Vegeta（ベジタ）

ポラン広場の宅配

商品カタログ

No.210

再開

無添加・無漂白・無着色の「安心」桜餅

桜餅

岩手県産ヒメノモチを使用した道明寺粉と、伊豆のオオシマザクラを塩のみで漬けた桜葉を使用しています。桜葉の塩気で粒あんの甘さが引き立ちます。伝統を大切にした春の一品です。あんは北海道小豆使用の粒あんです。

原材料… 生 地〔もち米、砂 糖、桜葉、食塩〕、
あん〔小豆、砂糖、還元水あめ、食塩〕

3つの餡の三色だんご

三色だんご

黄：にんじん団子(中は黒ごまあん)、白：定番団子(中はくるみあん)、緑：よもぎ団子(中は小豆あん)と、生地に野菜をたっぷりと含んだ野菜だんごです。

原材料…うるち米（上新粉/国産）、砂糖、いんげん豆、小豆、くるみ、黒ごま、人参、よもぎ、麦芽水飴、みそ、小麦、塩、山芋、馬鈴薯澱粉

	芽吹き屋	今週限り			翌々週配送
5p	5713	冷凍 おはぎ	6ケ		1,048円
	5714	〃 ダブル	上記2p	2,011	~~2,095~~円
5p	5715	冷凍 桜餅	4ケ		950円
	5716	〃 ダブル	上記2p	1,825	~~1,901~~円
4p	5717	冷凍 桜だんご	4本		691円
	5718	〃 ダブル	上記2p	1,327	~~1,382~~円

	芽吹き屋				翌週配送
3p	2812	冷凍 三色だんご	4本		648円

春のお彼岸・お花見に！

彼岸は雑節のひとつで、春分・秋分を中心とした7日間をいい、先祖の供養やお墓参りをします。「暑さ寒さも彼岸まで」という通り、この時期は季節の変わり目にあたるので、農耕の区切りの行事と仏教が結びついて定着したともいわれます。今春は3月17日が彼岸入り、3月20日が中日（春分の日）、3月23日が彼岸の明けです。

再開

春限定!桜スイーツ　桜あん入り

SPOT

桜だんご

国産もち米100%使用の自社製上新粉を使って、艶のある生地を作り、紅麹でほのかなピンク色に染めました。あんは北海道産いんげん豆を炊き上げ、細かく刻んだ桜葉を混ぜた「桜あん」です。

原材料…生地〔うるち米、砂糖、還元水あめ、大麦粉、食塩、やまいも粉、着色料(紅こうじ色素)〕あん〔いんげん豆、砂糖、桜葉、食塩〕

再開

北海道産小豆使用の粒あん

SPOT

おはぎ

岩手県産ヒメノモチを使用した自社製道明寺粉と北海道産小豆のつぶあんを使用しています。

原材料…生地〔もち米、砂糖、食塩〕
あん〔小豆、砂糖、還元水あめ、食塩〕

配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	2/23	2/24	2/25	2/26	2/27
商品配送	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6
翌々週配送品	3/9	3/10	3/11	3/12	3/13

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）

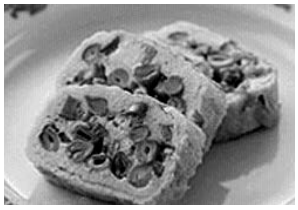
転換期間中有機農産物　転換期間は1年。

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 ~~1,188~~円　野：表組に表示

人参	500g	茨城・萩原ファーム
大根	1本	愛知・ティエラス
小松菜	1束	茨城・旭農園
いんげん	100g	沖縄・真南風

［0102］果物野菜セット 1,620 ~~1,966~~円　果：表組に表示

新玉ねぎ	700g	沖縄・真南風
ブロッコリー	1ヶ	愛知・ティエラス
チンゲンサイ	1束	茨城・旭農園
ピーマン	150g	沖縄・真南風
キウィ	250g	栃木・赤羽根克典さん
りんご　王林	1ヶ	青森・新農業研究会
デコポン（不知火）	1ヶ	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　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）
果	0105	新玉ねぎ	700g	508
★	0106	〃　徳用	1.4kg	964 ~~1,015~~
		沖縄・真南風/有		
	0107	じゃが芋 男爵	700g	389
	0108	〃　徳用	1.4kg	746 ~~778~~
		北海道・渡部信一さん/防除0		
	0109	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		
★	0113	さつま芋　紅はるか	700g	605
	0114	〃　徳用	1.4kg	1149 ~~1210~~
		千葉・佐原供給センター/防除2		
	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		
	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		
	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		

新玉ねぎのチーズ焼き
オリーブオイルとチーズをかけて焼くだけ
［0912］ゴーダチーズ　3p
100g　448円
［2166］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円

スイートポテト
紅はるかは、強い甘みを持つので菓子作りにもピッタリ！

スイートポテトは、紅はるかの糖度としっとり感を活かして、砂糖いらず。ふかしてスプーンで潰し、卵黄とバター・塩を混ぜてどうぞ
［0501］平飼有精卵
10ヶ　610円

麻婆にんじん
①ゆでた人参、椎茸、刻んだねぎを準備する。②ごま油でねぎと挽肉を炒め、具材を合わせたら麻婆の素で仕上げる。
［2209］麻婆の素（瓶）　3p
225g　475円

オリーブオイルと塩だけでおいしい グリル野菜

[0209] エリンギ（白あわび茸）
100g　313円
縦に裂いて、歯ごたえ良く

[0105] 新玉ねぎ
700g　508円
くし切りでじっくり焼いて、甘みたっぷり

[0111] 人参
500g　302円
厚めに切って、じっくり焼くのもおすすめ

アルミホイルを敷いてコンロのグリルでも簡単に！

ワンランク上のおいしさに

[2128] ハーブソルト 3p
55g　518円
「海の精 やきしお」に、有機ハーブ４種（バジル、オレガノ、パセリ、タイム）をほどよくブレンドしました

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
泥や汚れはたわしなどでこすって洗う程度の方が美味しい。
水にさらすと出るアクに、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です。

	品番	品名	規格	価格（税込み）
野	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~~
果	0128	ブロッコリー 愛知・ティエラス/防除2	1ケ	335
	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~~

大根と鶏肉の柚子胡椒煮
大根と鶏肉を薄味で煮込む。仕上げに柚子胡椒を加えて香りを立たせます

[1307] 冷凍播州百日鶏 ウィング 5p
約80g×5　985円

酢キャベツ
米酢・みりんを、ひと煮立ちさせ、千切りキャベツに注ぎ入れて混ぜる

[2147] 有機純米酢 老梅　小　500ml　572円

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

ごぼうと人参のサラダ
ごぼうは、斜め薄切りにしてから、せん切りにすると繊維が切れて食べやすくなります。

うなぎと一緒に柳川風
[1716] 冷凍鹿児島県産 刻みうなぎ
50g×2　1831円

	品番	品名	規格	価格（税込み）
産地変更	0131	ほうれん草 千葉・佐原供給センター/防除0	1束	324
	0132	ちぢみほうれん草 茨城・萩原ファーム/防除0	1束	238
野	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
果	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
	0138	ケール 茨城・ハーブスマン's/防除0	100g	270

小松菜と豚肉のオイスターソース炒め
オイスターソースで下味をつけた豚肉を小麦粉でまぶし炒める。火が通ったら、小松菜を茎から入れて炒める
[2207] オイスターソース
115g　518円

ベビーみずなと鶏のサラダ
にんにくの香りをうつした油で、鶏の皮目に焼き色をつけるようにして焼く。醤油とみりんで味を絡め、ベビーみずなと混ぜる。
[1301] 冷凍播州百日鶏 もも　200g　821円 4p

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)

クセがなく どんな料理にも合います
サンゴヤマブシ茸

久保産業は、千曲川のほとりでキノコを栽培して50余年。2000年頃からヤマブシタケに着目し、特別な製法によって、ヤマブシタケに含まれる水分を減らすことで、日持ちして食感の良い「サンゴヤマブシタケ」を栽培しています

ヘリセノン含有
ヤマブシタケ固有の成分であるヘリセノンは、学習能力や記憶力のネットワークに欠かせないものです。また、アガリクスを上回る豊富なβ-グルカンも含まれています

★	0139	きゅうり	300g（3本）	367
	0140	〃 徳用	500g（4～6本）	605
		沖縄・真南風/防除5		
★	0141	トマト	400g	626
	0142	〃 ダブル	400g×2	1,190 ~~1,252~~
		沖縄・真南風/有		
	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		
	0147	パプリカ	200g2～3ヶ	346
		沖縄・真南風/防除5		
野	0148	いんげん	100g	367
★	0149	〃 ダブル	100g×2	698 ~~734~~
		沖縄・真南風/有		

トマトのパン粉焼き
半割りトマトを耐熱皿に並べ塩・胡椒。パン粉をのせ、オリーブオイルをかけ、トースターで加熱する
[2166] カルボネール 有機EXバージンオリーブオイル 458g 2398円

きゅうりの浅漬け
切ったきゅうりをポリ袋に入れ、めん棒などで軽くたたく。おろしにんにく・塩、ごま油、酢を加えてよくもむ
[2147] 有機純米酢 老梅 小 500ml 572円

豆腐+ひき肉で肉詰めピーマン

[0512] 寄せ豆腐 250g 270円 2p
[1304] 冷凍播州百日鶏 挽肉 200g 878円

	0150	ベビーリーフ	50g	162
		茨城・HATAKEカンパニー/防除0		
休止	****	パクチー（コリアンダー）	30g	281
		茨城・ハーブスマン's/防除0		
	0152	にんにく	1ヶM	302
		岩手・みちのく有機/有		
	0153	大しょうが	100g	324
		高知・若水会/防除0		

品番	品名	規格	価格（税込み）

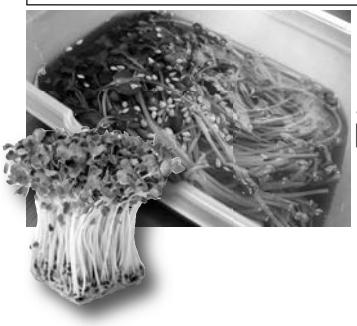
フカヒレ風スープ
鍋に湯を沸かし、ヤマブシタケを手で一口大にほぐしながら入れて2分ほど茹で、とりがらスープ・塩で味付け

サラダに
サンゴヤマブシタケは石づきを取り小房にし、電子レンジに30秒かけておく
[2224] 果実の恵みドレッシング 200ml 497円 3p

	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 サンゴヤマブシ茸	100g	324
		長野・久保産業/対象外		

舞茸と厚揚げのオイスターソース炒め
きのこの旨味もしみでて美味！加熱時間も短くすみます
[0520] 厚揚げ 200g 259円

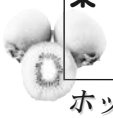
	0217	健康緑豆もやし	250ｇ	65
	0218	〃 ダブル	250g×2	123 ~~130~~
		栃木・上原園/対象外		
	0219	小大豆もやし	200ｇ	91
	0220	〃 ダブル	200g×2	172 ~~181~~
		栃木・上原園/対象外		
★	0221	ベビーラディッシュ(かいわれ)	1p	65
		栃木・上原園/対象外		



ベビーラディッシュのおひたし
さっとゆでて、だしつゆに漬けおく
[2135] 弓削多有機だしつゆ 300ml 1037円 5p

品番	品名	規格	価格（税込み）
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		

品番	品名	規格	価格（税込み）
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		



品番	品名	規格	価格（税込み）
果 0306	キウィ	250g	313
0307	〃　ダブル	250g×2	595 ~~626~~
	栃木・赤羽根克典さん/有		

ホットケーキミックスで
ブルーベリーマフィン
作り方..①ホットケーキミックス200g、卵1個、砂糖・バター各大さじ1を混ぜる。②生地が落ち着いたら冷凍ブルーベリーを入れて混ぜ、予熱した180度のオーブンで25分焼く

[2010] ホットケーキミックス（有糖）
400g　454円

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

品番	品名	規格	価格（税込み）
果 0308	りんご 王林	500g	518
0309	〃　徳用	1kg	759 ~~800~~
0310	〃　徳用	2kg	1487 ~~1600~~
	青森・新農業研究会/防除12		
0311	りんご ふじ	500g	518
0312	〃　徳用	1kg	759 ~~800~~
0313	〃　徳用	3kg	2208 ~~2400~~
	青森・新農業研究会/防除12		

そばかす顔で特有の香り
りんご　王林
強い甘さの割りに酸味が弱く、特徴のある香りがあります。緑色に斑点のついた外見が特徴

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

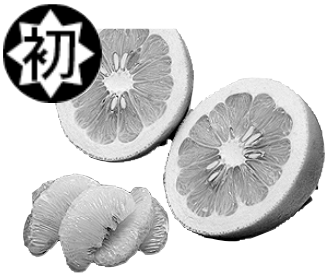
品番	品名	規格	価格（税込み）
0328	銀杏	100g	259
	茨城・深谷守夫さん/防除0		

品番	品名	規格	価格（税込み）
0314	伊予柑	750g	508
0315	〃　徳用	1.5kg	964 ~~1016~~
	熊本・福島柑橘園/有		
0316	甘夏	750g	400
0317	〃　徳用	1.5kg	759 ~~800~~
	熊本・津奈木甘夏生産者の会/防除0		
0318	タンカン	500g	551
0319	〃　徳用	1kg	1,047 ~~1,102~~
	鹿児島・田中秀志さん/有		
初 0320	パール柑	1kg	702
0321	〃　徳用	2kg	1334 ~~1404~~
	熊本・福島柑橘園/有		
果 0322	デコポン（不知火）	750g	529
0323	〃　徳用	1.5kg	1005 ~~1058~~
	熊本・福島柑橘園/防除1		
0324	レモン	250g	324
0325	〃　徳用	500g	616 ~~648~~
	熊本・福島柑橘園/有		
初 0326	レモン徳用（外観不良）	500g	518
0327	〃　徳用	1kg	985 ~~1037~~
	熊本・中島ゆうきの里/有		

旬を愉しむ柑橘の果実酒
好みの焼酎で、爽やかな自家製リキュールを作ってみませんか？ 基本の配合は、「果肉1kg：お酒1.8ℓ：砂糖200～500g」。

苦味が出ないよう、白い綿を丁寧に取り除いた果肉を漬け込むのがコツ。

翌々週配送
[5253] 玄米焼酎35度
（紙パック）1800mℓ　4,344円



プリッとはじける果肉
爽快な香り
パール柑
苦味が少なく、一粒一粒がプチプチとはじける食感が特徴。厚い皮はピールにしても

はじける香りと
あふれる果汁！
伊予柑

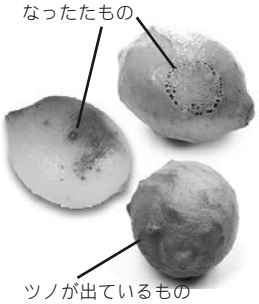
スッキリした甘さと
かすかな苦味
甘夏

甘みが強く酸味控えめ
房ごと食べられる
たんかん

ぽっこり膨らんだ
ヘタが特徴
デコポン(不知火)

見かけは悪いけど
その分お得になっています
レモン　外観不良
A品と同じ樹で実ったレモンですが、風雨で表面にキズが付いたり、形が悪くなったものです。表面の傷は、中まで達していません。

ピールなどきれいな皮を使うのには向いていませんが、絞って使う分は全く問題ありません



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）

毎食食べても　飽きず 消化が良い

白米

玄米などに比べ消化が良いので、小さな子どもから胃腸の弱い方まで幅広い層の方が安心して食べることが出来る食材です。

ねっとりホクホク！

里芋と油揚げの炊き込みご飯

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

[0516] 油揚げ　2枚　238円
[0115] 里芋　500g　486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**	**5184** ~~5,400~~	有
0404	**〃**	**3kg**	**3110** ~~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**	**5,184** ~~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**	**3152** ~~3,283~~	防除0
0416	**〃**	**5kg**	**7807** ~~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	2,668	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**	**2675** ~~2,786~~	防除1
0422	**〃**	**5kg**	**6604** ~~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**	**5702** ~~5,940~~	有
0426	玄米	5kg	4,860	防除1
******	胚芽米			終了
0428	**白米**	**5kg**	**4966** ~~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

玄米のおいしさに トコトンこだわりました

ふっくらおいしく炊きあげたごはんを、自然海塩「海の精」を使っておにぎりにしました

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

*******	中村商店 白米餅		終了	
0447	**中村商店 玄米餅**	**500g**	**702** ~~810~~	協賛
0448	**中村商店 よもぎ餅（玄米使用）**	**500g**	**738** ~~853~~	協賛

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

深みがあるのに シンプルで飽きがこない味

味付けうずらの玉子

[0506] 10ヶ　314 ~~448~~円

SPOT [0555] 上記2ｐ　609 ~~896~~円

お肉に巻いて

[1122] 冷凍健康豚 ロースしゃぶ用　150g　811円

0501	平飼有精卵	10ヶ	610	
0502	**〃　ダブル**	**上記2p**	**1159** ~~1220~~	
0503	平飼有精卵 茨城・枝拓生さん	6ヶ	400	
0504	うずら卵水煮	6ヶ×2	389	
0505	**〃　ダブル**	**上記2p**	**746** ~~778~~	
0506	**味付けうずらの玉子**	**10ヶ**	**314** ~~448~~	30%OFF

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

ふわっと食感
寄せ豆腐でキムチチゲ
つけ汁ごとキムチ漬けを使って、お鍋はいかが？

[0512] 寄せ豆腐 2p
250g　270円

[0529] 国産有機よせ豆腐 1p
200g　184円

[0615] 白菜キムチ
200g　443円

[0208] 本しめじ(ブナシメジ)
約180g　248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
2p	0512	**寄せ豆腐**	**250g**	**270**
2p	0513	**寄せ豆腐（ごま）**	**250g**	**297**
	0514	木綿豆腐	350g	243
	0515	焼き豆腐	300g	243
	0516	油揚げ	2枚	238
	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
1p	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
	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
2p	0541	**味付けうの花**	**150g**	**340**
	0542	白和え	150g	281

あと一品の小鉢料理
お豆腐屋さんのお惣菜

2p

[0541] 味付けうの花　150g　340円
国産大豆のおからに、人参、長ねぎ、ごぼうを合わせ、吟味した調味料で味つけしました

スコップコロッケにリメイク
パン粉をオリーブオイルで、カリカリになるまで炒める。温めた味付けうの花を入れて、パン粉をのせる。丸めなし、揚げないから、気軽に作れる

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント

納豆

産直納豆大粒カップ２ 2p
[0547] 30g×2　238円

SPOT **[0556] 上記2パック　456 ~~475~~円**

北海道十勝産大豆「トヨミヅキ」使用。糖質が豊富な十勝産の大粒大豆は、納豆菌の活動を活発にします。大豆そのものの旨み・発酵後の納豆としての旨み・糸引きの強さから来る旨みが相まった美味しさです。

	品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
		▽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**	2p
	0548	産直納豆 ひきわりカップ2	30g×2	248	
隔週	0549	黒大豆テンペ	100g	545	
		▽ひげた食品▽			
	0550	安曇野 藻塩　長野産大豆	45g×2	231	
	0551	実花　茨城産小粒	45g×2	214	
	0552	ひきわり　青森産	40g×2	214	
	0553	大粒 北海道産	45g×2	214	
	0554	国産そぼろ納豆	100g	324	

漬け物

0601	ヤマキ	たくあん漬　カット1本	486	
0602		らっきょう田舎漬	100g	524	
		▽東明▽		
0603		浅漬けかつお大根漬け	150g	448	
0604		**浅漬け昆布大根漬け**	**150g**	**448**	3p
0605		こぶ仕込み大根	250g	734	
0606		かつお仕込み大根	250g	734	
0607		ゆず大根	150g	448	
0608		**白菜漬**	**250g**	**432**	2p
0609		浅漬け紅かぶら漬け	150g	448	
0610		柚子白菜漬け	250g	432	
0611		刻みすぐき	120g	448	
0612		刻みみぶ菜	150g	448	
0613		**きゅうりのふる里漬**	**90 g**	**475**	3p
0614		マイルドしば漬	90g	475	
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	
0623		**有機ねり梅**	**100g**	**670**	4p

4p

[0623] 有機ねり梅　100g　670円
国産有機梅を天日塩のみで漬けた、昔ながらの梅干し（白干し）ペースト。
原料：有機梅（国内産）、食塩

梅の和風パスタ
白だし・オリーブオイルで伸ばして、パスタと絡めてどうぞ

[2137] しいたけ香る有機白だし
360ml　1220円

凡例 会員さん・スタッフのおすすめ　　☆価格は税込み

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)

福岡・成清海苔店の海苔！
海苔は有明海産の秋芽一番摘み限定です。
使いやすい八つ切りサイズで
チャック付きの小袋に入りです。

SPOT
［0830］味付おかず海苔ダブル
8ッ切20枚入×3×2　1,425 ~~1,469~~円
原材料…乾海苔、砂糖、醗酵調味料、食塩、醤油、干しえび、こんぶ、むろあじ、かつおぶし、とうがらし

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。

［0831］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）

おにぎり、ごはんにはもちろんパスタにもどうぞ。
化学調味料、アミノ酸等は不使用。
三陸水産　鮭フレーク

［0832］鮭フレークダブル
SPOT　90g×2　1,571 ~~1,620~~円
原材料…鮭、菜種油、発酵調味料、食塩、醤油

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

［0833］江戸前生のりダブル
SPOT　80g×2　869 ~~896~~円
原材料…生黒のり（千葉県木更津産）、本醸造醤油（国内産）、麦芽水飴（甘藷）、洗双糖、味の母、かつおだし（国内産）

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

［0834］ちりめん山椒佃煮ダブル
SPOT　40g×2　1,215 ~~1,253~~円
原材料…ちりめん（愛媛産）、醤油、洗双糖、麦芽水飴、山椒の実（山口産）、味の母、塩

遠忠食品
国産の黒豆を職人が直火釜で
じっくりと炊き上げました。

［0835］直火炊き黒豆煮ダブル
SPOT　120g×2p　1,058 ~~1,102~~円
原材料…黒豆（国産）、砂糖、水飴、食塩、醤油（大豆・小麦を含む）
※そのままお召し上がり下さい。

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！
五目揚げ焼きそばとしてもお楽しみ頂けます。

［0836］冷凍　中華丼の具ダブル
SPOT　180g×2×2p　1,182 ~~1,231~~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、植物油脂（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）

炊飯器に入れて混ぜるだけ
遠忠食品の便利なご飯の素セット

［0837］国産きのこご飯の素ダブル
SPOT　170g×2　1,006 ~~1,037~~円

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

［0838］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

プリプリの海老たっぷり
口あたりがソフト

［0839］冷凍 点心えびしゅうまいダブル
SPOT　27g×7×2　1026 ~~1069~~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

［0840］冷凍 大きな豆腐肉団子ダブル
SPOT　340g×2　1,130 ~~1,177~~円
※電子レンジで加熱して下さい

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

甘味のあるコーンにココナッツ
クリームとスパイスを
加え、コーンの旨味をより
感じられる味に仕上げました。
粒の食べ応えも十分。
粒々コーンと粗ごしコーンが
満足感up。

SPOT
［0844］activus OGコーンスープダブル
400g×2　1165 ~~1200~~円
原材料…有機とうもろこし、有機ココナッツクリーム、有機コーンパウダー、食塩、有機西洋ネギ、有機オニオンパウダー、有機黒コショウ

ピリ辛スパイスとじっくり
煮込んだ豆の旨みがとけ合う、
キヌア入りの具沢山スープ。
野菜の甘みとトマトのコクが
絶妙に重なり、一口ごとに
深まる美味しさです

SPOT
［0845］activus OGチリビーンズダブル
400g×2　1165 ~~1200~~円
原材料…有機野菜（トマト、ピーマン、コーン、金時豆、黒いんげん豆）、有機トマトペースト、有機菜種油、有機キヌア、有機香辛料（ガーリックパウダー、コリアンダー、青唐辛子）、有機ローストオニオン、有機オニオンパウダー、食塩、有機米粉、有機てんさい糖

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。

［0846］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。

［0847］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、

北海道・興農ファームの
野菜の甘味と興農牛の旨味が詰まってます。

翌々週配送
［5845］冷凍　興農ビーフコロッケダブル
SPOT　240g（3ケ）×2　1,174 ~~1,210~~円
原材料…じゃが芋（北海道産）、牛肉（北海道産）、玉ねぎ（北海道産）、砂糖、食塩、ラード、コショウ、パン粉（小麦粉、酵母、食塩、粗糖）、ばったーなごみ（小麦粉、食塩、砂糖、卵黄粉末、山芋粉末）
※冷蔵庫で解凍後、加熱して下さい。

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
4p	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**
4p	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**
隔週	0711	細切り昆布佃煮	100g	405
3p 隔週	0712	**ちりめん山椒佃煮**	**40g**	**626**
	0713	揚げごぼう甘酢漬	80g	432
隔週	0714	生あみ	60g	437
隔週	0715	うずら豆	100g	351
	0716	五目豆	100g	356
3p	0717	**直火焚き黒豆煮豆**	**120g**	**551**
	0718	国産味付メンマ	90g	572
隔週	0719	竹の子土佐煮	60g	340
		▽炊き込み・混ぜご飯の素▽		
	0720	冷凍 五目寿司の素（2合用）	200g	589
3p	0721	**冷凍 中華丼の具**	**180g×2**	**616**
3p 隔週	0722	**国産きのこご飯の素**	**170g**	**518**
	0723	冷凍 鮪のづけ丼	150g	697
隔週	0724	まいたけご飯の素	170g	540
		▽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▽		
	0803	徳用北京餃子	270g	599
3p	0804	**冷凍 点心えびしゅうまい**	**27g×7**	**535**

品番	品名	規格	価格(税込み)	ポイント
	▽揚げ物・他▽			
0805	**冷凍 大きな豆腐肉団子**	**340g**	**589**	3p
0806	冷凍 ふんわり豆腐ハンバーグ	90g×3	589	
0807	冷凍 ごぼうとひじきの豆腐団子	18g×8	497	
	▽レトルトカレー類▽			
0808	タイ・グリーンカレー	170g	540	
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**	2p
0813	レトルト ベジタリアンのための野菜カレー	200g	464	
0814	レトルト ベジタリアンのための豆カレー	200g	464	
0815	レトルト ベジタリアンのための根菜カレー	200g	464	
0816	**チキンカレー辛口**	**180g**	**561**	3p
0817	**ひよこ豆カレー辛さ控えめ**	**180g**	**561**	3p
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マッシュルームスープ	400g	600	
0821	activus・OGミネストローネ	400g	600	
0822	activus・OGビーツスープ	400g	600	
0823	**activus・OGコーンスープ**	**400g**	**600**	3p
0824	**activus・OGチリビーンズスープ**	**400g**	**600**	3p
0825	**豆乳仕立てのじゃがいもスープ**	**180g**	**184**	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	
0828	豆乳仕立てのとうもろこしスープ	180g	184	
	▽興農デリカ▽			
翌々週5841	冷凍 興農ミニハンバーグ	35g×5	929	
翌々週5842	冷凍 興農生ハンバーグ	100g×2	886	
翌々週5843	**冷凍 興農ビーフコロッケ**	**160g(2ヶ)**	**605**	3p
翌々週5844	冷凍 興農メンチカツ	200g(2ヶ)	913	

興農ファーム　翌々週配送品（3/9〜3/13）

北海道 興農ファーム

牛や豚を育てて終りではなく 自分たちの手で加工

[5836] 冷凍**生ソーセージ**
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。

興農ファーム　翌々週配送品（3/9〜3/13）

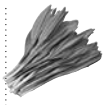
つなぎ剤を一切入れないので 肉本来の旨味が良く出ています

[5828] 冷凍**ウィンナーソーセージ**
150g　864 円

[5825] 冷凍**あらびきウィンナー**
150g　864円

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

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）

少量500mlサイズ
ビン200mlサイズ
東毛酪農低温殺菌牛乳63℃

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

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

乳製品

※ビン容器を回収します。
きれいに洗って返却して下さい。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽牛乳・乳飲料▽			
	0901	東毛酪農低温殺菌牛乳63℃	1000ml	464
2p	0902	**東毛酪農低温殺菌牛乳63℃**	**500ml**	**281**
SPO	0951	**〃　ダブル**	**上記2p**	**539 ~~562~~**
1p	0903	**東毛酪農低温殺菌牛乳63℃（ビン）**	**200ml**	**205**
SPO	0950	**〃　ダブル**	**上記2p**	**398 ~~410~~**
	0904	パスチャライズドコーヒー（ビン）	200ml	205

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

良質な生乳に乳酸菌（ブルガリア菌等）だけを添加、加温して作り上げたヨーグルトです。ゼラチンや添加物は一切加えられてません。
普通ヨーグルト類は、多数の添加物が表示されているものが多く、プレーンなものにも粉乳は使われています。生乳100％ですのでまろやかな自然の味が楽しめます。
原材料…生乳100％

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽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**
SPO	0952	**〃　ダブル**	**上記2p**	**650 ~~670~~**
	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

セミハード ナチュラルチーズ
よつ葉　ゴーダチーズ

原材料の生乳、チーズは北海道十勝産100％。
生乳本来の味わいを生かした、セミハードタイプのマイルドなナチュラルチーズです。芳醇な香りとうまみ、まろやかな口当たりが特徴。
アレンジが広がる使い方自由なブロックタイプ。

よつ葉　カマンベールチーズ

北海道十勝産の生乳から生まれる、上品でまろやかなミルクの風味と、生クリームのように繊細な舌ざわりのカマンベールチーズ。食べごろを見計らって熟成を止め、密封包装でお届けします。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽よつ葉チーズ▽			
	0910	チェダーチーズ	100g	432
	0911	シュレッドチーズ	250g	783
3p	0912	**ゴーダチーズ**	**100g**	**448**
3p	0913	**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

国産アカシア蜂蜜
東海はちみつ　国産はちみつ・アカシア

岐阜県飛騨高山で採取した国産アカシア蜂蜜です。飛騨で採れるアカシア蜜は、淡黄色で透明度が高いのが特徴です。
自然から採取したものをそのままボトルに詰めていますので自然の甘みをご堪能下さい。採蜜からボトリングまで一貫生産しています。
液ダレしにくく、使いやすい倒立ボトル入り。
原材料…はちみつ（国産）

ジャム・蜂蜜類

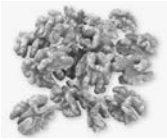
ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	0914	国産いちごのジャム	200g	702
	0915	ブルーベリージャム	140g	756
	0916	リックさんのメープルシロップ	330g	1,598
	0917	有機アガベ・シロップゴールド	330g	648
	0918	ブルガリア産オーガニックはちみつ	200g	1,242
11p	新製品 0919	**国産はちみつ・アカシア**	**200g**	**2,344**

れんこんのもちもち感をいかした
シンプルなおやつです。
くるみの食感がアクセントになっています。
みたらしあんの他、からし醤油でも
おいしくいただけます。
ノヴァレシピ。

れんこんくるみもち

材料…れんこん130g（小1節）、くるみ20g、塩ひとつまみ、片栗粉大さじ1/2、サラダ油適量
作り方…①れんこんは皮ごとすりおろす。くるみは細かく刻んでおく。　②①に片栗粉と塩を加えて混ぜ、6等分してハンバーグ型にする。　③油を敷いて温めたフライパンに入れて、弱火で両面に焼き目がつくまで焼く。
みたらしあん…砂糖大さじ1、醤油大さじ1、片栗粉小さじ1、水50ccを小鍋に入れてよく混ぜ、かき混ぜながら弱火にかけ、とろみがついて透き通るまで混ぜ続ける。

ノヴァ　ウォールナッツ（くるみ）



粒が大きく、甘みが多く、渋みの少ない品種を限定入荷。　漂白剤・殺虫剤等の添加物を一切使っていない。オーガニック認定商品。
原材料…有機ウォールナッツ（アメリカ産）

ノヴァ　ローストアーモンド

アーモンドが引き立つように、ノヴァオリジナルの浅煎りロースト。まろやかな甘みと心地よい歯触りが特徴です。食塩不使用。
原材料…有機アーモンド（イタリア／スペイン産）

ノヴァ　ローストカシューナッツ

スリランカ・マホ村産のカシューナッツです。渋皮を化学処理でとるのではなく、一つひとつナイフで削り、熱したココナッツオイルにナッツを入れてじっくり熱する伝統的な方法でロースト。
原材料…有機カシューナッツ（スリランカ産）、ココナッツ油、食塩

ドライフルーツ・ナッツ

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	0921	レーズン	120g	497
	0922	プルーン（種あり）	150g	842
	0923	干しいちじく	150g	972
	0924	干しあんず	100g	778
	0925	ドライクランベリー	70g	605
	0926	ドライブルーベリー	60g	1,026
5p	0927	**ウォールナッツ（くるみ）**	**80g**	**886**
4p	0928	**ローストアーモンド**	**80g**	**864**
5p	0929	**ローストカシューナッツ**	**80g**	**1,058**
	0930	ローストヘーゼルナッツ	80g	799
	0931	オレンジスティック	80g	680
	0932	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ピチプチパンを使っていません

［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

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**　2p
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

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

天然酵母・国産小麦
北海道産バターを使用した
バターロールです。

［1073］**バターロール**　3p
5ケ　637円
原材料…小麦粉（国産）、バター、粗糖、天然酵母、食塩

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

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）

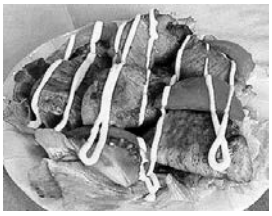
3p	1051	**食パン**	糖	**1斤**	**486**
3p	1052	**食パンスライス6枚**	糖	**6枚切り**	**486**
	1053	胚芽食パン	糖	1斤	605
	1054	胚芽食パンスライス6枚	糖	6枚切り	605
3p	1055	**国産16穀食パン**	糖	**6枚**	**616**
	1056	ぶどう食パン	糖	1斤	605
3p	1057	**バケット**	糖	**400g**	**491**
3p	1058	**バタール**		**230g**	**486**
	****	クロワッサン	糖・バ	2ヶ	562
	1060	テーブルロール	糖・マ	5ヶ	621
3p	1061	**プチパン**	糖	**5ケ**	**518**
	1062	ごまコッペ	糖	1ヶ	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ヶ	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**
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	
▽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	

生地に油脂を加えず
シンプルなピザ生地なので、
素材の美味しさを引き立てます。
旬の野菜やチーズなど
お好みの具材をのせてお楽しみください。
ホシノ酵母のピザ台
国内産小麦粉とホシノ天然酵母を使用。直径約16cm、厚みも2cmほどあり、食べ応えがあります。

［1086］**ホシノ酵母のピザ台**　2ケ　437円　3p
原材料…小麦粉（国産）、天然酵母、食塩、粗糖

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）

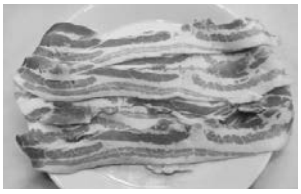


中からとろっと甘い玉ねぎが美味！
少しのお肉でも玉ねぎの甘みで大満足、
照り焼き味の豚肉ロール巻きです。

新玉ねぎの豚肉ロール

作り方…①新玉ねぎは、1個を10等分のくし切りにする。豚うす切り肉を巻く。　②フライパンに油を熱し、押さえ付けるように肉を並べて、塩、コショウする。　③火をつけてしばらくしたら少し押さえつける。焦げ目がついたらひっくり返す。　④蓋をして中火でしばらく様子を見ながら焼く、火が通ったら一度火を止めて（醤油大さじ2、みりん大さじ2）を合わせたものを入れて絡める。さっと火を通して出来上がり。　⑤お好みでマヨネーズ、七味をふってどうぞ。

4p	[2215] 平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	290g	670円
	[0105] 新玉ねぎ	700g	508円



冷凍 健康豚 バラスライス
濃厚な脂身が特徴の部位です。
薄くスライスしました。

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。		
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。

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

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント

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

常夜鍋

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

4p	[2017] 無双 練り胡麻 白	240g	799円
	[0131] ほうれん草	1束	324円
	[0132] ちぢみほうれん草	1束	238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。

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

豚ヒレ肉は脂肪が少ないので、
ほかの部位と比べて低エネルギー。
疲労回復のビタミンともいえる
ビタミンB1が多く含まれています。

豚ヒレのレモンバターソテー

作り方… ①豚ヒレ肉を2cmの厚さに切り、塩、コショウをする。　②付け合わせの野菜は食べやすい大きさにカットしておく。　③フライパンを熱し、バターを溶かして野菜と豚肉を入れ、肉の色が変わるまで焼く。　④豚肉が8割程度焼けたら塩、コショウ、白ワイン、レモン果汁をフライパンに加え、蒸し焼きにして仕上げる。

5p	[2146] いづつプレスラン（料理用ワイン）白	720ml	1,045円
	[0324] レモン	250g	324円

冷凍 興農豚 興農豚ヒレ一口カツ用
稀少なヒレ肉をヒレカツに丁度良いサイズにカットしてパックしました。

翌々週配送品

▽北海道　興農豚▽

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

5851	冷凍	興農豚ロースしょうが焼	200g	1,085	
5852	**冷凍**	**〃 ロースしゃぶしゃぶ用**	**200g**	**1,188**	6p
5853	**冷凍**	**〃 バラスライス**	**200g**	**977**	5p
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**	6p
5856	**冷凍**	**〃 ヒレブロック**	**300g**	**1,588**	8p
5857	冷凍	〃 バラブロック	500g	1,993	
5858	冷凍	〃 挽肉	250g	940	
5859	冷凍	〃 徳用豚挽肉	400g	1,426	

金子製麺　シューマイの皮
滋賀産小麦と農林61号が織りなす風味豊かな皮。地粉ならではの豊かな風味と、もちもちとした食感をご堪能いただけます。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)

梅は咲いたか、桜はまだかいな
ジューシーな鶏肉の梅風味仕上げ
観梅にでかけたくなるような
春レシピです。

鶏肉の梅煮

作り方…①鶏モモ肉200～300gは所々に切り込みを入れ、フォークで皮をついて穴をあける。 ②長ネギは2cm幅に切り、生姜は薄切りにする。③中華鍋を熱して油を入れ、②を炒めて香りを出す。鶏肉を入れて両面をきつね色に焼く。 ④③の余分な油をふき、ほぐした梅干15gと水1/2カップ、赤梅酢（あれば）・醤油各大さじ1と1/2、洗双糖大さじ1/2を入れ、蓋をして肉に火が通るまで煮る。 ⑤鶏肉を食べやすい大きさに切り器に盛り、煮汁をこして添える。

4p ［0623］有機ねり梅　100g　670円

冷凍 播州百日鶏 もも
旨味やコク、脂肪があるので焼く、煮込む、揚げるなどさまざまな調理法に適しています。

漬けてオーブンで焼くだけ！
野菜はお好みのものをご利用下さい。

うま塩ガーリックチキン

作り方（3人分）…①ピーマン、かぼちゃ、じゃが芋を食べやすくカットする。 ②手羽元500gと野菜に（つけダレ…オリーブオイル大さじ3、レモン汁大さじ1/2、塩小さじ1、にんにく小さじ1、粗びきこしょう）の材料をすべてもみ込み、30分漬け込む。 ③オーブン用の天板や耐熱容器に手羽元と野菜を（つけダレ）ごと入れ、並べる。 ④200℃で予熱したオーブンで30分間焼く。肉に火が通ったら、お皿に盛りつけて完成です。

［0152］にんにく　1ケM　302円

冷凍 手羽元
唐揚げや煮込み料理にどうぞ。
骨の周りのおいしいお肉までまるごとどうぞ。

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。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
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
	1306	冷凍 播州百日鶏 唐揚用カット	約25g×8	818
5p	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

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	1208	地粉餃子の皮	20枚	259
	1209	極厚全粒粉餃子の皮	20枚	335
1p	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

放牧豚 ポークウインナー
『放牧豚』を鮮度を維持するためスピーディーに加工し、結着剤・保存料・発色剤・化学調味料不使用で仕上げました。
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。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
3p	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

ヘルシーで赤身が美味しい興農牛。
野菜とじっくり煮込んでまろやかに！

野菜たっぷりハッシュドビーフ

作り方…①玉ねぎは薄くスライス、にんじんは小さめの乱切り、ニンニクはみじん切り、シメジは石づきを取り、ほぐす。ブロッコリーは、小房に分けて、固ゆでする。牛うすぎり肉は、食べやすい大きさに切り、塩、胡椒をし、小麦粉をふる。 ②鍋にオリーブ油とニンニクを入れ、弱火で熱し、香りを移す。 ③香りが出たら、牛肉を強火で炒めて、一度取り出す。 ④鍋に野菜を入れて、中火で炒め、しんなりしたら、牛肉を鍋に戻し、赤ワインを加え、ひと煮立ちしたら水とローリエを加え、アクを取りながら、煮込む。 ⑤一旦、火を止めて、デミグラスソースを入れて溶かし、弱火でとろみが付くまで煮込む。ブロッコリーを入れ、かき混ぜて火を止める。

4p ［2314］オラッチェデミグラスソース　115g×2　799円
5p ［2145］いづつブレスラン（料理用ワイン）赤　720ml　1,045円

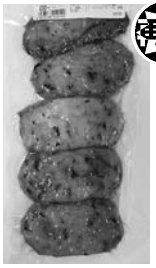
興農牛しゃぶしゃぶ用
モモ部位（ウチモモ・ランイチ・シンタマ）とバラ部位（トモバラ・ブリスケ）の薄切り肉です。ミックスされた商品ではなく、どの部位かの単品商品です。

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。

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
	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
7p	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



再開 3月限定品

春野菜　菜の花入り
南伊豆水産　菜の花小判

特別栽培で栽培された菜の花を刻んでさつま揚げに練りこみました。
原材料…すけそうたらすり身（北海道）、菜の花（静岡）、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、醗酵調味料、鰹だし、菜種油

リン酸塩無添加のすり身で作りました
南伊豆水産　小竹輪

北海道産スケトウダラの無リン・全糖すり身を練り上げ、国産調味料で味を調えた小竹輪です。
原材料…すけそうたらすり身（北海道北東沖）、馬鈴薯澱粉、再製塩、醗酵調味料、洗双糖、鰹だし

南伊豆水産　小判揚

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

おでんの具に
南伊豆水産　ごぼう巻き

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

高橋徳治商店　冷凍 おとうふ揚げ（五目）

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

高橋徳治商店のおでん種セット
冷凍 おでん種７種13品セット

内容…さつま揚げ2枚・ごぼう巻1本・玉ねぎ揚げ1本・ぽたんちくわ2本・ソフトはんぺん1枚・白身つみれ4ヶ・小魚つみれ2ヶ

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

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
3p	1502	**小竹輪**	**30g×5**	**540**
	1503	**〃　ダブル**	**上記2p**	**1,037 ~~1,080~~**
	1504	鰯ハンペン	5枚	632
3p	1505	**小判揚**	**5枚/150g**	**518**
	1506	桜えび入り揚	3枚/150g	810
	1507	たこボール	8ケ	502
	1508	ねぎちぎり揚げ	100g	540
	1509	青のり小判	3枚	437
3p	1510	**ごぼう巻き**	**5本**	**540**
	1511	まぐろもろこし	100g	551
再開	1512	**菜の花小判**	**5枚**	**535** 3p
	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
	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** 3p
	1519	冷凍 ぽたんちくわ	150g	529
	1520	冷凍 いわしだんご	150g	508
	1521	**冷凍 おでん種セット(7種13品)** 卵	**378g**	**1,172** 6p

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
一口サイズのカレーコロッケ

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

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

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

雪むろじゃがいも使用。揚げ調理済み
きんぴらごぼうを具にしました。

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

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

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

まきば

新潟 まきば

まきばの「雪室コロッケ」

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

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

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

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	1533	冷凍	**体に優しい豚のメンチカツ**	150g	626
	1534	〃	**ダブル**	上記2p 1,203 ~~1,253~~	
3p	1527	冷凍	**鶏肉の甘酢ごま煮**	150g	621
	1528	〃	**ダブル**	上記2p 1,192 ~~1,242~~	
3p	1529	冷凍	**すきやき風コロッケ**	150g	637
	1530	〃	**ダブル**	上記2p 1,223 ~~1,274~~	
4p	1537	冷凍	**中華丼の素**	230g	794
	1538	〃	**ダブル**	上記2p 1,524 ~~1,588~~	
4p	1541	冷凍	**ヘルシーナゲット**	150g	713
	1542	〃	**ダブル**	上記2p 1,369 ~~1,426~~	
6p	1543	冷凍	**パクパク餃子**	30個	1,296
	1544	〃	**ダブル**	上記2p 2,488 ~~2,592~~	

▽グッドミー（大豆ミート）Good to me 私にとって良いもの
お肉を使わない植物蛋白加工食品のお惣菜シリーズです。クックたかくらは、大豆たんぱくにまつわる代替肉（お肉の代わりに使う食材）というイメージをなくすべく、大豆ミートとは呼ばず、グッドミーと表現します。

4p	1551	冷凍	**有機豆乳使用クリームコロッケ**	4個入り	745
4p	1552	冷凍	**有機豆乳使用のポテトグラタン**	180g	691
4p	1553	冷凍	**グッドミーのベジタブル春巻き**	3本入り	724
3p	1554	冷凍	**有機豆乳使用のカレーピラフドリア**	180g	632
4p	1557	冷凍	**グッドミーのれんこんハンバーグ**	4ヶ入り	713
4p	1558	冷凍	**グッドミーのミートボール**	10個入り	680

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**
SPOT 2枚入り 616円
［1526］ 〃 **ダブル**
SPOT 上記2p 1,182 ~~1,231~~円
原材料…鶏ササミ（米沢郷の鶏肉）、パン粉、小麦粉、卵、なたねサラダ油、塩、胡椒

ササミにチーズとシソを挟み込んだフライです。お弁当にもピッタリの大きさ

［1531］冷凍 **ササミのチーズフライ**
SPOT 170g 826円
［1532］ 〃 **ダブル**
SPOT 上記2p 1586 ~~1,652~~円
原材料…鶏ササミ、チーズ（乳）、パン粉、小麦粉、卵、青じそ、塩、胡椒

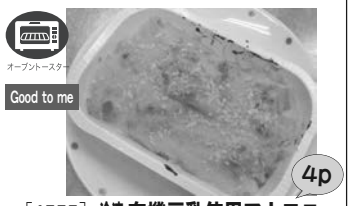
豚肉、人参、椎茸がたっぷり入った油で炒めたおこわです。脂っこくなく食べやすい。

［1539］冷凍 **中華おこわ**
SPOT 200g 707円
［1540］ 〃 **ダブル**
SPOT 上記2p 1,358 ~~1,414~~円
原材料…もち米（宮城産）、人参、干し椎茸、豚肉（茨城産）、植物性油、醤油、砂糖、酒

クックたかくらの手作りおはぎ
もち米、米、小豆は有機栽培または農薬化肥不使用

［1535］冷凍 **おはぎ**
SPOT 3個 659円
［1536］ 〃 **ダブル**
SPOT 上記2p 1,265 ~~1,318~~円
原材料…もち米、米、小豆、洗双糖、塩

クリーミーで後味さっぱりな
豆乳ホワイトソース
マカロニとの相性は抜群



［1555］冷凍 **有機豆乳使用マカロニグラタン** 180g 751円
原材料…豆乳（国産、有機大豆）、小麦粉、マカロニ、大豆ミート、玉ねぎ、トマト缶、自家製だし、白味噌、発酵調味料、醤油、ケチャップ、ウスターソース、サラダ油、塩、胡椒、にんにく

植物素材のおいしいお惣菜
大豆ミートの酢豚風おかず

［1556］冷凍 **グッドミーのベジタブル酢豚** 200g 648円
原材料…粒上大豆たんぱく、人参、玉ねぎ、ピーマン、醤油、米酢、洗双糖、ケチャップ、澱粉、なたね油

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

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

ニラがたっぷり！
海老入りの具材を
もちもちの皮で包みました。

［1582］冷凍 **海老にらまんじゅう** 6ヶ 637円
原材料…具［えび（ベトナム、インドネシア）、野菜（国産（にら、長ねぎ、生姜））、鶏肉（国産）、砂糖、豚脂（国産）、馬鈴薯でん粉、ごま油、食塩、ラード（豚肉を含む）、酵母エキス、こしょう］、皮［小麦粉（小麦（国産））］白玉粉、ラード（豚肉を含む）、砂糖、食塩］、打ち粉［でん粉］／重曹

海老を約20％配合し、
イカとタラのすり身を加えた
ほんのり甘い焼売です

［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

冷凍点心

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

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

沓掛冷食

春巻とグラタンを手作りで製造　沓掛冷食

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

沓掛冷食 KUTSUKAKEREISYOKU

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。

水と土と太陽が育てる エコシュリンプ

養殖池の水や土、周辺の自然環境を破壊することなく
自然の力を活かした粗放養殖で育てられています

シングルフローズンなので おいしさが違う

冷凍エコシュリンプ

[1717] M　約200g　1760円 9p
[1718] L　約200g　1901円 9p
[1719] むき身S　約200g　1825円 9p

インドネシアで伝統的な「粗放養殖」で育てたブラックタイガー

乾季には、池の補修を行います。池干しの間、エビが育ちやすい環境を作るために土づくりを行います。

稚エビ放流後は、人工飼料を与えず池にいるプランクトンなど、自然の餌を食べて育ちます。養殖密度は一般的なものの約10分の1。のびのびとした環境で健康的に育っているので、抗生物質を投与する必要がありません

プラヤンと呼ばれる竹籠を使用しての収獲（東ジャワ州シドアルジョ県）

ガーリックシュリンプ

エコシュリンプならではの濃厚なエビの味に、オリーブオイルとガーリックの風味が華やかさを添えます。

[2166] カルボネール
有機EXバージンオリーブオイル
458g　2,398円

海産

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽刺身・生食用▽		
	1601	冷凍 三陸水産のたらこ	80g	983
	1602	冷凍 三陸水産の辛子明太子	80g	1010
	1603	冷凍 メバチまぐろはちの身	300g	1210
	1604	冷凍 ネギトロ用すき身（サラダ油使用）	200g	1134
7p	1605	**冷凍 まぐろ赤身**	**200g**	**1350**
	1606	冷凍 まぐろ角切り	200g	1048
	1607	冷凍 ビン長まぐろ	300g	1058
	1608	冷凍 まぐろ鉄心	10本	1048
	1609	冷凍 お刺身ほたて貝柱	100g	1323
		▽切り身魚▽		
5p	1610	**冷凍 紅鮭（甘塩）**	**2切れ**	**983**
11p	1611	**冷凍 〃 徳用**	**5切れ**	**2360**
	1612	冷凍 メカジキ	90g×2	778
	1613	冷凍 徳用メカジキ	90g×4	1544
	1614	冷凍 メカジキステーキカット	100g×3	788
隔週	1615	冷凍 マグロスペアリブ	500g	680
隔週	1616	冷凍 キハダステーキ	80g×4	529

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
	▽漬け魚▽			
1711	**冷凍 国産サバ塩こうじ漬け**	**2切れ**	**567**	3p
1712	**〃 ダブル**	**2切れ×2**	**1077 ~~1134~~**	
1713	冷凍 メカジキ照焼用	90g×2	875	

高尾の魚　翌々週配送

[5652] 冷凍銀だら味噌漬け
2切れ　1804円 9p
脂たっぷりの銀だらを、自家製だれに漬け込みました

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
	▽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**	9p
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	

くせがなく さっぱりした白身

4p

[1727] 冷凍ひと塩サワラ切身
3切　713円
振り塩をして凍結しました。お弁当のおかずなどにおすすめです。

サワラのムニエル
塩・コショウをし小麦粉をまぶしたサワラを、オリーブ油で焼く。バター、粒マスタードを入れてとかしてソースに

塩こうじが引き出す サバの旨み、程よい脂のり

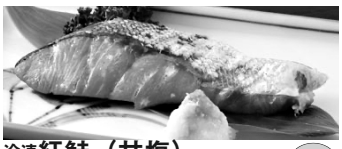
冷凍国産サバ塩こうじ漬け 3p
[1711] 2切れ　567円
[1712] ダブル
2切れ×2　1077 ~~1134~~円
有機栽培米と天日塩で製造の塩こうじに漬けました。

SPOT

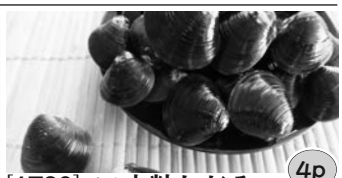
流水解凍5分 タレごと熱々ご飯に かけるだけ！

4p

[1731] 冷凍かつお丼
90g　794円
一本釣りで釣り上げた鮮度抜群の鰹を、枕崎産鰹節、北海道産昆布を使用した特製タレに漬け込みました。



冷凍紅鮭（甘塩）
[1610] 2切れ　983円 5p
[1611] 5切れ　2360円 11p
脂ののった紅鮭を塩のみで漬け込みました。



[1720] 冷凍中粒しじみ 4p
150g　805円
青森産のしじみを砂抜き。お味噌汁などにそのままお使い頂けます。

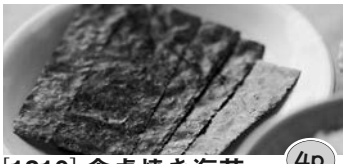
ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽鍋▽			
	1714	冷凍 海鮮鍋セット6種（約2人前） 生秋鮭切身2切、真だら切身2切、ズワイガニ半肩、バナナエビ2ヶ、ベビーホタテ2ヶ、 結び昆布2ヶ		2160
	▽うなぎ▽			
	1715	冷凍 鹿児島県産うなぎ蒲焼き 長焼き	110g	2630
	1716	〃 刻みうなぎ	50g×2	1831
	▽エビ・イカ 他▽			
9p	1717	冷凍 **エコシュリンプ**	**M 約200g**	**1760**
9p	1718	〃	**L 約200g**	**1901**
9p	1719	〃 **むき身**	**S 約200g**	**1825**
4p	1720	冷凍 **中粒しじみ**	**150g**	**805**
	1721	冷凍 シーフードミックス 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
	1725	冷凍 アジ開き	2枚	810
	1726	〃 **ダブル**	**2枚×2**	**1539 ~~1620~~**
4p	1727	冷凍 **ひと塩サワラ切身**	**3切**	**713**

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
▽惣菜▽				
1751	冷凍 まぐろつみれ	200g（11～13ヶ）	545	
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**	3p
1757	冷凍 まぐろメンチ	60g×4	756	

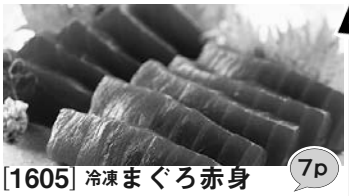
こだわりの燻製
箸がとまらない！
[1730] 冷凍スモークサバ 4p
1枚 702円
ノルウェー産の脂の乗ったサバを、「食塩」と「胡椒」のみで味付け。スモークする事により味に深みが増しています。温めると一層美味しくお召し上がりいただけます

クセがなく、食べやすい
主菜でもお弁当でも
[1756] 冷凍メカジキ
竜田揚げ用 3p
200g 594円
原材料…メカジキ・片栗粉・醤油
味の母・生姜・ニンニク
※冷凍のまま揚げて下さい

[1732] 冷凍カラスガレイ粕漬け
1切 605 ~~783~~円
アイスランド産カラスガレイを自家製の粕床に漬け込みました。



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

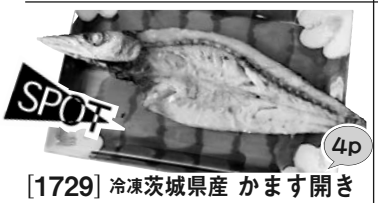


[1605] 冷凍まぐろ赤身 7p
200g 1350円
40℃くらいの塩水に1～2分つけて表面を拭き取り、冷蔵庫で半解凍。

[1617] 冷凍お刺身松いか 5p
1枚 956円
アルゼンチン産。そうめん風のお刺身に加工。ねっとりとした食感。

[1618] 冷凍カラスガレイ切り身 5p
2切れ 875円
アイスランド産。無塩。皮無しなので、熱を通すと崩れやすいので注意

[1733] 冷凍サバ味噌漬け 3p
2切 621円
ノルウェー産のサバを特製味噌ダレに漬け込みました。



[1729] 冷凍茨城県産 かます開き 4p
2枚入 702円
塩のみを使用して製造しています。しっとりとした上品な白身

[1728] 冷凍サンマ開き 4p
2枚 670円
脂の乗りが良く、上品な塩加減がおいしい。

海藻、のり

▽海藻、のり▽				
1801	**鳴門生わかめ（塩蔵）/徳島**	**150g**	**535**	3p
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 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	
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	
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**	4p
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	

キャベツとわかめのナムル
塩でしんなりさせたキャベツと水で戻した生わかめをあわせ、ごま油と炒りごまで味付け
[0126] キャベツ 1/2ヶ 184円
[2161] 玉絞め一番搾りごま油
180g 1031円

シコシコとした歯ごたえと
風味の良さ
鳴門生わかめ（塩蔵） 3p
[1801] 150g 535円
SPOT **[1814] 〃ダブル**
上記2p 1037 ~~1069~~円

3月限定

茹でこぼし不要で、鍋一つで簡単調理
野菜や海鮮、肉などの具材を入れて煮込むと、
栄養満点の一杯をお楽しみいただけます。

金子製麺
茹でこぼし不要 ぽんぽん麺　ちゃんぽん味

神奈川産小麦粉と北海道産小麦粉をブレンドし、「蒙古王かんすい」で仕上げた細麺。

特製スープは、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無添加仕立て。野菜や海鮮、肉などの具材を入れて煮込むことで、さらに深い味わいが広がります。

原材料…麺【小麦粉、食塩、デンプン/かんすい】スープ【肉エキス（ポークエキス、チキンエキス）、豚脂、食塩、砂糖、酵母エキス、ホタテエキス、植物油脂、魚介エキス、香辛料、澱粉、いわし煮干】

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		麺類		
		▽生麺▽		
隔週	2401	ふわふわもちもちむっちりうどん	200g×2	329
隔週	2402	季穂（きすい）地粉生うどん（太）（2人前）	130g×2	297
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
2p 隔週	2408	**茹でこぼし不要 ぽんぽん麺ちゃんぽん味** 新製品	**2食**	**428**

お好みの野菜を加えてランチにどうぞ

金子製麺　せいろ蒸し焼きそば
金子製麺　せいろ麺上選太焼きそば

北海道産小麦粉を中心にブレンドした国産小麦粉と、蒙古王かんすい、天然塩、電解水を使用しました。

せいろで蒸し上げることで、弾力あるもっちり感を実現しました。太麺。

3p	2409	**せいろ蒸し焼きそば（ソース付）**	**2食**	**518**
2p	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~~**

日本の伝統的な輪作、有機農家の麦作り
栃木・田島嘉存さんの麦で作った
全粒粉入りのうどんです
細麺と平たい幅広麺

地粉うどん（田島さんのうどん）

無農薬、無科学肥料小麦100%使用。自家製粉。

全粒粉（ふすま）が入るので、すこし色が黒く、風味豊かなくろうどんです。

原材料…小麦粉（栃木産/農薬、化学肥料不使用）、海の精

		▽乾麺▽		
2p	2416	**地粉うどん（田島さんのうどん）太**	**250g**	**286**
2p	2417	**地粉うどん（田島さんのうどん）細**	**250g**	**286**

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
2418	足柄古式そば	240g	356	
2419	究極そば	200g	535	
2420	特選そば	200g	562	

乾麺　液体ソース、ふりかけ付き

桜井食品　さくらいの焼そば

麺は国内産の小麦粉を使用し、かんすいは使用していません。

麺の揚げ油は環境に配慮されたパーム油（RSPO認証パーム油）を使用しています。

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

	2421	**さくらいの焼そば**	**114g×2**	**443** 3p
		▽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
	2429	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▽	
	2502	天日三陸煮干し	100g	972

鰹節屋の鰹削り　**新丸正**

おすましなどのだしとりにお好み焼きのトッピングに！鰹荒節を平らに薄く削ってあります。

原材料…かつおのふし（焼津産）

農林水産大臣賞の受賞

新丸正の自信作！

口に入れた瞬間に溶けて広がる芳醇な香りとサクサクとした食感をお楽しみいただけます。

原材料…鰹枯本節

		▽削りぶし▽		
	2503	**鰹平削り（花カツオ）**	**40g**	**405** 2p
	2504	**削り節パック「ふぶき」**	**2g×14**	**670** 4p
	2505	料理の決め手（混合削り節）	100g	680
		▽だしパック（煮出しタイプ）▽		
	2506	だしパック おだしさん	8g×10	400
		▽だしパック（粉末タイプ）▽		
	2507	野菜でうまみ食塩無添加	3.5g×6	389
	2508	チキンコンソメ	10g×8	540
		▽干し椎茸▽		
	2509	干ししいたけ・どんこ（大）	45g	1,242

		粉・豆・ごま	
		▽粉▽	
	2001	おいしい強力粉	400g	302
	2002	こな屋さんの南部地粉（中力粉）	1kg	518

旬の新玉ねぎがたっぷり入ったケークサレ。お好みでベーコンやコーン缶などを加えてもおいしいです。ノヴァのレシピ

新玉ねぎとナッツのケークサレ

材料（18×8cmのパウンド型）…薄力粉120g、ベーキングパウダー小さじ1と1/2、砂糖24g、卵1個、牛乳70cc、新玉ねぎ小1個（100g）、シュレッドチーズ60g、塩小さじ1/4、黒コショウ少々、オリーブオイル大さじ2+炒め用小さじ1、ナッツ（くるみ、アーモンドなど）30g

作り方…①新玉ねぎは2～2.5㎝角に切る。ナッツは軽く炒って、細かく刻んでおく。　②フライパンにオリーブオイルを温め、新玉ねぎを透き通るまで炒める。途中で塩と黒コショウを加えて、冷ましておく。　③ボウルに卵を溶きほぐし、牛乳、砂糖、オリーブオイルを加えてよく混ぜる。②とナッツ、シュレッドチーズを加えて混ぜる。　④③に薄力粉とベーキングパウダーをふるって加え、練らないようにさっくり混ぜる。　⑤型にオーブンシートを敷いて流し入れ、180℃のオーブンで35～40分焼く。

5p	[0927] ウォールナッツ(くるみ)	80g	886円
4p	[0928] ローストアーモンド	80g	864円
	[0105] 新玉ねぎ	700g	508円

地粉（薄力粉）
豊かな香りと深いコクが特徴の農林61号と、国内産小麦を粗挽きに製粉しています。コクと風味が際立つ、昔ながらの味わいに仕上げています。ケーキ・クッキー・てんぷらに最適。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
2p	2003	**地粉（薄力粉）**	**500g**	**400**
	2004	国産有機白玉だんご粉	150g	480
	2005	国産有機小麦天然酵母パン粉	150g	410
	2006	無双本葛・粉末	80g	594
	2007	片栗粉	200g	281
	2008	星六きな粉	80g	405
	2009	重曹（ボトル入り）	380g	551
	2010	ホットケーキミックス（有糖）	400g	454

海の精レシピ。

豆のスープ

材料…大豆1/4カップ、水＋海の精（つけ水）4カップ＋小さじ1/2、昆布5cm、海の精小さじ1と1/2

作り方…①大豆を4カップの塩水に1晩浸ける。　②浸け水ごと火にかけて、昆布と一緒に柔らかくなるまで煮て、好みの野菜と海の精小さじ1と1/2を加えてスープに仕上げる。

	▽豆▽			
2p	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
4p	2017	**無双　練り胡麻　白**	**210g**	**799**

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…練りごまに少しずつめんつゆを混ぜて、水適量を加えて味を調整する。
原材料…白胡麻（グァテマラ産）

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント

乾物・缶詰・素材

▽乾物▽				
1815	とろろ昆布（富士酢使用）	30g	432	
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	

無添加・無着色の干し桜海老
上乾さくらえび/台湾
お好み焼きやお吸い物、かき揚げなど様々なお料理に彩りを添えます。
原材料…さくらえび(台湾産)

1820	**上乾さくらえび/台湾**	**20g**	**648**	3p
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	497	
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	

おつゆ、みそ汁に。卵とじや含め煮に
やきふ　おつゆふ
国内産の小麦を原料に使った、口ざわりの良いやきふです。手焼きで丁寧に焼き上げました。
おつゆふは小さいサイズなので、味噌汁・お吸い物などに、水で戻さず出来あがった後にそのまま入れてください。
原材料…小麦粉、小麦タンパク（グルテン）、山芋粉

1908	**やきふ**	**40g**	**292**	2p
1909	**おつゆふ**	**1袋30g**	**292**	2p
1910	糸寒天（国産）	30g	616	
▽素材・缶▽				
1911	もろこし畑 ホールカーネル	180g×3	778	
1912	朝掘たけのこ水煮ブロック	200g	745	
1913	あいこちゃん銀のまぐろ水煮	70g×3	778	
1914	あいこちゃん金のまぐろ油漬	70g×3	778	
1915	ミニとろイワシ・味付	100g	378	
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**	2p
1919	**一穂の生芋こんにゃく**	**230g**	**351**	2p
1920	**手どりこんにゃく**	**250g**	**405**	2p
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	

池谷　一穂のこんにゃく
契約栽培の国産こんにゃく芋を使用。昔ながらのバタ練製法で作っています。

池谷　一穂の生芋こんにゃく
自家栽培と契約栽培のこんにゃく生芋をすりおろし、バタ練り製法でつくりました。しっかりした弾力と歯ごたえ、風味と味しみのよさが特長です。
原材料…こんにゃく芋(東京、群馬、山梨)、水酸化カルシウム

池谷　手どりこんにゃく
昔ながらの製法で練ったこんにゃくを、一つ一つ手どりで仕上げました。丸みを帯びた形が特長です。

長野 井筒ワイン 土地に根ざした ワインの質、価値を追求

二番搾りにより醸し出されたぶどうの個性

昭和8年に創業以来、長野・桔梗ヶ原一帯でのブドウの栽培、収穫を背景に、醸造から瓶詰めまで一貫して行うワイナリーです

酒 **いづつプレスラン(料理用ワイン)** 各5p

720ml　各1045円

[2145] 赤　　[2146] 白

葡萄を圧搾機にかけて最初に自然に流れ出す葡萄果汁が「フリーラン」。その後再度圧搾機にかけて搾り出した果汁が「プレスラン」です

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
	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
6p	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
	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
在庫限り	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
3p	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
3p	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**	5p
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	
酒 2145	**いづつプレスラン(料理用ワイン) 赤**	**720ml**	**1045**	5p
酒 2146	**〃 白**	**720ml**	**1045**	5p
	▽酢▽			
2147	有機純米酢 老梅　小	500ml	572	
2148	〃　中	900ml	1004	
2149	富士酢(米酢)	500ml	864	
2150	美濃有機玄米黒酢	360ml	756	
2151	純りんご酢	500ml	572	
2152	富士すし酢	360ml	756	
2153	カンタン八芳酢	360ml	508	
2154	オーガニックレモン100%しぼりたて	180ml	572	
2155	**有機梅酢 赤**	**200ml**	**583**	3p
2156	有機ポン酢醤油	250ml	464	
2157	職人の夢 有機すだちぽん酢	180ml	691	
	▽食用油類▽			
2158	**国産なたねサラダ油**	**450g**	**1026**	5p
2159	菜種サラダ油(丸缶)	800g	1679	
2160	国産なたね油	450g	918	
2161	玉絞め一番搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	1031	
2162	生搾りごま油(ナイジェリア産)	180g	1031	
2163	最高級ラー油	45g	659	
2164	日本オリーブ オリーブオイル	180g	1944	
2165	〃 有機エクストラバージン	450g	3888	
2166	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	
2167	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▽			
2168	みそちゃんこ鍋スープ	600g	324	
2169	寄せ鍋スープ	600g	324	
2170	キムチ鍋スープ	600g	324	
2171	香り高いごま豆乳鍋スープ	600g	324	
2172	とり塩鍋スープ	600g	324	
2173	本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ	30ml×4	432	
2174	鶏だしコク鍋つゆ	30ml×4	432	
2175	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	味の母みりん風調味料	1800ml	2333	
2182	カンタン八芳酢	900ml	972	

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽ソース類▽			
	2201	有機ウスターソース	250ml	454
3p	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
3p	2209	**麻婆の素（瓶）**	**225g**	**475**
	2210	有機麻婆の素	100g	281
	2211	有機回鍋肉の素	100g	281
	2212	有機青椒肉絲の素	100g	281
	2213	有機肉豆腐の素	100g	281
	2214	有機もやし味噌炒めの素	100g	281
	▽マヨネーズ▽			
4p	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
3p	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	
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**	4p
▽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	白コショー	20g	346	
2320	**黒コショー荒挽**	**20g**	**367**	2p
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	
2330	乾燥ローリエ	3g	589	

デミグラスを使って濃厚ボロネーゼ

[2314] オラッチェ デミグラスソース 115g×2 799円 4p

できるだけ国産原料を使い、自然の味を追求しました味の決め手となるビーフエキスは、国産牛を原料に使用しています。固形のルウは、ご家族の人数やお食事の量に合わせて、使いたい分だけカットして使えるのでとっても便利。

小麦粉、食用油脂、砂糖、トマトペースト、ビーフエキス、食塩、赤ワイン、チキンエキス、香辛料、全脂粉乳、しょうゆ

[1129] 冷凍健康豚 挽肉 150g 513円

米酢の置き換え調味料として薄めて飲料としても

[2155] 有機梅酢 赤 200ml 583円 3p

米酢の替わりに酢の物やドレッシングに、醤油代わりに、冷や奴や納豆に使っても。

有機梅（国産）、食塩、有機しそ（国産）

やさしい甘さと糖蜜のコクあっさりとした後味

[2132] マスコバド黒糖（フレーク）500g 631円 3p

サトウキビ本来の素朴な風味。くせのない味

原料のサトウキビは、収穫後できるだけ短時間で搾ったジュースを煮詰めて濃縮し、攪拌しながら自然乾燥させています

[2135] 弓削多 有機だしつゆ 300ml 1037円 5p

砂糖不使用で甘さ控えめのさっぱり味

有機醤油、有機発酵調味料、鰹節厚削り、昆布、椎茸

[2215] 平飼い鶏の有精卵マヨネーズ 290g 670円 4p

まろやかな有機りんご酢とすっきりとした瀬戸内レモンの適度な酸味

なたね油、卵、有機りんご酢、果実酢（レモン果汁）、砂糖、食塩、香辛料

[2224] 果実の恵みドレッシング 200ml 497円 3p

有機果実の自然の甘みと酸味を閉じこめたフレンチタイプのドレッシング

[2114] ヤマキ 国産特別栽培醤油蔵造り 1000ml 1242円 6p

生でかけ醤油はもちろん、様々なお料理にご利用下さい。

[2128] ハーブソルト 55g 518円 3p

「海の精 やきしお」に、有機ハーブ4種（バジル、オレガノ、パセリ、タイム）をほどよくブレンドしました

[2158] 国産なたねサラダ油 450g 1026円 5p

北海道滝川産菜種の圧搾一番搾りを、薬品を使用せず精製

食用なたね油（遺伝子組替えでない）

[2320] 黒コショー荒挽 20g 367円

完熟した粒よりの黒コショーを独自の技術で精選あらびき。

[2202] 有機 中濃ソース 250ml 454円 3p

有機野菜・果実たっぷりの、少し辛口のソース

有機野菜・果実(人参、トマト、玉葱、その他)、有機醸造酢(リンゴ酢、米酢)、糖類(有機糖みつ・有機砂糖)、食塩、有機コーンスターチ、香辛料、有機醤油、こんぶ

[2209] 麻婆の素（瓶） 225g 475円

野菜炒めのタレなどにも

醤油、米味噌、本みりん、でんぷん、砂糖、有機しょうが、有機にんにく、有機たまねぎ、食塩、昆布、有機米酢、魚醤、唐辛子、オイスターエキス

ごまあん・くるみあん・つぶあんを三色の生地で包みました
芽吹き屋 三色だんご

3色のだんごを1本の串にまとめました。生地に野菜をたっぷりと含んだ野菜だんごです。どの色のだんごも一粒ずつ材料と味わいが異なります。
黄：にんじん団子(中は黒ごまあん)
白：定番団子(中はくるみ入りの白あん)
緑：よもぎ団子(中は小豆あん)

原材料…うるち米（上新粉/国産）、砂糖、いんげん豆、小豆、くるみ、黒ごま、人参、よもぎ、麦芽水飴、みそ、小麦、塩、山芋、馬鈴薯澱粉みそ、小麦、塩、山芋、馬鈴薯澱粉

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)

お菓子

ポイント	品番	品名	規格	価格(税込み)
		▽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▽		
3p	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

電子レンジ、オーブン、フライパン、湯煎等であたためるとさらにおいしい
有機・楽笑栗

有機楽笑栗は、JAS認定の中国産の有機栗を使用し、その栗を国内にて加工しておりますので、安心してお召し上がりいただけます。
渋皮つきのため、際立つ甘さをお楽しみいただけます。むきやすいように皮が割れています。
製造過程でも甘味料は一切使用していません。
原材料…有機栗（中国産）

3p	2815	**有機・楽笑栗**	**125g**	**454**

北海道小豆を100%で作ったおいしい粒あん入り
北海道 ノースカラーズ
オーガニック小麦のどらやき

北米産オーガニック小麦粉を使用。ふっくら生地に、じっくり丁寧に炊き上げた北海道産小豆の粒あんをサンドしました。
原材料…つぶ餡（砂糖、小豆（北海道産）、水あめ、寒天）（国内製造）、有機小麦粉、砂糖、鶏卵、水あめ／膨張剤

1p	2816	**オーガニック小麦のどらやき**	**1個**	**210**
	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
		▽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** 2p

国産焼き海苔ポテトチップス
ノースカラーズ
純国産ポテトチップスのり塩

味付けには「焼きのり」を使用。のりは主に九州・中四国産を使用しています。
じゃがいもは北海道産のものを使用し、国産のこめ油で、丁寧に仕上げました。

原材料…じゃがいも（国産）、こめ油（国産）、食塩（国産）、焼のり（国産）

		▽スナック▽		
	2828	**純国産ポテトチップス・うすしお**	**55g**	**232** 2p
	2829	**純国産ポテトチップスのり塩**	**53g**	**232** 2p
	2830	**純国産さつま芋ちっぷ**	**115g**	**280** 2p
	2831	有機グリーンピースチップス	45g	298
	2832	OGフルーツ&ナッツバー 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

お米の味を活かしたぽん煎餅
召しませ日本・玄米ぽん煎餅

国内産のうるち玄米、うるち白米のみで作ったシンプルなぽん煎です。塩を使わず作りました。
お米本来の風味をお楽しみいただけます。そのままでも、またお好みでスープやサラダに入れたり、ソースやジャムを塗ってどうぞ。
原材料…うるち玄米（鳥取県産）、うるち白米（鳥取県産）

		▽あられ・煎餅▽		
	2835	**召しませ日本・玄米ぽん煎餅**	**7枚**	**356** 2p
	2836	有機玄米プラス・黒胡麻	30g	270
	2837	有機玄米プラス・キヌア&チアシード	30g	270
	2838	有機玄米プラス・めかぶ	30g	270
	2839	草加せん・ミックス	6枚	486
	2840	柿の種	65g	324
	2841	無添加・山田錦せんべい袋入・塩	25枚	648

国産玄米のおこし
ほどよい甘さとサクサクした歯応え
ノースカラーズ
純国産 玄米おこし

優しい甘さと軽い食感で仕上げた2種類の玄米おこしです。2種類の味が入っており、茶褐色のものは沖縄黒糖で味付け、白色は北海道のてん菜糖で味付けしました。
原材料…玄米（国産）、水飴（甘藷澱粉（甘藷（国産））、含蜜糖（てん菜（北海道産））、黒糖（さとうきび（沖縄県産））

	2842	**純国産 玄米おこし**	**90g**	**259** 2p
		▽豆菓子▽		
	2843	**黒糖くるみ**	**65g**	**496** 3p
	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** 2p
	2847	**しょうがあめ**	**80g**	**351** 2p

みんな、にっこり！安心おやつたち

有機JAS認定品
「天津甘栗」
食べやすく
皮が割れています。
原材料…有機栗（中国産）

［2901］**有機・楽笑栗ダブル**
SPO 125g×2 862 ~~908~~円

ノースカラーズ
北米産オーガニック
小麦粉を使用。
北海道小豆で作った
粒あんをはさみました。

SPO

［2902］**オーガニック小麦のどらやき ダブル** 1個×2 400 ~~420~~円

丹那の全脂粉乳を使用した
素朴なキャンディー。
甘味料・香料等の
化学合成添加物は不使用。

［2903］**みるく小町 ＆しょうがあめ**
SPO 各1ヶ 681 ~~702~~円

静岡 フルーツバスケット
生姜をすりおろして練り込み
直火でじっくり仕上げました
国産ごまで香ばしさをプラス

ノースカラーズ
北海道産のじゃがいもを
国産米油で揚げて、
味付けしました。
原料のすべてが国産の
贅沢な
ポテトチップスです。

［2904］**純国産ポテトチップス うすしお＆のり塩セット**
SPO （55g、53g）各1 450 ~~484~~円

きな粉の香ばしい風味と
ほろりとした食感に、
くるみのコクがあわさった、
昔懐かしく素朴な味わい。

第３世界ショップ
渋味の少ないくるみに黒糖を
さっくりと絡めました。
さっくりほろほろとした
ソフトな歯ごたえ

SPO ［2905］**きな粉くるみ&黒糖くるみ** 各1 65g・65g 962 ~~992~~円

北海道 ノースカラーズ
ほっこり美味しい
さつま芋のチップス
九州産さつまいも・国産米油・
北海道産砂糖大根を使用

［2906］**純国産さつま芋ちっぷダブル**
SPO 115g×2 543 ~~560~~円

北海道 ノースカラーズ
原料の大豆、黒大豆、昆布
全て北海道産です。

SPO ［2907］**純国産北海道2色の煎り大豆 ダブル** 62g×2 507 ~~528~~円

国産の原料にこだわり
無添加で体にやさしい
お煎餅です。
国内産のうるち玄米、
うるち白米のみで作った
シンプルなぽん煎です。

［2908］**召しませ日本 玄米ぽん煎餅 ダブル**
SPO 7枚×2 691 ~~712~~円

第３世界ショップ
サクサクの衣で包んだ
カシューナッツを、
塩入りのミルク
チョコレートで
コーティング。

3p

［2865］**塩チョコ×カシュー** 35g 561円

第３世界ショップ
人気NO.1フレーバー。
ヘーゼルナッツパウダーを
練り込んだ、
なめらかな口どけ
カカオ分38%

5p

［2851］**有機ミルクチョコレート** 80g 993円

第３世界ショップ
カカオの苦味と甘さが
芳醇なカカオの香りを
いかした大人の味わい。
カカオ分55%

5p

［2852］**有機ビターチョコレート** 80g 993円

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

6p

［2856］**有機ホワイトチョコレート** 80g 1,101円

第３世界ショップ
ほのかに香る
ラム酒が上品な、
大人のラムレーズンチョコ。

3p

［2863］**ラムレーズンチョコレート** 40g 561円

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	2848	純国産北海道はちみつレモンのど飴	57g	302
	2849	プロポリスキャンディ	28g	346
	▽くず湯▽			
	2850	本くず湯（生姜）	23g×5	648
	▽チョコレート▽			
5p	2851	**有機ミルクチョコレート**	**80g**	**993**
5p	2852	**有機ビターチョコレート**	**80g**	**993**
	2853	有機ヘーゼルナッツチョコレート	100g	1,058

なぜ白い？ホワイトチョコ
ホワイトチョコレート

チョコレートの主原料は「カカオ豆」。カカオ豆を発酵・乾燥の後、ローストしてすりつぶしたものが「カカオマス」、カカオマスから絞り取った油分が「ココアバター」です。

ホワイトチョコレートは、「ココアバター」のみを原料に作られています。色が茶色ではない理由は、ココアバターの色が乳白色だからです。ほかの植物油脂で代用されることも多いですが、第３世界ショップのホワイトチョコレートはココアバターを贅沢にたっぷり使用しているので、口溶けがとても濃厚です。

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

ノンカフェインのコーヒー風（？）飲料

たんぽぽコーヒーは、焙煎したたんぽぽの根から作られるもので、別名「たんぽぽ茶」ともいわれます。

[2612] たんぽぽコーヒー 7p
カップ用　2g×20　1404円

味　見た目は、コーヒーに似ていますが、味自体は、どちらかというと「濃いほうじ茶」や「麦茶」に近いかもしれません。

飲み方　独特の甘みもあり、牛乳を入れるとカフェオレのような味わいにすることもできます

浸出するのに時間がかかります。ティーバッグは２～３分ほど置いて、振り出しながら取り出します。振り出すことによって成分がさらに濃厚になり、濃さを調節できます

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
6p	2602	**上煎茶（在来種）**	**100g**	**1226**
	2603	有機玄米茶	180g	632
	2604	有機番茶	200g	540
	2605	有機茎茶	200g	864
	2606	有機ほうじ茶	180g	583
	2607	有機無双番茶〈ティーバッグ〉	5g×40	1242
	2608	国産有機さらつや美人番茶	500ml	194
	2609	**〃　箱**	**500ml×24**	**4572 ~~4656~~**
	2610	麦茶ティーパック 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▽		
7p	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**
	2617	有機栽培ルイボス茶	3.5g×50	2484
	2618	カメリアティ（箱入り）	3g×30	3024
	2619	あずき美人茶	500ml	216
	2620	**〃　箱**	**500ml×24**	**4977 ~~5184~~**

ポイント	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
3p	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

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽コーヒー▽		
5p	2627	**パロ・ブランココーヒー（豆）**	**150g**	**993**
5p	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
	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▽		
9p	2636	**Cafe（カフェインレス）**	**75g**	**1836**
7p	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~~**
		▽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

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
		▽ミネラルウォーター（軟水）▽		
	2643	神泉水	2ℓ	367
	2644	〃	箱　2ℓ×6	2095
	2645	〃	500ml×12	2279
	2646	〃	箱　500ml×24	4558
2p	2647	**あづみ野湧水**	**2ℓ**	**221**
7p	2648	**〃**	**箱　2ℓ×6**	**1301**

中南米の小規模生産者が育てたアラビカ種（海外有機認証取得）使用

インスタントコーヒーCafe
カフェインレス
[2636] 75g　1836円 9p
[2637] 詰替60g　1318円 7p

酸味控えめ、豊かな甘味が特徴です。風味を残した安心なカフェイン抽出方法でカフェイン99%以上をカットしました。

アッフォガード
濃いめに入れて、アイスにかける
[2802] 冷凍VANAGA　バニラ
120ml×2　972円

[2616] 紫蘇べに茶
5g　729円 4p

少しすっぱい赤紫蘇と清々しい青紫蘇に、ハッカ・べに花をちりばめたオリエンタル風味

[2623] 有機アールグレイ紅茶（ティーバッグ）20袋　626円 3p

風味豊かな有機ダージリン紅茶に爽やかなベルガモットの香り

甘酒・豆乳・しょうが湯

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	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 ~~5443~~
	2653	豆乳で元気	125ml×3	535
	2654	〃	125ml×24	4191 ~~4280~~
	2655	原豆乳	300cc	265
	2656	有機じんわ～りしょうが	150ml	486
2p	2657	**しょうが湯**	**20g×5**	**432**
6p	2658	**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	1069
	3002	信州もも	160g×4	786
5p	3003	**有機ぶどうジュース**	**160g×6**	**1037**
	3004	オーガニックトマトジュース 有塩	190g×6	907
	3005	〃 無塩	190g×6	907
	3006	野菜ジュース 有塩	190g×6	907
	3007	〃 無塩	190g×6	907
	3008	国産有機野菜ジュース	125ml×6	1102
6p	3009	**有機にんじんジュース**	**160g×6**	**1199**
	3010	有機野菜飲むならこれ	190g×6	1166
	3011	レモンサイダー	250ml×6	972
	3012	アップルサイダー+レモン	250ml×6	972
	3013	みかんサイダー+レモン	250ml×6	972
	3014	ぶどうサイダー+レモン	250ml×6	972
5p	3015	**オーガニックジンジャーエール**	**250ml×6**	**972**
	3016	オーガニックレモンスカッシュ	250ml×6	972
	3017	オーガニックスポーツドリンク	280ml×4	778

ヒカリ

しょうが湯
[2657] 20g×5 432円 2p
[2658] 箱入 20g×18 1274円 6p
有機栽培されたしょうがのすりおろしをたっぷり使用し。本葛・れんこん粉末入り

[2602] 上煎茶（在来種）100g 1226円 6p

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

パロ・ブランココーヒー 各 993円 各5p

[2627] 豆 150g
[2628] 粉 150g
グアテマラ産の完熟した実だけを、手摘み・天日乾燥。すっきりとした飲み口とまろやかな甘み

あづみ野湧水 2p
[2647] 2ℓ 221円
[2648] 箱 7p
2ℓ×6本 1301円

北アルプス鉱水（地下水源よりポンプで取水）・非加熱

ケースでお得！

有機にんじんジュース 6p
[3009] 160g×6 1199円
[3021] 箱 160g×30 5874 ~~5994~~円

有機人参の甘味が引き立っています

有機ぶどうジュース 5p
[3003] 160g×6 1037円
[3020] 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

オーガニックジンジャーエール 5p
[3015] 250ml×6 972円
[3022] 250ml×30 4763 ~~4860~~円
有機りんご果汁の爽やかな甘みと、有機しょうがの辛み

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
3018	新農研リンゴジュース	1000ml	1064	
3019	フルーツビネガー有機りんごの酢	360ml	805	

サプリメント

1日5～15粒を目安にお召しあがりください

低温抽出なので有用成分がそのまま

[2711] E-SAN（イワシ油） 24p
150粒 5184円
日本近海で水揚げされた新鮮なカタクチイワシから、遠心分離機で魚油を取り出りだしています。天然の青魚に含まれる有用成分もそのまま 残っています

低温抽出魚油は、抽出直後から食用可能です。一般的な魚油を食用可能にするために行う、高温加熱や薬品添加といった化学処理をしていません。このため、トランス脂肪酸も発生せず、一般的な魚油で失われる天然の青魚に含まれる有用成分もそのまま残っています

DHA ドコサヘキサエン酸／ｎ-3系多価不飽和脂肪酸。悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やしてくれる作用が期待できる

EPA エイコサペンタエン酸／ｎ-3系多価不飽和脂肪酸。血栓ができるのを予防してくれる効果や、コレステロール低下作用などからも、多くの生活習慣病予防に役立つことが期待されている

天然のサプリメント

[2717] 国産有機黒にんにく 7p
120g 1449円
二段熟成機による特殊加工技術によ り、濃密な甘さと食べた後にえぐみが残りません。

そのまま召し上がる他、ドライフルーツ感覚で、ヨーグルトなどと混ぜても

国産しそ梅干しをギュッと濃縮

[2709] 梅ぼしさん 10.8g 540円 3p
国産しそ梅干しの梅菓子です。食べやすい丸粒タイプ。携帯にも便利。

▽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
	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
	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
3p	2709	**梅ぼしさん**	**10.8g**	**540**
	2710	青い瞳 BLUE EYES	120粒	8424
24p	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	有機梅醤 陽寿	250g	2052
	2715	生姜・番茶入り梅醤	250g	1620
	2716	有機梅干番茶（生姜入り）	8g×20	1782
7p	2717	**国産有機黒にんにく**	**120g**	**1449**

春の訪れとともにやってくる花粉シーズン

肌に付着した花粉が刺激となって、
肌荒れをおこすケースも少なくないようです。

まずは帰宅後に洗顔をして、お肌に付着した花粉や汚れをしっかり洗い流しましょう。その際には、少ない泡でゴシゴシ洗うのではなく、たくさんの泡でやさしく洗ってあげるのがポイントです。

手軽に押すだけでふわふわの泡 オリーブオイルから生まれた洗顔料 パックスオリー フェイスフォーム

お肌になじみやすいオレイン酸を多く含む、オリーブオイルから生まれた洗顔料です。

ムクロジエキスを配合し、キメの細かい泡が汚れをしっかり落とします。オリーブオイル由来のスクワラン、保湿成分のグリセリンを配合し、洗顔後のお肌に潤いを残して乾燥を防ぎます。

○森林のような乳香のほのかな香り。

◆シェービング用としてもお使いいただけます。

成分…水、カリ石ケン素地、グリセリン、スクワラン、ムクロジエキス、ミルラ、ローズ水、ニュウコウ、ウイキョウエキス、エタノール 、クエン酸

爽やか すっきり！ 口内を浄化し、口臭を防ぎます。 ナチュロン お口すっきりハーブ

ハーブエキスと精油が口中を浄化し、口臭を防ぎ、気分をリフレッシュします。お口がピリピリしない低刺激タイプです。合成の殺菌剤や界面活性剤を使用していません。

コップに飲用水（約20ml）を入れ、本品を5～10滴入れあと、お口に含み、20秒ほどお口をすすいでから、はきだして下さい。

全成分…エタノール、水（溶剤）、セージエキス、クマザサエキス、チャエキス（矯味剤）、スペアミント油、ハッカ油、ユーカリ油、ニュウコウジュ油（清涼剤）

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▽			
	3110	200番（液体）	800ml	1,001
	3111	〃 詰替用	2300ml	2,321
	3112	ナチュロン400番（液体）	500ml	825
	3113	〃 詰替用	900ml	1,034
	3114	台所用液体せっけんおれんじ	300ml	578
	3115	〃 詰替用	900ml	1,146
	▽浴用固形石けん▽			
	3116	パレスチナのオリーブオイル石けん	120g	1,122
	3117	**パレスチナのオリーブオイル石けん**	**120g×3**	**3,173 ~~3,366~~**
	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▽			
	3127	ナチュロンシャンプー	500ml	1,584
	3128	〃 詰替用	500ml	957
	3129	ナチュロンリンス	500ml	1,584
	3130	〃 詰替用	500ml	957
	3131	Pax Olie ヘアソープ	450ml	2,178
	3132	〃 詰替用	400ml	1,540
	3133	Pax Olie ヘアコンディショナー	450ml	2,178
	3134	〃 詰替用	400ml	1,540
	▽ヘアトリートメント▽			
	3135	ナチュロントリートメント	180g	1,716
	▽洗顔ソープ▽			
	3136	**パックスオリーフェイスフォーム**	**150ml**	**1,166**
6p	3137	**〃 詰替用**	**140ml**	**869**
4p	▽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**
6p	▽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

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▽			
3205	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▽			
3206	オリーブマノングリーンローション	180ml	1,100
3207	オリーブマノンオリーブリーフローション	180ml	1,100

日本オリーブ　オリーブシンプルケア

万能の化粧用オリーブオイル
オリーブマノンバージンオイル

1949年6月1日、会社の創業と同時に発売した化粧用オリーブオイルです。

自社農園もあるスペインから、化粧用に適した高品質の精製オリーブオイルを厳選し、独自のルートで輸入。岡山・牛窓産エキストラバージンオリーブオイルをブレンドし、こだわりの使用感を守っています。しっとりとして、なめらかなお肌へ導きます。

全成分…オリーブオイル

○いろいろ使える
化粧用オリーブオイル

クレンジング。オイルパック。オイルマッサージに。クリーム代わりに。爪のトリートメント。ヘアトリートメント、髪のスタイリングに。

スタイリング…濡れた髪もしくは乾いた髪に少量手に取り、一度手のひらでしっかり伸ばしてから、毛先を中心に髪になじませます。

ポイント	品番	品名	規格	価格（税込み）
	▽オイル▽			
21p	3208	**オリーブマノンバージンオイルポンプ**	**200ml**	**4,620**
6p	3209	**オリーブマノンバージンオイル**	**30ml**	**1,210**

生薬シコンとオリーブ配合で「シコリーブ」

乾燥を感じたときに
日本オリーブ
シコリーブ　薬用スキンクリーム

天然保湿成分オリーブオイル、シコンエキス配合の薬用クリームです。さらっとのびてべたつかず、お肌の乾燥を防いで、しっとりすこやかに保護します。

しもやけ・ひび・あかぎれを防ぎます。肌あれ・あれ性に。

お顔や身体にお使いください。顔そり・ひげそりの後にもやさしくお使いいただけます。

○無着色：製品の赤い色はムラサキ由来の色です。

○無香料。

5p	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▽			
	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▽			
6p	3217	**フェイスクリアソープ**	**95g**	**1,320**
10p	3218	**フェイシャルローション**	**100ml**	**2,112**
8p	3219	**〃　詰替用**	**100ml**	**1,650**
10p	3220	**エモリエントクリーム**	**35g**	**2,112**

無香料・無着色
ナチュロンの基礎化粧品

どこまでもナチュラル、あくまでシンプル。香りが苦手な方にもおすすめ、お肌にやさしい使い心地の「パックスナチュロンスキンケアシリーズ」

品番	品名	規格	価格（税込み）	ポイント
▽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イビングティッシュ	6パック	649
3305	キッチンペーパーBOX	3パック	501
3306	ペンギン芯なし6R（シングル）	6ロール	655
3307	上記用シングル専用芯	1本	33
3308	ピュアブラウン（ダブル）	8ロール	578
3309	ワンタッチコアレス（シングル）	6ロール	682
▽油こし器▽			
3506	コスロンフィルター	20個	1,320
▽その他▽			
3316	ナチュロンスポンジ（台所用）	1ヶ	264
3317	〃　ナチュラル	1ヶ	264
3318	ナチュロンお風呂洗いスポンジ	1ヶ	627
3319	粋水　すいすい	300ml	2,508
3320	〃　詰替用	300ml	2,174
3321	特選竹酢液	500ml	935
3322	竹　炭	15cm×5	825

Q 石けん乳化ってなんですか？
クリームに石けんが入っているのでしょうか？

⇒A　クリームや乳液は水分と油分を原料にしています。
本来は混ざり合わない水分と油分ですが、液体の一方を微粒子にして他方に分散させる「乳化」で水分と油分が均一に混ざり合った状態にしています。
界面活性剤には「乳化作用」があり、一般的に化粧品をつくる際には合成界面活性剤を乳化剤に使用しますが、太陽油脂では植物油脂由来の石けんを使用しています。
完成したクリームや乳液は中性です。乳化に使った微量の石けんは肌に触れても、酸性の汗などと反応して油脂（脂肪酸）に戻り、肌を保湿します。
※各種刺激性試験を行っていますが、肌質により合わない場合があります。
太陽油脂

キメ細かな泡立ちの洗顔石けん
フェイスクリアソープ

植物性油脂(ヒマワリ油・パーム油)を原料としたキメ細やかな泡の洗顔石けんです。

ハチミツなどの保湿成分と植物性石けんを、じっくり熟成してできあがった透き通るコハク色です。

ベタつかず、さっぱりとした使い心地
フェイシャルローション

洗顔後の肌のうるおいを保ち、ひきしめる化粧水です。

ヘチマエキスやビワ葉エキスにより、うるおいを保ちます。

しっかり保湿ケアで、なめらかハリ肌
エモリエントクリーム

ヒマワリ油、ホホバ油を石けんで乳化したシンプルな保湿クリームです。

こっくり感のあるクリームでうるおい保湿。お肌を乾燥から守り、なめらかでハリのある肌に。

農事組合法人
庄内協同ファーム
ムラとマチをつなぐ、結ぶ

Vegeta（ベジタ）

ポラン広場の宅配
特別カタログ
No.210
価格は税込み

コシの強さとお米の甘み
[5395] 玄米切り餅 500g　1107円
コシが強くて煮崩れしにくい品種「でわのもち」を使用した切り餅です。お米の甘みが違います。杵つきもちならではのコシと伸びを楽しめますぷちぷちとした食感が楽しい玄米餅です。

粘り強く作り続けて30年
庄内協同ファームのお餅
現在、餅作業は20代から60代まで、様々なメンバーで行っています

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

▽餅▽			
5392	玄米かき餅	150g	702
5393	豆かき餅	150g	702
5394	白切り餅	500g	1,107
5395	玄米切り餅	500g	1,107
▽麦茶▽			
5324	低温焙煎麦茶　むぎちゃん	500g	702

▽菓子▽			
5385	玄米おこし	150g	605
5386	ピーナッツおこし	150g	810
5387	モロヘイヤおこし	150g	605
5388	ポン玄米砂糖つき	100g	427
5389	ポン玄米砂糖なし	100g	427
5390	ポンちゃん	100g	427
5396	玄米あられ	80g	443
5397	揚げ潮あられ	80g	481
再開 5391	元気まめ	100g	281

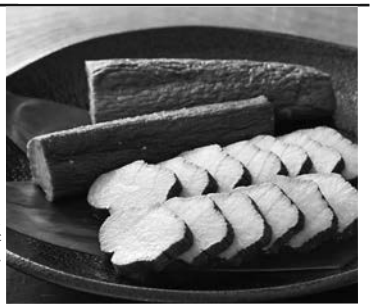
カリッとした歯ざわり
あっさりした素朴な風味
[5391] 元気まめ
100g　281円
土作りから手間をかけて、農薬を使わず育てた豆です。炒って塩だけで味付けた素朴な味

素材を活かす
素朴な味付け
[5397] 揚げ潮あられ
80g　481円
もち米の品種は「でわのもち」。化学農薬、化学肥料を使用せず栽培しています

山形の在来種
温海かぶを使用
[5381] 赤かぶ酢漬け
250g　643円
有機圃場で育てた原料の「温海（あつみ）かぶ」は、庄内地方に古代から伝えられた在来種です。近代的な品種改良が入らない独特の色とその歯ざわりをお試し下さい。
塩・砂糖・酢だけを使って甘酢漬けにした庄内を代表する漬け物です

コリコリの食感
[5383] 紅花たくあん
250g　567円
庄内地方の砂丘畑は、昔から砂丘大根の産地で、白い肌の美しい大根ができます。その大根を5日～10日天日干しで乾燥させて、原料の干し大根にします。色づけには、合成添加物の着色料など使わず、特産の紅花でほんのりと色づけしました

歯ごたえと
甘く香ばしい燻の味わい
[5382] いぶしたくあん
250g　643円
庄内に昔から伝わるいぶしたくあんは、干した大根を薫製することにより独特の風味と味わいが引き出されると同時に保存性が効くという知恵が詰まっています。薫製に使用する材料の木は桜の木のみを使用しています



配送曜日	月	火	水	木	金
注文書回収	2/23	2/24	2/25	2/26	2/27
翌々週配送日	3/9	3/10	3/11	3/12	3/13

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）

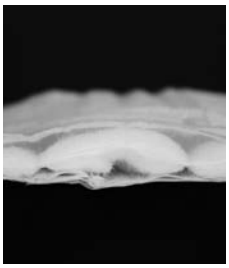
品番	品名	規格	価格（税込み）

ナチュラムーン

翌々週配送品

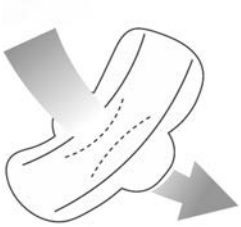
肌にやさしく かぶれにくい

肌に触れるトップシートは天然コットン100％の不織布。コットンは吸湿性と通気性も優れているため、夏の暑い時期にも快適です。



吸収体も天然素材

『高分子吸収材(ポリマー)』を使用せず、植物由来の綿状パルプのみで経血を吸収します。一般的な生理用ナプキンより少し厚みがありまが、ふかふか感が増します。



ムレ・モレを軽減

バックシートは空気や水蒸気のみ通すエアスルーフィルムを採用。不快なムレを抑えます。また、サイドをしっかりプレスする『キルティングプレス加工』を施しており、横モレをブロックします。

環境にやさしい酸素漂白

医薬部外品である生理用ナプキンはトップシートが漂白されている必要があります。塩素漂白ではなく酸素漂白を行い、肌への負担を極力減らしました。燃やしてもダイオキシンが発生しないため、環境にも配慮しています。

▽生理用ナプキン▽				
6970	昼用	普通の日	羽無(21cm)	24枚	550
6971	昼用	多い日	羽無(23.5cm)	18枚	550
6972	昼用	〃	羽つき(23.5cm)	16枚	550
6973	夜用	多い日	羽無(29.0cm)	12枚	550
6974	夜用	〃	羽つき(29.0cm)	10枚	550
6975		おりものシート(15.5cm)		40枚	726
▽タンポン▽					
6976	普通の日用	レギュラー		6個入り	484
6977	普通の日用	〃		16個入り	968
6978	多い日用	スーパー		6個入り	539
6979	多い日用	〃		16個入り	1,078

[6975] おりものシート
40枚　726円

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

シートの茶色い斑点は無漂白コットンの証

家庭菜園の種

翌々週配送品

自然農法種子

6801	ミニトマト	550
6802	きゅうり	550
6803	甘トウガラシ	550
6804	小松菜	550
6805	サラダ菜（エルーゴ）	550
6806	レタス	550
6807	ルッコラ（フックラ）	550
6808	ニンジン	550
6809	トマト妙紅	550
6810	ナス黒小町	550
6811	キュウリバテシラズ3号	550
6812	ミニトマトチャコ	550

有機野菜の種

6813	ホウレンソウバタフライ	330
6814	レタスサラダボール	330
6815	ニンジン（ナンテス）	330
6816	ミズナ	330
6817	スイートバジル	330
6818	ラディッシュ	330
6819	オークリーフレタス	330
6820	コリアンダー	330
6821	ミックスグリーン	330
6822	ニラ	330
6823	ナスタチウム	330
6824	ヒマワリ	330

有機家庭菜園の土

6825	培養土	5ℓ	1,045
6826	〃	12ℓ	1,980
6827	さし芽・種まき用の土	5ℓ	990
6828	〃	12ℓ	1,870
6829	花の土	5ℓ	990
6830	〃	12ℓ	1,870
6831	もう一度よみがえる土	5ℓ	1,100
6832	鉢底の石　ネット入り		1,100
6833	布プランター 5ℓ	1枚組	605
6834	〃	3枚組	1,738
6835	12ℓ	1枚組	770
6836	〃	3枚組	2,178

伝統的な美容法に着目した製品づくり

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

MOA Limabelle

メイクアップ

UVリクイドファンデーション

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

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

UVファンデーション

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

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

クリアUVパクト

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

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

アイカラー

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

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

アイブロー

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

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

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

リップスティック

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

	6548	ヴィヴィットピンク	4,950
	*******	ストロベリー	終了
	6550	ライトローズ	4,950
	*******	レッドワイン	終了
	6552	オーガニック ヌードカラー	4,950
	6553	ヴィヴィットワイン	4,950
在庫限	6554	オランジュ	4,950
在庫限	6555	ゴールデンタン	4,950
	6556	チョコレート	4,950

トリートメントリップ

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

6541	リマ ピュアトリートメント リップクリーム	1,980

基礎化粧品

リマベールスキンケア

6501	クレンジングジェル（メイク落とし）	125g	3,960
6502	クレンジングフォーム（洗顔料）	130g	3,960
*******	フレッシュローション（ヘチマ化粧水）		終売
23p 初 6503	**オーガニックピュアローション**	**100ml**	**4,950**
*******	デイミルクローション（UVカット乳液）		終売
*******	ナイトミルクローション（おやすみ用乳液）		終売
6506	エッセンシャルクリーム（おやすみ用乳液）	30g	7,480
*******	テスターミニ基礎６点セット 上記6点セット		終売

スペシャルケア

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

MOAアベリテシリーズ

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

ヘアケア

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

その他

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

みずみずしいタッチが心地よい
高保湿＋エイジングケア化粧水

[6503] オーガニック ピュアローション 23p

100ml　4,950円

「美人水」としても知られる無農薬ヘチマ水（国産）にフムスエキスとお肌のためのハーブエキスをブレンドした化粧水です。キメを整え、みずみずしく透き通るようなお肌へと導きます。

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

【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

キャベツと
炒めて回鍋肉
[5848] 冷凍興農豚
ロース味噌漬け
200g　1015円　5p

SPOT [5849] ダブル
上記2パック　1929 ~~2030~~円

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

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

豚肉　脂肪が少なく、柔らかい肉質で、炒め物などあらゆる料理に合います

[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

[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

[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

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

[5847] 冷凍興農牛
牛カルビ味付
320g　1,642円
興農牛バラうす切り肉を特製のタレで味付けしました。

[5848] 冷凍興農豚
ロース味噌漬け　5p
200g　1,015円
原材料：豚ロース肉、味噌、日本酒、砂糖、にんにく、しょうが、まいたけ

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

茶路めん羊牧場　翌々週配送品

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

シュウパウロウは豪快な塩ゆで料理

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

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

スープは ラーメンで 食べるのがお勧め

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

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

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

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

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

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

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

休止

[*****] 冷凍ボロネーゼ
羊肉ミンチとトマトを羊のブイヨンと赤ワインでじっくり煮込んで作ったパスタソース

生後六～十六カ月齢の仔羊の肉をお届けしています。

鮮度は輸入冷凍肉は論外で、輸入チルドにも勝ります。

牛肉と同じ感覚とレシピで、どうぞお試し下さい

茶路綿羊牧場・武藤さん

プロスペリティ　翌々週配送品

5781	国産ごまひじき	538
5782	有機ココナッツMCTオイル	1,944
5783	国産有機皮付もち麦	1,058
5784	グラスフェッドの有機スキムミルク	1,058
5785	あゝ懐かしの喫茶店風 有機ナポリタンソース	999
5786	国産有機菊芋茶	1,620
5787	有機アマニ油	1,944
5788	鹿児島さとうきびオリゴ	1,134
5789	国産有機蒸し大豆 3袋組み	594
5790	そのまま食べる有機あずき	594
5791	国産かりかり梅しそ	592
5792	そのままパリポリ有機はと麦	1,058
2617	通常配送 有機栽培ルイボス茶	2,484