



# Vegeta

ベジタ

ポラン広場の宅配



商品カタログ

## No.208

爽快なメントールの爽快感

有機ペパーミントティーTB

便利な個包装ティーバッグタイプ。フレッシュで目  
が覚めるようなキリッとした爽快なメントールの清涼感。

2661 有機ペパーミントティーTB 4p  
SPOT 20g(20袋) 864円



ハーブスマン's 清々しい味と香り

紫蘇べに茶

日本の代表的なハーブ紫蘇(しそ)。ちょっぴりす  
っぱい赤紫蘇と清々しい風味の青紫蘇にハッカ、べに  
花をちりばめたオリエンタルなハーブティー。

アイリーミント

やわらかい刺激のスペアミントとパーンとした爽快  
感のブラックペパーミントをブレンドしています。  
口の中がさっぱりして、食事の時や気分転換に最適な  
お茶です。

2616 紫蘇べに茶 5g 729円 4p  
2613 アイリーミント 5g 659円 4p



オーガニックエナジードリンク

生姜百景-GINGER SHOT

別府温泉「地獄蒸し製法」で蒸した有機生姜を使  
用、有機りんごや柑橘類の自然な美味しさで飲みやす  
く仕上げました。ノンカフェイン・砂糖不使用。

有機素材100%のオーガニックエナジードリンク。

2704 生姜百景-GINGER SHOT 3p  
50ml 580円



ニガリ不足の現代人に

濃厚にがり液 海の調べ

「海精にがり」をベースに、調味補助や栄養補助を  
目的に成分バランスを整えました。原料は海水100%  
で、調味料などはいっさい加えていません。

2701 濃厚にがり液 海の調べ 50ml 421円 2p



春先の美容と健康に

はなどおりカプセルタイプ

中国安徽省または浙江省産の厳選されたタラヨウ  
(多羅葉)を100%使用しております。

「はなどおり」には、ポリフェノール類が含まれてお  
り、抗酸化作用など様々な働きが期待されています。  
【召し上がり方】1日に6粒程度を目安に、水又はぬ  
るま湯でお召し上がりください。

2708 はなどおり カプセル 90粒 2,592円 12p



乾燥やイガイガが気になる時に

プロポリスキャンディ

ブラジル産100%のプロポリス使用のキャンデ  
ィで、酵母ペーストを包み込みました。

甘さ控えめでピリッと濃厚なプロポリスと、フル  
ーティな天然酵母ペーストが味わえるハイブリッ  
ドキャンディ。

2849 プロポリスキャンディ 28g 346円 2p



配送曜日	月	火	水	木	金	注文の締め切り
注文書回収	2/9	2/10	2/11	2/12	2/13	注文書回収の翌日12:30迄
商品配送	2/16	2/17	2/18	2/19	2/20	金曜コースの方は
翌々週配送品	2/23	2/24	2/25	2/26	2/27	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

■お問い合わせの電話番号と受け付け時間のご案内



フリーダイヤル

0120-094831 (24時間受付)

フリーダイヤルは、終日、留守番電話での受付ですので、必ず、会員番号・お名前・ご用  
件をお話して下さい。ご注文の変更は、カタログNo・商品品番・商品名と変更内容を録  
音して下さい。尚、お急ぎでないご連絡やクレームは、注文書裏面のベジタホットライン  
をご利用頂くか、FAXフリーダイヤルをご利用頂けますようお願いいたします。

※お急ぎの場合は、029-869-9031 (9:00~15:00 (月~金))  
(12:30~13:30、15時00分以降は留守番電話となります)



フリーダイヤル

0120-298338 (24時間受付)

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

■有機農業の情報交流WEBサイト『有機の国へ』

http://www.vegeta.co.jp (ご注文も受け付けます)

ポラン広場の宅配

株式会社

ベジタ

〒300-2647つくば市手子生585

スマホ/タブレットでもご注文が可能になりました!!

お手持ちのスマホ/タブレットでもご注文して頂  
けるようになりました(従来通りパソコンからのご注  
文も可能です)。ベジタのホームページもしくは右の  
QRコードからアクセスしてください。



『ポランの森ベジタ便セット』は、旬の  
有機野菜や果物をおまかせで5~7点をパッ  
ケージしたセットで、どこへでも、1,980円  
(税込み)送料0円でお送りします。但し、夏季のみ、238円のクー  
ル便代をご負担頂きます。また、宅配カタログ掲載の商品から、お  
好みの商品を加えることも可能です。尚、沖縄、北海道、離島は、  
別途送料がかかりますので、予めご了承下さい。

【0088】ポランの森ベジタ便セット 1セット 1,980円(税込み)

※このカタログは、再生紙を利用し、植物性インキで印刷しています。

## 野菜

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

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

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

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

### セット4種



★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。

#### 下ゆでなしで何にでも

##### 小松菜

アクが少ないので、下ゆでなしでおひたし、煮びたしに使えます。炒め物、煮魚のつけ合わせなどにも。太い根元は火が通りにくいので、根元に十文字に切り目を入れておくのがゆでるときのコツ

#### 小松菜炒めの

##### 肉味噌がけ

炒めた小松菜に、肉味噌をかけてボリューム満点

**[1129] 冷凍健康豚 挽肉**

150g 513円

**[2103] 酢屋茂あわせ味噌**

650g 756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 ~~1,145~~円** 野：表組に表示

じゃが芋（ニシユタカ）	700g	長崎・長崎有機農業研究会
キャベツ	1/2ケ	愛知・ティエラス
小松菜	1束	茨城・旭農園
きゅうり	300g（3本）	沖縄・真南風

**[0102] 果物野菜セット 1,620 ~~1,922~~円** 果：表組に表示

人参	500g	茨城・萩原ファーム
ブロッコリー	1ケ	愛知・ティエラス
ちぢみほうれん草	1束	茨城・萩原ファーム
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 王林	1ケ	青森・新農業研究会
甘夏	1ケ	熊本・津奈木甘夏生産者の会

**[0103] 畑コラボセット 540円**

旬の野菜や少量出荷の野菜をお届け!!野菜・果物野菜セットとの重複あり

**[0104] 根菜ミニセット 893 ~~940~~円**

玉ねぎ500g・じゃが芋500g・人参500g

品番	品名	規格	価格(税込み)
*****	玉ねぎ	700g	終了
0105	新玉ねぎ	700g	508
0106	〃 徳用	1.4kg	964 <del>1,015</del>
	沖縄・真南風/有		
0107	じゃが芋 男爵	700g	389
0108	〃 徳用	1.4kg	746 <del>778</del>
	北海道・渡部信一さん/防除0		
野 0109	じゃが芋 ニシユタカ	700g	389
0110	〃 徳用	1.4kg	746 <del>778</del>
	長崎・長崎有機農業研究会/防除0		
果 0111	人参	500g	302
0112	〃 徳用	1kg	575 <del>605</del>
	茨城・萩原ファーム/防除0		
0113	さつま芋 紅はるか	700g	346
0114	〃 徳用	1.4kg	657 <del>691</del>
	茨城・常総センター/防除0		
0115	里芋	500g	486
0116	〃 徳用	1kg	923 <del>972</del>
	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		
0121	長ねぎ	300g	270
0122	〃 ダブル	300g×2	513 <del>540</del>
	茨城・深谷守夫さん/防除0		
0123	赤ねぎ	300g	270
0124	〃 ダブル	300g×2	513 <del>540</del>
	茨城・深谷守夫さん/防除0		

辛味が少なく  
サラダがおいしい！  
新玉ねぎ

玉ねぎは、収穫してから風にあてて乾燥させますが、新玉ねぎはすぐに出荷するため、皮が薄く、水分が多くてやわらかいのが特徴。辛みが少ないので、サラダなどに入れて生食するのがおすすめです。

まずはスライスオニオン

**[2154] 有機ボン酢醤油 250ml 464円**



蓮根の青のり炒め  
焼いた蓮根を塩で調味し、火を止めて青のりを全体にまぶす

**[2159] 玉絞め一番搾りごま油 180g 1,031円**

**[2315] すじ青のり 4g 367円**

残った里芋の煮物で  
おからのコロッケ

①生おからをフライパンでから炒りした後冷ましておく ②残り物の里芋をつぶして①とよく混ぜ合わせて衣をつけ、170～180℃の油で揚げる

**[0531] 生オカラ 200g 205円**



# “味噌”シチュー！ 八丁味噌がすごい！

[2111] 有機 八丁味噌

4p

300g 756円

大豆の旨みがギュッと詰まった深い味わいが特徴。



八丁味噌デミグラスソースを使って一味違う和風シチューはいかがですか



[0104]

根菜ミニセット

1セット 893 ~~948~~円

玉ねぎ500g・じゃが芋

500g・人参500g



味噌デミグラスソース

ホールトマト1缶・八丁味噌40g・はちみつ40gを入れ、強火にかける。沸々したら弱火にして味噌を溶かしながら、煮る。煮詰まってきたら、オリーブ油大さじ2を加えてさらに煮込む。

[0919] ブルガリア産オーガニックはちみつ 200g 1,242円

[2219] 有機トマト缶・ホール 400g 324円



[0128] ブロッコリー

1ヶ 313円

[0129] グリーンセロリ

1/2株 302円

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

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



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。



セロリの醤油漬け

刻んだセロリを醤油に漬ける。ご飯や豆腐に添えたり、チャーハンに入れたり



鶏肉のセロリパン粉

パセリのパン粉焼きをセロリの葉バージョンで

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

	0131	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		
果	0132	ちぢみほうれん草	1束	238
		茨城・萩原ファーム/防除0		
野	0133	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		
	0134	水菜	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0135	ベビーみずな	1 p	151
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
	0136	チンゲンサイ	1束	205
		茨城・旭農園/防除0		
	0137	春菊	1束	410
		大分・さとう有機農園/有		

葉が肉厚で、えぐみが少なく甘味が高い

ちぢみほうれん草

日光に多く当たるように、地面に張り付くように葉を広げ、葉が縮れた状態に育つことから『ちぢみほうれん草』と言われていました。また、寒さに当てて甘味を出す栽培方法から『寒締めほうれん草』とも言われています。



ごまボン酢和え

茹ですぎると食感が悪くなってしまうので注意。ボン酢でさっぱり、ごまたっぷりで香り高くどうぞ

[2154] 有機ボン酢醤油 250ml 464円

3p



ソーセージポトフ

ベーコンをにんにくとカリカリに炒め、ほうれん草とあえる

[1403] 冷凍放牧豚

ベーコンスライス

65g 437円



豚バラときのこの

みぞれ鍋

豚バラ肉ときのこの相性抜群♪大根おろしであっさりどうぞ

[1125] 冷凍健康豚

バラスライス 150g 708円



キャベツの

ミルフィーユ鍋(重ね煮)

ざく切りのキャベツに豚バラ肉やベーコンを挟んで大きい鍋に敷き詰め、コンソメベースのだしで煮込む。



水菜と千切り大根の

サラダ

さっぱりとシンプルな大根と水菜のサラダはいかが！？

[2226] 有機胡麻

ドレッシングタイプ

225g 497円



品番	品名	規格	価格(税抜き)
 <p><b>味にコクのあり 風味豊かな ブラウンえのき</b> 山野に自生している野生えのきの遺伝子を強く受け継いでいる、野生種えのきのき。 野生種と同じヌメリと風味が特徴です。また、食物繊維は純白種太系よりも多く含んでおり、歯応えは最高です。</p>			
0138	かぼちゃ	1/4ケ	216
0139	" 徳用	1/2~1/4ケ	390 <del>410</del>
0140	" 徳用	1ケ	687 <del>724</del>
栃木・鈴木章さん/有			
野 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 <del>756</del>
沖縄・真南風/有			
★ 0145	ピーマン	150g	194
0146	" ダブル	150g×2	369 <del>389</del>
沖縄・真南風/防除5			
果 0147	いんげん	100g	367
0148	" ダブル	100g×2	698 <del>734</del>
沖縄・真南風/有			



**かぼちゃときのこの  
温サラダ**  
野菜を茹でると水に栄養が逃げてしまいますが、蒸せば栄養はそのまま♪塩をふって、オリーブオイルをまわしかけても  
[2165] バレスチナの  
EXバージンオリーブオイル 10p  
273g 2009円



**青椒肉絲の素を使って  
あんかけ焼きそば**  
味付けは、青椒肉絲の素。鶏ガラスープと片栗粉でとろみをつけてどうぞ  
[2212] 有機青椒肉絲の素 100g 281円  
[2409] せいろ麺上選  
太焼そば(ソース無し) 2食 324円

★ 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ケ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			



**畑から摘んだままをお届け  
ベビーリーフ**  
10種類程度の野菜の新葉(幼葉)が1袋に。HATAKEカンパニーのベビーリーフは葉をカットしないため、ミネラル、ビタミンなどがほとんど残っています

品番	品名	規格	価格(税込み)
  <p><b>えのきカリカリ焼き</b> 小さな束に分けたえのきに、醤油を絡ませ片栗粉をまぶす。多めのサラダ油で、片側をこんがり焼き、チーズをのせひっくり返しチーズ側も焼く。</p> <p><b>人参と柚子胡椒あえ</b> 千切り人参とエノキをレンジで加熱。柚子こしょうとポン酢で風味よく [2323] 柚子こしょう 40g 373円</p>			

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・浜田産業/対象外			
0216	隔週 サンゴヤマブシ茸	100g	324
長野・久保産業/対象外			

0217	健康緑豆もやし	250g	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	200g	91
0220	" ダブル	200g×2	172 <del>181</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)
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



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

0301	いちご	200g	626
0302	" ダブル	200g×2	1047 <del>1252</del>
0303	" 箱	200g×4	1983 <del>2204</del>
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 <del>1382</del>
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 <del>626</del>
栃木・赤羽根克典さん/有			



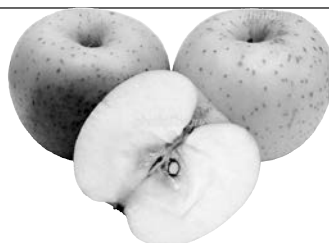
塩炒り銀杏  
殻を割った銀杏とたっぷりの塩をフライパンに入れる。中火〜弱火で混ぜながら炒る。殻の色が変わり、焦げ目がついたのが幾つか出てきたら出来上がりです。器に塩ごと盛り付けてどうぞ。

★ 0330	銀杏	100g	259
茨城・深谷守夫さん/防除0			

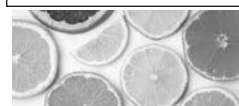
果 0308	りんご 王林	500g	518
0309	" 徳用	1kg	759 <del>800</del>
0310	" 徳用	2kg	1487 <del>1600</del>
青森・新農業研究会/防除12			
今週限り 0311	りんご シナノゴールド	2ヶ	518
0312	" 徳用	1kg	759 <del>800</del>
青森・新農業研究会/防除12			
0313	りんご ふじ	500g	518
0314	" 徳用	1kg	759 <del>800</del>
0315	" 徳用	3kg	2208 <del>2400</del>
青森・新農業研究会/防除12			

### 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



品番	品名	規格	価格(税込み)
0320	伊予柑	750g	508
0321	" 徳用	1.5kg	964 <del>1016</del>
熊本・福島柑橘園/有			
果 0322	甘夏	750g	400
0323	" 徳用	1.5kg	759 <del>800</del>
熊本・津奈木甘夏生産者の会/防除0			
今週限り 0324	ポンカン	1kg	680
0325	" 徳用	2kg	1293 <del>1361</del>
熊本・福島柑橘園/有			
0326	デコボン(不知火)	750g	529
0327	" 徳用	1.5kg	1005 <del>1058</del>
熊本・福島柑橘園/防除1			
0328	レモン	250g	324
0329	" 徳用	500g	616 <del>648</del>
熊本・福島柑橘園/有			



### 味わい色々 柑橘が旬!

初



### スッキリした甘さとかすかな苦味 甘夏

分厚い黄色の果皮の部分には、オーラプテンも多く含まれ、皮ごとマーマレードやジャムにしても美味しくいただけます。



### 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 デコボン(不知火)



### 皮の香りまでまるごと味わう レモン

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

りんごとさつま芋のサラダ  
ゆでた柔らかいさつま芋とりんごを合わせ、マヨネーズでさっくり和えます。お芋のホクホク感とりんごのシャキシャキ感が楽しめます。



### 甘く酸味もおだやか りんご こうこう

黄色いりんご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	
ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)	



さつまいものおこわ  
さつま芋は皮付きにしてポリフ  
ェノールと抗酸化ビタミン、食  
物繊維を無駄なく摂取。  
[0430] 餅米白米  
(ヒメノモチ)  
1kg 1,203 ~~1,253~~円  
[0113] さつま芋  
紅はるか 700g 346円  
[2015] 国内産すりごま  
黒 30g 626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	5,400	有
0402	〃	3kg	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	4,784	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	2,700	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	3,164	防除0
0412	〃	5kg	7,841	防除0
0413	胚芽米(さゆり米)	2kg	3,229	防除0
0414	〃	5kg	7,992	防除0
0415	白米(さゆり米)	2kg	3,283	防除0
0416	〃	5kg	8,132	防除0
▽さゆり米(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	〃	5kg	6,588	防除1
0419	胚芽米(さゆり米)	2kg	2,722	防除1
0420	〃	5kg	6,728	防除1
0421	白米(さゆり米)	2kg	2,786	防除1
0422	〃	5kg	6,880	防除1
▽啄木米(あきたこまち)▽				岩手・無天塾
0423	玄米	5kg	5,627	有
0424	胚芽米	5kg	5,789	有
0425	白米	5kg	5,940	有
0426	玄米	5kg	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	1,203 <del>1,253</del>	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)	300 g	1,080
0432	色々米	1kg	1,922
0433	有機啄木粉発芽玄米	1kg	1,696
0434	胚芽押し麦	1kg	594

価格は税込み

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

## レトルトおかゆ・ご飯

0435 有機玄米小豆粥&有機玄米クリームセット			
	200g×各1	492	<del>518</del>
0436	有機玄米小豆粥	200g	248
0437	〃 徳用	200g×5	1180 <del>1240</del>
0438	有機玄米クリーム	200g	270
0439	〃 徳用	200g×4	1026 <del>1080</del>
▽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 <del>1856</del>
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 <del>1944</del>

## 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

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

## 卵

0501	平飼有精卵	10ヶ	610
0502	〃 ダブル	上記2p	1159 <del>1220</del>
0503	平飼有精卵	6ヶ	400
茨城・枝拓生さん			
0504	うずら卵水煮	6ヶ×2	389
0505	〃 ダブル	上記2p	746 <del>778</del>
0506	味付けうずらの玉子	10ヶ	314 <del>448</del>

30%OFF

## 豆腐・揚げ

もっちりとした食感の中に  
なめらかな舌触り

高野山の胡麻とうふは練ごまでは  
なく、胡麻の絞り汁を使います。

伝統の技術を活かし、胡麻を自社で絞ることで外皮が入らずに  
香りも良く滑らかな食感に仕上がります。



高野山ごまとうふ 各324円 各2p

[0507] 白 120g×2  
あっさりとした風味とほのかな甘み  
[0508] 黒 120g×2  
香ばしく強い香り  
[0509] 金 100g×2  
金ごまの芳しい香りと濃厚でコク

小松菜のごま豆腐あえ  
裏ごししたごまとうふを、砂  
糖・醤油で味を整え、ゆでてよ  
くしぼった小松菜とあえる

[0133] 小松菜 1束 205円

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

ポイント 品番 品名 規格 価格(税込み)



**キムチ鍋**  
土鍋にごま油とにんにくを熱し、香りが弾けたら豚肉を入れる。肉の旨味をしっかりと引き出すと濃厚なキムチ鍋ベースに

[0515] 焼き豆腐 300g 243円 2p  
[1122] 冷凍健康豚 ロースしゃぶ用 150g 811円 4p  
[0615] 白菜キムチ 200g 443円 3p  
[0121] 長ねぎ 300g 270円

▽茨城 嘉倉▽

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

▽埼玉 島田食品▽

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

▽東京 丸和食品▽

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

ハンバーグ

ひき肉と一緒によく練って。ボリュームアップだけど、ヘルシーなハンバーグに♪

生オカラ

[0531] 200g 205円 1p

SPOT [0556] 〃 ダブル

上記2パック 394 410円

[1129] 冷凍健康豚 挽肉 150g 513円



品番 品名 規格 価格(税込み) ポイント

納豆



創業者の名字を付した  
登喜和食品の原点  
遊作(経木/小粒) 2p

[0545] 80g 400円

SPOT [0557] 上記2パック

767 800円

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

▽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 2p  
0546 産直納豆 小粒カップ2 30g×2 238  
0547 産直納豆 大粒カップ2 30g×2 238  
0548 産直納豆 ひきわりカップ2 30g×2 248  
隔週 0549 黒大豆テンペ 100g 545

▽ひげた食品▽

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

漬け物



玉ねぎキムチ鍋  
丸ごとの玉ねぎを鍋スープでコトコト煮込んだら、くし形切りのたまねぎを入れる。最後にスライスした玉ねぎを入れて、甘辛のハーモニーを楽しんで

[0615] 白菜キムチ 200g 443円 3p

[0105] 新玉ねぎ 700g 508円

0601 ヤマキ たくあん漬 カット1本 486  
0602 らっきょう田舎漬 100g 524

▽東明▽

0603 浅漬けかつお大根漬 150g 448  
0604 浅漬け昆布大根漬 150g 448  
0605 こぶ仕込み大根 250g 734 4p  
0606 かつお仕込み大根 250g 734  
0607 ゆず大根 150g 448 3p  
0608 白菜漬 250g 432  
0609 浅漬け紅かぶら漬 150g 448  
0610 柚子白菜漬 250g 432  
0611 刻みすぐき 120g 448  
0612 刻みみふ菜 150g 448  
0613 きゅうりのふる里漬 90g 475  
0614 マイルドしば漬 90g 475  
0615 白菜キムチ 200g 443 3p  
0616 千枚漬 100g 508  
0617 紅千枚漬 100g 508  
0618 カップ入切千枚漬 140g 475  
0619 カップ入紅切千枚漬 140g 475

▽梅干し▽

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



# 新商品や SPOT 商品 お得なセットなど大集合!! 今週のおすすめ惣菜

梅干しの種と皮を取り除いた  
ねり梅をフリーズドライ乾燥  
させました。



**[0829] 有機梅フレークダブル**  
SPOT 40g×2 1467 ~~1612~~円

原材料…有機梅（和歌山県産）、  
漬け原材料（食塩）

新丸正のこだわりふりかけ  
焼津産鰹節のかつおふりかけ



**[0830] かつおふりかけダブル**  
SPOT 28g×2 712 ~~734~~円

かつおふりかけ…かつお削りぶし、砂糖、醬  
油、食塩、米酢調味料、ごま

大根おろしで和えたり、  
おひたしにふりかけたり、  
たっぷりのカルシウムをどうぞ



**[0831] 凍しらす干しダブル**  
SPOT 100g×2 1,450 ~~1588~~円

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

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



**[0832] 島っこ生のり佃煮ダブル**  
SPOT 90g×2 838 ~~864~~円

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

北海道産の日高昆布を主原料に  
最小限の調味料でじっくり煮上げました  
薄味に仕上がりますので  
どなたでも安心して召し上がれます  
遠慮食品の細切り昆布佃煮



**[0833] 凍 細切り昆布佃煮ダブル**  
SPOT 100g×2 786 ~~816~~円

※そのままお召し上がり下さい。

遠慮食品三陸産アミエビの佃煮  
カルシウムをはじめ、栄養たっぷりなので  
お子様にも是非どうぞ。



**[0834] 生あみ ダブル**  
SPOT 60g×2p 849 ~~876~~円

原材料…あみ（宮城産）、醤油、砂糖（種  
子島産さとうきび使用粗糖）、麦芽水あめ

昔ながらのお総菜  
お弁当にもおすすめの  
食が進む箸休めセット



**[0835] うずら豆ダブル**  
SPOT 100g×2 681 ~~702~~円

ご飯がすすむあと一品！  
国産筍に鰹節とだしで  
薄味仕上げ



**[0836] 竹の子土佐煮ダブル**  
SPOT 60g×2 660 ~~686~~円

国産原料を主原料にしています。  
温かいご飯の上にかけるだけ！  
五日揚げ焼きそばとしてもお楽しみ頂けます。



**[0837] 凍 中華丼の具ダブル**  
SPOT 180g×2×2p 1,182 ~~1231~~円

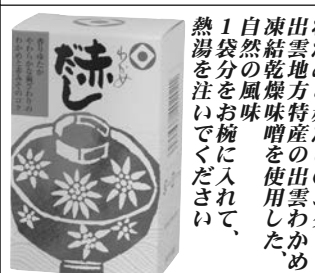
原材料…鶏がらスープ、野菜（白菜、たけのこ、に  
んじん、しいたけ、きくらげ、長ねぎ、にら、しょう  
が）、豚肉、醤油、でん粉、清酒、植物油（なた  
ね油、ごま油）、オイスターソース、砂糖、チキ  
ンエキス、食塩、こしょう、一味唐辛子（原材料  
の一部に小麦、大豆、米を含む）

風味豊かな秩父産まいたけを限定使用！  
2合炊き込みご飯の素国産原料にこだわり  
調味料をはじめ添加物は一切使用しておりません。



**[0838] まいたけご飯の素ダブル**  
SPOT 170g×2 1,048 ~~1089~~円

原材料…まいたけ、水飴、醤油、米酢、  
塩、砂糖、鰹だし、発酵調味料  
※品質安定に水酢を使用しています、炊き上がり時  
に酸味臭を感じますが品質には問題ありません。



**[0839] 赤だし味噌汁ダブル**  
SPOT 9g×6×2 743 ~~767~~円

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

プリプリの海老たっぷり  
口あたりがソフト



**[0840] 凍 点心えびしゅうまいダブル**  
SPOT 27g×7×2 1026 ~~1068~~円

原材料…具：海老、鶏肉、玉ねぎ、豚脂、澱  
粉、長ねぎ、卵白、パン粉、砂糖、発酵調味料、  
醤油、食塩、胡麻油、生姜、オイスターソ  
ース、胡椒、皮：国産小麦、食塩  
※冷凍のままさっと水をくぐらし電子レ  
ンジで加熱して下さい

ヘルシーで柔らかな食感が大人気  
豆腐に鶏肉・豚肉を使用した  
甘酢ソースの豆腐肉団子



**[0841] 凍 大きな豆腐肉団子ダブル**  
SPOT 340g×2 1,130 ~~1177~~円

※電子レンジで加熱して下さい



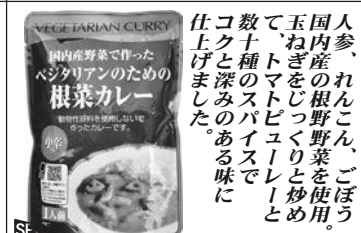
**[0842] 凍 べジタリアンのための野菜カレー**  
ダブル 200g×2 776 ~~806~~円

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



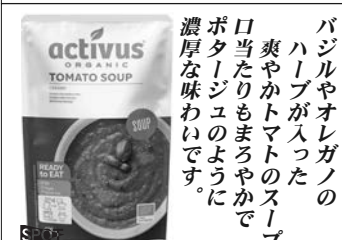
**[0843] 凍 べジタリアンのための豆カレー**  
ダブル 200g×2 776 ~~806~~円

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



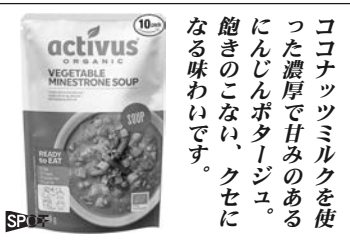
**[0844] 凍 べジタリアンのための根菜カレー**  
ダブル 200g×2 776 ~~806~~円

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



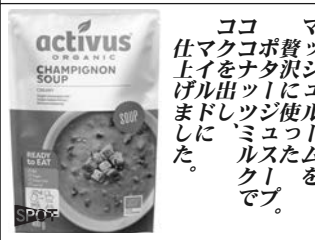
**[0845] activus OG トマトスープ**  
400g×2 1165 ~~1209~~円

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



**[0846] activus OG キャロットスープ**  
400g×2 1165 ~~1209~~円

原材料…有機人参、有機ココナツクリーム、有機米  
粉、食塩、有機オニオンパウダー、有機香辛料（ガ  
リックパウダー、生姜、パセリ）



**[0847] activus OG マッシュルームスープ**  
400g×2 1165 ~~1209~~円

原材料…有機マッシュルーム、有機ココナ  
ツミルク、有機米、食塩、有機オニオンパ  
ウダー、有機香辛料（ガーリックパウ  
ダー、パセリ、ペイリフ、オールスパイス、  
黒コショウ、ナツメグ）、有機西洋ネギ

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



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

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

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

## お総菜

### ▽ふりかけ類▽

	0701	しその粉ふりかけ(ゆかり)	40g	324
4p	0702	<b>有機梅フレーク</b>	<b>40g</b>	<b>756</b>
	0703	海宝飯ふりかけ	28g	842
2p	0704	<b>かつおふりかけ</b>	<b>28g</b>	<b>367</b>
	0705	味付おかず海苔 8ッ切20枚入×3		734
4p	0706	<b>練 しらす干し</b>	<b>100g</b>	<b>794</b>
	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
	0710	江戸前生のり	80g	448
2p	隔週 0711	<b>細切り昆布佃煮</b>	<b>100g</b>	<b>405</b>
	隔週 0712	ちりめん山椒佃煮	40g	626
	0713	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
3p	隔週 0714	<b>生あみ</b>	<b>60g</b>	<b>437</b>
2p	隔週 0715	<b>うずら豆</b>	<b>100g</b>	<b>351</b>
	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
2p	隔週 0719	<b>竹の子土佐煮</b>	<b>60g</b>	<b>340</b>

### ▽炊き込み・混ぜご飯の素▽

	0720	練 五目寿司の素(2合用)	200g	589
3p	0721	<b>練 中華丼の具</b>	<b>180g×2</b>	<b>616</b>
	隔週 0722	国産きのこご飯の素	170g	518
	0723	練 鮭のづけ丼	150g	697
3p	隔週 0724	<b>まいたけご飯の素</b>	<b>170g</b>	<b>540</b>

### ▽スープ▽

	0801	<small>【アーザドライ】</small> わかめみそ汁	9g×6	383
2p	0802	<small>【アーザドライ】</small> 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	<b>練 点心えびしゅうまい</b>	<b>27g×7</b>	<b>535</b>

## 興農ファーム

翌々週配送品 (2/23~2/27)

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  
200g 1,031円  
絹引きにした口当たりの良いウィンナー



[5826] 冷凍粗挽き  
ミニウィンナー 150g 864円  
「あらびきウィンナー」のミニサイズ  
[5829] 冷凍パクパク (4p)  
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。

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

### ▽揚げ物・他▽

0805	練 大きな豆腐肉団子	340g	589	3p
0806	冷凍 ふんわり豆腐ハンバーグ	90g×3	589	
0807	冷凍 ごぼうとひじきの豆腐団子	18g×8	497	

### ▽レトルトカレー類▽

0808	タイ・グリーンカレー	170g	540	
0809	タイ・レッドカレー	170g	540	
0810	タイ・ベジタブルカレー	170g	540	
0811	タイ・マッサマンカレー	170g	540	
0812	有機キーマカレー・中辛	140g	432	
0813	<small>【レトルト】</small> ベジタリアンのための野菜カレー	200g	464	3p
0814	<small>【レトルト】</small> ベジタリアンのための豆カレー	200g	464	3p
0815	<small>【レトルト】</small> ベジタリアンのための根菜カレー	200g	464	3p
0816	チキンカレー辛口	180g	561	
0817	ひよこ豆カレー辛さ控えめ	180g	561	
0818	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マッシュルームスープ	400g	600	3p
0821	activus・OGミネストローネ	400g	600	
0822	activus・OGピーツスープ	400g	600	
0823	activus・OGコーンスープ	400g	600	
0824	activus・OGチリピーンスープ	400g	600	
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	練 興農ミニハンバーグ	35g×5	929	
翌々週 5842	練 興農生ハンバーグ	100g×2	886	5p
翌々週 5843	練 興農ビーフコロツケ	160g(2ヶ)	605	
翌々週 5844	練 興農メンチカツ	200g(2ヶ)	913	

## 興農ファーム

翌々週配送品 (2/23~2/27)

**つなぎ剤を一切入れないので  
肉本来の旨味が良く出ています**



[5828] 冷凍ウィンナーソーセージ  
150g 864円  
[5825] 冷凍あらびきウィンナー  
150g 864円

バジルの風味が食欲をそそる  
[5830] 冷凍バジルポーク  
ウィンナー 150g 864円  
チーズの美味しさがプラス  
[5837] 冷凍チーズ入り  
ウィンナー 150g 864円

北海道に自生する「行者にんにく」は、ニンニクとニラを合わせたような味と香りがし、肉にとっても良く合います。  
冷凍行者にんにく入り  
[5827] 冷凍ウィンナー 150g 864円  
[5834] 冷凍フランク 50g×5 1,291円

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戸の生乳だけで限定して作られる、東毛酪農のスタンダード商品です。

パスチャライズド63℃30分殺菌。

ノンホモジナイズドですので静置しておくときクリームラインが浮かびます。イヤなおいやネバネバがなく、スッキリサラサラとした味わいの中に自然な甘さがあり、お腹がゴロゴロしていた方や牛乳嫌いの方にもこれなら飲めると喜んで頂いています。



#### 腸内環境を整える

牛乳・乳製品は腸内環境を良くする善玉菌を増やします。便の状態や腸の働きがよくなり、便秘解消にも役立ちます。



## 乳製品

※ビン容器を回収します。  
きれいに洗って返却して下さい。

### ▽牛乳・乳飲料▽

3p	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	464
	SP05	0950	ダブル 上記2p	901 <del>929</del>
		0902	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	500ml 281
1p		0903	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃ (ビン)	200ml 205
	SP05	0951	ダブル 上記2p	398 <del>419</del>
		0904	パスチャライズドコーヒー (ビン)	200ml 205



### 東毛酪農自慢の牛乳から作りました

#### [0952] 東毛酪農のこだわり ヨーグルトセット 1セット 534 ~~554~~円

内容…東毛酪農ピュアプレーンヨーグルト、  
ドリンクヨーグルト各1

### ▽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
1p	0906	ドリンクヨーグルト	200g	216

### ▽バター・他▽

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



### 好きなサイズにカットして使うブロックタイプ よつ葉 チェダーチーズ

乳原料は、北海道十勝産を100%使用。  
コクと酸味の絶妙なバランスがクセになる風味豊かなセミハードタイプのナチュラルチーズです。  
いろいろな食材と相性が良く、好きな形に切って使えるので、お料理をアレンジしたい時にも大活躍です。  
原材料…ナチュラルチーズ (生乳 (北海道十勝産)、食塩

### ▽よつ葉チーズ▽

2p	0911	チェダーチーズ	100g	432
4p	0912	シュレッドチーズ	250g	783
	0913	ゴーダチーズ	100g	448
	0914	カマンベールチーズ	90g	578

### 豆乳グルト

### 翌々調配送品

	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 <del>694</del>

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



### 浜田農園 自家製のジャム

#### 栃木 浜田農園 ブルーベリージャム

浜田農園の有機ブルーベリーと洗双糖 (島のきび砂糖) のみで煮詰めた、農家自家製のジャムです。果実本来の甘みや美味しさを生かすため、砂糖は控えめに作りました。一般品では糖度70くらいが通常

ですが、本品は果実糖度が約14%、洗双糖糖度が約30%、最終糖度44~46%に仕上げました。

さらっとしてフルーツソースのようにも使えます。

ヨーグルトなどの乳製品との相性は抜群です。

原材料…ブルーベリー、洗双糖



## ジャム・蜂蜜類

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

4p

### ノヴァ ワイルドアプリコット

トルコ・マラティア地方産のあんずの原種を使用。甘酸っぱさがクセになります。漂白剤を使用しないため、色は天然褐色。

種なしのハーフカットで食べやすい大きさです。

原材料…有機あんず 原産国…トルコ



### ノヴァ ホワイトマルベリー

日本名で桑の実。ビタミンやミネラルが豊富で、キャラメルのような濃厚な甘みと、ぶちぶちとした独特の食感が特徴です。

そのまま召し上がるほか、グラノーラに加えて。

原材料…有機マルベリー 原産国…トルコ



### ノヴァ デーツ

乾燥なつめやし。上質な黒糖のような、まったりとした甘みが特徴です。

ビタミン類やマグネシウムなどのミネラル類を豊富に含んでいます。

原材料…有機デーツ 原産国…アメリカ



デーツはナッツやチーズとの相性もよく、  
実を縦にカットして挟むひと手間で、  
簡単にアレンジがお楽しみいただけます。  
紅茶やコーヒーの茶菓子にぴったりです。



## ドライフルーツ・ナッツ

	0920	レーズン	120g	497
	0921	プルーン (種あり)	150g	842
	0922	干しいちじく	150g	972
	0923	干しあんず	100g	778
	0924	ドライ克蘭ベリー	70g	605
	0925	ドライブルーベリー	60g	1,026
	0926	ウォールナッツ (くるみ)	80g	886
	0927	ローストアーモンド	80g	864
	0928	ローストカシューナッツ	80g	1,058
	0929	ローストヘーゼルナッツ	80g	799
	0930	オレンジスティック	80g	680
	0931	有機オリーブの宝石	100g	1,058
月1	0932	パナナコイン	70g	616
月1	0933	プレミアムドライマンゴー	50g	799
月1	0934	かぼちゃの種	70g	540
月1	0935	ワイルドアプリコット	80g	713
月1	0936	ホワイトマルベリー	50g	702
月1	0937	デーツ	100g	648

4p

4p

3p



## 天然酵母パン ザクセン

※火・水・木曜コースはザクセンはお休みです。

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** 4ヶ 632円  
原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩

家庭でお子さんのために  
作ったような、  
安心できる材料で作りました

[1082] **メロンパン** 1ヶ 329円  
原材料…小麦粉（国産）、洗双糖、卵（平飼卵）、バター（国産）、酵母、天塩、国産レモン果汁

北海道産小豆 餡でつくった  
あんパンです。

[1070] **あんパン** 2ヶ 513円  
原材料…あんこ、小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、ごま（ボリビア産オーガニック）

よもぎパン生地の中に  
つぶあんを入れました

[1081] **よもぎあんぱん** 2ヶ 513円  
原材料…あんこ、小麦粉（国産）、洗双糖、天然酵母、天塩、ごま（ボリビア産オーガニック）

全粒粉とライ麦入り  
自家製ライサワーが、  
具材の味を引き立てます

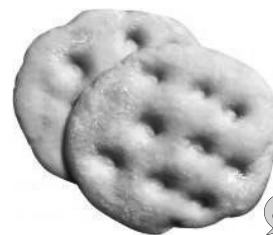
[1079] **サンドイッチブレッド** 4枚 335円  
原材料…小麦粉（国産）、小麦全粒粉、有機ライ麦粉、天然酵母、洗双糖、天塩、有機ひまわりの種、ライサワー

国産小麦粉と米粉の  
ふんわり白パン

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

パルメザンチーズを  
乗せて焼きました。

[1085] **チーズのプチパン** 3ヶ 470円  
原材料…小麦粉（国産）、パルメザンチーズ、洗双糖、天然酵母、天塩

シンプルなピザ生地  
直径約16cm、厚み約2cm

[1086] **ホシノ酵母のピザ台** 2ヶ 464円  
原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、天塩、洗双糖

## 広島・おへそ



[1078] **有機食パン (6枚スライス)** 6枚切り 632円  
原材料…有機小麦粉、有機砂糖、天然酵母、食塩



[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



[1091] **冷凍ピザクラスト** 2枚18cm 713円  
原材料…小麦粉（熊本産）、全粒粉（広島産）、天日塩（オーストラリア産）（一部に小麦を含む）

石臼で素焼きした  
ブレインな  
ピザベースです。  
国産小麦100%。  
生地は小麦・塩・水のみで  
じっくり発酵させる  
伝統製法ピザ。  
自然解凍後、  
お好みのソース、  
おトッピングを載せて  
オーブンで焼いて下さい。

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

## パン

規格は生地の重量表記です

型油…なたねサラダ油を使用

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

3p	1051	食パン	糖	1斤	486
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
	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	パタール	糖	230g	486
終売	****	クロワッサン	糖・バ	2ヶ	562
	1060	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	621
	1061	プチパン	糖	5ヶ	518
	1062	ごまコッペ	糖	1ヶ	443
	1063	プチレーズン	糖	5ヶ	621
	1064	くるみのプチパン	糖・マ	4ヶ	605
	1065	よもぎパン	糖	5ヶ	621
	1066	ベーグル（プレーン）	糖	約70g×3	643
終売	****	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
----	----	----	-----------	------

終売	****	あんこデニッシュ 糖・バ	2ヶ	621
終売	****	かぼちゃデニッシュ 糖・バ	2ヶ	605

1070	あんぱん	糖	2ヶ	513	3p
------	------	---	----	-----	----

## ▽おへそ▽

1091	冷凍ピザクラスト	2枚18cm	713	4p
1092	冷凍ミニピザ・ホワイトソース&コン	1枚15cm	994	
1093	冷凍ミニピザ・マルゲリータ	1枚15cm	821	
▽ファーマーズファクトリー▽				
1094	冷凍牧場のピッツァ・マルゲリータ	18cm	982	

ドライトマトとバジル入りの  
セミハードパンです。  
ザクセンドライトマトとバジルのセミハードロール  
ドライトマトのパン生地に有機バジルの  
香りをプラスした食事パンです。国産小麦  
とホシノ天然酵母でつくったパンです。原材料…小麦粉（北海道産）、ドライト  
マト（トルコ、海塩）、粗糖、ホシノ天然  
酵母、食塩、有機バジル

[1072] **ドライトマトとバジルのセミハードロール** 5ヶ 616円

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



簡単セロリのおかず！  
グリーンセロリの歯ごたえと、  
さわやかな香りが格別です。

### 豚肉とセロリの炒め物

作り方…①グリーンセロリは筋を取り、長さ3cmくらいの短冊に切る。  
②豚うす切り肉は2cmくらいに切り、  
醤油大さじ1をかけて下味をつけておく。  
③フライパンに油を熱し、豚肉を入れて、ほぐしながら炒める。肉の色が変わったらセロリを加え、  
サッと炒めて醤油大さじ1、塩、コショウで味を調える。

[0129] グリーンセロリ 1/2株 302円

### 冷凍 健康豚 パラパラ小間切れ

ウデ肉・モモ肉を約2～3mmにスライスし、  
バラ凍結にしました。



## 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 冷蔵 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 冷蔵 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Oに。

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

5p 1104 冷蔵 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ももどで飼育し、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 冷蔵 健康豚 ローススライス 150g 795

4p 1122 冷蔵 健康豚 ロースしゃぶ用 150g 811

1123 冷蔵 健康豚 モモスライス 150g 667

4p 1124 冷蔵 健康豚 モモしゃぶ用 150g 761

1125 冷蔵 健康豚 バラスライス 150g 708

1126 冷蔵 健康豚 生が焼スライス 150g 728

1127 冷蔵 健康豚 ヒレ 150g 1,084

1128 冷蔵 健康豚 ロース切り身 80g×2 771

1129 冷蔵 健康豚 挽肉 150g 513

4p 1130 冷蔵 健康豚 野菜炒め用小間切れ 150g 546

1131 冷蔵 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 冷蔵 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。

## ☆価格は税込み

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

大根おろしをたっぷり加えて、  
さっぱり味のお鍋です。

### おろし鍋

材料（4人分）…豚ロース薄切り  
肉400g、大根おろし600g、木綿  
豆腐1丁、椎茸8個、長ネギ2本、  
ほうれん草1袋、水5カップ、酒大  
さじ3、ポン酢・人参（飾り切  
り）適量

作り方…①豚ロース肉は食べやすい大きさに切る。椎茸は石突き  
を落として十字に切り込みを入れ、長ネギは1cm 幅の斜め薄切り  
にする。木綿豆腐、ほうれん草は食べやすい大きさに切る。人参  
は1cm幅の輪切りにし、星型で抜く。 ②鍋に水を入れ、長ネ  
ギ、木綿豆腐、椎茸、人参を入れて中火にかけ、ふたをして煮  
る。 ③煮立ったら、ロース肉、ほうれん草を入れ火を通し、最  
後に大根おろしを加えて完成。ポン酢でいただく。

3p [2154] 有機ポン酢醤油 250ml 464円  
[0125] 大根 1本 313円



### 健康豚 ロースしゃぶ用 健康豚 モモしゃぶ用

しゃぶしゃぶ用に薄切りにスライスしました。しゃぶしゃぶやお  
鍋、肉巻き、煮物などにもご利用ください。

### 翌々調配送品

### ▽北海道 興農豚▽

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

5851 冷蔵 興農豚 ロースしょうが焼 200g 1,085

5852 冷蔵 " ロースしゃぶしゃぶ用 200g 1,188 6p

5853 冷蔵 " バラスライス 200g 977

5854 冷蔵 " ローストンカツ用 200g 1,166

5855 冷蔵 " ヒレロカツ用 200g 1,193

5856 冷蔵 " ヒレブロック 300g 1,588

5857 冷蔵 " バラブロック 500g 1,993

5858 冷蔵 " 挽肉 250g 940

5859 冷蔵 " 徳用豚挽肉 400g 1,426

## 中華の皮

1208 地粉餃子の皮 20枚 259

1209 極厚全粒粉餃子の皮 20枚 335

1210 シューマイの皮 30枚 194

1211 春巻きの皮 10枚 362

1212 ワンタンの皮 20枚 254

高温で一度半生の状態に焼いてあるので、  
パリッと香ばしく揚がります。

これが春巻きの皮専門店の技

三立食品 春巻きの皮みちのく

国産の小麦と塩だけで製造しまし  
た。一枚一枚がはがしやすく、厚みが  
均一で揚げ上がりが大変綺麗です。パ  
リッとした歯ごたえが味わえます。

原材料…国産小麦、天塩



### 翌々調配送品

月1 5308 春巻きの皮みちのく 10枚 367 2p

5309 " ダブル 上記2p 712円

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



温まるお料理をたっぷりどうぞ！  
『キムチ鍋スープ』もご利用下さい

### キムチチーズ鍋

作り方…①白菜、水菜はザク切りに、人参は薄切りにし、長ネギは斜め切り、豆腐は奴に切る。②鍋にだしつゆ、醤油、味噌を入れて、火にかけ、煮たら、鶏肉、水菜以外の野菜とキムチを入れて、アクをすくいながら煮る。③途中で、豆腐と水菜を加えて軽く火が通ったら、チーズを入れ、溶けたら、出来上がり。

4p	[0912] シュレットチーズ	250g	783円
2p	[2168] キムチ鍋スープ	600g	324円

**冷凍 播州百日鶏 もも**  
筋肉質で弾力のある食感とコクのある味わいが特徴です。



ごろっと入った野菜とジューシーな鶏肉。レモンバターが食欲をそそる一品です

### 鶏肉とじゃが芋、

### ブロッコリーのレモンバター炒め

作り方…①ブロッコリーは小房に切る。じゃが芋は皮を剥いて一口大、にんにくは潰して芽を取る。鶏肉は一口大に切って塩、こしょうで下味をつける。②じゃが芋は耐熱皿に入れ、塩少々、水大さじ1を加え、ふんわりとラップをして電子レンジ（600W）で3～4分加熱する。ブロッコリーを加えて塩を振り、さらに2分ほど加熱する。③フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れて弱火で加熱する。香りが出てきたら鶏肉を皮目を下にして並べ、中央で焼き、両面に焼き色をつける。にんにくは焦がさないように鶏肉の上のせながら焼く。④鶏肉をフライパンの端に寄せて、じゃが芋とブロッコリーを入れさっと炒め、バター、レモン汁を加えて炒め合わせ、器に盛る。

[0107] じゃが芋/男爵	700g	389円
[0128] ブロッコリー	1ヶ	313円

**冷凍 播州百日鶏 唐揚げ用カット**  
むね肉・もも肉を食べやすい大きさ（約25g）にカットしました。



## 鶏肉

### ▽兵庫 播州百日鶏▽

兵庫県多可町加美地区にある大自然の中で、太陽の光をいっぱい浴び、通常の飼育より長い、約百日という時間をじっくりかけて飼育された銘柄鶏。  
産地の加美町を流れる美味しい清水と、とうもろこしと大豆等の安全な飼料にこだわって飼育しています。

【飼育方法】開放鶏舎 平飼飼育

【飼育密度】一坪(3.3㎡)にだいたい20～27羽で飼育

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

4p	1301	冷凍 播州百日鶏 もも	200g	821
	1302	冷凍 播州百日鶏 むね	200g	788
	1303	冷凍 播州百日鶏 ささみ	200g	972
	1304	冷凍 播州百日鶏 挽肉	200g	878
	1305	冷凍 播州百日鶏 小間切	100g×2	786
4p	1306	冷凍 播州百日鶏 唐揚げ用カット 約25g×8		818
	1307	冷凍 播州百日鶏 ウイング	約80g×5	985
5p	1308	冷凍 播州百日鶏 レバー	200g	893

[0152] 大しょうが	100g	324円
--------------	------	------

冷凍 播州百日鶏 鶏レバー



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

## 加工肉

### ▽ファーマーズファクトリー▽

北海道『放牧豚』を使用。

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

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



牛肉でゴボウとニンジン、エリンギを巻いて、味噌で味付け。甘辛い味噌味のご飯が進むおかずです。

### 肉まき野菜の味噌煮込み

作り方…①ごぼう1/2本、人参1本、エリンギ80gを5～6mm角長さ10m位のスティックにする。1本ずつ組み合わせて牛ばら肉を巻き、軽く塩をふる。②フライパンにごま油を熱し①の表面を焼く。③鍋に、だし汁、醤油、砂糖、生姜、牛肉巻きを入れ弱火でコトコト15～20分（お好みの柔らかさで調整）④③に味噌を溶かし入れ、煮汁がなくなるまで煮込む。⑤1本を3等分し、皿に彩りよく盛り付ける。

油を熱し①の表面を焼く。③鍋に、だし汁、醤油、砂糖、生姜、牛肉巻きを入れ弱火でコトコト15～20分（お好みの柔らかさで調整）④③に味噌を溶かし入れ、煮汁がなくなるまで煮込む。⑤1本を3等分し、皿に彩りよく盛り付ける。



### 興農牛しゃぶしゃぶ用

モモ部位（ウチモモ・ランイチ・シンタマ）とバラ部位（トモバラ・プリスケ）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。

### 翌々調配送品

### ▽北海道 興農ファーム▽

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

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



鉄分補給、栄養豊富なおかず  
ボイルしたキャベツや人参など  
野菜と和えても食べやすいです

### 鶏レバーの甘辛生姜煮

作り方…①鶏レバーは食べやすい大きさにカットして、水で洗う。沸騰した湯にレバーを入れて30秒ほどくぐらせて、ざるで湯を切っておく。②鍋に（酒大さじ3、醤油大さじ2、みりん大さじ1、砂糖大さじ1、水100cc）と①をいれて中火で加熱し、アクが出てきたらすくう。③アクが出なくなってきたら、弱めの中火にして15分ほど加熱して煮汁を詰める。④調味料にとろみがついてきたら完成。お好みで青ネギをトッピングする。





地元の新鮮ないわしを使った  
鰯はんぺんなど、  
いちうちろこの人気の練り物を  
詰め合わせました  
南伊豆水産 おでん種セット

内容…いわしはんぺん2枚、小判揚げ2枚、ごぼう巻き2本、竹輪1本、たこボール2個、うずら卵天2個

原材料…魚肉（スケソウタラ、いわし）、澱粉（馬鈴薯）、砂糖、（洗双糖）、塩（粉碎塩）、発酵調味料（みりん、塩）、かつおだし、菜種油、ごぼう、うずら卵、一味とうがらし、たこ

揚げ物はすべて魚肉（無リン全糖すりみ）だけで、大豆タンパク等は一切使用していません。油は菜種油を使用しています。うずら卵天は地元のうずら卵を使用、たこボール、ごぼうつまみは当店独自の品です。それに竹輪と地元特産の黒はんぺん（鰯ハンペン）を加えた詰め合わせです。



解凍後そのままでも、  
おでん、煮物などにも。  
高橋徳治商店 冷凍 おとうふ揚げ  
北海道産の助宗タラすり身に国産大豆を使用した豆腐を合わせました。米油でじっくりと揚げられたすり身はふわっとした食感と大豆の風味・甘味が香る当社の人気No.1の商品です。

原材料…魚肉（タラ）、豆腐（大豆）、米油、馬鈴薯でん粉、砂糖、発酵調味料、カツオエキス



高橋徳治商店の  
無添加製品第一号のさつま揚げ  
高橋徳治商店 冷凍 お好みさつま揚げ

今から約40年以上前、3代目社長の高橋が埼玉県为学校給食を担当している管理栄養士と出会いました。そこで子供達が魚や野菜を残して困っているという話から、子供達が安心して食べられるよう添加物を無くしながら野菜がたっぷりに入った練り物の開発がスタートしました。

当時の形状や味わいとは異なりますが、子供達に安心して魚と野菜をたっぷり食べてもらいたいというコンセプトは当時のままです。  
原材料…魚肉（タラ、サケ）、キャベツ、ホタテ、全卵、煮出し汁（カツオ、サバ）、馬鈴薯でん粉、人参、酢漬け生姜（生姜、米酢、砂糖、食塩）、発酵調味料、長ネギ、砂糖、カツオエキス、食塩、食用米油



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

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

## 練り物

▽静岡 南伊豆水産			
1501	白かまぼこ（うろこちゃん）	150g	686
1502	小竹輪	30g×5	540
1503	" ダブル	上記2p 1,037	<del>1,089</del>
1504	鰯ハンペン	5枚	632
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
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	5p
▽宮城 高橋徳治商店				
1513	練 おとうふ揚げ	170g5ヶ	416	2p
1514	練 お好みさつま揚げ	160g2ヶ	513	3p
1515	練 さつま揚げ	190g4枚	508	
1516	練 ソフトはんぺん 卵	188g(4枚)	605	
1517	練 おとうふ揚げ（五目）	165g5ヶ	454	
終売	****	練 笹かまぼこ	115g(23g×5)	336 <del>481</del>
1520	練 いわしだんご	150g	508	
1519	練 ぼたんちくわ	150g	529	
1521	練 おでん種セット(7種13品)	卵378g	1,172	

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み  
一口サイズのカレーコロッケ



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ カレー

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

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



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ ビーフ

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

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み  
きんぴらごぼうを具にしました。



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ きんぴら

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

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



電子レンジ

練 雪むろ一口コロッケ 野菜

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

まきば

新潟

まきば

まきばの「雪室コロッケ」

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

▽レンチン雪むろ一口コロッケ▽

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

▽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	1527	冷凍	鶏肉の甘酢ごま煮	150g	621
	1528	"	ダブル	上記2p	1,192 <del>1,242</del>
3p	1529	冷凍	すきやき風コロッケ	150g	637
	1530	"	ダブル	上記2p	1,223 <del>1,274</del>
4p	1531	冷凍	ササミのチーズフライ	170g	826
	1532	"	ダブル	上記2p	1,586 <del>1,652</del>
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 <del>1,252</del>
3p	1535	冷凍	小松菜ごま和え	120g	616
	1536	"	ダブル	上記2p	1,182 <del>1,232</del>
4p	1537	冷凍	中華丼の素	230g	794
	1538	"	ダブル	上記2p	1,524 <del>1,588</del>

▽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、大豆たんぱく質にまつわる代替肉 (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	有機豆乳使用マカロニグラタン	200g	751
3p	1556	冷凍	グッドミーのベジタブル酢豚	6個入り	648

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 <del>1,234円</del>
原材料…鶏ササミ (米沢郷の鶏肉)、パン粉、小麦粉、卵、なたねサラダ油、塩、胡椒				



[1543]	冷凍	パクパク餃子	30個	1,296円
[1544]	"	ダブル	上記2p	2,488 <del>2,592円</del>
原材料…キャベツ、豚肉、餃子の皮、しょうが、にら、片栗粉、醤油、酒、ごま油、塩、胡椒				

ヘルシーなベジハンバーグ  
お好みのソースで煮込んだり、  
スープにもご利用ください



[1557]	冷凍	グッドミーのれんこんハンバーグ	4個	713円
原材料…連根、粒上大豆たんぱく、人参、セロリ、椎茸、パン粉、濃粉、小麦粉、生姜、発酵調味料、洗双糖、オールスパイス、サラダ油、食塩、胡椒				



[1541]	冷凍	ヘルシーナゲット	150g	713円
[1542]	"	ダブル	上記2p	1,369 <del>1,426円</del>
原材料…鶏ムネ肉 (長野産)、鶏挽肉 (長野産)、人参、玉ねぎ、ほうれん草、卵、小麦粉、牛乳、片栗粉、なたね油、塩、胡椒				



[1539]	冷凍	きつねごはんの素	150g	464円
[1540]	"	ダブル	上記2p	892 <del>929円</del>
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				

ヘルシーなベジミートボールです  
そのまま温めたり、お料理に加えて  
ご使用いただけます



[1558]	冷凍	グッドミーのミートボール	10個	680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				

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



[1581]	冷凍	豚まん	4ヶ	1,037円
原材料…皮【小麦粉 (小麦 (国産))、砂糖、牛乳、ラード (豚肉を含む)、イースト、食塩】、具【野菜 (国産 (キャベツ、たけのこ、長ねぎ、椎茸、玉ねぎ、生姜))、豚肉 (国産)、醤油 (大豆・小麦を含む)、豚脂 (国産)、砂糖、ごま油、馬鈴薯でん粉、清酒、こしょう)、打ち粉【小麦粉 (小麦 (国産))】/膨張剤				

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



[1590]	冷凍	肉にらまんじゅう	6ヶ	529円
原材料…具【野菜 (国産 (にら、白菜、長ねぎ、にんにく、生姜))、食肉 (国産 (鶏肉、豚肉))、豚脂 (国産)、醤油、ごま油、清酒、砂糖、食塩、酵母エキス、胡椒】、皮【小麦粉 (国産)、ラード、小麦たん白、食塩】、打ち粉【でん粉】				

国産小麦を使ったもちり皮と  
国産豚肉に塩麹の力が加わって  
うまみたっぷり肉餃子



[1583]	冷凍	肉餃子	12ヶ	572円
原材料…具【野菜 (国産 (キャベツ、にら、白菜、玉ねぎ、にんにく、生姜))、食肉 (国産 (豚肉、鶏肉))、豚脂 (国産)、塩麹、馬鈴薯でん粉、ごま油、醤油 (大豆・小麦を含む)、オイスターソース (大豆・小麦・いかを含む)、清酒、酵母エキス】、皮【小麦粉 (小麦 (国産))、食塩】、打ち粉【馬鈴薯でん粉】				

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



[1589]	冷凍	海鮮えび焼売	8ヶ	697円
原材料…具【えび (ベトナム、インドネシア)、野菜 (国産 (玉ねぎ、生姜)、豚脂 (国産)、いか (ペルー)、魚肉すり身 (たら (国産)、砂糖)、鶏肉 (国産)、つなぎ (でん粉)、粒状大豆たん白、砂糖、発酵調味料、食塩、ごま油、こしょう))、皮【小麦粉 (小麦 (国産)、食塩) /重曹				

## 口福広場 美勢商事の中華点心

長野県塩尻市 美勢商事株式会社製造。安心・安全で美味しい餃子と中華点心を食卓に届けます。  
可能な限り国産原材料にこだわり、合成保存料、合成着色料、化学調味料を使用せずに作っています。

### 冷凍点心

1584	冷凍	野菜たっぷり餃子	12ヶ	378
1585	冷凍	海鮮餃子	12ヶ	583
1586	冷凍	ひとくち餃子	20ヶ	551
1587	冷凍	肉焼売	8ヶ	670
1588	冷凍	海老ワンタン	15ヶ	535
1590	冷凍	肉にらまんじゅう	6ヶ	529

### 沓掛冷蔵

## 春巻とグラタンを手作りで製造 沓掛冷蔵



沓掛冷蔵  
KUTSUKAKENREISYOKU

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

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

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

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

## 不揃いなので格安でご案内

三陸水産の人気商品「紅鮭切身」  
製造時に出るカマや尾等の切り落しを詰め合わせました



味噌仕立てで  
石狩鍋に  
鮭と野菜を味噌仕立て  
の出汁で煮込む、北海道  
を代表する郷土鍋料理  
[2105] ヤマキ有機玄米味噌  
500g 999円  
[0126] キャベツ  
1/2ケ 184円  
[0203] えのき茸  
100g 194円



[1619] 冷凍紅鮭  
切り落とし (カマ・他)  
300g 780 ~~956~~円

正規品は  
こちらです



冷凍紅鮭 (甘塩)  
[1610] 2切れ 983円  
[1611] 徳用 5切れ 2360円  
ロシア産の新鮮な紅鮭を天日塩の  
みで漬け込み、切身にしました

唐揚げに  
片栗粉をまぶしてカラッと  
揚げる。脂がのっているの  
で、それだけでもOK! タル  
タルソースを添えれば立派  
な一品に  
[2007] 片栗粉  
200g 281円



鮭としめじの炊き込みご飯  
鮭の旨みで出汁いらず。あら  
かじめ焼いたものを炊き込  
めば、香ばしさが加わります  
[0206] しめじ (ヒラタケ)  
100g 184円  
[0208] 本しめじ (ブナシメジ)  
約180g 248円



## 海産

### ▽刺身・生食用▽

5p	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604	冷凍 ネギトロ用すき身 (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▽

	1610	冷凍 紅鮭 (甘塩)	2切れ	983
	1611	冷凍 〃 徳用	5切れ	2360
	1612	冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1613	冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
	1614	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788
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

### ▽漬け魚▽

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

### 高尾の魚

#### 翌々週配送

特製の味噌が  
サケの味を引き立てる

[5653] 冷凍サケ味噌漬  
2切れ 1172円 6p



### ▽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

6p  
5p



塩麴の甘みと  
ほんのり香る  
酒粕の豊かな風味

[1732] 冷凍紅鮭の塩麴粕漬け  
1枚 756円

天然の紅鮭 (ロシア産) 切身を自家  
製の塩麴粕床に漬け込みました。



酢の物だけじゃない  
スープにも

[1813] 冷凍沖縄県産  
塩もずく 200g 346円

塩抜き後、三杯酢でもずく酢やサラ  
ダ、スープでも美味です。

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



脂のりの良い  
シマホッケを厳選

[1731] 冷凍シマホッケ開き  
2枚 794円

アメリカ産/ほどよい塩加減で身  
離れが良く、脂が溢れます。



[1618] 冷凍サバフィーレ (無塩)  
2枚 1,620円

ノルウェー産/無塩だから、塩焼  
き・味噌煮様々なお料理に



[1730] 冷凍サバみりん干し  
2切 643円

ノルウェー産のサバを、みりんダ  
レに漬け込み、乾燥させました。



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)		2160
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				
▽うなぎ▽				
13p	1715	冷凍 鹿児島産うなぎ蒲焼き 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
	1719	〃 むき身 S 約200g		1825
	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 アシ開き 2枚		810
	1726	〃 ダブル 2枚×2	1539	<del>1629</del>
	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	
1752	冷凍 まぐろ肉だんご黒酢あん 160g		454	3p
1753	冷凍 日本のやさしいアジフライ 50g×4		778	
1754	冷凍 揚げだ!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	



**鮪を使った団子に  
黒酢ソースを絡めました**  
[1752] 冷凍 まぐろ肉だんご 3p

**黒酢あん 160g 454円**  
あらかじめ炒めておいたピーマン・玉ねぎ等の野菜に合わせても  
原材料：だんご【メバチマグロ、玉ねぎ、豚肉、馬鈴薯澱粉、菜種油、鶏卵、小麦粉、ねぎ油（菜種油、白ねぎ、にんにく、生姜、唐辛子）、醤油、酒、食塩、胡麻油、生姜、コショウ】、ソース【砂糖、黒酢、醤油、馬鈴薯澱粉】

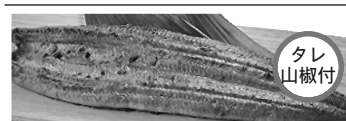


**口いっぱい広がる  
牡蠣の芳醇な香り**  
[1617] 冷凍 蒸し かき 5p

**70g 875円**  
宮城県で水揚げされたばかりの新鮮なかき貝の旨みを閉じ込めるスチームボイル加工。解凍後、そのままお召し上がりいただけます。もみじおろし・レモン・ポン酢などをつけるのもおすすめです。

## 海藻、のり

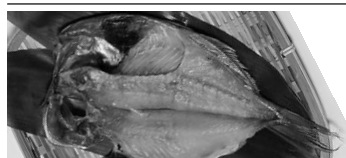
▽海藻、のり▽				
1801	鳴門生わかめ (塩蔵) /徳島	150g	535	
1802	カットわかめ	35g	875	
1803	三陸茎わかめ 剣山裂き	250g	470	
1804	海草サラダ	100g	351	
わかめ・茎わかめ・昆布・赤すぎのり・赤のりなど。塩蔵				
1805	寿司はね焼のり 福岡 全形10枚		734	4p
1806	焼ききざみ海苔	20g	605	
1807	おにぎり用焼き海苔 2ツ切10枚×3		1501	7p
1808	板海苔/宮城産 全型×10枚		864	
1809	焼き海苔/宮城産 半裁×20枚		886	
1810	食卓焼き海苔/宮城産 4枚×25		713	
1811	刻みねこあしがごめ昆布 50g		632	3p
1812	冷凍 生芽かぶとろろ	100g	265	



**[1715] 冷凍鹿児島産  
うなぎ蒲焼き 長焼き 110g 2,630円**  
ふっくらした食感。広い池で飼育された健康なうなぎを使用



**[1620] 冷凍北海道産いかそうめん 1枚 1,426円**  
温玉をのせて醤油で食べたり、サラダ、和え物などのアレンジ料理にも



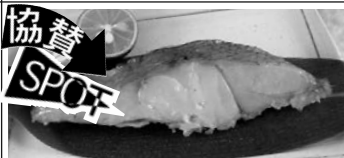
**[1729] 冷凍金目鯛開き 2枚 794円**  
宮城県産の小ぶりの金目鯛を塩だけで干しあげました。



**[1807] おにぎり用焼き海苔 2ツ切10枚×3 1,501円**  
若芽の内に摘み取った海苔で、やわらかく、香りが良い



**[1602] 冷凍三陸水産の  
辛子明太子 80g 1,010円**  
鰯節、昆布の豊かな風味をお楽しみください。



**[1733] 冷凍こだわりの味噌漬 本目抜き 1切 778円**  
本目抜きは、程よい脂で、淡白ながら旨味の強いのが特徴です



**[1621] 冷凍 (無塩) 銀ダラ切身 2切 994円**  
身がやわらかく脂が乗っています。そのまま焼くほか、煮つけにも



**[1728] 冷凍赤魚開き一夜干し 1枚 578円**  
アメリカ産。脂がしつこくなく、旨味のぎゅっと詰まった一夜干し



**スープの具に  
水で戻したがごめ昆布を、  
スープに入れて。豆腐や溶  
き卵を入れて、ボリューム  
アップ!**  
[1811] 刻みねこあしがごめ昆布 50g 632円  
強い粘り気が、身体に良いとされています

**[0501] 平飼有精卵 10ヶ 610円**  
**[0514] 木綿豆腐 350g 243円**

**[2510] チキンコンソメ 10g×8 540円**



愛知県が誇る名物味噌煮込みうどん。  
八丁味噌のコクがうどんにしみ込み、  
心身共に温かくなります。  
風邪引き対策にも効果絶大ですよ  
まるや八丁味噌レシビ  
**味噌煮込みうどん**

作り方…①冷凍うどんは水にさらして軽くほぐし、油揚げは細長い千切り、椎茸は軸を取る。鶏肉は一口大に切る。長ネギは斜めにスライス。②一人用土鍋に、出し汁約400ccと（八丁味噌・赤だし味噌各15g、みりん大さじ1/2～1）を入れ、混ぜながら中火にかける。煮立ち後、鶏肉を入れ、火が通ったら具材を入れる。③蓋をして中火で2～3分煮こむ。更に卵を割り入れ、蓋をして2分ほど火を通し、かまぼこを入れて直ぐに蓋をし、火を止める。お好みで七味唐辛子をふりかける。



4p [2111] 有機八丁味噌 300g 756円  
[2112] 有機・赤だし八丁味噌 450g 969円

### 金子製麺 季穂地粉生うどん太麺

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



### 金子製麺 ふわふわもちもちむっちりうどん

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



### 七星食品 冷凍さぬきうどん

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

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

## 麺類

### ▽生麺▽

2p	隔週	2401	ふわふわもちもちむっちりうどん	200g×2	329
2p	隔週	2402	季穂(きすい)地粉生うどん(太)(2人前)	130g×2	297
	隔週	2403	季穂石臼生粗挽きそば	130g×2	486
	隔週	2404	足柄古式生そば	130g×2	400
	隔週	2405	あしがら車屋 醤油らーめん	2食	443
	隔週	2406	〃 味噌らーめん	2食	481
	隔週	2407	〃 塩らーめん	2食	481
		2408	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	518
		2409	せいろ麺上選太焼きそば(ソース無)	2食	324



### 茹で時間90秒

#### 金子製麺 生スパゲティ

デュラル小麦（カナダ産）・地粉全粒粉（国内産）を使用。風味豊かでコシが強く、もちもち食感の本格生パスタに仕上げました。

原材料…デュラル小麦粉（カナダ産）、地粉全粒粉、小麦たんぱく、卵白、食塩、加工デンプン（打ち粉）

2p		2410	生スパゲティ 卵	150g×2食	335
		▽冷凍麺▽			
2p		2411	練 さぬきうどん	200g×3	410
		2412	〃 ダブル	上記2p	788 <del>829</del>
		2413	練 十割生そば	130g×2	594
		2414	〃 ダブル	上記2p	1,129 <del>1,188</del>
		▽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
2p		2417	足柄古式そば	240g	356
3p		2418	究極そば	200g	535
3p		2419	特選そば	200g	562
		2420	さくらの焼そば	114g×2	443

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	
2426	国内産エルボパスタ	300g	443	
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

### ▽煮干し▽

2503 天日三陸煮干し 100g 972

### お料理のだしに、トッピングに お料理の味わいを深めます。

#### 新丸正 鯉平削り（花カツオ）

鯉荒節を平らに薄く削ってあります。鯉荒節は、だしをとった時の香り、コク、のびが特に強く、料亭などの専門店でも、短時間で香りのよいだしを取りをしたい場合に使われる削り節です。

使い方…水200CCを加熱したら弱火にして本品を10g入れ、アクを取りながら2～3分煮れば、香り高いおだしがとれます。



原材料…かつおのふし（焼津産）

### ▽削りぶし▽

2504	鯉平削り（花カツオ）	40g	405	2p
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



大根おろしと葛で作ったあんをのせたやさしい味。体が温まるお蕎麦です。  
体調が優れない時にも、おすすめします。

### 雪見そば

作り方…①大根をおろして、熱した昆布だし汁に入れ、酒と塩を加えてさっと煮る。倍量の水で溶いた葛粉をまわし入れてとろみをつけ、ソースをつくる。②そばはゆでて、水で洗う。そばつゆは温めておく。③そばを器に盛り、そばつゆをかけ、その上に大根おろしソースをのせて、シソの葉の千切りを散らす。

### 金子製麺 足柄古式そば

北海道幌加内産そば粉と国産小麦農林61号を使用。（五割そば）

### 山本食品 究極そば

国内産そば粉9割、つなぎの長野産小麦粉1割という配合の究極のそばです。

### 山本食品 特選そば

国内産そば粉100%使用した、十割そばです。





### 胃腸の疲れに、本葛の葛湯をどうぞ 無双本葛・粉末

イモデンプンを含まず、鹿児島を中心とする南九州産本葛100%。  
葛湯…鍋にくず粉1に対し水10～15の割合でよく混ぜ、中火でくず粉が鍋底に沈殿しないようによく練り、透明になったら更に1～2分練って出来上がりです。  
原材料…本葛（南九州産）

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

## 粉・豆・ごま

### ▽粉▽

	2001	おいしい強力粉	400g	302
	2002	こな屋さんの南部地粉（中力粉）	1kg	518
	2003	地粉（薄力粉）	500g	400
	2004	国産有機白玉だんご粉	150g	480
	2005	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	410
3p	2006	<b>無双本葛・粉末</b>	<b>80g</b>	<b>594</b>
	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405



### シリングル天然重曹 重曹（ボトル入り）

「シリングル重曹」は、内モンゴル奥地のシリングル高原のトロナ鉱石から採取された、高品質の食品添加物用（ベーキングパウダー/ふくらし粉など）重曹です。便利なボトルに入り。

料理、食品の加工、野菜のアク抜き、キッチン洗浄、お掃除・洗濯、脱臭、入浴剤などに。

原材料…炭酸水素ナトリウム(中国内モンゴル自治区)

3p	2009	<b>重曹（ボトル入り）</b>	<b>380g</b>	<b>551</b>
	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



### 醤油、だし、味噌等の調味料と混ぜて 和え物・ごまだれ・ごまみそ等幅広く調理に 無双練り胡麻 白

苦味が出ないよう、軽く炒り上げた白胡麻を、粒子の細かいクリーム状にしました。  
鍋のつけだれ…練りごまに少しづつめんつゆを混ぜて、水適量を加えて味を調整する。

ふろふき大根のごまだれ…ボウルに練りごま、きび砂糖、醤油、米酢、味噌を順に入れて、よく練り混ぜる。

原材料…白胡麻（グアテマラ産）



4p	2017	<b>無双練り胡麻 白</b>	<b>210g</b>	<b>799</b>
----	------	-----------------	-------------	------------

## 乾物・缶詰・素材

### ▽乾物▽

2p	1815	とろろ昆布（富士酢使用）	30g	432
3p	1816	とろろ昆布	50g	524
	1817	塩吹昆布	35g	497
	1818	ひじき/国内産	40g	821

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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	
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	

### しっかりとしたつぶつぶの食感 シチューのトッピングに

#### とうもろこし缶（ホールカーネル）

北海道で契約栽培されたとうもろこしを、最旬の時期を逃さずに収穫。鮮度と風味を活かすため、現地の工場では収穫から短時間で缶詰めにパックしています。

サラダやシチュー、カレーライスなどのトッピングに。しっかりとしたつぶつぶの食感ですので、炒め物にご使用いただいてもおいしくお召し上がりいただけます。

原材料…スイートコーン（遺伝子組み換えでない）、食塩



### ▽素材・缶▽

	1911	<b>もろこし畑 ホールカーネル</b>	<b>180g×3</b>	<b>778</b>	4p
	1912	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	745	
	1913	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778	
	1914	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778	
	1915	ミニとろイワシ・味付	100g	378	
	1916	とろイワシ水煮	150g	497	
	1917	オイルサーディン	100g	443	
▽こんにゃく▽					
	1918	一穂のこんにゃく	300g	340	
	1919	一穂の生芋こんにゃく	230g	351	
	1920	手どりこんにゃく	250g	405	

### お鍋の具材に

#### 池谷 しらたき

国産こんにゃく芋粉を使い、昔ながらのバタ練り製法で作ったしらたきです。

原材料…こんにゃく芋粉(群馬、山梨)、水酸化カルシウム

#### 池谷 くろたき

国産こんにゃく芋粉に海藻粉を混ぜました。



	1921	<b>しらたき</b>	<b>230g</b>	<b>340</b>	2p
	1922	<b>くろたき</b>	<b>230g</b>	<b>351</b>	2p
	1923	乾燥糸こんにゃくがるんがあん	50g×4	680	

### 汁物・スープの具材に

#### ムソー とろろ昆布（富士酢使用）

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

「函館産真昆布」と「がごめ昆布」を7：3でブレンドしました。

原材料…真昆布（北海道尾札部産）、がごめ昆

布（北海道尾札部産）、米酢

#### 三陸水産 とろろ昆布

酢を使わず、瞬間的に蒸気を通して削りました。

定番はうどん・そば・お味噌汁の具として。また、玉子焼き・おにぎりに巻くなどの創作料理にも！

原材料…真昆布（三陸産）



ひとさじで

家の料理が「店の味」に

[2207] オイスターソース 115g 518円

瀬戸内海産カキエキスをベースに国産丸大豆醤油、三河みりん、魚醬などで味付け  
かきエキス、砂糖、醤油、食塩、みりん、でん粉、魚醬、レモン

3p



広島産カキを使用の

オイスターエキス

国産有機  
馬鈴薯  
でんぶん

熟成醗酵  
魚醬

三河  
みりん

国産有機  
丸大豆醤油



トマトと卵のスープ 5p  
[2159] 玉絞め一番搾り  
ごま油 180g 1,031円  
[0501] 平飼有精卵  
10ヶ 610円  
[0143] ミニトマト  
150g 378円

調味料

▽味噌▽

4p

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

▽塩・他▽

在庫  
限り

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

▽砂糖▽

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

▽塩こうじ▽

2134	有機玄米塩麹		170g	648
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

▽みりん類・料理酒▽

2139	味の母(みりん風調味料)		720ml	1080
酒	2140	三州三河みりん	700ml	1991
酒	2141	有機 三州味醂	500ml	2024
酒	2142	本みりん 福来純	500ml	1100
酒	2143	蔵の素 昔仕込本みりん	720ml	1815
酒	2144	特選・蔵の素(料理酒)	720ml	1452

▽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
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 有機すだちぼん酢		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
2162	日本オリーブ有機エキストラバージン	オリーブオイル	180g	1944
2163	〃		450g	3888
2164	カルボネール有機エキストラバージン	オリーブオイル	458g	2398
2165	パレスチナのエキストラバージン	オリーブオイル	273g	2009

▽季節限定・鍋つゆ▽

2166	みそちゃんこ鍋スープ		600g	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

2176	弓削多有機醤油		1800ml	2,722
酒	2177	三河みりん	1800ml	2,838



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
3p	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
	2210	有機麻婆の素	100g	281
2p	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
	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	
2302	奄美カレー中辛	180g	508	
2303	奄美カレー甘口	180g	508	
2304	カレースパイスセットレギュラー	5~6皿分	508	
2305	〃 ハード	5~6皿分	648	
2306	タンドゥリーチキン用スパイス11g(5~6人用)		432	
2307	スリカレー	34g(約8皿分)	561	3p
2308	カレーの壺 マイルド	220g/約18皿分	702	
2309	〃 オリジナル	220g/約18皿分	702	
2310	〃 スパイス	220g/約18皿分	702	
2311	果実と野菜の本格カレーペースト	180g	864	
▽シチューの素・他▽				
2312	ココナッツミルク	200ml	388	
2313	直火焙煎クリームシチュールウ	120g	454	
2314	オラッチェデミグラスソース	115g×2	799	
▽香辛料▽				
2315	すじ青のり	4g	367	
2316	山わさび	12g	324	
2317	七味	15g	616	
2318	ゆず七味	10g	389	
2319	白コショウ	20g	346	
2320	黒コショウ荒挽	20g	367	
2321	カレーの壺ベッパー 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・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	2p
▽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	

**米ぬか由来の栄養が健康にうれしい**  
**圧搾一番搾り国産こめ油**  
 [2174] 300g 950円  
 [2175] 600g 1296円  
 製造過程で溶剤を使わず、原料の国産米ぬかに圧力をかける「圧搾」のみで油分を搾りました。

**マイルドでクセがなく  
め酸化したくないので  
あらゆる料理におすすめ**

**圧搾  
一番搾り**

**溶剤  
不使用**

**国産  
米ぬか  
使用**

**「だし」の風味が  
楽しめる**  
 [2136] ヒカリ  
有機だしつゆ  
300ml 583円

国内産鰯節と昆布から極上のだしを自社でとり、有機本醸造醤油と合わせました

**国産わさび使用**  
 [2326] 旨味本来  
生おろしわさびチューブ  
40g 356円

ツンとした辛みのきいた西洋わさびに、すがすがしい香りの本わさびをブレンドしました。

水あめ、西洋わさび、本わさび、食塩、なたね油(遺伝子組換えでない)、植物繊維(じゃがいも：遺伝子組換えでない)、りんご酢・香辛料抽出物

[2149] 純りんご酢  
500ml 572円  
国産りんご果汁だけで醸造したフルーティーな酸味です。  
3p

[2111] 有機八丁味噌  
300g 756円  
大豆の旨みがギュッと詰まった深い味わい  
4p

[2165] バレスチナのエキストラバージンオリーブオイル  
273g (300ml) 2,009円  
スパイスな風味が。平和への願いが詰まったオイルです。食用オリーブ  
10p

[2307] スリカレー  
35g(約8皿分) 561円  
3p

[2168] キムチ鍋  
スープ 600g 324円  
2p

[2211] 有機回鍋肉の素  
100g 281円  
2p

スパイスホールとパウダーがセット。スパイスの香りが生きています

[2329] 唐辛子  
5g 281円  
2p

[2159] 玉絞め一番搾り  
ごま油  
180g 1,031円  
5p

[2154] 有機ポン酢醤油  
250ml 464円  
3p

豆板醤のピリ辛と味噌の旨味

米味噌をベースに、牡蠣エキスや醤油の旨み

鍋物だけでなく、焼き魚、サラダに  
有機醤油、有機米酢、有機ゆず、麦芽水飴、食塩、有機ゆづ、有機すだち、有機米酢調味料、昆布、有機乾しいたけ

有機栽培の「鷹の爪」を使用

淡麗な色と香り、芳醇な風味。浅く煎った白ゴマを、石臼で丁寧に濾過



## ミルクの風味を大事に大事に凝縮 生乳仕立てアイスクリーム 群馬 東毛酪農

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

水飴や粉乳、乳化剤・安定剤などは一切不使用。エイジング(熟成)を8~12時間

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

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

4p	2807	冷凍 牧場ミルクアイス	110ml×2	718
4p	2808	冷凍 はちみつバニラアイス	110ml×2	718
4p	2809	冷凍 ミルクコーヒアイス	110ml×2	718
4p	2810	冷凍 ミルクチョコレートアイス	110ml×2	718
4p	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
2813	北海道産有機小豆使用つぶあん	200g	441
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
2818	庄内干し柿	180g (4~6個)	1,004
2819	北海道あん玉	7ヶ	432

## 豆腐屋さんが作った豆乳ドーナツ

丸和食品 豆乳ドーナツてんさい糖  
国産小麦粉、国産大豆豆乳を使用し、水は使わず、豆乳のみで練り上げたドーナツ。食べやすい一口サイズです。

原材料…小麦粉(国産)、グラニュー糖(てんさい)、植物油、黒糖、豆乳(大豆を含む)、脱脂粉乳、水飴、食塩/膨張剤、カラメル色素(砂糖由来)

### ▽その他▽

2p	2820	豆乳ドーナツてんさい糖	155g	292
2p	2821	豆乳ドーナツ黒砂糖	155g	292



### そば粉

EU認定の有機発酵バター(18%使用)や有機小麦粉が使用され、素材の美味しさが最大限に生かされています。

原材料…そば粉、小麦粉、砂糖、バター、全卵粉末、食塩、脱脂粉乳/膨張剤

3p	2822	バタービスケット プレーン	5枚×4袋	540
3p	2823	バタービスケット そば粉	5枚×3袋	540
3p	2824	OGビスケット オーツ麦	5枚×3袋	540

バタービスケット そば粉  
1964年創業、フランス・ノルマンディの田舎町にあるビスケット・アベイ社で作られています。



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
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	

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



「Taste of Nature(テイストオブネーチャー)」は、オーガニック&高品質の原料にこだわったフルーツ&ナッツバーです。

お腹が減ってるけれど時間がないとき、いつでもどこでも健康的にお腹を満たしてくれます。

合成添加物・保存料は使用していません。

乳製品・砂糖も不使用です。(砂糖の代わりにアガベシロップを使用しています)



2832	OGフルーツ&ナッツバー アーモンド	40g	324	2p
2833	OGフルーツ&ナッツバー ザクロ	40g	324	2p
2834	OGフルーツ&ナッツバー メープル	40g	324	2p
▽あられ・煎餅▽				
2835	召しませ日本・玄米ぼん煎餅	7枚	356	

## いつでも手軽に玄米を

### アリモト 有機玄米プラス

いつでも手軽に玄米を食べられるようにお煎餅にしました。有機玄米のおせんべいに、体にいいモノをプラスした『有機玄米プラスシリーズ』です。



有機玄米100%使用。砂糖不使用、小麦不使用のたまり醤油を使った醤油味なのでグルテンフリーです。

2836	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	270	2p
2837	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	270	2p
2838	有機玄米プラス・めかぶ	30g	270	2p
2839	草加せん・ミックス	6枚	486	3p
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	
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	
2848	純国産北海道はちみつレモンのど飴	57g	302	
2849	プロボリスキャンディ	28g	346	2p

## プロボリスと天然酵母

第一酵母 コーボンのプロボリスキャンディ  
ブラジル産100%のプロボリス使用のキャンディで、コーボンの酵母ペーストを包み込みました。乾燥した場所や季節の変わり目、イガイガが気になる時にもおすすめ。

※プロボリスが配合されています。ピリピリ感が苦手な方にはおすすめできません。



原材料…麦芽水飴(国内製造)、砂糖(てん菜)、粗糖、天然酵母ペースト(りんご、みかん、砂糖(てん菜))、プロボリスエキス、菜種油



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

岐阜  
内堀醸造

## 酢造りは酒造りから

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



有機  
りんご果汁



純りんご酢

## 飲み物からお料理にも りんご果汁の優しい甘み

[3020] フルーツビネガー

有機りんごの酢 360ml 805円

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

有機りんご果汁、有機りんご酢



## シーザーサラダ ドレッシング

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

[2215] 平飼鶏の有精卵

マヨネーズ 290g 670円

## お茶各種

### ▽日本茶▽

8p	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 <del>4656</del>
	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▽

4p	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
	2615	草花茶	5g	864
4p	2616	紫蘇べに茶	5g	729
12p	2617	有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
	2618	カメリアティ(箱入り)	3g×30	3024
1p	2619	あずき美人茶	500ml	216
	2620	" 箱	500ml×24	4977 <del>5184</del>

### ▽紅茶▽

2p	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

価格は税込み

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

### ▽コーヒー▽

2627	パロ・ブランコーヒー(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	5p
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 <del>1814</del>
2640	〃 カフェインレス・無糖	1000ml	799
2641	"	1000ml×3	2278 <del>2398</del>

### ▽コーヒーフィルター▽

2642 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)▽

2643	神泉水	2ℓ	367	2p
2644	"	箱 2ℓ×6	2095	10p
2645	"	500ml×12	2279	11p
2646	"	箱 500ml×24	4558	22p
2647	あづみ野湧水	2ℓ	221	
2648	〃	箱 2ℓ×6	1301	



## フレッシュで目が覚めるような キリッと爽快なメントールの清涼感

[2661] 有機ペパーミントティー  
ティーバッグ 20g(20袋) 864円

リフレッシュしたいときや、食後スッキリしたいとき、集中力を高めたいときにおすすめです  
原材料: 有機ペパーミント(エジプト)

ミントチョコレートティー  
ティーカップに濃いめに淹れたペパーミントティーを注ぎ、チョコレートチップやココアパウダーを加える。



### 有機ドリップパック

[2633] 8g×10 983円

SPOFF [2662] ッダブル

上記2P 1,887 ~~1,966~~円



焙煎したての3種の有機コーヒー豆を丁寧に挽き、ブレンド

### [2601] 特上煎茶 (やぶきた)

100g 1,696円  
一番摘み極上煎茶。スッキリとした爽快な香りと、キリッとした喉越し、さらに、しっかりとしたコクを感じさせてくれます

▼有機ではありませんが、栽培はこれまでと同じです





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

## 甘酒・豆乳・しょうが湯

	2649	玄米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2650	白米甘酒(希釈タイプ)	250g	378
	2651	ときめく糀(ストレート・白米)	125ml	302
	2652	"	125ml×18	5334 <del>5443</del>
	2653	豆乳で元気	125ml×3	535
	2654	"	125ml×24	4191 <del>4289</del>
	2655	原豆乳	300cc	265
3p	2656	有機じんわ〜りしょうが	150ml	486
	2657	しょうが湯	20g×5	432
	2658	しょうが湯・箱入	20g×18	1274

## ジュース・シロップ

### ▽缶ジュース▽

5p	3001	信州まるごとりんごジュース	160g×6	1069
	3003	信州もも	160g×4	786
	3004	有機ぶどうジュース	160g×6	1037
	3005	オーガニックマトジュース有塩	190g×6	907
5p	3006	"	無塩 190g×6	907
	3007	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
	3008	"	無塩 190g×6	907
	3009	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
	3010	有機にんじんジュース	160g×6	1199
	3011	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3012	レモンサイダー	250ml×6	972
	3013	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
	3014	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
5p	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

### あずき美人茶

[2619] 500ml 216円  
[2620] 箱 500ml×24  
4,977 ~~5,184~~円

あずきの豊かな香りが広がる、ゼロカロリー飲料。ノンカフェイン

### [2622] 農薬を使わずに育てた紅茶

ケニア(ティーバッグ) 20袋 324円



標高が高く、昼間でも涼しく夜との寒暖差が激しいので、渋みが少なくマイルドな味になります

### [2613] アイリーミント

5g 659円



やさしい刺激のスペアミントと爽やかなブラックペパーミント

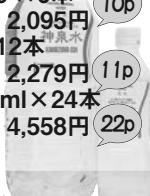
### 神泉水

[2643] 2ℓ 367円 2p  
[2644] ♪箱 2ℓ×6本 2,095円 10p

[2645] 500ml×12本 2,279円 11p

[2646] ♪箱 500ml×24本 4,558円 22p

秩父山系の湧水



### ケースでお得!

オーガニックマトジュース 無塩 5p

[3006] 190g×6 907円  
[3022] 箱 190g×30 4,445 ~~4,538~~円

完全熟した海外産オーガニックマトを使用

### ぶどうサイダー+レモン

[3015] 250ml×6 972円 5p  
[3023] 箱 250ml×30 4,763 ~~4,869~~円

有機果汁を85%使用。2種類のぶどうの甘味をいかしました

### 信州まるごとりんごジュース

[3001] 160g×6 1,069円 5p  
[3021] 箱 160g×30 5,239 ~~5,346~~円

ふじりんご主体の特有の淡い香りと濃厚な甘み

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

3019 新農研りんごジュース 1000ml 1064

3020 フルーツビネガー有機りんごの酢 360ml 805 4p

## サプリメント



春先をさわやかに  
過ごすために

[2708] はなどおり(カプセル) 90粒 2,592円 12p

中国安徽省または浙江省産の厳選されたタラヨウ(多羅葉)を100%使用。

○1日に6粒程度を目安に水またはぬるま湯などでお召し上がりください。

○体格などにより、4〜8粒など飲む量を調節できます。

はなどおり 12p

90粒 2,592円

中国安徽省または浙江省産の厳選されたタラヨウ(多羅葉)を100%使用。

○1日に6粒程度を目安に水またはぬるま湯などでお召し上がりください。

○体格などにより、4〜8粒など飲む量を調節できます。

### タラヨウ(多羅葉)

モチノキ科の植物。タラヨウを使ったお茶は古くから中国南部を中心に健康茶として飲用されてきました。味は非常に個性的で、強い苦味とさわやかな甘みを併せ持っています

### にがり不足の現代人に 安心の一滴

[2701]濃厚にがり液 海の調べ 50ml 421円 2p

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



### 翌々調配送

大自然の力を体内に  
できる限りシンプルに  
人の役に立つ酵母を育てる

コーボンは、静岡県伊豆天城山の  
大気中や常緑樹の葉などに生息  
する野生の天然酵母を採取し、果  
物に付着・自然発酵させ、菌の増  
殖・強化・安定・完熟させた、独  
自の酵母を多く含む発酵液です。

### コーボン

[5326] マーベル 525ml 5,378円 25p

原料: 果実(りんご、みかん、ぶどう、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母、オタネニンジン葉抽出液

[5325] うめ 525ml 4,212円 20p

原料: 果実(りんご、梅)、砂糖(てん菜)、天然酵母



月1登場

約20mlを、水・またはお湯で希釈してお飲み下さい

### ▽ドリンク・エキス▽

2701	濃厚にがり液 海の調べ	50ml	421	2p
2702	ロイヤルノニ(ジュース)	900ml	5335	
2703	有機梅肉エキス	40g	2700	
2704	生姜百景-GINGER SHOT	50ml	580	3p

### ▽パウダー・顆粒▽

2705	有機青汁粉末タイプ	3g×30	3498	
2706	有機雲南田七人參 顆粒	2g×30	9720	
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] はなどおり(カプセル) 90粒 2592 12p

2709 梅ぼしさん 10.8g 540

2710 青い瞳 BLUE EYES 120粒 8424

2711 E-SAN(イワシ油) 150粒 5184

2712 ギンコロイドF 120粒 4536

2713 オイスターFゴールド 2粒×30 7560

2714 有機梅醬 陽寿 250g 2052

2715 生姜・番茶入り梅醬 250g 1620

2716 有機梅干番茶(生姜入り) 8g×20 1782

2717 国産有機黒にんにく 120g 1449

水温の低い冬でも使いやすい 洗濯用液体石けん  
石鹼由来原料、合成界面活性剤、蛍光増白剤、カチオン界面活性剤、シリコン、鉱物油、合成ポリマー、合成防腐剤、合成香料、合成着色料はすべて無添加。



### デリケート素材もやさしく洗える 洗濯用液体石けん

#### ボックス洗濯用石けんソフト

100%自然由来成分の洗濯用液体石けんです。  
純石けんなので、日々の洗濯だけでなく、ウールやシルクなどのデリケート素材も手洗いでできます。  
植物油を原料にした高濃度の衣類用液体石鹸。

○無香料タイプ。

成分…純石けん分(36%、脂肪酸カリウム)



詰替用(1L)  
詰め替えやすい  
注ぎ口付き



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

## 石けん

### ▽洗濯用▽

8p  
5p  
18p

3102	あんしん(重曹入り洗濯用粉せっけん)	1.8kg	1,421
3103	ボックス洗濯用石けんソフト	1200ml	1,595
3104	〃 詰替用	1000ml	1,100
3105	〃 詰替用(大)	4000ml	3,894
3106	ボックスベビー洗濯せっけん	1200ml	1,188
3107	〃 詰替用	1000ml	770
3108	ボックス衣類のリンス	600ml	1,122
3109	〃 詰替用	550ml	660

### ▽台所用▽

3110	200番(液体)	800ml	1,001
3111	〃 詰替用	2300ml	2,321
3112	ナチュロン400番(液体)	500ml	825
3113	〃 詰替用	900ml	1,034
3114	台所用液体せっけんおれんじ	300ml	578
3115	〃 詰替用	900ml	1,146

### ▽浴用固形石けん▽

3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,122
3117	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g×3	3,173 <del>3,366</del>
3118	化粧石けんE(固形)	95g×3	561
3119	ボックスナチュロンクリームソープ	100g×3	726
3120	ボックスナチュロン 〃 SR	100g×3	891

### ▽ボディソープ▽

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

### ▽シャンプー▽

3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,584
3128	〃 詰替用	500ml	957

### 部屋干しにはぜひ、衣類のリンスを

あちあきの服に、ご使用いただく衣類の黄ばみや臭い、雑菌の繁殖を防いで、さわやかなフローラルの香りを楽しめます。

### 石けん洗濯のすすぎ残しによる

#### ボックス衣類のリンス

天然アロマで愉しく洗える、石けん洗濯専用のリンスです。100%自然由来成分使用。

クエン酸の力でなめらかで心地よい風合いに仕上げ、石けん洗濯のすすぎ残しによる衣類の黄ばみ・においを防ぎます。

消臭効果が期待される緑茶エキス配合。

○フローラルの香り

成分…クエン酸、天然ガム、エチルアルコール、緑茶エキス、ヒノキチオール、天然香料



品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
3129	ナチュロンリンス	500ml	1,584	
3130	〃 詰替用	500ml	957	
3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	2,178	
3132	〃 詰替用	400ml	1,540	
3133	Pax Olie ヘアコンディショナー	450ml	2,178	
3134	〃 詰替用	400ml	1,540	
▽ヘアトリートメント▽				
3135	ナチュロントリートメント	180g	1,716	
▽洗顔ソープ▽				
3136	ボ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	ボックスナチュロン石けんはみがき	120g	462	
3141	ボックスこどもジェルはみがき	50g	451	
3142	ボックスナチュロンソルティースけんはみがき	120g	506	
3143	ボックスナチュロン緑茶石けんはみがき	120g	946	
3144	ボックスナチュロンジェルはみがき	90g	704	
3145	ソルトdeはみがき詰替用	25g	440	
▽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	6p
3153	ボックス重曹F	2kg	1,361	

1ヵ月に一度は、洗濯槽のおそうじを!

洗たく機は使っているうちに、  
洗たく槽のウラ側に  
カビなどがつきやすくなります。

太陽油脂  
洗濯槽&パイプクリーナー

酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの相乗作用で洗たく槽や排水パイプ等、洗にくい部分の汚れを落とします。※ドラム式洗濯機には使用しないでください。

成分…過炭酸ナトリウム(酸素系)、アルカリ剤(重曹)、界面活性剤(純石けん)



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

## スキンケア

## ▽クリーム▽

3201	ナチュロンハンドクリーム	70g	935
3202	パックスベビー ボディクリーム (チューブタイプ)	50g	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▽

3205	パックスナチュロンUVクリーム	45g	1,870
	SPF30 PA++		

## ▽自然派化粧水▽

3206	オリマノグリーンローション	180ml	1,100
3207	オリマノオリブリーフローション	180ml	1,100

## ▽オイル▽

3208	オリマノノンパーシジョンオイルポンプ	200ml	4,620
3209	オリマノノンパーシジョンオイル	30ml	1,210
3210	シコリーブ 薬用スキンクリーム	80g	1,100
3211	ナチュロンオイル	60ml	1,452
3212	アルティメヌオリブスクワラン	60ml	2,552

## ▽アルヴィンゼ/ミル総本社▽

3213	乳清素肌ソープ	180ml	2,530
3214	〃 徳用	310ml	4,180
3215	乳清素肌ローション	80ml	3,630
3216	乳清素肌シルクローション	80ml	3,850

## ▽ナチュロン/太陽油脂▽

3217	フェイスクリアソープ	95g	1,320
3218	フェイシャルローション	100ml	2,112
3219	〃 詰替用	100ml	1,650
3220	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▽

3221	全身用ソープ泡(ポンプ式)	500ml	2,420
3222	〃 詰替用	500ml	2,200
3223	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	ワンタッチコアレックス (シングル)	6ロール	682

## ▽油こし器▽

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

## ▽その他▽

3316	ナチュロンスポンジ(台所用)	1ヶ	264
3317	〃 ナチュラル	1ヶ	264
3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	627
3319	粹水 すいすい	300ml	2,508
3320	〃 詰替用	300ml	2,174

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

3321	特選竹酢液	500ml	935	
3322	竹 炭	15cm×5	825	

## ボディクレイ



## 翌々週配送品 (2/23~2/27配送)

保湿入浴剤

## 水道水の塩素を緩和してお湯がやわらかねんどの入浴剤

ねんどが塩素を抑えて、お風呂のお湯のあたりをやわらかくします。お風呂上りは温泉に入ったようなしっとりとした肌に。  
顔や体に直接塗ってパックしたあと、そのまま湯船に浸かる「パック入浴」もおすすです。  
保湿成分も入っているため、薄く伸ばすとボディミルクとしてもご使用いただけます。



## カユミヤトラブル肌の改善にねんどのスキンミルク

しスキューケアに

粘土の配合が多く、皮膚効果で外界からしっかり肌を守ります。さらに余分な皮脂を吸着して肌を健やかに保ちます。ヒマワリ種子油が傷んだお肌をやさしく守ります。

## 使用方法

お風呂上がりに、乾燥の気になる部分に薄く伸ばしてお使い下さい。



乳液

## 肌馴染みがよく、サラッと軽いつけ心地ねんどのミルクローション

合成界面活性剤を使わずに豊富な保湿成分とホホバオイルを乳化したマイルドな乳液です。  
水分と油分のバランスを整え、揺らぎがちなお肌を優しく保護します。

単独で、またはお肌の状態にあわせて「ねんどのクリーム」やオイルと混ぜるなど自由に使えます。



ミニボーチ入り

## スキンケア5種類のミニセット

## ねんどのトライアルセット

フェイスクアの定番4アイテムに、人気NO.1の「ねんどのハミガキ」を加えた嬉しいセットです。オリジナルボーチ入りで持ち運びにも便利。

内容…フェイスソープ20g、ローション20mL、ミルクローション20mL、ハミガキ10g、パック15g×3P



## ボディクレイ

## 翌々週配送品 (2/23~2/27配送)

## ▽ボディクレイ/粘土科学▽

次回212

6902	入浴剤	300g	1,430	7p
6903	入浴剤徳用	1200g	3,960	18p
6904	ソープ	300g	1,650	
6905	ソープ徳用	1200g	4,730	
6906	パック	300g	2,090	
6907	パック徳用	1200g	5,830	
6909	クリーム	300g	2,530	
6910	シンプルジェル	300g	1,540	
6911	スキンミルク	150ml	2,310	11p
6912	フェイスソープ	130g	2,200	
6913	ハミガキ	100g	1,375	
6914	ミルクローション	120ml	2,310	11p
6915	ローション	120ml	1,980	
6916	モアクリーム	60g	3,630	
6917	リンス	300g	1,980	
6919	ハンドクリーム	50g	1,760	
6921	トライアルセット	1セット	1,980	9p

- ・石油由来成分は使用しません  
(界面活性剤、色素、パラフィン、シリコン、PEGなど)
- ・石油由来の防腐剤は使用しません(パラベン、フェノキシエタノール)
- ・合成香料は使用しません(エッセンシャルオイルのみ使用)
- ・ナチュラル・オーガニックコスメ認証 NATRUE取得
- ・動物実験に反対しています。



ヘアケア

ヘアケア特集

容量2倍でお得!

シャンプー



シャンプー

契約農家が栽培したネトル(西洋イラクサ)を自社抽出したエキスを配合!(カラーケアシャンプーを除く)  
※ネトルのエキ스는葉から抽出され、髪にツヤを与え、肌には鎮静効果があります。



使用方法

<シャンプー>

よく濡らした髪に適量を取り、頭皮をマッサージするように洗います。しっかりと洗い流した後、コンディショナーやトリートメントなどで髪を整えます。

ロゴナ ヘアケア

翌々週配送

■シャンプー

- 6760 ボリューム シャンプー<ピール&はちみつ> 250ml 2,530  
500ml 3,960
- 6761 〃 500ml 3,960  
ハリ・ボリュームアップ 細くコシの無い髪に  
ロゴナの大定番の髪を根元から立ち上げるシャンプー。
- 6762 エイジエナジー シャンプー<カフェ> 250ml 2,530  
年齢によるボリュームダウンに  
頭皮を整え、ハリのある健やかな髪に導きます。
- 6763 カラーケア シャンプー<ヘーゼルナッツ> 250ml 2,530  
ヘナでカラーリングしている髪の色染めの持続に  
髪をしっかりと補修しながら、カラーケアします。
- 6764 エッセンシャル シャンプー<ネトル> 250ml 2,530  
500ml 3,960
- 6765 〃 500ml 3,960  
全ての髪タイプに  
程よく泡立ち、頭皮の汚れをしっかりと洗い流します。  
サラサラの輝く髪に。
- 6766 シャイン シャンプー<アルガン> 250ml 2,530  
髪がまとまらない方に  
髪を芯から整え、扱いにくい髪をつややかに輝かせます。
- 6767 リペア シャンプー<ヒップファン> 250ml 2,530  
ひどいダメージ、枝毛・切れ毛に  
髪を芯から補修し、なめらかにまとまる髪に整えます。

■コンディショナー・トリートメント

- 6768 エッセンシャル ヘアコンディショナー<ネトル> 200ml 2,750  
全てのシャンプー仕上後に  
髪にツヤを与え、フケを防ぐと言われるイラクサ(ネトル)を配合し、まとまるのに重くなりません。
- 6769 シャイン ヘアコンディショナー<アルガン> 200ml 2,750  
髪のダメージが気になる方に  
ダメージが出やすい毛先までしっかり整え、櫛どおりの良い、ふんわり、サラサラの髪に。
- 6770 リペア ヘアコンディショナー<ヒップファン> 200ml 2,750  
乾燥してパサパサの方に  
芯からなめらかに整え、枝毛・切れ毛を防ぎます。オイル分で重くならない仕上がりで、櫛とおりよく仕上がります。
- 6771 シャイン ヘアフリュイド<アルガン> 75ml 3,080  
枝毛などで傷んだ毛先をなめらかに補修。  
髪全体に使えば広がりやすい髪を、美しく輝くしなやかな髪に整えます。洗いながさないヘアトリートメントです。

■ヘアオイル

- 6772 リペア ヘアオイル<ヒップファン> 75ml 3,080  
傷んだ髪を集中補修。  
髪的美容液のようなリッチなオイル。枝毛・切れ毛などのダメージヘアをケア。さらっとしていてべたつかず、艶と輝きを与えます。

■スカルプケア

- 6773 スカルプトニック<ネトル> 150ml 4,180  
毎日のスカルプケアに。  
強い髪と頭皮を育むオーガニック ネトル&白樺

コンディショナー

トリートメント

ヘアオイル

スカルプトニック



使用方法

<コンディショナー>

髪の方から塗布します。2~3分程成分の浸透を待ってから洗い流します。

<トリートメント>

タオルドライの後、髪になじませてください。すすぎの必要はありません。枝毛、切れ毛には朝のスタイリングの仕上げに少量塗布してください。

<ヘアオイル>

タオルドライの後、毛先に馴染ませ、乾かします。集中ケアには、乾燥した頭皮や髪に揉みこむ様にマッサージし、ホットタオルなどで巻き、その後シャンプーしてください。

<スカルプトニック>

①頭皮に直接ヘアトニックを塗布してください。

②指の腹で優しくマッサージ。(およそ1~2分程度)



## ヘアケア

## 洗いあがりパーフェクトな固形シャンプー

## ロゴナ ソリッド シャンプー

## 翌々配送

## ■固形シャンプー

6780 ソリッド シャンプー<ヘンプ&ネトル>  
60g 2,530  
マイルドに洗ってしっとり保湿 爽やかなハーブの香り

6781 ソリッド シャンプー<ヘンプ&エルダーフラワー>  
60g 2,530  
さらさら輝く髪に仕上がる  
繊細なフローラルフレグランスの香り

ボトルシャンプー約2本分

※使用量は髪の長さによって変わります。

ペットボトルを使わないため、余分なゴミを出さず、軽く輸送で環境に負荷をかけません。水環境中に放出されると分解されにくいシリコンを配合していないサステナブルな処方。

## 使用方法

湿った髪に直接擦りつけ、泡立ててください。頭皮をマッサージするように洗い、すすぎます。



## ボディケア

## お肌に”おいしい”製品

カカオ、オリーブなど食品でもおなじみのキー成分を配合したボディケア！

オリーブオイルやシアバターなどの植物オイルが潤いを与え、手肌を集中的にケアし保護します。つややかで輝く手に整えます。

## ロゴナ ハンドクリーム

## 翌々配送

6783 インテンシブ ハンドクリーム  
<オーガニック オリーブ> 75ml 1,540

オーガニックのカカオバターと植物由来のヒト型セラミドを配合、唇の乾燥を防ぎ潤いが持続します。荒れがちな唇の集中保湿ケアがかなうリップバームです。

## ロゴナ リップケア

## 翌々配送

6784 インテンシブ リップバーム  
<オーガニック カカオ> 4.6g 1,375



## しっかり選ぼう！自分に合うリップ

## キャレンデュラ

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

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



## ロゴナ リップクリーム

## 翌々配送

6785 リップクリーム<キャレンデュラ>  
4.5g 1,210

## farfalla

ファファラのこだわり

- ・ナチュラル、高品質のオーガニック原料（有機栽培）を使用しています。
- ・石油由来の化学合成された原料、ナノ原料、遺伝子操作された原料は使用しません。
- ・フェアトレードに取組み、環境へ配慮し、動物実験に反対しています。
- ・ナチュラル・オーガニックコスメ認証取得 NATRUE

## 芳香蒸留水

## 【芳香蒸留水】

古くから家庭の救急箱にも入れられてきた芳香蒸留水。植物の水溶性の成分をしっかりと含み、働きかける力を持っているため、ナチュラル&オーガニックコスメでは重要な配合成分として活用されてきました。その素晴らしい働きを体感してみてください。

使用方法：化粧水や、お肌のコットンパック、ヘアウォーター、コンプレス（清拭）、ルームスプレー、フレグランス代わりにお使いください。



## ファファラ 芳香蒸留水

## 価格改定

## 翌々配送

7520 芳香蒸留水 ネロリ<BIO> 75ml 3,300  
乾燥肌 清浄作用 フレッシュ、フローラル  
乾燥肌におすすめ。旅行中のリフレッシュにも。  
フローラルな香りで、気持ちも明るくなります。

7521 ティーツリー<BIO> 75ml 3,630  
ハーバル 渋みがある みずみずしい  
足先へのスプレーや、おむつケア。  
爽やかなうがいにも。

7523 芳香蒸留水 ローズ<BIO> 75ml 3,630  
透明感 引き締め フローラル  
敏感肌にうるおいを与えます。贅沢なローズの香り。  
スキンケアやヘアウォーター、リネンウォーターとしても。

7524 芳香蒸留水 ラベンダー<BIO> 75ml 3,080  
敏感肌 鎮静 フレッシュ、フローラル  
敏感なお肌、太陽を浴びたお肌におすすめ。  
気分転換の香りスプレーにも。

## パフューム

## あなただけの香りを見つけて ～心、体、魂を揺さぶる香り～

100%ナチュラル、オーガニックアルコール

素晴らしいエッセンシャルオイルで作り上げられたオーデパフュームです。

使用方法：足首や膝の裏、スカートの裾裏などにつけると効果的です。

また、肘や手首も体温が高く良く香ります。

香りの持続時間：3-4時間



## ファファラ パフューム

## 価格改定

## 翌々配送

7525 ナチュラル オーデパフューム コレクション 計5種各2ml 6,050  
人気の香水の5種を可愛らしくセットにしました。その日の気分でも香りを選んで。  
内容…オーラ1968、ヒッピーローズ、アルペンブルー、バニラヌヴォラ、ノマド

若松味噌醤油店

翌々調配送

福島

若松味噌醤油店

## 創業は江戸時代末期 郷土で永く愛されてきた至宝の味噌

小回りのきく家族経営の強  
みを生かした質の高い味噌



糀の力を引き出す伝統の糀蓋製法



相馬田舎みそ

[5307] 極上

750g 540円

一番まろやかで米糀のつぶ  
ぶが特徴がの味噌

[5313] 特上

750g 756円

麹歩合15割の上品な麹の甘み  
が際立つこうじ味噌

[5314] 丹波黒大豆

500g 930円

濃厚な甘みのある味噌、まず  
はお味噌汁に



## つぶつぶしない 飲みやすさ

ストレートタイプ

味噌蔵の糀あま酒

[5311] 500ml 850円

[5312] 900ml 1,200円

創業時から守り抜いた伝統の手ごね・  
手もみで行う糀蓋製法で作られた米糀  
は独特の自然な甘みがあり、その糀で作  
る甘酒はお米本来の甘みや深みを引き  
出したかのような味わいです。つぶつ  
ぶしない飲みやすさ、そして独特の糀感  
を持つ『糀あま酒』が出来上がりました。



## 糀の甘味がしみ込んだ漬物

野菜やお肉・お魚を漬ける

[5306] 若松味噌醤油店

三五八 500g 380円

旬の野菜を漬けるだけで美味し  
い漬物が簡単に！

水を混ぜるだけで出来ます

作られて1日くらいは常温に置く。

床ができあがりましたら冷蔵庫で管理。



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

## 手入れ

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

マヌカハニー

翌々調配送



抗菌  
作用

善玉菌  
増殖作用

抗ウイルス  
作用

抗炎症  
作用

## 濃厚な色合いとクリーミーな甘さ

マヌカハニー

体にいいものを選びたい、とにかく美味しいハチミツが食べたい！  
目的に合わせてどうぞ

マヌカヘルス・マヌカハニー

[5791] MGO115/UMF6

250g 3,240円

毎日続けたい

[5793] MGO400/UMF13

250g 7,560円

美容と健康維持に

[5792] MGO263/UMF10

250g 5,940円

美味しく体調管理したい

[5794] MGO573/UMF16

250g 11,880円

抗菌性重視

商品名のMGO数値は、食物メチルグリオキサールの含有量

「食物メチルグリオキサール (MGO)」は、マヌカ木やその近隣種から  
採れる花蜜だけに見いだされる強力な抗菌効果をもたらす物質です

マヌカ (Leptospermum scoparium) とは、灌木種の一つで、  
ニュージーランドにのみ自生するフトモモ科の低木です

お茶

翌々調配送

## 国産ごぼうのやさしい香り

煮出し・水出しどちらでも

[5795] 有機ごぼう茶 1.5g×30 1,296円

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

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

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

北海道産  
有機ごぼう使用

ノン  
カフェイン



興農ファーム

翌々週配送

北海道 興農ファーム **牛や豚を育てて終りではなく  
自分たちの手で加工**

冷凍バクバクこどもウィンナー

[5829] 150g 864円 <sup>4p</sup>

SPECIAL [5838] ダブル 上記2パック 1642円 ~~1728円~~

こどもでも食べやすいように香辛料を減らしました  
野菜と一緒にミニ串焼き



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

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

**豚肉** 脂肪が少なく、柔らかい肉質で、炒め物などあらゆる料理に合います

**つなぎ剤を一切入れないので  
肉本来の旨味が良く出ています**



[5828] 冷凍ウィンナーソーセージ  
150g 864円

[5825] 冷凍あらびきウィンナー  
150g 864円

バジルの風味が食欲をそそる

[5830] 冷凍バジルポーク  
ウィンナー 150g 864円

チーズの美味しさがプラス

[5837] 冷凍チーズ入り  
ウィンナー 150g 864円



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

冷凍行者にんにく入り

[5827] 冷凍ウィンナー  
150g 864円

[5834] 冷凍フランク  
50g×5 1,291円



ポローニア（丸い大型ソーセージ）

[5831] 冷凍ポローニア  
ソーセージ 200g 1,069円  
海の精と三盆糖、少々 of 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  
300g 2,570円

原材料  
豚肉、食塩、砂糖、香辛料



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



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

[5829] 冷凍バクバク <sup>4p</sup>  
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

興農豚の粗挽きウィンナーを、食べ応え抜群の骨付きフランクにしました。パーベキューなどにおすすめです



[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。



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

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

**島根 別所蒲鉾店**

**魚の味がする蒲鉾**  
素材本来の味を知る事  
吟味した素材のみで造る



いつでも手軽に 調理済みおでん

[5778] 味自慢出雲のおでんセット 8種8個 1150円

卵・大根・こんにゃく・出雲野焼・プレーン天・イカつまれ・アジはんぺん・ささがきごぼう天 各1

**[5777] 無澱粉蒲鉾 旨魚**  
1本 421円

つなぎの為の澱粉を全く使用していません。魚肉たっぷりの一品です



**[5761] 出雲のちくわ**

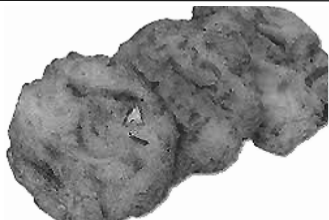
110g 518円

出雲風の肉厚なちくわ。噛み締めるほど旨みが広がります



**[5764] しそ入りはんぺん**  
3枚 518円

香りをいかしてお吸い物。軽く焼き色をつけて大根おろしとポン酢でも



**[5771] 玉ねぎ天**  
110g 518円

甘みの多い玉ねぎを混ぜ込み。弾力と材料の旨さが引き立ちます



**[5770] イカ天**  
100g 518円

山陰、九州等で水揚げされた魚肉に、スルメイカを練りこみました



**[5766] 出雲のちくわ**  
バジル黒コショウ 120g 518円

肉厚のちくわを味つけ。トースターで軽く温めるとさらに美味



**[5773] 野菜ちぎり天**  
120g 518円

国産契約栽培野菜を使用。小さめサイズで食べやすい



**[5769] プレーン天**  
110g 518円

新鮮な魚すり身の旨味を楽しめるよう、具材を入れずに揚げました



**[5765] 白つまれ**  
110g 518円

たら、鰯、グチ、飛び魚、鯛などの魚肉にスルメイカを練りこみました



**[5763] アジはんぺん**  
150g(5枚) 518円

アジとタラを贅沢に使用。そのままでも。軽くあたためると美味



**[5772] 棒ごぼう天**  
110g 518円

国産ごぼうを入れました。そのままおつまみとしてどうぞ



**[5774] ささがきごぼう天**  
6枚 518円

国産ごぼうを練りこみ一口サイズに仕上げました