

	月	火	水	木	金
注文書回収 11/	1	2	3	4	5
商品配達 11/	8	9	10	11	12
特別企画商品配達 11/	15	16	17	18	19

意外と簡単

## 焼肉のタレで作る お手軽チーズタッカルビ



担当者おすすめ  
レシピ

数年前に一躍人気の韓国料理になった「チーズタッカルビ」の「タッカルビ」とは、韓国の鉄鍋料理の一つで、肉や野菜、そしてコチュジャンなどを合わせて炒める料理のことです。韓国語で「タッ」は鶏を、「カルビ」は「あばら骨」を表していて、「骨のまわりの肉を食べる鶏料理」という意味合いになり、本来は骨付きの鶏肉が使われていたようです。甘辛いタッカルビに、チーズを加えることで、マイルドな味わいになった料理が「チーズタッカルビ」です。今回は焼肉のタレとフライパンで楽しめるレシピをご紹介します。

①鶏肉は一口大に切り焼肉のタレ(適宜)に15分漬けます。お好みの野菜は食べやすい大きさに切ります。

②温めたフライパンにオイルを多めに馴染ませ、インカのめざめ(冷凍)を中火で両面焼いてから、鶏肉と野菜を炒め、焼肉のタレで味付けします。

③フライパンの両端に野菜類を寄せ、中央にチーズをのせ、チーズがとけるまで加熱(弱~中火)して出来上がりです。

④チーズを絡めながら召し上がり♪

### ポイント

野菜は火通りの悪いものから炒めると最終的に同じ火通りになります。

今回使用の材料

<p><b>特</b></p> <p>591 富貴の焼肉のたれ</p>	<p>280 秋川若鶏もも肉徳用</p> <p><b>特</b></p>	<p>346 インカのめざめ(冷凍)</p> <p><b>特</b></p>	<p>474 増量 よつ葉シュレッドチーズ</p>	<p>154 川真田さんの玉ねぎ</p>	<p>134 ブロccoli</p>	<p>150 千葉さんのにんじん</p>	<p>168 キャベツ</p>
-------------------------------------	--------------------------------------	--	---------------------------	----------------------	--------------------	----------------------	-----------------

今週は冬のギフト2021を配布しています

贈り物におすすめの定番商品や新商品をご用意いたしました。ぜひ、やまゆり生産者の逸品を大切な方へのギフトにご利用ください。



### まぜるだけお手軽中華 光食品の有機惣菜の素シリーズ



材料を炒めてあわせるだけで簡単に調理ができる、忙しいお母さんにも優しい、有機調味料を使った本格仕上げの惣菜の素シリーズです。

14ページ

### 好評につき増ページ企画でご案内!

今回は2ページ増やし合計18ページでご案内しています。前回大好評いただいた「コスモ食品フェア」他、新商品のワインや漬物など各種をご用意しています。お見逃しなく!



おいしく、たのしく、こちよく。

やまゆり生活協同組合



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♪



有機 JAS 認証を取得している田畑で栽培された農産物



栽培期間中化学合成農薬を使用していない農産物



栽培期間中化学合成農薬を一部使用している農産物

サイズの大小や多少傷等がありますが味には自信があります



今季最終... 113 低農薬 無化学肥料... 1kg前後 460円(税込) 497円

熟して柔らかくなった柿はスプーンで食べてみて♪



種なしだからスプーンですくいやすい♪... 114 低農薬 無化学肥料... 1kg 630円(税込) 680円

芳醇な香りで、エキス分は豊富です。果実酒、砂糖漬け、蜂蜜漬けに



漬けてジュースやお酒にするレシピ付きです。... 115 無農薬 無化学肥料... 1kg 720円(税込) 778円

赤いだけがりんごじゃない!酸味と甘みのバランスの良い品種です



低農薬 無化学肥料... 116... 900g以上 698円(税込) 754円

片平さんの王林は別物 酸味のない甘〜りんご



低農薬 無化学肥料... 117... 3~4玉(900g以上) 610円(税込) 659円

時間のないときはハーフカットで♪



皮をむく手間がかからない方法で... 118 無農薬 無化学肥料... 500g 350円(税込) 378円



119 有機バナナ... 450g以上 298円(税込) 322円



120 低農薬 無化学肥料... 4玉 790円(税込) 853円



121 無農薬 低化学肥料... 500g 335円(税込) 362円



122 無農薬 低化学肥料... 2.5kg 950円(税込) 1026円



124 低農薬 低化学肥料... 3本 398円(税込) 430円



125 無農薬 無化学肥料... 400g前後 398円(税込) 430円



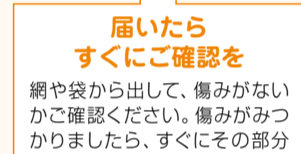
180490 有機ミニトマト... 150g 315円(税込) 340円



126 低農薬 低化学肥料... 100g 345円(税込) 373円



123 低農薬 無化学肥料... 500g 265円(税込) 286円



181791 低農薬 低化学肥料... 300g 250円(税込) 270円



127 無農薬 無化学肥料... 250g 440円(税込) 475円



128 有機ほうれん草... 200g 260円(税込) 281円



181481 無農薬 無化学肥料... 1株 198円(税込) 214円



129 無農薬 無化学肥料... 250g 275円(税込) 297円



130 無農薬 無化学肥料... 200g 180円(税込) 194円



131 チンゲン菜... 200g 214円(税込) 231円



132 春菊... 100g 214円(税込) 231円



133 有機ほうれん草... 100g 200円(税込) 216円



134 無農薬 無化学肥料... 1個 378円(税込) 408円



135 無農薬 無化学肥料... 1玉 290円(税込) 313円



136 無農薬 無化学肥料... 1個 215円(税込) 232円



137 フリルレタス... 1個 198円(税込) 214円



138 山本さんの水菜... 150g 170円(税込) 184円



139 紫水菜... 150g 230円(税込) 248円



140 無農薬 無化学肥料... 約60g 188円(税込) 203円



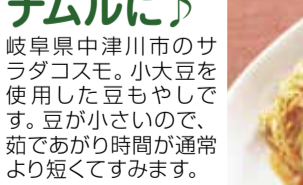
141 無農薬 無化学肥料... 100g 235円(税込) 254円



142 無農薬 無化学肥料... 80g 105円(税込) 113円



143 無農薬 無化学肥料... 30g 128円(税込) 138円



144 子大豆もやし... 200g 80円(税込) 86円



145 もやし... 250g 50円(税込) 54円



146 有機玉ねぎ入り炒め用ミックス... 160g 160円(税込) 173円



147 高柳さんのれんこん... 400g 470円(税込) 508円



148 川島さんのれんこん... 350g 348円(税込) 376円



149 備中れんこん... 1kg前後 975円(税込) 1053円

## にんじん嫌いな方も食べてしまう! 大人気の千葉さんのにんじん♪



NO-RAには常に多くの研修生がいますが、千葉さんが蒔いた種は誰よりも不思議と土から早く芽を出します。芽の出方から違う理由ははっきりとわからないようですが、職人技をお持ちとしか言いようがありません。にんじんの美味しさもきっと千葉さんの為せる業のお陰なのでしょう。2kgも11月からご案内しておりますので沢山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)  
千葉さんのにんじん

150 400g **230**円(税込248円)

151 徳用2kg  
2kg **998**円(税込1078円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



油と一緒に調理するとカロテンの吸収が高まるため、加熱では炒め物やかき揚げにするとよい



無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
金美にんじん

400g **230**円(税込248円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。甘みが強い。沖縄の島にんじんを改良したもの。



無農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町)  
赤玉ねぎ(湘南レッド)

500g **230**円(税込248円)

神奈川県中井町の大原好文さん。

ギュッとしまった緻密な玉ねぎ  
熱を加えるととても甘くなります



無農薬 無化学肥料  
オニオンファームカワマタ(北海道)  
川真田さんの玉ねぎ

800g **270**円(税込292円)

180476 3kg **1000**円(税込1080円)

北海道新十津川町の川真田修さん。



無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
さつまいも(シルクスweet)

500g **398**円(税込430円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。なめらかな食感と甘さが特徴です。



無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
徳用さつまいも2kg

2kg **1300**円(税込1404円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。紅はるか、シルクスweetのおまかせミックス。お徳な増量。

### さつまいも情報

シルクスweet...干し芋の原料にもなるねっとり系の芋です

徳用さつまいも...千葉さんのさつまいもは今年沢山ありますので、是非お求めください!

安納黄金...安納芋よりも糖度が高くねっとりとしています



低農薬 無化学肥料  
種子島あけぼの会(鹿児島県)  
さつまいも(安納黄金)

500g **480**円(税込518円)

鹿児島県西表市長野勝さん他。



無農薬 無化学肥料  
波部農場(北海道)  
じゃがいも(男爵)

800g **248**円(税込268円)

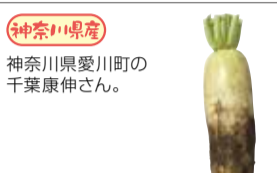
北海道土幌町の渡部信一さん。



無農薬 無化学肥料  
波部農場(北海道)  
じゃがいも(メークイン)

800g **268**円(税込289円)

北海道土幌町の渡部信一さん。



無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
千葉さんの大根

1本 **270**円(税込292円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
紅くるり大根

1本 **250**円(税込270円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。中まで赤く柔らかいのでサラダや酢漬、ソテーや蒸し料理にもおすすめ。煮物も良いですが色が汁ににじみます。



無農薬 無化学肥料  
さんぶ野菜ネットワーク(千葉県)  
かぶ

400g **225**円(税込243円)

千葉県山武市の石橋明さん他



無農薬 低化学肥料  
丸忠園芸組合(宮城県)  
ごぼう

300g **275**円(税込297円)

宮城県小林市の税所篤朗さん。



無農薬 無化学肥料  
木造町有機栽培研究会(青森県)  
長いも

300g **430**円(税込464円)

青森県木造町の乳井源蔵さん他。



無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
里いも(土垂)

500g **350**円(税込378円)

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



無農薬 低化学肥料  
三栄アグリ(北海道)  
かぼちゃ(九重栗)

1個(800g以上) **735**円(税込794円)

北海道士別市の穴戸久男さん他。11月途中から白い九重栗をお届け予定。



無農薬 低化学肥料  
三栄アグリ(北海道)  
ミニかぼちゃ(栗坊)

1個350g **250**円(税込270円)

北海道士別市の穴戸久男さん他。



無農薬 低化学肥料  
三栄アグリ(北海道)  
カットかぼちゃ

600g前後 **628**円(税込678円)

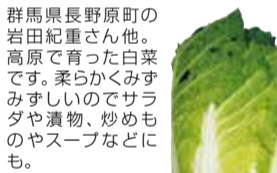
北海道士別市の穴戸久男さん他。11月途中から白い九重栗お届け予定です。



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。



低農薬 低化学肥料  
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)  
白菜

1玉 **398**円(税込430円)

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。高原で育った白菜です。柔らかくみずみずしいのでサラダや漬物、炒めものやスープなどに。



無農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町)  
大原さんの長ねぎ

500g **265**円(税込286円)

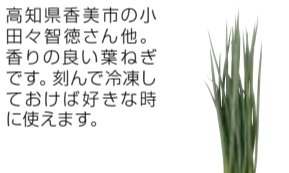
神奈川県中井町の大原好文さん。



低農薬 低化学肥料  
赤坂農園(秦野市)  
下仁田ねぎ

500g **298**円(税込322円)

神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。



有機青ねぎ(葉ねぎ)

100g **168**円(税込181円)

高知県香美市の小田々智徳さん他。香りの良い葉ねぎです。刻んで冷凍しておけば好きな時に使えます。



有機ニラ

100g **168**円(税込181円)

高知県香美市の小田々智徳さん他。



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。



有機  
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。



無農薬 低化学肥料  
みやむ~のにんにく。(青森県)  
にんにく(バラ)

80g前後 **278**円(税込300円)

青森県田子町の宮村祐貴さん。

においが残らず、プルーン風味で食べやすい  
ポリフェノールが白にんにくの約6倍

農薬・化学肥料不使用栽培の九州八片にんにくを鹿児島県甕島の海洋深層水に漬込み、800時間をかけて熟成させました。

松尾農園(福岡県) ◎90日以上  
熟成黒にんにく

30g **540**円(税込583円)



無農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町)  
近江しょうが

100g **180**円(税込194円)

神奈川県中井町の千葉康伸さん。



無農薬 無化学肥料  
四万十生産グループ(高知県)  
四万十の根生姜

100g **198**円(税込214円)

高知県四万十町の大石穂さん他。

## 畑の旬の美味しい 野菜をお届けします



セット内容  
小松菜、水菜、春菊、大根、人参、レタスミックス、美味タス、新生姜、生姜、里芋、ネギ、さつまいも、かぼちゃ、キャベツ、ブロッコリーの中から3品

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。

## 種はすべて自家採取! 未来につながる野菜です



セット内容  
茄子、きゅうり、ピーマン、ししとう、玉ねぎ、赤玉ねぎ、じゃがいも、クレソン、からし菜セット、葉大根、大根、白菜、ケール、かぶ、さつまいも、かぼちゃの中から5品

無農薬 無化学肥料  
湘南森と農の研究会(神奈川県)  
森農研の野菜セット5品

5品 **1250**円(税込1350円)

神奈川県平塚市の小巻秀任さん、藤沢市の中澤厚さん、秦野市の足立真弘さん。

## 今週の 茸



蔵 無農薬  
北村きのこ園(鳥取県)  
エリンギ

100g **218**円(税込235円)

鳥取県八頭町の北村大司さん。

蔵 無農薬  
三幸(長野県)  
株とりぶなしめじ

200g **198**円(税込214円)

長野県上伊那郡中川村の樽沢春幸さん。



蔵 無農薬  
浪田産業(北海道)  
舞茸

100g **228**円(税込246円)

北海道厚保郡厚保町の浪田潤介さん。



蔵 無農薬  
バイオコスモ(伊勢原市)  
きのこセット(小)

3種 **378**円(税込408円)

舞茸・ぶなしめじ・えのき茸をセットにしました。



蔵 無農薬  
タカラバイオ(京都府)  
大粒丹波しめじ

90g **208**円(税込225円)

京都府京丹波町の太島健一さん。低カロリー食材として知られるわかめと同程度のカロリーです。



蔵 無農薬  
山口椎茸園(愛知県)  
原木生しいたけ

100g **268**円(税込289円)

愛知県豊川市の山口貴鋭さん。原木は岐阜・長野県産。

**天然南マグロ**ならでの上品な甘みは絶品です

天然南マグロの中トロ部分をスライスしました。解凍してください。

**191** 凍 15日  
天然南マグロ切り落とし中トロ  
70g **1080円**(税込1166円)

天然南マグロの赤身部分をスライスしました。解凍してください。

**192** 凍 15日  
天然南マグロ切り落とし赤身  
70g **495円**(税込535円)

**マストミのまぐろ**

定番のつぶつぶ鮪  
タレはお好みで

**おまとめ 特価**

簡単！新鮮なまぐろの漬け丼を楽しめます

**193** 凍 15日  
つぶつぶ鮪たたき身  
50g×2 **500円**(税込540円)

**194** 徳用 50g×4  
通常本体 **1000円** (税込1037円)  
鮮度の良いメバチマグロと菜種油のシンプルな味付けで、つぶつぶ感を残しました。解凍後、丼や手巻き寿司などに。

**195** 凍 15日以上/豆・麦・米  
まぐろ漬け丼(メバチ)  
70g×2 **540円**(税込583円)  
鮮度の良いメバチマグロをスライスして、厳選した調味料に漬け込みました。解凍してください。

清流に生育する  
沢わさびです

**196** 凍 7日以上  
メバチマグロ中トロ(B級混)  
300g前後 **980円**(税込1058円)  
太平洋で漁獲されたメバチマグロ中トロです。スジや割れ、血合いなどがあります。解凍後、お刺身に。

**197** 凍 14日  
焼津パチまぐろ(山かけ用)  
2~4本(200g) **630円**(税込680円)  
焼津港で水揚げされたメバチマグロの赤身です。解凍後、適当な大きさにカットしてください。

**198** 凍 90日以上  
丸し本わさび  
5g×6袋 **378円**(税込408円)  
長野県の清流に生育する沢わさびをおろし、保存効果を高めるために塩だけを加えました。解凍してください。

**199** 凍 調味料 90日/米  
ディメール  
鱈屋のしめさば  
1枚(80~100g) **350円**(税込378円)  
国産真さばを使い、天日塩と米酢で軽く酢締めしました。半解凍でスライスしてください。

**200** 凍 調味料 90日以上/米  
日本マリンフーズ  
のどごろ柚子甘酢漬け  
120g **340円**(税込367円)  
山口県産のどごろを使い、大根やにんじんを加えて酢漬けにしました。解凍してください。

**201** 凍 90日以上  
松岡水産  
紅鮭スモークサーモン切り落とし  
70g **480円**(税込518円)  
アラスカ産紅鮭を塩のみで味付けし、桜のチップを使った冷凍方式でじっくりスモークしました。

**202** 凍 30日以上  
千倉水産加工販売  
刺身用真いかスライス  
65g(9~10枚) **398円**(税込430円)  
国産すめいかを刺身にスライスしました。解凍してください。

**203** 凍 30日以上  
丸友しまか  
ポイルタコ  
約150g **530円**(税込572円)  
岩手県宮古産の水タコを蒸気釜でポイルしました。解凍後、お刺身や酢の物などに。

**204** 凍 30日  
雄武漁業協同組合  
雄武産ホタテ貝柱(生食用)  
5~7玉(100g) **600円**(税込648円)  
北海道雄武産ホタテ貝柱の中でも4年目に限定しました。解凍後、お刺身の他、カルパッチョや焼物などに。

**205** 凍 調味料 180日以上/豆・麦・米  
佐井村漁業協同組合  
いくら醤油漬  
40g **800円**(税込864円)  
北海道から青森県の定置網で獲れた秋鮭の卵を、醤油とみりんに漬け込みました。冷蔵庫で解凍してください。

煮付けが美味しい金目鯛  
手頃なサイズと価格でご案内します

宮城県産の金目鯛を簡単に料理ができるように下処理しました。解凍後、煮付けや塩焼きなどに。

**206** 凍 15日以上  
伊豆中  
金目鯛(下処理済)  
1尾(240g) **680円** (税込700円) **特**  
原材料/キンメダイ(宮城県)

**207** 凍 180日以上  
近藤水産  
焼津メバチマグロホホ肉  
250g **690円**(税込745円)  
インド洋で漁獲され、焼津に水揚げされたメバチマグロの貴重なホホ肉です。塩焼き、煮つけなどでどうぞ。

島香さんが目利きして仕入れた旬の魚介をお届けします

岩手県宮古、大船渡、釜石に水揚げされた旬の鮮魚を切身にしたセットです。

**208** 凍 30日以上  
丸友しまか  
島香の切り身魚セット  
3種類 **880円**(税込950円)  
原材料/鮮魚(岩手県宮古産、大船渡産、釜石産)

**209** 凍 30日  
鳴門魚類  
天然銀毛鮭「雄宝」切身  
3切(210g) **570円**(税込616円)  
北海道雄武前浜沖の秋鮭定置網で漁獲される大型銀毛鮭を切身にしました。解凍後、塩焼きやムニエルなどに。

**210** 凍 30日  
鳴門魚類  
熟成塩蔵さけ切身(山漬け)  
2切(140g) **398円**(税込430円)  
北海道雄武産秋鮭を山漬け製法で中辛に仕上げ、切身にしました。解凍後、焼いてください。

**211** 凍 30日以上  
東北トクスイ  
塩紅鮭カマ  
3~5切(300g) **500円**(税込540円)  
アラスカ産紅鮭のカマを塩水に漬けました。解凍後、焼いてください。

**212** 凍 30日  
鳴門魚類  
さわら切身(無塩)  
2切 **540円**(税込583円)  
五島・済州島海域で漁獲された本サワラを切身にしました。解凍後、塩焼きやムニエルなどに。

**213** 凍 365日  
近藤水産  
浅羽カレイ切身  
3切(300g) **800円**(税込864円)  
北太平洋で漁獲された浅羽カレイを、船内で急速凍結しました。解凍後、煮物や焼き物などに。

**214** 凍 365日  
近藤水産  
マダラ切身  
3切(240g) **750円**(税込810円)  
北太平洋で漁獲、船内凍結した真だらを、厚めの切身にしました。解凍後、鍋物、煮物、フライなどに。

**215** 凍 15日以上  
近藤水産  
メカジキ端切  
300g **648円**(税込700円)  
太平洋、インド洋で獲れたメカジキ切身のお得な端材です。解凍後、ソテーや煮物などに。

**216** 凍 30日  
鳴門魚類  
甘塩サバフィーレ  
2枚(200g) **398円**(税込430円)  
北部九州で漁獲された寒サバを3枚におろし、ふり塩で仕上げました。解凍後、焼いてください。

**217** 凍 90日以上  
千倉水産加工販売  
千葉県産真あじ三枚おろし  
7~16枚(170g) **398円**(税込430円)  
千葉県産の小ぶりな真あじを三枚におろしました。解凍後、焼き物や揚げ物などに。

味噌汁や鍋物、揚げ物などいろいろな料理に

アジとイトヨリのたたき身にごぼうを加え、やわらかく風味豊かに仕上げました。汁物などに。

**218** 凍 調味料 90日/麦  
大新  
あじごぼうつみれ  
160g **330円** (税込346円) **特**  
原材料/アジ(国産)、イトヨリ(タイ)、玉ねぎ、馬鈴薯澱粉、小麦粉、ごぼう、食塩、砂糖、植物油

**219** 凍 30日以上/卵・豆・麦・米  
伊豆中  
さばメンチ  
35g×5 **398円**(税込430円)  
伊東漁港で水揚げされたサバを使い、味噌で味付けしました。冷凍のまま、焼き物や鍋の具材などに。(GMO飼料不分別)

**フライパンで焼けるいか一夜干し**

**220** 凍 180日以上  
共和水産  
いか一夜干しカット  
180g **410円**(税込443円)  
三陸産スルメイカを一夜干しにして、カットしました。解凍後、焼いてください。

**221** 凍 60日以上  
ダイヤモンド  
ふっくら開きあじ  
3枚(240g) **398円**(税込430円)  
山陰産あじを中骨を取って開き、魚介エキスと天日塩を使用し氷温熟成後乾燥。解凍後、焼いてください。

**222** 凍 30日以上  
伊豆中  
骨取りあじの干物  
4枚(100g) **428円**(税込462円)  
長崎県産の真あじを三枚におろし、塩のみで味付けし干しあげました。解凍後、焼いてください。

**223** 凍 30日以上  
伊豆中  
本かます開き  
2枚(約170g) **580円**(税込626円)  
佐賀県産本かますを開き干しにしました。解凍後、焼いてください。

**224** 凍 30日以上  
鳴門魚類  
甘塩縞ホッケ開き干し  
1尾(約350g) **630円**(税込680円)  
アメリカ産の縞ホッケを開いて、冷風で干し上げました。解凍後、焼いてください。

**225** 凍 30日  
鳴門魚類  
真イワシ丸干し(大)  
3尾(300g) **380円**(税込410円)  
千葉県産の大羽真イワシを塩のみで丸干しにしました。解凍後、焼いてください。

**226** 凍 90日以上  
千倉水産加工販売  
子持ちからふとししゃも  
7~12尾(150g) **298円**(税込322円)  
カラフトししゃもを塩のみで干し上げました。解凍後、焼いてください。

**227** 凍 30日以上/豆・麦・米  
伊豆中  
骨取り金目鯛味醂干し  
3枚(72g) **598円**(税込646円)  
国産金目鯛を切身にし、甘めに味付けしてから干しあげました。解凍後、焼いてください。

**228** 凍 30日/豆・麦・米  
鳴門魚類  
寒サバみりん天日干し  
2枚(200g) **420円**(税込454円)  
九州産真サバを、特製みりんタレに漬け込み、天日で干し上げました。解凍後、グリルで焼いてください。

### 岩手県陸前高田・タイム缶詰

3種類の煮魚を味わえる  
お得なセットです

**特**

めかじき尾肉煮付け  
まんたい煮付け  
いわし煮付け

原材料/めかじき尾肉煮付け(100g)×1、いわし煮付け(95g)×1、まんたい煮付け(200g)×1

**229** 凍 G不使用  
タイム缶詰 ◎45日以上/豆・麦・米  
11月の煮魚セット  
3種各1パック 通常本体 820円 **750円**(税込810円)  
厳選した調味料で煮付けた煮魚をセットしました。冷凍のまま、温めてください。

### 甘辛いタレがふっくら煮付けたあじによく合います

長崎県産あじを厳選した調味料で煮付けました。冷凍のまま、温めてください。

**230** 凍 G不使用  
タイム缶詰 ◎45日以上/豆・麦・米  
あじ煮付け  
180g(固形量140g) **430円**(税込464円)

ふっくら仕上がっています

まんたいの切り落としを厳選した調味料で煮付けました。冷凍のまま、温めてください。

**231** 凍 G不使用  
タイム缶詰 ◎45日以上/豆・麦・米  
まんたい切り落とし煮付け  
200g **398円**(税込430円)

### 旬の鮭にごまたっぷり!

**新商品**  
お試し  
特価

**232** 凍 G調味料  
千倉水産加工販売 ◎90日以上  
鮭ごま竜田揚げ  
5~7個(180g) 通常本体 428円 **418円**(税込451円)  
秋鮭の切身に下味をつけ、白ごまと小麦粉をまぶしました。冷凍のままフライパンで焼きあげてください。

### 国産大豆みそを使って甘口に仕上げた上品な味わい

原材料/サバ(長崎県)、発酵調味料、味噌、本みりん

**233** 凍 G不使用  
鳴門魚類 ◎30日/豆・麦・米  
寒サバ西京漬け  
2枚(約180g) **460円**(税込497円)  
長崎県産サバを味の母、ヤマク白味噌、三河みりんの味噌タレに2日間漬け込みました。解凍後、焼いてください。

**234** 凍  
ダイヤモンド ◎90日以上  
氷温造りたらこ(切子)  
90g **368円**(税込397円)  
ロシア産スケソウダラの卵を塩だけで漬け込み、氷温で熟成させました。解凍してください。

**235** 凍 G不使用  
ダイヤモンド ◎90日以上  
氷温熟成辛子明太子(切子)  
90g **368円**(税込397円)  
ロシア産スケソウダラの卵を辛子調味料に漬け込み、氷温で熟成させました。解凍してください。

**236** 凍  
東北トクスイ ◎180日/え  
天然むきえび(大)  
160g **480円**(税込518円)  
マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲後、すぐにむき身加工し、使いやすいバラ凍結した高鮮度の1回凍結品。

**237** 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いしい商品です。

**238** 凍  
タイセイフーズ ◎90日以上  
やわらかいかステーキカット  
3枚(220g) **480円**(税込518円)  
青森県産の赤いかをステーキ用に、鹿の子のカットを入れました。解凍後、焼いてください。

**239** 凍  
カネキ水産 ◎365日/え  
エビ・イカミックス  
180g **378円**(税込408円)  
天然ムキエビ(インド)、ヤリイカ(タイ)をバラ凍結しました。パスタ、ピラフ、かき揚げなどに便利です。

### むき身のあさがそのまま料理に使えます

国産あさりの殻を一粒一粒丁寧に手剥きしました。パスタやクラムチャウダーなどに。

**240** 凍  
塩屋 ◎15日以上  
国産冷凍あさりむき身  
100g **480円**(税込518円)  
原材料/アサリ(熊本県、福岡県、愛知県)

**241** 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。

**242** 凍 G不使用  
渡邊水産 ◎90日以上  
穴道湖大和しじみ  
180g **398円**(税込430円)  
島根県穴道湖産大和しじみを砂抜きしてから冷凍しました。冷凍のままサッと水洗いして、料理してください。

**243** 凍  
リアス ◎30日以上  
十三浜産絆わかめ  
100g **398円**(税込430円)  
宮城県石巻市十三浜産の養殖わかめを湯通しして塩漬けにしました。汁物やしゃぶしゃぶなどに。

**244** 凍 G不使用  
リアス ◎90日以上  
あかもく入りねばり海藻サラダ  
10g **300円**(税込324円)  
わかめ、昆布、めかぶ、あかもく、糸寒天、赤とさか、青とさかがバランスよく入っています。水で戻してください。

### 駿河湾の旨い魚「しらす」

プリプリとした食感と、とろけるような甘みと口の中に広がる旨み

用宗しらすを直火釜でじっくり仕上げました

**245** 凍  
マルイ岡田商店 ◎90日  
用宗港の生しらす  
100g **630円**(税込680円)  
静岡県用宗港で水揚げされた中でも特に鮮度の良いものを厳選し、急速凍結しました。解凍後、生しらす丼などに。

**246** 凍  
マルイ岡田商店 ◎90日  
用宗港の釜揚げしらす  
100g **630円**(税込680円)

**247** 凍  
マルイ岡田商店 ◎90日  
用宗港の釜揚げしらす  
200g **1050円**(税込1134円)  
静岡県用宗港で水揚げされた新鮮なしらすを、釜揚げにしました。しらすおろしやサラダなどに。

**248** 凍  
塩屋 ◎15日以上/え  
魚屋さんの混ぜちりめん  
50g **330円**(税込356円)  
しらす、オキアミ、7種類の海藻を合わせてみました。ご飯やパスタなどに。

**250** 凍 G調味料  
おおさき町製加工組合 ◎365日/豆・麦・米  
鹿児島県産うなぎ蒲焼  
50g×3 **2580円**(税込2786円)  
(タレ、山椒付)  
鹿児島県の提携養殖池のうなぎを使用し、関東風にふっくらと焼き上げました。温めてください。

**249** 蔵 G不使用  
佐井村漁業協同組合 ◎90日  
鮭フレーク  
100g **500円**(税込540円)  
青森県津軽海峡産の秋鮭を蒸した後、鉄板で焼きほぐし、食塩と菜種油で調味しました。おにぎりなどに。

**252** 凍 G不使用  
鳴門魚類 ◎30日/豆・米  
サバ味噌煮  
2切(120g) **278円**(税込300円)  
長崎、佐賀県産のサバを使い、ヤマク食品の国産大豆味噌で煮込みました。湯煎してください。

### 特製ダレでふっくら煮付けたアナゴを丼で

二人前のアナゴ丼に

**251** 凍 G不使用  
丸友しまか ◎30日以上/豆・麦・米  
しまかの煮アナゴ  
110g冷凍 **880円**(税込950円)  
宮古港などで水揚げされた真アナゴを蒸しあげてから素焼きし、特製の醤油ダレに漬け込みました。温めてください。  
原材料/真アナゴ(岩手県)、醤油、みりん、料理酒、ビートグラニュー糖

### 岩手県宮古 丸友しまか 一宮古の牡蠣

一番牡蠣が旨くなる春先に瞬間冷凍! 美味しさをそのまま閉じ込めています

牡蠣の旨みたっぷり、醤油だれの味わい

**253** 凍  
丸友しまか ◎30日以上/麦  
天然酵母パン粉の牡蠣フライ  
200g **540円**(税込583円)  
2~4月に採れる岩手県宮古産牡蠣に天然酵母パン粉と小麦粉で仕上げました。冷凍のまま、揚げてください。

**254** 凍 G不使用  
丸友しまか ◎15日以上/豆・麦・米  
ぷっくり牡蠣の醤油煮  
100g **680円**(税込734円)  
宮古産真ガキを、特製醤油ダレで煮込みました。解凍後、温めても、そのままでもお召し上がりいただけます。

### 鍋つゆには魚醤を使い旨味と風味があります

原材料/赤魚切身(北産)、すけそうたら(ロシア、アメリカ)、ホタテ、かき(広島県、岡山県、兵庫県)、かに団子(かに(ロシアなど)、いとよりすり身(タイ)、卵白、玉ねぎ、カニエキス、小麦粉、山芋、食塩、砂糖)、鍋つゆ(醤油、砂糖、食塩、鰹節エキス、魚醤)

**255** 凍 G不使用  
東北トクスイ ◎90日以上/卵・豆・麦・米・か  
海鮮寄せ鍋(鍋つゆ付)  
5種(440g) **1040円**(税込1123円)  
赤魚、すけそうたら、ホタテ、かき、かに団子がたっぷり入っています。[GMO飼料不分別]

### 川崎北部水産加工

昆布と米酢であじの旨みをさらに引き出しました

**256** 凍  
川崎北部水産加工 ◎60日/米  
あじ昆布み  
4~6枚 **630円**(税込680円)  
国内の旬のあじを北海道の真昆布と米酢でしめ、熟成させました。解凍後、お刺身や寿司などに。

### 天然エビならではの食感

11月3日  
天然大エビを使い、パン粉を手作業で付けました。冷凍のまま、揚げてください。[GMO飼料不分別]

**257** 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 ◎45日以上/卵・乳・麦・え  
天然大エビフライ  
5本 **900円**(税込972円)

ズワイガニがたっぷり入った、特製クリームソースに大満足!

11月3日  
自家製ソースにズワイガニを入れ、生パン粉の衣を付けました。油で揚げてください。[GMO飼料不分別]

**258** 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 ◎90日/卵・乳・麦・か  
カニクリームコロッケ  
4個(約150g) **600円**(税込648円)

### 担当者おすすめ レシピ 豚バラ大根煮

**材料**  
 豚バラスライス ……150g  
 大根 ……600g  
 黒コショウ…適宜  
 ごま油 ……小1  
 だし汁… 400ml  
 砂糖 ……大1と1/2  
 醤油 ……大2



**作り方**  
 ①大根は包丁やピーラーで皮を厚めにむき厚さ1cmの半月切りにする。  
 ②豚バラ肉は3〜4cm幅に切る。  
 ③大きめのフライパンにごま油を入れて中火にかけ、香りが立ってきたら豚バラ肉を入れて炒める。  
 ④豚バラ肉の色が変わったら黒コショウを加える。  
 ⑤大根を加え、炒める。  
 ⑥だし汁をそそぎ入れ、沸いてきたら軽くアクをすくい取る。  
 ⑦落し蓋をして中で煮汁を対流させながら15分煮る。  
 ⑧砂糖を加え、5分煮る。  
 ⑨醤油を加え、ここから煮汁がさらに少なくなるまで5〜7分ほど煮詰める。

### 千野さんの豚肉 (山梨県)

**259** 高橋(千野ファーム) ◎90日  
**千野さんの豚ロース薄切り**  
 200g **605円**(税込) **653円**

ほどよい脂とキメが細かいのが特徴です。煮物や焼き肉などに。3〜4mm厚。

**260** 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 通常本体 200g **600円** **585円**(税込) **632円**

ほどよい脂とキメの細かさが特徴です。スジ切済み。ポークソ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)

**269** 中津ミート ◎4日  
**中津豚肩ロースブロック**  
 400g **905円**(税込) **977円**

赤身と脂肪のバランスが良い部位です。コクがあり、濃厚な味が特長。焼き豚、焼肉、しょうが焼きなどで。

**270** 中津ミート ◎4日  
**中津豚モモスライス**  
 200g **417円**(税込) **450円**

脂肪分が少なく、キメが細かい上質な赤みの多い、やわらかいモモ肉です。

**261** 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。

**262** 高橋(千野ファーム) ◎90日  
**千野さんの豚肩ロースしゃぶしゃぶ用**  
 200g 通常本体 **590円** **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。茹で物や炒め物などに。1.5〜2mm厚。

**271** 中津ミート ◎4日  
**中津豚ヒレ一口カツ用**  
 200g **715円**(税込) **772円**

ビタミンB1が一番多い部位で、脂肪分が少なく柔らかいのが特長。ポークソテーや豚カツなどに適しています。

**263** 高橋(千野ファーム) ◎90日  
**千野さんの豚モモ薄切り**  
 200g **540円**(税込) **583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。

**肉じゃが**

**264** 高橋(千野ファーム) ◎90日  
**千野さんの豚モモしゃぶしゃぶ用**  
 200g **550円**(税込) **594円**

脂が少なく旨みがあります。1.5〜2mm厚。

**265** 高橋(千野ファーム) ◎90日  
**千野さんの豚バラスライス**  
 200g 通常本体 **440円** **430円**(税込) **464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。

**272** 中津ミート ◎4日  
**中津豚豚用小間切れ**  
 500g **890円**(税込) **961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。

**273** 中津ミート ◎4日  
**中津豚挽き肉**  
 200g **348円**(税込) **376円**

赤身(うで、もも他)80%以上のひき肉です。肉だんごや餃子、ワンタンの具などお料理の幅が広がります。

**266** 高橋(千野ファーム) ◎90日  
**千野さんの豚肩切落し**  
 200g **455円**(税込) **491円**

旨みと香りの濃い部位です。炒め物や煮物などに。1.5〜2mm厚。

**267** 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。

**268** 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。

### 秋川若鶏 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)

**279** 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。

**280** 秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏もも肉徳用**  
 500g 通常本体 **900円** **870円**(税込) **940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。

**281** 秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏むね肉**  
 200g **350円**(税込) **378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。

### エコかざ鶏 (茨城県・栃木県)

**274** 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。

**275** 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、ふっくらと柔らかな肉質です。チキンカツや唐揚げ、煮物、蒸し物などに。

**282** 秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏むね肉切り身(バラ凍結)**  
 500g **820円**(税込) **886円**

ムネ肉を唐揚げサイズの大きさにカットしました。

**283** 秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏ぶつ切り**  
 300g **435円**(税込) **470円**

モモ、ムネなどを骨付きで、使いやすい大きさにカットしました。唐揚げや鍋物などに。

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

エコかざ鶏の手羽先です。唐揚げや焼き物、煮物などに。

**277** 千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏レバー(ハツ付)**  
 300g **400円**(税込) **432円**

ビタミンA・鉄分が豊富な部位です。焼き鳥や煮物などに。

**278** 千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏挽き肉(ムネ肉)**  
 300g **460円**(税込) **497円**

エコかざ鶏のムネ肉を挽きました。そばろやつくねなどに。

**284** 秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏骨付きもも肉**  
 2本(740g) **1112円**(税込) **1201円**

ローストチキンや唐揚げをはじめ、骨付きを利用した煮込み料理など、鶏肉料理の醍醐味をご家庭で味わえます。

**285** 秋川牧園 ◎120日  
**秋川若鶏砂肝**  
 200g **275円**(税込) **297円**

コリコリした歯ごたえが特徴です。炒め物や焼き鳥などに。

**286** 秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏丸体**  
 2.3kg **2200円**(税込) **2376円**

秋川若鶏1羽を中抜き処理しました。ローストチキンや蒸し焼きなどに。

### 瑞穂牛 (茨城県・栃木県)

**287** 瑞穂農場 ◎4日  
**国産みずほ牛バラカルビー焼肉用**  
 180g **1150円**(税込) **1242円**

脂の割合が多く、柔らかくジューシーな食感が楽しめます。濃厚な風味を持っています。5mm厚。

**チーズハンバーグ**

**288** 瑞穂農場 ◎4日  
**国産みずほ牛角切り(カレー・シチュー用)**  
 180g **948円**(税込) **1024円**

2〜3cm角切りにしました。いろいろな部位が入っています。

**292** 知床興農ファーム ◎30日以上  
**国産熟成牛ヒレステーキ用**  
 200g (2〜3枚) **1950円**(税込) **2106円**

柔らかいヒレ肉をステーキ用にカットしました。

**293** 知床興農ファーム ◎90日以上  
**国産熟成牛テール**  
 400g **1300円**(税込) **1404円**

スープやシチューに。

**289** 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。

**290** 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。

**291** 瑞穂農場 ◎60日以上  
**国産みずほ合挽肉**  
 200g 通常本体 **550円** **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。

**294** 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。

**295** 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。

**296** 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。



**297** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**中津ロースハムスライス**  
120g **465円**(税込) **502円**  
丹沢高原豚ロース肉を使い、シンプルなかたわり調味料で旨みを引き出しました。〔GMO飼料不使用〕



**298** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加ロースハム極薄切り**  
80g(8枚) **555円**(税込) **599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〕



**299** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加ポレスハムスライス**  
80g(5~6枚) **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〕



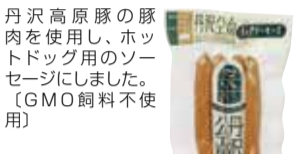
**302** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加ウインナーソーセージ**  
100g(5本) **340円**(税込) **367円**  
山梨県千野ファームの豚肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。〔GMO飼料不使用〕



**303** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**ポークウインナー**  
160g **375円**(税込) **405円**  
塩と粗糖、香辛料のシンプルな味付けで、旨みを引き出しています。発色剤不使用。〔GMO飼料不使用〕



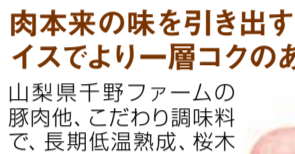
**304** **冷蔵** **G不使用**  
中津ミート **◎7日/豆・麦**  
**皮なし和風ミニウインナー**  
160g **385円**(税込) **416円**  
近藤醸造の国産丸大豆醤油をベースに味付けした、皮がなくソフトな食感のウインナーです。〔GMO飼料不使用〕



**305** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**ドックソーセージ**  
4本(128g) **327円**(税込) **353円**  
丹沢高原豚の豚肉を使用し、ホットドッグ用のソーセージにしました。〔GMO飼料不使用〕



**306** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加角ソーセージ**  
160g(約11枚) **460円**(税込) **497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〕



**307** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加ポロニアソーセージ**  
130g **415円**(税込) **448円**  
山梨県千野ファームの豚肉他、こだわり調味料で、長期低温熟成、桜木直火式スモーク仕上げ。〔GMO飼料不使用〕



**310** **冷蔵** **G不使用**  
中津ミート **◎7日/豆・麦・米**  
**中津焼豚スライス(モモ)**  
120g **480円**(税込) **518円**  
中津ミートの豚モモ肉を粗糖、国産丸大豆醤油、国産純米酒で作った特製タレに漬け込み、じっくり焼きあげました。〔GMO飼料不使用〕



**311** **凍**  
高橋(千野ファーム) **◎90日/米**  
**千野さんの豚小間塩漬漬**  
100g×3 **650円**(税込) **702円**  
千野さんの豚ウデ肉をノラの会の塩こうじに漬けました。解凍後、炒め物や蒸し物などに。〔GMO飼料不使用〕



**312** **冷蔵** **G不使用**  
中津ミート **◎7日/豆・麦・米・落**  
**中津豚小間味噌漬**  
200g **420円**(税込) **454円**  
豚小間肉をピーナツバターと唐辛子入りの特製ピリ辛味噌ダレに漬け込みました。焼いてください。〔GMO飼料不使用〕

規格外品なのでお買い得!



**300** **凍**  
中津ミート **◎180日**  
**徳用ハム切り落とし**  
100g **315円**(税込) **340円**  
丹沢高原豚の豚肉に塩、粗糖、香辛料だけを使い、桜を主にした国産チップで丁寧に燻煙したハムの切り落としです。〔GMO飼料不使用〕

豆腐を加えるだけの本格麻婆豆腐



**301** **冷蔵** **G調味料**  
中津ミート **◎8日以上/豆・麦**  
**中津ミートの麻婆豆腐の素**  
200g **378円**(税込) **408円**  
丹沢高原豚をたっぷり使った麻婆豆腐の素です。麻婆豆腐、麻婆茄子、ジャージャー麺などに。〔GMO飼料不使用〕

秋川牧園のお惣菜

鍋の締めは雑炊やらーめん **特**



**315** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **◎9ヶ月/卵・豆・麦・米**  
**こだわりの鶏鍋セット(塩)**  
通常本体 **1038円** (税込) **1058円**  
秋川若鶏のモモ・ムネ肉と特製つみれ、塩味スープのセットです。お好みの具材どうぞ。〔GMO飼料不使用〕

ハーブとチーズの香りにサクサクの衣



**316** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **◎9ヶ月/卵・乳・麦**  
**ささみハーブカツ**  
200g **416円**(税込) **449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〕

厳選素材を使ったマストミのお惣菜

温めるだけのチキンカツ 夕食やお弁当の一品に



**319** **凍** **G不使用**  
マストミ **◎90日/卵・麦**  
**神山鶏ひとくちチキンカツ**  
150g **380円**(税込) **410円**  
徳島県の銘柄鶏「神山鶏」を一口サイズのカツにしました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

下味に塩麹を使うことで、マグロの旨みを引き出しました



**320** **凍** **G不使用**  
マストミ **◎90日/卵・豆・麦・米**  
**マグロの塩麹竜田**  
150g **415円**(税込) **448円**  
ピンチョウマグロを使い、自家製塩麹にじっくり漬け込み竜田揚げにしました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕



**317** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **◎12ヶ月/乳・麦・米**  
**秋川牛乳グラタン(鶏肉とポテト)**  
100g×2 **528円**(税込) **570円**  
秋川牧園の秋川牛乳と鶏ムネ肉を使用し、コクのあるホワイトソースで包み込みました。〔牛乳・鶏肉GMO飼料不使用、その他の乳製品GMO飼料不分別〕



**318** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **◎9ヶ月/卵・豆・麦・米**  
**鳥天**  
170g **425円**(税込) **459円**  
鶏ムネ肉を使用し、ふんわりとした衣が新しい食感の天ぷらです。お好みでほん酢、塩等でどうぞ。〔GMO飼料不使用〕

肉本来の味を引き出すため、控え目のドイツパイスでより一層コクのある味わいです



**308** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎12日**  
**無添加ベーコンブロック**  
240g **1150円**(税込) **1242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〕



**309** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**バラベーコンスライス**  
100g **375円**(税込) **405円**  
丹沢高原豚のバラ肉を使い、塩漬け後にスモークしました。〔GMO飼料不使用〕

韓国伝統料理「サムゲタン」を国産鶏を使って再現しました **特**



**323** **凍**  
カラミノフーズ **◎180日以上/米**  
**丸ごと参鶏湯(サムゲタン)**  
通常本体 **2980円** (税込) **3110円**  
丸鶏にもち米や栗、なつめなどを詰めて煮込みました。湯煎解凍後、鍋に開けて40分程温めてください。〔GMO飼料不分別〕

一枚一枚手焼きした韓国風お好み焼き



**324** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **◎180日以上/卵・豆・麦・米**  
**コリアンチチミ(たれ付)**  
230g(2枚) たれ8g×2 **500円**(税込) **540円**  
外はパリパリ、中はモチモチに焼き上げた、韓国のお家庭料理。国産の小麦粉、野菜を使用しています。〔卵GMO飼料不分別〕

甘みのある味付けですがナムル(野菜)が入ることであっさりヘルシー



**325** **凍** **G不使用**  
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・麦・米**  
**ビビンバライスバーガー(国産牛肉入)**  
125g×2 **554円**(税込) **598円**  
ライスバーガー(焼きおにぎりバーガー)に国産牛肉とナムルをささむことで、石焼ビビンバ風に仕上げました。〔牛GMO飼料不分別〕

世界のおいしさを日本の食卓へ カラミノフーズ世界のグルメ旅

味の決め手は国産大豆を使用した特製味噌



**326** **凍** **G不使用**  
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・米**  
**ビビンバの具**  
100g×2 **468円**(税込) **505円**  
国産野菜と牛肉を使用した「ビビンバの具」です。ご飯にかけてお召し上がりください。〔牛豚GMO飼料不分別〕

春雨のプルプル食感にコクのある甘辛味



**327** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・麦・米**  
**国産春雨のチャプチェ**  
180g×2 **598円**(税込) **646円**  
国産さつまいもで作った春雨に、特製のコチュジャンを使用しました。冷凍のまま、湯煎してください。〔GMO飼料不分別〕

お手軽ビビンバが楽しめるナムルのセット



**328** **凍** **G不使用**  
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・麦・米**  
**冷凍ナムルセット(4種)**  
150g(4種合計) **455円**(税込) **491円**  
ナムルは一種類ごとに、味、歯応え、彩りを大切にし、その野菜に合った調理方法、調味料をしています。それを混ぜることで調和が取れ別のおいしさが生れる料理です。

**和風おろしソースでさっぱりとお召し上がりいただけます**



**329** **凍** **G**調味料  
ニッコー ◎180日以上/卵・豆・麦・米  
**和風おろし豆腐ハンバーグ**  
3個 通常本体 (270g) **460円** (税込) **450円** (税込)

国産大豆100%使用の豆腐に国産鶏肉を加えたハンバーグに、大根おろしを加えた醤油ベースのたれで仕上げました。〔GMO飼料不分別〕

**丹沢高原豚を使った、まろやかな食感のコロッケ**



**330** **凍** **G**調味料  
カインズ(岡田食品) ◎360日/豆・麦  
**産直ミートコロッケ**  
60g×8個 **498円** (税込) **538円** (税込)

北海道産のじゃがいもと玉ねぎに丹沢高原豚の挽肉を加え、ママのパン粉で仕上げました。〔GMO飼料不使用〕

**331** **凍** **G**調味料  
ニッコー ◎1年/豆・麦・米  
**ひとくちソースとんかつ**  
120g(6個入) **389円** (税込) **420円** (税込)

国内産の豚肉を揚げて、ソースを絡めた、ひとくちサイズのとんかつです。温めれば自然解凍で。〔GMO飼料不使用〕

**332** **凍** **G**調味料  
ニッコー ◎1年/卵・麦・米・え  
**エビカツフライ**  
152g(4個入) **370円** (税込) **400円** (税込)

新鮮なインドネシア産のエビを使ったエビカツです。解凍後、温めてください。〔豚・卵GMO飼料不使用〕

**333** **凍** **G**調味料  
ニッコー ◎1年/豆・麦・米・え  
**えびにら餃子**  
18g×10個 **378円** (税込) **408円** (税込)

エビと野菜をたっぷり包み込んだ餃子です。冷凍のまま、焼いてください。〔GMO飼料不使用〕

**334** **凍** **G**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** (税込)

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〕

**340** **凍** **G**調味料  
ニッコー ◎365日/豆・麦・米  
**お好みお弁当セット**  
120g(3種×2個) **398円** (税込) **430円** (税込)

きんぴらごぼう、ひじきの五目煮、小松菜の煮びたしを、お弁当に便利な小分けにしました。温めれば自然解凍で。

**341** **凍** **G**調味料  
全国農協食品 ◎60日以上/豆・麦・米  
**国産牛の牛すきめし**  
220g×2 **380円** (税込) **410円** (税込)

国産牛を使用し、牛肉の甘みが引き立つような味に仕上げました。〔GMO飼料不分別〕

**342** **凍** **G**不使用  
ニッコー ◎365日/麦  
**ミニアメリカンドッグ**  
6本(150g) **398円** (税込) **430円** (税込)

国産小麦粉を使用したミックス粉を衣に、ミニウインナーを使用。一番搾り菜種油で揚げました。〔GMO飼料不分別〕

**343** **凍** **G**不使用  
フルーツバスケット ◎365日以上  
**冷凍ホールコーン**  
300g **380円** (税込) **410円** (税込)

北海道十勝の契約農家が栽培したスイートコーン100%使用。そのままスープや炒め物などに。

**344** **凍** **G**不使用  
フルーツバスケット ◎365日以上  
**冷凍裏ごしコーン**  
150g **190円** (税込) **205円** (税込)

北海道産のトウモロコシをうらごしして冷凍しました。コンスープなどに。

**345** **凍** **G**不使用  
フルーツバスケット ◎270日以上  
**冷凍ミックスベジタブル**  
200g **315円** (税込) **340円** (税込)

北海道産のスイートコーン、にんじん、グリーンピースをミックスしました。炒め物や付け合せなどに。

**349** **凍**  
安田製麺所 ◎365日/麦  
**冷凍さぬきうどん**  
200g×3 **315円** (税込) **340円** (税込)

北海道産小麦を使用し、独特のもちもち感とコシにこだわりました。冷凍のまま軽く茹でてください。

**350** **蔵**  
金子製麺 ◎2週間/麦  
**家伝旨いうどん**  
2人前(240g) **200円** (税込) **216円** (税込)

吟味した小麦粉をブレンドすることで、しっかりとした腰と小麦の旨味を引き出しました。茹で時間10分。

**351** **凍**  
山本食品 ◎180日以上/麦・そ  
**生冷凍長野産八割そば**  
130g×2 **500円** (税込) **540円** (税込)

長野県産のそば粉を8割と長野県産小麦粉2割で仕上げました。解凍後、茹でてください。

**346** **凍** **G**不使用  
イースタンフーズ ◎180日以上  
**インカのめざめ(冷凍)**  
200g 通常本体 **398円** (税込) **388円** (税込) **419円** (税込)

北海道産じゃがいもの希少品種「インカのめざめ」を低温熟成させてからスチーム加工しました。冷凍のまま、揚げてください。

**347** **凍**  
綾・野菜加工館 ◎1年  
**冷凍カットほうれん草**  
300g **285円** (税込) **308円** (税込)

宮崎県小林市で農業を極力使わずに栽培した新鮮なほうれん草を茹でてから急速凍結しました。

**348** **凍**  
千葉産直サービス ◎90日以上  
**大和芋とろろ**  
50g×3 **458円** (税込) **495円** (税込)

千葉県産の契約栽培大和芋をすり下ろしました。解凍後、山かけやお好み焼きなどに。

**野菜や海鮮・肉等の具材をたっぷり入れて頂くとヘルシーで栄養満点**

豚肉・鶏肉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スープと中華麺のセット。〔GMO飼料不分別〕

**352** **蔵** **G**不使用  
金子製麺 ◎2週間/豆・麦  
**日本の中華麺 ちゃんぽん麺**  
120g×2 通常本体 **350円** (税込) **340円** (税込) **367円** (税込)

麺[小麦粉、かん水、食塩、加工澱粉]、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、魚介エキス、香辛料、澱粉、いわし煮干]

**353** **蔵** **G**不使用  
金子製麺 ◎7日以上/卵・豆・麦  
**あしがら車屋醤油らーめん**  
120g×2 **310円** (税込) **335円** (税込)

国産の小麦粉と卵で練り上げたかん水不使用の麺。醤油スープ付き。〔肉GMO飼料不分別〕〔卵GMO飼料不使用〕

**354** **蔵**  
金子製麺 ◎7日以上/麦  
**上撰太焼きそば神名のせいろ麺**  
150g×2玉 **230円** (税込) **248円** (税込)

国産小麦粉100%、モンゴル産天然かん水使用のせいろで蒸し上げた中華麺です。お好みの具材、味付けで。

**355** **蔵**  
金子製麺 ◎7日以上/麦  
**地粉餃子の皮**  
大判20枚 **185円** (税込) **200円** (税込)

長野県産シラネ地粉に福井県産農林61号有機地粉をブレンドした粉で作った皮です。手作りの餃子をお楽しみください。

**356** **蔵** **G**不使用  
金子製麺 ◎7日以上/麦  
**全粒粉シュウマイの皮**  
30枚(約6.5cm角) **180円** (税込) **194円** (税込)

小麦の粒をまるごと挽いた全粒粉の皮、風味と食感が格別です。手作りの味をお楽しみください。

**361** **G** **G**不使用  
桜井食品 ◎540日/豆・麦・米・落  
**ベジタリアンのための豆カレー**  
200g **298円** (税込) **322円** (税込)

玉ねぎをじっくりと炒めたトマトピューレ、マンゴーチャツネなどの酸味と深みのあるカレーです。

**362** **G** **G**不使用  
ムソー(つの農産) ◎6ヶ月/豆・麦・米  
**ムソーの福神漬**  
100g **238円** (税込) **257円** (税込)

宮崎産の干し大根を使用し、その他の野菜原料も国産にこだわった、風味歯切れの良い本格的な福神漬です。

**363** **蔵** **G**不使用  
三里塚物産 ◎1ヶ月以上/米  
**らっきょう田舎漬甘酢**  
100g **430円** (税込) **464円** (税込)

千葉県の契約農家が栽培したらっきょうを使い、低塩水の中でじっくりと乳酸発酵させました。

**364** **蔵**  
恩蔵農園 ◎3ヶ月以上  
**恩蔵さんの梅干し**  
200g **750円** (税込) **810円** (税込)

秦野の恩蔵正一さんが農業の使用を極力抑えた南高梅を沖縄の塩シマース(12%)で漬けました。

**365** **蔵** **G**不使用  
遠忠食品 ◎45日以上/豆・麦・米  
**国産あさりご飯の素**  
150g(2合) **600円** (税込) **648円** (税込)

国産のあさりと、野菜やひじきを合わせ、こだわりの調味料で味付けしました。炊いた2合のご飯に混ぜてください。

**366** **蔵** **G**不使用  
遠忠食品 ◎45日以上/豆・麦  
**国産味噌メンマ**  
90g **450円** (税込) **486円** (税込)

愛媛県産の乾燥たけのこの歯ごたえと食感をいかし、特製調味液でメンマに仕上げました。

**愛知県 漬物本舗 道長**

**ゆずの香りが食卓によく合います**



**357** **蔵**  
道長 ◎30日/米  
**ゆず大根**  
通常本体 150g **298円** (税込) **270円** (税込) **292円** (税込)

大根とゆずの風味が良く合います。すっきりとした味わいのたくあん漬けです。

**手間をかけた分、美味しさが際立っています**



**358** **蔵**  
道長 ◎90日/米  
**古式一丁漬**  
100g **285円** (税込) **308円** (税込)

愛知県渥美半島の前川吉之助さんが大根の栽培から天日干し、漬け加工まで一貫して生産した昔ながらの沢庵です。

**359** **蔵** **G**不使用  
道長 ◎45日以上/豆・麦  
**野菜たっぷり金山寺**  
150g **390円** (税込) **421円** (税込)

自社製造したはだか麦と大豆の2種類の麺と野菜をたっぷり使い、甘口に仕上げました。

**367** **蔵** **G**不使用  
遠忠食品 ◎90日/豆・麦・米  
**細切昆布佃煮**  
100g **330円** (税込) **356円** (税込)

北海道釧路産の肉厚が特徴の日高昆布を直火釜でじっくり炊き上げました。ご飯のおかずや、おにぎりの具などに。

**368** **蔵** **G**不使用  
遠忠食品 ◎90日/豆・麦・米  
**小女子佃煮**  
60g **340円** (税込) **367円** (税込)

愛知県産小女子を使用し、粗糖、醤油、水あめ、発酵調味料、寒天で仕上げました。

**369** **蔵** **G**不使用  
関商店 ◎45日以上/豆・麦  
**北海道豆昆布**  
140g **260円** (税込) **281円** (税込)

昔ながらの小釜で時間をかけ、大豆に昆布の旨み含ませ、しっかりと仕上げました。

**360** **蔵** **G**不使用  
道長 ◎45日以上/米  
**甘酢しょうが**  
40g **350円** (税込) **378円** (税込)

広島県神石高原産の生姜を甘酢漬けにしました。お寿司のガリなどに。

**370** **蔵**  
関商店 ◎6日以上  
**北海道産塩ゆで大福豆**  
80g **185円** (税込) **200円** (税込)

貴重な北海道産大福豆(インゲン豆)を柔らかく塩茹でにしました。そのままでも、サラダやスイーツなどにも。

**371** **蔵**  
関商店 ◎45日以上  
**北海とら豆(煮豆)**  
140g **260円** (税込) **281円** (税込)

昔ながらの小釜でじっくり煮込んだ、豆の風味が残る昔懐かしい味です。コクのあるしっかりした味に仕上げました。

**372** **蔵**  
関商店 ◎45日以上  
**北海白花豆(煮豆)**  
125g **260円** (税込) **281円** (税込)

北海道産白花豆を粗糖と塩で、コクのあるしっかりした味に仕上げました。



**6種類のおでんが  
楽しめます**



原材料/スープ〔食塩、砂糖、小麦発酵調味料、醤油、酵母エキス、煮干エキス(いわし)、米発酵調味料、かつお節エキス、昆布エキス、醸造酢〕、大根(国産)、ゆで卵、こんにゃく、野菜揚、焼くわ、結び昆布/水酸化カルシウム

**373** **G**調味料  
山徳平塚水産 ◎45日以上/卵・豆・麦・米  
**絆おでん**

400g **398円**(税込) **430円**  
こだわりの国産具材を天然素材だけで作ったスープでじっくり煮込みました。温めるだけの本格おでん。〔卵GMO飼料不分別〕

**人気の練り物を集めた  
おでんにピッタリなセット**



原材料/魚肉(たら・いわし・ぐち)、ごぼう、うずら卵、たこ、澱粉、砂糖、醸造調味料、食塩、かつおだし、なたね油

**374** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/卵・米  
**おでん種セット**

6種13品 **530円**(税込) **572円**  
いわしはんぺん4枚、うずら卵2個、小判揚げ2枚、ごぼう巻2本、小竹輪1本、たこボール2個の練り物セット〔GMO飼料不使用〕



**375** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**小ちくわ**

5本 **300円**(税込) **324円**  
すり身のプリプリ食感をそのまま楽しめる竹輪です。きゅうりやチーズをはさんだり、揚げ物などに。



**376** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**小判揚**

5枚(150g) **298円**(税込) **322円**  
おでんの一部や網焼きで。甘辛く煮てもおいしいです。



**377** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/米  
**高橋徳治商店のさつま揚げ**

185g(5枚) **398円**(税込) **430円**  
すり身に味わいのある小魚を練りこみ、深みのある味付けと食感で仕上げたさつま揚げです。

**お子様のお弁当の  
おかずにも♪**



原材料/スケウダラすり身、葉ねぎ(静岡県)、でん粉、砂糖、食塩、発酵調味料、かつおだし、水、なたね油

**381** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**ねぎちぎり揚**

100g **300円**(税込) **324円**  
練り物との相性抜群の葱の風味を出すため、静岡県浜松産の葉ねぎをたっぷり使用しました。



**382** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/卵・米  
**うずら卵天**

4個 **320円**(税込) **346円**  
すり身のプリプリ食感とうずら卵の美味しさが楽しめる、おでんやお弁当素材として使えます。〔GMO飼料不使用〕



**383** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**たこボール**

8個入り **260円**(税込) **281円**  
プリプリのたらのすり身とたこの旨みと食感が美味しさをアップしています。おでんや鍋、おつまみに。



**384** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**いちろうこのごぼう巻**

5本(150g) **270円**(税込) **292円**  
ごぼうの食感と風味が魚肉とよく合います。そのままやおでんなどに。



**388** **G**不使用  
山九水産 ◎45日以上  
**お魚ソーセージ**

50g×5本 **490円**(税込) **529円**  
無リンのすり身に、日本近海の新築な小魚を配合し、素材の旨みを大切に仕上げた魚肉ソーセージです。



**391** **G**不使用  
池谷 ◎30日以上  
**山奥こんにゃく(黒)**

300g **225円**(税込) **243円**  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃくを、北海道産無リンタラすり身と合わせ、一口大のちぎり揚げにしました。



**392** **G**不使用  
池谷 ◎30日以上  
**手どりこんにゃく**

250g **275円**(税込) **297円**  
生芋を使った昔ながらの製法のこんにゃくです。冷やしてお刺身や焼いてステーキ風に。



**385** **G**不使用  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**いわし団子**

8個入り **255円**(税込) **275円**  
国内産いわしの皮、骨ともにすり上げて丸めました。おでんや鍋の具にどうぞ。



**386** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/豆・米  
**おとうふ揚げ**

5個(175g) **288円**(税込) **311円**  
北海道産スケウダラのすり身とほぼ同量の豆腐を混ぜて、米油で揚げました。解凍後、煮物やおでんなどに。



**387** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/卵・豆・米  
**ソフトはんぺん**

4枚(200g) **388円**(税込) **419円**  
スケウダラのすり身にヨシキリザメを加えてコクを出し、卵白と山芋でソフトに仕上げました。〔GMO飼料不使用〕



**389** **G**不使用  
関商店 ◎15日以上/豆  
**北海大豆水煮**

200g **260円**(税込) **281円**  
だいでイズ ◎90日以上/豆  
**有機蒸しミックスピース**

85g **250円**(税込) **270円**  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃくを、五種類の玉こんにゃくです。田楽などに。



**393** **G**不使用  
池谷 ◎30日以上  
**五色玉こんにゃく**

330g **255円**(税込) **275円**  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃくを、五種類の玉こんにゃくです。田楽などに。



**394** **G**不使用  
池谷 ◎30日以上  
**一穂のしらたき**

200g **215円**(税込) **232円**  
生芋をすりおろし練り上げた、歯ごたえのあるしらたきです。鍋料理や煮物などに。



**395** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 絹豆腐**

330g **300円**(税込) **324円** (放) 不抽出 <2.1<2.3  
**大豆屋 木綿豆腐**



**396** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**丸和のきぬ豆腐**

300g **165円**(税込) **178円**  
**丸和のもめん豆腐**



**399** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**ミニもめん豆腐**

150g×2 **180円**(税込) **194円**  
甘みの強い北海道産大豆をブレンドした、豆の旨みの詰まったもめん豆腐です。150g2パックの使いきりサイズです。



**400** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**ミニきぬ豆腐**

150g×2 **180円**(税込) **194円**  
甘みの強い豆を配合した、のど越しの良いきぬ豆腐の、使いやすい150gの2パック規格です。消泡剤不使用。



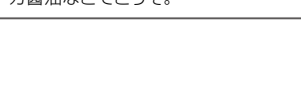
**401** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**茨城在来よせ豆腐**

330g **375円**(税込) **405円**  
茨城県産在来種大豆の風味と味の濃さが特長のよせ豆腐です。



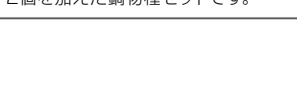
**402** **G**不使用  
丸和食品 ◎6日/豆  
**丸和の寄せ豆腐**

300g **200円**(税込) **216円**  
国産丸大豆・海水にがり100%使用。豆乳の濃度が高く、大豆の味わい深い、濃厚な味をお楽しみいただけます。



**405** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 油揚げ**

大1枚 **210円**(税込) **227円**  
**大豆屋 生あげ**



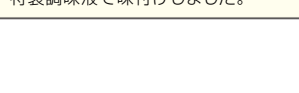
**406** **G**不使用  
丸和食品 ◎7日/豆  
**丸和の油揚げ**

3枚 **165円**(税込) **178円**  
**丸和のきぬ生揚**



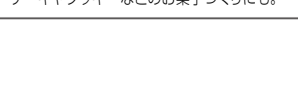
**407** **G**不使用  
丸和食品 ◎7日/豆  
**ひじき入り京がんも**

7個 **275円**(税込) **297円**  
国産の人参、ごぼう、玉ねぎ、ミネラルたっぷりのひじきなどを入れ、調理しやすい大きさに仕上げました。



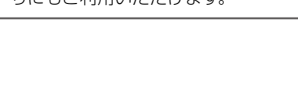
**408** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 生あげ**

230g(2枚) **365円**(税込) **394円**  
国産丸大豆・海水にがり100%使用。表面の香ばしさと、豆腐の甘みのバランスが絶妙です。おでん、すき焼きに。消泡剤は不使用。



**409** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**丸和のきぬ生揚**

230g **205円**(税込) **221円**  
国産大豆とにがりを使用し、Non-GMOの菜種油で仕上げました。煮物や炒め物、おでんなどに。消泡剤は不使用。



**410** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**季節のがんも(れんこん)**

2枚 **440円**(税込) **475円**  
熊本県川島農園のレンコンを使用しました。煮含めたり、軽く焼いてショウガ醤油などでどうぞ。



**411** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆・米・え  
**丸和の鍋物種セット**

6個(3種各2個) **380円**(税込) **410円**  
ひじき入り京がんも2個、えび入り京がんも2個に、もち入りのきんちゃく2個を加えた鍋物種セットです。



**412** **G**不使用  
丸和食品 ◎7日/豆  
**ひじき入り京がんも**

7個 **275円**(税込) **297円**  
国産の人参、ごぼう、玉ねぎ、ミネラルたっぷりのひじきなどを入れ、調理しやすい大きさに仕上げました。



**414** **G**不使用  
丸和食品 ◎15日以上/豆・麦・米・え  
**味付えび入り京がんも2袋**

10ヶ入×2 **580円**(税込) **626円**  
国産野菜と素干しエビを入れた風味の良い京がんもを、かつおだしの特製調味液で味付けしました。



**415** **G**不使用  
丸和食品 ◎90日/豆  
**乾燥おから**

125g **168円**(税込) **181円**  
国産丸大豆100%の生おからを、成分を変えらることなく乾燥しました。うの花料理やハンバーグ、コロッケにフライのパン粉に混ぜたり、ケーキやクッキーなどのお菓子づくりに。



**416** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**黒豆豆乳**

200g **200円**(税込) **216円**  
国産黒大豆100%の豆乳です。そのままはもちろん、お料理や、お菓子作りにもご利用いただけます。



**413** **G**不使用  
丸和食品 ◎90日/豆・麦・米  
**丸和の味付いなり**

10枚 **380円**(税込) **410円**  
肉厚でふっくら柔らかい油揚げをこだわり調味液で味付けしました。いなり寿司やきつねうどんなどに。



**担当おすすめ  
レシピ**

**味付いなりで  
豚チーズ巻き**

材料(2人分)  
豚バラ肉(薄切り) …… 100g  
シュレッドチーズ …… 50g  
味付いなり …… 10枚  
大葉 …… 10枚  
ごま油 …… 適宜

作り方  
①味付いなりの皮両端に切り込みを入れ開きます。  
②豚バラ肉と大葉とシュレッドチーズを重ね、①で巻き、爪楊枝で留めます。  
③中～弱火で熱したフライパンにごま油を入れ、②を焼き色がつくまで焼いたら完成です。

原材料/油揚げ(国産丸大豆、塩化マグネシウム、菜種油)、調味液(洗双糖、国産丸大豆醤油、発酵調味料、かつおだし、塩(シマース))

**カップ入りだから  
そのままOK**



**418** **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 **208円**(税込)  
タレ・カラシ付 **225円**(税込)  
茨城県産大豆(農業不使用)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。

**419** **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**(税込)  
113円  
北海道産特別栽培大粒大豆を使用。旨味を引き出す蒸煙炭火発酵製法。※タレ・カラシなし。

**420** **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**(税込)  
113円  
北海道産特別栽培小粒大豆を使用。旨味を引き出す蒸煙炭火発酵製法。※タレ・カラシなし。

**蔵** **G不使用**  
カジノヤ ◎10日/豆  
**家族納豆国産小粒カップ**  
**423** **G**  
(タレ、カラシ無) **143円**(税込)  
154円  
**424** **W規格** **G**  
40g×3×2 通常本体 **268円**(税込)  
289円  
おまとも  
**特価**  
食欲が落ちても納豆があれば...♪  
国産小粒大豆を使用。大豆本来の食味を大切に、18時間じっくり発酵・熟成させ美味しい納豆に仕上げました。

原材料/大豆(北海道産スズマル)、納豆菌、タレ(醤油、砂糖、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)  
**417** **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 **198円**(税込)  
タレ・カラシ付 **214円**(税込)  
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。

**421** **蔵** **G不使用**  
登喜和食品 ◎9日/豆  
**経木納豆(大粒)**  
80g **170円**(税込)  
184円  
北海道十勝の契約栽培農家が育てた大粒大豆を使用。

**422** **蔵** **G不使用**  
登喜和食品 ◎15日以上/豆・米  
**丸大豆テンペ**  
100g **270円**(税込)  
292円  
大豆の旨味と有効成分(食物繊維など)が含まれています。国内産のテンペ菌で発酵、加熱殺菌しているため、長期保存が可能です。

**425** **蔵** **G不使用**  
カジノヤ ◎10日/豆  
**国産麦納豆カップ**  
30g×3 (タレ、カラシ無) **141円**(税込)  
152円  
北海道産の大豆と押麦を混ぜ合わせた新しい食感の納豆です。手軽に召し上がれる少量カップ入りです。

**426** **蔵** **G不使用**  
カジノヤ ◎10日/豆  
**ひきわり納豆カップ**  
30g×2 (タレ、カラシ無) **95円**(税込)  
103円  
秋田県産の大豆を1/6にカットしたひきわり納豆です。少量で便利なカップ入り。

**427** **蔵** **G不使用**  
カジノヤ ◎10日/豆  
**三折 中粒納豆**  
80g×2 (タレ、カラシ無) **200円**(税込)  
216円  
秋田県産の旨みのある中粒大豆を100%使用。総検造りの室で炭火製法でじっくり時間をかけて熟成させました。

**焙煎玄米の風味が小倉館の美味しさを引き出しています**

10~12月限定



原材料/淡雪小倉館、小麦粉(九州・北海道)、玄米粉、ホシノ酵母、食塩、白ごま(ミヤンマー)  
**447** **蔵** **G不使用**  
デニッシュハウス ◎3日/麦・米  
**焙煎玄米淡雪小倉あんぱん**  
1個(約90g) **250円**(税込)  
270円  
焙煎玄米粉入りの生地に甘さ控えめな上品な小倉館を包みゴマをトッピングし焼き上げました。

**428** **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**(税込)  
313円

**430** **蔵**  
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米  
**石臼挽全粒粉パン**  
1斤(約360g) **430円**(税込)  
464円

**431** **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**(税込)  
248円

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

**とろ〜りチーズの  
ホットドッグに♪**



原材料/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)  
**433** **蔵** **G不使用**  
栄屋製パン ◎3日/卵・乳・麦  
**ドッグパン**  
5本 **230円**(税込)  
248円  
国内産の小麦粉を100%使ったホットドッグ用のパンです。内麦パンにありがちなパサつきをおさえる独自の製法で仕上げました。

**429** **G**  
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米  
**角食スライス10枚(サンドイッチ用)**  
1斤(10枚) **298円**(税込)  
322円

**435** **G** **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**(税込)  
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)

**436** **G**  
デニッシュハウス ◎4日/乳・麦・米  
**イギリス酵母パン**  
1.5斤 **460円**(税込)  
497円  
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)

**437** **蔵**  
デニッシュハウス ◎4日/麦・米  
**玄米食パン1斤**  
1斤 通常本体 **430円**(税込)  
464円  
小麦粉(九州・北海道)、玄米粉、ホシノ天然酵母、食塩

**438** **蔵**  
ザクセン ◎4日/麦  
**いちじくパン**  
1個 **425円**(税込)  
459円  
小麦粉(北海道)、いちじく(アメリカ産・海外認証)、有機オリーブオイル(チュニジア)、砂糖(洗双糖)、酵母(ホシノ天然酵母)、食塩

**439** **蔵**  
ザクセン ◎3日/乳・麦  
**かぼちゃデニッシュ**  
2個 **425円**(税込)  
459円  
小麦粉(国産)、バター(よつ葉)、かぼちゃペースト(北海道産)、砂糖(洗双糖)、酵母(ホシノ天然酵母)、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

**442** **蔵**  
サンタハウス ◎6日/麦  
**ヘルシーライ(ライ麦パン)**  
1個 通常本体 **330円**(税込)  
340円  
315円  
国産小麦粉、ライ麦(海外有機認証)、天然酵母、塩(海の精)、イチジク(トルコ)

**443** **蔵**  
サンタハウス ◎6日/麦  
**クランベリー&レーズン**  
1個 **370円**(税込)  
400円  
小麦粉(長野)、南部小麦(岩手)、天然酵母、サルタナレーズン(アメリカ)、クランベリー(アメリカ)、食塩(海の精)

**446** **蔵**  
デニッシュハウス ◎4日/乳・麦・米  
**シナモンレーズン**  
1個(約65g) **160円**(税込)  
173円  
国産小麦粉、レーズン(カリフォルニア)、加塩バター、シュガーバター、シナモンシュガー、ホシノ天然酵母、無塩バター、甘しょ糖、シナモン(マレーシア)、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

**449** **蔵** **G不使用**  
大進食品 ◎365日/麦  
**ママンのモチモチ手のばしナン**  
3枚(210g) **298円**(税込)  
322円  
小麦粉(北海道)、イースト、砂糖、食塩、なたね油

**440** **蔵** **G不使用**  
ザクセン ◎4日/乳・麦  
**紅茶のプチパン**  
4個 **425円**(税込)  
459円  
小麦粉(北海道産)、砂糖(鹿児島産)、菜種油(オーストラリア産)、酵母(ホシノ天然酵母)、バター(よつ葉)、紅茶(スリランカ産)、食塩(国産・赤穂の天塩)(乳製品GMO飼料不分別)

**441** **蔵**  
ザクセン ◎3日/麦  
**ドライマトとバジルセミハードロール**  
5個 **440円**(税込)  
475円  
小麦粉(北海道産)、ドライマト(トルコ)、粗糖(鹿児島産)、酵母(ホシノ天然酵母)、食塩、有機バジル(エジプト)

**444** **蔵**  
サンタハウス ◎6日/麦  
**くるみバター(パン)**  
1本 **365円**(税込)  
394円  
国産小麦粉、塩(海の精)、天然酵母、クルミ

**445** **蔵**  
サンタハウス ◎6日/卵・乳・麦  
**サンタハウスのアップルパイ**  
13cm×1枚 **533円**(税込)  
576円  
ご主人のこだわり

**448** **蔵** **G不使用**  
デニッシュハウス ◎3日/乳・麦・米  
**デニッシュハウスEセット**  
3種 **570円**(税込)  
616円

**449** **蔵** **G不使用**  
大進食品 ◎365日/麦  
**ママンのモチモチ手のばしナン**  
3枚(210g) **298円**(税込)  
322円  
小麦粉(北海道)、イースト、砂糖、食塩、なたね油

**コクのある  
クリーミーな滑らかさ**



原材料/植物油(べに花油)、食用精製加工油脂(パーム核油)、発酵乳、よつ葉全粉乳、よつ葉生クリーム、塩、パームフルーツオイル、大豆レシチン(乳製品GMO飼料不分別)  
**450** **蔵** **G不使用**  
創健社 ◎270日/乳・豆  
**ハイプラスマーガリン**  
180g **300円**(税込)  
324円  
オレイン酸65%を含む圧搾法一番搾りの紅花一番オレインEを使用。香料、着色料、酸化防止剤不使用。〔乳製品GMO飼料不分別〕

**451** **蔵** **G不使用**  
コスモ食品 ◎6ヶ月  
**日向夏マーマレード**  
200g **500円**(税込)  
540円  
宮崎県産日向夏を使い、ビートグラニュー糖のみでまるごと贅沢に仕上げました。

**452** **蔵** **G不使用**  
コスモ食品 ◎12ヶ月  
**焼きりんごジャム**  
200g **500円**(税込)  
540円  
青森県産りんごをスライスし、オーブンで香ばしく焼き上げ、ラム酒で風味豊かに仕上げました。

**ホットするコトンのポタージュ  
忙しい朝や夜食に大活躍!**

3種の国産野菜を使ったコーンポタージュスープの素。北海道産スイートコーン使用。〔GMO飼料不分別〕  
**455** **蔵** **G不使用**  
せいふてい ◎180日以上/乳・麦  
**自然派Styleコーンポタージュスープ**  
17.4g×6袋 **460円**(税込)  
497円

**温めるだけでスープをお楽しみいただけます**

完熟トマトに生クリーム、チーズ、バジルを加えて仕上げたクリーミーな、ショートパスタ入り具だくさんスープです。〔GMO飼料不分別〕  
**457** **蔵** **G調味料**  
創健社(麻布タカノ) ◎180日以上/乳・麦  
**トマトチャウダー(レトルト)**  
150g **280円**(税込)  
302円

国産とうもろこしと有機大豆を使用した豆乳で、自然な風味に仕上げたスープです。〔GMO飼料不分別〕  
**458** **蔵** **G不使用**  
マルサンアイ ◎150日以上/豆・麦  
**豆乳仕立てのとうもろこしスープ**  
180g **160円**(税込)  
173円

クセが少なく、やさしい花の香りを楽しめる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。  
**453** **蔵** **G不使用**  
コスモ食品 ◎12ヶ月  
**山ぶどう&ブルーベリージャム**  
185g **500円**(税込)  
540円  
アントシアニンを多く含むワイルド種のブルーベリーと、秘境白神山地の恵み、山ぶどうを合わせた、甘さをおさえたジャム。

**454** **蔵**  
山田養蜂場 ◎2年  
**アルゼンチン産・百花蜜**  
450g **1100円**(税込)  
1188円

**456** **蔵** **G調味料**  
明星産業(ハヤシ食品工業) ◎120日以上  
**がごめ昆布入りわかめスープ**  
27g **298円**(税込)  
322円

**457** **蔵** **G調味料**  
創健社(麻布タカノ) ◎180日以上/乳・麦  
**トマトチャウダー(レトルト)**  
150g **280円**(税込)  
302円

**458** **蔵** **G不使用**  
マルサンアイ ◎150日以上/豆・麦  
**豆乳仕立てのとうもろこしスープ**  
180g **160円**(税込)  
173円

ゆで卵のグラタン!



白い黄身と米卵ならではの甘み特徴です

茨城県茨城町産。飼料自給率向上のために、飼料米を与えて育てた鶏の卵です。[GMO飼料不使用]

小幡畜産 /卵  
穂の香卵  
101 10個 (MS~LLサイズ) 250円 (税込270円)  
102 6個 (MS~LLサイズ) 175円 (税込189円)  
[放] 不検出 <1.7<2.0



着色していない自然な黄身の色

茨城県茨城町産。1段ケージの開放鶏舎で育てた鶏の卵です。[GMO飼料不使用]

小幡畜産 /卵  
産直たまご  
103 10個 (MS~LLサイズ) 260円 (税込281円)  
104 6個 (MS~LLサイズ) 180円 (税込194円)  
[放] 不検出 <2.0<2.2



105 秋川牧園 /卵  
秋川牧園のたまご 10個  
10個(S~Lサイズ) 400円 (税込432円)  
山口県山口市産。ケージの開放鶏舎で育てた鶏の卵です。[GMO飼料不使用]  
[放] 不検出 <2.3<2.5

106 百姓屋敷じろむ/すぎな舎 /卵  
平飼いの有精卵10個  
10個 520円 (税込562円)  
千葉県南房総市産。開放鶏舎、のびのび平飼いの無洗卵。[GMO飼料不使用]  
[放] 不検出 <1.8<2.0



よつ葉乳業 ◎6日/乳  
107 よつ葉牛乳  
1ℓ 260円 (税込281円)

108 よつ葉ノンホモ牛乳  
1ℓ 268円 (税込289円)  
北海道の良質で新鮮な生乳を72℃15秒瞬間殺菌したバスタイズ牛乳です。成分無調整。[GMO飼料不使用]  
[放] 不検出 <2.1<2.1



木次乳業 ◎7日/乳  
109 ブラウンスイス牛乳  
500ml 215円 (税込232円)

110 山地酪農牛乳  
1ℓ 398円 (税込430円)  
島根県の山地酪農牧場で、主に牧草で育ったブラウンスイス種のノンホモ牛乳。72℃15秒で殺菌。[GMO飼料不使用]



タカハシ乳業 ◎5日/乳  
111 那須のおいしい牛乳  
1000ml 340円 (税込367円)

112 おいしい低脂肪乳  
1000ml 300円 (税込324円)  
風味とコクを壊さずに、65℃30分の低温保持殺菌で仕上げた、甘味のあるノンホモ牛乳です。[GMO飼料不使用]

北海道産の乳製品に、ブラジル産コーヒーを合わせた甘さ控えめな甘さに仕上げました。[乳製品 GMO飼料不分別]  
よつ葉乳業 ◎14日/乳  
よつ葉生乳仕立てカフェオレ  
459 200ml 100円 (税込108円)  
460 1000ml 260円 (税込281円)

有機栽培豆のネドリップコーヒーと島根県出雲地方の良質な生乳、甜菜糖をミックス。[GMO飼料不使用]  
木次乳業 ◎8日/乳  
木次カフェオレ  
461 500ml 180円 (税込194円)  
462 1ℓ 300円 (税込324円)

低温殺菌牛乳を主原料に、プロバイオティクスN-1乳酸菌を入れた、贅沢素材の飲むヨーグルトです。[GMO飼料不使用]  
函南東部農協 ◎13日/乳  
飲んでやさしいヨーグルト  
463 500ml 195円 (税込211円)  
464 1000ml 330円 (税込356円)  
[放] 不検出 <0.8<0.8 (原乳)

来々3月までの期間限定!

お値段そのままの50g増量企画です

よつ葉ナチュラルチーズを100%使用。ピザやグラタンなどに。[GMO飼料不分別]

474 よつ葉増量よつ葉シュレッドチーズ  
300g(250g+50g) 520円 (税込562円)  
◎3ヶ月/乳



469 よつ葉濃厚ヨーグルトベリーミックス  
80g 145円 (税込157円)  
◎10日以上/乳  
香料を使用せず、ミルク本来のおいしさを凝縮、濃厚な味わいをお楽しみいただけます。[GMO飼料不分別]

470 よつ葉のヨーグルト  
90g×3個 215円 (税込232円)  
◎17日/乳  
北海道産原料にこだわり、生きて腸まで届くプロバイオティックビフィズス菌Bb-12入り。[GMO飼料不分別]

471 函南東部農協 丹那N-1ヨーグルト  
90g×3個 270円 (税込292円) [放] 不検出 <0.8<0.7 (原乳)  
◎12日/乳  
472 函南東部農協 ほっぺがよろこぶ牛乳プリン  
90g×3個 290円 (税込313円) [放] 不検出 <0.8<0.7 (原乳)  
◎8日/卵・乳

473 木次乳業 牧場のカスタードプリン  
100ml 210円 (税込227円)  
◎2日以上/卵・乳  
新鮮な低温殺菌牛乳と平飼いの有精卵で作りました。カラメルソース付。[乳卵 GMO飼料不使用]

475 函南東部農協 南箱根のゴーダチーズ(ハーフ)  
100g 740円 (税込799円)  
◎120日/乳  
2ヶ月間じっくり熟成のくせのないまるやかな風味が特長。表皮の赤い部分は取り除いてください。[GMO飼料不使用]  
[放] 不検出 <0.8<0.7 (原乳)

476 よつ葉チェダーチーズ  
100g 298円 (税込322円)  
◎90日/乳  
ナッツのような風味とほのかな酸味が特長のセミハードタイプのナチュラルチーズです。[GMO飼料不分別]

477 よつ葉クリームチーズ200g  
200g 450円 (税込486円)  
◎60日以上/乳  
よつ葉独自の製法により、なめらかでありながら、ほろけるようなやわらかさのクリームチーズに仕上げました。安定剤・保存料不使用。[GMO飼料不分別]

478 よつ葉無塩バター  
150g 322円 (税込348円)  
◎180日/乳  
お菓子づくりや料理の風味づけ等、調理用途に合わせて利用いただける食塩不使用バター。[GMO飼料不分別]

479 よつ葉パンに美味しい発酵バター  
100g 285円 (税込308円)  
◎180日/乳  
ミルクの優しい風味と、爽やかな後味が、パンのおいしさを引き立たせるバター。[GMO飼料不分別]

480 よつ葉生クリーム  
200ml 362円 (税込391円)  
◎9日/乳  
乳脂肪分47%の純生クリーム。安定剤等の添加物不使用。香り豊かでマイルドな味が特長。[GMO飼料不分別]

千葉県 三芳村蛸まい研究会



みよし村ひとめぼれ 除草剤無化学肥料  
481 白米 5kg 2300円 (税込2484円)  
482 玄米 5kg 2200円 (税込2376円)  
千葉県南房総市の大久保康廣さん他。

みよし村コシヒカリ 除草剤無化学肥料  
483 白米 2kg 1050円 (税込1134円)  
484 白米 5kg 2580円 (税込2786円)  
485 玄米 5kg 2480円 (税込2678円)  
千葉県南房総市の大久保康廣さん他。

みよし村コシヒカリ 無農薬無化学肥料  
486 白米 5kg 3300円 (税込3564円)  
487 玄米 5kg 3200円 (税込3456円)  
千葉県南房総市の大久保康廣さん他。

茨城県 微生物農法の会



茨城コシヒカリ 除草剤低化学肥料  
488 白米 5kg 2700円 (税込2916円)  
489 五分米 5kg 2700円 (税込2916円)  
茨城県行方市の穴倉実さんと宮内義幸さん。

長島さんのコシヒカリ 無農薬無化学肥料  
490 白米 5kg 3500円 (税込3780円)  
491 五分米 5kg 3500円 (税込3780円)  
492 玄米 5kg 3300円 (税込3564円)  
茨城県行方市の長島昌裕さん。

山形県 おきたま興農舎



おきたまササニシキ 無農薬無化学肥料  
493 白米 2kg 1530円 (税込1652円)  
494 白米 5kg 3650円 (税込3942円)  
495 玄米 2kg 1465円 (税込1582円)  
496 玄米 5kg 3500円 (税込3780円)  
山形県高畠町の小林亮さん他。

新潟県 オブネット



新潟つきあかり 低農薬無化学肥料  
501 白米 5kg 2380円 (税込2570円)  
502 玄米 5kg 2220円 (税込2398円)  
新潟県新潟市の武田金栄さん他。

宮城県 黒澤重雄



黒澤さんのひとめぼれ JAS  
503 白米 5kg 3500円 (税込3780円)  
504 七分米 5kg 3500円 (税込3780円)  
505 玄米 5kg 3280円 (税込3542円)  
宮城県涌谷町の黒澤重雄さん・伸嘉さん。



おきたままつや姫 無農薬無化学肥料  
497 白米 2kg 1650円 (税込1782円)  
498 白米 4.5kg 3500円 (税込3780円)  
499 玄米 2kg 1570円 (税込1696円)  
500 玄米 4.5kg 3380円 (税込3650円)  
山形県高畠町の五十嵐晴夫さん他。

188414 低農薬無化学肥料

三芳村蛸まい研究会 /米  
みよし村発芽玄米  
720g 933円 (税込1008円)

188426 JAS  
庄内協同ファーム /米  
古代米 白山紫黒  
300g 680円 (税込734円)

188438  
創健社 ◎360日/米  
国産八穀  
170g 467円 (税込504円)

188440  
創健社 ◎180日以上  
愛媛県産 もち麦  
300g 430円 (税込464円)  
希少なダイシモチ

188451  
ネオファーム ◎6ヶ月  
アマランス(全粒) 特  
80g 275円 (税込295円)

188463 凍 G不使用  
大豆工房おらが ◎30日以上/米  
うれしいぬか床(冷凍)  
500g 750円 (税込810円)  
原材料/米ぬか(栃木県、茨城県)、食塩

### 北海道産小豆使用のこしあんをかけた二玉だんご



原材料/上新粉、砂糖、山芋加工品(還元水あめ、大麦粉、食塩、やまいも粉)、こしあん

**506** 凍 G不使用  
岩手阿部製粉 ◎90日以上/米  
芽吹き屋田舎風あんだんご  
5本(200g) **390円**(税込) (421円)  
国産うるち米の上新粉を使用しただんごに、北海道産小豆を使用したこし餡をのせました。解凍してください。

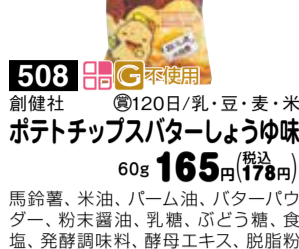
### 最後にオーブントースターでこんがり♪



原材料/ミックス粉(小麦粉、砂糖、米粉、重曹、食塩)、あずき餡(ビートグラニュー糖、小豆、寒天、食塩)

**507** 凍 G不使用  
ハマセイ ◎365日/麦・米  
大判焼き  
85g×5 **360円**(税込) (389円)  
国内産小麦粉100%で作った生地、北海道十勝産小豆で作ったあずき餡を入れて焼き上げました。

### ポテトチップスバターしょうゆ味



創健社 ◎120日/乳・豆・麦・米

**508** G不使用  
ポテトチップスバターしょうゆ味  
60g **165円**(税込) (178円)  
馬鈴薯、米油、パーム油、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳〔乳製品GMO飼料不分別〕

### 袋・山田錦煎餅・塩



アリモト ◎60日以上/米

**509** G不使用  
袋・山田錦煎餅・塩  
30枚 **498円**(税込) (538円)  
うるち米、米油、塩、昆布、鰹節

### まろやかな口どけ



新商品  
お試し  
特価

**512** G不使用  
ムソー ◎12ヶ月/乳・豆  
ナチュラルチョコレート・きなこ  
60g **350円** (通常) **345円** (税込) (373円)  
ココアバター、砂糖、きな粉は有機JAS認証を取得しています。乳化剤を使わず手間と時間をかけてココアバターを練り上げています。

原材料/有機砂糖(ブラジル)、有機ココアバター(オランダ)、有機きな粉(アメリカ)、全粉乳(乳製品GMO飼料不分別)

**513** G不使用  
ムソー ◎12ヶ月/乳  
ナチュラルチョコレート・スイート  
60g **320円**(税込) (346円)  
手間と時間をかけて、カカオ53.2%の香り豊かで上品な甘さに仕上げた、一口サイズのスイートチョコレートです。

### 北海道十勝産小豆のほっくりとした食感が楽しめます



こし餡に粒の大きな小豆甘納豆を加えて職人がひとつひとつ丁寧に製造した大粒のあん玉です。原材料の還元水あめも遺伝子組換え原料は不使用です。

**514** G不使用  
ノースカラーズ ◎30日以上  
北海道あん玉  
7個 通常本体 **400円** (個包装) **395円** (税込) (427円)

### 干し柿ゼリー



東和製菓 ◎3ヶ月以上/豆

**516** G不使用  
干し柿ゼリー  
130g **265円**(税込) (286円)  
水飴、干し柿(奈良県)、甜菜糖(北海道)、寒天、こんにゃく粉、食用なたね油、大豆レシチン

### きなこねじり



札幌第一製菓 ◎90日/豆・米

**515** G不使用  
きなこねじり  
120g **248円**(税込) (268円)  
北海道産大豆を焙煎したきな粉を使い、てん菜とさつまいも澱粉で仕上げました。

### しょうがで温活

今までにない食感、バリバリと食べられる生姜チップです



原材料/生姜(鹿児島県)、てんさい糖(北海道)

**519** G不使用  
エスランドル ◎90日以上  
ジンパリ  
33g 通常本体 **380円** (通常) **370円** (税込) (400円)  
厳選した繊維質の細かい大生姜を薄くスライス。天然オリゴ糖が豊富なたんさい糖をコーティングした後、独自の技術で乾燥させました。

原料はすべて国内産、生姜の風味がいきっています



原材料/黒糖(国産)、麦芽水飴(国産)、蜂蜜(国産)、生姜ペースト、生姜パウダー

**520** G不使用  
クインビーガーデン ◎6ヶ月以上  
はちみつしょうがのど飴  
40g **350円**(税込) (378円)  
古くから体を温めるといわれている「生姜」をピリツときかせ、はちみつと黒糖でやさしい甘さに仕上げました。

### ネオファームのドライフルーツ&ナッツ

ヨーグルトなどにトッピングして甘酸っぱいアクセントに



原材料/あんず、カレンツ、洋なし(アメリカ産OC及びCCOF認定)

**521** G  
ネオファーム ◎6ヶ月  
ドライフルーツミックス  
100g 通常本体 **390円** (通常) **308円** (税込) (333円)  
あんず、カレンツ、洋なしを独自にブレンドしたオリジナルミックスフルーツ。

そのままはもちろんお菓子やお料理にしても楽しめます



原材料/いちじく(米国)

**522** 蔵  
ネオファーム ◎90日以上  
干しいちじく  
120g **430円**(税込) (464円)  
米国産海外認定原料のイチジクを100%使用しました。表面が白くなっているのは糖分の結晶です。

### クコの実



ネオファーム ◎90日以上

**523** G  
ネオファーム  
クコの実  
40g **490円**(税込) (529円)  
クコの実(中国)

### 今年の新物をお届けします!



原材料/落花生(千葉県)

**525** G  
三里塚物産 ◎1ヶ月以上/落  
千葉の落花生(煎りざや)  
200g 通常本体 **885円** (通常) **875円** (税込) (945円)  
農業・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生(ナカテユタカ)を煎りたてでパックしました。

### 良質の小豆にこだわりました



原材料/大納言小豆(北海道十勝)、グラニュー糖、還元水飴(タビオカ澱粉)、重曹

**526** 蔵  
鶴岡製菓 ◎30日  
あずき甘納豆  
200g **270円**(税込) (292円)  
北海道十勝産の大納言小豆を使用しました。素材の特長を生かして作っています。

### 和菓子、洋菓子、中華菓子、パン、お料理にも便利です



原材料/白ざらめ、小豆(北海道)、塩

**527** 蔵  
関商店 ◎6ヶ月以上  
北海道十勝 つぶあん  
270g **470円**(税込) (508円)  
北海道十勝地方の契約農場で栽培された小豆を使い、小豆の風味をこわさないように作ったつぶあんです。

### ナチュラルド本舗

#### 有機苺を使用した甘酸っぱいクリームがたっぷり



原材料/卵、生クリーム、小麦粉、有機苺、洗双糖、牛乳、なたねサラダ油、有機苺、食塩〔卵GMO飼料不使用〕〔乳GMO飼料不分別〕

**528** 凍 G不使用  
ナチュラルド本舗 ◎30日/卵・乳・麦  
苺の生クリームシフォンロール  
約160g **780円**(税込) (842円)  
ふんわりとしたシフォン生地で苺の生クリームをまきました。冷蔵庫で4~5時間解凍してからお召し上がりください。

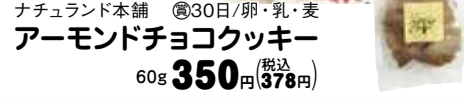
### サクッと香ばしくて煮りんごたっぷり



ナチュラルド本舗 ◎30日/卵・乳・麦

**529** 凍  
ナチュラルド本舗 ◎30日/卵・乳・麦  
三角アップルパイ  
90g×2 **600円**(税込) (648円)

### カフェオレなどをたっぷり注いで一緒にどうぞ



ナチュラルド本舗 ◎30日/卵・乳・麦  
アーモンドチョコクッキー  
60g **350円**(税込) (378円)

### 山形県 庄内協同ファーム

#### サクサクとした軽い歯ざわりがたっぷり楽しめます



原材料/うるち米、砂糖(てんさい糖)

**531** G不使用  
庄内協同ファーム ◎45日/米  
ボンちゃん  
100g **290円**(税込) (313円)  
栽培期間中、化学合成農薬、化学肥料不使用で栽培したうるち米を使ったボン菓子です。

### 玄米おこし



原材料/うるち米(山形県)、黒砂糖(沖縄県)、菜種油、水飴、きな粉(山形県)

**532** G不使用  
庄内協同ファーム ◎90日/豆・米  
玄米おこし  
約150g **390円**(税込) (421円)  
うるち米(山形県)、黒砂糖(沖縄県)、菜種油、水飴、きな粉(山形県)

### 米おこしモロヘイヤ入り



うるち米(山形県庄内)、砂糖、水あめ、菜種油、モロヘイヤ(国内産)、きな粉(国内産)

**533** G不使用  
庄内協同ファーム ◎90日/豆・米  
米おこしモロヘイヤ入り  
150g **390円**(税込) (421円)  
うるち米(山形県庄内)、砂糖、水あめ、菜種油、モロヘイヤ(国内産)、きな粉(国内産)

### 玄米あられ



もち米(山形県庄内産)、食塩

### 揚げ潮あられ



もち米(山形県庄内産)、菜種油、食塩

**完全無農薬茶 吉村茶園**

岐阜県中津川市の茶葉を使用。一番茶葉の新芽の部分を選んだ上級煎茶。70℃位のお湯でゆっくり淹れてください。

岐阜県中津川市の茶葉を使用。二番茶葉を焙じたもので、香ばしい味です。熱湯で淹れてください。

**536** 吉村茶園 吉村茶園 松露 100g **980**円(税込) **1058**円

**537** 吉村茶園 吉村茶園 ほうじ茶 250g **680**円(税込) **734**円

岐阜県中津川市の茶葉を使用。春摘み番茶です。

岐阜県中津川市の茶葉を使用。一番茶葉を製造している過程でできる粉末茶です。

**538** 吉村茶園 吉村茶園 番茶 300g **400**円(税込) **432**円

**539** 吉村茶園 吉村茶園 上粉茶 300g **1540**円(税込) **1663**円

**作り手の顔が見える本格派 プレスオールターナティブ**

これだけの味のお茶は 手に入りにくい



原材料/台湾産茶(半発酵茶)

**542** プレスオールターナティブ 林農園烏龍茶 70g **868**円(税込) **937**円

台湾の林(りん)さんが、無農薬、無化学肥料栽培した、淡い花の香りとほのかな甘味が残る上質なウーロン茶。

**540** 川原製粉所 むぎ茶パック 10g×20P **260**円(税込) **281**円

栽培期間中農薬不使用の国産六条麦茶を香り高く焙煎しました。無漂白ティーバッグを使用しています。(煮出し、冷用水)

**541** 安田農場 北海道産韃靼そば茶 120g **880**円(税込) **950**円

北海道産農薬不使用栽培韃靼そばを焙煎しました。お茶としてもサラダやカレーのトッピングにも。

**546** ネオファーム スリランカ紅茶ネーチャーズ 2g×20パック **368**円(税込) **397**円

スリランカ・ウバ地方の良質な茶葉を便利なティーバッグにしました。

オーガニックココアビーンズで作った砂糖不使用のココア。牛乳と合わせる飲み物のほかお菓子やお料理にもどうぞ。

コロンビア・サンタマルタ産JAS有機認定オーガニックコーヒー。豆で作ったインスタントコーヒー。

**547** 桜井食品 OGブラックココア(無糖) 120g **505**円(税込) **545**円

**548** ムソー OGインスタント珈琲 100g **1143**円(税込) **1234**円

**550** ムソー かりんしょうが湯 20g×5袋 **325**円(税込) **351**円

国産有機のしょうがを100%使用。

**保存に便利なキャップが ついたファミリーサイズ**



原材料/有機大豆(中国、アメリカ)、水あめ、食塩、はと麦、重曹、貝カルシウム

**559** マルサンアイ 豆ジャン(豆乳飲料) 1000ml **300**円(税込) **324**円

有機栽培大豆を主原料に、はと麦、昆布をプラスした植物性たんぱく飲料です。

有機栽培コーヒー豆だけを紀州備長炭でじっくりと焙煎、ドリップ抽出した無糖ストレートタイプのアイスコーヒーです。

**558** メトロ オーガニックカフェラッセ(無糖) 1000ml **470**円(税込) **508**円

アメリカ産の有機大豆だけを使った、無調整の豆乳飲料です。

**560** ムソー 有機豆乳 無調整 1000ml **298**円(税込) **322**円

長崎県北松浦郡佐々町の北村親二さんが丹精込めて有機栽培した茶葉を100%使用しています。

**557** 創健社 緑茶 500ml **138**円(税込) **149**円

**188517** 箱 500ml×24本 **3200**円(税込) **3456**円

**188529** フジワラ化学 フジワラの青汁 7パック **1100**円(税込) **1188**円

新鮮なケールをジュースにして急速冷凍。ケール青汁の栄養成分(ビタミン、ミネラル、植物繊維など)の風味、食感が生きています。

**甘みが強く香りのよい ジュースです**



**553** 味楽園 有機ざくろジュース 140ml **265**円(税込) **286**円

有機栽培のざくろを丁寧にぎゅっとしぼったストレート果汁。厳選した果汁を輸入し、日本国内で瓶詰めしています。

**554** 三里塚物産 しそジュース(希釈用)2P 210g×2 **798**円(税込) **862**円

千葉県成田市の農業を問わずに栽培したしそを、三温糖と醸造酢だけで仕上げました。3~4倍に薄めてください。

**555** 三里塚物産 うめドリンク3P 120g×3 **675**円(税込) **729**円

千葉県産、農薬不使用の梅を使ってすっきりと仕上げました。薄めずそのままお飲みください。

秋澤さんのみかんを搾った100%ストレート果汁ジュースです。

**556** 津南高原農産 秋澤さんのみかんジュース 1ℓ **750**円(税込) **810**円

有機の果実と野菜で作った飲みやすいジュースです。[1本当たり159円]

**188487** 光食品 果実と野菜のジュース 190g×30缶 **4419**円(税込) **4773**円

アメリカ産有機栽培完熟トマト100%使用。食塩不使用のトマトジュースです。

**188499** 高橋ソース 有機トマトジュース(無塩) 190ml×30缶 **3300**円(税込) **3564**円

有機リンゴ、有機レモンを使用し、砂糖を使わずに自然な甘さを生かしています。

**188505** 光食品 ヒカリアップルサイダー+レモン 250ml×30缶 **3900**円(税込) **4212**円

**お酒**

未成年者の飲酒は法律で禁止されています。

冷から常温まで、上品な味わいで キレがよく飲み飽きない美味しさ



原材料/米(国産)、米麹

**188530** 末廣酒造 まっこり風清酒 春玉の白 330mlアルコール8度以上9度未満 **390**円(税込) **429**円

韓国において古来親しまれてきた活性にごり酒マッコリ。日本の醸造技術を駆使し、米と麹、水のみでマッコリ風の清酒に仕上げました。

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ったブドウを使用。発酵は、ブドウ自体の持つ自然酵母で発酵させます。アルコール14%未満。

長良天然ワイン醸造 天然葡萄酒 **188542** 赤(中辛) 720ml **1400**円(税込) **1540**円

**188554** 白(辛口) 720ml **1400**円(税込) **1540**円

**188566** ヤッホーブルーイング 3本よなよなエール 350ml×3 **745**円(税込) **820**円

**188578** ヤッホーブルーイング 3本サンサンオーガニックビール 350ml×3 **750**円(税込) **825**円

有機認証を受けた麦芽とホップ、浅間山麓の水を使ったピルスナータイプのオーガニックビール。素材を活かし香り高く、スッキリとした味わい。アルコール4.5%

**188580** エコ・グリーン アイゲン固型石けん 195g **180**円(税込) **198**円

動植物油脂(牛脂、ヤシ油)を原料に、昔ながらの自然乾燥製法の純石けん分98%の石けんです。

**188591** 自然丸 自然丸の粉石けん 3kg **880**円(税込) **968**円

**188608** ミヨシ石鹸 詰替用お肌のための洗濯用液体せっけん 1ℓ **420**円(税込) **462**円

**188610** 自然丸 自然丸の液体石けん詰替用 400ml **170**円(税込) **187**円

**188621** ミヨシ石鹸 暮らしのクエン酸 330g **310**円(税込) **341**円

**188657** エコ・グリーン ノーマルアレッポの石鹸 200g **630**円(税込) **693**円

オリーブオイルはオレイン酸で人間の脂肪酸と極めて似ている為、肌への親和性が良く、汚れを落としながら肌を潤していきます。

**188633** ミヨシ石鹸 ミヨシせっけん専用リンス 350ml **520**円(税込) **572**円

**188645** ミヨシ石鹸 洗顔せっけん・固形 40g×2個 泡立てネット付 **430**円(税込) **473**円

**188669** ミヨシ石鹸 泡の洗顔せっけんボトル 200ml **540**円(税込) **594**円

**188670** ミヨシ石鹸 泡のボディソープ・詰替用 450ml **390**円(税込) **429**円

合成界面活性剤を使わず、動植物油脂を原料としたせっけん菌みがきで、口内の刺激を抑え、食べ物の味を損ないません。

**188682** ハイム化粧品 石けんはみがき 140g **440**円(税込) **484**円

皮脂の少ない赤ちゃんのデリケートな肌に、保湿剤なしでも自然なうるおい感。

**188700** ミヨシ石鹸 泡で出てくるベビーせっけん 250ml **440**円(税込) **484**円

**188712** 詰替用 220ml **260**円(税込) **286**円

**188694** ミヨシ石鹸 ベビーせっけん固形 80g **175**円(税込) **193**円

**188724** エコ・グリーン 美馬油(ミマーユ) 57g **1700**円(税込) **1870**円

**188401** 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

**188402** 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

**188403** 丸富製紙 キッチンペーパー 100組×3箱 **370**円(税込) **407**円

**188404** 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

**188405** 宇部フィルム ポリラップ22cm×40m 22cm×40m **158**円(税込) **174**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。



ホッとする一杯!

**561** 不使用  
ヤマキ醸造 ①年/豆・米  
**御用蔵田舎みそ**  
1kg **898**円(税込) **970**円

**562** 不使用  
ヤマキ醸造 ①年/豆  
**御用蔵麦みそ**  
1kg **930**円(税込) **1004**円

**564** 不使用  
やさか共同農場(島根県) ①50日/豆・米  
**やさか白みそ**  
500g **560**円(税込) **605**円

**565** 不使用  
やさか共同農場(島根県) ②40日/豆・米  
**やさかみそ甘口**  
750g **700**円(税込) **756**円

栽培期間中農薬不使用の国産大豆と玄米、神泉水で長期熟成。深みのある味わいの味噌です。

**563** 不使用  
ヤマキ醸造 ①年/豆・米  
**御用蔵玄米みそ**  
1kg **998**円(税込) **1078**円

**1年以上の時間をかけて熟成した濃口醤油**  
国産丸大豆をさらに厳選して使用し、国産小麦、天日塩そしてミネラル豊富な奥多摩の伏流水で仕込んだ醤油です。

不使用 不使用  
近藤醸造 ②年/豆・麦  
**国産丸大豆醤油**  
**566** 360ml **270**円(税込) **292**円  
**567** 1ℓ **500**円(税込) **540**円

白たまりにダシ(本かつお、昆布、しいたけ)と甘味(純米みりん、粗糖)を加えました。手軽で便利に使えます。

**570** 不使用  
日東醸造 ⑥ヶ月/麦・米  
**三河白だし**  
400ml **960**円(税込) **1037**円

**火入れをしていない生醤油です**  
農業不使用栽培国産丸大豆・丸小麦を主原料に、杉樽熟成の天然醸造醤油です。火入れをしていない生醤油です。

**568** 不使用  
ヤマヒサ ⑥ヶ月以上/豆・麦  
**頑固"本生"濃口醤油**  
720ml **1300**円(税込) **1404**円

国産丸大豆を原料に1年熟成させた醤油に、天然ゆず果汁をたっぷり加えた本格的な「ゆずぼん酢」です。

**571** 不使用 不使用  
近藤醸造 ②年/豆・麦・米  
**ゆずぼん酢**  
360ml **500**円(税込) **540**円

国産有機栽培米を使用して、酒造りから酢酸発酵まで手間と時間をたっぷりかけて完成した癖のない有機純米酢です。

**572** 不使用  
創健社 ③年/米  
**越前小京都の有機純米酢**  
500ml **380**円(税込) **410**円

国産丸大豆醤油をベースに鰹だしとみりん、洗双糖を使用。めんつゆ、煮物などに。

**569** 不使用 不使用  
近藤醸造 ③60日以上/豆・麦・米  
**めんつゆ**  
1ℓ **765**円(税込) **826**円

伝統的な静岡発酵製法で丹念に発酵・熟成させた純米酢。国内産の粗糖、塩、昆布だしだけで仕上げました。

**573** 不使用  
創健社 ③60日/米  
**越前小京都のすし酢**  
360ml **500**円(税込) **540**円



**574** 不使用  
ナチュラルキッチン  
**粗精糖(種子島産)**  
1kg **350**円(税込) **378**円  
鹿児島種子島のサトウキビを使った砂糖です。



**575** 不使用  
ムソー  
**てんさい含蜜糖**  
500g **380**円(税込) **410**円  
北海道の大自然が育てた甜菜を原料につくられた砂糖です。腸内ビフィス菌を増やすオリゴ糖が含まれています。



**576** 不使用  
青い海  
**沖縄の塩(シママース)**  
1kg **240**円(税込) **259**円  
沖縄の海水で輸入天日塩を溶かし、平釜でじっくりと煮つめ、さらに自然脱水乾燥を行い時間をかけて造った塩です。

**圧搾一番搾りのみ使用したピュアな油**  
オーストラリアで契約栽培している非遺伝子組み換え菜種を、昔ながらの圧搾法で搾りました。

**581** 不使用  
平田産業 ②70日以上  
**一番搾り純正なたね油**  
1250g **830**円(税込) **896**円  
原材料/なたね(オーストラリア)



**584** 不使用  
せいふてい ①2ヶ月  
**チキンコンソメ**  
4g×20袋 **340**円(税込) **367**円  
化学調味料不使用のチキンの風味とスパイスの効いた洋風だし。[GMO 飼料不分別]

有機栽培原料を使用。米の旨みを十分に引き出す長期間貯蔵熟成をして、濃醇で伸びのあるみりに仕上げました。

**577** 不使用  
角谷文治郎商店 ①2ヶ月/米  
**有機三州味噌**  
500ml **1040**円(税込) **1144**円

**578** 不使用  
澤田酒造 ③65日/米  
**特選 料理用自然酒**  
720ml **857**円(税込) **943**円

**579** 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) **767**円

米、米こうじを主原料の「もろみ」を醸造して塩を加え、さらに糖化工程を経て、じっくりと熟成させた醗酵調味料です。

**580** 不使用  
味の醸造 ①年/米  
**味の母(醗酵調味料)**  
720ml **780**円(税込) **842**円

伝統的製法によりゆっくり低圧力で搾った、風味の良いごま油です。透明な琥珀色に仕上がっています。

**582** 不使用  
松本製油 ②年  
**玉締めしぼり胡麻油(小)**  
180g **510**円(税込) **551**円

イタリア品種の中で特に優しい味わいのドルチェ・ディ・ロッサーナ種を90%以上使用し、残りはフラントイオ種を配合。

**583** 不使用  
ファームランドトレーディング ①8ヶ月  
**イタリア産有機EXVオリーブオイル**  
456g(500ml) **1300**円(税込) **1404**円

**585** 不使用  
TAC21 ⑦30日/豆・麦・米  
**野菜でできた洋風だしペックク**  
90g **560**円(税込) **605**円

**586** 不使用  
TAC21 ⑧ヶ月以上  
**本格かつおだし顆粒**  
70g **650**円(税込) **702**円

**丸新商会の調味料**

**韓国の甘辛フライドチキンにおすすめ!**  
唐辛子の辛味と旨み甘味が程よく調和した、韓国の代表的な調味料です。焼肉料理、ピビンバ、カルビ丼、炒め物に。  
**589** 不使用  
丸新商会 ⑥ヶ月以上/豆・麦・米  
**蕃椒醬(コチュジャン)**  
280g **480**円(税込) **497**円  
原材料/唐辛子、味噌、上白糖、還元水飴、塩、清酒

**591** 不使用  
富貴食研 ⑥ヶ月以上/豆・麦・米  
**富貴の焼肉のたれ**  
240g **580**円(税込) **560**円(税込) **605**円  
純国産の自家製焦がし醤油を使用し、香ばしく深みのある味わいです。フルーツの甘みがお肉の味をより一層引き立てます。

**592** 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) **335**円  
香り豊かなオールマイティな中濃ソースは、揚物をはじめ、たこ焼きやお好み焼、焼きそばなどにもご使用いただけます。

**596** 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) **340**円  
国産トマト、オーガニックトマト、粗糖、塩、醸造酢、香辛料、玉ねぎ、にんにくを使用したやまゆりオリジナル商品。

みよし村の平飼い有精卵、なたね油、純リンゴ酢、塩、はちみつ、香辛料で作りました。[GMO 飼料不使用]  
**598** 不使用  
ななくさの郷 ⑥ヶ月/卵  
**松田のマヨネーズ・みよし村**  
300g **440**円(税込) **475**円

**587** 不使用  
丸新商会 ⑨ヶ月以上/豆・米  
**豆板醤**  
130g **330**円(税込) **356**円

**590** 不使用  
丸新商会 ⑨ヶ月以上  
**ココナッツミルク**  
400ml **520**円(税込) **562**円  
ココナッツの白い果実を搾ったもので、まろやかな風味と甘味があります。デザートやカレー料理などに。

**595** 不使用  
光食品 ①年/米  
**ヒカリ濃厚ソース**  
360ml **330**円(税込) **356**円  
有機野菜・果物の持つ本来の甘味を生かした濃厚ソースです。主原料の野菜・果物は100%国産です。

**593** 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) **378**円

**597** 不使用  
光食品 ①年6ヶ月/米  
**有機トマトソース**  
225g **360**円(税込) **389**円

平飼い有精卵を使用し、まろやかな酸味の有機りんご酢とすっきりとした酸味の瀬戸内レモンの果実酢で仕上げました。[卵GMO 飼料不分別]  
**599** 不使用  
ムソー(富貴食研) ③ヶ月以上/卵  
**ムソーの平飼い鶏の有精卵マヨネーズ**  
290g **460**円(税込) **497**円

**588** 不使用  
丸新商会 ⑥ヶ月以上/豆・麦・米  
**甜麺醬(テンメンジャン)**  
130g **340**円(税込) **367**円

**600** 不使用  
リアス ⑨0日以上/卵・豆・麦・米  
**昆布ドレッシング**  
200ml **430**円(税込) **464**円  
北海道産真昆布を使用した贅沢な海藻専門店のドレッシングです。軽く振ってからご使用ください。[卵GMO 飼料不分別]

**606** 不使用  
光食品 ⑨ヶ月以上/豆・麦・米  
**ヒカリの有機肉豆腐の素**  
100g **230**円(税込) **248**円  
肉と豆腐、野菜を焼いてあわせるだけの簡単調理。

**担当者おすすめ**  
**レシピ**  
**回鍋肉の素で簡単にピビンバ丼**  
作り方  
キャベツや小松菜、人参、もやしなどの野菜を茹でて塩少々とごま油で和えておきます。熱したフライパンにオイルをなじませ、ひき肉300gを炒め火が通ったら回鍋肉の素を入れ良く混ぜます。器に肉と野菜、お好みで温泉卵を盛り付けて出来上がり♪  
**608** 不使用  
光食品 ⑨ヶ月以上/豆・麦・米  
**ヒカリの有機回鍋肉の素**  
100g **230**円(税込) **248**円  
有機米味噌をベースに有機砂糖の甘み、オイスターエキスや有機醤油の旨みを加えた、有機回鍋肉の素。

**マイルドな味わいが特徴のチゲ鍋つゆです**  
**609** 不使用  
日東醸造 ③60日/豆・麦・米  
**チゲ鍋つゆ**  
600g **620**円(税込) **670**円  
国産の唐辛子とトマトピューレを使用した旨みのある、どんな素材もおいしくまとめる鍋つゆです。[鶏GMO 飼料不分別]

**自然の旨味とすっきりとした味わい**  
**610** 不使用  
日東醸造 ③60日/麦・米  
**寄せ鍋つゆ**  
600g **530**円(税込) **572**円  
足助仕込三河しろたまり、角谷文治郎商店製本格三河みりん、豊浜産魚醤「しこの露」などを使いました。

**601** 不使用  
創健社 ⑨0日以上/卵・乳  
**有精卵シーザーサラダドレッシング**  
180ml **350**円(税込) **378**円  
国産の平飼鶏卵使用。鶏卵の濃厚なコクと芳醇なナチュラルチーズの味わいのドレッシングです。[乳・卵GMO 飼料不分別]

**607** 不使用  
光食品 ⑨ヶ月以上/豆・麦・米  
**ヒカリの有機麻婆の素**  
100g **230**円(税込) **248**円  
有機醤油・米味噌をベースに有機にんにく・しょうがの香りと有機米醗酵調味料や昆布の旨みを加えました。

**611** 創健社 **オーガニック粒マスタード**  
90g **450円** (税込 **486円**)  
有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなフランス産オーガニック粒マスタード。

**612** 創健社 **べに花一番オーツナ**  
90g(固形量70g) **380円** (税込 **410円**)  
旬にとれたびん長まぐろだけを選び、ヘルシーなべに花一番オレインEに漬け込みました。サラダやサンドイッチ、スパゲティなどに。

**613** 創健社 **さば味付缶**  
190g(固形量140g) **278円** (税込 **300円**)  
**614** 創健社 **さば水煮缶**  
190g(固形量140g) **268円** (税込 **289円**)

**担当おすすめ**  
**レシピ**  
**トマト缶で簡単**  
**じゃがいもと**  
**トマトソースの**  
**チーズ焼き**

**材料(4人分)**  
じゃがいも(冷凍ポテト可) 2個  
トマト缶 1/4缶  
玉ねぎ 1/4個  
シュレッドチーズ 50g  
塩、こしょう 適量  
ケチャップ 大さじ4  
パセリ等 適量  
オリーブオイル 適宜

**346** **インカのめざめ(冷凍)**

**作り方**  
①じゃがいもはくし形に切り、硬めに茹でます。(冷凍ポテトはレンジなどで解凍する)  
②温めたフライパンなどにオリーブオイルをひき、みじん切りの玉ねぎを良く炒めトマト缶を入れ固形部分をつぶしながら煮込みます。沸騰したら塩とこしょう、ケチャップで味付けしトマトソースを作ります。  
③耐熱の器にオリーブオイルを塗り、①のじゃがいもを入れ②のソースをかけ、シュレッドチーズをかけます。  
④オーブントースターでチーズがとけて、焼き色がつくまで焼きます。パセリ等を飾り完成です。  
※お好みでニンニクやハーブ類(ハーブソルト)を使ってください。

**615** 伊藤食品 **まぐろ油漬**  
70g×4缶 **720円** (税込 **778円**)  
太平洋産のキハダまぐろをフレーク状にし、ポーソー油脂の米油と、国内産野菜で作った野菜エキスで仕上げました。

**616** 三育フーズ **リンケツ**  
160g(固形量115g12本入) **330円** (税込 **356円**)  
大豆たんぱくを主に、植物性油脂、卵白などを加え、ソーセージ風に加工しました。〔卵GMO飼料不分別〕

**617** アリサン **有機スイートコーン缶**  
125g(固形量81g) **178円** (税込 **192円**)  
契約農家で有機栽培されたとうもろこしを、鮮度が落ちないように加工した有機JAS認定品。

**618** 創健社 **有機ダイストマト缶**  
400g(固形量240g) **180円** (税込 **194円**)  
イタリア南部のプーリア州・ルチェラにある限定農場で栽培された有機トマトだけを使用。

**619** アグリコンセルベレガ **有機トマト・ジュースづけ(ホール)**  
400g **197円** (税込 **213円**)  
イタリアの契約農家で有機栽培されたトマトを、鮮度が落ちないように、収穫から24時間以内に加工をします。

**刻み油揚げが入った**  
**きつねうどん**  
北海道産小麦粉を使った麺、スープは、魚醤、かつおエキスなどで仕上げました。〔乳製品GMO飼料不分別〕

**620** トーエー食品 **どんぶり麺・きつねうどん**  
78g×4袋 **740円** (税込 **799円**)

**どんぶりに入れて熱湯をそそぐ**  
**「ノンカップメン」**  
北海道産小麦粉麺に、魚醤、かつおエキスの化学調味料不使用スープをつけました。〔乳製品GMO飼料不分別〕

**621** トーエー食品 **どんぶり麺・しょう油ラーメン**  
78g×4袋 **740円** (税込 **799円**)

東北地方産小麦ゆきちからを100%使用。たんぱく含量が高いためパン作りや麺作りなどに。

**624** 阿部製粉 **国内産強力小麦粉ゆきちから**  
1kg **330円** (税込 **356円**)

宮城県産シラネ小麦を100%使用。ケーキなどの菓子作りや天ぷらなどにご利用ください。

**625** 阿部製粉 **国内産薄力小麦粉シラネ**  
1kg **330円** (税込 **356円**)

パッケージ変更しました

**626** 桜井食品 **ホットケーキミックス有糖**  
400g **398円** (税込 **430円**)  
岐阜県産の小麦粉、膨張剤には内モンゴル産の重曹を使用。ドーナツやクッキーなどにもご利用いただけます。

**根強い人気の即席めん**  
北海道産契約栽培小麦粉を使用した麺に、揚げ油は植物油100%使用。〔GMO飼料不分別〕

**622** 桜井食品 **みそラーメン**  
101g **140円** (税込 **151円**)

**油であげてないあっさり味**  
北海道産の小麦粉を使用したコシのある麺と、あっさりした味が楽しめる野菜ラーメンです。〔卵GMO飼料不分別〕

**623** 桜井食品 **野菜らーめん(ノンフライ麺)**  
90g **160円** (税込 **173円**)

**627** 山清 **国産有機白玉だんご粉**  
150g **370円** (税込 **400円**)  
有機栽培うるち米 55%、有機栽培もち米 45%を原料とし、だんご粉として最も良い配合の、石臼と杵を使った杵びき製粉です。

**国産小麦本来のうまみ、甘み、ねばり、コシをお楽しみください**  
北海道産の中力粉を使い、コシを出す製法で仕上げました。

**631** 神室のめぐみ **にほんのうどん**  
200g **190円** (税込 **205円**)

**632** **おまとめ 特価**  
通常本体 200g×5 **950円** **900円** (税込 **972円**)

**フライやコロッケハンバーグなどに!**  
岩手県産南部小麦粉、生イースト、塩を使用。パンを焼いた後で粉砕したパン粉です。

**628** 桜井食品 **パン粉**  
200g **278円** (税込 **300円**)

**北海道で契約栽培された馬鈴薯を使用しています**  
北海道常呂郡、斜里郡で契約栽培された馬鈴薯を、斜里岳から流れる豊富な水でさらした馬鈴薯澱粉です。

**629** 桜井食品 **片栗粉**  
200g **225円** (税込 **243円**)

**630** 庄内協同ファーム **きな粉**  
130g **220円** (税込 **238円**)  
農業・化学肥料不使用栽培の大豆を使用しています。石臼挽きで香ばしく仕上がっています。

**633** 山本食品 **秘伝の蔵出し八割そば**  
250g **360円** (税込 **389円**)

**634** 金子製麺 **季穂特選系そば**  
200g **218円** (税込 **235円**)

**635** 横山製粉 **北の Pasta**  
400g **330円** (税込 **356円**)  
北海道産小麦「ゆめちから」と「きたなみ」をブレンドしました。太さ1.7mm 茹で時間7分。

**636** 庄内協同ファーム **白丸もち**  
500g(12~13個) **650円** (税込 **702円**)  
特別栽培された山形県庄内のもち米「でわもち」を使用。杵つきもちなので滑らかでコシが強く、煮くずれしません。

**637** 三育フーズ **大豆たんぱく・うす切り**  
90g **314円** (税込 **339円**)  
大豆と小麦たんぱくで作った、100%植物性原料の乾燥たんぱくです。湯戻しするだけで、ご利用いただけます。

**638** てんぼ印 **切り干し大根**  
40g **260円** (税込 **281円**)  
愛媛県北条風早園地で育てた有機大根を天日と潮風で干しあげました。煮物や酢の物などに。

**639** やさか共同農場 **有機鷹の爪**  
5g **250円** (税込 **270円**)  
大ぶりで色鮮やかなとうがらしです。香りが高く辛味が生きています。便利なチャック付き袋入り。

**640** NO-RA~農薬~ **津久井在来大豆**  
200g **300円** (税込 **324円**)  
NO-RAの千葉さんが農業、化学肥料を使わずに育てた、希少品種の津久井在来大豆です。

**641** ムソー **フレーク寒天(無漂白)**  
30g **500円** (税込 **540円**)  
フレーク状で、水洗いや溶かした後の裏ごしが不要なので手軽にご利用いただけます。

**海と山の幸の旨みと**  
**コクのだしパックです**

**642** 節辰商店 **生協だしパック**  
10g×20袋 **350円** (税込 **378円**)  
むろあじ節、かつお節、煮干、椎茸、昆布を原料に無漂白パックを使用。みそ汁や煮物等のだしが手軽に取れます。

**643** 明星産業(ハヤシ食品工業) **素干しえび**  
25g **230円** (税込 **248円**)  
生アキアミを素干しにしました。かき揚げの具やお好み焼き、炒め物や汁物など、料理のアクセントに。

**645** 明星産業(瀨川食品) **房州産ひじき**  
18g **298円** (税込 **322円**)  
房州産ひじきを乾燥させました。水で戻して、煮物やサラダなどに。

**647** 北村物産 **伊勢志摩産カットわかめ**  
12g **313円** (税込 **338円**)  
晩冬から初春にかけて刈り獲られる、肉厚な風味豊かな伊勢志摩わかめです。15~16倍に増えます。

**648** 神奈川県漁業協同組合連合会 **焼のり**  
全型10枚入 **398円** (税込 **430円**)  
神奈川県内の走水、長井、金沢で養殖された海苔を焼き上げました。

**649** 神奈川県漁業協同組合連合会 **焼きずのり**  
全型10枚入 **370円** (税込 **400円**)  
横須賀産の海苔で多少キズ等があります。常備品としてどうぞ。

**642** 節辰商店 **生協だしパック**  
10g×20袋 **350円** (税込 **378円**)  
むろあじ節、かつお節、煮干、椎茸、昆布を原料に無漂白パックを使用。みそ汁や煮物等のだしが手軽に取れます。

**644** 明星産業(瀨川食品) **道南産真昆布切り落とし**  
80g **368円** (税込 **397円**)  
北海道道南産真昆布の切り落としを集めたお買い得品です。

**646** 明星産業(ハヤシ食品工業) **黒磯のり**  
10g **268円** (税込 **289円**)  
熊本県産のあまのりを原料に加工した磯のりです。種類や汁物、サラダのトッピングなどに。

**188736** 明星産業(ハヤシ食品工業) **ひじき白和えの素**  
30g **278円** (税込 **300円**)  
長崎県産の上質なひじきを使い、調味料までこだわりました。豆腐と和えてください。

**188748** 明星産業(ハヤシ食品工業) **ひじきふりかけ**  
30g **295円** (税込 **319円**)  
長崎県産の上質なひじきを使い、青のりや調味料までこだわりました。

**188750** 創健社 **しそもみじ**  
30g **220円** (税込 **238円**)  
国内産ちりめんじそを塩で完熟紀州南高梅の梅酢でじっくり漬けた、風味豊かなしそふりかけです。

愛媛県 宇和島練り物工房みよし



『宇和島練り物工房 みよし』では、長年の修業で培ってきた職人技で、捨てることを極力無くし、素材を丸ごと味わっていただくというホールフード的な考えでじゃこ天の製造を行います。高級素材のハランボ（ホタルジャコ）や鮮度抜群の厳選された小魚をベースに、天日塩、自家製甘酒などこだわりの素材を使用した独自の製法で、独特の食感や深みのある味わいを作り出しています。

みよし×リアスの コラボみよし天



**特**  
 原材料 / 魚肉(宇和海)、馬鈴薯澱粉、わかめ、めかぶ、食塩、甘酒、揚げ油[菜種油]  
**650** **凍** **G**不使用  
 宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
**わかめかぶみよし天**  
 50g×2枚 通常本体 **385** (税込 **416**)  
 みよし天に十三浜産絆わかめとめかぶを加えました。

愛媛県松山市 田中屋

本格レストランの味を簡単にご家庭で堪能できるガーリックソース



**11月3日**  
 原材料 / 菜種油、醤油、白ワイン、ニンニク、オイスターソース  
**188967** **凍** **G**不使用  
 田中屋 ◎30日以上/豆・麦  
**プロバンス風ガーリックソース**  
 200g **700** (税込 **756**)  
 田中屋純正濃口醤油と青森県産無農薬にんにくをベースに、白ワイン、オイスターソースを合わせました。

まろやかな風味でのびがよく、ほんの少し使うだけで料理の旨みが引き立ちます



**11月3日**  
 国産丸大豆、愛媛県産小麦、天日塩を使い、杉樽で1年半～2年、じっくりと発酵させました。  
**188979** **凍** **G**不使用  
 田中屋 ◎90日以上/豆・麦  
**田中屋純正濃口醤油**  
 250ml **380** (税込 **410**)

濃厚な味と甘みのため、甘露醤油とも言われています

**11月3日**  
 純正濃口醤油に再び麹を入れて、再発酵させました。刺身や煮物などに。  
**188980** **凍** **G**不使用  
 田中屋 ◎90日以上/豆・麦  
**田中屋純正さしみ醤油**  
 150ml **330** (税込 **356**)

噛むほどに旨みがあふれ出す美味しさ



**11月3日**  
 宇和海産のホタルジャコや小魚を使い、でん粉、塩、甘酒のみで味付けし、菜種油で揚げました。  
**188920** **凍** **G**不使用  
 宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
**みよし天**  
 50g×2枚 **398** (税込 **430**)

野菜とじゃこ天がマッチしています



**11月3日**  
 みよし天に玉ねぎ、にんじん、ごぼうをたっぷり練り込みました。  
**188931** **凍** **G**不使用  
 宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
**野菜たっぷりみよし天**  
 50g×2枚 **398** (税込 **430**)

風味豊かなめんつゆです



**11月3日**  
 原材料 / 醤油、みりん、純米酒、砂糖、かつお削り節、昆布  
**188992** **凍** **G**不使用  
 田中屋 ◎90日以上/豆・米  
**田中屋めんつゆ二倍濃縮**  
 250ml **450** (税込 **486**)  
 純正濃口醤油をベースに鰹節と真昆布をたっぷり使いました。

もちもちとした噛みごたえ、手延べならではのなめらかな喉ごしが楽しめます



**11月3日**  
 北海道産小麦粉を100%使  
 い、手延べで仕上げました。  
 小野製麺 ◎730日/麦  
**手延半田めん**  
**189005** 320g **430** (税込 **464**)  
**189017** 5袋 通常本体 **2000** (税込 **2160**)  
 320g×5

ニラの香りと生姜の辛みがマッチしています



**11月3日**  
 みよし天にニラ、生姜をたっぷり練り込みました。  
**188943** **凍** **G**不使用  
 宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
**ニラ生姜みよし天**  
 50g×2枚 **398** (税込 **430**)

やわらかい食感。汁物に入れるとよい出汁がでます



**11月3日**  
 宇和海産のアジと豆腐を使い、食べやすく一口サイズにして、菜種油で揚げました。  
**188955** **凍** **G**不使用  
 宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/豆・米  
**みよしの魚団子**  
 150g **398** (税込 **430**)

玄米粉100% グルテンフリーのお菓子

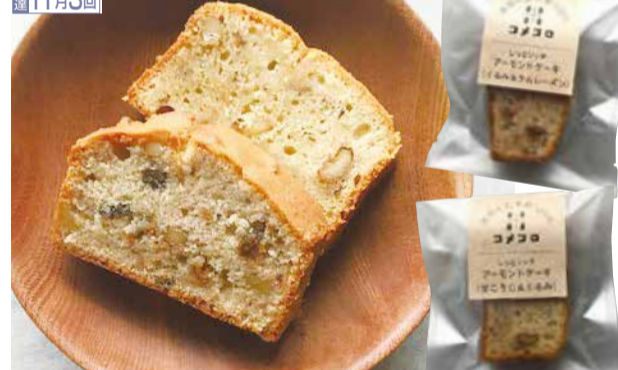


福井県・池田町 **コメココ**  
 有機栽培の村、福井県池田町のどかで豊かな日本の農村風景が広がります。無農薬、無化学肥料の農業に町をあげて取り組んでいます。



地元産の原料を中心に体も心も満足いただけます

ちょっと食べたい時やお試しにどうぞ



**11月3日**  
 原材料 / クルミラムレーズン: てんさい糖、醸酵バター、アーモンドプードル、玄米粉、福地鶏卵、ラム酒漬レーズン、くるみ、ベーキングパウダー(ノンアルミ) / クルミ甘こうじ: てんさい糖、発酵バター、玄米粉、アーモンドプードル、卵、甘こうじ、くるみ、アーモンドライス、ベーキングパウダー(ノンアルミ)  
 甘こうじとは米麹と深山の清らかな水だけでじっくり発酵させたジャム状の濃い甘酒(ノンアルコール)です。  
**189029** **凍** **G**不使用  
 コメココ ◎1ヶ月以上/卵・乳・米  
**カットケーキ・クルミセット**  
 2種各1個 **470** (税込 **508**)  
 玄米粉を使用したケーキをカットして詰合せました。クルミとラムレーズン(約40g)とクルミと甘こうじ(約40g)のセットです。

藤沢市 青空ミートハウス

神奈川県産 シンプルな味付けで



**11月3日**  
 原材料 / 豚肉(藤沢市)  
**189078** **凍**  
 青空ミートハウス ◎45日以上  
**オリーブ豚ロース**  
 3枚(150g) **450** (税込 **486**)  
 藤沢産湘南ポークオリーブプレミアム使用

あっさりしていながらもオリーブ豚ならではの旨みを十分に味わえます



**11月3日** (神奈川県産)  
 藤沢産湘南ポークオリーブプレミアムのモモ肉を熟成しモークした、脂が少なめのハムです。[GMO飼料不分別]  
**189080** **凍**  
 青空ミートハウス ◎45日以上/米  
**オリーブ豚燻製ハムスライス**  
 70g **420** (税込 **454**)  
**189091** **凍**  
 青空ミートハウス ◎45日以上  
**オリーブ豚ソーセージ**  
 3本(150g) **750** (税込 **810**)

今年収穫した池田町のさつま芋がゴロゴロ入っています!



**11月3日**  
 てんさい糖、発酵バター、玄米粉、アーモンドプードル、卵、さつま芋、黒ごま、アーモンドライス、ベーキングパウダー(ノンアルミ) (卵GMO飼料不使用) (乳製品GMO飼料不分別)  
**189030** **凍** **G**不使用  
 コメココ ◎1ヶ月以上/卵・乳・米  
**アーモンドケーキ(さつま芋&黒ごま)**  
 1本18cm (約180g) **1170** (税込 **1264**)

有機黒しょうがが香る滋味深い味わい。おつまみにしても!



**11月3日**  
 玄米粉(福井県)、アーモンドプードル(オーストラリア)、なたね油、てんさい糖、有機豆乳、有機ヘンプシード、有機ヘンププロテイン、天然塩、えごま、有機黒胡椒  
**189042** **凍** **G**不使用  
 コメココ ◎30日以上/豆・米  
**ヘンプスティック黒胡椒**  
 50g **400** (税込 **432**)

よもぎを練りこんで、どこかなつかしさを感ずる香り



**11月3日**  
 玄米粉、アーモンドプードル、有機メープルシロップ、なたね油、てんさい糖、天然塩、ベーキングパウダー(ノンアルミ)、乾燥よもぎ  
**189054** **凍** **G**不使用  
 コメココ ◎1ヶ月以上/米  
**玄米粉サブレ・よもぎ**  
 45g **365** (税込 **394**)

ミネラルなどの栄養素がたっぷり、毎日の食生活にとりいれたい玄米粉です



**11月3日**  
 有機栽培の村、福井県池田町。栽培期間中は無農薬・無化学肥料で手間暇かけて育てたお米で作りました。夏場は冷蔵庫で保管してください。  
**189066** **凍**  
 コメココ ◎1ヶ月以上/米  
**池田町玄米粉**  
 300g **610** (税込 **659**)

湘南ポーク オリーブプレミアム使用



**11月3日**  
 原材料 / 豚肉(神奈川県)、玉ねぎ(国産)、トマト、白ワイン、ビーフエキス、ポークエキス、チキンエキス、酵母エキス、クミン、コリアンダー、カレー粉、砂糖、ターメリック、チリパウダー、食塩、オリーブオイル、米粉、酵母エキス配合調味料、肉エキス、ブラックペッパー  
**189108** **凍** **G**不使用  
 湘南食育ラボ ◎90日以上/米  
**湘南オリーブポークカレー**  
 200g **602** (税込 **650**)  
 湘南ポークオリーブプレミアムと農薬不使用玉ねぎがたっぷり入った、グルテンフリーレトルトカレーです。温めてください。[GMO飼料不分別]

お酒 未成年者の飲酒は法律で禁止されています。



小麦麦芽由来のやさしい味わいとさわやかなホップの香り  
**11月3日** **新**  
 原材料 / 小麦麦芽、大麦麦芽、ホップ  
**189110** **凍**  
 エチゴビール / 麦  
**のんびりふんわり白ビール**  
 350ml **259** (税込 **285**)  
 癒しの時間のためのリラックスできるビール。苦くないさわやかな後味。ドイツ伝統の白ビールを現代風にアレンジしました。アルコール約4.5%  
**11月3日** **新**  
 原材料 / 大麦麦芽、小麦麦芽、ホップ  
**189121** **凍**  
 エチゴビール / 麦  
**にっこりほっこりブラウンエール**  
 350ml **259** (税込 **285**)  
 濃色麦芽を使用したブラウンの色合いに、ふんわり漂うロースト香が魅力。苦みはひかえめです。アルコール約5%