Vegeta（ベジタ）

ポラン広場の宅配

商品カタログ No.207

子どもたちの成長のお祝いに。安心をお届けします。

おひな祭り

サンコーのお菓子

ひなまつり菓子袋　ひなまつり「姫あられ」
ひな祭りあられ　ひな祭りせんべい
ひなまつり「花三色」　姫ほっぺもち

株式会社サンコー（愛知県豊橋市）が企画販売する健康志向菓子は、地元愛知県を中心とした協力工場で作られます。えびせんべい、ビスケットなど、それぞれこの道一筋の協力工場が70社。職人肌の工場の皆さんとサンコーが力を合わせ、おいしくて安全で、しかも気軽に買っていただける価格のお菓子を世に出しています。

やきもちあられ本舗　松本製菓

ひなあられ　ひなおこし　ひなゼリー　三色すはま団子
和風桃マシュマロ

大阪府八尾市・松本製菓は1932年創業、松本芳昭さんは三代目です。「餅を焼いてあられを作るから、やきもちあられ本舗。そのままやね(笑)。祖父の代からの屋号です」。もち粉(もち米の粉)を練るのではなく、丸粒のもち米を使い、蒸して杵でつく昔ながらの製法を守っています。「煎餅はうるち米から、あられはもち米から作るものです。創業以来、もち米のほのかな旨みと香りにこだわってきました」。

芽吹き屋の冷凍和菓子

桜餅　さくらだんご

1954年創業。岩手県花巻で粉と和菓子を作っています。芽吹き屋の冷凍和菓子は創業者の「保存料や合成着色料を使うことなく、作りたての味を遠方の方にも届けたい」という願いのもと、独自の冷凍技術開発を経て1978年に販売を開始。厳選素材を使用した日本初の冷凍和菓子は全国、そして海外でも支持されています。

seedのひなまつりクッキー

しあわせの種・国産苺

南大阪のチーズケーキ専門店。「しあわせの種まきをしようという」seedのコンセプトから生まれた創業当時から人気のブルドネージュクッキーです。ブルドネージュとはフランス語で〝雪の玉〟英語ではスノーボールとも呼ばれるクッキーで、白い粉糖で雪化粧した姿と、ホロホロした食感が特徴です。春限定の「国産苺」は、粉糖に国産苺パウダーを混ぜて、いちご感いっぱいに仕上げました。

ムソーおひな祭り　チラシをご覧ください　今週限り　SPOT　翌々週配送

8601	三色すはま団子	8本	594円
8602	ひなおこし	60g	540円
8603	いちごころりん	40g	627円
8604	ひなあられ	40g	411円
8605	姫ほっぺもち	10個	400円
8606	ひしもち	160g	800円
8607	ひなまつり「姫あられ」	40g(5g×8)	638円
8608	三色羽二重餅	18個	573円
8609	ひなまつり「花三色」	38g	422円
8610	ひな三色豆	80g	411円
8611	しあわせの種·国産苺	4粒	411円
8612	白桃ジュース·桃の桃	1000ml	1,674円
8613	ひなまつり菓子袋	5種(5袋)	411円
8614	ひな祭りあられ	40g	314円
8615	みかんと抹茶のぽんぽん菓子	40g	497円
8616	ひなゼリー	100g	594円
8617	ひな祭りせんべい	30g	249円
8618	和風桃マシュマロ	8個	594円
8619	春限定・小桜えびせんべい	16g	195円
8620	赤飯祝御膳　2合炊き もち米300g、小豆煮汁140g、小豆煮豆70g		1,145円
8621	桜ごはんの素	2合用	702円
8622	冷凍桜餅	4個(200g)	951円
8623	冷凍さくらだんご	4本(180g)	692円

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6
商品配送	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13
翌々週配送品	2/16	2/17	2/18	2/19	2/20

注文の締め切り

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

■お問い合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）

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）

ポラン広場の宅配　株式会社ベジタ　〒300-2647つくば市手子生（てこまる）585

※このカタログは、再生紙を利用し、植物性インキで印刷しています。

野菜

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

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

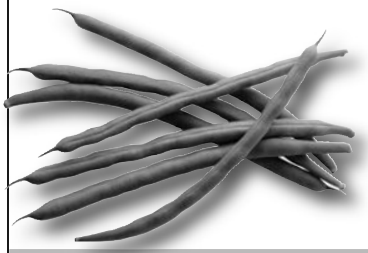
有機農産物　認められた資材以外の化学物質に汚染されない環境を維持し、播種又は植え付け前2年以上、堆肥などによる土作りを行った圃場において生産された農作物。（果樹などの多年生作物は、最初の収穫の3年以上）

転換期間中有機農産物　転換期間は1年。

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

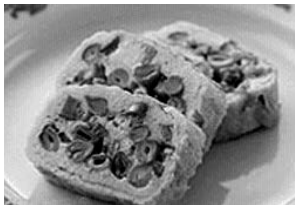
セット4種

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



彩の主役
いんげん

一昔前はサヤインゲンは固い筋があり口に残るので、下ごしらえの時には必ず両端からプチっと折って筋を取っていましたが、今日の物は品種改良が進み、ほとんど筋は取らなくても気にならない位になっています。



いんげんの卵焼き

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

［0101］野菜セット 1,080 ~~1,220~~円　野：表組に表示

人参	500g	茨城・萩原ファーム
ブロッコリー	1ヶ	愛知・ティエラス
ほうれん草	1束	栃木・島田晴夫さん
いんげん	100g	沖縄・真南風

［0102］果物野菜セット 1,620 ~~2,041~~円　果：表組に表示

さつま芋　紅はるか	700g	茨城・常総センター
大根	1本	愛知・ティエラス
小松菜	1束	茨城・萩原ファーム
ピーマン	150g	沖縄・真南風
りんご シナノゴールド	1ヶ	青森・新農業研究会
りんご ふじ	1ヶ	青森・新農業研究会
レモン	250g	熊本・福島柑橘園

［0103］畑（はたこらぼ）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　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）
	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		
	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		
初 ★	0109	じゃが芋　ニシユタカ	700g	389
	0110	〃　徳用	1.4kg	746 ~~778~~
		長崎・長崎有機農業研究会/防除0		
野	0111	人参	500g	302
	0112	〃　徳用	1kg	575 ~~605~~
		茨城・萩原ファーム/防除0		
	*****	さつま芋 シルクスィート		終了
果	0113	さつま芋　紅はるか	700g	346
再開 ★	0114	〃　徳用	1.4kg	657 ~~691~~
		茨城・常総センター/防除0		
	0115	里芋	500g	486
	0116	〃　徳用	1kg	923 ~~972~~
		千葉・佐原農産物供給センター/防除0		
	0117	長芋	250g	292
		茨城・常総センター/防除0		
	0118	長芋	300g	497
		岩手・みちのく有機/有		

	品番	品名	規格	価格（税込み）
★	0119	ごぼう	300g	335
		岩手・みちのく有機/有		
	0120	蓮根	500g	551
		茨城・常総センター/防除0		
産地変更	0121	長ねぎ	300g	270
	0122	〃　ダブル	300g×2	513 ~~540~~
		茨城・深谷守夫さん/防除0		
初	0123	赤ねぎ	300g	270
	0124	〃　ダブル	300g×2	513 ~~540~~
		茨城・深谷守夫さん/防除0		

新ジャガの風味
じゃが芋 ニシユタカ

温暖な気候の長崎県では、春と秋の2回、じゃがいもの栽培と収穫を行います。

９月頃に植えたものがこの時期出荷となりました。

皮の色は淡い黄色で、果肉も淡い黄色。肉質は粘質気味で、煮くずれしにくく、肉じゃがやカレーなど煮物に適しています。

ジャガ芋の甘辛煮
ゆでたじゃが芋に、にんにくをきかせた甘辛だれで
［0151］にんにく　1ヶM　302円
［2115］弓削多有機醤油　720ml　1,296円
［2139］味の母みりん風調味料　720ml　1,080円

ねっとりした食感
さつま芋　紅はるか

ねっとりとした食感と強い甘みです。収穫後に追熟させると、水分が適度に抜けて甘みが凝縮し、濃厚な味わいが増していきます。

ひなまつり ちょっと手をかけ

デコちらし寿司

中身はいつものちらし寿司でも、うずらの卵の顔と薄焼き卵の衣でおひな様寿司

酢蓮根を扇に見立てて
[0120] 蓮根
500g　551円

おひな様の顔に
[0504] うずら卵水煮
6ヶ×2　389円
2p

彩りに欠かせない
[0141] きゅうり
300g（3本）　367円

[2150]富士すし酢
360ml　756円
4p
甘味は粗糖と蜂蜜なので、コクと旨味がしっかりあり、翌日まで酸味がとばずおいしい酢飯になります
米酢、粗糖、蜂蜜、塩

時間のない時には一緒炊き
ゴボウや人参をご飯と一緒に炊き込む。寿司酢を混ぜればできあがり

品番	品名	規格	価格（税込み）

皮に香りとうま味
むかずにこそげ落とす
ごぼう
ゴボウの香りやうま味は皮に含まれているので、泥や汚れはたわしなどでこすって洗い、包丁で表面をこそげ落とす程度の方が美味しくいただけます。

水にさらすと出るアクには、ポリフェノール類が含まれています。うま味も出てしまうのでアク抜きは不要。においを消す効果があるので、肉や魚との相性も抜群です

果	0125	大根 愛知・ティエラス/防除2	1本	313
	0126	キャベツ	1/2ヶ	184
	0127	〃 愛知・ティエラス/防除2	1ヶ	349 ~~367~~
野	0128	ブロッコリー 産地変更 愛知・ティエラス/防除2	1ケ	313
	0129	グリーンセロリ	1/2株	302
	0130	〃　徳用 愛知・ティエラス/防除2	1株	575 ~~605~~

肉厚で香りが強いのが自慢
セロリ
品種は、トップセラー。日本での栽培率は、年間5%にも満たない品種ですが、非常に香り高いのが特徴です。

種まきをしてから、150日以上もかかって出荷される野菜。長いと260日近く、目を配って世話をしています。

セロリの葉とえびのかき揚げ
セロリをかき揚げにするとサックサクで食べやすい味わいになります！ 塩をつけてシンプルにどうぞ♪
[1719] 冷凍エコシュリンプ
むき身S 約200g　1,825円
9p

ソーセージポトフ
味が濃いセロリなので、スープに入れるとうまみが広がります。
[1402] 冷凍放牧豚
粗挽きウィンナー
100g　551円
3p

品番	品名	規格	価格（税込み）

ごぼうの梅酢煮
下ゆでしたごぼうを、梅酢・酒・水で煮詰める。

うなぎとごぼうの柳川風
ささがきごぼうの風味が、うなぎとよく合います

野	0131	ほうれん草 栃木・島田晴夫さん/有　栃木・藤田至善農園/防除0	1束	238
	0132	産地変更 ちぢみほうれん草 茨城・萩原ファーム/防除0	1束	238
果	0133	小松菜 茨城・旭農園/防除0　茨城・萩原ファーム/防除0	1束	205
	0134	水菜 茨城・旭農園/防除0	1束	205
	0135	ベビーみずな 茨城・HATAKEカンパニー/防除0	1ｐ	151
	0136	チンゲンサイ 茨城・旭農園/防除0	1束	205
	0137	春菊 大分・さとう有機農園/有	1束	410

ほうれん草とトマトのパスタ
赤と緑の鮮やかなコントラスト
[2219] 有機トマト缶
ホール　400g　324円
[2426] 国内産ロングパスタ
300g　443円
2p

ブロッコリーと卵の炒め物
下ゆでしたブロッコリーを炒めてマヨネーズで味付け。とろとろ卵とどうぞ
[0501] 平飼有精卵
10ヶ　610円

春菊と豚バラの甘辛炒め.
春菊とえのきと豚バラ肉を炒めて、甘辛醤油味で
[1104] 冷凍放牧豚
切り落とし（バラ凍結）
250g　896円
[0203] えのき茸100g　194円

凡例 ★ 会員さん・スタッフのおすすめ

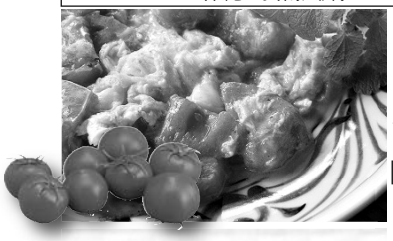
価格は税込み

品番	品名	規格	価格(税抜き)

沖縄からお届けする貴重な自根きゅうり

きゅうり
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。太陽の味わいのする昔ながらのきゅうりの味をお楽しみください。

	0138	かぼちゃ	1/4ヶ	216
	0139	〃 徳用	1/2～1/4ヶ	390 ~~410~~
	0140	〃 徳用	1ヶ	687 ~~724~~
		栃木・鈴木章さん/有		
★	0141	きゅうり	300g（3本）	367
	0142	〃 徳用	500g（4～6本）	605
		沖縄・真南風/防除5		
★	0143	ミニトマト	150g	378
	0144	〃 ダブル	150g×2	718 ~~756~~
		沖縄・真南風/有		
果	0145	ピーマン	150g	194
★	0146	〃 ダブル	150g×2	369 ~~389~~
		沖縄・真南風/防除5		
野	0147	いんげん	100g	367
	0148	〃 ダブル	100g×2	698 ~~734~~
		沖縄・真南風/有		



ミニトマトと卵の炒めもの
ミニトマトに火を入れると旨みが増します。調味料を控えめにし、卵と一緒に炒めると味が引き立ちます
[0501] 平飼有精卵 10ヶ 610円

焼いて甘さを引き出す ピーマンの焼きびたし
ピーマンは、丸のまま皮が黒くなるまで、アミ焼きし、水に取って皮をむき、種を取る。だしつゆにひたして保存。

0149	ベビーリーフ	50g	162
	茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
0150	パクチー（コリアンダー）	30g	281
	茨城・ハーブスマン's/防除0		
0151	にんにく	1ヶM	302
	岩手・みちのく有機/有		
0152	大しょうが	100g	324
	高知・若水会/防除0		

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

生きくらげときゅうりの酢味噌あえ
さっとゆがいて、千切りにする 生きくらげとあわせて、酢味噌でどうぞ

きゅうりのラー油漬け
ごま油と醤油をベースにお好みの量のラー油を入れてどうぞ。
[2161] 最高級ラー油 45g 659円 4p

★ 0202	菌床椎茸	100g	313
	長野・アルプス工房/対象外		
0203	えのき茸	100g	194
0204	〃 ダブル	100g×2	369 ~~389~~
	長野・えのきボーヤ/対象外		
0205	ブラウンえのき	100g	248
	長野・浦山さん/対象外		
0206	しめじ（ヒラタケ）	100g	184
0207	〃 ダブル	100g×2	349 ~~367~~
	茨城・チャイルドウッズ/対象外		
0208	本しめじ（ブナシメジ）	約180g	248
	茨城・チャイルドウッズ/対象外		
0209	エリンギ（白あわび茸）	100g	313
0210	不揃い エリンギ	150g	324
	島根・北村きのこ園/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	隔週 黄金たもぎ茸	70g	313
	愛知・蟹江きのこ園/対象外		

生でも干してもおいしい菌床椎茸

日に当たるとビタミンDに変化する成分「エルゴステロール」が含まれているのが特徴。使う前に数時間天日干しすると、ビタミンDを増やすことができます。

七味マヨネーズ焼き
椎茸の傘の裏にマヨネーズ・七味・醤油を混ぜ合わせたものを塗って、トースターで焼く
[2318] ゆず七味 10g 389円 2p

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

品番	品名	規格	価格（税込み）
0320	伊予柑	750g	508
0321	〃　徳用	1.5kg	964 ~~1016~~
	熊本・福島柑橘園/有		
0322	ポンカン	1kg	680
0323	〃　徳用	2kg	1293 ~~1361~~
	熊本・福島柑橘園/有		
0324	デコポン（不知火）	750g	529
0325	〃　徳用	1.5kg	1005 ~~1058~~
	熊本・福島柑橘園/防除1		
果 0326	レモン	250g	324
0327	〃　徳用	500g	616 ~~648~~
	熊本・福島柑橘園/有		

はじける香りと
あふれる果汁！
伊予柑

甘みが強く
コク深い味わい
ポンカン

ぽっこり膨らんだ
ヘタが特徴
デコポン(不知火)

皮の香りまで
まるごと味わう
レモン

0328	銀杏	100g	259
	茨城・深谷守夫さん/防除0		

バランゴン
バナナケーキ
ホットケーキミックス　150ｇ
バランゴンバナナ
2～3本（完熟がおすすめ）
マスコバド糖　80ｇ
卵　2個
オリーブオイル　大さじ5

①ボウルにバランゴンバナナを入れてフォークやマッシャーなどで潰し、卵、マスコバド糖とオリーブオイルを加えて混ぜる（バターの場合はレンジで温めて溶かしてから加えてください）②ホットケーキミックスをふるい、❶に加えて混ぜる。③型に流し入れ、180℃に熱したオーブンで約30～40分焼く。竹串で刺して何もつかなくなればOKです。

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		
0306	キウィ	250g	313
0307	〃　ダブル	250g×2	595 ~~626~~
	栃木・赤羽根克典さん/有		

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

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		
果 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		
果 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		

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		

りんごと
キャベツのサラダ
キャベツは太めのせん切り、りんごとハムはせん切りにする。ポン酢とごまを混ぜ合わせたものであえる
[2016] 国内産すりごま　白　30g　691円
[0126] キャベツ　1/2ヶ　184円

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。

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。

凡例 ★ 会員さん・スタッフのおすすめ　　価格は税込み

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）

ミネラル豊富 玄米

玄米は白米と比較して、食物繊維、脂質、ビタミン群、特にビタミンB1とビタミンB2が多く含まれています。その含有量は、ビタミンB1 は白米の約5倍、ビタミンB2は約2倍、ナイアシンが約5倍、ビタミンEが約6.5倍含まれています。

ただ、消化は白米に劣るので、食べる時は良く噛んで召し上がれ♪

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**	**5,184**	~~5,400~~	有
0402	〃	**3kg**	**3,110**	~~3,240~~	有
0403	田島さんの白米	5kg	5,400		有
0404	〃	3kg	3,240		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	5,400		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**	**4,593**	~~4,784~~	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**	**2,592**	~~2,700~~	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**	**3,038**	~~3,164~~	防除0
0412	〃	**5kg**	**7,527**	~~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・ひとめぼれのブレンド）▽					福島・緑と太陽の会
0417	**玄米(さゆり米)**	**2kg**	**2,561**	~~2,668~~	防除1
0418	〃	**5kg**	**6,324**	~~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
0423	**玄米**	**5kg**	**5,402**	~~5,627~~	有
0424	胚芽米	5kg	5,789		有
0425	白米	5kg	5,940		有
0426	**玄米**	**5kg**	**4,666**	~~4,860~~	防除1
******	胚芽米				終了
0428	白米	5kg	5,173		防除1
▽もち米(白米)▽					
0430	餅米 白米	1kg	1,253		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	1,080
0432	色々米	1kg	1,922
0433	有機啄木籾発芽玄米	1kg	1,696
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	**有機玄米ごはん＆有機玄米小豆ごはんセット**	**160g×各1**	**534**	~~562~~	
0436	有機玄米小豆ごはん	160g	302		
0437	〃 **徳用**	**160g×4**	**1149**	~~1210~~	
0438	有機玄米ごはん	160g	259		
0439	〃 **徳用**	**160g×4**	**985**	~~1037~~	
▽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~~	

餅

いちご大福

鍋にお餅 、砂糖、水 を入れて煮溶かす。ぽってりしたら片栗粉を広げたバットにお餅を移し、熱いうちに、お餅を広げてあんこといちごを包む

[0301] いちご　200g　626円
[2813] 北海道産有機小豆使用つぶあん　200g　441円　3p

無天塾の有機もち米をつきあげました

杵で丹念に搗き上げたので、コシやねばりが違います

中村商店

[0447] 玄米餅　500g　810円　4p
[0448] よもぎ餅（玄米使用）　500g　853円　4p

*******	中村商店 白米餅		終了	
0447	**中村商店 玄米餅**	**500g**	**810**	4p
0448	**中村商店 よもぎ餅（玄米使用）**	**500g**	**853**	4p

ぬか

0455	麹屋甚平・熟成ぬか床	1kg	734
0456	〃 容器入	1.2kg	1069
0457	〃 補充用	400g	464
2227	麹屋甚平・浅漬の素	500ml	605

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 茨城・枝拓生さん		6ヶ	400	
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）

かみなり豆腐
ごま油で水切りした豆腐とねぎを焼き、醤油・酒・みりんを回し入れ、軽く混ぜる。かつお節・大根おろしで

■茨城・嘉倉
しっかりとした食感
[0514] 木綿豆腐 2p
350g　243円

■埼玉・島田食品
柔らかめの食感
[0524] 国産有機木綿豆腐 2p
330g　248円

国産有機木綿より固め
[0525] 国産有機固木綿豆腐 2p
330g　275円

[0125] 大根　1本　313円

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽茨城　嘉倉▽		
	0510	絹豆腐	350g	243
	0511	ちりめん豆腐	250g	270
	0512	寄せ豆腐	250g	270
	0513	寄せ豆腐（ごま）	250g	297
2p	0514	**木綿豆腐**	**350g**	**243**
	0515	焼き豆腐	300g	243
	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▽		
2p	0524	**国産有機木綿豆腐**	**300g**	**248**
2p	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	ねぎ入具だくさんがんも	2枚	464
2p	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

オープン稲荷
うずらの卵と海苔で顔を作る。いくらを散りばめても
[0539] 味付いなりあげ
6枚　324円 2p
[0504] うずら卵水煮
6ヶ×2　389円 2p
[1808] 板海苔
全型×10枚　864円 4p

納豆

ひきわり　青森産 1p
[0552] 40g×2　214円
SPO下 **[0556] 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。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽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	丸大豆テンペ	100g	405
		▽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** 1p
	0553	大粒 北海道産	45g×2	214
	0554	国産そぼろ納豆	100g	324

漬け物

混ぜるだけの簡単いなり寿司
細かく刻んだマイルドしば漬けをご飯に混ぜて、味付いなりあげに詰める
[0614] マイルドしば漬 3p
90g　475円

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	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け	150g	448
	0604	浅漬け昆布大根漬け	150g	448
	0605	こぶ仕込み大根	250g	734
	0606	**かつお仕込み大根**	**250g**	**734** 4p
	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** 2p
	0611	刻みすぐき	120g	448
	0612	刻みみぶ菜	150g	448
	0613	きゅうりのふる里漬	90ｇ	475
	0614	**マイルドしば漬**	**90g**	**475** 3p
	0615	白菜キムチ	200g	443
	0616	千枚漬け	100g	508
	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
	0622	**有機小梅**	**100g**	**1210** 6p
	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

鰹節屋がつくった ご馳走ふりかけ
新丸正　海宝飯ふりかけ

[0829] 海宝飯ふりかけ ダブル
SPOT　28g×2　1,601 ~~1,684~~円
原材料…かつお削りぶし、ひとえぐさ、のり、とろろ昆布(昆布、醸造酢)

今こそ、信頼が問われる時期。三陸水産は、100%放射能不検出の商品をお届けします。

[0830] しらすちりめんダブル
SPOT　70g×2p　1,875 ~~1,933~~円
※そのままお召し上がりください。
原材料…ちりめんじゃこ（国内産）

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

[0831] 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）

神奈川県横須賀の猿島周辺で収穫されたわかめの茎を直火でじっくり炊きあげました！ご飯のおともにどうぞ♪

SPOT
[0832] 江戸前でぃ！茎わかめ佃煮ダブル　60g×2　691 ~~713~~円
原材料…茎わかめ、しょうゆ（大豆：遺伝子組換えでない、小麦を含む）、砂糖、発酵調味料、かつおだし

くるみの食感と しらすのやわらかな風味を食卓に！

[0833] しらすくるみダブル
SPOT　100g×2　1,498 ~~1544~~円
原材料…砂糖、くるみ、ちりめん（国産）、しょうゆ（大豆：遺伝子組換えでない、小麦を含む）、発芽水飴、発酵調味料、食塩、寒天

原材料のふきは、岩手県産自生の山蕗を使用しています。自然の恵みをご堪能ください。

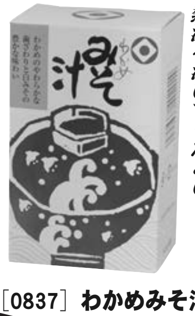
[0834] きゃらぶきダブル
SPOT　100g×2p　754 ~~778~~円
原材料…ふき（岩手産）、醤油、砂糖（種子島産さとうきび使用粗糖）、発酵調味料、麦芽水飴、かつおだし
※そのままお召し上がり下さい。

おもてなしのご飯にも お弁当にも人気！ 手軽におまちどおさま

[0835] 冷凍 五目寿司の素（2合用）ダブル
SPOT　200g×2　1130 ~~1177~~円
※五目寿司の素は袋ごと温め、ご飯又は酢飯と混ぜ合わせて下さい

国産原料を使用し化学調味料や食品添加物を使わずに薄味に仕上げました たけのこご飯が手軽に出きます

[0836] 国産たけのこご飯の素ダブル
SPOT　170g×2　870 ~~896~~円
原材料…たけのこ、椎茸、椎茸戻し汁、砂糖、人参水、昆布、醤油、発酵調味料、塩、かつおだし、酢



白みその豊かな味わい 出雲地方特産の出雲わかめと凍結乾燥味噌を使用した、自然の風味 1袋分をお椀に入れて、熱湯を注いでください

[0837] わかめみそ汁ダブル
SPOT　9g×6×2　744 ~~767~~円
原材料…白みそ（大豆、小麦）、わかめ、ぶどう糖、食塩、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ

当製品には、添加物を一切使用しておりません 安全と味には自信ありです!!どうぞ、ご愛顧下さい!!

[0838] 冷凍 徳用北京餃子ダブル
SPOT　270g(15個)×2　1,151 ~~1199~~円
原材料…具：豚肉(国内産) キャベツ(国内産) たまねぎ(国内産) にら(国内産) パン粉(国内産) 肉汁(国内産) 醤油(国内製造) にんにく(国内産) ごま油(国内製造) 昆布パウダー(国内産) 砂糖(国内産) 食塩(国内製造) こしょう(マレーシア産) 生姜(国内産) 皮：小麦粉(国内産) 水道水　食塩(国内産)

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。

[0839] 冷凍 ふんわり豆腐ハンバーグダブル
SPOT　90g×3×2p　1,130 ~~1,177~~円
※電子レンジで1個あたり3分程、加熱して下さい。

豆腐にひじき　胡麻にごぼう 食物繊維とカルシウムたっぷり

[0840] 冷凍 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、澱粉、ごま、醤油、菜種油、清酒、ひじき、青海苔、しょうが、食塩、胡椒
※電子レンジで温めてください。

光食品 北海道産有機牛肉と国産有機たまねぎ、にんじん、にんにく使用の有機キーマカレーです 程よい辛味の中辛口

[0841] 有機キーマカレー・中辛ダブル
SPOT　140g×2　838 ~~864~~円
原材料…野菜（有機たまねぎ（国産）、有機にんじん）、有機牛肉、有機ウスターソース（小麦・大豆・りんごを含む）、有機トマトペースト、有機トマトケチャップ、有機ばれいしょでんぷん、有機香辛料、有機砂糖、食塩、有機にんにくピューレー

第3世界ショップ「カレーの壺」がベース 辛口のチキンカレー。平飼い鶏に玉ねぎとココナッツミルク、パンチのあるスパイスで仕上げました。

[0842] チキンカレー辛口ダブル
SPOT　180g×2p　1090 ~~1,123~~円
原材料…たまねぎ、鶏肉、ココナッツミルク、香辛料、ココナッツオイル、トマトペースト、食塩、醸造酢、米、乾燥ココナッツ／安定剤（グァーガム）

第3世界ショップ「カレーの壺」がベース ふっくらしたひよこ豆をメインにした優しい辛さのカレーです 辛いのが苦手な方にもオススメ！

SPOT
[0843] ひよこ豆カレー 辛さ控えめ ダブル
180g×2p　1090 ~~1,123~~円
原材料…コナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料

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あがります。

[0844] 豆乳仕立てのじゃがいもスープ
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、チキンエキスパウダー、香辛料）、砂糖、食塩/重曹

にんじんと、有機大豆を使用した豆乳で、まろやかに仕上げた優しい風味のスープです。温めるだけでおいしいスープができあがります。

[0845] 豆乳仕立てのにんじんスープ
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、

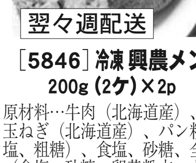
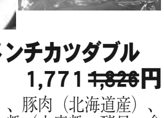
かぼちゃと、有機大豆を使用した豆乳で仕上げた、ほんのりとした甘みの優しい風味のスープです。温めるだけでおいしいスープができあがります。

[0846] 豆乳仕立てのかぼちゃスープ
SPOT　180g×4　705 ~~734~~円
原材料…豆乳（大豆を含む）、かぼちゃペースト、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、チキンエキスパウダー、香辛料）、砂糖、食塩/重曹、

とうもろこしと、有機大豆を使用した豆乳で、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あがります。

[0847] 豆乳仕立てのとうもろこしスープ
SPOT　180g×4　705 ~~734~~円
原材料…スイートコーンペースト、豆乳（大豆を含む）、スイートコーン、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）、砂糖、食塩、ローストオニオンパウダー/重曹

北海道・興農ファームの 興農牛・興農豚を使用 メンチカツ新発売！

翌々週配送

[5846] 冷凍 興農メンチカツダブル
200g(2ケ)×2p　1,771 ~~1,826~~円
原材料…牛肉（北海道産）、豚肉（北海道産）、玉ねぎ（北海道産）、パン粉（小麦粉、酵母、食塩、粗糖）、食塩、砂糖、全卵、ばったーなごみ（食塩、砂糖、卵黄粉末、山芋粉末）

お総菜

ポイント		品番	品名	規格	価格(税込み)
			▽ふりかけ類▽		
		0701	しその粉ふりかけ（ゆかり）	40g	324
		0702	有機梅フレーク	40g	756
4p		0703	**海宝飯ふりかけ**	**28g**	**842**
		0704	かつおふりかけ	28g	367
		0705	味付おかず海苔	8ッ切20枚入×3	734
		0706	冷凍 しらす干し	100g	794
5p		0707	**しらすちりめん**	**70g**	**967**
		0708	鮭フレーク	90g	810
			▽佃煮類▽		
		0709	島っこ生のり佃煮	90g	454
3p		0710	**江戸前生のり**	**80g**	**448**
2p	隔週	0711	**江戸前でぃ！茎わかめ佃煮**	**60g**	**356**
4p	隔週	0712	**しらすくるみ**	**100g**	**772**
		0713	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
2p	隔週	0714	**きゃらぶき**	**100g**	**389**
		0715	ひじき五目煮	100g	475
		0716	五目豆	100g	356
		0717	直火焚き黒豆煮豆	120g	551
		0718	国産味付メンマ	90g	572
			▽炊き込み・混ぜご飯の素▽		
	隔週	0719	とりごぼうご飯の素170g（2合炊）		805
3p		0720	**冷凍 五目寿司の素（2合用）**	**200g**	**589**
3p	隔週	0721	**国産たけのこご飯の素**	**170g**	**448**
		0722	冷凍 中華丼の具	180g×2	616
		0723	冷凍 鮪のづけ丼	150g	697
			▽スープ▽		
2p		0801	フリーズドライ **わかめみそ汁**	**9g×6**	**383**
		0802	フリーズドライ 赤だし味噌汁	9g×6	383
			▽中華惣菜・他▽		
3p		0803	**徳用北京餃子**	**270g**	**599**
		0804	冷凍 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（2/16～2/20）

3p

[5618] 冷凍 **フライパンで簡単・さばの竜田揚げ**
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。

4p

[5620] 冷凍 **白身魚の梅しそチーズ焼き**
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、必要な分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)
			▽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
2p		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
3p		0816	**チキンカレー辛口**	**180g**	**561**
3p		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
		0819	activus・OGキャロットスープ	400g	600
		0820	activus・OGミネストローネ	400g	600
		0821	activus・OGマッシュルームスープ	400g	600
		0822	activus・OGビーツスープ	400g	600
		0823	activus・OGコーンスープ	400g	600
		0824	activus・OGチリビーンズスープ	400g	600
1p		0825	**豆乳仕立てのじゃがいもスープ**	**180g**	**184**
1p		0826	**豆乳仕立てのにんじんスープ**	**180g**	**184**
1p		0827	**豆乳仕立てのかぼちゃスープ**	**180g**	**184**
1p		0828	**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▽		
3p	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**
4p	翌々週	5614	**冷凍 白身魚のバジルマヨネーズ焼き**	**120g**	**680**
3p	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**
4p	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**
3p	翌々週	5621	**冷凍 さば南蛮漬け**	**140g**	**626**
	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
	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**

土佐佐賀産直組合　翌々週配送品（2/16～2/20）

[5617] 冷凍 **メヒカリ唐揚げ**　3p
110g　626円

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

[5621] 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。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）

東毛酪農パスチャライズド牛乳
東毛酪農低温殺菌牛乳63℃
組合生産者28戸限定の生乳だけで作られるパスチャライズド63℃30分殺菌。ノンホモジナイズド牛乳です。

毎日の健康に牛乳をプラス
健康寿命を延ばすためには、低栄養にならないことが大切です。牛乳や乳製品で栄養バランスを整えましょう。
また、骨粗しょう症予防や、筋力が衰えやすい高齢者のフレイル予防に牛乳のカルシウムや良質なたんぱく質はかかせません。牛乳は1本（200ml）で、各年代の1日に必要なカルシム量の約2～3割以上が摂取できます。 毎日の食生活にぜひ取り入れてください。

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**
SPOT	0950	**〃　ダブル**	**上記2p**	**901 ~~929~~**
	0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml	281

環境にも健康にもやさしいリターナブル
昔ながらのビン牛乳をお届けします

90%ミルクのカフェオレ
パスチャライズコーヒー
東毛酪農自慢の低温殺菌牛乳にコーヒー抽出液と洗双糖を添加。パスチャライズド65℃30分殺菌された生乳が90%も入っているから栄養も満点です。
原材料…生乳、コーヒー液、砂糖、粉コーヒー抽出

1p	0903	**東毛酪農低温殺菌牛乳63℃（ビン）**	**200ml**	**205**
1p	0904	**パスチャライズドコーヒー（ビン）**	**200ml**	**205**
SPOT	0952	**〃　ダブル**	**上記2p**	**398 ~~410~~**
SPOT	0951	**東毛酪農低温殺菌牛乳63℃（ビン）&パスチャライズコーヒー（ビン）セット 1セット（200ml·200ml）**		**398 ~~410~~**
	▽ヨーグルト▽			
	0905	東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト	400ml	335
	0906	ドリンクヨーグルト	200g	216

東毛酪農のカマンベールチーズ
東毛酪農の低温殺菌牛乳を使いゆっくり熟成させます。伝統的な製法で作られた手作りカマンベールチーズです。 塩分を少なめにし、やさしい味わいにしました。「第4回オール・ジャパン・ナチュラルチーズコンテスト」のソフトタイプチーズ部門で優秀賞に輝いた、自慢の一品です。

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

▽よつ葉チーズ▽			
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			翌々週配送品
5315	国産大豆の豆乳使用・豆乳グルト	400g	346
5316	**〃　ダブル**	**上記2p**	**670 ~~691~~**

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント

低GI値の天然甘味料・GI値27
有機アガベ・シロップ ゴールド
高級テキーラの原料でもあるリュウゼツラン科アガベ属「ブルーアガベ」を原料とした、100%天然甘味料です。
GI（血糖上昇値）値は27と極めて低く（砂糖、蜂蜜、メイプルシロップなどの1/3以下）、血糖値が上がりにくく、リンゴより低いため、血糖値が気になる方におすすめです。
○そのままかけて
ヨーグルトに、パンケーキやトーストなどにそのままかけてください。蜂蜜ともメープルシロップとも違う甘さをお楽しみいただけます。
原材料…有機ブルーアガベ　（メキシコ産）

ジャム・蜂蜜類

0915	国産いちごのジャム	200g	702	
0916	ブルーベリージャム	140g	756	
0917	リックさんのメープルシロップ	330g	1,598	
0918	**有機アガベ・シロップゴールド**	**330g**	**648**	3p
0919	ブルガリア産オーガニックはちみつ	200g	1,242	

焼きりんごにドライフルーツやナッツをたっぷり詰め込んで。
焼きあがったものを冷やしてもおいしいです。
ノヴァのレシピ

ドライフルーツ入り焼きりんご
材料…ドライフルーツ（レーズン・クランベリーなど）適量、ナッツ（くるみ・アーモンドなど）適量、バター小さじ2、はちみつ小さじ1、シナモンパウダー適量
作り方…①りんごは洗って芯をくり抜く。底が抜けないよう注意する。ナッツは炒って刻んでおく。ドライフルーツも刻んでおく。②ドライフルーツ・ナッツ・バター・はちみつ・シナモンを混ぜたものをりんごの芯に詰め、180℃のオーブンで30～40分焼く。

ノヴァ　ドライクランベリー
濃い赤色と甘酸っぱい風味の有機ドライクランベリー。本来の酸味を引き立たせるため、有機砂糖でわずかに甘みを加えています。
原材料…有機ドライクランベリー（米国）、有機砂糖、有機サンフラワーオイル

ノヴァ　ドライブルーベリー
酸味と甘味のバランスが良い、野生種の小粒なブルーベリー。有機砂糖、有機ひまわり油使用。
原材料…有機ドライブルーベリー（カナダ）、有機砂糖、有機サンフラワーオイル

ノヴァ　干しあんず
トルコ・マラティア地方産の、ホールタイプの種なしあんず。漂白剤や添加剤は一切不使用。
原材料…有機干しあんず（トルコ）

ドライフルーツ・ナッツ

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

天然酵母パン　ザクセン

パン生地に油脂を加えず、シンプルな材料で作りました。

［1061］**プチパン**　3p
5ケ　518円
原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩

卵・牛乳・油脂を含まない
シンプルなドックパンです。

［1083］**ドックパン**　3p
4ケ　632円
原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩

オーガニックレーズンを油脂は使っていません。トピングしたプチパン

［1063］**プチレーズン**　3p
5ケ　621円
原材料…小麦粉（国産）、オーガニックレーズン、ホシノ酵母、洗双糖、天塩

家庭でお子さんのために
作ったような、
安心できる材料で作りました

［1082］**メロンパン**　2p
1ケ　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

葉のバターを何層にも折り込んだ本格派。

今週限り

［1059］**クロワッサン**　3p
2ケ　562円
原材料…小麦粉（国産）、バター（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩

よもぎの独特な香り
国産よもぎ使用

［1065］**よもぎパン**　3p
5ケ　621円
原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、よもぎ粉末（国産）

よもぎパンの中に
つぶあんを入れました。

［1081］**よもぎあんぱん**　3p
2ケ　513円
原材料…つぶあん（北海道産小豆、鹿児島県産粗糖、食塩）、小麦粉（国産）、粗糖（鹿児島県産）、天然酵母、よもぎ粉末（国産）、食塩

レーズンとくるみ入り
有機認証のオーガニックパン

［1084］**有機全粒粉パン**　4p
1ケ　788円
原材料…有機小麦全粒粉（国内製造）、有機小麦粉、有機レーズン、有機くるみ、天然酵母、食塩

柔からめの生地が特徴です。砂糖の使用は最小限

［1057］**バケット**　3p
400g　491円
原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩、洗双糖

シンプルな材料で
小麦の風味を楽しめます
砂糖・油脂不使用

［1058］**バタール**　3p
230g　486円
原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩

パン生地によつ葉バターとアップルプレザーブを折り込みました。

今週限り

［1071］**アップルリング**　5p
1ケ　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

北海道産小麦使用
定番ブレッド

［1051］**食パン**　1斤　486円　3p
［1052］**〃 6枚切り**　6枚　486円　3p
原材料…小麦粉(北海道産)、洗双糖、ホシノ酵母、天塩

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）

ポイント	品番	品名		規格	会員価格(税込み)
3p	1051	**食パン**	糖	**1斤**	**486**
3p	1052	**食パンスライス6枚**	糖	**6枚切り**	**486**
	1053	胚芽食パン	糖	1斤	605
	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	605
3p	1055	**国産16穀食パン**	糖	**6枚**	**616**
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	605
3p	1057	**バケット**	糖	**400g**	**491**
3p	1058	**バタール**		**230g**	**486**
3p	1059	**クロワッサン**	糖・バ 今週限り	**2ケ**	**562**
	1060	テーブルロール	糖・マ	5ケ	621
3p	1061	**プチパン**	糖	**5ケ**	**518**
	1062	ごまコッペ	糖	1ケ	443
3p	1063	**プチレーズン**	糖	**5ケ**	**621**
	1064	くるみのプチパン	糖・マ	4ケ	605
3p	1065	**よもぎパン**	糖	**5ケ**	**621**
3p	1066	**ベーグル（プレーン）**	糖	**約70gX3**	**643**
今週限り	1067	シナモンロール	糖・バ	1ケ	346

品番	品名		規格	会員価格(税込み)	ポイント
今週限り 1068	あんこデニッシュ	糖・バ	2ケ	621	
今週限り 1069	**かぼちゃデニッシュ**	糖・バ	**2ケ**	**605**	3p
1070	あんぱん	糖	2ケ	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 牧場のピッツァ・マルゲリータ		18cm	982

お弁当に朝食に、ミニホットドッグ

バターロールのホットドッグ

作り方…①ウィンナーはボイルして、少し空炒りする。玉ねぎは、みじん切りにする。キャベツは、千切りにしてボウルに入れ、オリーブ油、酢、塩、コショウを加えて混ぜる。　②バターロールをトースターで焼き、切り込みを入れてバターを塗る。　③パンにキャベツをつめてウィンナーをはさみ。好みでケチャップ、マスタードをかける。

［1073］**バターロール**　5ケ　616円　3p
原材料…小麦粉（国産）、バター、粗糖、天然酵母、食塩

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）

原豆乳、白みそ、白だしで、
濃厚クリーミーな豆乳鍋。
鶏肉や豚しゃぶ肉など、
お好みの具材でお楽しみください。

クリーミー豆乳鍋

作り方…①豆腐、油揚げ、白菜、水菜、人参、 長ねぎは食べやすい大きさに切る。 ②鍋に（水2カップ・白だし大さじ3）を入れて火にかけ、煮たったら、具材を加え ③肉に火が通ったら（豆乳2カップ・白みそ大さじ1）を混ぜ合わせて加える。フツフツしてきたら、すりごまを振り入れて、火が通ったものから頂きます。
※煮立ててしまうと分離してしまうので、火加減はフツフツを目安にして下さい。

2p [2657] 原豆乳 300cc 265円
2p [2110] マルクラ白みそ 250g 302円

健康豚 ロースしゃぶ用
健康豚 モモしゃぶ用

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0に。		
1103	冷凍	放牧豚 挽肉（バラ凍結）	250g	810
		赤身部位を中心にバラバラなミンチにしました。使いやすいチャック袋仕様です。		
1104	冷凍	放牧豚 切り落とし（バラ凍結）	250g	896
		赤身部位を中心に一口サイズにカットしました。使いやすいチャック袋仕様です。		

▽新潟　健康豚▽

自然豊かな魚沼の山のふもとで飼育し、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。

ポイント	品番		品名	規格	価格（税込み）
	1121	冷凍	健康豚 ローススライス	150g	795
4p	1122	**冷凍**	**健康豚 ロースしゃぶ用**	**150g**	**811**
	1123	冷凍	健康豚 モモスライス	150g	667
	1124	冷凍	健康豚 モモしゃぶ用	150g	761
	1125	冷凍	健康豚 バラスライス	150g	708
4p	1126	**冷凍**	**健康豚 生が焼スライス**	**150g**	**728**
	1127	冷凍	健康豚 ヒレ	150g	1,084
	1128	冷凍	健康豚 ロース切り身	80g×2	771
	1129	冷凍	健康豚 挽肉	150g	513
	1130	冷凍	健康豚 野菜炒め用小間切れ	150g	546
	1131	冷凍	健康豚 パラパラ小間切れ	200g	754
			ウデ肉・モモ肉を約2～3mmに丁寧に手切りでスライスして、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。		

しゃきしゃきキャベツが美味しい
生姜風味のふっくらとした焼肉です。

豚ロースとキャベツの生姜炒め焼き肉

作り方…①ボールに豚肉と（酒大さじ2と1/2、醤油大さじ1）とおろした生姜1かけを入れ10～15分の漬け込む。 ②①に片栗粉大さじ2を入れ、混ぜて馴染ませる。 ③フライパンに油を熱し、キャベツ200gを炒め、油が全体に廻ったら②を汁ごと入れ、肉に火を通す。 ④大き目のお皿にこんもりと盛り召し上がれ。
※キャベツの代わりに小松菜や玉ねぎでも美味しいですよ。

冷凍 健康豚 生が焼スライス
肉に脂のサシが入って、柔らかな食感とコクが特徴の「肩ロース」を2～3mmの生姜焼き用にスライスしました。

冷凍 興農豚ロース生姜焼き用
最上級の部位『ロース』を少し厚めにスライスしました。いつもの生姜焼きがご馳走になる品です。

里芋がホクホク！豚肉と絡まって、
トロトロ&ボリューミーなメインおかずに

里芋と豚バラ肉の照り焼き

作り方…①豚ブロック肉200ｇは食べやすい大きさに切る。里芋10個は皮をむいて塩でもみ洗いをして流水でぬめりを洗い落としておく。 ②フライパンを中火で熱し、豚肉を並べて表面に焼き色が付いたら里芋を加えてサッと炒める。 ③②に（水400ml、酒大さじ3、砂糖大さじ2）を注ぎ入れて煮立ってきたら中火～弱火にし落とし蓋をして10分程煮る。 ④③に（白だし大さじ3、みりん大さじ2）を加えて更に10分程煮て器に盛り、塩ゆでしたさやいんげんを添える。

6p [2137] しいたけ香る有機白だし SPOT 360ml 1,220円

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

翌々週配送品

▽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

ポイント	品番		品名	規格	価格（税込み）
	5851	**冷凍**	**興農豚ロースしょうが焼**	**200g**	**1,085** 6p
	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** 10p
	5858	冷凍	〃挽肉	250g	940
	5859	冷凍	〃徳用豚挽肉	400g	1,426

[0129] グリーンセロリ 1/2株 302円

グリーンセロリが美味しい季節です
ワンタンとスープをどうぞ！

金子製麺　ワンタンの皮
国内産小麦、蒙古王かんすいを使用。地粉の味わいと薄さを極めたワンタンの皮です。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)

食物繊維が豊富なごぼうやれんこんを使った、
低カロリーで満足感のあるおかずです。
れんこんや柑橘類にはビタミンCが
豊富に含まれているので、
体調を崩しやすいこの時期におすすめです！

鶏むね肉と根菜の炒め煮

作り方…①鶏むね肉(皮なし)100gは一口大のそぎ切りにし、酒を振ってなじませる。②ごぼう2/3本は軽く洗い、ささがきにする。れんこん1/2節は皮をむき、半月切りにする。水にさらし、水を切る。　③熱したフライパンに油を入れ、鶏肉を中火で炒める。表面に焼き色がついたらごぼう、れんこんを加え、3分程度さらに中火で炒める。　④(醤油大さじ1、みりん大さじ1/2、砂糖大さじ1/2、柚子果汁大さじ1)を加えて水気がなくなるまで煮た後、盛りつける。お好みで千切りにした柚子の皮をちらす。
※柚子の代わりにレモンでもさっぱりと美味しくいただけます。

[0119] ごぼう	300g	335円
[0120] 蓮根	500g	551円
[0326] レモン	250g	324円

冷凍 鶏むね肉
むね肉は柔らかくて脂肪が少なく、たんぱく質が多いヘルシーな食材です。

簡単に作れるので、
手軽な一品料理としてもおすすめです。
唐辛子を少し加えて
ピリ辛のナムルにするのも美味しい！

ほうれん草とささみのナムル

作り方…①ほうれん草は、根元を落としてさっとゆで、水にとる。水気を絞って3cm長さに切る。　②ささみは2分程、茹でて冷めたら手で裂いておく。③ボールに醤油、ごま油、白すり胡麻、砂糖、おろしにんにくを合わせて、ほうれん草、ささみを入れて手でもむように和える。

	[0131] ほうれん草	1束	238円
	[0132] ちぢみほうれん草	1束	238円
4p	[2016] 国内産すりごま白	30g	691円

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(3.3㎡)にだいたい20～27羽で飼育
【休薬期間】抗生物質はやむなく孵化後70日間の幼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日間以上は抗生物質無投与。

	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
4p	1302	冷凍 **播州百日鶏 むね**	**200g**	**788**
5p	1303	冷凍 **播州百日鶏 ささみ**	**200g**	**972**
	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

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
2p	1212	**ワンタンの皮**	**20枚**	**254**

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント

放牧豚 粗挽きウインナー
粗めに挽いた豚肉を使用することにより、パリッとした食感をお楽しみいただけます。
スパイシーで濃い味わいのウインナーです。
原材料…豚肉（北海道産）、豚脂肪（北海道産）、食塩、砂糖（和三盆糖）、香辛料

加工肉

▽ファーマーズファクトリー▽

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

1401	冷凍	放牧豚 ポークウィンナー	100g	497	
1402	冷凍	**放牧豚 粗挽きウィンナー**	**100g**	**551**	3p
1403	冷凍	放牧豚 ベーコンスライス	65g	437	

シンプルで優しい味わいです。
じっくり煮込んだ冬キャベツを堪能下さい。

ロールキャベツ

作り方…①肉ダネを作る。フライパンを中火にしてバター40gを溶かし、玉ねぎ1コ、にんじん1/2本、セロリ1/3本（全てみじん切り）を入れ、しんなりするまでよく炒め、冷蔵庫で冷やしておく。　②キャベツは芯をくりぬく。熱湯でゆで、ザルに上げて、水気を切る。　③ボウルに合い挽き肉400g、塩小さじ2/3を入れてよく練る。①の野菜類、黒こしょう、トマトケチャップ大さじ1を加え、さらに練り、8等分にする。　④キャベツの軸の厚い部分をそぎ落とし、③の肉ダネをのせ、小さい葉で包んでから、大きい葉で、きっちりと巻いて包む。　⑤巻き終わりを下にして鍋に並べ入れ、水約カップ3（ヒタヒタになるくらい）を注いで、強火にかける。沸騰したら弱めの中火にしてフタをする。煮汁が半量なるまで2時間程煮る。
※煮始めてから1時間程、水分が足りなくなったら水をヒタヒタ程度、足して煮る。

[0126] キャベツ　1ケ	349 ~~387~~円

北海道産　徳用興農牛豚合挽
興農牛（60%）、豚肉（興農豚）40%の合挽肉です。必要な分だけ使えるようにパラパラの状態です。牛肉そぼろやビーフハンバーグなど手作りのメニューのお供に。

翌々週配送品

▽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**	6p
5812	**〃**	**徳用**	**400g**	**1,642**	8p
5813	冷凍	興農牛挽肉	250g	1,291	
5814	〃	徳用	400g	1,928	

静岡地方に伝わる伝統的な「黒はんぺん」
南伊豆水産　鰯ハンペン

新鮮な生のいわしを主原料として、無リン・全糖のすけそうすり身を使用しています。アレルギー対応、卵、サバ不使用。

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

南伊豆水産　たこボール

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

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

お弁当のおかずにも最適
南伊豆水産　ねぎちぎり揚

静岡県浜松産の葉ねぎを使い葱の風味が強く練り物との相性抜群です。

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

蒸し加熱、増粘多糖類不使用
高橋徳治商店　冷凍 ソフトはんぺん

北海道産の無リンタラすり身と宮城県気仙沼のヨシキリザメのすり身に、卵白と山芋を加え、熟練の職人が昔ながらの製法で、手間暇かけて仕上げています。

また、生地を茹でずに「蒸す」ことで旨みの流出を抑え、余計な水分を抱えないので焼いても縮む事はありません。

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

【無添加発泡】

一般的にふわふわに発泡させた生地に仕上げるには増粘多糖類が必要になり、増粘多糖類不使用のはんぺんは非常に珍しいです。

プレーンなさつま揚げ
高橋徳治商店　冷凍 さつま揚げ

北海道産のリン酸塩を使用しないタラすり身と三陸沖で水揚げされた高鮮度の小魚をたっぷりと使用したさつま揚げ。

当社のさつま揚げは魚を85%以上も使用しており、残りは最低限のつなぎと調味料のみとなります。

原材料…魚肉（タラ、小魚）、発酵調味料、馬鈴薯でん粉、砂糖、カツオブシエキス、清酒、食塩、揚げ油（米油）

練り物

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽静岡　南伊豆水産		
	1501	白かまぼこ（うろこちゃん）	150g	686
	1502	小竹輪	30g×5	540
	1503	〃　ダブル	上記2p	1,037 ~~1,080~~
3p	1504	**鰯ハンペン**	**5枚**	**632**
	1505	小判揚	5枚/150g	518
	1506	桜えび入り揚	3枚/150g	810
3p	1507	**たこボール**	**8ケ**	**502**
3p	1508	**ねぎちぎり揚げ**	**100g**	**540**
	1509	青のり小判	3枚	437
	1510	ごぼう巻き	5本	540
	1511	まぐろもろこし	100g	551
	1522	おでん種セット 卵	6種11品	1,021
		▽宮城　高橋徳治商店		
	1513	冷凍 おとうふ揚げ	170g5ケ	416
	1514	冷凍 お好みさつま揚げ	160g2ケ	513
	1515	**冷凍 さつま揚げ**	**190g4枚**	**508**
3p	1516	**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ケ	454
今週限り	1518	**冷凍 笹かまぼこ**	**115g（23g×5）**	**336 ~~481~~**
	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

雪むろじゃがいも使用。
魚沼の甘味のある脂身が特徴の豚肉を使っています。

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

魚沼産豚肉キャベツメンチカツ
キャベツをザク切りにして
食感を強調しました。

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

里芋と蓮根の異なる食感が
楽しめるミニコロッケ。

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

和豚もち豚、青森産にんにく等、
厳選素材を使って作った餃子

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

まきば

新潟 まきば

まきばの「とこトンシリーズ」

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

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
	▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽			
1561	冷凍 カレー	15g×10	504	
1562	冷凍 ビーフ	15g×10	513	
1563	冷凍 きんぴら	15g×10	481	
1564	冷凍 野菜	15g×10	481	
	▽雪室熟成じゃがいもコロッケ			
1565	冷凍 ビーフ	60g×4	751	
1566	冷凍 **ポーク**	**70g×4**	**680**	4p
	▽とこトン惣菜			
1567	冷凍 **レンジでざく切りキャベツメンチ**	**70g×4**	**677**	4p
1568	冷凍 **レンジで里いもレンコンコロッケ**	**21g×8**	**600**	3p
1569	冷凍 **餃子**	**25g×10**	**603**	3p

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

クック たかくらの惣菜 わがままマンマシリーズ

東京都東久留米　クックたかくら

創業30年、創業からずっと手作りのお惣菜。

クックたかくら

▽惣菜▽

3p	1525	冷凍	チキンカツ	2枚入り	616
	1526	〃	ダブル	上記2p 1,182 ~~1,231~~	
3p	1527	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	621
	1528	〃	ダブル	上記2p 1,192 ~~1,242~~	
4p	1531	冷凍	ササミのチーズフライ	170g	826
	1532	〃	ダブル	上記2p 1,586 ~~1,652~~	
3p	1533	冷凍	体に優しい豚のメンチカツ	150g	626
	1534	〃	ダブル	上記2p 1,203 ~~1,253~~	
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	1537	冷凍	中華丼の素	230g	794
	1538	〃	ダブル	上記2p 1,524 ~~1,588~~	

▽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	1555	冷凍	グッドミーのベジタブル中華丼	180g	718
3p	1556	冷凍	車麩のフライ	5個入り	616

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

［1529］冷凍 **すきやき風コロッケ**
150g　637円

［1530］〃 **ダブル**
上記2p 1,223 ~~1,274~~円

原材料…じゃが芋、牛肉（青森産）、玉ねぎ、小麦粉、パン粉、みりん、醤油、卵、サラダ油、塩、胡椒

自然解凍して温めるだけでサクッと美味しい食卓には勿論お弁当にも最適！

［1543］冷凍 **からあげ**
130g　788円

［1544］〃 **ダブル**
上記2p 1.514 ~~1,577~~円

原材料…鶏ムネ肉（長野産）、なたね油、醤油（大豆、小麦）、卵、小麦粉、片栗粉

キャベツやお肉などシンプルな具を使い素材を最大限に活かしました

［1541］冷凍 **ちっちゃな餃子**
10個　497円

［1542］〃 **ダブル**
上記2p 954 ~~994~~円

原材料…キャベツ（有機栽培又は農薬化肥不使用）、豚肉、餃子の皮（国産小麦）、にら、片栗粉、酒、ごま油、塩、胡椒

自然解凍後、二合の酢飯に混ぜる

純和風の優しい美味しさが魅力具を酢飯にまぜるだけの簡単に混ぜご飯の素です。

［1539］冷凍 **きつねごはんの素**
150g　464円

［1540］〃 **ダブル**
上記2p 892 ~~929~~円

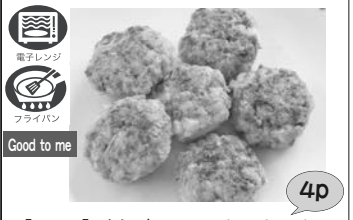
原材料…油揚げ（国産大豆使用）、干し椎茸、人参、醤油、洗双糖、みりん、酒

甘みと酸味のバランスが程よくパスタやパンとの相性は抜群使い勝手が良いソース

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

原材料…粒上大豆たんぱく、玉ねぎ、トマトホール、トマトケチャプ、味噌、赤ワイン、サラダ油、根しょうが、にんにく、味の母

植物素材のおいしいお惣菜大豆ミートの酢豚風おかず



［1558］冷凍 **グッドミーのちっちゃなベジバーグ**
6個　659円

原材料…大豆ミート、キャベツ、玉ねぎ、パン粉、小麦粉、醤油、味の母、根生姜、サラダ油、塩、胡椒

えび、いか、たら、昆布で、海鮮風味豊かに仕上げました

［1585］冷凍 **海鮮餃子**
12ヶ　583円

原材料…具［野菜（国産（長ねぎ、人参、椎茸、生姜）、えび（ベトナム、インドネシア）、魚肉すり身（たら（国産）、砂糖）、いか（ペルー、チリ）、豚脂（国産）、清酒、砂糖、食塩、昆布］、皮［小麦粉（小麦（国産）、食塩］、打ち粉［馬鈴薯でん粉］

小粒ながらもジューシー仕上げ！国産小麦粉で風味豊かなパリパリの皮です

［1586］冷凍 **ひとくち餃子**
20ヶ　551円

原材料…皮［小麦粉（小麦（国産））、食塩］、具［野菜（国産（白菜、キャベツ、玉ねぎ、にんにく、生姜））、食肉（国産（豚肉、鶏肉））、豚脂（国産）、醤油（大豆・小麦を含む）、馬鈴薯でん粉、ごま油、砂糖、食塩、清酒、こしょう］、打ち粉［馬鈴薯でん粉］

具材の約42%が豚肉、エビを約5%配合し、風味と食感にこだわった肉焼売

［1587］冷凍 **肉焼売**
8ヶ　670円

原材料…具［豚肉（国産）、野菜（国産（玉ねぎ、長ねぎ、生姜））、つなぎ（鶏卵、馬鈴薯でん粉）、えび（ベトナム、インドネシア）、豚脂（国産）、砂糖、食塩、醤油（大豆・小麦を含む）、こしょう］、皮［小麦粉（小麦（国産））、食塩］

海老といか、国産野菜をワンタンの皮で包みました凍ったまま入れて茹でるだけ

［1588］冷凍 **海老ワンタン**
15ヶ　535円

原材料…皮［小麦粉（小麦（国産））、でん粉、菜種油、食塩］、具［魚肉（えび（インドネシア）、いか（ペルー、チリ））、野菜（国産（玉ねぎ、長ねぎ、生姜））、鶏肉（国産）、豚脂（国産）、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、ごま油、えびエキス、小えび粉末、チキンエキス、こしょう］、打ち粉［馬鈴薯でん粉］／重曹

口福広場　美勢商事の中華点心

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。

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

沓掛冷食

春巻とグラタンを手作りで製造　沓掛冷食

沓掛冷食 KUTSUKAKEREISYOKU

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

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

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）

マグロやカツオで手こね寿司

[1605] 冷凍まぐろ赤身　200g　1350円　7p

刺身はもちろん、醤油漬けにして漬け丼や、手巻き寿司に

解凍方法
40℃くらいの塩水に1～2分つけて表面を拭き取り、冷蔵庫で半解凍

手こね寿司

①醤油とみりんを合わせて煮切り冷まし、まぐろを入れてよくからめ、冷蔵庫で漬け込む。②すし飯に、❶のつけ汁を混ぜ、まぐろを加え、炒り白ごま、しょうが、ねぎを散らしてさっくり混ぜる。

[2150] 富士すし酢　360ml　756円　4p
[1806] 焼ききざみ海苔　20g　605円　3p
[0152] 大しょうが　100g　324円

たたきのガーリックソース

バターを熱し、塩・こしょうをふったまぐろの両面を強火でサッと焼く。まぐろを取り出し、おろしにんにく・しょうゆ・みりん・水を入れ、ひと煮立ちさせソースを作る。

[0151] にんにく1ヶM　302円

フライパンでコンフィ

①2cm角に切ったまぐろに塩をまぶし、密封できる食品袋に入れ、にんにく、ハーブ、オリーブオイルを加える。②フライパンで湯を沸かし、火を止め、❶を入れ15分おく。③ 粗熱をとり、器に移す。

海産

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽刺身・生食用▽		
5p	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604	冷凍 ネギトロ用すき身（サラダ油使用）	200g	1134
7p	1605	冷凍 まぐろ赤身	200g	1350
5p	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
5p	1607	冷凍 ビン長まぐろ	300g	1058
	1608	冷凍 まぐろ鉄心	10本	1048
7p	1609	冷凍 お刺身ほたて貝柱	100g	1323
		▽切り身魚▽		
	1610	冷凍 紅鮭（甘塩）	2切れ	983
	1611	冷凍 〃　徳用	5切れ	2360
	1612	冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1613	冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
4p	1614	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788
		▽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

[5659] 冷凍サワラ西京漬け　2切れ　810円　4p

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽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
4p	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

干物の定番

冷凍アジ開き
[1725] 2枚　810円　4p
[1726] 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

無塩なので様々な料理に

[1615] 冷凍骨無し秋鮭切身（無塩）　2切れ　821円　4p

北海道の天然秋鮭の骨を丁寧に取り除き、切身に加工しました。

ホイル焼きに

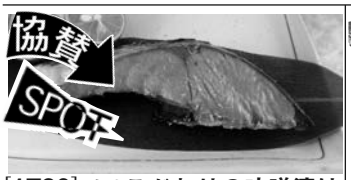
[2215] 平飼い鶏の有精卵マヨネーズ　290g　670円

鰹節、昆布の豊かな風味

[1601] 冷凍三陸水産のたらこ　80g　983円　5p

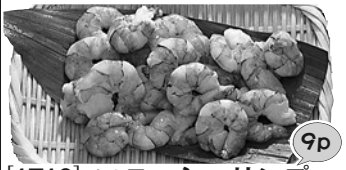
スケトウダラ卵を独自の調味液でじっくりと漬け込みました。

すけとうだらの卵（アメリカ）、食塩、砂糖、鰹節、昆布



[1730] 冷凍こだわりの味噌漬け（紅鮭）1切　956 ~~1129~~円

厚切りにした【天然紅鮭】をじっくり漬け込みました。



[1719] 冷凍エコシュリンプむき身S　約200g　1825円　9p

薬剤不使用。プリプリの食感、しっかりとしたうまみ。バラ凍結

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽鍋▽			
	1714	冷凍 海鮮鍋セット6種（約2人前） 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		2160
	▽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▽			
	1717	冷凍 エコシュリンプ	M 約200g	1760
	1718	〃	L 約200g	1901
9p	1719	〃 むき身 S	約200g	1825
	1720	冷凍 中粒しじみ	150g	805
5p	1721	冷凍 シーフードミックス エビ・ホタテ	180g	956
	▽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
4p	1725	冷凍 アジ開き	2枚	810
	1726	〃 ダブル	2枚×2	1539 ~~1620~~
	1727	冷凍 ひと塩サワラ切身	3切	713
隔週	1728	冷凍 金目鯛開き	2枚	794

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
▽惣菜▽				
1751	冷凍 まぐろつみれ200g（11～13ヶ）		545	
1752	冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん	160g	454	
1753	冷凍 日本のやさしいアジフライ	50g×4	778	
1754	冷凍 揚げるだけ！秋鮭フライ（骨取り・皮無し）	6切	1037	
1755	冷凍 イカ下足竜田揚げ用	250g	778	
1756	冷凍 メカジキ竜田揚げ用	200g	594	
1757	冷凍 まぐろメンチ	60g×4	756	4p

三崎と言えば
マグロのメッカ!!

[1757] 冷凍 まぐろメンチ 4p
60g×4 756円

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

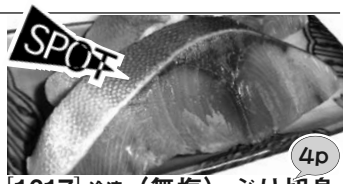
桜のウッドで
丁寧にスモーク

[1729] 冷凍 紅鮭スモーク サーモンスライス 50g 783円 4p

低温でじっくりと冷燻、お刺身で食べられるほど新鮮な天然紅鮭と、天日塩、きび砂糖、オーガニックスパイス、オーガニックオリーブオイル、国産のさくらのウッドを使用してつくりました

[1721] 冷凍 シーフードミックス 5p
180g 956円

エビ・ホタテのミックス

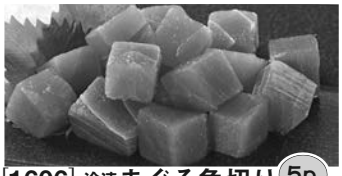


[1617] 冷凍 （無塩） ぶり切身 4p
2切入 794円

無塩なので、煮たり焼いたりと様々なお料理におすすめです。

[1616] 冷凍 お刺身むき甘えび（尾付き）20尾 837円 4p

カナダ産。お刺身用に殻を剥いてある、尾付き甘えびです



[1606] 冷凍 まぐろ角切り 5p
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

[1609] 冷凍 お刺身ほたて貝柱 7p
100g 1323円

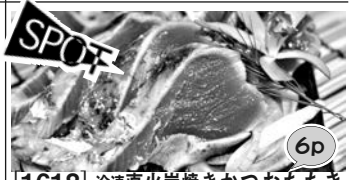
北海道産の新鮮なホタテを使用。カレーなど様々なお料理に

[1614] 冷凍 メカジキステーキカット 4p
100g×3 788円

皮目にコラーゲンがあるので、ぎりぎりまで美味しく召し上がれ♪

[1806] 焼ききざみ海苔 3p
20g 605円

有明海産秋芽一番摘みの海苔を使用。使いやすくきざみました



[1618] 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/のぼりかつおなのであっさりとした味

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	5p
1803	三陸茎わかめ 剣山裂き	250g	470	
1804	海草サラダ わかめ・茎わかめ・昆布・赤すぎのり・赤のりなど。塩蔵	100g	351	
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	3p
1807	おにぎり用焼き海苔2ッ切	10枚×3	1501	
1808	板海苔/宮城産	全型×10枚	864	4p
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	

使いやすい大きさにカット済み
塩抜きいらずでお手軽！

カットわかめ
[1802] 35g 875円 5p

SPOT [1814] 〃 ダブル
上記2P 1680 ~~1750~~円

お味噌汁やスープにそのまま入れても大丈夫。刻んでふりかけ、水で戻してサラダにも！

わかめとごま油の炒め煮
水で戻したわかめを、ごま油・ネギで炒めるだけ。わかめの風味が際立ち、ごま油とねぎで、おいしさもアップ。わかめの水は、しっかり切ってください

練り胡麻と香辛料が奏でる、大人のための一杯。

金子製麺 日本の中華麺 坦々麺

国産小麦粉と、国産小麦農林61号自家製粉を使用しています。「蒙古王かんすい」によるコシ、なめらかな舌触りの中細麺です。

スープは、練り白胡麻、コチジャン、ラー油の辛みがあるタレに、にんにく、生姜、花山椒を加えた香り豊かなスープ。天然由来の原料(アミノ系添加物一切未使用)で 造りあげた無添加オリジナルスープです。

お好みで炒めた挽肉やチンゲン菜等を加えると、一層美味しくお召し上がりいただけます。

[0136] チンゲンサイ　1束　205円

肉、魚介の旨味が溶け合う、クリーミーな一杯。

金子製麺　日本の中華麺 ちゃんぽん麺

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

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

野菜や海鮮、肉などの具材を豊富に入れることで、より一層深い味わいが広がります。

[0126] キャベツ　1/2ヶ　184円

麺類

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
		▽生麺▽		
隔週	2401	季穂(きすい) 長ほうとう	240g	292
隔週	2402	日本の中華麺 醤油らーめん	2食	448
隔週	2403	〃 味噌	2食	486
隔週	2404	〃 塩	2食	486
隔週	2405	〃 淡麗鶏ガラ醤油	2食	491
3p 隔週	2406	〃 **坦々麺**	**2食**	**491**
3p 隔週	2407	〃 **ちゃんぽん麺　スープ付**	**2食**	**491**
隔週	2408	江戸風鰹醤油つけ麺 スープ付	2食	502
	2409	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518
	2410	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324
	2411	生スパゲティー　卵	150g×2食	335
		▽冷凍麺▽		
	2412	冷凍 さぬきうどん	200g×3	410
	2413	〃 **ダブル**	**上記2p**	**788 ~~820~~**
	2414	冷凍 十割生そば	130g×2	594
	2415	〃 **ダブル**	**上記2p**	**1,129 ~~1,188~~**
		▽乾麺▽		
	2416	地粉うどん(田島さんのうどん) 太	250g	286
	2417	地粉うどん(田島さんのうどん) 細	250g	286
	2418	足柄古式そば	240g	356
	2419	究極そば	200g	535
	2420	特選そば	200g	562
	2421	さくらいの焼そば	114g×2	443
		▽即席麺　桜井食品▽		
	2422	しょうゆらーめん	99g×4袋	842
	2423	しおらーめん	99g×4袋	842
	2424	みそらーめん	101g×4袋	842
	2425	とんこつらーめん	103g×4袋	886
		▽パスタ▽		
	2426	国内産ロングパスタ	300g	443
	2427	国内産エルボパスタ	300g	443
	2428	DeLucaオーガニックパスタ スパゲッティ	500g	508

有機デュラム小麦100%
伝統的なブロンズダイス製法

DeLucaオーガニックパスタ　ペンネ

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

グラタンに

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
3p	2429	DeLucaオーガニックパスタ **ペンネ**	**500g**	**622**

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
	▽即席麺　トーエー▽ 隔週			
2430	どんぶり麺・しお味ラーメン	78.5g×4	1,015	
2431	どんぶり麺・しょうゆ味ラーメン	78g×4	1,015	

きつねうどん

ノンカップメン
トーエー どんぶり麺

麺は国内産小麦粉を使用し、植物油で揚げています。かん水は使用しておりません。スープには化学調味料を一切使用しておりません。

ご家庭のどんぶりに入れ、熱湯を注ぐだけで、簡単にお召し上がりいただけます。

カレーうどん

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
2432	**どんぶり麺・きつねうどん**	**77.3g×4**	**1,015**	5p
2433	どんぶり麺・納豆そば	81.5g×4	1,015	
2434	**どんぶり麺・カレーうどん**	**86.8g×4**	**1,015**	5p

だし類

品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽昆布▽		
2501	日高昆布	200g	1,534
終売 ****	結び昆布	150g	621

天日干しで仕上げ

三陸水産　天日三陸煮干し

主に四国や九州等で水揚げされた「かたくちいわし」を使用。天候により天日干しで仕上げています。

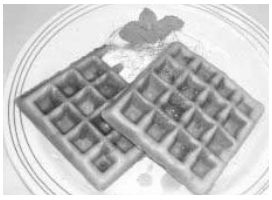
天日干しすると、酵素の働きで良いダシがでる煮干に変わります。多少色が悪くても天日干しが最高なのです。

原材料…かたくちいわし(国内産)、食塩

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
	▽煮干し▽			
2503	**天日三陸煮干し**	**100g**	**972**	5p
	▽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	
	▽だしパック(煮出しタイプ)▽			
2507	だしパック おだしさん	8g×10	400	
	▽だしパック(粉末タイプ)▽			
2509	野菜でうまみ食塩無添加	3.5g×6	389	
2510	チキンコンソメ	10g×8	540	
	▽干し椎茸▽			
2511	干ししいたけ・どんこ(大)	45g	1,242	

粉・豆・ごま

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽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	594
	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405
新製品	2009	重曹（ボトル入り）	380g	551



ホットケーキミックスを使って簡単に
桜井食品のおすすめレシピ。

ワッフル

材料（4枚）…ホットケーキミックス（有糖）200g、牛乳160cc、卵1個
作り方…①牛乳と卵をよく混ぜ合わせる。　②①にホットケーキミックスを入れ、よく混ぜ合わせ生地を作る。　③ワッフルメーカーに油を塗り、生地を流し入れ焼く。　④お好みでチョコやココア、ドライフルーツを生地に入れたり、アイスを添えたり、メープルシロップを かけても美味しいです。

桜井食品　ホットケーキミックス（有糖）
岐阜産の小麦を使用。砂糖はビート糖、食塩は岩塩、膨張剤には内モンゴル産の重曹を使用しています。ホットケーキのほか、蒸しパンやクッキーなどのお菓子作りにもご利用いただけます。
原材料…小麦粉（岐阜産の農林61号）、砂糖（ビート糖）、食塩、膨張剤（重曹）

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
3p	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

ほうれん草のごま和えに
国内産すりごま白・黒
国内産胡麻（鹿児島産）を焙煎後、胡麻の持つ香りと旨味を大切に、すり上げました。
煎る、する手間が省け、すぐに使えるので、大変便利です。
原材料…ごま（国内産）

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽胡麻▽			
3p	2015	**国内産すりごま　黒**	**30g**	**626**
4p	2016	**国内産すりごま　白**	**30g**	**691**
	2017	無双　練り胡麻　白	210g	799

乾物・缶詰・素材

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	▽乾物▽			
	1815	とろろ昆布（富士酢使用）	30g	432
	1816	とろろ昆布	50g	524
	1817	塩吹昆布	35g	497
	1818	ひじき/国内産	40g	821
	1819	すき昆布	1枚	578
	1820	上乾さくらえび/台湾	20g	648
	1821	北海するめ	1枚	1,323
	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	有機乾燥きくらげホール	15g	486

スープや鍋物、炒め物に
国産はるさめ
北海道産の有機馬鈴薯から作ったでんぷんと九州産の甘藷でんぷんのみを原料とし、昔ながらの加圧押し出し方式とゆっくりした冷凍工程で作る、歯ごたえ・味つきのよい春雨です。
原材料…馬鈴薯澱粉、甘藷澱粉（遺伝子組み換えでない）

葛きり（本葛+馬鈴薯でんぷん）
北海道産の馬鈴薯から作ったでんぷんに、福岡産の本葛を7%加えた国産原料100%のくずきりです。
原材料…馬鈴薯澱粉、本葛

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	1905	**国産はるさめ**	**50g**	**157**
	1906	**国内産・くずきり（本葛+馬鈴薯でんぷん）**	**100g**	**529**
	1907	北海道産全粒粉小麦使用くるまふ	6枚	475
	1908	やきふ	40g	292
	1909	おつゆふ	1袋30g	292
	1910	糸寒天（国産）	30g	616
	▽素材・缶▽			
	1911	もろこし畑 ホールカーネル	180g×3	778
	1912	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	745

お正月に余ったお餅が大活躍！
伊藤食品レシピ。

ツナキムチーズもち

材料…あいこちゃん金のまぐろ油漬1缶、餅２個、キムチ30g、とろけるチーズ40g（お好みで）、ごま油小さじ1/2、醤油小さじ1/2、韓国のりお好みで
作り方…①餅を６等分のサイコロ状に切る。　②まぐろ油漬ツナ、キムチ、醤油、ごま油を和えておく。　③耐熱容器に餅を入れてトースターで３分焼き、一度取り出し、②とチーズをのせて、焼き色が付くまで焼く。

伊藤食品　あいこちゃん銀のまぐろ水煮
新鮮なまぐろ（キハダ、メバチ）を主原料にしたツナフレークです。
静岡の自社工場で丁寧にフレーク状にした鮪を、国産野菜を原料に自社工場でじっくり煮出した野菜スープで煮つけました。
原材料…まぐろ、野菜スープ（玉葱、人参、キャベツ）、ローストオニオン、食塩

伊藤食品　あいこちゃん金のまぐろ油漬
オイルは国産米油を使用しています。
原材料…まぐろ、米油、野菜スープ（玉葱、人参、キャベツ）、ローストオニオン、食塩

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	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	乾燥糸こんにゃくぷるんぷあん	50g×4	680

福島 大和川酒造 田んぼからの酒造り
自社栽培された原料米を使って酒造りを行う

酒蔵の中から出る米ぬか・酒粕などを利用しての循環型の肥料づくり、土作りから考える自社田自社栽培米をふんだんに使用。

料理酒選びが料理の味を左右する

[2144] 酒 特選蔵の素（料理酒） 7p
720ml　1,452円

天然の20種類以上のアミノ酸、ビタミンやミネラルを多量に含み、素材の旨み成分や持ち味を引き出す最高の料理酒です。

アミノ酸効果！
食べ物の味はアミノ酸の組み合わせで決まるといわれます。「蔵の素」はこれらのアミノ酸のバランスがよく、その総量は一般の料理酒の数倍も含まれています。

調味料

ポイント	品番		品名	規格	価格（税込み）
	▽味噌▽				
	2101	酢屋茂	玄米味噌	650g	842
	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
2p	2110	マルクラ	**白みそ**	**250g**	**302**
	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	弓削多	有機醤油	720ml	1296
	2116	弓削多	〃	300ml	680
	2117	弓削多	木桶仕込醤油	1000ml	1426
5p	2118	弓削多	**海の精吟醸純生しょうゆ**	**360ml**	**983**
	2119	弓削多	木桶仕込さいしこみしょうゆ	150ml	518
	▽塩・他▽				
	2120	海の精	あらしお（大）	500g	1296
	2121	海の精	〃（小）	240g	648
	2122	海の精	ほししお	240g	810
	2123	海の精	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	海の精	漬物塩	1.5kg	3240
	2127	海の精	ペッパーソルト	55g	518
	2128	海の精	ハーブソルト	55g	518
	2129	海の精	なんでもソルト瓶入り	55g	562
	2130	海の精	〃 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	
▽つゆ▽					
2135		弓削多 有機だしつゆ	300ml	1037	
2136		ヒカリ有機だしつゆ	300ml	583	
2137		**しいたけ香る有機白だし**	**360ml**	**1220**	6p
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	1080	
2140	酒	三州三河みりん	700ml	1991	
2141	酒	有機　三州味醂	500ml	2024	
2142	酒	本みりん　福来純	500ml	1100	
2143	酒	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1815	
2144	酒	**特選・蔵の素（料理酒）**	**720ml**	**1452**	7p
▽酢▽					
2145		有機純米酢 老梅　小	500ml	497	
2146		〃　中	900ml	875	
2147		富士酢（米酢）	500ml	864	
2148		美濃有機玄米黒酢	360ml	756	
2149		純りんご酢	500ml	572	
2150		**富士すし酢**	**360ml**	**756**	4p
2151		カンタン八芳酢	360ml	508	
2152		オーガニックレモン100%しぼりたて	180ml	572	
2153		有機梅酢 赤	200ml	583	
2154		有機ポン酢醤油	250ml	464	
2155		職人の夢 有機すだちぽん酢	180ml	691	
▽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	
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**	4p
2162		日本オリーブ 有機エクストラバージン オリーブオイル	180g	1944	
2163		〃	450g	3888	
2164		**カルボネール 有機エクストラバージン オリーブオイル**	**458g**	**2398**	12p
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	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		香り立つゆず鍋つゆ	30ml×4	432	
▽大ビン・大缶▽				4週に1度掲載	
2181		イマイ醤油	1800ml	1,388	
2182		有機純米酢　老梅　大	1800ml	1,415	

価格は税込み

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	475
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▽			
	2215	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	290g	670
	▽ケチャップ類▽			
	2216	有機トマトケチャップ チューブ	300g	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
2p	2219	**有機トマト缶・ホール**	**400g**	**324**
	2220	有機トマト缶・カット	400g	324
2p	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
3p	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	ココナッツミルク	200ml	388	
2313	直火焙煎クリームシチュールゥ	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	799	
▽香辛料▽				
2315	すじ青のり	4g	367	
2316	山わさび	12g	324	
2317	七味	15g	616	
2318	**ゆず七味**	**10g**	**389**	2p
2319	白コショー	20g	346	
2320	黒コショー荒挽	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	
2323	柚子こしょう	40g	373	
2324	有機生姜末・ビン	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**	2p
2330	乾燥ローリエ	3g	589	

蜂蜜入りで酢飯がしっとり

[2150]富士すし酢 4p
360ml 756円
甘味は粗糖と蜂蜜なので、コクと旨味がしっかりあり、翌日まで酸味がとばずおいしい酢飯になります
米酢、粗糖、蜂蜜、塩

粗糖 ＋ 蜂蜜 ＝ コクと旨味

富士酢 ＝ 翌日まで酸味がとばない

酵母菌・乳酸菌が生きた生醤油

[2118] 海の精 吟醸純生しょうゆ 5p
360ml 983円
「熱殺菌」・「精密ろ過」を行わないので、木桶にすみつく醤油の菌を生かしたままお届けできます

米麹が多く甘みが強い

[2110] マルクラ白味噌 2p
250g 302円
サラダのドレッシングや和え物にも
白米、大豆、食塩

SPOT

有機ミートソース 2p
[2222] 140g 335円
[2233]
上記2p 624 ~~670~~円

有機牛肉と有機野菜を煮込みました

[2219] 有機トマト缶 ホール 400g 324円 2p

イタリア産有機トマトを加工。クエン酸不使用

[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

[2137] しいたけ香る 有機白だし 6p
360ml 1220円
自社の有機白醤油に、だしをたっぷりブレンド
原材料：有機しろしょうゆ、有機米発酵調味料、食塩、有機砂糖、かつおかれぶし削り、有機乾しいたけ、こんぶ

[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。

[2226] 有機胡麻ドレッシングタイプ 3p
225g 497円
有機胡麻たっぷりのコクのある味わい
有機砂糖、有機米酢、有機醤油、有機胡麻、有機たまねぎ、食塩、有機みかん、有機にんじん、ばれいしょでんぷん、有機にんにく、有機米発酵調味料、有機しょうが、唐辛子

[2164] カルボネール 有機エクストラバージン オリーブオイル 12p
458g 2398円
深みのあるフルーティな味わい
有機食用オリーブ油

[2201] 有機ウスターソース 3p
250ml 454円
いろいろなお料理に
有機野菜・果実、有機醸造酢、糖類、食塩、有機醤油、香辛料、こんぶ

[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
チリペッパー、ターメリック、コリアンダー、シナモン、クローブ、カルダモン、ガラムマサラ、クミンシード

庄内柿の甘みをギュッと凝縮
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。
山形・庄内協同ファーム
庄内干し柿

冬期限定

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。
原材料…庄内柿（平核無柿）

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	冷凍 バニラ	120ml×2	972
	2803	冷凍 ビターチョコ	120ml×2	972
	2804	冷凍 抹茶あずき	120ml×2	972
	2805	冷凍 イチゴ	120ml×2	972
	2806	冷凍 ブルーベリー	120ml×2	972
		東毛酪農製造		
	2807	冷凍 牧場ミルクアイス	110ml×2	718
	2808	冷凍 はちみつバニラアイス	110ml×2	718
	2809	冷凍 ミルクコーヒーアイス	110ml×2	718
	2810	冷凍 ミルクチョコレートアイス	110ml×2	718
	2811	冷凍 宇治抹茶アイス	110ml×2	718
		▽和菓子類▽		
	2812	冷凍 三色だんご	4本	648
3p	2813	**北海道産有機小豆使用つぶあん**	**200g**	**441**
2p	2814	**有機ほの甘あずき**	**55g**	**238**
	2815	有機・楽笑栗	125g	454
	2816	オーガニック小麦のどらやき	1個	210
	2817	くまさん農場の干し芋	150g	648
5p	2818	**庄内干し柿**	**180g（4～6個）**	**1,004**

冬季限定

職人手造りのあんこ玉
ほっと一息したいそんな時に
北海道　ノースカラーズ
北海道あん玉

こだわりの北海道十勝産小豆を使用し、職人がひとつ一つ丁寧に造りました。
粒の大きな北海道産小豆甘納豆を、北海道産こし餡に練り込みました。
あっさりとした優しい甘さが、お口の中に広がります。
原材料…生餡（小豆（北海道産））、水あめ、小豆甘納豆、砂糖（北海道製造）、寒梅粉、還元水飴

2p	2819	**北海道あん玉**	**7ケ**	**432**
		▽その他▽		
	2820	豆乳ドーナッツてんさい糖	155g	292
	2821	豆乳ドーナッツ黒砂糖	155g	292
	2822	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540
	2823	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540
	2824	OGビスケット 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
		▽スナック▽		
	2828	純国産ポテトチップス・うすしお	55g	232
	2829	純国産ポテトチップスのり塩	53g	232
	2830	純国産さつま芋ちっぷ	115g	280
	2831	**有機グリーンピースチップス**	**45g**	**298**
	2832	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324
	2833	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324
	2834	OGフルーツ&ナッツバー 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

香ばしいピーナッツと
ピリッとおいしい柿のたね
大阪・松本製菓　柿の種

国内産のもち米を使用し、杵でつき、有機たまり醤油など厳選した調味料・香辛料を使って丁寧に焼き上げました。
柿の種とピーナッツの比率は、創業以来5:3。
原材料…もち米（国内産）、ピーナッツ（米国産）、有機たまり醤油、植物油脂、麦芽水飴、食塩、香辛料、カツオ粉末、シイタケ粉末、昆布粉末

2p	2840	**柿の種**	**65g**	**324**
	2841	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	648
	2842	純国産 玄米おこし	90g	259
		▽豆菓子▽		
	2843	黒糖くるみ	65g	496
	2844	きな粉くるみ	65g	496
3p	2845	**メープルアーモンド**	**40g**	**561**
		▽飴▽		
	2846	みるく小町	80g	351
	2847	しょうがあめ	80g	351
2p	2848	**純国産北海道はちみつレモンのど飴**	**57g**	**302**
2p	2849	**プロポリスキャンディ**	**28g**	**346**
		▽くず湯▽		
3p	2850	**本くず湯（生姜）**	**23g×5**	**648**
		▽チョコレート▽		
	2851	有機ミルクチョコレート	80g	993
	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
協賛	2855	**有機ソルト&キャラメルチョコレート**	**80g**	**1,006 ~~1,036~~**
	2856	有機ホワイトチョコレート	80g	1,101
協賛	2857	**有機カカオニブチョコレート**	**80g**	**1,026 ~~1,058~~**

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

今週限り　SPOT　トレテス
ローシク　オーガニック　チョコレート

●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

みんな、にっこり！安心おやつたち

第３世界ショップ素焼きでローストしたアーモンドをメープルシロップで衣づけした自然派スナック。砂糖や香料は不使用

［2902］**メープルアーモンドダブル**
SPO 40g×2 1,078 ~~1,122~~円

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

［2903］**柿の種 ダブル**
SPO 65g×2 629 ~~848~~円

北海道産有機小豆をほんのりと甘く味付けした、ほの甘おやつです。

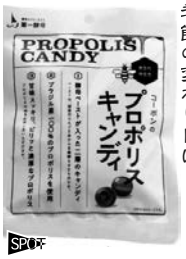
［2904］**有機ほの甘あずき ダブル** SPO 55g×2 461 ~~475~~円

安心・安全な有機JAS認証品栄養豊富なグリーンピースを油を使用せずに軽い食感に焼き上げました。

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

ノースカラーズ北海道のはちみつと瀬戸内産レモンをミックスしました。ほんのり甘く、爽やかな味わいです。

［2906］**純国産北海道 はちみつレモン のど飴ダブル** SPO 57g×2 586 ~~604~~円



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

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

福岡 廣八堂 鹿児島本葛に九州産の生姜を使用くず湯のなめらかさと生姜のピリッとした風味

3p

［2850］**本くず湯（生姜）** 23g×5 648円

第３世界ショップチョコレートミックス ドライクランベリー レーズン ピーカンナッツ くるみを使用。

協賛

［2868］**クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ** 40g 545 ~~561~~円

今週限り

トレテス ローチョコレート。人気ナンバーワンのブルーベリーフレーバー

4p

［2870］**ローシク OG チョコレート ブルーベリー** SPO 37g 745円

今週限り

トレテス 北欧・エストニアのローチョコレート。オーガニックカカオ・クリオロのみを使用。ストロベリーフレーバー。カカオ率42%

4p

［2871］**ローシク OG チョコレート ストロベリー** SPO 37g 745円

今週限り

トレテス ローチョコレート。カカオ率50%マイルド。乳製品不使用とは思えない、驚きの食べやすさ。

4p

［2872］**ローシク OG チョコレート マイルド** SPO 37g 745円

第３世界ショップミルク・ビターの２種類のチョコレートで甘酸っぱいドライクランベリーをコーティング。

協賛

［2866］**クランベリーチョコレート** 40g 545 ~~561~~円

第３世界ショップキャラメルクランチのカリカリザクザク食感に海塩をプラスしたビターチョコレート。カカオ分約55%。

協賛

［2855］**有機ソルト＆キャラメル チョコレート** 80g 1,006 ~~1,036~~円

第３世界ショップカリッとほろ苦いカカオニブが入ったビターチョコレート カカオ分55%

協賛

［2857］**有機カカオニブチョコレート** 80g 1,026 ~~1,058~~円

第３世界ショップヘーゼルナッツとキャラメルクランチのカリカリザクザク食感に海塩をプラスした植物性チョコレート。カカオ分約55%。

協賛

［2859］**有機塩キャラメル＆ナッツ 植物性チョコレート** 80g 1,006 ~~1,036~~円

第３世界ショップ限定アートパッケージ。ビターチョコにレモンの風味とジンジャーキャンディをちりばめました カカオ分約55%。

協賛

［2861］**Artisan有機ジンジャーレモン チョコ** 40g 545 ~~599~~円

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	2858	有機ウィンターチョコレート	100g	1,101
協賛	2859	**有機塩キャラメル＆ナッツ植物性チョコレート**	**80g**	**1,006 ~~1,036~~**
	2860	Artisan有機オレンジビターチョコ	40g	599
協賛	2861	**Artisan有機ジンジャーレモンチョコ**	**40g**	**545 ~~599~~**
	2862	Artisan有機レーズン＆ヘーゼルナッツチョコ	40g	599
	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

チラシをご覧下さい

ドライフルーツ・ナッツ・チョコのミックスパック

クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ

ピーカンナッツとくるみ、ドライクランベリーとレーズンに、クランベリーチョコをミックスしました。

乳化剤や香料、市販のチョコレートコーティングで使用されることの多い光沢剤など添加物は不使用。

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
協賛 2866	**クランベリーチョコレート**	**40g**	**545 ~~561~~**	
2867	アールグレイチョコ×くるみ	45g	561	
協賛 2868	**クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ**	**40g**	**545 ~~561~~**	
2869	珈琲豆チョコ	50g	561	

三里塚物産の煎り落花生

農薬・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生を煎りたてでパックしました。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の品種です。

製造原料が無くなり次第、生産終了となります。

三里塚物産	月1	翌々週配送品（2/16〜2/20）		
5411	**殻付落花生**	**180g**	**1,469**	7p
5412	**落花生むき実**	**180g**	**1,523**	8p

お酒と割って白酒風 スイーツの材料としても

[2651] 玄米甘酒　250g　378円　2p
[2652] 白米甘酒　250g　378円　2p

甘酒とイチゴのゼリー

①甘酒とイチゴをフードプロセッサーにかける。②鍋に水を入れ、寒天を加えて沸騰させよくかき混ぜて煮溶かす。❶を少しずつかき混ぜながら加える。③グラスに❷を注いで冷蔵庫で冷やし固め、イチゴをトッピング

[0301] いちご　200g　626円
[1910] 糸寒天（国産）　30g　616円

お茶各種

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽日本茶▽		
	2601	特上煎茶（やぶきた）	100g	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
1p	2608	**国産有機さらつや美人番茶**	**500ml**	**194**
	2609	**〃　箱**	**500ml×24**	**4572 ~~4656~~**
	2610	麦茶ティーパック 国内産大麦使用	8g×52	540
		▽烏龍茶▽		
	2611	依田さんの烏龍茶	100g	1048
		▽ハーブティ・他▽		
	2612	たんぽぽコーヒーカップ用	2g×20	1404
	2613	アイリーミント	5g	659
	2614	カモミールウィンド	5g	729
4p	2615	**草花茶**	**5g**	**864**
	2616	紫蘇べに茶	5g	729
	2617	有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
14p	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~~**

品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽紅茶▽		
2621	ティーバック 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・ブランココーヒー	（豆）150g	993	
2628	〃	（粉）150g	993	
2629	サンタ・フェリサ	（豆）150g	993	
2630	〃	（粉）150g	993	
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**	4p
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	

品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽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

有機抹茶の上品な味わい 有機てんさい糖の優しい甘さ

SPOT

[2663] オーガニックグリーンティー　3p
100ｇ　518円

原材料は宇治産「有機抹茶」と「有機てんさい糖」のみ。

お水・お湯だけでなく、牛乳や豆乳で割っていただいても美味しくお召し上がりいただけます。※溶けにくい場合は、最初に少量の水等で溶かしてからお召し上がりください。

[2625] 依田さんの紅茶（リーフ）　5p
100g　1,048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

□有機認証ではありませんが、栽培・製造方法に変更ありません

[2634] Artisan 水出しアイスコーヒー　4p
15g×5　756円

やさしい風味と香り。渋みが少ないので濃いめでそうぞ

甘酒・豆乳・しょうが湯

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
2p	2651	**玄米甘酒（希釈タイプ）**	**250g**	**378**
2p	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 ~~4280~~**
2p	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

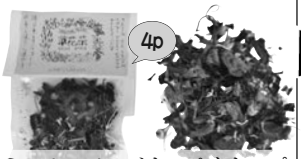
ジュース・シロップ

▽缶ジュース▽

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	3001	信州まるごと りんごジュース	160g×6	1068
	3003	信州もも	160g×4	786
5p	3004	**有機ぶどうジュース**	**160g×6**	**1037**
	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**
	3008	〃 無塩	190g×6	907
	3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
	3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3012	レモンサイダー	250ml×6	972
	3013	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
	3014	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
	3015	ぶどうサイダー+レモン	250ml×6	972
	3016	オーガニックジンジャーエール	250ml×6	972
	3017	オーガニックレモンスカッシュ	250ml×6	972
4p	3018	**オーガニックスポーツドリンク**	**280ml×4**	**778**

ヒカリ

[2615] 草花茶　5g　864円



4p

カモミール、ベニバナ、パイナップルセイジ、マロウ、ヤグルマソウ、ミント、ラベンダー、ローズマリーなどのブレンド

原豆乳
[2657] 300cc　265円　2p
[2664] 上記2P　514 ~~529~~円

SPOT

そのまま飲む他、コーヒー、紅茶、果汁などと混ぜても。ホワイトソースやプリンなどにも

[2618] カメリアティ（箱入り）
3g×30　3024円

14p

ポリフェノール類が含まれ、スーパーオキシド消去活性があります

ケースでお得！

野菜ジュース 有塩　5p
[3007] 190g×6　907円
[3022] 箱 190g×30　4445 ~~4535~~円

有機トマトを主体にし、国産有機にんじんなどを使用しました

有機ぶどうジュース　5p
[3004] 160g×6　1037円
[3021] 160g×30　5080 ~~5185~~円

有機赤ぶどう果汁と有機白ぶどう果汁をブレンド。すっきりとした味わい

国産有機さらつや美人番茶 500ml
[2608] 1本　194円　1p
[2609] 箱（24本）　4572 ~~4666~~円

ケースでお得

カフェインフリー。国産有機茶葉と和歌山・高野山麗の地下水を使用

オーガニックスポーツドリンク　4p
[3018] 280ml×4　778円
[3023] 箱 280ml×24　4572 ~~4668~~円

甘さ控えめ。レモンの爽やかさとゆずの風味がプラス

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
3019	新農研リンゴジュース	1000ml	1064	
3020	フルーツビネガー有機りんごの酢	360ml	805	

サプリメント

日本古来の原料で作った国産有機プロテイン

[2707] 国産有機まるごと大豆プロテインプレーン
280g　2,916円　14p

水や牛乳120ccに対して、本品20gを良く混ぜてお飲みください。
原料：転換期間中有機大豆、有機黒糖粉末、有機米糀粉末、食塩、植物性乳酸菌

■大豆の加工にこだわる
一般的な大豆プロテインは大豆から油分を取り除いた脱脂大豆を使って製造しますが、脱脂する際に化学溶剤を使用して油分を抽出するやり方が大半です。本品は独自技術により大豆を丸ごと脱脂せずに加工して使用しています。

腸活にもうれしい
玄米や漬物から培養した
植物性乳酸菌を配合
黒糖きなこのような
和風味のプロテイン

民間療法の雄

[2703] 有機梅肉エキス
40g　2,700円　13p

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

身体を温める手当て法に

[2714] 生姜・番茶入り梅醤
250g　1,620円　8p

梅醤に有機番茶、有機番茶粉末、有機生姜粉末を加えて、手軽にお湯を注ぐだけで 梅醤番茶がお召し上がりいただけます。梅醤ビギナーズの方にもオススメです！
原料：梅肉［梅（国産）食塩（シママース）］、醤油［大豆（国産）、小麦（国産）、食塩（天日製塩）］、有機番茶（国産）、有機番茶粉末（国産）、

▽ドリンク・エキス▽

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	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
13p	2703	**有機梅肉エキス**	**40g**	**2700**
	2704	生姜百景-GINGER SHOT	50ml	580
▽パウダー・顆粒▽				
	2705	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498
	2706	有機雲南田七人参　顆粒	2g×30	9720
14p	2707	**国産有機まるごと大豆プロテイン・プレーン**	**280g**	**2916**
▽カプセル・粒▽				
	2708	梅ぼしさん	10.8g	540
	2709	青い瞳　BLUE　EYES	120粒	8424
	2710	E-SAN（イワシ油）	150粒	5184
	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
8p	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

毎日安心して使える 環境にやさしい、キッチン用石けん

無着色・無香料
根強い人気の台所用液体石けん
太陽油脂　200番

精製ヤシ油を原料にした（粘度のない）水状の台所用液体石けんで、昔ながらの背高ボトル入りです。
シャボン液づくりにもお使いいただけます。
成分…純石けん分(20%脂肪酸カリウム)

爽やかなりんごの香り
粘度のある台所用液体石けん
太陽油脂　ナチュロン400番

スポンジとの相性抜群の粘度のある台所用液体石けん。植物性のパーム油、パーム核油を原料にした、汚れ落ちの良い台所用液体石けんです。
手肌にやさしいオレイン酸を多く含んでおり、肌の弱い方にもおすすめです。
詰替用は本体の約2本分（チャックつき）
成分…純石けん分(23%脂肪酸カリウム)

環境と人にやさしい、
キッチン用の液体石けん
NPOせっけんの街
台所用液体せっけんおれんじ

「おれんじ」は、ジェルせっけん「こはく（食用油をリサイクルしたジェル状の洗濯用液体せっけん）」を原料に、そのままスポンジに付けて食器を洗える台所用液体せっけんです。
油汚れに強いオレンジオイルを配合しました。オレンジの爽やかな香り。

詰替用

「おれんじ」ボトルタイプやお手持ちのポンプ容器に詰め替えてご利用下さい。「おれんじ」のボトル2回分になります。
成分…純せっけん分23%、固化防止剤（エチルアルコール）、オレンジオイル

キッチンスポンジもどうぞ
ナチュロンスポンジ

目の粗い、泡立ち、水切れ、耐久力抜群の台所用スポンジです。ぬるぬるせず、衛生的です。研摩剤などを使用していないので食器を傷つけません。

石けん

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽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▽		
5p	3110	**200番（液体）**	**800ml**	**1,001**
11p	3111	**〃　詰替用**	**2300ml**	**2,321**
4p	3112	**ナチュロン400番（液体）**	**500ml**	**825**
5p	3113	**〃　詰替用**	**900ml**	**1,034**
3p	3114	**台所用液体せっけんおれんじ**	**300ml**	**578**
6p	3115	**〃　詰替用**	**900ml**	**1,146**
		▽浴用固形石けん▽		
	3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,122
	3117	**パレスチナのオリーブオイル石けん**	**120g×3**	**3,173 ~~3,366~~**
	3118	化粧石けんE（固形）	95g×3	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	Pax Olie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▽		
8p	3127	**ナチュロンシャンプー**	**500ml**	**1,584**
5p	3128	**〃　詰替用**	**500ml**	**957**
8p	3129	**ナチュロンリンス**	**500ml**	**1,584**
5p	3130	**〃　詰替用**	**500ml**	**957**

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
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

ノンシリコーン&合成界面活性剤フリーのヘアートリートメントです。

●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**

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。

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、髪を優しく洗い上げます。1押しで3ml。液体の10倍の体積の濃密な泡で出てくるので、ホイップクリームのようなやさしい肌触りです。

とろみのある液状タイプ
ナチュロンリンス

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

●シトラスフローラルの香り

ローズマリー、ラベンダー、ユーカリ、オレンジなどの精油を原料にしました。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽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石けんはみがき	120g	506
	3143	パックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946
	3144	パックスナチュロンジェルはみがき	90g	704
	3145	ソルトdeはみがき詰替用	25g	440
	▽マウスウォッシュ▽			
	3146	お口すっきりハーブ	50ml	1,287
	▽その他▽			
	3147	酸素系漂白剤	500g	726
	3148	ナチュロンお風呂洗い用	500ml	902
	3149	〃　詰替用	450ml	594
	3150	ナチュロントイレ洗い石けん	400ml	770
	3151	〃　詰替用	350ml	462
	3152	洗濯槽&パイプクリーナー	300g×3	1,320
	3153	パックス重曹F	2kg	1,361

スキンケア

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽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▽			
	3207	オリーブマノングリーンローション	180ml	1,100
	3208	オリーブマノンオリーブリーフローション	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
	3211	シコリーブ 薬用スキンクリーム	80g	1,100
7p	3212	**ナチュロンオイル**	**60ml**	**1,452**
	3213	アルティーヌオリーブスクワラン	60ml	2,552
	▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽			
	3214	乳清素肌ソープ	180ml	2,530
	3215	〃　徳用	310ml	4,180
	3216	乳清素肌ローション	80ml	3,630
	3217	乳清素肌シルクローション	80ml	3,850
	▽ナチュロン/太陽油脂▽			
	3218	フェイスクリアソープ	95g	1,320
	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

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽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

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ぐます。
材質： 天然パルプ100%

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽油こし器▽			
	3506	**コスロンフィルター**	**20個**	**1,320** 6p
	▽その他▽			
	3316	**ナチュロンスポンジ（台所用）**	**1ヶ**	**264** 2p
	3317	**〃　ナチュラル**	**1ヶ**	**264** 2p
	3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	627
	3319	粋水　すいすい	300ml	2,508
	3320	〃　詰替用	300ml	2,174
	3321	特選竹酢液	500ml	935
	3322	竹　炭	15cm×5	825

お肌や髪の保湿ケアに
幅広く使えるコスパ優秀オイル
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、100%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。

メイク落としや乾燥が気になるお肌の保湿ケアにもお使いいただけます。

●無着色・無香料
成分…ハイブリッドヒマワリ油

【使用方法】

ヘアオイルに…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。

スキンケアオイルに…適量を手に取り、顔や全身の乾燥が気になる部分によくなじませます。全身のマッサージオイルとしても。

クレンジングに…適量をメイクとなじませ、拭取り後、石けん洗顔をします。

長野 井筒ワイン

標高700m 桔梗ヶ原からの贈り物

Vegeta ベジタ

ポラン広場の宅配

特別カタログ No.207

価格は税込み

単一種のワイン

白

甘口 特産ぶどうナイヤガラの個性が香り高く素直に広がるフルーティーな甘さ。

辛口 個性的な果実の香りと味わいの輪郭がより明瞭に伝わる心地よい飲み口。

赤

甘口 特産ぶどうコンコードの爽やかな果実味と程よく残した甘さが優しい口当たり。

5201	白	甘口	360ml×2	1,650
5202	白	辛口	360ml×2	1,650
5206	白	〃	720ml	1,496
5203		ロゼ甘口	360ml×2	1,775
5204	赤	赤甘口	360ml×2	1,650
5205	赤	〃	720ml	1,496

アッサンブラージュ～和洋折衷のワイン

メルロー 甘い風味口 ＋ マスカットベリーA 奥行きのある味わい

[5207] いづつワイン赤 アッサンブラージュ 720ml 1,867円

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

岐阜 天然ワイン醸造

農業の一環としてのワイン造り

培養酵母・酸化防止剤無添加

[5208] 天然葡萄酒 ロゼ 720ml 1,626円

ほんのりやや甘口で、香りも高く、すっきりとした味わいのワインです。

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

三里塚物産　　翌々週配送

千葉 三里塚物産

農薬不使用・有機、無添加 おいしいジュース

α-リノレン酸やポリフェノールがたっぷり

1パックあたり30枚以上のシソの葉

しそジュース(特)希釈用

[5414] 200ml 567円

[5415] 200ml×2 1,055 ~~1,134~~円

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

掘りたての冬人参をしぼりたてでお届け 皮ごとしぼりました

生産者限定・農薬不使用 千葉県産にんじん

にんじんジュース

[5416] 320g 562円　[5417] 左記2パック 1,040 ~~1,118~~円

人参ジュースのほとんどは、濃縮還元。産地にある工場で、毎週搾汁。

無加糖なのにしっかり甘いのは、土作りをしっかりしている人参だから。

そのまま飲める ストレートタイプ！ 飲みきりサイズ

無農薬・梅ドリンク

[5421] 120g 324円

[5422] 上記2パック 629 ~~648~~円

[5423] 上記4パック 1,231 ~~1,296~~円

農家の庭先で採れた農薬不使用の梅を砂糖だけで漬け込みました。そのままどうぞ

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	2/2	2/3	2/4	2/5	2/6
翌々週配送日	2/16	2/17	2/18	2/19	2/20

注文の締め切り

注文書回収の翌日12:30迄

金曜コースの方は月曜日の12:30迄です

一部商品、配送が左記以降となります

★祝祭日も休まず配送します

品番	品名	規格	価格（税込み）

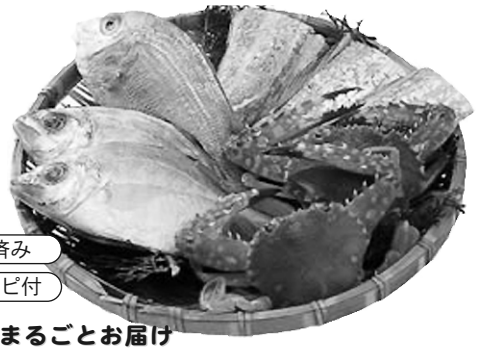
土佐佐賀　翌々週配送

さんちょく
㈲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

土佐伝統の藁焼き
土佐伝統の藁焼き。藁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藁焼き
[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
その時々に水揚げされる魚介を3～4種セット

品番	品名	規格	価格（税込み）

韓国食品　翌々週配送

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

全行程手づくりの本格派。

唐辛子粉以外は、すべて国産の原料を使用しています

みん家白菜キムチ
[5301] 250g　616円
[5302] 上記2P　1,194 ~~1,231~~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] みんさんの
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

カクテキ・大根終売です

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お召し上がりいただけます。

[5454] ロビオーラ
110g　821円

独特の匂いとむちっとした柔らかさ。届いたらお早めに

[5452] モンヴィーゾ
110g　842円

そのままでも、すりおろしてパスタやサラダなどにかけても

[5450] トーマ・シラヌカ
110g　724円
柔らかく食べやすく、野菜との相性が良いチーズです。

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

[5455] チーズフォンデュ
200g　1,625円

チーズフォンデュはもちろん、グラタンやピザにもおすすめ

[5453] スカモルツァ
100g　724円

モッツァレラを熟成。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] テネレッロ・シラリカ
110g　772円

[5456] ミルクジャム
140g　988円

秋川牧園　　翌々週配送

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

[*****] 冷凍鶏しそ餃子
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

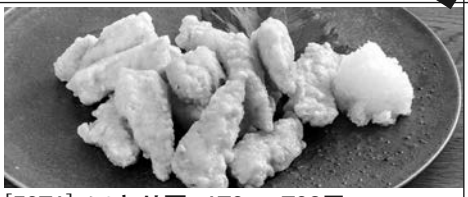
[*****] 冷凍とり餃子
秋川牧園の鶏肉に、黒豚の甘みのある豚脂を合わせて作りました。肉と野菜が絶妙なバランスになるよう配合にこだわりました。

[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い食感

[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

[*****] 冷凍若鶏焼きつくね
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] 冷凍とり天　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使用。

[*****] 冷凍チキン ソースカツ
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。

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

ハムステーキ

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

牛肉　赤身内脂肪（サシ）が少ない赤身肉ですが、屠畜後、2週間以上熟成をかけたのちに商品化し出荷しておりますので、お肉本来の味わい深い旨味とコクが広がります。

豚肉　脂肪が少なく、柔らかい肉質で、炒め物などあらゆる料理に合います

つなぎ剤を一切入れないので肉本来の旨味が良く出ています

[5828] 冷凍ウィンナーソーセージ
150g　864円

[5825] 冷凍あらびきウィンナー
150g　864円

バジルの風味が食欲をそそる
[5830] 冷凍バジルポーク ウィンナー　150g　864円

チーズの美味しさがプラス
[5837] 冷凍チーズ入り ウィンナー　150g　864円

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

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

ボローニア（丸い大型ソーセージ）

[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
マジョラム・パセリ・オレガノを利かせました

[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

【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 12p
300g　2,570円
原材料
豚肉、食塩、砂糖、香辛料

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

[5826] 冷凍粗挽き ミニウィンナー　150g 864円
「あらびきウィンナー」のミニサイズ

[5829] 冷凍パクパク こどもウィンナー150g 864円
子どもでも食べやすいように香辛料を減らしました。

[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

[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。

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

ネパリ・バザーロ

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

ネパールの森から届いた天然はちみつ

チウリ＆ルディロ 2種類の味をお楽しみ下さい！

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

はちみつ	翌々週配送
6315 はちみつミニセット・チウリ＆ルディロ	1,026円
チウリ30g、ルディロ30g	

※ハチミツは１歳未満の幼児に与えないで下さい

ネパールの原料と国産のこだわり原料で作ったクッキー

シナモンクッキー

「ざくざく食感でやみつきになる」と、大人気のクッキーです。

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

ネパール　ミランガーメントから

クラフト感のあるブローチです

ことりと葉っぱのブローチ

ネパールから届いたフェルトのブローチです。一つひとつ手作業で丁寧に作っています。

ブローチ	翌々週配送
6316 ことりと葉っぱのブローチ・ピンク	1,100円
6317 ことりと葉っぱのブローチ・ベージュ	1,100円

【サイズ】（約）5.5×7cm
【素材】羊毛100%　ブローチピン付

東北×Nepal 自然派コスメ クーネ

天然由来100%のスキンケア。
ご旅行にも便利です。まずはお試しください！
クーネ トライアル スキンケアセット
【セット内容】クーネ エッセンス ローション（化粧水）20ml・クーネ モイスチャー クリーム5g

クーネ化粧品			翌々週配送
6834	クーネ リップ＆スキンバーム（保湿クリーム）	8g	1,540円
6835	〃 エッセンスローション（化粧水）	100ml	2,420円
6836	〃 モイスチャークリーム（保湿クリーム）	30g	2,860円
6837	〃 アミノシャンプー	230ml	2,420円
6838	〃 モイストコンディショナー	230ml	2,750円
6839	〃 モイスチャー リキッド ソープ	230ml	2,090円
6840	クーネツバキオイル（椿油）	30ml	3,080円
6841	トライアル スキンケアセット【内容】エッセンス ローション20ml・モイスチャー クリーム5g	1セット	1,100円

陸前高田の工房「椿のみち」

シンプルでピュアな
クラフトチョコレート
LISAチョコレート

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

LISAチョコレート			翌々週配送
6320	LISAチョコレート　ビター cacao80%	45g	1,296円
6321	〃 コーヒー cacao66%	45g	1,296円
6322	〃 シナモン＆ジンジャーcacao68%	45g	1,296円
6323	〃 シナモン＆ジンジャーcacao68%	20g	669円
6324	〃 マイルド　cacao70%	45g	1,296円
6325	〃 カカオニブ　cacao84%	45g	1,296円
6326	〃 シーソルト　cacao70%	45g	1,296円
6327	〃 シーソルト　cacao70%	20g	669円
6328	〃 スウィート　cacao65%	20g	669円
6329	〃 寄付付き※・アソート５種　cacao66～84%	10g×5種	1,728円

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

ネパール「カンチャンジャンガ紅茶農園」

有機栽培　最高級のＳＦＴＧＦＯＰの紅茶葉
一芯二葉の若葉を丁寧に手摘み
テトラタイプのティーバッグ

オレンジ＆ジンジャー…オーガニック栽培のオレンジピール、レモングラス、ジンジャーのブレンド。ほんのり甘く、やさしい味。シトラス系の香りでリラックス＆リフレッシュ。ノンカフェイン。
ストレート…オーガニック栽培の紅茶葉100%のストレートタイプ。豊かな香りとまろやかな味わい。
レモングラス…オーガニック栽培の紅茶とレモングラスのブレンド。爽やか香りで、すっきりと爽やかな飲み心地。
ジンジャー…オーガニック栽培の紅茶とジンジャーのブレンド。身体を芯から温めてくれます！

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

ネパール　シナモンホール

農薬・化学肥料：栽培期間中不使用。
○紅茶やコーヒーに浸してくるくるとかき混ぜます。
○チャイやホットワインに。煮出して使うとシナモンの風味がより引き出されます。

スパイス		翌々週配送
6314	シナモンホール（原材料…シナモン（ネパール））	15g　486円