

いのちと食べもの自然宅配便

エコポスト

株式会社 金沢オーガニッククラブ TEL:076-294-0320 / FAX:076-248-1662

2025年
2月2 月号



2月9日(日)の週 お届けカレンダー

	火	水	木	金
提出日	4	5	6	7
配送日	11	12	13	14

注文締切時間をご確認ください

締切:水曜の午後1時(火・水の方)

金曜の午後1時(木・金の方)

全て税込み価格です

石川県野々市市

ハイチーズ
Hi Cheese!

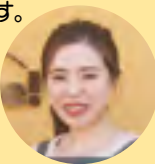
翌々 不定期!

卵・白砂糖・小麦粉・添加物不使用
グルテンフリーのおやつ

できるだけ地元の材料を使う事にこだわっています。

- 白山市 山下ミツ商店さんの生おから
- 白山市 稲ほ舎さんの米粉
- 南砺市 石黒種麴店さんの甘麴・塩麴・醤油麴

おいしくなれ。の気持ちを込めて、現役のママ達
がひとつひとつ丁寧な手作業で仕上げています。



代表の肥後利華さん



まったりしっとり程よい甘さ
おから入りのチーズケーキ

甘粕チーズケーキ 凍

ほのかに香る甘粕とクリームチーズに生おからのまろ
やかさが絶妙に絡みあい、自家製ザクザクの米粉ポト
ムとの新しい世界をお楽しみいただけます。

6371 ホール 1ホール 2,700円⇒**2,646円 得**

6372 ピース 1個 550円⇒**539円 得**



濃厚なチョコレート感を
味わえます



6373 醤油麴ガトーショコラ(ピース) 凍

良質なカカオ60%以上の濃厚
なチョコレートに醤油麴で発酵
のチカラが加わり、生おからで口
溶けしっとり。絶妙な深みとコク
をお楽しみいただけます。

1個 **580円**



どちらも食べたい方に



6374 チーズケーキ&ガトーショコラ 凍

人気のチーズケーキとガトーショコラの2種類を味
わえる2本セット。

2本セット **2,800円**

6375 季節のチーズケーキ(ピース) 凍

りんごとシナモン ※変更の可能性あり
HiCheese!の看板商品、甘粕チーズケーキの季
節限定販売句に合せた素材とのマリアージュをお
楽しみ下さい。

1個 **580円**

ホロホロした食感



塩麴おからクッキー

石川県産の米粉を使用した、おから入りクッ
キー。ココロとカラダが喜ぶ素材でみんなが
笑顔になるおやつです。

6376 きなこ 6377 白ごま

6388 チョコ(季節限定)
各10枚 **380円**

今週の
一押し

自然の甘みで
腸を元気に!

奥野さんの玄米甘酒

8657 奥野さんの玄米甘酒 2・4週

無農薬、化学肥料不使用、除草剤不使用で
育てた伊勢ひかり(イセヒカリ)の玄米を使用
しています。そのまま飲んでもおいしく頂けます
が、お料理に入れると砂
糖の代わりになり、自
然な甘さを出すこと
ができます。ノンア
ルコールなので、お
子様にも◎。

賞味期限:2025年3月

エコファーム奥野
490ml 900円⇒**750円 得**



旬の
一品

甘みとほどよい酸味
熊本県のデコポン

0405 熊本不知火(デコポン)

品種は不知火。本場熊本のデコポン。糖度が高く食味にも
優れる柑橘類。ヘタ部分がポロリと取れてむき易いです。

水の子

500g **475円**



農薬不使用のミニトマト

地元野菜

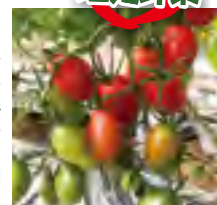
0268 会宝ミニトマトアイコ

食べ応えのある食感と、さっぱりとし
た酸味と甘さのバランス!ミニマト
は皮を剥かずに食べる物なので、安
全・安心なものを是非召し上がって
下さい。

140g **373円**



会宝産業



- 1832 あずきかぼちゃ
特別栽培小豆・かぼちゃ(国産)、食塩(海の精)
- 1844 おさかなソーセージ
魚肉[タラ(北海道産)、エソ・タイ・その他(国産)]、
ばれいしょでん粉(北海道産)、なたね油、てんさい糖
(北海道産)、かつお節エキス、食塩、ごま油、こしょ
う
- 1863 味付けいなり(オーサワ)
油揚げ【大豆(山形・秋田・新潟・北海道産)、菜種油(オース
トラリア産)、粗製海水塩化マグネシウム(にがり)(長
崎産)】、粗糖(鹿児島産)、醤油、発酵調味料、食塩(青
い海)、かつお節(鹿児島産)、昆布(北海道産)、さ
ば節(静岡県)
- 2363 国産釜揚げしらす
いわし類(国産)、食塩
- 2693 ちくわぶ北海道産小麦使用
小麦粉(北海道産)
- 2774 鳴門海峡 漁師のわかめ
わかめ(鳴門産)、食塩
- 3904 ゆず大根
大根、粗糖、米酢、みりん、ゆず、昆布
- 3925 キムチ鍋のもと
トマトピューレ、白梅酢、みそ(大豆含む/非遺伝子
組み換え)、溜り醤油(大豆含む/非遺伝子組み換え)、
白たま(小麦含む)、みりん、りんご、人参、にんにく、
唐辛子、粗糖、しょうが、鰹節、昆布
- 5130 (醤油) オーサワベジ生ラーメン
麵(小麦粉、焼酎、食塩、小麦グルテン、かんすい)、スー
プ(醤油、発酵調味料、香辛料、植物油、食塩、メー
プルシュガー、酵母エキス、馬鈴薯澱粉、昆布粉末)
- 5131 (味噌) オーサワベジ生ラーメン
麵(小麦粉、焼酎、食塩、小麦グルテン、かんすい)、スー
プ(味噌、醤油、発酵調味料、メープルシュガー、香
辛料、植物油、食塩、酵母エキス、昆布粉末)
- 5132 (ごまみそ) オーサワのベジ生ラーメン
めん[小麦粉(北海道産)、焼酎、食塩(シママース)、
小麦グルテン(国産)、かんすい]、スープ[胡麻(南
米・アフリカ産他)、醤油、食塩(シママース)、醃酵
調味料、胡麻油、香辛料(玉ねぎ、にんにく、ねぎ、
唐辛子)、酵母エキス、味噌、メープルシュガー、馬
鈴薯でん粉、昆布粉末]
- 5133 (しお) オーサワベジ生ラーメン
麵[小麦粉(北海道産)、焼酎、食塩、小麦グルテン、
かんすい]、スープ[小麦醸造調味料(足助仕込三河
しろたま)、発酵調味料、食塩(シママース)、香辛料、
[玉ねぎ、にんにく、ねぎ、しょうが、黒コショウ]、
ごま油、メープルシュガー、酵母エキス、馬鈴薯澱粉]
- 5134 (坦々麵) オーサワのベジ生ラーメン
めん[小麦粉(北海道産)、焼酎、食塩(シママース)、

小麦グルテン(国産)、かんすい]、スープ[胡麻、
食塩、みりん、食用植物油(胡麻油、パブリカ)、
清酒、醤油、味噌、メープルシュガー、酵母エキス、
香辛料(にんにく、生姜、唐辛子、胡椒)、馬鈴薯で
ん粉]

- 5781 有機酒粕
有機米(国産)、有機米こうじ[米(国産)、こうじ]
- 5861 ベジキーマカレー(レトルト)
レンズ豆(アメリカ産他)、ローストオニオン(国産)、
蓮根(国産)、特別栽培人参(国産)、粒状大豆
たんぱく(国産)、かぼちゃペースト(国産)、有機
トマトペースト(アメリカ産)、メープルシュガー(カナ
ダ産)、菜種油、食塩(海の精)、醤油、小麦粉・りん
ごピューレ(国産)、カレー粉(ウコン、陳皮、フェ
ンネル、赤唐辛子、シナモン、ジンジャー、ガーリック、
コリアンダー、クミン、フェネグリーク、クローブ、ロー
レル、カルダモン、ナツメグ)、酵母エキス、おろし
生姜・おろしにんにく(国産)、味噌、ガラムマサラ(フェ
ンネル、クミン、スターアニス、シナモン、ナツメグ、
陳皮、カルダモン)、クミン、オレガノ、赤唐辛子
- 6341 ひなあられ
有機もち米(国産)、有機醤油、有機白醤油、有機砂糖、
本みりん、のり、あおさ、昆布、かつお節
- 6371 甘粕チーズケーキ(ホール)
クリームチーズ(オーストラリア製造)、生クリーム、
生おから、甘藷、きび砂糖、塩麹、米粉クッキークラ
ンチ(一部に乳成分、大豆、アーモンドを含む)
- 6372 甘粕チーズケーキ・プレーン
(ピース)
クリームチーズ(オーストラリア製造)、生クリーム、
生おから、甘藷、きび砂糖、塩麹、米粉クッキークラ
ンチ(一部に乳成分、大豆、アーモンドを含む)
- 6373 醤油麹ガトーショコラ(ピース)
生おから(石川県産)、米粉(石川県産)、きび砂糖、
無塩バター、アーモンドブードル、ミックスナッツ、無
調整豆乳、醤油麹、チョコレート、ココアパウダー/ペー
キングパウダー(アルミフリー)(一部に乳成分、アー
モンド、大豆含む)
- 6374 チーズ&ガトー
チーズケーキ→クリームチーズ(オーストラリア製造)、
生クリーム、生おから、甘藷、きび砂糖、塩麹、米粉
クッキー克蘭チ(一部に乳成分、大豆、アーモンド
を含む)ガトーショコラ→生おから(石川県産)、米粉(石
川県産)、きび砂糖、無塩バター、アーモンドブードル、
ミックスナッツ、無調整豆乳、醤油麹、チョコレート、
ココアパウダー/ペーキングパウダー(アルミフリー)(一
部に乳成分、アーモンド、大豆含む)
- 6375 季節のチーズケーキ(ピース)
クリームチーズ(オーストラリア製造)、生クリーム、
生おから、甘藷、きび砂糖、塩麹、米粉クッキークラ
ンチ(一部に乳成分、大豆、アーモンドを含む)、※
季節の果物(春→桜餡、夏→レモン、秋→五郎島と餡
子、冬→りんごとシナモン) 変更になる場合があり

ます。

- 6376 塩麹おからクッキー(きなこ)
米粉(石川県産)、無塩バター、生おから、きび砂糖、
きなこ、片栗粉、塩麹、天日塩(一部に乳成分、大豆
を含む)
- 6377 塩麹おからクッキー(白ごま)
米粉(石川県産)、無塩バター、生おから、きび砂糖、
白ごま、片栗粉、塩麹、天日塩(一部に乳成分、大豆
を含む)
- 6388 塩麹おからクッキー(チョコ)
米粉(石川県産)、無塩バター、生おから、きび砂糖、
片栗粉、チョコレート、ミックスナッツ、ドライイチゴ、
塩麹、天日塩(一部に乳成分、大豆を含む)
- 7503 有機しょうがだけ
有機生姜(高知県)
- 7813 オーサワの有機小豆焙煎粉(ヤン
ー)
有機小豆(中国内モンゴル自治区)
- 9701 よもぎ釜餅(熊野鼓動)
もち米、小豆、てんさい糖、よもぎ、きな粉、塩
- 9702 古代米釜餅(熊野鼓動)
もち米、小豆、てんさい糖、古代米、きな粉、塩
- 9720 塩鮭切身
鮭(オホーツク産)、食塩
- 9721 ベビー帆立加熱用
帆立貝(北海道産)
- 9722 厚岸のさんま
さんま(北海道産)
- 9723 さば竜田揚げ(調理済)
真さば(北海道産)、でん粉、濃口醤油、味噌、菜種油、
生姜、(一部に小麦、大豆、さばを含む)

「ニココの惣菜」は
P.36に掲載しています。

〈今週の終了品〉

◎商品入替 ●季節終了 ◆完全終了(廃番)

★取り扱い休止 ▲先方都合での終了

×自然災害の影響 ■在庫終了

■1944 飛鳥のカレーまん(飛鳥)

◎4738 紫いも粉

■6205 国産なたね油(堀内)

■7660 有機ほうじ茶水出しTB

■8094 木からうまれたキッチンスポンジ

なんでも伝言板

会員からの質問や感想、要望などを掲載しています。
ご意見をどんどんお寄せください。

■愛媛の温州みかんの外の皮と中身の皮がところどころ一
体していました。これは品種特有のものでしょうか。

昨年夏の猛暑とカメムシの大量発生によるものと思われ
ます。昨年は高温により花がづ
かないものや、生育遅れが出て、
収量が大幅にダウンしてしま
いました。したがって、柑橘類の
出荷も早々に終了になりました。

(星光農園)



エコポストの表記について



新製品。その週だけに表示
されます。



今週/今月の特価品です。



生麺です(無印は乾麺)。

1週のみ

1週目の企画品です。

2週のみ

2週目の企画品です。

3週のみ

3週目の企画品です。

4週のみ

4週目の企画品です。

1・3週

2・4週 隔週の企画品です。

週のマークがないものは毎週企
画品です。



野菜・果物で地元石川県内
で生産されたものです。



保存方法(無印は常
温です)。



価格が変更になりました。



製品番号・生産地・価格・規格
が変更になりました。



翌々週に配送されます。



レシピが紹介されてい
ます。



今回のみの企画商品
です。

フードシステムがもたらす多重危機 地域の多様で自由な種を守る元年（1）

OK シードプロジェクト事務局長 ^{いんやくともや} 印鑰智哉

気候危機や生物大量絶滅危機が想定を超えて進みつつある。これらの多重危機の同時進行は深刻な食料危機を生み出すことは確実だ。異常気象のために実をつけなかった作物が増え、病虫害もこれまでとは違う規模で発生する可能性が高くなる上に、自然災害は激甚化し、農業生産は大きな影響を受けざるをえないからだ。それに伴い社会紛争も頻発することが懸念される。これらの多重危機を緩和するためにも食料を保障することは最大の優先順位に置かなければならないことだが、現在の日本の政治はその真逆が進行している。

食が多重危機の根本原因

この多重危機を生み出してきた根本原因の一つは食のシステムにある。化石燃料を大量に使う化学肥料や農薬使用により成立する工業型農業が世界規模に進められた結果、土壌を損ない、土壌に蓄えられた炭素が空中に放出され、気候変動を加速し、土壌の微生物、そして農薬によって多様な生命を死に追いやってきたからだ。

この工業型農業はタネ・化学肥料・農薬の3点セットを特徴とする。タネが独占され、化学肥料を入れないと十分な収穫が得られないタネしか得られなければ、化学肥料は必須になってしまう。化学肥料を入れれば作物は微生物による防御を得られなくなり、農薬に頼らざるを得なくなる。土壌微生物の助力を失った作物は十分に水を得ることもできなくなるので、灌漑がなければ作物は育たなくなる。タネを奪われた農民は作物を育てるためには化学肥料や農薬を求め、市場論理に引き込まれ、灌漑施設を作ることができる権力者に従順になっていく。

つまり農民が持つタネを奪い、化学肥料を必要とするタネを買わせることができれば、社会を征することができる。タネを握るものが世界を征すると言うが、まさに近代史はそのタネの覇権をめぐる闘いであった。遺伝子組み換え企業は世界の種子企業の買収を進め、その結果、遺伝子組み換え品種以外のタネを買えない地域が出現した。インドではモンサントが遺伝子組み換えコットンを持ち込み、インドの

農家はモンサントのタネ以外のタネを入手することができなくなった。しかし、インドには適さず満足に実をつけなかった。借金をしてタネや農薬を買ったが収穫が得られなくなったために自殺に追い込まれる農民が30万人を超える悲劇が生まれた。

タネの決定権を取り戻す「タネの自由運動」

インドでの悲劇が生まれる前に、バンダナ・シバ氏はこの事態を予測して1990年代から「タネの自由運動」を提唱し、在来品種のタネを集め、農民に貸し出せる仕組みを整備した。灌漑のない畑でもデシというインドの気候にあった在来種のコットンがその後、インド各地で復活していく。今、インドのオーガニックコットンは大きく成長しているが、まさにタネを守ることは農民の命を守ることでもある。

バンダナ・シバ氏が提唱した「タネの自由運動」はその後、世界中に広まった。種子主権、つまり農民のタネの決定権がなければ、食料主権、食の決定権は存在しえない。種子企業に食のシステムを独占される社会は、民主的社会にはなりえない。タネの決定権は基本的人権を支える基盤となる権利なのだ。この権利はその後、国際社会がその重要性を認識し、国連で食料・農業遺伝資源条約や小農および地方で働く人びとの権利宣言においても明記されることになる。多様な在来種を守るシードバンクは世界各地に急速に広まっている。

（文：印鑰智哉、Webサイト「長周新聞」
（2025年1月6日）より抜粋）

印鑰智哉さんは食の安全を守るために、ゲノム編集や遺伝子組み換え等、様々な情報を発信されています。是非、Webサイト「食からの情報民主化プロジェクト」をご覧ください。また、Webサイトは印鑰さん自らサーバー管理しており、そちらのご支援も募集しています。よろしく願いします。



Webサイト



ご支援

野菜

有 有機JAS…2年以上農薬・化学肥料不使用の畑で栽培されたもので、第三者機関による認証を受けたもの。

無 農薬・化学肥料不使用…JASの認証は受けていないが、栽培期間中、農薬・化学肥料不使用で栽培されたもの。(自然農法含む)

特 特別栽培…農薬・化学肥料の使用量が規定の5割以下に制限されたもの。

低 低農薬…農薬・化学肥料の使用頻度を極力抑えた低農薬で栽培されたもの。

地 地元 石川県産

0012 奥野さんの野菜セット

無 奥野さんの野菜のセットです。おまかせ4〜5種類入ります。

おまかせ4〜5種

1,480円

白山市 エコファーム奥野



地

0023 北海道男爵

無 でんぷん量が約15%と多くてホクホク感があります。

「きたあかり」になるかもしれませんが

約500g **400円**
さらだぼーる



0034 鳥越紅はるか

無 さつまいもはビタミンCやカロテン、食物繊維を多く含む栄養野菜です。

約350g **432円**
白山市 エコファーム奥野



地

0035 金森さんの紅はるか

無 ねっとりとした食感で甘みが強いのが特徴です。土つきのため長期間保存できます。

600g **342円**
富山県 カナモリファーム



0036 福来園のシルクスイート

無 なめらかな食感です。シルクという名前の通り、舌のうえをすると滑るような独特の食感を楽しめます。

500g **356円**
野々市市 福来園



地



0040 茨城有機紅はるか

有 有機JAS。とても甘くしっとりしています。1ヶ月熟成してから出荷するので、とにかく甘いです。

約350g **268円**
茨城県 オーガニックハイツ



0043 奈良きくいも

無 味と香りにはクセが少なく、食べるとほのかな甘みがあります。生でも食べることができ、酢漬けや醤油漬けなどもおすすめ。

300g **363円**
奈良県 農民連



0045 茨城有機人參

有 有機JAS。有機肥料がじっくりと効き、とても甘くて食べやすいです。

400g **253円**
茨城県 オーガニックハイツ



0048 金森さんのカラフル人參

無 4〜5色。カラフルさに加えて栄養素も豊富です。皮を剥かず調理するのがおススメ!

500g **377円**
富山県 カナモリファーム



新潟にんじん

無 カロチンは皮の近くに含まれています。北海道産になる可能性があります。

400g **318円**

800g **575円**
新潟県 飯塚農場



北海道玉ねぎ

無 栄養素の吸収を助ける成分が多いので、他の食材と合わせて食べるとよいです。

約400g **292円**

約600g **405円**

約1kg **637円**
北海道 つちから農場



0064 福来園の里芋

無 煮物の定番野菜。独特の粘りがあってわりやすいです。

450g **380円**
野々市市 福来園



地

0068 青森長いもカット

無 色が白くアクが少ない上、シャキッとした歯触りが特徴です。

約350g **535円**
青森県



0069 蓮花蓮根

無 ねばり気が強い蓮根です。鉄分の吸収を高めるといわれている野菜です。

約500g **432円**
金沢市 山下農園



0070 茨城れんこんカット

無 糸を引くおいしい蓮根。茨城県産になります。

約350g **721円**
茨城県 小嶋



0073 北海道ごぼう

無 栄養と旨味は皮に近いほど高いので、皮はむかず、水にも長く浸さずに使いましょう。

約230g **467円**
北海道 和田



0080 愛知大根

低 殺虫剤:0〜1回。煮物や汁物の具、すりおろして薬味にと、日々の食卓に欠かせない野菜のひとつである大根。

1本 **314円**
愛知県 天野グループ



0146 愛知ブロッコリー

低 有機JAS認証で認められている薬剤のみ使用。カロテンとビタミンCが豊富。

1玉 **433円**
愛知県 あっぱれ天恵・ティエラス



0160 愛知キャベツ

低 低農薬。有機JAS認証で認められている薬剤のみ使用。幅広い料理にどうぞ。

1玉 **467円**
愛知県田原市 あっぱれ天恵・ティエラス



0177 愛知ベビーリーフミックスカップ

低 必要に応じて特裁レベルの農薬・化学肥料を使用する可能性があります。

約30g **216円**
愛知県 安田商店



0178 愛知ベビーリーフミックス袋

低 必要に応じて特裁レベルの農薬・化学肥料を使用する可能性があります。

約45g **281円**
愛知県 安田商店



0181 有機奈良水菜

有 サラダにもおすすめ。癖がなく食べやすい野菜です。

100g **284円**
奈良県 農民連



0188 愛知サンチュ

無 焼肉を包んで食べるので包み菜とも呼ばれています。

10枚 **256円**
愛知県 小久保農園



0189 有機奈良ほうれん草

有 有機JAS。βカロテンやビタミンCなど、栄養たっぷり。

150g **384円**
奈良県 農民連



0190 茨城有機ほうれん草

有 有機JAS。苦味が少なく食べやすいです。特に冬だと糖度が上がり甘さがひきたちます!

150g **245円**
茨城県 オーガニックハイツ



0191 愛知ほうれん草

無 とても栄養価が高く、緑黄色野菜の代表です。とくにカロチンやビタミンC、鉄分を多く含んでいます。

1束(約180g) **256円**
愛知県 天野グループ



静岡県産になる可能性あり



野菜

0192 金森さんのほうれん草

無

寒締めほうれん草です。根本の部分が特に甘いです。



約200g **315円**

富山県 カナモリファーム

0193 有機奈良小松菜

有

有機JASの小松菜です。



150g **266円**

奈良県 農民連

0194 中嶋農園の小松菜

無

炭素循環農法で栽培しています。シャキシャキとした食感で、えぐみや苦味がありません。



200g **230円**

富山県 中嶋農園

0202 静岡小松菜

無

シャキシャキの食感。栄養価もとても高く、特にカルシウムが豊富です。



愛知県産になる可能性あり

200g **246円**

静岡県 石田

0209 愛知チンゲン菜

無

中華料理や、クリーム煮などの洋風料理にも使われます。淡泊でくせがありません。



2株(1袋) **314円**

愛知県 大橋

0213 有機奈良春菊

無

香りが豊かな!おひたしや天ぷらなどにしてどうぞ。料理のアクセントにサラダや味噌汁にもどうぞ。



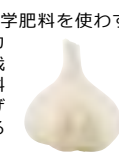
100g **309円**

奈良県 山口農園ほか

0224 兵庫にんにく

無

農業や化学肥料を使わず自然の力を生かして栽培。パスタ料理や、素揚げにして食べるのもおすすめ。



1玉 **382円**

兵庫県 ナカバヤシ

0231 愛知セロリ(東)

低

香りがまろやかですが、少し歯触りが固めで食べ応えのある食感です。



約2~3本 **221円**

愛知県 あっぱれ天恵

0243 愛知大葉(青じそ)

低

減農薬。刺身のつま、天ぷらなどに。



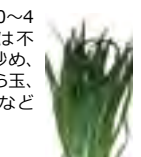
10枚 **127円**

愛知県豊橋市 ナカジマ

0244 愛知ニラ

低

殺虫剤:0~4回(冬場は不使用)。野菜炒め、ギョウザ、にら玉、にらレバー、などに。



100g **246円**

愛知県 横地愛菜園

0264 愛知ミニトマト

低

味の濃いおいしいミニトマトです。



約190g **373円**

愛知県 小野

0267 愛知トマト(桃太郎)

低

特に糖度が高く、おいしい完熟トマトです。



約350g **624円**

愛知県 マセギ

0268 会宝ミニトマトアイコ

無

食べ応えのある食感と、さっぱりとした酸味と甘さのバランス!



変

140g **373円**

会宝産業

地

0277 愛知きゅうり

低

特裁レベルのきゅうりです。農薬、化学肥料半分に抑えています。



2本 **324円**

愛知県 あっぱれ天恵他

0284 奈良白ネギ

無

冬が旬の白ネギは、寒さが厳しくなるにつれて肉厚でやわらかくなり、甘くおいしくなります。



2本 **309円**

奈良県 農民連

0287 京都九条ねぎ

無

全体的にやわらかく、薬味やねぎ焼きがおすすめです。



120g **416円**

京都府 上村克也

0292 高知生姜

無

生姜には、体を温める効果があります。



約80g **256円**

高知県 明神

0300 愛知生しいたけ

無

無農剤。無農剤、菌床栽培。4~7個入りです。



100g **297円**

豊橋市 河合



寺井生シイタケ

無

自家製の菌床で、モーツァルトの調べを聴かせて栽培しています。



0302 小粒 140g **308円**

0303 小粒 200g **447円**

寺井 佐の川園

地

寺井舞茸

無

サルノコシカケ科。成分βグルカンには癌の抑制作用を持つ。



0304 100g **194円**

0305 1株 **1,233円**

寺井 佐の川園

地

0306 カットしめじ

無

シャキシャキした歯応え。小さめサイズのカットぶなしめじです。



90g **229円**

長野県 ミスブライフ

0307 長野エリンギ

無

培養基にオガコやコヌカ等を用い、使用する水は北アルプスの地下水で栽培しました。



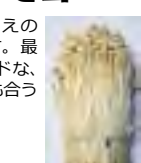
100g **308円**

さらだぼーる

0308 えのき茸

無

美味しいえのき茸です。最もスタンダードな、どんな料理にも合う万能選手。



100g **171円**

長野県 ミスブライフ

0309 奈良あらげきくらげ

無

食物繊維とビタミンDが多い品種です。食物繊維では、不溶性食物繊維が多いのが特徴です。



50g **259円**

奈良県 車谷

0310 奈良おおしめじ

無

大ぶりのしめじ。味、香りともに濃厚、歯ごたえがあります。炒めもの、鍋物、汁物などどんな料理にも◎。



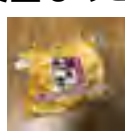
200g **300円**

奈良県 中辻

0311 奈良生なめこ

無

香り・食味ともにきのこらしさを感じます。一つ一つ手作業で収穫。おろし和えや汁物などにどうぞ。



100g **201円**

奈良県 上津川ぎのこ組合

0315 長野株なめこ

無

一株のなめこ。なめこ汁や和え物に。



1株 **298円**

さらだぼーる

0316 黄金たもぎ茸

無

無農剤。レモン色の美しいカサが特徴で、「だしの良くなるキノコ」として知られています。栄養が豊富で、抗酸化物質を多く含有しています。



80g **332円**

愛知県 ナガタ農園

0319 すりおろしにんにく(ビン)

無添加

島根県 奥出雲吉田町産生にんにくを使用。【原材料】にんにく(島根産)、米酢、食塩(シママース)



翌々週 60g **583円**

吉田ふるさと村

0326 愛媛切干大根

有

有機製法。冬大根を削ってつくった有機栽培大根の切干大根です。



無茶々園 40g **260円**



果 物

果 物

果物は、生育状況により
遅配となる場合があります。

0350 FTエクアドルバナナ

有 フェアトレード。品種「バレー
種」。雑草は手で狩り、除草剤
は使っていません。有機肥料、堆肥、
液肥使用。



エクアドル
プリエート農園

約500g **532円**
00005 定期 519円

0352 冷凍カットマンゴー

無 糖度15度以上のマンゴーを
ベトナム現地で加工。ポス
トハーベスト農業の心配はありま
せん。着実から収穫までは、紙袋
で覆って栽培するため農薬使用
はなし。



冷凍 500g **648円**
オーシャン貿易

0355 愛知いちご(大・中粒)

低 とちおとめ、おいこ
ベリー、みくのかを中心に、
その時においしい品種を出荷
します。



約230g **1,223円**
愛知県 ハートヘルスファーム

0358 冷凍有機 ブルーベリー

有 カナダ産の有機栽
培ブルーベリー。
野生種で粒が小さ
く、濃厚な色合い。
【原材料】有機ブルー
ベリー (カナダ産)



冷凍
ムソー 1kg **3,799円**

0359 OGブルーベリー

有 カナダの大自然の中で有機栽
培されたブルーベリーです。野生
種のため、粒が小さく、濃厚な色
合いのブルーベリーを旬の時期に
収穫し、自然の風味を損なうこと
なく、そのまま冷凍しました。



【原材料】有機ブルーベリー (カナダ産)
ムソー **冷凍** 150g **616円**

0360 冷凍有機いちご

有 有機JASトルコ産ストロ
ベリー。カマロッサ種でも鮮
やかな色合
いで、糖度が高く
香りが強い。
【原材料】有機スト
ロベリー (トルコ)



冷凍
ムソー 1kg **2,219円**

0371 OGストロベリー

有 有機JAS。鮮やかな色合
いで、香りも高く甘味が
あります。



冷凍
ムソー 200g **518円**

0372 OGラズベリー

有 有機JAS。上品で鮮やか
な色合い、コクと深みの
ある味が特長。



冷凍
ムソー 150g **745円**

0373 OGミックスベリー

有 色鮮やかで香り・甘みの
強いベリー3種をミッ
クスにしました。



冷凍
ムソー 200g **713円**

0374 佐藤さんのリンゴ

低 減農薬。慣行栽培の半分以
下の使用に抑え、公的機関
で残留農薬ゼロの証明を得てい
ます。品種は、シナノリップ、つ
がる、シナノスイート、王林、ふ
じに変わっていきます。



680g前後(2〜3個)
532円
長野県 佐藤武士・和子

0384 有機愛媛レモン

有 有機JAS。サクサクッ
とした食感に渋味と甘味の
絶妙なバランスはかんきつ
ファンには見逃せない味で
す。



愛媛県 星光農園
約280g **315円**

0402 有機熊本津之輝

有 有機JAS。清美、興津
早生にアンコールを交
雑組み合わせて生まれたみ
かんです。酸と糖のバラ
ンスがよい品種です。



600g **598円**
熊本県 鶴田有機農産



0403 有機熊本ポンカン

有 有機JAS。長い歴史を持
つみかんでいまだに愛さ
れています。



500g **432円**
熊本県 鶴田有機農産

0405 熊本不知火(デコボン)

低 低農薬。品種は不知火。本
場熊本のデコボン。糖度が
高く食味にも優れる柑橘類。ヘタ
部分んがボロリと取れてむき易
い。



500g **475円**
熊本県 水の子

0411 有機愛媛伊予柑

有 有機JAS。かんきつ独
特の香り高く、甘みが
濃くてとても美味しいで
す。



1kg **620円**
愛媛県 星光農園

0414 有機愛媛はるみ

有 有機JAS。清見と
F2432ポンカンを交配
して育成した品種。デコボ
ンの妹。有機はるみは多分
日本でここだけ。



約500g **411円**
愛媛県 星光農園



よつ葉の乳製品・たまご

牛乳の安全性は第一に飼料です。農薬を使わない牧草などの自給可能な帯広一帯の20酪農家の原乳特定です。

0491 ノンホモジナイズド製法 放牧生産者指定 よつ葉牛乳

低温殺菌牛乳で、乳質の均質化工程のホモジナイズをしない牛乳。生に近い自然乳。ノンポストハーベスト、非遺伝子組み換え飼料。農場内放し飼ひ。

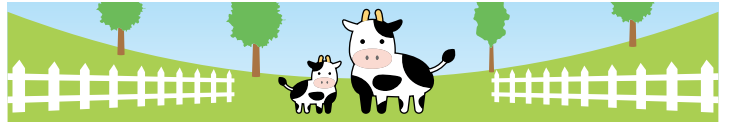
賞味期限が到着日を含め、3日が4日になります。

北陸3県で
冷蔵 当会だけ! 1ℓ 340円
00001 定期購入 1ℓ 333円

0492 よつ葉特選低脂肪牛乳

高品質な生乳のみを使用し、脂肪分をおさえました。生乳本来のおいしさを生かした、すっきりとした味わいです。高温殺菌乳。

冷蔵 1ℓ 286円
00002 定期購入 1ℓ 280円



0493 よつ葉カフェオレ

生乳は北海道十勝産、コーヒーはブラジル産、砂糖・乳製品は北海道産を100%使用。香料・着色料は一切使用していません。コーヒーは、レインフォレスト・アライアンス認証農園産を使用。

【原材料】生乳(60%以上)、砂糖、乳製品、コーヒー
冷蔵 500ml 165円

0505 生クリーム 冷蔵

乳脂肪47%。北海道十勝産の新鮮な良質の生乳から作った純粋なクリーム。※賞味期限が到着日を含め4日になる可能性があります。

【原材料】生乳100% 200ml 441円
00009 定期 200ml 431円

0494 バターミルクヨーグルト

デザート感覚で楽しめる濃厚なヨーグルト。ちょっととしたごほうびにも。【原材料】脱脂濃縮乳(北海道製造)、濃縮バターミルク(北海道製造)、クリーム(北海道製造)、砂糖

冷蔵 100g 129円

0501 加糖よつ葉のむ ヨーグルトプレーン

香料は使用しておりません。乳原料は100%北海道産。濃厚なミルク感を感じてもらえるよう、とろとした食感や無脂肪固形分・乳脂肪分にもこだわりました。【原材料】脱脂濃縮乳、砂糖(甜菜糖)、クリーム(生乳)

冷蔵 250g 195円

0502 よつ葉プレーン ヨーグルト

ノンホモバス乳と同じ、29件のNon-GMO飼料の酪農家原乳特定です。脱脂粉乳などの混ぜ物を使わず、100%生乳から作られたマイルドで濃厚な味のプレーンヨーグルト。

400g 298円
00007 定期 400g 292円

0503 よつ葉のヨーグルト 冷蔵

乳製品だけでなく、砂糖(ビート糖)も北海道産にこだわりました。乳本来の風味を味わっていただくため、香料・安定剤は一切使用しておりません。生きて腸まで届くプロバイオティックビフィス菌Bb-12入り。

90g×3 252円
00008 定期 90g×3 246円

0520 とろっとなめらか ヨーグルト

生乳100%。生きて腸まで届く植物性乳酸菌HOKKAIDO株を使用。発酵させたあとになめらかなるまで攪拌する「前発酵製法」を採用。シリアルにはこちらのヨーグルトがおおすすめです。

【原材料】生乳 400g 300円

0506 ゴーダチーズ

北海道十勝地方の新鮮な生乳のみを原料に長期熟成を経て、一つひとつ丹念に作り上げました。まろやかな風味が特徴です。【原材料】生乳、食塩、酵素(卵由来)

冷蔵 200g 592円

0507 十勝100スライス チェダーチーズ

北海道十勝産のチェダーチーズを使いやすくスライスしました。加熱するとトロトロとろけて、風味もぐっとアップします。

冷蔵 4枚(100g) 428円

0508 チェダーチーズ

チェダーチーズはナッツのような風味とほのかな酸味が特長です。グラタン、シチューなどのお料理に、またそのままおつまみにと幅広くご利用いただけます。

冷蔵 200g 577円

0510 クリームチーズ

酸味を抑え、きめが細かく、口あたりがなめらかな非熱成タイプのチーズです。クラッカーにぬっておつまみに。お菓子作りに。

冷蔵 200g 478円

0511 シュレットチーズ

チェダー・モッツアレラチーズを使いやすくシュレット。ピザやトーストに。※ジッパー付きではありません。

冷蔵 250g 654円

0512 カマンベールチーズ

専用ラインでの手作り品。室温でしばらくおいてお召し上がりください。日が経つほど味に深みが出ます。

冷蔵 90g 458円

0518 大人のカマンベール &ブルー

まろやかなカマンベールに青かびのコクと香り。【原材料】チーズカード、食塩

冷蔵 90g 455円

0521 チーズペースト カマンベール入り

きめ細かく滑らかなペースト状で、カマンベールチーズの風味たっぷりです。【原材料】ナチュラルチーズ、バター、脱脂粉乳、乳化剤

冷蔵 100g 295円

0519 スキムミルク

牛乳本来の性質とほとんど同じです。長期保存可。脱脂粉乳です。

常温 150g 291円

0514 有塩バター

よつ葉生クリーム・食塩を原料にした無添加のプロにも人気のバター。

冷蔵 150g 353円

0515 無塩バター

お菓子づくりやお料理の風味づけ、調理の用途に合わせてご利用いただける食塩不使用バター。

冷蔵 150g 388円

0516 パンにうれしい 発酵バター

発酵バターをホイップし、従来のものよりも柔らかく、口溶け良く仕上げました。ミルクの優しい風味に加え、発酵バター特有の爽やかな後味が特徴。【原材料】生乳、食塩

100g 364円

0517 パンにうれしい よつ葉バター

バターをホイップし、従来のバターよりも柔らかく、口溶け良く仕上げました。口溶けが良く、程よい塩味とミルクの優しい風味が、パンの味をいっそう引き立てます。【原材料】生乳、食塩

100g 315円



たまご

平飼いの有精卵

自己配合飼料(国産原料80%)を使用し、衛生管理された水を与え、平飼いの鶏の健康と、有精卵の品質・美味しさを追求した卵。鶏舎内では定期的に散霧をおこない、湿度・温度の調整と、マイナスイオンの発生により、鶏のストレスを抑え、快適に過ごせるようにしています。



0701 12玉 680円 定期 00003 12玉 666円
地主共和会 0702 6玉 350円 定期 00004 6玉 342円

0703 うずらの卵

日本在来種の鶏を自家配合の飼料(発酵菌ブラス)にて、より健康に無薬剤飼育されたうずらの卵です。

14~15個(190g) 400円
さらだぼーる(田原市・河合章幹)



お米・お餅・今月のわっぱん

お 米

エコファーム奥野

0895 無)玄米コシヒカリ	5kg	4,850円
0896 無)玄米コシヒカリ	10kg	9,680円
0898 無)五分米コシヒカリ	5kg	4,850円
0899 無)五分米コシヒカリ	10kg	9,680円
0901 無)白米コシヒカリ	5kg	4,850円
0902 無)白米コシヒカリ	10kg	9,680円
0903 無)玄米イセヒカリ	5kg	4,850円
0904 無)五分米イセヒカリ	5kg	4,850円
0905 無)白米イセヒカリ	5kg	4,850円

(注)五分米と白米は、玄米5kgのお米を精米したものです。

エコファーム奥野(白山市若原)

無)・・・農薬不使用米

有)・・・化学肥料や農薬を使用せず、2年以上経過した健康な土で、有機栽培を行い国で定められた基準(有機JAS規格)を満たしたものを

除1)・・・初期に除草剤1回のみ使用した低農薬米

低)・・・一般の場合に比べて農薬の使用量を減らした低農薬米



山下農園のお米

0892 除1)玄米山のコシヒカリ	
0893 除1)白米山のコシヒカリ	
各5kg	2,800円

山下農園は、金沢市内川地区蓮花町のなだらかな山手丘陵地帯にあります。田植時に除草剤を1回のみ使用し、その他一切の農薬・化学肥料は使用していない、限りなく無農薬に近い逸品米を栽培されています。

金沢市蓮花町



たかはし農園

0923 無)玄米コシヒカリ	5kg	3,669円
0924 無)白米コシヒカリ	5kg	4,132円

農薬・化学肥料不使用のものを提供していただいています。甘みが強く、ふっくらもちもち。玄米を精米しながら食べると、新米の味わいが年中続く美味しいお米です。



たかはし農園(能美市)

0871 福来園の玄米コシヒカリ

農薬・化学肥料不使用、有機肥料で育てました。玄米のみの出荷になります。



野々市市 福来園

5kg 3,918円

2月のわっぱん

1171 ミニ動物パンセット

5種類の動物が入ったミニパンセットです。とてもカワイイ動物パンです。

【原材料】小麦粉、牛乳、粗糖、卵、苺ジャム(イチゴ、砂糖)、バター、菜種サラダ油、小豆、チョコレート、イースト、レーズン、片栗粉、岩塩、みりん、けしの実、ラム酒



5種×各1 **502円**

1172 フォンダンショコラ

フランスのチョコレートケーキ、フォンダンショコラをパンにしました。外はふわふわで、中にはとろけるチョコレートクリームが入っています。

【原材料】小麦粉、牛乳、粗糖、卵、バター、チョコレート、小麦粉、ココア、粉糖、イースト、岩塩、ラム酒



2個 **637円**

1173 くるみのクリームチーズ

油脂を使用せずくるみを練りこんだシンプルな味わいの生地の中に、クリームチーズを入れました。

【原材料】小麦粉、クリームチーズ、くるみ、粗糖、イースト、岩塩



冷蔵 2個 **400円**

1174 いもあんぱん

無農薬さつまいもで自家製の餡をつくり、パンに詰めました。素朴な甘みがお口いっぱいに広がるいもあんぱんです。

【原材料】さつまいも、小麦粉、粗糖、牛乳、卵、バター、菜種サラダ油、イースト、みりん、黒ごま、岩塩



2個 **367円**

1175 リードック

ホットドッグ用のパンです。切れ目は風味を逃がさないために入れていません。生地は卵・乳製品を入れていないものを焼き上げました。とてもシンプルな味ですので、どんなものを挟んでも美味しく召し上がれます。

【原材料】小麦粉、粗糖、菜種サラダ油、イースト、岩塩



5本 **421円**

1176 ショコラケーキ

カカオケーキにくるみを入れ、粗糖・バター・小麦粉・卵を4等配合して、しっかりと焼き上げました。ほんのりピターなカカオケーキ。

【原材料】チョコレート、卵、粗糖、バター、小麦粉、いちじく、くるみ、甘夏ピール、ココア



1個45g **441円**

1177 Vt.エスプレッソ&紅茶クッキー

フェアトレードのオーガニックコーヒー・有機栽培紅茶・マスコバド糖を使用。味わい深いコーヒーと香り

高い紅茶の風味がお口の中に広がります。【原材料】小麦粉、バター、砂糖、卵、粗糖、有機栽培紅茶、コーヒー、牛乳、岩塩



2種10個 **589円**

わっぱんのパン

「リーン」とつくパンは牛乳、卵、バターを使っていません。
冷蔵または冷凍で保存してください。

食パン

【原材料】小麦粉、牛乳、粗糖、脱脂粉乳、バター、菜種サラダ油、イースト、食塩



1101 大 620g **581円**

1102 小 420g **410円**

天然酵母食パン

【原材料】小麦粉、牛乳、天然酵母、粗糖、食塩、菜種サラダ油



1103 大 620g **659円**

1104 小 410g **464円**

スライス食パン

【原材料】小麦粉、牛乳、粗糖、脱脂粉乳、バター、菜種サラダ油、イースト、食塩



1105 大 10枚 **592円**

1106 小 6枚 **421円**

スライス天然酵母食パン

【原材料】小麦粉、牛乳、天然酵母、粗糖、食塩、菜種サラダ油



1107 大 10枚 **670円**

1108 小 6枚 **475円**

1109 全粒食パン

【原材料】小麦粉、全粒粉、脱脂粉乳、粗糖、イースト、バター、菜種サラダ油、食塩



420g **441円**

1110 湯種食パン

【原材料】小麦粉、粗糖、バター、脱脂粉乳、イースト、食塩



410g **410円**

1111 レーズン食パン

【原材料】小麦粉、レーズン、粗糖、脱脂粉乳、イースト、食塩、バター、菜種サラダ油、ラム酒



410g **540円**

1112 天然酵母全粒食パン

【原材料】小麦粉、全粒粉、牛乳、天然酵母、粗糖、食塩、菜種サラダ油



410g **502円**

1113 ジャがいも食パン(リーン)

【原材料】小麦粉、じゃがいも、粗糖、イースト、食塩、菜種サラダ油



410g **427円**

リーン天然酵母食パン

【原材料】小麦粉、天然酵母、粗糖、食塩、菜種サラダ油



1114 大 620g **659円**

1115 小 410g **464円**

1116 リーン全粒食パン

【原材料】小麦粉、全粒粉、菜種サラダ油、粗糖、イースト、食塩



420g **441円**

1117 バターロール

【原材料】小麦粉、卵、粗糖、バター、菜種サラダ油、脱脂粉乳、イースト、食塩



5個 **389円**

1118 全粒マフィン

【原材料】小麦粉、全粒粉、菜種サラダ油、粗糖、コーンミール、食塩、イースト、モルト



5個 **421円**

1119 くるみパン

【原材料】小麦粉、粗糖、くるみ、菜種サラダ油、脱脂粉乳、バター、イースト、食塩



2個 **389円**

1120 ふすまパン

【原材料】全粒粉、粗糖、菜種サラダ油、イースト、岩塩



1個約180g **335円**

1121 もちふわ玄丸パン

【原材料】小麦粉、玄米粉、粗糖、菜種サラダ油、イースト、岩塩



4個 **432円**

1122 塩パン

【原材料】小麦粉、バター、菜種サラダ油、粗糖、イースト、脱脂粉乳、食塩



3個 **416円**

1123 レーズンスティック

【原材料】小麦粉、レーズン、卵、粗糖、脱脂粉乳、バター、菜種サラダ油、イースト、食塩、ラム酒



5本 **313円**

1124 リーンレーズンスティック

【原材料】小麦粉、レーズン、粗糖、菜種サラダ油、イースト、食塩



5本 **302円**

1126 リーン天然酵母ちびハイジの白パン

【原材料】小麦粉、天然酵母パン種、粗糖、食塩、菜種サラダ油



6個 **400円**

1128 あんぱん(粒)

【原材料】小麦粉、小豆、粗糖、牛乳、卵、バター、菜種サラダ油、イースト、食塩、みりん、ごま



2個 **367円**

1129 メロンパン

【原材料】小麦粉、粗糖、卵、牛乳、バター、菜種サラダ油、イースト、岩塩



2個 **389円**

1132 ジャムパン

【原材料】小麦粉、いちごジャム、粗糖、牛乳、卵、片栗粉、バター、菜種サラダ油、イースト、岩塩



2個 **367円**

1134 ピザパン

【原材料】小麦粉、チーズ、玉葱、ピーマン、ベーコン、ケチャップ、粗糖、脱脂粉乳、バター、菜種サラダ油、イースト、食塩



2個 **421円**

1136 カレードーナツ

【原材料】小麦粉、カレー(自家製)、玉葱、豚肉、キャベツ、人参、菜種サラダ油、カレー粉、洋風ダシの素、にんにく、カレーパウダー、ガラムマサラ、粗糖、脱脂粉乳、バター、イースト、食塩



2個 **421円**

お 餅

0951 有機玄米もち 300g (6個) **540円**

きめの細かさ、ねばり、甘味のあるお餅です。
【原材料】有機もち玄米(富山・秋田・山形・石川産)

0952 有機よもぎ入玄米もち 300g (6個) **572円**

よもぎの豊かな風味と口当たり。
【原材料】有機もち玄米(富山・秋田・山形・石川産)、よもぎ粉(青森産)

0953 有機黒豆入玄米もち 300g (6個) **594円**

黒豆の風味と噛みごたえ。
【原材料】有機もち玄米(富山・秋田・山形・石川産)、有機黒豆(青森・岩手・北海道産)、食塩(海の精)

0954 きび入玄米もち 300g (6個) **659円**

有機もち玄米、岩手産もちきび使用。
【原材料】有機もち玄米(富山・秋田・山形・石川産)、もちきび(国産)

オーサワ **2・4週** **翌々週**

その他のパン

ふくらむ魔法の冷凍パン **2・4週** **冷凍** 冷凍のままオーブンで約15分焼いてください。

1216 メロンパン 84g 4個入 **612円**

外は「サクッ」中は「ふわふわ」。きめの細かいパン生地は、口どけが違います。

【原材料】小麦粉(小麦(国産))、砂糖、鶏卵、米油、粉糖、パン酵母、全粉乳、バター、加糖練乳、食塩、レモン果汁、(一部に卵・乳成分・小麦を含む)



1218 バターボール(クルミ) 72g 4個入 **611円**

ふんわり柔らかく、もちもちしたバターボール生地に、サクサクのクルミを練り込みました。

【原材料】小麦粉(小麦(国産))、鶏卵、クルミ(米国産)、米油、砂糖、全粉乳、バター、パン酵母、食塩、レモン果汁、(一部に卵・乳成分・小麦・くるみを含む)



ピノキオ

その他のパン・秋川牧園の豚肉・鶏肉

卵・乳製品不使用のヴィーガンパン

vエイドパン 2週のみ

製法と包材を工夫することで保存料を使わずに賞味期間3ヶ月を実現しました。無添加で動物性原料不使用。しっとり柔らかな食感。



1066 プレーン

1個 **248円**

やさしい甘み。
【原材料】小麦粉(カナダ産)、粗糖(鹿児島産)、小麦たんぱく、ひよこ豆(カナダ産)、パン酵母、胡麻油、小麦ファイバー、アーモンドミルク、食塩



ファインフーズ 翌々週

1067 プレーン&あずき 1個 **265円**

かのごあずきのしっかりとした甘み。
【原材料】小麦粉(カナダ産)、かのごあずき、粗糖(鹿児島産)、小麦たんぱく、ひよこ豆(カナダ産)、パン酵母、胡麻油、小麦ファイバー、アーモンドミルク、食塩



1068 プレーン&くるみ 1個 **265円**

やさしい甘みとクルミの香ばしさ。
【原材料】小麦粉(カナダ産)、くるみ(アメリカ産)、粗糖(鹿児島産)、小麦たんぱく、ひよこ豆(カナダ産)、パン酵母、胡麻油、小麦ファイバー、アーモンドミルク、食塩



肉 類

秋川牧園の黒豚

冷凍

黒豚バークシャー純粋種。肉質の緻密さ、深いコク、脂身の甘さや風味の良さに秀でています。遺伝子組み換え原材料の混入を防ぐため分別生産流通管理した、収穫後農薬不使用(PHF)のとうもろこしや大豆、大麦などをバランスよくブレンドしています。

- 1314 黒豚ローストンカツ用 200g **862円**
- 1315 黒豚ロースシャブシャブ 200g **836円**
- 1316 黒豚カタロース生姜焼用 200g **827円**
- 1317 黒豚ローススライス 200g **827円**
- 1318 黒豚ロース焼肉用 200g **907円**
- 1320 黒豚モモ一口カツ用 200g **804円**
- 1321 黒豚ミンチ 200g **789円**



黒豚ローストンカツ用



黒豚モモ一口カツ用

- 1322 黒豚モモスライス 200g **741円**
- 1323 黒豚小間切 200g **784円**
- 1324 黒豚バラシャブシャブ 200g **764円**
- 1325 黒豚カタ角切 200g **795円**
- 1326 黒豚バラスライス 200g **764円**



黒豚モモスライス



黒豚小間切

秋川牧園(山口県) 冷凍

全期間無投薬飼育を実現。もちろん飼料は非遺伝子組み換えのもの。油脂・肉骨粉・魚粉は一切与えません。

牧園鶏

1500 若鶏モモ肉 300g **732円** 得

豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などいろいろ使えます。

1502 若鶏ムネ肉 300g **578円**

脂が少なくヘルシーなお肉です。唐揚げ、チキンカツ、クリームシチューなどに。

1503 若鶏むね肉切身(バラ凍結)

500g **1,034円**

1504 むねミンチ(バラ凍結)

500g **956円**

1505 若鶏ササミ(バラ凍結)

300g **723円**

1506 若鶏きも

150g **315円**

1507 若鶏砂肝

200g **405円**

コリコリした歯ごたえがたまりません。炒め物、焼き鳥でお酒のおつまみにもおすすめ。

1508 若鶏砂肝スライス 150g **352円**

全植物性飼料で飼育した若鶏の砂肝も使いやすいようにスライスしました。炒め物や揚げ物に。

1512 若鶏ミンチ 200g **539円**

1518 若鶏手羽先(バラ凍結)

500g **940円**

脂肪やゼラチン質を多く含む部分で、肉と皮のバランスを楽しめます。スープにも揚げ物にも適しています。

若鶏もも肉切身(バラ凍結)

約25~35g。からあげや煮物に適しています。

1513 500g 1,268円

1514 1kg 2,114円



若鶏もも一口カット(バラ凍結)

約15~25g。カレー・シチュー・煮物に適しています。

1516 500g 1,268円

1517 1kg 2,114円

1520 若鶏小間切れ 200g **530円**

モモ、ムネを食べやすく小さくカットしました。炒め物、炊き込み御飯、親子丼などに。

1521 若鶏手羽元(バラ凍結) 500g **956円**

骨付きなので、唐揚げ、煮物、チキンカレーなどにおすすめです。

1523 若鶏手羽元開(バラ凍結) 500g **987円** 得新

手羽元の骨に沿って切れ目が入っています。火の通りが早くご家庭での焼く・揚げる・煮る等の調理時間が短縮。7~9本入ってます。

1524 いろいろ使える鶏つみれ 200g **460円** 2・4週

若鶏のむね肉を使用。生姜をきかせ、鶏の旨味を引き立たせました。味付けしていますので、そのままでも鍋などにもお使いいただけます。

【原材料】鶏肉(国産)、鶏卵(国産)、玉ねぎ(国産)、パン粉、ばれいしょ、でん粉、清酒、醤油、砂糖、生姜、食塩(一部に鶏肉・卵・小麦を含む)

1526 若鶏せせり 200g **450円**

せせりは首まわりの肉で、1羽から少量しかとれない希少部位。ぷりっとした弾力と、脂がほどよくのったこくがたまりません。

1530 とりがらすープ 50cc×5 **577円**

健康な若鶏のガラを原料としたスープです。おでん、鍋物、カレー、シチュー、おにぎり、スープ等においしくご利用ください。天日塩があらかじめ調整してありますのでほどよい味に。

【原材料】鶏骨スープ、食塩



丹沢農場の豚肉・ハム・ソーセージ・お総菜

丹沢ハム工房 丹沢農場

2・4週 冷凍



神奈川県北西部に広がる丹沢山地の麓・愛川町にある「丹沢農場」は、自社農場で育成した豚の精肉のほか、ハム・ソーセージやお惣菜を製造しています。

- | | | |
|----------------------------------|------|-------------|
| 1291 豚ローススライス | 200g | 735円 |
| 1292 豚肩ローススライス | 200g | 661円 |
| 1293 豚バラスライス | 200g | 680円 |
| 1294 豚モモスライス | 200g | 616円 |
| 約3mm厚でスライス。赤身率90%。 | | |
| 1295 豚小間切れ | 200g | 538円 |
| 1296 豚挽肉 | 200g | 526円 |
| 1297 上豚挽肉 | 200g | 616円 |
| 赤身9割。脂肪を避けたい人おすすめ。赤身約8割。肉団子や餃子に。 | | |

1300 豚ヒレブロック

飼料や飼育方法にこだわった丹沢高原豚のヒレ肉です。冷凍で2本のブロックになっています。一口サイズにカットし、ヒレカツに。

【原材料】豚ヒレ肉



得

丹沢農場 400g **1,741円**

1301 豚ロースしゃぶしゃぶ用

非遺伝子組換トウモロコシ、大豆を飼料にしています。脂身に旨味がのり、獣臭がしないのが豚肉の特徴です。



丹沢農場 200g **769円**

1310 豚ロース味噌漬け

肉本来の甘み、漬込むことによって、お肉が更に柔らかく美味しくなっています。焼き上がりは香ばしく、ご飯にピッタリ。

【原材料】豚肉(ロース)、味噌、粗糖、発酵調味料、ごま油、しょうが、ピーナッツバター、唐辛子



丹沢農場 200g(2枚) **785円**

1311 豚小間味噌漬け

自家特製味噌に丁寧に漬込みました。ご飯のおかずにもピッタリです！季節の野菜と一緒に炒めて。

【原材料】豚肉(豚小間)、味噌、粗糖、発酵調味料、ごま油、しょうが、ピーナッツバター、唐辛子



丹沢農場 200g **612円**

1751 ポークウインナー

新鮮な豚肉と、厳選された香辛料だけで作りました。豚肉本来の自然でやさしい味が味わえます！

【原材料】豚肉、塩(伊豆大島産)、粗糖(種子島産)、香辛料(ホワイトペッパー、オニオン、ナツメグ、メース、唐辛子)、羊腸



120g **440円**

丹沢農場 00013 定期購入 120g **430円**

1752 粗挽きウインナー

新鮮な豚肉と厳選された香辛料だけを用いて作りました。パリッと噛んだ後に、ジューっと肉汁が口の中に広がります。

【原材料】豚肉、塩(伊豆大島産)、粗糖(種子島産)、香辛料(ホワイトペッパー、オニオン、ナツメグ、メース、唐辛子)



丹沢農場 120g **448円**

1753 皮なしベビーウインナー

羊腸が苦手な方、お子様にもおすすめの皮が気にならず、美味しさそのままの皮なしウインナーです。お弁当に。

【原材料】豚肉、塩(伊豆大島産)、粗糖(種子島産)、香辛料(ホワイトペッパー、オニオン、ナツメグ、メース)



120g **433円**

丹沢農場 00014 定期購入 120g **424円**

1754 皮なしノンスパイスウインナー

羊腸も香辛料も使用しておりませんので、皮が気にならず、香辛料の刺激も全くないので、小さなお子様から香辛料の苦手な方にもおすすめ。

【原材料】豚肉、塩、粗糖



120g **433円**

丹沢農場

1755 ロースハムスライス

適度な塩加減が食欲をそそります。サラダやオードブルはもちろん、朝食時のパンなどと一緒に食べるのもオススメです。

【原材料】豚ロース肉、塩(伊豆大島産)、粗糖(種子島産)、香辛料(ブラックペッパー、シナモン、クローブ、ローレル)



丹沢農場 100g **600円**

1756 ボンレスハムスライス

控えめな塩加減により、豚肉本来の風味を引き出し、あっさりとした味わいです。シチューやパスタなどにオススメです！

【原材料】豚モモ肉、塩(伊豆大島産)、粗糖(種子島産)、香辛料(ブラックペッパー、シナモン、クローブ、ローレル)



100g **538円**

丹沢農場

1757 ベーコンスライス

余分な添加物を使うことなく作り上げ、肉の旨味を生かした商品となっています。

【原材料】豚バラ肉、塩(伊豆大島産)、粗糖(種子島産)、香辛料(ブラックペッパー、シナモン、クローブ、ローレル)



100g **575円**

丹沢農場

1758 焼豚スライス

じっくり燻煙致しましたので、程好い香りと旨味が凝縮したジューシーな味わいです。ラーメンやチャーハン、酒の肴としてもオススメです。

【原材料】豚肉、塩、粗糖



丹沢農場 120g **584円**

1760 スモークレバー

飼育方法や飼料にこだわった丹沢高原豚の豚レバーを使用しています。発色剤、結着剤、増量剤、化学調味料等一切使用していません。塩は、伊豆大島の海水から取った自然海塩を使用しています。【原材料】豚レバー、肉、食塩(自然海塩)、海水、砂糖(粗糖)、砂糖きび、香辛料(ブラックペッパー、シナモン、クローブ、ローレル)



100g **508円**

丹沢農場

1766 チャーシュー切り落とし

健康に育てた豚肉を使用。やさしい甘さのタレに漬け込み、肉のうまみを引き出しました。切り落としなので、厚さや形はばらばらですが、お手ごろ価格。

【原材料】豚肉(国産)、粗糖、醤油(小麦、大豆を含む)、純米酒、塩



70g **461円**

丹沢農場

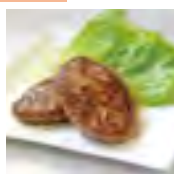
1911 ハンバーグ

200g(2枚) **523円**

1912 ミニハンバーグ

180g(6枚) **508円**

化学調味料を使わずに、安全でおいしい豚肉・牛本来の旨さをきわだたせた、シンプルなおいしさです。【原材料】豚肉、玉ねぎ、牛肉(瑞穂牛または興農牛)、牛乳、卵、パン粉、食塩、砂糖、ホワイトペッパー、ナツメグ



丹沢農場

興農ファームの牛肉・芦浜産直出荷組合

知床興農
ファーム

国産
飼料

牛肉

冷凍

2週のみ

翌々週

《ステーキ用》

1642 牛サーロインステーキ用 150g×2 **2,899円**

《しゃぶしゃぶ用》

1646 牛しゃぶしゃぶ用 200g **1,372円**

1647 牛すきやき用 200g **1,372円**

《お料理用》

1652 牛切落とし 250g **1,448円**

1653 牛角切カレー・シチュー用 200g **1,186円**

《焼肉用》

1657 牛ロース焼肉用 200g **1,480円**

1665 牛サガリ焼肉用 200g **1,109円**

1670 牛タン焼肉用 200g **1,957円**

全国的に注文が多数の場合、欠品になる場合があります。

《細切・ミンチ肉》

1662 牛・豚ミンチ(バラ凍結) 250g **989円**

1664 牛ミンチ(バラ凍結) 250g **1,097円**

《その他の部位》

1649 牛テール 400g **1,741円**

1667 牛スジ 200g **728円**

1671 牛脂 30～50g **127円**

《お徳用》

1648 徳用牛切り落とし 400g **2,158円**

1659 徳用牛挽肉 400g **1,726円**

1660 徳用牛豚合挽 400g **1,480円**

《お総菜》

1673 手作り生ハンバーグ 100g×2 **834円**

興農牛ミンチと興農豚ミンチを使用しています。有機認定を受けた玉ねぎを使用し、その他の原料についてもこだわりのものを使用しています。

【原材料】牛ミンチ、豚ミンチ、玉ねぎ、冷凍全卵、パン粉、塩、白胡椒、ラード

1674 手作り生ミニハンバーグ 35g×5 **869円**

1675 興農ビーフコロッケ 160g(2個) **623円**

1676 興農メンチカツ 200g(2個) **855円**

芦浜産直出荷組合

海藻以外全て冷凍

2週のみ

翌々週

国産の水産薬剤不使用の天然海産物を!!

《みりん干し》

2200 プリみりん照焼き 約200g(2～3切れ) **967円**

2201 カワハギみりん干し 4～8枚 **872円**

2202 アジみりん干し 5～6枚 **737円**

2203 サバみりん干し 2枚 **507円**

2204 サンマみりん干し 2～3枚 **649円**

2205 イワシミりん干し 4～6枚 **578円**

2215 プリ味噌干し 約150g(2～3入) **768円**

2219 たちうおミりん干し 3枚 **697円**

2236 さばふぐみりん 2～6枚 **815円**

2249 沖サワラみりん干し 2～3枚 **697円**

《干物》

2207 カマス開き 2～4枚 **855円**

2208 サバ開き 1～2枚 **498円**

2209 サンマ開き 2～3枚 **625円**

2210 干物詰め合わせ5種類 5種類 **1,594円**

2214 プリー夜干し(塩) 約150g(2～3入) **737円**

2216 ウルメイワシ丸干し 100g **545円**

2233 かわはぎひらき 4～8枚 **855円**

2238 金目鯛開き 2～3入 **665円**

くせがなくふわっとしていて美味しいです。

2242 小魚丸干し 100g **387円**

《刺身》

2211 かつお刺身用 四半身1 **999円**

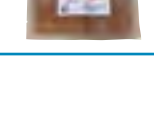
2212 かつおタタキ刺身用 四半身1 **1,038円**

2239 ピンチョウマグロ 約200g **999円**

2240 寒ブリブロック 約200g **2,054円**

2241 イサキたたき 120g **403円**

2247 メバチマグロ 約200g **1,452円**



《冷凍魚・その他》

2217 カットイカ(マイカ) 100g **483円**

内臓処理後カットしました。解凍後そのままお料理に使えます。

2220 中アジ 2～3尾 **562円**

2221 太刀魚 2～3切れ **642円**

唐揚げ、バター焼き、煮付け、塩焼き

2222 カマス 3尾 **784円**

煮付け、塩焼きに!!

2223 カットイカ(トビイカ) 120g **368円**

2225 イワシ 3～4尾 **522円**

刺身、煮付け、塩焼きに

2226 だるまいか 200g **594円**

2228 煮干し 100g **538円**

2230 サンマ 2～4尾 **760円**

2231 アジ・フライ用 6～8尾 **514円**

2232 イワシ・フライ天ぷら用 3～4尾 **427円**

2234 塩ぶり 200g **903円**

2235 豆あじ 200g **403円**

2237 金目鯛(ぶつ切り) 2尾分(4～5人) **657円**

内臓処理をしてあるのでそのまま使えます。

2245 キビナゴ 150g **379円**

2246 あおさのり 20g **633円**

2248 沖サワラ切身 約200g(2～3切) **673円**

2250 トコブシ 150g **1,379円**

2251 エボ鯛開き 2～4枚 **689円**

2252 寒ブリ切身(2～3切) 約200g **1,102円**

2253 大塩サバ 半身1入(180～200g) **422円**

2254 生サバ 半身2入 **569円**



惣菜・水産物

惣 菜

1845 焼き鯖(SABADAY)

脂質の高い鯖を高知県産天日塩でつけて、じっくり味を染み込ませ、ふっくら焼き上げています。

【原材料】サバ(ノルウェー産)、砂糖、食塩

1846 鯖燻製(SABADAY)

脂質の高い鯖を昔ながらの製法で、じっくりと燻製しました。香りと旨味をしっかりと閉じ込めています。燻製してもやわらかな食感に仕上がっています。

【原材料】サバ(ノルウェー産)、砂糖、食塩

浜吉や 各1枚 **378円**



1868 北海道産さばの水煮

北海道産天然さば使用。あっさりとしたさばの旨み。食べやすいように骨まで柔らか。

【原材料】さば(北海道産)、食塩(赤穂塩)

2週のみ



兼由 翌々週 120g **281円**

1869 北海道産さばの味噌煮

北海道産天然さば使用。素材の風味を活かした味噌仕立てで食べやすい。

【原材料】さば(北海道産)、てんさい糖、味噌、味醂

2週のみ



兼由 翌々週 120g **281円**

1870 北海道産いわしの味噌煮

北海道産天然いわし使用。素材の風味を活かした味噌仕立て。食べやすいように骨まで柔らか。

【原材料】いわし(北海道産)、てんさい糖、味噌、本みりん

2週のみ



兼由 翌々週 95g **238円**

1873 北海道産ほたて水煮

北海道産ベビーほたて使用。身がふっくら柔らかく、しっかりとした旨み・そのまま、または温めて・汁ごと料理に使える。

【原材料】ほたて(北海道産)、食塩

2週のみ



兼由 翌々週 65g **367円**

1877 北海道産さんまの味噌煮

北海道産天然さんま使用。素材の風味を活かした味噌仕立て。食べやすいように骨まで柔らか。

【原材料】さんま(北海道産)、てんさい糖、味噌、本みりん

2週のみ



兼由 翌々週 95g **281円**

マルシマの味付け煮豆

2週のみ

国内産の大正金時豆を直下でおいしく炊き上げました。長時間じっくり煮込んでいますので、芯まで味がしみています。無添加にこだわり、自然そのままの色を出しています。

1895 金時煮豆 120g **400円** 得

【原材料】金時豆、三温糖、食塩

1896 こんぶ煮豆 120g **389円**

【原材料】大豆、三温糖、昆布、醤油(小麦を含む)

1897 黒煮豆 120g **475円**

【原材料】黒大豆、三温糖、醤油(大豆、小麦を含む)



翌々週 マルシマ

信州自然村のおやきは P.35 に掲載しています。

水 産 物

2294 台湾産 素干し桜えび

台湾産の素干しエビです。現地メーカーに直接製造指示をして、無添加・無着色で作っているため、香りも良く品質も良いです。

【原材料】桜えび(台湾産)

冷凍

かもめ屋 20g **529円**



2301 レトルトしじみ

2週のみ

国内産殻付しじみ。しっかりと身入り。みそ汁やパスタなどに。

【原材料】しじみ(福岡・茨城・三重産)



三徳 翌々週 110g **372円**

2302 レトルトあさり

2週のみ

国内産大粒殻付あさり使用。しっかりと身入り。みそ汁やスープの具材などに。

【原材料】あさり(愛知・熊本産)



三徳 翌々週 120g **486円**

2306 天然紅鮭

2週のみ

天然紅鮭を、ミネラル豊富な塩のみで仕上げた逸品です。「手ほぐし」して瓶に詰めました。着色料、香料等の添加物は一切使用しておりません。

【原材料】紅鮭(ロシア産)、食塩



マルシマ 翌々週 60g **594円**

2377 エコシュリンプ下処理サイズ

2・4週

自然の力を生かした養殖方法で育てられた、環境保全型のエビです。稚エビ放流後は人工飼料や抗生物質など一切不使用です。

【原材料】ブラックタイガー(養殖)

冷凍

オルタートレード 140g(7〜9尾) **1,426円**



練り物・海藻

練り物

高橋徳治商店 冷凍

2639 ソフトはんぺん 2・4週
4枚(188g) **498円**
卵白と山芋のみで発泡させました。一般的な茹で上げではなく、蒸し釜で加熱させることで弾力のある柔らかさに仕上がっています。
【原材料】タラすり身、卵白、煮出し汁、山芋、ヨシキリザメ、馬鈴薯澱粉、砂糖、食用米油、カツオエキス、清酒、酒かす、食塩、発酵調味料、レモン汁



2640 7種の野菜揚げ 2・4週
5個(165g) **368円**
野菜の食感、甘み、ジューシーさとすり身の味わい。弾力が調和しヘルシーな揚げかまぼこです。
【原材料】タラすり身(助宗タラ、砂糖、食塩)キャベツ、玉ねぎ、じゃがいも、人参、いんげん、竹の子、馬鈴薯澱粉、鰹エキス、発酵調味料、清酒、食用米油



2641 玉ねぎ揚げ 2・4週
5個(150g) **374円**
北海道の無リンすり身と国産の玉ねぎ・豆腐を使用した商品です。フレッシュ玉ねぎを使用し、玉ねぎの甘さを生かした揚げかまぼこです。
【原材料】スケトウダラ無リンすり身、玉ねぎ、豆腐、馬鈴薯澱粉、食用米油、砂糖、鰹エキス、発酵調味料、食塩、



2656 いわしだんご 2・4週
150g(5ヶ) **431円**
マイワシと助宗たらすり身をあわせてネギと味噌と一緒に練り込んだ柔らかい食感のだんごです。汁物にいれると、商品から旨味のある出しが出て大変美味しいスープに仕上がります。
【原材料】魚肉(いわし(国産)、スケトウダラ(国産))、長ねぎ(国産)、馬鈴薯澱粉、味噌、砂糖、ホタテエキス、カツオブシエキス、コンブエキス、食塩



いちろうこの練り物 2週のみ 冷蔵

2661 小ちくわ 5本 **390円** 得
そのままちぎって生でも。おでん種としてもおすすめです。サラダ、酢の物にも。
【原材料】魚肉(たら、馬鈴薯澱粉、発酵調味料、粗製塩、粗精糖、かつおだし)
2663 一口揚げ 150g **475円**
お弁当に便利です。 **今回お休み**
【原材料】魚肉(たら、馬鈴薯澱粉、発酵調味料、粗製塩、粗精糖、かつおだし、卵焼、にんじん、砂糖、醤油、食塩、発酵調味料、かつおだし、なたね油)
2665 いわし黒はんぺん 5枚 **367円**
そのままでも。パン粉をつけてフライにしたり、醤油を付けて焼いても一層おいしく召し上がれます。
【原材料】魚肉(いわし、たら、ぐち)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、発酵調味料、かつおだし
2666 いわし団子 8個 **351円**
駿河湾で獲れた新鮮ないわしを使って作りました。いわしの骨や皮もミンチにして使っているので、カルシウムもたっぷり。
【原材料】いわし(駿河湾)、馬鈴薯澱粉、ぐち(九州近海)、スケトウダラすり身(北海道北東沖)、洗糖、自然塩、味の母、ねぎ、鰹だし
2667 たこボール 8個 **367円**
魚肉すり身がたこの旨みを引き出した、一口サイズの練り物です。おでんの一品に、刻んで野菜炒めの具や、煮物、お弁当のおかずにも。
【原材料】スケトウダラすり身(北海道北東沖)、たこ(北海道)、味の母、鰹だし、馬鈴薯澱粉、洗糖、自然塩、菜種油



2668 ごぼうつまみ 100g **336円**
香り豊かなすり身にさがきごぼうのシャキシャキとした食感がよく合います。
【原材料】魚肉(すけとうだらすり身)、ごぼう、でん粉、砂糖、食塩、発酵調味料、かつおだし、菜種油、唐辛子
2670 桜えび揚げ 3枚 **598円**
ぐち、たらすり身に桜海老を加えてすりあげ、菜種油で揚げています。蒲鉾のようなプリプリの感触に仕上げました。
【原材料】魚肉(たら、ぐち)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖(洗双糖)、桜海老・食塩(粉砕塩)、発酵調味料(みりん、塩)、かつおだし・菜種油
2672 小判揚げ 5枚 **351円** 得
無添加で仕上げました。すり身のきめの細かさやプリもち感をお楽しみください。
【原材料】魚肉(すけそうだらすり身)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、発酵調味料、かつおだし、ナタネ油
2673 青のり小判 3枚 **328円**
静岡県産の高級青のりををふんだんに使用しました。お弁当のおかず、おやつ、おつまみに最適です。
【原材料】魚肉(すけそうだらすり身)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、青のり、発酵調味料、かつおだし、ナタネ油
2674 いかスティック 6本 **475円**
国内産イカと国産のすり身。リン酸塩は無添加。
【原材料】魚肉(すけそうだらすり身)、イカ、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、発酵調味料、かつおだし、ナタネ油 **今回お休み**



海藻

立石海苔店 2・4週

2703 知多前のり
【原材料】乾海苔(愛知県) 焼7枚 **456円**
2704 鬼崎産お徳用寿司はね焼のり
【原材料】乾海苔(愛知県鬼崎) 10枚 **567円**
2705 鬼崎産おにぎり用のり
【原材料】乾海苔(愛知県鬼崎) 3切30枚 **773円**
2706 渥美産あおさのり
【原材料】乾ヒトエグサ(愛知県渥美) 15g **424円**

2728 茶漬昆布 2週のみ
国内産昆布と小豆島で醸造した純正醤油を使用し、国内産生姜粉末で調味しました。お茶漬けはもちろん、おにぎり、お漬物、和え物に、様々なお料理にどうぞ。
昆布(国産)、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、ぶどう糖、粗糖、麦芽水飴、みりん、醸造酢、生姜粉末、澱粉 **得**
マルシマ 翌々週 40g **400円**



2767 長ひじき 2週のみ
伊勢志摩産天然ひじき食感で、良く磯の香り豊かです。鉄分豊富。
翌々週
オーサフ 30g **583円**



2757 ひと味ちがうごま油風味味付けのり 2週のみ
有明海産海苔使用圧搾ごま油の風味と塩味が絶妙。海苔の濃い旨味と香りが楽しめる。
【原材料】乾海苔(有明海産)、胡麻油、食塩(浜御塩焼塩)
オーサフ 翌々週 8切40枚 **680円**



2771 伊勢志摩産カットわかめ 2週のみ
伊勢志摩産わかめ、肉厚で磯の香り豊か。乾燥タイプで塩抜き不要です。
【原材料】湯通し塩蔵わかめ(伊勢志摩産)
翌々週
オーサフ 20g **594円**



海藻・シリアル・豆・雑穀・ごま

シリアル

2792 国産はとむぎグラノーラ 2週のみ

はと麦を中心に国産原料のみでグラノーラをつくりました。

【原材料】はと麦(栃木・島根・北海道産)、玄米(国内産)、大豆(福井・石川・新潟産)、押麦(香川・愛媛産)、黒大豆(北海道産)



小川生薬 120g **540円**

2808 オリジナルメープルグラノーラ 2週のみ

オリジナルは第三世界ショップで不動の人気を誇るレーズンやくるみを入れました。

【原材料】シリアル加工品(オートミール、メープルシロップ、食塩)、レーズン、ドライクランベリー(クランベリー、粗糖、ひまわり油)、くるみ、アーモンド



第3世界ショップ 翌々週 220g **1,166円**

2810 オートミール 2週のみ

料となるオート麦を脱穀し、蒸してから平たくのばして乾燥させました。厚みがあるオートミールで、歯ごたえが残るように仕上げています。原料はアメリカ産で海外の有機認証があります。食物繊維、鉄分が豊富でタンパク質を含んでいます。各種お料理にもお使いください。【原材料】オートミール(アメリカ)



第3世界ショップ 翌々週 450g **950円**



ごはん・おかゆ

2837 発芽玄米トマトリゾット 2週のみ

有機活性発芽玄米使用。トマトをベースに玉ねぎ、にんじん、ごぼう、とうもろこしを加えて炊き上げました。「オーサワの野菜パイオン」で味付けし、国産野菜の旨みたっぷりです。

【原材料】有機発芽玄米(秋田県)、玉ねぎ(国産)、トマトピューレ(国産)、にんじん・ごぼう・とうもろこし(国産)、オーサワの野菜パイオン、食塩(海の精)、こしょう



オーサワ 200g **297円**

2839 発芽玄米豆乳きのこリゾット 2週のみ

有機活性発芽玄米使用。豆乳をベースに3種のきのこを加えて炊き上げました。「オーサワの野菜パイオン」で味付けし、きのこの旨みたっぷり、クリーミーな味わいです。

【原材料】有機発芽玄米(秋田県)、豆乳・玉ねぎ・えのき・とうもろこし・舞茸(国産)、マッシュルーム、オーサワの野菜パイオン、ワイン、食塩(海の精)、こしょう



オーサワ 200g **297円**

豆・雑穀・ごま

2846 有機小豆の水煮 2・4週

北海道産有機小豆100%使用小豆本来の甘み。伝統海塩「海の精」使用。煮物やぜんざい、あんこなどに



翌々週 オーサワ 230g **313円**

2857 特別栽培十勝の小豆 2週のみ

十勝の契約農家で大自然に育まれて健やかに育った自慢の豆の風味と味わいをお楽しみください。【原材料】小豆



翌々週 マルシマ 300g **670円**

2858 黒豆・特別栽培(北海道産) 2週のみ

十勝の契約農家で大自然に育まれて健やかに育った自慢の豆の風味と味わいをお楽しみください。【原材料】黒豆



翌々週 マルシマ 300g **637円**

2859 金時豆・契約栽培(北海道産) 2週のみ

北海道十勝の契約農家で大自然に育まれて健やかに育った自慢の豆の風味と味わいをお楽しみください。(化成45%以上減)

【原材料】金時豆



翌々週 マルシマ 300g **637円**

2869 有機すりごま・黒 2870 有機すりごま・白 2・4週

鉄釜でじっくりと煎り上げ、粗挽き製法で程よく粒を残した有機のすりごまです。粗挽きなので素材と程よく絡み、料理の味を引き立てます。

【原材料】〈黒〉有機黒胡麻(パラグアイ・ボリビア産)〈白〉有機白胡麻(パラグアイ産)

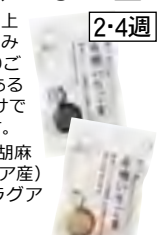


翌々週 イ産) オーサワ 各70g **270円**

2872 有機いりごま・黒 2873 有機いりごま・白 2・4週

鉄釜でじっくりと煎り上げ、ごまの風味と甘みを生かした有機のいりごまです。く味わいがあるので、料理の脇役だけでなく主役にもなります。

【原材料】〈黒〉有機黒胡麻(パラグアイ・ボリビア産)〈白〉有機白胡麻(パラグアイ産)



翌々週 オーサワ 各80g **270円**

2874 古代米 古代の香り

自然農法の古代米4種ミックスです。黒米、赤米、香米、緑米が入っています。玄米ですのびたビタミン、ミネラル、食物繊維を多く含む、玄米にそして白米、分づき米に混ぜれば栄養もおいしさもUPです。お米1合に大さじ1杯程を混ぜ、数時間浸漬してから炊いてください。

【原材料】複数原料米(国内産)



まんがら農園 300g **921円**

2905 国産有機十六穀米 2週のみ

国産有機原料100%。16種類の穀物・豆をブレンドしました。色合いよく、ぶちぶちとした食感。

【原材料】有機もち玄米(栃木産)、有機もち麦・有機もち黒米・有機発芽玄米・有機はだか麦・有機うるち玄米・有機もち赤米・有機発芽はだか麦・有機焙煎玄米・有機とうもろこし・有機黄大豆・有機もちあわ・有機玄はと麦・有機はと麦・有機黒大豆・有機青大豆(熊本県)



翌々週 オーサワ 300g **1,512円**

2907 充実雑穀 2・4週

お米に入れて炊くだけで食物繊維・ミネラル・カルシウムがたっぷり摂れます。

【原材料】(全品国産・非遺伝子組換え)もちきび・胚芽押し麦・美そぼ・もちきび・はと麦・大豆・赤米・とうもろこし



翌々週 オーサワ 250g **734円**

2934 国内産小豆 2・4週

北海道産で農薬・化学肥料不使用。ツヤよく甘味がある。品種はエリモシロウズ。赤飯や煮豆、菓子作りに。

【原材料】小豆(北海道産)



翌々週 オーサワ 200g **772円**

豆腐・揚げ・こんにゃく・納豆・テンペ

豆腐・揚げ

白峰・山下ミツ商店の豆腐・揚げ

〈ミツシリーズ〉国産大豆100%原料特定

消費期限：製造日より3日

3121 ミツの堅(堅豆腐) 300g **486円**

白峰伝統特産のどっしり重い堅豆腐。刺し身、ステーキや炒め物、煮物、おでんなど万能。

3122 ミツの堅しょうゆ味(堅豆腐味付)

300g **583円**

3123 ミツの焼堅(焼き堅豆腐)

150g **324円**

3124 ミツの綿(木綿豆腐) 300g **410円**

3125 ミツの絹(絹豆腐) 200g **270円**

00010 定期 265円

滑らか絶品絹豆腐です。冷や奴、湯豆腐などに。

3126 ミツの臍(おぼろ豆腐)

300g **410円**

にがりをつけて型に入れずそのままパック。にがり分もたっぷり含まれています。そのまま生姜醤油などで。

3132 ミツのあげ(揚げ) 2枚 **378円**

3133 ミツの大判あげ(揚げ) 1枚 **389円**

3135 ミツのうすあげ 2枚 **302円**

3136 ミツの絹揚げ 1コ **378円**

サクッとした皮の中にちょっと硬めのプリンが入っているような食感。

3150 ぎんなんがんも 3個 **680円**

3164 みどり有機豆乳(無調整)

有機大豆100%使用。大豆固形分8%以上。高温摩砕製法より大豆の青臭さを抑えました。くせがなくすっきりした味わいなので、豆乳が苦手な方でも飲みやすいです。

【原材料】有機大豆(アメリカ産)

冷蔵

九州乳業 1000ml **300円**



3168 麦芽豆漿 2・4週

有機大豆を主原料に、麦芽エキス、カフェインレスコーヒー、玄米全粒粉等を加えた豆乳飲料です。大豆に含まれるイソフラボンが、手軽に補給でき、乳アレルギーを含んでおりません。

【原材料】有機大豆(中国、アメリカ) (遺伝子組換えでない)、砂糖、麦芽エキス、植物油、カフェインレスコーヒー、食塩、玄米全粒粉/重曹

マルサン

200ml×2 **248円**



こんにゃく

片岡蒟蒻店 冷蔵 2・4週

徳島の山奥の源泉水を使用し、有機栽培のこんにゃく

にやく芋にて製造。木灰水仕込み。食感、味しみを重視して、バタ練り、缶蒸し製法、手造り製法を行っています。市販のこんにゃくのような臭み、苦みがなく、とろりとした食感のおいしいこんにゃくになっています。

3301 丸形こんにゃく(2玉)

約400g **437円**

手ひねり。木灰水仕込み。

3302 板こんにゃく

約300g **347円**

手ひねり。木灰水仕込み。

3303 糸こんにゃく

約250g **280円**

木灰水仕込み・卵殻焼成カルシウム30%使用。

3304 つきこんにゃく

約400g **437円**



納豆・テンペ

登喜和食品

冷蔵

3531 登喜和

3P(40g×3) **256円**

00011 定期 251円

北海道産小粒大豆を低圧で蒸煮し食べやすいマイルドな味に仕上げました。

【原材料】北海道 スズマル大豆(特別栽培)

3534 小粒・十勝の息吹

2P(40g×2) **228円**

小粒でも味にコクがあり、糸引きが強いのが特徴です。

【原材料】北海道 スズマル大豆(特別栽培)

3537 大粒・十勝の息吹

2P(40g×2) **251円**

豆の旨味と適度な歯ごたえ、大粒納豆ならではの美味しさは抜群です。

【原材料】北海道 とよみづき大豆(特別栽培)

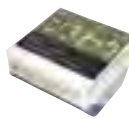
3538 ひきわり・十勝の息吹

2P(40g×2) **251円**

00012 定期 245円

仕込み直前に大豆をカットしているため、雑味が無く爽やかなひきわり納豆です。

【原材料】北海道 とよみづき大豆(特別栽培)



【たれ】醤油(小麦、大豆を含む)、砂糖、食塩、魚醤(魚介類)、かつおエキス、清酒、米酢、酵母エキス 【からし】マスタード、食塩、醸造酢(りんごを含む)、砂糖、りんご果汁、酵母エキス

3535 日本の農 2P(40g×2) **261円**

青森県産有機栽培おぼろ大豆は収量が少ない希少価値の高い大豆です。旨味が強く、大豆の名称の通り粒が大きく、食べ応え感があるのが特徴です。

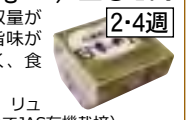
【原材料】青森県 オオスズ大豆、秋田県 リュウホウ大豆、滋賀県 ミズグリ大豆(全てJAS有機栽培)

3536 十勝の息吹小粒カップ 2・4週

3P(30g×3) **308円**

ご飯と一緒に食べやすい小粒納豆。

【原材料】北海道 ユキシズカ大豆(特別栽培)



3545 朝食の納豆 2・4週

2P(40g×2) **281円**

赤城山の麓で採れた地塚大豆。あっさりとした味わいは朝食にピッタリ。

【原材料】群馬県 納豆小粒



3541 北海道産直納豆 ひきわり(タレからしなし) 2・4週

30g×2 **254円**

十勝清水産特別栽培大豆使用。大粒納豆で使用する良質大豆を、自社で挽き割っています。雑味のないフレッシュ感。【原材料】北海道とよみづき大豆(特別栽培)



3506 井村さんの有機納豆

たっぷり90グラム入りのオーガニック納豆です。そのまま食べると国産有機ならではの豆の旨みをおわかりいただけます。

【原材料】石川県産、納豆菌



金沢大地 冷蔵

90g **306円**

3508 2P井村さんの有機大粒納豆

発酵に必要な大豆の栄養や旨味を逃さずに蒸し上げる「せいり蒸し」により、大粒ながらも芯までふっくらした食感と、泡立ち良いまろやかな口当たりを実現しました。

【原材料】有機丸大豆(石川県産登産)、納豆菌(添付タレ)有機醤油、有機砂糖、食塩、有機米醸造調味料、鰹節エキス、有機リンゴ酢、酵母エキス(添付カラシ)からし、醸造酢、水飴、食塩、香辛料



金沢大地 冷蔵

45g×2 **308円**

3503 テンペ(レトルト) 2・4週

テンペとはインドネシアでの伝統的な発酵食品で、ゆでた大豆を「こうじ」の一種テンペ菌で発酵させたもの遺伝子組み替え大豆不使用。防腐剤等不使用。国内産大豆100%。



オーサワジャパン 翌々週 100g **270円**

梅干・漬物・かつお節・だし・つゆ

梅干・漬物

3701 仙人梅 2週のみ

深山だけでとれる無農薬梅を無農薬の赤じそ、女松の新芽とともに漬け込みました。



マルシマ 翌々週 200g **842円**

3705 有機ねり梅(しそ入り) 2週のみ

和歌山産有機南高梅の梅干し100%使用したペースト状のねり梅です。しっかりとした酸味、爽やかな紫蘇の香り。自家農園で梅の栽培から加工まで一貫して行っています。
【原材料】有機梅・有機紫蘇(和歌山県)、漬け原材料【食塩(天日塩)】



竹内農園 翌々週 300g **1,350円**

3972 福神漬 2週のみ

オーサワの福神漬ができました。有機濃縮ぶどう果汁のすっきりとした甘さと、程よい酸味が特長です。カレーの付け合せだけでなく、ご飯にもよく合います。
【原材料】有機大根(宮崎産)、きゅうり(宮崎産)、なす(徳島産他)、有機にんじん(鹿児島・宮崎産)、しょうが(宮崎・大分産)、なた豆(宮崎産)、しそ葉(宮崎産)、昆布(北海道産)、漬け原材料【有機ぶどう果汁(アルゼンチン産)、しょうゆ(西濃産)、みりん、梅酢、昆布だし、食塩(海の精)】



オーサワ 翌々週 120g **421円**

3731 紅しょうが(刻み) 2週のみ

生姜の辛みと梅酢が美味しい。紅玉梅酢使用。無着色、無添加。非加熱。【原材料】しょうが(国内産)、漬け原材料:有機梅・しそ(奈良産)、食塩(海の精)



オーサワジャパン 翌々週 60g **389円**

3856 さつまたくあん(玄米黒酢漬) 2週のみ

鹿児島県内の契約農家で丹精こめて育てられた大根を使用。「天日寒風干し」という伝統的手法を守り、氷温で漬け込み熟成させていますので、旬の味、香り豊かな風味をご賞味頂けます。

【原材料】干しだいこん・漬け込み材料(米糠・食塩・粗糖・米酢)



翌々週 マルシマ 2週のみ 1本 **540円**

かつお節・だし・つゆ

4090 有機めんつゆ 2・4週

国産椎茸と有機野菜の旨みを凝縮させた、香り高い植物性めんつゆです。有機本醸造醤油、有機純米料理酒使用。砂糖・動物性原料不使用の2倍濃縮タイプ。天つゆ、煮物などにも。

【原材料】有機醤油、有機米醸造調味料、有機玉ねぎ(国産)、昆布(国産)、有機にんじん(国産)、有機米酢、有機乾しいたけ・有機キャベツ(国産)、食塩(天日塩)、麦芽水飴



オーサワ 翌々週 310g **734円**

4094 釜めしでんどん 2・4週

薄口しょうゆと鹿児島産鰹節で仕上げたつゆです。うどん、おでん、釜飯等をおいしく作ることができます。原材料はすべて国内産・国内製造のものを使用しています。

【原材料】しょうゆ(本醸造)(大豆・小麦を含む)(国内製造)、粗糖、食塩、みりん、かつおぶしエキス、鰹節、煮干、むろあじ節、昆布、干し椎茸、醸造酢



節辰商店 500ml **563円**

4095 割烹だし 2週のみ

厳選した風味原料をたっぷり使い、国産大豆、国産小麦を杉桶でじっくり熟成したしょう油をブレンドした本格濃縮つゆです。

【原材料】本醸造しょうゆ、大豆(遺伝子組み換えでない、小麦を含む)、風味原料(かつおぶしエキス、魚介エキス、こんぶエキス、かつおぶし砂糖、みりん、米発酵調味料、食塩、酵母エキス)



得 翌々週 マルシマ 400ml **977円**

4099 かつおめんつゆ 2週のみ

丸大豆仕込みで、じっくり熟成させた純正醤油に、かつおぶしエキスと、こんぶエキスをを使用した、濃縮タイプのつゆです。

【原材料】杉桶純正醤油・風味原料(かつお節・昆布)・砂糖・食塩・味醂



翌々週 マルシマ 300ml **545円**

オーサワの野菜ブイヨン 2週のみ

野菜の旨みたっぷりの純植物性洋風だしの素。

【原材料】天塩、馬鈴薯でん粉、酵母エキス、道産玉葱、道産人参、本醸造醤油、ブラックペッパー、セロリ、ガーリック



4105 5g×8包 **464円**

4107 徳用5g×30包

オーサワ 翌々週 **1,458円**

4106 うどんスープ 2週のみ

特殊製法のかつお節粉末、昆布、粉末醤油をほどよくブレンドした食品添加物不使用・粉末タイプのうどんスープです。うどんスープ以外に炊き込みご飯、茶碗蒸しなどの和風料理、洋風、中華料理にも幅広くお使いいただけます。

【原材料】ブドウ糖・焼き塩・風味原料(かつお節粉末・昆布粉末)・粉末醤油(大豆、小麦を含む)・酵母エキス



マルシマ 翌々週 10g(1食)×6 **272円**

4116 白だし 2週のみ

乾椎茸・昆布からとっただしに有機白醤油を合わせた、14倍濃縮タイプの白だしです。薄めてお吸い物や煮物、炊き込みごはんなどにも使えます。食材の色や風味をいかに料理にどうそ。動物性原料不使用、塩分約15%。

【原材料】合わせだし[乾しいたけ・昆布(国産)]、有機白醤油、食塩(天日塩)、本みりん、焼酎



翌々週 オーサワ 360ml **994円**

4117 6種国産原料のだしパック

創業安政元年老舗ならではの伝統の味。天然素材をそのままパック詰め。離乳食や減塩食にもおススメ!

【原材料】煮干し(いわし)、かつお節、むろあじ節、椎茸、昆布、飛魚(あご)煮干し



節辰商店 12g×12 **418円**

オーサワの和風だし 2週のみ

植物性素材100%でつくったオーサワの和風だし。昆布・乾椎茸・切干大根の旨みが凝縮され、料理の味をワンランクアップしてくれます。

【原材料】食塩(天塩)、馬鈴薯でん粉、焼き野菜粉末[切干大根・乾しいたけ・昆布(国産)]、酵母エキス



4129 5g×8包 **562円**

4130 徳用

5g×30包 **1,512円**

オーサワ 翌々週

4159 いわし削りぶし 2週のみ

九州長崎産の新鮮ないわしを削り節にしました。コクのあるだしで、煮物や焼物をさらに美味しく仕上げます。冷奴、焼きそば、ごはん等にふりかけて、天然のたんぱく源、カルシウム補給にも役立て下さい。

【原材料】いわしの煮干し(国内産)



翌々週 マルシマ 40g **356円**

漬物・かつお節・だし・つゆ・ご飯の素・ふりかけ

漬物本舗 道長の漬物

農薬不使用の野菜でつくる
無添加漬物

愛知県宝飯郡音羽町

2週のみ 冷蔵 翌々週

3884 寒干たくあん 120g **405円**
寒干しとぬか漬けの風味が、こんなにおいしいたくあん漬けに。

3886 はりはりキムチ 110g **387円**
切干大根をかつおとしょうゆの香りが特徴の和風キムチベースに漬け込みました。しっかりとした歯ごたえと、甘みと香りが楽しめるキムチです。

3887 紅しょうが 40g **432円**
赤梅酢で色鮮やかに仕上げました。さわやかな辛みと香りをどうぞ。

3888 メロン奈良漬 100g **450円**
豊橋産摘果メロンをじっくり奈良漬にしました。
【原材料】摘果メロン、酒粕、三温糖、塩

3892 スパイスだいちゃん 150g **405円**
カレー風味のスパイシーなたくあん。有機カレー粉を使用。大根は農薬不使用の北海道産。
【原材料】大根、漬け原材料(粗糖、米酢、みりん、リンゴジュース、食塩、カレー粉)

3893 あとひきだいちゃん 150g **373円** ↑
大根の甘酢漬けにりんごをいれました。甘くて、やわらかい、あとひき味わいです。気持ちの良い歯ごたえと爽やかな風味の楽しい一品です。

3894 千枚大根 150g **373円** ↑
昆布の香りが深い味わいを生んでくれます。見た目にもきれいな一品です。

3895 酢れんこん 80g **470円**
新鮮なれんこんをすばやく加工し、製品にしています。九州熊本産の太陽のもと、すくすく育ったれんこんの風味と歯ざわりをお楽しみください。
【原材料】レンコン、ビートグラニュー糖、米酢、みりん

3896 浅漬けのもと 420g **786円** ↓
浅漬けばかりでなく、料理の幅が広がる。ソルトビーの海一粒、三河本みりん等使用。

3902 甘口しぼり 100g **351円**

お子様にも食べやすい甘口のたくあんです。

3903 レモン大根 150g **373円** ↑
大根の甘酢漬けにレモン果汁とレモンの皮をいれました。とても爽やかな風味！

3904 ゆず大根 150g **367円** 得
生のゆずをそのまま使っています。風味は最高です。細切りにして手巻寿司の芯にしてもgood！
【原材料】大根、粗糖、米酢、みりん、ゆず、昆布

3908 福神漬 110g **388円**
昔から農家に伝えられてきた、素朴でやさしい漬物。

3916 和風きむち 180g **426円**
昆布とかつお節、しょうゆをベースにした和風仕立てです。
【原材料】白菜、トマトピューレ、白梅酢、溜り醤油(大豆含む/非遺伝子組み換え)、白たま(小麦含む)、みりん、りんご、人参、にんにく、唐辛子、粗糖、しょうが、鰾節、昆布

3917 奈良漬うり 100g **450円**
岡崎市・愛恵協会さんが青うりの栽培から漬け込みまでしました。
【原材料】青うり、酒粕、粗糖、塩

3920 古式一丁漬 100g **351円**
渥美半島、前川漬物さんの古式渥美たくあん。かたくて、塩味。ご飯にみそ汁、それにこのたくあんがあれば、充分満足できてしまいます。漬物好きな人にぜひ食べていただきたい、なつかしい味！！

3921 小梅漬 120g **443円**
カリカリ食感がたまらない小梅です。すべて安心素材で作りました。
【原材料】小梅、塩、赤しそ

3924 特製キムチベース 150g **534円**
かつおと昆布、しょうゆの香りがたまらない和風のキムチベースです。手軽にキムチが楽しめます。

3925 キムチ鍋のもと 150g **534円** 得
お家で簡単にキムチ鍋が楽しめます。味噌も入っているので、あとは食材を入れるだけ。

3927 松前漬 100g **497円**
北海道産昆布、するめを醤油漬。人参は豊川市、鈴木慶市さんのもの。

3931 紅梅寿司のもと 110g **370円** ↑
3合の硬めに炊いたご飯に「ゆかり寿司のもと」を混ぜるだけで、香りいっぱいやさしい甘みの「ゆかり寿司」のできあがり！たまご、のりなどと一緒にちらし寿司にするもよし、親子で海苔巻きパーティーなんてのも楽しい。

3934 熟成めか床・つけ太郎 1kg **1,800円**
自分で漬けためか漬けを食卓へ。袋のまま漬けられます。

3935 つけ太郎めか・補充用 500g **424円**
補充用めかです。
【原材料】米めか、塩

3936 ミニ補充用つけ太郎 300g **351円**
補充用のミニサイズ。

ご飯の素・ふりかけ・みそ汁

オーサワのごはんの素シリーズ(2合用約2~3人前) 2週のみ

4251 ちらし寿司の素 150g **497円**
国内産の具材がたっぷり。酸味と甘味のバランスよく、素材の香りと歯ごたえが活きたおいしさです。

【原材料】米酢(国内産)、特別栽培人参(国内産)、ひじき、たけのこ(国内産)、有機ブルーアガベシロップ(メキシコ産)、米飴、かんぴょう、椎茸、油揚げ(国内産)、薄口醤油、メーブルシュガー(カナダ産)、醃酵調味料、食塩(海の精)、酵母エキス、昆布粉末(国内産)

4254 ベジ蓋めしの素 170g **432円**
大豆ミートの程よい食感と豊かな旨み。国内産大豆ミートと野菜を使用し、醤油と昆布で仕上げたとり釜飯風ごはんの素です。

【原材料】粒状大豆たんぱく・人参・ごぼう・昆布だし(国内産)、米飴、醤油、醃酵調味料、菜種油、食塩(海の精)、酵母エキス、メーブルシュガー(カナダ産)

4255 玄米によく合うごぼうごはんの素 120g **432円**
安心な国内産野菜を使ったごぼうの風味豊かな混ぜごはんの素。炊いたおごはんに混ぜるだけ。もちろん、白米に混ぜてもおいしいです！

【原材料】ごぼう・椎茸だし・椎茸、醤油、ひじき・油揚げ、醃酵調味料、食塩、有機ブルーアガベシロップ、昆布粉末・菜種油・酵母エキス

4256 オーサワのきのこごはんの素 140g **432円**
4種の国内産きのこの風味よく広がるおいしさ。素材の旨味を天然調味料でやさしく包みました。お米2合と一緒に炊くだけの簡単調理は重宝。

【原材料】昆布だし・舞茸、淡口醤油、ぶなしめじ、特別栽培人参、椎茸・椎茸だし、有機ブルーアガベシロップ、米飴、エリンギ、食塩、醃酵調味料、米酢・菜種油・酵母エキス、メーブルシュガー、昆布粉末

4257 オーサワの五目ごはんの素 150g **432円**
国内産根菜類がたっぷり。素2合のお米と一緒に炊くだけの手軽さでおいしくできあがり。

【原材料】昆布だし(昆布(国産))、ごぼう(国産)、特別栽培にんじん(国産)、れんこん(国産)、醤油、椎茸(国産)、椎茸だし、有機アガベシロップ、油揚げ、米飴、食塩(海の精)、醃酵調味料、米酢、なたね油、酵母エキス、メーブルシュガー、昆布粉末

翌々週

4288 赤しそふりかけ

梅ぼし漬けるときに使用した赤しそを使ってゆかりにしています。香りも味も抜群です！
【原材料】赤しそ、梅酢



道長 25g **300円**

4351 梅ひじきしっとりふりかけ

瀬戸内産ひじきをやわらかなふりかけにしました。爽やかなシソの香りと国産カリカリ梅の食感が食欲をそそります。

【原材料】ひじき(瀬戸内産)、てんさい糖、食塩、みりん、赤しそ、醸造酢、昆布粉末、かつおエキス

マルシマ 翌々週 40g **438円**

4324 えびいりごふりかけ

国内産のいりごとあみえび、焼のり、青のり、いりごまをブレンドして造った磯の香りいっばいのおいしいふりかけです。自然が育てた天然素材を大切にするため調味顆粒は使用せず作りました。

【原材料】カタクチイワシ、ごま、あみえび、醤油(大豆、小麦を含む)、砂糖、焼のり、青のり、食塩、鰾節エキス、昆布エキス、みりん、醃酵調味料、酵母エキス、紅麴色素コンタミ：えび、かに、そば、乳、卵

マルシマ 翌々週 30g **421円**

4396 ごぼうスープカラダにやさしい

国産のごぼうの風味を生かし国産野菜、海の精伝統海塩やきしお、北海道産てん菜糖などを使用し自然のおいさをまとめたスープです。

【原材料】じゃがいも(北海道)、ごぼう(宮崎、熊本、大分、青森)、米粉(国産)、塩(伊豆大島近海)、たまねぎ(兵庫)、てん菜糖(北海道)、しょうが(高知、宮崎)、酵母エキス(国産)

ファイン 13g×5 **432円**

佃煮・大豆加工食品・乾物・小麦粉

佃煮

マルシマの佃煮

2週のみ 翌々週

4407 海鮮づくしおかわりいっぱい! 100g瓶 **454円**
磯の香りとぶちとろ食感海の幸をふんだんに使い、じっくりと熟成させた丸大豆醤油で炊き上げました。

【原材料】醤油(大豆、小麦を含む)(国内製造)、粗糖、水飴、わかめ、魚卵、醸造酢、昆布、ひじき、かつお削りぶし、寒天

4408 生姜でごはん 70g **529円**

国内産の生姜を食べやすいように千切りにし、おかかと一緒においしく炊いた佃煮です。シャキシャキとした生姜の歯ごたえ。

【原材料】生姜(国産)、醤油(大豆・小麦を含む)、粗糖、水飴、かつお削りぶし、みりん、醸造酢、食塩、酵母エキス

4409 山椒ちりめん 45g **529円** **得**

山椒の香りとちりめんのうま味。瀬戸内海産のしらすを有機純正醤油、粗糖などでじっくり煮込み、国産山椒の香りで仕上げた、柔らかく食べやすい佃煮です。

【原材料】ちりめん(国内製造)、有機醤油(大豆・小麦を含む)、粗糖、みりん、水飴、山椒の実(塩漬) コンタミ：えび、かに

4412 天然岩のり 95g **475円**

天然岩のりを100%使った低塩タイプの佃煮です。

【原材料】醤油(大豆、小麦を含む)、粗糖、麦芽水飴、のり、みりん、醸造酢



4401 小豆島産生のり佃煮 2週のみ

風光明媚な瀬戸内海国立公園に浮かぶ小豆島産の生のりを杉桶でじっくり熟成した有機醤油で炊いた香り高い佃煮です。

【原材料】生のり(小豆島産)、有機醤油(大豆・小麦を含む)、水飴、含蜜糖、澱粉、食塩※本品に遺伝子組換え原料は使用していません。



マルシマ 翌々週 90g **486円**

4520 長崎県産 乾燥ちりめん 2週のみ

長崎県産片口いわし使用
程よい塩味 酸化防止剤
不使用。ちりめんにして
は大きめサイズで、ソフ
トな食感と程よい塩味が
楽しめます。そのまま食
べるほか、サラダ、パス
タ、炒飯、酢の物など、
様々な料理にご使用ください。

【原材料】片口いわし(長崎産)、食塩(海水)



翌々週 弥永商店 50g **538円**

4493 素干しえび(国産) 2・4週

えびの上品な風味
かき揚げ、お好み
焼き、炒め物など
に。

【原材料】えび(アキアミ(国産))



翌々週 ハヤシ食品 40g **421円**

大豆加工食品

4461 オーサワの 大豆ミートひき肉風 2週のみ

湯戻し5分で便利
なひき肉風。ハン
バーグやあんか
け、炒め物などさ
まざまな料理に使
えます。油分は圧
搾法でカットして
あります。

【原材料】大豆(国内産)



翌々週 オーサワ 100g **475円**

4465 セイタン 2週のみ

純粋植物性たんぱく質
(小麦グルテン)を有機
純正醤油にて長時間煮
詰めたものです。※マ
クロビオティックの提
唱者、桜沢如一先生の
ご指導により生まれた
商品です。

【原材料】小麦たん白
(国内産、アメリカ・カ
ナダ・オーストラリア産)、有機醤油



翌々週 オーサワ 180g **443円**

乾物

4491 乾燥まいたけ 2週のみ

遠赤外線乾燥した新
潟産舞茸。舞茸の凝
縮した味、香り、食
感を楽しめます。水
戻りが早く、香り高
いだしがとれます。
お鍋やお吸い物、お
味噌汁、煮びたし、
天ぷらなど幅広くお
使いいただけます。

【原材料】まいたけ(新潟県)



オーサワ 翌々週 30g **638円**

4566 オーサワの車麩 2週のみ

青森産全粒粉使用。
もっちりとし
た食感。コクと旨
みがある。膨張剤
不使用。

【原材料】全粒粉(青森産)、小麦グルテン
(アメリカ・カナダ・
オーストラリア・北
海道・愛知・岐阜産)

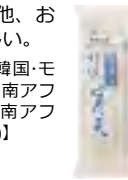


翌々週 オーサワ 6枚 **324円** **得**

4524 無漂白特級寒天 2週のみ

デザートや料理の他、お
米に混ぜても美味しい。

【原材料】海藻[天草(韓国・モ
ロッコ・インドネシア・南ア
フリカ・国内産)、オゴ草(南ア
フリカ・インドネシア産)]



翌々週 北原産業 2本入 **464円**

4529 粉末寒天 2週のみ

水戻し不要の粉末寒天
は、ご飯に入れて炊く
とつやつやに。

【原材料】オゴ草(チリ産)、
天草(モロッコ・ポルトガ
ル産)



オーサワ 翌々週 (4g×5袋) **346円**

小麦粉・パン粉・粉類

江別製粉

4670 薄力粉北海道産100% 1kg **489円**

北海道産小麦100%の薄力粉。お菓子づくりや天ぷらにはもちろん、手打ちうどんにもご利用いただけます。

4671 パン用粉北海道産100% 1kg **545円**

北海道産小麦100%のパン用小麦粉。パンづくりにはもちろん、ピザ台やそばのつなぎにもご利用いただけます。



4675 北海道地粉中力粉 2週のみ

北海道産小麦100%。
パン、麺などに。
品種：きたほなみ
【原材料】小麦(北海道産)



翌々週 健友交易 1kg **518円**

4676 石臼挽き完全粉(全粒粉) 2週のみ

岩手産小麦100%。
小麦の栄養まるごと
うどん、パンなど
に。準強力粉。品種：
ナンプコムギ
【原材料】小麦(岩手産)



翌々週 オーサワ 500g **367円**

4662 有機強力粉 ゆきちから 2・4週

金沢大地のオーガニック
小麦でつくる有機小麦粉
「ゆきちから」。製パン適
性に優れ、べたつきにく
く膨らみが良いのが特
長。あっさりした風味は、
菓子パン等、油脂や糖分
の多いリッチな生地にもおすすめ。
【原材料】有機小麦ゆきちから(石川県)



金沢大地 500g **729円**

4663 有機薄力粉 シロガネコムギ 2・4週

金沢大地のオーガニック
小麦「シロガネコムギ」の
薄力粉です。お菓子づく
りや天ぷら、うどんなど
の麺類にもおすすめです。
【原材料】有機小麦シロガネ
(石川県)



金沢大地 500g **729円**

4731 国産有機きな粉

原材料は金沢大地
の有機大豆「あや
こがね」丸大豆
100%。大豆本来
の甘みがしっかりと
感じられるきな
粉です。
【原材料】有機大豆
(石川県産)



金沢大地 80g **294円**

4735 山いも粉末 2週のみ

丸芋をフリーズドライ
製法で粉末化しま
した。水やだし汁を
加えるだけで、粘り
のあるとろろができま
す。お好み焼きや料
理のつなぎなどに。
【原材料】丸芋(国内産)



翌々週 北国フーズ 20g袋 **367円**

今週のおすすめ！

1568 お徳用からあげ 2週のみ

おいしさやわれかさを追求し、秋川牧園のむね肉を二段仕込み製法で仕上げたからあげのお徳用サイズです。

からあげ

凍

秋川牧園

400g 1,169円⇒**1,145円 得**

6346 きな粉 米粉せんべい 2週のみ

軽やかな食感&やさしい甘さ。シンプル素材のおせんべい。国産有機きな粉使用。卵は平飼いの卵を使用しています。素材を吟味し、おいしさ・なつかしさ・少し高級で、安心安全なおせんべいです。

翌々

マルシマ 63g 454円⇒**445円 得**

2774 鳴門海峡 漁師のわかめ (湯通し塩蔵 茎付わかめ)

鳴門産わかめ100%。色鮮やかでシャキッとした食感、磯の香り豊かです。塩抜きしてさまざまな料理にどうぞ。

NEW
不定期!

冷 翌々

マルセ 100g 432円⇒**424円 得**

4409 山椒ちりめん 2週のみ

山椒の香りとちりめんのうま味。瀬戸内海産のしらすを有機純正醤油、粗糖などでじっくり煮込み、国産山椒の香りで仕上げた、柔らかく食べやすい佃煮です。



翌々
マルシマ 45g 529円⇒**519円 得**

粒ありクリームもろこし畑 1・2週

甘味は原料自体のものであり、砂糖不使用。また、一般市販品で使用されることの多い、コーンスターチも使用していません。



7114 1缶
190g 212円⇒**208円 得**

7115 3缶
190g×3 636円⇒**624円 得**
フルーツバスケット

しょうが湯(直火釜炊き)

コクがあり美味です。国内産の生姜を『一物全体食』の考えから丸ごとすりおろし、昔ながらの「直火釜」でコトコト時間をかけて炊き上げました。

翌々

7669 袋 2週のみ
20g×5 373円⇒**366円 得**

7674 箱 不定期!
20g×12 886円⇒**869円 得**
マルシマ

茅渚産直 2週のみ

凍 翌々

2252 寒ブリ切身 NEW

冬の寒い時期に取れた寒ブリは、脂がのって美味しいです。塩焼きや照り焼きがおすすめで。

2〜3切(約200g) **1,102円 得**

2253 大塩サバ切身 NEW

そのままでも美味しいです。お酢で締めてしめざばとしても美味しく召し上がれます。

180〜200g 443円⇒**422円 得**

2246 あおさのり 20g 633円⇒**609円 得**

お味噌汁に入れたり、軽くフライパンであぶって醤油をたらしてご飯にのせて食べると美味しいです。



道長の漬物 冷 翌々

3904 ゆず大根

冬の限定商品です。生のゆずをそのまま使っています。風味は最高です。細切りにして手巻寿司の芯にしてもgood!

150g 367円⇒**340円 得**

3925 キムチ鍋のもと

お家で簡単にキムチ鍋が楽しめます。味噌も入っているので、あとは食材を入れるだけ。冬はあったかキムチ鍋で決まり!

150g 534円⇒**487円 得**



今週のお薦め肉 凍

1300 豚ヒレブロック

2本のブロックになっています。一口サイズにカットし、ヒレカツに。

丹沢農場

400g 1,741円⇒**1,654円 得**

1500 若鶏もも肉

豊富なコクと適度な脂のお肉です。唐揚げ、煮しめ、チキンステーキ、焼き鳥、親子丼などいろいろ使えます。

秋川牧園 300g 732円⇒**696円 得**



いちろうこの練り物 2週のみ 冷

2661 小ちくわ

そのままちくわで生でも。おでん種としてもおすすめです。サラダ、酢の物にも。

5本 390円⇒**383円 得**

2672 小判揚げ

無添加で仕上げました。すり身のきめの細かさやプリもち感をお楽しみください。リン酸塩などは一切使用せず、砂糖だけを加えたスケソウダラすり身を原料にしています。

5枚 351円⇒**344円 得**



札幌中一 北海道の海の幸

9720 塩鮭切身

オスの鮭を切身にして塩水に漬け込みました。身に脂乗りがよく、たんぱく質やビタミン類、EPA、DHAが含まれています。

60g×2 **583円**

9721 ベビー帆立加熱用

北海道噴火湾産の小ぶりのサイズの帆立をボイルして加熱用に処理しました。

150g **648円⇒636円 得**

9722 厚岸のさんま

厚岸産のさんまをお手軽に3本パックしました。

3尾 **853円⇒836円 得**

9723 さば竜田揚げ

北海道産の脂の乗ったサバを使用し、衣をつけて竜田揚げにしました。レンジ又はオーブンで温めるだけで、すぐにお召し上がりいただけます。

100g **529円**

調理済

植物性素材でつくった 冷 翌々 不定期!

本格ベジ生ラーメン

北海道産小麦粉を使用した風味際立つ滑らかな喉ごしの生麺

オーサワベジ生ラーメン

5130 醤油 2食入り **604円**

本醸造醤油の香り引き立つスープ。

5131 味噌 2食入り **615円**

天然醸造味噌の深みある味わい。

5132 ごまみそ 2食入り **637円**

天然醸造味噌と胡麻の風味とコクがたっぷり。

5133 しお 2食入り **594円**

本醸造白たまりを使った香り高く旨味のある塩味。

5134 坦々麺

ごまの旨みとコク、程よい辛さが特徴の担担麺スープをお楽しみください。

2食入り **788円⇒773円 得**

杉の古桶でじっくり熟成 有機純正醤油

2週のみ 翌々 NEW

5771 有機純正醤油(濃口) 紙パック

有機栽培の大豆と小麦を天日塩とともに仕込みました。醤油造りに最適な気候・風土に恵まれた小豆島で、「生命を育む」オーガニックの大豆と小麦を天日塩とともに仕込みました。杉の古桶にてじっくりと熟成させ、伝承の技を極めた味と香りをご賞味ください。

マルシマ 550ml **743円⇒729円 得**

便利なチルド品

冷 翌々 不定期!

1844 おさかなソーセージ

うまみ調味料は一切使用せず、日本海近海の新鮮な小魚を配合することにより、素材の風味を大切にした魚肉ソーセージです。保存料、着色料を使用していません。

別所蒲鉾 90g(2本入) **346円⇒340円 得**

1863 味付けいなり

国産大豆と海水にがりで作った豆腐を、圧搾一番搾りなたね油で揚げた肉厚で柔らかい油揚げ使用。だしがきいた甘さ控えめの味付け。

丸和食品 6枚 **397円**

2363 国産釜揚げしらす

国産いわし類使用。獲れたての稚魚をすぐに釜あげ。ふっくら柔らかな食感。食べきりサイズ。

木村海産 40g(20g×2) **232円**

2693 ちくわぶ

北海道産小麦粉100%使用。しっかりした小麦粉の風味ともちもちとした食感です。おでんの具や鍋物などに。

いわて屋 160g **237円**

腎臓の働きを助ける「小豆」 翌々

寒いと血管が収縮し血圧が上昇します。腎臓は血液をろ過する臓器で、血圧が高くなると腎臓の毛細血管を傷つけ、機能が低下してしまいます。腎臓の形に似た小豆は、腎臓の働きを高め、血液を浄化してくれます。また、利尿作用を促しむくみの改善も期待できます。あずきパワーで腎臓をいたわり、寒い冬を乗り切りましょう。

同じく腎臓の働きを助ける南瓜と合わせた「小豆南瓜」は食養生の鉄板メニュー

NEW

1832 あずきかぼちゃ 不定期! 180g **367円**

国産特別栽培小豆・かぼちゃ使用。塩で小豆とかぼちゃの自然な甘みを引き出しました。砂糖・動物性原料不使用。そのまま食べられます。

2934 国内産小豆 2・4週

200g **772円⇒757円 得**

北海道産で農薬・化学肥料不使用。ツヤよく甘味があります。品種はエリモショウズ。赤飯や煮豆、菓子作りにどうぞ。

2846 有機小豆の水煮 2・4週 230g **313円** NEW

北海道産有機小豆100%使用。小豆本来の甘み。伝統海塩「海の精」使用。煮物やぜんざい、あんこなどにどうぞ。

7813 有機小豆焙煎粉(ヤンノー) 1週のみ NEW

内モンゴルの大自然で育った有機小豆100% 石臼で微粉末にしました。小豆の甘みと豊かな香り。煮出して飲んだり、お湯に溶いて飲むこともできます。

オーサワ 100g **551円⇒540円 得**

醤油味の関西風 ひなあられ NEW

6341 ひなあられ 翌々 不定期!

国産有機もち米使用、着色料不使用です。醤油、刻み海苔、あおさ、白醤油、4つの味の関西風。ひな祭りのお祝いにどうぞ。

精華堂霰総本舗 55g **389円**

カラーページに掲載しているアイテムの原材料は、全て各製品のページ、または2ページに掲載しています。

小麦粉・パン粉・粉類・乾麺

4740 本葛粉 2週のみ

国産100%の野生の葛を地下水で洗い、寒晒しにし、50日以上自然乾燥した最高級品。



森野吉野葛本舗(オ)

翌々週 150g **1,188円**

4742 オーサワの本葛 (微粉末) 2週のみ

伝統的な寒晒し製法でつくられ、微粉末で使いやすくなっています。本葛ならではのやわらかい舌触り。葛湯、葛練り、胡麻豆腐、料理のとりみ付け、揚げ物などに。【原材料】葛根(宮崎・鹿児島産)国内産本葛100%



オーサワジャパン

翌々週 100g **799円**

4749 片栗粉

北海道常呂郡常呂町・斜里郡斜里町の契約農家で契約栽培された馬鈴薯を、斜里岳から流れる良質の天然水に晒して製造された純度の高い馬鈴薯澱粉(片栗粉・粉末)です。



桜井食品 200g **281円**

4757 玄米ぱんこ 2週のみ

玄米だけを使用してパン粉状に製品化しました。カツ、フライ、香草焼きなど一般的な小麦のパン粉同様にお使いいただけます。【原材料】玄米(岐阜県)



桜井 翌々週 100g **346円**

4769 こな屋さんのてんぷら粉 2・4週

国内産原料100%天ぷらがカラッと揚がる。揚げ衣が冷めてもベタつかない。

【原材料】小麦粉・馬鈴薯でん粉・こめ粉(国内産)



翌々週 500g **416円**
オーサワ

4770 オーガニックパン粉 2・4週

有機天然酵母パン使用 サクサクした食感。揚げ衣に使うと、サクサクとした食感が楽しめます。

【原材料】有機小麦粉(北米産)、天然酵母、食塩(シママース)



翌々週 100g **346円**
オーサワ

乾 麺

4844 出雲そば 2週のみ

国産そば・小麦粉を使用しています。喉ごしよい細麺で、そばの香りが豊かです。自家製粉の全屑挽きそば粉使用。そば粉3割。茹で時間3分。

【原材料】小麦粉[小麦(国産)]、そば(国産)、食塩(天日塩)



翌々週 180g **432円**
本田商店

4851 小豆島手延そうめん 2週のみ

そうめんの本場、小豆島で国内産小麦粉を使用し、昔ながらの手法(手延べ製法)で、丹精こめて造りました。こまやかな風味と腰の強いそうめんは、適した風土と手延べならではの味わいです。

【原材料】小麦粉、食塩、ごま油



翌々週 250g **497円**
マルシマ

4884 手延葛うどん 2週のみ

国産小麦粉を使用しています。吉野本葛粉入りで、つるつると滑らかな喉ごし。手延べならではのコシがあります。圧搾法ごま油使用、茹で時間10分。【原材料】小麦粉[小麦(国産)]、食塩、本葛粉、胡麻油



得

翌々週 200g **475円**
坂利製麺

有機グルテンフリーパスタ 2週のみ

【原材料】有機とうもろこし粉・有機玄米(イタリア産)

4882 スパゲティ

どのようなタイプのソースともよく合います。

4883 ペンネ

ソースがからみやすいショートパスタです。



翌々週 アルチエネロ 各250g **768円**

4905 江別パスタ (スパゲティタイプ) 1・2・3週

最新のパスタマシーン導入により輸入パスタを凌ぐ食感を実現。

【原材料】道産ハルユタカ・ホクサン・ホロシリブレンド



江別製粉 500g **521円**

4912 オーサワの有機スパゲティ 2週のみ

イタリア北部産のスパゲティのためコシが強く、歯応えがしっかりしています。ソースともよく絡み、少し辛みのあるオリーブオイルとも相性が良いです。

【原材料】有機デュラム小麦のセモリナ



翌々週 500g **378円**
オーサワ

4858 桜井の純正ラーメン 2週のみ

無かんすいで、麺の揚げ油には植物油を使用しています。動物性原料を一切使用していない素朴な味をお楽しみ頂けます。

【原材料】小麦粉、植物油、食塩、粉末しょうゆ、ビート糖、酵母エキス、粉末みそ、いりごま、野菜エキス、発酵調味料、椎茸パウダー、香辛料、ビーナッツパウダー、アーモンドパウダー、乾燥ねぎ、椎茸エキス、麦芽エキス、ごま油、粉末昆布、メンマパウダー



桜井食品 翌々週 5食入 **864円**

4864 尾道ラーメン(しょうゆ味) 2週のみ

尾道ラーメンの特徴である小魚を使用した醤油味の即席和風麺です。麺は国内産小麦粉を100%使用し、かん水を使用せず、カキ殻カルシウムでコシのある麺に仕上げました。

【原材料】油揚げ麺(小麦粉、植物油(パーム油)、馬鈴薯澱粉、小麦たん白、食塩)、有機醤油(大豆(遺伝子組換えでない)、小麦)、みりん、食塩、ちりめんエキス、酵母エキス、魚介エキス(エソ、グチ、ハモ)、オリーブオイル、香辛料、貝カルシウム、酸化防止剤(ビタミンE)



マルシマ 翌々週 115g(麺90g) **238円**

4865 尾道まぜ麺 2週のみ

そばろ状にした国産大豆でお肉の食感を再現。杉の桶でじっくり熟成した有機醤油と尾道産ジャンボにんにくを使用して、ヘルシーかつ食べごたえたっぷりに仕上げました。コシのあるおいしい麺小麦粉は国産小麦を100%使用。かん水を使用せず、カキ殻カルシウムでコシのある麺に仕上げました。

【原材料】油揚げめん(小麦粉(小麦(国産))、植物油(パーム油)、馬鈴薯澱粉、小麦たん白、食塩)、有機醤油、粗糖、なたね油、大豆加工品、玉ねぎ、発酵調味料、食塩、でん粉、生姜、パプリカ粉末、りんご酢、酵母エキス、ジャンボにんにく、唐辛子粉末/貝カルシウム、酸化防止剤(ビタミンE)



マルシマ 翌々週 130g(麺90g) **259円**

4866 尾道いりこラーメン 2週のみ

瀬戸内海産いりこにこだわった、だし香る即席麺。いりこたっぷりの濃厚スープ。コシのあるおいしい麺。

【原材料】油揚げめん(小麦粉(小麦(国産))、植物油(パーム油)、馬鈴薯澱粉、小麦たん白、食塩)、有機醤油、オリーブオイル、いわし煮干し、粗糖、昆布エキス、馬鈴薯澱粉、食塩、かつお粉末/貝カルシウム、酸化防止剤(ビタミンE)、(一部に大豆、小麦を含む)



マルシマ 翌々週 115g(めん90g) **259円**

4869 尾道和山椒まぜ麺 2週のみ

そばろ状にした国産大豆でお肉の食感を再現しています。からだにやさしいタレ杉の桶でじっくり熟成した有機醤油と尾道産ジャンボにんにくを使用して、ヘルシーかつ食べごたえたっぷりに仕上げたやみつきになるしびれピリ辛(シビ辛)なタレです。

【原材料】揚げめん(小麦粉(小麦(国産))、植物油(パーム油)、馬鈴薯澱粉、小麦たん白、食塩)、有機醤油、粗糖、なたね油、大豆加工品、玉ねぎ、発酵調味料、食塩、でん粉、生姜、パプリカ粉末、りんご酢、酵母エキス、ジャンボにんにく、にんにく、唐辛子粉末/酸化防止剤(ビタミンE)、(一部に小麦・大豆・りんごを含む)



マルシマ 翌々週 130g(麺90g) **281円**

4870 尾道カレーまぜ麺 2週のみ

動物性原材料ゼロの即席カレーまぜ麺です。そばろ状にした国産大豆でお肉の食感を再現しています。

【原材料】油揚げめん(小麦粉(小麦(国産))、植物油(パーム油)、馬鈴薯澱粉、小麦たん白、食塩)、しょうゆ、三温糖、玉ねぎ、食塩、大豆加工品、生姜、食用ごま油、発酵調味料、カレーパウダー、でん粉、りんご酢、ジャンボにんにく、香辛料、酵母エキス/酸化防止剤(ビタミンE)、(一部に小麦・大豆・りんごを含む)



マルシマ 翌々週 130g(めん90g) **281円**

乾麺・生麺・塩・砂糖・甘味料・シロップ・醤油

4863 醤油屋さんのしょうゆラーメン 2・4週

北海道産小麦粉使用のノンフライ麺。国産の大豆・小麦を使用した天然醸造の丸大豆醤油をベースにしたスープは化学調味料及び食品添加物を使用しておりません。

【原材料】めん[小麦粉(小麦(北海道)、食塩/貝殻焼成カルシウム、かんすい)、添付調味料(醤油、食塩、砂糖、豚脂、煮干しだし、酵母エキス、ボーラエキス、チキンエキス、かつお節エキス、ガーリックエキス、メンマ味、香辛料)]



日食 2食入 **470円**

4867 醤油屋さんのうまチゲラーメン 2・4週

コクと辛さを追求。味噌と豆板醤のkokと辛みにチキンエキスの旨みを加えた濃厚な味に仕上げました。

【原材料】めん[小麦粉(小麦(北海道)、食塩/貝殻焼成カルシウム、かんすい)添付調味料[みそ、豆板醤、食塩、にんにく、酵母エキス、チキンエキス、ごま油、砂糖、ねぎごま、しょうが] (一部に小麦・大豆・鶏肉・ごまを含む)



日食 2食入 **540円**

4842 十割そば 2・4週

無農薬栽培し添加物や塩を一切使用せずに製麺した十割そば乾麺です。そば粉も乾麺ではめずらしい全粒粉を使用している為、栄養価の高い乾麺です。また、濃厚なそば湯もお楽しみいただけますので是非ご賞味ください。

【原材料】そば粉(そば(国産))



イチカラ畑 180g **713円**

生 麺

5144 能登そば 2・4週

蕎麦と小麦と海水塩だけでつくるシンプルな蕎麦です。蕎麦、小麦はすべて石川県産オーガニック。塩は奥能登海水塩を使用しています。

【原材料】有機小麦(石川県)、有機そば(石川県)、食塩(石川県)



生麺 金沢大地 100g×2 **562円**

5146 さめきうどん 2・3週

香川県産の小麦と食塩だけで作った讃岐うどん。沸騰したお湯で1分茹でるだけで、つるりとした喉ごし、モチモチとした歯ごたえとコシのある本場の味が楽しめます。

【原材料】小麦粉、食塩



ムソー 200g×3 **410円**

ペースト

5269 有機アーモンドペースト 2週のみ

有機アーモンド100%。濃厚なkokと旨み、まろやかな口当たりです。砂糖・食塩・油脂不使用。パンにつけるほか、料理の隠し味などにどうぞ。

【原材料】有機アーモンド(アメリカ)



翌々週 オーサワ 80g **799円**

5373 生チョコレートペースト 2・4週

チョコレートに生クリームを加えて練り上げた、ちょっと贅沢なチョコレートペースト。パンやクラッカー、チョコレートドリンク、アイスのトッピングなどに。カカオ分たっぷり。

【原材料】砂糖(ビート糖)、カカオマス、還元水飴、生クリーム、結晶バチナース、全粉乳、植物油(パーム油)、ココアバター、洋酒、レシチン(大豆由来)、香料(バニラ)



創健社 冷蔵 160g **626円**

塩・加工塩

5502 おふくろの塩 1・2・3週

再結晶塩の決定版。メキシコの岩塩と中国産にがり平釜で合わせ、薪をたいて手作業で塩作りをする本格派です。



イカリ商事 1kg **559円**

5538 簡単!入れるだけ!にがり 2週のみ

使いやすい一滴出しキャップ。炊飯や煮物、みそ汁などに入れて。熊本県天草産海水のにがり。マグネシウムは、骨や歯の形成に必要な栄養素です。

【原材料】海水(熊本県天草)



白松 翌々週 170ml **562円**

石垣の塩 2・4週

石垣島の珊瑚礁に囲まれた美しい海水から採取した、沖縄石垣島産海水100%の塩です。粒子が均一できめ細かく、しつとりとしています。低温乾燥法。

【原材料】海水(沖縄県)



翌々週 5547 180g **712円**
石垣の塩 5548 500g **1,296円**

砂糖・甘味料・シロップ

5554 種子島洗糖(きび砂糖) 1・2・3週

黒砂糖独特のクセをおさえつつ、ミネラル分をたっぷり残したお砂糖です。アークも少なく色々なお料理、お菓子作りに使えます。

【原材料】さとうきび(種子島産)



新光糖業 1kg **624円**

5558 てんさい糖 2・4週

北海道特産のてんさい大根から抽出されたおなかによさしい砂糖。

【原材料】てん菜(ビート):北海道十勝産



ホクレン(創) 650g **519円**

5565 リックさんのメープルシロップゴールデン(デリケートテイスト) 2週のみ

カナダ・ケベック州にあるリックさんのメープル林で樹液のみを使用したメープルシロップです。海外の有機認証を所帯しています。

【原材料】メープルシロップ(カナダ産)
第3世界ショップ 翌々週 330g **1,598円**



5571 オーガニックブルーアガベシロップ 2週のみ

メキシコ産のブルーアガベを使用。100%植物性甘味料です。低GI値で身体にやさしく、体系や血糖値が気になる方にもおすすめです。クセのないすっきりした甘味。低い温度でも固まらないため冷たい飲料等にも。

【原材料】有機ブルーアガベ



翌々週 テルヴィス 330g **778円**

醤油・味噌

こいくち国産有機醤油 2・4週

金沢大地のロングセラー人気No.1有機醤油。兵庫県奥播磨の足立醸造で仕込みました。自社農場の有機大豆&有機小麦100%使用。杉桶で二重じっくり熟成させた、深く濃厚な味わいが特徴です。料理全般にオールマイティ。つけ醤油から、煮物、かけ醤油まで幅広くお使いいただけます。

【原材料】有機大豆(石川県)、有機小麦(石川県)、食塩

5684 小 360ml **823円**

5685 大 900ml **1,728円**

金沢大地



5686 国産有機醤油(淡口)

金沢大地の有機認証大豆と小麦を原料に淡口作りの塩分バランスの芳醇で爽やかな醤油。

【原材料】有機大豆(国産)、有機小麦(国産)、食塩

片上醤油 900ml瓶 **1,360円**



5687 国産有機醤油(濃口)

十分にアミノ酸が醸成されしめじみ美味しい「濃口」です。

【原材料】有機大豆(国産)、有機小麦(国産)、食塩

足立醸造 900ml瓶 **1,360円**



醤油・味噌・マヨネーズ・ケチャップ

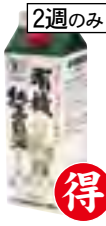
5771 有機純正醤油(濃口) 2週のみ

有機栽培の大豆と小麦を天日塩とともに仕込みました。杉の古桶にてじっくりと熟成させ、伝承の技を極めた味と香りを味わってください。

【原材料】有機大豆(アメリカ産又はカナダ産)、有機小麦、食塩

マルシマ 翌々週

紙パック550ml **743円**



5708 鍋用みそ 2週のみ

天祐みそをベースに作った肉と野菜のみそ鍋専用の味噌。タシ要らず。簡単、お好みの具材と共に煮込むだけで、深い味わいの味噌風味の美味しい鍋が作れます。

冷蔵

中初商店 200g **388円**

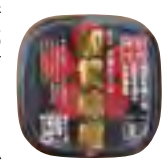


5713 有機加賀味噌 2・4週

金沢の有機栽培農家・井村辰二郎が丹精こめて育てた有機大豆と有機米を使い、「金沢」の伝統的な味噌に仕上げました。

冷蔵

金沢大地 500g **975円**



中初商店

中初商店さんは、創業1896年。金沢の老舗の醤油と味噌の醸造元です。厳選された国産大豆と国産小麦、天日塩を用い、自然の摂理にのっとった「天然醸造」で通常より長めのおよそ2年間じっくりと時間をかけ、醗酵・熟成させています。

5701 大・天祐醤油(濃口) 1.8ℓ **1,976円**

5702 小・天祐醤油(濃口) 720ml **988円**

5709 ミニ・天祐醤油(濃口) 200ml **495円**

5706 大・天祐味噌 2kg **2,068円**

5707 小・天祐味噌 1kg **1,034円**

5710 胡麻味噌 120g **471円**

【原材料】砂糖(三温糖)、みりん、味噌(天祐米味噌)、黒胡麻



5689 国産 麦麹生みそ 2週のみ

すべて国内産の原料を使用し、じっくりと長期熟成(7ヶ月以上)させた生タイプの麦味噌です。長期熟成による芳醇な味と香りがあり、生きたままの酵母や乳酸菌を豊富に含んでいます。

【原材料】大麦(国内産)、大豆(島根県産) (遺伝子組換えでない)、食塩

翌々週

マルシマ 600g **929円**



5719 有機立科麦みそ 2・4週

国内産有機大麦・大豆使用麦の風味・甘みがいきている。

【原材料】有機大麦(岩手・栃木産)、有機大豆(岩手・青森産)、食塩(オーストラリア産)

翌々週

オーサワ 650g **1,350円**



5720 たっぶり野菜の金山寺 2週のみ

麹も道長で作りました。大豆と食感の柔らかな大麦使用。野菜たっぷり甘口仕立。金山寺用麹も道長で作りました。

【原材料】大根・なす・にんじん・金山寺麹他

道長 冷蔵 150g **478円**



5731 コチュジャン 2週のみ

唐辛子は韓国産有機栽培を使用。韓国料理はもちろん、いろんな料理にお使いいただけます。

【原材料】唐辛子、みりん、粗糖、豆みそ、白たま(日東醸造・愛知県碧南市)、醤油

道長 100g **534円**



5737 国産合わせ生みそ 2週のみ

国産大麦、国産米、国産大豆を使用した100%国産合わせ味噌です。

【原材料】米みそ[米(国産)、大豆(島根県産飯南町)] (遺伝子組換えでない)、食塩、麦みそ[大麦(国産)、大豆(島根県産飯南町)] (遺伝子組換えでない)、食塩]

翌々週

マルシマ 600g **950円**



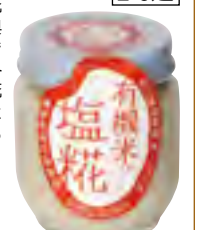
5765 有機米でつくった塩麹 2・3週

金沢大地産の有機米で仕込んだ米麹と、能登製塩「奥能登海水塩」で作った塩麹。旨みたっぷりの塩麹は、お塩と同じように気軽に使える万能調味料。

【原材料】有機米、食塩

冷蔵

金沢大地 200g **740円**



5766 塩こうじ 2週のみ

山の沢水だけで育てたおいしいお米「音羽米」で作る米麹を使って、じっくりと熟成させ「塩こうじ」にしました。高知の極上天日塩「海一粒」使用で香り高い一品です。【原材料】米麹、食塩

道長 冷蔵 120g **424円**



5770 白麹 (有機認証基準コシヒカリ) 2・4週

原料は自家生産有機認証基準のコシヒカリを使用しており少しでも消費者の方に使いやすい商品づくりに心がけております。かぶら寿し、大根寿し、塩麹、味噌づくりに広くご利用いただけます。

【原材料】米(石川県産有機JAS基準)

冷蔵

たかはし農園 600g **1,118円**



5767 ひしおこうじ 2週のみ

国産原料100%。味噌や醤油の原点といわれる日本古来の醗酵調味料「ひしお味噌」が手軽につくれます。醤油と水を混ぜて醗酵させるだけ!約2週間間で完成します。1袋で約840gのひしお味噌ができます。ご飯や野菜に添えるほか、漬け床としても。

【原材料】大麦(岡山県)、丸大豆(北海道)

翌々週

オーサワ 300g **928円**



マヨネーズ・ケチャップ

5812 有機トマトピューレ 2週のみ

完熟有機トマト100%使用。トマト本来の自然な甘みと豊かな旨み。添加物不使用。パスタソースやスープのベースなどにお使い下さい。

【原材料】有機トマト(アメリカ、スペイン、ポルトガル、国産、イタリア他)、食塩(天日塩)、有機レモン果汁

翌々週

光食品 320g瓶 **400円**



5814 有機トマトケチャップ 2週のみ

自然の恵みをいっぱい受けた有機栽培の農産物を使用した、自然のおいしいっぱいのトマトケチャップです。

【原材料】有機トマト、有機砂糖、有機醸造酢、食塩、有機玉ねぎ、有機香辛料

マルシマ 300g **486円**



5808 有機栽培完熟トマト使用 トマトケチャップ

トマトはアメリカ産有機栽培完熟トマトを100%使用。トマトの甘みとリンゴ酢の酸味を活かしたマイルドな味。遺伝子組換え原料不使用。

【原材料】有機トマト(アメリカ)、ぶどう糖果糖液糖、りんご酢(りんご(チリ))、食塩(メキシコ、オーストラリア、沖縄)、たまねぎ(北海道)、香辛料

創健社 300g **486円**



5792 有精卵マヨネーズ

九州は大分県久住高原の豊かな環境で平飼いたれたニワトリたちの大切なタマゴを使ったあっさりまろやかな風味のマヨネーズ。

【原材料】食用植物油[なたね油(オーストラリア)、べに花油(アメリカ又はメキシコ)]、卵黄(大分)、醸造酢[りんご(チリ)、さとうきび(ブラジル、タイ他海外)]、砂糖[てんさい(北海道)]、食塩(オーストラリア、高知)、香辛料[マスタード(カナダ)]、(一部に卵・りんごを含む)

創健社 300g **616円**



豆乳マヨ 2・4週

圧搾法の菜種油、国内産大豆、りんご酢をベースに作りました。豆乳を使用することでクリーミーでより舌触りなめらかになりました。卵・砂糖・添加物不使用、コレステロールゼロ。

【原材料】菜種油、豆乳、りんご酢(国内産)、有機白味噌、食塩(海の精)、メーブルシロップ(カナダ産)、白こしょう(インドネシア産)

5805 大 300g **778円**

5806 小 150g **486円**

オーサワ 冷蔵 翌々週



ドレッシング・たれ・レトルト

ドレッシング・たれ

5823 有機胡麻 ドレッシングタイプ 2週のみ

サラダにはもちろん、棒棒鶏のたれ、和え物など幅広く使えます。

【原材料】有機砂糖(ブラジル産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)



【原材料】有機砂糖(ブラジル産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)

【原材料】有機砂糖(ブラジル産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)、有機胡麻(ポリビア産)

5824 ごまの香り・金胡麻 2週のみ

ねり金ごまを基本になたね油や有機醤油、米酢などで作った他用途美味ドレッシング。サラダ、フライ、しゃぶしゃぶ、おひたし等々。

【原材料】なたね油、有機醤油(大豆、小麦を含む)、有機米酢、砂糖、すりごま、卵黄(卵を含む)、食塩



【原材料】なたね油、有機醤油(大豆、小麦を含む)、有機米酢、砂糖、すりごま、卵黄(卵を含む)、食塩

【原材料】なたね油、有機醤油(大豆、小麦を含む)、有機米酢、砂糖、すりごま、卵黄(卵を含む)、食塩

5833 甘口焼肉のたれ 2週のみ

澄んだ水と空気の中で育った野菜をたっぷり使った手づくりの焼肉のたれです。

【原材料】醤油(大豆、小麦、食塩)、玉ねぎ、砂糖(粗製糖)、発酵調味料(米、米麹、食塩)、りんご、にんにく、米味噌、生姜、黒ごま



【原材料】醤油(大豆、小麦、食塩)、玉ねぎ、砂糖(粗製糖)、発酵調味料(米、米麹、食塩)、りんご、にんにく、米味噌、生姜、黒ごま

【原材料】醤油(大豆、小麦、食塩)、玉ねぎ、砂糖(粗製糖)、発酵調味料(米、米麹、食塩)、りんご、にんにく、米味噌、生姜、黒ごま

5834 中辛焼肉のたれ 2週のみ

契約栽培のタマネギ、しょうがなどの野菜がたっぷり入って旨味を醸し出す焼肉のたれです。

【原材料】醤油(大豆、小麦、食塩)、砂糖、発酵調味料(米、米麹、食塩)、玉葱、にんにく、米味噌、生姜、黒胡麻、唐辛子



【原材料】醤油(大豆、小麦、食塩)、砂糖、発酵調味料(米、米麹、食塩)、玉葱、にんにく、米味噌、生姜、黒胡麻、唐辛子

【原材料】醤油(大豆、小麦、食塩)、砂糖、発酵調味料(米、米麹、食塩)、玉葱、にんにく、米味噌、生姜、黒胡麻、唐辛子

レトルト

5848 こどもキーマ 2・4週

秋川牧園の鶏肉ととりがらスープを使用した優しい味付けのキーマカレー。素材本来の味をベースとした優しい味付けのカレーに仕上げました。

【原材料】野菜(じゃがいも、とうもろこし)(国産)、鶏肉(国産(秋川牧園))、炒めたまねぎ、鶏がらスープ(秋川牧園)、とうもろこしペースト、かぼちゃペースト、たまねぎペースト、なたね油、トマトペースト、米粉、砂糖、食塩、カレー粉、おろししょうが、香辛料、(一部に鶏肉を含む)



秋川牧園 レトルト 100g **313円**

5850 奄美ベジタブルカレー 2週のみ

大豆ミート使用。化学合成添加物不使用。ヴィーガン仕様。奄美大島で栽培されたうこんを「生」のまますり潰し使用。具材にはすべて国産野菜を使用し、砂糖は喜界島粗糖を使っています。

【原材料】野菜(玉ねぎ、にんじん、じゃがいも)(国産)、カレー粉、粒状大豆たんぱく、食用なたね油、トマトピューレー、昆布、マンゴーチャップ、しょうゆ、トマトケチャップ、おろしにんにく、カレー粉、砂糖、香辛料、(一部に小麦、大豆を含む)



風と光 レトルト 200g **400円**

5868 ベジバスタソース(ミートソース風) 2週のみ

完熟トマトの旨味を凝縮！砂糖・動物性不使用で、ひき肉の代わりにベジミートを使用。有機トマトペーストをふんだんに使ったベジミートソースです。

【原材料】有機トマトペースト(有機トマト(アメリカ))、特別栽培にんじん(国産)、オーサワそのま使えるベジミート(鶏肉の)、椎茸だし、ローストオニオン(玉ねぎ(国産)、椎茸(国産)、オリブ油、メープルシュガー、赤ワイン、小麦粉(小麦(国産))、おろしにんにく(にんにく(中国))、酵母エキス、食塩(海の精)、パプリカ、ナツメグ、こしょう、ローリエ



オーサワ レトルト 140g **324円**

5851 バターチキンカレー 2・4週

秋川牧園のヨーグルトと鶏肉を使用。トマトペーストに鶏もも肉の旨味とスパイスが効いた食べやすいカレーです。

【原材料】鶏肉、炒めたまねぎ、トマトペースト、クリーム(乳製品)、はっ酵乳、小麦粉、カシューナッツペースト、砂糖、バター、香辛料、全粒粉、食塩、べにばな油、おろししょうが、カレー粉、シーズニングスパイス、(一部に乳成分、小麦、カシューナッツ、鶏肉を含む)



秋川牧園 レトルト 180g **511円**

5852 瀬戸内レモンのチキンカレー 2・4週

秋川牧園のヨーグルトと鶏肉を使用。鶏もも肉の濃厚なコクに瀬戸内レモンのほどこい酸味が食欲をそそるカレーです。

【原材料】鶏肉、炒めたまねぎ、クリーム(乳製品)、はっ酵乳、トマトペースト、べにばな油、小麦粉、砂糖、レモンジュース(ストレート)、全粒粉、カレー粉、食塩、おろししょうが、(一部に乳成分、小麦、鶏肉を含む)



秋川牧園 レトルト 180g **507円**

5853 鶏キーマカレー 2・4週

秋川牧園のヨーグルトと鶏肉を使用。鶏挽肉の旨みとヨーグルトのコクをいかしたシンプルで食べやすいカレーです。

【原材料】鶏肉、炒めたまねぎ、トマトペースト、べにばな油、小麦粉、はっ酵乳、カレー粉、砂糖、食塩、おろししょうが、(一部に乳成分、小麦、鶏肉を含む)



秋川牧園 レトルト 180g **507円**

5880 ひよこ豆カレー辛さ控えめ 2週のみ

ほくほくしたオーガニックのひよこ豆をふんだんに使用し、とろけるたまねぎと、有機ココナッツを使ったココナッツミルクで、スパイス感はありませんが、辛さを控えた、やさしい味に仕上げました。辛いのが苦手な方やお子様にも。

【原材料】ココナッツミルク、ひよこめ、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料、トマトペースト、醸造酢、食塩、粗糖、米



第3世界ショップ レトルト 180g **562円**

5881 辛口チキンカレー(カレーの壺) 2週のみ

「カレーの壺」をベースに、ココナッツミルクを使ったスリランカ風レトルトカレー。平飼鶏に玉ねぎとココナッツミルクを合わせ、パンチのあるスパイスで仕上げました。チキンは、自社農園または契約農家で飼育された平飼鶏を使用しています。

【原材料】たまねぎ、鶏肉、ココナッツミルク、香辛料、ココナッツオイル、トマトペースト、食塩、醸造酢、米、乾燥ココナッツ



第3世界ショップ レトルト 180g **562円**

5889 オーサワのベジハヤシ 2週のみ

植物性素材でつくったこだわりのハヤシ。トマトの程よい酸味とデミグラスのこく。

【原材料】玉ねぎ(国産)、オーサワの国産大豆ミート、ローストオニオン(玉ねぎ(国産))、小麦粉(北海道産)、有機トマトペースト(有機トマト(アメリカ))、野菜エキス、なたね油、メープルシュガー、酵母エキス、赤ワイン、オーサワのデミグラスソース、馬鈴薯でん粉、食塩(海の精)、スイートコーンパウダー(とうもろこし(国産))、有機立料豆、ココア(ウタダ、こしょう、ナツメグ、セロリーシード、オレガノ



オーサワ レトルト 180g **432円**

5885 甘口ベジカレー 2週のみ

植物性素材でつくったこだわりカレー。野菜の旨みたっぷりマイルドな甘口タイプ。

【原材料】ローストオニオン(玉ねぎ(国産))、特別栽培かぼちゃ・特別栽培じゃがいも・特別栽培にんじん(国産)、なたね油、りんごジュース(りんご(国産))、馬鈴薯でん粉、メープルシュガー、小麦粉(北海道産)、醤油、食塩(海の精)、酵母エキス、有機トマトペースト(有機トマト(アメリカ))、白菜エキス、おろし生姜(生姜(国産))、おろしにんにく(にんにく(国産))、味噌、カレー粉、クミン(イラン・インド)、コリアンダー(モロッコ、カナダ)、ターメリック・シナモン(中国)



オーサワ レトルト レトルト 210g **410円**

5886 中辛ベジカレー 2週のみ

植物性素材でつくったこだわりカレー。野菜の旨みたっぷり程よい辛さの中辛タイプ。

【原材料】ローストオニオン(国産)、特別栽培かぼちゃ・じゃがいも・にんじん(国産)、なたね油、有機トマトペースト(アメリカ産)、馬鈴薯でん粉・りんごジュース(国産)、小麦粉(北海道産)、醤油、食塩(海の精)、酵母エキス、メープルシュガー(カナダ産)、白菜エキス、おろし生姜・おろしにんにく(国産)、カレー粉、クミン(イラン・インド産)、味噌、コリアンダー(モロッコ・カナダ産)、赤唐辛子



オーサワ レトルト レトルト 210g **410円**

5887 根菜ベジカレー 2週のみ

植物性素材でつくったこだわり和風カレー。根菜たっぷり 程よい辛さの中辛タイプ。

【原材料】ローストオニオン(国産)、特別栽培にんじん(国産)、ごぼう・れんこん(国産)、特別栽培さつまいも(国産)、醤油、なたね油、有機トマトペースト(アメリカ産)、馬鈴薯でん粉・りんごジュース(国産)、小麦粉(北海道産)、酵母エキス、おろし生姜(国産)、香辛料(カレー粉(インド・中国産他)、クミン(イラン・インド産)、コリアンダー(モロッコ産)、ガラムマサラ(中国・インド産他)、ターメリック・赤唐辛子(中国産))、醸造調味料、メープルシュガー(カナダ産)、おろしにんにく(国産)、食塩(海の精)、味噌、にんじんペースト・昆布粉末(国産)



オーサワ レトルト レトルト 200g **400円**

5888 ひよこ豆ベジカレー 2週のみ

ひよこ豆のホクホクとした食感がおいしい。適度な辛味とコクがあります。

【原材料】ローストオニオン(国内産)、ひよこ豆(アメリカ産)、特別栽培人参(国内産)、菜種油(国内産)、トマトペースト(トルコ産)、小麦粉・馬鈴薯でん粉・りんごジュース(国内産)、メープルシュガー(カナダ産)、酵母エキス、生姜(国内産)、にんにく(国内産)、淡口醤油(国内産)、白菜エキス、カレー粉、食塩(海の精)、コリアンダー、クミン、シナモン、赤唐辛子、クローブ



オーサワ レトルト レトルト 210g **400円**

レトルト・調味料・みりん・料理酒・酢

5884 若鶏ミートソース 2・4週

秋川牧園の若鶏胸肉を使ったミートソースです。たっぷりのトマトと若鶏胸肉を使用し、若鶏のとりがらを3時間煮込んで作った鶏ガラスープを加えました。鶏の旨味とトマトの甘味、酸味のバランスが◎。

【原材料】野菜(トマト、玉ねぎ、人参)、鶏卵、鶏がらスープ、トマトケチャップ、ウスターソース、小麦粉、砂糖、食塩



秋川牧園 **レトルト** 150g **410円**

調味料

5934 マンゴーチャツネ 2週のみ

カレーの壺のマリオさんと第3世界ショップの共同開発のスリランカの台所に欠かせない調味料。フェアトレード商品。マンゴーの果肉を、スパイスや酢、砂糖と一緒に煮込んで作った甘辛風味の万能調味料です。マンゴーチャツネを使った簡単なレシピ付きです。

【原材料】砂糖、マンゴー、にんにく、酢、塩、マスタード、しょうが、ペクチン、チリ

第3世界ショップ **翌々週** 260g **626円**



みりん・料理酒

三河みりん

国産原料の本物みりん。原料の焼酎ももちろん全て自社一貫生産は日本で2〜3軒だけになりました。もち米のおいしさを、醸造という日本の伝統的な技のみで引き出した本格みりんです。飲めるほどにおいしく、上品でキレの良い甘さと、照り・ツヤの良さが特長です。

【原材料】もち米、米こうじ、本格焼酎

5941 大
1.8ℓ瓶 **2,580円**

5942 小
700ml瓶 **1,130円**

角谷文治郎商店



有機三州味噌

自然の生態系の中で栽培された国内産の有機米を原料に、「米一升・みりん一升」という200余年本場三河の伝統的な醸造法で造りました。

【原材料】有機もち米(国内)、有機米こうじ(国内)、有機米焼酎(自社製)

5944 大
1.8ℓ瓶 **3,600円**

5943 小
500ml瓶 **1,150円**

角谷文治郎商店



5949 蔵の素料理酒

伝統の醸造法から生まれた職人向けの料理酒です。20種類以上の天然アミノ酸を含み、ご家庭から料理亭まで幅広くご利用頂けます。

【原材料】米、米麹
精米歩合：70%
アルコール度：16.0度

大和川酒造店
720ml **1,298円**



5950 都の料理酒

自然酒「都錦」の原料米、無農薬有機栽培の五百万石を精白する過程で生じる米粉を使って造った料理酒です。自然海塩海の精を添加し、アルコール度数も低く抑えてあります。

【原材料】米、米こうじ、食塩

青砥酒造
720ml **960円**



5953 てり旨 (みりんタイプ) 2週のみ

三河地方に代々伝わる本格焼酎仕込みの醸造法で「もち米」から上品な甘味を引き出し、香り豊かに仕上げました。適度なアルコール分が「生臭み」を消して、味の浸透を良くし、醸造による甘い香りを引き立てます。塩分を約2%含んでいます。アルコール分：14%

【原材料】醸造調味料(もち米、米しゅうちゅう、米こうじ、食塩) (国内製造)

マルシマ **翌々週** 500ml **832円**



6091 まろやか仕立ての酢の物酢 2週のみ

国産有機純米酢をベースに、杉桶で熟成した有機醤油と厳選した「北海道産昆布」でとっただしをブレンドしました。原料や味を十分吟味したこだわりの酢の物酢です。

【原材料】有機米酢(有機米(国産))、三温糖、食塩、昆布、有機醤油(大豆・小麦を含む)

マルシマ **翌々週** 500ml **810円**



6107 すし酢 2週のみ

有機米でつくった純米酢をベースに、てんさい糖、食塩などをブレンドした調味酢です。北海道産昆布だし入りで、すべての原材料が国内産です。

【原材料】有機米酢、砂糖(てんさい)、食塩、昆布

マルシマ **翌々週** 300ml **659円**



6130 小・老梅 有機純米酢

一般に米酢にはムレ香という独特のなじみにくい香りがあり、これを抑えることに成功した、フルーティで華やかな香りが特徴の米酢です。

【原材料】有機栽培米(国産)

河原酢造
500ml **497円**



6092 ゆずぽん酢 2週のみ

すべて天然の原材料を使用。天然柑橘果汁を主原料とし、純正醤油、かつおだし、みりんをブレンドした、風味豊かな柚子ポン酢です。

【原材料】天然柑橘果汁、純正醤油、かつおだし、みりん、(原材料の一部に大豆・小麦を含む)

翌々週 マルシマ 300ml **653円**



6093 漬かるんで酢 2週のみ

じっくりと熟成した国産有機純米酢に鹿児島県産粗糖、国産蜂蜜、北海道産昆布だしをあわせ、キリッとした甘酸っぱいさっぱりとした漬かる酢です。

【原材料】有機米酢(有機米(国産))、粗糖、食塩、はちみつ、昆布

マルシマ **翌々週** 500ml **691円**



6127 有機バルサミコ酢・赤

イタリアのバルサミコ酢作りの本場、モデナ産の有機栽培ぶどうを使用。濃厚なコクと旨味で、肉・魚料理、煮込み料理の隠し味やソースに使えば、料理が一層美味しくなります。

【原材料】有機ぶどう(イタリア産)

6128 有機バルサミコ酢・白

スペイン産とイタリア・モデナ産の有機栽培ぶどうを使用。まろやかなシャンパンイエローの色彩で、料理の彩りを左右せずにお楽しみいただけます。ピクルス・野菜や魚介類のマリネやドレッシング、マヨネーズ作りに。サワードリンクに。

【原材料】有機ワインベネガー・濃縮ぶどう果汁(イタリア産)

翌々週 **2週のみ** 各250ml **1,598円** ↑



6097 はちみつりんご酢

爽やかでフルーティなりんご酢の風味ととろっとまろやかなのはちみつの甘み。6倍濃縮タイプのパーメント酢です。

【原材料】はちみつ(国内製造)、りんご酢

翌々週 マルシマ 300ml **1,458円**



油

オーサワのなたねサラダ油

圧搾法一番搾り。軽くあっさりとした風味。揚げ物にも繰り返し使用できます。炒め物・揚げ物・ドレッシングなどにも。

【原材料】なたね(オーストラリア産)

6315 紙パック 600g **864円**

6316 ペットボトル 1360g **1,620円**

オーサワ **翌々週**



油・お菓子

6333 オーサワの国内産なたねサラダ油

国内産なたね100%圧搾法の一歩搾りです。軽くあっさりとした風味。

【原材料】なたね(北海道、九州産)

翌々週

オーサワ

910g **1,339円**



6325 アルチェネロ・オリーブオイル

手摘みしたカラブリア産の有機栽培オリーブの実だけを酸化したコールドプレス製法で丁寧に絞った一級一歩搾りです。

翌々週

オーサワ

250ml **1,768円**



6326 パレスチナEXバージンオリーブオイル

マイルドでしかも爽やかでほんのりとした辛みが特徴。パレスチナの平和と繁栄を願ってオルタートレードジャパンが現地NGOと農民とともに産直を確立しました。

オルタートレードジャパン

273g **1,858円**



6328 オーガニックEXVオリーブ油

有機JAS認定を受けたオーガニックオリーブオイルです。オリーブオイル独特の芳醇な香りと深い味わいが特長です。パスタや炒め物などの料理用としてはもちろん、そのままパンにつけたり、サラダやカルパッチョにもおすすめです。

【原材料】有機食用オリーブ油

ヴィア ブランカ

500ml **2,025円**



6201 有機亜麻仁油 オーガニックフラックスオイル

αリノレン酸(オメガ3)58~62%含有。そのまま飲むほか、加熱をしない料理にもコールドプレス製法一番搾りマイルドでクセがありません。

翌々週

オーサワ

190g **1,836円**



6314 オーサワ胡麻らー油

国内産唐辛子、圧搾法一番搾りごま油使用。香ばしく、深みのある辛さ。

【原材料】胡麻油(京都山田のごま油)、桂皮(中国産)、みかんの皮(和歌山産)、山椒・八角(中国産)、生姜・唐辛子・ねぎ(国内産)

オーサワ

30g **475円**



6317 圧搾一番搾り国産こめ油

国産米ぬか100%使用。圧搾法一番搾り。さらっとした風味がよく使いやすい。ビタミンEの抗酸化作用。

【原材料】米ぬか(国産)

翌々週

築野食品工業

600g **1,296円**



6318 北海道米油

北海道産米ぬか100%使用。さらっとしてクセがなく使いやすい。

【原材料】米ぬか(北海道)

翌々週

築野食品工業

600g **1,080円**



お菓子

6344 抹茶きなこ飴

皮ごと焙煎したきな粉に、静岡県産の有機抹茶を加えた香り高い贅沢な一品です。匠の技によるサクサクの食感と、きな粉の味わいたつぷりの、懐かしくて新しい美味しさです。

【原材料】砂糖(てんさい(北海道産))、有機きな粉(大豆を含む)、麦芽水飴、米油、有機抹茶

翌々週

マルシマ

80g **443円**



6365 黄金きなこあめ

飴なのに「サクサク」のやみつきになる不思議な食感。16世紀中ごろ安土桃山時代にポルトガルから伝わった南蛮菓子「有平糖(ありへいとう)」の伝統的な製法で、飴職人の手によって丁寧に作られています。

【原材料】砂糖(てんさい(北海道産))、有機きな粉(大豆を含む)、麦芽水飴、米油

マルシマ

80g **397円**



6346 きな粉

平飼卵を使用。使う直前にひとつひとつ丁寧に手で割っています。素材を吟味し、おいしさ・なつかしさ・少し高級で、安心安全なおせんべいです。

【原材料】米粉(米(岡山県産))、砂糖(てんさい(北海道産))、鶏卵(岡山県産)、有機きな粉(大豆(国産))、はちみつ

6347 生姜

【原材料】米粉(米(岡山県産))、砂糖(てんさい(北海道産))、鶏卵(岡山県産)、しょうが(国産)、はちみつ

マルシマ **63g 410円**



6387 ひとくちきなこようかん

尾道のきな粉工房で大豆を皮ごと丸ごとじっくり焙煎した国産有機きな粉を使用。京都堀川三条の老舗あんこ屋とのコラボレートによる、京風浅焼りで後味すっきり羊羹です。

【原材料】砂糖(てんさい(北海道産))、白生あん(白いんげん豆(北海道産))、有機きな粉(大豆を含む)、寒天

翌々週

マルシマ 1本(52g) **281円**



6388 ひねくれきなこ

きなこを混ぜ込むだけでなく、贅沢に外側にまぶしているのもマルシマの「ひねくれきなこ」の特徴。きなこの風味を存分に味わって頂けます。

【原材料】有機きな粉(有機大豆(国産))、水飴、砂糖(てんさい)

マルシマ

96g(12本) **335円**



6351 野菜サクッチ 国産かぼちゃチップス

からだにやさしい野菜チップス。国産かぼちゃ使用。かぼちゃのほのかな甘み、サクサクとした食感。食塩不使用です。米油で揚げたのでサクッと感が違います。ビタミンA・ビタミンE豊富。

【原材料】かぼちゃ(国産)、こめ油

翌々週

イー・有機生活 19g **346円**



6352 野菜サクッチ 国産ごぼうチップス

からだにやさしい野菜チップス。国産ごぼう使用。ごぼうそのものの風味、パリパリとした食感のうす塩味。食物繊維・ビタミンE・カリウム・鉄分豊富です。

【原材料】ごぼう(国産)、こめ油、食塩(天日塩)

翌々週

イー・有機生活 19g **346円**



6353 野菜サクッチ 国産れんこんチップス

からだにやさしい野菜チップス。国産れんこん使用。れんこんの自然な風味、パリパリとした食感のうす塩味。食物繊維・ビタミンE豊富です。

【原材料】れんこん(国産)、こめ油、食塩(天日塩)

翌々週

イー・有機生活 19g **346円**



6383 オーサワのヴィーガンプロテインバー

手軽に植物性たんぱく質を補給。砂糖・卵・乳製品不使用のヴィーガンバー。メープルのやさしい甘み。

【原材料】小麦粉[小麦(北海道産)]、オーサワの有機メープルシロップ、なたね油、えんどう豆たんぱく[えんどう豆(フランス産)]、大豆クラッシュ[大豆(国産)]、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、アーモンド・くるみ(アメリカ産)

オーサワ

2本(約60g) **259円**



6384 オーサワのヴィーガンプロテインバーココア

手軽に植物性たんぱく質を補給。砂糖・卵・乳製品不使用のヴィーガンバー。甘さ控えめ、ビターなココア味。

【原材料】オーサワの有機メープルシロップ、小麦粉[小麦(北海道産)]、なたね油、えんどう豆たんぱく[えんどう豆(フランス産)]、大豆クラッシュ[大豆(国産)]、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、ココアパウダー、デーツ(イラン産)、有機カレンツ(アメリカ産)

オーサワ

2本(約60g) **259円**



お菓子

6364 きく芋かりんとう

2週のみ

「イヌリン(食物繊維)」を豊富に含む「キクイモ」のお菓子。広島県大竹市で栽培・収穫された「キクイモ」を使用。素材の旨みを引き出す生地づくりと、丁寧な手揚げによる素朴な味わいが特徴。
【原材料】小麦粉(国内製造)、きくいも(広島県産)、砂糖、卵、植物油(大豆、菜種)、山の芋、米粉、食塩、植物油(重曹(一部に小麦・卵・山芋・大豆を含む))



なが川 翌々週 60g **259円**

6413 地粉かれんとう

2週のみ

わっぱの会知多共働事業所で製粉した音羽産小麦粉使用。地粉の風味が心地よい。
【原材料】小麦粉(愛知県産)、黒糖、菜種油(非遺伝子組み換え)、こま(愛知県産)、天然酵母、食塩



道長 80g **343円**

6436 オーサワのレーズンビスケット

2週のみ

北海道産小麦粉を使用しています。レーズンの自然な甘み。米・米粉、水だけでつくった自家製天然酵母でじっくり発酵させ、ひとつひとつ丁寧に焼き上げました。しっかりとした歯ごたえのマクロビオティックビスケットです。



【原材料】小麦粉(北海道)、レーズン(トルコ)、なたね油、酵母、食塩(シママース)、もち玄米粉(秋田県)
オーサワ 翌々週 5本 **486円**

6554 玄米パフスナック カレー味 8g×4P

ピリッとスパイシーな味わい。厳選した14種類のスパイスをブレンドした「オーサワのカレー粉」使用。
【原材料】玄米(山形県)、米油、オーサワの野菜フイヨン、オーサワのカレー粉、食塩(シママース)

6555 玄米パフスナック 野菜コンソメ味 8g×4P

野菜の旨みをいかしたやさしいコンソメ味。野菜の旨みが凝縮した「オーサワの野菜フイヨン」使用。
【原材料】玄米(山形県)、米油、オーサワの野菜フイヨン、食塩(シママース)



翌々週 各 **270円**

6556 コーンパフスナック 野菜コンソメ味 7g×4P

ほんのり甘いコーンパフスナック。
【原材料】コーングリッツ(とうもろこし(アメリカ))、米油、オーサワの野菜フイヨン、食塩(シママース)



翌々週 各 **270円**

6380 横綱一番 (ひねり揚げ) 2週のみ

国産小麦100%使用サクッと軽い口当たり、程よい塩味。
【原材料】小麦粉[小麦(国産)]、とうもろこしでん粉、甘藷でん粉、なたね油、食塩(天塩)/ベーキングパウダー(アルミニウム不使用)



翌々週 花田食品 68g **184円**

6429 有機ぜんざい 2・4週

上品な甘みで小豆本来の味を楽しめる。
【原材料】有機砂糖(ブラジル産)、有機小豆(中国産他)、食塩



翌々週 遠藤製餡 180g **281円**

6437 粒あんたい焼 2・4週

皮が美しく甘さ控えめの餡です。皮は国産小麦を使用。北海道産の小豆を使用した極上あんこ。
【原材料】皮：国産小麦粉、鶏卵、砂糖、麦芽水飴、脱脂粉乳、膨張剤(重曹)/餡：砂糖、十勝産小豆、麦芽水飴



神戸グレインミルズ 冷凍 4個入 **583円**

6583 蓮根生姜飴(切飴) 2週のみ

熊本産蓮根・国内産生姜使用のやわらかな甘みと生姜の風味があとをひく飴です。昔ながらの麦芽糖化もち米飴使用で砂糖は不使用。蓮根と生姜入りでのにやさしい。
【原材料】もち米飴、麦芽水飴、蓮根粉末、生姜粉末、麦炒り粉(裸麦)



翌々週 得 オーサワ 100g **324円**

ポンセン

国内産有機玄米100%使用。軽い食感とほどよい塩味。
【原材料】有機玄米(国内産)、食塩(シママース)※黒豆入りは原材料に黒豆(山形産)が入ります。



6398 玄米 8枚入 **410円**

6399 黒豆入 8枚入 **421円**

オーサワ 2週のみ 翌々週

6430 有機小倉あん 2・4週

上品な甘みで小豆本来の味を楽しめる。
【原材料】有機砂糖(ブラジル産)、有機小豆(中国産他)、食塩、寒天



翌々週 遠藤製餡 300g **486円**

6438 カスタードたい焼 2・4週

皮は国産小麦を使用。皮が美しく、上品な甘さのカスタードです。
【原材料】皮：国産小麦粉、砂糖、麦芽水飴、脱脂粉乳、膨張剤(重曹)/クリーム：鶏卵、砂糖、麦芽水飴、脱脂粉乳、小麦粉、ナチュラルチーズ、バター



神戸グレインミルズ 冷凍 4個入 **583円**

6586 オーサワの塩飴 (石垣の塩入り) 2週のみ

ほのかな塩味が甘みを引き立てます。砂糖不使用、国産もち米を使用した麦芽飴使用。伝統の直火釜焚き製法。個包装。
【原材料】もち米(国産)、さつまいもでん粉[さつまいも(鹿児島県)]、食塩(石垣の塩)、麦芽(カナダ)



翌々週 80g **324円**

6412 つぶ塩がりんとう

2週のみ

豊川市産の地粉で作りました独特の風味が決め手。高知県黒潮町の手作りのこだわり天日塩『ソルトビー』の塩つぶが練り込んであります。塩つぶにあたると海の味がお口に広がります。揚げ油の原材料ナタネはオーストラリア産非遺伝子組み換え。菜種油に消泡剤シリコン無添加。
【原材料】小麦粉(愛知県産)、菜種油(非遺伝子組み換え)、甜菜糖、食塩、こま(愛知県産)、大豆粉(非遺伝子組み換え/愛知県産)、重曹



道長 80g **343円**

6431 有機こしあん 2・4週

上品な甘みで小豆本来の味を楽しめる。
【原材料】有機砂糖(ブラジル産)、有機小豆(中国産他)、食塩、寒天



翌々週 遠藤製餡 300g **454円**

6439 粒あん回転焼き 2・4週

皮は国産小麦を使用。北海道産の小豆を使用した甘さ控えめのあんこがたっぷり。皮とのバランスがいいです。
【原材料】皮：国産小麦粉、鶏卵、砂糖、麦芽水飴、脱脂粉乳、膨張剤(重曹)/餡：砂糖、十勝小豆、麦芽水飴



神戸グレインミルズ 冷凍 4個入 **423円**

米粉クッキー 2週のみ 翌々週

石川産米粉使用。小麦・卵・乳製品不使用。香料・着色料不使用。

6491 キャロブ&ココア

キャロブとココアの豊かな風味とほろ苦さ。
【原材料】米粉[米(石川産)]、オーサワの有機メープルシロップ、なたね油、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、てんさい含蜜糖、有機キャロブパウダー[有機キャロブ(イタリア産)]、ココアパウダー、食塩(珠洲の塩)



60g **399円**

6492 ベリー

3種のベリーの甘酸っぱい風味。
【原材料】米粉[米(石川産)]、なたね油、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、てんさい含蜜糖、有機アガベシロップ、ラズベリー果汁、ストロベリー果汁、アロニア果汁、食塩(珠洲の塩)



オーサワ 60g **388円**

6493 よもぎ

よもぎの上品な風味。
【原材料】米粉[米(石川県)]、なたね油、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ)]、てんさい含蜜糖、有機アガベシロップ、オーサワのよもぎ粉末、食塩(珠洲の塩)



60g **367円**

6494 かぼちゃ

北海道産かぼちゃ使用。かぼちゃの豊かな風味。
【原材料】米粉[米(石川県)]、なたね油、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ)]、てんさい含蜜糖、有機アガベシロップ、かぼちゃ粉末(北海道)、食塩(珠洲の塩)



60g **367円**

お菓子・ドライフルーツ・ナッツ

6601 ひとくち小豆ようかん

北海道産小豆100%使用で砂糖不使用。上品な小豆の風味とすっきりとした甘み。

【原材料】米飴(国産)、生飴[小豆(北海道産)]、寒天(南米・地中海・東アジア産)、食塩(石垣の塩)



6602 ひとくち芋ようかん

徳島産鳴門金時100%使用で砂糖不使用。さつまいもの豊かな風味とすっきりとした甘み。

【原材料】米飴(国産)、さつまいもペースト(徳島産)、寒天(南米・地中海・東アジア産)、食塩(石垣の塩)

6603 ひとくち塩ようかん

北海道産小豆100%使用で砂糖不使用。程よい塩味とすっきりとした甘み

【原材料】麦芽飴(国産)、生飴[小豆(北海道産)]、寒天(南米・地中海・東アジア産)、食塩(石垣の塩)

オーサワ 2週のみ 翌々週 1本58g **226円**

ドライフルーツ・ナッツ

6724 徳用ミックスナッツ

徳用ミックスナッツです。ピスタチオ、アーモンド、カシューナッツ、くるみの4種類。
【原材料】くるみ(アメリカ)、アーモンド(アメリカ)、ピスタチオ(アメリカ)、カシューナッツ



2週のみ

第3世界ショップ 200g **1,490円**
翌々週

6725 徳用アーモンド (食塩不使用)

オーガニックの徳用アーモンドです。カリッとした心地よい食感とアーモンド本来の甘みが楽しめます。
【原材料】アーモンド(アメリカ)



2週のみ

第3世界ショップ 230g **1,598円**
翌々週

6727 徳用くるみ(生)

オーガニックの徳用くるみです。チャンドラー種またはハートレー種で、美しいクリーム色と、コクのある味わいが特徴です。
【原材料】くるみ(アメリカ)



2週のみ

第3世界ショップ 200g **1,490円**
翌々週

6761 カシューナッツ

甘みの強いスリランカ産の大粒のカシューナッツを国内で香ばしくローストしました。カリッとした独特の歯ごたえとクリーミーな甘さが特徴のおいしいナッツです。一価不飽和脂肪酸の一種であるオレイン酸がととても豊富です。
【原材料】カシューナッツ



2週のみ

第3世界ショップ 70g **691円**
翌々週

6762 カシューナッツカレー味

カレーの壺の生産者のマリオさんから届いたカシューナッツ、スパイス原料を使用。カシューナッツのカリッと軽い歯触りはスパイシーな風味とともに、ビール等のおつまみにもぴったり。
【原材料】カシューナッツ、小麦粉、砂糖、コーンスターチ、食塩、なたね油、ターメリック、カレー粉



2週のみ

第3世界 60g **594円**
翌々週

6765 くるみ

生タイプでくるみ本来の甘みやよく、クリーム色のきれいな見た目も楽しめます。そのままおやつはもちろん、パンやお菓子作りにも活躍します。



2週のみ

第3世界 65g **691円**
翌々週

6766 ピスタチオ

カリフォルニア産オーガニックピスタチオを使用。低温ローストしました。
【原材料】ピスタチオ(米国産)



2週のみ

第3世界 70g **691円**
翌々週

6768 アーモンドブードル

アーモンドを皮ごと粉末に。ほのかに甘く風味がよいブードルです。
【原材料】アーモンド(アメリカ産)



2週のみ

第3世界 50g **540円**
翌々週

6771 プルーン

カリフォルニア産・有機栽培。鉄分、繊維質、カリウム、ビタミンAが豊富。



2週のみ

第3世界 120g **691円**
翌々週

6772 レーズン

カリフォルニア産・有機栽培。お菓子作りやお料理に！ノンオイルコーティング。



2週のみ

第3世界 165g **497円**
翌々週

6773 ドライクランベリー

ブルーベリーやラズベリーと同じ、つつじ科の果物ですが、栽培が困難な為に希少な植物です。
【原材料】クランベリー、砂糖、ひまわり油



2週のみ

第3世界 80g **562円**
翌々週

6775 ドライマンゴー

砂糖や添加物を使用せず、マンゴー本来のフルーティーな甘みとほのかな酸味が楽しめます。
【原材料】マンゴー(メキシコ産)



2週のみ

第3世界 65g **626円**
翌々週

6776 マカダミアナッツ

マラウイ産のマカダミアナッツは、コクがあり、脂質と糖質のバランスが良いのが特徴です。油を使わず熱風でローストし、味付けしています。味付けには食塩のみを使用。
【原材料】マカダミアナッツ(マラウイ共和国)



2週のみ

第3世界 65g **691円**
翌々週

6777 アーモンドホール

アメリカ産のオーガニックアーモンドを日本でローストし、スペイン産のオリブオイルだけで味付けした素材の味を生かしたアーモンドです。
【原材料】有機認証米産アーモンド、イタリア産オリブオイル



2週のみ

第3世界 70g **691円**
翌々週

6778 ドライフルーツ ナッツミックス

【原材料】レーズン・クランベリー(砂糖・ひまわり油)・クルミ・アーモンド、干しいちじく



2週のみ

第3世界 90g **626円**
翌々週

6779 よくばりナッツ

食塩や油、保存料などの添加物は使用していません。
【原材料】ピスタチオ、アーモンド、カシューナッツ、クルミ



2週のみ

第3世界 80g **691円**
翌々週

ドライフルーツ・ナッツ・飲み物・ジュース

6780 きなこくるみ 2週のみ

きな粉の香ばしい風味とほろりとした食感に、くるみのコクがあわさった、昔懐かしく素朴でやさしい味わい。ついつい手が止まらないおいしさです。

【原材料】アメリカ(くるみ)、日本(粗糖、きな粉、砂糖、食塩)



翌々週

第3世界ショップ 65g **497円**

6781 黒糖くるみ 2週のみ

渋味の少ないくるみに黒糖をさっくりと絡めた、やさしい甘さと懐かしい味わいが人気のお菓子です。

【原材料】アメリカ(クルミ)、日本(加工黒糖、砂糖)



翌々週

第3世界ショップ 65g **497円**

6782 メープルアーモンド 2週のみ

メープルシロップを贅沢に使って、香ばしくローストしたアーモンドをコーティングしました。油の使用をやめ、カリカリと素焼きにし、よりいっそう香ばしくなりました!【原材料】アーモンド、メープルシロップ、食塩



翌々週

第3世界 40g **562円**

6726 お山の干しいも (紅はるか)

栽培時農薬、化学肥料不使用で自家栽培した「紅はるか」でつくりました。しっとりしたなめらかな口あたり。

【原材料】さつまいも(高知県)



土佐郡 泰泉寺操

100g **575円**

飲み物・ジュース

光食品 缶ジュース類

2・4週 翌々週



6813 有機野菜飲むならこれ!1日分 190g×2 **388円**

有機JAS認証。緑黄色野菜などを350gを使用したミックスジュースです。

【原材料】有機トマトジュース(濃縮トマト還元)、野菜ジュース(有機にんじん(濃縮還元)、セロリ、有機かぼちゃ、だいこん(濃縮還元)、はくさい、小松菜(濃縮還元)、ピーマン(濃縮還元)、ピーツ、ケール(濃縮還元)、赤ピーマン、野沢菜(濃縮還元)、ブロッコリー(濃縮還元)、キャベツ、ほうれん草、アスパラガス、かぶ、レタス、クレソン、パセリ)、有機レモン果汁、有機ゆづ果汁

6816 無塩OGトマトジュース 190g×2 **302円**

オーガニックのトマトが丸ごとそのままジュースに。

6818 無塩野菜ジュース 190g×2 **302円**

上記から塩をぬき、塩分を調節している方でもさしつかえなく飲めるようにしました。

6819 有機にんじんジュース 160g×2 **399円**

有機のにんじんと徳島特産のゆづ果汁をブレンドしてとても飲みやすくなっています。

2週のみ 翌々週

6811 有機野菜とバナナのスムージー

160g缶×2 **453円**

有機野菜・果実を使用した国産のスムージーです。有機バナナの自然な甘みが飲みやすく、野菜が苦手な方にも。

【原材料】有機野菜【にんじん、トマト、かぼちゃ、だいこん、小松菜・エンサイ・つるむらさき・モロヘイヤ・キャベツ・しょうが・たまねぎ・青じそ】、有機果実【バナナ、レモン、すだち】



6823 ぶどうサイダー+レモン 250ml缶×2 **324円**

有機JAS認定商品。有機果汁を85%以上使用。白ぶどうと赤ぶどうの果汁本来の甘味をいかした贅沢なサイダーです。

【原材料】果実(有機ぶどう、有機レモン)、炭酸

6824 アップルサイダー+レモン 250ml缶×2 **324円**

有機リンゴ、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。果汁85%と天然水でシンプルに仕上げました。飲み口すっきり!

【原材料】果実(有機りんご、有機レモン)、炭酸

6825 オーガニックジンジャーエール 250ml缶×2 **324円**

有機JAS認定商品。本物のしょうがを使用したジンジャーエールを味わっていただきたい!という思いから、国産有機生姜を使用したジンジャーエールを作りました。

【原材料】有機砂糖、有機りんご果汁、有機しょうが、有機レモン果汁、有機すだち果汁

箱企画は注文書のみに記載

志賀高原リンゴの木・小坂さんのりんごジュース

シナノスイート・シナノゴールド・王林・フジの4種類のりんご使用。自然圧搾法で搾った果汁100%のりんごジュースです。

【原材料】りんご

2・4週

リンゴジュース(ストレート)

6911 1本 1ℓ **804円**

6978 6本組 1ℓ×6 **4,800円**



6906 温州みかんジュース 2・4週

「温州みかんジュース」は熟れたみかんの落ち着いた風味。酸味は少なく飲みやすいジュースです。たっぷり飲める大瓶サイズ。贈答用としてもおすすめです。

【原材料】温州みかん(愛媛県産)



無茶々園 翌々週 720ml **1,064円**

6926 クランベリー100(ストレート)

果実をそのまま絞った「ストレート果汁100%」の高品質の無添加クランベリージュースです。少しトロっとしていて爽やかな酸味とほのかな渋みを味わえます。ヨーグルトに混ぜても美味しいです。

【原材料】クランベリー(カナダ、アメリカ産)

マルカイコーポレーション

翌々週 500ml **1,404円**



6934 国産有機人参ジュース 2週のみ

国内産有機人参と国内産すだちのみを使用した、有機人参の自然な甘みが生きた、すっきりとした味わいの人参ジュースです。環境に配慮した環境に配慮したカートン(紙)入り。

【原材料】有機人参(国内産)、かぼず(国内産)



オーサワ 翌々週 125ml×2 **396円**



冷凍食材・缶詰・カレー

缶詰・冷凍素材

7105 冷凍ホールコーン

8月9月の旬に収穫した北海道産のとうもろこしを、収穫後すぐに加工。旬のとうもろこしならではの甘みを堪能できます。

【原材料】スイートコーン

フルーツバスケット 冷凍 300g **508円**



7106 冷凍うらごしコーン 2・4週

遺伝子組み替えをしていない種子を北海道で無農薬栽培し、収穫後すぐに加工。冷凍品とは思えない、とうもろこし本来の甘みを感じていただける一品です。季節問わず、簡単トウモロコシをお楽しみいただけます。

フルーツバスケット 冷凍 150g袋×2 **499円**



7102 ココナッツミルク 2週のみ

香り高く豊かなココ。カレーなどのお料理をまろやかに仕上げます。クセがなく、適度な濃さなのでお菓子やデザート、ドリンク作りにも最適。

【原材料】ココナツ、安定剤(グアーガム)



第3世界 翌々週 200ml **346円**

7120 日食サバ味噌煮缶 2・4週

新鮮なさばを使用し、こだわりの調味料で煮込みました。

【原材料】さば、みそ(大豆を含む)、砂糖、しょうが



日食 200g **363円**

7109 水煮ライトツナフレーク缶

国産契約栽培野菜をベースにした本格野菜スープを使い、まぐろの旨味をひきたてた贅沢なノンオイルのツナフレークです。

【原材料】まぐろ、野菜エキス



かもめ屋 80g×3缶 **740円**

7111 油漬ライトツナフレーク缶 1・2・3週

化学調味料による味付けは一切せず、国産契約栽培野菜をベースにした本格野菜スープを使い、まぐろの旨味を引き立てた贅沢なツナフレークです。

【原材料】まぐろ、菜種油、野菜エキス、食塩



かもめ屋 80g×3缶 **690円**

本物のいわしくん 2週のみ

こだわりのいわしを使って骨まで柔らかく仕上げたDHA+EPA+カルシウムが豊富な食品です。水揚げされたばかりの鮮度の良い生のいわしだけを使用。化学調味料不使用なので煮汁も安心して召し上がりいただけます。



7127 ブツ切り味噌 190g **421円**

【原材料】いわし(国産)、糖類(砂糖、水あめ)しょうゆ、醸造酢、たまねぎ、本みりん、食塩、生姜(一部に小麦、大豆を含む)

7128 水煮

【原材料】いわし(国産)、醸造酢、生姜、本みりん、食塩

7129 醤油味噌

【原材料】いわし(国産)、糖類(砂糖、水あめ)しょうゆ、醸造酢、たまねぎ、本みりん、食塩、生姜(一部に小麦、大豆を含む)

翌々週

ワールドヘイセイ 各200g **464円**

フルーツバスケットの「もろこし畑」缶詰 1・2週

缶の内部コーティングは環境ホルモンの溶出の心配のない素材を使用。

7112 ホールカーネルもろこし畑缶 180g(固形量125g)×1 **242円**

7113 3缶ホールカーネルもろこし畑缶 180g(固形量125g)×3 **705円**

鮮度と風味を活かすため、現地の工場で収穫から短時間で缶詰めにバックしているから、シャキシャキの食感、本来のとうもろこしのおいしさそのままです。

【原材料】スイートコーン(北海道産)、食塩

7114 粒ありクリームもろこし畑缶 190g×1 **212円**

7115 3缶粒ありクリームもろこし畑缶 190g×3 **636円**

原料が本来持っている自然の甘み、香り、味をお楽しみいただけます。甘味は原料自体のものであり、砂糖は使用していません。また、一般市販品で 사용되는ことの多い、コーンスターチも使用していません。北海道で契約栽培されたとうもろこしを、最旬の時期を逃さずに収穫。鮮度と風味を活かすため、現地の工場で収穫から短時間で缶詰めにバックしています。



7146 ホール有機トマト缶 2・4週

7147 ダイス有機トマト缶

代替品になる可能性があります。

イタリア南部のプリア州・ルチューラにある限定農場で栽培された有機トマトだけを使用。クエン酸不使用でトマト本来の甘味と程よい酸味が特長。ビスフェノールA不使用缶。

【原材料】有機トマト(イタリア)、有機トマトジュース(イタリア)



創健社 各400g(固形240g) **270円**

カレー・シチュー・パスタソース

7306 オーサワのカレールウ(甘口) 2週のみ

植物性原料だけでつくった、こだわりのカレールウ。辛味を抑え、ピーナッツペーストで全体の味をまとめて、まろやかに仕上げました。7〜8皿分。

【原材料】国産小麦粉、コロンビア産有機バーム油、メーブルシュガー、ピーナッツペースト、伯方の塩、カレー粉、酵母エキス、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、麦芽エキス

オーサワ 翌々週 160g **788円**



7307 オーサワのカレールウ(中辛) 2週のみ

植物性原料だけでつくった、こだわりのカレールウ。素朴な味わい程よい辛みとコクのある味です。

【原材料】小麦粉(岐阜県)、なたね油、食塩、ピーナッツペースト、メーブルシュガー、カレー粉、プルーンピューレ、オニオンパウダー、酵母エキス、マサラ、麦芽エキス、トマトパウダー、ガーリックパウダー

オーサワ 翌々週 160g **788円**



7373 オーサワスパイス香るカレールウ(中辛) 2週のみ

米粉を農薬・化学肥料不使用の玄米粉にし、スパイスがしっかりと効いたなかにも深いコクをしっかりと感じることでできるカレールウに仕上げました。

【原材料】有機バーム油、玄米粉、メーブルシュガー、カレー粉、食塩、酵母エキス、馬鈴薯でん粉、りんご果汁、粉末トマト、有機黒こしょう、有機ココア

オーサワ 翌々週 120g **594円**



7345 カレーの壺・オリジナル 辛さ★★

ほどよい辛味に仕上げました。ペースト状で使いやすい、カレーの他、炒め物やピザベースにもオススメです。

【原材料】醸造酢、塩、トマト、レモンガラス、ココナツクリーム油、米、玉ねぎ、にんにく、その他香辛料



第3世界ショップ 翌々週 2週のみ

7346 カレーの壺・マイルド 辛さ★

辛さを抑えつつスパイス本来の香りを楽しめるマイルドな配合。

【原材料】醸造酢、塩、コリアンダー、砂糖、ココナツクリーム油、米、ニンニク、クミン、ターメリック、玉ねぎ、タマリンド、生姜、その他香辛料



7347 カレーの壺・スパイシー 辛さ★★★

パンチの効いた辛口。【原材料】醸造酢、塩、タマリンド、玉ねぎ、生姜、ニンニク、チリ、ココナツクリーム油、米、コリアンダー、その他香辛料



各200g **702円**

カレー・シチュー・パスタソース・香辛料

7351 スリカレー 2週のみ

丸ごとのスパイスと粉末スパイスをセットにした、本格カレー用スパイスセットです。スパイスの良い香り、アロマが活きています。食欲が増進され、身体に負担をかけず効率よい消化が促進されます。

【原材料】コリアンダー、クミン、フェヌグリーク、シナモン、唐辛子、カレーリーフ、クロブ、スクルーバイン、カルダモン、レモングラス、ターメリック

第3世界ショップ

翌々週 34g (約8皿分) **562**↑



7383 オーサワスパイス香る カレールウ(甘口) 2週のみ

小麦粉の代わりに玄米粉でつくった植物性カレールウ。本格スパイスが効いた中にもまろやかな甘みとコクがあり食べやすい。農業・化学肥料不使用玄米粉100%使用。

【原材料】有機バーム油(コロンビア)、玄米粉(山形・宮城・秋田県)、メープルシュガー、カレー粉、食塩(天日塩)、酵母エキス、濃縮りんご果汁、馬鈴薯でん粉(じゃがいも(北海道))、粉末トマト、有機コリアン

オーサワ 翌々週 120g **594**得



7330 スパシーカレーペースト 辛口 (グルテンフリー) 2週のみ

ノンオイル、そして小麦粉不使用で作ったカレールー(ペーストタイプ)です。今話題のグルテンフリーでかつ美味しくヘルシー。原料の半分以上は果実と野菜。スパシーな中に自然のうまみがぎゅっと詰まっています。

【原材料】果実・野菜(トマト、りんご、にんじん、バナナ、セロリ、にんにく、しょうが)、ソテーオニオン、カレー粉、砂糖、食塩、チャツネ、ボークエキス、チキンエキス、酵母エキス、発酵乳、ごまペースト、ココナッツクリーム、香辛料



コスモ食品 翌々週 180g **648**円

7331 米粉のカレールウ 中辛 (グルテンフリー) 2週のみ

国産米粉100%使用の、体にやさしいカレールーです。しかも、今話題のグルテンフリーで、美味しくヘルシーです。「直焼き製法」で焼き上げた、使いやすいフレークタイプのカレールーです。

【原材料】食用油脂(豚脂)、米粉、ひよこ豆粉、果実・野菜(トマト、りんご、玉ねぎ、にんにく)、カレー粉、食塩、砂糖、チャツネ、酵母エキス、発酵乳、肉エキス(ボーク、チキン)、カレーペースト



コスモ食品 翌々週 110g **324**円

7332 黒七カレールー 中辛 2週のみ (グルテンフリー)

動物性原料・化学調味料不使用。ひよこ豆粉をベースに植物素材で仕上げました。スパイシーでコクがあり、お野菜との相性が抜群のカレールーです。フレークタイプ。

【原材料】ひよこ豆粉(国内製造)、食用油脂、カレー粉、砂糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、ブルーベリー、マンゴチャツネ、混合香辛料、おろし玉ねぎ、りんごピューレ、黒糖、おろし生姜、発酵黒にんにく、黒五パウダー(黒米・黒大豆・黒胡麻・黒松の実・黒カリン)、ブラックペッパー(一部にりんご、ごま、大豆を含む)



コスモ食品 翌々週 110g **324**円

7320 直火焼 減塩カレールー中辛 (グルテンフリー) 2週のみ

スパイシーなカレーの美味しさはそのままに塩分を45%カット。小麦粉は使用せず、国産米粉とひよこ豆粉を使いました。

【原材料】食用油脂(国内製造)、米粉、トマトペースト、カレー粉、ひよこ豆粉、ソテーオニオン、砂糖、ココナッツミルク、食塩、マンゴチャツネ、酵母エキス、チキンエキス、ボークエキス、おろし生姜、おろしにんにく、香辛料、(一部に鶏肉、豚肉を含む)



コスモ食品 翌々週 110g **324**円

おいしさにごだわりながら脂質を25%カット。甘口、中辛は25種類以上、辛口は30種以上のスパイスを使用。植物性素材のみで仕上げた本格カレールーです。フレークタイプなのでドライカレー、ピラフ、炒め物にも使いやすいです。

7356 植物素材の本格カレー(甘口)

小麦粉(北海道)、植物油[有機べに花油(オーストラリア)、パーム油(マレーシア)]、砂糖(北海道)、カレー粉(インド・他海外)、調味料[酵母エキス(日本・他海外)、麦芽エキス(イギリス)]、食塩(メキシコ)、果汁[りんご(長野・山梨)、マンゴー(インド)、パイナップル(タイ)、パパイヤ(アメリカ)]、香辛料[オニオンパウダー(アメリカ)、ガーリックパウダー(中国)]、トマトパウダー(イタリア)



7357 植物素材の本格カレー(中辛)

小麦粉(北海道)、植物油[有機べに花油(オーストラリア)、パーム油(マレーシア)]、砂糖(北海道)、調味料[酵母エキス(日本・他海外)、粉末醤油(アメリカ・他海外・日本)、麦芽エキス(イギリス)]、カレー粉(インド・他海外)、食塩(メキシコ)、香辛料[オニオンパウダー(アメリカ)、ガーリックパウダー(中国)、唐辛子(中国)]、りんご果汁(長野・山梨)、トマトパウダー(イタリア)

7358 植物素材の本格カレー(辛口)

小麦粉(北海道)、植物油[有機べに花油(オーストラリア)、パーム油(マレーシア)]、砂糖(北海道)、カレー粉(インド・他海外)、調味料[酵母エキス(日本・他海外)、麦芽エキス(イギリス)]、食塩(メキシコ)、香辛料[オニオンパウダー(アメリカ)、唐辛子(中国)]、りんご果汁(長野・山梨)、トマトパウダー(イタリア)

創健社 2週のみ 翌々週

各135g(6皿分) **486**円

香辛料

7508 おろしにんにくチューブ 2週のみ

国産にんにく使用。おろしたてのようなみずみずさと芳醇な香り。

【原材料】にんにく(青森産)、水飴、食塩(天塩)、食物繊維(大豆)、発酵調味液



東京フード 翌々週 40g **464**円

7509 生おろし生姜チューブ 2週のみ

熊本・四国産生しょうが使用。おろしたてのようなみずみずしさと自然な辛み。

【原材料】生姜(熊本県、四国)、水飴、純米酢、食物繊維(大豆)、食塩(天塩)、植物油(有機紅花油)/香辛料(辛子種)



東京フード 翌々週 40g **421**円

7510 生おろしわさびチューブ 2週のみ

国産本わさび使用おろしたてのような香りと自然な辛み。

【原材料】本わさび(国産)、水飴、純米酢、植物油(有機紅花油)、食物繊維(大豆)、食塩(天塩)/香辛料(辛子種)



東京フード 翌々週 40g **443**円

7511 練りからしチューブ 2週のみ

国産からし使用香り高く、自然な辛み。

【原材料】からし(国産)、水飴、純米酢、植物油(有機紅花油)、食塩(天塩)、食物繊維(大豆)/香辛料(辛子種)



東京フード 翌々週 40g **389**円

7525 有機 鬼からし 2週のみ

有機JAS基準により栽培された有機からし種子のみを、独自製法にごだわり製粉しました。強い辛みととうがらしの風味が生きています。無添加です。

【原材料】有機からし(カナダ産)



山清 翌々週 30g **233**円

7555 オーサワのカレー粉 2・4週

厳選した14種類のスパイスをブレンド。香り高く絶妙な辛さが特長です。

【原材料】ウコン、陳皮、コリアンダー、クミン、フェネグリーク、フェネル、クロブ、唐辛子・シナモン、ローレル、生姜、カルダモン、ナツメグ、にんにく

翌々週
オーサワ 20g **238**円



7556 有機カレー粉 2・4週

6種類のスパイスを厳選香り豊かな本格派。

【原材料】有機ターメリック・シナモン・カレーリーフ・レモングラス・生姜・白こしょう(スリランカ産)



パイオフーズジャパン
翌々週 30g **399**円

香辛料・お茶・紅茶

お茶・紅茶

7596 北海道あずき茶 2週のみ

北海道産小豆100% 香ばしく、ほんのりやさしい甘み。北海道産小豆のやさしい甘さを生かした、香ばしさ際立つあずき茶です。クセがなく、飲みやすいので、どんな料理にもよく合うお茶です。
【原材料】小豆(北海道産)



翌々週

小川生薬 80g(4g×20) **648円**

7590 有機ペにふうき緑茶 2・4週 スティック粉末

大分産ペにふうき100%。ペにふうきは他の茶種に比べメチル化カテキンの含有量が豊富です(1.86g/100g)。栄養分が丸ごととれる粉末タイプ。香り高く深みのある味わいです。



【原材料】有機緑茶(大分産)

翌々週

永田茶園 0.5g×30包 **1,564円**

林農園の手作り烏龍茶 2週のみ

一度飲んだら忘れられないと、大人気の定番烏龍茶です。無農薬・無化学肥料。台湾の「十大傑出專業農民」に選ばれた林さんが一昼夜かけて丁寧に作り上げた烏龍茶。



7630 リーフタイプ 2週のみ 70g **950円**

7634 ティーバッグ 2週のみ (1L用) 5g×12 **691円**



第3世界ショップ 翌々週

7611 有機はとむぎ茶 2週のみ

国産の有機製法でつくったはとむぎ茶。遠赤外線による熱風焙煎されたはとむぎは、ムラのない安定した味と、ふっくら甘い香りに仕上がっています。

【原材料】有機ハトムギ(石川県)



金沢大地 3g×30 **1,043円**

浜佐商店 有機のお茶 2・4週

7652 有機ほうじ茶

おいしく、安全にこだわりました。身体にやさしいお茶です。

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)

100g **378円**

7653 有機抹茶入玄米茶

煎茶の渋みと、玄米の香ばしさを抹茶の甘さで調和させました。

【原材料】有機緑茶/鹿児島県 有機抹茶/愛知県

100g **594円**

7654 有機煎茶

野性的な強い味と香ばしさが特徴です。

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)

浜佐商店 100g **594円**



上質な日本茶のティーバッグ

7656 TB有機煎茶

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)

2.2g×20 **594円**

7657 TB有機ほうじ茶

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)

1.5g×20 **432円**

7658 TB有機玄米茶

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)、有機玄米(鹿児島県産)

2g×20 **432円**



貴重な有機水出し茶

7659 有機水出し煎茶TB

8g×10 **410円**



国産の有機栽培生姜を『一物全体食』の考えから丸ごとすりおろして、たっぷり使用。カップに粉末を入れてお湯を注ぐだけ。

2週のみ

7671 朝のアップルホットジンジャー

今日の一日のスタートはアップルホットジンジャー。広島県高野町産のりんごの粉末、有機シナモン粉末、節運根粉末も加えました。

【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、りんご粉末(りんご(広島県産)、食塩)、有機生姜ペースト、有機生姜粉末、有機黒糖、有機シナモン粉末、節運根粉末

7672 昼のレモン&ジンジャーチャイ

今日のホットとひといき。3種の本格スパイスとレモンの風味がミルクによく合います。

【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、有機生姜ペースト、馬鈴薯澱粉、有機シナモンパウダー、本葛粉、紅茶粉末、カルダモン粉末、クローブ粉末、有機黒糖、レモン粉末、有機生姜粉末

7673 夜のハーバルホットジンジャー

今日の癒しのひといきに。果実とハーブのフルーティーでフローラルな香りをお楽しみください。

【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、有機生姜ペースト、馬鈴薯澱粉、カモミール粉末、ローズヒップパウダー、本葛粉、はちみつパウダー、レモン粉末、有機シナモンパウダー、花梨粉末、有機生姜粉末、ラベンダー粉末

マルシマ 翌々週

各12g×3 **400円**



7681 シンガンパティ紅茶 2週のみ

南インドのシンガンパティ農場の茶葉100%の紅茶。濃い目に入れてもクセがなく、しっかりとしたコクがあり、ミルクティーに最適。シシルな味わいなので、食事のお供にも。



翌々週

第3世界ショップ 100g **540円**

7682 ダージリンティー 2週のみ

FTGFOP(Fine Tippy Flowery Golden Orange Pekoe)と呼ばれる、ダージリンティーの中でもグレードの高い紅茶を使用しています。ダージリンティーの中でも、チップ(白毛)の多い上級品です。



翌々週

第3世界ショップ 80g **1,296円**

7683 アールグレイ紅茶 2週のみ

南インドのシンガンパティグループの農場から届く、アールグレイに合うさっぱりとした味わいの茶葉。海外の有機認証機関の認定を受けています。



【原材料】茶(紅茶)、ベルガモット香料

翌々週

第3世界ショップ 80g **864円**

7684 チャイパック 2週のみ

ティーバッグ1袋で1杯分のチャイが作れるので、飲みたい時にいつでも簡単に本格チャイが楽しめます。生姜・カルダモン・シナモン・ナツメグ・レモングラス・クローブ、6種類のスパイスをブレンドした、風味豊かで味わい深いチャイです。ティーバッグ。



【原材料】紅茶、生姜、シナモン、ナツメグ、レモングラス、クローブ、カルダモン

第3世界 翌々週 3g×12P **475円**

7691 TBアールグレイ紅茶 2週のみ

シンガンパティ紅茶に天然の香料(柑橘類のベルガモットから抽出した精油)をつけた、味と香りをお楽しみ頂けます。



【原材料】紅茶(インド)、ベルガモット香料(インド)

翌々週

第3世界ショップ 1.8g×14包 **518円**

お茶・紅茶・コーヒー・ココア

尾道しょうが湯 2週のみ

国産生姜をまるごと使用。希少な本葛粉、山口産節蓮根粉末、鹿児島県産粗糖を使用。温活に。

7666 プレーン

【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、三温糖、生姜、馬鈴薯澱粉、本葛粉、黒糖、節蓮根粉末

7667 かりんはちみつ

奈良県産かりんの粉末や広島県産はちみつ入り。
【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、有機生姜、馬鈴薯澱粉、本葛粉、花梨粉末、はちみつ、節蓮根粉末

7668 梅はちみつ

有機栽培の梅や、生姜、はちみつ入り。
【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、有機生姜ペースト、馬鈴薯澱粉、有機梅干粉末、本葛粉、有機生姜粉末、はちみつ、節蓮根粉末

マルシマ 翌々週 各13g×5 **427円**

7669 袋しょうが湯 (直火釜炊き)

2週のみ

コクがあり美味です。国内産の生姜を『一物全体食』の考えから丸ごとすりおろし、昔ながらの「直火釜」でコトコト時間をかけて炊き上げました。

【原材料】粗糖、三温糖、生姜、馬鈴薯澱粉、本葛粉、黒糖、節蓮根粉末

マルシマ 翌々週 **得** 20g×5 **373円**

7670 あずきしょうが湯

2週のみ

北海道産の小豆を香り良く煎り、粉末にして生姜湯に加えました。香り立つ小豆の風味と生姜の辛味のハーモニーをお楽しみください。

【原材料】粗糖(さとうきび(鹿児島県産))、小豆粉末、有機生姜ペースト、馬鈴薯澱粉、本葛粉、黒糖、オリゴ糖、有機生姜粉末、節蓮根粉末、砂糖(てんさい)

マルシマ 翌々週 15g×4 **362円**

7705 有機めぐり ルイボスブレンド

2週のみ

ほうじ茶のような香ばしい香りのあとにすっきりとした爽やかな後味が広がります。香ばしく自然豊かな甘味は食事やスイーツにも相性がよいノンカフェインティーです。

【原材料】有機ルイボス(南アフリカ)、有機エキナセア(ポーランド)、有機桑の葉(島根県)、有機ダンデライオン(ポーランド)、有機ローズマリー(アルバニア)

翌々週 大和 2g×12個 **734円**

7706 シナモン香る 有機りんごフルーティーブレンド

2週のみ

シナモンの甘くスパイシーな香りがふんわりと立ち昇り、その後でりんごとエルダーフラワーのフルーティーなアロマがグラデーションで香ります。

【原材料】有機アップルピース(ハンガリー)、有機ローズヒップ(チリ産)、有機ハイビスカス(エジプト)、有機エルダーフラワー(ルーマニア)、有機シナモン(スリランカ)

大和 翌々週 2.5g×12個 **950円**

7707 有機ローズヒップ ブレンドヴィーナスの紅い果実

2週のみ

有機ローズヒップと有機ハイビスカス、希少な有機オレンジピールをブレンド。ほんのり甘酸っぱい味わいがくせになります。

【原材料】有機ローズヒップ(チリ産)、有機ハイビスカス(エジプト)、有機オレンジピール(タンザニア)

翌々週 大和 2g×12個 **734円**

7721 オーサワの 昆布茶

2週のみ

北海道日高産天然みつしい昆布使用。味わい深く濃厚な旨味。だしや料理の隠し味にも。オーサワの昆布茶が、アルミ袋に入ってます。お湯に溶いて昆布茶を楽しむだけでなく、お料理など使いたい分だけ袋から出して使えます。チャックつきですので保存にも便利です。

【原材料】昆布・根昆布(北海道日高産)、食塩(青い海)

翌々週 オーサワ 30g **486円**

コーヒー・ココア・ラテ

サンタ・フェリサコーヒー

2週のみ

国際的な有機認証団体の認証を受けています。農園には職員とその家族が住み、農園で働く人々の子供のために、自治体と共同で学校を設置しています。深煎りの、香りが高く後味にキレがあるおいしいコーヒーに仕上げました。【原材料】コーヒー豆(グアテマラ産)

7731 豆 7732 粉
第3世界ショップ 翌々週 各150g **972円**

パロ・ブランコ コーヒー

2週のみ

酸味、苦み、コクのバランスがよく、すっきりとした飲み口とまろやかな甘み特徴です。完熟した実だけを選んで収穫した手摘み、天日乾燥されています。

【原材料】コーヒー豆(グアテマラ産)

7758 豆 7759 粉
第3世界ショップ 翌々週 各150g **972円**

森のコーヒー

認定書つきの無農薬有機栽培コーヒーで、ブラジルのジョネットさんの農園から直接日東コーヒーが買っている産直コーヒーです。明るく爽やかな酸味、素晴らしい甘み、豊かなコク。バランスがよく、愛され定番商品。

7760 豆 7761 粉
日東コーヒー 各200g **799円**

7766 ドリップ有機 珈琲オリジナルブレンド

2週のみ

調和のとれたまろやかな味わい。お湯を注ぐだけで手軽にコーヒーを楽しめます。レギュラーコーヒーです。

【原材料】有機コーヒー豆(ペルー、メキシコ、エチオピア、ホンジュラス、インドネシア、ウガンダ)

小川珈琲 翌々週 **得** 60g(10g×6) **540円**

7775 黒糖ココアスティック

2週のみ

第3世界ショップのココアをベースにした、粉末タイプの黒糖ココアです。いつでも、どこでも、簡単に、おいしいココアが楽しめます。

【原材料】黒糖、ココアパウダー

第3世界ショップ 翌々週 13g×5包 **648円**

7776 ほうじ茶ラテ スティック

2週のみ

第3世界ショップのほうじ茶をベースにした、粉末タイプのほうじ茶ラテです。いつでも、どこでも、簡単に、おいしいラテが楽しめます。

【原材料】脱脂粉乳、加工黒糖、ほうじ茶

第3世界ショップ 翌々週 13g×5包 **648円**

7795 純ココア

2週のみ

有機栽培のカカオ豆使用。脂肪分を抑え、砂糖と粉乳は使用せず作った添加物不使用の100%ココアパウダーです。

【原材料】カカオ豆

第3世界ショップ ↑ 翌々週 110g **713円**

機能性食品・アロエ・バス用品

機能性食品

7802 黒炒り玄米 330g 1,728円

7803 TB黒炒り玄米 3g×20 1,080円

福岡産農業不使用の玄米を17時間かけて、じっくり丁寧に炊き上げた、香ばしく深みのある味わい。煮出して玄米珈琲として、三年番茶などとブレンドして飲んでも。

【原材料】特別栽培玄米(福岡産)



オーサワ 2週のみ 翌々週

7808 有機青汁 2週のみ

こだわりの九州産 有機大麦若葉&有機ケールを使用した青汁です。1日1〜2袋を目安に1袋を約80ml〜100ml程度の水またはぬるま湯、牛乳等によく溶かしてお召し上がりください。

【原材料】有機大麦若葉末(有機大麦若葉(九州産))、有機デキストリン、有機ケール末

翌々週

マルシマ 45g (3g×15包) 540円



8656 シルキー糯甘酒 2週のみ

国産米100%使用。お米を米こうじで醗酵させました。すっきりとした甘さで、滑らかな口当たりです。砂糖不使用。紙パックタイプ。冷やしてそのまま飲むほか、容器に移して、温めたり、凍らせたり、また、お好みでいろいろなものを加えてもおいしくお召し上がりいただけます。

【原材料】米・米麹(国産)



福光屋 翌々週 200ml 216円

7855 濃縮番茶梅醤エキス

250g瓶 1,998円

国産原料使用。番茶入り湯を注ぐだけで梅醤番茶に。

【原材料】有機梅干し(奈良産)、醤油(国産)、番茶(島根産)



7856 濃縮番茶・生姜入梅醤エキス

250g瓶 2,106円

お湯を注ぐだけで手軽に風味豊かな生姜入り梅醤番茶が飲めます。生姜のさわやかな香りと味にまろやかな酸味がマッチした風味は抜群です。身体が芯から温まる逸品です。

【原材料】梅干(奈良産)・本醸造醤油(国内産)・番茶(島根産)・生姜(国内産)



いんやん倶楽部(オ) 2週のみ 翌々週

8657 奥野さんの玄米甘酒 2・4週

完全無農薬栽培の玄米『伊勢光』でつくった玄米甘酒です。保存料・着色料・甘味料不使用。原料はとってもシンプルで「お米」と「米麹」だけ。お米の栄養そのままの甘酒です。ストレートで飲んだり、お湯で割って甘酒にしたり、ヨーグルトなどにかけたり、煮物の甘味料としても使えます。

【原材料】玄米(イセヒカリ)、米こうじ

エコファーム奥野 490ml 900円 得



8658 米糀の甘酒 2週のみ

米こうじから、道長でつくりました。こうじだけの甘さをお楽しみください。地元豊川市の音羽米使用。3倍程度に薄め、あったかくしてお召し上がりください。風味満点です。

【原材料】米糀、米

道長 翌々週 300g 478円



P.13「惣菜」コーナーより一部掲載

信州自然村のおやき 2・4週 冷凍

1821 つぶあんおやき

【原材料】小麦粉(国内産)、小豆、砂糖、塩、天然酵母、白ごま

1822 野沢菜おやき

【原材料】小麦粉(国内産)、野沢菜、醤油、砂糖、味噌、サラダ油、椎茸、塩、酵母菌、白ごま、昆布だし、鰹だし、唐辛子(原材料の一部に小麦、大豆、ごまを含む)

1823 きのこおやき

【原材料】小麦粉(国内産)、しめじ、エリンギ、玉ねぎ、砂糖、醤油、味噌、サラダ油、塩、酵母菌、ごま、昆布だし、鰹だし、唐辛子(原料の一部に小麦、大豆、ごまを含む)

1824 おからおやき

【原材料】小麦粉(国内産)、おから、人参、長ねぎ、醤油、砂糖、油揚げ、サラダ油、塩、酵母菌、白ごま、昆布だし、鰹だし(原材料の一部に小麦、大豆、ごまを含む)

1825 切干大根おやき

【原材料】小麦粉(国内産)、切干大根、人参、砂糖、醤油、油揚げ、酒、サラダ油、塩、酵母菌、ごま、昆布だし、鰹だし、味噌、黒ごま(原材料の一部に小麦、大豆、ごまを含む)



つぶあんおやき



野沢菜おやき



きのこおやき



おからおやき



切干大根おやき

各2個組 564円

1826 おやき 5種セット

(つぶあん、野沢菜、きのこ、おから、切干大根)

5種×各1個 1,409円

バス用品

7892 詰替用ナチュロンボディソープ

ひまわり油を主原料にした植物性の石けんです。ピワの葉エキス、天然ビタミンE、ハーブエキスを含んだ、肌の弱い方や赤ちゃんにもお使いいただける全身洗浄用。

2・4週



太陽油脂(ヒ)

500ml 858円

7894 詰替用ナチュロンシャンプー

ひまわり油を主原料に天然ビタミンE、ハーブエキスをを使用した髪にやさしい植物性石けんシャンプーです。泡状になって出てくるポンプタイプです。

2・4週



太陽油脂(ヒ)

500ml 858円

7896 詰替用ナチュロンリンス

髪の毛を弱酸性にし、しっとりとしたつややかな髪を保ちます。ホホバ油、ハーブエキスをを使用した髪にやさしいリンスです。

2・4週



太陽油脂(ヒ)

500ml 858円

7910 オリーヘアソープ詰替用

100%自然由来成分にこだわり、洗浄剤に石けんを使用した肌にやさしいヘアソープです。

【原材料】水、カリ石ケン素地、プロパンジオール、グリセリン、クエン酸、オリーブ果実油、オリーブ葉エキス、オリーブ枝エキス、オリーブ果実エキス、α-グルカン、ペタイン、トリ(カプリル酸/カプリン酸)グリセリル、香料、トコフェロール、塩化Na、エタノール



7911 オリーヘアコンディショナー詰替用

石けん由来のヘアソープですっきり洗浄した後の地肌や髪にうるおいヴェールをまとわせ、健やかな地肌と髪本来の艶やかさへ。

【原材料】水、グリセリン、プロパンジオール、ドコサン、水添ナタネ油アルコール、ベンチレングリコール、テトラデカン、キサンタンガム、水添レシチン、スクワラン、オリーブ果実油、オリーブ葉エキス、オリーブ枝エキス、オリーブ果実エキス、香料、エタノール、クエン酸



パックス 2・4週

各400ml 1,375円

7912 オリーボディソープ詰替用

オリーブ油を使用した石けんの濃密な泡が、地肌の古い皮脂や汚れをしっかりと取り除きます。

【原材料】水、カリ石ケン素地、プロパンジオール、グリセリン、オリーブ果実油、オリーブ葉エキス、オリーブ枝エキス、オリーブ果実エキス、α-グルカン、クエン酸、香料、トコフェロール、エタノール



7913 オリーボディコンディショナー詰替用

100%自然由来成分の弱酸性ボディコンディショナーです。お風呂場で完結する、保湿ケアの新習慣。

【原材料】水、グリセリン、プロパンジオール、ドコサン、水添ナタネ油アルコール、ベンチレングリコール、水添ファルネセン、キサンタンガム、水添レシチン、スクワラン、オリーブ果実油、オリーブ葉エキス、オリーブ枝エキス、オリーブ果実エキス、香料、エタノール、クエン酸



パックス 2・4週

各400ml 1,100円

バス用品・スキンケア・キッチン用品・洗濯用品

7917 詰替用お肌しあわせボディークリーム

植物油を原料とした、さっぱりした洗い上がりの石けんボディークリーム。泡状で出てくるポンプタイプ。リラックス効果が高いほのかなラベンダー、ニオイテンジクアオイ(ゼラニウム)、オレンジの香りです。

2週のみ



太陽油脂(ヒ)

350ml **638円**

8251 和紙ボディータオル(白) 2・4週

油分や老廃物を効率よく取り除きます。アレルギーなどでお肌の弱い方でも、安心してご使用いただけます。快適なマッサージ効果(従来のボディータオルにはない爽快感)。優れた耐水性を持ち、また和紙ならではの速乾性があります。

【原材料】和紙と木綿の混紡



古川与助商店

1枚 **1,100円**

ハンド&フェイスソープ

7972 詰替用ハンドソープ 2・4週

ひまわり油を主原料にした植物性石けんです。ぬるぬるせずさっぱりと洗えます。天然ヒノキエキス(ヒノキチオール含有)配合ですので自然に手を清潔に保つとともに、ヒノキの香りが心を落ち着かせてくれます。



太陽油脂(ヒ)

450ml **748円**

スキンケア

8011 ハンドクリーム 2・4週

アロエエキス、オリーブスクワランなどの潤い成分を配合した、石けんで乳化したハンドクリームです。ぬり心地はサラツツとした感触で、伸びがよく、スーッと肌になじみ、また、無香料ですので、いつでも使いたいときに、香やベタつきを気にせずに使えます。



太陽油脂(ヒ)

70g **935円**

デンタルケア

8065 ソルトで歯みがき(ねりタイプ) 2週のみ

歯みがき専用の塩を50%も配合した本格的な「歯みがき」です。食べても無害！界面活性剤、発泡剤、防腐剤、研磨剤など不使用。最小限の成分で「ねりタイプ」を実現しました。

【原材料】海塩、水、グリセリン、タマリンドガム、メントール、エタノール、グリチルリチン酸2K



海の精 翌々週

60g **1,089円**

8066 プロポリス マウスウォッシュ 2週のみ

天然由来100%の食品成分からつくられた洗口液です。低刺激性で口内洗浄・口臭予防。天然香り成分、ダマスクバラ花油、ハッカ油が気になる口臭、口内の汚れを浄化しマスキング。【原材料】水、エタノール(溶剤)、グリセリン(湿潤剤)、ラウリン酸スクロース(洗浄剤)、ハッカ油・メントール(香味剤)、ダマスクバラ花油、ユーカリ葉油、チャエキス、プロポリスエキス(矯味剤)キシリトール、エリスリトール、トレハロース(洗浄補助剤)、クエン酸Na(pH調整剤)



ジョリーブ 翌々週

200ml **1,320円**

ニッコーの惣菜原材料

●1969 ミニアメリカンドッグ

＜ドッグミックス粉＞小麦粉(国産)、砂糖(国産)、コーンフラワー(アメリカ産)、膨張剤(国内製造)、食塩(国内産)＜ソーセージ＞豚肉(国内産)、豚脂(国内産)、食塩(メキシコ産)、砂糖(国内製造)、香辛料(国内製造)、揚げ油(なたね油)

●1974 ねぎ入りの焼き

たこ焼ミックス粉(国内製造)、たこ(ベトナム産)、長ネギ(国内産)、キャベツ(国内産)、鶏卵(国内産)、天かす(国内製造)、しょうが酢漬け(国内製造)、ひまわり油(国内製造)

●1975 ミニたい焼き

＜皮＞小麦粉(国内製造)、砂糖(国内製造)、ぶどう糖(国内製造)、膨張剤(国内製造)、食塩(国内製造)＜あんこ＞小豆(国内産)、砂糖(国内製造)、水あめ(国内製造)、食塩(国内製造)＜焼き油＞なたね油(国内製造)

●1977 (カスタード)ミニたい焼き

皮(小麦粉(小麦(国産))、砂糖、ぶどう糖、水あめ、食塩)、クリーム(牛乳(国産)、加糖卵黄、砂糖、小

麦粉(小麦(国産))、水あめ、なたね油、全脂粉乳)、焼き油(なたね油) / 膨張剤、バニラ香料

●1980 しそ入りさっぱり餃子

キャベツ(国内産)、豚肉(国内産)、たまねぎ(国内産)、豚脂(国内産)、にら(国内産)、大豆たんぱく(国内製造)、しそ(国内産)、パン粉(国内製造)、ポークエキス(国内製造)、ごま油(国内製造)、砂糖(国内産)、食塩(国内製造)、昆布パウダー(国内産)、にんにく(国内産)、しょうが(国内産)、イーストエキスパウダー(国内製造)、こしょう(マレーシア産)＜皮＞小麦粉(国内産)、梅酢(国内産)、食塩(国内製造)

●1984 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ

野菜(たまねぎ(国産)、ごぼう(国産)、しょうが(国産))、魚肉すり身(スケツウ魚肉(国産)、グラニュー糖)、豚脂(国産)、でん粉、砂糖、食塩、発酵調味料、しょうゆ、酵母エキス、こしょう、酢、衣(小麦粉、でん粉、食塩、青のり)、揚げ油(なたね油)、重層、(原材料の一部に大豆、米を含む)

●1986 プチカレーコロケ

野菜(じゃがいも(国産)、たまねぎ(国産))、豚肉(国産)、食塩、カレー粉、ポークエキス、衣(パン粉、

小麦粉、でん粉)、揚げ油(なたね油)(原材料の一部に米を含む)

●1991 中華丼の具(醤油)

鶏がらスープ(国内産)、はくさい(国内産)、たけのこ(国内産)、豚肉(国内産)、しょうゆ(国内製造)、にんじん(国内産)、でん粉(国内産)、しいたけ(国内産)、きくらげ(中国産)、長ねぎ(国内産)、清酒(国内製造)、なたね油(国内製造)、オイスターソース(国内製造)、砂糖(国内産)、にら(国内産)、しょうが(国内産)、チキンエキス(国内製造)、食塩(国内製造)、ごま油(国内製造)、こしょう(マレーシア産)、一味唐辛子(中国産)

●1993 点心肉しゅうまい

豚肉(国内産)、たまねぎ(国内産)、でん粉(国内産)、豚脂(国内産)、パン粉(国内製造)、大豆たんぱく(アメリカ産)、鶏卵(国内産)、長ネギ(国内産)、しょうゆ(国内製造)、ポークエキス(国内製造)、醃酵調味料(国内製造)、食塩(国内製造)、砂糖(国内産)、ごま油(国内製造)、かつおエキス(国内製造)、こしょう(マレーシア産)、しょうが(国内産)＜皮＞小麦粉(国内産)、小麦たん白(国内産)、食塩(国内製造)

キッチン用品

8080 200番食器洗剤

800ml **550円**

8081 詰替200番食器洗剤

2,300ml **1,430円**



精製ヤシ油を原料にした台所用石けん液です。原液をバックスポンジにつけてお洗いください。 太陽油脂(ヒ)

8083 詰替用400番(台所用) 2・4週

パーム油、パーム核油(植物油)を原料にした、台所用液体石けんです。バックスナチュロンスポンジやバックスポンジに直接つけて洗うのが効果的です。

【成分】純石けん分(23%、脂肪酸カリウム)

太陽油脂(ヒ)

900ml **858円**



8095 食器洗い乾燥機専用洗浄剤クリーン 2週のみ

セスキ炭酸ソーダをつかった食器洗い乾燥機専用洗浄剤。界面活性剤不使用。油汚れもスッカリピカピカになります。

【原材料】アルカリ剤(炭酸塩)、漂白剤(過炭酸ナトリウム)、アルカリ剤

地の塩社 翌々週

500g **550円**



8098 キッチンスポンジ 2・4週

骨格構造の目の荒いスポンジなので、水切れが良く衛生的です。研磨剤などを使用していないので食器を傷つけません。カラーはお任せ。

【素材】軟質ポリウレタン

太陽油脂(ヒ)

1コ **220円**



洗濯用品・掃除用品・入浴剤・雑貨・日用品

洗濯用品

8103 ソフト洗濯用石けん詰替 2・4週

デリケート素材もやさしく洗える。ウールやシルクなども手洗いでできます。綿、麻、レーヨン、合成繊維、毛、絹用

【原材料】純石けん分(36% 脂肪酸カリウム)



パックス 1000ml **825円**

8106 Wパワー洗濯用石けん詰替 2・4週

ガンコ汚れもしっかり洗える。純石けんお炭酸塩のWの洗浄で、汚れに強くしっかり洗えます。

【原材料】純石けん分(30% 脂肪酸カリウム)、アルカリ剤(炭酸塩)、固化防止剤(エチルアルコール)



パックス 1000ml **825円**

8108 ドラム洗濯用石けん詰替 2・4週

ドラム式の洗濯機に おすすめ。専用処方ですっきり洗える。泡立ち控えめで高洗浄力。ラベンダーの香り。

【原材料】純石けん分(30% 脂肪酸カリウム)、アルカリ剤(炭酸塩)、固化防止剤(エチルアルコール)



パックス 1000ml **825円**

8110 衣類のリンス詰替 2・4週

洗濯の仕上げを愉しく。クエン酸の力でなめらかで心地の良い風合いに仕上げます。石けん洗濯専用リンス。

【原材料】クエン酸、天然ガム、エチルアルコール、緑茶エキス、ヒノキチオール、天然香料



パックス 550ml **550円**

8105 ナチュロン純粉石けんN 2・4週

アルカリ剤無配合の為、絹やウールにもお使いいただけ、ふんわりと洗いあげます。赤ちゃんの肌のデリケートな方への肌着洗いにもお使いいただけます。

【原材料】純石けん分(99%脂肪酸ナトリウム)



太陽油脂 1kg **1,430円**

掃除用品

8138 洗濯槽&パイプクリーナー 2・4週



酸素系漂白剤・重曹・石けんの3つの相乗作用で洗たく槽や排水パイプ等、洗いにくい部分の汚れを落とします。

【成分】過炭酸ナトリウム(酸素系)、アルカリ剤(重曹)、界面活性剤(純石けん)

太陽油脂(七) 300g×3 **1,100円**

入浴剤

8162 くまこのつやぽかバスタイム(薬用入浴剤) 2・4週

『国産米発酵エキス100%。たっぷりアミノ酸でしっとり素肌』身体を芯まで温める。米発酵エキスには日本酒の9倍以上のアミノ酸や糖類が含まれ、優れた温浴効果・保湿効果・清浄作用などがある。石油由来成分・防腐剤・合成香料・合成着色料・乳化剤不使用。疲労回復・冷え性・神経痛・リウマチ・産前産後の冷え性・うちみ・あせも・しもやけ・痔・肩のこり・腰痛・くじき・ひび・あかぎれ・にきび・荒れ性・しっしんに。医薬部外品。浴槽(約200リットル)に50ml入れる。無色透明。※24時間風呂やジェットバスへの使用は不可。

【原材料】米発酵エキス



ナチュラムーン 翌々週

600ml **1,408円**

雑貨・日用品

8096 食器洗い機専用洗剤 2週のみ

界面活性剤不使用。油汚れをすっきり落とすし、庫内の汚れや臭いにも効果があります。

【原材料】過炭酸ナトリウム



石けん百貨 500g **396円**

8120 セスキプラス(洗濯用洗剤)無香料 詰替 2週のみ

セスキ炭酸ソーダに酸素系漂白剤と4種類の酵素配合の洗濯用洗剤です。汚れ落ちがよく、洗い上がりしなやか。洗剤の量が少なくてもよく、柔軟剤も必要ありません。環境に負荷を与える成分も使用していません。

【原材料】セスキ炭酸ナトリウム、過炭酸ナトリウム、酵素



石けん百貨 翌々週 1000g **1,298円**

8211 入れ歯洗浄剤 2週のみ

入れ歯、マウスピース用洗浄剤。つけ置きするだけで汚れや臭いをしっかり落とします。漂白剤、香料など不使用の入れ歯洗浄剤です。

【原材料】過炭酸ナトリウム、クエン酸、炭酸水素ナトリウム



翌々週 石けん百貨 160g **550円**

無漂白コーヒーフィルター 2・4週

8307 小(1~2人前)40枚 **143円**

8308 大(3~4人前)40枚 **165円**

8309 小(1~2人前)100枚 **330円**

8310 大(3~4人前)100枚 **374円**



第3世界ショップ

雑貨・日用品・水・ユーカリ製品

無添加ポリラップ



8248 大 30cm×20m **297円**

8249 小 22cm×20m **164円**

粘着付与剤等の添加物を一切使用していないラップです。燃やしても塩素系ガスやダイオキシンが出ないポリエチレン素材です。植物が主原料のプラスチック刃を使用しています。

宇部フィルム

8319 ティッシュ「ぱっく」



牛乳パック80%、上質古紙20%を使用した100%再生紙。尼崎市の作業所「雑居工房」の障害者メンバーたちがひとつひとつ手作りしています。環境にやさしいフィルム包装タイプ。

雑居工房 1袋 **149円**

8316 ダブルトイレットペーパー (ピュアブラウン) 8ロール **613円**

よつ葉牛乳のパックを集めてロールペーパーにしたものです。リサイクルの王様ピュアブラウンを使ってください。

【原材料】再資源化原料 100%



8342 ペンギン芯なしシングル 130m×6 **627円**

牛乳パック30%以上使用無漂白再生紙。長さは通常の約2倍。専用芯材は別途お買い求め



8343 ワンタッチペンギン芯なしスシングル 130m×6 **627円**

上記コアレスと同等品でワンタッチ式ホルダーに合うよう空洞部分が広いのが特長。普通芯材でも使用できます。

8345 花束 吸収名人100W 100組×3 **540円**

牛乳パック100%使用の世界初無漂白、無蛍光の食器にとって安全安心のキッチンペーパーです。



8347 コアレス用芯棒 1コ **10円**

シングルコアレス用の芯棒です。ワンタッチ式ホルダーにも使用できます。

丸富製紙

自然水

木頭村の山の湧水

8491 1本 1.8ℓ **400円**

8492 6本 箱 1.8ℓ×6本組 **2,300円**

ダム建設による自然・生態系の破壊を救った村。ご存知木頭村の湧水です。自前で取水、パッキングした四国剣山の天然の湧水です。ほぼ100%山林の石灰質の山々から自然に湧き出る弱アルカリ性の日本で最も人間の身体になじみのよい「天然」に濾過された自然水です。



きとうむら

リセットタイム [2・4週]

島根県・金城の地下700mから汲み上げる天然水。厚生労働省が定める安全基準をクリアした非加熱のナチュラルミネラルウォーターです。口当たりが柔らかい軟水で、クセのないおいしさは飲料水としてはもちろん、お茶やお料理にも最適です。

【原材料】水(鉱泉水) ●採水地：島根県浜田市金城町

8494 2ℓ×6 **1,944円**

8495 500ml×24本 **3,629円**

ライフソリューションズ



かぞく想いの天然水 [2・4週]

島根県・金城の花崗岩下300mから採水した、ミネラル分の少ない軟水なので、赤ちゃんや妊婦さんの体に負担をかけません。粉ミルクも溶けやすく、ミルクのミネラル分を変化させないので授乳にも適しています。

【原材料】水(鉱泉水) ●採水地：島根県浜田市金城町

8496 2ℓ×6 **1,944円**

8497 500ml×24本 **3,629円**

ライフソリューションズ



8501 ヨイヤナ天然炭酸水 [2週のみ]

ガスを一切添加していない、天然の炭酸水です。刺激が少ない微炭酸水の為、炭酸が苦手な方も召し上がれます。刺激は少なくとも、自然のミネラルを豊富に含んでいます。そのまま飲むだけでなく、お料理にもご使用ください。

【原材料】水(鉱泉水：大分県)

住宅企画(オ) 500ml 205円



8502 龍泉洞の炭酸水 [2週のみ]

日本三大鍾乳洞「龍泉洞」の地底湖に湧き出る天然水。「龍泉洞の水」使用。爽快な刺激の強炭酸。果汁や酒などで割っても。

【原材料】水(龍泉洞の水)/炭酸

翌々週

岩泉HD 300ml×2 572円



ユーカリ製品

はっとりメディカルのユーカリ製品 [2週のみ]

8930 天使の霧ユーカリプタススプレー

300ml **5,600円**

住まいの中のヒョウヒダニを駆除します。消毒消臭にも有効です。寝室に寝具に枕にもスプレーできます。冬のコート、カーテン、カーペット、スリッパ、エアコンのフィルター、バスマット、ベットの使う毛布にスプレーできます。ウールや綿の布地に安心して使用できる防虫、消毒消臭剤です。化学製品でなく天然100%のものです。



8505 プレスラン赤

桔梗ヶ原産コンコード使用。醸造後の二番搾り。料理用酒として価格を抑えました。ぶどうの香りが豊かな甘口、飲むワインとしても十分です。トマトソースの Pasta、ピザ等、軽い食事に合います。酸化防止剤無添加。

【原材料】コンコード(長野県)

井筒ワイン 720ml **1,057円**



8506 プレスラン白

桔梗ヶ原産ナイアガラ使用。二番搾り果汁で仕込み、料理用酒として価格を抑えました。ぶどうの香りが豊かな甘口、飲むワインとしても十分です。酢豚、エビチリソースなどに合います。酸化防止剤無添加。

【原材料】ナイアガラ(長野県)

井筒ワイン 720ml **1,057円**



8511 赤カスターニョ・ヴェルティス・ティント・オーガニック

スペイン南東イエクラのファミリー経営のワイナリー。豊かなアロマと複雑なフレーバーに満ちた濃厚なワインを生み出しています。高評価、高得点を連発しているワインです。

【原材料】ガルナツチャ 50%、シラ 20%、メルロー 20%、モナストレル10%

イエクラ 750ml **1,650円**



8512 赤OGベッタ・ストリア・メルロー

ミディアム・フル。熟したラズベリーやアメリカンチェリー、プラムなどのアロマに、ハーブのニュアンス。瑞々しい果実味と酸のバランスが良い。

【原材料】メルロー 100%、亜硫酸塩

8513 白OGベッタ・ストリア・シャルドネ

辛口。トロピカルフルーツや洋ナシのアロマ。アタックは柔らかく、優しい果実味が広がります。

【原材料】シャルドネ100%、亜硫酸塩

イタリア ヴェネット 各750ml **1,650円**



8515 白シャルドネ ラ・ブラヤ

チリの優れたテロワールに惚れ込み、共同でブドウ栽培を始めました。環境保護プロジェクトを軸に、環境問題に熱心に取り組むワイン造りをしています。

【原材料】シャルドネ100%(亜硫酸塩)

アグリ 750ml **1,540円**



8528 ウィスパーズピンクモスカート(ロゼ泡)

トロピカルフルーツの風味が口いっぱいに広がる、やさしい甘さのロゼスパークリングワイン。

【原材料】モスカート・ゴールド85%、カナダ・マスカット8%、マスカット3%、プティ・ヴェルド2%、ソーヴィニオン・ブラン2%

8529 ウィスパーズブリュットキュヴェ(白泡)

シトラスの爽やかさ、トロピカルフルーツの果実味が心地良い泡と共に口の中に広がる辛口スパークリングワイン。

【原材料】シャルドネ66%、セミヨン21%、コロナール13%

イディル・ワイン 各750ml **1,540円**



8524 マスカットベリーA赤(辛口)

日本の代表的な品種の一つ「マスカットベリーA」の素直な個性をお楽しみください。

【原材料】ぶどう(長野県産)

720ml **1,645円**

8525 アッサンブラージュ

マスカットベリーAの甘い風味が出しやばり過ぎないよう、メルローの奥行きのある味わいで包み込む絶妙な「ランス」を、アッサンブラージュにより表現した逸品。【原材料】ぶどう(長野県産)

井筒ワイン 720ml **1,868円**



8526 ナイヤガラ白(辛口)

ナイアガラぶどう100%原料で醸造したマスカットの香り、フルーティーで爽やかなワイン。

【原材料】ぶどう(長野県産)

720ml **1,496円**

8527 ケルナー白(辛口)

桔梗ヶ原で栽培する醸造専用ぶどう品種ケルナー。すっきりとまとまった果実の酸味が爽やかで繊細な辛口の白ワインです。【原材料】ぶどう(長野県産)

720ml **1,645円**



8533 ガリオタンマルベック

赤フルボディ。世界的に有名な「黒ワイン」2年連続金賞受賞！凝縮感のある果実味のなかに、綺麗な酸味が感じられます。なめらかなタンニンが程よく感じられ、コストパフォーマンスに優れた味わいです。

【原材料】マルベック(フランス)

プルヴィラン・フレール

750ml **1,635円**



8544 カベルネ ランニングダック(赤ミディアム)

ステンレスタンクで発酵、熟成。酸化防止剤無添加。優しい柔らかな酸とボディ。フレッシュで黒系果実の風味のフルーティーでジューシーな味わい。

【原材料】カベルネソーヴィニオン(ウェスタンケープ)

ステラーワイナリー

750ml **1,650円**



8545 ホワイト ランニングダック(白辛口)

ステンレスタンクで発酵、熟成。酸化防止剤無添加。グレープフルーツとピーチの香り。優しい柔らかな酸とボディ。フレッシュでフルーティー、ジューシーな味わい。

【原材料】コロナール(ウェスタンケープ)

ステラーワイナリー

750ml **1,650円**



8547 シュナン&ソーヴィニオン・ムーンライト(白辛口)

柑橘類を思わせる果実香、ハーブ、青草のイメージ、ミネラル感と口の中にフレッシュな果実味がダイレクトに広がります。

【原材料】シュナンブラン、ソーヴィニオン(ウェスタンケープ)、亜硫酸塩

ステラーワイナリー

750ml **1,540円**



8549 無添加キャンベルアーリー

北海道産キャンベルアーリー 100%使用のワイン。ストロベリーを思わせる甘い香りと、さわやかな酸味が特徴。

【原材料】ぶどう(日本産)

8550 無添加ナイアガラ

白ワインです。北海道産ナイアガラ種を100%使用。フレッシュで華やかな香りと、洋梨やライチのような甘さが特徴。

【原材料】ぶどう(日本産)

はこだてワイン 各720ml **1,430円**



8556 赤カスターニョ・モナストレル・OG

プラムのスパイシーな香り、果物のシロップ漬けのような甘い風味。味わいはしっかりとしたコクがありながらソフトでシルクのようになめらか。

【原材料】モナストレル100%、亜硫酸塩

ボデガスカスターニョ (スペイン)

750ml **1,430円**



8557 白カスターニョ・マカベオ・OG

リンゴやシトラスのフレッシュで心地よいアロマ。ジューシーな果実味が口いっぱいに広がり、ほのかなミネラルの風味も感じられます。

【原材料】マカベオ100%、亜硫酸塩

ボデガスカスターニョ (スペイン)

750ml **1,430円**



8567 ガスコニュブラン白

フランス南西地方唯一の5つ星生産者と評判です。グレープフルーツや青りんごの圧倒的な香りがはじける風味の良さは抜群です。爽やかな酸味、果物の蜜のフレーバーも感じる濃厚な舌触り。

【原材料】クロ・マンサン50%、ソーヴィニオン・ブラン50%、亜硫酸塩

ドネーヌ・アラン・プリュモン(フランス)

750ml **1,650円**



8578 アルジェント シャルドネ 白

トロピカルフルーツや白桃のようなフルーティな果実の味わいがミネラル感やバターのニュアンスによって引き立てられ、贅沢でまろやかな後味をもたらします。高級リゾートホテルチェーン マリオット グループ 採用ワイン

【原材料】シャルドネ100%

ファン・パブロ・ムルヒア(アルゼンチン)

750ml **1,450円**



8580 アルジェント OGピノ・グリージョ 白

ピュアな果実味とエレガントな香り。美味。ピュアでクリーンな味わいで、熟したアプリコットや白桃、ほのかなカモミールを感じ、爽やかな余韻があります。

【原材料】ピノ・グリージョ 100%

ファン・パブロ・ムルヒア(アルゼンチン)

750ml **1,450円**



8582 龍馬(ノンアルコール)

ドイツビール並みのしっかりとした苦味のビール時期も満足の本格ノンアルコールビール。プリン体ゼロ。無添加ノンアルコールビールです。

【原材料】麦芽、ロースト麦芽、ホップ

350ml × 2 **314円**

日本ビール



金沢オーガニッククラブの併設店舗では、各種お酒を取り揃えています。お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。

今週の新商品・おすすめ品

冷・・・冷蔵保存 凍・・・冷凍保存 翌々・・・翌々週の配達

SNS
更新中



秋川牧園の手羽元 2-4週 凍 翌々

手羽元は骨が厚く出汁がでる部分なので、煮込み料理や鍋などに向いています。

1521 若鶏手羽元(バラ凍結)
骨付きなので、唐揚げ、煮物、チキンカレーなどにおすすめです。7〜9本入ります。
500g **956円**

1523 若鶏手羽元開(バラ凍結) NEW
手羽元の骨に沿って切れ目が入っています。火の通りが早くご家庭での焼く・揚げる・煮る等の調理時間が短縮。7〜9本入ります。
秋川牧園 500g **987円⇒968円 得**



便利で美味しい 翌々 植物素材のレトルト

5861 ベジキーマカレー 4週のみ
大豆ミート(ひき肉風)を加え、豆と野菜をたっぷりつけたこだわりのキーマカレー風レトルトカレーです。レンズ豆と大豆ミートの食感が絶妙なスパイシーな中辛タイプ。

オーサワ 150g **400円**

5868 ベジパスタソース(ミートソース風) 2週のみ
完熟トマトの旨味を凝縮!砂糖・動物性不使用で、ひき肉の代わりに「オーサワ そのまま使えるベジミート(畑の肉) ひき肉タイプ」使用。有機トマトペーストをふんだんにつけたベジミートソースです。
オーサワ 40g **324円⇒318円 得**



有機米・米こうじ使用 粕汁で体ポカポカ

5781 有機酒粕 冷 翌々 不定期!
有機清酒を搾った酒粕です。甘酒や粕汁、粕漬けなどはもちろん、スコーン、クッキー、ケーキ等のお菓子づくりなどにも◎。1袋で4人分の甘酒が作れます。

天鷹酒造 200g **713円⇒699円 得**



甘さ控えめで香りがいい「釜餅」

9701 よもぎ釜餅
蓬をたっぷり搗きこみました。爽やかな緑色と香りが特徴的な定番の釜餅です。

9702 古代米釜餅
黒米と一緒にもち米を炊き上げました。美しい紫色と粒々食感が楽しめます。

熊野本宮 各4個入 **859円⇒842円 得**



酸化防止剤不使用 NEW 便利なパウチ入り生姜

7503 有機しょうがだけ 冷 翌々 不定期!
高知産の有機生姜100%使用。おろしたての風味と自然な辛み。スープや野菜炒め、生姜焼き等、様々なお料理に。開封後は1ヶ月を目安にお召し上がりください。

テンダイ 50g **562円**



花粉や風邪の季節に べにふうき緑茶

7590 有機べにふうき緑茶 2-4週 翌々
スティック粉末

大分産べにふうき100%。べにふうきは他の茶種に比べメチル化カテキンの含有量が豊富です。栄養分が丸ごととれる粉末タイプ。香り高く渋みのある味わいです。

永田茶園 0.5g×30包 **1,564円⇒1,533円 得**



1974 ねぎ入り たこ焼き

たっぷりたねぎとたこを使い、電子レンジであたためるだけ。
300g(15個)

535円⇒525円 得



1975 ミニたい焼き

国産小麦を使用し北海道産小豆のあんをくるんでミニサイズに仕上げました。ミニタイプなのでお子様のおやつにも最適。

400g(10個) **562円**



1977 ミニたい焼き(カスタード)

皮は国産小麦粉を使用し、クリームは牛乳と卵を使用したコクのあるこだわりのカスタードです。

350g(10個) **588円**



ニッコーの惣菜 不定期! 凍 翌々

1969 ミニアメリカンドッグ

国産小麦粉を使用したミックス粉を衣に使用し、無添加のソーセージを中に包んだミニサイズのアメリカンドッグ。

25g×6本 **598円**



1980 しそ入りさっぱり餃子

皮に梅酢を練りこみ、具には大葉を加えてさっぱり味に仕上げました。タレなしでもおいしいです。

180g(10個) **508円**



1984 ごぼうと白身魚の磯辺揚げ

ごぼうの歯ざわりを残して、白身魚を使ってヘルシーに仕上げました。青海苔を使用しており、風味豊か。

160g(8個入り) **475円**



1986 プチカレーコロッケ

じゃがいもの素材の味を活かした、シンプルで飽きのこない美味しさです。油調済みで、お弁当のお惣菜に便利。

120g(6個) **382円**



1991 中華丼の具(醤油)

8品目の野菜を使用し、鶏がらスープをベースとしたあっさり味。焼きそばにかければ、五目焼きそばとしてもお楽しみいただけます。

180g×2 **626円**



1993 点心肉しゅうまい

国産の豚肉を使い、国産小麦粉の皮で作った本格点心です。

240g(15個) **556円⇒545円 得**

