

	月	火	水	木	金
注文書回収	6/14	15	16	17	18
商品配達	6/21	22	23	24	25
特別企画商品配達	6/28	29	30	7/1	2

2021年
6月4回12号

これからの季節、簡単で美味しい上に元気が出る食事を心がけたいですね！ そんな時におすすめの献立です。「まぐろ」「山いも」「納豆」と聞くだけで元気が出そうです。お手軽な具材でパワーアップして暑い夏の準備をしましょう。

健康効果抜群



まぐろと山いもの納豆丼

まぐろ

いいことづくめのヘルシー食材

マグロの赤身は高タンパクで低脂質なのでダイエットにぴったりです。そして抗酸化作用があるのでシミやしわを防いで、いつまでも若々しい体をつくる最高の味方です。ビタミンの多い卵黄や大豆などの豆製品と一緒に食べるとより効率良く働きます。



凍不使用

マストミ ◎15日/豆・麦・米

キハダまぐろのたたき丼セット

181 40g×2 通常本体 368円 **358円(税込387円)**
182 徳用 40g×4 通常本体 736円 **700円(税込756円)**

特

納豆

生活習慣病予防のスペシャリスト

食物繊維には、水溶性と不溶性の2種類あり、納豆はどちらも豊富に含まれています。水溶性食物繊維は食後の血糖上昇抑制作用があるといわれています。また、不溶性食物繊維には、排便促進効果や有害物質の排泄促進作用が期待できます。



凍不使用

登喜和食品 ◎7日/豆・麦・米

登喜和ひき割りカップ納豆

406 30g×2 タレ・カラシ付 **158円(税込171円)**
407 W規格 30g×2×2 通常本体 316円 **298円(税込322円)**

おまとも 特価

長いも

免疫力アップで健康作りに大活躍

長芋はサポニンを含み、がんや老化、動脈硬化予防に効果的と言われています。また、長芋の大きな特長は、生で食べられる芋である、ということです。消化酵素であるジアスターゼを含んでいて、でんぷんの一部が分解されるため、生で食べても胃にもたれないのです。



153 無農薬 化学肥料 ずらん会(北海道)

長いも 300g **345円(税込373円)**

自然豊かな安曇野で育ったマル井のおろし本わさび

4 ページ

溪流・湧水を利用して、人工的に築田した「わさび田」で栽培された、沢わさびの風味・辛味を楽しめる、小袋タイプの本わさびです。



ペスト状で使い勝手の良い有機ねり梅

おにぎり、手巻き寿司はじめ、鶏肉や豚肉の梅シソ巻きの材料や、手作りドレッシングや、つゆ、タレの材料など様々な用途で使用できます。ねり梅、醤油、無双番茶で、梅番茶にもおすすめです。



15 ページ

16 ページ 趙さんの味「熟成白菜キムチ」

乳酸菌の宝庫ともいえるキムチ、趙さんがおばあさんから受け継いだ味を守りながらも、試行錯誤を繰り返し作り上げた白菜キムチは、辛さのなかに旨みのある、味わい豊かな仕上がりになっています。



インターネット注文受付中
インターネット注文をはじめられる方はこちらから登録♪

www.yamayuri.jp

TEL 0120-121-127

FAX 046-237-3331

おいしく、たのしく、こちよく。

やまゆり生活協同組合

果物を食べる朝

果糖

1日のエネルギー源となります。夜に果物をとると、体を冷やすほか、果糖が使われず脂肪になりやすい。

ビタミンC

体を動かして体熱をだすと、ビタミンCの消費が激しくなります。ビタミンCは体内にはあまりストックがないので、活動前の朝食でとるのが理想的と言われています。

食物繊維

腸の運動を活発にして1日の消化吸収を高めます。

速効性&持続性がある 優秀なエネルギー源



113 有機バナナ 450g以上 298円(税込) 322円

神奈川産 ※写真より小玉になることがあります



114 無農薬 無化学肥料 キウイフルーツ 3玉 435円(税込) 470円

今季最終 南伊豆で太陽をたっぷり浴びた甘夏

無農薬 無化学肥料

MECの甘夏みかん

119 1.5kg前後 645円(税込) 697円

甘酸っぱい南国の果実! 食べごろの目安



115 低農薬 低化学肥料 パッションフルーツ 400g 900円(税込) 972円

小ぶりですが赤肉系で糖度が高い!



116 低農薬 低化学肥料 マルセイユメロン 850g以上 1080円(税込) 1166円

稀に苦い部分があります。ウリ科特有の苦み成分によるもので、食べても害はありません。

蒸し暑い時期にはうれしい さっぱりとした甘さで苦味のない和風グレープフルーツ!



117 低農薬 無化学肥料 河内晩柑 1kg 530円(税込) 572円

118 低農薬 無化学肥料 B品河内晩柑 5kg箱 1430円(税込) 1544円



121 低農薬 無化学肥料 トマト 400g 450円(税込) 486円



122 低農薬 無化学肥料 ミディトマト 250g 345円(税込) 373円



123 低農薬 無化学肥料 おきたまのミニトマト 200g 350円(税込) 378円



180816 無農薬 無化学肥料 長島さんのトマト 1kg箱 800円(税込) 864円

5月下旬の時点で今年はお届けできそうですが、過去の予測不能な気候状況を鑑みて以下お知らせいたします。



180890 無農薬 無化学肥料 なす 3本 275円(税込) 297円



124 無農薬 無化学肥料 長島さんのきゅうり 500g 300円(税込) 324円



125 無農薬 無化学肥料 千葉さんのきゅうり 3本 200円(税込) 216円



126 無農薬 無化学肥料 きゅうり(四葉) 2本 198円(税込) 214円



180853 低農薬 低化学肥料 嘉一さんのピーマン 300g 250円(税込) 270円



180853 低農薬 低化学肥料 嘉一さんのピーマン 300g 250円(税込) 270円



127 無農薬 無化学肥料 野ぶき 200g 180円(税込) 194円

さっと湯がいて、酢みそ和え、マヨネーズ和え、おひたし、サラダに。また、汁の実、刺身のつまなどに



132 無農薬 無化学肥料 おかひじき 100g 198円(税込) 214円



180889 無農薬 無化学肥料 いんげん 100g 288円(税込) 311円



128 無農薬 無化学肥料 島村いんげん(平莢) 150g 230円(税込) 248円



129 無農薬 無化学肥料 枝豆 150g 370円(税込) 400円



130 無農薬 無化学肥料 チンゲン菜 200g 214円(税込) 231円



131 無農薬 無化学肥料 小松菜 200g 180円(税込) 194円

実は即席漬けに 葉はお味噌汁に

ラディッシュの実(約5個)を薄切りしてボウルに入れ塩を振って軽く揉みする。軽く水をきったら酢大さじ2、顆粒和風だし1つまみを合わせる。



133 無農薬 無化学肥料 ラディッシュ 100g 200円(税込) 216円



134 無農薬 無化学肥料 美味タス(ミニレタス) 1個 200円(税込) 216円



135 低農薬 無化学肥料 レタス 1個 215円(税込) 232円



136 低農薬 無化学肥料 サニーレタス 1個 215円(税込) 232円



137 低農薬 無化学肥料 グリーンリーフレタス 1個(約200g) 215円(税込) 232円



180865 低農薬 無化学肥料 グリーンアスパラ 100g 315円(税込) 340円



138 無農薬 無化学肥料 クレソン 50g 185円(税込) 200円



139 無農薬 無化学肥料 ルッコラ 約60g 188円(税込) 203円



140 無農薬 無化学肥料 水菜 200g 220円(税込) 238円



141 無農薬 無化学肥料 サラダミックス 120g 350円(税込) 378円



141 無農薬 無化学肥料 サラダミックス 120g 350円(税込) 378円

薬味にお手軽!

辛味が少ないので食べやすくシャキシャキした歯ごたえです。料理に散らしたりスープなどにも。



142 蔵無農薬無化学肥料
サラダコスモ(長野県、岐阜県)
ブロッコリーの新芽
30g **128円**(税込) **138円**

143 蔵無農薬無化学肥料
サラダコスモ(長野県、岐阜県)
緑豆もやし
200g **78円**(税込) **84円**
中国産有機緑豆使用。



144 蔵 (神奈川産)
石室もやし店(海老名市) ◎2日
もやし
250g **50円**(税込) **54円**
中国産またはマンマー産緑豆使用。

145 蔵 (JAS)
サラダコスモ(長野県、岐阜県) ◎3日
有機玉ねぎ入り炒め用ミックス
160g **160円**(税込) **173円**
国産有機栽培の玉ねぎ、小松菜、人参、もやしをカットしました。※時期によって産地が変わります。

今季初
愛知県のとうもろこしは今年限定です
温暖な愛知県渥美半島より
旬のとうもろこしをお召し上がりください



その年の気候により大きく収穫が左右されます。6月のとうもろこしは、今年のみになるかもしれません。是非ご賞味ください。次回のとうもろこしのご案内は8月となります。



146 低農薬無化学肥料
天恵グループ(愛知県)
とうもろこし
1本 **300円**(税込) **324円**
愛知県田原市の津田敏雄さん他。〔有機認証農薬のみ2回まで使用〕
※お届けは1本です

赤紫と白のコントラストが美しい。かつお節をのせて醤油をかけた和風サラダや、ピクルスなどの酢漬けにどうぞ



(神奈川産)
147 無農薬低化学肥料
秋澤マルミ農園(小田原市)
赤玉ねぎ(湘南レッド)
500g **198円**(税込) **214円**
神奈川県小田原市の秋澤雅美さん。
※小玉となることもあります

今回は徳用もご案内
たくさんお召し上がり
ください!

無農薬無化学肥料
NO-RA~農薬~(愛川町)
じゃがいも(レッドムーン)
150 500g **240円**(税込) **259円**
180877 徳用
1.5kg **675円**(税込) **729円**
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



151 低農薬無化学肥料
産直南島原(長崎県)
じゃがいも(出島・ニシユタカ)
800g **350円**(税込) **378円**
長崎県南有馬町の林田康一さん他。出島かニシユタカをお届けします。ネオニコチノイド系農薬不使用。

152 低農薬無化学肥料
産直南島原(長崎県)
じゃがいも(メークイン)
500g **250円**(税込) **270円**
長崎県南有馬町の竹下正廣さん他。有機許容農薬1回使用。ネオニコチノイド系農薬不使用。

(神奈川産)
秋澤雅美さん
無農薬低化学肥料
秋澤マルミ農園(小田原市)
玉ねぎ
148 800g **198円**(税込) **214円**
180830 徳用
1.5kg **350円**(税込) **378円**

(神奈川産)
149 無農薬無化学肥料
NO-RA~農薬~(愛川町)
千葉さんの玉ねぎ2kg
2kg **780円**(税込) **842円**
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



153 無農薬低化学肥料
すずらん会(北海道)
長いも
300g **345円**(税込) **373円**
北海道芽室町の久世透さん他。



料理のレパートリーが広がる
便利な夏野菜♪
ラタトゥイユに♪
157 無農薬無化学肥料
NO-RA~農薬~(愛川町)
ズッキーニ
1本 **198円**(税込) **214円**
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。※黄色が緑どちらかをお届けします。

浅漬けにも♪
158 低農薬低化学肥料
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)
キャベツ
1玉 **230円**(税込) **248円**
群馬県長野原町の岩田紀重さん他。夏でも昼夜の気温差のある高原で、有機肥料のみでゆっくり育ったキャベツです。

(神奈川産)
154 無農薬無化学肥料
NO-RA~農薬~(愛川町)
にんじん
400g **250円**(税込) **270円**
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

(神奈川産)
155 低農薬低化学肥料
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)
大根
1本 **215円**(税込) **232円**
群馬県長野原町の岩田紀重さん他。冷涼な高原地帯でゆっくり育つため、小ぶりの場合がありますが葉まで美味しく食べられます。サラダはもちろん、炒めものやスープ、漬物などに。

156 無農薬低化学肥料
丸忠園芸組合(宮崎県)
新ごぼう
300g **338円**(税込) **365円**
宮崎県小林市の税所篤朗さん。初夏に収穫される新ものです。柔らかく上品な香りが楽しめます。

味噌和え、おひたし、
ごはん、天ぷらに
山形県高島町の武田信子さん。枝になろうとする芽で、コリコリとした食感です。香りマイルドになります。



162 無農薬無化学肥料
おきたま興農舎(山形県)
うこぎ(新梢)
40g **218円**(税込) **235円**

167 無農薬無化学肥料 (神奈川産)
大原農園(中井町)
大原さんの根しょうが(洗い)
100g **180円**(税込) **194円**
神奈川県中井町の大原好文さん。

169 低農薬低化学肥料
せいか(福岡県)
ジャガ玉人参セット
700g **318円**(税込) **343円**
北海道産と九州産のじゃがいも2~3個、玉ねぎ1玉、にんじん1本のセットです。

172 蔵無農薬
洗田産業(北海道)
舞茸
100g **228円**(税込) **246円**
北海道厚岸郡洞爺町の洗田潤介さん。

173 蔵無農薬
えのきボーヤ(長野県)
えのき茸
200g **130円**(税込) **140円**
長野県安曇野市の宮沢高一さん。

163 蔵 (JAS)
大地と自然の恵み(高知県)
パセリ
30g **125円**(税込) **135円**
高知県香美郡小田々智徳さん他。

今季最終
165 無農薬無化学肥料
ヤマサ有機農園(徳島県)
新物にんにく
200g **470円**(税込) **508円**
徳島県阿波市の楠正人さん。

畑の旬の美味しい
野菜をお届けします
170 無農薬無化学肥料
NO-RA~農薬~(愛川町)
千葉さんの野菜セット
3品 **630円**(税込) **680円**
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

酵素農で育った (神奈川産)
湘南鷹取野菜セット
171 無農薬無化学肥料
湘南鷹取酵素農研究会(平塚市)
湘南鷹取野菜セット5品
5品 **1250円**(税込) **1350円**
神奈川県平塚市の小巻秀任さん。栽培期間中動物性肥料は不使用。森の土に近づける酵素自然農法で栽培。

174 蔵無農薬
北村きのこ園(鳥取県)
不揃いエリンギ
150g **220円**(税込) **238円**
鳥取県八頭町の北村大司さん。

175 蔵無農薬
三幸(長野県)
ぶなしめじ
100g **125円**(税込) **135円** (放) 不検出 <3.7<3.1
長野県上伊那郡中川村の樽沢春幸さん。

164 低農薬低化学肥料
あゆみの会(千葉県)
大葉
10枚 **138円**(税込) **149円**
茨城県稲敷郡の吉田孝吉さん。

(神奈川産)
166 無農薬無化学肥料
NO-RA~農薬~(愛川町)
にんにく
1~2玉(70g前後) **240円**(税込) **259円**
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

176 蔵無農薬
南国きのこ苑(鹿児島県)
生きくらげ
50g **178円**(税込) **192円** (放) 不検出 <2.5<2.7
鹿児島県大島郡の末川茂文さん。

178 蔵無農薬
三蔵農林(岡山県)
マッシュルーム
100g **265円**(税込) **286円**
岡山県瀬戸内市の片岡信之さん。又は静岡県富士市の長谷川光史さん。

179 蔵無農薬
宮野龍之(広島県)
原木生しいたけ
100g **268円**(税込) **289円** (放) 不検出 <10.0<10.0
広島県庄原市の宮野龍之さん。

180 蔵無農薬
バイオコスモ(伊勢原市)
きのこセット
5種 **578円**(税込) **624円**
生椎茸(菌床栽培)・舞茸・ぶなしめじ・えのき茸・足付きなめこをセットにしました。



京の白味噌西京漬

【特徴】
西京味噌は塩分濃度が5%しかなく、最も低塩な味噌のため、素材の味を活かします(仙台みそ、信州みそ、八丁みそは10%前後)。その半面、米麹による糖度が高い米みそです。

◆西京漬は本来、西京味噌と魚の絶妙な風味を味わっていたくもの。
◆甘く優雅な西京味噌は、塩分が少なくミネラル・タンパク質・レシチンなどの好成分を豊富に含んでいます。
◆選り抜かれた魚に味噌の旨みが生じ、じっくりとしみ込んで豊かな風味が創り出されます。
◆まるやかでやさしい口ありの西京漬は野菜との相性も良く、バター焼き、鍋物など様々な料理でお楽しみ頂けます。

口当たりのやわらかい酒粕の香り



原材料/キングダラ(アメリカ)、酒粕、米味噌、食塩、発酵調味料、砂糖、醤油、魚油

215 凍 G調味料
京都やま六 ◎180日以上/豆・麦・米
やま六 銀だら京粕漬
2切(140g) **880円**(税込950円)
アラスカ産の厳選された銀だらを、西京味噌に粕を加えて漬け込み、熟成させました。解凍後、弱火で焼いてください。

脂がのった目鯛と甘めの西京味噌がよく合います



原材料/メダイ(国産)、米味噌、砂糖、食塩、発酵調味料

216 凍 G調味料
京都やま六 ◎180日以上/豆・米
やま六 目鯛西京漬
2切(160g) **630円**(税込680円)
国産目鯛を厳選し、手切りで切身にして西京味噌に漬け込み熟成させました。解凍後、弱火で焼いてください。

ほんやり柚子の香り



原材料/サワラ(東シナ海)、米味噌、食塩、砂糖、発酵調味料、ゆず果汁、酒粕

217 凍 G調味料
京都やま六 ◎180日以上/豆・米
やま六 さわらゆず味噌漬
2切(140g) **450円**(税込486円)
西京味噌に柚子を加えた特製調味味噌に東シナ海産のさわらをじっくり漬け込みました。解凍後、焼いてください。

塩麴が紅鮭の旨味を引き出しつつ、やさしい味に仕上がっています



原材料/紅鮭(ロシア)、米こうじ、食塩

218 凍 G不使用
東北トクスイ ◎90日以上/米
紅鮭塩麴漬
3切(150g) **480円**(税込518円)
ロシア産の紅鮭を切身にして、塩麴にじっくり漬け込みました。冷蔵庫で解凍後、焼いてください。



219 凍 G調味料
淡水産 ◎15日以上/米
無添加明太子(上切)
180g **880円**(税込950円)
アメリカ産スケソウダラの卵を厳選。特製調味液で原卵のまま熟成させました。解凍してください。



220 凍 G調味料
淡水産 ◎30日/米
無添加たらこ(切子込)
60g **358円**(税込387円)
アメリカ産スケソウダラの卵を特製調味液に漬け込みました。解凍後、生食の他、煮物などで。



221 凍
パプアニューギニア海産 ◎3ヶ月以上/え
パプア産天然むきえび
120g(約10-15尾) **646円**(税込698円)
パプアニューギニア産の天然エビを一尾ずつ手剥きしました。解凍後、そのまま料理に使えます。



222 凍
パプアニューギニア海産 ◎3ヶ月以上/え
パプア産天然えび(殻付き)
200g(10~15尾) **778円**(税込840円)
パプアニューギニア産の天然エビを使用。サイズ、種類がミックスのお買い得品です。

育て方をとことん追求した特別な牡蠣。ぷりぷりでジューシーな牡蠣の美味しさを堪能できます



播磨の漁師と育て方からこだわった真がきをむき身にしました。解凍後、フライやソテーなどに。

226 凍
播磨海洋牧場 ◎14日以上
播磨の玉姫牡蠣(むき身)
140g 通常本体(6~9粒) **780円**(税込750円)



223 凍
五戸水産 ◎60日以上
産地一回凍結小いか
180g **368円**(税込397円)
八戸産の小ぶりのスルメイカをそのまま凍結しました。解凍後、塩茹でや焼き物などに。



224 凍
共和水産 ◎180日以上
三陸産するめいかつぼ抜き
3~6尾(230g) **398円**(税込430円)
三陸産スルメイカの足と内臓を取りました。解凍後、煮物や炒め物などに



225 凍
札幌中一 ◎45日以上/え
北海道のシーフードミックス
200g **680円**(税込734円)
北海道近海の甘エビ、スルメイカ、水タコ、ホタテを使用。パスタやピラフ、炒め物などに。



227 凍
塩屋 ◎15日以上
国内産冷凍あさり
200g **378円**(税込408円)
熊本・愛知・三重・千葉県産のあさりを砂だし後、冷凍しました。冷凍のまま、汁物や酒蒸しなどに。



228 凍
三浦好商店 ◎45日以上
網走湖特産砂出ししじみ貝
150g **450円**(税込486円)
北海道網走湖でとれたしじみを砂出しし、ポイルしてから急速凍結しました。冷凍のまま、調理してください。



229 蔵
武田食品冷凍 ◎30日以上
淡路島由良の天然塩蔵わかめ
150g **398円**(税込430円)
天然ならではのほど良い歯ごたえとしっかりとした旨み
淡路島由良の天然のわかめを湯通し後、塩漬けにしました。塩抜きしてから汁物や酢の物などに。



230 蔵
芦浜産直出荷組合 ◎7日以上
釜炊ひじき
150g **298円**(税込322円)
芦浜の海で刈り取ったひじきを天日干し後、釜炊きにしました。煮物、サラダ、ひじきご飯などに。



231 凍
山茂丸水産 ◎30日以上
岩崎さんの釜揚げしらす
100g **500円**(税込540円)
佐島の漁師・岩崎さんが相模湾で獲った新鮮なしらすを釜揚げにしました。解凍後、しらす丼、かき揚げなどに。



232 凍
芦浜産直出荷組合 ◎7日以上/え・か
釜揚げちりめん
50g **315円**(税込340円)
熊野灘産のしらすを釜炊きして干し揚げました。解凍後、しらすおろしや酢の物などに。



233 凍
川崎北部水産加工 ◎90日
手ほぐし紅鮭
100g **680円**(税込734円)
アラスカ産紅鮭を、できる限り骨抜きをして焼き上げ、手でほぐしました。解凍後、おにぎりやお茶漬けなどに。



234 凍
ヤイチ ◎30日以上
しまほっけ焼
2切(約120g) **498円**(税込538円)
ロシア産鱈ホッケを塩のみで味付けし、じっくり焼き上げました。温めてください。



235 凍 G調味料
おおさき町製加工組合 ◎180日以上/豆・麦・米
鹿児島県産うなぎ刻み
50g×2(タレ、山椒付) **1350円**(税込1458円)
鹿児島県の提携養殖池のうなぎを、関東風に焼き上げてから刻みました。温めてください。



236 凍 G不使用
ヤイチ ◎60日以上/豆・麦
いわし生姜煮
2本(100g) **298円**(税込322円)
八戸港で水揚げされたいわしを生姜煮にしました。解凍後、そのままか、温めてください。



237 凍
五戸水産 ◎60日以上
藻塩で焼いた真いか軟骨
150g(20~25個) **388円**(税込419円)
北海道、青森県産の真いかの軟骨を藻塩で焼き上げました。冷凍のまま、湯煎してください。

黒胡椒がピリッときています



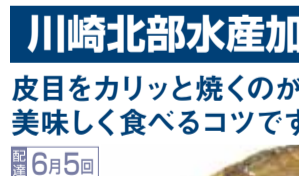
238 凍
フードサービスアサヒ ◎360日/麦
イワシのスパイシーフライ
3枚 通常本体(150g) **288円**(税込311円)
国産のいわしフィレに黒胡椒入りのパン粉を付けました。冷凍のままフライパンで焼いてください。



239 凍 G不使用
フードサービスアサヒ ◎90日以上/麦
イカフライカレー風味
5枚(200g) **430円**(税込464円)
ペルー産ムラサキイカにカレー粉で下味を付け、国産小麦粉使用の衣をまがしました。揚げてください。



240 凍
パプアニューギニア海産 ◎3ヶ月以上/麦・え
パプア産天然エビフライ(L)
約5尾(120g) **700円**(税込756円)
パプアニューギニア産天然エビに小麦粉とパン粉で衣を付けました。冷凍のまま、揚げてください。



241 凍 G不使用
札幌中一 ◎45日以上/え
シーフードパエリアの素
700g(3合用) **980円**(税込1058円)
エビやイカなどの魚介に北海道産の平目から作ったフイオンを合わせました。解凍後、お好みの野菜を加えてフライパンで。

新鮮だから身がふっくら、ジューシー。さらに衣はサクサク



243 凍 G不使用
川崎北部水産加工 ◎30日以上/卵・乳・麦
生から造ったアジフライ
半身4枚 **480円**(税込518円)
新鮮だから身がふっくら、ジューシー。さらに衣はサクサク
大ぶりの九州産アジを鮮魚から三枚におろし、生パン粉の衣を付けました。(卵・乳製品GMO飼料不分別)
244 凍
川崎北部水産加工 ◎45日以上/卵・乳・麦
広島産カキフライ
150g(5~6個) **500円**(税込540円)



担当者おすすめ
レシピ
豚キムチ焼うどん

材料(2人分)

- うどん……………2玉
- キムチ……………100g
- 豚小間切れ……………100g
- 油……………大1
- 醤油……………小2
- ごま油……………小1
- 【A】
- 塩コショウ……………少々
- 酒……………小1
- にんにくすりおろし…小1/2

作り方

- ①うどんを茹でる。
- ②豚肉はAを揉み込み下味をつける。
- ③フライパンに油を入れて熱し、②を入れて焼く。
- ④豚肉に焼き色がついたら、キムチを加えて、具材をなじませるように炒め合わせる。
- ⑤うどんを加えて、炒め合わせ、醤油とごま油を加える。

千野さんの豚肉(山梨県)

特

245 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚ロースしゃぶしゃぶ
200g 通常本体 620円(税込) **605円(税込)** (653円)

ほどよい脂とキメが細かいのが特徴です。茹で物や炒め物などに。1.5~2mm厚。

246 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚ロース厚切り(スジ切)
2枚(200g) **600円(税込)** (648円)

ほどよい脂とキメの細かさが特徴です。スジ切済み。ポーコンテーやトンカツなどに。約1.5cm厚。

丹沢高原豚(神奈川県愛川町)

256 蔵 中津ミート ◎4日
中津豚ローススライス
200g **513円(税込)** (554円)

やわらかく旨味のあるロース肉です。炒め物に。

特

257 蔵 中津ミート ◎4日
中津豚ロースブロック
400g 通常本体 1025円(税込) **980円(税込)** (1058円)

キメが細かく、柔らかい肉質です。とんかつやソテーなどに。

247 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚肩ロース薄切り
200g **580円(税込)** (626円)

コクのある赤身にほどよく脂が混ざっています。炒め物や生姜焼きなどに。3~4mm厚。

特

248 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚モモ薄切り
200g 通常本体 540円(税込) **525円(税込)** (567円)

脂が少なく、うまみが濃くてやわらかいです。炒め物やサラダなどに。3~4mm厚。



豚肉とピーマンの
オイスターソース炒め

258 蔵 中津ミート ◎4日
中津豚肩ローススライス
200g **452円(税込)** (488円)

赤身と脂肪のバランスが良い部位です。炒め物や焼き物に。

249 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚バラスライス
150g×2 **630円(税込)** (680円)

脂が多めでやわらかい部位です。炒め物や煮物などに。3mm厚。

250 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚バラ焼肉用
150g×2 **630円(税込)** (680円)

肉質はきめ細かく、脂肪に旨みがあるバラ肉を、焼肉に最適な厚さ、サイズにカットしました。4~5mm厚。

特

251 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚ヒレロカツ用
150g **575円(税込)** **560円(税込)** (605円)

脂が少なく、あっさりとして柔らかい肉質です。スジ切りしてあります。トンカツやソテーなどに。2~2.5cm厚。

252 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚スペアリブ
300g **620円(税込)** (670円)

豚バラ肉を骨付きでカットしました。お好みの味付けをして焼いてお召し上がりください。

259 蔵 中津ミート ◎4日
中津豚小間切れ
200g **360円(税込)** (389円)

旨みのあるモモ、ウデ他の小間切れです。炒め物、鍋物、煮物に。

260 蔵 中津ミート ◎4日
中津豚挽き肉(餃子用)
200g **310円(税込)** (335円)

通常の挽き肉よりも脂を多めにしました。

253 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚小間切れ
100g×3 **580円(税込)** (626円)

形は不揃いですが、肉の旨みがあります。炒め物や煮物などに使いやすいように、小分けしています。1.5~2mm厚。

254 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚挽き肉
100g×3 **520円(税込)** (562円)

いろいろな部位を混ぜて挽きました。餃子やハンバーグなどに。直径2mm。

255 凍 高橋(千野ファーム) ◎90日
千野さんの豚モモ小間切れ&挽き肉
150g×2 **610円(税込)** (659円)

脂が少なくヘルシーなモモの小間切れと挽き肉をセットにしました。

266 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏もも肉
200g **398円(税込)** (430円)

豊富なコクと適度な脂です。唐揚げや煮しめ、ソテーなどに。

267 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏もも肉切り身(バラ凍結)
500g **898円(税込)** (970円)

もも肉を唐揚げサイズの大きさにカットした、バラ凍結品です。使いやすい分だけ取り出せ便利です。

268 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏むね肉
200g **330円(税込)** (356円)

脂が少なくヘルシーですが、旨み成分(イノシン酸)が多く、抗酸化作用が期待できる部位。親子丼やシチューなどに。

秋川若鶏(山口県・島根県・福岡県・熊本県)

エコかざ鶏(茨城県・栃木県)

261 凍 千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏モモ肉
300g **648円(税込)** (700円)

締まりがあり歯ごたえがよく、濃厚な旨みがあります。唐揚げや照り焼き、煮込み料理などに。



大根おろしとポン酢の
鶏唐揚げ

262 凍 千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏ムネ肉
300g **448円(税込)** (484円)

脂身が少ない、ふっくらと柔らかい肉質です。チキンカツや唐揚げ、煮物、蒸し物などに。

269 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏むね肉徳用
500g **740円(税込)** (799円)

脂が少なくヘルシーです。バラ凍結。親子丼やシチューなどに。



親子丼

270 凍 秋川牧園 ◎270日
秋川若鶏モモムネ切身(バラ凍結)
350g **630円(税込)** (680円)

もも肉とムネ肉を唐揚げサイズの大きさにカットしました。

263 凍 千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏ササミ
300g **530円(税込)** (572円)

エコかざ鶏のササミです。チキンカツ、炒め物、蒸し物(サラダ)、煮物、ソテーなどに。

264 凍 千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏手羽元
300g **430円(税込)** (464円)

エコかざ鶏の手羽元です。唐揚げや焼き物、煮物などに。

265 凍 千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏砂ぎも
300g **380円(税込)** (410円)

コリコリとした食感です。焼き鳥や炒め物、唐揚げなどに。

271 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏手羽先
400g **440円(税込)** (475円)

コラーゲンが多く、コクのある部位です。唐揚げや煮物などに。

272 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏せせり
200g **330円(税込)** (356円)

鶏の希少部位の一つで首回りの肉です。塩コショウ炒めなどに。

273 凍 秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏ミンチ
200g **358円(税込)** (387円)

もも肉、ムネ肉、ササミをミンチにしました。

瑞穂牛(茨城県・栃木県)

274 蔵 瑞穂農場 ◎4日
国産みずほ牛サーロインステーキ
1枚(170g) **1980円(税込)** (2138円)

ステーキの代表的な部位。脂肪が風味の決め手となっているので、必要以上に取り除かないようにしてください。



ピリ辛挽き肉じゃが

275 蔵 瑞穂農場 ◎4日
国産みずほ牛モモスライス
180g **1120円(税込)** (1210円)

もも肉をスライスしました。肉質は繊維が細かくやわらかな食感です。焼肉や焼きそばなどに。2.5mm厚

国産熟成牛(北海道)

279 凍 知床興農ファーム ◎30日以上
国産熟成牛ロース焼肉用
200g **1050円(税込)** (1134円)

歯ごたえと旨みがあるロースです。



ビーフカレー

特

280 凍 知床興農ファーム ◎30日以上
国産熟成牛カレーシチュー用
200g 通常本体 850円(税込) **800円(税込)** (864円)

煮込み料理に最適な角切りです。

276 蔵 瑞穂農場 ◎4日
国産みずほ牛切り落とし
180g **948円(税込)** (1024円)

ヒレ、ロースを除く全部位をスライスしました。炒め物、牛丼、肉じゃがなどに。2.5~3mm厚。

277 凍 瑞穂農場 ◎60日以上
国産みずほ牛挽肉
200g **678円(税込)** (732円)

各部位の端肉を使用。しっかりとした味のある質のいい挽き肉です。

特

278 凍 瑞穂農場 ◎60日以上
国産みずほ合挽肉
200g 通常本体 550円(税込) **535円(税込)** (578円)

みずほ牛と丹沢高原豚を使用した産地限定の合挽きです。牛5:豚5。

281 凍 知床興農ファーム ◎30日以上
国産熟成牛切り落とし
250g **1050円(税込)** (1134円)

味に深みのあるウデ肉、モモ肉、バラ肉のミックスです。牛丼や野菜炒めなどに。バラ凍結。

282 凍 知床興農ファーム ◎30日以上
国産熟成牛挽肉
250g **840円(税込)** (907円)

部位はネック、スネのミックスです。使いやすいバラ凍結。

283 凍 知床興農ファーム ◎30日以上
国産牛豚合挽肉
250g **750円(税込)** (810円)

国産熟成牛、興農豚を6対4で合挽きしました。使いやすいバラ凍結。

284 蔵
ハム工房ジロー 3日以上
無添加ロースハムスライス
80g **520円** (税込562円)
山梨県千野ファームの豚ロース肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

285 蔵
中津ミート 7日
中津ボンレスハムスライス
120g **412円** (税込445円)
丹沢高原豚モモ肉を使い、あっさりとした味わいに仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

286 蔵
ハム工房ジロー 3日以上
無添加ボンレスハムブロック
80g **460円** (税込497円)
山梨県千野ファームの豚もも肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

独自の製法で仕上げた伝統の逸品
山梨県千野ファームの豚モモ肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

287 蔵
ハム工房ジロー 3日以上
無添加プレスハムスライス
100g(7枚) **460円** (税込497円)
原材料/豚モモ肉(山梨県)、食塩、三温糖、香辛料

290 蔵
ハム工房ジロー 3日以上
徳用無添加ウインナーソーセージ
160g(7~9本) **535円** (税込578円)
山梨県千野ファームの豚肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

288 蔵
中津ミート 6日/米
中津豚ヒレ塩こうじ漬
200g **698円** (税込724円)
丹沢高原豚のヒレ肉を特製の塩こうじだれに漬け込みました。〔豚GMO飼料不使用〕

塩こうじ効果でお肉は柔らかく香りよく!
特
原材料/豚ヒレ、塩こうじ(米麹、食塩)
288 蔵
中津ミート 6日/米
中津豚ヒレ塩こうじ漬
200g **698円** (税込724円)
丹沢高原豚のヒレ肉を特製の塩こうじだれに漬け込みました。〔豚GMO飼料不使用〕

ふっくらとやさしい味の小さなウインナー
原材料/豚肉、食塩、粗糖、香辛料
289 蔵
中津ミート 7日
徳用皮なしビーウインナー
240g **560円** (税込605円)
皮がなくやわらかなミニサイズ。香辛料控えめで小さなお子さんでも食べやすい大きさです。〔GMO飼料不使用〕

291 蔵
ハム工房ジロー 3日以上/乳
無添加チーズウインナー
100g **425円** (税込459円)
よつ葉チーズを練り込んだ、やまゆりオリジナルウインナーです。〔GMO飼料不使用〕

292 蔵
中津ミート 7日
粗挽きウインナー
160g **384円** (税込415円)
飼育や飼料にこだわった丹沢高原豚の粗挽肉を使用。ジューシーさと旨味、食感が楽しめます。〔GMO飼料不使用〕

293 蔵 G不使用
中津ミート 7日
ミニフランク
160g(4本) **375円** (税込405円)
豚肉、塩、砂糖、香辛料を使用しました。長さ16~17cm、太さ約2.5cmのソーセージです。〔GMO飼料不使用〕

294 蔵
ハム工房ジロー 3日以上
無添加ベーコンスライス
100g(6~7枚) **530円** (税込572円)
山梨県千野ファームの豚バラ肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

295 蔵 G不使用
ハム工房ジロー 3日以上/豆・麦
無添加焼豚ブロック
120g **645円** (税込697円)
山梨県千野ファームの豚肉を使い、シンプルな調味液で長期低温熟成させ、じっくり焼き上げました。〔GMO飼料不使用〕

296 蔵 G不使用
高橋(千野ファーム) 90日/豆・麦・米
千野さんの豚みそ漬け厚切り
2枚(200g) **600円** (税込648円)
豚ロース厚切りに特製みそだれを塗り、解凍後、焼いてください。〔GMO飼料不使用〕

ジューシーなパテを使って手作りハンバーガー!
バーガーパンのサイズに合わせた専用パテです。〔牛・豚GMO飼料不使用〕〔卵・乳製品GMO飼料不分別〕
297 蔵 G不使用
中津ミート 90日/卵・乳・麦
中津ハンバーガー用パティ
50g×4 **420円** (税込454円)
原材料/豚肉(愛川町)、玉ねぎ、牛肉(瑞穂牛又は興農牛)、牛乳(神奈川県)、鶏卵、パン粉、食塩、粗糖、ホワイトペッパー、ナツメグ

298 蔵 G不使用
中津ミート 90日/豆・麦・米
豚レバーの唐揚げ(衣つき)
125g **330円** (税込356円)
丹沢高原豚のレバーに下味をつけて、衣をつけました。冷凍のまま、揚げてください。〔GMO飼料不使用〕

岩手県久慈市 総合農舎山形村
良質な赤肉の旨味が凝縮。素材の旨味をじっくり味わってください!
滋味深い短角牛のぜいたくな味わい
299 蔵 G不使用
総合農舎山形村 90日/卵・麦
短角牛と佐助豚のハンバーグ
1個(160g) **580円** (税込626円)
短角牛と佐助豚の合挽肉を使ったハンバーグ。解凍後、焼いてください。〔牛・卵GMO飼料不使用、豚肉GMO飼料不分別〕

301 蔵 G不使用
総合農舎山形村 90日/豆・麦・米
キーマカレー(チキン辛口)
150g×2 **598円** (税込646円)
鶏挽肉をたっぷり使い、スパイシーな香辛料をブレンドしました。ごはんにもナンにもあいます。〔GMO飼料不分別〕

秋川牧園のお惣菜
サクサクの衣に、鶏肉のジューシーな旨みたっぷり
303 蔵 G不使用
秋川牧園 4ヶ月以上/卵・麦
お徳用チキンナゲット
400g **720円** (税込778円)
秋川若鶏のムネ肉を使い、外側は香ばしく、内側はジューシーに揚げました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

ハーブとチーズの香りにサクサクの衣
304 蔵 G不使用
秋川牧園 9ヶ月/卵・乳・麦
ささみハーブカツ
200g **398円** (税込430円)
秋川若鶏のささみを使い、ハーブとチーズが入った衣を付けました。揚げてください。〔鶏肉・鶏卵GMO飼料不使用、乳GMO飼料不分別〕

305 蔵 G調味料
秋川牧園 9ヶ月/卵・豆・麦・米
やきとりセット(加熱済)
3種×各2本(180g) **630円** (税込680円)
焼き上げた秋川若鶏のモモ、ムネ、つくねの串が2本ずつ入っています。湯煎してください。〔GMO飼料不使用〕

300 蔵 G不使用
総合農舎山形村 90日/乳・麦
総合農舎山形村のミートソース
120g×2 **598円** (税込646円)
うまみの濃い短角牛と豚肉の合挽肉をたっぷり使った本格的な味わいのミートソース。〔GMO飼料不使用〕

302 蔵 G不使用
総合農舎山形村 90日/豆・麦・米
ジャージャーめんのだれ
120g(2食分) **460円** (税込497円)
豚挽肉を使い、やさしく味噌ベースに仕上げました。温めて、茹でた麺にかけてください。〔GMO飼料不使用〕

303 蔵 G不使用
秋川牧園 4ヶ月以上/卵・麦
お徳用チキンナゲット
400g **720円** (税込778円)
秋川若鶏のムネ肉を使い、外側は香ばしく、内側はジューシーに揚げました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

304 蔵 G不使用
秋川牧園 9ヶ月/卵・乳・麦
ささみハーブカツ
200g **398円** (税込430円)
秋川若鶏のささみを使い、ハーブとチーズが入った衣を付けました。揚げてください。〔鶏肉・鶏卵GMO飼料不使用、乳GMO飼料不分別〕

306 蔵 G不使用
秋川牧園 1年
とりがらスープ
50g×5 **420円** (税込454円)
新鮮な若鶏のガラを煮つめた濃縮スープです。おでんや鍋のだしにも最適です。〔GMO飼料不使用〕

飛鳥食品の手作り本格点心
黒豚の旨みとたっぷりの野菜のおいしさあふれます
311 蔵 G不使用
飛鳥食品 60日以上/豆・麦
黒豚肉の焼き餃子
16個(280g) **480円** (税込518円)
黒豚肉と野菜たっぷりの具をパリッと焼ける皮で包みました。冷凍のまま、焼いてください。〔GMO飼料不分別〕

のどをツルンと通りすぎる食感が格別です
国産黒豚肉や国産野菜を、国産小麦の皮で包みました。冷凍のまま水餃子または焼き餃子に。〔GMO飼料不分別〕
312 蔵 G不使用
飛鳥食品 60日以上/豆・麦・米
飛鳥の黒豚水餃子徳用
25個(415g) **760円** (税込821円)

厳選素材を使ったマストミのお惣菜
お好みで炒めた野菜や炒り卵と絡めてください
307 蔵 G不使用
マストミ 45日以上/卵・豆・麦・米
イカのチリソース
130g **378円** (税込397円)
青森県産の柔らかく肉厚なイカに香味野菜を使い、旨みたっぷりのチリソースを合わせました。温めてください。〔GMO飼料不分別〕

厳選調味料を使った本格中華!
309 蔵 G不使用
マストミ 90日/卵・豆・麦・米
神山鶏のとり南蛮
200g **368円** (税込397円)
神山鶏のムネ肉を一口サイズの南蛮風に仕上げました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

314 蔵 G不使用
飛鳥食品 60日以上/豆・麦
飛鳥の手作り帆立シューマイ
6個(192g) **525円** (税込567円)
飛鳥のシューマイにホタテをたっぷり加え、一つずつ包みあげました。冷凍のまま、温めてください。〔GMO飼料不分別〕

315 蔵 G不使用
飛鳥食品 60日以上/豆・麦
飛鳥の手作りミニ肉まん
5個(250g) **398円** (税込430円)
しっかりと味を付けた餡をもちもちとした生地で包みました。冷凍のまま、温めてください。〔GMO飼料不分別〕

316 蔵 G不使用
飛鳥食品 60日以上/麦
飛鳥のあんまん
4個(240g) **398円** (税込430円)
甘さを抑えたゴマの風味がしっかりと効いた餡を、国産小麦の生地で包みました。〔GMO飼料不分別〕

ソーセージ入りの懐かしいパスタ



原材料 / めん[スバゲッティ麺(デュラム小麦のセモリナ)、菜種油]、野菜(玉ねぎ、人参、にんにく、ダイズマト(イタリア)、トマト)、ケチャップ、ソーセージ、菜種油、発酵調味料、でん粉、醤油、ブークエキス、ウスターソース、酵母エキス、食塩、コンショウ

317 凍 調味料
ニッコー ◎180日以上/豆・麦・米
有機パスタのナポリタン
400g(2食入り) 525円(税込) 567円

ダイズマトとケチャップを使用し、トマト感を大切に仕上げました。温めてください。〔GMO飼料不分別〕

プリプリの海老やペンネにクリーミーなソース



原材料 / 牛乳、有機マカロニ(イタリア)、ナチュラルチーズ、玉ねぎ、海老(マレーシア)、小麦粉、バター、菜種油、馬鈴薯澱粉、砂糖、食塩、チキンエキス、コンショウ

318 凍 不使用
大進食品(香掛冷蔵) ◎180日以上/乳・麦・え
海老とペンネのグラタン
2個(340g) 550円(税込) 594円

オーガニックペンネマカロニを使用し、天然海老を入れて仕上げました。温めてください。〔乳GMO飼料不分別〕

れんこんのはさみ揚げ



319 凍 不使用
ニッコー ◎180日以上/豆・麦・米
れんこんのはさみ揚げ
4個(120g) 360円(税込) 389円

ジューシーな挽き肉を熊本県産の連根ではさみ、あおさ入り衣で揚げました。温めてください。〔GMO飼料不分別〕

お弁当用ソースメンチカツ



320 凍 調味料
ニッコー ◎1年/豆・麦・米
お弁当用ソースメンチカツ
6個(120g) 306円(税込) 330円

国内産の鶏肉と豚肉、キャベツ、玉ねぎを使った小ぶりのメンチカツにソースを絡めました。〔GMO飼料不使用〕

鉄鍋しそ入り餃子



321 凍 不使用
カインズ ◎360日/豆・麦
鉄鍋しそ入り餃子
30g×6個 350円(税込) 378円

国産の野菜、豚肉、鶏肉を使い、国産小麦の皮で巻きました。冷凍のまま焼いてください。〔GMO飼料不分別〕

徳用北京餃子



322 凍 不使用
ニッコー ◎365日/豆・麦・米
徳用北京餃子
15個(270g) 410円(税込) 443円

皮は国産小麦粉と塩と水だけで作っています。刺激を少なくした餃子です。〔豚GMO飼料不使用〕

野菜カレー・甘口(レトルト)



327 調味料
ムソー ◎1年/乳・麦
野菜カレー・甘口(レトルト)
200g 230円(税込) 248円

たっぷりの野菜と、国産小麦粉や粗糖などの厳選した原料をじっくり煮込みました。温めてください。〔GMO飼料不分別〕

九州産熟成高菜とじゃこの発芽玄米入り和風ピラフ



328 凍 調味料
全国農協食品 ◎60日以上/卵・豆・麦・米
九州産熟成高菜とじゃこの発芽玄米入り和風ピラフ
220g×2 380円(税込) 410円

九州産熟成高菜漬と、国産鶏肉、にんにく、たまごが入った発芽玄米とじゃこ入りの和風ピラフです。〔GMO飼料不分別〕

徳島産の銘柄鶏「神山鶏」を使用した、隠し味に味噌やしそを入れました。焼餃子や茹で餃子に。〔GMO飼料不使用〕



323 凍 不使用
ドリムフーズ ◎365日/豆・麦・米
神山鶏のぱくぱく餃子
18g×20個 470円(税込) 508円

徳島産の銘柄鶏「神山鶏」を使用。隠し味に味噌やしそを入れました。焼餃子や茹で餃子に。〔GMO飼料不使用〕

A mom 手巻きじゃがバター



324 凍 不使用
大進食品(香掛冷蔵) ◎180日/乳・麦
A mom 手巻きじゃがバター
5本(200g) 398円(税込) 430円

北海道産男爵芋とよつ葉バターを使い、春巻きの皮で包みました。焼いてください。〔GMO飼料不分別〕

冷凍野菜



330 凍 不使用
ムソー ◎365日以上
オーガニックミックスベジタブル
250g 298円(税込) 322円

ヨーロッパの大地で育てられたオーガニック野菜(コーン、にんにく、グリーンピース)。収穫から加工までを短時間で一気にしています。



331 凍
ムソー ◎360日以上
オーガニック冷凍かぼちゃ
400g 550円(税込) 594円

北海道産の有機かぼちゃを、軽く蒸して急速冷凍しました。煮物やマッシュなどに。

金子製麺 日本中華麺 冷し中華(醤油味)



334 蔵
◎7日以上/麦
金子製麺
ふわふわもちもちっちりうどん。
200g×2 240円(税込) 259円

国産小麦粉と高知県の天海の塩で作った、1分で茹で上がる本格太うどん。ぶっかけうどんや焼うどんなどに。

生冷長野県産十割そば



335 凍
山本食品 ◎365日/そば
生冷長野県産十割そば
130g×2 540円(税込) 583円

長野県産のそば粉を使い、十割そばに仕上げました。解凍後、茹でてください。

全粒粉なまラーメン



336 蔵 不使用
金子製麺 ◎7日以上/麦
全粒粉なまラーメン
120g×2 250円(税込) 270円

自家製した全粒粉を練り込んだ、乱切り平打縮れ麺です。油そばやお好みのスープでお召し上がりください。

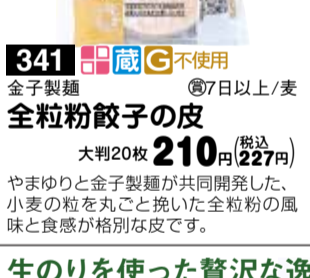
全粒粉なまラーメン 鯉醤油



337 蔵 不使用
金子製麺 ◎7日以上/豆・麦
全粒粉なまラーメン 鯉醤油
120g×2 スープ付 360円(税込) 389円

全粒粉なまラーメンに、鯉醤油スープを付けました。つけ麺や温麺に。〔GMO飼料不分別〕

全粒粉餃子の皮



341 蔵 不使用
金子製麺 ◎7日以上/麦
全粒粉餃子の皮
大判20枚 210円(税込) 227円

やまゆりとの金子製麺が共同開発した、小麦の粒を丸ごと挽いた全粒粉の風味と食感が格別な皮です。

春巻の皮みちのく



342 蔵
三立食品 ◎20日以上/麦
春巻の皮みちのく
10枚 230円(税込) 248円

岩手県産と北海道産をブレンドした小麦粉と赤穂の天塩を使い、高温で生地を半生に焼き上げました。

赤かぶ甘酢漬



343 漬
飛騨高山よしま農園 ◎30日以上
赤かぶ甘酢漬
130g 398円(税込) 430円

飛騨高山の契約農家の赤かぶを甘酢で浅漬けにしました。

きゅうり酒粕漬



344 漬
飛騨高山よしま農園 ◎45日以上/米
きゅうり酒粕漬
2本入 450円(税込) 486円

飛騨高山産のきゅうりを飛騨地酒粕に漬け込み熟成させました。

赤かぶと野菜のきざみ漬



345 漬
飛騨高山よしま農園 ◎45日以上/米
赤かぶと野菜のきざみ漬
100g 368円(税込) 397円

赤かぶ漬けやきゅうりや大根などを細かく刻み、混ぜ込みました。おにぎりの具材や混ぜご飯などに。唐辛子使用。

ちりめん山椒佃煮



352 蔵 不使用
遠忠食品 ◎90日/豆・麦・米
ちりめん山椒佃煮
60g 460円(税込) 497円

瀬戸内海・愛媛県で水揚げされたしらすを醤油炊きし、山椒の実を加え仕上げました。

味付ザーサイ



353 蔵 不使用
遠忠食品 ◎30日/豆・麦・米
味付ザーサイ
100g 275円(税込) 297円

中国産のザーサイを原料に、特製調味液で素材の味をいかし、歯ごたえよく仕上げました。

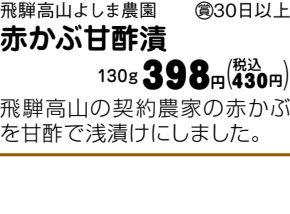
塩えんどう



357 蔵
南部フーズ ◎13日
塩えんどう
100g 176円(税込) 190円

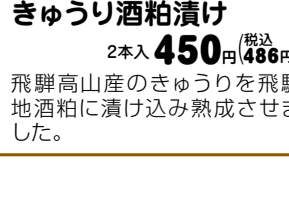
カナダ産の青えんどう豆の色・風味を活かして、薄塩で仕上げられています。おやつやおはち、かき揚げ、スープなどに。

飛騨高山よしま農園



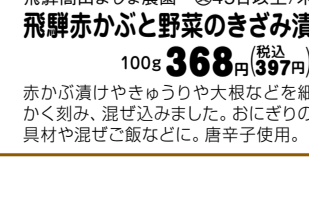
346 漬
飛騨高山よしま農園 ◎45日以上/米
飛騨赤かぶと野菜のきざみ漬
100g 368円(税込) 397円

赤かぶ漬けやきゅうりや大根などを細かく刻み、混ぜ込みました。おにぎりの具材や混ぜご飯などに。唐辛子使用。



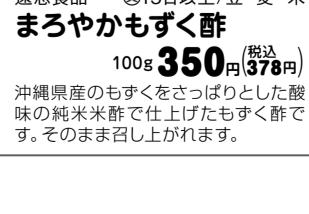
354 蔵 不使用
遠忠食品 ◎90日/豆・麦・米・落
ピーナッツみそ
80g 340円(税込) 367円

千葉県産の大粒落花生を軽くさっと揚げ、国産大豆使用の味噌ペースの味噌からめしました。



355 蔵 不使用
遠忠食品 ◎15日以上/豆・麦・米
まるやかもずく酢
100g 350円(税込) 378円

沖縄産のもずくをさっぱりとした酸味の純米米酢で仕上げたもずく酢です。そのまま召し上がれます。



356 蔵 不使用
遠忠食品 ◎90日/麦・米
うすら豆
100g 240円(税込) 259円

北海道産長うすら豆(いんげん豆)を直火釜でじっくり炊き上げました。



仕込む日の朝に大豆をひき割ります

おまとも 特価

原材料/大豆(北海道産トヨホマレ)、納豆菌、タレ(醤油、三温糖、食塩、漁醤、かつおエキス、清酒、米酢、酵母エキス)、カラシ(マスタード、塩、醸造酢、砂糖、リンゴ果汁、酵母エキス)

北海道産トヨホマレ大豆を熟成発酵(薫煙炭火造り)させた、風味と旨みを大切に納豆です。

402 **蔵** **G不使用**
登喜和食品 ◎7日/豆・麦・米
登喜和カップ納豆北海道小粒100
30g×3
タレ・カラシ付 **198円(214円)**
タンパク質や糖質が多い北海道十勝産の小粒大豆を使用したカップ納豆です。

403 **蔵** **G不使用**
登喜和食品 ◎7日/豆・麦・米
みちのくカップ納豆
30g×3
タレ・カラシ付 **208円(225円)**
茨城県産大豆(農薬不使用)を使用。食べやすい手ごろな量で、特製タレとカラシ付きの小粒納豆です。

408 **蔵** **G不使用**
野呂食品 ◎10日/豆
鎌倉山 大粒カップ納豆
40g×2 **140円(151円)**
宮城県南の方町砥落(とおし)地区産の白目大豆100%使用。使いやすいカップタイプの2個入りです。

409 **蔵** **G不使用**
野呂食品 ◎10日/豆
鎌倉山 小粒カップ納豆
40g×2 **160円(173円)**
北海道の美味しいスズマル小粒大豆100%使用。使いやすいカップタイプの2個入りです。



404 **蔵** **G不使用**
登喜和食品 ◎7日/豆
ときわ納豆大粒カップ(タレ無)
50g **105円(113円)**
北海道産特別栽培大粒大豆を使用。旨味を引き出す薫煙炭火発酵製法。※タレ・カラシなし。

405 **蔵** **G不使用**
登喜和食品 ◎7日/豆
ときわ納豆小粒カップ(タレ無)
50g **105円(113円)**
北海道産特別栽培小粒大豆を使用。旨味を引き出す薫煙炭火発酵製法。※タレ・カラシなし。

410 **蔵** **G不使用**
野呂食品 ◎10日/豆
鎌倉山 手づくり小粒納豆
80g **170円(184円)**
原材料/茨城県産大豆、納豆菌



昔ながらの経木で包んだタレなしの小粒納豆
茨城県産の小粒大豆を使い、鎌倉山納豆独自の製法によって作られた納豆です。経木が大豆の旨み、甘み、ほどよい歯ごたえを引き出します。



ぶ厚いトーストで召し上がれ♪

特

原材料/小麦粉(熊本県)、天然酵母、砂糖、バター(よつ葉)、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

420 **蔵**
デニッシュハウス ◎4日/乳・麦・米
イギリス酵母パン
1.5斤 **430円(448円)**
山形に焼き上げた酵母食パンです。バターも入りしっかりとしています。お好みの厚さに切ってください。



411 **蔵**
デニッシュハウス ◎4日/麦・米
麦のかをり(南のめくみ)6枚切
1斤(6枚) **290円(313円)**
小麦粉(熊本県)、天然酵母、食塩

412 **蔵**
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米
角食パン8枚切
1斤(8枚) **298円(322円)**
国産小麦粉、天然酵母、甘しょ糖、よつ葉バター、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

413 **蔵**
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米
角食パン6枚切
1斤(6枚) **298円(322円)**
国産小麦粉、天然酵母、甘しょ糖、よつ葉バター、食塩(乳製品GMO飼料不分別)



414 **蔵**
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米
よもぎ食パン
1斤(6枚) **370円(400円)**
小麦粉(岩手県、北海道)、よもぎ(茨城県)、よつ葉バター、甘しょ糖、ホシノ天然酵母、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

415 **蔵** **G不使用**
栄屋製パン ◎3日/卵・乳・豆・麦
栄屋ロールパン
5個 **230円(248円)**
国産小麦粉、甘しょ糖、液卵、マーガリン、生イースト、食塩(卵・乳製品GMO飼料不分別)



416 **蔵**
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米
酵母クロワッサン
3個 **400円(432円)**
国産小麦粉、水、バター、無塩バター、甘しょ糖、天然酵母、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

417 **蔵** **G不使用**
栄屋製パン ◎3日/麦・米
けんこうパン
1個 **98円(106円)**
国産小麦粉、黒砂糖、植物性油脂、生イースト、食塩

418 **蔵** **G不使用**
栄屋製パン ◎3日/卵・乳・豆・麦
ハンバーガー用バンズ
4個入 **200円(216円)**
国産小麦粉、甘しょ糖、液卵、マーガリン、生イースト、食塩(卵・乳製品GMO飼料不分別)

419 **蔵** **G不使用**
栄屋製パン ◎3日/乳・豆・麦
北海道産小麦のスライス食パン
2枚 **98円(106円)**
国産小麦粉、砂糖、バター、パン酵母、食塩、小麦グルテン、果汁粉末、デキストリン、でん粉、大豆油(乳製品GMO飼料不分別)



栄養価の高いライ麦パンは、よく噛んで召し上がれ♪

国産小麦粉、ライ麦(海外有機認証)、塩(海の精)、天然酵母

422 **蔵**
サンタハウス ◎6日/麦
ライ麦パン
1個 **300円(285円)**



カレンツとクルミを生地に練りこみ焼き上げました

国産小麦粉、天然酵母、塩(海の精)、クルミ、カレンツ

423 **蔵**
サンタハウス ◎6日/麦
ミックスバートル(パン)
1本 **370円(400円)**



426 **蔵**
サンタハウス ◎10日/卵・乳・麦
くるみパイ
3個 **390円(421円)**
国産小麦粉、国産小麦全粒粉、無塩バター〔GMO飼料不分別〕、塩(海の精)、洗双糖、黒糖、くるみ、有精卵〔GMO飼料不使用〕

427 **蔵**
デニッシュハウス ◎2日/乳・麦・米
よもぎあんぱん
1個 **200円(216円)**
国産小麦粉、小倉餡、白餡、よもぎ(茨城)、よつ葉無塩バター〔GMO飼料不分別〕、甘しょ糖、ホシノ天然酵母、金時煮豆、食塩



長野県産ふじりんごの美味しさたっぷり♪

429 **蔵** **G不使用**
デニッシュハウス ◎4日/乳・麦・米
酵母アップルロール
約320g **490円(529円)**
ほんのりとシナモンの香りのりんごプレザーブを、特製シュガーバターを折り込んだデニッシュタイプの生地に巻き込み焼き上げました。



植物性乳酸菌で発酵させた豆乳を使った、純植物性100%のマーガリン

原材料/植物油脂(べに花油、パーム核油)、発酵豆乳、塩、レシチン(大豆由来)、酸化防止剤(トコトリエノール)

432 **蔵** **G不使用**
創健社 ◎240日/豆
発酵豆乳入りマーガリン
160g **285円(308円)**
豆乳を発酵させることで、豆乳特有の青臭さがなくなり、まろやかで口当たりのよいあっさり軽い風味のマーガリンです。



はちみつにお気に入りのナッツを漬けて♪

クセが少なく、やさしい花の香りを楽しむクローバー主体の蜂蜜。糖度が高いため果実漬けなどに最適。

435 **蔵**
山田養蜂場 ◎2年
アルゼンチン産・百花蜜
1000g **1850円(1998円)**



434 **蔵** **G不使用**
創健社 ◎180日/乳・豆
生チョコレートペースト
160g **440円(475円)**
チョコレートに生クリームを加えて練り上げた、ちょっと贅沢な生チョコレートペーストです。〔乳製品GMO飼料不分別〕

437 **蔵**
ムソー ◎10ヶ月/米
玄米フレーク・プレーン
150g **360円(389円)**
有機JAS認定玄米

436 **蔵**
アルファフードスタッフ ◎1.5年以上
メープルシロップアンバー
250g **690円(745円)**



お湯を注ぐだけの具だくさんのけんちん汁

438 **蔵** **G調味料**
創健社(麻布タカノ) ◎180日以上/乳・麦
コーンチャウダー(レトルト)
150g **280円(302円)**
コーン、じゃがいも、玉ねぎなどの国産野菜にこだわり、野菜本来の旨味を活かしたまろやかでクリーミーなチャウダー。〔GMO飼料不分別〕

439 **蔵** **G不使用**
創健社 ◎180日以上/豆・麦
オニオンスープ
6g×4食 **495円(535円)**
淡路島産の新鮮なたまねぎをじっくりローストした、野菜のうまみの凝縮したフリーズドライタイプのスープです。

440 **蔵** **G不使用**
創健社 ◎150日以上/豆・麦
けんちん汁みそ仕立て
10g×4食 **523円(565円)**
岩手県の伝統的な味噌蔵でじっくり熟成させて仕上げた味噌をベースに野菜など具材をたっぷり使った味噌仕立てのけんちん汁です。味噌の香り高いフリーズドライタイプ。〔鶏GMO飼料不分別〕

とろりとしたこしあんをたっぷり絡めたあんこのもち



香ばしい落花生の風味とねっとりとした食感が濃厚で美味



原材料/こしあん(国産)、砂糖(国内製造)、還元水あめ、寒天加工品(麦芽糖、寒天)、もち粉、砂糖、ばれいしょでん粉、山芋加工品(還元水あめ、大麦粉、食塩、山芋粉)

488 **冷凍** **G**調味料 岩手阿部製粉 ◎90日以上/米もち料理シリーズあんもち 200g **460円(497円)**

原材料/砂糖(北海道)、生あん、落花生ペースト、寒天

490 **冷凍** **G**不使用 ハマセイ ◎360日/麦・米冷凍ミニ鯛焼き 30g×10個 **380円(410円)**

原材料/砂糖(北海道)、生あん、落花生ペースト、寒天

491 **冷凍** **G**不使用 味楽園 ◎6ヶ月以上/落花生ようかん 130g **330円(318円)**

ひとくちサイズのあんこもちが2食分に分けられる便利なミン目つきのトレー入りです。自然解凍でお召上がりください。

ミックス粉[小麦粉、砂糖、米粉、重曹、食塩]、餡[砂糖、小豆、寒天、食塩]、米酢

北海道産の小豆とビーツグラニュー糖を使用し千葉県産落花生ペーストで香り高い一口サイズの羊羹に仕上げました。

くだものそのままのやさしい香りや味をたっぷりお楽しみください



原材料/りんご(りんご果汁、砂糖、レモン果汁、寒天、こんにゃく粉)、ぶどう(砂糖、ぶどう濃縮果汁、レモン果汁、寒天、こんにゃく粉)、みかん(うんしゅうみかん果汁、砂糖、レモン果汁、寒天、こんにゃく粉)

494 **冷凍** **G**不使用 ムソー ◎60日/豆・麦・米ところてん(たれ付) 200g (固形量180g) **202円(218円)**

吉野ぐず粉を使用した、みずみずしく風味豊かなわらび餅



原材料/ビーツグラニュー糖(北海道)、本葛粉(奈良県)、馬鈴薯澱粉(北海道)、有機こんにゃく粉(群馬県)、寒天(長野県)、本わらび粉(鹿児島県)、きな粉(大豆、砂糖、塩)

492 **冷凍** **G**不使用 フルーツバスケット ◎45日以上FBミニカップゼリーお徳用 45個 (3種各22g×15) **998円(1078円)**

吉野の葛粉を使用した風味豊かなわらび餅です。冷蔵庫で冷やしてから、お召上がりください。



493 **冷凍** **G**不使用 フルーツバスケット ◎70日/豆吉野葛わらび餅 140g×2個 (きな粉付) **625円(675円)**

ポテトチップス野菜コンソメ味



496 **冷凍** **G**不使用 創健社 ◎120日/豆・麦・米ポテトチップス野菜コンソメ味 60g **165円(178円)**

アーモンドじゃこ



498 **冷凍** **G**不使用 サンコー ◎90日アーモンドじゃこ 7g×5連 **260円(281円)**

ネオファームのドライフルーツ&ナッツ



503 **冷凍** **G**不使用 創健社 ◎6ヶ月レーズン(カリフォルニア) 120g×3 **984円(899円)**

ドライブルーベリー



504 **冷凍** **G**不使用 創健社 ◎6ヶ月ドライブルーベリー 40g **510円(551円)**

アーモンドロースト



505 **冷凍** **G**不使用 ネオファーム ◎6ヶ月アーモンドロースト 50g **448円(484円)**

歯ごたえと香ばしさが魅力の落花生です



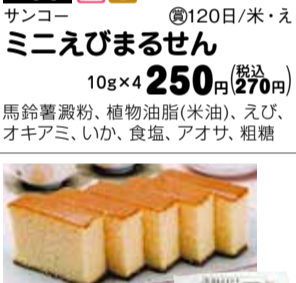
507 **冷凍** **G**不使用 大原農園(中井町) ◎6ヶ月/落花生 200g **960円(918円)**

小魚スナック



500 **冷凍** **G**不使用 キング製菓 ◎60日以上/麦・米ブランクッキー 80g **200円(216円)**

ミニえびまるせん



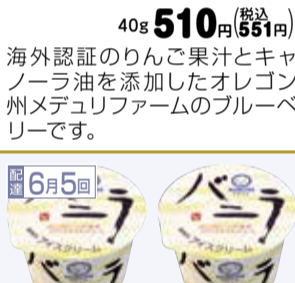
501 **冷凍** **G**不使用 ニッコー ◎365日/卵・豆・麦豆乳カステラ 5切 **328円(354円)**

レーズン(干しぶどう)3袋



502 **冷凍** **G**不使用 しみず食品 ◎30日/卵・麦・米黒糖入りパンケーキ 6個 **390円(421円)**

ドライブルーベリー



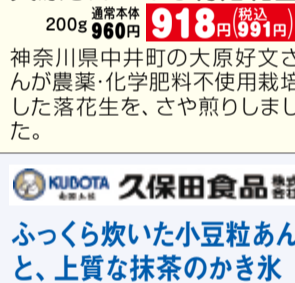
509 **冷凍** **G**不使用 フルーツバスケット ◎90日以上FBかき氷シロップ・パイ 180ml **550円(594円)**

松の実3袋



510 **冷凍** **G**不使用 久保田食品 /卵・乳 バニラアイスクリーム2個 110ml×2 **380円(410円)**

大原さんのから付落花生



511 **冷凍** **G**不使用 久保田食品 /卵・乳 ほうじ茶アイスクリーム2個 100ml×2 **440円(428円)**

国産果汁使用。ポキッと折って召し上がれ



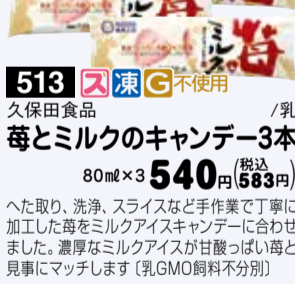
508 **冷凍** **G**不使用 フルーツバスケット ◎124日FBフルーツシャーベット 70ml×10本 **730円(788円)**

黒糖入りパンケーキ



512 **冷凍** **G**不使用 久保田食品 さとうきび蜜かき氷抹茶と十勝あずき 180ml×2 **300円(324円)**

苺とミルクのキャンデー3本



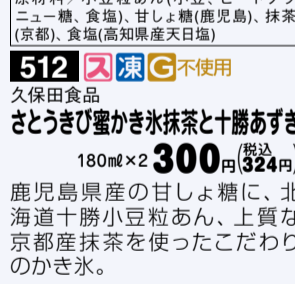
513 **冷凍** **G**不使用 久保田食品 /乳 苺とミルクのキャンデー3本 80ml×3 **540円(583円)**

アイスまんじゅう3本



514 **冷凍** **G**不使用 久保田食品 /乳 アイスまんじゅう3本 90ml×3 **300円(324円)**

ふっくら炊いた小豆粒あん



515 **冷凍** **G**不使用 久保田食品 /卵・乳 ほうじ茶アイスクリーム2個 100ml×2 **440円(428円)**

兵庫県淡路島 弁天堂

ふんわりとしたどこか懐かしいロールケーキです



515 **冷凍** **G**不使用 弁天堂 ◎10日以上/卵・乳・豆・麦黒豆きなこロールケーキ 1個(約9cm) **720円(778円)**

濃厚なカスタードクリームと生地にかかるとろける舌ざわり



516 **冷凍** 弁天堂 ◎30日/卵・乳・麦弁天堂エクレア 2個 **520円(562円)**

埼玉県さいたま市 菓房はら山の和菓子

一口サイズの白玉ぜんざい



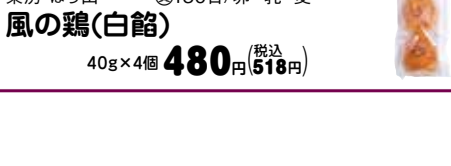
517 **冷凍** **G**不使用 菓房はら山 ◎120日/米白玉ぜんざい 60g×3個 **510円(551円)**

むっちりとした柔らかいお餅に溶け合うつぶし餡の大福です



518 **冷凍** **G**不使用 菓房はら山 ◎120日/米大福 40g×5 **600円(648円)**

ほわっとした皮の中にクリーミーな白あん



519 **冷凍** 菓房はら山 ◎150日/卵・乳・麦風の鶏(白餡) 40g×4個 **480円(518円)**

香ばしい黒豆きなこ粉の風味とクリームのやさしい甘みがマッチしています。冬は常温解凍で夏は冷蔵庫で解凍の上お召上がりください。

国産の小麦粉を使用した生地にかスタードクリームをたっぷり詰めました。冷蔵庫にて十分に(冬場4時間 夏場3時間)解凍後お召上がりください。

国産もち米で作った白玉粉に、北海道産小豆を使用。ひんやりした喉ごしをお楽しみください。

静岡県静岡市 吉川農園

静岡県静岡市の吉川さんが、農業を使用せず丹精込めて栽培した一番茶葉のみを頂きました。

520 吉川農園 深山里(緑茶) 100g **950**円(税込1026円) (放)不検出<0.3<0.3 (飲用) ◎6ヶ月

521 吉川農園 ふる里の香(緑茶) 100g **470**円(税込508円) ◎6ヶ月

静岡県静岡市の吉川さんが、深山里、ふる里の香から選別したき茶です。

522 吉川農園 くき茶(緑茶) 100g **476**円(税込514円) (放)不検出<0.3<0.3 (飲用) ◎6ヶ月

吉川さんの農業不使用栽培緑茶と、深山里をひいた抹茶、宮城の黒澤さんの農業不使用玄米を使用。

523 吉川農園 抹茶入玄米茶 200g **540**円(税込583円) (放)不検出<0.3<0.3 (飲用) ◎6ヶ月/米

よ〜く冷やして

プルプルな食感が楽しめます

ぶどうそのものの味や香り

原材料/りんご果汁(青森県産りんご)、グラニュー糖、有機レモン果汁(イタリア、スペイン)、寒天、こんにゃく粉

532 フルーツバスケット 飲むこんにゃくゼリー りんご 130g×2 **328**円(税込354円) ◎180日

原材料/砂糖(北海道産ビート)、ぶどう濃縮果汁(アメリカ産有機)、有機レモン果汁(イタリア、スペイン)、寒天、こんにゃく粉

533 フルーツバスケット 飲むこんにゃくゼリー ぶどう 130g×2 **338**円(税込365円) ◎180日

国内産りんご果汁を使った、クラッシュタイプの飲むこんにゃくゼリー。

有機ぶどう果汁を使った、クラッシュタイプの飲むこんにゃくゼリー。

常備品に

マイルドなうま味と深みのある香り

ミネラルバランスがよい軟水で、お茶やお料理にも利用できます

創健社 緑茶 **536** 1本 500ml **138**円(税込149円) ◎150日以上

180117 箱 500ml×24本 **3200**円(税込3456円)

KFG アルカリ水 金城の華 **537** 500ml **128**円(税込138円) ◎1年以上

180129 箱 500ml×24本 **2980**円(税込3218円)

島根県金城(かなぎ)町の地下300mの花崗岩の下に大自然が永年かけて作り出した原水を採用。PH8.2の純天然のアルカリイオン水。

東京都八王子市 珈琲実験室

デザート作りにも

527 珈琲実験室 リラックスティー・ダーズリン 50g **450**円(税込486円) ◎1年以上

528 珈琲実験室 リラックスティー・アッサム 50g **450**円(税込486円) ◎1年以上

530 珈琲実験室 ソフトブレンドコーヒー豆 200g **540**円(税込583円) ◎360日

529 珈琲実験室 ソフトブレンドコーヒー粉 200g **540**円(税込583円) ◎12ヶ月

グアテマラ、ペルー、メキシコのコーヒー豆をブレンドして、多くの方に好まれるようなソフトな味わいに仕上げました。

531 珈琲実験室 コーヒー用無漂白ペーパー-101 1~2人用 **250**円(税込275円) (100枚) ◎6ヶ月

国内初の有機JAS認定炭酸飲料

524 ミエハク 麦茶52ティーバッグ 8g×52袋 **460**円(税込497円) ◎1年以上

526 創健社 ミルクココア 16g×5 **367**円(税込396円) ◎360日/乳

525 ネオファーム アールグレイティー 2.2g×通常本体25パック **498**円(税込473円) ◎2年

原材料/有機砂糖(ブラジル他)、有機りんご(アルゼンチン他)、有機生姜(国産)、有機レモン(スペイン、イタリア他)、有機すだち(国産)、炭酸

180105 光食品 ヒカリ オーガニックジンジャーエール 250ml×30缶 **3980**円(税込4298円) ◎1年

原材料/有機ぶどう(アルゼンチン、アメリカ他)、有機レモン(スペイン、イタリア他)、炭酸

180099 光食品 ぶどうサイダー+レモン 250ml×30缶 **4000**円(税込4320円) ◎1年/麦

有機果汁を85%以上使用した贅沢なぶどうサイダー

534 長野興農 信州まるごとりんごジュース 160g×6缶 **720**円(税込778円) ◎360日以上

長野県産のりんごを使用。特殊な製法によりりんご本来の味と香りを変えずにパックしています。

535 もりだくさん さんさんファームりんごジュース 1ℓ **800**円(税込864円) ◎6ヶ月以上

さんさんファームは自前の豚糞肥料を中心に環境に配慮した土づくりを行っています。減農薬、無化学肥料で栽培されたりんごを使用。無添加のストレート果汁です。

信州の契約農家が愛情こめて大切に育てたナガノトマト独自品種「愛果(まなか)」を100%使用しました。トマトをおいしく味わうことのできる低塩タイプです。

180075 ナガノトマト 信州生まれのおいしいマト低塩 190g×30缶 **3230**円(税込3488円) ◎1年以上

国産にんじん、トマト、かぼちゃの他に、光食品の自社農園栽培の野菜等を使用しました。

180087 光食品 国産有機野菜ジュース 125ml×18本 **2829**円(税込3055円) ◎1年

有機栽培大豆を主原料に、はと麦をプラスした植物性たんぱく飲料です。

180154 フジワラ化学 フジワラの青汁 7パック **1100**円(税込1188円) ◎240日

有糖栽培大豆を主原料に、はと麦をプラスした植物性たんぱく飲料です。

180130 マルサンアイ 豆ジャン(豆乳飲料) 200ml×24 **1972**円(税込2130円) ◎60日以上/豆

木次乳業 しろうさぎの豆乳 125ml×18 **2450**円(税込2646円) ◎2ヶ月以上/豆

無添加、麦芽100%とにかく"ビール通"ごみのノンアルコールビール

特別栽培の酒造好適米「夢の香」を飯豊山系の伏流水で仕込みました。

原材料/麦芽(ドイツ)、ロースト麦芽、ホップ

538 日本ビール 箱ノンアルコールビール龍馬1865 350ml×24缶 **2790**円(税込3013円) ◎6ヶ月

ドイツ産麦芽100%。香料や保存料などの添加物は一切使用していません。名前の「1865」は龍馬が初めてビールを飲んだという年にちなんでいます。

大和川酒造店 純米辛口 弥右衛門 720ml **1100**円(税込1210円) /米

アルコール度数:15/日本酒度:+7/精米歩合:60%

お酒 未成年者の飲酒は法律で禁止されています。

180166 長良天然ワイン醸造 天然葡萄酒 赤(甘口) 720ml **1400**円(税込1540円) ◎6ヶ月

有機肥料を主体とした栽培方法で育てられたコンコードを原料とし、ブドウ自体の持つ自然酵母で自然発酵させ、添加物等一切使用していません。酸味が少なく、コクのある甘口のワイン。アルコール14%未満。

180178 長良天然ワイン醸造 天然葡萄酒 白(甘口) 720ml **1400**円(税込1540円) ◎6ヶ月

酸化防止剤等を一切使用せず有機肥料を主体とした栽培方法で育てたブドウを使用。発酵は、ブドウ自体の持つ自然酵母で発酵させます。適度な酸味と甘さ、軽く飲みやすい後味がすっきり。アルコール14%未満。

180180 エチゴビール 3本エチゴビールFLYING IPA 350ml×3 **780**円(税込858円) ◎6ヶ月

大航海時代に多量のホップでエキス分の高いビールを作ったのがIPA(インディア・ペールエール)の始まり。今ではクラフトビールを代表するスタイルとなっています。

180191 エチゴビール 3本プレミアムレッドエール 350ml×3本 **780**円(税込858円) ◎6ヶ月

希少種のホップ、アマリロを使用した鮮やかな赤色の上質のエールビール。アルコール約5.5%

脂肪酸を含む、純植物性の米ヌカ油を原料としているため、溶解性、洗浄力に優れ、低温でも汚れが良く落ちます。

180208 ボーソー油脂 ニューライスター100 3kg **960**円(税込1056円)

浴室・洗面所などに、泡のスプレーなので汚れにとどまりやすく、作業が簡単。カビの発生場所にスプレーし、ブラシですっから水洗いかふき取りをしてください。

180210 ボーソー油脂 カビ取り泡スプレー 300ml **870**円(税込957円)

ボーソー油脂 詰替 300ml **720**円(税込792円)

伊豆大島の塩を粉末に仕上げました。

180361 海の精 ソルトで歯みがき 25g **657**円(税込723円)

180373 詰替用 25g **381**円(税込419円)

ティープランニング 半透明ゴミ袋45リットル 45ℓ×50袋入 **593**円(税込652円) 65×80cm(厚さ0.02mm)

180427 ティープランニング 半透明ゴミ袋45リットル 45ℓ×50袋入 **593**円(税込652円) 65×80cm(厚さ0.02mm)

ティープランニング 手さげポリ袋 100枚 **600**円(税込660円) たて54cm×よこ30cm

180440 ティープランニング 手さげポリ袋 100枚 **600**円(税込660円) たて54cm×よこ30cm

ティープランニング 結ばます半透明ゴミ袋45L 50袋 **643**円(税込707円)

180439 ティープランニング 結ばます半透明ゴミ袋45L 50袋 **643**円(税込707円)

ティープランニング とくとくキッチンパック 180枚 **343**円(税込377円)

180452 ティープランニング とくとくキッチンパック 180枚 **343**円(税込377円)

まあるい形もラップで簡単に

宇部フィルム ポリラップ **180490** 22cm×40m **158**円(税込174円)

180506 30cm×20m **143**円(税込157円)

粘着付与剤などの添加物を一切使用しておりません。使用後はそのまま燃えるゴミとして処理できます。

主原料である防虫草は忌避効果があると同時に、芳香性にも優れた植物です。また、主要成分である除虫菊の粉末はさらに忌避力があります。室内約3時間燃焼。

180488 富士フィルム生活協同組合 菊花せんこう角型ミニ 6g×32巻 **730**円(税込803円)

180464 ティープランニング チャックさんフリーザー袋大 30枚 **452**円(税込497円) 厚さ0.07mm、幅27cm、長さ28cm

180476 ティープランニング チャックさんフリーザー袋小 50枚 **452**円(税込497円) 厚さ0.07mm、幅18cm、長さ20cm

180385 丸富製紙 芯有トレペピュアブラウン8R ダブル×8ロール **375**円(税込413円)

180397 丸富製紙 ペンギン芯なしロール6R シングル×6 **450**円(税込495円)

180403 マスコ製紙 ピュアティッシュ5箱 200組×5箱 **430**円(税込473円)

180415 丸富製紙 キッチンペーパー 100組×3箱 **370**円(税込407円)

180490 22cm×40m **158**円(税込174円)

180506 30cm×20m **143**円(税込157円)

粘着付与剤などの添加物を一切使用しておりません。使用後はそのまま燃えるゴミとして処理できます。

542 **B** **G**不使用
野田味噌商店 ◎6ヶ月以上/豆
愛知の豆味噌オリジナル
400g **530円**(税込)
愛知産大豆フクコタカを使用し、木桶で1年半以上熟成。加熱殺菌していない生味噌です。

543 **B** **G**不使用
野田味噌商店 ◎6ヶ月以上/豆
愛知の豆味噌レギュラー
400g **420円**(税込)
愛知産大豆フクコタカを使用し、木桶で1年半以上熟成させた天然醸造の豆味噌です。

544 **B** **G**不使用
野田味噌商店 ◎6ヶ月以上/豆
四季の味噌たれ
200g **360円**(税込)
愛知県産大豆を使用した味噌たれです。味噌和え、おでん、お豆腐の他、野菜にそのままつけても美味しく召し上がれます。

G不使用 **B**
近藤醸造 ◎2年/豆・麦
国産丸大豆醤油
545 **1L 500円**(税込)
546 **1.8L 760円**(税込)

G不使用 **B**
近藤醸造 ◎2年/豆・麦・米
めんつゆ
547 **360ml 440円**(税込)
548 **1L 765円**(税込)

B **G**不使用
節辰商店 ◎1年/豆・麦・米
昆布不使用のつゆ
900ml **867円**(税込)

B **G**不使用
ヤマキ醸造 ◎1年/豆・米
御用蔵田舎みそ
1kg **898円**(税込)

B **G**不使用
桜中味噌店 ◎6ヶ月/豆・米
蔵出しみそ(こうじみそ)
1kg **960円**(税込)

B **G**不使用
田中屋 ◎90日以上/豆
田中屋純正麦こうじみそ
500g **550円**(税込)

B **G**不使用
光食品 ◎9ヶ月
レモン100%しぼりたて
180ml **440円**(税込)

B **G**不使用
内堀醸造 ◎2年/麦
純麦の酢
500ml **280円**(税込)

B **G**不使用
横井醸造工業 ◎2年
純りんご酢
500ml **495円**(税込)

B **G**不使用
ナチュラルキッチン
粗精糖(種子島産)
1kg **350円**(税込)

B **G**不使用
喜界島産の特別栽培サトウキビで作った黒糖。淡白で上品なコクがあり、色も白っぽいのが特長です。
風と光
喜界島黒糖
554 (粉末) 110g **380円**(税込)
555 (かち割り) 110g **380円**(税込)

B **G**不使用
青い海
沖縄の塩(シママース)
1kg **240円**(税込)

G不使用
平田産業 ◎270日以上
一番搾り純正なたね油
562 **1250g 712円**(税込)
563 (小) **600g 430円**(税込)

B **G**不使用
堀内製油 ◎180日以上
国産なたねソフト油
825g **1430円**(税込)

B **G**不使用
ココウェル ◎12ヶ月以上
有機プレミアムココナツオイル
460g **950円**(税込)

B **G**不使用
白扇酒造 ◎1年/米
福来純三年熟成本みりん
500ml **850円**(税込)

B **G**不使用
大和川酒造店 /米
蔵の素(料理酒)
720ml **1000円**(税込)

B **G**不使用
都錦酒造 ◎1年6ヶ月/米
みやこの料理酒
500ml **710円**(税込)

B **G**不使用
ココウェル ◎12ヶ月以上
有機ココナツMCTオイル
280g **2400円**(税込)

B **G**不使用
ココウェル ◎12ヶ月以上
有機プレミアムココナツオイル
460g **950円**(税込)

B **G**不使用
ココウェル ◎12ヶ月以上
有機プレミアムココナツオイル
460g **950円**(税込)

使い勝手の良い「だしー番」シリーズ

569 **B** **G**不使用
創健社 ◎1年/乳・豆・麦・米
中華風だしー番
8g×10袋 **350円**(税込)

567 **B** **G**不使用
創健社 ◎1年/乳・豆・麦・米
だしー番
8g×10袋 **330円**(税込)

B **G**不使用
高橋ソース ◎1年以上/豆・麦・米
中濃ソース
300ml **310円**(税込)

B **G**不使用
高橋ソース ◎9ヶ月以上/米
やまゆりのトマトケチャップ
300g **315円**(税込)

担当者おすすめ レシピ

お豆とじゃがいものごまマヨ和え
材料(2人分)
じゃがいも1個、いんげん4本、ミックスビーンズ50g、【調味料】マヨネーズ大さじ2、しょうゆ小さじ1/2、白ごま(すり)小さじ1
作り方
①じゃがいもは皮つきのまま食べやすい大きさに切り茹でます。
②いんげんは筋をとり茹で水気をきり、食べやすい長さに切ります。
③ボウルに調味料を混ぜ合わせ、①と②、ミックスビーンズを加えて和えて出来上がり。

568 **B** **G**不使用
創健社 ◎1年/乳・豆・麦・米
洋風だしー番
8g×10袋 **350円**(税込)

B **G**不使用
高橋ソース ◎1年以上
特別栽培野菜使用とんかつソース
300ml **350円**(税込)

B **G**不使用
高橋ソース ◎1年以上/豆・麦
特別栽培野菜使用ウスターソース
300ml **350円**(税込)

B **G**不使用
光食品 ◎1年/米
有機ピザソース
225g **380円**(税込)

B **G**不使用
ななさの郷 ◎6ヶ月/卵
松田のマヨネーズ・みよし村
300g **440円**(税込)

578 **B** **G**調味料
創健社 ◎180日以上/豆・麦
えごま一番和風ドレッシング
150ml **428円**(税込)

B **G**不使用
創健社 ◎180日/豆・麦・米
カレールウ
150g **270円**(税込)

B **G**調味料
創健社 ◎180日以上/豆・麦
ハヤシライスルゥ
115g **340円**(税込)

B **G**不使用
東京フード ◎135日以上/豆
おろしにんにく
40g **380円**(税込)

B **G**不使用
富貴食研 ◎4ヶ月以上/豆・米
富貴の中華チリの素
130g **330円**(税込)

B **G**不使用
富貴食研 ◎4ヶ月以上/卵・豆・麦・米
富貴の黒ごまドレッシング
200ml **490円**(税込)

B **G**不使用
高橋ソース ◎180日以上/米
有機イタリアンドレッシング
200ml **390円**(税込)

B **G**不使用
くしの農園 ◎240日
ゆずごしょう
50g **400円**(税込)

B **G**不使用
富貴食研 ◎4ヶ月以上/豆・麦・米
富貴の中華うま煮の素
130g **330円**(税込)

B **G**不使用
富貴食研 ◎4ヶ月以上/豆・麦・米
富貴の中華うま煮の素
130g **330円**(税込)

宮城県仙台市 趙さんの味
辛さの中に甘みや旨みのあるキムチです



原材料 / 白菜、大根、人参、ニラ、漬け原材料【玉ねぎ、唐辛子、砂糖、純米酒、ニンニク、岩塩、昆布、イカ、エビ、生姜、アミの塩辛、鮭の魚鱈、かつおぶし、ホタテ、純米酢】

639 趙さんの味 熟成白菜キムチ
200g **368**円(税込)
白菜キムチに鮭の魚鱈を加え、熟成させました。

汁ごと食べる、辛くないキムチ
白菜や大根などを唐辛子を使わない特製調味液に漬けました。



640 趙さんの味 水キムチ
300g **500**円(税込)
⑦日以上/米

639 趙さんの味 熟成白菜キムチ
200g **368**円(税込)
白菜キムチに鮭の魚鱈を加え、熟成させました。

641 趙さんの味 チャンジャ
50g **380**円(税込)
⑭日/豆・麦・米

642 趙さんの味 コチュジャン
150g **500**円(税込)
③65日/豆・麦・米

642 趙さんの味 コチュジャン
150g **500**円(税込)
味噌と醤油、純米酒、きび砂糖、甘みの多い天日干しの唐辛子を使ったコチュジャンです。

643 趙さんの味 ヤンニョムジャン(万能だれ)
240g **570**円(税込)
野菜たっぷり醤油ベースの万能だれです。炒め物や煮物、漬けタレなどに。

京都桂 胡麻の山田製油
しっかりとした胡麻の味とコクが特長。中華料理などにおすすめです



原材料 / 胡麻(ミャンマー)
644 山田製油 黒ごま油
275g **1500**円(税込)
ミャンマー産の黒ごまを使い、ごまの美味しい所だけを搾り出した一番搾り油です。

645 山田製油 へんこ一番絞りごま油
275g **800**円(税込)
⑦30日

646 山田製油 ごまらあ油
60g **500**円(税込)
③65日

647 山田製油 へんこ炒りごま(黒)
50g **250**円(税込)
⑩150日

648 山田製油 ごますりすり(黒)
45g **300**円(税込)
⑩150日

649 山田製油 ごまねりねり(白)
150g **600**円(税込)
⑩180日

高知県宇佐 竹内商店
伝統製法を守る。伝える「鰹節」



180932 本枯れ鰹節
1節(約220g) **1200**円(税込)
①80日以上

180944 本枯れ鰹節削り節
40g **398**円(税込)
⑨90日

180956 鰹削りだし(荒削り)
400g **1980**円(税込)
⑨90日

180932 本枯れ鰹節
1節(約220g) **1200**円(税込)
①80日以上

180944 本枯れ鰹節削り節
40g **398**円(税込)
⑨90日

180956 鰹削りだし(荒削り)
400g **1980**円(税込)
⑨90日

長野県千曲市・きのこ王国
“うまみ凝縮”乾燥きのこ

181020 乾燥オイスターマッシュルーム
20g **300**円(税込)
⑩1年

181043 乾燥えのき茸
20g **260**円(税込)
⑩180日以上

181031 乾燥たもぎ茸
20g **300**円(税込)
⑩180日以上

181067 乾燥琥珀茸
20g **260**円(税込)
⑩180日以上

180968 宗田節削りだし
100g **430**円(税込)
⑨90日

180981 土佐のかつおの花吹雪
80g **540**円(税込)
⑩365日

京都府南丹市 食彩あん
素材そのものの風味を生かしたジャム

181171 ブルーベリージャム
130g **560**円(税込)
⑩6ヶ月

181183 京いちご&ラズベリージャム
130g **600**円(税込)
⑩6ヶ月

181195 食彩あん 黄金桃ジャム
130g **580**円(税込)
⑩6ヶ月

180993 鰹上粉
100g **315**円(税込)
⑨90日

181006 生節
約270g **528**円(税込)
⑨90日

181018 焼かつお
約200g **480**円(税込)
⑩120日

181201 丹波栗ジャム
130g **600**円(税込)
⑩6ヶ月

181213 食彩あん 京丹波黒豆きな粉ジャム
130g **600**円(税込)
⑩6ヶ月/乳・豆

181213 食彩あん 京丹波黒豆きな粉ジャム
130g **600**円(税込)
⑩6ヶ月/乳・豆