

2024年
1月1回40号



ごぼう
たっぷり

今月は
冬野菜を使った
メニューを
ご提案します!

お正月後の身体のケアに
雑穀チキンカレー

1週目はごぼう

今回使ったごぼう、大根、人参はそれぞれ栄養素が豊富ですが、共通するものは食物繊維。特にごぼうの食物繊維は不溶性食物繊維と水溶性食物繊維がどちらもバランス良く含まれていて、野菜の中でトップクラスです。

食物繊維

- ・血中コレステロール値をコントロールする
- ・腸内の発がん物質を吸着し排泄を促すなど

オリゴ糖

腸内の善玉菌を優性にし、腸内環境を良くする

ポリフェノール

体内の毒素を排出し、生活習慣病を予防する効果がある

145
ごぼう
300g
通常本体
305円
295円(税込)



特

カラダ喜ぶオススメのルー&素材

十五穀・松の実・クコの実などをバランスよくブレンドした健康志向のカレールーです。十五穀には黒米・胚芽押麦・もちきび・もちあわ・発芽玄米・赤米・はと麦・とうもろこし・白ごま・黒ごま・うるちひえ・緑米・もち白米・アマランス・キヌアが入っています。

新商品
お試し
特価



ヨーグルトを入れて煮込んでマイルドに

530 調味料
コスモ食品 ©12ヶ月/乳・豆・麦
十五穀カレールー中辛
110g 通常本体
(3~4皿分) 298円 268円(税込)



ごはん
混ぜて
炊く
だけ

180040
愛媛県産
もち麦



596
クコの実

180080 特価
ネオファーム ©6ヶ月
松の実3袋
30g 通常本体
1530円 1440円(税込)

中国産松の実

材料

- ・玉ねぎ ・ごぼう ・人参 ・大根
- ・水 ・鶏肉 ・十五穀カレールー
- ※しょうがとニンニクを入れる場合はみじん切り
- ※松の実とクコの実を具として加えてもOK

作り方

- ①塩コショウをして下味をつけた鶏肉を焼く。焼いたら一旦取り出しておく。
- ②鶏肉を取り出したお鍋でカットした野菜を炒めて、油がまわったら鶏肉を入れる。
- ③鍋に水を入れて具材がやわらかくなるまで煮込む。
- ④一旦火をとめてルーを加えよく溶かし、再びとろみがつくまで煮込む。

レシピ 雑穀チキンカレー

今週は、別紙
特別号を
配布しています

福袋
&
味噌作り

ぜひ、そちらもご覧ください。



カレーに最適 秋川骨付き鶏各種



特別企画チラシ エヌハーベストの スパイス

やまゆり通信の裏でご案内
しています

カレールーに
加えても♪



おいしく、たのしく、こちよく。

やまゆり生活協同組合



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

www.yamayuri.jp

TEL 0120-121-127

FAX 046-237-3331

神奈川県 小田原市 秋澤マルミ農園

今年も変わらずお届けします

1月からのみかんは、多少しわのあるものが入ることがあります。これは消毒や防腐剤不使用のみかんの特徴です。自然と皮の気孔が閉じて、乾燥を防ぎ中をジューシーなまま保つ作用があります。固めのみかんは、固くなりすぎる前にお早目にお召し上がりください。外皮をむく時に薄皮も一緒にむいてしまうことがあります。5cmくらいのお小さいものが入ることもあります。傷み対策として少し多めに入れています。



ネットと箱の回収にご協力をお願いいたします

- 113 秋澤さんのみかん 1kg 460円(税込497円)
114 2.5kg 950円(税込1026円)
115 5kg箱 1850円(税込1998円)

2023年の間はお世話になりました。2024年もよろしくお願いたします。23年は夏の高温による被害が秋作まで続き、冬作にも影響が出ております。このような状況のなか、品質や出荷状況にご理解・ご協力いただき、やまゆりの野菜を選び続けてくださった組合員さん、厳しい生育状況でも可能な限り農産物を届けてくださった生産者の皆さん、いつも本当にありがとうございます。例年になく気象状況が常態化し、24年も様々な影響が予想されますが、食べる人と作る人が、本当に良いものを守るための支え合いを続けていけるよう、紙面やお知らせにてできる限り情報を伝えて参ります。何卒よろしくお願申し上げます。



- 116 秋澤さんの本レモン 500g 335円(税込362円)
117 ネーブル 700g前後 922円(税込996円)

イエロー・ジョイという黄色い品種と、中が緑色でりんご型の酸味の少ないアップルをお届け♪



- 118 キウイフルーツ(イエロー・アップル) 480g 498円(税込538円)
119 キウイフルーツ 500g 350円(税込378円)

119 秋澤マルミ農園(小田原市) キウイフルーツ 500g 350円(税込378円) 神奈川県小田原市の秋澤雅美さん。

120 竹村さんのいちご A品200g 515円(税込556円) 茨城県かすみがうら市の竹村慎一さん。形・大きさはさまざまで、9g以上であればA品となります。



- 121 有機バナナ(エクアドル・ペルー) 450g以上 368円(税込397円)

122 さんさんりんご(ふじ) 900g以上(3~4玉) 765円(税込826円)



123 さんさんりんご(ふじ)箱 5kg箱 3850円(税込4158円)

128 ピーマン 150g 312円(税込337円)

129 なす 3本 338円(税込365円)

温かいスープに



126 トマト 400g前後 520円(税込562円)

127 きゅうり 3本 378円(税込408円)

130 キャベツ 1玉 368円(税込397円)

131 フリルレタス 1個 198円(税込214円)

132 レタスマックス 100g 235円(税込254円)

125 ミニトマト 120g前後 245円(税込265円)

133 小松菜 200g 228円(税込246円)

134 チンゲン菜 1袋(2~3株) 288円(税込311円)

135 南伊豆の菜花 150g 188円(税込203円)

136 春菊 150g 285円(税込308円)

137 ほうれん草 150g 310円(税込335円)

138 山本さんの水菜 150g 180円(税込194円)

139 紅菜苔(こうさいたい) 150g 188円(税込203円)

140 カリーノケール 75g 245円(税込265円)

141 ルッコラ 約60g 188円(税込203円)

180001 子大豆もやし 200g 80円(税込86円)

180003 緑豆もやし 200g 78円(税込84円)

鶏むね肉切り身の甘辛焼きサラダ



138 山本さんの水菜 150g 180円(税込194円)

142 石川さんのクレソン 50g 130円(税込140円)

143 ブロccoli 1個 420円(税込454円)

180005 ブロccoliの新芽 30g 128円(税込138円)

180007 有機小松菜入り野菜ミックス 200g 160円(税込173円)

138 山本さんの水菜 150g 180円(税込194円)

142 石川さんのクレソン 50g 130円(税込140円)

143 ブロccoli 1個 420円(税込454円)

144 カリフラワー 1個 388円(税込419円)

180005 ブロccoliの新芽 30g 128円(税込138円)

180007 有機小松菜入り野菜ミックス 200g 160円(税込173円)

Recipe for gomashio and wakame. Includes ingredients like wakame, shiitake, and soy sauce.

担当者おすすめ レシピ

揚げ焼きでカリッと鶏とごぼうの肉団子

材料
 鶏挽肉 …… 100g
 ごぼう …… 半分~1本
 片栗粉 …… 適量

[A]
 塩 …… 小1/2
 胡椒 …… 適量
 パン粉 …… 適量

作り方
 ①ささがきにしたごぼうを5分程度水にさらし、水気をきる。
 ②挽き肉とAをまぜ、1口サイズに丸める。
 ③①に片栗粉をふり、②につける。
 ④鍋に1cm以上、油を厚めにひいて熱し、揚げ焼きにして完成。
 ごぼうチップスのようなごぼうのカリッと感と肉の食感がよくあいます。

カレーのお供に オニオンリング



147 無農薬 無化学肥料
 つちから農場(北海道)
玉ねぎ
 約500g以上 **298円**(税込322円)
 北海道新篠津村の中村好伸さん。

150 無農薬 無化学肥料
 NO-RA~農薬~(愛川町)
千葉さんの大根
 1本(700g前後) **270円**(税込292円)

甘いかぶでお漬物



145 無農薬 低化学肥料
 丸忠園芸組合(宮崎県)
ごぼう
 通常本体 300g **305円** **295円**(税込319円)
 宮崎県小林市の税所篤朗さん。

146 無農薬 無化学肥料
 布施農園(北海道)
じゃがいも(男爵)
 500g **300円**(税込324円)
 北海道中富良野の布施秀樹さん。

148 400g **250円**(税込270円)
149 徳用2kg **998円**(税込1078円)
 神奈川愛川町の千葉康伸さん。

151 無農薬 無化学肥料
 いかす(平塚市)
いかすの大根
 1本 **298円**(税込322円)
 神奈川県平塚市の内田達也さん。三太郎大根の予定ですが、品種変更の可能性もございます。

152 無農薬 無化学肥料
 NO-RA~農薬~(愛川町)
千葉さんのかぶ
 400g **250円**(税込270円)
 神奈川愛川町の千葉康伸さん。※葉をカットしてお届けする場合があります。

デリ風かぼちゃと玉ねぎのサラダ



153 無農薬 無化学肥料
 NO-RA~農薬~(愛川町)
千葉さんの万次郎かぼちゃ(カット)
 500g **270円**(税込292円)
 神奈川愛川町の千葉康伸さん。

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。

180009 無農薬 無化学肥料
 四万十生産グループ(高知県)
さつまいも(土佐紅金時)
 約800g **525円**(税込567円)
 高知県四万十町の植田紀一さん。

154 無農薬 無化学肥料
 NO-RA~農薬~(愛川町)
さつまいも(紅はるか)
 500g **398円**(税込430円)
 神奈川愛川町の千葉康伸さん。

155 無農薬 無化学肥料
 NO-RA~農薬~(愛川町)
徳用さつまいも2kg
 2kg **1300円**(税込1404円)
 紅はるか、シルクスイートのおまかせミックス。

156 無農薬 無化学肥料
 大原農園(神奈川)
里いも(やいち)
 500g **330円**(税込356円)
 神奈川中井町の大原好文さん。

158 低農薬 無化学肥料
 微生物農法の会(茨城県)
高柳さんのれんこん
 400g **430円**(税込464円)
 茨城県行方市の高柳一さん。

160 無農薬 無化学肥料
 さんぶ野菜ネットワーク(千葉県)
ベビー白菜
 1玉 **288円**(税込311円)
 千葉県山武市の石橋明さん他。

161 無農薬 無化学肥料
 大原農園(中井町)
大原さんの長ねぎ
 500g **332円**(税込359円)

162 低農薬 低化学肥料
 赤坂農園(秦野市)
下仁田ねぎ
 500g **298円**(税込322円)
 神奈川秦野市の栗原嘉一さん。

157 無農薬 無化学肥料
 木造町有機栽培研究会(青森県)
長いも
 300g **430円**(税込464円)
 青森県木造町の乳井源蔵さん他。

159 無農薬 無化学肥料
 水の子会(熊本県)
備中れんこん
 1kg前後 **975円**(税込1053円)
 熊本県氷川町の上村一宏さん。細身で節の間が長く、茶色がかった肌色の在来種です。もちもちした食感があります。

167 無農薬 無化学肥料
 大原農園(中井町)
近江しょうが
 100g **180円**(税込194円)
 神奈川中井町の大原好文さん。

畑の美味しいところをお届けします



“いかす!” 野菜セット



自家採り! 種はすべて 価格改定しました



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

166 無農薬 低化学肥料
 みやむへのんにく。(青森県)
にんにく(バラ)
 80g前後 **380円**(税込410円)

170 無農薬 無化学肥料
 NO-RA~農薬~(愛川町)
千葉さんの野菜セット
 3品 **680円**(税込734円)
 神奈川愛川町の千葉康伸さん。

171 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 **882円**(税込953円)
 神奈川平塚市の内田達也さん。

172 3品 **830円**(税込896円)
173 5品 **1340円**(税込1447円)
 神奈川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。

殻だけ割って 素揚げにできます



169 無農薬 無化学肥料
 内山オーガニックファーム(熊本県)
銀杏
 100g **308円**(税込333円)
 熊本県熊野郡錦町の内山幸一さん。

・フライパンに1cm弱くらいの深さに油を入れ、160℃で2分ほど箸で転がしながら素揚げする。薄皮がはがれて、全体的に透明感が出て色が鮮やかになったら取り出す。
 ・塩をふってできあがり。

174 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。

175 無農薬 無化学肥料
 えのきボーヤ(長野県)
えのき茸
 200g **138円**(税込149円)
 長野県安曇野市の宮沢高一さん。バター炒めやサラダ、和え物などに。

176 無農薬 無化学肥料
 三幸(長野県)
株とりぶなしめじ
 200g **215円**(税込232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。

177 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。

1パックで、簡単きのこカレー



182 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)
 舞茸・ぶなしめじ・えのき茸をセットにしました。

内容/ぶなしめじ50g(長野県産)、まいたけ50g(山形県産)、えのき100g(長野県産)
 ※きのこ欠品時は別の産地

178 無農薬 無化学肥料
 瑞穂農林(京都府)
大粒丹波しめじ
 90g **238円**(税込257円)
 京都府京丹波町の大島健一さん。低カロリー食材として知られるわかめと同程度のカロリーです。

179 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)
 鳥取県八頭町の北村大司さん。サラダ、煮物、炒め物、炊き込みご飯、スープなどに。

180 無農薬 無化学肥料
 原生林(長野県)
株とりなめこ
 150g **155円**(税込167円)
 長野県長野市の窪田晴久さん。水洗いはできるだけしないで調理するが、おいしく食べるポイントです。

181 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)
 山形県舟形町の長澤光芳さん。

簡単に新鮮なまぐろの漬け丼を楽しめます



183 凍 G不使用 マストミ ◎15日以上/豆・麦・米 まぐろ漬け丼(メバチ) 70g×2 **600円**(税込648円) 鮮度の良いメバチマグロをスライスして、厳選した調味料に漬け込みました。解凍してください。

定番のつぶつぶ鮪 タレはお好みで



184 凍 G不使用 マストミ ◎15日 つぶつぶ鮪たたき身 50g×2 **540円**(税込583円) 185 徳用 50g×4 通常本体 **1040円**(税込1123円) 鮮度の良いメバチマグロと菜種油のシンプルな味付けで、つぶつぶ感を残しました。解凍後、丼や手巻き寿司などに。

186 凍 マストミ ◎15日 **メバチマグロ短冊** 200g(2冊) **1080円**(税込1166円) 船内凍結のメバチマグロを使用、鮮度が良く、色鮮やかで目にもおいしい一品です。

187 凍 マストミ ◎7日以上 **ピンチョウまぐろ(スライス)** 50g×2 **430円**(税込464円) 太平洋産の船上凍結したピンチョウまぐろをスライス加工しました。解凍後、お刺身や丼などに。

188 凍 マル井 ◎30日以上 **おろし本わさび** 5g×6袋 **378円**(税込408円) 長野県の清流に生育する沢わさびをおろし、保存効果を高めるために塩だけを加えました。解凍してください。

シンプルなタレともしっかりとした食感のカツオが相性抜群です! 太平洋産のカツオを厚めにスライスし、国産丸大豆醤油と味の母を合わせたタレに漬けました。解凍後、丼に。

もっちりとした身質 太平洋産の船上凍結したカツオをスライス加工しました。解凍後、お刺身やサラダなどに。

189 凍 G不使用 マストミ ◎7日以上/豆・麦・米 **カツオ漬け丼用** 80g×2 **540円**(税込583円)

190 凍 マストミ ◎7日以上 **かつお切り落とし** 50g×2 **420円**(税込454円)

191 凍 G調味料 千倉水産加工販売 ◎90日以上/豆・麦・米 **あぶり焼きしめ鯖** 1枚(100g) **428円**(税込462円) アイルランド産さばを三枚におろして調味液に漬け込み軽くあぶりました。解凍してください。

192 凍 G調味料 日本マリンフーズ ◎90日以上/米 **のどぐろ柚子甘酢漬** 120g **358円**(税込387円) 山口県産のどぐろを使い、大根やにんじんを加えて酢漬けにしました。解凍してください。

まろやかな味に仕上げました 鹿児島県阿久根漁港水揚げのきびなごの頭部、内臓を除去し、甘酢に漬け込みました。解凍後、そのままどうぞ。 193 凍 やまた水産食品 ◎180日以上/米 **きびなごさっぱり漬(甘酢)** 80g **320円** **310円**(税込335円) 佐井村漁業協同組合 ◎180日以上/豆・麦・米

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 **560円**(税込605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 共和水産 ◎90日以上 **三陸岩手いか糸造り** 60g **440円**(税込475円) 岩手県産刺身用スルメイカを細くカットして急速凍結しました。解凍後、お刺身に。

196 凍 千倉水産加工販売 ◎45日以上 **千葉県産地だこぶつ切り** 100g **600円**(税込648円) 千葉県産の真だこを塩茹でし、一口サイズのブツ切りにしました。解凍後、お刺身や酢の物などに。

197 凍 千倉水産加工販売 ◎30日以上 **帆立貝柱** 100g **698円**(税込754円) 北海道産ホタテの貝柱です。解凍後、刺身やバター焼きなどに。

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

島香さんが目利きして仕入れた旬の魚介をお届けします 199 凍 伊豆中 ◎15日以上 **金目鯛(下処理済)** 1尾(240g) **700円**(税込756円) 宮城県産の金目鯛を簡単に料理ができるように下処理しました。解凍後、煮付けや塩焼きなどに。

201 凍 東北トクスイ ◎90日以上 **秋鮭切身(無塩)** 3切(180g) **430円**(税込464円) 国産秋鮭の無塩切身です。解凍後、お好みの塩加減で塩焼きやムニエルなどに。

202 凍 千倉水産加工販売 ◎90日以上 **礼文産沖獲り鮭切身** 3切(240g) **730円**(税込786円) 北海道礼文島沖で漁獲された秋鮭を切身にし、甘塩味に仕上げました。解凍後、焼いてください。

203 凍 千倉水産加工販売 ◎90日以上 **紅鮭切身(甘塩味)** 2切(120g) **498円**(税込538円) アラスカ産紅鮭の切身を塩のみで、甘塩味に仕上げました。解凍後、焼いてください。

鮮度抜群のおまかせ切り身セット 200 凍 丸友しまか ◎30日以上 **島香の切り身魚セット** 3種類 **1100円**(税込1188円)

205 凍 八洋フーズ ◎30日以上 **マダラ切身** 3切(240g) **700円**(税込756円) 北太平洋で漁獲、船内凍結した真だらを、厚めの切身にしました。解凍後、鍋物、煮物、フライなどに。

206 凍 八洋フーズ ◎30日以上 **浅羽カレイ切身** 3切(300g) **728円**(税込786円) 北太平洋で漁獲された浅羽カレイを、船内で急速凍結しました。解凍後、煮物や焼き物などに。

207 凍 丸福水産 ◎15日以上 **メカジキ端切** 300g **700円**(税込756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。

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

209 凍 G不使用 別所蒲鉾店 ◎30日以上 **とび魚入りすり身** 150g 通常本体 **480円** **398円**(税込430円) 北海道産助宗鰯と山陰・九州産の飛び魚を北海道産甜菜糖と室戸海洋深層水の御塩のみですり身にしました。

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 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。 211 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(440g) 通常本体 **555円** **540円**(税込583円)

212 凍 G不使用 ダイマツ ◎60日以上 **ふっくら開きあじ(大)** 4枚(400g) **500円**(税込540円) 山陰産あじを中骨を取って開き、魚介エキスと天日塩を使用し氷温熟成後乾燥。解凍後、焼いてください。 213 凍 G不使用 伊豆中 ◎30日以上 **骨取りあじの干物** 4枚(100g) 通常本体 **450円** **435円**(税込470円)

214 凍 G不使用 伊豆中 ◎30日以上 **本かます開き** 2枚(約170g) **630円**(税込680円) 佐賀県産本かますを開き干しにしました。解凍後、焼いてください。

215 凍 G不使用 伊豆中 ◎15日以上 **本つば鯛開き** 1枚(約230g) **798円**(税込862円) 国産本つば鯛を塩に漬け込み、じっくり天日干ししました。解凍後、焼いてください。

216 凍 東北トクスイ ◎180日以上 **銀だら切身干し** 2切(180g) **598円**(税込646円) 銀だらの切身を、塩のみで一晩干しにしました。解凍後、焼いてください。

217 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**(税込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。

218 凍 G不使用 伊豆中 ◎30日以上/豆・麦・米 **骨取り金目鯛味醂干し** 3枚(72g) **620円**(税込670円) 国産金目鯛を切身にし、甘めに味付けしてから干しあげました。解凍後、焼いてください。 219 凍 G調味料 ダイマツ ◎90日以上/豆・麦・米 **赤魚のみりん干し** 2枚(140g) **500円**(税込540円) 原材料/アカウオ(アメリカ、ロシア)、醤油、砂糖、還元水あめ、食塩

岩手県陸前高田・タイム缶詰 —吟味された魚と調味料を使いました—

3種類の煮魚を味わえるお得なセットです



カマは旨みと脂がたっぷりふっくら仕上がっています



原材料/メバチマグロ(宮城県気仙沼)、醤油、砂糖(粗製糖)、発酵調味料、酒、片栗粉、生姜、昆布

221 凍 G不使用 タイム缶詰 ◎45日以上/豆・麦・米 まぐろカマ煮付け

250g (固形200g) 398円(税込) (430円) 気仙沼港に水揚げされたメバチまぐろのカマを厳選した調味料で煮付けました。冷凍のまま、温めてください。



220 凍 G不使用 タイム缶詰 ◎45日以上/豆・麦・米 1月の煮魚セット

厳選した調味料で煮付けた煮魚をセットしました。冷凍のまま、温めてください。

3種 通常本味 各1パック 960円 860円(税込) (929円)

淡白な白身とバジルの香りが相性抜群



原材料/マダラ(北海道)、オリーブオイル、食塩、にんにく、コショウ、バジル

224 凍 千倉水産加工販売 ◎90日以上 真だらバジルオリーブ

4切(200g) 498円(税込) (538円) 北海道産の真だらの切身を、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。

西京味噌と銀だらの脂のつた旨みが相性抜群です



原材料/ギンダラ(アメリカ)、味噌、発酵調味料、砂糖、食塩、鰹削り節

225 凍 G調味料 東北トクスイ ◎90日以上/豆・米 銀だら西京漬

2切(120g) 430円(税込) (464円) 銀だらを切身にして、西京味噌にじっくり漬け込みました。解凍後、焼いてください。



226 凍 タイムツ ◎90日以上 氷温造りたらこ(切子)

90g 368円(税込) (397円) ロシア産スケソウダラの卵を塩だけで漬け込み、氷温で熟成させました。解凍してください。



227 凍 G不使用 タイムツ ◎90日以上/豆・麦・米 氷温熟成辛子明太子(切子)

90g 368円(税込) (397円) 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。

原材料/すけとうだらの卵(ロシア、アメリカ)、調味液[みりん、酒、麦芽糖水飴、醤油、昆布エキス、酵母エキス、唐辛子]、食塩



228 凍 カネキ水産 ◎180日以上/え 天然むきえび(大)

160g 542円(税込) (585円) ミャンマー産大サイズの天然えびをむき身加工し、使いやすいバラ凍結しました。解凍してからお料理に。



229 凍 リアス ◎90日以上/え パプア産天然えび(殻付き)

200g (10~15尾) 940円(税込) (1015円) パプアニューギニア産の天然エビを使用。サイズ、種類がミックスのお買い得品です。



230 凍 丸友しまか ◎30日以上 ふぞろいイカリング

100g 398円(税込) (430円) 三陸産の不揃いスルメイカを輪切りにしました。解凍後、煮物や炒め物などに。

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

原材料/アサリ(国内産)

231 凍 塩屋 ◎15日以上 国産冷凍あさりむき身

80g 480円(税込) (518円)



232 凍 塩屋 ◎15日以上 国内産冷凍あさり

180g 398円(税込) (430円) 愛知県、北海道産のあさを砂だし後、冷凍しました。冷凍のまま、汁物や酒蒸しなどに。



233 凍 G不使用 渡邊水産 ◎90日以上 穴道湖大和しじみ

180g 398円(税込) (430円) 島根県穴道湖産大和しじみを砂抜きしてから冷凍しました。冷凍のままサツと水洗いして、料理してください。



234 凍 リアス ◎30日以上 十三浜産絆わかめ

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



235 凍 G不使用 リアス ◎30日以上 あかもく入りねばり海藻サラダ

10g 300円(税込) (324円) わかめ、昆布、めかぶ、あかもく、糸寒天、赤とさか、青とさかがバランスよく入っています。水で戻してください。



236 凍 小倉食品 ◎30日以上/え 生桜えび

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、卵とじなどで。

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



238 凍 マルイ岡田商店 ◎90日 用宗港の生しらす

100g 850円(税込) (918円) 静岡県用宗港で水揚げされた中でも特に鮮度の良いものを厳選し、急速凍結しました。解凍後、生しらす丼などに。

用宗しらすを直火釜でじっくりふっくら仕上げました



239 凍 マルイ岡田商店 ◎90日 用宗港の釜揚げしらす

100g 850円(税込) (918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。



241 凍 明星産業(ハヤシ食品工業) ◎45日以上 安芸灘 音戸ちりめん

40g 458円(税込) (495円) 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。



242 凍 G不使用 佐井村漁業協同組合 ◎45日以上 鮭フレーク

100g 598円(税込) (646円) 青森県津軽海峡産の秋鮭を蒸した後、鉄板で焼きほぐし、食塩と菜種油で調味しました。おにぎりなどに。



243 凍 G調味料 おおさき町製加工組合 ◎180日以上/豆・麦・米 鹿児島県産うなぎ蒲焼

50g×3 (タレ付) 2880円(税込) (3110円) 鹿児島県の提携養殖池のうなぎを使用し、関東風にふっくらと焼き上げました。温めてください。

少し甘めの味付け おかずにも酒の肴にも



246 凍 G調味料 タイムツ ◎90日以上/米 あじの南蛮漬け

220g 350円(税込) (378円) 国産あじを米油で揚げ、玉ねぎ、人参と一緒に甘酢に漬け込み氷温熟成しました。解凍してください。



247 凍 G不使用 千倉水産加工販売 ◎90日以上/乳・麦 さんまチーズサンド

5~7個(125g) 448円(税込) (484円) 国産のさんまによつ葉のシュレッドチーズをはさみ、小麦粉をまぶしました。冷凍のまま、焼いてください。[GMO飼料不分別]

霜降り済みなで、ぶり大根や鍋などに煮物にそのまま利用できます



249 凍 川崎北部水産加工 ◎90日 天然ぶり煮物用(身とアラ)

300g 750円(税込) (810円) 天然ぶりを鮮魚から煮物用に身とアラをカットし、霜降りしました。解凍後、そのまま煮物にご利用ください。

川崎北部水産加工

職人大林さんが上品な味付けに仕上げた逸品です 「魚道」



250 凍 G不使用 川崎北部水産加工 ◎45日以上/米 大林さんの赤魚粕漬け

2切(160g) 500円(税込) (540円) アイル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。

天然大エビフライ

251 凍 G不使用 川崎北部水産加工 ◎30日以上/卵・麦・え 天然大エビフライ

5本 980円(税込) (1058円) 天然大エビを使い、パン粉を手作業で付けました。冷凍のまま、揚げてください。[卵GMO飼料不分別]

252 凍 G不使用 川崎北部水産加工 ◎30日以上/卵・乳・麦・か カニクリームコロッケ

4個(約150g) 685円(税込) (740円) 自家製ソースに紅ズワイガニを入れ、生パン粉の衣を付けました。油で揚げてください。[GMO飼料不分別]

担当者おすすめ
レシピ

シンプルな美味しさ
ごぼう肉巻き



材料
千野さんの豚モモ薄切り …… 100g
ごぼう …… 1本〜片栗粉 …… 適量
[A]
みりん …… 大2
醤油 …… 大1

作り方
①ごぼう、肉はそれぞれ食べやすい長さ切る。
②ごぼうは水にさらしてアクを取り、サッとゆでる。
③ごぼうの水気を切ったら、肉を巻き付け、片栗粉をまぶす。
④熱した鍋に油を引いて転がしながら焼く。
⑤全体が少し焼けてきたらAをまわし入れる。
⑥肉に火が通ったら火を止めて完成。

定番の甘辛い肉巻きです。肉のやわらかさとごぼうの歯ごたえが相性抜群です。

千野さんの豚肉 (山梨県)



253 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。



特
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) (582円) (629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。



255 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。



特
256 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 通常本体(200g) **660**円(税込) (645円) (697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
263 蔵
丹沢農場 ◎4日
丹沢豚肩ロースブロック
400g **980**円(税込) (932円) (1007円)
赤身と脂肪のバランスが良い部位です。コクがあり、濃厚な味が特長。焼き豚、焼肉、しょうが焼きなどで。



264 蔵
丹沢農場 ◎4日
丹沢豚モモスライス
200g **448**円(税込) (484円)
脂肪分が少なく、キメが細かい上質な赤みの多い、やわらかいモモ肉です。

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



265 蔵
丹沢農場 ◎4日
丹沢豚ヒレロカツ用
200g **770**円(税込) (832円)



豚バラ肉と野菜のスープ

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。



257 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。



特
258 凍
高橋(千野ファーム) ◎30日以上
千野さんの豚バラスライス
200g **480**円(税込) (468円) (505円)



259 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。



266 蔵
丹沢農場 ◎4日
丹沢豚豚用小間切れ
500g **980**円(税込) (980円) (1058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。



267 蔵
丹沢農場 ◎4日
丹沢豚挽き肉
200g **375**円(税込) (405円)
赤身(うで、もも他)80%以上のひき肉です。肉だんごや餃子、ワンタンの具などお料理の幅が広がります。

秋川若鶏 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)



260 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。



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



特
262 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) (485円) (524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。



272 凍
秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏もも肉徳用
500g **968**円(税込) (1045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
200g **420**円(税込) (454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。



274 凍
秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏ささみ(バラ凍結)
250g **588**円(税込) (635円)
275 凍
秋川牧園 ◎120日
秋川若鶏砂肝スライス
150g **270**円(税込) (292円)

エコかざ鶏 (茨城県・栃木県)

鶏挽肉だんごのさっぱりスープ
エコかざ鶏のムネ肉を挽きました。そばろやつくねなどに。

268 凍
千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏挽き肉
300g **645**円(税込) (697円)



269 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。



270 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)
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。



271 凍
千葉産直サービス ◎60日
エコかざ鶏手羽先
300g **548**円(税込) (592円)
エコかざ鶏の手羽先です。唐揚げや焼き物、煮物などに。



276 凍
秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏むね肉切り身(バラ凍結)
500g **930**円(税込) (1004円)
ムネ肉を唐揚げサイズの大きさにカットしました。



骨付きでもみだつたりのバターチキンカレー



277 凍
秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏手羽元(バラ凍結)
700g **1198**円(税込) (1294円)
骨付きです。唐揚げや煮物などに。



278 凍
秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏骨付きもも肉
2本(740g) **1128**円(税込) (1218円)
ローストチキンや唐揚げをはじめ、骨付きを利用した煮込み料理など、鶏肉料理の醍醐味をご家庭で味わえます。



特
279 凍
秋川牧園 ◎180日
秋川若鶏ぶつ切り
300g 通常本体 **465**円(税込) (502円)
モモ、ムネなどを骨付きで、使いやすい大きさにカットしました。唐揚げや鍋物などに。

瑞穂牛 (茨城県・栃木県)

ゴロツトビーフシチュー
2〜3cm角切りにしました。いろいろな部位が入っています。

280 蔵
瑞穂農場 ◎4日
国産みずほ牛角切り(カレーシチュー用)
180g **968**円(税込) (1045円)



281 蔵
瑞穂農場 ◎4日
国産みずほ牛バラカルビー焼肉用
180g **1200**円(税込) (1296円)
脂の割合が多く、柔らかくジューシーな食感が楽しめます。濃厚な風味を持っています。5mm厚

国産熟成牛 (北海道)

パオーサラダ
牛ガーリックソテーとおるしりんご
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。

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)



282 蔵
瑞穂農場 ◎4日
国産みずほ牛切り落とし
180g **998**円(税込) (1078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。



283 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。



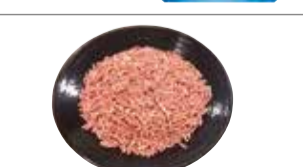
284 凍
瑞穂農場 ◎60日以上
国産みずほ合挽肉
200g **598**円(税込) (646円)
みずほ牛と丹沢高原豚を使用した産地限定の合挽きです。牛5:豚5。



287 凍
知床興農ファーム ◎90日以上
国産熟成牛テール
400g **1428**円(税込) (1542円)
スープやシチューに。



288 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。



289 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。



290 **冷蔵**
丹沢農場 **◎7日**
丹沢ロースハムスライス
120g **500円**(税込)
540円(税別)
丹沢高原ロース肉を使い、シンプルなかたわり調味料で旨みを引き出しました。〔GMO飼料不使用〕



291 **冷蔵**
ハム工房ジロー **◎30日以上**
無添加ロースハム極薄切り
80g(8枚) **700円**(税込)
756円(税別)
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〕



292 **冷蔵**
丹沢農場 **◎180日**
徳用ハム切り落とし
100g **340円**(税込)
367円(税別)
丹沢高原豚の豚肉に塩、粗糖、香辛料だけを使い、桜を主にした国産チップで丁寧に燻煙したハムの切り落としです。〔GMO飼料不使用〕



296 **冷蔵**
ハム工房ジロー **◎30日以上**
無添加ボンレスハムスライス
80g(5~6枚) **580円**(税込)
626円(税別)
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〕



297 **冷蔵**
ハム工房ジロー **◎30日以上**
無添加ショルダーベーコン
120g(6~7枚) **800円**(税込)
864円(税別)
山梨県千野ファームの豚肩ロース肉を、こだわり調味料で、長期低温熟成、桜木直火式スモーク。〔GMO飼料不使用〕



293 **冷蔵**
ハム工房ジロー **◎30日以上**
無添加ウインナーソーセージ
100g(5本) **420円**(税込)
454円(税別)
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〕



294 **冷蔵**
丹沢農場 **◎7日**
ポークウインナー
160g **420円**(税込)
454円(税別)
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〕



295 **冷蔵** **G不使用**
丹沢農場 **◎7日/豆・麦**
皮なし和風ミニウインナー
160g **420円**(税込)
454円(税別)
近藤醸造の国産丸大豆醤油をベースに味付けした、皮がなくソフトな食感のウインナーです。〔GMO飼料不使用〕



298 **冷蔵**
丹沢農場 **◎7日**
ドックソーセージ
4本(128g) **370円**(税込)
400円(税別)
丹沢高原豚の豚肉を使用し、ホットドッグ用のソーセージにしました。〔GMO飼料不使用〕



299 **冷蔵**
丹沢農場 **◎90日**
プチサラミ
80g **340円**(税込)
367円(税別)
赤身と脂身のおいしい豚バラ肉、塩、粗糖、香辛料だけを使ったミニサイズのサラミです。〔GMO飼料不使用〕



300 **冷蔵**
ハム工房ジロー **◎30日以上**
無添加角ソーセージ
160g(約11枚) **560円**(税込)
605円(税別)
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〕



301 **冷蔵**
丹沢農場 **◎7日**
バラベーコンスライス
100g **420円**(税込)
454円(税別)
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〕



302 **冷蔵** **G不使用**
丹沢農場 **◎7日/豆・麦・米**
丹沢焼豚スライス(モモ)
120g **495円**(税込)
520円(税別)
丹沢農場の豚もも肉を粗糖、国産丸大豆醤油、国産純米酒で作った特製ダレに漬け込み、じっくり焼きあげました。〔GMO飼料不使用〕



303 **冷蔵** **G不使用**
丹沢農場 **◎90日以上/卵・乳・麦**
丹沢農場のハンバーグ
100g×2個 **398円**(税込)
430円(税別)
丹沢高原豚とみずほ牛を使用。冷凍のまま、焼いてください。〔豚・牛GMO飼料不使用〕〔卵・乳GMO飼料不分別〕



304 **冷蔵** **G不使用**
丹沢農場 **◎7日/豆・麦・米・落**
丹沢豚小間味噌漬
200g **460円**(税込)
497円(税別)
豚小間肉をピーナツバターと唐辛子入りの特製ピリ辛味噌ダレに漬け込みました。焼いてください。〔GMO飼料不使用〕



305 **冷蔵**
ハム工房ジロー **◎30日以上**
無添加ささみスモーク
100g **630円**(税込)
680円(税別)
原材料/鶏ささみ(国産)、食塩、砂糖、コショウ



306 **冷蔵**
丹沢農場 **◎90日**
豚スモークレバー
100g **370円**(税込)
400円(税別)
厳選した新鮮なレバーを国産チップでじっくりスモークしました。スライスしてどうぞ。〔GMO飼料不使用〕



307 **冷蔵**
丹沢農場 **◎180日/麦**
丹沢豚ロースステーキ香味焼用
80g×2 **560円**(税込)
605円(税別)
焼くだけ簡単!スパイシーなポークステーキ
丹沢高原豚のロース肉に、桜井食品のパン粉、9種類のスパイスをブレンドした衣を付けました。〔GMO飼料不使用〕

秋川牧園のお惣菜
どんな野菜でも相性ピッタリ
鶏もも肉タレ付きシリーズ。ご家庭の野菜と一緒に混ぜて、焼くだけ簡単!ボリュームたっぷりのメインディッシュが出来上がります。〔GMO飼料不使用〕

308 **冷蔵** **G不使用**
秋川牧園 **◎9ヶ月**
野菜を加えてハーブチキングリル
195g **540円**(税込)
583円(税別)
原材料/鶏肉(国産)、菜種油、食塩、ガーリックパウダー、ブラックペッパー粉末、乾燥バジル、乾燥オレガノ、タイム粉末。(一部に鶏肉を含む)

310 **冷蔵** **G調味料**
秋川牧園 **◎9ヶ月/卵・豆・麦・米**
鶏の焼きつくね
180g **422円**(税込)
456円(税別)
秋川若鶏のムネ肉と砂肝を使ったつくねを焼き上げ、甘いタレを絡めました。〔GMO飼料不使用〕

世界のおいしさを日本の食卓へ カラミノフーズ世界のグルメ旅

米粉を使っているのももちもち食感
316 **冷蔵** **G調味料**
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・麦・米・え**
台湾大根もち(たれ付)
6枚(180g) タレ15g **560円**(税込)
605円(税別)
すりおろし大根、米粉、干しエビなど混ぜ合わせて蒸し上げました。冷凍のまま、フライパンで焼き上げてください。〔GMO飼料不分別〕

タイの屋台で大人気の定番ガバオライス
317 **冷蔵** **G不使用**
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・米**
アジア薫るガバオ丼
200g(100g×2) **468円**(税込)
505円(税別)
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〕

ビタミンAが豊富なレバーの中でも低カロリーの鶏レバーを使用

309 **冷蔵** **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 **660円**(税込)
713円(税別)
原材料/鶏肉(国産)、鶏肝(鶏肝臓、心臓)(国産)、玉ねぎ(国産)、パン粉、鶏卵、醤油、砂糖、食塩、生薬ペースト、清酒、山芋パウダー、揚げ油(なたね油)

311 **冷蔵** **G不使用**
秋川牧園 **◎4ヶ月以上/卵・豆・麦**
鶏とおからのチキンナゲット
200g **368円**(税込)
397円(税別)
人気のあるナゲットに、おからをプラス。秋川牧園の地元山口県産の大豆を使う県内の豆腐店からおからを調達。地産地消、フードロスがテーマの商品です。〔GMO飼料不使用〕

厳選素材を使ったマストミのお惣菜
野菜を炒めて絡めるだけ。厳選調味料を使った本格中華!

312 **冷蔵** **G不使用**
マストミ **◎30日以上/卵・豆・麦・米**
野菜で仕上げる青椒肉絲
120g **450円**(税込)
438円(税別)
豚肉に下味を付け、油通してから、特製ソースと合わせました。湯煎後、野菜と炒めます。〔GMO飼料不分別〕

313 **冷蔵** **G不使用**
マストミ **◎90日/卵・豆・麦・米**
マグロの塩麹竜田
150g **500円**(税込)
540円(税別)
ピンチョウマグロを使い、自家製塩麹にじっくり漬け込み竜田揚げにしました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

314 **冷蔵** **G不使用**
マストミ **◎60日/卵・麦・米・え**
天然エビのチリソース
150g **540円**(税込)
583円(税別)
天然エビに鶏ガラスープやチュウニャンなどのチリソースを絡めました。〔GMO飼料不使用〕

315 **冷蔵** **G不使用**
マストミ **◎90日/卵・豆・麦・米**
黒酢の酢豚
330g **680円**(税込)
734円(税別)
北海道の放牧豚に、黒酢を使用した本格酢豚です。冷凍のまま、湯煎してください。〔GMO飼料不使用〕

昔ながらの定番中華ちまき

318 **冷蔵** **G調味料**
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・麦・米**
鶏五目中華ちまき
4個(320g) **640円**(税込)
691円(税別)
鶏肉と野菜の五目煮を、もち米に混ぜ込みました。蒸し器で温めてください。〔鶏豚GMO飼料不分別〕

春雨のプルプル食感にコクのある甘辛味

319 **冷蔵** **G調味料**
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・麦・米**
国産春雨のチャブチェ
180g×2 **648円**(税込)
700円(税別)
国産さつまいもで作った春雨に、特製のコチュジャンを使用しました。冷凍のまま、湯煎してください。〔GMO飼料不分別〕

グリーンカレーペーストの特有の香りとお辛味

320 **冷蔵** **G調味料**
カラミノフーズ **◎360日以上/麦・米・え**
アジア薫るグリーンカレー
320g(160g×2) **698円**(税込)
754円(税別)
刺激的なスパイスの辛さと、ココナッツミルクのまろやかな風味、ハーブのさわやかな香りのカレー。〔鶏GMO飼料不分別〕

豚肉のジューシーさともち米のもちもちとした食感が自慢のしゅうまい



321 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎180日/米
もち米蒸ししゅうまい
12個 通常本体 (180g) **480円** (税込) **469円** (税込) **507円** (税込)

322 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎1年/麦・米
プチカレーコロツケ
20g×6ヶ **265円** (税込) **286円** (税込)

326 **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 **720円** (税込) **778円** (税込)

323 **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) **430円** (税込) **464円** (税込)

327 **凍** **G** 調味料
ニッコー ◎1年/卵・豆・麦・米
鶏ごぼうしゅうまい
27g×8個 **388円** (税込) **419円** (税込)

324 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎365日/豆・麦・米
徳用北京餃子
15個(270g) **445円** (税込) **481円** (税込)

328 **凍** **G** 不使用
大進食品(香掛冷蔵) ◎365日/豆・麦・米・カ
A mom フライパンで簡単春巻
5個(200g) **490円** (税込) **529円** (税込)

325 **凍** **G** 不使用
大進食品(ヨコソフーズ) ◎180日以上/豆・麦
A mom 女性のための餃子
20個(360g) **560円** (税込) **605円** (税込)

329 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎180日以上/卵・豆・麦・米
野菜たっぷりあんかけラーメン
450g **380円** (税込) **410円** (税込)

330 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎180日以上/乳・豆・麦・米
天津包子 肉まん
5個(275g) **430円** (税込) **464円** (税込)

331 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎365日/乳・豆・麦・米
天津包子 あんまん
5個(275g) **435円** (税込) **470円** (税込)

332 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎90日以上/卵・麦
ねぎ入りたこ焼き
15個(300g) **398円** (税込) **430円** (税込)

336 **凍** **G** 不使用
フルーツバスケット ◎6ヶ月以上
冷凍ホールコーン
300g **420円** (税込) **454円** (税込)

337 **凍** **G** 不使用
フルーツバスケット ◎6ヶ月以上
冷凍裏ごしコーン
150g **205円** (税込) **221円** (税込)

冷凍野菜
すりたての風味と粘り

333 **凍** **G** 調味料
ニッコー ◎365日/豆・麦・米
お好みお弁当セット
120g(3種×2個) **445円** (税込) **481円** (税込)

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** (税込)

335 **凍** **G** 不使用
ニッコー ◎180日以上/麦
ミニアメリカンドッグ
6本(150g) **398円** (税込) **430円** (税込)

338 **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 **330円** (税込) **356円** (税込)

339 **凍**
綾・野菜加工館 ◎180日以上
冷凍カットほうれん草
300g **310円** (税込) **335円** (税込)

340 **凍**
千葉産直サービス ◎90日以上
大和芋とろろ
50g×3 **500円** (税込) **540円** (税込)

341 **凍**
安田製麺所 ◎365日/麦
冷凍さぬきうどん
200g×3 **400円** (税込) **432円** (税込)

342 **蔵**
金子製麺 ◎7日以上/麦
家伝旨いうどん
2人前(240g) **230円** (税込) **248円** (税込)

343 **凍**
山本食品 ◎180日以上/麦・そ
生冷長野県産八割そば
130g×2 **540円** (税込) **583円** (税込)

344 **蔵** **G** 不使用
金子製麺 ◎7日以上/卵・豆・麦
あしがら車屋醤油らーめん
120g×2 **330円** (税込) **356円** (税込)

345 **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 **250円** (税込) **270円** (税込)

346 **蔵** **G** 不使用
金子製麺 ◎7日以上/豆・麦
全粒粉麵油そば
140g×2 スープ付 **398円** (税込) **430円** (税込)

燻しのほのかな香りと大根の甘み

350 **蔵**
庄内協同ファーム ◎20日以上/米
いぶしたくあん
250g 通常本体 **480円** (税込) **470円** (税込) **508円** (税込)

355 **蔵** **G** 不使用
ムソー(つの農産) ◎3ヶ月以上/豆・麦・米
ムソーの福神漬
100g **270円** (税込) **292円** (税込)

347 **蔵**
金子製麺 ◎7日以上/麦
地粉餃子の皮
大判20枚 **195円** (税込) **211円** (税込)

348 **蔵** **G** 不使用
金子製麺 ◎7日以上/麦
全粒粉シューマイの皮
30枚(約6.5cm角) **185円** (税込) **200円** (税込)

349 **蔵** **G** 不使用
金子製麺 ◎7日以上/豆・麦
地粉 ワンタンの皮(醤油味)
20枚(8×8cm角型) スープ×2袋 **350円** (税込) **378円** (税込)

351 **蔵**
道長 ◎5日
塩だけ白菜漬
200g **335円** (税込) **289円** (税込) **312円** (税込)

352 **蔵** **G** 不使用
道長 ◎180日/豆・麦・米
はりはりキムチ
110g **340円** (税込) **367円** (税込)

356 **蔵** **G** 不使用
三里塚物産 ◎30日以上/米
らっきょう田舎漬甘酢
100g **537円** (税込) **580円** (税込)

357 **蔵**
恩蔵農園 ◎3ヶ月以上
恩蔵さんの梅干し
200g **780円** (税込) **842円** (税込)

358 **蔵** **G** 不使用
遠忠食品 ◎90日/豆・麦・米
揚げごぼう甘酢漬
80g **340円** (税込) **367円** (税込)

353 **蔵**
道長 ◎90日以上/米
メロン奈良漬
100g **365円** (税込) **394円** (税込)

354 **蔵** **G** 不使用
道長 ◎45日以上/米
甘酢しょうが
40g **380円** (税込) **410円** (税込)

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

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

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

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

魚の香り、旨み、食感の違いを知り 尽くした、職人の技が生きています



内容 / ばたんちくわ30g×2、ごぼう天39g×1、玉ねぎ揚30g×2、小魚つみれ28g×2

363 凍 G不使用
高橋徳治商店 ◎20日以上/豆・米
高橋徳治おでん種4種セット
4種7品(215g) **560円**(税込605円)
国産無リンすり身を使った4種類の練り物を詰合せました。[GMO飼料不使用]

人気の練り物を集めた おでんにピッタリなセット



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

364 凍 G不使用
◎7日以上/卵・米
おでん種セット
6種13品 **750円**(税込810円)
いわしはんぺん4枚、うずら卵天2個、小判揚げ2枚、ごぼう巻2本、小竹輪1本、たこボール2個の練り物セット [GMO飼料不使用]

魚の味を感じられる ちょっと歯ごたえのある 揚げかまぼこ

岩手県宮古産スケソウダラを使い、砂糖と馬鈴薯澱粉のみで練り上げ、一番搾り純正菜種油で揚げました。

372 凍 G不使用
丸友しまか ◎30日以上
しまかの揚げかまぼこ
3個(100g) **298円**(税込322円)



原材料 / 魚肉[スケソウダラ(岩手県)], ビートグラニュー糖、馬鈴薯でん粉、食塩、菜種油



373 凍 G不使用
高橋徳治商店 ◎30日以上/豆・米
おとうふ揚げ
5個(165g) **310円**(税込335円)
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。



374 凍 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]



375 凍 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)
無リンのすり身に、日本近海の新鮮な小魚を配合し、素材の旨みを大切に練った魚肉ソーセージです。

昔ながらの 手作り製造のしらたき



原材料 / こんにゃく(群馬県、山梨県)、こんにゃく芋精粉(群馬県、山梨県)、水酸化カルシウム

381 凍 ◎30日以上
池谷
一種のしらたき
200g **215円**(税込232円)
生芋をすりおろし練り上げた、歯ごたえのあるしらたきです。鍋料理や煮物などに。



376 凍 G不使用
関商店 ◎15日以上/豆
北海大豆水煮
200g **260円**(税込281円)
昔ながらの小釜でじっくり煮込んであります。豆の風味が残る、サラダなどに入れても美味しいです。



377 凍 G不使用
だいでイズ ◎90日以上/豆
有機蒸しミックスビーンズ
85g **250円**(税込270円)
5種の有機豆(ガルバンソ・大豆・マローファットピース・ダークレッドキドニー・ブラックピース)をミックスした彩り鮮やかなサラダ豆です。



378 凍 ◎30日以上
池谷
山奥こんにゃく(黒)
300g **225円**(税込243円)
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃく精粉を使った板こんにゃくです。



379 凍 ◎30日以上
池谷
手どりこんにゃく
250g **275円**(税込297円)
生芋を使った昔ながらの製法のこんにゃくです。冷やしてお刺身や焼いてステーキ風に。



380 凍 ◎30日以上
池谷
五色玉こんにゃく
330g **255円**(税込275円)
群馬・山梨県産契約栽培のこんにゃく精粉を使った、五種類の玉こんにゃくです。田楽などに。

味、風味、甘さが自慢のよせ豆腐! こくと甘味のバランスが絶妙な逸品!



原材料 / 国産大豆(茨城在来種)、海精にがり
382 凍 G不使用
大豆屋 ◎4日/豆
茨城在来よせ豆腐
330g **398円**(税込419円)



383 凍 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、海精にがりだけで寄せました。さらさら滑らかな絹ごし豆腐。消泡剤は不使用。



384 凍 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られています。やや柔らかめに仕上げました。消泡剤は不使用。



385 凍 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」[リュウホウ]を配合した、甘みを感じられる豆腐です。海水にがり使用。消泡剤不使用。



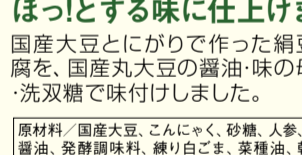
386 凍 G不使用
丸和食品 ◎4日/豆
丸和のもめん豆腐
300g **190円**(税込205円)
甘みの強い大豆を配合し、豆の甘みと旨みがギュッと詰まった豆腐です。海水にがり使用。消泡剤不使用。



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



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



396 凍 G不使用
丸和食品 ◎15日以上/豆・麦・米
白和え2袋
150g×2 **450円**(税込486円)



おまとも 特価



391 凍 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)



392 凍 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)
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。



394 凍 G不使用
大豆屋 ◎4日/豆
大豆屋 生あげ
230g(2枚) **388円**(税込419円)
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。



395 凍 G不使用
丸和食品 ◎5日/豆
丸和のきぬ生揚げ
230g **220円**(税込238円)
国産大豆とにがりを使用し、Non-GMOの菜種油で仕上げました。煮物や炒め物、おでんなどに。消泡剤は不使用。



397 凍 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454円)
肉厚でふくらみ柔らかい油揚げをこだわりの調味液で味付けしました。いなり寿司やきつねうどんなどに。



398 凍 G不使用
丸和食品 ◎90日/豆
乾燥おから
125g **180円**(税込194円)
国産丸大豆100%の生おからを、成分をなるべく乾燥しました。うの花料理やハンバーグ、コロッケにフライのパン粉に混ぜたり、ケーキやクッキーなどのお菓子づくりに。

冷やして ひんやりのど越しがたまりません



原材料 / 国産丸大豆、海水ニガリ
389 凍 G不使用
丸和食品 ◎5日/豆
丸和の寄せ豆腐
300g **210円**(税込227円)
国産丸大豆・海水にがり100%使用。豆乳の濃度が高く、大豆の味わい深い、濃厚な味をお楽しみいただけます。

ゴマの香りがふんわりと お口に広がる♪



原材料 / 国産丸大豆、白ごま(グアテマラ、パラグアイ他)、海水ニガリ
390 凍 G不使用
丸和食品 ◎5日/豆
丸和のごま入寄せ豆腐
200g **210円**(税込227円)
豆乳の濃度が高く、ごまの香りがやさしく口に広がる、ごま入りの上品な寄せ豆腐です。

399 **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 **220円**(税込) **238円**(税込)
 タレ・カラシ付
 タンパク質や糖質が多い北海道十勝産の小粒大豆を使用したカップ納豆です。

400 **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 **235円**(税込) **254円**(税込)
 タレ・カラシ付
 茨城県産大豆を使用。食べやすい手ごろな量で、特製タレとカラシ付きの小粒納豆です。

401 **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 **125円**(税込) **135円**(税込)
 北海道産特別栽培大粒大豆を使用。旨味を引き出す蒸煙炭火発酵製法。*タレ・カラシなし。

402 **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 **125円**(税込) **135円**(税込)
 北海道産特別栽培小粒大豆を使用。旨味を引き出す蒸煙炭火発酵製法。*タレ・カラシなし。

特
自社農園及び契約農家の厳選大豆を使用
 やや大きめの甘みの強い津久井大豆(神奈川県在来種)を100%使用。豆の旨味を丸ごと味わえます。
 原材料/大豆(神奈川県)、納豆菌
406 **蔵** **G不使用**
 カジノヤ ◎9日/豆
かながわ育ち納豆
 30g×3 通常本付 **168円**(税込) **181円**(税込)
 (タレ・カラシ無)

納豆のにおいが少なく糸引きがよい、北海道産ゆきしずが大豆使用
 食感がしっとり軟らかく、クセの無い美味しさは、納豆の上品な自然の旨味を感じる逸品です。
403 **蔵** **G不使用**
 登喜和食品 ◎7日/豆・麦・米
十勝の息吹小粒納豆
 30g×3 **218円**(税込) **235円**(税込)
 タレ・カラシ付
 原材料/ユキシズカ大豆(北海道)、納豆菌、タレ[醤油、砂糖、食塩、魚醤、かつおエキス、清酒、米酢、酵母エキス]、カラシ[マスタード、塩、醸造酢、砂糖、リンゴ果汁、酵母エキス]

404 **蔵** **G不使用**
 登喜和食品 ◎9日/豆
経木納豆(大粒)
 80g **260円**(税込) **281円**(税込)
 北海道十勝の契約栽培農家が育てた大粒大豆を使用。

405 **蔵** **G不使用**
 登喜和食品 ◎15日以上/豆・米
丸大豆テンペ
 100g **280円**(税込) **302円**(税込)
 大豆の旨味と有効成分(食物繊維など)が含まれています。国内産のテンペ菌で発酵、加熱殺菌しているため、長期保存が可能です。

407 **蔵** **G不使用**
 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**(税込)
 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充分に引出した納豆。

408 **蔵** **G不使用**
 カジノヤ ◎10日/豆
三折 中粒納豆
 80g×2 **200円**(税込) **216円**(税込)
 (タレ、カラシ無)
409 **蔵** **G不使用**
 カジノヤ ◎10日/豆
ひきわり納豆カップ
 30g×2 (タレ、カラシ無) **95円**(税込) **103円**(税込)

【お知らせ】
 栄屋製パンは1月8日(月)まで製造工場が年始休みの為、**月曜コースは欠品**になります。ご了承ください。

410 **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**(税込)

414 **蔵**
 サンタハウス ◎6日/麦
ヘルシーライ(ライ麦パン)
 1個 **330円**(税込) **356円**(税込)
 国産小麦粉、ライ麦(海外有機認証)、天然酵母、塩(海の精)、イチジク(トルコ)

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

ひとつひとつ愛情こめて焼き上げます
418 **蔵**
 サンタハウス ◎6日/卵・乳・麦
サンタハウスのアップルパイ
 13cm×1枚 **533円**(税込) **576円**(税込)
 低農薬で栽培したリンゴを煮て、フィリングを作り、一つ一つ丹念に作りました

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) **340円**(税込) **367円**(税込)
 小麦粉(熊本県)、天然酵母、食塩

412 **蔵** **G不使用**
 栄屋製パン ◎3日/卵・乳・麦
ドッグパン
 5本 **275円**(税込) **297円**(税込)
 国産小麦粉、甘しよ糖、液卵、マーガリン、生イースト、食塩(卵・乳製品GMO飼料不分別)

413 **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**(税込)
 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)

416 **蔵**
 サンタハウス ◎6日/麦
セサミベークル
 2個 **257円**(税込) **278円**(税込)
 国内産小麦(長野)、天然酵母、黒ゴマ(ポリビア)、塩(海の精)

417 **蔵**
 サンタハウス ◎6日/麦
デーツの王冠
 1個 **352円**(税込) **380円**(税込)
 国産小麦粉、天然酵母、有機デーツ、食塩(海の精)

原材料/国産小麦粉、国産小麦全粒粉、よつ葉無塩バター、塩(海の精)、有精卵、洗双糖、レーズン、リンゴ(卵GMO飼料不使用) [乳製品GMO飼料不分別]

420 **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) **380円**(税込) **410円**(税込)
 国産小麦粉、天然酵母、甘しよ糖、よつ葉バター、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

食べ応えのある昔懐かしいパン
421 **蔵**
 デニッシュハウス ◎3日/乳・麦・米
ロバの黒蜜パン
 1個 **240円**(税込) **259円**(税込)
 全粒粉入りの生地にクルミとレーズンをたっぷり入れたコッペ型のパンにバターと黒蜜をはさみました。

422 **蔵**
 デニッシュハウス ◎5日/乳・麦・米
全粒粉パン
 1斤(約360g) **510円**(税込) **551円**(税込)

424 **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 **550円**(税込) **594円**(税込)

お米を粉にしないで粒のまま加工した、もちもち食感のパンです
428 **蔵** **G不使用**
 リベラ ◎90日以上/米
リベラのお米パンセット
 4種(4個) **980円**(税込) **1058円**(税込)
 地元佐賀県産の有機米を直接材料と攪拌し焼き上げています。食パン1枚とプレーン、ごま芋ぱん、粒あんぱん各1をセットにしました。

お米を粉にしないで粒のまま加工したもちもち食感のパンです
429 **蔵** **G不使用**
 リベラ ◎90日以上/米
リベラのお米食パン半斤
 半斤 **1220円**(税込) **1318円**(税込)
 原材料/有機米、有機メープルシロップ(カナダ)、きび糖、なたね油、天然酵母、食塩

原材料/小麦粉、全粒粉、レーズン(カリフォルニア)、黒蜜、クルミ(カリフォルニア)、加塩バター、ホシノ天然酵母、無塩バター、甘しよ糖、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

423 **蔵**
 デニッシュハウス ◎4日/麦・米
麦のかをり(全粒粉パンズ)
 5ヶ **350円**(税込) **378円**(税込)

425 **蔵**
 デニッシュハウス ◎3日/乳・麦・米
レーズンクリームチーズノア
 1個 **310円**(税込) **335円**(税込)

427 **蔵** **G不使用**
 デニッシュハウス ◎3日/乳・麦・米
デニッシュハウスEセット
 3種 **675円**(税込) **729円**(税込)
 酵母クロワッサン2個、パン・オ・ノア・レーズン1個、シナモンレーズン(乳製品GMO飼料不分別)

原材料/有機米、有機メープルシロップ(カナダ)、きび糖、なたね油、天然酵母、食塩

426 **蔵**
 デニッシュハウス ◎3日/乳・麦・米
禁断のりんご(菓子パン)
 2個 **480円**(税込) **518円**(税込)
 アップルブレザーブ(りんご、甘しよ糖、レモン果汁)、国産小麦粉、クリームチーズ、無塩バター、甘しよ糖、天然酵母、食塩、シナモン、クルミ(乳製品GMO飼料不分別)

430 **蔵** **G不使用**
 創健社 ◎270日/乳・豆
ハイプラスマーガリン
 180g **300円**(税込) **324円**(税込)
 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]

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

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

433 **蔵** **G不使用**
 コスモ食品 ◎12ヶ月
カシスジャム
 185g **500円**(税込) **540円**(税込)
 原材料/カシス(ニュージーランド)、砂糖、蜂蜜(ニュージーランド)

フルーツソースとしてヨーグルトにかけても
434 **蔵**
 山田養蜂場 ◎180日以上
アルゼンチン産・百花蜜
 450g **1100円**(税込) **1188円**(税込)
 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。

435 **蔵**
 ムソー ◎6ヶ月以上/麦
オーガニックグラノーラ・ベリー
 200g **800円**(税込) **864円**(税込)
 グラノーラに4種類のオーガニックドライベリー(ストロベリー、ブラックベリー、ラズベリー、ブルーベリー)をブレンドしました。

436 **蔵**
 ムソー ◎6ヶ月以上/麦
オーガニックグラノーラ・チョコ
 200g **800円**(税込) **864円**(税込)
 カカオの香り豊かなオーガニックチョコレートとココナッツで味付けをしたチョコレートグラノーラ。

437 **蔵** **G不使用**
 せいふてい ◎180日以上/乳・麦
自然派Styleコンボータージュスープ
 17.4g×6袋 **475円**(税込) **513円**(税込)
 3種の国産野菜を使ったコンボー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]

438 **蔵** **G調味料**
 明星産業(ハヤシ食品工業) ◎120日以上
がごめ昆布入りわかめスープ
 27g **298円**(税込) **322円**(税込)
 徳島県産わかめ、がごめ昆布、ちりめんを使ったスープの素です。熱湯を注ぐだけです。[GMO飼料不分別]

439 **蔵** **G調味料**
 創健社(麻布タカノ) ◎180日以上/乳・麦
トマトチャウダー(レトルト)
 150g **300円**(税込) **324円**(税込)
 完熟トマトに生クリーム、チーズ、パルメザンを加えて仕上げたクリーミーな、ショートパスタ入り具だくさんスープです。[GMO飼料不分別]

440 **蔵** **G不使用**
 マルサンアイ ◎150日以上/豆・麦
豆乳仕立てのとうもろこしスープ
 180g **170円**(税込) **184円**(税込)
 国産とうもろこしと有機大豆を使用した豆乳で、自然な風味に仕上げたスープです。[GMO飼料不分別]

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)

10個 (MS-Lサイズ) 530円 (税込) (572円)
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)

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)



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)



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)



よつ葉乳業 ◎6日/乳
107 北海道よつ葉牛乳 1ℓ 298円 (税込) (322円)

108 よつ葉ノンホモ牛乳 1ℓ 308円 (税込) (333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]



木次乳業 ◎7日/乳
109 ブラウンスイス牛乳 500ml 257円 (税込) (278円)

110 山地酪農牛乳 1ℓ 468円 (税込) (505円)
島根県の山地酪農牧場で、主に牧草で育ったブラウンスイス種のノンホモ牛乳。72℃15秒で殺菌。[GMO飼料不使用]



タカハン乳業 ◎5日/乳
111 那須の美味しい牛乳 1000ml 450円 (税込) (486円)

112 美味しい低脂肪乳 1000ml 375円 (税込) (405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
441 カフェインレスよつ葉カフェオレ 200ml 120円 (税込) (130円)
442 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 500ml 230円 (税込) (248円)
1000ml 398円 (税込) (430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仕上げています。[GMO飼料不分別]

445 よつ葉乳業 ◎10日以上/乳
よつ葉のむヨーグルトベリーミックス 250g 185円 (税込) (200円)



449 鈴木牧場 ◎10日以上/乳
鈴木牧場のヨーグルト無糖 400gピン 480円 (税込) (518円)

茨城県・石岡鈴木牧場の生乳を使った酪農家がつくるヨーグルトです。[GMO飼料不使用]



450 鈴木牧場 ◎10日以上/乳
鈴木牧場のヨーグルト微糖 400gピン 490円 (税込) (529円)

茨城県・石岡鈴木牧場の生乳を使った酪農家がつくるヨーグルトにてん菜糖を加えました。[GMO飼料不使用]



よつ葉乳業 ◎10日以上/乳
451 よつ葉の濃厚ヨーグルトベリーミックス 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]

よつ葉乳業 ◎17日/乳
452 よつ葉のヨーグルト 90g×3個 248円 (税込) (268円)

函南東部農協 ◎5日以上/卵・乳
454 ほっぺがよるこぶ牛乳プリン 90g×3個 350円 (税込) (378円)

よつ葉乳業 ◎3ヶ月/乳
456 よつ葉シュレッドチーズ 250g 618円 (税込) (667円)

ナッツのような風味とほのかな酸味が特長のセミハードタイプのナチュラルチーズです。[GMO飼料不分別]

よつ葉乳業 ◎30日以上/乳
458 よつ葉チェダーチーズ 100g 340円 (税込) (367円)



459 鈴木牧場 ◎14日以上/乳
さけるチーズプレーン 30g 230円 (税込) (248円)
茨城県・石岡鈴木牧場の生乳を使った酪農家がつくるさけるチーズです。[GMO飼料不使用]



460 鈴木牧場 ◎14日以上/乳
さけるチーズペッパー 30g 240円 (税込) (259円)
茨城県・石岡鈴木牧場の生乳から作ったさけるチーズにオーガニックペッパーを入れました。[GMO飼料不使用]

よつ葉乳業 ◎45日以上/乳
461 よつ葉クリームチーズ 200g 458円 (税込) (495円)

よつ葉独自の製法により、なめらかでありながら、ほど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]

価格改定しました
462 よつ葉乳業 ◎30日以上/乳
よつ葉無塩バター 150g 386円 (税込) (417円)

価格改定しました
463 よつ葉乳業 ◎30日以上/乳
パンに美味しい発酵バター 100g 330円 (税込) (356円)

千葉県 三芳村蛸まい研究会

みよし村ひとめぼれ 除草剤無化学肥料
465 白米 5kg 2540円 (税込) (2743円)
466 玄米 5kg 2435円 (税込) (2630円)

みよし村コシヒカリ 除草剤無化学肥料
467 白米 2kg 1142円 (税込) (1233円)
468 白米 5kg 2810円 (税込) (3035円)
469 玄米 5kg 2718円 (税込) (2935円)

みよし村コシヒカリ 無農薬無化学肥料
470 白米 5kg 3630円 (税込) (3920円)
471 玄米 5kg 3525円 (税込) (3807円)

山形県 おきたま興農舎

おきたまササニシキ 無農薬無化学肥料
477 白米 2kg 1530円 (税込) (1652円)
478 白米 5kg 3650円 (税込) (3942円)
479 玄米 2kg 1465円 (税込) (1582円)
480 玄米 5kg 3500円 (税込) (3780円)

おきたまつや姫 無農薬無化学肥料
481 白米 2kg 1650円 (税込) (1782円)
482 白米 4.5kg 3500円 (税込) (3780円)
483 玄米 2kg 1570円 (税込) (1696円)
484 玄米 4.5kg 3380円 (税込) (3650円)

新潟県 ゆうき

新潟つきあかり 低農薬無化学肥料
485 白米 5kg 2380円 (税込) (2570円)
486 玄米 5kg 2220円 (税込) (2398円)

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
472 白米 5kg 2700円 (税込) (2916円)
473 五分米 5kg 2700円 (税込) (2916円)

長島さんのお米について
いつもご購入・お召し上がりいただきありがとうございます。23年米は、夏場の気象の影響等で、収穫したところ予想以上に不作となり今季は終了してしまいました。毎度楽しみにして下さっていた組合員さん、申し訳ございません。ご理解いただけますと幸いです。来季の豊作をめざして栽培して参ります。秋からの新米も引き続きよろしくお願致します。

宮城県 黒澤ライスサービス

黒澤さんのひとめぼれ
487 白米 5kg 3500円 (税込) (3780円)
488 七分米 5kg 3500円 (税込) (3780円)
489 玄米 5kg 3280円 (税込) (3542円)

180014 低農薬無化学肥料
三芳村蛸まい研究会 /米
みよし村発芽玄米 720g 1038円 (税込) (1121円)

180026 JAS
庄内協同ファーム /米
古代米 白山紫黒 300g 700円 (税込) (756円)

180038
創健社 ◎360日/米
国産八穀 170g 550円 (税込) (594円)

180040
創健社 ◎180日以上
愛媛県産 もち麦 300g 450円 (税込) (486円)

180051
ネオファーム ◎6ヶ月
アマランス(全粒) 80g 275円 (税込) (297円)

精米したての生の「ぬか」を使いました
大豆工房おらが ◎15日以上/米
うれしいぬか床 180063 (小) 500g 815円 (税込) (880円)

180075 (大) 1kg 1415円 (税込) (1528円)
栃木、茨城県で農業を営むに栽培された米糠と、能登わじまの海塩で作ったぬか床です。

みそ仕立てのおでん

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

492 蔵 ヤマキ醸造 ①1年/豆・米
御用蔵玄米みそ
 1kg **1230**円(税込1328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。

494 近藤醸造 ①180日以上/豆・米
国産丸大豆醤油
 360ml **324**円(税込350円)

495 近藤醸造 ①2年/豆・米・米
ゆずぼん酢
 1ℓ **593**円(税込640円)

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

496 ヤマヒサ ①6ヶ月以上/豆・米
頑固"本生"濃口醤油
 720ml **1500**円(税込1620円)

奥三河足助町大多賀の豊かな自然の中、天然水を、厳選した国産小麦と塩で仕込み、米焼酎で仕上げた逸品。

497 日東醸造 ①6ヶ月/麦・米
足助仕込三河しろたまり
 300ml **620**円(税込670円)

天然だしの持つ風味、香りを、コクを活かしたつゆ

●きつねうどん

397 **丸和の味付いなり**
 原材料/本醸造醤油、粗糖、発酵調味料(みりん)、かつおぶし

498 近藤醸造 ①180日以上/豆・米・米
めんつゆ
 1ℓ **880**円(税込950円)

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

490 ヤマキ醸造 ①1年/豆・米
御用蔵田舎みそ
 1kg **1230**円(税込1328円)

491 ヤマキ醸造 ①1年/豆
御用蔵麦みそ
 1kg **1230**円(税込1328円)

493 桜中味噌店 ①6ヶ月/豆・米
蔵出しみそ(こうじみそ)
 1kg **1050**円(税込1134円)

宮城県産の低農薬大豆と宮城県産低農薬米と天日塩を原料に1年以上ねかせた、天然醸造の「つぶみそ」です。

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。

499 近藤醸造 ①2年/豆・米・米
ゆずぼん酢
 360ml **540**円(税込583円)

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

500 創健社 ①3年/米
越前小京都の有機純米酢
 500ml **430**円(税込464円)

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

501 創健社 ①360日/米
越前小京都のすし酢
 360ml **540**円(税込583円)

502 ナチュラルキッチン
粗精糖(種子島産)
 1kg **395**円(税込427円)

鹿児島県種子島のサトウキビを使った砂糖です。

503 ムソー
てんさい含蜜糖
 500g **460**円(税込497円)

北海道の大自然が育てた甜菜を原料につくられた砂糖です。腸内ビフィス菌を増やすオリゴ糖が含まれています。

504 青い海
沖縄の塩(シママース)
 1kg **282**円(税込305円)

沖縄の海水で輸入天日塩を溶かし、平釜でじっくりと煮つめ、さらに自然脱水乾燥を行い時間をかけて造った塩です。

2年半以上じっくりと熟成させた、焼酎乙類に由来する芳しい香りの特徴とした、甘みが豊かな、まろやかな味噌です。

505 甘強酒造 ①9ヶ月以上/米
昔仕込 本味噌
 720ml **1170**円(税込1287円)

特別栽培米「チヨニシキ」を使用。アルコール度数を低めに調整し、穏やかに風味良く仕上がっています。

506 澤田酒造 ①365日/米
特撰 料理用自然酒
 720ml **1264**円(税込1390円)

島根県奥出雲産無農薬米と麹を原料に清酒を醸造し、発酵終了後に旨み成分の多い塩を2%添加してあります。

507 都錦酒造 ①1年6ヶ月/米
みやこの料理酒
 500ml **869**円(税込939円)

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

508 味の醸造 ①1年/米
味の母(醸造調味料)
 720ml **898**円(税込970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。

509 平田産業 ①270日以上
一番搾り純正なたね油
 1250g **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。

510 松本製油 ①2年
玉締めしほり胡麻油(小)
 180g **510**円(税込551円)

511 創健社 ①180日以上/豆
えごま一番100
 110g **750**円(税込810円)

使い勝手が良く、空気に触れにくい特殊なソフト容器入り。いつでも搾りたてのおいしさ。酸化防止剤不使用。

512 創健社 ①180日以上
えごま一番270g
 270g **1250**円(税込1350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、残りはフランドイオ種を配合。

514 フェームランドトレーディング ①180日以上
イタリア産有機EXVオリブオイル
 456g (500ml) **1504**円(税込1624円)

515 せいふてい ①6ヶ月以上
チキンコンソメ
 4g×20袋 **370**円(税込400円)

化学調味料不使用のチキンの風味とスパイスの効いた洋風だし。(GMO飼料不分別)

516 TAC21 ①360日以上/豆・米
野菜でできた洋風だしペック
 80g **630**円(税込680円)

国産野菜(農薬不使用)をたっぷり使い、コクのある、濃厚な焼肉のたれに仕上がっています。

518 光食品 ①9ヶ月以上/豆・米・米
ヒカリ焼肉のたれ
 350g **600**円(税込648円)

519 高橋ソース ①1年以上/豆・米・米
中濃ソース
 300ml **368**円(税込397円)

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

520 高橋ソース ①1年以上/豆・米・米
特別栽培野菜使用とんかつソース
 300ml **410**円(税込443円)

有機野菜・果物の持つ本来の甘味を生かした濃厚ソースです。主原料の野菜・果物は100%国産です。

521 高橋ソース ①1年以上/豆・米・米
特別栽培野菜使用ウスターソース
 300ml **410**円(税込443円)

522 光食品 ①1年/米
ヒカリ濃厚ソース
 360ml **390**円(税込421円)

523 高橋ソース ①9ヶ月以上/米
やまゆりのトマトケチャップ
 300g **375**円(税込405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。

524 創健社 ①9ヶ月以上
有機栽培完熟トマトケチャップ
 300g **400**円(税込432円)

525 光食品 ①1年6ヶ月/米
有機トマトソース
 225g **400**円(税込432円)

みよし村の平飼いの有精卵、なたね油、純リンゴ酢、塩、はちみつ、香辛料で作りました。(GMO飼料不使用)

526 なくさの郷 ①6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〕

特

527 創健社 ①6ヶ月/卵
有精卵マヨネーズ(チューブ)
 300g 通常本体 **537**円(税込558円)

528 富貴食研 ①4ヶ月以上/豆・米・米
富貴の玉ねぎドレッシング
 200ml **528**円(税込570円)

国産のたまねぎを贅沢に使い、国産のゆず果汁を合わせ、玉ねぎの甘みと香りを引き立たせたドレッシングです。

529 創健社 ①90日以上/卵・乳
有精卵シーザーサラダドレッシング
 180ml **400**円(税込432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)

ごぼうなど根菜との相性も抜群

十五穀、松の実、クコの実などをバランスよく調和させました。(GMO飼料不分別)

530 コスモ食品 ①12ヶ月/乳・豆・米
十五穀カレールー中辛
 110g 通常本体 **298**円(税込289円)

原材料/食用油(牛脂、豚脂、植物油)、小麦粉、カレー粉、食塩、トマトペースト、砂糖、チャツネ、発酵乳、肉エキス(ポーク、チキン)、穀物粉、りんごピューレ、赤ワイン、酵母エキス、香辛料、オノンペースト、はちみつ、おろしにんにく、松の実、クコの実、ナツメ、サンジュ

直火で丁寧に焼きあげた素材の旨みが味わえるカレールーです。(GMO飼料不分別)

531 コスモ食品 ①6ヶ月以上/乳・米
直火焼りんごカレールー(弘前屋)
 150g(5皿分) **320**円(税込346円)

532 コスモ食品 ①6ヶ月以上/乳・米
甘口
 150g(5皿分) **320**円(税込346円)

533 コスモ食品 ①120日以上/乳・米
グルテンフリークリームシチュールー
 110g(4皿分) **313**円(税込338円)

国産米粉を使ったグルテンフリーのクリームシチュールーです。(GMO飼料不分別)

価格改定しました

534 光食品 ①9ヶ月以上/豆・米・米
ヒカリの有機肉豆腐の素
 100g **240**円(税込259円)

肉と豆腐、野菜を焼いてあわせるだけの簡単調理。

魚介の旨みとピリッとした辛さがたまらない鍋の素

535 光食品 ①9ヶ月以上/豆・米・米
ヒカリの有機麻婆の素
 100g **240**円(税込259円)

536 光食品 ①9ヶ月以上/豆・米・米
ヒカリの有機回鍋肉の素
 100g **240**円(税込259円)

537 創健社 ①270日以上
オーガニック粒マスタード
 90g **550**円(税込594円)

有機マスタード種子と有機りんご酢が絶妙なバランスの風味豊かなフランス産オーガニック粒マスタード。

そのまま使えて便利なストレートタイプ

538 東京フード ①6ヶ月以上/豆・米
まろやかおでんの素
 66g(16.5g×4袋) **412**円(税込445円)

1袋に対し水750ccで作る。鰹節、昆布、しいたけエキス、粉末醤油などの風味豊かなおでんのだしの素です。

539 富貴食研 ①120日以上/豆・米・米
キムチ鍋の素
 150g **398**円(税込430円)

コチュジャンと味噌に豆乳を合わせたコクのあるスープに仕上げました。食べやすい量の2~3人前。

540 マルサンアイ ①270日以上/豆
香り高いごま豆乳鍋スープ
 600g **300**円(税込324円)

有機大豆使用の豆乳を使い有機すりごまの風味を活かしたごま豆乳鍋スープです。

541 **G不**
創健社 ⑩18ヶ月以上
べに花一番オーツナ
90g(固形量70g) **420円(454円)**
旬にとれたびん長まぐろだけを選び、ヘルシーなべに花一番オーレインEに漬け込みました。サラダやサンドイッチ、スパゲティーなどに。

542 **G不**
創健社 ⑩540日以上/豆・麦
さば味付缶
190g(固形量140g) **390円(421円)**

543 **G不**
創健社 ⑩540日以上
さば水煮缶
190g(固形量140g) **380円(410円)**

544 **G不** **調味料**
ヤマトフーズ ⑩360日以上
ひろしま牡蠣のオリブオイル漬け
65g(固形量40g) **600円(648円)**
広島県産の牡蠣を広島レモンを使用した塩レモンで味付けしオリブオイル漬けにしました。

545 **G不**
三育フーズ ⑩2年/卵・豆・麦
リンケッツ
160g(固形量115g12本入) **657円(710円)**
大豆たんぱくを主に、植物性油脂、卵白などを加え、ソーセージ風に加工しました。〔卵GMO飼料不分別〕

546 **G不**
アリサン ⑩6ヶ月以上
有機スイートコーン缶
125g(固形量81g) **198円(214円)**
契約農家で有機栽培されたとうもろこしを、鮮度が落ちないよう加工した有機JAS認定品。

547 **G不**
創健社 ⑩6ヶ月以上
有機ダイストマト缶
400g **230円(248円)**

548 **G不**
アルマテラ ⑩6ヶ月
有機トマトジュースづけ(ホール)
400g **300円(324円)**

549 **G不**
トーエー食品 ⑩2ヶ月以上/乳・豆・麦
どんぶり麺・きつねうどん
77.3g×4袋 **840円(907円)**

550 **G不**
トーエー食品 ⑩2ヶ月以上/麦・そ
どんぶり麺・山菜そば
78g×4袋 **840円(907円)**

551 **G不**
桜井食品 ⑩3ヶ月以上/豆・麦・米
みそラーメン
101g **175円(189円)**
北海道産契約栽培小麦粉を使用した麺に、揚げ油は植物油100%使用。〔GMO飼料不分別〕

554 **G不**
阿部製粉 ⑩120日以上/麦
国内産薄力小麦粉シラネ
1kg **368円(397円)**

555 **G不**
阿部製粉 ⑩120日以上/麦
国内産強力小麦粉ゆきちから
1kg **373円(403円)**

556 **G不**
創健社 ⑩90日以上/麦
パンケーキネオハイミックス有糖
400g **449円(485円)**
小麦粉に小麦胚芽とサトウキビの粗糖を加え、しっとりとした食感と香ばしさを出したやさしい甘さのミックス粉です。

557 **G不**
桜井食品 ⑩60日以上/米
お米のホットケーキミックス
200g **285円(308円)**
岐阜県産のお米が主原料のミックス粉です。卵と牛乳があれば手軽にホットケーキができます。パウンドケーキやドーナッツなどもお作りいただけます。

原材料/うるち米(岐阜県)、砂糖(ビート糖)、食塩、膨張剤(重曹)

557 **G不**
桜井食品 ⑩60日以上/米
お米のホットケーキミックス
200g **285円(308円)**

552 **G不**
桜井食品 ⑩3ヶ月以上/卵・豆・麦・米
野菜らーめん(ノンフライ麺)
90g **185円(200円)**
北海道産の小麦粉を使用したコシのある麺と、あっさりした味が楽しめる野菜ラーメンです。〔卵GMO飼料不分別〕

553 **G不**
桜井食品 ⑩180日以上/豆・麦
純正ラーメン豆乳塩だし味
104g **174円(188円)**
かんすい不使用の麺は、パーム油で揚げて仕上げ、特製豆乳塩だしスープをつけました。

558 **G不**
エコグリーン ⑩1年/麦
すいとん粉
1kg **580円(626円)**
もちもちした食感と素材のうまみが自慢の美味しいすいとん粉です。お好み焼やうどんなどにも。

559 **G不**
桜井食品 ⑩2ヶ月以上/麦
パン粉
200g **310円(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碎したパン粉です。

560 **G不**
桜井食品 ⑩3ヶ月以上
片栗粉
200g **225円(243円)**

561 **G不**
ムソー ⑩1年以上
無双本葛
110g **730円(788円)**
南九州産本葛100%の吉野くずです。くず湯はもちろん、ごま豆腐、お料理のとりみつけなどにお使いください。

561 **G不**
ムソー ⑩1年以上
無双本葛
110g **730円(788円)**
南九州産本葛100%の吉野くずです。くず湯はもちろん、ごま豆腐、お料理のとりみつけなどにお使いください。

562 **G不**
庄内協同ファーム ⑩60日以上/豆
きな粉
130g **240円(259円)**
農薬・化学肥料不使用栽培の大豆を使用しています。石臼挽きで香ばしく仕上がっています。

563 **G不**
神室のめぐみ ⑩240日以上/麦
にほんうどん
200g **198円(214円)**

564 **5袋**
通常本体 200g×5 **990円(950円)** **1026円(950円)** **おまとめ 特価**

565 **G不**
金子製麺 ⑩3ヶ月/麦
全粒粉そうめん
240g **257円(278円)**

この季節はにゅうめんで♪
小麦の粒を丸ごと挽いた全粒粉で製造しました。コクがあり穀物の味が良くします。夏は冷たく、冬はにゅうめで。

566 **G不**
山本食品 ⑩6ヶ月以上/麦・そ
秘伝の蔵出し八割そば
250g **417円(450円)**

567 **G不**
金子製麺 ⑩45日以上/麦・そ
季穂特選糸そば
200g **292円(315円)**

568 **G不**
横山製粉 ⑩360日以上/麦
北の Pasta
400g **330円(356円)**

569 **G不**
プレスオールターナティブ ⑩365日以上/米
玄米ビーフン
40g×3 **462円(499円)**
栄養分を豊富に含む玄米のみで作ったビーフンです。熱湯に約1分浸けておくだけで調理できます。

海と山の幸の旨みとコクのだしパックです

570 **G不**
庄内協同ファーム ⑩45日以上/米
白丸もち
500g(12~13個) **680円(734円)**
特別栽培された山形県庄内のもち米「でわもち」を使用。杣つきもちなので滑らかでコシが強く、煮くずれしません。

571 **G不**
庄内協同ファーム ⑩45日以上/米
うすきりもち
120g(約12枚) **230円(248円)**
庄内のおもちを鍋用に薄くスライスしました。鍋に入れるとすぐに柔らかくなります。すき焼き、しゃぶしゃぶなどに。

572 **G不**
おきたま興農舎(山形県) ⑩10本前後(10g) **220円(238円)**
山形県高島町の伊藤邦彦さんが農薬・化学肥料不使用で栽培しました。炒め物やお漬物などに。

573 **G不**
農楽 ⑩200g **300円(324円)**
NO-RAの千葉さんが農薬、化学肥料を使わずに育てた、希少品種の津久井在来大豆です。

574 **G不**
節辰商店 ⑩6ヶ月
生協だしパック
10g×20袋 **350円(378円)**

原材料/ムロアジ(鹿児島 静岡 三重 熊本)、カツオ(鹿児島 三重 静岡)、煮干(鳥取 長崎 三重 千葉 愛知 愛媛)、昆布(北海道)、しいたけ(九州)

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。

575 **G不**
明星産業(ハヤシ食品工業) ⑩60日以上/え
素干しえび
25g **230円(248円)**
生アキアミを素干しにしました。かき揚げの具やお好み焼き、炒め物や汁物など、料理のアクセントに。

576 **G不**
明星産業(ハヤシ食品工業) ⑩180日/豆
ゆば入りみそ汁の具
18g **389円(420円)**
若布、湯葉、豆腐、青さのり、すべて国内産原材料使用。沸騰直前に鍋に入れてください。

577 **G不**
明星産業(瀬川食品) ⑩240日/米
ねば〜る昆布
35g **340円(367円)**
天然利尻昆布を使い、納豆昆布や浅漬け用に細切りにしました。

578 **G不**
明星産業(瀬川食品) ⑩180日以上
道南産真昆布切り落とし
75g **398円(430円)**
北海道道南産真昆布の切り落としを集めたお買い得品です。

579 **G不**
明星産業(瀬川食品) ⑩150日以上
むすびこんぶ
40g **444円(480円)**
北海道産昆布を食べやすい大きさに結びました。お湯で5分ほど戻してから、おでんや煮物などにお使いください。

582 **G不**
神奈川県漁業協同組合連合会 ⑩6ヶ月
焼のり
全型10枚入 **458円(495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。

583 **G不**
神奈川県漁業協同組合連合会 ⑩6ヶ月
焼きずのり
全型10枚入 **400円(432円)**
横須賀産の海苔で多少キズ等があります。常備品としてどうぞ。

578 **G不**
明星産業(瀬川食品) ⑩180日以上
道南産真昆布切り落とし
75g **398円(430円)**
北海道道南産真昆布の切り落としを集めたお買い得品です。

579 **G不**
明星産業(瀬川食品) ⑩150日以上
むすびこんぶ
40g **444円(480円)**
北海道産昆布を食べやすい大きさに結びました。お湯で5分ほど戻してから、おでんや煮物などにお使いください。

580 **G不**
北村物産 ⑩6ヶ月以上
伊勢志摩産カットわかめ
12g **375円(405円)**
晩冬から初春にかけて刈り穫られる、肉厚な風味豊かな伊勢志摩わかめです。15~16倍に増えます。

581 **G不**
明星産業(ハヤシ食品工業) ⑩90日以上
黒磯のり
10g **268円(289円)**
熊本県産のあまのりを原料に加工した磯のりです。麺類や汁物、サラダのトッピングなどに。

584 **G不**
明星産業(ハヤシ食品工業) ⑩30日以上/米
ひじきふりかけ
30g **330円(356円)**
長崎県産の上質なひじきを使い、青のりや調味料までこだわりました。

585 **G不**
創健社 ⑩1年
しそもみじ
30g **270円(292円)**
国内産ちりめんじそを塩と完熟紀州南高梅の梅酢でじっくり漬けた、風味豊かなしそふりかけです。

契約栽培の岩手県特産 黒ひら豆を練り込んで 粒塩餡を包みました



原材料/もち粉、砂糖、煮豆(黒豆、砂糖、食塩)山芋加工品(還元水あめ、大麦粉、山芋粉、食塩)、塩つぶあん(小豆、砂糖、還元水飴、食塩)、馬鈴薯澱粉

586 凍G不使用
岩手阿部製粉 ◎90日以上/豆・米
芽吹き屋黒豆塩大福
4個(220g) **535円**(税込578円)
北海道産小豆で作ったつぶ餡を、岩手産黒ひら豆を入れた皮で包みました。塩味を利かせた、後味のさっぱりした大福です。

587 凍G不使用
岩手阿部製粉 ◎90日以上/米
芽吹き屋田舎風あんだんご
5本(200g) **495円**(税込535円)
上新粉、砂糖、山芋加工品(還元水あめ、大麦粉、食塩、やまいも粉)、こしあん

588 凍G不使用
岩手阿部製粉 ◎365日/麦・米
大判焼き
85g×5 **498円**(税込538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)

589 凍G不使用
創健社 ◎120日/乳・豆・麦・米
ポテトチップスバターしょうゆ味
60g **205円**(税込221円)
馬鈴薯、米油、パーム油、バターパウダー、粉末醤油、乳糖、ぶどう糖、食塩、発酵調味料、酵母エキス、脱脂粉乳(乳製品GMO飼料不分別)

590 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 **215円**(税込232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)

北海道十勝産小豆のほっくりとした食感が楽しめます



原材料/生あん(北海道)、水あめ(国産)、砂糖(北海道)、小豆甘納豆(北海道)、寒梅粉(国産)、還元水飴(国産)

591 凍G不使用
ノースカラーズ ◎30日以上
北海道あん玉
7個(個包装) **400円**(税込432円)
こし餡に粒の大きな小豆甘納豆を加えて職人がひとつひとつ丁寧に製造した大粒のあん玉です。原材料の還元水あめも遺伝子組換え原料は不使用です。

旨みがたっぷり!辛いこない のでお子様のおやつにも



原材料/水稲もち米(新潟県)、醤油(国産)、粗糖(国産)、かつお節粉末、食塩、でん粉、たまねぎ粉末

592 凍G不使用
ノースカラーズ ◎30日以上/豆・麦・米
純国産かきのたね
53g **260円**(税込281円)
新潟県産のお米をカリッと焼き上げ、しょうゆとだしの旨みを感じられるタレで味付けしました。

593 凍G不使用
ノースカラーズ ◎45日以上/米
純国産塩けんぴ
100g **260円**(税込281円)
さつまいも(九州)、米油(国産)、てん菜糖(北海道)、食塩(北海道)

594 凍調味料
ノースカラーズ ◎90日以上/卵・乳
北海道ばーろ
100g **210円**(税込227円)
ばれいしょ澱粉(北海道)、てん菜糖(北海道)、水あめ、卵、脱脂粉乳、全粉乳、かぼちゃパウダー、ほうれん草パウダー(卵、乳製品GMO飼料不分別)

香料・着色料は使用せず、抹茶本来のほろ苦い風味を活かしています



原材料/卵(国産)、甜菜糖、小麦粉、水あめ、抹茶[卵GMO飼料不分別]

595 凍G不使用
たんばや ◎10日以上/卵・麦
抹茶かすてら
7個 **410円**(税込443円)
全て国産原材料を使用しています。食べやすいサイズにスライスし、個包装してあるので手軽にお召し上がりいただけます。

ネオファームのドライフルーツ&ナッツ

596 凍G不使用
ネオファーム ◎90日以上
クコの実
40g **560円**(税込605円)
クコの実(中国)

597 凍G不使用
ネオファーム ◎6ヶ月
カシューナッツロースト
60g **470円**(税込508円)
カシューナッツ(インド)

価格改定しました
598 凍G不使用
ネオファーム ◎90日以上
オートミール
140g **255円**(税込275円)
平たくのばしたオーツ麦原料のオートミールです。4倍量の熱湯にオートミールを入れ、塩味をつけてかきまぜながら5分間ほど煮てお召し上がりください。

価格改定しました
599 凍G不使用
ネオファーム ◎6ヶ月
シナモンパウダー
15g **280円**(税込302円)
シナモン(スリランカ)

配達 1月2回
600 凍G不使用
プレスオールターナティブ ◎180日
メープルアーモンド
40g **460円**(税込497円)
アーモンド(カリフォルニア)、メープルシロップ(カナダ)、塩

配達 1月2回
601 凍G不使用
プレスオールターナティブ ◎3ヶ月以上
黒糖くるみ
65g **460円**(税込497円)
クルミ(カリフォルニア)、加工黒糖、砂糖

千葉県成田市 三里塚物産

落花生本来の香ばしい風味と甘みをどうぞ
配達 1月2回 価格改定しました
原材料/落花生(千葉県)
602 凍G不使用
三里塚物産 ◎20日以上/落花生
千葉の落花生(煎りざや)
180g **940円**(税込1015円)
農業・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生(ナカテユタカ)を煎りたてでバックしました。

さが無いから食べやすい!
配達 1月2回 価格改定しました
原材料/落花生(千葉県)、食塩
603 凍G不使用
三里塚物産 ◎20日以上/落花生
千葉の落花生(むき実)
180g **990円**(税込1069円)
農業・化学肥料不使用栽培で育てた千葉県産の落花生(ナカテユタカ)を食べやすいむき実にし、薄塩味で煎りあげました。

ムソーのチョコレート



原材料/生クリーム(よつ葉乳業)、チョコレート、牛乳、全卵、無塩バター、菜種油、粗糖、薄力小麦粉、ココア、ピスタチオ[卵GMO飼料不使用][乳製品GMO飼料不分別]

604 凍G不使用
ムソー ◎12ヶ月/乳
ナチュラルチョコレート・ピター
60g **380円**(税込410円)
有機カカオマス、有機砂糖、有機カカオバター、ミルクパウダー[乳・GMO飼料不分別]

605 凍G不使用
ムソー ◎12ヶ月/乳
ナチュラルチョコレート・ミルク
60g **380円**(税込410円)
有機砂糖、有機カカオバター、ミルクパウダー、有機カカオマス[乳・GMO飼料不分別]

606 凍G不使用
ムソー ◎12ヶ月/乳
ナチュラルチョコレート・ホワイト
60g **380円**(税込410円)
カカオバター、ミルクパウダー、粗製糖[乳・GMO飼料不分別]

和菓子、洋菓子、中華菓子、パン、お料理にも便利です



原材料/白ざらめ、小豆(北海道)、塩

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

兵庫県淡路島 弁天堂

甘さ控えめなチョコレートが様々な食感で楽しめます



原材料/生クリーム(よつ葉乳業)、チョコレート、牛乳、全卵、無塩バター、菜種油、粗糖、薄力小麦粉、ココア、ピスタチオ[卵GMO飼料不使用][乳製品GMO飼料不分別]

608 凍G不使用
弁天堂 ◎15日以上/卵・乳・麦
カップ・チョコレートムース
2個入 **996円**(税込1076円)
なめらかなチョコレートムースとココアスポンジケーキの上にパリッとしたチョコがけでトッピング。冷蔵庫で2~3時間解凍してお召し上がりください。

どこか懐かしい昔ながらのココアロールケーキです



原材料/卵、生クリーム、粗糖、小麦粉、ココア、はちみつ[卵GMO飼料不使用][乳製品GMO飼料不分別]

609 凍G不使用
弁天堂 ◎10日以上/卵・乳・麦
弁天堂ココアロールケーキ
1個(約9cm) **850円**(税込918円)
オーガニックココアを使用し卵たっぷりふわふわのココア生地仕上げました。冬は常温解凍で夏は冷蔵庫で2~3時間程度解凍の上お召し上がりください。



こだわりの京のあめ 大文字飴本舗

高温直火の伝統製法と素材にとことんこだわり店主自ら吟味、工夫した美味しい飴をお届けいたします。

配達 1月2回
610 凍G不使用
大文字飴本舗 ◎6ヶ月以上/豆
丹波黒大豆煮汁飴
80g **350円**(税込378円)
ビートグラニュー糖(国産)、水飴、丹波黒大豆煮汁

配達 1月2回
611 凍G不使用
大文字飴本舗 ◎6ヶ月以上/米
黒酢飴
80g **350円**(税込378円)
水飴(国産)、砂糖(種子島)、黒糖(沖縄)、黒酢(福岡)

配達 1月2回
612 凍G不使用
大文字飴本舗 ◎6ヶ月以上
梅エキス飴
80g **350円**(税込378円)
砂糖(種子島)、水飴(国産)、黒糖(沖縄)、梅肉エキス(和歌山)

配達 1月2回
613 凍G不使用
大文字飴本舗 ◎6ヶ月以上
れんげはちみつ飴
80g **350円**(税込378円)
ビートグラニュー糖(北海道)、水飴(国産)、れんげはちみつ(中国)

埼玉県さいたま市 菓房はら山の和菓子

熟練した職人の感性と技が作り出す生菓子



配達 1月2回
614 凍G不使用
菓房はら山 ◎90日/卵・麦・米
季節の上生菓子
4種(各1個) **1290円**(税込1393円)
雪椿/砂糖、白隠元、寒天、鶏卵、赤蕪、粉末緑茶 雪景色/砂糖、小豆、鶏卵、小麦粉、うるち米、寒天 水仙/砂糖、白隠元、上用粉、もち米、クチナシ、山芋、白玉粉、寒天、粉末緑茶 香梅/砂糖、白隠元、小豆、山芋、赤蕪、白玉粉、もち米、寒天、黒胡麻、上真引濃色、馬鈴薯澱粉[GMO飼料不使用]

クリーミーでしっとり感のあるさつま芋の和菓子

配達 1月2回
有機さつまいも(茨城県)、砂糖、生クリーム、バター、牛乳、蜂蜜、食塩、有機桂皮末[乳GMO飼料不分別]

615 凍
菓房はら山 ◎3ヶ月以上/乳
黄金芋
40g×5個 **650円**(税込702円)

職人が丁寧にふっくら焼き上げました

配達 1月2回
砂糖、鶏卵、小麦粉、蜂蜜、重曹[GMO飼料不使用]

616 凍
菓房はら山 ◎30日以上/卵・麦
どら焼皮
30g×5個 **490円**(税込529円)



岐阜県中津川市の茶葉を使用。中級煎茶です。90～95℃で淹れてください。
617 吉村茶園 吉村茶園 正喜撰 200g **980**円(税込1058円)



川原製粉所 620 むぎ茶パック 10g×20P **300**円(税込324円) ◎6ヶ月以上
栽培期間中農業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)



やさしく体が温まる
くず湯独特の味わいを大切にするために、良質の本くず粉を使用しました。ほっとするやさしい味わいをお楽しみください。
621 ネオファーム ◎2年 スリランカ紅茶ネーチャーズ 2g×20パック **405**円(税込437円)
スリランカ・ウバ地方の良質な茶葉を便利なティーバッグにしました。
624 廣八堂 ◎180日 廣八堂 ◎180日
くず湯(生姜) 23g×5 **600**円(税込648円)
くず湯(蓮根) 23g×5 **600**円(税込648円)
のどごしが良くなめらかな舌触りです。甘さ控えめで、生姜の風味を生かしました。蓮根粉末を配合して作り上げたくず湯です。ほのかな蓮根の風味をお楽しみください。



岐阜県中津川市の茶葉を使用。二番茶葉を焙じたもので、香ばしい味です。熱湯で淹れてください。
618 吉村茶園 ◎4ヶ月 吉村茶園 くき茶(棒茶) 300g **980**円(税込1058円)
619 吉村茶園 ◎4ヶ月 吉村茶園 ほうじ茶 250g **680**円(税込734円)



オーガニックココアビーンズで作った砂糖不使用のココア。牛乳と合わせる飲み物のほかお菓子やお料理にもどうぞ。
622 桜井食品 ◎1年 OGブラックココア(無糖) 120g **505**円(税込545円)
コロンビア・サンタマルタ産JAS有機認定オーガニックコーヒー豆で作ったインスタントコーヒー。経済的な詰め替え用。
623 ムソー ◎2年半 OGインスタント珈琲・詰替用 85g **1178**円(税込1272円)



台湾の林(りん)さんが、無農薬、無化学肥料栽培した、淡い花の香りとほのかな甘味が残る上質なウーロン茶。
626 プレスオールタイプ ◎6ヶ月 林農園烏龍茶 70g **868**円(税込937円)



価格改定しました
627 三里塚物産 ◎150日以上/米 しそジュース(希釈用)2P 210g×2 **930**円(税込1004円)
千葉県成田市の農業を使わずに栽培した赤しそを、三温糖と醸造酢だけで仕上げました。3～4倍に薄めてください。
628 三里塚物産 ◎60日以上 うめドリンク3P 120g×3 **675**円(税込729円)
千葉県産、農業不使用の梅を使ってすっきりと仕上げました。薄めずそのままお飲みください。
629 津南高原農産 ◎180日以上 秋澤さんのみかんジュース 1000ml **750**円(税込810円)



有機りんご、有機レモンを使用し、砂糖を使わずに自然な甘さを生かしています。
180129 光食品 ◎1年 ヒカリアップルサイダー+レモン 250ml×30缶 **4350**円(税込4698円)
アメリカ産有機栽培完熟トマト100%使用。食塩不使用のトマトジュースです。
180117 高橋ソース ◎1年 有機トマトジュース(無塩) 190ml×30缶 **4120**円(税込4450円)



北アルプス常念岳の麓、自然環境に恵まれた信州安曇野のナチュラルミネラルウォーターをFSC認証の紙容器にパック。硬度19mg/ℓ前後の軟水です。
632 ゴールドバック ◎5ヶ月以上 箱AZUMINOミネラルウォーター 1000ml×6 **990**円(税込1069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。
631 創健社 ◎150日以上 緑茶 500ml **138**円(税込149円)
180142 箱 500ml×24本 **3200**円(税込3456円)
炭火でじっくり焙煎し、ネルドリップで抽出した贅沢な有機アイスコーヒー。カフェオレやお好みに希釈してもお楽しみいただけます。
633 麻布タカノ ◎2ヶ月以上 有機デミ・カフェグラッセ無糖 500ml **600**円(税込648円)



信州産りんごを使用した100%ストレートジュース。淡黄色のクリアな果汁です。
180087 アルプス ◎548日 信州りんごジュース 160g×16 **2980**円(税込3218円)
信州産の白桃を使用した果汁100%のストレートジュース。酸化防止剤としてビタミンC(トウモロコシ)を使用しています。
180099 アルプス ◎548日 信州ももジュース 160g×16 **2980**円(税込3218円)
価格改定しました
カリフォルニア産オーガニックトマトペーストを日本でジュースにし、国産の野菜を使用しました。
180105 光食品 ◎2年 加塩野菜ジュース 190g×30缶 **3660**円(税込3953円)



別チラシでもご案内しています
228014 フジワラ化学 ◎240日 フジワラの青汁 7パック 通常本体 **1240**円(税込1283円) **1188**円(税込1233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。



新鮮なレモン果汁が爽やかなノンアルコールのビアーククテル
630 日本ビール ◎3ヶ月以上 龍馬POWER SODA 500ml **130**円(税込140円)
180130 箱 500ml×24本 **2980**円(税込3218円)
原材料/レモン果汁(イスラエル、アルゼンチン)、麦芽(ドイツ、その他)、砂糖、レモン果皮ペースト、ガラクトオリゴ糖液糖、ホップ、炭酸



お酒 未成年者の飲酒は法律で禁止されています。
酸化防止剤等を一切使用せず有機肥料を主体とした栽培方法で育ったブドウを使用。発酵は、ブドウ自体の持つ自然酵母で発酵させます。アルコール14%未満。
長良天然ワイン醸造 天然葡萄酒
180180 赤(中辛) 720ml **1500**円(税込1650円)
180191 白(辛口) 720ml **1450**円(税込1595円)
原材料/黒糖(国産、フィリピン他)、米粉(白麹)
180178 西平酒造 /米 黒糖焼酎 珊瑚 1800ml **3350**円(税込3685円)
西平酒造の代表銘柄として古くから愛されている珊瑚。原料である黒糖の香りと甘みが焼酎本来の旨みと絡み合いコクのある味わい。



有機栽培大豆を主原料に、はと麦、昆布をプラスした植物性たんぱく飲料です。
634 マルサンアイ ◎60日以上/豆 豆ジャン(豆乳飲料) 1000ml **350**円(税込378円)
有機大豆だけを使用し、大豆本来のおいしさを追求した自然派志向の豆乳です。
635 マルサンアイ ◎3ヶ月/豆 有機豆乳 無調整 1000ml **360**円(税込389円)



日本ビール ◎6ヶ月以上 ノンアルコールビール龍馬レモン **180154** 3缶 350ml×3缶 **420**円(税込454円)
180166 箱 350ml×24缶 **3240**円(税込3499円)
甘さを抑えたレモンの爽やかな飲み心地と麦芽の深みを感じる大人の味わい。プリン体ゼロなので健康に気をつけている方にも最適です。



なたね油とパーム核油から生まれた台所用の純石けん。きめ細やかな泡立ちが特徴です。お手持ちの容器に詰替えてください。
180221 シャボン玉本舗 純植物性浴用石けん 155g **230**円(税込253円)
原料に植物性油脂を100%使用しており、植物性油脂の特徴である泡立ちのよさを最大限に生かした浴用石けんです。
180245 ミヨシ石鹸 無添加食器洗いせっけん詰替 350ml **180**円(税込198円)



泡のキッチンハンドの詰替用です。
180257 ミヨシ石鹸 詰替用お肌のための洗濯用液体せっけん 1ℓ **420**円(税込462円)
180269 ミヨシ石鹸 暮らしの重曹 600g **420**円(税込462円)
泡で出てくるベビーせっけんの詰替用です。皮脂の少ない赤ちゃんのデリケートな肌に、保湿剤なしでも自然なうるおい感。



合成界面活性剤を使わず、動植物油脂を原料としたせっけん歯みがきで、口内の刺激を抑え、食べ物の味を損ないません。
180312 ハイム化粧品 石けんはみがき 140g **440**円(税込484円)
安全商品
180270 固形せっけんシャンプー 750g **940**円(税込1034円)
石けん分約50%の固形石けんシャンプー。お湯に溶かすと、約18リットルになる経済的な石けんシャンプーです。



パーム油をはじめとする植物性原料の洗濯用粉せっけんです。低温下でも溶けやすく、泡立ちが良いのが特徴です。
180233 シャボン玉本舗 純植物性スノール1kg 1kg **850**円(税込935円)
180294 ミヨシ石鹸 泡のボディソープ 詰替用 450ml **390**円(税込429円)
180282 エコ・グリーン ノーマルアレッポの石鹸 200g **630**円(税込693円)
180324 ミヨシ石鹸 泡で出てくるベビーせっけん詰替用 220ml **260**円(税込286円)



丸富製紙 ◎15 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)
180336 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)
180348 丸富製紙 ペンギン芯なしロール6R シングル×6 **525**円(税込578円)
180361 丸富製紙 キッチンペーパー 100組×3箱 **415**円(税込457円)
180350 マスコ製紙 ピュアティッシュ5箱 200組×5箱 **515**円(税込567円)



宇部フィルム
180373 ポリラップ22cm×40m 22cm×40m **190**円(税込209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。

新年を迎えたら 年明けうどん

年明けうどんとは…

「年明けうどん普及委員会」が提唱する、元旦から1月15日まで食べるうどんのことで、白いうどんに紅い具材を添えた紅白のめでたい彩りが特長です。うどんは「太くて長い」ことから、古来より長寿を祈る「縁起物」として食べられてきました。純白で清楚なうどんを年の初めに食べることにより、その年の人々の幸せを願うものとされています。

海老の天ぷらや蒲鉾・梅干など
紅色のトッピングを添えて



636 **冷蔵** **G**不使用
金子製麺 **年明けうどん**
130g×2つ付 **420円**(税込454円)
◎7日以上/豆・麦

原材料/ 麵・小麦粉(国産)、天塩、打ち粉(馬鈴薯澱粉、甘藷澱粉)、つゆ:醤油、風味原料(いわし節、さば節、むろあじ節、かつお節)、甜菜糖、かつお節だし、塩、昆布だし、酵母エキス

愛媛県 宇和島練り物工房みよし



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

みよし×リアスの コラボみよし天



原材料/魚肉(宇和海)、馬鈴薯澱粉、わかめ、めかぶ、食塩、甘酒、揚げ油(菜種油)
640 **凍** **G**不使用
宇和島練り物工房みよし **わかめかぶじゃこ天**
50g×2枚 **398円**(税込430円)
◎180日以上/米

みよし天に十三浜産絆わかめとめかぶを加えました。

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、醸酵調味料、粗製塩、かつおだし、紅麴

637 **冷蔵** **G**不使用
いちろうこ **うろこちゃん蒲鉾(紅)**
150g **495円**(税込535円)
◎7日以上/卵・米

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]

敦賀の職人の手削り とろ〜りとした食感



原材料/昆布(北海道)、醸造酢

638 **冷蔵** **G**調味料
リアス **北海道産おぼろ昆布**
40g **398円**(税込430円)
◎90日以上

北海道産昆布を厳選し、職人による手削りで丁寧に仕上げました。おにぎりや吸い物などに。

あざやかな紅色 まろやかな酸味



原材料/梅(奈良県、三重県)、有機しそ(和歌山県)、食塩

639 **冷蔵** **G**不使用
海の精 **紅玉梅干**
200g **850円**(税込918円)
◎180日以上

奈良吉野や紀州の特別栽培梅と紀州産有機しそを使用。伝統海塩「海の精」で漬けました。(17.5%)

噛むほどに旨みがあふれ出す美味しさ



原材料/魚肉(宇和海)、馬鈴薯澱粉、わかめ、めかぶ、食塩、甘酒、揚げ油(菜種油)

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

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。

野菜とじゃこ天がマッチしています



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。

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

朝でも簡単! もちっと玄米生活

玄米ってすごい!
グルテンフリーで食物繊維たっぷり。腸内環境を整えてくれるし低GI食品だから血糖値が上がりにくい。しかも腹持ちまで良いなんて!でも、調理の手間や食べにくさから敬遠されがちなのが事実。もしたった3分で玄米が食べられたら?きっと食卓は楽しい!そんな想いで生まれた玄米100%のニョッキ、それがgnocco(によっこ)です。



原材料/うるち玄米(山形県)
645 **凍** **G**不使用
庄内協同ファーム **によっこ**
4個×3袋 **430円**(税込464円)
◎180日以上/米

庄内協同ファームの玄米を使ったニョッキです。茹でてから、スープやサラダなどに。

によっこの美味しい茹で方(鍋で茹でる場合)

step 1 袋から取り出して、鍋のお湯が沸いたらgnocco(によっこ)を入れて約3分茹でます。※浮いてきたら茹で上がった合図です。

step 2 茹で上がった後、水に入れます。さっと粗熱が取れたら水を取り除きます。

step 3 スープやサラダ、好きなものに入れてお召し上がりください。

東京葛飾青戸 富士見堂



素材で味わうせんべい。そのままご飯として食べればおいしいお米をあえてせんべいに。しっかりとしたお米の味・素材の味を大切にしておせんべいを作っています。
富士見堂三代目 佐々木健雄

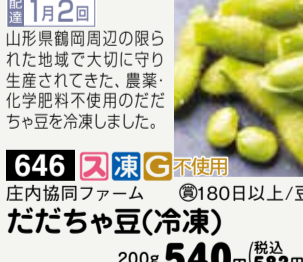
海苔の良い香りが特徴の富士見堂定番の味



原材料/うるち米(北海道)、醤油、海苔
650 **凍** **G**不使用
富士見堂 **成清さんの海苔せんべい**
12枚 **390円**(税込421円)
◎90日/豆・麦・米

有明産秋芽一番摘みの風味の良い貴重な海苔を使用しています。

独特の香りと深みのある甘さが自慢です



原材料/うるち玄米(山形県)
646 **凍** **G**不使用
庄内協同ファーム **だだちゃ豆(冷凍)**
200g **540円**(税込583円)
◎180日以上/豆

山形県鶴岡市周辺の限られた地域で大切に守り生産されてきた、農業・化学肥料不使用のただち豆を冷凍しました。

栄養豊富な玄米ご飯を手軽に美味しく



原材料/うるち玄米(山形県)
647 **凍** **G**不使用
庄内協同ファーム **庄内玄米ごはんパック黒米入**
160g **268円**(税込289円)
◎180日以上/米

庄内協同ファームの特別栽培雪若丸玄米を使い、有機黒米を入れました。温めてください。

食べやすい大きさと 軽い食感



原材料/うるち米(北海道)、米サラダ油、醤油
180385 **凍** **G**不使用
富士見堂 **小丸揚げせんべい**
14枚 **360円**(税込389円)
◎60日/豆・麦・米

うるち米(北海道)、米サラダ油、醤油

荳胡麻のプチプチとした食感、ほんのりとしたシソの香り



原材料/うるち米(北海道)、荳胡麻(埼玉県)、醤油、砂糖
180397 **凍** **G**不使用
富士見堂 **荳胡麻せんべい**
10枚 **398円**(税込430円)
◎60日/豆・麦・米

うるち米(北海道)、荳胡麻(埼玉県)、醤油、砂糖

山形県鶴岡市 庄内協同ファーム

素材の美味しさをそのままあられにしました 田舎の香ばしさを楽しんでください



原材料/うるち玄米(山形県庄内)、菜種油、食塩
648 **凍** **G**不使用
庄内協同農産 **揚げ潮あられ**
80g **330円**(税込356円)
◎90日/米

もち米(山形県庄内)、菜種油、食塩

素材の美味しさそのままに香ばしさを 楽しんでください



原材料/うるち玄米(山形県庄内産)、食塩
649 **凍** **G**不使用
庄内協同農産 **玄米あられ**
80g **300円**(税込324円)
◎90日/米

もち米(山形県庄内産)、食塩

そのまま食べても美味しい桜えびともち米の 甘みにサクッとした食感



原材料/うるち米(長野県)、桜えび(静岡県)、米サラダ油、しらす(愛媛県)、醤油、砂糖
180403 **凍** **G**不使用
富士見堂 **海老揚げ**
50g **290円**(税込313円)
◎90日/豆・麦・米・え

もち米(長野県)、桜えび(静岡県)、米サラダ油、しらす(愛媛県)、醤油、砂糖

軽い食感で、白醤油と梅びしお、ざらめの 甘じょっぱい味わい



原材料/うるち米(国産)、梅びしお、砂糖、小麦醸造調味料
180415 **凍** **G**不使用
富士見堂 **梅ざらめあられ**
50g **278円**(税込300円)
◎45日以上/麦・米

もち米(国産)、梅びしお、砂糖、小麦醸造調味料