

	月	火	水	木	金
注文書回収	9/7	8	9	10	11
商品配達	9/14	15	16	17	18
特別企画商品配達	9/21	22	23	24	25

2020年  
9月2回25号



オリジナリティを磨こう

## 我が家の和風パエリア

### 9月21日(月)は敬老の日!

健康寿命を延ばす秘訣は、①適切な運動習慣の獲得②栄養バランスに配慮した食生活③定期的な健康診断の受診④禁煙ですが、メンタルヘルスも大切ですね!今回は、家族が揃い笑顔でワイワイとおしゃべりをしながらの食卓を想像し、パエリアを作ってみました。材料の組み合わせや味を考えながら作るオリジナルなレシピは、マンネリ化しがちな食卓に話題を提供すること間違いなしでしょう!頭を柔らかく、想像力豊かにワクワクしながら調理してみませんか?

担当者おすすめ  
レシピ  
和風パエリア



#### 作り方

- ①はまぐりは、サッと洗い凍ったまま水400ccに塩少々を入れ、殻があくまで茹でます。(はまぐりとスープに分けます)
- ②①のスープに、サッと洗ったシーフードときこの類を入れ軽く煮ます。(具とスープに分けます)
- ③フライパンにオリーブオイルを多めに入れ、粗みじん切りにした玉ねぎと洗った米を炒めます。
- ④玉ねぎと米が透き通ってきたら②のスープとめんつゆを入れ、平らにならし塩で味を調えます。
- ⑤②の具とはまぐりを並べ、沸騰したら約15分蓋をして炊き込み(弱火)ます。カットしたミニトマトと枝豆を飾り10分蒸らします。
- ⑥お好みで柑橘類を添えてください。

#### 材料

プリンセスサリー(白米) .....300g  
はまぐり ..... 4個  
エビ・ホタテ・タコミックス... 180g  
玉ねぎ ..... 1/2個  
きこの類 ..... 適宜  
茹で枝豆 ..... 適宜  
ミニトマト ..... 3個  
めんつゆ ..... 大さじ2  
オリーブオイル ..... 適宜  
塩 ..... 適宜



180750   
山口俊樹さん /米  
プリンセスサリー(白米)  
300g **430円**(税込464円)  
群馬県藤岡市の山口俊樹さん。

### インディカ系中長粒米 プリンセスサリー

南アジアで最高級米と言われているインディカ米「バスマティ米」を、日本で栽培できるように改良した品種です。長粒種で香りが良いのが特長で、精米で炊くと茹でた枝豆のような香りがし、柔らかく、粘り気が少ないため、パラパラとしています。アジアエスニック料理のご飯やパエリア、リゾット、カレー、チャーハン等に適します。



237 **特**  
国内産冷凍天然はまぐり  
200g 通常本体 **710円**(税込767円)  
(3~6個)



236 **特**  
エビ・ホタテ・タコミックス  
180g 通常本体 **418円**(税込451円)



182 株とりぶなしめじ  
176 舞茸  
185 宮野さんの原木生しいたけ

### 肉こそパワーの源 お肉好きの方に おすすめ



健康維持に効果があるとされた粗食とは一線を画し、「お肉こそパワーの源」と肉食シニアが増えているとか?今回は焼肉とステーキ用のお肉がお買得!

### デザートにおすすめ 木次乳業のアイスクリーム

健康な牛の生乳、平飼いの有精卵の卵使用。国産ビートグラニュー糖の自然な甘さで仕上げた、牛乳を贅沢に使用した天然素材100パーセントのアイスクリームです。アイスクリームの基本を貫いた、プレミアムな味わい深い風味をお届けします。



### お月見とお彼岸の準備はお済みですか?



今年のお彼岸は9月19日~25日、中秋の名月は10月1日です。昔から続く日本らしい文化です。お買い求め忘れのないようにチェックしてください。

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) **予約・木成り完熟りんご** **今季初**

**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**

今年**は豊作です!** さんさは柑橘類と同じように1年おきに豊作不作を繰り返します。今年**は豊作年**です。食べられる年に沢山食べておこう!

今季**最終**

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(さんさ)**

りんごの保存は、ひとつひとつ新聞紙に包んで冷暗所又は冷蔵庫で保存するのがベストです。常温保存で1週間以内に、冷蔵庫で1か月以内にお召し上がりください。

117 3~4玉(900g以上) **605円(税込)** 653円

118 4.5kg箱 **2750円(税込)** 2970円

山形県米沢市の尾箸庄造さん。

**食感はまだよかで甘味は良好です。常温に置いておき、黄色くなったら食べごろです**

今季**最終**

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)**

※お届けは2個です

119 2個 **420円(税込)** 454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。

**香りと酸味が楽しめるぶどうです**

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。

9月2回から9月3回くらいの間で食べごろの時にお届けします。ホルモン剤のジベレリンを使用していないぶどうは、同じ木でもそって熟さず、熟する時期も予測が難しいため、今年も熟した食べごろのぶどうをお届けできるようお届け時期に幅をもたせました。

**今季初**

10月2日 **今**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 **2850円(税込)** 3078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めの青いりんご**

114 王林 約5kg **2800円(税込)** 3024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 **2800円(税込)** 3024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 **2800円(税込)** 3024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。

**抜群の糖度の高さを誇るコクのある黒色の中粒種です**

山形県南陽市の 小黑敏明さん。 種有です。

121 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **ぶどう(スチューベン)**

1kg箱 **1000円(税込)** 1080円

**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** **今季最終**

山形県南陽市の 大沼延男さん。 種有です。

大きくない粒から溢れるこの果汁!

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 **600円(税込)** 648円

180490 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 **278円(税込)** 300円

茨城県行方市の長島昌裕さん。

126 無農薬 無化学肥料 湘南鷹取酵素農研究会(平塚市) **湘南鷹取のなす**

3本 **225円(税込)** 243円

神奈川県平塚市の小巻秀任さん他。栽培期間中動物性肥料は不使用。森の土に近づける酵素自然農法で栽培。

123 有機バナナ

ペルー、エクアドル、メキシコ

450g以上 **298円(税込)** 322円

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

124 無農薬 無化学肥料 村上農園(北海道) **トマト**

400g前後 **420円(税込)** 454円

北海道美瑛町の村上和男さん他。

180520 無農薬 無化学肥料 微生物農法の会(茨城県) **徳用トマト**

1kg箱 **800円(税込)** 864円

茨城県行方市の長島昌裕さん。※箱は再利用します。

125 低農薬 無化学肥料 おきたま興農舎(山形県) **おきたまのミニトマト**

200g **350円(税込)** 378円

山形県高島町の高橋弘道さん。

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。生育の悪い時は丈が短めのものをお届けすることがあります。

131 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。

127 無農薬 無化学肥料 微生物農法の会(茨城県) **徳用なす**

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。

128 無農薬 無化学肥料 微生物農法の会(茨城県) **ピーマン**

150g **128円(税込)** 138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 農民連奈良産直センター(奈良県) **しろ菜**

200g **214円(税込)** 231円

奈良県宇陀市の石本淳史さん他。巻かない白菜です。農薬・化学肥料不使用。

**熱帯原産の野菜で 残暑をのりきろう!**

ツルムラサキとおかわかめは高温多湿に強いツルムラサキ科の野菜、空芯菜はヒルガオ科の野菜です。

9月の高温多湿が当たり前になってきています。気候に合わせて自然に育つ野菜が体には一番いいかもしれませんね。

132 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藏さん。別名ぬるっば。加熱するとぬめりが出て食感も色艶もわかめようになります。

今季**最終**

135 無農薬 無化学肥料 農民連奈良産直センター(奈良県) **丸オクラ**

100g **175円(税込)** 189円

奈良県宇陀市の石本淳史さん。

138 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。

140 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。

141 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。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。サラダはもちろんスープや炒めものにも。

142 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。

133 無農薬 無化学肥料 NO-RA~農薬~(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~農薬~(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**最終**

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

300g **448円(税込)** 484円

山形県高島町の高橋康浩さん他。

137 無農薬 無化学肥料 NO-RA~農薬~(愛川町) **シカクマメ**

100g **268円(税込)** 289円

神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

144 オーガニックファームつくばの風(茨城県) **有機ベビーリーフミックス**

50g **210円(税込)** 227円

茨城県つくば市の松岡尚孝さん他。

145 無農薬 無化学肥料 あすばら農園(伊勢原市) **ルッコラ**

約60g **188円(税込)** 203円

神奈川県伊勢原市の鈴木雅之さん。

139 低農薬 低化学肥料 北軽井沢有機ファミリー(群馬県) **ブロッコリー**

1個 **278円(税込)** 300円

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グッとしまったブロッコリーです。

143 低農薬 無化学肥料 京都有機の会(京都府) **京都の水菜**

150g **264円(税込)** 285円

京都府南丹市の奥村猛さん他。

146 無農薬 無化学肥料 湘南鷹取酵素農研究会(平塚市) **クレソン**

50g **185円(税込)** 200円

神奈川県平塚市の小巻秀任さん他。栽培期間中動物性肥料は不使用。森の土に近づける酵素自然農法で栽培。

147 無農薬 無化学肥料 湘南鷹取酵素農研究会(平塚市) **ピーマン**

150g **128円(税込)** 138円

神奈川県平塚市の小巻秀任さん他。栽培期間中動物性肥料は不使用。森の土に近づける酵素自然農法で栽培。

# 常備菜

今のところ気候変動に左右されておらず、毎週お届けができています。毎年想像を超える気象に、今後も何が起るか分かりませんが、いざというときのフレッシュな農産物です。



**147 蔵無農薬無化学肥料**  
サラダコスモ(長野県、岐阜県)  
**プロッコリーの新芽**  
30g **128円**(税込138円)  
辛味が少ないので食べやすくシャキシャキした歯ごたえです。料理に散らしたりスープなどにも。

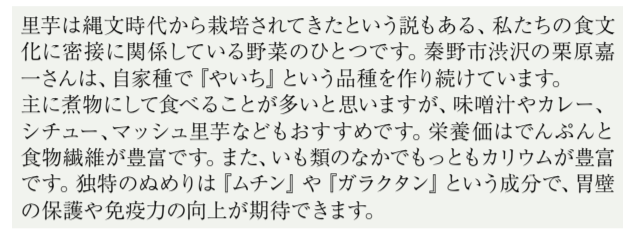
## 北海道の三栄アグリ・宍戸さんのスイートコーン旬のスイートコーンをお届けします!

**今季最終**  
北海道士別市の宍戸久男さん。※ひげが黒い場合があります。  
**151 無農薬低化学肥料**  
三栄アグリ(北海道)  
**北海道のスイートコーン**  
1本 **255円**(税込275円) ※お届けは1本です



## 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!

豊作です! 今年は♪  
**155 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)  
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。秦野市沢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の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。



**148 蔵無農薬無化学肥料**  
サラダコスモ(長野県、岐阜県) / 豆  
**子大豆もやし**  
200g **80円**(税込86円)  
小大豆を使用した豆もやしです。



**149 蔵** (神奈川県産)  
石室もやし店(海老名市) ◎2日  
**もやし**  
250g **50円**(税込54円)  
中国産またはマンマー産緑豆使用。

**150 蔵** (JAS)  
サラダコスモ(長野県、岐阜県) ◎3日  
**有機玉ねぎ入り炒め用ミックス**  
160g **160円**(税込173円)  
国産有機栽培の玉ねぎ、小松菜、人参、もやしをカットしました。※時期によって産地が変わります。

## 冷蔵庫に常備しておきたい!

北海道芽室町の中村敏幸さん他。  
※毎年農薬の使用状況が変わるため、便宜的に低農薬でご案内しております。去年と今年は農薬不使用となっております。  
**152 低農薬低化学肥料**  
すずらん会(北海道)  
**にんじん**  
400g **265円**(税込286円)



(神奈川県産)  
神奈川県平塚市の内田達也さん。炭素循環農法という植物と微生物の活かし合いの環境で育ちました。  
**153 無農薬無化学肥料**  
いかす(平塚市)  
**玉ねぎ**  
500g **310円**(税込335円)

(神奈川県産)  
※写真より小さく  
まいすイズになり  
**154 無農薬無化学肥料**  
いかす(平塚市)  
**むき玉ねぎ**  
700g **278円**(税込300円)  
神奈川県平塚市の内田達也さん。植物と微生物が活かし合った環境で育つ炭素循環農法です。



## 担当者おすすめ レシピ れんこんとごぼうのきんぴら

**材料(2人分)**  
れんこん5~6cm、ごぼう8~10cm、牛切り落とし50g、ごま油大さじ1  
[A] きび砂糖小さじ1、みりん大さじ1、しょうゆ大さじ1強  
**作り方**  
①フライパンにごま油とごぼうを入れて、中火で蓋をして蒸し焼きにする。  
②①にれんこんを加え、れんこんが透き通るまで炒め、牛肉とAの材料を加え、炒め合わせる。



(神奈川県産)  
**156 低農薬低化学肥料**  
赤坂農園(秦野市)  
**嘉一さんのさつまいも**  
500g **298円**(税込322円)  
神奈川県秦野市の栗原嘉一さん。川越金時または、紅はるかをお届けします。



**157 無農薬低化学肥料**  
すずらん会(北海道)  
**長いも**  
300g **345円**(税込373円)  
北海道芽室町の久世透さん他。

**180506 無農薬無化学肥料**  
大雪を囲む会(北海道)  
**じゃがいも(男爵)**  
500g **250円**(税込270円)  
北海道網走郡美幌町の戸義則さん他。

**158 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)  
熊本県宇城市の川島彦彦さん。(有機JAS認証農薬の使用)



**159 無農薬低化学肥料**  
丸忠園芸組合(宮崎県)  
**ごぼう**  
300g **238円**(税込257円)  
宮崎県小林市の税所篤朗さん。



**160 無農薬無化学肥料**  
四万十生産グループ(高知県)  
**サラダごぼう**  
180g **258円**(税込279円)  
高知県四万十市の大石稔さん他。



群馬県長野原町の岩田紀重さん他。届きましたら、すぐにカットして傷みなどがなければ確認していただき、冷蔵庫に保存してください。傷みなどございましたらご連絡ください。  
**161 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 **215円**(税込232円)



**162 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)  
高知県四万十市の大石稔さん他。



群馬県長野原町の岩田紀重さん他。高原で育った白菜です。柔らかくみずみずしいのでサラダや漬物、炒めものやスープなどに。  
**163 低農薬低化学肥料**  
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)  
**白菜**  
1玉 **398円**(税込430円)

**164 低農薬低化学肥料**  
北軽井沢有機ファミリー(群馬県)  
**キャベツ**  
1玉 **230円**(税込248円)  
群馬県長野原町の岩田紀重さん他。夏でも昼夜の気温差のある高原で、有機肥料のみでゆっくり育ったキャベツです。



**165** (JAS)  
甘楽町有機農業研究会(群馬県)  
**長ねぎ**  
300g **368円**(税込397円)  
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。  
**166 無農薬無化学肥料**  
おきたま興農舎(山形県)  
**葉ねぎ**  
100g **218円**(税込235円)



高知県香美市の小田々智徳さん他。  
**167** (JAS)  
大地と自然の恵み(高知県)  
**有機ニラ**  
100g **168円**(税込181円)  
**168 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。



奈良県の有機みょうがです  
奈良県五條市の稲垣均さん。  
**169 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**  
60g **165円**(税込178円)  
●みょうがとしる菜の塩漬け

**170 無農薬無化学肥料**  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
**にんにく**  
1~2玉(70g前後) **240円**(税込259円)  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。



(神奈川県産)  
**171 無農薬無化学肥料**  
竹村慎一(茨城県)  
**竹村さんのにんにく(徳用)**  
500g **758円**(税込819円)  
茨城県かすみがうら市の竹村慎一さん。  
[放] 不検出 <1.0<0.8



※お届けは11~15玉  
**172 無農薬無化学肥料**  
大原農園(中井町)  
**近江しょうが**  
100g **180円**(税込194円)  
神奈川県中井町の大原好文さん。



**173 無農薬無化学肥料**  
四万十生産グループ(高知県)  
**四万十の根生姜**  
100g **198円**(税込214円)  
高知県四万十町の石稔さん他。



“畑の美味しいところをお届けします” 千葉さんおすすめの少品目野菜セット  
**174 無農薬無化学肥料**  
NO-RA~農薬~(愛川町)  
**千葉さんの野菜セット**  
3品 **630円**(税込680円)  
神奈川県愛川町の千葉康伸さん。

酵素農で育った湘南鷹取野菜セット  
**175 無農薬無化学肥料**  
湘南鷹取酵素農研究会(平塚市)  
**湘南鷹取野菜セット5品**  
5品 **1250円**(税込1350円)  
神奈川県平塚市の小巻秀任さん。栽培期間中動物性肥料は不使用。森の土に近づける酵素自然農法で栽培。



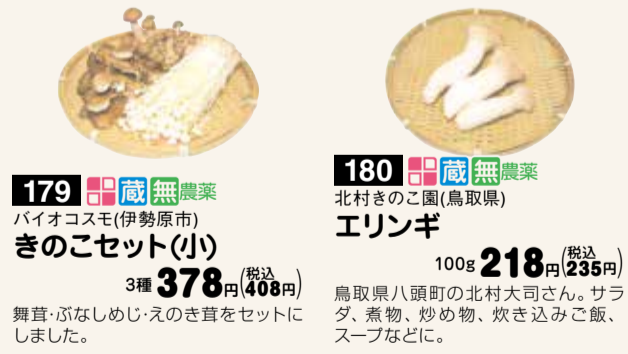
**176** (JAS) 無農薬  
浪田産業(北海道)  
**舞茸**  
100g **228円**(税込246円)  
北海道厚保郡厚田町の浪田潤介さん。



**177** (JAS) 蔵無農薬  
えのきボーヤ(長野県)  
**えのき茸**  
200g **130円**(税込140円)  
長野県安曇野市の宮沢高一さん。  
**178** (JAS) 蔵無農薬  
えのきボーヤ(長野県)  
**茶色えのき茸**  
100g **138円**(税込149円)  
長野県安曇野市の宮沢高一さん。



**179** (JAS) 蔵無農薬  
バイオコスモ(伊勢原市)  
**きのこセット(小)**  
3種 **378円**(税込408円)  
舞茸・ぶなしめじ・えのき茸をセットにしました。  
**180** (JAS) 蔵無農薬  
北村きのご園(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。



**181** (JAS) 蔵無農薬  
浦山きのこサブライ(長野県)  
**株とりなめこ**  
150g **145円**(税込157円)  
長野県木島平町の浦山長治さん。  
**182** (JAS) 蔵無農薬  
三幸(長野県)  
**株とりぶなしめじ**  
200g **198円**(税込214円)  
長野県上伊那郡中川村の樽沢春幸さん。  
**183** (JAS) 蔵無農薬  
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。  
**184** (JAS) 蔵無農薬  
タカラバイオ(京都府)  
**大粒丹波しめじ**  
90g **208円**(税込225円)  
京都府京丹波町の大島健一さん。



**185** (JAS) 蔵無農薬  
宮野龍之(広島県)  
**宮野さんの原木生しいたけ**  
100g **268円**(税込289円)  
[放] 不検出 <10.0<10.0  
**186** (JAS) 蔵無農薬  
三幸(長野県)  
**ほくしたぶなしめじ**  
150g **218円**(税込235円)  
長野県上伊那郡中川村の樽沢春幸さん。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、卵とじなどに。



定番の「つぶつぶ鮪」  
タレはお好みで



**特**  
凍不使用  
マストミ ◎15日  
つぶつぶ鮪たたき身  
187 通常本体 50g×2 **500円** (税込) **460円** (497円)  
188 徳用 通常本体 50g×4 **1000円** (税込) **870円** (940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、つぶつぷ感を残しました。解凍後、丼や手巻き寿司などに。

柔らかい身質



**特**  
原材料/ピンチョウマグロ(太平洋)  
189 凍不使用  
マストミ ◎7日以上  
ピンチョウまぐろ(スライス)  
50g×2 通常本体 **400円** (税込) **378円** (408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。

簡単に新鮮なまぐろの  
漬け丼を楽しめます



原材料/メバチマグロ(太平洋)、醤油、発酵調味料  
190 凍不使用  
マストミ ◎15日以上/豆・麦・米  
まぐろ漬け丼(メバチ)  
70g×2 **540円** (税込) **583円**  
鮮度の良いメバチマグロをスライスして、厳選した調味料に漬け込みました。解凍してください。

お得な訳あり品



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

192 凍  
近藤水産 ◎14日  
焼津メバチマグロ赤身冊  
150g **710円** (税込) **767円**  
太平洋、インド洋沖で漁獲され焼津港で水揚げされたメバチマグロの赤身です。

193 凍  
マル井 ◎90日以上  
おろししわさび  
5g×6袋 **378円** (税込) **408円**  
長野県の清流に生育するしわさびをおろし、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。

解凍するだけで、鮮度抜群の  
かつおの刺身を味わえます



**特**  
日本船が太平洋で一本釣りしたカツオを刺身にスライスしました。解凍してください。  
194 凍  
長福丸水産 ◎10日以上  
かつお刺身スライス  
150g 通常本体 **540円** (税込) **528円** (570円)

皮目の香ばしさでひと味違うしめさばに



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。  
195 凍調味料  
千倉水産加工販売 ◎90日以上  
あぶり焼きしめさば  
2枚(140g) **428円** (税込) **462円**



196 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 **298円** (税込) **322円**  
山口県産きだいのを使い、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。



197 凍  
松岡水産 ◎180日  
紅鮭スモークサーモン切り落とし  
70g **480円** (税込) **518円**  
アラスカ産紅鮭を塩のみで味付けし、桜のチップを使った冷燻方式でじっくりスモークしました。



198 凍  
共和水産 ◎90日以上  
三陸岩手いか糸造り  
80g **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。

199 蔵  
丸友しまか ◎2日  
ポイルタコ(冷蔵)  
約150g **530円** (税込) **572円**  
岩手県宮古産の水タコを蒸気釜でポイルしました。お刺身や酢の物などに。※火曜日コースの方は、出荷の都合で消費期限が1日になります。

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

201 蔵  
丸友しまか ◎2日  
島香の鮮魚セット(冷蔵)  
2~3種 **1200円** (税込) **1296円**  
岩手県宮古港、大船渡港、釜石港に水揚げされる鮮魚の中から目利き、下処理までのおまかせセットです。※大型魚は切身でお届けします。

202 凍  
鳴門魚類 ◎30日  
天然銀毛鮭「雄宝」切身  
3切(240g) **570円** (税込) **616円**  
北海道雄武前浜沖の秋鮭定置網で漁獲される大型銀毛鮭を切身にしました。解凍後、塩焼きやムニエルなどに。

203 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** (税込) **518円**  
北海道産秋鮭を塩水に漬け、氷温熟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。

204 凍  
東北トクスイ ◎180日  
徳用ロシア産紅鮭切身  
10切(550g) **1500円** (税込) **1620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。

205 凍  
千倉水産加工販売 ◎90日以上  
朝食・お弁当用ます切身(甘塩味)  
6切(180g) **398円** (税込) **430円**  
北海道産青ますを三枚におろして切身にし、甘塩に仕立てました。解凍後、焼いてください。

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

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

208 凍  
千倉水産加工販売 ◎90日以上  
子持ち浅羽かれい切身  
2切(200g) **398円** (税込) **430円**  
アメリカ産浅羽かれいを筒切りの切身にしました。解凍後、煮付けに。

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

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

211 凍  
千倉水産加工販売 ◎30日以上  
さんま三枚おろし  
6~8枚(150g) **398円** (税込) **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、蒲焼きや天ぷらなどに。

212 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** (税込) **464円**  
卵がたっぷり入っています。アメリカ産浅羽かれいを筒切りの切身にしました。解凍後、煮付けに。

213 凍調味料  
大新 ◎120日/豆・麦  
いわしごぼうつみれ  
180g **340円** (税込) **367円**  
イワシとトビウオのたたき身に、ごぼうのせがきを加え、やわらかく風味豊かに仕上げました。みそ汁などに。

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

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

216 凍  
鳴門魚類 ◎30日  
サバフィーレ天日干  
3枚 **556円** (税込) **600円**  
済州島沖で漁獲された旬のサバを塩水に漬けて、天日干して仕上げました。解凍後、焼いてください。

217 凍  
能本水産 ◎90日  
開きさんま  
2尾(250g) **600円** (税込) **648円**  
北海道根室沖で漁獲された脂ののった大ぶりのさんまを干し上げました。解凍後、焼いてください。

218 凍  
伊豆中 ◎15日以上  
金目鯛開き  
1枚 通常本体 (約200g) **698円** (税込) **670円** (724円) **特**  
原材料/キンメダイ(宮城県)

219 凍  
伊豆中 ◎10日以上  
タチウオの干物  
2切(約120g) **398円** (税込) **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。  
原材料/タチウオ(国産)、食塩、茶カテキン

220 凍  
能本水産 ◎90日  
開き真ほっけ  
1尾(250g) **700円** (税込) **756円**  
北海道羅臼沖の脂ののった真ほっけを、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。

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

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

223 凍不使用  
鳴門魚類 ◎30日/豆・麦・米  
イワシ桜みりん干し  
70g **330円** (税込) **356円**  
千葉県産片口イワシをこだわりの調味料で味付けし、天日干しました。さっと炙ってください。



### 山陰浜坂 山米

松葉がに、ホタルイカ水揚げ量日本一の山陰浜坂漁港の仲間人の社長が直接競り落とした新鮮な魚介を加工しお届けします。

身は厚くてやわらかい食感 ほんのり甘みのある上品な味



原材料／赤いか(兵庫県浜坂)

山米 ◎90日  
**山米 浜坂の赤いか刺身用**  
100g **450円**(税込486円)

兵庫県浜坂港に水揚げされた赤いかを柵取りしました。解凍後、刺身や焼物などに。

浜坂産赤いかを 100%使用



原材料／赤いか(兵庫県浜坂)

山米 ◎90日  
**山米 赤いかのすり身**  
100g **250円**(税込270円)

兵庫県浜坂港に水揚げされた赤いかをすり身にしました。解凍後、そばろや団子などに。



山米 ◎90日/豆・米  
**山米 さわら西京漬**  
2切(120g) **630円**(税込680円)

兵庫県浜坂港水揚げの寒サワラを鮮魚で切身加工。特製西京味噌に漬け込みました。味噌を落として焼いてください。



山米 ◎90日  
**山米 天然刻みめかぶ**  
50g×2 **298円**(税込322円)

山陰浜坂産の天然めかぶをボイルしてから刻みました。解凍後、そのままお使いください。

豊かな風味が食欲をそそります。お弁当の一品にも



原材料／ブリ(長崎県)、味噌、砂糖、発酵調味料、ゴマ油

山米 ◎30日/豆・麦・米  
**香ばし味噌のフリ切身**  
5~6切(170g) **598円**(税込646円)

長崎県産天然ブリ切身を、ゴマ油を加えた特製味噌に漬け込みました。解凍後、焼いてください。



伊豆中 ◎45日以上/米  
**糠さんま**  
2本(240g) **398円**(税込430円)

北海道産の脂のつ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。



ダイマツ ◎90日以上/豆・麦・米  
**シルバーしょうゆ漬**  
220g(4切) **450円**(税込486円)

南太平洋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。



ダイマツ ◎90日以上  
**氷温造りたらこ(切り)**  
90g **368円**(税込397円)

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



ダイマツ ◎90日以上  
**氷温熟成辛子明太子(切り)**  
90g **368円**(税込397円)

ロシア産スケソウダラの卵を辛子調味液に漬け込み、氷温で熟成させました。解凍してください。



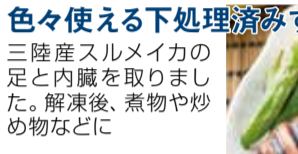
東北トクスイ ◎180日/え  
**天然特大むきえび**  
160g **540円**(税込583円)

マレーシア・ボルネオ島北東部沿岸で漁獲後、速やかにむき身加工し、使いやすいバラ凍結した新鮮度の1回凍結品。



パプアニューギニア海産 ◎3ヶ月以上/え  
**パプア産天然えび(殻付き)**  
200g(10~15尾) **778円**(税込840円)

パプアニューギニア産の天然エビを使用。サイズ、種類がミックスのお買い得品です。



共和水産 ◎180日以上  
**三陸産するめいかつば抜き**  
3~6尾(230g) **398円**(税込430円)

原材料／スルメイカ(三陸産)

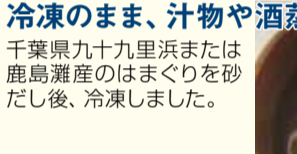


色々使える下処理済みするめいか  
三陸産スルメイカの足と内臓を取りました。解凍後、煮物や炒め物などに



カネキ水産 ◎365日/え  
**エビ・ホタテ・タコミックス**  
180g **428円**(税込451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。



国内産冷凍天然はまぐり ◎15日以上  
**国内産冷凍天然はまぐり**  
200g 通常本体 **710円**(税込767円)

千葉県九十九里浜または鹿島灘産のはまぐりを砂だし後、冷凍しました。



国内産冷凍天然はまぐり ◎15日以上  
**国内産冷凍天然はまぐり**  
200g 通常本体 **710円**(税込767円)

千葉県九十九里浜または鹿島灘産のはまぐりを砂だし後、冷凍しました。



塩屋 ◎15日以上  
**国内産冷凍あさり**  
200g **378円**(税込408円)

熊本・愛知・三重・千葉県産のあさりを砂だし後、冷凍しました。冷凍のまま、汁物や酒蒸しなどに。



塩屋 ◎30日  
**瀬産大和しじみ(冷凍)**  
200g **360円**(税込389円)

茨城県瀬産・瀬産の手掘りしじみを手選別し凍結しました。凍ったまま軽くすすいで使用してください。砂抜き済み。



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。

### 駿河湾の旨い魚「しらす」

プリプリとした食感と、とろけるような甘みと口の中に広がる旨み



原材料／しらす(駿河湾)、食塩

マルイ岡田商店 ◎90日  
**用宗港の生しらす**  
100g **630円**(税込680円)

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

用宗しらすを直火釜でじっくりふくら上げました



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

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。



マルニ水産 ◎90日/え  
**干しアキアミ**  
35g **190円**(税込205円)

11月~12月に瀬戸内海で漁獲されたアキアミ(小エビ)を使用。お好み焼きや焼きそばなどに。

ふっくらと焼き上げた 関東風です



原材料／うなぎ(養殖鹿児島県)、たれ[醤油、発酵調味料、みりん、砂糖、米澱粉]、添付たれ[醤油、みりん、砂糖]、山椒(国産)

おおさき町製加工組合 ◎365日/豆・麦・米  
**鹿児島県産うなぎ蒲焼**  
50g×3(タレ、山椒付) 通常本体 **2580円** **2500円**(税込2700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。

ふっくらやわらか 極上煮あなご



原材料／真あなご(長崎県)、酒、砂糖、醤油、添付タレ[あなご煮込み液、砂糖、醤油]

対馬地域商社 ◎90日以上/豆・麦・米  
**対馬産煮あなご**  
100g 通常本体 **1560円** **1500円**(税込1620円)

対馬西沖の脂のつったあなごを使い、特製たれでじっくり煮込みました。温めて、あなご丼やちらし寿司などに。

脂のつったさわらと バジルの香りが相性抜群



原材料／さわら(韓国)、オリーブオイル、食塩、にんにく、コショウ、バジル

千倉水産加工販売 ◎90日以上  
**さわらバジルオリーブ**  
4切 通常本体 **480円**(税込518円)

さわらの切身を、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。

少し甘めの味付け おかずにも酒の肴にも



原材料／調味酢[醸造酢、砂糖、ぶどう糖、果糖液糖、還元水あめ、食塩、昆布エキス、鰹だし]、マアジ(山陰)、玉ねぎ、米油、澱粉、人参、香辛料

ダイマツ ◎90日以上/米  
**あじの南蛮漬け**  
220g **330円**(税込356円)

山陰産あじを米油で揚げ、玉ねぎ、人参と一緒に甘酢に漬け込み氷温熟成しました。解凍してください。

フライパンでサクッと簡単 おかずやお弁当の一品に



原材料／マアジ(山口県)、衣[パン粉、小麦粉]、食塩

日本マリンフーズ ◎90日以上/麦・米  
**瀬付きあじのサクサクフライ**  
180g **398円**(税込430円)

山口県産の瀬付きあじを使い、パン粉を付けました。冷凍のまま、油で揚げてください。

房州の 伝統的な漁師料理



原材料／真あじ(千葉県)、このしろ(千葉県)、味噌、玉ねぎ、大葉、馬鈴薯澱粉

スズ市水産 ◎60日以上/豆・米  
**房州あじさんが焼き**  
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 「魚道」

昆布と米酢であじの旨みを さらに引き出しました



川崎北部水産加工 ◎60日/米  
**あじ昆布み**  
4~6枚 **630円**(税込680円)

国内の旬のあじを北海道の真昆布と米酢でしめ、熟成させました。解凍後、お刺身や寿司などに。

秘伝の味付けはまさに絶品です



川崎北部水産加工 ◎45日以上/豆・麦・米  
**にしん甘露煮**  
2枚 **570円**(税込616円)

カリッと揚げた衣の中はジューシー



川崎北部水産加工 ◎90日/卵・乳・麦  
**まぐろカツフライ**  
6個(240g) **498円**(税込538円)

大西洋産メバチまぐろに、国産生パン粉をまぶしました。油で揚げてください。〔GMO飼料不分別〕

担当おすすめ レシピ 豚肉となすの南蛮酢



**材料**  
 豚肩ロースしゃぶしゃぶ ..... 200g  
 なす ..... 2個  
 ピーマン ..... 2個  
 醤油 ..... 小2  
 酒 ..... 小2  
 片栗粉 ..... 小4  
**【A】**  
 長ねぎみじん切り ..... 大2  
 生姜みじん切り ..... 大1  
 にんにくみじん切り ..... 小1  
 唐辛子 ..... 1本  
 醤油 ..... 大2  
 砂糖 ..... 大1  
 ごま油 ..... 小1  
 水 ..... 1/2

**作り方**

- 豚肉は二等分にし、醤油、酒をまぶし、片栗粉を全体にまぶす。
- Aを混ぜ合わせておく。
- なすは縦半分に切ってからななめ半分に切る。ピーマンは縦に四つ割りにする。
- 揚げ油を中温で熱し、③を揚げ油をきって②に漬ける。
- ①の豚肉を1枚ずつ広げて揚げ、②に漬ける。
- ④⑤を器に盛り付ける。

千野さんの豚肉 (山梨県)



**255** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚ロース薄切り 200g **580円**(税込626円) ⑨0日  
 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。



**256** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚ロース厚切り(スジ切) 2枚(200g) **570円**(税込616円) ⑨0日  
 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)



**265** 蔵 中津ミート 中津豚ロースしゃぶ 200g **537円**(税込580円) ④4日  
 やわらかく、旨味のあるロース肉です。ロールカツにも。



**266** 蔵 中津ミート 中津豚バラスライス 200g **449円**(税込485円) ④4日  
 コクのあるバラ肉です。野菜炒めなどに。



**257** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚肩ロース薄切り 200g **550円**(税込594円) ⑨0日  
 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。



**258** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚肩ロースしゃぶしゃぶ用 200g **550円**(税込594円) ⑨0日  
 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。



**267** 蔵 中津ミート 中津豚ヒレブロック 400g 通常本体 **1250円**(税込1350円) ④4日  
 豚1頭からわずしか取れない貴重な部位です。



**268** 蔵 中津ミート 中津豚角切り 200g **368円**(税込397円) ④4日  
 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。



**259** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚モモ薄切り 200g **510円**(税込551円) ⑨0日  
 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。



**260** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚モモしゃぶしゃぶ用 200g **520円**(税込562円) ⑨0日  
 脂が少なく旨みがあります。1.5~2mm厚。



**261** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚バラスライス 150g×2 通常本体 **615円**(税込664円) ⑨0日  
 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。



**269** 凍 中津ミート 中津豚ネック(トントロ)焼肉用 200g **493円**(税込532円) ④180日  
 首部の肉で細やかなサシが入っています。焼き肉に。



**270** 蔵 中津ミート 中津豚挽き肉 200g **348円**(税込376円) ④4日  
 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。



**262** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚肩切落し 200g **430円**(税込464円) ⑨0日  
 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。



**263** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚小間切れ 100g×3 **580円**(税込626円) ⑨0日  
 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。



**264** 凍 高橋(千野ファーム) 千野さんの豚挽き肉 100g×3 通常本体 **510円**(税込551円) ⑨0日  
 いろいろな部位を混ぜて挽きました。餃子やハンバーグなどに。直径2mm。

秋川若鶏 (山口県・島根県・福岡県・熊本県)



**276** 凍 秋川牧園 秋川若鶏もも肉 200g **398円**(税込430円) ④180日  
 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。



**277** 凍 秋川牧園 秋川若鶏もも肉徳用 500g **870円**(税込940円) ④180日  
 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。



**278** 凍 秋川牧園 秋川若鶏むね肉 200g **330円**(税込356円) ④180日  
 脂が少なくヘルシーですが、旨み成分(イノシン酸)が多く、抗酸化作用が期待できる部位。親子丼やシチューなどに。

エコかざ鶏 (茨城県・栃木県)



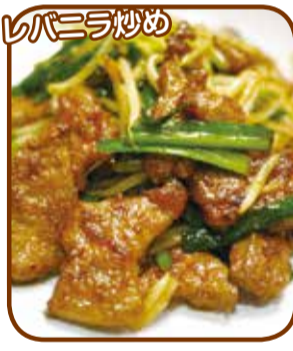
**271** 凍 千葉産直サービス エコかざ鶏モモ肉 300g **648円**(税込700円) ⑥60日  
 締まりがあり歯ごたえがよく、濃厚な旨みがあります。唐揚げや照り焼き、煮込み料理などに。



**272** 凍 千葉産直サービス エコかざ鶏ムネ肉 300g **448円**(税込484円) ⑥60日  
 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。



**279** 凍 秋川牧園 秋川若鶏むね肉切り身(バラ凍結) 500g 通常本体 **750円**(税込810円) ④180日  
 ムネ肉を唐揚げサイズの大きさにカットしました。



**280** 凍 秋川牧園 秋川若鶏ささみ(バラ凍結) 250g **530円**(税込572円) ④180日  
 脂が少なく、柔らかく淡泊です。サラダや和え物などに。



**273** 凍 千葉産直サービス エコかざ鶏手羽先 300g **430円**(税込464円) ⑥60日  
 エコかざ鶏の手羽先です。唐揚げや焼き物、煮物などに。



**274** 凍 千葉産直サービス エコかざ鶏砂ぎも 300g **380円**(税込410円) ⑥60日  
 コリコリとした食感です。焼き鳥や炒め物、唐揚げなどに。



**275** 凍 千葉産直サービス エコかざ鶏挽き肉(ムネ肉) 300g **460円**(税込497円) ⑥60日  
 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。



**281** 凍 秋川牧園 秋川若鶏手羽元(バラ凍結) 700g **1050円**(税込1134円) ④180日  
 骨付きです。唐揚げや煮物などに。



**282** 凍 秋川牧園 秋川若鶏きも 150g 通常本体 **268円**(税込289円) ④120日  
 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。



**283** 凍 秋川牧園 秋川若鶏ガラ 500g **358円**(税込387円) ④90日  
 秋川若鶏の鶏骨です。

瑞穂牛 (茨城県・栃木県)



**284** 蔵 瑞穂農場 国産みずほ牛特選カルビー焼肉用 180g 通常本体 **1300円**(税込1404円) ④4日  
 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



**285** 凍 瑞穂農場 国産みずほ牛スジ 150g **350円**(税込378円) ④60日以上  
 牛の前腹の皮と脂身の間にある赤い部位です。煮込みやポイルなどに。

国産熟成牛 (北海道)



**289** 凍 知床興農ファーム 国産熟成牛サーロインステーキ用 300g 通常本体 **2130円**(税込2160円) ④30日以上  
 豊かな風味が特徴のサーロインステーキです。



**290** 凍 知床興農ファーム 国産熟成牛ロースしゃぶしゃぶ用 200g **1060円**(税込1145円) ④30日以上  
 歯ごたえと旨みがあるロースです。



**286** 蔵 瑞穂農場 国産みずほ牛切り落とし 180g **948円**(税込1024円) ④4日  
 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。



**287** 凍 瑞穂農場 国産みずほ牛挽肉 200g **678円**(税込732円) ④60日以上  
 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。



**288** 凍 瑞穂農場 国産みずほ合挽肉 200g **550円**(税込594円) ④60日以上  
 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。



**291** 凍 知床興農ファーム 国産熟成牛切り落とし 250g **1030円**(税込1112円) ④30日以上  
 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。



**292** 凍 知床興農ファーム 国産熟成牛挽肉 250g **825円**(税込891円) ④30日以上  
 部位はネック、スネのミックスです。使いやすいバラ凍結。



**293** 凍 知床興農ファーム 国産牛豚合挽肉 250g **725円**(税込783円) ④30日以上  
 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。



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



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



**299** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加ウインナーソーセージ**  
100g(5本) **340円**(税込) **367円**(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〕



**300** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**ポークウインナー**  
160g **375円**(税込) **405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〕

**赤身が多く あっさりとした味わい**



原材料/豚モモ肉(山梨県)、食塩、三温糖  
**296** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加ボンレスハムスライス**  
80g(5~6枚) **460円**(税込) **497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〕

**塩こうじ効果でお肉は柔らかく香りよく!**



原材料/豚ヒレ、塩こうじ(米麹、食塩)  
**297** **冷蔵**  
中津ミート **◎6日/米**  
**中津豚ヒレ塩こうじ漬**  
200g **698円**(税込) **724円**(税別)  
丹沢高原豚のヒレ肉を特製の塩こうじだれに漬け込みました。〔豚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、皮なしビーフウインナー、皮なし和風ミニウインナー、ドックソーセージ、皮なしノンスライスウインナー、ミニリンク、和風ソーセージのいずれか3種  
**298** **凍** **G不使用**  
中津ミート **◎210日/豆・麦**  
**ウインナー規格外品セット**  
3種(200g) **420円**(税込) **454円**(税別)  
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。〔GMO飼料不使用〕※種類は選べません。

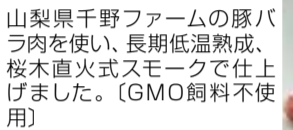


**301** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**皮なしノンスライスウインナー**  
160g **378円**(税込) **408円**(税別)  
香辛料を使わずに仕上げた皮なしのウインナーです。〔GMO飼料不使用〕



**302** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3日以上**  
**無添加パストラミポーク**  
120g **645円**(税込) **697円**(税別)  
山梨県千野ファームの豚モモ肉、沖縄の塩(シママス)、三温糖、パセリ、香辛料使用。長期低温熟成、桜木直火式スモーク。〔GMO飼料不使用〕

**いろいろ使えるから嬉しいお徳用!**



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〕  
原材料/豚バラ肉(国産)、食塩、三温糖  
**303** **冷蔵**  
ハム工房ジロー **◎3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**(税別)



**304** **冷蔵**  
中津ミート **◎7日**  
**バラベーコンスライス**  
100g **375円**(税込) **405円**(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〕



**305** **冷蔵** **G不使用**  
ハム工房ジロー **◎3日以上/豆・麦**  
**無添加焼豚ブロック徳用**  
240g **1200円**(税込) **1296円**(税別)  
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〕



**306** **凍**  
高橋(千野ファーム) **◎90日/米**  
**千野さんの豚小間塩麹漬**  
100g×3 **650円**(税込) **702円**(税別)  
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〕



**307** **凍** **G不使用**  
中津ミート **◎7日/豆・麦・米・落**  
**中津ロース豚漬け**  
200g **560円**(税込) **605円**(税別)  
豚ロース肉をピーナツバターと唐辛子入りの特製ピリ辛味噌ダレに漬け込みました。焼いてください。〔GMO飼料不使用〕



**308** **凍**  
中津ミート **◎180日/卵・乳・麦**  
**中津ハンバーグ(ミニ)**  
30g×6個 **350円**(税込) **378円**(税別)  
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〕  
**309** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **◎180日/卵・麦**  
**興農手作り生ハンバーグ**  
100g×2 **598円**(税込) **646円**(税別)



**お弁当にピッタリなミニサイズ** **特**  
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〕  
**310** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **◎180日/卵・麦**  
**興農手作りミニハンバーグ**  
35g×5 **630円**(税込) **659円**(税別)

**秋川牧園のお惣菜**

**スパイスがきいた本格派** **特**



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、米粉、ニンニク、パプリカ、ホワイトペッパー、レッドペッパー、オールドパイス〕  
**313** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **◎90日以上/乳・米**  
**骨付きタンドリーチキン**  
500g **630円**(税込) **648円**(税別)  
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〕

**タルタルソースを作って本格チキン南蛮に**



原材料/鶏肉(国産)、清酒、食塩、ホワイトペッパー、衣〔鶏卵、パン粉、小麦粉〕、揚げ油〔菜種油〕、ソース〔砂糖、米酢、醤油、生薑ペースト〕  
**314** **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 **340円**(税込) **367円**(税別)  
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〕



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



**316** **凍** **G不使用**  
秋川牧園 **◎9ヶ月/卵・豆・麦・米**  
**お徳用からあげ**  
400g **820円**(税込) **866円**(税別)  
秋川若鶏のムネ肉を使い、外は香ばしく、内はジューシーに揚げました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

**興農ファームの産直惣菜**

**しっかりとお肉が詰まったボリュームのメンチ**



熟成牛と興農豚のミンチ、無農薬のじゃがいも、玉ねぎを使用。冷凍のまま揚げてください。〔牛GMO飼料不使用〕〔乳製品GMO飼料不分別〕  
**311** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **◎180日/卵・乳・麦**  
**興農メンチカツ**  
3個(300g) **680円**(税込) **734円**(税別)

**ホクホクとした食感に牛肉の旨みがいっぱい**

**興農ビーフコロケ**



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〕  
**312** **凍** **G不使用**  
知床興農ファーム **◎180日/卵・麦**  
**興農ビーフコロケ**  
3個(240g) **520円**(税込) **562円**(税別)

**厳選素材を使ったマストミのお惣菜**

**冷めてもジューシーで柔らかい、お弁当サイズのミニメンチカツ** **特**



原材料/野菜〔キャベツ、玉ねぎ〕、ピンチョウマグロ(太平洋)、つなぎ〔パン粉、鶏卵、小麦粉〕、衣〔パン粉、小麦粉、鶏卵〕、鶏肉(国産)、揚げ油〔菜種油〕、鶏皮、菜種油、魚醤、胡麻油、食塩、コショウ  
**317** **凍** **G不使用**  
マストミ **◎120日以上/卵・豆・麦**  
**お弁当用メンチカツ(ツナ)**  
120g **315円**(税込) **285円**(税別) **308円**(税別)  
マグロと鶏肉、キャベツと玉ねぎの絶妙な配合で仕上げました。温めてください。〔GMO飼料不使用〕

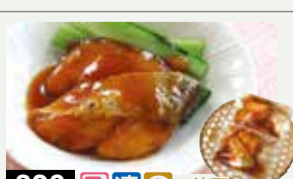
**サラダや サンドイッチなどに**



原材料/ピンチョウマグロ(日本船:太平洋)、香味油〔菜種油、ニンニク、コリアンシード、コショウ〕、食塩、砂糖  
**318** **凍** **G不使用**  
マストミ **◎180日以上**  
**サラダフィッシュまぐろ(プレーン)**  
130g(65g×2) **450円**(税込) **486円**(税別)  
熱を通したピンチョウマグロをほぐし、香味油を絡めました。解凍後、サラダやサンドイッチなどに。



**319** **凍** **G不使用**  
マストミ **◎60日/卵・麦・米・え**  
**天然エビのチリソース**  
130g **380円**(税込) **410円**(税別)  
天然エビに鶏ガラスープやチュウニヤンなどのチリソースを絡めました。〔GMO飼料不使用〕



**320** **凍** **G不使用**  
マストミ **◎90日/豆・麦・米**  
**白身魚の甘酢あんかけ**  
160g(80g×2) **368円**(税込) **397円**(税別)  
特製の甘酢つばいタレをからめシイラの上質な味わいを引き立てました。

**タイの屋台で大人気の定番ガパオライス**



**321** **凍** **G不使用**  
カラミノフーズ **◎180日以上/豆・米**  
**アジア薫るガパオ丼**  
200g(100g×2) **430円**(税込) **464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〕

**昔ながらの定番中華ちまき**



**322** **凍** **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。〔鶏肉GMO飼料不分別〕

**ナムルと味付け焼肉の絶妙なハーモニー**



**323** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **◎180日/豆・麦・米**  
**韓国風太巻牛肉入ナムルキンパ**  
8切(300g) **700円**(税込) **756円**(税別)  
ナムル3種と牛肉肉を入れて巻いた、カット済の巻き寿司です。〔GMO飼料不分別〕

**世界のおいしさを日本の食卓へ カラミノフーズ世界のグルメ旅**

**牛肉のコクと野菜の旨みが溶け込んだ濃厚ソース**



**324** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **◎365日以上/乳・麦**  
**コクと旨みのビーフシチュー**  
150g **398円**(税込) **430円**(税別)  
国産牛を柔らかく仕上げ、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〕

**ご飯のおかずとしてだけでなく、パスタソースとしても**



**325** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **◎365日以上**  
**鶏モモ肉のトマトソース煮**  
110g **398円**(税込) **430円**(税別)  
鶏肉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〕

**やさしい味わいのクリーミーなソース**



**326** **凍** **G調味料**  
カラミノフーズ **◎273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**(税別)  
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〕

和風おろしソースでさっぱりとお召し上がりいただけます



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

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

茄子がしっかりと入った本格派



**328** **凍** **G**不使用  
ニッコー ◎365日/豆・麦  
**麻婆茄子丼の具**  
2袋(300g) **480円**(税込) (通常本体 518円)

旬の茄子を、豆板醤と甜麺醤の旨みのあるたれで合わせました。冷凍のまま湯煎してください。〔GMO飼料不分別〕



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

北海道八雲産の男爵芋の旨みをいかし、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。



**330** **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) (通常本体 420円)

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



**331** **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) (通常本体 443円)

皮は国産小麦粉と塩と水だけで作っています。刺激を少なくした餃子です。〔豚GMO飼料不使用〕

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〕

**332** **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) (通常本体 416円)

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

国産野菜、豚肉で作った肉団子にもち米をまぶして蒸しあげました。冷凍のまま、蒸してください。〔GMO飼料不使用〕

**333** **凍** **G**不使用  
ニッコー ◎180日/米  
**もち米蒸ししゅうまい**  
12個(180g) **438円**(税込) (通常本体 473円)



**334** **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) (通常本体 659円)

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



**335** **凍** **G**不使用  
ニッコー ◎365日/豆・麦・米  
**五日寿司の素**  
200g(2合用) **430円**(税込) (通常本体 464円)

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〕



**336** **G** **G**不使用  
桜井食品 ◎540日/豆・麦・米・落  
**ベジタリアンのための野菜カレー**  
200g **290円**(税込) (通常本体 313円)

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



**337** **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) (通常本体 538円)

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

冷凍野菜



**338** **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) (通常本体 205円)

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。



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

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

常備しておきたい便利な冷凍うどん!

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。

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



原材料/小麦粉(北海道)、タピオカ澱粉、食塩



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

国産小麦農林61号自家製粉100%使用の、昔ながらのこくのある麺です。



**344** **凍**  
山本食品 ◎365日/麦・そば  
**生冷凍長野産八割そば**  
130g×2 **500円**(税込) (通常本体 540円)

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



**340** **凍**  
びえいフーズ ◎540日  
**冷凍カットアスパラ**  
150g **350円**(税込) (通常本体 378円)

北海道産のグリーンアスパラを、食べやすい長さにカットし、瞬間凍結しました。冷凍のまま、炒め物などに。



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

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。



**345** **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) (通常本体 335円)

国産小麦粉100%、モンゴル天然かん水使用、無添加スープ付きです。



**346** **蔵** **G**不使用  
亀製麺 ◎9日/卵・豆・麦・米  
**冷やし中華黒酢味**  
120g×2 **460円**(税込) (通常本体 497円)

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



**347** **蔵** **G**不使用  
亀製麺 ◎9日/卵・豆・麦  
**冷やし中華ごま味**  
120g×2 **460円**(税込) (通常本体 497円)

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

いろいろな麺料理に使えるスープなしの麺

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〕

原材料/小麦粉、鶏卵、食塩、加工澱粉

**348** **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) (通常本体 225円)



**349** **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) (通常本体 248円)

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



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

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



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

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



**356** **G** **G**不使用  
天長食品工業 ◎6ヶ月/豆・麦・米  
**香味食菜 福神漬**  
100g **238円**(税込) (通常本体 257円)

国産野菜に、純米酢、三温糖などを使用し、手造りの味を最大限に引き出しました。カレーライスに添えて。



**357** **G** **G**不使用  
創健社 ◎90日以上/米  
**砂浜らっきょう甘酢漬**  
110g **420円**(税込) (通常本体 454円)

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



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

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



**359** **G** **蔵**  
海の精 ◎180日以上  
**海の精 三年梅干**  
200g **760円**(税込) (通常本体 821円)

群馬の山で育った野生に近い梅を海の精と農業不使用の赤しそで、3年以上熟成させました。(塩分21.5%)

愛知県 漬物本舗 道長

金山寺みそは奥三河・豊根村で古くから食べ継がれています



原材料/大根、なす、きゅうり、人参、漬け原材料(大麦麹、大豆麹、たまり醤油、粗糖、生姜、食塩)

**352** **蔵** **G**不使用  
道長 ◎45日以上/豆・麦  
**野菜たっぷり金山寺**  
150g **380円**(税込) (通常本体 390円)

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

すっきりとした甘さに昆布の風味



原材料/大根、米酢、みりん、白たま、粗糖、昆布、塩

**353** **蔵**  
道長 ◎30日/麦・米  
**千枚だいこん**  
150g **298円**(税込) (通常本体 322円)

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



**354** **蔵**  
道長 ◎90日/米  
**寒干したくあん**  
120g **330円**(税込) (通常本体 356円)

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



**355** **蔵**  
道長 ◎45日以上  
**紅しょうが**  
40g **350円**(税込) (通常本体 378円)

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



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

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



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

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



**362** **蔵** **G**不使用  
仁徳 ◎30日/豆・麦  
**黄金でんぶ(佃煮)**  
45g **187円**(税込) (通常本体 202円)

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



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

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



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

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



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

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



**板わさやうどんなど気軽に使える蒲鉾!**

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



**366** 不使用  
いちろうこ 米  
うろこちゃん蒲鉾(白)  
150g **390**円(税込) **421**円

**お手ごろで大活躍の練り物です!**

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** 不使用  
いちろうこ 米  
小ちくわ  
5本 **300**円(税込) **324**円



**368** 不使用  
いちろうこ 米  
小判揚  
5枚(150g) **298**円(税込) **322**円  
おでんの一品や網焼きで。甘辛く煮てもおいしいです。



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



**370** 不使用  
いちろうこ 米・え  
揚げかまぼこ入り  
3枚(150g) **420**円(税込) **454**円  
スケウダラのすり身、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。



**371** 不使用  
いちろうこ 米  
いちろうこのいわしはんぺん  
5枚(150g) **330**円(税込) **356**円  
いわし、スケウダラのすり身、ぐちを使い、こだわりの調味料で仕上げたいわしはんぺんです。



**372** 不使用  
高橋徳治商店 米  
高橋徳治商店のごぼう揚  
117g(3枚) **390**円(税込) **421**円  
助宗タラのすり身と小魚すり身を混ぜ合わせ、味噌で漬け込みしたごぼうと練り合わせ揚げました。



**373** 不使用  
いちろうこ 米  
ごぼうつまみ  
100g **280**円(税込) **302**円  
ピリッとした魚肉のすりみの衣と、厳選されたごぼうの食感と香りがマッチしたつまみ揚げ。



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



**375** 不使用  
高橋徳治商店 米  
茎わかめのボール揚げ2袋  
150g×2 **580**円(税込) **594**円  
岩手県重茂漁港の肉厚の茎わかめを使用、コリコリとした食感が楽しい一口サイズの揚げボールです。[卵GMO飼料不使用]



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



**378** 不使用  
山九水産 米  
お魚ソーセージ  
50g×5本 **490**円(税込) **529**円  
無リンのすり身に、日本海近海の新鮮な小魚を配合し、素材の旨みを大切にしたいわしはんぺんです。



**380** 不使用  
池谷 米  
山奥こんにやく(黒)  
300g **225**円(税込) **243**円  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに精粉を使った板こんにやくです。



**381** 不使用  
池谷 米  
手どりこんにやく  
250g **275**円(税込) **297**円  
生芋を使った昔ながらの製法のこんにやくです。冷やしてお刺身や焼いてステーキ風に。



**384** 不使用  
池谷 米  
大とろさしみこんにやく  
250g **290**円(税込) **313**円  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに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。



**377** 不使用  
高橋徳治商店 米  
ソフトはんぺん  
4枚(200g) **388**円(税込) **419**円  
スケウダラのすり身にヨシキリガメを加えてコクを出し、卵白と山芋でソフトに仕上げました。[GMO飼料不使用]



**379** 不使用  
関商店 米  
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、サラダなどにに入れても美味しいです。



**383** 不使用  
池谷 米  
一穂のしらたき  
200g **215**円(税込) **232**円  
生芋をすりおろし練り上げた、歯ごたえのあるしらたきです。鍋料理や煮物などに。



**382** 不使用  
池谷 米  
五色玉こんにやく  
330g **255**円(税込) **275**円  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに精粉を使った、五種類の玉こんにやくです。田楽などに。



**385** 不使用  
池谷 米  
こんにやくそば  
200g **225**円(税込) **243**円  
群馬・山梨県産契約栽培のこんにやくに精粉を細長い麺状に独自の製法で練り上げました。



**386** 不使用  
大豆屋 米  
大豆屋 絹豆腐  
330g **278**円(税込) **300**円 [放] 不検出 <2.1<2.3



**387** 不使用  
丸和食品 米  
丸和のきぬ豆腐  
300g **165**円(税込) **178**円



**388** 不使用  
おかべや 米  
お一人様きぬ豆腐  
180g **120**円(税込) **130**円



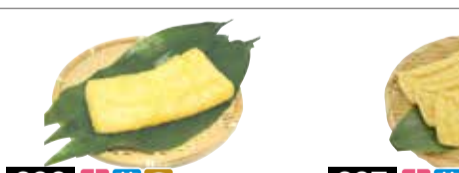
**389** 不使用  
大豆屋 米  
大豆屋 木綿豆腐  
330g **289**円(税込) **312**円 [放] 不検出 <2.1<2.3



**390** 不使用  
丸和食品 米  
丸和のもめん豆腐  
300g **180**円(税込) **194**円



**391** 不使用  
おかべや 米  
お一人様もめん豆腐  
180g **120**円(税込) **130**円



**394** 不使用  
大豆屋 米  
大豆屋 おぼろ豆腐  
330g **348**円(税込) **376**円 [放] 不検出 <2.1<2.3



**395** 不使用  
丸和食品 米  
丸和のごま入寄せ豆腐  
200g **200**円(税込) **216**円



**392** 不使用  
丸和食品 米  
ミニきぬ豆腐  
150g×2 **180**円(税込) **194**円



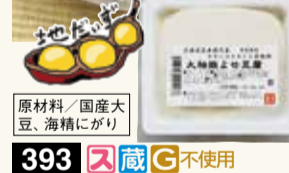
**393** 不使用  
大豆屋 米  
大豆振よせ豆腐  
330g **360**円(税込) **340**円(税込) **367**円



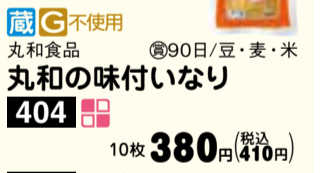
**404** 不使用  
丸和食品 米  
丸和の味付いなり  
10枚 **380**円(税込) **410**円



**180464** 不使用  
大豆屋 米  
大豆振よせ豆腐  
150g×2 通常本体 ×2 **360**円(税込) **330**円(税込) **356**円



**405** 不使用  
大豆屋 米  
大豆振よせ豆腐  
10枚×2 通常本体 ×2 **760**円(税込) **720**円(税込) **778**円



**407** 不使用  
丸和食品 米  
丸和の豆乳  
300ml **200**円(税込) **216**円



**401** 不使用  
大豆屋 米  
季節のがんも(だだちゃ豆)  
2枚 通常本体 **424**円(税込) **400**円(税込) **432**円  
除草剤を使用せずに栽培された、山形県産だだちゃ豆を使用。オーブントースターや網焼きで加熱してください。



**402** 不使用  
大豆屋 米  
大豆屋 一口がんも  
5ヶ **348**円(税込) **376**円  
厳選された材料を使った一口サイズのがんもどきです。



**403** 不使用  
丸和食品 米  
枝豆がんも  
6個 **280**円(税込) **302**円



**396** 不使用  
大豆屋 米  
大豆屋 油揚げ  
大1枚 **198**円(税込) **214**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。



**397** 不使用  
丸和食品 米  
丸和の油揚げ  
3枚 **165**円(税込) **178**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。



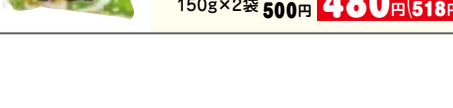
**398** 不使用  
大豆屋 米  
大豆屋 生あげ  
230g(2枚) **335**円(税込) **362**円  
堅めに仕上げた木綿豆腐を水切りして、国産菜種油でさっと一度揚げた、ジューシーな生揚げです。煮物などに。



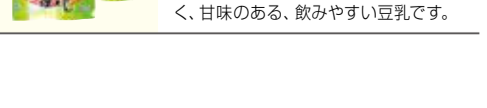
**399** 不使用  
丸和食品 米  
こだわりの五目厚揚げ  
2個(約180g) **230**円(税込) **248**円



**400** 不使用  
丸和食品 米  
丸和の一口厚揚げ  
8個入り **215**円(税込) **232**円



**406** 不使用  
丸和食品 米  
味付うの花料理2袋  
150g×2袋 通常本体 **500**円(税込) **480**円(税込) **518**円



**407** 不使用  
丸和食品 米  
丸和の豆乳  
300ml **200**円(税込) **216**円  
国産丸大豆100%、消泡剤無添加で、一般の豆乳と比べると12%と濃度が高く、甘味のある、飲みやすい豆乳です。

**カップ入りだから  
そのままOK**



**409** **蔵** **G不使用**  
登喜和食品 **◎7日/豆・麦・米**  
**みちのくカップ納豆**  
30g×3 **208円(税込225円)**  
タレ・カラシ付  
茨城県産大豆(農業不使用)を使用。食べやすい手ごろな量で、特製タレとカラシ付きの小粒納豆です。

**410** **蔵** **G不使用**  
登喜和食品 **◎7日/豆**  
**ときわ納豆大粒カップ(タレ無)**  
50g **105円(税込113円)**  
北海道産特別栽培大粒大豆を使用。旨味を引き出す薫煙炭火発酵製法。\*タレ・カラシなし。

**411** **蔵** **G不使用**  
登喜和食品 **◎7日/豆**  
**ときわ納豆小粒カップ(タレ無)**  
50g **105円(税込113円)**  
北海道産特別栽培小粒大豆を使用。旨味を引き出す薫煙炭火発酵製法。\*タレ・カラシなし。

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

**415** **蔵** **G不使用**  
カジノヤ **◎10日/豆**  
**国産麦納豆カップ**  
30g×3 **141円(税込152円)**  
(タレ、カラシ無)  
国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(北海道産ズマル)、納豆菌、タレ(醤油、三温糖、食塩、漁産、みりん、かつおエキス、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)

**408** **蔵** **G不使用**  
登喜和食品 **◎7日/豆・麦・米**  
**登喜和カップ納豆北海道小粒100**  
30g×3 **198円(税込214円)**  
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。

**412** **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 **210円(税込227円)**  
タレ・カラシ付  
茨城県の契約農家が栽培した小粒大豆(農業不使用)を天然経木に仕込み、薫煙炭火造りで熟成発酵させました。

**413** **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。

**小さなお子さまにも食べやすい♪**  
国産の大豆を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。

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

**417** **W規格** **G不使用**  
30g×2×2 通常本体 **175円(税込189円)**  
(タレ、カラシ無)

**納豆本来の味をお届けします**  
北海道産の旨みのある中粒大豆を100%使用。総検造りの室で炭火製法でじっくり時間をかけて熟成させました。

**418** **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)**  
(タレ、カラシ無)



**カレンツ(小粒レーズン)が  
ほんのり甘い、素朴なフランスパン**



原材料/国産小麦粉、天然酵母、カレンツ、塩(海の精)

**419** **蔵**  
サンタハウス **◎6日/麦**  
**レーズンバタール(パン)**  
通常本体 **315円(税込340円)**  
1本 **327円**  
カリフォルニア産有機栽培のカレンツがほんのり甘い、素朴なパンです。

**420** **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) **260円(税込281円)**

**424** **蔵** **G不使用**  
おかべや天然パン工房 **◎4日/豆・麦・米**  
**豆乳角型食パン6枚切**  
1斤(6枚) **360円(税込389円)**

**422** **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)**

**421** **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)**

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

**425** **蔵** **G不使用**  
おかべや天然パン工房 **◎4日/豆・麦・米**  
**山型豆乳食パン6枚切**  
1斤(6枚) **400円(税込432円)**

**427** **蔵** **G不使用**  
栄屋製パン **◎3日/麦・米**  
**けんこうパン**  
1個 **98円(税込106円)**

**428** **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 **98円(税込106円)**

**429** **蔵**  
デニッシュハウス **◎4日/麦・米**  
**玄米食パン1斤**  
1斤(360g) **450円(税込486円)**  
小麦粉(九州・北海道)、玄米粉、ホシノ天然酵母、食塩

**432** **蔵**  
デニッシュハウス **◎5日/乳・麦・米**  
**ウォールナッツレーズン**  
1個 **380円(税込410円)**  
小麦粉(岩手県)、全粒粉(岩手県)、レーズン(カリフォルニア)、クルミ(カリフォルニア)、ホシノ天然酵母、黒砂糖(鹿児島県)、よつ葉バター、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

**国産小麦粉と国産小麦全粒粉を半々  
使ったコンプレです**

国産小麦全粒粉、国産小麦粉、天然酵母、食塩(海の精)

**430** **蔵**  
サンタハウス **◎6日/麦**  
**コンプレ(パン)**  
1個 **250円(税込270円)**

**クルミの食感がたまらないライ麦パン**

国産小麦粉、ライ麦粉(海外有機認証)、天日塩、天然酵母、クルミ

**431** **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)**

**435** **蔵** **G不使用**  
おかべや天然パン工房 **◎4日/乳・豆・麦・米**  
**くるみプチパン**  
2個 **360円(税込389円)**  
小麦粉(北海道)、くるみ(アメリカ)、バター、粗糖、天然酵母、食塩、豆乳(乳製品GMO飼料不分別)

**436** **蔵**  
おかべや天然パン工房 **◎4日/乳・麦・米**  
**塩フランス**  
3個 **380円(税込410円)**  
小麦粉(北海道)、バター、天然酵母、白胡麻油、麦芽水飴、食塩(乳製品GMO飼料不分別)

**437** **蔵** **G不使用**  
おかべや天然パン工房 **◎4日/乳・豆・麦・米**  
**金時豆ぱん**  
2個 **350円(税込378円)**  
小麦粉(北海道)、金時豆(北海道)、バター(北海道)、天然酵母、砂糖(鹿児島県)、食塩、豆乳(乳製品GMO飼料不分別)

**トマトソースとキムチがマッチしています**

国産小麦粉、塩、バター、玉ねぎ、トマト、ニンニク、コショウ、七味、よつ葉チーズ、キムチ、パン粉(乳製品GMO飼料不分別)

**433** **蔵**  
サンタハウス **◎5日/乳・麦・米**  
**ピリ辛ピザ**  
1個 **360円(税込389円)**

**素朴な味わいだからどんな具にも合います!**

小麦粉(北海道)、天然酵母、粗糖、食塩

**434** **蔵** **G不使用**  
おかべや天然パン工房 **◎5日/麦・米**  
**素焼きパン**  
1個 **510円(税込551円)**

**そのままでも軽く温めて季節のジャム等を添えて♪**

小麦粉(九州、北海道)、プルーンエキス(カリフォルニア)、黒砂糖(鹿児島)、無塩バター(よつ葉)、ホシノ酵母、食塩(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・麦・米**  
**酵母プルーンブレッド**  
1本(約225g) **588円(税込635円)**

**デニッシュハウスの人気パンが入ってる!**

ソルトバケット1本、酵母メロンパン1個、シナモンレーズン1個(乳製品・卵GMO飼料不分別)

**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A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**



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 **285円(税込308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]

**441** **蔵**  
かまか商店 **◎6ヶ月/落**  
**ソフトピーナッツバター**  
85g **470円(税込508円)**  
国内産のピーナッツを100%使用した、無糖仕上げのソフトタイプです。好みに甘みを加えてご利用ください。

**442** **蔵** **G不使用**  
ムソー **◎270日以上**  
**国産いちごジャム**  
200g **540円(税込583円)**  
ジャムに適した国産いちご、ストレータタイプのオーガニックレモン果汁を使用し、甘さ控え目に仕上げました。

**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)**  
甘さ控えめの糖度50度。素材の持ち味を大切にしました。爽やかな酸味と豊かな香りをお楽しみください。

**ホットするコーンのポタージュ  
忙しい朝や夜食に大活躍!**

**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)**  
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]

**旬の香りを吸い口にして  
お楽しみください**



原材料/豆みそ(大豆)、白みそ、オリゴ糖、わかめ、食塩、かつおぶし粉末、酵母エキス、ねぎ

**447** **蔵** **G不使用**  
日本食品 **◎180日以上/豆・米**  
**赤出し味噌汁**  
9g×6袋 **300円(税込324円)**  
具材、だし、味噌、それぞれの香りと旨味がいきた、お湯を注ぐだけですぐ出来る本格派みそ汁です。

**自然が作り出した豊富な  
栄養素がたっぷり♪**  
クセが少なく、やさしい花の香りを楽しめるクローバー主体の蜂蜜。糖度が高いため果実漬けなどに最適。

**444** **蔵**  
山田養蜂場 **◎2年**  
**アルゼンチン産・百花蜜**  
450g **970円(税込1048円)**

**合成保存料、着色料、乳化剤等は一切使用していません**  
オーガニック認定されたとうもろこしを使用。オーガニックシュガーと天塩で薄味に仕上げたシュガーコーティングタイプです。

**445** **蔵** **G不使用**  
ムソー **◎10ヶ月**  
**コーンフレーク・フロスト**  
150g **378円(税込408円)**

**445** **蔵** **G不使用**  
ムソー **◎10ヶ月**  
**コーンフレーク・フロスト**  
150g **378円(税込408円)**

卵を使ったご馳走

**エビ玉**



212 えびしんじょすりみ

白い黄身と米卵ならではの甘みが特徴です

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

小幡畜産 / 卵

**穂の香卵**

101 10個 (MS~LLサイズ) **250** (税込 270) 円

102 6個 (MS~LLサイズ) **175** (税込 189) 円

[放] 不検出 <1.7<2.0

着色していない自然な黄身の色

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

小幡畜産 / 卵

**産直たまご**

103 10個 (MS~LLサイズ) **260** (税込 281) 円

104 6個 (MS~LLサイズ) **180** (税込 194) 円

[放] 不検出 <2.0<2.2

105 秋川牧園の卵 10個 (S~Lサイズ) **400** (税込 432) 円

山口県山口市産。ケージの開放鶏舎で育てた鶏の卵です。[GMO飼料不使用]

[放] 不検出 <2.3<2.5

106 百姓屋敷じろえむ/すぎな舎 / 卵 平飼い有精卵10個

10個 **495** (税込 535) 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]

[放] 不検出 <1.8<2.0

よつ葉乳業

107 北海道よつ葉牛乳 1ℓ **260** (税込 281) 円

108 北海道よつ葉ノンホモ牛乳 1ℓ **268** (税込 289) 円

109 北海道よつ葉低脂肪牛乳 1ℓ **235** (税込 254) 円

北海道の良質で新鮮な生乳を72℃15秒間殺菌したパスタライズ牛乳です。成分無調整。[GMO飼料不使用]

[放] 不検出 <0.9<1.1

110 木次乳業 ブラウンスイス牛乳 500ml 6日/乳 **215** (税込 232) 円

111 木次乳業 山地酪農牛乳 1ℓ 6日/乳 **398** (税込 430) 円

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

非遺伝子組み換え穀物飼料と牧草を中心に与えています

北海道産の乳製品に、ブラジル産コーヒーを合わせひかえめな甘さに仕上げました。[乳製品 GMO飼料不分別]

よつ葉乳業

よつ葉ミルクコーヒー

448 200ml **105** (税込 113) 円

449 1000ml **270** (税込 292) 円

[放] 不検出 <0.9<1.0

112 タカハシ乳業 那須の美味しい牛乳 1000ml 5日/乳 **340** (税込 367) 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]

113 木次乳業 木次カフェオレ 500ml 8日/乳 **180** (税込 194) 円

有機栽培豆のネルドリップコーヒーと島根県奥出雲地方の良質な生乳、甜菜糖をミックス。[GMO飼料不使用]

114 函南東部農協 飲んでやさしいヨーグルト 500ml 13日/乳 **195** (税込 211) 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]

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

よつ葉シュレッドチーズ 250g **485** (税込 524) 円

原材料/チェダーチーズ、モッツアレラチーズ

115 木次乳業 濃厚ヨーグルトベリーミックス 80g 10日以上/乳 **145** (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]

116 木次乳業 北海道産のヨーグルト 90g×3個 17日/乳 **215** (税込 232) 円

北海道産原料にこだわり、生きて腸まで届くプロバイオティックビフィズス菌Bb-12入り。[GMO飼料不分別]

117 函南東部農協 丹那N-1ヨーグルト 90g×3個 12日/乳 **270** (税込 292) 円

生きて腸まで届く菌入りで、爽やかな酸味の生乳100%ヨーグルト。[GMO飼料不使用]

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

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

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

121 木次乳業 濃厚ヨーグルトベリーミックス 80g 10日以上/乳 **145** (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]

122 函南東部農協 南箱根の厳選バター 180g 150日/乳 **810** (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)

123 木次乳業 パンに美味しいよつ葉バター 100g 180日/乳 **260** (税込 281) 円

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

124 木次乳業 よつ葉生クリーム 200ml 9日/乳 **362** (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 三芳村蛸まい研究会

みよし村ひとめぼれ 除草剤無化学肥料

470 白米 5kg **2300** (税込 2484) 円

471 玄米 5kg **2200** (税込 2376) 円

千葉県南房総市の大久保康廣さん他。 [放] 不検出 <0.3<0.3

みよし村コシヒカリ 除草剤無化学肥料

472 白米 2kg **1050** (税込 1134) 円

473 白米 5kg **2580** (税込 2786) 円

474 玄米 5kg **2480** (税込 2678) 円

千葉県南房総市の大久保康廣さん他。 [放] 不検出 <0.3<0.3

みよし村コシヒカリ 無農薬無化学肥料

475 白米 5kg **3300** (税込 3564) 円

476 玄米 5kg **3200** (税込 3456) 円

千葉県南房総市の大久保康廣さん他。 [放] 不検出 <0.3<0.3

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** (税込 2916) 円

478 五分米 5kg **2700** (税込 2916) 円

479 玄米 5kg **2500** (税込 2700) 円

茨城県行方市の穴倉美さんと宮内義幸さん。 [放] 不検出 <0.6<0.7

長島さんのコシヒカリ 無農薬無化学肥料

480 白米 5kg **3500** (税込 3780) 円

481 五分米 5kg **3500** (税込 3780) 円

482 玄米 5kg **3300** (税込 3564) 円

茨城県行方市の長島昌裕さん。 [放] 不検出 <0.6<0.7

長野県 あずみ野モック

長野夢ごっこ 除草剤低化学肥料

491 白米 5kg **2500** (税込 2700) 円

492 玄米 5kg **2350** (税込 2538) 円

長野県松本市の百瀬卓雄さん。 [放] 不検出 <1.0<1.0

山形県 おきたま興農舎

おきたまつや姫 無農薬無化学肥料

483 白米 2kg **1650** (税込 1782) 円

484 白米 4.5kg **3500** (税込 3780) 円

485 玄米 2kg **1570** (税込 1696) 円

486 玄米 4.5kg **3380** (税込 3650) 円

山形県高畠町の五十嵐晴夫さん他。

宮城県 黒澤重雄

黒澤さんのひとめぼれ JAS

493 白米 5kg **3500** (税込 3780) 円

494 七分米 5kg **3500** (税込 3780) 円

495 玄米 5kg **3280** (税込 3542) 円

宮城県涌谷町の黒澤重雄さん・伸嘉さん。 [放] 不検出 <1.0<1.0

山形県 成長農園

山形ササニシキ JAS

487 白米 2kg **1530** (税込 1652) 円

488 白米 5kg **3650** (税込 3942) 円

489 玄米 2kg **1465** (税込 1582) 円

490 玄米 5kg **3500** (税込 3780) 円

山形県酒田市の成澤長悦さん。 [放] 不検出 <0.5<0.6

180014 太陽食品 9月3日 国産はとむぎ 炊飯器用 200g **630** (税込 680) 円

180026 太陽食品 9月3日 国産はとむぎ粒 250g **919** (税込 993) 円

180038 太陽食品 9月3日 国産はとむぎ粉末 220g **840** (税込 907) 円

180040 太陽食品 9月3日 国産はとむぎほうじ粉末 150g **840** (税込 907) 円

大豆工房おらが 9月・10月はお休みします

うれしいぬか床

180051 (小) 500g **750** (税込 810) 円

180063 (大) 1kg **1380** (税込 1490) 円

[放] 不検出 <0.7<0.8

しらたかノラの会 10日/米 ノラの会の生ごうじ 600g **700** (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。

### 岩手阿部製粉

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

**497** 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、みぞ]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]

**496** 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。

### 最後にオーブントースターでこんがり♪

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

### もっちり食感、甘い蜜をギュッと凝縮

**499** 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。

### もっちり食感、甘い蜜をギュッと凝縮

**503** 不使用  
サンコー ◎90日  
**アーモンドじゃこ**  
7g×5 **260**円(税込) **281**円  
アーモンド、じゃこ、砂糖(三温糖)、食塩、水飴、こま、香辛料(唐辛子)

### もっちり食感、甘い蜜をギュッと凝縮

**504** 不使用  
サンコー ◎120日/米・え  
**ミニえびまるせん**  
10g×4 **250**円(税込) **270**円  
馬鈴薯澱粉、植物油(米油)、えび、オキアミ、いか、食塩、アオサ、粗糖

### もっちり食感、甘い蜜をギュッと凝縮

**501** 不使用  
創健社 ◎120日/米  
**ポテトチップスうすしお味**  
60g **160**円(税込) **173**円  
馬鈴薯、植物油(米油、パーム油)、塩

### 濃縮した梅エキスを使用し素朴で絶妙な甘さに仕上げたドロップです

**508** 不使用  
田上元商店 ◎9ヶ月以上  
**梅エキスドロップ**  
65g **295**円(税込) **319**円  
南高梅の果汁を搾りじっくり煮詰めてペースト状(原料1kgから20g)に濃縮しました。個包装なので持ち運びにも便利です。

### 卵やバターを使わずに植物性の素材で作ったプレーンなクッキーです

**505** 不使用  
たんばや ◎10日以上/卵・乳・麦  
**牛乳かすてら**  
7個 **380**円(税込) **410**円  
卵(山形県)、甜菜糖、小麦粉、水あめ、牛乳(卵・乳GMO飼料不分別)

### 卵やバターを使わずに植物性の素材で作ったプレーンなクッキーです

**506** 不使用  
キング製菓 ◎90日以上/豆・麦・米  
**うの花クッキー**  
90g **180**円(税込) **194**円  
国産小麦に食物繊維を含むおからと、豆乳を練りこんでサクサクに焼き上げました。

### ネオファームのドライフルーツ&ナッツ

べたつかず種無しだから食べやすい

**510** 不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**干しブルー(種抜き)**  
120g **458**円(税込) **495**円  
女性にうれしい、鉄分、カリウム、繊維質の宝庫。甘酸っぱい味を生かしてサラダやスパゲッティのトッピングに。

### トロピカルな甘さのドライフルーツ

おまとめ 特価

**511** 不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**ドライマンゴー3袋**  
70g 通常本体 ×3 **1404**円 **1178**円(税込) **1272**円  
メキシコ産のオーガニックマンゴーをうすくスライスして乾燥させました。

### ネオファームのドライフルーツ&ナッツ

おまとめ 特価

**512** 不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**穀むきクルミ**  
60g **435**円(税込) **470**円  
オーガニッククルミ(米国、チリ)

**513** 不使用  
ネオファーム ◎6ヶ月  
**サラダに美味しいナッツ**  
70g **418**円(税込) **451**円  
かぼちゃの種、ひまわりの種、アーモンドスライス、割れくるみ

### 皮が割れてて食べやすい!

**509** 不使用  
丸成商事 ◎180日  
**有機楽笑栗**  
120g **370**円(税込) **400**円  
中国河北省の甘栗の産地で有機栽培された天津甘栗を、有機JAS規格の認定工場一粒ずつ手作業で切れ目を入れて焙煎しました。

### とまらない美味しさ! かまか商店の落花生

ほど良い塩味とピーナッツの自然な甘みが美味しい

**514** 不使用  
かまか商店 ◎4ヶ月/落  
**かまかのさや無し落花生**  
115g **700**円(税込) **756**円

### とまらない美味しさ! かまか商店の落花生

香ばしい、豆本来の甘みをお楽しみいただけます

**515** 不使用  
かまか商店 ◎4ヶ月/落  
**そぼく豆(無塩)**  
115g **700**円(税込) **756**円

### とまらない美味しさ! かまか商店の落花生

相州落花生独特の甘みがあります

**516** 不使用  
かまか商店 ◎4ヶ月/落  
**かまかのさや付き落花生**  
180g **1050**円(税込) **1134**円

### 甘酸っぱくて爽やかなフレーバー

**525** 不使用  
Taste of Nature ◎7ヶ月以上/米・落  
**フルーツ&ナッツパー ザクロ**  
40g **268**円(税込) **289**円  
サクッと歯ごたえの良い玄米パフとナッツに、ドライフルーツの酸味がクセになる美味しさ。GI値が砂糖よりも極めて低いアガベシロップを使用しています。

### 甘酸っぱくて爽やかなフレーバー

**526** 不使用  
Taste of Nature ◎7ヶ月以上/米・落  
**フルーツ&ナッツパー ココナッツ**  
40g **268**円(税込) **289**円  
有機ココナッツ、有機アガベシロップ、有機アーモンド、有機ピーナッツ、有機玄米水飴、有機カシューナッツ、有機玄米パフ、有機ひまわり油、寒天、有機レモンオイル、ココナッツ香料

**527** 不使用  
Taste of Nature ◎7ヶ月以上/米・落  
**フルーツ&ナッツパー アーモンド**  
40g **268**円(税込) **289**円  
有機レーズン(有機ひまわり油漬)、有機胡麻、有機ひまわりの種、有機アーモンド、有機アガベシロップ、有機玄米パフ、有機玄米水飴、有機ピーナッツ、有機かぼちゃの種、有機ひまわり油、寒天

### ナチュラル本舗

レモンの風味と生クリームのコクが自慢です

**517** 不使用  
ナチュラル本舗 ◎30/卵・乳・麦  
**レモンケーキ**  
30g×3 **660**円(税込) **713**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。

### マンゴーたっぷりのトロピカルプリン

**518** 不使用  
ナチュラル本舗 ◎15日以上/卵・乳  
**マンゴープリン**  
110g×2 **780**円(税込) **842**円

**519** 不使用  
ナチュラル本舗 ◎30日/卵・豆・麦  
**はちみつおからカステラ**  
160g×1個 **430**円(税込) **464**円

### 濃厚! 木次のプレミアムアイスクリーム

**520** 不使用  
木次乳業 /卵・乳  
**VANAGA バニラ**  
120ml **299**円(税込) **323**円  
木次の自慢の生乳と、奥出雲で平飼いされている鶏の有精卵黄を使用した贅沢な仕上がりです。【卵・乳GMO飼料不使用】

### 濃厚! 木次のプレミアムアイスクリーム

**521** 不使用  
木次乳業 /卵・乳  
**VANAGA 抹茶あずき**  
120ml **299**円(税込) **323**円  
選び抜かれた香り豊かな抹茶と国産あずき「大納言」を使用しました。【卵・乳GMO飼料不使用】

**523** 不使用  
木次乳業 /卵・乳  
**VANAGA ストロベリー**  
120ml **299**円(税込) **323**円  
木次自慢の生乳を贅沢に使用しています。国産ビートグラニュー糖による自然な甘さが莓の甘酸っぱさを引き立てます。【卵・乳GMO飼料不使用】

### 濃厚! 木次のプレミアムアイスクリーム

**522** 不使用  
木次乳業 /卵・乳  
**VANAGA ビターチョコ**  
120ml **299**円(税込) **323**円  
国産ビートグラニュー糖による自然な甘さと牛乳を贅沢に使用した天然素材100%のアイスクリームです。濃厚で厚みのある味わいが特徴です。【卵・乳GMO飼料不使用】

**524** 不使用  
木次乳業 /卵・乳  
**VANAGA ブルーベリー**  
120ml **299**円(税込) **323**円  
なめらかなクリームに溶け合う新鮮なブルーベリーの香りと果肉のやさしい舌ざわりが特徴です。【卵・乳GMO飼料不使用】

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。

煎茶みどりと同じ原料の茶葉は、もちろん無農薬・無化学肥料栽培。高貴な香りが身に付きます。

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

**528** 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)

**529** 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)

**530** 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)

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。

静岡県藤枝市で農薬・化学肥料不使用栽培の二番茶葉で作ったリーフタイプの紅茶です。ほのかな甘みを感じられる美味しさです。

栽培期間中、無農薬・無化学肥料栽培の茶葉を使用。1パックで500cc~1ℓの煎茶ができます。冷蔵庫で1~2時間ほど冷やしてください。お湯出しも可能です。

**531** 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)

**532** 水車むら農園(静岡県) ◎1年  
**水車むら 紅茶 セタ**  
 100g **600**円(税込648円)

**533** 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)

**535** 川原製粉所 ◎6ヶ月以上  
**むぎ茶パック**  
 10g×20P **260**円(税込281円)

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

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)

国産"ふじりんご"を100%使用し、そのまま搾ったジュースです

**箱得**  
 ナガノトマト ◎75日以上  
**国産ふじりんご100**  
**540** 125ml×3 **327**円(税込353円)  
**180099 箱** 125ml×3×6 **1790**円(税込1933円)

国産"温州みかん"を100%使用し、そのまま搾ったジュースです

**箱得**  
 ナガノトマト ◎75日以上  
**国産温州みかん100**  
**539** 125ml×3 **398**円(税込430円)  
**180087 箱** 125ml×3×6 **2330**円(税込2516円)

国産特別栽培にんじん使用 箱企画がお得です!

**箱得**  
 高橋ソース ◎1年  
**にんじんジュース**  
**542** 350ml **380**円(税込410円)  
**180476 箱** 350ml×12 **4440**円(税込4795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)

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。

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。  
**180105** 光食品 ◎2年  
**無塩野菜ジュース**  
 190g×30缶 **3219**円(税込3477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。

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。

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。  
**536** プレスオールターナティブ ◎1年  
**ココア(無糖)**  
 130g **600**円(税込648円)

ほのかに感じる塩味、からだを求める水分と塩類の補給に

島根県金城(かなぎ)町の地下300mの花崗岩の下に大自然が永年かけて作り出した原水を採用。PH8.2の純天然のアルカリイオン水。  
**箱得**  
**545** KFG ◎1年以上  
**アルカリ水 金城の華**  
 500ml **128**円(税込138円)  
**180130 箱** 500ml×24本 **2980**円(税込3218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**  
**544** 創健社 ◎150日以上  
**緑茶**  
 500ml **138**円(税込149円)  
**180129 箱** 500ml×24本 **3200**円(税込3456円)

国内産温州みかん(農業不使用)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。

**箱得**  
**180117** 光食品 ◎1年/麦  
**みかんサイダー+レモン**  
 250ml×30缶 **3690**円(税込3985円)

プレス・オールターナティブ

**箱得**  
**537** プレスオールターナティブ ◎1年  
**パウリーニョコーヒー粉**  
 200g **850**円(税込918円)

ティーバッグになっているので、手軽に本格的な烏龍茶を楽しめます。農業、化学肥料を一切使用していません。台湾産茶(半発酵茶)  
**538** 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)

原材料/海水(伊豆大島)、乳酸発酵液(国内産・大豆由来)

**543** 海の精 ◎1年以上/豆  
**海の精カルマグ1000**  
 1g×10 **286**円(税込309円)  
 微量元素が血液に近いバランスで含まれています。500mlの水に1~2包を溶かしてスポーツドリンク感覚でお飲みください。

原材料/丸大豆(北海道)、米ぬかオイル、オリゴ糖、NS乳酸菌

**箱得**  
**180154** 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。

乳酸菌でお豆のヨーグルト♪

**箱得**  
**180166** リプレライフ ◎90日以上/豆・米  
**豆汁グルト**  
 450g **1200**円(税込1296円)  
**180178 4個** 450g×4 **4200**円(税込4536円)  
 大豆を丸ごと使った乳酸菌による発酵食品です。

未成年者の飲酒は法律で禁止されています。

焼酎の持つ香りや味を、しっかりと楽しみたいときはロックがオススメです  
**箱得**  
**180180** 小正醸造  
**本格焼酎 赤猿**  
 900ml **933**円(税込1026円)  
 希少な紫芋「農林56号」は、白麹で優しく醸すことでそのやわらかな風味を存分に発揮します。柔らかい甘みと香りでありながらキリッとした味わい。アルコール25%

**箱得**  
**180208** 矢作洋酒  
**甲斐のかぎろひ白**  
 720ml **1630**円(税込1793円)  
 アルコール約12%

**箱得**  
**180210** 矢作洋酒  
**甲斐のかぎろひ口ゼ**  
 720ml **1630**円(税込1793円)  
 アルコール約12%

神楽町の城山山標高約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。

**180142** ヤマキ ◎6ヶ月  
**直送・神泉水**  
 2ℓ×6本 **2171**円(税込2345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。

**箱得**  
**546** マルサンアイ ◎3ヶ月/豆・米  
**麦芽豆ジャン(豆乳飲料)**  
 200ml×12パック **1000**円(税込1080円)

原材料/さつまいも(鹿児島)、米麹(国内)

**箱得**  
**180245** ヤッホーブルーイング /麦  
**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%

**箱得**  
**180191** 矢作洋酒  
**甲斐のかぎろひ赤**  
 720ml **1630**円(税込1793円)  
 アルコール約12%

**箱得**  
**180221** ヤッホーブルーイング /麦  
**3本小麦のビール**  
 350ml×3 **775**円(税込853円)

洗浄力の強い、オレイン酸せっけんで、おだやかに、繊維を荒らさず、ソフトに洗いあげます。

**180257** エコ・グリーン  
**アイゲン固型石けん**  
 195g **180**円(税込198円)  
 動植物油脂(牛脂、ヤシ油)を原料に、昔ながらの自然乾燥製法の純石けん分98%の石けんです。

ミヨシ石鹸 お肌のための洗濯用液体せっけん

**180270** エコ・グリーン  
**アイゲン粉せっけん**  
 2kg **750**円(税込825円)  
**180300** ボトル **655**円(税込721円)  
**180282** 詰替用 **420**円(税込462円)

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

**180350** ミヨシ石鹸  
**暮らしの重曹せっけん泡スプレー詰替用**  
 230ml **195**円(税込215円)  
**180403** ハイム化粧品  
**石けんはみがき**  
 140g **440**円(税込484円)

最初から泡で出るからキレイが簡単。家事の間のサッと洗ひも簡単にできます。

**180269** 自然丸  
**自然丸の手作りマルセル**  
 500g **378**円(税込416円)  
**180294** 自然丸  
**自然丸の液体石けん詰替用**  
 400ml **170**円(税込187円)

きめ細かな泡立ちと泡切れの良さが特徴です。手荒れ対策にもおすすめの無添加素材。

ミヨシ石鹸 **泡のハンドソープ**  
**180336** ボトル **350**円(税込385円)  
**180348** 詰替用 **240**円(税込264円)

ミヨシ石鹸 **食器洗いせっけんスプレー**

**180312** ボトル **300**円(税込330円)  
**180324** 詰替 **350**円(税込385円)

天然の洗浄成分で地肌から髪への健康を支える泡たのせっけんシャンプー。

ミヨシ石鹸 **泡のせっけんシャンプー**  
**180361** ボトル **880**円(税込968円)  
**180373** 詰替 **530**円(税込583円)

ミヨシ石鹸 **ミヨシ弱酸性リンス**

**180385** ボトル **880**円(税込968円)  
**180397** 詰替 **530**円(税込583円)

丸富製紙 **芯有トレペピュアブラウン8R**

**180415** **ダブル×8ロール** **375**円(税込413円)  
**180427** 丸富製紙 **ペンギン芯なしロール6R**  
 シングル×6 **450**円(税込495円)

丸富製紙 **ピュアティッシュ5箱**

**180439** **200組×5箱** **430**円(税込473円)  
**180440** 丸富製紙 **キッチンペーパー**  
 100組×3箱 **350**円(税込385円)

丸富製紙 **ポリラップ22cm×40m**

**180452** **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。

やっぱり **みそ汁!**



**547** **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

**548** **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

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。



**550** **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

**549** **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

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

組合員さんのご要望にお応えして♪



原材料/大豆、小麦、食塩  
**553** **蔵** **G**不**使用**  
海の精 ⑥6ヶ月以上/豆・麦  
**海の精国産有機旨しぼり醤油**  
1ℓ **1550**円(税込) **1674**円

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

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**  
近藤醸造 ②2年/豆・麦  
**国産丸大豆醤油**

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

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

国産丸大豆醤油をベースに醸だしと発酵調味料、洗双糖を使用。めんつゆ、煮物などに。

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

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

**554** **蔵** **G**不**使用**  
ヤマヒサ ①1年/豆・麦  
**減塩しょうゆ**  
500ml **1100**円(税込) **1188**円

旬の素材にかけるだけ、漬けるだけでおいしく味が決まる♪



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

**G**不**使用**  
内堀醸造 ⑥6ヶ月以上/米  
**カンタン八芳酢**

**558** **蔵**  
360ml **410**円(税込) **443**円

**559** **蔵**  
900ml **840**円(税込) **907**円  
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**  
ナチュラルキッチン  
**粗精糖(種子島産)**  
1kg **350**円(税込) **378**円

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

**564** **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

厳選した米・もち米・米麹・米焼酎を合わせて桶に仕込み、1年以上じっくりと熟成させました。

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

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

**561** **蔵** **G**不**使用**  
創健社  
**さらさら粗糖**  
200g **215**円(税込) **232**円

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

**565** **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

**566** **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

**568** **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

**569** **蔵**  
味のー醸造 ①1年/米  
**味の母(醗酵調味料)**  
720ml **780**円(税込) **842**円

圧搾一番搾りのみ使用したピュアな油

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

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。

**570** **蔵** **G**不**使用**  
平田産業 ②270日以上  
**一番搾り純正なたね油**  
1250g **712**円(税込) **769**円

**G**不**使用**  
ヤマキ食品 ①1年  
**国産なたね油**  
**571 (大)** 1650g **1750**円(税込) **1890**円  
**572 (小)** 540g **646**円(税込) **698**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。

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。

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。

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

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

**575** **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

**576** **蔵**  
せいふてい ⑩12ヶ月  
**チキンコンソメ**  
4g×20袋 **340**円(税込) **367**円  
化学調味料不使用のチキンの風味とスパイスの効いた洋風だし。(GMO飼料不分別)

**担当者おすすめ レシピ** **中華風しょうがご飯**

**材料**  
米……………2合  
鶏もも肉……………200g  
しょうが……………1かけ  
しょうゆ……………大さじ1  
オイスターソース……………大さじ1  
ごま油……………大さじ1  
青味……………適宜

**作り方**  
①鶏肉は2cm角に切り分ける。しょうがは細切りにします。  
②フライパンにごま油を熱し、鶏肉を中火で炒めます。炊飯器に炒めた鶏肉、米、しょうが1/2かけ分、しょうゆ、オイスターソース、規定の水(分量外)を入れて炊きます。  
③炊きあがったら器に盛り、しょうがと青味をのせてできあがり♪

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。

**582** **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 **315**円(税込) **340**円  
国産トマト、オーガニックトマト、粗糖、塩、醸造酢、香辛料、玉ねぎ、にんにくを使用したやまゆりオリジナル商品。

**584** **蔵**  
ナガノトマト ⑥6ヶ月以上  
**トマトのソースマト&バジル**  
390g **350**円(税込) **378**円  
イタリア産完熟トマトをふんだんに使用し、バジルの味わいを効かせたイタリア仕込みのオーガニックトマトソースです。

**577** **蔵** **G**調味料  
笹木醤油 ④4ヶ月以上/豆・麦・米  
**金笛 やきたれ**  
150ml **450**円(税込) **486**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加わった甘口の万能たれです。

**578** **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。

**579** **蔵** **G**不**使用**  
高橋ソース ①1年以上/豆・麦・米  
**中濃ソース**  
300ml **310**円(税込) **335**円

**583** **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 **580**円(税込) **626**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。

**585** **蔵**  
ナガノトマト ⑥6ヶ月以上  
**トマトのソースマト&ガーリック**  
390g **350**円(税込) **378**円  
イタリア産完熟トマトをふんだんに使用し、ガーリックの味わいを効かせたイタリア仕込みのオーガニックトマトソースです。

**586** **蔵** **G**不**使用**  
創健社 ⑥6ヶ月/卵  
**有精卵マヨネーズ(チューブ)**  
300g **350**円(税込) **378**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)

**588** **蔵**  
富貴食研 ③3ヶ月以上/卵・米  
**有精卵タルタルソース**  
155g **540**円(税込) **583**円  
国産の西洋きゅうりのピクルスと自家製たまねぎピクルスを使用。甜菜糖と天日塩でマイルドに仕上げられています。(卵GMO飼料不分別)

**580** **蔵** **G**不**使用**  
高橋ソース ①1年以上  
**特別栽培野菜使用とんかつソース**  
300ml **350**円(税込) **378**円

**581** **蔵** **G**不**使用**  
高橋ソース ①1年以上/豆・麦  
**特別栽培野菜使用オスターソース**  
300ml **350**円(税込) **378**円

**589** **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 **350**円(税込) **378**円  
九州久住高原産の平飼卵卵使用。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)

**587** **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 **440**円(税込) **475**円

**590** **蔵** **G**調味料  
創健社 ①180日以上/豆  
**イタリアンドレッシング**  
150ml **428**円(税込) **462**円  
香り高いハーブスパイスの風味に、国内産玉ねぎの甘みがよく合うドレッシング。

**591** **蔵** **G**不**使用**  
創健社 ②270日/豆・麦  
**植物素材の本格カレー**  
**591 甘口**  
**592 中辛**  
**593 辛口**  
135g **360**円(税込) **389**円

**594** **蔵** **G**不**使用**  
創健社 ⑥6ヶ月以上/豆・麦  
**こどもカレー甘口**  
110g **380**円(税込) **410**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ルウです。

**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)

**596** **不使用**  
創健社 **いwash味付缶**  
100g **290円**(税込)  
(固形量70g) **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。

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

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

**発色剤不使用の手作り  
無塩せきコンビーフ**  
原材料 / 牛肉(愛媛)、牛脂(国内産)、ペニシリン、食塩、砂糖、発酵調味料、酵母エキス、香辛料 [牛GMO飼料不分別]

**603** **不使用**  
桜井食品 **ベジタリアンのためのラーメン味噌**  
100g **145円**(税込)  
(157円)  
植物性原料のみを使用した、ベジタリアンのためのラーメンです。野菜と発酵調味料で旨みとコクを出しました。

**もちもち  
ノンフライ麺使用♪**  
**おまとめ  
特価**  
原材料 / 麵(国産小麦粉)、でん粉、食塩、モンゴルかんすい、豆乳粉末、酵母エキス、食塩、デキストリン、砂糖、粉末ごま油、野菜粉末、白いりごま、野菜エキス粉末、香辛料、乾燥ねぎ、ごま油

**600** **不使用**  
伊藤食品 **まぐろ油漬**  
70g×4缶 **720円**(税込)  
(778円)  
太平洋産のキハダまぐろをフレック状にし、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。

**601** **不使用**  
三育フーズ **グルテンバーガー**  
215g **325円**(税込)  
(351円)  
小麦たんぱくと大豆たんぱくを主に、本醸造醤油、植物性油脂、酵母などを加えて挽肉状に加工しました。

**602** **不使用**  
更別食品 **もろこし畑・ホール**  
180g **220円**(税込)  
(238円)  
(固形量125g) **220円**(238円)  
北海道で収穫後すぐに加工した鮮度抜群のホールです。自然本来の甘み、香り、味が楽しめます。

**599** **不使用**  
創健社 **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。

**604** **不使用**  
桜井食品 **しおらーめん**  
99g **140円**(税込)  
(151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]

**605** **100g** **195円**(税込)  
(211円)  
**606** **5袋** **900円**(税込)  
(972円)  
100g(80g) 通常本体 ×5  
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。

**607** **不使用**  
阿部製粉 **国内産強力小麦粉ゆきちから**  
1kg **330円**(税込)  
(356円)  
東北地方産小麦ゆきちからを100%使用。たんぱく含量が高いためパン作りや麺作りなどに。

**608** **不使用**  
阿部製粉 **国内産薄力小麦粉シラネ**  
1kg **330円**(税込)  
(356円)  
宮城県産シラネ小麦を100%使用。ケーキなどのお菓子作りや天ぷらなどにご利用ください。

**609** **不使用**  
ばくばく **あづまの国の地粉**  
600g **320円**(税込)  
(346円)  
関東産の小麦を味わい深い部分まで挽き込み、原料本来の味が生きている自然の色をした中力粉の小麦粉です。

**610** **不使用**  
庄内協同ファーム **もちっ粉**  
200g **380円**(税込)  
(410円)  
庄内協同ファーム 90日以上/米

**611** **不使用**  
桜井食品 **パン粉**  
200g **278円**(税込)  
(300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。

**613** **不使用**  
桜井食品 **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。

**617** **不使用**  
金子製麺 **ぼんぼん麺 ちゃんぽん味**  
2人分(200g) **310円**(税込)  
(335円)  
中井町産小麦粉使用中細麺に無添加ちゃんぽんスープを付けました。茹でこぼし不要です。

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

**619** **不使用**  
金子製麺 **全粒粉ひやむぎ**  
240g **190円**(税込)  
(205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。

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

**615** **不使用**  
かまか商店 **ピーナッツこなこ**  
60g **410円**(税込)  
(443円)  
落花生を炒り上げてミキサーですりおろしました。

**616** **不使用**  
創健社 **パンケーキネオハイミックス無糖**  
400g **380円**(税込)  
(410円)  
小麦粉に自家焙煎した小麦胚芽を加え、しっとりとした食感と香ばしさを出したミックス粉です。

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

**621** **不使用**  
金子製麺 **極上 足柄茶そば**  
200g **340円**(税込)  
(367円)  
抹茶を練りこんだ風味豊かな蕎麦です。ざる蕎麦が最適です。

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

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

**お彼岸には  
手作りおはぎ!**

**627** **不使用**  
渡部農場(北海道) **あずき**  
300g **500円**(税込)  
(540円)  
北海道土幌町の渡部信一さん。

**624** **不使用**  
菌興椎茸協同組合 **ばばっとしいたけ**  
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。

**625** **不使用**  
くまもと創健 **九州産乾燥きくらげ**  
20g **460円**(税込)  
(497円)  
貴重な国産、さらに生産者限定の乾燥きくらげ。肉厚でコリコリとした食感。

**626** **不使用**  
てんば印 **切り干し大根**  
40g **260円**(税込)  
(281円)  
栽培から加工まで一貫して行った無着色・無添加の切り干し大根。

**629** **不使用**  
渡部農場(北海道) **黒豆**  
300g **530円**(税込)  
(572円)  
北海道土幌町の渡部信一さん。

**628** **不使用**  
渡部農場(北海道) **金時豆**  
300g **530円**(税込)  
(572円)  
北海道土幌町の渡部信一さん。

**630** **不使用**  
渡部農場(北海道) **紫花豆**  
300g **780円**(税込)  
(842円)  
北海道土幌町の渡部信一さん。

**海と山の幸の旨みと  
コクのだしパックです**

**632** **不使用**  
マツキ **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。

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

**639** **不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **三浦半島産カットわかめ**  
30g **560円**(税込)  
(605円)  
三浦半島産の採れたてわかめを、磯の風味そのままに加工した乾燥カットわかめです。味噌汁や戻して酢の物などに。

**641** **不使用**  
神奈川県漁業協同組合連合会 **乾のり**  
全型10枚入 **380円**(税込)  
(410円)  
神奈川県産海苔使用。半分折って焼くと揮発した香りがお互いの内側で吸収されおいしさが逃げません。

**カルシウム・鉄分・  
食物繊維がたっぷり**

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

**634** **不使用**  
千葉産直サービス **寒ぼし煮干し**  
120g **430円**(税込)  
(464円)  
千葉県沖で獲れた上質なかたくちいわしを新鮮なうちに釜揚げし、寒風で干しあげました。

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

**640** **不使用**  
リアス **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。

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

**643** **不使用**  
創健社 **ふりかけ45**  
32g **210円**(税込)  
(227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]

**奈良県 吉野コスモス会のお寿司**

炙ったさんまの香ばしさと  
すだちの爽やかな香り



原材料/米(秋田県)、サンマ(岩手県)、砂糖(鹿児島県)、すだち酢(徳島県)、酢(京都府)、昆布(北海道)

**644** 凍  
吉野コスモス会  
炙りさんま寿司

1本 **1050**円(税込1134円)

岩手県産さんまを使い、すだち酢と富士酢などで作った酢飯で棒寿司にしました。自然解凍してください。

吉野に伝わる昔ながらの製法でつくりました

三陸産サバ、ライスロッチ大濁の無農薬米で作った、柿の葉で包んだ押し寿司です。自然解凍後、お召し上がりください。



**645** 凍  
吉野コスモス会  
柿の葉寿司(サバ)

3個 **498**円(税込538円)

柿の葉の効果で身がやわらかく旨みがアップ!

北海道産の鮭、ライスロッチ大濁のあきたこまちや富士酢などの厳選素材で作った、柿の葉で包んだ押し寿司です。



**646** 凍  
吉野コスモス会  
柿の葉寿司(サーモン)

3個 **528**円(税込570円)

素材(具)の味を引き出した味わい

厳選した素材をそれぞれ味付けし、有明海産の海苔で巻いて切り分けました。自然解凍してください。[GMO飼料不使用]



**647** 凍 G不使用  
吉野コスモス会  
にっこりのり巻き

4個 **300**円(税込324円)

鶏の照焼きにきんぴらのアクセント

厳選した素材をそれぞれ味付けし、有明海産海苔で巻いて切り分けました。自然解凍してください。[GMO飼料不使用]



**648** 凍 G不使用  
吉野コスモス会  
鶏照り親子の巻き寿司

4切(150g) **360**円(税込389円)

シンプルな味わいのおいなりさん

厳選した調味料とだしで甘辛く煮た揚げを使用した、一つずつ手づくりのいなり寿司です。自然解凍してください。



**649** 凍 G不使用  
吉野コスモス会  
にっこりいなり

3個 **320**円(税込346円)

米粉を使用したグルテンフリーのたこ焼きです(醤油を少量使用しています)

ソース無しでも美味しい、冷めても美味しいたこ焼きです。大玉のたこ焼きなので、食べ応え十分です。[卵GMO飼料不使用]



**650** 凍 G不使用  
吉野コスモス会  
米粉で作ったにっこりたこ焼き

6個(186g) **360**円(税込389円)



徳島県つるぎ町  
小野製麺

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

もちもちとした噛みごたえ、手延べならではのなめらかな喉ごしが楽しめます



北海道産小麦粉を100%使い、手延べで仕上げました。

原材料/小麦粉(北海道)、食塩、食用植物油[ひまわり]

**小野製麺**  
手延半田めん

◎730日/麦

**180543** 320g **430**円(税込464円)

**180555** 5袋 320g×5 **2150**円(税込2160円)

おまとも  
特価

お彼岸

手作りおはぎに

秋のお彼岸は秋の咲く季節なので「おはぎ」、春のお彼岸は牡丹の咲く季節なので「ぼたもち」と季節によって名前が変わります。お彼岸には心をこめて手作りしませんか。

※きなこはP15でご案内しています

新 もち米

**180592** 凍 G不使用  
山形有機うまいもん研究会  
こがねもち もち米(白米)

2kg **1380**円(税込1490円)

山形県川西町の伊藤藤夫さん。

新 もち米

**180609** 凍 G不使用  
山形有機うまいもん研究会  
こがねもち もち米(玄米)

2kg **1280**円(税込1382円)

山形県川西町の伊藤藤夫さん。



**180658** 凍 G不使用  
関商店  
北海道十勝 ねりあん2袋

270g×2 **920**円(税込994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ねりあんです。



**180671** 凍 G不使用  
関商店  
北海道十勝 つぶあん2袋

270g×2 **920**円(税込994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。

実りの秋を祝う伝統行事 お月見

もちりとした生地と粒あんの風味が存分に楽しめます



原材料/生地(上新粉、砂糖、還元水飴、大麦粉、食塩、山芋粉)、粒あん(小豆、砂糖、還元水飴、食塩)、きな粉(大豆)

**180683** 凍 G不使用  
岩手阿部製粉  
芽吹き屋の十五夜だんご

12個(240g) **510**円(税込551円)

主に北海道産小豆で作った粒あんを、国内産の上新粉で作った生地で包みました。国内産大豆で作ったきな粉が付いています。自然解凍でお召し上がりください。

収穫の感謝を表す 月に見立てた丸い団子



原材料/有機うるち米(山形県)、レッドピーズ(山梨県)

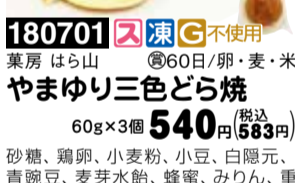
**180695** 凍  
菓房 はら山  
有機月見だんご(台付)

15個(15g×14、25g×1個) **750**円(税込810円)

山形の庄内協同ファームの有機うるち米で作った月見団子です。15個中1個は可愛いうさぎの形をしています。団子を飾る台付きです。

お月見

もちもちとした噛みごたえ、手延べならではのなめらかな喉ごしが楽しめます



原材料/小麦粉、バター、卵、洗双糖、牛乳〔乳製品GMO飼料不分別〕〔卵GMO飼料不使用〕

**180701** 凍 G不使用  
菓房 はら山  
やまゆり三色どら焼

60g×3個 **540**円(税込583円)

砂糖、鶏卵、小麦粉、小豆、白隠元、青豌豆、麦芽水飴、蜂蜜、みりん、重曹〔卵GMO飼料不使用〕

やさしい甘さのひと口サイズの可愛らしいクッキー



**180737** 凍  
ナチュラルド本舗  
お月様クッキー

60g **350**円(税込378円)

無添加、麦芽100%  
とにかく“ビール通”ごのみの  
ノンアルコールビール

箱得



原材料/麦芽(ドイツ)、ロースト麦芽、ホップ  
日本ビール ◎6ヶ月  
ノンアルコールビール龍馬1865

**180610** 350ml×6缶 **720**円(税込778円)

**180622** 箱 350ml×24缶 **2790**円(税込3013円)  
ドイツ産麦芽100%。香料や保存料などの添加物は一切使用していません。名前の「1865」は龍馬が初めてビールを飲んだという年にちなんでいます。

しっかりとした酸があり  
料理に合わせやすい日本酒です

富士桜の花から採取した山梨県オリジナル酵母を使用。アルコール14%。精米歩合60%。酸度2.0。日本酒度+2.0~5.0

**180634** 凍  
谷櫻酒造  
純米酒 甲斐の花

720ml **1380**円(税込1518円)



純米大吟醸酒粕の風味豊かな羊羹です

9月3日  
砂糖[サトウキビ、甜菜糖]、小豆生あん、酒粕、寒天

**180646** 凍 G不使用  
谷櫻酒造  
谷櫻 純米大吟醸酒粕羊羹

43g×3個 **600**円(税込648円)

可愛らしいお月見モチーフの  
和菓子セットです



内容/うさぎ(上用饅頭)2個(40g×2)、月見だんご(和生菓子)15個(40g)、月(練切)1個(40g)

**180725** 凍 G不使用  
菓房 はら山  
季節の上生菓子(お月見)

◎90日/米

3種 **1200**円(税込1296円)

うさぎ(砂糖、小豆、山芋、上用粉、赤蕪)、月見だんご(砂糖、白隠元、上用粉、もち米、)、月(砂糖、白隠元、小豆、山芋、白玉粉、もち米、南瓜、馬鈴薯でん粉)

抹茶づくしのロールケーキ



**180749** 凍 G不使用  
ナチュラルド本舗  
有機抹茶のシフォンロール

◎30日/卵・乳・麦

1本 **780**円(税込842円)