



明るく元気な毎日へ

tentō

【おてんと】

2022年  
6月3回11号

商品お届けカレンダー

	月	火	水	木	金
注文書回収	6/6	7	8	9	10
商品配達	6/13	14	15	16	17
特別企画商品配達	6/20	21	22	23	24



# いつも頑張ってくれるお父さん トマトで健康生活

## ちょっと雑学

トマトには、リコピンやビタミンC、β-カロテン、食物繊維などの栄養素が豊富に含まれています。トマトを加熱することで、生より2~3倍も多くのリコピンが摂れるので、ビタミンCを摂りたい時は生で、リコピンを摂りたい時は加熱して召し上がれ♪



やまゆり生活協同組合様の設立四十周年おめでとうございます！御組合とお付き合いをさせていただいてから早30年以上、私が有機農業を志してから丁度40年になります。慣行農業（従来からの農業）ではなく、環境負荷を考慮し土壌の物理性や肥沃度にこだわった質の高い有機農業を目指して農家になったのとやまゆり様の設立とが重なったのも何かのご縁だとここに来て改めて感慨深いものがあります。普段は、大玉トマトやミディトマトをご愛顧いただき誠にありがとうございます。栽培を行う環境は、中山間部で朝昼晩の温度差がかなりあって出来るだけ美味しいと思われるトマト類や野菜やお米が生産される好条件も整っている地域だと思っています。こういった、環境下で未来を築く子供達や組合員の皆様に栄養価が高く、安全で安心出来る美味しいトマト類や野菜やお米を食べてもらい、一緒になって持続可能な有機農業を継承していければ幸いと願いながら、日々自然の中で行う有機栽培に未だに悪戦苦闘している次第です。今後、組合員皆様のご健勝とやまゆり生協様のより一層のご発展を心から御祈念致しまして四十周年のお祝いの言葉とさせていただきます。

徳島やまゆり有機農園 楠正人



**123** 低農薬無化学肥料  
ヤマサ有機農園(徳島県)  
トマト

400g **450**円(税込486円)



**124** 低農薬無化学肥料  
ヤマサ有機農園(徳島県)  
ミディトマト

250g **345**円(税込373円)

今年の父の日は6月19日です。今回は、コロナ禍でも頑張ってくれるお父さんの労をねぎらうために「お家居酒屋」で楽しんでください。ビールによく合う居酒屋の定番メニュー「トマトの肉巻き焼き」と小洒落た感じの「トマトとチーズと夏野菜のカクテルサラダ」を作ってみました。トマトに豚肉を巻き付け味付けはシンプルに塩と胡椒。あとはフライパンで焼くだけ。サラダはトマトにモッツァレラチーズとお好みの野菜をグラスに盛りつけイタリアンドレッシングをかけるだけのシンプルな料理です。ちょっといつもとは違うテーブルセッティングでお父さんに感謝の気持ちを伝えましょう♪



**122** 大地と自然の恵み(高知県)  
有機ミニトマト  
150g **315**円(税込340円)



まとめ得  
**180841**  
3本  
サンサンオーガニックビール  
350ml×3 **750**円(税込825円)



まとめ得  
**180830**  
3本  
よなよなエール  
350ml×3 **745**円(税込820円)

今週は  
夏のギフト2022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。

海鮮好きのお父さんには  
三陸の生うに

岩手名物のピン詰め生うにを、まずは、一口そのままあま〜い生ウニの味とトロツとした食感を楽しんでから、ご飯にのっけて生ウニ丼！この時期だけの贅沢な一品です。



4  
ページ

発酵の奥深さに魅せられた真面目なこうじ屋  
名刀味噌本舗



16  
ページ

初代が醤油技師だった経験を生かして、昭和29年に「こうじ高原」を創業。日々、発酵と向き合いながら、乾燥こうじをはじめ、無添加のあま酒や味噌などを製造しています。



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



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

### ブルーベリーの贈り物はいかが？

ブルーベリーは目に良いと言われていますが、アントシアニン・食物繊維は全体によさそうです。パソコン・スマホなどでお疲れの目だけでなく、体をいたわる気持ちを添えて贈り物に♪



いかにブルーベリーは今回限定予定です。次回のブルーベリーの企画は別の生産者で7月に予定しています。

**113** 無農薬 無化学肥料  
いかに(平塚市) **ブルーベリー**  
100g **448**円(税込) **484**円  
神奈川県平塚市の内田達也さん。

### うままとまろやかさがあります



**114** 無農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町) **キウイフルーツ**  
3玉 **435**円(税込) **454**円  
※写真より小玉になることがあります



**115** 無農薬 無化学肥料  
ペルー、エクアドル、メキシコ **バナナ**  
600g以上 **368**円(税込) **397**円

### 小さいながらも、その香り・果汁の甘さに大満足、間違いなし



**116** (小) 低農薬 低化学肥料  
アララガマ農園(沖縄県) **西表島ピーチパイ**  
1玉5S(400g以上) **315**円(税込) **340**円

**117** (大) 低農薬 低化学肥料  
アララガマ農園(沖縄県) **西表島ピーチパイ**  
1玉3S(600g以上) **665**円(税込) **718**円  
沖縄県西表島の池村海仁さん。ネオニコチノイド系農薬不使用。

### 甘くて濃厚、芳醇な香り♪



**118** 低農薬 低化学肥料  
アララガマ農園(沖縄県) **アップルマンゴー**  
1個(300g~350g) **1300**円(税込) **1404**円  
今年是不作のため **限定50**  
沖縄県西表島の池村海仁さん。

### ほどよい酸味の木成り完熟夏みかん



**119** 無農薬 低化学肥料  
秋澤マルミ農園(小田原市) **夏みかん**  
1kg **350**円(税込) **378**円  
神奈川県小田原市の秋澤雅美さん。

### 南伊豆で太陽をたっぷり浴びた甘夏

**120** 無農薬 無化学肥料  
マザーアースクラブ(静岡県) **MECの甘夏みかん**  
1.5kg前後 **645**円(税込) **697**円  
**180488** 5kg  
5kgネット **2150**円(税込) **2322**円  
静岡県南伊豆町の石川憲一さん。

**121** 無農薬 無化学肥料  
福島柑橋園(熊本県) **福島さんの甘夏**  
900kg **390**円(税込) **421**円  
熊本県水俣市の福島雄治さん。紅甘夏又はサンフルーツ甘夏という皮がオレンジ色の品種です。6月は通常の甘夏をお届けします。

**122** 大地と自然の恵み(高知県) **有機ミニトマト**  
150g **315**円(税込) **340**円  
高知県香美市の小田智徳さん他。スピノサイド水和剤、微生物を利用した殺虫剤使用。

**123** 低農薬 無化学肥料  
ヤマサ有機農園(徳島県) **トマト**  
400g **450**円(税込) **486**円  
徳島県阿波市の楠正人さん。ホルモン剤を使用しないため、小玉サイズ(約8個入り)でお届けの場合があります。ネオニコチノイド系農薬不使用。

**124** 低農薬 無化学肥料  
ヤマサ有機農園(徳島県) **ミディトマト**  
250g **345**円(税込) **373**円  
徳島県阿波市の楠正人さん。3月~6月無加温栽培。ネオニコチノイド系農薬不使用。

**125** アビオスファーム(宮崎県) **ピーマン**  
150g **285**円(税込) **308**円  
宮崎県小林市の田中良彦さん他。JAS許容農薬2種類(乙ポルドー、テルフィン顆粒水和剤)使用。

**126** 無農薬 無化学肥料  
微生物農法の会(茨城県) **長島さんのきゅうり**  
500g **300**円(税込) **324**円  
茨城県行方市の長島昌裕さん。

**180476** 無農薬 無化学肥料  
四万十生産グループ(高知県) **きゅうり(四葉)**  
2本 **198**円(税込) **214**円  
高知県四万十町の大石穂さん。

今年は寒暖の差が激しく、急な温度上昇が時々起こっています。その影響で、緑色であったところが赤くならず黄色くなってしまふものが例年より多いかもしれません。黄色い部分も「完熟の証」で味は変わりません。多少かたくなっていることもあるかもしれませんが、もし食べられないようでしたらご連絡ください。

**127** 畑人村(沖縄県) **オクラ**  
100g **345**円(税込) **373**円  
沖縄県糸満市の平良明弘さん他。同県中頭郡の小橋川ファーム、又は千葉県八街市のワイエス農業よりお届け。

**128** 滝本農場(北海道) **グリーンアスパラ**  
100g **340**円(税込) **367**円  
北海道余市郡赤井川村の滝本和彦さん。不揃い規格となります。農業・化学肥料不使用。

**130** 滝本農場(北海道) **パープルアスパラ**  
100g **490**円(税込) **529**円  
北海道余市郡赤井川村の滝本和彦さん。グリーンアスパラと比べ少し甘く、茹でるとグリーンになります。

**131** 無農薬 無化学肥料  
マザーアースクラブ(静岡県) **野ぶき**  
200g **180**円(税込) **194**円  
静岡県南伊豆町の石川憲一さん。

**132** 低農薬 無化学肥料  
おきたま興農舎(山形県) **おかひじき**  
80g **200**円(税込) **216**円  
山形県高島町の丹野庄吉さん、寺島一朗さん、渡部隆夫さん。自家採取(在来種)です。有機許容農薬BT剤(生物農薬)のみ使用予定。

**133** 自然農法上里生産組合(埼玉県) **枝豆**  
200g **475**円(税込) **513**円  
埼玉県児玉郡の福田靖さん他。

**134** 農民連奈良産直センター(奈良県) **チンゲン菜**  
200g **214**円(税込) **231**円  
奈良県宇陀市の石本淳史さん他。2~5株でお届けします。真冬には6株になることもあります。農業・化学肥料不使用。

**136** 無農薬 無化学肥料  
あすばら農園(伊勢原市) **小松菜**  
200g **180**円(税込) **194**円  
神奈川県伊勢原市の鈴木雅之さん。生育の悪い時は丈が短めのものをお届けすることがあります。

**137** 無農薬 無化学肥料  
ラウアイ(奈良県) **ラディッシュ**  
100g **200**円(税込) **216**円  
奈良県宇陀市の柏木英俊さん。

**143** 無農薬 無化学肥料  
燦々ファーム平島(奈良県) **サラダミックス**  
120g **350**円(税込) **378**円  
奈良県宇陀郡曾爾村の平島潔さん。5種類以上が入ります。グリーンオーク、レッドオーク、グリーンロメインレタス、レッドロメインレタス、ピングリーン、水菜、ルッコラ、グリーンマスタード、レッドマスタードなど

**138** 無農薬 無化学肥料  
タテノファーム(山梨県) **レタス**  
1個 **260**円(税込) **281**円  
山梨県北杜市の立野健さん。又は清水浩二さん。

**140** 無農薬 無化学肥料  
農民連奈良産直センター(奈良県) **水菜**  
200g **220**円(税込) **238**円  
奈良県宇陀市の石本淳史さん他。農業・化学肥料不使用。

**141** 無農薬 無化学肥料  
湘南森と農の研究会(神奈川県) **クレソン**  
50g **185**円(税込) **200**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。

**142** 無農薬 無化学肥料  
あすばら農園(伊勢原市) **ルッコラ**  
約60g **188**円(税込) **203**円  
神奈川県伊勢原市の鈴木雅之さん。

**144** 蔵 長岡物産(静岡県) **季節の野菜5品目サラダ**  
50g **285**円(税込) **308**円  
その時期の旬の国産有機栽培のキャベツ、大根、人参、紅芯大根又はピーズ、水菜など5種類を厳選。洗浄済み。

**146** 蔵 長岡物産(静岡県) **大根と人参(旬)の野菜食材カット**  
180g **375**円(税込) **405**円  
その時期の旬の国産有機栽培の大根と人参を厳選。サラダ、汁物、炒め物に便利な形にカット。洗浄済み。

**147** 蔵 無農薬 無化学肥料  
サラダコスモ(長野県、岐阜県) **豆苗**  
130g(2束入り) **130**円(税込) **140**円  
えんどう豆の新芽。炒めものやスープなどに。

**148** 蔵 無農薬 無化学肥料  
サラダコスモ(長野県、岐阜県) **ブロッコリーの芽**  
30g **128**円(税込) **138**円  
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。

### 大豆の豊富な栄養もいただけます♪



**149** 無農薬 無化学肥料  
サラダコスモ(長野県、岐阜県) / 豆  
子大豆もやし

200g **80円**(税込86円)

岐阜県中津川市のサラダコスモ。小粒大豆を使用した豆もやしです。

間違えてとどけられた小粒の大豆を試しに発芽させたことがきっかけで誕生しました。小粒納豆などに使われる小粒大豆が発芽したもので、栄養成分は大豆とほとんど同じです。韓国料理では普通サイズの豆もやしを使いますが、子大豆もやしを使うと3分ほどで時短調理が可能です。

### 柔らかい新ごぼうの季節です♪



**152** 無農薬 低化学肥料  
丸忠園芸組合(宮城県)  
新ごぼう

300g **345円**(税込373円)

宮城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。

### 冷や奴、焼き肉などと一緒に塩らっきょう



今季最終  
神奈川産

**153** 無農薬 低化学肥料  
秋澤マルミ農園(小田原市)  
らっきょう

1kg **800円**(税込864円)

神奈川小田原市の秋澤雅美さん。



**154** 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。



**155** 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)

800g **365円**(税込394円)

長崎県南有馬町の林田康一さん。ネオニコチノイド系農薬不使用。

### 赤い皮に黄色い果肉。ねっとりして煮崩れしにくいのにホクホク

皮が赤く果肉は黄色いため、その名がついています。肉質は粘質のイモで紅メークインとも呼ばれています。



神奈川産  
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)

**156** 500g **240円**(税込259円)

**180506** 小玉  
400g **198円**(税込214円)  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



**150** 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)

岐阜県中津川市のサラダコスモ。中国産有機緑豆使用。



**151** 蔵 無農薬 無化学肥料  
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。

### 暑さで食欲が落ちたら精がつく長いもを♪



**157** 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。

長芋の変色防止に  
おすすめの方法があります

- ・金属性のすりおろし器を使わない
- ・すりおろした長芋に、2~3滴の酢を加えて軽く混ぜる
- ・短冊切りをした長芋には、水1ℓに対し、大匙1の酢を入れた酢水に浸す
- ・冷蔵保存の時、切り口や皮をむいた所に、酢を塗りラップを巻く



無農薬 低化学肥料  
秋澤マルミ農園(小田原市)  
玉ねぎ

800g **198円**(税込214円)

**180592** 徳用  
1.5kg **350円**(税込378円)



**159** 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。



**160** 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)

神奈川小田原市の秋澤雅美さん。



**161** 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。

### かぼちゃの仲間 カロテンもたっぷり

神奈川産  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。※黄色か緑どちらかをお届けします。

**162** 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)



未成熟の実を食べるズッキーニはかぼちゃよりもカロリ-は低めです

### スタミナ料理に欠かせません!



**166** 蔵 無農薬 無化学肥料  
大地と自然の恵み(高知県)  
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。

**163** 無農薬 無化学肥料  
タテノファーム(山梨県)  
キャベツ

1玉 **300円**(税込324円)

山梨県北杜市の立野健さん。

**164** 低農薬 無化学肥料  
飯塚一実(茨城県)  
長ねぎ

400g **330円**(税込356円)

**165** 無農薬 無化学肥料  
おきたま興農舎(山形県)  
葉ねぎ

100g **240円**(税込259円)

### やまゆり生協と共に40年

#### フードネット(有)代表 新谷公男さん

弊社(フードネット)は2000年10月に設立し、「生産者と消費者を有機的につなぐ」をモットーに、農産物を中心に全国の、こだわりの農家と消費者をつなげる活動をおこなっております。会社は有限会社ですが、おこなっていることはNPO活動のようなものです。全国には「農業は得意で、良いものを作る自信はあるが、営業や販売は苦手だ」という生産者がおります。そして、もっとたくさんの安全な食べ物を求めている消費者もおります。そこを提携関係でつなげ、皆様にお届けするのが、フードネットの役目です。わたしも生協に長年勤めていた(やまゆり生協には13年)経験を活かし、消費者が何を望み、どのような対応をすればよいか生産者と話し合いながら、お互いが、信頼関係をつくり、長くお付き合いができるよう努めております。日本の2020年度の食料自給率はカロリーベースで37%です。小麦15%、果物38%、米97%、肉類53%(飼料自給率を考慮した値は7%)

一方、農業従事者は2015年から2020年の5年間で46万人減少し、152万人となっております。食糧難の時代がいつやってきてもおかしくない状況です。子供たちの未来のためにも、私たちは考えなくてはいけないことだと思います。今後とも、お付き合いよろしくお願いたします。

\*6月3回は四万十生産グループ(根しょうが、四葉きゅうり)、滝本農場(アスパラガス)の生産者と繋いでいただき、他にも長野県のさんさんファーム、熊本県の水の子会、山形県の稲泉農園、茨城県の山本昌宏さんが主な生産者です。



**170** 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)

神奈川中井町の大原好文さん。



**171** 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)

高知県四万十町の石塚さん他。

**172** 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。

**173** 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。

### 畑の美味しいところをお届けします



**174** 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!



**175** 無農薬 無化学肥料  
湘南森と農の研究会(神奈川)  
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  
**176** 蔵 無農薬  
舞茸  
100g **228円**(税込246円)  
北海道厚沢部町の渡田潤介さん。

**177** 蔵 無農薬  
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。

**178** 蔵 無農薬  
茶色えのき茸  
100g **138円**(税込149円)  
長野県安曇野市の宮沢高一さん。

**179** 蔵 無農薬  
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。

**181** 蔵 無農薬  
株とりなめこ  
150g **145円**(税込157円)  
長野県木島平村の浦山長治さん。

**182** 蔵 無農薬  
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橋沢春幸さん。

**183** 蔵 無農薬  
ブラウンマッシュルーム  
100g **228円**(税込246円)  
山形県舟形町の長澤光芳さん。

**184** 蔵 無農薬  
大粒丹波しめじ  
90g **208円**(税込225円)  
京都府京丹波町の犬島健一さん。

**185** 蔵 無農薬  
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・長野産。

**186** 蔵 無農薬  
ほくしたぶなしめじ  
150g **218円**(税込235円)  
長野県上伊那郡中川村の橋沢春幸さん。石突きがないのでそのまま料理にご利用いただけます。鍋物や汁物、卵とじなどで。

### 岩手の新鮮生うに

この時期限定の三陸を代表する海産物の一つ。“ウニの解禁日”の事を“ウニの口開け”と呼んでいます。この時期にしか食べることができない、三陸夏の風物詩「生ウニ」をぜひご賞味ください。  
丸友しまか 島香友一



旬の新鮮な生うにの  
舌触り、甘み、  
味のよさを  
味わってください。

**うにに**  
**うに軍艦に**

岩手県産ムラサキウニを生のまま、瓶詰めしてお届けします。※ミョウバン不使用。※火曜日コースの方は、出荷都合で消費期限が1日になります。

原材料/ムラサキウニ(岩手県) ◎2日  
丸友しまか  
**三陸の生うに**  
**187 大** 150g **4800円**(税込5184円)  
**188 小** 40g **1600円**(税込1728円)

### ヤマサ脇口水産×マストミ コラボ漬け丼!



原材料/キハダマグロ(和歌山県)、醤油、米発酵調味料、砂糖 ◎15日  
**189 凍** G不使用  
マストミ ◎5日以上/豆・麦・米  
**紀州勝浦産まぐろの漬け丼用**  
70g×2 **500円**(税込540円)  
紀州勝浦ヤマサ脇口水産が目利きしたキハダマグロをマストミがオリジナルの漬けタレで仕上げました。解凍してください。

### あっさりとしたクセのない味わい



原材料/まぐろ [キハダマグロ(太平洋)、菜種油] ◎15日  
**おまとめ 特価**  
G不使用  
マストミ ◎15日  
**キハダまぐろたたき身**  
**190** 40g×2 **315円**(税込340円)  
**191 徳用** 40g×4 **630円**(税込648円) **600円**(税込648円)  
あっさりとしたキハダまぐろを使用し、つぶつぶ感を残す製法で作りました。解凍後、丼や手巻き寿司などに。



**192 凍** ◎15日  
マストミ  
**めばちまぐろ切り落としとスライス**  
100g **480円**(税込518円)



**193 凍** ◎14日  
近藤水産  
**焼津メバチマグロ赤身冊**  
150g **780円**(税込842円)



**194 凍** ◎7日以上  
近藤水産  
**ピンチョウまぐろ切り落とし**  
200g **600円**(税込648円)



**195 凍** ◎90日以上  
マル井  
**おろし本わさび**  
5g×6袋 **378円**(税込408円)



原料高騰のため休止となります  
**199 凍** ◎10日以上  
長福丸水産  
**かつお刺身スライス**  
日本船が太平洋で一本釣りのカツオを刺身にスライスしました。解凍してください。



**197 凍** G調味料 ◎90日以上/麦・米  
千倉水産加工販売  
**しめさば**  
2枚(160g) **480円**(税込518円)

### 小鯛がたっぷり入った ほどよい酸味と甘さの酢の物

山口県産さだいを、わかめ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。



**198 凍** G調味料 ◎120日以上/米  
日本マリンフーズ  
**小鯛とわかめの甘酢漬け**  
100g **298円**(税込308円)



**203 凍** ◎2日  
丸友しまか  
**島香の鮮魚セット(冷蔵)**  
2~3種 **1680円**(税込1814円)



**202 凍** ◎15日以上  
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)



**200 凍** ◎30日以上  
千倉水産加工販売  
**いかそうめん**  
70g(2枚) **398円**(税込430円)



**201 凍** ◎30日以上  
千倉水産加工販売  
**岩手県産水たこのお刺身**  
8~9枚(65g) **398円**(税込430円)



**205 凍** G不使用 ◎60日以上  
ダイヤモンド  
**氷温塩秋鮭切身**  
3切(180g) **480円**(税込518円)



**206 凍** ◎180日  
東北トクスイ  
**徳用ロシア産紅鮭切身**  
10切(550g) **1630円**(税込1760円)



**207 凍** ◎30日  
鳴門魚類  
**天然ブリ切身**  
3切(210g) **630円**(税込680円)



**208 凍** ◎365日  
近藤水産  
**銀ダラ切身**  
3切(240g) **1300円**(税込1404円)

### 塩焼きやムニエルなどに

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。



**204 凍** ◎15日以上  
鳴門魚類  
**天然銀毛鮭「雄宝」切身**  
3切(210g) **570円**(税込616円)



**210 凍** ◎30日  
鳴門魚類  
**サバフィーレ(無塩)**  
2枚(200g) **380円**(税込410円)



**211 凍** ◎30日以上  
千倉水産加工販売  
**さんま三枚おろし**  
5~7枚(120g) **398円**(税込430円)



**212 凍** ◎30日以上/卵・米・え  
高橋徳治商店  
**えびしんじょすりみ**  
150g **430円**(税込464円)



**213 凍** G調味料 ◎120日/豆・麦  
大新  
**いわしごぼうつみれ**  
180g **340円**(税込367円)

### 調理しやすく、どんなソースにもマッチします

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。



原材料/メカジキ(太平洋、インド洋) ◎15日以上  
近藤水産  
**メカジキ端切**  
300g **648円**(税込700円)



**215 凍** ◎30日  
鳴門魚類  
**天然真アジ天日干**  
4尾(約280g) **550円**(税込594円)



**216 凍** ◎15日以上  
伊豆中  
**真あじひもの(小)**  
4枚(140g) **368円**(税込397円)



**217 凍** ◎30日以上  
乙浜シーフーズ  
**国産さば一夜干し**  
3枚(240g) **398円**(税込430円)



**218 凍** ◎10日以上  
伊豆中  
**タチウオの干物**  
2切(約120g) **398円**(税込430円)

### 金目鯛の旨みを引き出した干物です



**214 凍** ◎15日以上  
伊豆中  
**金目鯛開き**  
1枚 通常本体(約200g) **680円**(税込734円)



**219 凍** ◎90日  
能本水産  
**開き真ほっけ**  
1尾(250g) **740円**(税込799円)



**220 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)



**221 凍** G不使用 ◎30日以上/豆・麦・米  
伊豆中  
**骨取りさば味醂干し**  
8切(120g) **458円**(税込495円)



**222 凍** G調味料 ◎90日以上/豆・麦・米  
ダイヤモンド  
**赤魚のみりん干し**  
2枚(140g) **500円**(税込540円)



赤魚を甘口のみりん醤油に漬けて干しました。解凍後、焼いてください。

### 山米鮮魚：山陰浜坂の旨い魚

こだわりの西京味噌に漬けた  
料亭の味



原材料／さわら(兵庫県浜坂港)、味噌、清酒、みりん、食塩  
**223** 凍 G不使用  
山米鮮魚 ◎30日以上/豆・米  
**山米 さわら西京漬**  
2切(120g) **630**円(税込680円)  
兵庫県浜坂港水揚げの寒サワラを鮮魚で切身加工。特製西京味噌に漬け込みました。味噌を落として焼いてください。

調味料を厳選し  
絶妙な漬け加減で仕上げています



原材料／ほたるいか(兵庫県浜坂)、醤油、清酒、みりん  
**224** 凍 G不使用  
山米鮮魚 ◎90日/豆・麦・米  
**山米 ほたるいかの沖漬け**  
100g **368**円(税込397円)  
兵庫県浜坂港に水揚げされた新鮮なほたるいかを、厳選調味料で3日間漬け込みました。



6月4日  
**225** 凍  
山米鮮魚 ◎90日  
**山米 浜坂の赤いか刺身用**  
100g **450**円(税込486円)  
兵庫県浜坂港に水揚げされた赤いかにを柵取りしました。解凍後、刺身や焼物などに。



6月4日  
**226** 凍  
山米鮮魚 ◎90日  
**山米 天然刻みめかぶ**  
50g×2 **298**円(税込322円)  
山陰浜坂産の天然めかぶをボイルしてから刻みました。解凍後、そのままお使いください。

さんまの旨みを引き出し  
香ばしく焼き上がります



原材料／サンマ(北海道)、米ぬか、食塩  
**227** 凍  
伊豆中 ◎45日以上/米  
**糠さんま**  
2本(240g) **398**円(税込430円)  
北海道産の脂がのった大サイズのさんまを糠に漬け込みました。解凍後、糠を落としてから焼いてください。

香り高い甘口の醤油と魚の旨み  
がしっとりとなじんでいます



原材料／シルバー(ニュージーランド、チリ、アルゼンチン)、醤油、砂糖、水飴、みりん、食塩  
**228** 凍 G不使用  
ダイマツ ◎90日以上/豆・麦・米  
**シルバーしょうゆ漬**  
220g(4切) **450**円(税込486円)  
南太平洋沖で漁獲されたシルバーを調味液でまるやかな味に仕上げました。解凍後、焼いてください。



**229** 凍  
ダイマツ ◎90日以上  
**氷温造りたらこ(切り)**  
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。



**230** 凍 G不使用  
ダイマツ ◎90日以上  
**氷温熟成辛子明太子(切り)**  
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。



**231** 凍  
東北トクスイ ◎180日以上/え  
**天然むきえび(特大)**  
160g **540**円(税込583円)  
ミャンマー産特大サイズの天然むきえびをむき身加工し、使いやすいバラ凍結しました。解凍してからお料理に。



**232** 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。

いろいろな料理に使いやすい下処理済です

国産するめいかを下処理しました。解凍後、煮物や焼き物などに。



原材料／するめいか(国産)  
**233** 凍  
千倉水産加工販売(丸一水産) ◎90日以上  
**調理用するめいか**  
200g **398**円(税込430円)



**234** 凍  
カネキ水産 ◎365日/え  
**エビ・ホタテ・タコミックス**  
180g **428**円(税込462円)  
ミャンマー産天然ムキエビ、ベトナム産タコ、青森県産ホタテ貝をバラ凍結してあります。バスタ、かき揚げなどに。



**235** 凍  
塩屋 ◎15日以上  
**国内産冷凍あさり**  
200g **378**円(税込408円)  
愛知県、北海道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。



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



**237** 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。

ソフトな食感と程よい塩味

良質な瀬戸内海音戸産片口いわし使用。水揚げ後、すぐに加工しました。



原材料／片口いわし(国内産)  
**238** 凍  
明星産業(ハヤシ食品工業) ◎45日以上  
**安芸灘 音戸ちりめん**  
40g **430**円(税込464円)

### 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



原材料／しらす(駿河湾)、食塩  
**239** 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。

用宗しらすを直火釜でじっくり仕上げました



原材料／しらす(駿河湾)、食塩  
**240** 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)  
**241** 凍  
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。



**242** 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 **2800**円(税込3024円)  
(タレ付)  
鹿児島県の提携養殖池のうなぎを使用し、関東風にふくらと焼き上げました。温めてください。



**243** 凍 G不使用  
鳴門魚類 ◎15日以上/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。

少し甘めの味付け  
おかずにも酒の肴にも



原材料／調味料(醸造酢、砂糖、ぶどう糖、果糖液糖、還元水あめ、食塩、昆布エキス、鰹だし、マアジ(山陰)、玉ねぎ、米油、澱粉、人参、香辛料)  
**244** 凍 G調味料  
ダイマツ ◎90日以上/米  
**あじの南蛮漬け**  
220g **330**円(税込356円)  
山陰産あじを米油で揚げ、玉ねぎ、人参と一緒に甘酢に漬け込み氷温熟成しました。解凍してください。

かつお節とおおさの風味が  
抜群です



原材料／さんま(国産)、小麦粉、しょう油、みりん、かつお削り節(国産)、砂糖、あおさ(国産)  
**245** 凍 G調味料  
千倉水産加工販売 ◎90日以上/豆・麦・米  
**さんまとおおさのおかか焼き**  
10~14個(140g) **398**円(税込430円)  
さんまに照焼風の下味を付け、かつお節とおおさを混ぜた小麦粉で衣付けしました。冷凍のまま、焼いてください。[GMO飼料不分別]

サクッと香ばしく、身質は上品でケセのない味わい



原材料／キビナゴ(熊本県天草)、食塩、澱粉  
**246** 凍 G調味料  
やまた水産食品 ◎180日以上  
**きびなご唐揚げ**  
180g **310**円(税込335円)  
熊本県天草産のきびなごに粉を付けました。冷凍のまま、油で揚げてください。

フライパンでサクッと簡単  
おかずやお弁当の一品に



原材料／マアジ(山口県)、衣(パン粉、小麦粉)、食塩  
**247** 凍  
日本マリンフーズ ◎90日以上/麦・米  
**瀬付きあじのサクサクフライ**  
180g **398**円(税込430円)  
山口県産の瀬付きあじを使い、パン粉を付けました。冷凍のまま、油で揚げてください。

### 川崎北部水産加工



皮目をカリッと焼くのが  
美味しく食べるコツです  
**248** 凍  
川崎北部水産加工 ◎90日  
**いさぎ三枚おろし**  
2枚(約140g) **600**円(税込648円)  
主に山口、九州で漁獲したいさぎを鮮魚から三枚におろしました。解凍後、ムニエルや塩焼きなどに。

### 新鮮だから身がふくらジュシー さらに衣はサクサク



6月4日  
原材料／マイワシ(国内産)、生パン粉(小麦粉(北海道)、粗糖、有機食用パーム油、パン酵母、食塩)、鶏卵、小麦粉  
**249** 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 ◎30日以上/卵・麦  
**生から造った真いわしフライ**  
4~6枚(160g) **540**円(税込583円)  
国内産真いわしを鮮魚から三枚におろし、生パン粉の衣を付けました。[卵GMO飼料不分別]



6月4日  
**250** 凍  
川崎北部水産加工 ◎60日/米  
**手造りしめ鯖**  
1枚(約130g) **580**円(税込626円)  
九州、相模湾産の鮮度が良く脂がのっているサバを米酢で軽くしめました。解凍後、お刺身に。※中骨を抜いていません。



6月4日  
**251** 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 ◎45日以上/豆・麦・米  
**にしん甘露煮**  
2枚 **570**円(税込616円)  
ロシア・アメリカ産のニシンを、骨まで柔らかく煮つけました。解凍して、そのままお召し上がりください。



**担当者おすすめ レシピ**

材料(1~2人分)

千野さんの豚バラスライス 100g  
 にんにく 2片  
 ラーメン用玉子麺(スープなし) 120g×2  
 生協だし 1パック  
 長ねぎ 1/4本  
 産直卵 2個

[A]  
 醤油 80ml  
 酒 70ml  
 みりん 10ml  
 砂糖 小2

作り方

- ①Aを混ぜ合わせ、豚バラは一口サイズに切り、長ねぎ、にんにくは刻んでおく。
- ②鍋に植物油(分量外)をひいてにんにくを炒め、香りがたったら豚バラ肉を焼く。
- ③少し火が通ったらAを入れて沸騰させ、味がしみ込むまで煮詰める。
- ④肉とフライパンに残ったタレをそれぞれ別の器にとっておく。
- ⑤水200ml(分量外)を沸騰させ、だしパックを入れて5分以上煮詰める。
- ⑥⑤の間に別の鍋で湯を沸かし、ラーメンをゆでる(2分強)。
- ⑦どんぶりにタレと⑥のスープをいれたら、麺を入れ、豚バラ、ねぎ、生卵をのせて完成。(半熟や柔らかめのゆで卵で、生卵が苦手な方でもおいしく召しあがれます)

甘辛く味付けした豚バラ肉と卵のトッピングがマッチする、茶系スープの徳島ラーメンをイメージしました。すき焼きのような味わいとよく言われ、徳島ではテーブル上の籠に盛られた卵を、自由に使えるお店もあります。お試しください。

千野さんの豚肉(山梨県)

**252 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚ロース薄切り 200g **605円**(税込) **653円**

**253 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚ロース厚切り(スジ切) 2枚(200g) **600円**(税込) **648円**

ほどよい脂とキメが細かいのが特徴です。煮物や焼き肉などに。3~4mm厚。

丹沢高原豚(神奈川県愛川町)

**262 蔵** 丹沢農場 ◎4日  
丹沢豚ロースしゃぶ 200g **537円**(税込) **580円**

**263 蔵** 丹沢農場 ◎4日  
丹沢豚バラスライス 200g **449円**(税込) **485円**

やわらかく、旨味のあるロース肉です。ロールカツにも。

コクのあるバラ肉です。野菜炒めなどに。

**254 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚肩ロース薄切り 200g **580円**(税込) **626円**

**255 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚肩ロースしゃぶしゃぶ用 200g **590円**(税込) **575円** **621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** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚肩ロースしゃぶしゃぶ用 200g **590円**(税込) **575円** **621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。

**264 蔵** 丹沢農場 ◎4日  
丹沢豚ヒレブロック 400g(2本) **1300円**(税込) **1404円**

**265 蔵** 丹沢農場 ◎4日  
丹沢豚角切り 200g **368円**(税込) **397円**

豚1頭からわずかしか取れない貴重な部位です。

モモ肉、ウデ肉をメインに約3cm角にカットしました。カレーやシチューなどに。

**256 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
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。

**豚肉と枝豆の炒め物**

**257 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
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。

**258 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚バラスライス 200g **440円**(税込) **475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。

**266 凍** 丹沢農場 ◎180日  
丹沢豚ネック(トントロ)焼肉用 200g **493円**(税込) **470円** **508円**

**267 蔵** 丹沢農場 ◎4日  
丹沢豚挽き肉 200g **348円**(税込) **376円**

赤身(うて、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。

**259 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚肩切落し 200g **455円**(税込) **440円** **475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。

**260 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
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。

**261 凍** 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
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。

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

**274 凍** 秋川牧園 ◎180日  
秋川若鶏もも肉徳用 500g **915円**(税込) **988円**

**275 凍** 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)

**268 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。

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

**276 凍** 秋川牧園 ◎180日  
秋川若鶏むね肉切り身(バラ凍結) 500g **830円**(税込) **896円**

ムネ肉を唐揚げサイズの大きさにカットしました。

**277 凍** 秋川牧園 ◎180日  
秋川若鶏ささみ(バラ凍結) 250g **550円**(税込) **594円**

脂が少なく、柔らかく淡泊です。サラダや和え物などに。

**270 凍** 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。

**271 凍** 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。

**272 凍** 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。そぼろやつつくねなどに。

**278 凍** 秋川牧園 ◎120日  
秋川若鶏きも 150g **298円**(税込) **322円**

ビタミン、鉄分を豊富に含んだ部位です。甘露煮、レバー炒めなどに。

**279 凍** 秋川牧園 ◎180日  
秋川若鶏ミンチ(バラ凍結) 500g **798円**(税込) **760円** **821円**

モモ肉、ムネ肉、ササミをミンチにしました。

**280 凍** 秋川牧園 ◎90日  
秋川若鶏ガラ 500g **398円**(税込) **430円**

秋川若鶏の鶏骨です。

瑞穂牛(茨城県・栃木県)

**281 蔵** 瑞穂農場 ◎4日  
国産みずほ牛特選カルビー焼肉用 180g **1370円**(税込) **1480円**

肉質の優れた部位で、最もキメが細かく柔らかい部位を使用。5mm厚

**282 凍** 丹沢農場 ◎30日以上  
国産みずほ牛スジ 150g **350円**(税込) **300円** **324円**

牛の前腹の皮と脂身の間に赤い部位です。煮込みやポイルなどに。

**286 凍** 知床興農ファーム ◎30日以上  
国産熟成牛サーロインステーキ用 300g **2355円**(税込) **2543円**

豊かな風味が特徴のサーロインステーキです。

**287 凍** 知床興農ファーム ◎30日以上  
国産熟成牛しゃぶしゃぶ用 200g **1080円**(税込) **1166円**

モモ肉またはバラ肉が入ります。

**283 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。

**284 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。

**285 凍** 瑞穂農場 ◎60日以上  
国産みずほ合挽肉 200g **550円**(税込) **594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。

**288 凍** 知床興農ファーム ◎30日以上  
国産熟成牛切り落とし 250g **1150円**(税込) **1120円** **1210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。

**289 凍** 知床興農ファーム ◎30日以上  
国産熟成牛挽肉 250g **925円**(税込) **999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。

**290 凍** 知床興農ファーム ◎30日以上  
国産牛豚合挽肉 250g **825円**(税込) **891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。



**291** **蔵**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7日  
丹沢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、シンプルながら調味料で旨みを引き出しました。〔GMO飼料不使用〕



**292** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑧3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〕



**293** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑧3日以上  
無添加ボニレスハムスライス  
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〕

**見た目は不揃いでも品質はそのままでお得**  
規格外品(長さや太さが違うもの・色がまだらなもの)を3種類セットにしたお買い得品です。※種類は選べません。

**295** **凍** **G不使用**  
丹沢農場 **蔵** ⑨210日/豆・麦  
ウイナー規格外品セット  
3種(200g) **420円** (税込 454円)  
内容/ポークウイナー、粗挽きウイナー、皮なしポークウイナー、皮なしペビーウイナー、皮なし和風ミニウイナー、ドックソーセージ、皮なしノンスパイスウイナー、ミニフランク、和風ソーセージのいずれか3種

**296** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑧3日以上  
無添加ウイナーソーセージ  
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〕

**焼くだけ簡単!**  
**スパイシーなポークステーキ**

原材料/豚ロース肉(神奈川 県愛川町)、パン粉、香辛料、食塩

**294** **凍**  
丹沢農場 **蔵** ⑨180日/麦  
丹沢豚ロースステーキ香味焼用  
80g×2 **530円** (税込 572円)  
丹沢高原豚のロース肉に、桜井食品のパン粉、9種類のスパイスをブレンドした衣を付けました。〔GMO飼料不使用〕

**いろいろ使えるから**  
**嬉しいお徳用!**

**128** **蔵**  
グリーンアスパラ

原材料/豚バラ肉(国産)、食塩、三温糖

**301** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑧3日以上  
無添加ベーコンスライス徳用  
240g(11~12枚) **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〕

**297** **蔵**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7日  
ポークウイナー  
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〕

**298** **蔵**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7日  
皮なしノンスパイスウイナー  
160g **378円** (税込 408円)  
香辛料を使わずに仕上げた皮なしのウイナーです。〔GMO飼料不使用〕

**299** **凍**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑨14日以上  
レーゲンスヴルガー  
100g **540円** (税込 583円)  
南ドイツの古都レーゲンスブルグで食べられている味を再現したソーセージです。解凍後、焼いてください。〔GMO飼料不使用〕

**300** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑧3日以上  
無添加バストラミポーク  
120g **645円** (税込 697円)  
山梨県千野ファームの豚もも肉、沖縄の塩(シママス)、三温糖、パセリ、香辛料を使用。長期低温熟成、桜木直火式スモーク。〔GMO飼料不使用〕

**302** **蔵**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7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、塩漬後にスモークしました。〔GMO飼料不使用〕

**303** **蔵** **G不使用**  
ハム工房ジロー **蔵** ⑨3日以上/豆・麦  
無添加焼豚ブロック徳用  
240g **1200円** (税込 1296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〕

**304** **凍**  
高橋(千野ファーム) **蔵** ⑩30日以上/米  
千野さんの豚小間塩麹漬  
通常本体 100g×3 **650円** (税込 686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〕

**305** **蔵** **G不使用**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7日/豆・麦・米・落  
丹沢ロース豚漬け  
200g **560円** (税込 605円)  
豚ロース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〕

**306** **凍**  
丹沢農場 **蔵** ⑩180日/卵・乳・麦  
丹沢ハンバーグ(ミニ)  
30g×6個 **350円** (税込 378円)  
お弁当サイズのハンバーグです。冷凍のまま焼いてください。〔牛・豚GMO飼料不使用〕〔乳製品・卵GMO飼料不分別〕

**ふっくら柔らかく、ジューシーです**  
興農ファームの牛豚ミンチ、北海道産有機玉ねぎ、秋川牧園の卵、国産パン粉を使用。解凍後、焼いてください。〔牛・豚・卵GMO飼料不使用〕

**307** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **蔵** ⑩180日/卵・麦  
興農手作り生ハンバーグ  
100g×2 **665円** (税込 718円)

**お弁当にピッタリなミニサイズ**  
興農ファームの牛豚ミンチ他、厳選した原材料を使用。解凍後、焼いてください。〔GMO飼料不使用〕

**308** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **蔵** ⑩180日/卵・麦  
興農手作りミニハンバーグ  
35g×5 **693円** (税込 748円)

**秋川牧園のお惣菜**  
**ハーブとチーズの香りにサクサクの衣**  
**311** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **蔵** ⑨9ヶ月/卵・乳・麦  
ささみハーブカツ  
200g **425円** (税込 443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〕

**312** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **蔵** ⑨90日以上/乳・米  
骨付きタンドリーチキン  
500g **685円** (税込 740円)  
秋川若鶏の手羽元を秋川プレーンヨーグルトをベースとしたタレに漬け込みました。解凍後、焼いてください。〔GMO飼料不使用〕

**313** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **蔵** ⑩120日以上/卵・豆・麦・米  
秋川牧園ミートボール  
100g **198円** (税込 214円)  
秋川牧園の鶏肉を使ったミートボールに、自家製タレをたっぷり絡めました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

**314** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **蔵** ⑨9ヶ月/卵・豆・麦・米  
お徳用からあげ  
400g **870円** (税込 940円)  
秋川若鶏のムネ肉を使い、外は香ばしく、内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〕

**興農ファームの産直惣菜**  
**しっかりとお肉が詰まったボリュームのメンチ**  
熟成牛と興農豚のミンチ、無農薬のじゃがいも、玉ねぎを使用。〔牛・豚・卵GMO飼料不使用〕〔乳製品GMO飼料不分別〕

**309** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **蔵** ⑩180日/卵・乳・麦  
興農メンチカツ  
2個(200g) **695円** (税込 751円)

**ホクホクとした食感に牛肉の旨みがいっぱい!**  
熟成牛ミンチとじゃがいも、玉ねぎを使用。冷凍のまま揚げてください。〔牛GMO飼料不使用〕〔卵GMO飼料不分別〕

**310** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **蔵** ⑨90日以上/卵・麦  
興農ビーフコロケ  
2個(160g) **465円** (税込 502円)

**厳選素材を使ったマストミのお惣菜**  
**厳選調味料を使った本格中華!**  
**315** **凍** **G不使用**  
マストミ **蔵** ⑩30日以上/卵・豆・麦・米  
野菜で仕上げる回鍋肉  
110g **378円** (税込 408円)  
野菜(キャベツ等)を加えて調理する、肉入り特製回鍋肉の素。コチュジャンや天然醸造味噌使用。〔GMO飼料不分別〕

**お弁当にもぴったりなサイズ**  
**316** **凍** **G不使用**  
マストミ **蔵** ⑩30日以上/卵・乳・豆・麦・米  
鳴門金時芋のお弁当コロケ  
120g(5個) **398円** (税込 430円)  
鳴門金時芋のホクホクもっちりとした食感と上品な甘みに濃厚な生クリームを加えました。〔GMO飼料不使用〕

**317** **凍** **G不使用**  
マストミ **蔵** ⑩90日/卵・豆・麦・米  
神山鶏の塩麹竜田  
150g **378円** (税込 408円)  
徳島県の銘柄鶏「神山鶏」を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〕

**318** **凍** **G不使用**  
マストミ **蔵** ⑩60日/卵・麦・米・え  
天然エビのチリソース  
130g **385円** (税込 416円)  
天然エビに鶏ガラスープやチウワンなどのチリソースを絡めました。〔GMO飼料不使用〕

**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**  
**グリーンカレーペーストの特有の香りと辛味**  
原材料/ココナッツミルク、鶏肉(国産)、グリーンカレーペースト(唐辛子、にんにく、レモングラス、赤玉ねぎ、食塩、ガランガー、カフィアライムの皮、シュリンブペースト)、ふくろ芋水素、こめ油、魚醤、砂糖、ばれいしょでん粉、小麦粉、レモングラス、香辛料

**319** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **蔵** ⑩360日以上/麦・米・え  
アジア薫るグリーンカレー  
320g(160g×2) **648円** (税込 700円)  
刺激的なスパイスの辛さと、ココナッツミルクのまろやかな風味、ハーブのさわやかな香りのカレー。〔鶏GMO飼料不分別〕

**タイの屋台で大人気の定番ガバオライス**  
甘辛く味付けした鶏肉とパジルの爽やかな香りが食欲をそそり、ご飯がすすむ一品です。〔GMO飼料不分別〕

**320** **凍** **G不使用**  
カラミノフーズ **蔵** ⑩180日以上/豆・米  
アジア薫るガバオ丼  
200g(100g×2) **430円** (税込 464円)

**322** **G調味料**  
カラミノフーズ **蔵** ⑩365日以上/乳・麦  
コクと旨みのビーフシチュー  
150g **420円** (税込 454円)  
国産産を柔らかく仕上げ、じゃがいもとにんじんの食感を出しました。袋のまま、温めてください。〔GMO飼料不分別〕

**323** **G調味料**  
カラミノフーズ **蔵** ⑩365日以上  
鶏もも肉のトマトソース煮  
110g **398円** (税込 430円)  
鶏肉ににんにくとハーブをきかせた濃厚なトマトソースで味付けをしました。袋のまま、温めてください。〔GMO飼料不分別〕

**324** **G調味料**  
カラミノフーズ **蔵** ⑩273日以上/乳・麦  
鶏もも肉と3種野菜のクリームシチュー  
150g **398円** (税込 430円)  
鶏肉に、ソースと一緒に炊き込んで柔らかく仕上げたにんじん、じゃがいもで仕上げました。袋のまま、温めてください。〔GMO飼料不分別〕

タレなしでも美味しい  
梅酢を使った夏にぴったりの餃子



原材料/具[キャベツ、豚肉、玉ねぎ、豚脂、にら、大豆たんぱく、しそ、パン粉、ポークエキス、ごま油、砂糖、食塩、昆布パウダー、にんにく、生姜、イーストエキスパウダー、こしょう]、皮[小麦粉、梅酢、食塩]

**325** 凍 G不使用  
ニッコー ◎180日以上/豆・麦・米  
しそ入りさっぱり餃子  
10個(180g) **380**円(税込)  
410円

具には大葉を加え、皮には梅酢を練りこみ、さっぱりとした餃子に仕上げました。冷凍のまま、焼いてください。〔GMO飼料不分別〕

歯触りがよく  
具たくさん寄せ揚げです



原材料/野菜[れんこん、玉ねぎ、枝豆、生姜]、魚肉[鱈のすり身]、エビ、馬鈴薯澱粉、小麦粉、豚脂、食塩、醤油、発酵調味料、砂糖、酢、こしょう、重曹、菜種油

**326** 凍 G不使用  
ニッコー ◎365日/豆・麦・米・え  
れんこんとえびの寄せ揚げ  
6個(120g) **420**円(税込)  
454円

シャキッとした蓮根と旨みたっぷりの魚のすり身、えびを寄せ揚げにしました。温めてください。〔GMO飼料不分別〕



**327** 凍 G不使用  
大進食品(新サカイヤフーズ) ◎365日/豆・麦  
A mom 学校帰りのコロケ  
60g×5個 **380**円(税込)  
410円

北海道八雲産の男爵芋の旨味をいかし、お母さんの手作りコロケに近づけました。冷凍のまま、揚げてください。〔GMO飼料不分別〕



**328** 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

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。温めるか自然解凍で。〔GMO飼料不分別〕



**329** 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

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飼料不分別〕



**330** 凍 G不使用  
カインズ(岡田食品) ◎365日/豆・麦・米  
ファミリーシューマイ  
20g×30個 **610**円(税込)  
659円

国産豚肉・鶏肉と国産野菜を使ったシューマイがたっぷり30個入り。温めてください。〔GMO飼料不分別〕



酢飯に混ぜるだけでできあがり  
白飯に混ぜてもおいしくいただけます

ごぼうやれんこんなどの野菜や鶏肉、油揚げを濃縮した鰹だしで味付けしました。〔GMO飼料不分別〕

**331** 凍 G不使用  
ニッコー ◎365日/豆・麦・米  
五目寿しの素  
200g(2合用) **430**円(税込)  
464円

原材料/野菜[にんじん、竹の子、椎茸、れんこん、ごぼう]、魚スープ[カツオ、サバ]、発酵調味料、油揚げ、醤油、鶏肉、砂糖、食塩



**332** 凍 G不使用  
桜井食品 ◎9ヶ月以上/豆・麦・米・落  
ベジタリアンのための野菜カレー  
200g **290**円(税込)  
313円

国内産の野菜をたっぷり使用して作ったレトルトカレーです。動物性原料不使用で酸味と深みのある味に仕上げました。



**333** 凍 G不使用  
大進食品(香掛冷食) ◎180日/乳・麦  
A mom 北海サーモンたっぷりグラタン  
170g×2 **630**円(税込)  
680円

オーガニックペンネマカロニとホワイトソースに、鮭とたっぷりのチーズをのせました。温めてください。〔GMO飼料不分別〕



**334** 凍 G調味料  
美雷 ◎180日/卵・麦  
関西風お好み焼き  
2枚(320g) **498**円(税込)  
538円

国産小麦粉のミックス粉にキャベツ、卵、豚肉、天玉を加え、鰹だしをきかせました。〔豚、卵GMO飼料不分別〕



**335** 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 **398**円(税込)  
430円

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〕

冷凍野菜



**336** 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

北海道産のトウモロコシをうらごしして冷凍しました。コーンスープなどに。



**337** 凍 G不使用  
フルーツバスケット ◎6ヶ月以上  
冷凍ミックスベジタブル  
200g **315**円(税込)  
340円

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。



**340** 凍  
安田製麺所 ◎365日/麦  
冷凍さぬきうどん  
200g×3 **360**円(税込)  
389円

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。



**341** 蔵  
金子製麺 ◎7日以上/麦  
生うどん太麺  
130g×2 **200**円(税込)  
216円

国産小麦農林61号自家製粉100%使用の、昔ながらのクオクのある麺です。



**342** 凍  
山本食品 ◎180日以上/麦・そば  
生冷長野県産八割そば  
130g×2 **500**円(税込)  
540円

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。



**343** 蔵 G不使用  
金子製麺 ◎7日以上/豆・麦  
日本の中華麺 醤油  
120g×2 **310**円(税込)  
335円

国産小麦粉100%、モンゴル天然かん水使用、無添加スープ付きです。



**338** 凍 G不使用  
イースタンフーズ ◎90日以上  
インカのめざめ(冷凍)  
200g **398**円(税込)  
430円

北海道産じゃがいもの希少品種「インカのめざめ」を低温熱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。



**339** 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

宮崎県小海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。



**344** 蔵 G不使用  
亀製麺 ◎9日/卵・豆・麦・米  
冷やし中華黒酢味  
120g×2 **475**円(税込)  
513円

国産小麦粉、天然かんすい、平飼卵を使った麺に、黒酢を使ったタレを添付しました。〔GMO飼料不分別〕



**345** 蔵 G不使用  
亀製麺 ◎9日/卵・豆・麦  
冷やし中華ごま味  
120g×2 **475**円(税込)  
513円

国産小麦粉、天然かんすい、平飼卵を使った麺に、ねりごまを使ったタレを添付しました。〔GMO飼料不分別〕



**346** 蔵 G不使用  
金子製麺 ◎7日以上/卵・麦  
ラーメン用玉子麺(スープなし)  
120g×2 **208**円(税込)  
225円

長野県産シラネ地粉に産直たまごを練り込んだ麺です。お好みのスープでお楽しみください。〔GMO飼料不分別〕



**347** 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

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。



**348** 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

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。



**349** 蔵  
金子製麺 ◎7日以上/麦  
地粉 ワンタンの皮  
20枚 **180**円(税込)  
194円

国産小麦農林61号自家製粉100%、モンゴルかん水、天日塩を使用した昔ながらのクオクのある皮です。



**354** 蔵 G不使用  
ムソー(つの農産) ◎3ヶ月以上/豆・麦・米  
ムソーの福神漬  
100g **238**円(税込)  
257円

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。



**355** 蔵 G不使用  
創健社 ◎90日以上/米  
砂丘らっきょう甘酢漬  
110g **420**円(税込)  
454円

収穫された「らっきょう」を純米醸造酢と酵母液で味付けしました。天然酵母液を入れていますので、味・風味・食感が良くなっています。



**356** 蔵  
しらたかノラの会 ◎60日  
ノラの会の梅干  
100g **328**円(税込)  
354円

農業や化学肥料を使わずに栽培した梅を、10%の塩で漬け込み、無農薬で栽培した赤シソを使用しました。



**357** 蔵  
しらたかノラの会 ◎30日以上  
ノラの会の練り梅  
80g **298**円(税込)  
322円

農業不使用栽培の梅を使ったノラの会の梅干で作りしました。料理や梅醬番茶などに。



ほのかな甘み、なめらかな舌触りの昔ながらの  
ごま豆腐をどうぞ

あっさりとした白ごまの風味豊かなおいしさとお腹のよいもちもちとした食感のごま豆腐です。

**358** 蔵  
聖食品 ◎45日以上  
高野山ごま豆腐・カップ  
120g **150**円(税込)  
162円

原材料/ごま、甘藷でん粉、葛でん粉

愛知県 漬物本舗 道長

すっきりとした甘さに  
昆布の風味



原材料/大根、米酢、みりん、白たまり、粗糖、昆布、塩

**350** 蔵  
道長 ◎30日/麦・米  
千枚だいこん  
150g **320**円(税込)  
346円

薄切りにした大根を昆布の風味豊かに甘酢漬けにしました。見た目もきれいな飽きのこない漬物です。

寒干しとぬか漬の風味  
を生かした甘口たくあん



原材料/大根(愛知県)、粗糖、米酢、みりん、食塩、米ぬか(愛知県)

**351** 蔵  
道長 ◎90日/米  
寒干したくあん  
通常本体 **350**円(税込)  
328円(税込)  
354円

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沢庵です。

価格改定しました

**352** 蔵 G不使用  
道長 ◎15日  
ヨーグルトのともだち  
150g **365**円(税込)  
394円

愛知県豊橋市の生竹勇さんのアロエベラを使用。新鮮なうちにシロップ漬けにしました。ヨーグルトに混ぜてください。

**353** 蔵  
道長 ◎45日以上  
紅しょうが  
40g **370**円(税込)  
400円

広島県神石高原産の生姜を赤梅酢で漬け込みました。焼きそばやお好み焼きなどに。



**359** 蔵 G調味料  
仁徳 ◎10日以上/豆・麦  
甘口昆布(佃煮)  
80g **230**円(税込)  
248円

北海道産昆布を醤油と砂糖だけで、じっくり時間をかけて炊き上げた、昆布の旨みいっぱいの佃煮です。



**360** 蔵 G調味料  
仁徳 ◎30日/豆・麦  
茶漬昆布(佃煮)  
80g **270**円(税込)  
292円

北海道日高産の昆布と静岡県焼津産のかつお節を合わせ、いりごまを混合し辛口に仕上げました。



**361** 蔵 G不使用  
仁徳 ◎30日/豆・麦  
黄金でんぷ(佃煮)  
45g **187**円(税込)  
202円

スケソウダラを生から特殊加工し、タラ本来の旨みと醤油の香りを引き出し辛口に仕上げました。



**362** 蔵  
関商店 ◎9日以上  
北海道産塩赤えんどう豆  
120g **185**円(税込)  
200円

貴重な北海道産赤えんどう豆を柔らかく茹でにしました。そのままでも、サラダやスイーツなどにも。



**363** 蔵  
関商店 ◎45日以上  
北海金時豆(煮豆)  
140g **260**円(税込)  
281円

北海道産大正金時豆を粗糖と塩でじっくり煮込んだ、豆の風味が残る昔懐かしい味です。



**364** 蔵  
関商店 ◎45日以上  
北海紫花豆(煮豆)  
125g **260**円(税込)  
281円

昔ながらの小釜で粗糖と塩でじっくり煮込んだ、コクのあるしっかりとした、豆の風味が残る昔懐かしい味です。

6種類のおでんが楽しめます

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〕

365 調味料 G不使用 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

板わさやうどんなど気軽に使える蒲鉾!

無りんすり身を使用したリテーナかまぼこです。歯ごたえ、旨みにこだわった一品です。〔GMO飼料不分別〕

366 蔵 G不使用 8 いちろうこ ◎7日以上/卵・米 うろこちゃん蒲鉾(白) 150g 390円(税込) 421円

367 蔵 G不使用 5本 300円(税込) 324円 いちろうこ ◎7日以上/米 小ちくわ

368 蔵 G不使用 5枚(150g) 298円(税込) 322円 いちろうこ ◎7日以上/米 小判揚

369 凍 G不使用 ◎30日以上/米 高橋徳治商店 高橋徳治商店のさつま揚げ 185g(5枚) 398円(税込) 430円

駿河湾産の桜えびがたっぷり! スケソウダラのすり身、日本近海で漁獲されたくちで作った揚げ種に、駿河湾で獲れた桜えびをたっぷり入れました。

370 蔵 G不使用 7日以上/米・え 揚げかま桜えび入り 3枚(150g) 460円(税込) 497円

そのままでもこんがり焼いても!

もちもちとした食感で、青のりの風味豊かな小判揚げです。

371 蔵 G不使用 7日以上/米 青のり小判 3枚 230円(税込) 248円

372 蔵 G不使用 7日以上/米 100g 280円(税込) 302円 いちろうこ ◎7日以上/米 ごぼうつまみ

373 凍 G不使用 ◎30日以上/豆・米 高橋徳治商店 高橋徳治商店のごぼう揚 117g(3枚) 390円(税込) 421円

374 蔵 G不使用 7日以上/米 5枚(150g) 330円(税込) 356円 いちろうこ ◎7日以上/米 いわしのいわしはんぺん

ピリッとした魚肉のすりみの衣と、厳選されたごぼうの食感と香りがマッチしたつまみ揚げ。

助宗タラのすり身と小魚すりみを混ぜ合わせ、味噌で漬込みましたごぼうと練り合わせ揚げました。

375 凍 G不使用 ◎30日以上/豆・米 おとうふ揚げ 5個(175g) 288円(税込) 311円

377 蔵 G不使用 ◎45日以上 山九水産 お魚ソーセージ 50g×5本 490円(税込) 529円

379 蔵 ◎30日以上 池谷 山奥こんにやく(黒) 300g 225円(税込) 243円

380 蔵 ◎30日以上 池谷 手どりこんにやく 250g 275円(税込) 297円

生芋を使った昔ながらの製法のこんにやくです。冷やしてお刺身や焼いてステーキ風に。

原材料/こんにやく芋精粉(群馬県、山梨県)、青さのり、炭酸ナトリウム

376 凍 G不使用 ◎30日以上/卵・豆・米 ソフトはんぺん 4枚(200g) 388円(税込) 419円

378 蔵 G不使用 ◎15日以上/豆 関商店 北海大豆水煮 200g 260円(税込) 281円

381 蔵 ◎30日以上 池谷 五色玉こんにやく 330g 255円(税込) 275円

382 蔵 ◎30日以上 池谷 一種のしらたき 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。

原材料/こんにやく芋精粉(群馬県、山梨県)、青さのり、炭酸ナトリウム

376 凍 G不使用 ◎30日以上/卵・豆・米 ソフトはんぺん 4枚(200g) 388円(税込) 419円

378 蔵 G不使用 ◎15日以上/豆 関商店 北海大豆水煮 200g 260円(税込) 281円

381 蔵 ◎30日以上 池谷 五色玉こんにやく 330g 255円(税込) 275円

382 蔵 ◎30日以上 池谷 一種のしらたき 200g 215円(税込) 232円

383 蔵 ◎10日以上 池谷 大とろさしみこんにやく 250g 290円(税込) 313円

384 蔵 ◎10日以上 池谷 こんにやくそば 200g 225円(税込) 243円

スケウダラのすり身にヨシキリサ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〕

昔ながらの小釜でじっくり煮込んであります。豆の風味が残し、サラダなどにしてもおいしいです。

群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに、五種類の玉こんにやくで。田楽などに。

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。

群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに、芋精粉を柔らかくトロリとした食感になるよう独自の製法で練り上げました。

群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに、芋精粉を細長い麺状に独自の製法で練り上げました。

385 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 絹豆腐 330g 300円(税込) 324円

386 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 丸和のきぬ豆腐 300g 165円(税込) 178円

389 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 ミニきぬ豆腐 150g×2 180円(税込) 194円

味、風味、甘さが自慢のよせ豆腐! こくと甘味のバランスが絶妙な逸品!

担当おすすめ レシピ

がんもとトマトの簡単さっぱり煮浸し

材料(3~4人分) ひと口がんも... 1袋 トマト... 1個(6等分) 玉ねぎ 1個(6等分) 水... 250ml 【調味料】 白だし... 適宜 めんつゆ... 適宜

作り方 ①鍋に水と調味料を煮立て、がんもどきと玉ねぎを重ねないように入れ落としふたをして中火で5~6分煮ます。 ②火を止めすぐにトマトを加え蓋をして冷まし、器に盛りつけます。

387 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 木綿豆腐 330g 310円(税込) 335円

388 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 丸和のもめん豆腐 300g 180円(税込) 194円

390 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 ミニもめん豆腐 150g×2 180円(税込) 194円

391 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 茨城在来よせ豆腐 330g 375円(税込) 405円

401 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 一口がんも 5ヶ 390円(税込) 421円

原材料/国産大豆、にがり、小芽ひじき、乾燥しいたけ、野菜(大和いも、長いも、にんじん、黒ごま)、食塩、国産菜種油

392 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 おぼろ豆腐 330g 340円(税込) 367円

393 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 丸和のごま入寄せ豆腐 200g 通常本体 200円 185円(税込) 200円

394 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 有機国産大豆寄せ豆腐 100g×2 240円(税込) 259円

原材料/国産大豆(茨城在来種、海精にがり)

原材料/国産大豆、にがり、小芽ひじき、乾燥しいたけ、野菜(大和いも、長いも、にんじん、黒ごま)、食塩、国産菜種油

ビタミンが豊富なゴーヤが入りました

399 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 季節のがんも(ゴーヤ) 2枚 440円(税込) 475円

395 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 大豆屋 油揚げ 大1枚 210円(税込) 227円

396 蔵 G不使用 ◎7日/豆 丸和食品 丸和の油揚げ 3枚 165円(税込) 178円

フライパン等でカリッと焼いて♪ 堅めに仕上げた木綿豆腐を水切りして、国産菜種油でさっと一度揚げた、ジューシーな生揚げです。煮物などに。

5種類の美味しさが入った贅沢な厚揚げ♪ 国産の生野菜(人参、ごぼう、玉ねぎ)にこだわり、長崎県産切り昆布、中国産黒ごまを入れた自慢の厚揚げです。

398 蔵 G不使用 ◎5日/豆 丸和食品 こだわりの五目厚揚 2個(約180g) 230円(税込) 248円

原材料/国産大豆、ゴーヤ(国産)、にんじん(国産)、大和芋(群馬)、塩(海の精)、黒胡椒(国産)、なたね油(東北製油)

厳選した国産大豆・国産菜種油を100%使用し、一枚一枚をじっくり丁寧に「手揚げ」したこだわりの逸品。

国産大豆と海水にがりの豆腐を、圧搾一番搾りのNon-GMO菜種油でふっくらと揚げました。

397 蔵 G不使用 ◎4日/豆 大豆屋 大豆屋 生あげ 230g(2枚) 365円(税込) 394円

404 蔵 G不使用 ◎21日/豆・麦・米 丸和食品 たけのこ入りうの花2袋 150g×2袋 通常本体 640円 598円(税込) 646円

405 蔵 G不使用 ◎15日/豆 丸和食品 丸和の豆乳 300ml 200円(税込) 216円

国産大豆、海精にがりで作ったがんも生地に、これからの旬のゴーヤを入れ、国産菜種油で揚げました。暑い季節にはオーブントースターや網焼きで。

400 蔵 G不使用 ◎7日/豆 丸和食品 ねぎ入り貝だくさんのがんも 80g×2枚 329円(税込) 355円

肉厚でふっくら柔らかい油揚げをかつおだしを使用した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。

402 蔵 G不使用 ◎90日/豆・麦・米 丸和食品 丸和の味付いなり 10枚 380円(税込) 410円

たけのこの食感が楽しめる、季節限定のうの花料理です。国産の大豆と野菜、こんにやくを使用。

国産丸大豆の豆腐を使った、生野菜がたっぷり入った貝だくさんのがんもに、長ねぎを加えました。

403 2袋 蔵 G不使用 通常本体 760円 720円(税込) 778円 10枚×2

国産丸大豆の豆腐を使った、生野菜がたっぷり入った貝だくさんのがんもに、長ねぎを加えました。

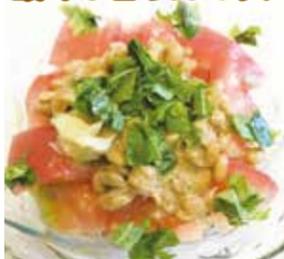
403 2袋 蔵 G不使用 通常本体 760円 720円(税込) 778円 10枚×2

通常本体 640円 598円(税込) 646円 150g×2袋

通常本体 216円 200円(税込) 216円 300ml

通常本体 475円 440円(税込) 475円 2枚

### 納豆とトマトの酸味が合うんです!



406 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 **230円**(税込) **248円**(税別)  
タレ・カラシ付  
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。

407 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 **240円**(税込) **259円**(税別)  
タレ・カラシ付  
茨城県産大豆を使用。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。

### 小さなお子さまにも食べやすい!



412 蔵G不使用  
カジノヤ ◎10日/豆  
家族納豆国産小粒カップ  
40g×3 **143円**(税込) **154円**(税別)  
(タレ、カラシ無)  
北海道産の小粒大豆を使用。18時間じっくり発酵・熟成させた美味しい納豆に仕上げました。

413 蔵G不使用  
カジノヤ ◎10日/豆  
国産麦納豆カップ  
30g×3 **141円**(税込) **152円**(税別)  
(タレ、カラシ無)  
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。

408 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 **120円**(税込) **130円**(税別)

410 蔵G不使用  
登喜和食品 ◎9日/豆・麦・米  
登喜和遊作納豆(小粒)  
80g **240円**(税込) **259円**(税別)  
タレ・カラシ付  
茨城県の契約農家が栽培した小粒大豆(農業不使用)を天然経木に仕込み、薫煙炭火造りで熟成発酵させました。

411 蔵G不使用  
登喜和食品 ◎15日以上/豆・米  
黒大豆テンペ  
100g **350円**(税込) **378円**(税別)  
黒大豆の旨味と有効成分(アントシアニン、食物繊維など)が含まれています。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。

蔵G不使用  
カジノヤ ◎10日/豆  
ひきわり納豆カップ  
30g×2 **95円**(税込) **103円**(税別)  
(タレ、カラシ無)  
415 W規格  
30g×2×2 通常本体 **190円**(税込) **175円**(税別) **189円**(税別)  
(タレ、カラシ無)  
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。

416 蔵G不使用  
カジノヤ ◎10日/豆  
黒豆納豆カップ3  
30g×3 **150円**(税込) **162円**(税別)  
(タレ、カラシ無)  
国産の黒大豆を100%使用。じっくり時間をかけて発酵・熟成させた素材の旨味を十分に引出した納豆。

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

### デンニッシュハウスの人気パンのお得なセットです



437 蔵G不使用  
デンニッシュハウス ◎3日/卵・乳・麦・米  
デンニッシュハウスAセット  
3種 **500円**(税込) **540円**(税別)  
ソルトバケット1本、酵母メロンパン1個、シナモンレーズン1個〔乳製品・卵GMO飼料不分別〕

418 蔵  
デンニッシュハウス ◎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**(税別)



420   
デンニッシュハウス ◎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**(税別)



422 G不使用  
栄屋製パン ◎3日/卵・乳・豆・麦  
栄屋ロールパン  
5個 **245円**(税込) **265円**(税別)



419   
デンニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米  
角食パン6枚切  
1斤(6枚) **298円**(税込) **322円**(税別)



421 蔵  
デンニッシュハウス ◎4日/麦・米  
麦のかをり(全粒粉)6枚  
1斤(6枚) **350円**(税込) **378円**(税別)



423 蔵G不使用  
栄屋製パン ◎3日/麦・米  
けんこうパン  
1個 **105円**(税込) **113円**(税別)



ぶ厚いトーストで召し上がれ!  
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〕



特

426   
デンニッシュハウス ◎4日/乳・麦・米  
イギリス酵母パン  
通常本体 **460円**(税込) **440円**(475円) **475円**(税別)  
1.5斤



424 蔵  
デンニッシュハウス ◎4日/麦・米  
麦のかをり(南のめくみパンズ)  
5ヶ **290円**(税込) **313円**(税別)  
小麦粉(熊本県)、天然酵母、食塩



425 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 **110円**(税込) **119円**(税別)  
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〕

427 蔵G不使用  
デンニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米  
コーヒーブレッド  
1個(約310g) **450円**(税込) **486円**(税別)  
小麦粉(岩手、北海道)、コーヒージュガーバター(無塩バター、甘しょ糖、クスクオーガニックインスタントコーヒー)、ホシノ天然酵母、よつ葉無塩バター、ピーチグラニュー糖、甘しょ糖、食塩〔乳製品GMO飼料不分別〕



国産小麦粉と国産小麦全粒粉を半々使ったコンプレです  
国産小麦全粒粉、国産小麦粉、天然酵母、食塩(海の精)



428 蔵  
サンタハウス ◎6日/麦  
コンプレ(パン)  
1個 **270円**(税込) **292円**(税別)

クルミの食感がたまらないライ麦パン  
国産小麦粉、ライ麦粉(海外有機認証)、天日塩、天然酵母、クルミ



429 蔵  
サンタハウス ◎6日/麦  
ナッツライ(ライ麦パン)  
1個 **330円**(税込) **356円**(税別)



432   
ザクセン ◎3日/乳・麦  
チーズのプチパン  
3個 **380円**(税込) **410円**(税別)  
小麦粉(国産)、パルメザンチーズ(ニュージーランド)、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〕



433 G不使用  
ザクセン ◎3日/麦  
オニオンロール  
3個 **480円**(税込) **518円**(税別)  
小麦粉(国産)、たまねぎ(国産)、酵母(ホシノ天然酵母)、砂糖(洗双糖)、食塩(天塩)、菜種油、黒こしょう、ナツメグ

434   
ザクセン ◎4日/麦  
ぶどう食パン  
1個 **460円**(税込) **497円**(税別)  
小麦粉(国産)、オーガニックレーズン(アメリカ産)、酵母(ホシノ天然酵母)、砂糖(洗双糖)、食塩(天塩)



カレンツ(小粒レーズン)がほんのり甘い素朴なフランスパン  
国産小麦粉、天然酵母、カレンツ、塩(海の精)



430   
サンタハウス ◎6日/麦  
レーズンバタール(パン)  
1本 **327円**(税込) **353円**(税別)

食べたえ十分の特製ピザトマト  
国産小麦粉、塩、無塩バター〔GMO飼料不分別〕、玉ねぎ、トマト、ニンニク、コショウ、七味、よつ葉ゴーダチーズ〔GMO飼料不分別〕、なたね油、パン粉



431 蔵G不使用  
サンタハウス ◎5日/乳・麦  
ピザトマト  
直径13cm **330円**(税込) **356円**(税別)



素朴な小麦の味わいを楽しめます!  
小麦粉(国産)、酵母(ホシノ天然酵母)、食塩(天塩)



435   
ザクセン ◎4日/麦  
バタール  
1個 **370円**(税込) **400円**(税別)



余分なものを入れずに素材を引き出しました!  
4~6月限定  
小麦粉(九州・北海道)、有機ピスタチオ、有機オリーブペースト、食塩



436 蔵G不使用  
デンニッシュハウス ◎4日/麦・米  
オリーブとピスタチオのプチパン  
1個(約135g) **350円**(税込) **378円**(税別)



### コクのあるクリーミーな滑らかさ



439   
かまか商店 ◎6ヶ月以上/落  
ソフトピーナッツバター  
100g **700円**(税込) **756円**(税別)  
国内産のピーナッツを100%使用した、無糖仕上げのソフトタイプです。好みで甘みを加えてご利用ください。

440 G不使用  
ムソー ◎4ヶ月以上  
国産いちごジャム  
200g **580円**(税込) **626円**(税別)  
ジャムに適した国産いちご、ストレータタイプのオーガニックレモン果汁を使用し、甘さ控え目に仕上げました。

441 G不使用  
創健社 ◎180日以上  
国内産ブルーベリージャム  
200g **480円**(税込) **518円**(税別)  
甘さ控えめの糖度50度。素材の持ち味を大切にしました。爽やかな酸味と豊かな香りをお楽しみください。

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

445 G不使用  
創健社(麻布タカノ) ◎180日以上/乳  
かぼちゃチャウダー(レトルト)  
150g **280円**(税込) **302円**(税別)  
国内産のかぼちゃ・じゃがいも・玉ねぎを使い、野菜本来の旨味を活かした、まるやかでクリーミーなチャウダー。〔GMO飼料不分別〕

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〕

438 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**(税別)  
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〕

442   
山田養蜂場 ◎2年  
アルゼンチン産・百花蜜  
450g **1100円**(税込) **1188円**(税別)  
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。

443 G不使用  
ムソー ◎5ヶ月以上  
コーンフレーク・フロスト  
150g **378円**(税込) **408円**(税別)  
オーガニック認定されたとうもろこしを使用。オーガニックシュガーと天塩で薄味に仕上げたシュガーコーティングタイプです。

旬の香りを吸い口にしてお楽しみください  
具材、だし、味噌、それぞれの香りと旨味がいききた、お湯を注ぐだけですぐ出来る本格派みそ汁です。



446 G不使用  
日本食品 ◎180日以上/豆・米  
赤出し味噌汁  
9g×6袋 **300円**(税込) **324円**(税別)

447 G不使用  
マルアイ食品 ◎180日以上/豆・麦  
もずくスープ(箱)  
1箱(3.8g×10) **1300円**(税込) **1404円**(税別)  
沖縄産もずくを醤油味で仕上げたスープです。おいしいけれどゆずの香りが食欲をそそります。





### トマトとエビのたまご炒め

### 白い黄身と米卵ならではの甘みが特徴です

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]

**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。2段ケージの開放鶏舎で育てた鶏の卵です。[GMO飼料不使用]

**103** 10個 (MS~LLサイズ) **290円** (税込313円)

**104** 6個 (MS~LLサイズ) **200円** (税込216円)  
〔放〕不検出 <2.0<2.2



**105** 秋川牧園 秋川牧園のたまご 10個 **400円** (税込432円)

10個(S~Lサイズ) 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 平飼いの有精卵10個 **590円** (税込637円)

10個 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秒間殺菌したパステライズ牛乳です。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 **380円** (税込410円)

**112** おいしい低脂肪乳 1000ml **330円** (税込356円)  
風味とコクを壊さず、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]

### たっぷりの生乳にコーヒーが華やかに香る上品な味わい

生乳をたっぷり60%使用し、カフェインレスコーヒーを合わせて、甘さひかえめに仕上げました。[乳製品GMO飼料不分別]

よつ葉乳業 ◎14日/乳 **448** カフェインレスよつ葉カフェオレ 200ml **100円** (税込108円)

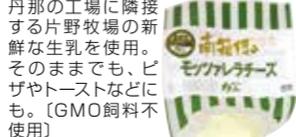
**449** 1000ml **260円** (税込281円)

### さらっとしたやさしい味わいです

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、質素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 **450** 飲んでやさしいヨーグルト 500ml **195円** (税込211円)

**451** 1000ml **330円** (税込356円)  
〔放〕不検出 <0.8<0.8 (原乳)



丹那の工場に隣接する片野牧場の新鮮な生乳を使用。そのままでも、ピザやトーストなどにも。[GMO飼料不使用]

**461** 函南東部農協 ◎35日/乳 南箱根のモッツアレラチーズ 100g **585円** (税込632円)  
〔放〕不検出 <0.8<0.7 (原乳)



**460** よつ葉乳業 ◎3ヶ月/乳 よつ葉シュレッドチーズ 250g **520円** (税込562円)

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]



よつ葉乳業 ◎10日以上/乳 よつ葉の濃厚ヨーグルトベリーミックス 80g **145円** (税込157円)

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]



よつ葉乳業 ◎17日/乳 よつ葉のヨーグルト 90g×3個 **215円** (税込232円)

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]



函南東部農協 ◎12日/乳 **457** 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)

**458** 函南東部農協 ◎8日/卵・乳 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)



木次乳業 ◎2日以上/卵・乳 牧場のカスタードプリン 100ml **210円** (税込227円)

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]

### 千葉県 三芳村まめい研究会

**181109** 函南東部農協 ◎120日/乳 南箱根のゴーダチーズ 200g **1220円** (税込1318円)

2ヶ月間じっくり熟成のくせのないまろやかな味が特長。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)

**462** 函南東部農協 ◎21日/乳 南箱根のさけるチーズ 90g **640円** (税込691円)

モッツアレラチーズをもっと手軽に楽しめる、手でさいて食べるタイプです。おつまみにもどうぞ。[GMO飼料不使用] 〔放〕不検出 <0.8<0.7 (原乳)

**463** よつ葉乳業 ◎45日以上/乳 よつ葉クリームチーズ200g 200g **450円** (税込486円)

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]

**464** 函南東部農協 ◎150日/乳 南箱根の厳選バター 180g **810円** (税込875円)

丹那の片野牧場の新鮮・良質な生乳からつくられた、まるやかでクリーミーなバター。[GMO飼料不使用] 〔放〕不検出 <0.8<0.7 (原乳)

**465** よつ葉乳業 ◎180日/乳 パンにおいしいよつ葉バター 100g **260円** (税込281円)

バターをホイップし、バターよりも柔らかく仕上げた、程よい塩味とミルクの風味が特長のバター。[GMO飼料不分別]

**466** よつ葉乳業 ◎9日/乳 よつ葉生クリーム 200ml **362円** (税込391円)

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]

### 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

**474** 白米 5kg **2700円** (税込2916円)

**475** 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

**476** 白米 5kg **3500円** (税込3780円)

**477** 五分米 5kg **3500円** (税込3780円)

**478** 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

**479** 白米 2kg **1530円** (税込1652円)

**480** 白米 5kg **3650円** (税込3942円)

**481** 玄米 2kg **1465円** (税込1582円)

**482** 玄米 5kg **3500円** (税込3780円)

山形県高畠町の小林亮さん他。

**おきたまつや姫** 無農薬 無化学肥料

**483** 白米 2kg **1650円** (税込1782円)

**484** 白米 4.5kg **3500円** (税込3780円)

**485** 玄米 2kg **1570円** (税込1696円)

**486** 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。

### 新潟県 オブネット

**新潟みずほの輝き** 低農薬 無化学肥料

**487** 白米 5kg **2380円** (税込2570円)

**488** 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** 無農薬 無化学肥料

**489** 白米 5kg **3500円** (税込3780円)

**490** 七分米 5kg **3500円** (税込3780円)

**491** 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。

**180622** 太陽食品 ◎60日以上 国産はとむぎ 炊飯器用 200g **630円** (税込680円)

**180634** 太陽食品 ◎60日以上 国産はとむぎ粒 250g **919円** (税込993円)

**180646** 太陽食品 ◎60日以上 国産はとむぎ粉末 220g **840円** (税込907円)

**180658** 太陽食品 ◎60日以上 国産はとむぎほうじ粉末 150g **840円** (税込907円)

**180683** しらかノの会 ◎10日/米 ノラの会の生こうじ 600g **700円** (税込756円)

**180660 (小)** 500g **750円** (税込810円)

**180671 (大)** 1kg **1380円** (税込1490円)

しらかノの会の生こうじを使い、手作りで丁寧に仕上げました。塩こうじや甘酒づくりに。

おつまみに最適、あとをひく  
美味しさに手がとまりません



原材料 / 落花生(中国)、もち米(国産)、醤油、植物油、甜菜糖、食塩、唐辛子(残留農薬国内検査済み)

**492** **凍** **G**不  
サンコー **◎**120日/豆・麦・米・落  
**柿ピー**  
105g **350円**(税込) **378円**  
国内産のもち米使用。醤油で味付けしたあられと、香ばしいピーナッツを程よくミックスしました。

パッケージ  
変更しました



**493** **凍** **G**不  
ノースカラース **◎**6ヶ月以上/米  
**純国産北海道皮付きさきいか**  
40g **540円**(税込) **583円**  
いか、てんさい糖、食塩、さんま魚醤、昆布だし、かつおだし、しいたけだし

パッケージ  
変更しました



**494** **凍** **G**不  
ノースカラース **◎**6ヶ月以上/米  
**純国産北海道バリバリ昆布**  
35g **520円**(税込) **562円**  
昆布、てんさい糖、黒米酢、さんま魚醤、昆布だし、かつおだし、しいたけだし

新商品  
お試し  
特価



**495** **凍** **G**不  
ノースカラース **◎**90日以上  
**純国産 無添加みかんゼリー**  
11個 **280円**(通常) **275円**(税込) **297円**  
てん菜含蜜糖(北海道)、みかん濃縮果汁、レモン果汁、寒天、こんにやく粉

新商品  
お試し  
特価



**496** **凍** **G**不  
ノースカラース **◎**90日以上  
**純国産 無添加りんごゼリー**  
11個 **280円**(通常) **275円**(税込) **297円**  
てん菜含蜜糖(北海道)、レモン果汁、りんご濃縮果汁、寒天、こんにやく粉

高知県で飲みかんの王様とも言われる「ぶしゅかん」のアイスキャンデー



**6**月4日  
独特の上品な香り、酸味が特徴の柑橘である高知県四十万産のぶしゅかんの果汁を爽やかに美味しいアイスキャンデーに仕上げました。  
**497** **凍** **G**不  
久保田食品 **◎**30日/卵・乳  
**ぶしゅかんアイスキャンデー3本**  
80ml×3 **480円**(税込) **518円**

芳醇なコーヒーの香りと上品な甘味が調和したココのある美味しさ



**6**月4日  
アラビカ種100%の深強煎り豆とウォッシュドモカ100%の豆を別々にじっくりと抽出して仕上げたこだわりのアイスクリームです。(卵・乳製品GMO飼料不分別)  
**498** **凍** **G**不  
久保田食品 **◎**30日/卵・乳  
**珈琲アイスクリーム2個**  
110ml×2 **440円**(税込) **475円**

北海道十勝産あずきあん100%控えめな甘さ



**6**月4日  
自社で丁寧に炊き上げた100%北海道十勝産あずきあんを使用。  
**500** **凍** **G**不  
久保田食品 **◎**30日/卵・乳  
**あずきアイスキャンデー3本**  
80ml×3 **300円**(税込) **324円**

3つの味が楽しめる  
人気商品!



黄[うるち米、砂糖、人参、麦芽水飴、小麦、山芋、澱粉、いんげん豆、砂糖、ごま、食塩] 白[うるち米、砂糖、麦芽水飴、小麦、山芋、澱粉、いんげん豆、砂糖、くるみ、みそ] 緑[うるち米、砂糖、麦芽水飴、小麦、山芋、澱粉、小豆、砂糖、還元水飴、食塩]

**501** **凍** **G**不  
岩手阿部製粉 **◎**1年/豆・麦・米  
**芽吹き屋三色だんご**  
4本(180g) **430円**(税込) **464円**  
にんじん(黒ごま餡)白(くるみ餡)よもぎ(小豆餡)のだんごが楽しめます。

パッケージ  
変更しました



**502** **凍** **G**不  
岩手阿部製粉 **◎**365日/豆・麦・米  
**芽吹き屋田舎風みたらしだんご**  
5本(200g) **390円**(税込) **421円**  
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)みたらしたれ(砂糖、醤油、米でん粉、みりん)

パッケージ  
変更しました



**503** **凍** **G**不  
ハマセイ **◎**365日/麦・米  
**大判焼き**  
85g×5 **430円**(税込) **464円**  
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)

新商品  
お試し  
特価



**504** **凍** **G**不  
創健社 **◎**120日/米  
**ポテトチップスうすしお味**  
60g **178円**(税込) **192円**  
馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、塩

パッケージ  
変更しました



**505** **凍** **G**不  
サンコー **◎**60日/麦・米・え  
**海草スナック**  
55g **240円**(税込) **259円**  
馬鈴薯でんぷん、植物油(米油)、えび、ワカメ、アオサ、砂糖(粗糖)、食塩、ひじき、ハトムギ粉末、白すりごま、酵母エキス

昔懐かしいゴム風船の中に入ったアイスマイルクです



**6**月4日  
添加物などの余分な原材料を使っていません。バニラビーンズが香りよく、体にやさしい美味しさに仕上げました(乳製品GMO飼料不分別)  
**499** **凍** **G**不  
久保田食品 **◎**30日/乳  
**おっぱいアイスマイルク3本**  
80ml×3 **300円**(税込) **324円**

担当おすすめ レシピ アレンジに使いやすい! カステラで簡単に手作りデザート

**カステラ&ドライフルーツのアイス**



材料(3~4人分)  
カステラ3切れ、ドライマンゴー、プルーンなどお好みのドライフルーツ100g、生クリーム200ml、砂糖大さじ2

作り方  
生クリームに砂糖を加えてとろりとゆるめに泡立て、1cm角程度に小さく切ったカステラとドライフルーツと混ぜる。ラップを敷いた型にいれ、ふんわりとつつんで半日ほど冷凍庫へ。固まったら切り分けて皿に盛りつける。

ネオファームのドライフルーツ&ナッツ

べたつかず種無しだから  
食べやすい



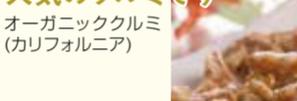
**509** **蔵**  
ネオファーム **◎**6ヶ月  
**干しプルーン(種抜き)**  
120g **458円**(税込) **495円**

トロピカルな甘さの  
ドライフルーツ



**510** **蔵**  
ネオファーム **◎**6ヶ月  
**ドライマンゴー**  
70g **468円**(税込) **505円**

お菓子にお料理に  
人気のクルミです



**511** **凍**  
ネオファーム **◎**6ヶ月  
**殻むきクルミ3袋**  
60g×3 **1305円**(通常) **1178円**(税込) **1272円**

4種類のナッツをクラッシュした  
ミックスナッツ



**512** **凍**  
ネオファーム **◎**6ヶ月  
**サラダに美味しいナッツ3袋**  
70g×3 **1254円**(通常) **1080円**(税込) **1166円**

手軽にお召し上がりいただけるカップ入りタイプ



**516** **蔵**  
ムソー **◎**60日/米  
**ところてん(黒蜜付)**  
205g(ところてん180g、みつ25g) **208円**(税込) **225円**  
国産天草で作ったところてんに、沖縄産黒砂糖のみを使った黒糖みつを添付しました。

ほっこりとした小豆の食感が楽しめる水ようかんです



**517** **蔵**  
遠藤製餡 **◎**3ヶ月以上  
**あんこ屋さんの水ようかん小倉**  
100g **160円**(税込) **173円**  
有機の砂糖と小豆を使用した水ようかん。

遠藤製餡



**518** **蔵**  
遠藤製餡 **◎**3ヶ月以上  
**あんこ屋さんの水ようかんこし**  
100g **160円**(税込) **173円**  
有機砂糖(ブラジル)、有機小豆(中国、アルゼンチン他)、寒天、葛、食塩

とまらない美味しさ!  
かまか商店の落花生



創業百余年、かまかでは、初代嘉兵衛からの「おいしい豆で楽しい生活」をモットーに、特に「薬花生」と名づけ、創業以来香ばしく緑起のよい豆をお届けいたします。

**513** **蔵**  
かまか商店 **◎**4ヶ月/落  
**かまかのさや無落花生**  
105g **700円**(税込) **756円**

相州落花生独特の甘みがあります

**514** **蔵**  
かまか商店 **◎**4ヶ月/落  
**そぼく豆(無塩)**  
105g **700円**(税込) **756円**

相州落花生独特の甘みがあります

**515** **蔵**  
かまか商店 **◎**4ヶ月/落  
**かまかのさや付き落花生**  
170g **1050円**(税込) **1134円**

ナチュラル本舗

しっとりしたバナナのパウンドケーキ



**521** **凍**  
ナチュラル本舗 **◎**30日/卵・乳・麦  
**ケーキ・オ・バナーヌ(小)**  
170g **700円**(税込) **756円**  
生地バナナをたっぷり練りこませ、しっとりふんわり焼き上げました。

かぼちゃの風味と滑らかな口当たりが自慢のプリンです



**520** **凍**  
ナチュラル本舗 **◎**30日/卵・乳・麦  
**かぼちゃプリン**  
60g×3個 **695円**(税込) **751円**

ザクザクとした食感が楽しい、やさしい甘みのクッキーです



**522** **凍**  
ナチュラル本舗 **◎**30日/卵・乳・麦  
**オートミールロッククッキー**  
60g **380円**(税込) **410円**



煎茶みどりと同じ原料の茶葉は、もちろん無農薬・無化学肥料栽培。高貴な香りが身の上です。

秋田県有機玄米を無農薬煎茶と混ぜました。玄米の香ばしい香りと、煎茶のすがすがしさをお楽しみください。

529 鳥取はと麦茶 7g×24袋 490円(税込529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

6月4日 グアテマラの産地の中で最も標高の高い地域で、自然な森の生態系を活かした農法によるパロ・ブランコ農園指定の豆を中深煎り(煎)は中挽きしています。

523 水車むら やぶきたみどり 100g 933円(税込1008円)

524 水車むら農園(静岡県) 水車むら ほうじ茶 200g 848円(税込916円)

525 水車むら農園(静岡県) 水車むら 玄米茶 200g 648円(税込700円)

530 川原製粉所 6ヶ月以上 水車むら 玄米茶 10g×20P 260円(税込281円)

6月4日 531 プレスオールターナティブ 烏龍茶ティーバッグ 5g×12 638円(税込689円)

6月4日 532 パロ・ブランココーヒー 200g 900円(税込972円)

526 水車むら農園(静岡県) 水車むら せとやみどり 100g 648円(税込700円)

527 水車むら農園(静岡県) 180日以上 水車むら 水出し煎茶ティーバッグ 5g×20 420円(税込454円)

528 水車むら農園(静岡県) 水車むら 紅茶 セタ 100g 610円(税込659円)

535 オルタートレードジャパン 1年以上 詰替インスタント珈琲カフェインレス 60g 975円(税込1053円)

533 プレスオールターナティブ 豆 200g 900円(税込972円)

6月4日 534 プレスオールターナティブ ココア(無糖) 130g 600円(税込648円)

すっきりとした味わいに仕上げた有機JAS認定のお茶です

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産温州みかん100 125ml×3 465円(税込502円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産ふじりんご100 125ml×3 369円(税込399円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産温州みかん100 125ml×3 465円(税込502円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産ふじりんご100 125ml×3 369円(税込399円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産温州みかん100 125ml×3 465円(税込502円)

180749 ムソー 4ヶ月以上 箱・さらつや美人番茶 500ml 通常本体×24 3480円 3170円(税込3424円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産温州みかん100 125ml×3 465円(税込502円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産ふじりんご100 125ml×3 369円(税込399円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産温州みかん100 125ml×3 465円(税込502円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産ふじりんご100 125ml×3 369円(税込399円)

箱得 100 ナガノトマト 75日以上 国産温州みかん100 125ml×3 465円(税込502円)

180774 フジワラ化学 240日 フジワラの青汁 7パック 1100円(税込1188円)

180750 マルサンアイ 3ヶ月/豆・米 麦芽豆ジャン(豆乳飲料) 200ml ×24パック 2060円(税込2225円)

180786 リフレライフ 90日以上/豆・米 豆汁グルト 450g 1200円(税込1296円)

180804 琉球泡盛八重山 720ml 1380円(税込1518円)

180830 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)

180841 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)

180920 ミヨシ石鹸 泡のハンドソープ ボトル 350ml 430円(税込473円)

180877 自然丸 自然丸の液体石けん詰替用 400ml 170円(税込187円)

180889 ミヨシ石鹸 お肌のための洗濯用液体せっけん ボトル 1100ml 655円(税込721円)

180890 ミヨシ石鹸 食器洗いせっけんスプレー ボトル 350ml 300円(税込330円)

180932 ミヨシ石鹸 暮らしの重曹せっけん泡スプレー詰替用 230ml 195円(税込215円)

181043 宇部フィルム ポリラップ22cm×40m 22cm×40m 158円(税込174円)

180944 ミヨシ石鹸 泡のせっけんシャンプー ボトル 500ml 880円(税込968円)

180968 ミヨシ石鹸 ミヨシ弱酸性リンス ボトル 500ml 880円(税込968円)

180849 シャボン玉石けん 純植物性浴用石けん 155g 200円(税込220円)

180993 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)

181020 丸富製紙 キッチンペーパー 100組×3箱 370円(税込407円)

181031 りんねしゃ 菊花せんこう標準 13g×30巻 950円(税込1045円)

180956 ミヨシ石鹸 泡のせっけんシャンプー 詰替 400ml 530円(税込583円)

180970 自然丸 自然丸の手作りマルセル 500g 378円(税込416円)

181006 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)

181018 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)

180993 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)

181031 りんねしゃ 菊花せんこう標準 13g×30巻 950円(税込1045円)

**トマトとキャベツのお味噌汁**

国内産の厳選された米、大豆、天日塩を使用し、昔ながらの木樽でじっくり長期熟成させ、豊かなあじわいを引き出した天然醸造味噌です。

**542** 蔵 不使用  
ヤマキ醸造 ②1年/豆・米  
**御用蔵田舎みそ**  
1kg **898** (税込) 970

厳選した国産丸大豆を使用し、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。

**546** 不使用   
近藤醸造 ②2年/豆・米  
**国産丸大豆醤油**  
360ml **270** (税込) 292

**547**   
1ℓ **500** (税込) 540

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。

**550** 不使用   
近藤醸造 ③360日以上/豆・米  
**めんつゆ**  
1ℓ **765** (税込) 826

本醸造丸大豆すくし醤油をベースに、かつおぶしと昆布の風味をいかけた濃縮タイプの「だし入りしょうゆ」です。

**551** 不使用   
チョコー醤油 ④120日以上/豆・米  
**京風だしの素うしろ**  
300ml **440** (税込) 475

旬の素材にかけるだけ、漬けるだけでおいしく味が決まる♪

**543** 蔵 不使用  
ヤマキ醸造 ①1年/豆  
**御用蔵麦みそ**  
1kg **930** (税込) 1004

原材料/醸造酢(米酢、りんご酢)、てんさい糖、食塩、昆布(北海道)、かつおだし(鹿児島)、レモン果汁(国産)

**545** 蔵 不使用  
しらたかノラの会 ⑨90日/豆・米  
**ノラの会の手造り二年味噌**  
500g **350** (税込) 378

農業・化学肥料不使用で作った大豆に、自家製の麹で味噌を仕込んだ米糴味噌を、二年熟成させました。

原材料/醸造酢(米酢、りんご酢)、てんさい糖、食塩、昆布(北海道)、かつおだし(鹿児島)、レモン果汁(国産)

**544** 蔵 不使用  
ヤマキ醸造 ①1年/豆・米  
**御用蔵玄米みそ**  
1kg **998** (税込) 1078

国内の有機大豆と有機小麦、伊豆大島産の伝統海塩「海の精」使用。天然醸造にこだわった濃口醤油。

**548** 不使用   
海の精 ⑥6ヶ月以上/豆・米  
**海の精国産有機旨しほり醤油**  
1ℓ **1550** (税込) 1674

自然農法の大豆、小麦、原塩を使用し、大樽で1年半～2年じっくり熟成発酵させた、塩分が約半分の減塩しょうゆです。

**549** 不使用   
ヤマヒサ ⑥6ヶ月以上/豆・米  
**減塩しょうゆ**  
500ml **1100** (税込) 1188

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「ゆずほん酢」です。

**552** 不使用   
近藤醸造 ②2年/豆・米  
**ゆずほん酢**  
360ml **500** (税込) 540

**543** 蔵 不使用  
ヤマキ醸造 ①1年/豆  
**御用蔵麦みそ**  
1kg **930** (税込) 1004

**544** 蔵 不使用  
ヤマキ醸造 ①1年/豆・米  
**御用蔵玄米みそ**  
1kg **998** (税込) 1078

原材料/醸造酢(米酢、りんご酢)、てんさい糖、食塩、昆布(北海道)、かつおだし(鹿児島)、レモン果汁(国産)

**545** 蔵 不使用  
しらたかノラの会 ⑨90日/豆・米  
**ノラの会の手造り二年味噌**  
500g **350** (税込) 378

原材料/醸造酢(米酢、りんご酢)、てんさい糖、食塩、昆布(北海道)、かつおだし(鹿児島)、レモン果汁(国産)

**544** 蔵 不使用  
ヤマキ醸造 ①1年/豆・米  
**御用蔵玄米みそ**  
1kg **998** (税込) 1078

**555**   
ナチュラルキッチン  
**粗精糖(種子島産)**  
1kg **370** (税込) 400

鹿児島県種子島のサトウキビを使った砂糖です。

**556** 不使用   
創健社  
**さらさら粗糖**  
200g **215** (税込) 232

独自製法で粉砕した溶けやすく使いやすいさらさら・粉末タイプのまろやかで上品な甘みの粗糖です。

**557**   
青い海  
**沖縄の塩(シママース)**  
1kg **240** (税込) 259

**558**   
青い海  
**沖縄の海水塩 美ら海育ち**  
250g **430** (税込) 464

オーストラリアで契約栽培している非遺伝子組み換え品種を、昔ながらの圧搾法で搾りました。

**565** 不使用   
平田産業 ②270日以上  
**一番搾り純正なたね油**  
1250g **920** (税込) 994

昔ながらの製法で青森県産の菜種を丁寧に搾った無添加圧搾一番搾りの油です。独自の風味を味わってください。

**566** (大) 不使用   
ヤマキ食品 ①1年  
**国産なたね油**  
1650g **1780** (税込) 1922

**567** (小)   
②2年/豆・米  
540g **670** (税込) 724

甘味があり、色は黄金色で風味は軽やかでフルーティ

原材料/有機食用オリーブ油(イタリアカラブリア州)

**570**   
ファームランドレーディング ①18ヶ月  
**イタリア産有機EXVオリーブオイル**  
456g(500ml) **1300** (税込) 1404

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、残りはフロントイオ種を配合。

**553** 不使用   
内堀醸造 ⑥6ヶ月以上/米  
**カンタン八芳酢**  
360ml **410** (税込) 443

**554** 徳用   
900ml **840** (税込) 907

やわらかな酸味とまろやかな味わいの合わせ酢です。

**559**   
シンコー食品 ③365日  
**塩コショウ 詰替え用**  
200g **278** (税込) 300

**561**   
角谷文治郎商店 ④12ヶ月/米  
**有機三州味噌**  
500ml **1040** (税込) 1144

**563**   
都錦酒造 ①1年6ヶ月/米  
**みやこの料理酒**  
500ml **710** (税込) 767

有機栽培された、オレイン酸とビタミンEを豊富に含む品種の種子から、圧搾法の一歩搾りのみ充填した高級油です。

**568**   
創健社 ②2年  
**べに花油**  
600g **920** (税込) 994

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。

**569**   
松本製油 ②2年  
**玉締めしほり胡麻油(大)**  
450g **1060** (税込) 1145

**559**   
シンコー食品 ③365日  
**塩コショウ 詰替え用**  
200g **278** (税込) 300

**559**   
シンコー食品 ③365日  
**塩コショウ 詰替え用**  
200g **278** (税込) 300

**560** 蔵   
しらたかノラの会 ⑥60日/米  
**ノラの会の塩こうじ**  
160g **284** (税込) 307

**562**   
澤田酒造 ③365日/米  
**特撰 料理用自然酒**  
720ml **857** (税込) 943

**564**   
味の醸造 ①1年/米  
**味の母(醗酵調味料)**  
720ml **780** (税込) 842

本醸造醤油の旨みを引き、胡麻油と国内産にんにくの旨みが加わった甘口の万能たれです。

**572** 調味料   
筈木醤油 ④4ヶ月以上/豆・米  
**金笛 やきたれ**  
150ml **450** (税込) 486

**569**   
松本製油 ②2年  
**玉締めしほり胡麻油(大)**  
450g **1060** (税込) 1145

**570**   
ファームランドレーディング ①18ヶ月  
**イタリア産有機EXVオリーブオイル**  
456g(500ml) **1300** (税込) 1404

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、残りはフロントイオ種を配合。

**564**   
味の醸造 ①1年/米  
**味の母(醗酵調味料)**  
720ml **780** (税込) 842

**スープから煮込み料理まで幅広く使えます**

●トマトの丸ごとコンソメスープ

原材料/チキンパウダー、食塩、砂糖、酵母エキス、オニオン、香辛料(ローレル、コショウ、セロリ、ターメリック、コリアンダー、クミン)

**571**   
せいふてい ④12ヶ月  
**チキンコンソメ**  
4g×20袋 **340** (税込) 367

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]

**手間のかかるホワイトソースが手軽に出来ます**

●トマトグラタン

**181110** 調味料   
せいふてい ④240日/乳・豆・米  
**ホワイトソースルゥ**  
通常本体 150g **250** (税込) 270  
通常価格 **280** (税込) 299

グラタン、ドリア、スパゲティソース、クリームコロッケなど、溶かすだけで簡単に作れます。[GMO飼料不分別]

**573** 不使用   
高橋ソース ①1年以上/豆・米  
**中濃ソース**  
300ml **310** (税込) 335

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。

本醸造醤油の旨みを引き、胡麻油と国内産にんにくの旨みが加わった甘口の万能たれです。

**572** 調味料   
筈木醤油 ④4ヶ月以上/豆・米  
**金笛 やきたれ**  
150ml **450** (税込) 486

高橋ソース ⑨9ヶ月以上/米

**577**   
**やまゆりのトマトケチャップ**  
300g **315** (税込) 340

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。

みよし村の平飼いの有精卵、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]

**579** 不使用   
ななくさの郷 ⑥6ヶ月/卵  
**松田のマヨネーズ・みよし村**  
300g **520** (税込) 562

**573** 不使用   
高橋ソース ①1年以上/豆・米  
**中濃ソース**  
300ml **310** (税込) 335

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。

**571**   
せいふてい ④12ヶ月  
**チキンコンソメ**  
4g×20袋 **340** (税込) 367

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]

**574** 不使用   
高橋ソース ①1年以上/豆・米  
**特別栽培野菜使用とんかつソース**  
300ml **350** (税込) 378

特別栽培野菜使用とんかつソース

**574** 不使用   
高橋ソース ①1年以上/豆・米  
**特別栽培野菜使用とんかつソース**  
300ml **350** (税込) 378

特別栽培野菜使用とんかつソース

チャーハン、野菜炒めなどの中華料理はもちろん、その他の料理に、もうあと一味欲しいときに頼りになる一本です。

**576** 不使用   
光食品 ①1年6ヶ月/豆・米  
**ヒカリ オイスターソース**  
115g **398** (税込) 430

長野産の契約農家の方々が愛情込めて大切に育てた完熟トマトを使用したまろやかなケチャップ。

**578** 調味料   
ナガノトマト ①1年以上  
**長野産ケチャップ**  
240g **600** (税込) 648

元気がなし飼いの鶏の有精卵(国産)と、圧搾一番搾りなたね油とべに花油を使用。[卵GMO飼料不使用]

**580** 不使用   
創健社 ⑥6ヶ月/卵  
**有精卵マヨネーズ(チューブ)**  
300g **450** (税込) 486

**574** 不使用   
高橋ソース ①1年以上/豆・米  
**特別栽培野菜使用とんかつソース**  
300ml **350** (税込) 378

特別栽培野菜使用とんかつソース

**フライやサンドイッチ、蒸し野菜にもおすすめ♪**

原材料/なたね油、ピクルス(たまねぎ酢漬、キュウリ酢漬)、卵、有機りんご酢、砂糖、食塩、香辛料(マスタード、白こしょう)

**581**   
ムソー(富貴食研) ③3ヶ月以上/卵・米  
**有精卵タルタルソース**  
155g **540** (税込) 583

国産の西洋きゅうりのピクルスと自家製たまねぎピクルスを使用。甜菜糖と天日塩でマイルドに仕上げられています。[卵GMO飼料不分別]

**582** 不使用   
創健社 ⑨90日以上/卵・乳  
**有精卵シーザーサラダドレッシング**  
180ml **380** (税込) 410

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]

**香り高くコクのある本格カレー**

25種類以上のオリジナルブレンドスパイス、直火焙煎した国産小麦粉、有機べに花油など植物性素材のみで仕上げた本格的なカレーです。甘口にはリンゴ、マンゴ、パイナップル、パパイヤ果汁を使いやさしい甘さに仕上げられています。

**584** 甘口 不使用   
創健社 ④270日/豆・米  
**植物素材の本格カレー**

**587** 不使用   
創健社 ⑥6ヶ月以上/豆・米  
**こどもカレー甘口**  
110g **389** (税込) 420

辛味の少ないスパイスと、りんご果汁で仕上げた植物素材100%の少し緑色のカレーです。

鶏やホタテのうまみと唐辛子の辛味が決め手!

**589** 不使用   
創健社 ④270日以上/豆・米  
**創健社の麻婆豆腐の素**  
180g(2~3人前) **300** (税込) 324

豆腐を一丁ご用意頂くだけで、本格中華料理店の味が手軽に味わえる素材ソースです。[GMO飼料不分別]

2合のお米といっしょに炊飯したら出来上がり♪

原材料/鶏皮(国産)、人参、ちりめん干し、醤油、食塩、みりん、砂糖、清酒、かつおぶし、馬鈴しよ澱粉、醸造酢、酵母エキス、昆布粉末、山椒

**590** 不使用   
創健社 ④180日以上/豆・米  
**京風湯葉炊き込み御飯の素**  
128g2合用(2~3人前) **480** (税込) 518

湯葉とちりめん干しを具材に、かつお、昆布の風味豊かな和風だしと山椒の香りの炊き込み御飯の素です。

**584** 甘口 不使用   
創健社 ④270日/豆・米  
**植物素材の本格カレー**

**581**   
ムソー(富貴食研) ③3ヶ月以上/卵・米  
**有精卵タルタルソース**  
155g **540** (税込) 583

国産の西洋きゅうりのピクルスと自家製たまねぎピクルスを使用。甜菜糖と天日塩でマイルドに仕上げられています。[卵GMO飼料不分別]

**583** 調味料   
創健社 ④180日以上/豆  
**イタリアンドレッシング**  
150ml **430** (税込) 464

香り高いハーブスパイスの風味に、国内産玉ねぎの甘みがよく合うドレッシングです。

**584** 甘口 不使用   
創健社 ④270日/豆・米  
**植物素材の本格カレー**

**585** 中辛   
**586** 辛口   
135g **380** (税込) 410

**588** 不使用   
創健社 ④120日以上/豆・米  
**植物素材のデミグラス風ソース**  
120g **398** (税込) 430

動物性原料を一切使用せずに、8種類の野菜の旨みと香り高いスパイス、国内産赤ワインで仕上げました。

鶏やホタテのうまみと唐辛子の辛味が決め手!

**589** 不使用   
創健社 ④270日以上/豆・米  
**創健社の麻婆豆腐の素**  
180g(2~3人前) **300** (税込) 324

豆腐を一丁ご用意頂くだけで、本格中華料理店の味が手軽に味わえる素材ソースです。[GMO飼料不分別]

2合のお米といっしょに炊飯したら出来上がり♪

原材料/鶏皮(国産)、人参、ちりめん干し、醤油、食塩、みりん、砂糖、清酒、かつおぶし、馬鈴しよ澱粉、醸造酢、酵母エキス、昆布粉末、山椒

**590** 不使用   
創健社 ④180日以上/豆・米  
**京風湯葉炊き込み御飯の素**  
128g2合用(2~3人前) **480** (税込) 518

湯葉とちりめん干しを具材に、かつお、昆布の風味豊かな和風だしと山椒の香りの炊き込み御飯の素です。

**584** 甘口 不使用   
創健社 ④270日/豆・米  
**植物素材の本格カレー**

**591** **価格改定しました**  
創健社 **オイル不使用オーツナ**  
18ヶ月以上  
90g **398円**(税込) **430円**(税込)  
旬にとれたびん長まぐろを「地中海の天日塩」のみでまろやかに水煮にしました。使いやすいフレックタイプです。

**592** **G不使用**  
創健社 **いわし味付缶**  
540日以上/豆・麦  
100g **290円**(税込) **313円**(税込) (固形量70g)  
西日本で水揚げされたいわしを、丸大豆本醸造醤油と粗糖のみでまろやかに味付けしました。

**593** **G不使用**  
創健社 **さば味付缶**  
540日以上/豆・麦  
190g **278円**(税込) **300円**(税込) (固形量140g)  
西日本で水揚げされたさばを本醸造醤油、鹿児島県喜界島産粗糖のみであっさり味付けしました。

**594** **G不使用**  
創健社 **さば水煮缶**  
540日以上  
190g **268円**(税込) **289円**(税込) (固形量140g)  
西日本で水揚げされたさばを、南イタリヤの海水を長時間かけて天日乾燥・結晶化させた塩を使って水煮にしました。

**600** **8 G不使用**  
桜井食品 **ベジタリアンのためのラーメン味噌**  
3ヶ月以上/豆・麦・米  
100g **155円**(税込) **167円**(税込)  
植物性原料のみを使用した、ベジタリアンのためのラーメンです。野菜と発酵調味料で旨みとコクを出しました。

**もちもちノンフライ麺使用♪**  
**おまとめ特価**  
**601** **G不使用**  
桜井食品 **ベジタリアンのためのラーメン味噌**  
3ヶ月以上/豆・麦  
100g **200円**(税込) **216円**(税込)  
**602** 100g **200円**(税込)  
**603** 5袋 100g(麺80g) 通常本体x5 **1000円** **920円**(税込) **994円**(税込)  
ノンフライ麺に豆乳仕立てのスープを合わせた、コクとうまみのある植物素材のみで作ったとんこつ風ラーメンです。

原材料/麵(国産小麦粉、でん粉、食塩、モンゴルかんすい)、豆乳粉末、酵母エキス、食塩、デキストリン、砂糖、粉末ごま油、野菜粉末、白いいごま、野菜エキス粉末、香辛料、乾燥ねぎ、ごま油

**595** **G不使用**  
創健社 **愛媛の無塩せきコンビーフ**  
360日以上/豆・麦  
80g **840円**(税込) **907円**(税込)  
愛媛県産牛肉を100%使用した発色剤を使用していない、肉本来の食感、風味を活かしたコンビーフです。(牛GMO飼料不分別)

**596** **G不使用**  
伊藤食品 **まぐろ油漬**  
3年/米  
70g×4缶 **720円**(税込) **778円**(税込)  
太平洋産のキハダまぐろをフレック状にし、ポーン油脂の米油と、国内産野菜で作った野菜エキスで仕上げました。

**597** **G不使用**  
更利食品 **もろこし畑・ホール**  
1年以上  
180g **220円**(税込) **238円**(税込) (固形量125g)  
北海道で収穫後すぐに加工した鮮度抜群のコーンです。自然本来の甘み、香り、味が楽しめます。

**598** **G不使用**  
創健社 **有機ダイストマト缶**  
6ヶ月以上  
400g **180円**(税込) **194円**(税込) (固形量240g)  
**599** **G不使用**  
アルマテラ **有機トマト・ジュースぶけ(ホール)**  
6ヶ月  
400g **197円**(税込) **213円**(税込)

**601** **G不使用**  
桜井食品 **しおラーメン**  
6ヶ月/豆・麦  
99g **150円**(税込) **162円**(税込)  
北海道産契約栽培小麦粉100%使用の無かんすい乾麺を使用。無添加調味料付きです。(GMO飼料不分別)

**604** **G不使用**  
阿部製粉 **国内産強力小麦粉ゆきちから**  
180日以上/麦  
1kg **340円**(税込) **367円**(税込)  
**605** **G不使用**  
阿部製粉 **国内産薄力小麦粉シラネ**  
180日以上/麦  
1kg **340円**(税込) **367円**(税込)  
**606** **G不使用**  
あづまの国の地粉 **あづまの国の地粉**  
6ヶ月以上/麦  
600g **330円**(税込) **356円**(税込)  
関東産の小麦を味わい深い部分まで挽き込み、原料本来の味が生きている自然の色をした中力粉の小麦粉です。

**607** **8 G不使用**  
創健社 **パンケーキオハイミックス無糖**  
90日以上/麦  
400g **390円**(税込) **421円**(税込)  
小麦粉に自家焙煎した小麦胚芽を加え、しっとりとした食感と香ばしさを出したミックス粉です。

**608** **G不使用**  
庄内協同ファーム **もちっ粉**  
90日以上/米  
200g **380円**(税込) **410円**(税込)  
庄内協同ファームの特別栽培もち米「でわもち」を100%使用したもち粉です。団子やかしわ餅などに。

**609** **G不使用**  
桜井食品 **パン粉**  
2ヶ月以上/麦  
200g **290円**(税込) **313円**(税込)  
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。

**610** **G不使用**  
桜井食品 **片栗粉**  
3ヶ月以上  
200g **225円**(税込) **243円**(税込)  
**611** **G不使用**  
桜井食品 **お米を使った天ぷら粉**  
1年/米  
200g **320円**(税込) **346円**(税込)  
関東産の小麦を味わい深い部分まで挽き込み、原料本来の味が生きている自然の色をした中力粉の小麦粉です。

**612** **G不使用**  
庄内協同ファーム **あおこちゃん(青きな粉)**  
90日以上/豆  
130g **250円**(税込) **270円**(税込)  
農業・化学肥料不使用栽培の青大豆を低火力焙煎で香ばしく、きめ細かに仕上げました。

**613** **8**  
かまか商店 **ピーナッツこなご**  
3ヶ月/落  
60g **450円**(税込) **486円**(税込)  
落花生を炒り上げてミキサーですりおろしました。

**614** **G不使用**  
金子製麺 **ぼんぼん麺 ちゃんぼん味**  
6ヶ月以上/麦  
2人分(200g) スープ付 **310円**(税込) **335円**(税込)  
中井町産小麦粉を使用した中細麺に無添加ちゃんぼんスープを付けました。茹でこぼし不要です。

**615** **G不使用**  
金子製麺 **昆布そうめん**  
3ヶ月/麦  
200g **228円**(税込) **246円**(税込)  
昆布の粉末とわかめの粉末を練り込んだ独特の味わいのするそうめんです。食欲の落ちる夏場に栄養価が高く美味しく食べられます。

**616** **G不使用**  
金子製麺 **全粒粉ひやむぎ**  
3ヶ月/麦  
240g **240円**(税込) **259円**(税込)  
小麦の粒を丸ごと挽いた全粒粉で製造した冷麦です。歯応えのある、香りとのど越しの良い麺です。

**617** **G不使用**  
山本食品 **秘伝の蔵出し八割そば**  
6ヶ月以上/麦・そば  
250g **360円**(税込) **389円**(税込)  
国内産のそば粉8割と長野県産小麦粉2割を使い、秘伝の技術で道り上げました。ゆで時間5~6分

**618** **G不使用**  
横山製粉 **北の Pasta**  
3年/麦  
400g **330円**(税込) **356円**(税込)  
北海道産小麦「ゆめちから」と「きたほなみ」をブレンドしました。太さ1.7mm 茹で時間7分。

**619** **G不使用**  
庄内協同ファーム **白切もち**  
45日以上/米  
500g(12~13個) **650円**(税込) **702円**(税込)  
特別栽培された山形県庄内産のもち米「でわもち」を使用しました。

**620** **G不使用**  
菌茸椎茸協同組合 **ぱぱっとしいたけ**  
1年  
30g **435円**(税込) **470円**(税込)  
鳥取県産原木椎茸を使用。水戻しせずにチャーハンや餃子、スープなどの様々な料理にお使いいただけます。

**621** **G不使用**  
桜井食品 **片栗粉**  
3ヶ月以上  
200g **225円**(税込) **243円**(税込)  
**622** **G不使用**  
桜井食品 **お米を使った天ぷら粉**  
1年/米  
200g **320円**(税込) **346円**(税込)

**623** **G不使用**  
マツキ **棒寒天**  
3年  
2本 **470円**(税込) **508円**(税込)  
信州のきれいな水と厳しい寒さのなか、ひとつひとつ丁寧に自然凍結、自然乾燥させた手作りの無漂白寒天です。

**624** **G調味料**  
創健社 **ふりかけ45**  
6ヶ月/卵・豆・麦・米  
32g **220円**(税込) **238円**(税込)  
45種類の厳選素材をブレンドした、かつお風味のふりかけです。(GMO飼料不分別)

**625** **無農薬 無化学肥料**  
渡部農場(北海道) **あずき**  
300g **500円**(税込) **540円**(税込)  
北海道士幌町の渡部信一さん。

**626** **無農薬 無化学肥料**  
渡部農場(北海道) **金時豆**  
300g **530円**(税込) **572円**(税込)  
北海道士幌町の渡部信一さん。

**627** **無農薬 無化学肥料**  
渡部農場(北海道) **黒豆**  
300g **530円**(税込) **572円**(税込)  
北海道士幌町の渡部信一さん。

**628** **無農薬 無化学肥料**  
渡部農場(北海道) **紫花豆**  
300g **780円**(税込) **842円**(税込)  
北海道士幌町の渡部信一さん。

**629** **無農薬 無化学肥料**  
渡部農場(北海道) **大豆**  
300g **400円**(税込) **432円**(税込)  
北海道士幌町の渡部信一さん。

**630** **G不使用**  
アラス **国産天然芽ひじき**  
30日以上  
30g **380円**(税込) **410円**(税込)  
国産の天然芽ひじきです。煮物や和え物などに。

**631** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **乾のり**  
6ヶ月以上  
全型10枚入 **380円**(税込) **410円**(税込)  
神奈川県の走水、長井、金沢で養殖された海苔を焼き上げました。

**632** **G不使用**  
アラス **国産天然芽ひじき**  
30日以上  
30g **380円**(税込) **410円**(税込)  
国産の天然芽ひじきです。煮物や和え物などに。

**633** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**634** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**635** **G不使用**  
北村物産 **伊勢志摩産カットわかめ**  
6ヶ月以上  
12g **313円**(税込) **338円**(税込)  
晩冬から初春にかけて刈り穫られる、肉厚な風味豊かな伊勢志摩産わかめです。15~16倍に増えます。

**636** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**637** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**638** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**639** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**640** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**641** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**642** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**643** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**644** **G不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦長ひじき**  
6ヶ月以上  
50g **490円**(税込) **529円**(税込)  
神奈川県のひじきを原藻から厳選し乾燥加工しました。煮物やサラダ、酢の物、炊き込みご飯などに。

**担当おすすめレシピ**

### トマトと夏野菜の寒天寄せ

**材料(4人分)**  
寒天1本、トマト1個、きゅうり5cm、オクラ3本、コーン缶のコーン大さじ2、だし汁500ml、【A】薄口しょうゆ大さじ1、塩小さじ1、みりん大さじ2、【B】だし汁大さじ4、しょうゆ大さじ1、みりん大さじ1

**作り方**

- ① トマトはざく切り、きゅうりはちょう切り、オクラは茹でて小口切りに切っておきます。コーン缶のコーンは水を切っておきます。
- ② 寒天は水でよく洗い汚れを落とし、しっかりと絞って細かくちぎり、だし汁を入れた鍋に加え、そのまま1時間ほど置いてから強火にかけ、木べらでかき混ぜながら煮溶かします。
- ③ 【A】で味を付け、火から下ろして、水につけて粗熱を取ります。お好みの型に寒天液をこし器でこしながら入れ、①を散らして冷蔵庫で冷やし固めます。
- ④ 【B】を鍋に入れてひと煮立ちさせたかつゆは冷やしておきます。食べやすい大きさに切った③を器に盛りかけかつゆをかけて出来上がり。

**623** **棒寒天**  
3年  
2本 **470円**(税込) **508円**(税込)  
信州のきれいな水と厳しい寒さのなか、ひとつひとつ丁寧に自然凍結、自然乾燥させた手作りの無漂白寒天です。

**630** **生協だしパック**  
6ヶ月  
10g×20袋 **350円**(税込) **378円**(税込)  
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。

**631** **G不使用**  
札幌中一 **カット日高昆布**  
365日  
30g **250円**(税込) **270円**(税込)

**632** **G不使用**  
札幌中一 **カット羅臼昆布**  
365日  
100g **830円**(税込) **896円**(税込)

**633** **G不使用**  
札幌中一 **カット利尻昆布**  
365日  
50g **440円**(税込) **475円**(税込)

**634** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**635** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**636** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**637** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**638** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**639** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**640** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**641** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)

**642** **G不使用**  
札幌中一 **きざみ昆布(棹前昆布)**  
365日/米  
60g **350円**(税込) **378円**(税込)



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



北海道産小麦粉を100%使い、手延べで仕上げました。

徳島県つるぎ町 **小野製麺**

江戸時代からの歴史がある半田めん。コシの強さとのおとし、古くから受け継がれた手作り製法で一本ずつ丹念に作り上げられたそうめんは、おいしさのわかる太さです。



原材料/小麦粉(北海道)、食塩、食用植物油[ひまわり]

小野製麺 手延半田めん 730日/麦

640 320g 430円(税込) 464円  
**641** 5袋 2150円(税込) **2000**円(税込) 2160円

おまとも **特価**

愛媛県西予市 **網元 祇園丸**



**祇園丸のちりめん山椒**  
 青く澄んだ愛媛・明浜の海より、漁獲から加工まで一貫生産の天日干しちりめんを、厳選した調味料でじっくり炊き上げました。だんだん畑と魚付保安林に守られた自然豊かな海でとれたちりめんと山椒が、おいしい水と米で作られた純米酒と出会い生まれました。

甘辛くて **ごはんのお供にぴったりです**



田中屋純正 濃口醤油使用

原材料/いわし稚魚(愛媛県宇和島)、清酒、みりん、醤油、実山椒(愛媛県)、砂糖  
**644** 蔵G不使用 網元 祇園丸 15日以上/豆・麦・米  
**無茶々園のちりめん山椒** 通常本体 40g **500**円(税込) **480**円(税込) 518円

果汁だけでなく、皮まで「すだち」を丸ごと使いました



原材料/すだち果汁[すだち(徳島県)]、すだち果皮[すだち(徳島県)]

**642** 蔵G不使用 野田ハニー食品工業 90日以上  
**果皮入り すだち果汁100%** 100ml **450**円(税込) 486円

徳島県産すだちの果汁に果皮を入れました。焼き魚や唐揚げなどに。

天然ならではの肉厚な舌ざわりとなめらかな歯ごたえ



原材料/天然ワカメ(徳島県鳴門)、食塩

**643** 蔵G 鳴門魚類 30日以上  
**鳴門産天然塩蔵わかめ** 200g **580**円(税込) 626円

徳島県鳴門産の希少な天然わかめを湯通し後に塩漬けしました。塩抜きしてからお使いください。

愛媛県松山市 **田中屋**

風味豊かなめんつゆです



原材料/醤油、みりん、純米酒、砂糖、かつお削り節、昆布  
**645** 蔵G不使用 田中屋 90日以上/豆・麦・米  
**田中屋めんつゆ二倍濃縮** 250ml **450**円(税込) 486円

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。



**646** 蔵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**円(税込) 356円

純正濃口醤油に再び麺を入れて、再発酵させました。刺身や煮物などに。



**647** 蔵G不使用 田中屋 90日以上/豆・麦  
**田中屋純正濃口醤油** 250ml **380**円(税込) 410円

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。



**648** 蔵G不使用 田中屋 90日以上/豆・麦・米  
**田中屋焼肉のたれみそ味** 228g **550**円(税込) 594円

純正濃口醤油とみそをベースに、三河みりん、粗製糖、にんにく、生姜などを加えて仕上げました。



**649** 蔵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**円(税込) 756円

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、オリーブオイルを合わせて仕上げました。

岡山県瀬戸内市 **名刀味噌本舗**



名刀味噌本舗は岡山県瀬戸内市備前長船にある味噌屋です。日々、発酵と向き合いながら、乾燥こうじをはじめ無添加のあま酒や味噌などを製造しています。

毎日混ぜて、育てる楽しみ。家庭でつくる発酵食品



原材料/大麦(佐賀県)、大豆(岡山県)

**181122** 蔵G不使用 名刀味噌本舗 90日以上/豆

**ひしおの糀** 550g **940**円(税込) 1015円

醤油と水を足して、気軽にひしお(もろみ味噌)作りが楽しめます。

自然醸造ならではの甘味や風味が食欲をそそります



原材料/大麦(佐賀県)、大豆(岡山県)、食塩、醤油

**181134** 蔵G不使用 名刀味噌本舗 60日以上/豆・麦

**名刀味噌の手作りひしお** 250g **450**円(税込) 486円

佐賀県産大麦と岡山県産大豆の麹をつくり、塩と醤油を加え、約3週間熟成させました。ごはんのお供や野菜スティックに。



北海道北斗市 **末廣軒**

北斗市をはじめ、北海道産の食材にこだわった洋菓子作りをしています。もともとが和菓子の個人商店だったので、和菓子と洋菓子の技術を活かしたものづくりが魅力。季節のイベントや日常使いでも、地元にも長く愛され親しまれています。



ふんわり焼き上げたスポンジと新鮮な生クリームが絶妙です



原材料/卵(北海道)、砂糖、生クリーム、小麦粉、牛乳、蜂蜜、アーモンド粉/バニラ香料(卵・乳GMO飼料不分別)

**650** 凍 末廣軒 30日以上/卵・乳・麦  
**純生ロールケーキ** 1本 **1480**円(税込) 1598円

北海道産の新鮮な原料をふんだんに使用しています。冷蔵庫で3時間、常温で1時間程度解凍してください。

「よつ葉乳業」の生クリームに変えたスペシャル仕様!

美味しい甘酒をつくるためにつくられた麹



原材料/米(岡山県)

**181146** 名刀味噌本舗 90日以上/米  
**乾燥あま酒こうじ** 500g **940**円(税込) 1015円

岡山県産米を糖化酵素が多くなるように作った甘酒づくりに向いた麹です。甘酒づくりや味噌づくりなどに。

玄米独特の粒々感と風味をお楽しみください



原材料/米麹(岡山県、京都府)、うるち玄米(岡山県)

**181158** 名刀味噌本舗 30日以上/米  
**名刀 玄米の甘酒** 400g **530**円(税込) 572円

玄米ならではのぶちっとした食感と食物繊維、ビタミンBなど栄養素が豊富。濃縮タイプ、1袋で6人前です。600~700mlのお湯などで希釈してください。

米麹だけの自然な甘味と果物のような酸味がとろける味わい



原材料/米麹(岡山県、京都府)、うるち米(岡山県)、乳酸菌

**181160** 名刀味噌本舗 30日以上/米  
**名刀 糀ネクター1P** 150g **280**円(税込) 302円

米麹100%の甘酒に長年の味噌づくりで住み着いた良質な感付きの野生の乳酸菌を加え数日間低温で発酵。ストレートタイプなのでそのままお飲みいただけます。

柔らかな味わいで茶葉本来の自然な甘みを感じることが出来ます



原材料/茶(島根県)

**181171** 蔵G不使用 西製茶所 6ヶ月以上  
**出雲国産紅茶ティーバッグ** 60g(3g×20) **545**円(税込) 589円

島根県出雲市で化学合成農薬・化学肥料を使用せずに栽培された茶葉を原料としています。タグや紐のついていないティーバッグの形状です。

ソフトな酸味とさわやかな香り



**181183** 宮崎果汁 90日以上  
**木熟しほり日向夏ジュース果汁100%** 500ml **2600**円(税込) 2808円

木になった状態で熟した日向夏を搾った100%ストレートジュースです。

**181195** 蔵G調味料 宮崎果汁 90日以上  
**ガバドリンク** 720ml **1300**円(税込) 1404円

宮崎県の自社農園にて栽培した、鮮やかなピンク色と特有の甘い香りのピンクグアバの生果汁を使用しています。