



明るく元気な毎日へ

# tento

【おてんと】



商品お届けカレンダー

	月	火	水	木	金
注文書回収	9/5	6	7	8	9
商品配達	9/12	13	14	15	16
特別企画商品配達	9/19	20	21	22	23

2022年  
9月2回23号

## 長寿の秘訣

# 豚肉でアンチエイジング



### ちょっと雑学

9月19日(月)は敬老の日

敬老の日は、「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」ことを目的として、祝日法で9月15日に制定されました。その後、ハッピーマンデー制度が導入されたことから、平成15年(2003年)より「9月の第3月曜日」となったそうです。



やまゆり生協の皆様、この度は創立40周年おめでとうございます。また、組合員の皆様へ心よりお祝いとお礼を申し上げます。

弊社、有限会社高橋は1950年の創業以来、健康の根源である安心・安全な食べ物を皆様にお届けすることをモットーとし、山梨県の大自然で育った豚の中から弊社目利き職人が厳選した良質な豚肉を、自信を持ってお客様へ提供しております。おかげ様で、組合員の皆様へお肉をお届けするようになって早34年の月日が経ちました。いろいろな出来事がありながらも、常に組合員の皆様の食と健康を一番に考え、やまゆり生協の皆様の多大なるご支援ご協力のもとで、今日を迎えられており、改めて感謝申し上げます。

コロナ禍で健康の有難みが再認識される今日この頃、組合員の皆様の健康の一助となるべく、安心・安全で、美味しく良質なお肉をお届けし続けられるよう今後とも邁進してまいります。

有限会社高橋 代表取締役社長 高橋洋

年齢を重ねると動物性タンパクは敬遠されがちですが、豚肉に含まれるビタミンB群には、エネルギー代謝を助けるといわれているビタミンB1や、疲労回復にいいとされるビタミンB2、ナイアシン、ビタミンEが豊富に含まれています。また、豚肉の赤身に多く含まれる必須アミノ酸のひとつ、トリプトファンはセロトニンを増やす働きが期

待でき、うつ病予防に効果があると言われていています。その他、脂肪酸に含まれるアラキドン酸は、脳の記憶力を高める働きを持っていますし、ボケの防止など、脳の老化防止にも役立つ栄養素といわれています。今回は、紅しょうがを豚肉で巻いた、大人向けの天ぷらを作ってみました。おもてなしやパーティーメニューにもおすすめです。

### 担当者おすすめ

## レシピ 豚肉と 紅しょうがの ロール天ぷら

### 作り方

- ①豚ロース肉に塩・こしょうを振り、紅しょうがを載せ手前から巻きます。
- ②ボウルに天ぷら粉、水を入れさっと混ぜ合わせます。
- ③①を②につけて180℃に熱した油で5分ほど揚げて完成です！

### 材料(2人分)

- 豚ロース肉(生姜焼き用) ..... 200g
- 紅しょうが(千切り) ..... 50g
- 塩・こしょう ..... 適量
- 天ぷら粉 ..... 50g
- 水 ..... 適宜
- サラダ油 ..... 適量

### 今回使用の材料

**特** 260 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚生姜焼き用 200g 670円 **658円**(税込711円)

**352** 紅しょうが

**128** ピーマン

**173** 舞茸

**571** 一番搾り 純正なたね油

**619** お米を使った天ぷら粉

豚ロース肉を生姜焼き用にスライスしました。2mm厚。

### バラ凍結だから調理しやすい さんま三枚おろし



●さんまの梅しそ揚げ

秋の魚と言えば「さんま」です。塩焼きやソテー、フライや天ぷら、蒲焼等いろいろなメニューでお楽しみください。

4ページ

### いろいろなシーンで大活躍 秋川牧園のお徳用からあげ



秋川牧園の若鶏のむね肉でつくったやわらかくてジューシーなからあげです。パーティーやお弁当などにおすすめのお買得商品です。

7ページ

### 三ツ星の美味しさを目指す ISフーズの瓶詰



瀬戸内海をはじめ日本各地の豊かな海で水揚げされる国産水産物を「1つ1つに真心を」をモットーに、職人の手作業で食材本来の味を追求し、加工製造しています。

16ページ



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



無農薬 栽培期間中化学合成農薬を使用していない農産物



低農薬 栽培期間中化学合成農薬を一部使用している農産物

**予約受付** **おきたま興農舎の木成り完熟りんご**

2回限定 やまゆり組合員のために、予約を受けた分は樹の上で熟させます

本田さんご夫妻 片平文男さん

尾箸庄造さん 金子吉孝さん

**農家が畑で食べるような旬のりんご**

低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **今季初**

10月2日 **今頃は貴重な品種になりました この酸味は紅玉ならではの**

113 紅玉 約4.5kg **3290円**(税込) **3553円**

11月1日 **極上の甘みは完熟ならではの 農産担当者おすすめ青いりんご**

114 王林 約5kg **3080円**(税込) **3326円**

11月3日 **ふじの味わいに色づきの良さが加わった紅色の強い品種**

115 紅ふじ 約5kg **3000円**(税込) **3240円**

11月4日 **酸味と甘みのバランスがよい代表品種。毎年絶大な人気です**

116 ふじ 約5kg **3000円**(税込) **3240円**

紅玉について…この紅玉は完熟で収穫しているので、シャキシャキ感が早く失われていきます。届きましたら、なるべく早くお召し上がりください。食べきれないりんごは冷蔵庫で保存するか、ジャムなどに加工し、紅玉の酸味を生かしたお菓子作りをお楽しみください。

**食感はまだやかで甘味は良好です。常温において置き、黄色くなったら食べごろです**

今季初

2個お届けは

119 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **洋梨(パートレット)**

2個 **470円**(税込) **508円**

山形県高島町の中川敏男さん他。レッドパートレットをお届けすることもあります。

追熟の方法…暑すぎる場所でも追熟はうまくいきません。20℃ぐらいの室温での追熟がお勧めです。涼しい場所がない場合は袋や容器に保冷剤を入れて、そこに洋梨を入れるなど工夫をお願いいたします。傷があると、追熟中に腐ってしまいますので、取扱いにご注意ください。また、十分熟した場合は、冷蔵庫での保存をおすすめします。

**貴重な自然農法のぶどう**

香りと酸味が楽しめるぶどうです

今回限定

120 無農薬 無化学肥料 稲泉農園(山形県) **稲泉さんのぶどう(ナイアガラ)**

1kg箱 **2000円**(税込) **2160円**

山形県鶴岡市の稲泉浄人さん。ホルモン剤不使用の種有りぶどうです。

**どんなぶどうが入るかお楽しみ♪** **今回限定**

以下の種類から2種類選んでお届けします

シャインマスカット…甘みがしっかりと皮ごと食べる新品種

ピオーネ…皮がややむきにくい、皮の近くに甘みがあるので、皮ごと食べる方もいます。

高尾…黒ぶどうの中で最高の味と言われている。先のとがった細長い形をしています。皮ごと食べる方もいます。

クインシーナ…大粒の赤ぶどう。強い甘みがあります。皮は比較的薄く、渋みも少ないので食べられなくはないようです。

121 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **大沼さんのぶどう詰合せ(直送)**

2kg **6200円**(税込) **6696円**

山形県南陽市の大沼延男さん。種なし。

今年より、自宅外注文書はありません

組合員様以外へのお届けをご希望の場合は、お手数ですが送り先と送り主のメモを以下のような方法で、わかりやすくご提出をお願いいたします。

- ・自宅外でも注文書に数字を入れてください
- ・メモを注文用紙にクリップで止める(ホッチキスは避けてください)
- ・青い通い袋にわかりやすく入れる
- ・配送スタッフにメモがあることを一声かけていただく
- また、以下ご了承ください
- ・お届け先によっては別途送料がかかる場合がございます

**適度な酸味と爽やかな甘みがあり、この時期ならではの果肉のシャキシャキ感**

6月の雹により「くぼみ」があります

今季初

117 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **訳ありおきたまのりんご(さんさ)**

3~4玉(900g以上) **635円**(税込) **666円**

山形県米沢市の尾箸庄造さん。

届いたらすぐに傷みがないかご確認をお願いします

この時期に美味しくいただけるりんごですが、酷暑の下では傷みやすくなっており、品質管理には気を付けておりますが、傷みがありましたら、お手数ですが、ご連絡ください。できるだけ冷蔵庫に入れて保存してください。

**紅玉のように小ぶりで酸味があります**

今季最終

118 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **おきたまのりんご(あかね)**

約4.5kg箱 **3000円**(税込) **3240円**

山形県米沢市の本田達義さん。果肉は純白で酸味があります。紅玉×ウースターペアメイン。

**果実の品位は極めて良く、マスカットの香りが高く、歯切れが良い品種です**

今回限定

山形県南陽市の大沼延男さん。種有です。

122 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **ぶどう(ネオマスカット)**

500g前後 **630円**(税込) **680円**

大きくない粒から溢れるこの果汁!

123 低農薬 低化学肥料 館野文雄(栃木県) **梨(豊水)**

2個 **470円**(税込) **508円**

栃木県小山市の館野文男さん。

\*りんご(さんさ)は「くぼみ」の下がコルク状になってしまっているものもお届けすることがあります。

\*梨は今季最終となる可能性があります。今年は小ぶりで不作のため、価格を更にあげさせていただきました。

124 有機 JAS ベルー、エクアドル、メキシコ **バナナ**

600g以上 **368円**(税込) **397円**

ペルーのRio Viejo-Latheran他、エクアドルのセリア・マリア農園、メキシコのチョコニータ農園よりお届け。

\*長島さんのきゅうり…欠品となる可能性があります。

\*トマトについて…今年も北海道の8月は雨が多くなっており色づきが悪いですが、村上農園も含め4ヶ所のどこからかのお届けとなります。

180774 低農薬 無化学肥料 中家農園(岐阜県)・肥後あゆみの会(熊本県) **トマト**

400g前後 **530円**(税込) **572円**

岐阜県高山市の中家重彦さん。又は熊本県肥後あゆみの会、千葉県のはぎわらふあーむよりお届けします。

125 無農薬 無化学肥料 いかす(平塚市) **ミニトマト**

180g **335円**(税込) **362円**

神奈川県平塚市の内田達也さん。

126 無農薬 無化学肥料 微生物農法の会(茨城県) **微生物農法のなす**

500g **288円**(税込) **311円**

茨城県行方市の小林保雄さん・長島昌裕さん。

127 無農薬 無化学肥料 清水浩二(山梨県) **きゅうり**

3本 **215円**(税込) **232円**

山梨県北杜市の清水浩二さん。

180749 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。

128 無農薬 無化学肥料 微生物農法の会(茨城県) **ピーマン**

150g **175円**(税込) **189円**

茨城県行方市の長島昌裕さん他。

129 低農薬 低化学肥料 赤坂農園(秦野市) **嘉一さんのピーマン**

300g **250円**(税込) **270円**

神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。

130 無農薬 無化学肥料 湘南森と農の研究会(神奈川県) **ししとう**

100g **235円**(税込) **254円**

神奈川県平塚市の小巻秀任さん。

131 無農薬 無化学肥料 農民連奈良産直センター(奈良県) **オクラ(角/丸)**

100g **175円**(税込) **189円**

奈良県宇陀市の石本淳史さん。

132 無農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **おきたまの枝豆**

300g **480円**(税込) **518円**

山形県高島町の高橋康浩さん他。

180518 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。

180531 無農薬 無化学肥料 農民連奈良産直センター(奈良県) **おかわかめ**

100g **205円**(税込) **221円**

奈良県五條市の福谷龜義さん。

133 無農薬 無化学肥料 NO-RA~農楽~(愛川町) **ツルムラサキ**

120g **198円**(税込) **214円**

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

134 無農薬 無化学肥料 NO-RA~農楽~(愛川町) **空芯菜**

150g **198円**(税込) **214円**

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

今季初

135 有機 JAS 農民連奈良産直センター(奈良県) **春菊**

100g **214円**(税込) **231円**

奈良県宇陀市の石本淳史さん他。関西地方で「きくな」と呼ばれる品種です。農薬・化学肥料不使用。

136 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。

180804 低農薬 無化学肥料 北軽井沢有機ファミリー(群馬県) **サニーレタス**

1個 **215円**(税込) **232円**

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。

180798 低農薬 無化学肥料 北軽井沢有機ファミリー(群馬県) **レタス**

1個 **215円**(税込) **232円**

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。

180816 低農薬 無化学肥料 北軽井沢有機ファミリー(群馬県) **グリーンリーフレタス**

1個(約200g) **215円**(税込) **232円**

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。

180786 低農薬 低化学肥料 ベジタブルワークス(北海道) **ブロッコリー**

1個 **300円**(税込) **324円**

北海道真狩村の佐々木伸さん他。

137 有機 JAS 農民連奈良産直センター(奈良県) **水菜**

100g **150円**(税込) **162円**

奈良県宇陀市の石本淳史さん。

138 無農薬 無化学肥料 神奈川産 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。

139 蔵 無農薬 無化学肥料 サラダコスモ(長野県、岐阜県) **ブロッコリーの新鮮新芽**

30g **128円**(税込) **138円**

料理に散らしたりスープなどにも。

**サンドイッチにも♪**

こまかく細いですが、ぱりぱりとしてみずみずしい食感が特徴です。種子は安全性を確認したイタリア産。

140 蔵 無農薬 無化学肥料 サラダコスモ(長野県、岐阜県) **アルファルファ**

80g **105円**(税込) **113円**

141 蔵 有機 JAS 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、紅芯大根又はピーツ、水菜など5種類を厳選。洗浄済み。

**新**

180830 蔵 有機 JAS 長岡物産(静岡県) **ピーツ(スライス)**

300g前後 **888円**(税込) **959円**

その時期の旬の国産有機栽培のピーツを厳選。洗浄済み。

142 蔵 有機 JAS 長岡物産(静岡県) **大根と人参(旬の野菜具材カット)**

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。

今季最終

181754 蔵 有機 JAS 長岡物産(静岡県) **コーン入りグリル野菜(旬具材カット)**

600g前後 **930円**(税込) **1004円**

180830 蔵 有機 JAS 長岡物産(静岡県) **ピーツ(スライス)**

300g前後 **888円**(税込) **959円**

その時期の旬の国産有機栽培のピーツを厳選。洗浄済み。

**新**

**181742** 無農薬 無化学肥料  
長岡物産(静岡県) ◎3日  
**かぼちゃ(馬蹄カット)**  
10枚 **858円**(税込) **927円**(税込)

その時期の旬の国産有機栽培のかぼちゃを厳選。洗浄済み。

**143** 無農薬 無化学肥料  
サラダコスモ(長野県、岐阜県) ◎3日  
**有機小松菜入り野菜ミックス**  
200g **160円**(税込) **173円**(税込)

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。

**144** 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**(税込)

中国産有機緑豆使用。

神奈川県産

**150** 低農薬 低化学肥料  
赤坂農園(秦野市)  
**さつまいも(紅はるか)**  
500g **298円**(税込) **322円**(税込)

神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。

規則正しい生活と、自分の野菜が皆さんに喜んでいただけることがパワーの源!

神奈川県産

**152** 無農薬 無化学肥料  
赤坂農園(秦野市)  
**里いも**  
500g **330円**(税込) **356円**(税込)

神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。

里芋は縄文時代から栽培されてきたという説もある、私たちの食文化に密接に関係している野菜のひとつです。秦野市渋沢の栗原嘉一さんは、自家種で『やいち』という品種を作り続けています。主に煮物にして食べることが多いと思いますが、味噌汁やカレー、シチュー、マッシュ里芋などもおすすめです。栄養価はでんぷんと食物繊維が豊富です。また、いも類のなかでもっともカリウムが豊富です。独特のぬめりは『ムチン』や『ガラクトン』という成分で、胃壁の保護や免疫力の向上が期待できます。

**146** 無農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町) /落  
**ジャンボ生落花生**  
300g **668円**(税込) **721円**(税込)

神奈川県中井町の大原好文さん。品種は大きくて甘みも強い「おおまさりネオ」。

**落花生のゆで方**  
塩加減...ゆでる水の3~4%の塩  
土付きの場合はしっかり洗い落とし、熱湯で50分~1時間落し蓋をして茹です。少し硬ければさらに数分茹でてください。できるだけ早く食べましょう。

神奈川県産

**147** 無農薬 無化学肥料  
Nishio Farm(北海道)  
**にんじん**  
400g **250円**(税込) **270円**(税込)

北海道空知郡上富良野町の西尾菜緒さん。農薬・化学肥料不使用。

※イメージ

**149** 低農薬 無化学肥料  
石田観光農園(群馬県)  
**とうもろこし**  
1本 **230円**(税込) **248円**(税込)

群馬県吾妻郡の石田俊雄さん他。

**151** 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**(税込)

北海道芽室町の久世透さん他。

神奈川県産

**180713** 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**(税込)

神奈川県中井町の大原好文さん。

※イメージ

**148** 低農薬 無化学肥料  
山崎隆弘(兵庫県)  
**玉ねぎ**  
800g **445円**(税込) **481円**(税込)

兵庫県淡路市の山崎隆弘さん。

**149** 低農薬 無化学肥料  
石田観光農園(群馬県)  
**とうもろこし**  
1本 **230円**(税込) **248円**(税込)

群馬県吾妻郡の石田俊雄さん他。

・今年より今まで案内していた北海道のスイートコーンは、除草剤を使うことになったため企画ができなくなりました。  
・北軽井沢ファミリーのとうもろこしも農薬・化学肥料を使用せざるを得なくなってきてしまいました。  
・今回有機のとうもろこしをご希望の方は、カットのコーン入りグリルセットをお求めください。

**153** 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**(税込)

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。

神奈川県産  
今季最終

**180506** 無農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町)  
**じゃがいも(キタアカリ)**  
800g **368円**(税込) **397円**(税込)

神奈川県中井町の大原好文さん。

**154** 低農薬 無化学肥料  
川島農園(熊本県)  
**川島さんのれんこん**  
350g **345円**(税込) **373円**(税込)

熊本県宇城市の川島勝彦さん。(有機JAS認証農薬のみ使用)

**155** 無農薬 低化学肥料  
丸忠園芸組合(宮崎県)  
**ごぼう**  
300g **275円**(税込) **297円**(税込)

宮崎県小林市の税所篤朗さん。

※イメージ

**156** 低農薬 低化学肥料  
ケーアイ農産(青森県)  
**大根**  
1本 **345円**(税込) **373円**(税込)

青森県八戸市の岩間京子さん他。7月以降は有機許容農薬(自然由来)を場合により使用予定。

神奈川県産

**157** 無農薬 無化学肥料  
いかず(平塚市)  
**カットかぼちゃ**  
500g前後 **368円**(税込) **397円**(税込)

神奈川県平塚市の内田達也さん。

**158** 無農薬 無化学肥料  
四万十生産グループ(高知県)  
**ミニかぼちゃ(ぼっちゃん)**  
約350g以上 **300円**(税込) **324円**(税込)

高知県四万十市の大石穂さん他。

追熟で甘みが増し食感も変化する不思議なかぼちゃ

**159** 無農薬 無化学肥料  
Nishio Farm(北海道)  
**かぼちゃ(味平)**  
1個 **665円**(税込) **718円**(税込)

北海道空知郡上富良野町の西尾菜緒さん。味平という甘い品種。時間とともに粉質から粘質に変化。

**160** 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**(税込)

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。

**161** 無農薬 低化学肥料  
甘楽町有機農業研究会(群馬県)  
**長ねぎ**  
300g **368円**(税込) **397円**(税込)

群馬県甘楽郡の新井俊春さん他。

山形県川西町の和田憲夫さん他。葉が柔らかく、風味もよく、ほとんど根っこまで食べられます。

**162** 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**(税込)

高知県香美市の小田々智徳さん他。

**163** 無農薬 低化学肥料  
大地と自然の恵み(高知県)  
**有機ニラ**  
100g **168円**(税込) **181円**(税込)

**164** 無農薬 低化学肥料  
北総ベジタブル(千葉県)  
**イタリアンパセリ**  
12g **238円**(税込) **257円**(税込)

千葉県芝山町の平山茂己さん他。

**169** 無農薬 低化学肥料  
大原農園(中井町)  
**近江しょうが**  
100g **180円**(税込) **194円**(税込)

神奈川県中井町の大原好文さん。

**165** 無農薬 低化学肥料  
わ〜ふぁ道本(千葉県)  
**パクチー**  
30g **288円**(税込) **311円**(税込)

千葉県香取郡の篠塚正男さん。

**166** 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**(税込)

茨城県稲敷郡の吉田孝吉さん。

「花みょうが」と言われる大和伝統野菜

今季最終

奈良県五條市の稲田均さん。

**167** 無農薬 無化学肥料  
農民連奈良産直センター(奈良県)  
**みょうが**  
50g **165円**(税込) **178円**(税込)

通常のものよりふわっとゆるい感じの品種となります。

神奈川県産

**168** 無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛知県)  
**にんにく(バラ)**  
60g前後 **240円**(税込) **259円**(税込)

神奈川県愛知町の千葉康伸さん。

**170** 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**(税込)

高知県四万十町の石塚さん他。

畑の美味しいところをお届けします 神奈川県産

**171** 無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛知県)  
**千葉さんの野菜セット**  
3品 **630円**(税込) **680円**(税込)

神奈川県愛知町の千葉康伸さん。

種はすべて自家採取!

\*昨年実績:空芯菜又はモロヘイヤ オクラ ビーマン 玉ねぎ じゃがいも

**172** 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**(税込)

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。

**173** 無農薬 無化学肥料  
浪田産業(北海道)  
**舞茸**  
100g **228円**(税込) **246円**(税込)

北海道厚岸郡厚沢部町の浪田潤介さん。

**174** 無農薬 無化学肥料  
えのきボーヤ(長野県)  
**えのき茸**  
200g **130円**(税込) **140円**(税込)

長野県安曇野市の宮沢高一さん。

**176** 無農薬 無化学肥料  
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**(税込)

舞茸・ぶなしめじ・えのき茸をセットにしました。

**177** 無農薬 無化学肥料  
北村きのこ園(鳥取県)  
**エリンギ**  
100g **218円**(税込) **235円**(税込)

鳥取県八頭町の北村大司さん。

**179** 無農薬 無化学肥料  
三幸(長野県)  
**株とりぶなしめじ**  
200g **198円**(税込) **214円**(税込)

長野県上伊那郡中川村の樽沢春幸さん。きのこご飯、和え物、煮物、きのこ汁などに。

**180** 無農薬 無化学肥料  
舟形マッシュルーム(山形県)  
**ブラウンマッシュルーム**  
100g **228円**(税込) **246円**(税込)

山形県舟形町の長澤光芳さん。

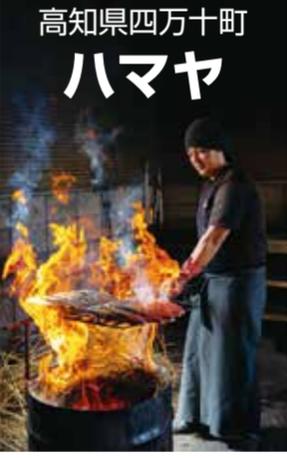
**182** 無農薬 無化学肥料  
山口椎茸園(愛知県)  
**原木生しいたけ**  
100g **268円**(税込) **289円**(税込)

愛知県豊川市の山口貴鋭さん。原木は岐阜・長野県産。

**183** 無農薬 無化学肥料  
三幸(長野県)  
**ほくしたぶなしめじ**  
150g **218円**(税込) **235円**(税込)

長野県上伊那郡中川村の樽沢春幸さん。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。

### 高知県四万十町 ハマヤ



鮮度抜群の船内冷凍された鯉を四万十川流域の米ワラで熟練の職人が丹精込めて一節一節手作業で焼き上げた土佐を代表するワラの香りと風味豊かな完全ワラ焼き鯉タタキです。

### 定番のゆずポン酢と シンプルな塩タタキを楽しめます

9月3回



原材料/カツオ(静岡県)、タレ[醤油、ゆず果汁、醸造酢、本みりん、発酵調味料、かつおだし、昆布だし、かつお節エキス、かつお節]、天日塩

一本釣りのカツオを四万十川流域の稲ワラで焼き上げました。解凍してください。ゆずポン酢と天日塩付です

**184** 📦凍📦不使用  
ハマヤ ◎30日以上/豆・麦・米  
**完全ワラ焼き龍馬タタキ**  
300g (税込) **1450円(1566円)**  
タレ・塩付



**185** 📦凍  
マストミ ◎15日  
**メバチマグロ短冊**  
100g **570円(616円)**  
船内凍結のメバチマグロの冊です。解凍後、お刺身や漬けなどに。



**186** 📦凍  
マストミ ◎15日  
**天然南マグロ切り落とし赤身**  
70g **540円(583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。



**187** 📦凍📦不使用  
マストミ ◎15日以上/豆・麦・米  
**まくろ漬け丼(びん長)**  
80g×2 **540円(583円)**  
鮮度の良いピンチョウ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。

### あっさりとしたクセのない味わい

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。

**188** 40g×2 **340円(367円)**  
**189** 徳用 40g×4 通常本体 **680円(691円)** 税込 **640円**

📦凍📦不使用  
マストミ ◎15日  
**キハダまぐろたたき身**

原材料/まぐろ [キハダマグロ(太平洋)、菜種油]



**190** 📦凍  
マル井 ◎90日以上  
**おろし本わさび**  
5g×6袋 **378円(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。



**191** 📦凍📦調味料  
千倉水産加工販売 ◎90日以上/豆・麦・米  
**あぶり焼きしめさば**  
2枚(140g) **498円(538円)**  
国産さばを三枚におろして調味液に漬け込み、皮目を炙りました。解凍後、お刺身や棒寿司などに。

### 小鯛がたっぷり入った、ほどよい酸味と甘さの酢の物

山口県産さだいをを使い、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。

**192** 📦凍📦調味料  
日本マリンフーズ ◎120日以上/米  
**小鯛とわかめの甘酢漬け**  
100g 通常本体 **298円(311円)** 税込 **288円**

### 昔ながらの手造り

銚子、九十九里沖合で漁獲された、鮮度の良い片口いわしをお酢などに漬け込み、ごま、生姜、唐辛子を加えました。

**193** 📦凍📦調味料  
カネヨン水産 ◎45日以上/米  
**いわしごま漬**  
100g **315円(340円)**

### 島香さんが目利きした旬の鮮魚を味わえます



**鮮度抜群のおまかせ鮮魚セット**



**194** 📦凍  
松岡水産 ◎90日以上  
**紅鮭スモークサーモン切り落とし**  
70g **480円(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燻方式でじっくりスモークしました。



**195** 📦凍  
千倉水産加工販売 ◎30日以上  
**いかそうめん**  
70g(2枚) **398円(430円)**  
国産するめいかをそうめん状に細切りにしました。解凍してください。



**196** 📦凍  
千倉水産加工販売 ◎30日以上  
**岩手県産水たこのお刺身**  
8~9枚(65g) **398円(430円)**  
岩手県釜石産水たこを刺身にスライスしました。解凍してください。



**197** 📦凍  
雄武漁業協同組合 ◎15日以上  
**雄武産ホタテ貝柱(生食用)**  
5~7玉(100g) **600円(648円)**  
北海道雄武産ホタテ貝柱の中でも4年貝に限定しました。解凍後、お刺身の他、カルパッチョや焼物などに。



**198** 📦蔵  
丸友しまか ◎2日  
**島香の鮮魚セット(冷蔵)**  
2~3種 **1680円(1814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。

**199** 📦凍  
鳴門魚類 ◎15日以上  
**天然銀毛鮭「雄宝」切身**  
3切(210g) **570円(616円)**  
原材料/銀毛鮭(北海道雄武)



**200** 📦凍📦不使用  
ダイヤモンド ◎60日以上  
**氷温塩秋鮭切身**  
3切(180g) **480円(518円)**  
北海道産秋鮭を塩水に漬け、氷温熱成製法でじっくりと旨みを引き出しました。解凍後、焼いてください。



**201** 📦凍  
東北トクスイ ◎180日  
**徳用ロシア産紅鮭切身**  
10切(550g) **1630円(1760円)**  
ロシア産の鮮度のよい紅鮭を切身にしてから塩水漬けにしました。解凍後、焼いてください。



**202** 📦凍  
鳴門魚類 ◎30日  
**天然ブリ切身**  
3切(210g) **630円(680円)**  
長崎産の天然ブリを切身にしました。解凍後、照焼きや煮物などに。



**203** 📦凍  
大六まぐろ ◎30日以上  
**銀ダラ切身**  
3切(240g) **1300円(1404円)**  
北太平洋で漁獲、船内凍結した銀ダラを切身にしました。解凍後、煮付けなどに。



**204** 📦凍  
大六まぐろ ◎15日以上  
**メカジキ端切**  
300g **730円(788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。



**205** 📦凍  
鳴門魚類 ◎30日  
**サバフィーレ(無塩)**  
2枚(200g) **380円(410円)**  
北部九州で漁獲された寒サバを3枚におろしました。解凍後、煮付けや味噌煮などに。



**206** 📦凍  
千倉水産加工販売 ◎30日以上  
**さんま三枚おろし**  
5~7枚(120g) **398円(430円)**  
北海道・三陸沖で漁獲されたさんまを三枚におろし、バラ凍結しました。解凍後、蒲焼きや揚げ物などに。



**207** 📦凍  
高橋徳治商店 ◎30日以上/卵・米・え  
**えびしんじょすりみ**  
150g **430円(464円)**  
インドネシアとマレーシア産の天然えびのすり身に山芋、長ねぎを加えました。解凍後、鍋などに。[GMO飼料不使用]

### 素材の旨みと食感を楽しめるつみれです

イワシとトビウオのたたき身に、ごぼうの笹がきを加え、やわらかく風味豊かに仕上げました。みそ汁などに。

**208** 📦凍📦調味料  
大新 ◎120日/豆・麦  
**いわしごぼうつみれ**  
180g 通常本体 **340円(356円)** 税込 **330円**

原材料/イワシ[マイワシ、ウルメイワシ]、トビウオ、玉ねぎ、ごぼう、馬鈴薯澱粉、小麦粉、魚骨、食塩、植物油、発酵調味液

### おひとり用にちょうど良い大きさ ほどよく脂がのっています



**209** 📦凍  
千倉水産加工販売 ◎90日以上  
**北海道産真ほっけ開き一汐干し**  
3枚(400g) 通常本体 **498円(527円)** 税込 **488円**  
北海道産真ほっけを開いて、塩のみで干し上げました。解凍後、焼いてください。



**210** 📦凍  
鳴門魚類 ◎30日  
**天然真アジ天日干**  
4尾(約280g) **550円(594円)**  
済州島沖で漁獲された旬の真アジを、赤穂の塩のみで天日干しました。解凍後、焼いてください。



**211** 📦凍  
伊豆中 ◎15日以上  
**真あじひもの(小)**  
4枚 通常本体 (140g) **368円(387円)** 税込 **358円**  
佐賀県産の小さめサイズの真あじを開きにして、海洋深層水塩を使って仕上げました。解凍後、焼いてください。



**212** 📦凍  
鳴門魚類 ◎30日  
**サバフィーレ天日干**  
2枚 **556円(600円)**  
済州島沖で漁獲された旬のサバを塩水に漬け、天日干して仕上げました。解凍後、焼いてください。



**213** 📦凍  
伊豆中 ◎15日以上  
**金目鯛開き**  
1枚(約200g) **698円(754円)**  
宮城県産金目鯛を「深海乃塩」を使用した塩汁に漬け込み、じっくり天日干しました。解凍後、焼いてください。



**214** 📦凍  
伊豆中 ◎10日以上  
**タチウオの干物**  
2切(約120g) **398円(430円)**  
主に長崎県産のタチウオの切身を塩水に漬け込み、乾燥させました。解凍後、焼き物やムニエルなどに。



**215** 📦凍  
能本水産 ◎30日以上  
**開き真ほっけ**  
1尾(250g) **700円(756円)**  
北海道羅臼沖の脂のつった真ほっけを、低温除湿乾燥でじっくり干し上げました。解凍後、焼いてください。



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



**217** 📦凍📦不使用  
伊豆中 ◎30日以上/豆・麦・米  
**骨取りさば味噌干し**  
8切(120g) **458円(495円)**  
ノルウェー産のさばを切身にし、甘めの味を付けてから干しあげました。解凍後、焼いたり、粉を付けて揚げてください。

### 山米鮮魚：山陰浜坂の旨い魚

"とろっ"ととろける食感と  
口いっぱいに広がる甘み



9月3日  
218 凍  
山米鮮魚 150g **698円** (税込754円)  
兵庫県浜坂港に水揚げされた新鮮な甘えびの頭を取りました。解凍後、お刺身などに。

調味料を厳選し  
絶妙な漬け加減で仕上げています



9月3日  
219 凍 G不使用  
山米鮮魚 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。

9月3日  
220 凍 G不使用  
山米鮮魚 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。

9月3日  
221 凍  
山米鮮魚 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。

手軽にフライパンで調理  
バジルとにんにくのいい香り



222 凍  
千倉水産加工販売 4切(240g) **498円** (税込538円)  
北海道産の秋鮭切身を、オリーブオイル、にんにく、こしょう、バジルの調味液に漬け込みました。解凍後、焼いてください。

223 凍  
伊豆中 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。

224 凍 G不使用  
ダイマツ 220g(4切) **450円** (税込486円)  
南太平洋洋で漁獲されたシルバーを調味液でまろやかな味に仕上げました。解凍後、焼いてください。

225 凍  
ダイマツ 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。

226 凍 G不使用  
ダイマツ 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。

227 凍  
東北トクスイ 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使用。使いやすいバラ凍結しました。解凍してからお料理に。

228 凍  
パプアニューギニア海産 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。  
229 凍  
千倉水産加工販売(丸一水産) 200g **398円** (税込430円)  
調理用するめいか

230 凍  
カネキ水産 180g **500円** (税込540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。パスタ、かき揚げなどに。

あさりの酒蒸しに  
主に北海道産あさりを砂だし後、手選別しました。軽く洗ってから汁物や酒蒸しなどに。  
231 蔵  
塩屋 180g **398円** (税込430円)  
活あさり

232 凍 G不使用  
渡邊水産 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。

233 凍  
リアス 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。

234 凍  
小倉食品 40g **498円** (税込538円)  
駿河湾で漁獲された桜えびを、すぐに急速冷凍しました。解凍後、お刺身、かき揚げ、卵とじなどに。

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  
235 凍  
マルイ岡田商店 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。  
236 凍  
マルイ岡田商店 100g **630円** (税込680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。  
237 凍  
200g **1050円** (税込1134円)

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を使用。水揚げ後、すぐに加工しました。  
238 凍  
明星産業(ハヤシ食品工業) 40g **430円** (税込464円)  
安芸灘 音戸ちりめん

239 凍 G調味料  
おおさき可製加工組合 50g×3 (タレ付) **2800円** (税込3024円)  
鹿児島県の提携養殖池のうなぎを使用し、関東風につくらと焼き上げました。温めてください。

240 凍 G不使用  
鳴門魚類 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。

フライパンでサクッと簡単  
おかずやお弁当の一品に  
244 凍  
日本マリンフーズ 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。

房州の伝統的な  
漁師料理  
245 凍 G不使用  
スズ水産 8個(160g) **398円** (税込430円)  
千葉県産の真あじとコノシロに味噌、玉ねぎを混ぜて、大葉を巻きました。冷凍のままフライパンで焼いてください。

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  
246 凍  
川崎北部水産加工 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。

職人大林さんが  
上品な味付けに仕上げた逸品です  
247 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 2切(200g) **500円** (税込540円)  
アイスランド産赤魚を切身にして、特製粕床に漬けました。解凍後、焼いてください。

248 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 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。  
249 凍 G不使用  
川崎北部水産加工 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〕

**担当者おすすめ**  
**レシピ**  
千野さんの豚  
生姜焼き用



**260** 千野さんの豚 生姜焼き用 **特**

高橋(千野ファーム) ◎30日以上

千野さんの豚生姜焼き用 1パック  
お好みの付け合わせ

**[A]**  
醤油 小4  
酒 小2  
みりん 小2  
おろししょうが 大1  
片栗粉 適量

**作り方**  
①豚に酒とおろししょうが(各分量外)を適量塗り、指の腹でたたいて馴染ませる。  
②フライパンに植物油をひき、少し温めたら、豚肉を焼く。  
③弱～中火で7割火が入る程度で両面を焼いたら一度取り出す。  
④Aを入れ軽く火を入れたら③を戻す。余熱も考慮して焼きすぎないように注意する。  
⑤お皿にお好みの付け合わせと盛りつけて完成。  
※玉ねぎを炒める場合④のタイミングで入れる。

千野さんの豚生姜焼き用は、薄すぎず厚すぎない。絶妙な厚みにスライスされています。表紙でご紹介のレシピと併せて、是非一度お試しください。

**千野さんの豚肉 (山梨県)**

**250** 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 **665円(税込718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。

**251** 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) **660円(税込713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)**

**特**

**261** 蔵 丹沢農場 ◎4日  
丹沢豚ロースしゃぶ 200g **518円(税込559円)**

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

コクのあるバラ肉です。野菜炒めなどに。

**252** 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 **635円(税込686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。

**253** 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 **650円(税込702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。

**263** 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)**

豚1頭からわずかしが取れない貴重な部位です。

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

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。

**254** 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 **595円(税込643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。

**豚肉となすの南蛮酢**



**255** 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 **610円(税込659円)**

脂が少なく旨みがあります。1.5~2mm厚。

**256** 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 **480円(税込508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。

**265** 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532円)**

首部の肉で細やかなサシが入っています。焼き肉に。

**266** 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。

**257** 凍 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚肩切落とし 200g **498円(税込527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。

**258** 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 **640円(税込691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。

**259** 凍 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚挽き肉 100g×3 **570円(税込616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。

**260** 凍 高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
千野さんの豚生姜焼き用 200g **670円(税込711円)**

豚ロース肉を生姜焼き用にスライスしました。2mm厚。

**秋川若鶏 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)**

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

豊富なコクと適度な脂です。唐揚げや煮しめ、ソテーなどに。

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

**エコかざ鶏 (茨城県・栃木県)**

**267** 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。

**鶏と舞茸のペペロンチーノ**



**268** 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。

**274** 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。

**275** 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。

**素材をそのままチキンソテー**



**269** 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。

**270** 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。

**271** 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。

**276** 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、レバニラ炒めなどに。

**277** 凍 秋川牧園 ◎180日  
秋川若鶏ミンチ(バラ凍結) 500g **798円(税込819円)**

モモ肉、ムネ肉、ササミをミンチにしました。

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

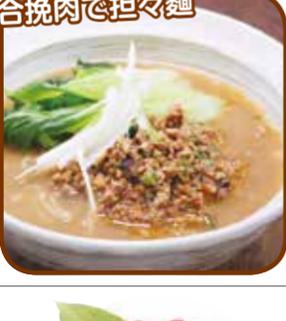
秋川若鶏の鶏骨です。

**瑞穂牛 (茨城県・栃木県)**

**279** 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、最もきめが細かく柔らかい部位を使用。5mm厚

**合挽肉で担々麺**



**280** 凍 瑞穂農場 ◎60日以上  
国産みずほ牛スジ 150g **350円(税込354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。

**284** 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。

**285** 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1132円)**

モモ肉またはバラ肉が入ります。

**素材そのままサーロインステーキ**



**281** 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。

**282** 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。

**283** 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。

**286** 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1242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。

**287** 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。

**288** 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。



**289** **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〕



**290** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ③3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〕



**291** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ③3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〕

**ジューシーなモツの旨みと香ばしい味噌の風味**



原材料/豚腸(国産)、味噌、粗糖、発酵調味料、胡麻油、生姜ペースト、ピーナッツバター、赤唐辛子  
**292** **凍** **G**不使用  
丹沢農場 **凍** **G**不使用 ⑥60日以上/豆・麦・米・落  
**豚モツスタミナ焼(味噌)**  
200g **365円** (税込 **394円**)  
豚モツを自家製だれに漬け込みました。お好みの野菜を入れて、炒めてください。〔GMO飼料不使用〕

**見た目は不揃いでも品質はそのままお得**



内容/ポークウインナー、粗挽きウインナー、皮なしポークウインナー、皮なしベービーウインナー、皮なし和風ミニウインナー、ドックソーセージ、皮なしソンスライスウインナー、ミニフランク、和風ソーセージのいずれか3種  
**293** **凍** **G**不使用  
丹沢農場 **凍** **G**不使用 ⑥210日/豆・麦  
**ウインナー規格外品セット**  
3種(200g) **420円** (税込 **454円**)  
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。



**294** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ③3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〕

**ふっくら柔らかく、ジューシーです**

香辛料を使わずに仕上げた皮なしのウインナーです。〔GMO飼料不使用〕  
**295** **蔵**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7日  
**皮なしソンスライスウインナー**  
通常本体 **378円** (税込 **397円**)



**296** **蔵**  
丹沢農場 **蔵** ⑦7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〕



**297** **凍**  
ハム工房ジロー **凍** ⑩14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〕



**298** **凍**  
ハム工房ジロー **凍** ⑩14日以上  
**無添加ガーリックブルスト**  
2本(120g) **450円** (税込 **486円**)  
山梨県千野ファームの豚もも肉、沖縄の塩等で長期低温熟成、桜木直火式スモークしました。〔GMO飼料不使用〕



**299** **蔵**  
ハム工房ジロー **蔵** ③3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〕



**300** **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〕



**301** **蔵** **G**不使用  
ハム工房ジロー **蔵** **G**不使用 ③3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〕



**302** **凍**  
高橋(千野ファーム) **凍** ③30日以上/米  
**千野さんの豚小間塩漬漬**  
100g×3 **715円** (税込 **772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〕



**303** **蔵** **G**不使用  
丹沢農場 **蔵** **G**不使用 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ッ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〕



**304** **凍**  
丹沢農場 **凍** 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〕  
**305** **凍** **G**不使用  
知床興農ファーム **凍** **G**不使用 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〕  
**306** **凍** **G**不使用  
知床興農ファーム **凍** **G**不使用 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**

**手軽においしい焼き鳥を**



原材料/やきとり串(鶏肉(国産)、醤油、みりん、砂糖)、タレ(砂糖、醤油、みりん、はれいしよでん粉、清酒、生姜、にんにくペースト)  
**309** **凍** **G**不使用  
秋川牧園 **凍** **G**不使用 ⑨9ヶ月/豆・麦・米  
**やきとりもも串**  
5本(150g) **620円** (税込 **670円**)  
秋川若鶏のモモを焼き上げました。湯煎してください。〔GMO飼料不使用〕

**スパイスがきいた本格派**



原材料/鶏肉(国産)、漬けタレ〔ヨーグルト、玉ねぎ、トマトピューレ、食塩、発酵調味料、カレー粉、菜種油、米酢、ニンニク、パプリカ、ホワイトペッパー、レッドペッパー、オールスパイス〕  
**310** **凍** **G**不使用  
秋川牧園 **凍** **G**不使用 ⑨90日以上/乳・米  
**骨付きタンドリーチキン**  
500g **685円** (税込 **700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〕



**311** **凍** **G**不使用  
秋川牧園 **凍** **G**不使用 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〕

**興農ファームの産直惣菜**

**しっかりと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〕  
**307** **凍** **G**不使用  
知床興農ファーム **凍** **G**不使用 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〕  
**308** **凍** **G**不使用  
知床興農ファーム **凍** **G**不使用 ⑨90日以上/卵・麦  
**興農ビーフコロケ**  
2個(160g) **465円** (税込 **502円**)

**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**

**タイの屋台で大人気の定番ガパオライス**



原材料/鶏肉、こめ油、魚醤、赤ピーマン、にんにく、粒状植物性たん白、オイスターソース、砂糖、はれいしよでん粉、チキンエキス、バジル、香辛料〔鶏GMO飼料不分別〕  
**317** **凍** **G**不使用  
カラミノフーズ **凍** **G**不使用 ⑩180日以上/豆・米  
**アジア薫るガパオ丼**  
200g(100g×2) **468円** (税込 **505円**)  
甘辛く味付けした鶏肉とバ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〕

**世界三大スープの一つともいわれるタイ料理**

えびの旨味、ライムのさわやかな酸味、唐辛子の刺激的な辛味にココナッツミルクのまろやかさを加えました。〔GMO飼料不分別〕  
**318** **凍** **G**調味料  
カラミノフーズ **凍** **G**調味料 ⑩180日以上/豆・米・え  
**アジア薫るトムヤムクン**  
180g×2 **698円** (税込 **754円**)

**厳選素材を使ったマストミのお惣菜**

**さっぱりとした中に旨みが詰まっています**



原材料/タレ〔米酢、砂糖、醤油、発酵調味料、昆布、食塩、唐辛子〕、揚げ魚〔イラ(長崎、広島、熊本、高知)、菜種油、馬鈴薯澱粉〕  
**313** **凍** **G**不使用  
マストミ **凍** **G**不使用 ⑩30日以上/豆・麦・米  
**野菜で仕上げる白身魚の南蛮漬け**  
165g **378円** (税込 **408円**)  
白身魚を使った南蛮漬けの素です。湯煎後、野菜を加え炒めてください。

**オイスターソースに香味野菜をきかせた中華味**



原材料/アカイカ(青森県)、醤油、オイスターソース、砂糖、酒、馬鈴薯澱粉、生姜、ニンニク  
**314** **凍** **G**不使用  
マストミ **凍** **G**不使用 ⑩45日以上/豆・麦・米  
**イカのオイスターソース炒め**  
150g **398円** (税込 **430円**)  
青森県産の柔らかく肉厚なイカに特製のたれを合わせました。お好みの野菜と一緒に炒めてください。



**315** **凍** **G**不使用  
マストミ **凍** **G**不使用 ⑩90日/卵・豆・麦・米  
**神山鶏の塩麹竜田**  
150g **398円** (税込 **430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〕



**320** **G**調味料  
カラミノフーズ **G**調味料 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〕

**えびは殻ごと、残ったソースはパンにつけたり、パスタに絡めて**

国産のえびを使用し、頭をとり、オリブオイルと食塩、にんにく、唐辛子で煮込みました。温めてください。  
**319** **凍**  
カラミノフーズ **凍** ⑩270日以上/乳・麦  
**国産えびのアヒージョ**  
100g **530円** (税込 **572円**)



**321** **G**調味料  
カラミノフーズ **G**調味料 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〕



**322** **G**調味料  
カラミノフーズ **G**調味料 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〕

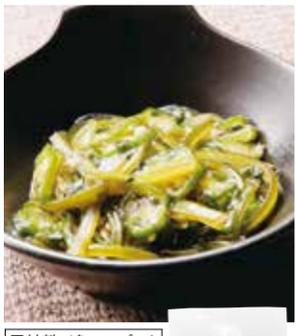
野菜がたっぷり入って、トースターで温めるとサクッ!



原材料/野菜[玉ねぎ、ごぼう、人参、いんげん]、小麦粉、馬鈴薯澱粉、豚骨白湯、食塩、菜種油、膨張剤

**323** **凍** **G** 不使用  
ニッコー ◎180日以上/麦  
**野菜かき揚げ**  
4個(260g) **435円**(税込) **470円**(税別)  
国産野菜、国産小麦のみを使用し、NON-GMOのなたね油で揚げました。温めてください。アルミフリー膨張剤使用。〔豚GMO飼料不分別〕

ごはんや麺類にかけて



原材料/魚スープ、オクラ、荳わかめ、モロヘイヤ、かつお節エキス、醤油、昆布粉末、発酵調味液、食塩

**324** **凍** **G** 不使用  
ニッコー ◎180日以上/豆・麦・米  
**ネバネバ野菜と荳わかめさっぱり和え**  
4袋(200g) **450円**(税込) **486円**(税別)  
モロヘイヤ、オクラ、荳わかめを使い、魚スープをベースに味付けしました。解凍してください。

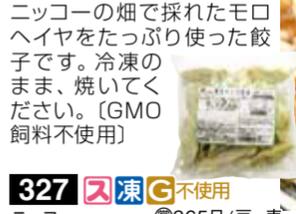


**325** **凍** **G** 不使用  
大進食品(新サカイヤーズ) ◎365日/豆・麦  
**A mom 学校帰りのコロッケ**  
60g×5個 **380円**(税込) **410円**(税別)  
北海道八雲産の男爵芋の旨味をいかし、お母さんの手作りコロッケに近づけました。冷凍のまま、揚げてください。



**326** **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**(税別)  
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飼料不使用〕

季節限定のおすすめ餃子です



ニッコーの畑で採れたモロヘイヤをたっぷり使った餃子です。冷凍のまま、焼いてください。〔GMO飼料不使用〕



原材料/餡[キャベツ、豚肉、豚脂、モロヘイヤ、長ねぎ、玉ねぎ、パン粉、ごま油、にんにく、昆布粉末、食塩、酵母エキス、砂糖、醤油、生姜、コショウ]、皮[小麦粉、食塩]

**327** **凍** **G** 不使用  
ニッコー ◎365日/豆・麦・米  
**モロヘイヤ餃子**  
15個(270g) **385円**(税込) **416円**(税別)



**328** **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**(税別)  
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〕



**329** **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**(税別)  
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〕

旨みたっぷりのスープがじゅわっと!

国産豚をベースとした具材を国産小麦粉を使った特製の皮で包みました。冷凍のまま蒸してください。〔GMO飼料不分別〕



**330** **凍** **G** 調味料  
カインズ(香港第一) ◎180日以上/豆・麦  
**小籠包**  
25g×8個 **450円**(税込) **486円**(税別)

原材料/皮[小麦粉、ミックス粉(小麦粉、馬鈴薯澱粉、砂糖、加工澱粉)、ラード、植物油(大豆油、食塩)、具材[セラチン、豚肉、醤油、セラチンパウダー、砂糖、オースターエキス、ごま油、生姜、長ねぎ、酵母エキス、コショウ]



**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**(税別)  
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〕



**332** **凍** **G** 不使用  
大進食品(香掛冷蔵) ◎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**(税別)  
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〕



**333** **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**(税別)  
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〕



**334** **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**(税別)  
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



**335** **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**(税別)  
北海道産のトウモロコシをうらごしして冷凍にしました。コーンスープなどに。



**336** **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**(税別)  
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。



**339** **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**(税別)  
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。



**340** **蔵**  
金子製麺 ◎7日以上/麦  
**生うどん太麺**  
130g×2 **200円**(税込) **216円**(税別)  
国産小麦農林61号自家製粉100%使用の、昔ながらのコクのある麺です。



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



**342** **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**(税別)  
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。



**337** **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**(税別)  
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。



**338** **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**(税別)  
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。

藤沢の名店「純米酒料理屋 しえんろん」の味をご家庭で



**343** **蔵** **G** 不使用  
金子製麺 ◎7日以上/豆・麦  
**全粒粉麺油そば**  
140g×2 スープ付 **380円**(税込) **410円**(税別)  
全粒粉なまラーメんに、油そばスープを付けました。茹でた麺にスープを絡めてください。〔GMO飼料不分別〕



**344** **凍** **G** 不使用  
ニッコー ◎180日以上/卵・豆・麦・米・え  
**野菜たっぷりちゃんぽん**  
280g **378円**(税込) **408円**(税別)  
コシのある自家製生麺に、キャベツや玉ねぎ、さつまいもなどの具、オリジナルちゃんぽんスープを加えました。〔卵、豚GMO飼料不分別〕



**345** **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**(税別)  
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飼料不使用〕



**346** **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**(税別)  
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、味付けて。



**347** **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**(税別)  
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。



**348** **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**(税別)  
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コクのある皮です。

秘めたる発酵パワーで、免疫力向上! 道長よりすぐりの3種を詰合せました



**349** **蔵** **G** 不使用  
道長 ◎30日以上/豆・麦・米  
**道長・免疫力向上3種セット**  
3種各1袋 **1130円**(税込) **1220円**(税別)

愛知県 漬物本舗 道長



**350** **蔵**  
道長 ◎30日/麦・米  
**あとひきだいちゃん**  
150g **320円**(税込) **346円**(税別)

干した大根の甘みと香りに鰹と醤油の風味をプラス



**351** **蔵** **G** 不使用  
道長 ◎180日/豆・麦・米  
**はりはりキムチ**  
110g **332円**(税込) **359円**(税別)

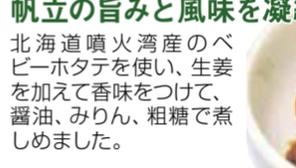
切れのある辛みとすっきりした香り



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



**355** **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**(税別)  
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。



**356** **凍** **G** 不使用  
鳴門魚類 ◎30日/豆・麦・米  
**ホタテ時雨煮**  
100g **398円**(税込) **430円**(税別)



原材料/ペビーホタテ(北海道噴火湾)、醤油、発酵調味料、砂糖、生姜

干した大根の甘みと香りに鰹と醤油の風味をプラス



**351** **蔵** **G** 不使用  
道長 ◎180日/豆・麦・米  
**はりはりキムチ**  
110g **332円**(税込) **359円**(税別)

切れのある辛みとすっきりした香り



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



**360** **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**(税別)  
貴重な北海道産赤えんどう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。



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



**362** **蔵**  
関商店 ◎45日以上  
**北海紫花豆(煮豆)**  
125g **260円**(税込) **281円**(税別)  
昔ながらの小釜で粗糖と塩でじっくり煮込んだ、コクのあるしっとりした、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



原材料/スープ〔食塩、砂糖、小麦酸酵調味料、醤油、酵母エキス、煮干エキス(いわし)、米酸酵調味料、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、焼ちくわ、結び昆布/水酸化カルシウム

**363** **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**(税別)  
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〕

### とうふと魚の旨みが生きています



原材料/魚肉(タラ(国産))、豆腐(大豆(遺伝子組み換えでない))、米油、でん粉(ばれいしょ(遺伝子組み換えでない))、砂糖、発酵調味料、カツオブシエキス

**374** **凍** **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**(税別)  
北海道産スケソ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。

### 歯ごたえ、旨みにこだわった一品です



原材料/魚肉(すけそうすり身)、澱粉、粗製糖、卵白、酸酵調味料、粗製塩、かつおだし、紅麴

**364** **8** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
いちろうこ ◎7日以上/卵・米  
**うろこちゃん蒲鉾(紅)**

150g **450円**(税込) **486円**(税別)  
無りんすり身を使用したリテーナかまぼこです。着色料に紅麴を使用しています。〔GMO飼料不分別〕



**365** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
いちろうこ ◎7日以上/米・え  
**揚げかまぼこえび入り**

3枚(150g) **510円**(税込) **551円**(税別)  
スケソウダラのすり身、日本近海で漁獲されたぐ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。



**366** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**小ちくわ**

5本 **340円**(税込) **367円**(税別)  
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。



**367** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
いちろうこ ◎7日以上/米  
**小判揚**

5枚(150g) **340円**(税込) **367円**(税別)  
おでんの一品や網焼きで。甘辛く煮てもおいしいです。



**368** **品** **凍** **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**(税別)  
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。



**372** **品** **凍** **G** **不** **使** **用**  
高橋徳治商店 ◎30日以上/豆・米  
**玉ねぎ揚げ**

165g(5個) **310円**(税込) **335円**(税別)  
北海道の無りんすり身と国産の玉ねぎ・豆腐を使用し、フレッシュな玉ねぎの甘さをいかした揚げかまぼこです。



**376** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
山九水産 ◎45日以上  
**お魚ソーセージ**

45g×5本 **490円**(税込) **529円**(税別)  
無りんのすり身に、日本近海の新鮮な小魚を配合し、素材の旨みを大切にしました魚肉ソーセージです。



**378** **品** **蔵**  
池谷 ◎30日以上  
**山奥こんにゃく(黒)**

300g **225円**(税込) **243円**(税別)  
**379** **品** **蔵**  
池谷 ◎30日以上  
**手どりこんにゃく**

250g **275円**(税込) **297円**(税別)  
**380** **品** **蔵**  
池谷 ◎30日以上  
**五色玉こんにゃく**

330g **255円**(税込) **275円**(税別)  
**381** **品** **蔵**  
池谷 ◎30日以上  
**一穂のしらたき**

200g **215円**(税込) **232円**(税別)  
**382** **品** **蔵**  
池谷 ◎10日以上  
**大とろさしみこんにゃく**

250g **290円**(税込) **313円**(税別)  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃく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。



**382** **品** **蔵**  
池谷 ◎10日以上  
**大とろさしみこんにゃく**

250g **290円**(税込) **313円**(税別)  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃく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。



**383** **品** **蔵**  
池谷 ◎10日以上  
**こんにゃくそば**

200g **225円**(税込) **243円**(税別)  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃく精粉を細長い麺状に独自の製法で練り上げました。



**384** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 絹豆腐**

330g **315円**(税込) **340円**(税別) [放]不検出 <2.1<2.3



**385** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎4日/豆  
**丸和のきぬ豆腐**

300g **180円**(税込) **194円**(税別)



**388** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎4日/豆  
**ミニきぬ豆腐**

150g×2 **195円**(税込) **211円**(税別)

**386** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 木綿豆腐**

330g **326円**(税込) **352円**(税別) [放]不検出 <2.1<2.3

**387** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎4日/豆  
**丸和のもめん豆腐**

300g **190円**(税込) **205円**(税別)

**389** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎4日/豆  
**ミニもめん豆腐**

150g×2 **195円**(税込) **211円**(税別)



**391** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**みずくりよせ豆腐**

330g **395円**(税込) **427円**(税別)  
滋賀県の琵琶湖に面した湖水地方の在来種で、香りと甘みが豊かな品種「みずくり大豆」を使用。



**390** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 おぼろ豆腐**

330g **357円**(税込) **386円**(税別)  
直接容器に汲み入れ、水さらしせず急速冷却した風味豊かな出来たて豆腐の味をお楽しみください。 [放]不検出 <2.1<2.3



**392** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎5日/豆  
**ゆず寄せ豆腐**

200g **240円**(税込) **259円**(税別)  
国産大豆のみを使用。袖子の爽やかな風味の寄せ豆腐です。ハチミツをかけるとデザート感覚で楽しめます。

### デザート感覚の喉ごしの良いお豆腐です♪



原材料/国産有機丸大豆、凝固剤〔粗製海水塩化マグネシウム(にがり)〕

### 担当おすすめ レシピ



**あ豚厚肉揚げ**  
**かのけと**

### 材料(2人分)

厚揚げ1枚、豚肉小間切れ200g、しょうが1片、ごま油大さじ1、水溶き片栗粉大さじ2、小ねぎ少々、【調味料】出汁1カップ、酒大さじ1、砂糖大さじ1、しょうゆ大さじ1、みりん大さじ1

### 作り方

①厚揚げは一口大に、しょうがはみじん切りにします。  
②フライパン等にごま油を中火で熱し、しょうがと豚肉を炒めてから、厚揚げと調味料を入れて炒め煮にします。  
③水溶き片栗粉でとろみをつけ、ねぎを散らして完成です。



**397** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 生あげ**

230g(2枚) **383円**(税込) **414円**(税別)  
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。



**398** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎5日/豆  
**こだわりの五目厚揚げ**

2個(約180g) **250円**(税込) **270円**(税別)  
国産の生野菜(人参、ごぼう、玉ねぎ)にこだわり、長崎産切り昆布、中国産黒こまを入れた自慢の厚揚げです。



**394** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 油揚げ**

大1枚 **220円**(税込) **238円**(税別)  
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。



**395** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎5日/豆  
**丸和の手揚げ油揚げ**

2枚 **240円**(税込) **259円**(税別)  
国産丸大豆と海水にがりのみ使用。圧搾一番搾りのNon-GMO菜種油で丁寧に手揚げしました。消泡剤は不使用。



**396** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎7日/豆  
**丸和の油揚げ**

3枚 **180円**(税込) **194円**(税別)  
国産大豆と海水にがりの豆腐を、圧搾一番搾りのNon-GMO菜種油でじっくりと揚げました。



**399** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**季節のがんも(だだちや豆)**

2枚 **462円**(税込) **499円**(税別)  
除草剤を使用せずに栽培された、山形県産だだちや豆を使用。オーブントースターや網焼きで加熱してください。



**400** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎7日/豆・麦・米  
**きのこがんも**

80g×2枚 **290円**(税込) **292円**(税別)  
国内産丸大豆で作った生地に、旬の椎茸、ぶなしめじを使った季節のがんもです。具の野菜はすべて生野菜を使用しています。



**401** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 一口がんも**

5ヶ **410円**(税込) **443円**(税別)  
厳選された材料を使った一口サイズのがんもどきです。

### 酢飯に具材をまぜて詰めれば おいなりさんの出来上がり



**402** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎90日/豆・麦・米  
**丸和の味付いなり**

10枚 **420円**(税込) **432円**(税別)

### お肉の唐揚げに負けない美味しさ



**403** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎5日/豆・麦・米  
**豆腐唐揚げ**

10個 **230円**(税込) **248円**(税別)

### 手間かけた上品でヘルシーな和惣菜



**404** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎21日/豆・麦・米  
**味付うの花料理**

150g **285円**(税込) **308円**(税別)

### そのままでもお料理にも、牛乳の代用にも♪



**405** **品** **蔵** **G** **不** **使** **用**  
丸和食品 ◎15日/豆  
**丸和の豆乳**

300ml **230円**(税込) **248円**(税別)

カップ入りだから  
そのままOK



**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  
タレ・カラシ付 **240円**(税込)  
259円  
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。

**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

**409** 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 **120円**(税込)  
130円

小さなお子さまにも  
食べやすい♪  
**おまとめ  
特価**  
カジノヤ ◎10日/豆  
**家族納豆国産小粒カップ**  
40g×3  
(タレ、カラシ無) **143円**(税込)  
154円  
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。

カジノヤ ◎10日/豆  
**家族納豆国産小粒カップ**  
40g×3  
(タレ、カラシ無) **143円**(税込)  
154円

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。

原材料/大豆(北海道産スズマル)、納豆菌、タレ(醤油、砂糖、食塩、漁塩、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)  
**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  
タレ・カラシ付 **230円**(税込)  
248円  
タンパク質や糖質が多い北海道十勝産の小粒大豆を使用したカップ納豆です。

**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  
タレ・カラシ付 **240円**(税込)  
259円  
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  
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**  
**414** 30g×2  
(タレ、カラシ無) **95円**(税込)  
103円

**415** W規格  
30g×2×2 通常本林  
(タレ、カラシ無) **190円**(税込)  
175円(189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。

カジノヤ ◎10日/豆  
**黒豆納豆カップ3**  
30g×3  
(タレ、カラシ無) **150円**(税込)  
162円  
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。

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。総検造りの室でじっくり時間をかけて熟成させました。

解凍後オーブントースターで  
こんがりでもOK!



**418** 凍 G不使用  
ワールド ◎180日以上/卵・乳・麦・米  
**レンジdelほっこりピザパン**  
90g×3 **480円**(税込)  
518円  
シンプルな素材の生地で、トマトとナチュラルチーズなどのピザの具材をフィリングにして包み焼き上げた冷凍惣菜パンです。加熱してお召し上がりください。〔卵・乳製品GMO飼料不分別〕

**419** 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

**421** 蔵  
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

**423** 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 **275円**(税込)  
297円

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

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

**424** 蔵 G不使用  
栄屋製パン ◎3日/麦・米  
**けんこうパン**  
1個 **120円**(税込)  
130円

小麦のもつ旨味を最大限に引き出しました

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

**426** 蔵 G不使用  
栄屋製パン ◎3日/乳・豆・麦  
**北海道産小麦のスライス食パン**  
2枚 **120円**(税込)  
130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〕

**427** 蔵  
デニッシュハウス ◎4日/乳・麦・米  
**イギリス酵母パン**  
1.5斤 **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〕

**428** 蔵 G不使用  
デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米  
**コーヒブレッド**  
1個(約310g) **450円**(税込)  
486円  
小麦粉(岩手、北海道)、コーヒージャパン(無塩バター、甘しよ糖、クスコオーガニックインスタントコーヒ)、ホシノ天然酵母、よつ葉無塩バター、ピーターニュー糖、甘しよ糖、食塩〔乳製品GMO飼料不分別〕

**429** 蔵  
サンタハウス ◎6日/麦  
**コンプレ(パン)**  
1個 **270円**(税込)  
292円  
国産小麦全粒粉、国産小麦粉、天然酵母、食塩(海の精)

**430** 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  
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

**433** 蔵  
ザクセン ◎3日/乳・麦  
**チーズのプチパン**  
3個 **380円**(税込)  
410円  
小麦粉(国産)、バルメザンチーズ(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〕

**434** 蔵 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  
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

**435** 蔵  
ザクセン ◎4日/麦  
**ぶどう食パン**  
1個 **460円**(税込)  
497円  
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)

**436** 蔵  
ザクセン ◎4日/麦  
**バターロール**  
1個 **370円**(税込)  
400円  
小麦粉(国産)、酵母(ホシノ天然酵母)、食塩(天塩)

**429** 蔵  
サンタハウス ◎6日/麦  
**コンプレ(パン)**  
1個 **270円**(税込)  
292円  
国産小麦全粒粉、国産小麦粉、天然酵母、食塩(海の精)

**430** 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  
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

**433** 蔵  
ザクセン ◎3日/乳・麦  
**チーズのプチパン**  
3個 **380円**(税込)  
410円  
小麦粉(国産)、バルメザンチーズ(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〕

**434** 蔵 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  
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

**435** 蔵  
ザクセン ◎4日/麦  
**ぶどう食パン**  
1個 **460円**(税込)  
497円  
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)

**436** 蔵  
ザクセン ◎4日/麦  
**バターロール**  
1個 **370円**(税込)  
400円  
小麦粉(国産)、酵母(ホシノ天然酵母)、食塩(天塩)

**431** 蔵  
サンタハウス ◎6日/麦  
**レーズンバターロール(パン)**  
1本 **327円**(税込)  
353円  
国産小麦粉、天然酵母、カレンツ、塩(海の精)

**432** 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  
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、よつ葉ゴダチーズ〔GMO飼料不分別〕、なたね油、パン粉

**437** 蔵  
デニッシュハウス ◎4日/卵・乳・麦・米  
**酵母メロンパン**  
1個 **190円**(税込)  
205円  
メロン皮(国産小麦粉、卵、無塩バター、甘しよ糖、アーモンドプードル)、小麦粉、グラニュー糖、ホシノ天然酵母、無塩バター、甘しよ糖、食塩〔卵・乳製品GMO飼料不分別〕

夏限定季節のあんぱん  
7~9月限定  
小麦粉(九州・北海道)、ずんだ餡(山梨県)、むぎ枝豆(岩手県)、ホシノ酵母、砂糖、無塩バター、〔乳製品GMO飼料不分別〕  
**438** 蔵 G不使用  
デニッシュハウス ◎4日/乳・豆・麦・米  
**豆大福ずんだあんぱん**  
1個(約90g) **290円**(税込)  
313円

デニッシュハウスの人気パンが入ってる!  
ヨーロッパ風田舎パン1/4カット1個、珈琲コンプレ1個、アップルスイートエクル1個〔乳製品、卵GMO飼料不分別〕  
**439** 蔵 G不使用  
デニッシュハウス ◎3日/卵・乳・麦・米  
**デニッシュハウスBセット**  
3種 **500円**(税込)  
540円

コクのある  
クリーミーな滑らかさ  
**441** 蔵  
ムソー ◎3ヶ月以上/乳・落  
**リピーナッツバター**  
225g **540円**(税込)  
583円  
ピーナッツペーストをふんだんに使用し、練りごまとリブ糖(粗精製糖)等でおいしく仕上げた本格的なピーナッツバターです。〔乳製品GMO飼料不分別〕

**442** 蔵 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

**443** 蔵 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

**445** 蔵 G不使用  
ムソー ◎5ヶ月以上  
**コーンフレーク・ブレンド**  
150g **368円**(税込)  
397円  
オーガニックシュガーと天塩で薄味に仕上げたブレンドタイプです。合成保存料、着色料、乳化剤等は一切使用していません。

ホットとするコーンのポタージュ  
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〕  
**446** 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  
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〕  
**447** 蔵 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

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〕  
**440** 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〕

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。  
**444** 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

**445** 蔵 G不使用  
ムソー ◎5ヶ月以上  
**コーンフレーク・ブレンド**  
150g **368円**(税込)  
397円  
オーガニックシュガーと天塩で薄味に仕上げたブレンドタイプです。合成保存料、着色料、乳化剤等は一切使用していません。

旬の香りを吸い口にしてお楽しみください  
やわらかで風味豊かな食感のわかめを使用し、お湯を注ぐだけですぐ出来る本格派みそ汁です。  
**448** 蔵 G不使用  
日本食品 ◎180日以上/豆・米  
**わかめみそ汁**  
9g×6袋 **300円**(税込)  
324円

お湯を注いでかき混ぜるだけで簡単に出来上がります  
沖縄産もずくを醤油味で仕上げたスープです。しいたけ・ゆずの香りが食欲をそそります。  
**449** 蔵 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

### お知らせ

穂の香卵(平飼い)10個及び6個の販売開始は10月1日に予定しています。

鶏の生育が8月の高温下となり、産卵数の安定と出荷基準の卵重の調整が必要となっています。そのため販売開始を延期いたします。

### 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〕

JAやさと /卵  
産直たまご  
(ピンク玉又は赤玉)

10個 (MS~Lサイズ) **340**円(税込) **367**円  
6個 (MS~Lサイズ) **230**円(税込) **248**円  
〔放〕不検出 <2.0<2.2

ピンク玉または赤玉のどちらかのお届けです



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

大豆中心のきな粉を  
性飼料として与え  
ます。素材を与え  
ます。



106 百姓屋敷じろえむ/すぎな舎 /卵  
平飼い有精卵10個  
10個 **590**円(税込) **637**円  
〔放〕不検出 <2.2<2.5

非遺伝子組み  
のえ安・全P F H  
有安・全P F H  
精卵でおいい  
です。



よつ葉乳業 ◎6日/乳  
107 北海道よつ葉牛乳  
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秒間殺菌したバスタライズ牛乳です。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 プラウンスイス牛乳  
500ml **230**円(税込) **248**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、主に牧草で育ったプ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〕

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  
145 カフェインレスよつ葉カフェオレ  
200ml **100**円(税込) **108**円  
146 1000ml **260**円(税込) **281**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  
147 飲んでやさしいヨーグルト  
500ml **195**円(税込) **211**円  
148 1000ml **330**円(税込) **356**円  
〔放〕不検出 <0.8<0.8 (原乳)

香料を使用せず、とろとした濃厚なミルク感で、素材を生かした味わいに仕上げています。〔GMO飼料不分別〕

よつ葉乳業 ◎10日以上/乳  
149 よつ葉のむヨーグルトベリーミックス  
250g **160**円(税込) **173**円

### チェダーとモッツアレラをほどよくブレンド

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

原材料/チェダーチーズ、モッツアレラチーズ



よつ葉乳業 ◎10日以上/乳  
147 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  
148 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クスピフィズ菌Bb-12入り。〔GMO飼料不分別〕



函南東部農協 ◎12日/乳  
149 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)



よつ葉乳業 ◎2日以上/卵・乳  
150 牧場のカスタードプリン  
100ml **225**円(税込) **243**円

新鮮な低温殺菌牛乳と平飼い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〕



函南東部農協 ◎120日/乳  
151 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)



函南東部農協 ◎21日/乳  
152 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)



よつ葉乳業 ◎45日以上/乳  
153 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〕



函南東部農協 ◎150日/乳  
154 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、まろ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)



よつ葉乳業 ◎180日/乳  
155 パンに美味しいよつ葉バター  
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、程好い塩味とミルクの風味が特長のバター。〔GMO飼料不分別〕



よつ葉乳業 ◎9日/乳  
156 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〕

### 千葉県 三芳村蛭まい研究会



みよし村ひとめぼれ 除草剤無化学肥料  
470 白米 5kg **2300**円(税込) **2484**円  
471 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  
472 白米 2kg **1050**円(税込) **1134**円  
473 白米 5kg **2580**円(税込) **2786**円  
474 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。

### 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  
477 白米 5kg **2700**円(税込) **2916**円  
478 五分米 5kg **2700**円(税込) **2916**円  
茨城県行方市の穴倉美さんと宮内義幸さん。

### 新潟県 オブネット



新潟みずほの輝き 低農薬無化学肥料  
483 白米 5kg **2380**円(税込) **2570**円  
484 玄米 5kg **2220**円(税込) **2398**円  
新潟県新潟市の武田金栄さん他。

### 山形県 おきたま興農舎



おきたままつや姫 無農薬無化学肥料  
479 白米 2kg **1650**円(税込) **1782**円  
480 白米 4.5kg **3500**円(税込) **3780**円  
481 玄米 2kg **1570**円(税込) **1696**円  
482 玄米 4.5kg **3380**円(税込) **3650**円  
山形県高島町の五十嵐晴夫さん他。

### 宮城県 黒澤重雄



黒澤さんのおもてなし JCS  
485 白米 2kg **1500**円(税込) **1620**円  
486 白米 5kg **3500**円(税込) **3780**円  
宮城県涌谷町の黒澤重雄さん・伸嘉さん。宮城県内の新米としてはいち早く食べられる、ひとめぼれの新品種です。期間限定品です。



黒澤さんのササニシキ JCS  
487 玄米 2kg **1380**円(税込) **1490**円  
488 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。



黒澤さんのひとめぼれ JCS  
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。

180853 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

180865 太陽食品 ◎60日以上  
国産はとむぎ粒  
250g **919**円(税込) **993**円

180877 太陽食品 ◎60日以上  
国産はとむぎ粉末  
220g **840**円(税込) **907**円

180889 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

新木、茨城県で農薬を使わずに栽培された米種と、能登半島の海塩で作ったぬか床です。  
大豆工房おらが ◎15日以上/米  
180919 うれしいぬか床  
180890 (小) 500g **750**円(税込) **810**円  
180907 (大) 1kg **1380**円(税込) **1490**円  
しらたかノラの会 ◎10日/米  
ノラの会の生こうじ  
600g **700**円(税込) **756**円  
しらたかノラの会のお米を使い、手作業で丁寧に仕上げました。塩こうじや甘酒づくりに。

ほどよい甘さのあんになめらかな口どけのもちできたてのような鮮度で



492 **凍** **G**不使用  
岩手阿部製粉 ◎180日以上/米  
**芽吹き屋おはぎ**  
6個(300g) **650円**(税込702円)  
国内産もち米(道明寺粉)で作った餅を、北海道産小豆で作った粒あんで包みました。自然解凍でお召し上がりください。

493 **凍** **G**不使用  
岩手阿部製粉 ◎90日以上/豆・米  
**芽吹き屋くるみ大福**  
6個(270g) **660円**(税込713円)  
もち粉、砂糖、山芋加工品(麦芽水飴、大麦粉、食塩、やまいも粉)、いりごま、みそ餡(いんげん豆、砂糖、みそ)、ローストくるみ、馬鈴薯澱粉

498 **凍** **G**不使用  
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)

494 **凍** **G**不使用  
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)  
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、こま、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、蓬、麦芽水飴、小麦、山芋、澱粉、小豆、砂糖、還元水飴、食塩]

499 **凍** **G**不使用  
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、植物油脂(米油、パーム油)、塩

495 **凍** **G**不使用  
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(還元水飴、大麦粉、食塩、やまいも粉)みたらし(砂糖、醤油、米でん粉、みりん)

500 **凍** **G**不使用  
サンコー ◎60日/麦・米・え  
**海草スナック**  
55g **250円**(税込270円)  
馬鈴薯でんぷん、植物油脂(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

**お芋の食感を食べ比べ**

カリカリぱりぱりで あっさり味♪  
496 **凍** **G**調味料  
滋谷食品 ◎120日/米  
**よさこい芋けんぴ**  
155g **280円**(税込302円)  
南九州の契約農家が育てた黄金千貫を使った芋けんぴです。

もちり食感 甘い蜜をギュッと凝縮  
497 **凍** **G**不使用  
都食品 ◎40日以上  
**焼き干し芋都のはるか**  
120g **500円**(税込540円)  
鹿児島特産の糖度の高い紅はるかを焼きいもにしさらに手を加えじっくり低温乾燥し干し芋にしました。

501 **凍** **G**不使用  
たんばや ◎10日以上/卵・乳・麦  
**牛乳かすてら**  
7個 **410円**(税込443円)  
卵(山形県)、甜菜糖、小麦粉、水あめ、牛乳(卵・乳GMO飼料不分別)

503 **凍** **G**不使用  
道南伝統食品協同組合 ◎120日/米  
**富士酢使用・酢昆布**  
12g **210円**(税込227円)  
真昆布(北海道)、米酢

505 **凍** **G**不使用  
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**(税込302円)  
国産原料にこだわった、やわらかい食感のミニカップゼリーです。宮崎県産の温州みかん果汁を使用しています。

506 **凍** **G**不使用  
ノースカラース ◎30日以上/豆  
**北海道黒豆の甘納豆**  
95g **335円**(税込362円)  
北海道十勝産の光黒大豆と北海道産の砂糖を使用して優しい甘さの甘納豆に仕上げました。

507 **凍** **G**不使用  
サンコー ◎6ヶ月以上  
**箱・小倉ようかん**  
58g×10 **1470円**(税込1588円)  
北海道産の小豆とてん菜糖を使用した羊羹です。食べやすい小袋の袋に入ったタイプです。

508 **凍** **G**不使用  
関商店 ◎6ヶ月以上  
**北海道十勝 ねりあん**  
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練りあんです。

502 **凍** **G**不使用  
キング製菓 ◎90日以上/豆・麦・米  
**うの花クッキー**  
80g **180円**(税込194円)  
小麦粉(岐阜)、てんさい糖(北海道)、ショートニング(パーム油(マレーシア)、米油(国産))、おから、豆乳、コーンスターチ、食塩、膨張剤(重曹)

504 **凍** **G**不使用  
丸成商事 ◎6ヶ月  
**有機楽笑栗**  
120g **370円**(税込400円)  
有機栗(中国)

505 **凍** **G**不使用  
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**(税込302円)  
国産原料にこだわった、やわらかい食感のミニカップゼリーです。宮崎県産の温州みかん果汁を使用しています。

506 **凍** **G**不使用  
ノースカラース ◎30日以上/豆  
**北海道黒豆の甘納豆**  
95g **335円**(税込362円)  
北海道十勝産の光黒大豆と北海道産の砂糖を使用して優しい甘さの甘納豆に仕上げました。

507 **凍** **G**不使用  
サンコー ◎6ヶ月以上  
**箱・小倉ようかん**  
58g×10 **1470円**(税込1588円)  
北海道産の小豆とてん菜糖を使用した羊羹です。食べやすい小袋の袋に入ったタイプです。

508 **凍** **G**不使用  
関商店 ◎6ヶ月以上  
**北海道十勝 ねりあん**  
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練りあんです。

べたつかず種無しだから 食べやすい  
509 **凍** **G**不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**干しプルーン(種抜き)**  
120g **448円**(税込484円)

トロピカルな甘さのドライフルーツ  
510 **凍** **G**不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**ドライマンゴー**  
70g **468円**(税込505円)

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「楽花生」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。

豊富なミネラル、食物繊維!  
511 **凍** **G**不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**殺むきクルミ3袋**  
60g 通常本体×3 **1178円**(税込1272円)

4種類のナッツをクラッシュした  
512 **凍** **G**不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**サラダに美味しいナッツ3袋**  
70g 通常本体×3 **1080円**(税込1166円)

513 **凍** **G**不使用  
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)

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

515 **凍** **G**不使用  
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)

抹茶の上品な風味が小豆あんとなマッチしたおいしさ  
516 **凍** **G**不使用  
久保田食品 /乳  
**宇治金時アイスクンデー3本**  
80ml×3 **330円**(税込356円)

みずみずしい、すももの美味しさを最大限に引き出しました  
517 **凍** **G**不使用  
久保田食品  
**土佐のすももアイスクンデー3本**  
80ml×3 **495円**(税込535円)

520 **凍** **G**不使用  
ナチュラル本舗 ◎30日/卵・乳・麦  
**マンゴーロール**  
1本 **900円**(税込972円)

ナチュラル本舗  
521 **凍** **G**不使用  
ナチュラル本舗 ◎30日/卵・乳・麦  
**レモンケーキ**  
30g×3 **750円**(税込810円)  
レモン果汁と皮をたっぷり使った酸味の効いた、爽やかでしっとりとしたケーキです。

濃厚で上質なチョコレートの香りあふれるアイスクリームです  
518 **凍** **G**不使用  
久保田食品 /卵・乳・豆  
**チョコレートアイスクリーム2個**  
110ml×2 **390円**(税込421円)

やさしい甘みが調和したこだわりの和風アイスクリーム  
519 **凍** **G**不使用  
久保田食品 /卵・乳・豆  
**黒蜜きなこアイスクリーム2個**  
100ml×2 **440円**(税込475円)

522 **凍** **G**不使用  
ナチュラル本舗 ◎40日/卵・乳・麦  
**ソルトクッキー**  
60g **370円**(税込400円)

**静岡県藤枝市 水車むら農園**

すっきりとした味の中に、適度な渋味があります。静岡県藤枝市の無農薬・無化学肥料栽培のお茶を使っています。

**523** 水車むら農園(静岡県) ◎1年  
**水車むら やぶきたみどり**  
100g **933**円(税込1008円)

静岡県藤枝市で、無農薬・無化学肥料栽培されたお茶を使用。在来種とやぶきたをブレンドしました。

**526** 水車むら農園(静岡県) ◎1年  
**水車むら せとやみどり**  
100g **648**円(税込700円)

**524** 水車むら農園(静岡県) ◎1年  
**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) ◎1年/米  
**水車むら 玄米茶**  
200g **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) ◎1年  
**水車むら 紅茶 セタ**  
100g **610**円(税込659円)

**特** 鳥取はと麦茶

別チラシで食べ方などを詳しくご紹介しています

**529** ゼンヤクノー ◎1年  
**鳥取はと麦茶**  
7g×24袋 **490**円(税込478円) **478**円(税込516円)

鳥取県産ハトムギを100%使用しています。やや薄い色が特徴でハトムギ本来の色です。お子様からご年配の方まで幅広くご愛飲いただけます。

**530** 川原製粉所 ◎6ヶ月以上  
**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)

**大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品です**

**凍** 不使用  
リプレライフ ◎90日以上/豆・米  
**豆汁グルト**

**180981** 通常本体 **1200**円(税込1120円) **1120**円(税込1210円)

**180993** 4個 **4200**円(税込4536円)

少量ずつ解凍し毎日継続してお召上がりください。残りは再凍結が可能です。解凍後は冷蔵庫で保管し7日間を目安にお召上がりください。

**からだの中からアンチエイジング!**

肝機能改善や体内の毒素排出を促すデトックス効果に期待

**新** 有機びわ茶

原材料/有機びわの葉(鹿児島県徳之島産) ◎6ヶ月以上

**536** 福留果樹園 **有機びわ茶**  
3g×15包 **860**円(税込929円)

豊かな大地、徳之島の有機自家園で育った茶葉100%。ノンカフェインで年代を問わない健康茶。1.5ℓに1包を入れて沸騰させ弱火で3~5分煮出してください。

**新** 有機グアバ茶

原材料/有機グアバの葉(鹿児島県徳之島産) ◎6ヶ月以上

**180975** 福留果樹園 **有機グアバ茶**  
3g×15包 **860**円(税込929円)

男女共に長寿世界一を輩出した徳之島。豊かな大地の有機自家園で育った茶葉100%。1.5ℓに1包を入れて沸騰させ弱火で3~5分煮出してください。

**9月3日** ティーバッグになっている為、手軽に本格的な烏龍茶を楽しめます。農薬、化学肥料は一切使用していません。台湾産茶(半発酵茶)

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

**9月3日** グアテマラの産地の中で最も標高の高い地域で、自然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(中は発酵)しています。

プレスオールターナティブ ◎6ヶ月以上  
**パロ・ブランココーヒー**

**532** 粉 **900**円(税込972円)

**533** 豆 **900**円(税込972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**

有機カカオ豆使用。無糖なのでお菓子作りにも適しています

**9月3日** 技術指導を受けた現地の小規模農家が手間ひまかけて栽培し、有機認証を受けたカカオ豆をオランダで加工しています。脂肪分を減らして口当たりをまろやかにしました。

原材料/ココア(ドミニカ共和国、ペルー) ◎1年  
**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)

**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)

豊かな風味を残す超臨界二酸化炭素抽出方法でカフェインを99%以上カットしました。中南米の小規模農家が丁寧に育てた豆を使用しています。

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。

**541** 津南高原農産 ◎180日以上  
**秋澤さんのみかんジュース**  
1ℓ **750**円(税込810円)

**箱得** ナガノトマト ◎75日以上  
**国産温州みかん100**

**537** 125ml×3 **465**円(税込502円)

**538** 箱 **2568**円(税込2773円)

砂糖、香料無添加のストレート果汁。温州みかんならではのまろやかな味わいをお楽しみください。

**箱得** ナガノトマト ◎75日以上  
**国産ふじりんご100**

**539** 125ml×3 **369**円(税込399円)

**540** 箱 **2048**円(税込2212円)

ふじりんごならではの爽やかでやさしい味わいをお楽しみください。砂糖、香料無添加のストレート果汁です。

国産の特別栽培の完熟トマトを搾ったストレートジュース。飲用はもちろん、ジュース等にもご利用いただけます。

**箱得** 高橋ソース ◎3ヶ月以上  
**にんじんジュース**

**543** 350ml **380**円(税込410円)

**180920** 箱 **4440**円(税込4795円)

国産の特別栽培の完熟トマトを搾ったストレートジュース。飲用はもちろん、ジュース等にもご利用いただけます。

**箱得** 高橋ソース ◎3ヶ月以上  
**トマトジュース**

**544** 350ml **380**円(税込410円)

**545** 箱 **4440**円(税込4795円)

国内産温州みかん(農薬不使用)と国内産有機レモン、天然水を使用した、後味のすっきりしたサイダーです。

**546** 光食品 ◎1年  
**みかんサイダー+レモン**  
250ml×30缶 **3690**円(税込3985円)

オーガニックトマトをベースに野菜のうまみと成分を凝縮した体に優しいジュースです。

**542** 光食品 ◎2年  
**無塩野菜ジュース**  
190g×30缶 **3219**円(税込3477円)

国産茶葉、和歌山・高野山麓の地下水を使用しました。香料、着色料、ビタミンC(酸化防止剤)は使用していません。

**180944** ムソー ◎4ヶ月以上  
**箱・さらつや美人番茶**  
500ml×24 **3480**円(税込3758円)

有機栽培された大豆を主原料に、麦芽エキス、カフェインレスコーヒー、焙煎玄米粉等を加えた豆乳飲料です。

**180956** 光食品 ◎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)

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。

**箱得** 創健社 ◎150日以上  
**緑茶**

**547** 500ml **138**円(税込149円)

**180932** 箱 **3200**円(税込3456円)

神川町の城山山標高約800mから湧き出る水を、ボトルリングしたミネラルウォーター。加熱殺菌してあります。

**180968** ヤマキ ◎6ヶ月  
**直送・神泉水**  
2ℓ×6本 **2171**円(税込2345円)

**180970** 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)

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。

**お酒** 未成年者の飲酒は法律で禁止されています。

**9月3日** 塩尻産ぶどうを100%原料として酸化防止剤を一切使用せずに醸造した、やや甘口の赤ワインです。プレスランとはいわゆる2番搾りですが皮や種の渋味加わり深みのある仕上がり。アルコール12.5%

**181018** 井筒ワイン  
**プレスラン井筒ワイン赤**  
720ml **880**円(税込968円)

塩尻産ブドウを100%原料として酸化防止剤を一切使用せずに醸造しました。プレスランとはいわゆる2番搾りですがリースナブルで飲みやすいワインです。アルコール12.5%

**181020** 井筒ワイン  
**プレスラン井筒ワイン白**  
720ml **880**円(税込968円)

**まとめ得** ヤッホーブルーイング / 麦  
**181031** **3本よなよなエール**  
350ml×3 **745**円(税込820円)

エールモルトと最高級アロマホップから生まれるコクと香りが特徴のアメリカンパイルエール。副原料(コーンスターチなど)は一切使用していない本物のビールです。アルコール5%

**まとめ得** ヤッホーブルーイング / 麦  
**181043** **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%

**181055** りんねしゃ ◎2年  
**くすの木せんこう**  
70g **940**円(税込1034円)

くすの木のオイルとはちみつを使用し、合成原料を加えないで作った棒状のせんこう。お仏壇用をはじめ、自然なアロマ香としてもどうぞ。

**181079** 自然丸  
**自然丸の手作りマルセル**  
500g **460**円(税込506円)

動・植物油100%使用、化学合成物質は一切無添加です。お好みのサイズに切り分けてからお使いください。

**181092** 自然丸  
**自然丸の液体石けん詰替用**  
400ml **170**円(税込187円)

**181110** ミヨシ石鹸  
**泡のハンドソープ・詰替用**  
300ml **330**円(税込363円)

**181171** ミヨシ石鹸  
**ミヨシ弱酸性リンス詰替**  
400ml **530**円(税込583円)

**181183** エコ・グリーン  
**極上アレッポの石鹸**  
180g **900**円(税込990円)

**181109** ミヨシ石鹸  
**詰替食器洗いせっけんスプレー**  
600ml **350**円(税込385円)

**181080** ミヨシ石鹸  
**詰替お肌のための洗濯用液体せっけん**  
1ℓ **420**円(税込462円)

**181160** 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)

**181201** ハイム化粧品  
**石けんはみがき**  
140g **440**円(税込484円)

**181195** ミヨシ石鹸  
**泡の洗顔せっけん詰替用**  
180ml **370**円(税込407円)

価格改定しました  
**181067** シャボン玉石本舗  
**純植物性浴用石けん**  
155g **230**円(税込253円)

**181213** 丸富製紙  
**芯有トレペ・ピュアブラウン8R**  
ダブル×8ロール **465**円(税込512円)

**181225** 丸富製紙  
**ペンギン芯なしロール6R**  
シングル×6 **490**円(税込539円)

自然素材の重曹、せっけんのパワーを一本にした環境に優しい洗剤です。食器洗いやシンク、洗面所、浴室のお掃除に。

ミヨシ石鹸  
**暮らしの重曹せっけん泡スプレー**

**181122** **280ml 290**円(税込319円)

**181134** 詰替用 **230ml 195**円(税込215円)

**181146** ミヨシ石鹸  
**ミヨシせっけんシャンプー詰替用**  
300ml **390**円(税込429円)

**181158** ミヨシ石鹸  
**ミヨシせっけん専用リンス詰替用**  
300ml **390**円(税込429円)

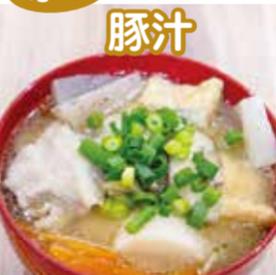
**181249** 丸富製紙  
**キッチンペーパー**  
100組×3箱 **380**円(税込418円)

**181250** 宇部フィルム  
**ポリラップ22cm×40m**  
22cm×40m **158**円(税込174円)

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

**ホット とする一杯!**

**豚汁**



**548** **蔵** **G**不使用  
ヤマキ醸造 ①1年/豆・米  
**御用蔵田舎みそ**  
1kg **898**円(税込) **970**円

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

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。

**G**不使用 **B**  
近藤醸造 ②2年/豆・麦  
**国産丸大豆醤油**

**553** **蔵**  
360ml **270**円(税込) **292**円

**554** **蔵**  
1ℓ **500**円(税込) **540**円

**555** **蔵** **G**不使用  
ヤマヒサ ⑨9ヶ月以上/豆・麦  
**頑固なこだわり醤油うす口**  
720ml **1300**円(税込) **1404**円

**556** **蔵** **G**不使用  
ヤマヒサ ⑥6ヶ月以上/豆・麦  
**減塩しょうゆ**  
500ml **1100**円(税込) **1188**円

**担当者おすすめ レシピ**

**シンプル料理は素材の味を大切に 焼きなすのおひたし**



**材料**  
なす …… 2~4本  
白だし …… 大さじ2~3  
水 …… 1カップ  
すりおろし生姜 …… 適宜  
かつお節 …… 適宜

**作り方**  
①なすはヘタを切り落とし、2cm間隔に縦に切り込みを入れます。  
②グリルやオーブントースターで全体に焼き目がつくまで焼きます。  
③取り出して10分程置き、粗熱を取ります。手で皮をむき、水で割った白だしに漬け込み冷蔵庫で冷やしてから、器に盛りつけすりおろし生姜とかつお節をのせて完成です。

**551** **蔵** **G**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**円(税込) **378**円

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

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

**552** **蔵** **G**不使用  
かねこみそ ③3ヶ月以上/豆・米  
**天然醸造生 有機米みそ**  
750g **1200**円(税込) **1296**円

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

**557** **蔵** **G**不使用 **B**  
近藤醸造 ③360日以上/豆・麦・米  
**めんつゆ**  
1ℓ **765**円(税込) **826**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。

**559** **蔵** **G**不使用 **B**  
近藤醸造 ②2年/豆・麦・米  
**ゆずぼん酢**  
360ml **500**円(税込) **540**円

**琥珀色で食材の彩を活かします**

**558** **蔵**  
七福醸造 ⑥6ヶ月以上/豆・麦・米  
**しいたけ香る有機白だし**  
360ml 通常本体 **1130**円(税込) **1060**円(税込) **1145**円

原材料/有機しょうゆ、有機米発酵調味料、食塩、有機砂糖、かつおかれぶし削り、かつおかれぶし、有機乾しいたけ、こんぶ

有機白しょうゆの味を活かし食材本来の味を味わえる様に、シンプルな原料で優しい上品な味にまとめました。

**新商品**  
**お試し**  
**特価**

米酢とりんご酢をブレンドし、昆布とかつおのだしを合わせた、やわらかな酸味とまろやかな味わいの合わせ酢です。

**560** **蔵**  
光食品 ①1年6ヶ月  
**ゆず果汁**  
100ml **580**円(税込) **626**円

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

**565** **蔵**  
シンコー食品 ③365日  
**塩コショー 詰替え用**  
200g **278**円(税込) **300**円

**567** **蔵**  
角谷文治郎商店 ⑩12ヶ月/米  
**三州三河みりん**  
700ml **1000**円(税込) **1100**円

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

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

**561** **蔵**  
創健社 ③3年/米  
**越前小京都の有機純米酢**  
500ml **430**円(税込) **464**円

**564** **蔵**  
青い海  
**沖縄の塩(シマース)**  
1kg **240**円(税込) **259**円

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

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

**570** **蔵**  
味の一醸造 ①1年/米  
**味の母(醗酵調味料)**  
720ml **840**円(税込) **907**円

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。

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

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。

**G**不使用  
ヤマキ食品 ①1年  
**国産なたね油**

**572 (大)**  
1650g **1780**円(税込) **1922**円

**573 (小)**  
540g **670**円(税込) **724**円

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、圧搾製法の一歩搾りのみ充填した高級油です。

**574** **蔵**  
創健社 ②2年  
**べに花油**  
600g **920**円(税込) **994**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。

**575** **蔵**  
松本製油 ②2年  
**玉締めしぼり胡麻油(大)**  
450g **1060**円(税込) **1145**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。

**576** **蔵**  
ファームランドトレーディング ⑩18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

**焼肉のほか野菜炒めや餃子、冷奴などにどうぞ!**

価格改定しました



**579** **蔵** **G**不使用  
高橋ソース ①1年以上/豆・麦・米  
**中濃ソース**  
300ml **340**円(税込) **367**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、焼そばなどにもご使用いただけます。

**580** **蔵** **G**不使用  
高橋ソース ①1年以上/豆・麦・米  
**特別栽培野菜使用とんかつソース**  
300ml **380**円(税込) **410**円

**広島産のかきから作った逸品。もちろん無添加**



原材料/カキエキス、洗双糖、本醸造醤油、食塩、本みりん、魚醤、濃酢、レモン

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

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。

**583** **蔵**  
高橋ソース ⑨9ヶ月以上/米  
**やまゆりのトマトケチャップ**  
300g **345**円(税込) **373**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。

**584** **蔵** **G**調味料  
ナガノトマト ①1年以上  
**長野県産ケチャップ**  
240g **600**円(税込) **648**円

長野県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。

**卵を使わないマヨネーズタイプのドレッシング**



**585** **蔵** **G**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**円(税込) **562**円

元気な放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〕

**578** **蔵** **G**調味料  
笹木醤油 ④4ヶ月以上/豆・麦・米  
**金笛 やきたれ**  
150ml **500**円(税込) **540**円

本醸造醤油の旨みをいかし、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。

**581** **蔵** **G**不使用  
高橋ソース ①1年以上/豆・麦・米  
**特別栽培野菜使用ウスターソース**  
300ml **380**円(税込) **410**円

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

**584** **蔵** **G**調味料  
ナガノトマト ①1年以上  
**長野県産ケチャップ**  
240g **600**円(税込) **648**円

**587** **蔵** **G**不使用  
ユニオンソース ⑥60日以上  
**ベジタブルネーズ**  
320g 通常本体 **448**円(税込) **430**円(税込) **464**円

特定アレルギー7品目不使用。野菜の旨みで、卵不使用とは思えない味わいです。(魚由来のゼラチン使用)

**588** **蔵** **G**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**円(税込) **410**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〕

**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、直火焙煎した国内産小麦粉、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、マンゴー、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。

**589** **蔵** **G**調味料  
創健社 ②270日/豆・麦  
**植物素材の本格カレー**

**593** **蔵** **G**不使用  
創健社 ⑥6ヶ月以上/豆・麦  
**こどもカレー**  
110g **389**円(税込) **420**円

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!**



原材料/野菜(玉ねぎ、ニンニク、生姜、長ねぎ)、醤油、鶏肉、べに花油、砂糖、でん粉、ごま油、味噌、ホタテエキス、ラージャン、酵母エキス、食塩、米酢、赤唐辛子(中国)

**麺にかけてまぜるだけ バリエーションは無限大!**

**チキンとポークの コクとうま味を涼味で!**

**596** **蔵** **G**不使用  
チョーコー醤油 ④4ヶ月以上/豆・麦・米  
**まぜるめんつゆさっぱりゆず**  
30g×3袋 **260**円(税込) **281**円

麺に混ぜるタイプのめんつゆ。丸大豆醤油と高知県産ゆず果汁使用。うどんやそうめん、パスタにどうぞ。

価格改定しました

**589** **蔵** **G**調味料  
創健社 ①180日以上/豆・麦  
**トマト&オニオンドレッシング**  
150ml **450**円(税込) **488**円

えごま油を使用し、風味豊かなりんご酢と有機どう酢をあわせたトマトと玉ねぎのドレッシングです。

**590** 甘口  
**591** 中辛  
**592** 辛口  
135g **380**円(税込) **410**円

**594** **蔵** **G**不使用  
創健社 ①120日以上/豆・麦  
**植物素材のデミグラス風ソース**  
120g **398**円(税込) **430**円

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。

**595** **蔵** **G**不使用  
創健社 ②270日以上/豆・麦・米  
**創健社の麻婆豆腐の素**  
180g(2~3人前) **300**円(税込) **324**円

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〕

**598** **蔵** **G**不使用  
チョーコー醤油 ②2023.1.13/豆・麦・米  
**まぜるめんつゆ冷やしちゃんぽん風**  
30g×3袋 通常本体 **260**円(税込) **240**円(税込) **259**円

長崎の醤油・味噌蔵元「チョーコー」が作り上げた本場仕込みのちゃんぽん風白湯めんつゆ。〔GMO飼料不分別〕

**597** **蔵** **G**不使用  
チョーコー醤油 ④4ヶ月以上/豆・麦・米  
**まぜるめんつゆこってりしょうゆ**  
30g×3袋 **260**円(税込) **281**円

麺に混ぜるタイプのめんつゆ。丸大豆醤油をベースに長崎県産焼き魚(あご)使用。うどんやそうめん、中華麺にどうぞ。〔GMO飼料不分別〕

**599** 創健社 18ヶ月以上  
**オイル不使用オーツナ**  
90g **398円**(税込) **430円**  
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。使いやすいフレークタイプです。

**604** 伊藤食品 3年/米  
**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。

**600** 創健社 540日以上/豆・麦  
**いわし味付缶**  
100g (固形量70g) **290円**(税込) **313円**  
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。

**使い方いろいろな  
水煮タイプのコーンです**

**605** 更別食品 1年以上  
**もろこし畑・ホール**  
180g (固形量125g) **220円**(税込) **238円**  
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。

**609** 桜井食品 6ヶ月/豆・麦  
**しおラーメン**  
99g **160円**(税込) **173円**  
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)

**もちもち  
ノンフライ麺使用♪**  
価格改定しました **おまとめ  
特価**

**610** 100g (麺80g) **210円**(税込) **227円**  
**611** 5袋 100g(80g)通常本体×5 **1050円** **970円**(税込) **1048円**  
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。

**601** 創健社 540日以上/豆・麦  
**さば味付缶**  
190g (固形量140g) **278円**(税込) **300円**

**603** 創健社 360日以上/豆・麦  
**愛媛の無塩せきコンビーフ**  
80g **840円**(税込) **907円**  
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)

**606** 創健社 6ヶ月以上  
**有機ダイストマト缶**  
400g (固形量240g) **180円**(税込) **194円**

**602** 創健社 540日以上  
**さば水煮缶**  
190g (固形量140g) **268円**(税込) **289円**

**607** アルマテラ 6ヶ月  
**有機トマト・ジュースづけ(ホール)**  
400g **197円**(税込) **213円**

**607** アルマテラ 6ヶ月  
**有機トマト・ジュースづけ(ホール)**  
400g **197円**(税込) **213円**

**お鍋ひとつで完成!  
MADE IN NAKAI麺**

**615** 桜井食品 6ヶ月以上/麦  
**ホットケーキミックス無糖**  
400g **410円**(税込) **443円**  
岐阜県産小麦粉、内モンゴル産の重曹を使用。砂糖を使用していませんので、お好みで甘味を加えてください。

**622** 金子製麺 3ヶ月/麦  
**昆布そうめん**  
200g **228円**(税込) **246円**  
国内産のそば粉8割と長野県産小麦粉2割を使い、秘伝の技術で造り上げました。ゆで時間5～6分

**623** 金子製麺 3ヶ月/麦  
**全粒粉ひやむぎ**  
240g **240円**(税込) **259円**  
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。

**612** 阿部製粉 180日以上/麦  
**国内産強力小麦粉ゆきちから**  
1kg **360円**(税込) **389円**

**614** 阿部製粉 180日以上/麦  
**国内産薄力小麦粉シラネ**  
1kg **355円**(税込) **383円**

**613** 阿部製粉 180日以上/麦  
**国内産薄力小麦粉シラネ**  
1kg **355円**(税込) **383円**

**614** 阿部製粉 180日以上/麦  
**国内産薄力小麦粉シラネ**  
1kg **355円**(税込) **383円**

**616** 秋田白玉 9ヶ月以上/米  
**純白玉粉**  
150g **280円**(税込) **302円**  
秋田県産もち米使用の白玉粉です。水稲もち米を100%使用し、冷しても固くならないのが特徴です。

**617** 桜井食品 2ヶ月以上/麦  
**パン粉**  
200g **310円**(税込) **335円**  
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。

**620** 庄内協同ファーム 90日以上/豆  
**あおっこちゃん(青きな粉)**  
130g **250円**(税込) **270円**

**616** 秋田白玉 9ヶ月以上/米  
**純白玉粉**  
150g **280円**(税込) **302円**

**617** 桜井食品 2ヶ月以上/麦  
**パン粉**  
200g **310円**(税込) **335円**

**626** 庄内協同ファーム 45日以上/米  
**白切もち**  
500g (12~13個) **650円**(税込) **702円**

**621** 金子製麺 6ヶ月以上/麦  
**ぼんぼん麺 ちゃんぼん味**  
2人分(200g) スープ付 **310円**(税込) **335円**  
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。

**621** 金子製麺 6ヶ月以上/麦  
**ぼんぼん麺 ちゃんぼん味**  
2人分(200g) スープ付 **310円**(税込) **335円**

**624** 山本食品 6ヶ月以上/麦・米  
**秘伝の蔵出し八割そば**  
250g **360円**(税込) **389円**

**625** 横山製粉 3年/麦  
**北の Pasta**  
400g **330円**(税込) **356円**  
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。

**ゆで方がポイント!  
柔らか  
豚しゃぶサラダ**

**材料(4人分)**  
豚バラしゃぶしゃぶ用 ..... 150g  
片栗粉 ..... 大さじ1~2  
お好みの野菜 ..... 適宜  
ポン酢 ..... 適宜  
胡麻油 ..... 適宜

**作り方**  
①豚肉に片栗粉を薄くまぶし茹でます。茹であがったらざるにとり冷まします。お好みの野菜と盛り付けポン酢・胡麻油(1:1)を良く合わせてからかけて出来上がり♪

**ポイント**  
なるべくたくさんの湯を沸かし、沸騰したら弱火にし少しずつゆっくり茹でます。冷水につけない方が柔らかく仕上がります!

**618** 桜井食品 3ヶ月以上  
**片栗粉**  
200g **225円**(税込) **243円**  
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。

**619** 桜井食品 1年/米  
**お米を使った天ぷら粉**  
200g **330円**(税込) **356円**  
小麦粉と鶏卵不使用の天ぷら粉です。簡単にカラッと揚がってサクッと仕上がります。

**619** 桜井食品 1年/米  
**お米を使った天ぷら粉**  
200g **330円**(税込) **356円**

**627** 菌興椎茸協同組合 1年  
**ぱぱっとしいたけ**  
30g **435円**(税込) **470円**  
鳥取県産原木乾椎茸を使用。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。

**渡部さんの豆**

**632** 渡部農場(北海道) 9月3日  
**大豆**  
300g **400円**(税込) **432円**  
北海道土幌町の渡部信一さん。

**632** 渡部農場(北海道) 9月3日  
**大豆**  
300g **400円**(税込) **432円**

**海と山の幸の旨みと  
コクのだしパックです**

**636** 節辰商店 6ヶ月  
**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。

**637** 千葉産直サービス 12ヶ月  
**いわしっこ**  
80g **324円**(税込) **350円**  
国産いわしを骨ごといぶして粉末にし、宗田節、鰹ぶしの粉末を加えました。だしやおひたし、炒め物、煮物などに。

**638** 札幌中一 365日  
**カット日高昆布**  
30g **250円**(税込) **270円**  
だし、煮昆布用の味のよい万能昆布。煮え易いので、だしの他、昆布巻や漬物、佃煮などに。

**639** 札幌中一 365日  
**カット羅白昆布**  
100g **830円**(税込) **896円**

**644** 神奈川県漁業協同組合連合会 6ヶ月  
**乾のり**  
全型10枚入 **380円**(税込) **410円**

**635** マツキ 3年  
**棒寒天**  
2本 **470円**(税込) **508円**  
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。

**636** 節辰商店 6ヶ月  
**生協だしパック**  
10g×20袋 **350円**(税込) **378円**

**641** 北村物産 6ヶ月以上  
**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。

**642** リアス 30日以上  
**国産天然芽ひじき**  
30g **380円**(税込) **410円**  
国産の天然芽ひじきです。煮物や和え物などに。

**643** 神奈川県漁業協同組合連合会 6ヶ月以上  
**三浦長ひじき**  
50g **490円**(税込) **529円**  
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。

**645** 神奈川県漁業協同組合連合会 6ヶ月  
**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。

**646** 創健社 6ヶ月/卵・豆・麦・米  
**ふりかけ45**  
32g **220円**(税込) **238円**  
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)

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。

とにかく分厚くて 食べ応えが半端ない!



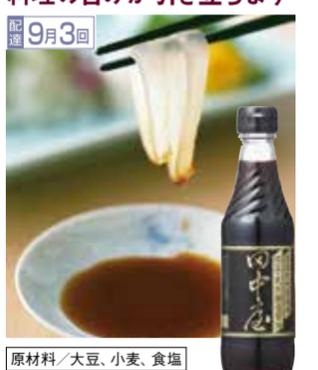
9月3日  
厚さが みよし天の約2倍!  
原材料/魚肉(宇和海)、馬鈴薯澱粉、食塩、甘酒、揚げ油(菜種油)  
647 **凍** **G**不使用  
宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
鬼じゃこ天  
80g×2枚 **600円**(税込)  
宇和海産のホタルジャコや小魚を使い、でん粉、塩、甘酒のみで味付けし、菜種油で揚げました。

甘辛くて ごはんのお供にぴったりです



9月3日  
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  
181274 **凍** **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** **480円**(税込)  
網元・祇園丸のちりめんじゃこを厳選した調味料でじっくり炊き上げました。

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



9月3日  
原材料/大豆、小麦、食塩  
181286 **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。

噛むほどに旨みがあふれ出す美味しさ

9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。  
648 **凍** **G**不使用  
宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
みよしのじゃこ天  
50g×2枚 **398円**(税込) **430円**

野菜とじゃこ天がマッチしています

9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。  
649 **凍** **G**不使用  
宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
野菜じゃこ天  
50g×2枚 **398円**(税込) **430円**

濃厚な味と甘みのため甘露醤油とも言われています

9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。  
181298 **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円**(税込) **356円**

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

9月3日  
181316 **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、オイスターソースを合せてみました。

みよし×リアスのコラボみよし天

9月3日  
みよし天に十三浜産絆わかめとめかぶを加えました。  
650 **凍** **G**不使用  
宇和島練り物工房みよし ◎180日以上/米  
わかめかぶじゃこ天  
50g×2枚 **398円**(税込) **430円**

やわらかい食感。汁物に入れるとよい出汁がでます

9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。  
181262 **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円**(税込) **430円**

風味豊かなめんつゆです

9月3日  
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。  
181304 **凍** **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**

八宝菜や冷やし中華の具材にも

9月3日  
181389 **凍** **G**不使用  
てんぼ印 ◎90日以上  
乾燥大根葉  
20g **260円**(税込) **281円**  
無茶々園生産者の有機大根葉をカットして乾燥させました。スープやお味噌汁の他水戻しして混ぜご飯などにどうぞ。  
181390 **凍** **G**不使用  
てんぼ印 ◎90日以上  
乾燥ごぼう  
20g **290円**(税込) **313円**  
無茶々園生産者の有機ごぼうをささがきにして乾燥させました。水で戻してきんぴらごぼうや豚汁などに。  
181407 **凍** **G**不使用  
てんぼ印 ◎90日以上  
ドライトマト  
20g **370円**(税込) **400円**  
自社農場の有機トマトをスライスして、乾燥しました。水で戻して、パスタやスープなどに。  
181419 **凍** **G**不使用  
てんぼ印 ◎90日以上  
にんにくチップ  
20g **290円**(税込) **313円**  
自社農場の有機にんにくをスライスして、乾燥しました。パスタやサラダなどに。

愛媛県松山市 IS フーズ

辛さと旨さがやみつきに

9月3日  
原材料/食用なたね油(国内製造)、トマト、たまねぎ、赤唐辛子(愛媛県)、にんにく、食塩、生薑、レモン果汁、アンチョビ、砂糖、しいたけパウダー、ローリエ  
181328 **凍** **G**不使用  
ISフーズ ◎180日以上  
国産サンバルソース  
80g **650円**(税込) **702円**  
愛媛県産赤唐辛子プリキーヌと国産手造りアンチョビをベースにした辛味調味料。エスニック料理をはじめ、色々な料理に。

手軽にイタリアンをお楽しみください

9月3日  
原材料/にんにく(国内産)、食用オリーブ油、片口いわし、食用なたね油、食塩、香辛料(ブラックペッパー、ローズマリー、ローリエ)  
181330 **凍** **G**不使用  
ISフーズ ◎180日以上  
国産バーニャカウダ  
50g **800円**(税込) **864円**  
手造りアンチョビと国産にんにくを使用し、イタリア産EXVオリーブオイルで仕上げました。生野菜やパンなどにつけてください。

愛媛県今治市 八木酒造部

山丹正宗の醸造元である八木酒造部は、江戸時代、幕末の足音が聞こえ始めた1831年(天保2年)に、愛媛県今治市にて創業いたしました。  
山丹正宗は地元愛媛の 米・水・技術にこだわっています  
山丹正宗は地元で古くからなじみの深い酒米「松山三井」や、愛媛県が開発した酒造好適米「しずく媛」、四国の軽井沢と呼ばれる久万高原町の清流で育まれた減農薬米「フクヒカリ」などを用い、生産量の9割以上を地元産米での酒造りを行っています。  
温度管理の難しい菌、酸味が強くなる菌、良い香りがでやすい菌、などなど酵母菌も材料、天候、季節などで何種類の中から杜氏が仕上りの味を想像しながら、ブレンドし使用します。  
また、酒造りに欠かせない良質な水は、西日本最高峰の石植山と、それに連なる四国山脈からの清冽な伏流水を用いています。

お酒 未成年者の飲酒は法律で禁止されています。

9月3日  
心地良い 爽やかな酸味が特徴です  
愛媛県産特別栽培米「フクヒカリ」で作った純米酒です。  
原材料/米(国産)、米麹(国産米)  
181420 **凍** **G**不使用  
八木酒造部 /米  
山丹正宗純米酒フクヒカリ  
720ml **1350円**(税込) **1485円**  
精米歩合60%/アルコール分15%/日本酒度-2/酸度2.2

鮮度感が残る 少量使い切りタイプです

9月3日  
原材料/片口いわし(国内産)、食用なたね油、食塩、香辛料(ブラックペッパー、ローズマリー、ローリエ)  
181341 **凍** **G**不使用  
ISフーズ ◎90日以上  
国産手造りアンチョビ  
45g (固形量30g) **500円**(税込) **540円**  
日本近海で漁獲される新鮮な片口いわしを手作業で捌き、塩、ハーブ、スパイスで塩漬け熟成しました。

アンチョビの 風味豊かな逸品です

9月3日  
原材料/食用なたね油(国内製造)、ローズトアーモンド、ちりめんじゃこ、粉末醤油、フライドオニオン、アンチョビ、にんにく、食用ごま油、砂糖、白ごま、食塩、ブラックペパー、ジンジャーパウダー、昆布パウダー  
181353 **凍** **G**不使用  
ISフーズ ◎180日以上/豆・麦  
じゃこ&ナッツのオイル漬け  
80g **650円**(税込) **702円**  
アンチョビとちりめんじゃこ、ナッツをオイル漬けにしました。サラダや冷奴のトッピング、パスタソースなどに。

レモンとみかんの風味と唐辛子の辛味をオリーブオイルが優しく包み込みます

9月3日  
原材料/食用オリーブ油(イタリア)、青唐辛子(愛媛県)、食塩(瀬戸内)、レモン(愛媛県)、伊予柑(愛媛県)  
181365 **凍** **G**不使用  
ISフーズ ◎180日以上  
レモン&みかん胡椒のオイル漬け  
35g **500円**(税込) **540円**  
愛媛県産のレモン、みかん、青唐辛子を瀬戸内の塩と合わせて、オリーブオイルに漬け込みました。鍋の薬味やカルパッチョなどに。