			
0115 長芋	250g	292	
茨城・常総センター/防除0			
0116 長芋	300g	497	
岩手・みちのく有機/有			

長芋の酢醤油漬け  
食べやすい大きさに切って、酢醤油に漬ける。好みでわさびやのりを入れてどうぞ  
[2316] 山わさび 12g 324円



## [0104] 根菜ミニセット

831 875円

玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
0117 ごぼう		300g	335
*****	ごぼう (1本もの)		終了
0119 蓼根		500g	551
茨城・常総センター/防除0			
0120 長ねぎ (泥)		300g	324
0121 " ダブル		300g×2	616
千葉・林 昭一さん/防除4			

## 皮をむいたら栄養が逃げる

## 人参



皮の近くに栄養が多いので、皮をむかず  
に食べるのがオススメ。また、βカロテ  
ンは油に溶けるので、油と合わせるのが  
ベスト♪ 生食だと吸収率は30%です  
が、油で炒めると70%にも！

クリームシチュー  
大きめ切った野菜やお肉が存在感  
たっぷりに！

## [1306] 冷凍播州百日鶏

唐揚用カット 約25g×8 818円

[2313] 直火焙煎クリームシチュー

ルウ 120g 454円

[2330] 乾燥ローリエ 3g 589円

[0213] ブラウンマッシュルーム 90g 400円

[0124] キャベツ 1/2ケ 184円



ごぼうとにんじんのサラダ  
ゆでたごぼうのささがき・千  
切りにんじんに、マヨネーズ、  
醤油、ごま適量を混ぜてあえる  
[2017] 無双 練り胡麻 白  
210g 799円



# “しょうが”で温活！生と加熱を使い分ける



生

加熱

ジンゲロール <解熱作用や殺菌効果>  
風邪の引き始めや悪寒がする時に。体の芯  
を冷やしますので、冷え性には逆効果

ショウガオール <体を芯から温める>  
冷え性や肩こりなどに。高熱の状態だと、  
余計に体温を上げるので逆効果

手軽に生姜POWER  
[2716] 生姜百景  
GINGER SHOT

3p

50ml 580円



生姜焼き



きのこのスープ



リゾット



[0149] 大しょうが  
100g 324円

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

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

## 黒っぽいものはダメ？？

### 蓮根

蓮根が土の中で育つため、土壤中の鉄分や泥の影響で赤や黒、褐色など個性豊か。黒っぽくても品質に問題はありません。



また、ポリフェノールの一種であるタンニンが多く含まれているので、空気や鉄に触れて化学反応を起こし、黒色や茶色、青紫色や緑黒っぽく変色することもあります

<b>野</b>	0122 大根	1本	313
	愛知・ティエラス/防除2		
	0124 キャベツ	1/2ケ	184
	0125 "	1ケ	349 367
	愛知・ティエラス/防除2		
	0123 ブロッコリー	1ケ	318
	愛知・ティエラス/防除2		
<b>果</b>	0126 グリーンセロリ	1/2株	302
	0127 " 德用	1株	575 605
	愛知・ティエラス/防除2		

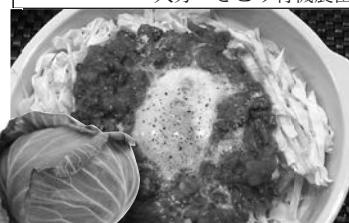


ボロネーゼに  
みじん切りにして入れる



すりおろして揚げる  
角切りしたものも入れてシ  
と、食感が楽しい♪

<b>野</b>	0128 ほうれん草	1束	238
	栃木・島田晴夫さん/有	栃木・藤田至善農園/防除0	
	0129 ちぢみほうれん草	1束	313
	千葉・佐原供給センター/防除0		
<b>果</b>	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		
	0133 チンゲンサイ	1束	205
	茨城・旭農園/防除0		
	0134 春菊	1束	410
	大分・さとう有機農園/有		



キャベツグラタン  
粗く千切りにしたキャベツ  
に、ミートソースをのせ、  
卵を落としてどうぞ。

[2222] 有機ミートソース

140g 335円



セロリの葉の佃煮  
余りがちなセロリの葉を使  
ったつくだ煮はいかが。お  
弁当のふりかけや、混ぜ込  
んでおにぎりにするのも才  
ススメです。

[2016] 国内産すりごま 白  
30g 691円



ホタテと  
チンゲンサイの塩炒め

[1609] 冷凍お刺身

ほたて貝柱 100g 1323円



### 大根の甘みと麺の旨味

#### 塩麹みぞれ鍋

鍋に昆布を敷いて水を入れ  
る。たっぷりの大根おろしを  
入れたら、味付けは塩麹だけ

[2134] 有機玄米塩麹

170g 648円



### ふろふき大根

お出汁がしっかりしみこんだ、ふろふき大根は冬の定番。肉みそをかければさらに入れて食べ応えがアップします。

[1103] 冷凍放牧豚  
挽肉(バラ凍結)

250g 810円



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



### 沖縄の気候をいかす

#### ミニトマト

沖縄では冬でも20℃以上が普通。ハウスで加温する必要はなく、エネルギーがかかりません。



0135 かぼちゃ	1/4ケ	216
0136 " 徳用	1/2~1/4ケ	390 <del>410</del>
0137 " 徳用	1ケ	687 <del>724</del>

栃木・鈴木章さん/有

0138 きゅうり	300g (3本)	367
0139 " 徳用	500g (4~6本)	605

沖縄・真南風/防除5

0140 ミニトマト	150g	378
0141 " ダブル	150g×2	718 <del>756</del>

沖縄・真南風/有

0142 ピーマン	150g	194
0143 " ダブル	150g×2	369 <del>389</del>

沖縄・真南風/防除5

0144 いんげん	100g	367
0145 " ダブル	100g×2	698 <del>734</del>

沖縄・真南風/有

### 貴重な自根きゅうり

#### きゅうり

自根きゅうりは、風味や香りが強く、皮が柔らかくて美味。この時期に太陽エネルギーだけで栽培したきゅうりは沖縄ならではです。



#### じゃばらきゅうり

塩昆布とポン酢、おろしにんにくで味付け。きゅうりをじゃばら状に深く細かい切り込みを入れることで塩昆布の旨味がしっかりとしみ込みます！

[2155] 職人の夢・有機すだち  
ぽん酢 180ml 4p 691円



#### にんにく味噌

みじん切りのにんにくを、ごま油で熱し、香りが立ったら料理酒を入れてさらに炒める。味噌と砂糖を加え、全体になじませる。

[2105] ヤマキ  
有機玄米味噌

500g 5p 999円



0146 ベビーリーフ	50g	162
茨城・HATAKEカンパニー/防除0		

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		

***** ローズマリー		休止
--------------	--	----

0148 にんにく	1ケM	302
岩手・みちのく有機/有		

0149 大しょうが	100g	324
高知・若水会/防除0		

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



ピクルス ミニトマトときゅうりの輪切りのキュウリや、ミニトマト、うずらの水煮を漬け込んで。[0504] うずら卵水煮 6ヶ×2 389円

ごま和え 食感と味わいが違う野菜なので、一緒にごま和えにすることでお互いが引き立てあってくれます！

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・渋田産業/対象外		
0216 隅田サンゴヤマブシ茸	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 <del>130</del>
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 <del>187</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		

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

イチゴチョコ  
湯煎で溶かしたチョコをコーティング  
[2852] 有機  
ビターチョコレート 5p  
80g 993円



甘くとろとろ 焼きバナナ  
フライパンにバターを溶かして焼くと、甘いスイーツに変身  
[2322] セイロンシナモンパウダー 20g 389円  
[0909] 南箱根の厳選バター 180g 1112円



マグロとキウイのサラダ  
一口大のマグロとキウイを、オリーブオイル、塩、レモン汁で和えるだけ。  
[2162] 有機エキストラバージン  
オリーブオイル 180g 1944円



0301	いちご	200g	626
0302	" ダブル	200g×2	1047 1252
0303	" 箱	200g×4	1983 2204
	茨城・竹村慎一さん/防除1		
0304	バナナ	700g	691
0305	" ダブル	上記2p	1286 1382
	ATJ (フィリピンネグロス) /防除0		
果	0306 キウイ	250g	313
0307	" ダブル	250g×2	595 626
	栃木・赤羽根克典さん/有		

果	0308 りんご 王林	500g	518
0309	" 徳用	1kg	759 800
0310	" 徳用	2kg	1487 1600
	青森・新農業研究会/防除12		
0311	りんご シナノゴールド	2ヶ	518
0312	" 徳用	1kg	759 800
	青森・新農業研究会/防除12		
0313	りんご ふじ	500g	518
0314	" 徳用	1kg	759 800
0315	" 徳用	3kg	2208 2400
	青森・新農業研究会/防除12		

### そばかす顔で特有の香り

#### りんご 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



### 長野県りんご三兄弟の三男 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とした酸味。柑橘類のようなさわやかな風味

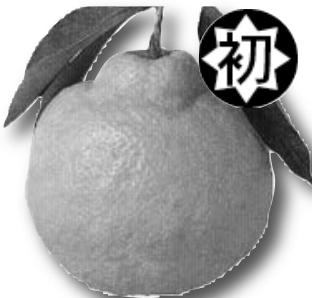


### 甘味と酸味のバランスが絶妙 りんご ふじ

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



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



ぽっこり膨らんだ  
ヘタが特徴  
デコポン(不知火)  
清見とポンカンを掛け合させてできた品種です。

糖度が高く果汁もたっぷり、手で剥きやすい。

*****	みかん	終了
0320	伊予柑	750g 508
0321	" 徳用	1.5kg 964 1016
	熊本・福島柑橘園/有	
果	0322 ポンカン	1kg 680
0323	" 徳用	2kg 1293 1361
	熊本・福島柑橘園/有	
初	0324 デコポン (不知火)	750g 508
0325	" 徳用	1.5kg 964 1015
	熊本・福島柑橘園/防除0	
	0326 レモン	250g 324
	0327 "	徳用 500g 616 648
	熊本・福島柑橘園/有	

0328	銀杏	100g 259
	茨城・深谷守夫さん/防除0	

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

0316	りんご こうこう	2ヶ 518
0317	" 徳用	1kg 759 800
	青森・新農業研究会/防除12	
0318	りんご 星の金貨	2ヶ 518
0319	" 徳用	1kg 759 800
	青森・新農業研究会/防除12	



### りんごは医者いらず?

りんごには、食物せんいやビタミンC、ミネラルなどが豊富に含まれています。

お腹の調子を整えたり、貧血を予防したりと、幅広い効果を持っており、栄養価の高い食べ物です。

特にりんごの皮の近くには、りんごの栄養分がぎゅっとつまっているので、りんごをきれいに洗い、皮ごと丸かじりすると、より栄養を取ることができます

### 果皮が薄く小玉

#### りんご 星の金貨

きれいな黄色で、特長は皮の薄さと、小さめのサイズ。皮ごと食べやすいりんごを目指し、育成されました



### 甘く酸味もおだやか

#### りんご こうこう

黄色いリンゴでは珍しい蜜が入りやすいタイプ。シャキッとした食感。



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

## 白米にちょっと混ぜて炊くだけで赤飯のような色

紫黒米はその名前の通り紫黒色の稻。野生の稻に近い特性を持つ古代米の一種です。

お赤飯のようにもちもちとした食感で楽しめるので、雑穀米が苦手な人でもおいしく頂けます。

### [0431] 有機古代米(白山紫黒)

300g 1026 ~~1080~~円



### 黒米ミネストローネ

角切り野菜と古代米を炒め、スープで煮込み

[0105] 玉ねぎ

700g 410円

[0109] 人参

500g 302円



## お米

### △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 5400 有

0402 ハ

3kg 3240 有

0403 田島さんの白米

5kg 5400 有

0404 ハ

3kg 3240 有

### △赤羽根克典さん(コシヒカリ)△

栃木・赤羽根克典さん

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

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

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

0411 玄米(さゆり米)

2kg 3,164 防除0

0412 ハ

5kg 7,841 防除0

0413 胚芽米(さゆり米)

2kg 3,229 防除0

0414 ハ

5kg 7,992 防除0

0415 白米(さゆり米)

2kg 3,283 防除0

0416 ハ

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

0417 玄米(さゆり米)

2kg 2,668 防除1

0418 ハ

5kg 6,588 防除1

0419 胚芽米(さゆり米)

2kg 2,722 防除1

0420 ハ

5kg 6,728 防除1

0421 白米(さゆり米)

2kg 2,786 防除1

0422 ハ

5kg 6,880 防除1

### △啄木米(あきたこまち)△

岩手・無天塾

0423 玄米

5kg 5627 有

0424 胚芽米

5kg 5789 有

0425 白米

5kg 5940 有

0426 玄米

5kg 4860 防除1

\*\*\*\*\* 胚芽米

終了

0428 白米

5kg 5173 防除1

### △もち米(白米)△

茨城・枝拓生さん

0430 餅米 白米

1kg 1253 有

岩手・無天塾／品種:ヒメノモチ

### △雑穀など△

0431 有機古代米(白山紫黒) 300g 1026 ~~1080~~円

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

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

## 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~~円

0436 有機十割かゆ(しろかゆ) 200g 216

0437 " 徳用 200g×5 1026 ~~1080~~円

0438 有機玄米粥 200g 216

0439 " 徳用 200g×5 1026 ~~1080~~円

### △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~~円

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~~円

## 餅

\*\*\*\*\* 中村商店 白米餅 終了

0447 中村商店 玄米餅 500g 810

0448 中村商店 よもぎ餅(玄米使用) 500g 853

## ぬか

### もむように漬け込むだけ

米ぬかを酵母菌、乳酸菌で発酵させることにより、ぬか漬風味のおいしさを作り出しています

### 麹屋甚平・浅漬の素

[2227] 500ml 605円 3p

SPOT [2234] ダブル

上記2本 1,150 ~~1,210~~円

ミックス浅漬け

きゅうり・人参などをステイック状に切り揃え、ポリ袋に入れて「浅漬けの素」を注ぎ、空気を抜いてよくもんでもから、30分ほどおく

[0109] 人参 500g 302円

[0138] きゅうり 300g (3本) 367円



0455 麹屋甚平・熟成ぬか床 1kg 734

0456 ハ 容器入 1.2kg 1069

0457 ハ 補充用 400g 464

2227 麹屋甚平・浅漬の素 500ml 605 3p

## 卵

0501 平飼有精卵

10ヶ 610

0502 " ダブル

上記2p 1159 ~~1220~~

0503 平飼有精卵

6ヶ 400

0504 うずら卵水煮

6ヶ×2 389

0505 " ダブル

上記2p 746 ~~778~~

0506 味付けうずらの玉子

10ヶ 448

## 豆腐・揚げ

### △ごま豆腐△

0507 高野山ごまとうふ 白 120g×2 324

0508 ハ 黒 120g×2 324

0509 ハ 金 100g×2 324

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



ひき肉のいなり煮  
人参やごぼうを混ぜた鶏ひき肉  
を油揚げの中に入れて煮ます。  
野菜と鶏肉から十分美味しいダ  
シが出ます  
すし揚げ  
[0517] 2枚 238円 2p  
[0518] 4枚 475円 3p

[1304] 冷凍播州百日鶏 挽肉  
200g 878円  
[0109] 人参 500g 302円  
[0117] ごぼう 300g 335円

## ▽茨城 嘉倉▽

0510 絹豆腐	350g	243
0511 ちりめん豆腐	250g	270
0512 寄せ豆腐	250g	270
0513 寄せ豆腐 (ごま)	250g	297
0514 木綿豆腐	350g	243
0515 焼き豆腐	300g	243
0516 油揚げ	2枚	238
<b>0517 すし揚げ</b>	<b>2枚</b>	<b>238</b>
<b>0518 "</b>	<b>4枚</b>	<b>475</b>
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
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 青豆入り具だくさんがんも	2枚	346
0537 えび入り具だくさんがんも	2枚	486
0538 ねぎ入り具だくさんがんも	2枚	464
0539 味付いなりあげ	6枚	324
0540 味付桜えび入り京がんも	10ヶ	367
0541 味付けうの花	150g	340
0542 白和え	150g	281

## 水きりせずに そのまま使える

水切り押し豆腐 2p

[0530] 220g 297円

SPOT [0555] ハダブル

上記2パック 570 594円

しっかり水切りしたもめん豆腐よりさらに固い押し豆腐。国内産大豆100%使用し大豆のうまみを凝縮！



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

## 納豆

産直納豆小粒カップ2 2p

[0546] 30g×2 238円

SPOT [0556] 上記2パック

456 475円

北海道十勝産大豆「スズマル」使用。シ  
ンプルに納豆を味わえるよう「たれ・か  
らし」を無くしました



## ▽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 (絹木/小粒)	80g	400
<b>0546 産直納豆 小粒カップ2</b>	<b>30g×2</b>	<b>238</b>
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 国産そぼろ納豆	100g	324

## 漬け物

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 浅漬けかつお太根漬け	150g	448
<b>0604 浅漬け昆布大根漬け</b>	<b>150g</b>	<b>448</b>
0605 こぶ仕込み大根	250g	734
0606 かつお仕込み大根	250g	734

0607 ゆず大根	150g	448
0608 白菜漬	250g	432
0609 浅漬け紅かぶら漬け	150g	448
0610 柚子白菜漬け	250g	432
0611 刻みすぐき	120g	448

0612 刻みみぶ菜	150g	448
<b>0613 きゅうりのふる里漬</b>	<b>90g</b>	<b>475</b>
0614 マイルドしば漬	90g	475
0615 白菜キムチ	200g	443
<b>0616 千枚漬け</b>	<b>100g</b>	<b>508</b>

0617 紅千枚漬け	100g	508
0618 カップ入切千枚漬け	140g	475
0619 カップ入紅切千枚漬け	140g	475
▽梅干し▽		

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

柔らかな小梅を 丁寧に漬けました		
[0622] 有機小梅	100g	1210円

塩分13~15%で塩味控えめ 木で完熟した和歌山県産の有機小梅と 有機しそを、伝統製法で仕上げた紫蘇漬 け梅干し		
---	--	--





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

## お惣菜

▽ふりかけ類▽				
4p	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
4p	0705	味付おかず海苔 8ヶ切20枚入×3		734
	0706	冷凍 しらす干し	100g	794
	0707	しらすちらめん	70g	967
4p	0708	鮭フレーク	90g	810
▽佃煮類▽				
	0709	島っこ生のり佃煮	90g	454
	0710	江戸前生のり	80g	448
隔週	0711	細切り昆布佃煮	100g	405
3p	0712	ちりめん山椒佃煮	40g	626
	0713	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
隔週	0714	生あみ	60g	437
隔週	0715	うずら豆	100g	351
	0716	五目豆	100g	356
3p	0717	直火焚き黒豆煮豆	120g	551
	0718	国産味付メンマ	90g	572
隔週	0719	竹の子土佐煮	60g	340
▽炊き込み・混ぜご飯の素▽				
	0720	冷凍 五目寿司の素 (2合用)	200g	589
	0721	冷凍 中華丼の具	180g×2	616
3p	0722	国産たけのこご飯の素	170g	448
	0723	冷凍 鯛のづけ丼	150g	697
隔週	0724	まいたけご飯の素	170g	540
▽スープ▽				
	0801	【リーズドライ】わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	【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
3p	0804	冷凍 点心えびしゅうまい	27g×7	535

## 興農ファーム

### 翌々週調配品 (2/9~2/13)

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**



[5836] 冷凍生ソーセージ 5p  
200g 1,031円  
絹引きにした口当たりの良いウイナー



[5826] 冷凍粗挽き  
ミニウインナー 150g 864円  
「あらびきウインナー」のミニサイズ  
[5829] 冷凍パクパク  
こどもウインナー150g 864円  
子どもでも食べやすいように香辛料を減らしました。

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

### ▽揚げ物・他▽

0805	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	
0807	冷凍 ごぼうとひじきの豆腐団子	18g×8	497	
▽レトルトカレー類▽				
0808	タイ・グリーンカレー	170g	540	3p
0809	タイ・レッドカレー	170g	540	3p
0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540	3p
0811	タイ・マッサマンカレー	170g	540	3p
0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432	
0813	【レトルト】ベジタリアンのための野菜カレー	200g	464	
0814	【レトルト】ベジタリアンのための豆カレー	200g	464	
0815	【レトルト】ベジタリアンのための根菜カレー	200g	464	
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	activus・OGトマトスープ	400g	600	3p
0819	activus・OGキャロットスープ	400g	600	3p
0820	activus・OGミネストローネ	400g	600	3p
0821	activus・OGマッシュルームスープ	400g	600	3p
0822	activus・OGビーツスープ	400g	600	3p
0823	activus・OGコーンスープ	400g	600	3p
0824	activus・OGチリビーンズスープ	400g	600	3p
0825	豆乳仕立てのじゃがいもスープ	180g	184	
0826	豆乳仕立てのにんじんスープ	180g	184	
0827	豆乳仕立てのかぼちゃスープ	180g	184	
0828	豆乳仕立てのとうもろこしスープ	180g	184	

### ▽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	
翌々週5843	冷凍 興農ビーフコロッケ	160g(2ヶ)	605	5p
翌々週5844	冷凍 興農メンチカツ	200g(2ヶ)	913	

## 興農ファーム

### 翌々週調配品 (2/9~2/13)

つなぎ剤を一切入れないので  
肉本来の旨味が良く出ています



[5828] 冷凍 ウィンナーソーセージ  
150g 864円

[5825] 冷凍 あらびきウィンナー  
150g 864円

北海道に自生する「行者  
にんにく」は、ニンニクと  
ニラを合わせたような味  
と香りがし、肉にとても  
良く合います。

冷凍 行者にんにく入り

[5827] 冷凍 ウィンナー

150g 864円

バジルの風味が食欲をそそる

[5830] 冷凍 バジルボーケ

150g 864円

チーズの美味しさがプラス

[5837] 冷凍 チーズ入り

150g 864円

[5824] 冷凍 フランク  
50g×5 1,291円

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

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

## ノンホモジナイズドとは

### 東毛酪農低温殺菌牛乳63℃

ホモジナイズは、牛乳（生乳に含まれている脂肪球）に圧力をかけて、乳中の脂肪球を碎いて小さく均質化することです。これは、均一に短時間で超高温殺菌する工程で必要であると共に、超高温殺菌中に配管の中で乳脂肪が固まらないようにするためにの過程です。

私たちとは、牛乳に圧力をかけるのは、牛乳を壊していると考えます。「牛乳を壊さずに、自然の牛乳を飲んでもらう」をモットーにみんなの牛乳では、ホモジナイズドをかけていません。また乳質を傷めないように、集乳車のポンプや工場のポンプ・配管などの振動・圧力にも注意を払っています。

東毛酪農業協同組合



## 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△

3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ 1000ml	464
	0950	" ダブル 上記2p	901 928
1p	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ 500ml	281
	0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ (ビン) 200ml	205
	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
	0952	" ダブル 上記2p	650 678
	0906	ドリンクヨーグルト 200g	216
	0907	東毛酪農のカマンベールチーズ 100g	664

### 東毛酪農 東毛ナチュラル ゴーダタイプ

穏やかでクセのないマイルドな味わいと、まろやかな香りをもっています。熟成がすすむと旨味が凝縮され、濃厚な味わいと芳醇なコクと風味になります。

カットしてそのままどうぞ。ピザやグラタンなどのお料理にも広くお使いいただけます。

原材料…生乳、食塩

5p	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

### △よつ葉チーズ△

0911	チエダーチーズ	100g	432
0912	シュレットチーズ	250g	783
0913	ゴーダチーズ	100g	448
0914	カマンベールチーズ	90g	578

### 豆乳グルト

翌々日配送品

5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト 400g	346
5316	" ダブル 上記2p	670 699

## トーストやヨーグルトにどうぞ

### 国産いちごのジャム

国内産のジャムに適したイチゴを使用し、レモン果汁も国内産レモンのストレート果汁を使用しました。果実分75%。糖度50度。

レモン果汁は海外産有機レモン果汁のストレート果汁を使用しています。砂糖は北海道産のてん菜使用のビートグラニュー糖、水飴は国内産原料の麦芽水飴を使用しています。



## ジャム・蜂蜜類

0915	国産いちごのジャム	200g	702	4p
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	

### ノヴァ レーズン

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

オイルコーティングを行わない、自然のままの豊かな味わいが特徴。



### ノヴァ 有機ブルーン種あり

果肉が厚く風味豊かな、カリフォルニア産の有機ブルーンです。その年に実ったものから最大サイズの実だけを限定して収穫し、最もおいしい種の周りの果肉を残して種つきのまま乾燥。香り高く味わい深く仕上げました。

原材料…有機ブルーン（アメリカ）



干しいちじくをまるごとパイ包みにしてみました。  
冷凍パイシートを使って手軽に作りましょう。

ノヴァのレシピ

### いちじくまるごとパイ

材料…冷凍パイシート（約10×20cm）1枚、干しいちじく4個、くるみ4個、卵黄1個  
作り方…①干しいちじくは、頭の固い部分を切り落とし、2分ほど低温の蒸し器で蒸して冷ます。くるみは丸ごと軽く炒っておく。干しいちじくが冷めたら、中にくるみを挟む。②冷凍パイシートは冷蔵庫か室温でやわらかく戻し、めん棒で少し広げ、①の干しいちじくをくるむ。綴じ目は下になるようにし、いちじく型に整えて切れ目を入れる。③卵黄を大さじ1の水で溶いて①に塗り、200℃のオーブンで15分前後焼く。

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、皮の薄いスマルナ種を、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。

原材料…有機いちじく（トルコ）



## ドライフルーツ・ナッツ

0920	レーズン	120g	497	3p
0921	ブルーン（種あり）	150g	842	4p
0922	干しいちじく	150g	972	5p
0923	干しあんず	100g	778	
0924	ドライクランベリー	70g	605	
0925	ドライブルーベリー	60g	1,026	
0926	ウォールナッツ（くるみ）	80g	886	
0927	ローストアーモンド	80g	864	
0928	ローストカシューナッツ	80g	1,058	
0929	ローストヘーゼルナッツ	80g	799	
0930	オレンジスティック	80g	680	
0931	有機オリーブの宝石	100g	1,058	

## 天然酵母パン ザクセン

デニッシュ生地で自家製あんを包み込みました。		有機チョコチップをクッキー生地に練り込みました。温めるといっそうおいしく美味	オーガニッククルミが入った小さなパンです。	ドライトマトとバジル入りセミハードロール
 207限り [1068] あんこデニッシュ 2ヶ 621円 原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、あんこ（国産）、洗双糖、ホシノ酵母、天塩	 2p [1082] チョコチップメロンパン 1ヶ 319円 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、バター、卵（平飼い）、チョコチップ、天然酵母、天塩、小麦蛋白（国産）	 3p [1064] くるみのプチパン 4ヶ 605円 原材料…小麦粉（国産）、くるみ（アメリカ産オーガニック）、菜種油、天然酵母、洗双糖、天塩	 3p [1072] ドライトマトとバジルのセミハードロール 5ヶ 616円 原材料…小麦粉（北海道産）、ドライトマト、粗糖、食塩、有機バジル	
天然酵母・国産小麦 北海道産バターを使用した バターロールです。	オーガニック黒胡麻を たっぷり入れました。	国産小麦と天然酵母の プレーンベーグルです。 一旦蒸してから 焼き上げました。	玉ねぎの香ばしい 風味がふんわり！	
 [1073] バターロール 5ヶ 637円 原材料…小麦粉（国産）、バター、粗糖、天然酵母、食塩	 3p [1062] ごまコッペ 1ヶ 443円 原材料…小麦粉（国産）、ごま（ボリビア産オーガニック）、洗双糖、天然酵母、天塩	 3p [1066] ベーグル（プレーン） 約70g×3 643円 原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩	 3p [1085] オニオンロール 3ヶ 589円 原材料…小麦粉（国産）、玉ねぎ（国産）、酵母、洗双糖、天塩、菜種油、黒胡椒、ナツメグ	
 オーガニック入り食パン [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	 オ有 ぶ 一 機 ど ガ 認 う 二 証 食 ツ の パ ク ン [1081] 有機ぶどう食パン (6枚スライス) 6枚切り 702円 原材料…有機小麦粉、有機レーズン、有機砂糖、天然酵母、食塩	 3p [1054] 胚芽食パン6枚スライス 6枚切り 605円 原材料…小麦粉（国産）、小麦胚芽ふすま、粗糖、天然酵母、食塩	 6ふん 16 種 穀 粒 だん に 使 わ し ま し た 。 3p [1055] 国産16穀食パン6枚 616円 原材料…小麦粉（国産）、雑穀加工品（裸麦、モチ玄米、丸麦、発芽玄米、黄大豆、モチ麦、モチ黒米、黒大豆、小豆、モチ赤米、タカキビ、トウモロコシ、モチキビ、他）、洗双糖、キビ、パン酵母、天塩	

ポイント	品番	品名	規格	会員価格(税込み)
	<b>パン</b>	規格は生地の重量表記です	型油…なたねサラダ油を使用	
	(略号…糖:粗精糖 マ:マーガリン バ:バター 油:油脂類 豆:大豆レシチン 乳:乳製品)			
	1051	食パン	糖 1斤	486
	1052	食パンスライス6枚	糖 6枚切り	486
3p	1053	胚芽食パン	糖 1斤	605
3p	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
3p	1056	ぶどう食パン	糖 1斤	605
	1057	バケット	糖 400g	491
	1058	バタール	230g	486
207限り	1059	クロワッサン	糖・バ 2ヶ	562
3p	1060	テーブルロール	糖・マ 5ヶ	621
	1061	プチパン	糖 5ヶ	518
3p	1062	ごまコッペ	糖 1ヶ	443
	1063	プチレーズン	糖 5ヶ	621
3p	1064	くるみのプチパン	糖・マ 4ヶ	605
	1065	よもぎパン	糖 5ヶ	621
3p	1066	ベーグル (プレーン)	糖 約70gX3	643
207限り	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
7限り 1068	あんこデニッシュ	糖・バ 2ヶ	621	3p
7限り 1069	かぼちゃデニッシュ	糖・バ 2ヶ	605	
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&コーン	1枚15cm	994	
1093	冷凍ミニピザ・マルゲリータ	1枚15cm	821	
▽ファーマーズファクトリー▽				
1094	冷凍牧場のピッタ・マルゲリータ	18cm	982	

もちもちとしたパン生地の食感と、  
コクのあるごまあん  
ごまあんパン

北海道産小麦粉と国産米粉を使ったパン生地で、北海道産小豆と洗双糖、有機黒ごまペーストで作った餡を包みました。米粉を入れることでモチモチに仕上げたパン生地と、有機黒ごまの香りが活きた、コクのある甘みの餡がよく合います。

原材料…あんこ（国内製造）、小麦粉、有機ごまペースト、粗糖、菜種油、天然酵母、米粉、有機黒ごま、食塩、（一部に小麦・ごまを含む）

[1076] ごまあんパン 1ヶ 292円 2p  
[1077] " ダブル 上記2ヶ 560円

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



豚野菜炒め用小間切れ肉ともやし&キャベツのシャキシャキ野菜炒めです。

### キャベツともやしの肉野菜炒め

作り方…①キャベツはざく切り、生姜は千切りにする。②豚小間切れ肉150gに(酒小さじ1、醤油小さじ1)を加えて下味をつける。③フライパンに油と生姜を入れて中火にかけ、香りがたつたら豚肉を加えて炒める。④肉の色が変わったら、キャベツ、もやしの順に加えて炒める。⑤塩・こしょう、酒を加えてさっと大きく混ぜる。仕上げに醤油を回し入れる。

[0124] キャベツ 1/2ケ 184円

冷凍 健康豚

野菜炒め用小間切れ  
ウデ肉の小間切れ肉  
です。



## 豚肉

### △北海道 放牧豚△

放牧豚は、生後90日を目処に100日間以上、北海道厚真町の広い大地で『放牧飼育』された豚です。

ストレスフリーで健康に育った放牧豚は、赤身が濃く・適度な弾力の肉質・甘みのある脂をあわせ持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、抗生素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が特徴のバラ肉です。

1102 冷凍 放牧豚 モモスライス 200g 756  
1.5mm厚。脂が少なく赤身の旨みがあふれるモモ肉は適度な歯ごたえがあり、炒め物や煮物などに。

1103 冷凍 放牧豚 挽肉(バラ凍結) 250g 810  
赤身部位を中心にバラバラなミンチにしました。  
使いやすいチャック袋仕様です。

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。

5p

### △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。

1121 冷凍 健康豚 ローススライス 150g 795

1122 冷凍 健康豚 ロースしゃぶ用 150g 811

1123 冷凍 健康豚 モモスライス 150g 667

1124 冷凍 健康豚 モモしゃぶ用 150g 761

1125 冷凍 健康豚 バラスライス 150g 708

1126 冷凍 健康豚 生が焼スライス 150g 728

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

3p

1129 冷凍 健康豚 挽肉 150g 513

3p

1130 冷凍 健康豚 野菜炒め用小間切れ150g 546

1131 冷凍 健康豚 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  
丁寧に手切りして、バラバラで凍結させました。  
使いたい分だけ取り出せるので便利です。

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



豚ひき肉あんを、温めた豆腐にたっぷりかけます。  
生姜が入って、体が中から温まります。

### そぼろのあんかけ豆腐

作り方…①長ねぎはみじん切りに、青ねぎは小口切りにする。生姜はすりおろす。②絹豆腐はスプーンなどでくって皿に盛り、めんつゆを小さじ1ふりかける。ラップをして電子レンジ(600W)で2分加熱し、水気をきる。③熱したフライパンにごま油、長ねぎ、生姜を入れて弱火で炒める。香りがたってたら豚ひき肉を入れ、酒、塩、こしょうを振り入れ、炒める。④肉の色が変わったら、めんつゆ、水100mlを入れる。煮立ったら一度火を止め、水溶き片栗粉を入れて、とろみをつける。温めた豆腐にかけて、青ねぎを散らす。

[0149] 大しょうが 100g 324円  
[0510] 絹豆腐 350g 243円

### 健康豚 挽肉

ウデ・モモ肉(主にすね)のミンチです。



カリッと焼いた柔らかな豚ヒレ肉を大根おろしとポン酢でさっぱりいただけます。  
ご飯ともお酒とも合います。

### 豚ヒレ肉の竜田焼きおろしつぶし

作り方…①豚ヒレ肉は1cmくらいの厚さに切り、〔塩、こしょう少々、すりおろした生姜小さじ1、酒大さじ1、醤油大さじ1、みりん大さじ1、ごま油少々〕に30分程漬けて下味をつける。②豚肉に片栗粉をまぶし、油を多めに熱したフライパンで、両面に焼き色をつける。③焼けたら火を止めて蓋をし、1分程余熱で火を通す。④豚肉をお皿に盛り、大根おろしをのせて、小ねぎを振る。ポン酢をかけて食べる。

### 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。



### 冷凍 興農豚 ヒレ一口カツ用

### 翌々日配送品

### △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=デュロップ)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

6p

8p

### 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。  
一般的な春巻きの皮と違い、厚みがあり、生地を焼く工程をとっています。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。大地の恵みをふんだんに取り込んだ、独特な風味と食感の春巻きの皮に仕上げました。



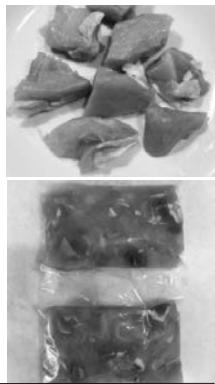
ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
------	----	----	----	---------



### 寒い日に食べたい！クリームシチュー チキンクリームシチュー

作り方…①鶏肉は一口大にして塩、胡椒し、薄く小麦粉をつける。②野菜類（玉ねぎ、人参、じゃが芋）は食べやすい大きさに切る。③鍋に油を熱し、肉や野菜をバターまたは油でよく炒める。④水とスープの素を加え、アツを取りながら、材料がやわらかくなるまで煮込む。⑤いったん火を止めてクリームシチューの素を加え、再び弱火でとろみが出るまで煮込んでから牛乳を加えて仕上げる。

[2313] 直火焙煎クリームシチュールゥ 120g 454円  
3p [0901] 東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ 1000ml 464円



### 冷凍 播州百日鶏 唐揚用カット

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 小間切

ムネ・モモを1cm程に細かく切りました。100gずつ2パックにしてありますので、使う分だけ解凍してご利用いただけます。

## 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に浴び、通常の飼育より長い、約百日という時間をじっくりかけて飼育された銘柄鶏。

産地の加美町を流れる美味しい清水と、とうもろこしと大豆等の安全な飼料にこだわって飼育しています。

【飼育方法】開放鶏舎 平飼い飼育

【飼育密度】一坪(3.3m<sup>2</sup>)にだいたい20~27羽で飼育

【休業期間】抗生素質はやむなく孵化後70日間の幼児期にコクシジューム症対策等に微量飼料添加するが、それ以後30日間以上は抗生素質無投与。

1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
1302	冷凍 播州百日鶏 むね	200g	788
1303	冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
1304	冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
1305	冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	786
1306	冷凍 播州百日鶏 唐揚用カット	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

4p  
4p



ラザニアの代わりに春巻きの皮をどうぞ  
金子製麺の皮は、生地を焼いていません  
揚げたり、焼いたりアイデア料理におすすめです

### 春巻きの皮でラザニア

作り方…ミートソースを作る①玉ねぎ・セロリ・ニンニク・生姜はみじん切りにする。人参はすり下ろす。②鍋にオリーブ油とニンニク・生姜を入れ、香りが出たら玉ねぎ・セロリを入れ色づくまで炒める。③人参と牛ひき肉を加え、良く炒める。④ひき肉がポロポロにほぐれたら、トマトピューレを加えて煮る。⑤煮立ったら、アツを取り、弱火で30分くらい煮る。⑥ホワイトソースを作る。⑦耐熱皿に、薄く油をぬり、春巻きの皮、ミートソース、ホワイトソースを交互に重ねる。チーズをのせて、200℃のオーブンで10分、250℃に上げて5分焼き、取り出して、乾燥バジルをもんで、かけてどうぞ。チーズがトロリとなるまで焼く。

[0126] グリーンセロリ 1/2株 302円

## 中華の皮

1208	地粉餃子の皮	20枚	259
1209	極厚全粒粉餃子の皮	20枚	335
1210	シューマイの皮	30枚	194
1211	春巻きの皮	10枚	362
1212	ワンタンの皮	20枚	254

2p

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

放牧豚 ポークワインナー	とてもジューシーでプリプリとした食感が自慢のワインナーです。
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し上がりください。
加熱調理	冷蔵庫での自然解凍、又は流水解凍後、ライパンなどで加熱してお召し上がりください。
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いません。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 ポークワインナー	100g	497	3p
1402	冷凍 放牧豚 粗挽きワインナー	100g	551	
1403	冷凍 放牧豚 ベーコンスライス	65g	437	



牛肉の旨味が麺や豆腐にしみ込んだ  
すき焼き風の煮物。

甘辛味でご飯と相性良し！

### 牛肉と麺のすき煮

作り方…①しらたきは熱湯でさっと湯通して、食べやすい長さに切る。豆腐は4等分に、ねぎは斜め薄切りに、牛肉は5cm長さの食べやすい大きさに切る。水菜は5~6cm幅に切る。車麺は水でもどして水を絞り、4等分に切る。②鍋にだし汁、醤油大さじ3、酒大さじ2、砂糖大さじ1と1/2、みりん大さじ1を入れて煮立て、牛肉を加えてほぐし、アツを取る。③牛肉の色が変わったら、しらたき、豆腐、ねぎ、車麺を加え、味がしみこむまで5分程煮る。④水菜を加え、しなりしたら火を止める。

3p [1907] 北海道産全粒粉小麦使用くるまふ  
6枚 475円



### 興農牛すき焼き用

モモ部位とバラ部位の薄切り肉です。ミックスされた商品ではなく、どの部位かの単品商品です。

## 翌々回配送品

### △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	7p
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	6p
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…すけそそうたらすり身（北海道北東沖）、馬鈴薯澱粉、再製塩、醸酵調味料、洗双糖、鰹だし



**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、醸酵調味料、鰹だし

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円×2	1,037
	1504	鮭ハンペん	5枚	632
3p	1505	小判揚	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

3p	1513	冷凍 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	513
	1514	冷凍 さつま揚げ	190g4枚	508
	1515	冷凍 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	605
	1517	冷凍 おとうふ揚げ（五目）	165g5ヶ	454
在庫限り	1518	冷凍 筒かまぼこ	115g (23g×5)	336
	1520	冷凍 いわしだんご	150g	508
	1519	冷凍 ぼたんちくわ	150g	529
	1521	冷凍 おでん種セット(7種13品) 卵	378g	1,172

3p

6p

雪むろじやがいも使用。揚げ調理済み  
一口サイズのカレーコロッケ



冷凍 雪むろ-1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

雪むろじやがいも使用。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。



冷凍 雪むろ-1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(原材料の一部に大豆を含む)

雪むろじやがいも使用。揚げ調理済み  
きんぴらごぼうを具にしました。



冷凍 雪むろ-1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)

雪むろじやがいも使用。揚げ調理済み  
玉ねぎ、にんじん、ほうれん草を  
加えました。



冷凍 雪むろ-1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-1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
	1565	冷凍 ビーフ	60g×4	751

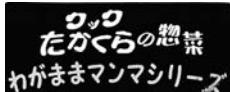
1566 冷凍 ポーク

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	1,203 1,253
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 1,583
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、大豆たんぱくにまつわる代替肉(お肉の代わりに使う食材)というイメージをなくすべく、大豆ミートとは呼ばず、グッドミーと表現します。

4p	1551 冷凍 有機豆乳使用クリームコロッケ	4個入り	745
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

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



[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 (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、ゴマ油、清酒、砂糖、食塩、酵母エキス、胡椒]、皮 [小麦粉 (小麦 (国産))、ラード、小麦たん白、食塩]、打ち粉 (でん粉) / 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



[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、ゴマ油、清酒、砂糖、食塩、酵母エキス、胡椒]、皮 [小麦粉 (小麦 (国産))、ラード (豚肉を含む)、砂糖、食塩]、打ち粉 [でん粉] / 膨張剤

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



[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 1,632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

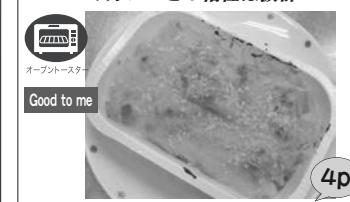


[1543] 楽 パクパク餃子  
30個 1,296円

[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



[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、ウスターーソース、サラダ油、塩、胡椒、にんにく



[1539] 楽 きつねごはんの素  
150g 464円

[1540] " ダブル  
上記2p 892 920円

原材料…油揚げ (国産大豆使用)、干し椎茸、人参、醤油、洗双糖、みりん、酒

植物素材のおいしいお惣菜  
大豆ミートの酢豚風おかず



[1556] 冷凍 グッドミーのベジタブル  
酢豚 200g 648円

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

## 冷凍点心

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。

### 1583 冷凍 肉餃子

12ヶ 572

### 1584 冷凍 野菜たっぷり餃子

12ヶ 378

### 1585 冷凍 海鮮餃子

12ヶ 583

## 口福広場 美勢商事の中華点心

### 春巻とグラタンを手作りで製造 脊椎冷食

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

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



KUTSUKAKE REISYOU

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

## しっとりとした上品な白身

[1729] 冷凍茨城県産 かます開き 2枚入 702円  
塩のみを使用して製造しています。かますの甘さと程よい塩味。



小松菜と炒め物に  
かますは頭と尾をキッチン  
バサミで切り落とし、1cm幅  
に切る。生姜と唐辛子の香り  
を油に移し、かますを炒め、  
小松菜を加える。

[0130] 小松菜

1束 205円

## 唐揚げ

小麦粉をまぶす前に、かます  
の水分をキッチンペーパーなど  
でしっかりとふき取ると  
カリッと揚がります。お塩を  
振ってどうぞ

[2157] 菜種サラダ油(丸缶)  
800g 1679円

## 混ぜ寿司

こんがりと香ばしく焼いた  
カマスの干物は、クセがなく、  
酢飯との相性も抜群です。  
きゅうりのシャキシャキ  
をアクセントに

[2145] 有機純米酢 老梅  
小 500ml 497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
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△

5p	1610	冷凍 紅鮭(甘塩)	2切れ	983
11p	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
隔週	1615	冷凍 マグロスペアリブ	500g	680
隔週	1616	冷凍 キハダステーキ	80g×4	529

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
△漬け魚△				
1711	冷凍 国産サバ塩こうじ漬け	2切れ	567	
1712	" ダブル	2切れ×2	1077	1134
1713	冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875	

## 高尾の魚

## 翌々調配送

[5660] 冷凍 塩サバ切身 5p  
2切れ 1080円  
ノルウェー産/脂の乗ったものを  
半身にし、食塩で味付け



## △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 1172

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 1080

5p

好みの野菜や  
具材を加えて

[1714] 冷凍海鮮鍋セット 6種  
約2人前 2160円

## 内容

生秋鮭切身2切、真だら切身2切、ズ  
ワイガニ半肩、バナナエビ2ヶ、ベ  
ビーホタテ2ヶ、結び昆布2ヶ

砂抜き後冷凍なので  
旨味もアップ

[1720] 冷凍中粒しじみ

150g 805円

青森県産のしじみを砂抜きしま  
した。お味噌汁などにそのままお  
使い頂けます。



## 冷凍紅鮭(甘塩)

[1610] 2切れ 983円

[1611] 5切れ 2360円

5p

11p

脂ののった紅鮭を塩のみで漬け込  
みました。塩分濃度は控えめにし、  
紅鮭本来の味を活かしています。  
焼き魚はもちろん、フライや包み  
焼きなど



[1727] 冷凍ひと塩サワラ切身  
3切 713円

4p  
振り塩をして凍結しました。お弁当  
のおかずなどにおすすめです。

[1731] 冷凍かつお丼  
90g 794円

流水解凍5分。タレごと熱々ご飯に  
かけるだけ!



4p

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
△鍋△				
10p	1714	冷凍 海鮮鍋セット 6種 (約2人前)	2160	
生秋鮭切身2切、真だら切身2切、ズワイガニ半肩、バナエビ2ヶ、ベビーホタテ2ヶ、結び昆布2ヶ				
△うなぎ△				
	1715	冷凍 鹿児島県産うなぎ蒲焼き 長焼き	110g	2630
	1716	〃 刻みうなぎ	50g×2	1831
△エビ・イカ 他△				
9p	1717	冷凍 エコシュリンプ	M 約200g	1760
	1718	〃	L 約200g	1901
	1719	〃 むき身 S	約200g	1825
4p	1720	冷凍 中粒しじみ	150g	805
	1721	冷凍 シーフードミックス	180g	956
		エビ・ホタテ		
△干物・他△				
	1722	冷凍 いわし丸干し	6尾	481
	1723	冷凍 カラフトししゃも	10尾	648
	1724	冷凍干しカレイ	2枚	956
	1725	冷凍 アジ開き	2枚	810
	1726	〃 ダブル	2枚×2	1539
4p	1727	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 握るだけ!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	



### こだわりの燻製 箸がとまらない!

[1730] 冷凍スモークサバ 4p  
1枚 702円

ノルウェー産の脂の乗ったサバを、「食塩」と「胡椒」のみで味付け。スマーケする事により味に深みが増しています。温めると一層美味しくお召し上がりいただけます



### 煮物や揚げ物 中華スープなどに

[1751] 冷凍まぐろつみれ 3p

180g (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

## 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・赤さゆのり・赤のりなど。塩蔵				
1805	寿司はね焼のり/福岡	全形10枚	734	4p
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	
1808	板海苔/宮城産	全形×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。



### 芽かぶの味噌汁

やさしいとろみと磯の香り。低カロリーでも満足感があります

[2508] だしパック (おだしさん) 8g×10 400円

[2105] ヤマキ有機玄米味噌 500g 999円

## お鍋の〆にピッタリのうどん

鍋つゆ+うどん  
おいしく体ぽかぽかに  
煮込みうどん

作り方…①鍋に残った鍋つゆに、うどんを入れて煮込む。②お好みで生卵を落したり、ネギや七味などをかけてお召し上がりください。



## 金子製麺

## ふわふわもちもちむっちりうどん

○煮込みうどん…鍋でつゆと具材をひと煮立させ、本品を入れて1分程茹でます。お好みで卵をおとして出来上がり。

原材料…小麦粉（国内産）、食塩（高知産）、小麦たんぱく

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

## 麺類

## △生麺△

2p	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



## かんすい不使用

国産小麦粉を契約農家の卵で練り上げた  
つるつる食感の生らーめんです。

## 醤油・味噌・塩

## 3種類の無添加オリジナルスープ付き。

## 金子製麺 あしがら車屋らーめん

麺は、北海道産小麦と国産小麦農林61号自家製粉を使用しています。開放鶏舎で育った契約卵と、天然塩、

電解水をブレンドして、金子製麺独自の製法でていねいに仕上げました。中細麺。

スープは、天然由来の原料（アミノ系添加物一切未使用）で作り上げた無添加オリジナルスープです。



3p	2405	あしがら車屋 醤油らーめん	2食	443
3p	2406	" 味噌らーめん	2食	481
3p	2407	" 塩らーめん	2食	481

2408	せいいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518
2409	せいいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324
2410	生スパゲティー 卵	150g×2食	335

## △冷凍麺△

2411	凍さぬきうどん	200g×3	410
2412	" ダブル	上記2p	788
2413	凍十割生そば	130g×2	594
2414	" ダブル	上記2p	1,129

## △乾麺△

2415	地粉うどん(田島さんのうどん)太	250g	286
2416	地粉うどん(田島さんのうどん)細	250g	286
2417	足柄古式そば	240g	356
2418	究極そば	200g	535
2419	特選そば	200g	562
3p	2420 さくらいの焼そば	114g×2	443

## 簡単ランチ、おつまみに

## 桜井食品 さくらいの焼そば

麺は、国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。麺の揚げ油は、環境に配慮されたパーム油(RSPO認証パーム油)を使用しています。

ソースは、トマトピューレー・りんごパルプでおいしさを引き出した特製液体ソースです。ふりかけ付き。



簡単ランチ、おつまみに

## 桜井食品 さくらいの焼そば

麺は、国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。麺の揚げ油は、環境に配慮されたパーム油(RSPO認証パーム油)を使用しています。

ソースは、トマトピューレー・りんごパルプでおいしさを引き出した特製液体ソースです。ふりかけ付き。

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
▽即席麺 桜井食品▽				
2421	しょうゆらーめん	99g×4袋	842	
2422	しおらーめん	99g×4袋	842	
2423	みそらーめん	101g×4袋	842	
2424	とんこつらーめん	103g×4袋	886	
▽パスタ▽				
2425	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

2426	国内産エルボパスタ	300g	443	3p
2427	DeLucaオーガニックパスタスパゲッティ	500g	508	
2428	DeLucaオーガニックパスタペンネ	500g	622	

## だし類

## △昆布△

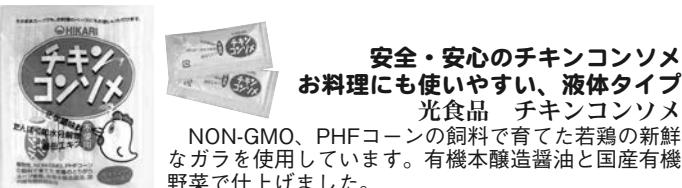
2501	日高昆布	200g	1,534	
2502	結び昆布	150g	621	
▽煮干し△				
2503	天日三陸煮干し	100g	972	
▽削りぶし△				
2504	鰹平削り(花カツオ)	40g	405	
2505	削り節パック「ふぶき」	2g×14	670	
2506	料理の決め手(混合削り節)	100g	680	
終売	**** 中厚削り	100g	578	

## ▽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	野菜でうまい食塩無添加	3.5g×6	389	
------	-------------	--------	-----	--

安全・安心のチキンコンソメ  
お料理にも使いやすい、液体タイプ

## 光食品 チキンコンソメ

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

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

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

2510	チキンコンソメ	10g×8	540	3p
▽干し椎茸△				
2511	干ししいたけ・どんこ(大)	45g	1,242	

## 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	



しっとり濃厚なチョコレートケーキです  
第3世界ショッププレシピ  
ガトーショコラ

材料 (直径18cm丸型) …チョコレート70g  
無塩バター60g 卵3個 砂糖80g 生クリ  
ームカップ1/4 薄力粉50g ココア10g  
粉砂糖適宜

下準備…バターを型に塗り、薄力粉をうすくまぶしておく。(分量外) 薄力粉とココアパウダーをあわせてふるっておく。

作り方…①チョコレートとバターをレンジに2分かけて溶かす。②ポールに卵白を入れ、砂糖の半分を加えてしっかり泡立て、メレンゲを作る。③別のポールに卵黄と残りの砂糖を入れ、白っぽくもったりするまで泡立て、人肌程度に温めた生クリームを加えて良く混ぜ合わせる。④⑤にふるった粉類を加え、さっくり混ぜ合わせた後、メレンゲの半量を加えて軽く混ぜ合わせる。⑥⑦をよく混ぜ合わせてから⑧に加え、全体になじませる。⑨メレンゲの残りを加え、泡を潰さないようにそっと混ぜ合わせる。⑩型に流し入れ、180℃のオーブンで35~40分焼く。粗熱を取って型から外し、完全に冷めてから粉砂糖をふる。

5p [2852] 有機ビターチョコレート 80g 993円

#### 金子製麺 地粉 (薄力粉)

農林61号と、国内産小麦を粗挽きに製粉しています。低速回転で製粉する小型製粉機で、1日数俵だけ製粉してお届けいたします。



ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
2p	2003	地粉 (薄力粉)	500g	400
	2004	国産有機白玉だんご粉	150g	480
	2005	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	410
	2006	無双本葛・粉末	80g	594
	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405
	2009	重曹	300g	416
	2010	ホットケーキミックス (有糖)	400g	454
▽豆▽				
	2011	有機大豆 (岩手産)	300g	281
▽水煮野菜▽				
	2012	小豆の水煮	230g	281
	2013	黒豆の水煮	230g	302
	2014	金時豆の水煮	230g	302
▽胡麻▽				
	2015	国内産すりごま 黒	30g	626
	2016	国内産すりごま 白	30g	691
	2017	無双 練り胡麻 白	210g	799



野菜ときのこがたっぷり、  
糸こんにゃくを入れて、満足感アップ!  
乾燥糸こんにゃく入り鶏団子鍋

作り方…①ねぎ、生姜をみじん切りにする。鶏ひき肉、片栗粉、塩、胡椒と合わせて鶏団子のタネを作る。②舞茸、しめじは石づきを取り、ほぐす。水菜は食べやすい大きさに切る。③乾燥糸こんにゃくは熱湯で戻し、ザルにあけて、食べやすい大きさに切っておく。④鍋に出汁をはり、酒、醤油、塩を入れる。沸騰したら中火にして、鶏団子のタネをスプーンで団子状にして落としていく。3~4分ほど煮込み、舞茸、しめじ、水菜、乾燥糸こんにゃくを入れる。火が通ったらできあがり。

#### 乾燥糸こんにゃくぷるんぱん

インドネシアの高原に自生するムカゴこんにゃく芋を使用し、乾燥糸こんにゃくに仕上げました。5分の湯戻しで、いろいろなお料理に活用できます。軽く水洗いをして、水気をきってお使いください。

原材料…水あめ、タピオカでんぶん、こんにゃく粉/水酸化カルシウム(こんにゃく用凝固剤)、クエン酸(タピオカ由来)



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
<b>乾物・缶詰・素材</b>				
1815	とろろ昆布 (富士酢使用)	30g	432	
1816	とろろ昆布	50g	524	
1817	塩吹昆布	35g	497	
1818	ひじき/国内産	40g	821	

#### おかず素材として重宝します

煮ても炒めても美味しい  
三陸水産 すき昆布

三陸産の新鮮な生昆布をボイルし、冷却してから刻んで杵にいれ、乾燥させたものです。食べやすい大きさに切りそろえています。

原材料…こんぶ (三陸産)



#### 炒め物、天ぷら、スープにも

有機乾燥きくらげホール

有機JAS認証品。品種はアラゲキクラゲ。水に戻すとびりっぷりの食感が楽しめます。

乾燥は一度天日にあてることで、ビタミンDを作つてから仕上げの機械乾燥をしています。

原材料…有機きくらげ (岡山産)



1819	すき昆布	1枚	578	3p
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	464	
1903	かんぴょう	25g	529	
1904	<b>有機乾燥きくらげホール</b>	15g	486	3p
1905	国産はるさめ	50g	157	
1906	国内産・くずきり (本葛+馬鈴薯でんぶん)	100g	529	



車麩をだし、醤油でじっくり煮込むと  
食べ応えがあつて、  
味&ボリュームともに  
満足な一品になります。

#### 車麩の卵とじ

作り方…①車麩は水に浸し、水気をきっておく。玉ねぎはくし切りにする。②鍋にだし汁を入れ、玉ねぎと車麩を軽く煮て(みりん、醤油)を加え10分程度、弱火で煮る。③溶いた卵を回し入れ、卵が半熟になるまで煮る。



1907	北海道産全粒粉小麦使用くるまふ	6枚	475	3p
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	朝堀たけのこ水煮ブロック	200g	745	
1913	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778	
1914	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778	
1915	ミニとろイワシ・味付	100g	378	
1916	とろイワシ水煮	150g	497	
1917	オイルサーディン	100g	443	

#### ▽こんにゃく▽

1918	一穂のこんにゃく	300g	340	
1919	一穂の生芋こんにゃく	230g	351	
1920	手どりこんにゃく	250g	405	
1921	しらたき	230g	340	
1922	くろたき	230g	351	
1923	<b>乾燥糸こんにゃくぷるんぱん</b>	50g×4	680	4p

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



**埼玉  
ヤマキ醸造** 守る自然・残す自然  
自然の力を活かしたものづくり

明治35年創業以来、昔ながらの醸造法で造り続けています。神泉の名水を使用し、ゆっくりじっくり仕込んでいます



[2105] ヤマキ有機玄米味噌 500g 999円

玄米独特の深い旨味と味のバランスが美味  
国産有機大豆、国産有機米、食塩

[2106] 有機麦味噌 500g 999円

麦ならではの香りとコク。さっぱりとキレのある後味  
国産有機大豆、国産有機大麦、食塩

**調味料**

△味噌▽

5p	2101	酢屋茂	玄米味噌	650g	842
5p	2102	酢屋茂	米味噌	650g	756
	2103	酢屋茂	あわせ味噌	650g	756
	2104	酢屋茂	麦味噌	650g	756
	2105	ヤマキ	有機玄米味噌	500g	999
	2106	ヤマキ	有機麦味噌	500g	999
	2107	小野崎	玄米味噌	750g	1048
	2108	小野崎	米味噌	750g	1021
	2109	小野崎	麦味噌	750g	999
	2110	マルク	白みそ	250g	270
	2111	マルク	有機八丁味噌	300g	756
	2112	マルク	有機・赤出し八丁味噌	450g	969

△醤油▽

4p	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	弓削多	木桶仕込醤油	1000ml	1426
	2118	海の精	海の精吟醸純生しょうゆ	360ml	983
	2119	海の精	木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518

△塩・他▽

15p 3p	2120	海の精	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	海の精	〃 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
	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
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

△つゆ▽

2139	味の母 (みりん風調味料)	720ml	1080
2140	三州三河みりん	700ml	1991
2141	有機 三州味醤	500ml	2024
2142	本みりん 福来純	500ml	1100
2143	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1815
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	572	
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%しつりたて	180ml	572	
2153	有機梅酢 赤	200ml	583	
2154	有機ポン酢醤油	250ml	464	
2155	職人の夢 有機すだちぽん酢	180ml	691	4p

△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	8p
2158	国産なたね油	450g	918	
2159	玉紋め一番搾りごま油(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 有機エクストラ 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	パレスチナのエクストラ 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	本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ30ml×4		432
2172	鶏だしコク鍋つゆ	30ml×4	432
2173	香り立つ鍋つゆ	30ml×4	432

△大ビン・大缶▽

2181	味の母みりん風調味料	1800ml	2333
2182	カンタン八芳酢	900ml	972

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	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△

4p	2208	焼き肉のたれ	350g	680
	2209	麻婆の素(瓶)	225g	475
	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△

3p	2216	有機トマトケチャップ チューブ	300g	454
	2217	有機ピザソース	225g	475
	2218	オーガニックトマトピューレー	160g	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
	2222	有機ミートソース	140g	335

## △ドレッシング 他△

2223	マンゴーチャツネ	260g	734
2224	果実の恵みドレッシング	200ml	497
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	2p
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	タンドウリーチキン用スパイス11g(5~6人用)	11g	432	
2307	スリカレー	34g(約8皿分)	561	
2308	カレーの壺 マイルド	220g/約18皿分	702	
2309	オリジナル	220g/約18皿分	702	
2310	スペイシー	220g/約18皿分	702	
2311	果実と野菜の本格カレーペースト	180g	864	

## △シチューの素・他△

2312	ココナツミルク	200ml	388	
2313	直火焙煎クリームシチュー	120g	454	
2314	オラッヂェティグラスソース	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	白コショウ	20g	346	
2320	黒コショウ荒挽	20g	367	
2321	カレーの壺ペッパー	黒ホール	20g	432
2322	セイロンシナモン パウダー	20g	389	2p
2323	柚子こしょう	40g	373	2p
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	

## 植物性素材100%のパスタソース



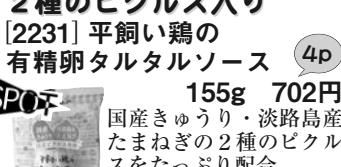
[2232] PASTA SAUCE  
きのこ豆乳クリーム 120g 356円

国産大豆100%の豆乳と国産きのこの、クリーム状の深いコクと香りの味わい。  
豆乳(大豆(国産))、なたね油、エノキタケ、しめじ、オニオンソーテー、米でん粉、米みそ、食塩、砂糖、もち米粉、にんにく、黒こしょう



[2233] PASTA SAUCE  
ボロネーゼ 120g 356円

国産大豆100%の大さ豆ミートと国産野菜を煮込んだ。コクのある味わい。  
野菜(トマト、たまねぎ、にんじん、セロリ)(国産)、トマトペースト、なたね油、大豆加工品、しょうゆ(小麦を含む)、エノキタケ、砂糖、調味みそ、米でん粉、にんにく、食塩、ワイン、黒こしょう

きゅうりと玉ねぎ  
2種のピクルス入り

[2231] 平飼い鶏の  
有精卵タルタルソース 4p  
155g 702円

国産きゅうり・淡路島産たまねぎの2種のピクルスをたっぷり配合。  
なたね油、ピクルス(たまねぎ酢漬け)、卵、有機りんご酢、砂糖、食塩、香辛料(マスタード、白コショウ)

## おでんと相性抜群!

[2323] 柚子こしょう 40g 373円

完熟柚子を使っているので、爽やかな香り  
ゆず、唐辛子、塩、発酵調味料(塩みりん)  
お菓子づくりはもちろん、カフェオレ、カプチーノなどに

## [2113] イマイ 醤油 1000ml 799円

国産原料と立科の水でゆっくり醸酵・熟成。上品な旨みと醤油の高い香り  
国産大豆、国産小麦、食塩

## [2157] 菜種サラダ油 (丸缶) 800g 1679円

圧搾一番搾りでコシのある油。  
くせがほとんどないのでいろいろな用途に。オーストラリア産なたね使用。

## [2322] セイロンシナモン パウダー 20g 389円

完熟柚子を使っているので、爽やかな香り  
ゆず、唐辛子、塩、発酵調味料(塩みりん)  
お菓子づくりはもちろん、カフェオレ、カプチーノなどに

## 有機純米酢 老梅 500ml 497円

一度「酒」を造り、更に「酒」をもう一度発酵させて、米酢をつくる静置発酵

## [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

## [2155] 職人の夢 有機すだちぽん酢 180ml 691円

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

## [2301] 特選カレー パウダー 20g 292円

13種のスパイスを厳選し、独自の配合で製造

## [2216] 有機 トマトケチャップ チューブ 3p

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

## [2127] ペッパーソルト 55g 518円

海の精の焼塩と有機胡椒をブレンド



## くまさん農場

れんげの里

自社農園で栽培された  
「紅はるか」を使用した  
干し芋です。  
黄金色で絶妙な柔らかさ

茨城・大熊農場



品種は濃厚な甘みとしつこりした食感が特徴の紅はるか。苗を畑に移植して以降は殺虫剤、殺菌剤は使用しておりません。十分に蒸しじっくり乾燥することで、紅はるかの甘みを活かした黄金色の干し芋を作ることができました。



[2817] くまさん農場の干し芋 150g 648円 3p

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 究 バニラ	120ml×2	972
2803 究 ピターチョコ	120ml×2	972
2804 究 抹茶あづき	120ml×2	972
2805 究 イチゴ	120ml×2	972
2806 究 ブルーベリー	120ml×2	972

#### 東毛酪農製造

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

### △和菓子類△

2812 究 三色だんご	4本	648
2813 北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441
2814 有機ほの甘あづき	55g	238
2815 有機・楽笑栗	125g	454



北海道小豆を100%で作った  
おいしい粒あん入り  
北海道 ノースカラーズ  
オーガニック小麦のどらやき  
北米産オーガニック小麦粉を使用。ふくら生地に、じっくり丁寧に炊き上げた北海道産小豆の粒あんをサンドしました。

原材料…つぶ餡（砂糖、小豆（北海道産）、水あめ、寒天）（国内製造）、有機小麦粉、砂糖、鶏卵、水あめ／膨張剤

1p

2816 オーガニック小麦のどらやき	1個	210
2818 庄内干し柿	180g (4~6個)	1,004
2819 北海道あん玉	7ヶ	432

△その他△

2820 豆乳ドーナツてんさい糖	155g	292
2821 豆乳ドーナツ黒砂糖	155g	292
2822 バターピスケット プレーン	5枚×4袋	540
2823 バターピスケット そば粉	5枚×3袋	540
2824 OGピスケット オーツ麦	5枚×3袋	540
2825 オーガニック全粒粉クッキー	50g	346
2826 純国産芋けんぴ	125g	280
2827 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△

2828 純国産ポテトチップス・うしょ 55g

232 2p

2829 純国産ポテトチップスのり塩 53g

232 2p

薄くスライスしたさつま芋を  
パリッとした食感に仕上げました。

ノースカラーズ 純国産さつま芋ちっぷ

九州産のさつま芋と北海道産の砂糖大根糖を使用。食感はかたすぎず、ほどよく食べやすい軽さ。揚げ油には国産のこめ油を使用し、上品な香りが感じられます。

原材料…さつまいも（九州産）、米油（国産）、砂糖大根糖（北海道産）



2830 純国産さつま芋ちっぷ 115g 280 2p

2831 有機グリーンピースチップス 45g

298

2832 OGフルーツ&ナツバーチアーモンド

40g 324

2833 OGフルーツ&ナツバーチア ザクロ

40g 324

2834 OGフルーツ&ナツバーチアーモンド メープル

40g 324

△あられ・煎餅△

2835 召しませ日本・玄米ぽん煎餅 7枚

356

2836 有機玄米プラス・黒胡麻 30g

270

2837 有機玄米プラス・キヌア&チアシード 30g

270

2838 有機玄米プラス・めかぶ 30g

270

2839 草加せん・ミックス 6枚

486

2840 柿の種 65g

324

2841 無添加・山田錦せんべい袋入・塩 25枚

648



国産玄米のおこし  
ほどよい甘さとサクサクした歯応え

ノースカラーズ

純国産 玄米おこし

優しい甘さと軽い食感で仕上げた2種類の玄米おこしです。2種類の味が入っており、茶褐色のものは沖縄黒糖で味付け、白色は北海道のてん菜糖で味付けしました。

原材料…玄米（国産）、水飴（甘藷澱粉（甘藷（国産））、含蜜糖（てん菜（北海道産））、黒糖（さとうきび（沖縄県産））



2842 純国産 玄米おこし 90g 259 2p

△豆菓子△

2843 黒糖くるみ 65g 496 3p

3p

2844 きな粉くるみ 65g 496 3p

3p

2845 メープルアーモンド 40g 561

△飴△

2846 みるく小町 80g 351 2p

2847 しょうがめ 80g 351 2p

2848 純国産北海道はちみつレモンのど飴 57g 302

2849 プロポリスキャンディ 28g 346

△くず湯△

2850 本くず湯（生姜） 23g×5 648

素朴なやさしい味わい

フルーツバスケット みるく小町

丹那の全乳粉を使用。麦芽糖水飴は、遺伝子組み換えの心配のない、国産の甘じょ澱粉を用いたものを使用。良質の材料を使った、ナチュラルなおいしさです。

原材料…麦芽水飴、粗精糖、全脂粉乳

フルーツバスケット しょうがめ

国内で栽培された根生姜をすりおろして練りこみ、直火でじっくりと仕上げました。

原材料…麦芽水飴、粗精糖、生姜、ごま



みんな、にっこり！ 安心あやつたち

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
<b>△チョコレート△</b>				
5p	2851	有機ミルクチョコレート	80g	993
5p	2852	有機ビターチョコレート	80g	993
	2853	有機ヘーゼルナッツチョコレート	100g	1,058
	2854	有機カカオ71%チョコレート	80g	1,058
	2855	有機ソルト&キャラメルチョコレート	80g	1,036
	2856	有機ホワイトチョコレート	80g	1,101
5p	2857	有機カカオニブチョコレート	80g	1,058
6p	2858	有機ウインターチョコレート	100g	1,101
	2859	有機塩キャラメル&ナツツ植物性チョコレート	80g	1,036
	2860	Artisan有機オレンジビターチョコ	40g	599
	2861	Artisan有機ジンジャーレモンチョコ	40g	599
	2862	Artisan有機レーズン&ヘーゼルナッツチョコ	40g	599
3p	2863	ラムレーズンチョコレート	40g	561
	2864	抹茶チョコ×カシュー	35g	561
	2865	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
2866	クランベリーチョコレート	40g	561	3p
2867	アールグレイチョコ×くるみ	45g	561	
2868	クランベリーチョコ×ベリー×ナツツ	40g	561	
2869	珈琲豆チョコ	50g	561	



北欧・エストニアから届いた  
究極のローチョコレート  
ヴィーガン (動物性原材料不使用)  
EUオーガニック認証を取得



- ストロベリー カカオ率42%  
原材料…有機カカオバター、有機ココナッツパームシュガー、有機カシューナッツ、有機ストロベリー、有機カカオパウダー、有機バニラ
- マイルド カカオ率50%  
原材料…有機カカオバター、有機ココナッツパームシュガー、有機カシューナッツ、有機カカオパウダー、有機バニラ
- ブルーベリー カカオ率42%  
原材料…有機カカオバター、有機ココナッツパームシュガー、有機カシューナッツ、有機ブルーベリー、有機カカオパウダー、有機バニラ

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



## オーガニックの原料や無添加にこだわった食品作り

環境保全型工場を目指して

2000年2月に完成した上板工場は、環境に優しいガスボイラーや太陽光発電を設置しています。また、排水処理は最新の膜を利用し、洗びん後の水を畑・樹木にまいたり、太陽光発電パネルの冷却などに使うなど、水のリサイクルも行っています。

さらに、ゴミの減量化のために、野菜くず、排水処理時の汚泥を堆肥化し、その肥料を自社の畑に返しています



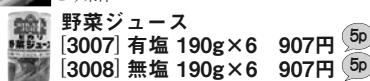
### 20種類・350gの野菜が詰まっています

[3011] 有機野菜飲むならこれ！  
190g×6 1166円

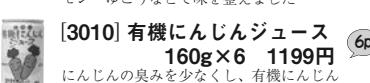
砂糖、食塩不使用 有機トマトジュース、野菜ジュース〔有機にんじん・セリ・有機かぼちゃ・だいこん・ほくさい・小松菜・ビーマン・ピーマン・ケール・赤ピーマン・野沢菜・ブロッコリー・キャベツ・ほうれん草・アスパラガス・かぶ・レタス・クレソン・バセリ〕、有機レモン果汁、有機ゆこう果汁



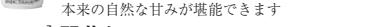
さらっと飲みやすい  
人参・トマトの  
ミックスジュース  
★容器はリサイクル可能な  
カートカンを使用



[3007] 有塩 190g×6 907円  
[3008] 無塩 190g×6 907円  
有機トマトをベースに有機にんじん・レモン・ゆこうなどで味を整えました



[3010] 有機にんじんジュース  
160g×6 1199円  
にんじんの奥みを少なくし、有機にんじん  
本来の自然な甘みが堪能できます



[3024] 野菜シュース  
お試しセット 1セット 854 880円  
野菜ジュース 有塩/野菜ジュース 無塩/国産有機野菜ジュース  
有機にんじんジュース/有機・野菜飲むならこれ！ 各1本



## 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
2605	有機茎茶	200g	864

2606 有機ほうじ茶 180g 583

2607 有機無双番茶（ティーバッグ）5g×40 1242

2608 国産有機さらつや美人番茶 500ml 194

2609 " 箱 500ml×24 4572 4656

2610 麦茶ティーバッグ 国産大麦使用 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	1404
2613	アイリーミント	5g	659
2614	カモミールウンド	5g	729
2615	草花茶	5g	864
2616	紫蘇ペペ茶	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	あずき美人茶	500ml	216
2620	" 箱	500ml×24 4977 5184	

### △紅茶△

2621	アッサムブレンド	20袋	410
2622	ケニア	20袋	324
2623	有機アールグレイ紅茶	20袋	626
2624	チャイ・パック	3g×12	496
2625	依田さんの紅茶（リーフ）	100g	1048

### △ココア△

2626 ココア 110g 950

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

### △コーヒー△

2627	パロ・プランココーヒー (豆)	150g	993	
2628	〃 (粉)	150g	993	
2629	サンタ・フェリサ (豆)	150g	993	5p
2630	〃 (粉)	150g	993	5p
2631	オーガニックソフトブレンド (豆)	150g	1021	
2632	〃 (粉)	150g	1021	

### △ドリップパック△

2633	有機ドリップパック	8g×10	983	
2634	Artisan水出しアイスコーヒー	15g×5	756	
2635	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△

2636	Cafe (カフェインレス)	75g	1836	
2637	〃 詰替	60g	1318	

### △アイスコーヒー△

2638	オーガニックアイスコーヒー 無糖	1000ml	605	
2639	〃	1000ml×3	1760	1814
2640	〃 カフェインレス・無糖	1000ml	799	
2641	〃	1000ml×3	2278	2398
*****	アジアのリキッドコーヒー			終了
*****	〃 箱			終了

### △コーヒーフィルター△

2644	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) △

2645	神泉水	2ℓ	367	
2646	〃	箱 2ℓ×6	2095	
2647	〃	500ml×12	2279	
2648	〃	箱 500ml×24	4558	
2649	あづみ野湧水	2ℓ	221	
2650	〃	箱 2ℓ×6	1301	



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

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)

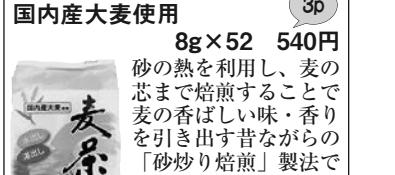
ハニー&ホットティー  
抽出したホットティーにはちみつをたっぷり加えて。酸味が抑えられ、甘さが加わって、飲みやすくなります。



[2623] 有機アールグレイ紅茶 (ティーバッグ) 20袋 626円



[2610] 麦茶ティーバッグ 国内産大麦使用 8g×52 540円



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

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

## 甘酒・豆乳・しょうが湯

3p	2651	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2652	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2653	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
	2654	"	125ml×18	5334 5443
	2655	豆乳で元気	125ml×3	535
	2656	"	125ml×24	4191 4288
	2657	原豆乳	300cc	265
	2658	有機じんわ~りしょうが	150ml	486
	2659	しょうが湯	20g×5	432
	2660	しょうが湯・箱入	20g×18	1274

## ジュース・シロップ。

### ▽缶ジュース▽

4p	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
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
5p	3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
5p	3008	〃 無塩	190g×6	907
6p	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
6p	3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3012	レモンサイダー	250ml×6	972
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

### [2611] 依田さんの烏龍茶



100g 1048円

5p

手作業で釜煎りして揉捻し、乾燥。緑茶に馴れ親しんだ日本人の味覚にもスッと馴染む味わいです

### [2629] 豆 [2630] 粉

1,350m以上の高地で栽培されるグアテマラ最上級グレード。昼夜の寒暖差により、実がしまって良質の酸味とコクがあります。

### [2606] 有機ほうじ茶

180g 583円  
火入れを長めにすることで、香りを際立たせました。

3p

3p

3p

3p

3p

### [2658] 有機じんわ~りしょうが

150ml 486円

4~6倍に薄めて飲んだり、調味料としてもどうぞ

3p



## パックスナチュロン オーラルシリーズ

パックスナチュロンのはみがき剤は、石油由来原料・合成界面活性剤・鉱物油・合成ポリマー・水酸化アルミニウム・合成防腐剤・合成香料・合成着色料・プロピレン glycol・サッカリンはすべて無添加です。



### ジェルはみがき

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

### こどもジェルはみがき

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

### 石けんはみがき

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

### ソルティースタイル

天然塩配合 歯ぐきを引き締め、歯周炎の予防。  
塩のちからで歯ぐきを引き締め、歯周炎（歯槽膿漏、歯肉炎）を予防します。

### 緑茶石けんはみがき

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

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



### 平和・肥沃・生命の象徴、オリーブ 平和への願いが詰まつた 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「杵練り」製法で、2~3ヶ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。

化粧せっけんで全身にはもちろん、毎日の洗顔にもご使用いただけます。

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

### △浴用固形石けん△

6p	3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,122
	3117	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g × 3	3,173 3,366
	3118	化粧石けんE（固形）	95g × 3	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

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
<div>▽ボディソープ▽</div>				
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	Pax Olieボディーコンディショナー	450ml	1,848	
3126	〃 詰替用	400ml	1,320	
<div>▽シャンプー▽</div>				
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	
<div>▽ヘアトリートメント▽</div>				
3135	ナチュロントリートメント	180g	1,716	
<div>▽洗顔ソープ▽</div>				
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	
<div>▽ハンドソープ▽</div>				
3138	ナチュロンハンドソープ	260ml	616	
3139	〃 詰替用	450ml	891	
<div>▽歯みがき▽</div>				
3140	パックスナチュロン石けんはみがき	120g	462	3p
3141	パックスこどもジェルはみがき	50g	451	3p
3142	パックスナチュロンソルティースタイル	120g	506	3p
3143	パックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946	5p
3144	パックスナチュロンジェルはみがき	90g	704	4p
3145	ソルトdeはみがき詰替用	25g	440	2p

### 歯みがき専用の海塩です

海の精製塩 ソルトdeはみがき

原料は海水100%。伊豆大島の海水を原料に、「海の精」をつくる過程で生まれた塩を、長時間焼き上げ粉末にしています。

歯ブラシに振りかけてご使用下さい。パウダー状に仕上げているため、歯茎を傷めずに心地よくマッサージできます。



ポイント	品番	品名	規格	価格 (税込み)
△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	クレーブル 詰替用	450ml	594
	3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	770
	3151	クレーブル 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	パックスベビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	770
	3203	パックスベビー 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	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▽				
5p	3207	オリーブマノングリーンローション	180ml	1,100
5p	3208	オリーブマノンオリーブリーフローション	180ml	1,100
△オイル▽				
	3209	オリーブマノンバージンオイルポンプ	200ml	4,620
	3210	オリーブマノンバージンオイル	30ml	1,210
5p	3211	シコリーブ 薬用スキンクリーム	80g	1,100
	3212	ナチュロンオイル	60ml	1,452



オリーブ油から抽出・蒸留した  
100%植物性スクワランです。  
アルティーヌオリーブスクワラン

スクワランといえば鮫の肝油から抽出したもの  
が一般的ですが、アルティーヌ・バージンオリーブ  
スクワランは、オリーブの実を薬品を使用せずに  
搾ったオリーブ油から抽出・蒸留した新しいタイプ  
の植物性スクワランです。

少量でよく伸び、べたつき感が少なく、お肌に  
スッと馴染みます。  
お肌の柔軟さと保湿力を高め瑞々しさを保ちます。

12p 3213 アルティーヌオリーブスクワラン60ml 2,552



保湿化粧水

さっぱりなのにしっとりうるおう  
オリーブ果汁配合  
日本オリーブ

オリーブマノン グリーンローション (果汁水)  
1994年発売。自社農園産オリーブ果汁 (天然保湿成分)  
配合の保湿化粧水。  
オリーブオイル配合なのにさっぱりとさわやかなつけ心地が特徴で、果汁に含まれるポリフェノールやアミノ酸、さらに植物由来の天然保湿成分で、つけた後はお肌がしっとりし、長時間うるおいが持続します。  
○ローマカミツレ花油のほのかな甘い香り。

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	クレーブル 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	クレーブル 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	クレーブル 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イビングティッシュ 6パック		649
	3305	キッチンペーパーBOX 3パック		501
	3306	ペンギン芯なし6R(シングル) 6ロール		655
	3307	上記用シングル専用芯 1本		33
	3308	ピュアブラウン(ダブル) 8ロール		578
	3309	ワンタッチコアレス(シングル) 6ロール		682
△油こし器▽				
	3506	コスロンフィルター	20個	1,320
△その他▽				
	3316	ナチュロンスポンジ(台所用)	1ヶ	264
	3317	クレーブル 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	クレーブル 詰替用	300ml	2,174
	3321	特選竹酢液	500ml	935
	3322	竹炭	15cm×5	825



乾燥を感じたときに  
日本オリーブ シコリーブ 薬用スキンクリーム  
天然保湿成分オリーブオイル・スクワラン・シコンエキス配合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、しっとりすこやかに保護します。

肌あれ、荒れ性、ひび・あかぎれ・しもやけを防ぎ、皮膚を保護。皮膚の乾燥を防ぎます。

お顔や身体にお使いください。

生後3ヶ月からご利用いただけます。

○無着色・無香料。製品の赤い色はムラサキ由来の色です。

たっぷり使える コスパ抜群！自社農園産のオリーブを配合した化粧  
日本オリーブ



ノンアルコール

お肌を引き締めサラサラに  
オリーブ葉エキス配合  
日本オリーブ

オリーブマノン オリーブリーフローション (銀葉水)  
自社農園産オリーブ葉エキス (天然保湿成分) 配合のお肌引き締め化粧水。

オリーブの潤いが素早く浸み込み内側はしっとり、表面はサラサラの仕上がりに。インナードライ肌の方にもうれしいノンアルコールの化粧水です。男性にもおすすめ。顔・全身にご使用いただけます。

○ほのかに香るローズマリー葉油のさわやかな香り。



**粘り強く作り続けて30年  
庄内協同ファームのお餅**

現在、餅作業は20代から60代まで、様々なメンバーで行っています

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

△餅△

5392 玄米かき餅	150g	702
5393 豆かき餅	150g	702
5394 白切り餅	500g	1,107
5395 玄米切り餅	500g	1,107

△粉△

5352 うるち粉（上新粉）	200g	540
5353 もち粉（白玉粉）	200g	540

△麦茶△

5354 低温焙煎麦茶 むぎちゃん	500g	702
-------------------	------	-----



**ぱりぱり食感が  
くせになる！**

[5381] 赤かぶ酢漬け

250g 643円

有機圃場で育てた原料の「温海（あつみ）かぶ」は、庄内地方に古代から伝えられた在来種です。近代的な品種改良が入らない独特の色とその歯ざわりをお試し下さい。塩・砂糖・酢だけを使って甘酢漬けにした庄内を代表する漬け物です



配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30
翌々週配達日	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13

ポラン広場の宅配



特別カタログ

No.206

価格は税込み

△菓子△

5385 玄米おこし	150g	605
5386 ピーナツおこし	150g	810
5387 モロヘイヤおこし	150g	605
5388 ポン玄米砂糖つき	100g	427
5389 ポン玄米砂糖なし	100g	427
5390 ポンちゃん	100g	427
5396 玄米あられ	80g	443
5397 揚げ潮あられ	80g	481

黒砂糖や菜種油で固め  
きなこをまぶしました

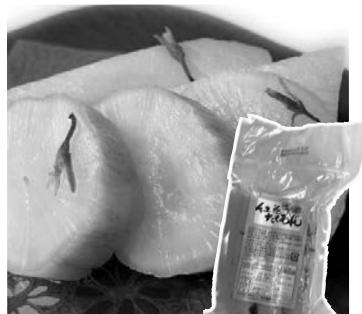


**ぱりぱり食感が  
くせになる！**

[5383] 紅花たくあん

250g 567円

庄内地方の砂丘畑は、昔から砂丘大根の産地で、白い肌の美しい大根ができます。その大根を5日～10日天日干しで乾燥させて、原料の干し大根にします。色づけには、合成添加物の着色料など使わず、特産の紅花ではんのりと色づけしました



**歯ごたえと  
甘く香ばしい燻の味わい**

[5382] いぶしたくあん

250g 643円

庄内に昔から伝わるいぶしたくあんは、干した大根を燻製することにより独特の風味と味わいが引き出されると同時に保存性が効くという知恵が詰まっています。燻製に使用する材料の木は桜の木のみを使用しています



**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

★祝祭日も休まず配達します

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

ナチュラムーン



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

翌々調配品

## △生理用ナプキン△

6970	普通の日 羽無(21cm)	24枚	550
6971	多日 羽無(23.5cm)	18枚	550
6972	〃 羽つき(23.5cm)	16枚	550
6973	多日 羽無(29.0cm)	12枚	550
6974	〃 羽つき(29.0cm)	10枚	550
6975	おりものシート(15.5cm)	40枚	726

## △タンポン△

6976	普通の日用 レギュラー	6個入り	484
6977	〃 16個入り	968	
6978	多日用 スーパー	6個入り	539
6979	〃 16個入り	1,078	

## [6975] おりものシート

40枚 726円

トップシートに無漂白オーガニックコットンの不織布を採用。オーガニックコットン良さを最大限に活かし、限りなく自然素材でつくったおりもの専用シートをぜひお試しください。



シートの茶色い斑点は  
無漂白コットンの証

## エコワン

8201	エコレット100	10,780
8202	エコレット10	1,386
8203	〃 3箱入	3,938
8204	〃 5箱入	6,028
8205	防災スリッパ・シーツ オレンジ M	4,730
8206	〃 L	4,730
8207	〃 LL	4,730
8208	ネイビー M	4,730
8209	〃 L	4,730
8210	〃 LL	4,730
8211	ベージュ M	4,730
8212	〃 L	4,730
8213	〃 LL	4,730
8214	ブラック M	4,730
8215	〃 L	4,730
8216	〃 LL	4,730
8217	エコワン防災食ローリングストックセット 1人分	8,823
8218	直送 〃 2人分	17,474
8219	直送 〃 3人分	25,887

8220	エコワン防災食あたたかセット 1人分	10,789
8221	直送 〃 2人分	21,146
8222	直送 〃 3人分	31,395
8223	エコワン防災食おかず6種セット	2,980
8224	エコワン洋風防災食ローリングストックセット	10,778
8225	直送 〃 2個	21,297
8226	直送 〃 3個	31,752
8227	エコワン洋風防災食あたたかセット	12,980
8228	直送 〃 2個	25,520
8229	直送 〃 3個	37,950
8230	白米	545
8231	直送 〃 24個セット	12,442
8232	天然ゴム手袋 3個組 S	968
8233	〃 M	968
8234	〃 L	968
8235	直送 エコワン防災レディースセット	21,780
8236	直送 エコワン防災27点セット	21,780
8237	エコレット どこでもトイレⅡ	4,378
8238	直送 エコワン防災フライバシー	11,880

**伝統的な美容法に  
着目した製品づくり**

農薬を使用せずに栽培された国産椿油やヘチマ水、  
天然湧水、紅花を使用しています

MOA  
*Limabelle*

**メイクアップ**

**UVリクイドファンデーション**

素肌感のある自然な仕上がりの液状ベース用ファンデーション。きめ細かく薄付きですので重ね塗りができます。水や汗に強く、化粧崩れせず長持ち

6509 ピンク	30ml	4,950
6510 ベージュ	30ml	4,950
***** アーモンド		終売

**UVファンデーション**

サラっとのびてキメ細かく肌になじみ、素肌感のある自然な仕上がりのパウダーファンデーション

6513 ピンク		5,940
6514 レフィル		4,620
6515 ベージュ		5,940
6516 レフィル		4,620
6517 アーモンド		5,940
6518 レフィル		4,620

**クリアUVパクト**

カバーカが強くフィット感のある特に夏場につよいUVファンデーション下地のファンデーションを省くことも可能です。卵黄油、スクワラン、米胚芽油をエモリエント剤として使用し、ソフトな肌触り

6519 ピンク		4,950
6520 レフィル		3,960
6521 ピュアUVモイスチャーパクト		
ベージュ		4,950
6522 レフィル		3,960
6523 アーモンド		4,950
6524 レフィル		3,960

**アイカラー**

使用頻度の高い基本色とパールホワイトの組み合わせ。椿油とオリーブスクワランを使用し、より皮脂に近くなっていますので、肌にもやさしくなっています

6525 パープル系		4,950
ホワイト/パープル/ブルーの三色		
6526 ブラウン系		4,950
ホワイト/ブラウン/モスグリーンの三色		
6527 レフィルホワイト		1,320
6528 レフィルパープル		1,320
6529 レフィルブルー		1,320
***** レフィルブラウン		終了
6531 レフィルモスグリーン		1,320

**アイブロー**

椿油、スクワランをベースに、無機顔料を配合してつくられたソフトな描き心地。アイライナーとしても使用できます

※6532・5633のアイブローは、6534アイブローホルダーにつけて使用します(単品のみの使用不可)

***** ブラックグレー		終了
***** ブラウン		終了
***** アイブロー ホルダー		終了

**リップスティック**

紅花色素と無機顔料とで色彩を出した口紅です。唇に優しいヒマシ油をベースに皮脂に近い椿油、スクワランを配合した、ソフトでやさしいタッチ。なめらかにのびて、キメ細かくなじみます

6548 ヴィヴィットピンク		4,950
***** ストロベリー		終了
6550 ライトローズ		4,950
***** レッドワイン		終了
6552 オーガニック		
ヌードカラー		4,950
6553 ヴィヴィットワイン		4,950

在庫限 6554 オランジュ 4,950

在庫限 6555 ゴールデンタン 4,950

6556 チョコレート 4,950

**トリートメントリップ**

ヒマシ油をベースに椿油、スクワランを配合してつくりあげた、トリートメント効果抜群のリップクリームです。微粒子チタンの配合でUV効果があります。口紅で荒れる方の下地用としても

6541 リマピュアトリートメント		
リップクリーム		1,980

**基礎化粧品**

**リマベールスキンケア**

6501 クレンジングジェル(メイク落とし)	125g	3,960
6502 クレンジングフォーム(洗顔料)	130g	3,960
6503 フレッシュローション(ヘチマ化粧水)	120ml	5,280
***** デイミルクローション(UVカット乳液)		終売
***** ナイトミルクローション(おやすみ用乳液)		終売
6506 エッセンシャルクリーム(おやすみ用乳液)	30g	7,480
***** テスターミニ基礎6点セット		終売
上記6点セット		

**スペシャルケア**

6535 ピュアミスト(弱酸性化粧水)	180ml	1,980
6537 プレミアムエステパック(フェイスパック)		
120g		3,520
6566 プレミアムアイクリーム(目元、口元用保湿クリーム)		
15g		7,590
6538 ピューティエッセンス(美容液)	30ml	7,260
6539 ボディケアセラム(ボディ用美容液)	200ml	4,180

**MOAアベリテシリーズ**

***** クレンジングマッサージジェル(メイク落とし)		
6561 リキッドソープ(洗顔料)	100ml	1,870
***** スキンローション(化粧水)		終売
6563 ミルクエッセンス(美容液)	80ml	2,530
***** ナイト&デイクリーム		終売
6565 エモリエントオイル(美容オイル)	30ml	4,180

**ヘアケア**

6567 椿油ヘアスプレー		95g	1,540
6568 リマ精製椿油		50ml	4,620
6569 リマ椿油		50ml	3,300
6570 リマナチュラルマイルドシャンプー	400ml		2,970
***** デ用			終売
6572 デ用	詰替	400ml	2,640
6573 リマナチュラルマイルドリンス	400ml		2,970
***** デ用			終売
6575 デ用	詰替	400ml	2,640

**その他**

6507 サンプロテクタークリーム		30g	3,630
6576 リマデンタルホワイト		60g	2,970
6577 ピュアトリートメントハンドクリーム		60g	1,320

**お肌を弱酸性に整える自然の力**

**メイクの上からも使えます**

[6535] ピュアミスト 180g 1,980円

秩父の生の天然水に、保湿剤としてアミノ酸組成の天然酸性水を配合したスプレー式自然化粧水です。

30cm程離してスプレー

スプレー後、手のひらで優しく浸透させます。3回繰り返し行うと効果的

※缶は振らずにお使いください



## 興農ファーム

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

ソーセージポトフ  
生ウインナーの旨みがスープと野菜に溶け込んで、味わい深く仕上がります。  
[5836] 冷凍生ソーセージ 200g 1,031円

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] 冷凍ウインナーソーセージ  
150g 864円

[5825] 冷凍あらびきウインナー  
150g 864円

バジルの風味が食欲をそそる

[5830] 冷凍バジルポーク  
ウインナー 150g 864円

チーズの美味しさがプラス

[5837] 冷凍チーズ入り  
ウインナー 150g 864円

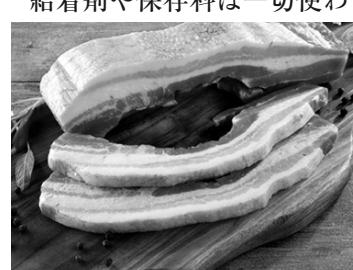


北海道に自生する「行者にんにく」は、ニンニクとニラを合わせたような味と香りがし、肉にとても良く合います。

冷凍行者にんにく入り

[5827] 冷凍ウインナー  
150g 864円

[5834] 冷凍フランク  
50g×5 1,291円



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

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

原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



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

原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



[5836] 冷凍生ソーセージ 5p  
200g 1,031円

絹引きにした口当たりの良いウイ  
ンナー



[5826] 冷凍粗挽き  
ミニウインナー 150g 864円

「あらびきウインナー」のミニサイズ



[5829] 冷凍パクパク  
こどもウインナー 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

興農豚の粗挽きウインナーを、食べ  
応え抜群の骨付きフランクにしま  
した。バ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、少々の香辛料で  
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

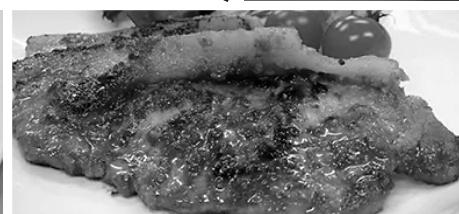
[5833] スライス 120g 713円

マヨラム・パセリ・オレガノを  
利かせました



[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。

## 茶路めん羊牧場

## 翌々調配品



[5465] 冷凍 シュウパウロウ  
500g 3,640円  
スネ、首、バラなどの骨付き肉



①肉をぬるま湯で良く洗い、汚れを落とす。材料が全部浸る程度の水を入れ火にかける。もし湯に血がにじみでてくるようであれば、一度湯を捨て水をかえて火にかけなおす。

②沸騰したら火を鍋の中心がポコポコなる位に落とし、しょうがと長葱も入れる。時間は水から2時間が目安。塩加減はスープとしては少し塩っぽいくらいが目安。数回に分け味見しながら入れる。



スープはラーメンで食べるのがお勧め



[5461] 冷凍 ラムスライス (小)  
250g 3,370円  
焼肉に。モモ・肩・バラ盛り合わせ



[5463] 冷凍 ラムカレーシュ (小)  
250g 2,203円  
煮込みに向いたすね、首、バラなどを使用

[5462] 冷凍 ラム  
骨付きステーキ (小)  
300g 4,849円  
ラムチャップとスペアリブの盛り合わせ

ウンブリア風ラムステーキ  
スライスニンニク、ローズマリー、オリーブオイルでマリネーしてラップをかけて一晩置いてから焼くとよりジューシーになります



[5466] 冷凍 ラム串焼き (小)  
250g 3,326円  
焼肉に。モモ・肩・バラ盛り合わせ



[5464] 冷凍 ラムミンチ (小)  
250g 1,804円  
長ネギ・生姜のシンプルな味付けの水餃子に



[5467] 冷凍 羊肉ソーセージ  
160g 1,760円  
羊肉100%。スモークをかけました



[5468] 冷凍 ボロネーゼ 120g 1,534円  
羊肉のミンチとトマトを羊のブイヨンと赤ワインでじっくり煮込んで作ったパスタソース

生後六～十六カ月齢の仔羊の肉をお届けしています。  
鮮度は輸入冷凍肉は論外で、輸入チルドにも勝ります。

牛肉と同じ感覚とレシピで、どうぞお試し下さい

茶路綿羊牧場・武藤さん

## モアレモン

## 翌々調配品

6951 柔張油	レギュラー	2,970	3,300
6952 "	極	5,170	5,500
6953 モアハーブ	ハーモニー水	3,300	
6954 ハーブ	ゲットウ水	2,530	
6955 ハーブ	ラベンダー水	2,310	
6956 ハーブ	ネロリ水	3,300	
6957 ハーブ	カモミール水	2,860	
6958 ハーブ	ローズゼラニウム水	2,310	
6959 さわやかティー	レモンマートル		
	T B 1.2g×18	1,080	
6960 ハーブ	20g	756	
6961 ハーブ	50g	1,404	1,512
6962 さわやかティー	レモンマートル&びわ		
	20g	756	
6963 ハーブ	50g	1,512	

6964 モアハーブゲットウティー		
	T B 1.5g×15	1,000
6965 レモンマートルのど飴	7個入り	200
6966 ハーブ	40個入り	864
6967 レモンマートル塩のど飴	7個入り	200
6968 ハーブ	40個入り	864
6969 レモンマートルクッキー「くつろぎたいむ」	270	
6941 ハーブソルト「レモンマートル」	756	
6942 防風ひのきのチカラ	880	
6943 モアハーブ「ひのき油」	880	