



## 生姜たっぷり！ 炊き込み御飯

### 冷たいものを食べがちな夏！ 内臓の冷えに要注意！！

今回は加熱した生姜の効果をご紹介します。

生姜は加熱することで、生の生姜に多く含まれる辛み成分の「ジンゲロール」が「ショウガオール」という成分に変化します。

その「ショウガオール」という成分には、燃焼効果を高め熱を作り出すと共に血行促進を行い、体を芯から温める効果があります。

基礎体温を高め、免疫の向上が期待できます！

生姜は普通の食生活にも取り入れやすいので、生と加熱それぞれの効果を知っておくと体質改善や健康、美容に役立ちます。

### 簡単生姜炊き込み御飯で 免疫力アップ

材料(約3~4人分)

お米 ..... 2合  
生姜 ..... 40g  
油揚げ ..... 1枚  
水(めんつゆ大さじ2含む)  
..... 2カップ

作り方

- ①生姜は皮をむき、千切りにする。
- ②油揚げは油抜きをして短冊切りにする。
- ③炊飯器にお米と生姜、油揚げ、水(めんつゆ大さじ2杯含む)を入れる。
- ④炊飯器のスイッチオン！炊きあがったら、軽く混ぜ器に盛り、お好みで小ねぎやゴマを散らしてください。

170 JAS  
四万十生産グループ(高知県)  
黄金虚空蔵しょうが  
100g 275円(税込297円)

高知県四万十町の  
大森行彦さん。



### 担当者おすすめ レシピ





有機 JAS 認証を取得している畑畑で栽培された農産物

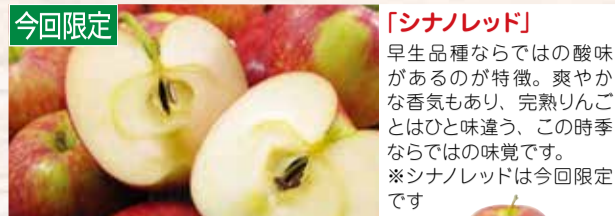


栽培期間中化学合成農薬を使用していない農産物



栽培期間中化学合成農薬を一部使用している農産物

### この時季美味しい甘酸っぱいりんごです 果汁も多くお菓子作りにも最適です



「シナノレッド」  
早生品種ならではの酸味があるのが特徴。爽やかな香気もあり、完熟りんごとはひと味違う、この時季ならではの味覚です。  
※シナノレッドは今回限定です

**113** 低農薬 無化学肥料  
さんさんファーム(長野県)  
りんご(シナノレッド)  
3kg箱 (10~16玉) **2660円**(税込) **2873円**(税込)

できるだけ早く冷蔵庫に入れて下さい  
シナノレッドは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まいります。できるだけ早く冷蔵庫に入れ保存してください。

### 土作りにこだわった無農薬のフレッシュブルーベリーです



甘みと酸味が実によってまちまちなので、5~6粒まとめて口に入れるのがおいしい食べ方

**114** 無農薬 無化学肥料  
由木農場(東京都)  
由木さんのブルーベリー  
180g **645円**(税込) **697円**(税込)

### 丁寧に一粒ずつ切ってパックした甘い巨峰♪

九州のぶどうは昼夜気温の差がないため、完熟でも黒くなりません  
長野県や山梨県のぶどうと違い一つ一つ袋をかぶせて栽培しています  
農薬が実にかかっていないので凍らせて皮のまま食べるのも美味しい!



**115** 低農薬 低化学肥料  
石井農園(福岡県)  
カッパぶどう(巨峰)  
200g **472円**(税込) **510円**(税込)

### 果肉は柔らかく果汁が多い梨です

栃木県小山市の  
館野文男さん。

館野さんの梨は今年が最後の企画です



**116** 低農薬 低化学肥料  
館野文雄(栃木県)  
梨(幸水)  
2個 **478円**(税込) **516円**(税込)

### 朝食、デザートにベリーとバナナのヨーグルト

エクアドルとペルーの指定農園。※代替としてメキシコのチョコニータ農園が入る場合があります。



**117** 有機 JAS  
ヒロインターナショナル  
有機バナナ(エクアドル・ペルー)  
450g以上 **368円**(税込) **397円**(税込)

### アクアパッツアに

神奈川県産  
神奈川県平塚市の内田達也さん。



**118** 無農薬 無化学肥料  
いかす(平塚市)  
いかすのミニトマト  
180g **335円**(税込) **362円**(税込)



**119** 無農薬 無化学肥料  
微生物農法の会(茨城県)  
長島さんのトマト  
500g **480円**(税込) **518円**(税込)



**120** 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**(税込)



**121** 低農薬 無化学肥料  
農楽舎(北海道)  
ズッキーニ  
1本 **232円**(税込) **251円**(税込)



**122** 低農薬 低化学肥料 神奈川県産  
赤坂農園(秦野市)  
嘉一さんのピーマン  
300g **250円**(税込) **270円**(税込)

**123** 無農薬 無化学肥料  
微生物農法の会(茨城県)  
長島さんのピーマン  
150g **175円**(税込) **189円**(税込)

### 肉とあわせてシンプルに

長島さんのなす  
500g **300円**(税込) **324円**(税込)

醤油炒め  
高知県窪川町の仁科宇紘さん。



**125** 無農薬 無化学肥料  
おきたま興農舎(山形県)  
薄皮丸茄子  
400g **458円**(税込) **495円**(税込)

万願寺とうがらし  
四万十生産グループ(高知県)  
100g **220円**(税込) **238円**(税込)

**127** 低農薬 低化学肥料  
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)  
レタス  
1個 **238円**(税込) **257円**(税込)

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。夏でも昼夜の気温差のある冷涼な高原で育ったほろ苦さのあるサニーレタスです。サラタはもちろンスープや炒めものにも。

**128** 低農薬 低化学肥料  
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**(税込)

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。夏でも昼夜の気温差のある冷涼な高原で育ったほろ苦さのあるサニーレタスです。サラタはもちろンスープや炒めものにも。

**129** 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 **255円**(税込) **275円**(税込)

群馬県長野原町の岩田紀重さん他。

### 簡単・美味しい!

#### 豚味噌漬けと空芯菜炒め

神奈川県産  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



P6にレシピを掲載します

**130** 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**(税込)

**309** 千野さんの豚みそ漬け厚切



**131** 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**(税込)



**132** 無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農楽~(愛川町)  
モロヘイヤ  
60g **198円**(税込) **214円**(税込)

### やさしい美味しさ 穂香たまごと小松菜の塩炒め

奈良県宇陀市の石本淳史さん他。

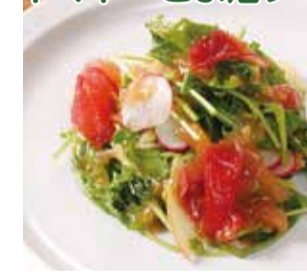


**133** 有機 JAS  
農民連奈良産直センター(奈良県)  
小松菜  
200g **240円**(税込) **259円**(税込)



**134** 有機 JAS  
農民連奈良産直センター(奈良県)  
チンゲン菜  
200g **255円**(税込) **275円**(税込)

### 主菜のような満足感 トマト×ごま油ソースのサラダ



作り方  
①水菜、ルッコラ、ラディッシュを洗い、食べやすくカットする。  
②トマト1玉(完熟がいいです)を、器でやさしく潰す。  
③ごま油、塩を加えてよく混ぜたら、カットした野菜と和えて完成。



**138** 無農薬 無化学肥料  
ラウアイ(奈良県)  
ラディッシュ  
100g **210円**(税込) **227円**(税込)

鶴岡周辺の農家が大切に守り生産してきた在来種で、他にない独特の甘みと風味があります



枝豆の旬は山形へ!  
時間の経過で甘みが少なくなるので、届きましたらすぐにゆでておくことをおすすめします。



**135** 無農薬 無化学肥料  
四万十生産グループ(高知県)  
丸オクラ  
100g **198円**(税込) **214円**(税込)



**136** 有機 JAS  
ぐり〜んは〜と(島根県)  
水菜  
150g **255円**(税込) **275円**(税込)



**137** 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**(税込)



**139** 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 **320円**(税込) **346円**(税込)



**140** 無農薬 無化学肥料  
庄内協同ファーム(山形県)  
だだちゃ豆(枝豆)  
250g **508円**(税込) **549円**(税込)

**141** 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**(税込)



**142** 低農薬 無化学肥料  
うえむら農園出荷組合(香川県)  
グリーンアスパラ  
100g **358円**(税込) **387円**(税込)

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



**143** 低農薬 無化学肥料  
おきたま興農舎(山形県)  
おかひじき  
80g **198円**(税込) **214円**(税込)



**144** 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)



**146** 有機 JAS 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)



**148** 有機 JAS 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)

### 秦野の名物落花生♪

神奈川県産  
今季初



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30分落し蓋をして茹でます。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。

149 無農薬 低化学肥料  
赤坂農園(秦野市)  
嘉一さんの生落花生  
300g **460円**(税込) ~~497円~~  
神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。

### 焼きとうもろこしで

神奈川県産



150 低農薬 低化学肥料  
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)  
とうもろこし  
1本 **238円**(税込) ~~257円~~  
群馬県長野野原町の岩田紀重さん他。夏でも昼夜の気温差のある冷涼な高原で育ったとうもろこしです。



151 低農薬 無化学肥料  
大原農園(中井町)  
赤玉ねぎ(湘南レッド)  
500g **230円**(税込) ~~248円~~  
神奈川県中井町の大原好文さん。



152 無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
千葉さんの玉ねぎ  
600g **300円**(税込) ~~324円~~  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

### そのままでも、付け合わせでも ニンジンのロースト

にんじんを細切りにして塩・胡椒をふり、オリーブ油をかけ、オーブン又はフライパンで焼いて完成



155 無農薬 無化学肥料  
南風農場(青森県)  
にんじん  
300g **348円**(税込) ~~376円~~  
青森県八戸市の水野浩司さん他。

### さっぱりとろろそば

北海道芽室町の久世透さん他。



156 無農薬 低化学肥料  
すずらん会(北海道)  
長いも  
300g **358円**(税込) ~~387円~~



157 低農薬 無化学肥料  
川島農園(熊本県)  
早生れんこん  
350g **388円**(税込) ~~419円~~  
熊本県宇城市の川島勝彦さん。〔有機JAS許容農薬のみ1回使用〕



158 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~~  
神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。



159 低農薬 低化学肥料  
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)  
大根  
1本 **278円**(税込) ~~300円~~  
群馬県長野野原町の岩田紀重さん他。

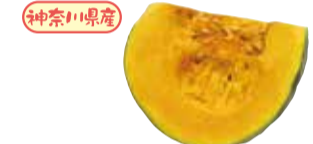


160 無農薬 低化学肥料  
丸忠園芸組合(宮崎県)  
ごぼう  
300g **355円**(税込) ~~383円~~  
宮崎県小林市の税所篤朗さん。

### 再掲 デリ風 かぼちゃと玉ねぎのサラダ



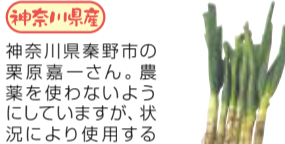
作り方  
蒸したかぼちゃを潰し、マヨネーズを適量加えてよく混ぜる。水にさらした玉ねぎを加え混ぜ、胡椒をかけて完成。



161 無農薬 無化学肥料  
いかす(平塚市)  
カットかぼちゃ  
500g前後 **368円**(税込) ~~397円~~  
神奈川県平塚市の内田達也さん。



162 無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
ミニかぼちゃ  
1個(450g前後) **250円**(税込) ~~270円~~  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



165 低農薬 低化学肥料  
赤坂農園(秦野市)  
長ねぎ  
400g **250円**(税込) ~~270円~~  
神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。農業を使わないようにしていますが、状況により使用する場合があります。



166 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~~  
山形県川西町の和田憲夫さん他。



168 無農薬 無化学肥料  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
んにく  
60g前後 **240円**(税込) ~~259円~~  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。組合員さんのご要望にお応えして、しっかり乾燥しました。バラでお届けする可能性もございます。

### 大きさと種類を選んで



163 無農薬 無化学肥料  
おきたま興農舎(山形県)  
かぼちゃ(栗系)  
1玉(1.5kg以上) **975円**(税込) ~~1053円~~  
山形県南陽市の中西宏太郎さん他。



164 無農薬 無化学肥料  
マザーアースクラブ(静岡県)  
バターナッツパンプキン  
1玉(700g以上) **360円**(税込) ~~389円~~  
静岡県南伊豆町の石川憲一さん。



170 無農薬 無化学肥料  
四万十生産グループ(高知県)  
黄金虚空蔵しょうが  
100g **275円**(税込) ~~297円~~  
高知県四万十町の大森行彦さん。

### 柔らかい肉質の新しょうがは甘酢漬け、紅しょうが、佃煮、天ぷらなどがおすすめです

高知県四万十町の武市由美さん。

171 100g **330円**(税込) ~~356円~~  
172 徳用 300g **843円**(税込) ~~910円~~  
無農薬 無化学肥料  
四万十生産グループ(高知県)  
四万十の新しょうが



### 畑のおいしいところをお届けします



お届け予定品目  
金美人参、ズッキーニ、島村いんげん、キュウリ、ミニトマト、人参、ニンニク、玉ねぎ、じゃがいも、ミニカボチャ、空芯菜、ツルムラサキ、モロヘイヤなどの中から3品  
173 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 **680円**(税込) ~~734円~~  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

### “いかす!” 野菜セット



お届け予定品目  
小松菜、ほうれん草、カット白菜、キャベツ、にんじん、大根、かぶなどの中から3品  
174 無農薬 無化学肥料  
いかす(平塚市)  
いかすの野菜セット  
3品 **750円**(税込) ~~810円~~  
神奈川県平塚市の内田達也さん。



177 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~~  
愛知県豊川市の山口貴鋭さん。原木は岐阜・長野県産。



178 無農薬 無化学肥料  
北村きのこ園(鳥取県)  
不揃いエリンギ  
150g **220円**(税込) ~~238円~~  
鳥取県八頭町の北村大司さん。形にこだわらないお徳用です。



179 無農薬 無化学肥料  
浜田産業(北海道)  
舞茸  
100g **228円**(税込) ~~246円~~  
北海道厚保沢部町の浜田潤介さん。〔放〕不検出 <3.7<3.1



180 無農薬 無化学肥料  
三幸(長野県)  
ぶなしめじ  
100g **135円**(税込) ~~146円~~  
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。



自家採取!  
お届け予定品目  
キャベツ、人参、ほうれん草、小松菜、大根、じゃがいも、里芋、さつまいも、からし菜、菜花、ラディッシュ、玉ねぎ、ケール

175 3品 **780円**(税込) ~~842円~~  
無農薬 無化学肥料  
湘南小巻ファーム(平塚市)  
小巻さんの野菜セット

176 5品 **1250円**(税込) ~~1350円~~  
神奈川県平塚市の小巻秀任さん。自家採取した固定種の野菜をセットしました。



184 無農薬 無化学肥料  
舟形マッシュルーム(山形県)  
マッシュルーム  
100g **265円**(税込) ~~286円~~  
山形県舟形町の長澤光芳さん。



185 無農薬 無化学肥料  
割野きのこ組合(新潟県)  
大粒なめこ  
120g **175円**(税込) ~~189円~~  
新潟県津南町の小林一男さん。



529 有機カレー粉  
186 無農薬 無化学肥料  
バイオコスモ(伊勢原市)  
きのこセット  
5種 **578円**(税込) ~~624円~~  
生椎茸(菌床栽培)・舞茸・ぶなしめじ・えのき茸・足付きなめこをセットしました。





**担当者おすすめ**  
**レシピ**  
空みそ漬けと  
豚もろ漬けと

材料2つで  
簡単・美味しい!



**材料**  
【A】千野さんの豚もろ漬け厚切り……………1パック  
【B】空みそ……………適量

**作り方**  
①A(解凍後)とBをそれぞれ食べやすい長さ・大きさにカットする。  
②鍋に菜種油(分量外)をひいてAを焼く。  
③表面が焼けてきたらBを芯→葉の順に加える。  
④味噌と野菜を絡ませながら炒め、肉の内部にも火が通ったら完成。

漬ける手間、味付けの手間を省いて美味しい一品を。空みそ独特の風味と味噌の相性が抜群! 箸が止まらぬおいしさです。

**千野さんの豚肉 (山梨県)**

**特**

**257** **凍**  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
**千野さんの豚ロースしゃぶしゃぶ**  
通常本体 200g **680円** (税込 **665円**) (718円)

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

**258** **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。

**丹沢高原豚 (神奈川県愛川町)**

**特**

**268** **蔵**  
丹沢農場 ◎4日  
**丹沢豚肩ローススライス**  
200g **485円** (税込 **524円**)

赤身と脂肪のバランスが良い部位です。炒め物や焼き物に。

**特**

**269** **蔵**  
丹沢農場 ◎4日  
**丹沢豚ロースブロック**  
400g 通常本体 **1090円** (税込 **1045円**) (1129円)

キメが細かく、柔らかい肉質です。とんかつやソテーなどに。

**309** **凍**  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
**千野さんの豚もろ漬け厚切り**

漬ける手間、味付けの手間を省いて美味しい一品を。空みそ独特の風味と味噌の相性が抜群! 箸が止まらぬおいしさです。

**259** **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。

**特**

**260** **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**  
通常本体 200g **635円** (税込 **622円**) (672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。

**ロースとピーマン、しいたけの**  
**ねぎ塩炒め**  
やわらかく旨味のあるロース肉です。炒め物に。

**270** **蔵**  
丹沢農場 ◎4日  
**丹沢豚ローススライス**  
200g **550円** (税込 **594円**)

**261** **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 **518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。

**262** **凍**  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
**千野さんの豚ヒレ一口カツ用**  
150g **635円** (税込 **686円**)

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

**特**

**263** **凍**  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
**千野さんの豚スペアリブ**  
通常本体 300g **685円** (税込 **670円**) (724円)

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

**264** **凍**  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
**豚モモ小間切れ&挽き肉**  
150g×2 **680円** (税込 **734円**)

脂が少ないモモの小間切れと挽き肉をセットにしました。

**271** **蔵**  
丹沢農場 ◎4日  
**丹沢豚小間切れ**  
200g **390円** (税込 **421円**)

旨みのあるモモ、ウデ他の小間切れです。炒め物、鍋物、煮物に。

**272** **蔵**  
丹沢農場 ◎4日  
**丹沢豚挽き肉(餃子用)**  
200g **335円** (税込 **362円**)

通常の挽き肉よりも脂を多めにしました。

**265** **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、小分けしてあります。1.5~2mm厚。

**266** **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。

**267** **凍**  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上  
**千野さんの豚バラ焼肉用**  
200g **485円** (税込 **524円**)

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

**秋川若鶏 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)**

**特**

**279** **凍**  
秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏もも肉切り身(バラ凍結)**  
通常本体 500g **988円** (税込 **940円**) (1015円)

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

**280** **凍**  
秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏ミンチ**  
200g **410円** (税込 **443円**)

もも肉、ムネ肉、ササミをミンチにしました。

**エコかざ鶏 (茨城県・栃木県)**

**ミックスベジタブルとチキンの**  
**焼き飯**  
脂身が少ない、ふっくらと柔らかい肉質です。チキンカツや唐揚げ、煮物、蒸し物などに。

**273** **凍**  
千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏ムネ肉**  
270g **598円** (税込 **646円**)

**274** **凍**  
千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏モモ肉**  
270g **768円** (税込 **829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。

**手羽先とレシコンの**  
**さっぱり煮**  
コラーゲンが多く、コクのある部位です。唐揚げや煮物などに。

**282** **凍**  
秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏手羽先**  
400g **535円** (税込 **578円**)

**275** **凍**  
千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏ササミ**  
300g **758円** (税込 **819円**)

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

**276** **凍**  
千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏砂ぎも**  
300g **498円** (税込 **538円**)

コリコリとした食感です。焼き鳥や炒め物、唐揚げなどに。

**277** **凍**  
千葉産直サービス ◎60日  
**エコかざ鶏手羽元**  
300g **518円** (税込 **559円**)

エコかざ鶏の手羽元です。唐揚げや焼き物、煮物などに。

**284** **凍**  
秋川牧園 ◎180日  
**秋川若鶏とり皮**  
200g **292円** (税込 **315円**)

濃厚な味で旨みが強く、コラーゲンたっぷりの若鶏の皮です。炒め物や唐揚げ、煮物などに。

**285** **凍**  
秋川牧園 ◎120日  
**秋川若鶏きも**  
150g **310円** (税込 **335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。

**瑞穂牛 (茨城県・栃木県)**

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

**286** **蔵**  
瑞穂農場 ◎4日  
**国産みずほ牛サーロインステーキ**  
1枚(170g) **2050円** (税込 **2214円**)

**287** **蔵**  
瑞穂農場 ◎4日  
**国産みずほ牛モモスライス**  
180g **1200円** (税込 **1296円**)

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

**国産熟成牛 (北海道)**

**牛切り落とし**  
**ガーリックソテー**  
味に深みのあるウデ肉、モモ肉、バラ肉のミックスです。牛丼や野菜炒めに。バラ凍結。

**291** **凍**  
知床興農ファーム ◎30日以上  
**国産熟成牛カレーシチュー用**  
200g **935円** (税込 **1010円**)

煮込み料理に最適な角切りです。

**288** **凍**  
瑞穂農場 ◎60日以上  
**国産みずほ牛挽肉**  
200g **730円** (税込 **788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。

**289** **凍**  
瑞穂農場 ◎60日以上  
**国産みずほ合挽肉**  
200g **598円** (税込 **646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。

**特**

**290** **蔵**  
瑞穂農場 ◎4日  
**国産みずほ牛切り落とし**  
通常本体 180g **998円** (税込 **958円**) (1035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。

**294** **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。

**特**

**295** **凍**  
知床興農ファーム ◎30日以上  
**国産牛豚合挽肉**  
通常本体 250g **825円** (税込 **805円**) (869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。

### 職人の技が美味しさの秘密

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]



**296** 凍  
ハム工房ジロー ◎30日以上  
徳用無添加ウインナーソーセージ  
160g(7~9本) **670**円(税込) **724**円



**297** 凍  
ハム工房ジロー ◎30日以上/乳  
無添加チーズウインナー  
100g **540**円(税込) **583**円  
よつ葉チーズを練り込んだ、やまゆりオリジナルウインナーです。[GMO飼料不使用]



**300** 凍  
ハム工房ジロー ◎30日以上  
無添加プレスハムスライス  
100g(7枚) **600**円(税込) **648**円  
山梨県千野ファームの豚モモ肉を使い、長期低温熟成、桜木直火式スモークで仕上げました。[GMO飼料不使用]



**301** 凍  
ハム工房ジロー ◎30日以上  
無添加ベーコンスライス  
100g(6~7枚) **660**円(税込) **713**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]



**302** 凍 G不使用  
ハム工房ジロー ◎30日以上/豆・麦  
無添加焼豚モモブロック  
120g **800**円(税込) **864**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]

### ハムステーキで食べたい 極上品



**298** 凍  
ハム工房ジロー ◎30日以上  
無添加ボンレスハム厚切り  
80g **600**円(税込) **648**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]

### ほのかな燻製の香りと 旨みがとても上品です



**299** 凍  
ハム工房ジロー ◎30日以上  
無添加ロースハムスライス  
80g **630**円(税込) **680**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]



**303** 蔵  
丹沢農場 ◎7日  
丹沢ボンレスハムスライス  
120g **460**円(税込) **497**円  
丹沢高原豚モモ肉を使い、あっさりとした味わいに仕上げました。[GMO飼料不使用]



**304** 蔵  
丹沢農場 ◎7日  
徳用皮なしベーコンウインナー  
240g **630**円(税込) **680**円  
皮がなくやわらかなミニサイズ。香辛料控えめで小さなお子さんも食べやすい大きさです。[GMO飼料不使用]



**305** 蔵  
丹沢農場 ◎7日  
粗挽きウインナー  
160g **430**円(税込) **464**円  
飼育や飼料にこだわった丹沢高原豚の粗挽肉を使用。ジューシーさと旨味、食感が楽しめます。[GMO飼料不使用]

### フライパンで揚げるだけの簡単調理

丹沢高原豚のレバーに下味をつけて、衣をつけました。冷凍のまま、揚げてください。[GMO飼料不使用]



**307** 凍 G不使用  
丹沢農場 ◎90日以上/豆・麦・米  
豚レバーの唐揚げ(衣つき)  
125g **368**円(税込) **397**円  
原材料/豚レバー(国産)、純米酒、醤油、馬鈴薯澱粉、ニンニクペースト、生姜ペースト

**306** 凍 G不使用  
丹沢農場 ◎60日/豆・麦・米  
丹沢トントロ焼豚  
120g **550**円(税込) **528**円(税込) **570**円  
一頭から約300gしか取れないトントロを、こだわりの特製タレに漬け込み、焼き上げました。[GMO飼料不使用]

**308** 凍 G不使用  
丹沢農場 ◎90日/卵・乳・麦  
丹沢ハンバーガー用パティ  
50g×4 **450**円(税込) **486**円  
バーガーパンのサイズに合わせた専用パティです。[牛・豚GMO飼料不使用] [卵・乳製品GMO飼料不分別]

**309** 凍 G不使用  
高橋(千野ファーム) ◎30日以上/豆・麦・米  
千野さんの豚みそ漬け厚切り  
2枚(200g) **698**円(税込) **754**円  
味噌の焼ける香りが食欲をかきたてます  
豚ロース厚切りに特製みそだれを塗りました。解凍後、焼いてください。[GMO飼料不使用]

### 秋川牧園のお惣菜

**314** 凍 G不使用  
秋川牧園 ◎4ヶ月以上/卵・豆・麦・米  
レバー入りミートボール  
400g **680**円(税込) **658**円(税込) **711**円  
ミートボールにレバーを加えました。温めてそのままやお好みのソースに絡めたり、カレーの具などに。[GMO飼料不使用]

**315** 凍 G不使用  
秋川牧園 ◎9ヶ月/卵・豆・麦・米  
ささみ天  
200g **500**円(税込) **540**円  
秋川若鶏のささみを使い、ふんわりとした衣が新しい食感の天ぷらです。お好みでほん酢、塩等でどうぞ。[GMO飼料不使用]

**316** 凍 G不使用  
秋川牧園 ◎135日以上/豆・麦・米  
若鶏手羽先煮物  
4~5本(180g) **558**円(税込) **603**円  
秋川若鶏の手羽先を特製たれで煮込みました。温めてください。[GMO飼料不使用]

**317** 凍 G不使用  
秋川牧園 ◎4ヶ月以上/卵・豆・麦・米  
甘酢のやわらかチキン南蛮  
150g **398**円(税込) **430**円  
秋川若鶏のムネ肉をふんわりと揚げ、特製甘酢たれを染み込ませました。温めてください。[GMO飼料不使用]

### 岩手県久慈市 総合農舎山形村

**310** 凍 G不使用  
総合農舎山形村 ◎90日以上/卵・麦  
短角牛と佐助豚のハンバーグ  
1個(160g) **600**円(税込) **648**円  
短角牛と佐助豚の合挽肉を使ったハンバーグ。解凍後、焼いてください。[牛・卵GMO飼料不使用、豚肉GMO飼料不分別]

**311** 凍 G不使用  
総合農舎山形村 ◎90日以上/乳・麦  
総合農舎山形村のミートソース  
120g×2 **630**円(税込) **680**円  
うまみの濃い短角牛と豚肉の合挽肉をたっぷり使った本格的な味わいのミートソース。[GMO飼料不使用]

**312** 凍 G不使用  
総合農舎山形村 ◎90日以上  
キーマカレー(チキン辛口)  
150g×2 **630**円(税込) **680**円  
鶏挽肉をたっぷり使い、スパイシーな香辛料をブレンドしました。ごはんにもナンにもあいます。[GMO飼料不分別]

**313** 凍 G不使用  
総合農舎山形村 ◎90日以上/豆・麦・米  
ジャージャーめんのたれ  
120g(2食分) **500**円(税込) **540**円  
豚挽肉を使い、やさしく味噌をベースに仕上げました。温めて、茹でた麺にかけてください。[GMO飼料不使用]

### 厳選調味料を使った本格中華!

**318** 凍 G不使用  
マストミ ◎30日以上/卵・豆・麦・米  
野菜で仕上げる回鍋肉  
110g **410**円(税込) **443**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]

**319** 凍 G不使用  
マストミ ◎45日以上/卵・麦・米・え  
ひとくちエビフライ  
100g **500**円(税込) **540**円  
お弁当やもう少しおかずが欲しい時の一品に  
小さめの天然えびに衣を付けて、菜種油で揚げました。冷凍のまま、温めてください。[GMO飼料不使用]

### 厳選素材を使ったマストミのお惣菜

**320** 凍 G不使用  
マストミ ◎90日/豆・麦・米  
神山鶏やわらか揚げ 親子丼の素  
160g×2 **490**円(税込) **480**円(税込) **518**円  
こだわりのタレに長時間漬け込んだ後、油で揚げた神山鶏が味の決め手!  
袋のまま温めた後、溶き卵と一緒に加熱するだけで、旨味たっぷりの親子丼ができてあがります。[GMO飼料不使用]

**321** 凍 G不使用  
マストミ ◎90日/卵・豆・麦・米  
神山鶏のとりに南蛮  
200g **430**円(税込) **464**円  
甘みと酸味があるタレに、あっさりとした神山鶏使用  
神山鶏のムネ肉を一口サイズの南蛮風に仕上げました。温めてください。[GMO飼料不使用]

### 飛鳥食品の手作り本格点心

**322** 凍 G不使用  
飛鳥食品 ◎60日以上/豆・麦・米  
黒豚肉の焼き餃子  
16個(280g) **480**円(税込) **518**円  
黒豚肉と野菜たっぷりの具をパリッと焼ける皮で包みました。冷凍のまま、焼いてください。[GMO飼料不分別]

**323** 凍 G不使用  
飛鳥食品 ◎60日以上/豆・麦・米・え  
飛鳥の黒豚水餃子徳用  
25個(415g) **796**円(税込) **660**円  
国産黒豚肉や国産野菜を、国産小麦の皮で包みました。冷凍のまま水餃子または焼き餃子に。[GMO飼料不分別]

**324** 凍 G不使用  
飛鳥食品 ◎60日以上/豆・麦  
飛鳥の黒豚肉シューマイ  
12個(180g) **398**円(税込) **430**円  
国産黒豚肉を使用した、冷めても美味しい小ぶりのシューマイです。お弁当にもおすすです。[GMO飼料不分別]

**325** 凍 G不使用  
飛鳥食品 ◎60日以上/豆・麦  
飛鳥の手作り帆立シューマイ  
6個(192g) **550**円(税込) **594**円  
飛鳥のシューマイにホタテをたっぷり加え、一つずつ手で包みあげました。冷凍のまま、温めてください。[GMO飼料不分別]

**326** 凍 G不使用  
飛鳥食品 ◎60日以上/豆・麦  
飛鳥の手作りミニ肉まん  
5個(250g) **415**円(税込) **448**円  
しっかりと味を付けた餡をもちもちとした生地で包みました。冷凍のまま、温めてください。[GMO飼料不分別]

**327** 凍  
飛鳥食品 ◎60日以上/麦  
飛鳥のあんまん  
4個(240g) **410**円(税込) **443**円  
甘さを抑えたゴマの風味がしっかりと効いた餡を、国産小麦の生地で包みました。[GMO飼料不分別]





**365** **品** **蔵** **G**不使用  
かじかわ農場食品 ◎90日/卵・豆・麦・米  
**夏おでん**  
(固形量290g) **600円**(税込)  
**648円**  
冷やしておいしく食べられるよう、煮干しと昆布と鶏エキスを塩味で仕上げました。冷えたままでどうぞ。〔GMO飼料不分別〕

**366** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎10日/米  
**山上 かまぼこ(白)**  
150g **900円**(税込)  
**972円**  
ぐち・たらを使った、歯ごたえのある深い味わいのある高級かまぼこです。

**367** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎10日/米  
**姫なると**  
90g **330円**(税込)  
**356円**  
グチとたらを使った贅沢ななると巻きです。色付けには紅麹を使用しています。

いろいろな料理に使えるプレーンタイプです  
たら・ぐち・その他  
小魚を使った、風味豊かな練り揚げ物です。〔消泡剤:シリコーン使用〕

**368** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎7日/米  
**さつま揚げ**  
34g×4 **340円**(税込)  
**367円**  
原材料/魚肉(たら・ぐち・小魚)、砂糖、澱粉、食塩、みりん、揚げ油

**369** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎7日/米  
**揚げボール**  
12g×8 **300円**(税込)  
**324円**  
グチ、小魚の旨みのある揚げです。おでん、煮物などに。〔消泡剤:シリコーン使用〕

**370** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎7日/米  
**ごぼう巻き**  
33g×4 **350円**(税込)  
**378円**  
たら、グチ、その他小魚を使用し、芯にごぼうを入れて揚げました。〔消泡剤:シリコーン使用〕

**371** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎7日/米  
**きんぴら揚**  
60g×2 **340円**(税込)  
**367円**  
魚のすり身に人参、ゴボウを入れて揚げました。〔消泡剤:シリコーン使用〕

小魚の栄養たっぷり入った人気商品!  
イワシを小骨ごとすり上げました。イワシの匂いを少なくし、食べやすくしました。

**372** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎15日/麦  
**イワシハンペン**  
37g×5 **330円**(税込)  
**356円**  
原材料/イワシ、たら、馬鈴薯澱粉、小麦粉、昆布、塩

**373** **品** **蔵** **G**不使用  
山上蒲鉾店 ◎7日以上/麦  
**丸ごといわしつみれ**  
9個 **210円**(税込)  
**227円**  
いわしの骨も皮も丸ごと使用しシンプルな味に仕上げました。いわしの栄養が丸ごと美味しく摂れます。〔消泡剤:シリコーン使用〕

**374** **品** **蔵** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/豆・米  
**玉ねぎ揚げ**  
150g(5個) **330円**(税込)  
**356円**  
北海道の無リン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。

**375** **品** **蔵** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/卵・米・え  
**つまみ揚げ(野菜)**  
120g **315円**(税込)  
**340円**  
スケソウダラのすり身に野菜とイカなどを練り合わせ、米油で揚げました。〔卵GMO飼料不使用〕

**376** **品** **蔵** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/豆・米  
**おとうふ揚げ(五目)**  
5個(165g) **325円**(税込)  
**351円**  
北海道産助宗たらすり身に豆腐を合わせ、国産野菜5種類(椎茸、人参、ごぼう、竹の子、枝豆)をたっぷり加えました。

**377** **品** **蔵** **G**不使用  
高橋徳治商店 ◎30日以上/卵・豆・米  
**ソフトはんぺん**  
4枚(188g) **408円**(税込)  
**441円**  
北海道産助宗たらすり身に宮城県気仙沼産ヨシキリザメ肉を加え、蒸し上げました。〔GMO飼料不使用〕

ほぐしやすく、ジューシーなかに風味かまぼこ  
国産の無リンすり身をベースに、着色料には紅麹を使用しました。サラダや酢の物などに。〔GMO飼料不分別〕

**378** **品** **蔵** **G**調味料  
八水蒲鉾 ◎20日以上/卵・米・か  
**自然派styleかにかま**  
6本(約85g) **210円**(税込)  
**227円**  
原材料/魚肉すり身[スケソウダラ、砂糖]、でん粉、卵白、食塩、砂糖、発酵調味料、カニエキス、酵母エキス、着色料(紅麹)

**379** **品** **蔵** **G**不使用  
別所蒲鉾店 ◎30日以上  
**おさかなソーセージ**  
45g×2 **275円**(税込)  
**297円**  
山陰地方で水揚げされたエソ、コチ等と北海道産の無リンたらを練り合わせ、鰹だし、ゴマ油、コショウ等で味付けしました。

**380** **品** **蔵** **G**不使用  
かじかわ農場食品 ◎30日以上/豆  
**毎日だいず(大豆の水煮)**  
120g **220円**(税込)  
**238円**  
北海道産大豆の中でも風味の良い品種「大袖の舞」を使い、水煮にしました。

いろいろな料理の素材に  
新潟県産大豆と青大豆、北海道産白いんげんと金時豆を使い、水煮にしました。サラダや煮込み料理などに。

**381** **品** **蔵** **G**不使用  
かじかわ農場食品 ◎30日以上/豆  
**ミックスビーンズの水煮**  
150g **260円**(税込)  
**281円**  
原材料/大豆(新潟県)、青大豆(新潟県)、白いんげん(北海道)、金時豆(北海道)

**382** **品** **蔵** **G**不使用  
ミヤハラフーズ ◎30日以上  
**静岡県産たけのこ水煮**  
120g **500円**(税込)  
**540円**  
独特の旨みと歯切れのある静岡県産孟宗竹のおいしさをそのままパックしました。煮物や炒め物などに。

**383** **品** **蔵** **G**不使用  
創健社 ◎90日  
**昔のまんまこんにやく**  
280g **180円**(税込)  
**194円**  
下仁田産のこんにやく芋を使用し、昔ながらの製法で繊維を切らずに手作り風に仕上げました。アク抜き済みです。

**384** **品** **蔵** **G**不使用  
創健社 ◎90日  
**有機しらたき**  
200g **200円**(税込)  
**216円**  
群馬県赤城高原で有機栽培されたこんにやく芋粉を、北海道産のホタテ貝カルシウムで仕上げました。

際立った甘みの味わい深いよせ豆腐です  
千葉県君津市小糸川流域で守り育てられてきた「幻の大豆」小糸在来豆を使用。濃厚な甘みと豊かな風味が特長。

**385** **品** **蔵** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**小糸在来よせ豆腐**  
330g **398円**(税込)  
**430円**  
原材料/国産大豆(小糸在来)、海精にがり

**386** **品** **蔵** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 絹豆腐**  
330g **318円**(税込)  
**343円**  
厳選された国産大豆を100%使用し、海精にがりで寄せました。さらに滑らかな絹ごし豆腐。消泡剤は不使用。〔放〕不検出 <2.1<2.3

**387** **品** **蔵** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 木綿豆腐**  
330g **330円**(税込)  
**356円**  
厳選した国産大豆を100%使用し、海精にがりだけで寄せています。やや柔らかめに仕上げました。消泡剤は不使用。〔放〕不検出 <2.1<2.3

**388** **品** **蔵** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**大豆屋 ステーキ豆腐**  
300g **358円**(税込)  
**387円**  
木綿豆腐をしっかりと水を含み、大豆の旨みを濃縮しました。フライパンで焼いたり、田楽、焼き物、和え物などに。〔放〕不検出 <2.1<2.3

**389** **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**  
甘みの強い「トヨムスメ」「リュウホウ」を配合した、甘みが感じられる豆腐です。海水にがり使用。消泡剤不使用。

**390** **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**  
甘みの強い大豆を配合し、豆の甘みと旨みがギュッと詰まった豆腐です。海水にがり使用。消泡剤不使用。

**391** **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**

**392** **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**

**393** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎4日/豆  
**丸和の青大豆寄せ**  
200g **240円**(税込)  
**259円**  
国産丸大豆・海水にがり100%使用。豆乳濃度が高く、青大豆の旨みを存分にお楽しみ頂けます。消泡剤は不使用。

**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**  
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 ◎7日/豆  
**丸和の油揚げ**  
3枚 **180円**(税込)  
**194円**  
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。

**396** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎60日/豆  
**きざみ揚げ**  
100g **230円**(税込)  
**248円**  
圧搾一番搾りのNon-GMO菜種油で揚げた丸和の油揚げを、細かく刻みました。

かぼちゃの甘みと食感を  
楽しめます **特**

**400** **品** **蔵** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**季節のがんも(かぼちゃ)**  
2枚 **462円**(税込)  
**486円**  
マザーアースクラブの石川さんが育てた、旬の坊ちゃんかぼちゃを使ったやまゆりコラボがんも。

こんがり焼いて生姜醤油や  
大根おろしポン酢で

**401** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎7日/豆  
**いんげんがんも**  
20g×5 **270円**(税込)  
**292円**  
具の野菜(いんげん・人参・ごぼう・玉葱・生姜)はすべて生野菜を使用。いろどりのよいいんげんのシャキシャキした食感をお楽しみください。

**397** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**丸和の厚揚**  
2個(約180g) **190円**(税込)  
**205円**  
国産丸大豆と海水にがりのみ使用。揚げ油は圧搾一番搾りのNon-GMO菜種油で仕上げました。消泡剤は不使用。

**398** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎5日/豆  
**丸和の一口厚揚**  
8個入り **230円**(税込)  
**248円**  
一口サイズにカットしてある厚揚げです。崩れにくいので、炒め物にも便利です。消泡剤は不使用。

**399** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎30日/豆  
**丸和のおから(生)**  
200g **180円**(税込)  
**194円**  
国産丸大豆を100%使用。豆の旨みとしっとり感があるおからです。ハンバーグやコロッケなどにも。消泡剤は不使用。

**400** **品** **蔵** **G**不使用  
大豆屋 ◎4日/豆  
**季節のがんも(かぼちゃ)**  
2枚 **462円**(税込)  
**486円**

**401** **品** **蔵** **G**不使用  
丸和食品 ◎7日/豆  
**いんげんがんも**  
20g×5 **270円**(税込)  
**292円**



402 **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) タレ・カラシ付



403 **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) タレ・カラシ付



404 **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)



405 **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)



406 **G不使用** 登喜和食品 7日/豆・麦・米 登喜和ひき割りカップ納豆 30g×2 180円(税込) (194円) タレ・カラシ付



407 **G不使用** 野呂食品 10日/豆 鎌倉山 大粒カップ納豆 40g×2 153円(税込) (165円)



408 **G不使用** 野呂食品 10日/豆 鎌倉山 小粒カップ納豆 40g×2 176円(税込) (190円)



409 **G不使用** 野呂食品 10日/豆 鎌倉山 手づくり小粒納豆 80g 185円(税込) (200円)



410 **G不使用** カジノヤ 9日/豆 かながわ育ち納豆 30g×3 (タレ・カラシ無) 178円(税込) (192円)



411 **G不使用** 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)



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

ライ麦とデーツで健康的で美味しいパン!



413 **G不使用** サンタハウス 6日/麦 ライ麦デーツ 1個 352円(税込) (367円)



414 **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)



415 **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)



416 **G不使用** 栄屋製パン 3日/卵・乳・豆・麦 ハンバーガー用バンズ 4個入 240円(税込) (259円)



417 **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)



422 **G不使用** デニッシュハウス 4日/麦・米 麦のかをり(南のめぐみ)6枚切 1斤(6枚) 340円(税込) (367円)



424 **G不使用** デニッシュハウス 5日/乳・麦・米 酵母クロワッサン 3個 510円(税込) (551円)

11種の雑穀を練りこんでいます

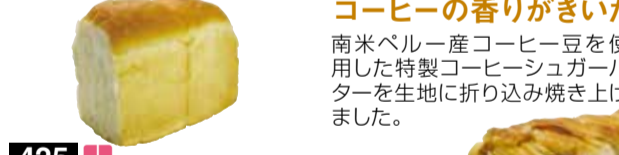


427 **G不使用** サラ秋田白神 3日/豆・麦・米 白神11種の雑穀パン 1個 435円(税込) (470円)

オーガニックレーズンがたっぷり♪



428 **G不使用** ザクセン 4日/麦 ぶどう食パン 1個 510円(税込) (551円)



425 **G不使用** デニッシュハウス 4日/乳・麦・米 イギリス酵母パン 1.5斤 550円(税込) (594円)



426 **G不使用** デニッシュハウス 5日/乳・麦・米 酵母コーヒーフレッド 1個(約310g) 570円(税込) (616円)

植物性乳酸菌で発酵させた豆乳が国産大豆に変わってリニューアルしました



429 **G不使用** 創健社 240日/豆 発酵豆乳入りマーガリン 160g 360円(税込) (389円)



431 **G不使用** 創健社 180日/乳・豆 生チョコレートペースト 160g 450円(税込) (486円)



432 **G不使用** 山田養蜂場 180日以上 アルゼンチン産・百花蜜 1000g 2150円(税込) (2322円)

時間のない忙しい朝には...



433 **G不使用** ムソー 5ヶ月以上/米 玄米フレーク・フロスト 150g 360円(税込) (389円)

小幡畜産の皆さん



白っぽい黄身と米卵ならではの甘み特徴です

茨城県産。飼料自給率向上のために、ゲージフリーで飼料米を与えて育てた鶏の卵です。無洗卵。[GMO飼料不使用]

- 小幡畜産 /卵
穂の香卵(平飼い)
101 10個 (MS-Lサイズ) 530円 (税込) (572円)
102 6個 (MS-Lサイズ) 350円 (税込) (378円)

着色していない自然な黄身の色

茨城県産。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)
103 10個 (MS-Lサイズ) 340円 (税込) (367円)
104 6個 (MS-Lサイズ) 230円 (税込) (248円)
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) 468円 (税込) (505円)
山口県山口市産。ケージの開放鶏舎で育てた鶏の卵です。[GMO飼料不使用]



- 106 百姓屋敷じろえむ/すぎな舎 /卵
平飼い有精卵10個
10個 648円 (税込) (700円)
千葉県南房総市産。開放鶏舎、のびのび平飼い。無洗卵。[GMO飼料不使用]



- よつ葉乳業 ◎6日/乳
107 1ℓ 298円 (税込) (322円)
よつ葉牛乳
108 1ℓ 308円 (税込) (333円)
よつ葉ノンホモ牛乳
北海道の良質で新鮮な生乳を72℃15秒間殺菌したバスチャライズ牛乳です。成分無調整。[GMO飼料不使用]



- 木次乳業 ◎7日/乳
109 500ml 257円 (税込) (278円)
ブラウンスイス牛乳
110 1ℓ 468円 (税込) (505円)
山地酪農牛乳
島根県の山地酪農場で、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]



- タカハン乳業 ◎5日/乳
111 1000ml 450円 (税込) (486円)
那須のおいしい牛乳
112 1000ml 375円 (税込) (405円)
おいしい低脂肪乳
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
カフェインレスよつ葉カフェオレ
438 200ml 120円 (税込) (130円)
439 1000ml 298円 (税込) (322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]

- 106 函南東部農協 ◎13日/乳
飲んでやさしいヨーグルト
440 500ml 225円 (税込) (243円)
441 1000ml 378円 (税込) (408円)

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上げています。[GMO飼料不分別]

- 442 10日以上/乳
よつ葉のむヨーグルトプレーン
250g 185円 (税込) (200円)



- 446 ◎10日以上/乳
よつ葉の濃厚ヨーグルトプレーン
80g 162円 (税込) (175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]



- 447 ◎17日/乳
よつ葉のヨーグルト
90g×3個 245円 (税込) (265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]



- 448 ◎10日以上/乳
函南東部農協
丹那N-1ヨーグルト
90g×3個 315円 (税込) (340円)
プロバイオティクスN-1乳酸菌と丹那の生乳を使用し、体にやさしい素材にこだわりました。[GMO飼料不使用]



- 449 ◎5日以上/卵・乳
函南東部農協
ほっぺがよろこぶ牛乳プリン
90g×3個 343円 (税込) (370円)
平飼いで健康に育った鶏の卵と丹那の新鮮な生乳をたっぷり使用しています。[GMO飼料不使用]

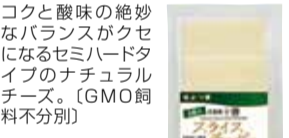


- 450 ◎2日以上/卵・乳
木次乳業
牧場のカスタードプリン
100ml 240円 (税込) (259円)
新鮮な低温殺菌牛乳と平飼い有精卵で作りました。カラメルソース付。[乳卵GMO飼料不使用]



- 444 ◎18日/乳
よつ葉乳業
とろっとなめらかヨーグルト
400g 298円 (税込) (322円)
発酵後に攪拌しなめらかにする「前発酵製法」でとろっとさせたプレーンヨーグルト。[GMO飼料不使用]

- 445 ◎10日以上/乳
函南東部農協
丹那全乳ヨーグルト
500g 310円 (税込) (335円)



- 452 ◎90日/乳
よつ葉乳業
よつ葉スライスチダー
100g(4枚) 408円 (税込) (441円)



- 453 ◎180日/乳
よつ葉乳業
よつ葉カマンベールチーズ
90g 460円 (税込) (497円)
北海道十勝の酪農家を指定し、フランスでも名高いイズニー社との技術提携でつくりあげました。[GMO飼料不使用]



- 454 ◎20日以上/乳
函南東部農協
南箱根のモッツアレラチーズ
100g 653円 (税込) (705円)



- 455 ◎180日/乳
よつ葉乳業
よつ葉バター(加塩)
150g 348円 (税込) (376円)
十勝地方で搾られた生乳を使用。原料へのこだわりを持つよつ葉バターは、風味の良い自然な味。[GMO飼料不分別]



- 456 ◎9日/乳
よつ葉乳業
よつ葉生クリーム
200ml 398円 (税込) (430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]



- 457 ◎4日以上/乳
函南東部農協
丹那生クリーム
200ml 510円 (税込) (551円)
丹那の生乳から作った、乳脂肪分47%の純度の高い生クリームです。[GMO飼料不使用]

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
458 白米 2kg 950円 (税込) (1026円)
459 白米 5kg 2300円 (税込) (2484円)
460 玄米 5kg 2200円 (税込) (2376円)
千葉県南房総市の久保康廣さん他。

秋田県 ライスロッヂ大湯



- あきたこまち 無農薬無化学肥料
461 白米 2kg 1560円 (税込) (1685円)
462 白米 5kg 3500円 (税込) (3780円)
463 七分胚芽米 2kg 1560円 (税込) (1685円)
464 七分胚芽米 5kg 3500円 (税込) (3780円)
465 玄米 5kg 3250円 (税込) (3510円)
秋田県大湯村の黒瀬正さん他。

- 180026 無農薬無化学肥料
ライスロッヂ大湯 /米
古代米 あさむらさき
500g 980円 (税込) (1058円)

山形県 庄内協同ファーム



- 庄内つや姫 低農薬無化学肥料
467 白米 5kg 2900円 (税込) (3132円)
468 玄米 5kg 2660円 (税込) (2873円)
山形県庄内町の工藤広幸さん他。 [放] 不検出 <1.1<1.1

高知県 高生連



- 高知コシヒカリ 低農薬低化学肥料
475 白米 5kg 2660円 (税込) (2873円)
476 玄米 5kg 2430円 (税込) (2624円)
高知県野市町の富家ライスファミリー(代表:寺川賢二さん)。

- 180038 創健社 ◎360日
岩手県産 もちきび
170g 680円 (税込) (734円)



- 庄内ササニシキ 低農薬無化学肥料
469 玄米 2kg 1500円 (税込) (1620円)
山形県庄内町の工藤広幸さん他。

- 180040 創健社 ◎360日
岩手県産 うるちひえ
170g 600円 (税込) (648円)



- 庄内ひとめぼれ 低農薬無化学肥料
472 白米 5kg 2650円 (税込) (2862円)
473 玄米 5kg 2430円 (税込) (2624円)
山形県庄内町の工藤広幸さん他。

- 180051 ミエハク ◎6ヶ月以上
押麦
800g 570円 (税込) (616円)

九州 湧水有機生産組合



- 九州産にこまる 低農薬無化学肥料
479 白米 2kg 1500円 (税込) (1620円)
480 白米 5kg 3580円 (税込) (3866円)
481 玄米 2kg 1380円 (税込) (1490円)
482 玄米 5kg 3330円 (税込) (3596円)
鹿児島県湧水町の松田宗博さん、大分県宇佐市の堀田敦弘さん他。

- 180063 無農薬無化学肥料
ライスロッヂ大湯 /米
米ぬか
1kg 198円 (税込) (214円)
秋田県大湯村の黒瀬正さん他。

- 180075 マルアイ食品 ◎1年/米
補充用熟成ぬか
400g 360円 (税込) (389円)
米ぬかを麹化し、旨みを引き出し、古いぬかから取り出した乳酸菌、酵母菌で発酵熟成させ焙煎しました。









