

いのちと食べもの自然宅配便

2025年

6月2 月号

# 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



6月8日(日)の週 お届けカレンダー

|     | 火  | 水  | 木  | 金  |
|-----|----|----|----|----|
| 提出日 | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 配送日 | 10 | 11 | 12 | 13 |

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



よつ葉

## アイスの季節が やってきた!

凍 翌々 不定期!

1回の配送につきドライアイス代  
別途240円がかかります

使用している乳原料は北海道産100%。素材の持ち味を大切に、食品添加物をなるべく使わずに仕上げました。

### 北海道アイスクリーム

#### 6702 芳醇カフェラテ

114ml 346円⇒**340円 得**

ミルク感のあるコーヒアイスに、ほろ苦いエスプレッソソースが入っています。ミルクのおいしさとコロンビア産コーヒ豆から抽出したエスプレッソの豊かな香りが広がる、大人の味わいのアイスクリームです。

#### 6698 バニラ

114ml **336円**

華やかなバニラの香りに加え、ミルクのkokoroや甘みがしっかりと感じられる濃厚な味わいです。

#### 6699 あずき 100ml

こしあんを使用したアイスクリームにあずきの粒をトッピングしました。濃厚でまろやかなミルク感があずきの素朴なおいしさを引き立てます。

#### 6700 抹茶 114ml

石臼で挽いた一番摘みの京都産宇治抹茶を使用。後味のミルク感を引き立てる北海道産マスカルポーネと、まろやかな甘みで抹茶と相性の良いてんさい糖で繊細な味わいに。 各 **346円**



ネージュ



最良の原料を使い、素材の良さを生かしたシンプルなアイスクンデー。良質な素材がそのまま味になるので、香料や着色料を使う必要がありません。

### アイスクンデー

#### 6661 ミルク

よつ葉のノンホモ牛乳の、kokoroと風味がそのまま生きています。

#### 6663 チョコ

しっかりチョコレート味を楽しめます。よつ葉のノンホモ牛乳を使用しています。

#### 6665 宇治金時

月ヶ瀬健康茶園の粉末緑茶&あんの幸せな出会い。風味抜群です。

#### 6662 みかん

無茶々園の柑橘果汁そのままのさわやかな酸味と風味です。

各6本 **810円⇒794円 得**

#### 6664 小豆

北海道産小豆で作った無添加粒あんを加え、粒の食感と自然な小豆の味わいが楽しめます。

#### 6666 ブルーベリー

国産ブルーベリーの風味を生かして作りしました。素材のよさが生きています。

各6本 **810円**



今週の  
一押し

## 和歌山県 ばんじろう村の 梅

天候により生育具合が変化するため、収穫できた分から順次お届けとなります。

今回のみ!

### 紀州青梅

すっきりした梅酒または梅シロップ専用の、青くて硬い青梅です。

#### 0440 1kg

**1,692円**

#### 0441 1.5kg

**2,500円**



### 紀州南高梅

梅干、梅酒に使えます。とても香りがよい高品質の紀州の梅です。

#### 0442 1kg

**1,692円**

#### 0443 1.5kg

**2,500円**



#### 0286 【予約】愛知赤しそ

安心の農業化学肥料不使用です。豊川市 ハートヘルスファーム

1束(約300g) **272円**

6月3回お届け予定

#### 5577 浜松氷砂糖・氷砂糖中角

1kg **972円**

3〜4週間かけてじっくり結晶を育てた手づくり自然結晶氷砂糖です。浜松氷糖



梅干作りに!

旬の  
一品

## 極早生ジューシーな桃

## 長野県「ひめこなつ」



#### 0357

### 桃「ひめこなつ」

梅雨前に収穫できる超極早生の黄肉品種です。果重120g前後と可愛いサイズですが、糖度は12度ほどあり酸味も少なく多汁で、極早生としては食味が優れています。

長野県 さんさんファーム

3〜5個(300g前後) **756円**

今回のみ!

# お知らせ

## ◆道長のぬか床

今回の「安全トピック」で、ぬか漬けの作り方のポイントをご紹介します。  
道長さんのぬか床で是非チャレンジしてみてくださいね。

【袋のまま漬けられる】

・3934 熟成ぬか床・つけ太郎  
1 kg 1,800円

【補充用ぬか／補充用つけ太郎】

・3935 つけ太郎ぬか・補充用 500g 424円  
・3936 ミニ補充用つけ太郎 300g 351円

## 〈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

- 1824 おからおやき
- ◆2757 ひと味ちがうごま油風味付けのり
- ◆2837 発芽玄米トマトリゾット
- ◆2839 発芽玄米豆乳きのこリゾット
- ◆7681 シンガンパティ紅茶(第3世界)
- ◆7682 ダージリンティー(第3世界)
- 8544 カベルネ ランニングダック(赤ミディアム)

## 表紙・20P・21P・40P原材料

- 0344 国産OGダイスカットミックスベジタブル  
有機たまねぎ(国産)、有機にんじん(国産)、有機ズッキーニ(国産)
- 0345 国産OG乱切り北海道産栗かぼちゃ  
有機かぼちゃ(北海道産)
- 0464 OGダイスカットストロベリー  
有機いちご(チリ産)
- 0465 OGダイスカットいちご入りミックスベリー  
有機ブルーベリー(カナダ産)、有機いちご(チリ産)、有機ラズベリー(チリ産)
- 1598 コロッケ  
野菜(じゃがいも、玉ねぎ)(国産)、鶏肉(国産)、砂糖、乾燥マッシュポテト、醤油、なたね油、食塩、香辛料、衣(パン粉、加工米粉、小麦粉)、(一部に鶏肉・大豆・小麦を含む)
- 1599 野菜を加えてガーリックチキン  
鶏肉(国産)、食用なたね油、醤油、玉ねぎ、食塩、ガーリックパウダー、ブラックペッパー粉末、(一部に鶏肉・小麦・大豆を含む)
- 1971 お弁当根菜コロッケ  
野菜(じゃがいも(国産)、にんじん(国産)、たまねぎ(国産)、れんこん(国産)、ごぼう(国産))、しょうゆ、砂糖、食塩、衣(パン粉、小麦粉、でん粉)、揚げ油(なたね油)(原材料の一部に大豆、米を含む)
- 1980 しそ入りさっぱり餃子  
キャベツ(国産)、豚肉(国産)、たまねぎ(国産)、豚脂(国産)、にら(国産)、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)
- 1982 点心えびしゅうまい  
えび(ベトナム産)、鶏肉(国内産)、たまねぎ(国内産)、豚脂(国内産)、でん粉(国内産)、長ネギ(国内産)、鶏卵白(国内産)、パン粉(国内製造)、砂糖(国内産)、醃酵調味料(国内製造)、しょうゆ(国内製造)、食塩(国内製造)、ごま油(国内製造)、しょうが(国内産)、オイスターソース(国内製造)、こしょう(マレーシア産)(皮)小麦粉(国内産)、小麦たんぱく(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(スケソウ魚肉(国産)、グラニュー糖)、豚脂(国産)、でん粉、砂糖、食塩、醃酵調味料、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)

- 1985 お弁当用ソースメンチカツ  
食肉(鶏肉(国産)、豚肉(国産))、とんかつソース(国内製造)、野菜(キャベツ(国産)、たまねぎ(国産))、パン粉、砂糖、食塩、こしょう、衣(パン粉、小麦粉、でん粉)、揚げ油(なたね油)、(一部に鶏肉・豚肉・りんご・小麦を含む)
- 1989 鶏ごぼうしゅうまい  
ごぼう(国内産)、鶏肉(国内産)、たまねぎ(国内産)、でん粉(国内産)、豚脂(国内産)、長ねぎ(国内産)、鶏卵(国内産)、醃酵調味料(国内製造)、魚スープ(国内産)、砂糖(国内産)、パン粉(国内製造)、ごま油(国内製造)、しょうゆ(国内製造)、食塩(国内製造)、しょうが(国内産)、オイスターソース(国内製造)、ポークエキス(国内製造)、チキンエキス(国内製造)、こしょう(マレーシア産)(皮)小麦粉(国内産)、小麦たんぱく(国内産)、食塩(国内製造)
- 2310 三陸産 生芽かぶとろろ  
わかめ芽かぶ(三陸産)
- 2311 辛子明太子切子  
塩たらこ(ロシア産)、清酒、みりん、魚介エキス(サバを含む)、醤油(大豆・小麦を含む)、利尻昆布、唐辛子
- 2312 真ほっけ天日干し  
まほっけ(北海道)、食塩
- 2313 金目鯛天日干し(小)  
金目鯛(宮城県)、食塩
- 5577 浜松氷砂糖・氷砂糖中角  
砂糖(国産)
- 6381 国産米油だけで揚げたポテトチップス  
じゃがいも(国産)、食塩(オホーツクの塩)
- 6568 ひとくち塩せんべい  
うるち米(国産)、米油、塩、昆布、鰹節
- 6576 ひとくち海老せんべい  
うるち米(国産)、米油、塩、干海老、昆布粉末、鰹節粉
- 6661 アイスキャンデー ミルク  
ノンホモバスターライズ牛乳(よつ葉乳業)、濃縮乳(よつ葉乳業)、ビートグラニュー糖、水
- 6662 アイスキャンデー みかん  
みかん果汁、ビートグラニュー糖、水

- 6663 アイスキャンデー チョコ  
ノンホモバスターライズ牛乳、濃縮乳(よつ葉乳業)、ビートグラニュー糖、カカオパウダー、水
- 6664 アイスキャンデー 小豆  
餡、種子島甘藷分蜜糖、赤穂の天塩、水
- 6665 アイスキャンデー 宇治金時  
粉末緑茶、全脂練乳(北海道乳業)、ノンホモバスターライズ牛乳、濃縮乳(よつ葉乳業)、餡、ビートグラニュー糖
- 6666 アイスキャンデー ブルーベリー  
ブルーベリー、レモン果汁、ビートグラニュー糖
- 6698 北海道アイスクリーム バニラ  
クリーム(北海道製造)、脱脂濃縮乳(北海道製造)、砂糖、卵黄(卵を含む)／バニラ香料
- 6699 北海道アイスクリーム あずき  
クリーム(北海道製造)、脱脂濃縮乳(北海道製造)、こしあん、小豆甘納豆、砂糖、水あめ、卵黄(卵を含む)
- 6700 北海道アイスクリーム 抹茶  
クリーム(北海道製造)、脱脂濃縮乳(北海道製造)、砂糖、水あめ、卵黄(卵を含む)、加糖練乳(北海道製造)、脱脂粉乳(北海道製造)、ナチュラルチーズ(北海道製造)、抹茶／酸味料
- 6702 芳醇カフェラテ 北海道アイスクリーム  
クリーム(北海道製造)、脱脂濃縮乳(北海道製造)、砂糖、水あめ、エスプレッソソース、コーヒー、脱脂粉乳(北海道製造)、粉あめ、卵黄(卵を含む)
- 9701 よもぎ釜餅  
もち米、小豆、てんさい糖、よもぎ、きな粉、塩
- 9702 古代米釜餅  
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)
- 9723 さば竜田揚げ  
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)
- 9724 カニクリームコロッケ  
ズワイかに、クリーム(ひらめビヨン、小麦粉、バター、生クリーム、全脂粉乳、カツオエキス)、パン粉、サラダ油、小麦粉、ソフリット

## 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。

### ■小坂さんのリンゴジュース 6911

とても美味しかったです。(金沢市 T.T さん)

### ■福来園「スナックエンドウ」

さつとゆでてそのまま食べたら甘みが強く、とっても美味しかったです。

(白山市 F.Y さん)



## 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

隔週の企画品です。

2・4週

隔週の企画品です。



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。



## 「道長」さんの ぬか漬けQ&A



そろそろきゅうりやなすといった夏野菜の季節が到来しますが、それらを使ったぬか漬けづくりを始めませんか。これまでぬか漬けをしたことはあるものの、あまりうまくいかなかったという経験はありませんか。プロの漬物屋さんの「道長」さんのアドバイスを参考にして、おいしい漬物づくりに挑戦してみてください。

### Q：ぬか漬をおいしく漬ける方法を教えてください

ぬか漬をする場合、たまごの殻やビールの飲み残しなどを入れるとぬか床がおいしくなるといわれています。ただしに時と場合によってはそうかもしれません。でもそれが逆効果になってしまう場合もあります。

【ぬか漬をしながら余分なものを入れずにぬか床をおいしくする方法】

- 色々な野菜をつけましょう。きゅうりなど、おなじものばかりだとぬか床の風味がかたよってしまいます。
- とくにぬか床をおいしくしてくれるのが「ナス」。ナスを漬けるとその色がぬか床に移り黒っぽくなるため嫌われがちですが、反面風味は確実にアップします。
- 干しいたけ、干し大根などをガーゼなどでくるんで漬け込みます。ぬか床にうま味も付き、さらに水っぽくなったぬか床の水気も抜くことができて一石二鳥です。

[NOTE] 干し椎茸や干し大根も漬けたら取出して食べてください。漬ければなしはダメ。かえってぬか床の味を悪くしてしまいます。

### Q：ぬか床にカビが大量に発生してしまいました。どうしたらいいですか

カビは色が青や白なら、大丈夫です。上層のカビを、ヘラなどで少し厚めに取りのぞいて捨てます。ぬか床の味を見て、違和感がなければOKです。いったんボールに取り出し、減ってしまった分の米ぬかが『つけ太郎ぬか補充用』を追加し、よく混ぜてください。そのうえで、塩味が足りないようなら適宜追加してください。ぬか床の容器は洗浄し、水気をふき取り、ぬか床をもとにもどします。

### Q：ぬか床が酸っぱくなってしまいました。どうしたらいいですか

ぬか漬の基本はぬか漬けを続けること。それを定期的にくり返すことが大切です。そしてその都度、ぬか床をかき混ぜる。とくに、不定期はおすすめできません。漬

け込んだ野菜を何日も漬ければなしにしないようにしましょう。

新しく米ぬかが『つけ太郎ぬか補充用』を追加し、酸味を緩和することをお勧めします。増えたぬか床は調理にお使いください。

ぬか床には、おもに乳酸菌と酵母菌が住み着いています。乳酸菌は酸素を好みません。酵母菌は酸素を好みます。ぬか床を混ぜる頻度により、酸味と旨みのバランスを取ることができます。よく混ぜれば酸味を抑えることができます。

### Q：ぬか床が水っぽくなってしまいました。どうしたらいいですか

ぬかの水抜きはザルを使うと便利です。水抜きは半日ぐらいで十分です。冷蔵庫の中で行なわなくてもだいじょうぶです。

【すぐに水気を抜きたいときは…】

ガーゼなどをぬか床に入れ、水気を吸ったら取り出して絞る。これを繰り返せば、短時間で水気を抜くことができます。水気を抜いたら、ぬか床の味を確かめてください。塩味が足りないようなら、塩を足してちょうどよい塩梅にしてください。

■新しい米ぬか、または『つけ太郎ぬか補充用』を追加すると、ぬか床の環境がさらによりよくなり、ぬか漬けもおいしくなります。

### Q：ナスのおいしい漬け方をおしえてください

太いナスなら切れ目を入れ、まな板の上に塩をまぶし、ナスの表面から水気がにじみ出すまで十分に板ずりします。ナスの切れ目にも塩を少々付け、ぬか床に漬け込みます。

1日で漬かりますが、中のほうまで漬かっていない場合は、取り出したナスを水分がにじみ出す程度ににぎってから切ってください。こうすると中まで味がまわっておいしく食べられます。

ぬか床は夏、ナスを漬けるとおいしくなります。冬季にはカブもいいですよ。ぬか漬けにするナスは、なるべく水分が多く、ふっくらとして、紺色の濃いものをえらんでください。きっとおいしく漬かると思いますよ。

### Q：野菜を一度にたくさん漬け込んで2～3日漬ければなしにしてもだいじょうぶでしょうか

それはあまりお奨めできません。理由は、野菜を長い間ぬか床に入れておくと乳酸発酵が進みすぎて酸っぱくなりやすいからです。ですから、ぬか漬を食べる時から逆算してたとえば12時間前に漬け込み、漬かったら全部取り出して食べるのが美味しいぬか床を保つ秘訣です。

(道長さんのウェブサイトより抜粋)

# 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

## 0024 九州産新じゃがいも

**低** 低農薬。どんな料理にも使いやすい万能選手の新じゃがいもです。



約500g **400円**  
長崎県他 雲仙生産者・井手他



## 愛知にんじん

**無** 人気の天野グループの人参です。煮込み料理や炒めもの、サラダ、ジュース、さらにお菓子にも。



0050 **400g 248円**  
0051 **800g 413円**

愛知県安城市 天野グループ



## 0057 愛知玉ねぎ

**無** オニオンスライスがおいしいです。このタマネギは4月頃から収穫されます。



約500g **297円**  
愛知県田原市 鈴木ほか

## 0064 福来園の玉ねぎ

**無** みずみずしい玉ねぎです。



600g **346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

## 0073 北海道太てぼう (カット)

**低** 直径3cmほどの太いてぼうです。中心部には空洞があり、繊維質が少なく柔らかいのが特徴です。煮物にオススメです。



約280g **467円**  
さらだぼーる

## 0109 鳥越ズッキーニ (黄・緑どちらか)

**無** 低カロリーでヘルシー。炒めても、薄くスライスしてナムルにしても◎。1本 **324円**



白山市 エコファーム奥野 **地**

## 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 **433円**  
愛知県田原市 あつぱれ天恵・ティエス



## 0169 奈良サラダミックス

**無** 農薬化学肥料不使用のサラダミックスです。



120g **449円**  
奈良県 農民連 平島

## 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

## 0182 有機奈良ルッコラ

**有** 有機JAS。生のままサラダにしたりピザなどのトッピングにも使われています。炒め物にも。



50g **227円**  
奈良県 農民連 山口農園

## 0183 奈良有機しろな

**有** 有機JAS。アブラナ科の結球しない白菜の仲間。β-カロテンが多く含まれています。おひたしや煮ひたしなどにどうぞ。



200g **292円**  
奈良県 農民連 横山ほか

## 0187 奈良おかわかめ

**無** 葉がめぐるつとした粘りがあり、塩茹でしておひたし、天ぷらなどで召し上がりがいただけます。栄養がたっぷりです。



100g **255円**  
奈良県 農民連 福谷ほか

## 0188 愛知サンチュ

**無** 焼肉を包んで食べるのに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

## 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

## 0193 有機奈良小松菜

**有** 有機JASの小松菜です。v



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

## 0196 有機奈良大和まな

**有** 小松菜の仲間。大根菜ほど辛くなく、独自の甘みと風味があります。奈良を代表する伝統野菜のひとつです。



200g **292円**  
奈良県 農民連

## 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。



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! おひたしや天ぷらなどにどうぞ。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 有機青森にんにく

**有** 有機JAS。有機栽培のにんにくです。パスタ料理や、素揚げにして食べるのもおすすめです。



1玉 **382円**  
青森県 福田俊博





# 野菜

## 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 balan  
ス!



140g **373円**

会宝産業



## 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 **332円**

愛知県 あつぱれ天恵他

## 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 無農薬。無農薬、菌床栽培。  
4~7個入りです。



100g **297円**

豊橋市 河合

## 0301 寺井生キクラゲ

無 安全な資材で作る自社菌  
床で栽培。ぶるんとした  
舌触り、コリコリの歯ごたえ。  
鉄分はレバーの3倍、カルシ  
ウムは牛乳の2倍と栄養が豊  
富。冷凍保存も可能です。



70g **261円**

寺井 佐の川園



## 寺井生シイタケ

無 追跡可能な天然資材でつくる自  
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 大粒 200g **447円**

寺井 佐の川園



## 寺井舞茸

無 サルノコシカケ科。成分βグ  
ルカンが癌の抑制作用を持  
つ。



0304 100g **194円**

0305 1株(500g以上) **1,233円**

寺井 佐の川園



## 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 **265円**

奈良県 車谷

## 0310 生きくらげ

無 西日本のおがくず  
を使用してい  
ます。コリコ  
リとした食感  
です。



65g **314円**

愛知県刈谷市 信州きのこ

## 0311 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



## 0312 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 上津川きのご組合

## 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 無農薬。  
レモン  
色の美しいカ  
サが特徴で、  
「だしの良く  
出るキノコ」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

無添加(ビン)

島根県  
奥出雲吉田町産  
生にんにく使用。  
【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  
削ってつくつ  
た有機栽培大  
根の切干大根  
です。



無茶々園 35g **292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薬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不使用。



**冷凍** 500g **648円**  
オーシャン貿易

### 0354 ピーチ西表パイ

**(低)** 除草剤1回、化成少量有。石垣島・西表島のパイは別格。白い果肉は桃のような味がします。ソフトタッチという品種で、芯の部分もやわらかくて食べられます。



1玉500g~600g **972円**

西表島 アラガマ農園 **翌々週**

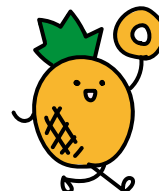
### 0356 西表スナックパイ

**(低)** 減農薬。石垣島・西表島のパイは別格。白い果肉は桃のような味がします。ソフトタッチという品種で、芯の部分もやわらかくて食べられます。



西表島 アラガマ農園

**翌々週** 1玉500g~600g **972円**



### 0358 冷凍有機ブルーベリー

**(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**



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。カマロツサ種でも鮮やかな色合いとなっており、糖度が高く香りの強い商品となっております。ヨーグルトやアイスクリームのトッピング、フルーツジュースやシェイク、ジャム作りなど幅広くご利用いただけます。

【原材料】有機ストロベリー（トルコ）



ムソー **冷凍**

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**





# 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。**

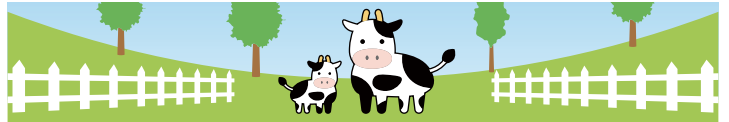
**北陸3県で 当会だけ!**

冷蔵 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産物を使用。

【原材料】生乳(60%以上)、砂糖、乳製品、コーヒー

冷蔵 500ml **187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 **462円**  
00009 定期 200ml **451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 **132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 **200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 **272円**  
00008 定期 90g×3 **266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 **611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幅広くご利用いただけます。

冷蔵 200g **597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熟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 **484円**

**0511 シュレッドチーズ**

チェダー・モッツアレラチーズを使いやすくシュレッド。ピザやトーストに。

※ジッパー付きではありません。

冷蔵 250g **675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 **489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 **464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 **300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バター。プロにも人気のバター。

冷蔵 150g **378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 **407円**

**0516 パンにいい発酵バター**

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 **384円**

**0517 パンにいいよつ葉バター**

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 **335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 **298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 **737円** 定期 00003 12玉 **731円**  
地主共和会 0702 6玉 **368円** 定期 00004 6玉 **362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

### たかはし農園

0923 無)玄米コシヒカリ

5 kg **3,669円**

0924 無)白米コシヒカリ

5 kg **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)

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

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

## 6月のわっぱん

### 1171 かえると金魚

初夏をイメージした、かえると金魚の形をした、可愛らしいセットパンです。かえるには、乳化剤不使用のクーベルチュールチョコレート、金魚には無添加の梅ジャムが入っています。

【原材料】小麦粉、いちごジャム、粗糖、牛乳、卵、バター、チョコレート、薄力粉、イースト、菜種サラダ油、レーズン、食塩、片栗粉、ラム酒

2種×2個 **410円**



### 1172 よもぎあんぱん(こしあん)

よもぎの風味がとてよい生地に、特注の無添加こしあんをたっぷり入れました。よもぎは、わっぱ知多農場の農薬を使用しない生よもぎと、国産のよもぎパウダーを使用しています。

【原材料】こしあん(小豆、砂糖)、小麦粉、粗糖、牛乳、卵、よもぎ、バター、菜種サラダ油、イースト、黒ごま、岩塩

2個 **421円**



得

### 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 カフェオレ食パン

牛乳だけで練り上げた、しっとりとした食感の食パン。カフェオレ生地には、オーガニックのカフェインレスコーヒーを使用しています。

【原材料】小麦粉、牛乳、粗糖、バター、菜種サラダ油、イースト、食塩、有機インスタントコーヒ



約190g **432円**

### 1175 おやさいまるパンYMK

国産の「かぼちゃ」「紫いも」「よもぎ」のパウダーを練りこんだ。色鮮やかな丸パンです。野菜嫌いなお子様にも。

【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、岩塩、かぼちゃ、紫いも、よもぎ



3種×2個 **421円**

### 1176 カントリー・クッキー(アーモンド&レーズン)

オーガニックのオートミールとメープルシロップを使って、乳卵不使用ながら、ザクザクで濃厚なカントリークッキーを実現。アーモンドとレーズンもたっぷり入って、食べ応え十分。

【原材料】小麦粉、メープルシロップ、オートミール、菜種サラダ油、アーモンド、レーズン、重曹、岩塩



30g×2枚 **389円**

### 1177 バナナシフォンケーキ

タイの農薬不使用ホムトンバナナをたっぷり使用した、ずっしり重量感のあるシフォンケーキです。バナナの芳香なかと濃厚な味わいをお楽しみ頂けます。

【原材料】卵、バナナ、小麦粉、粗糖、菜種サラダ油、レモン、食塩



冷蔵 直径12cm **691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**

## 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



**冷蔵** 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**

## 1125 天然酵母ハイジの白パン

【原材料】小麦粉、牛乳、天然酵母、粗糖、食塩



3個 **400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、粗糖、食塩、菜種サラダ油



6個 **400円**

## 1127 こしあんパン

【原材料】こしあん、小麦粉、牛乳、粗糖、卵、バター、菜種サラダ油、イースト、けしの実、食塩



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**

## 1130 りんごデニッシュ

【原材料】りんご、小麦粉、バター、粗糖、卵、イースト、脱脂粉乳、食塩



2個 **421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**

## その他のパン

## 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**

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)



1219 焼カレーパン 75g 4個入 **633円**

焼きたては生地がカリッ。中のカレーもこだわってつくっています。ご自宅で焼きたてのカレーパンをお楽しみ下さい。

【原材料】小麦粉(小麦(国産))、カレー(野菜(玉ねぎ、人参、じゃがいも)(国産)、豚肉(国産)、植物油、小麦粉、コーンスターチ、砂糖、カレー粉、その他)、鶏卵、米油、砂糖、バター、全粉乳、パン酵母、食塩、レモン果汁(一部に卵・乳成分・小麦・鶏肉・豚肉・りんごを含む)



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とりとした甘み。  
【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** 得
- 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**

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 **600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 **1,074円**

**1504 むねミンチ(バラ凍結)**

500g **995円** 得

**1505 若鶏ササミ(バラ凍結)**

300g **746円**

**1506 若鶏きも** 150g **315円**

**1507 若鶏砂肝** 200g **427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 **364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 **554円**

**1518 若鶏手羽先(バラ凍結)**

500g **980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)**

**1513 500g 1,290円**

**1514 1kg 2,154円**

**若鶏もも一口カット(バラ凍結)**

**1516 500g 1,308円**

**1517 1kg 2,192円**

**1520 若鶏小間切れ** 200g **538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。 2・4週

**1523 若鶏手羽元開(バラ凍結)** 500g **987円**

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。 2・4週

**1526 若鶏せせり** 200g **465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 とりがらスープ** 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、おにしみ、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 | <b>735円</b> |
| 1292 豚肩ローススライス                   | 200g | <b>661円</b> |
| 1293 豚バラスライス                     | 200g | <b>680円</b> |
| 1294 豚モモスライス                     | 200g | <b>616円</b> |
| 約3mm厚でスライス。赤身率90%。               |      |             |
| 1295 豚小間切れ                       | 200g | <b>538円</b> |
| 1296 豚挽肉                         | 200g | <b>526円</b> |
| 1297 上豚挽肉                        | 200g | <b>616円</b> |
| 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



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しました。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しました。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いませんので、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)



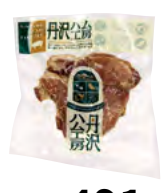
100g **508円**

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

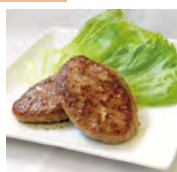
### 1911 ハンバーグ

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・牛本来の旨さをきかだたせた、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 イワシみりん干し 4～6枚 **578円**

2215 プリ味噌干し 約150g(2～3入) **768円**

2219 たちうおみりん干し 3枚 **697円**

2236 さばふぐみりん 2～6枚 **815円**

## 〈干物〉

2206 真鯛一夜干し **新** 2～3切 **609円**

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 プリー一夜干し(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美味い。

2242 小魚丸干し 80g **387円**

## 〈刺身〉

2211 かつお刺身用 四半身1 **999円** **得**

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 **1,015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 **523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!!

2225 イワシ 3～4尾 **522円**

刺身、煮付け、塩焼きに

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**

2234 塩ぶり切身 200g **903円**

2235 豆あじ 200g **427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 **403円** **↑**

2246 あおさのり 20g **633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) **443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。

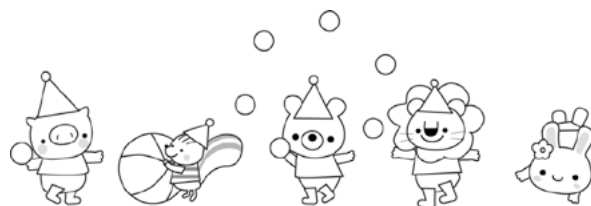
【原材料】サバ(ノルウェー産)、砂糖、食塩

### 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)



兼由 各々週 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



兼由 各々週 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



兼由 各々週 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



兼由 各々週 65g **432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



兼由 各々週 95g **281円**

### マルシマの味付け煮豆

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**

【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)



各々週 マルシマ

## 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

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 各々週 110g **372円**

### 2302 レトルトあさり

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 各々週 120g **486円**

### 2306 天然紅鮭

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 各々週 50g **594円** 得

### 2377 エコシュリンプ下処理サイズ

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) **1,458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な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み、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、



### いちろうこの練り物

2週のみ 冷蔵

#### 2661 小ちくわ

5本 **390円**

そのままちくわとして生でも。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

#### 2662 うずら天

4個 **459円**

うずらの卵をすけとうだらのすり身で包みました。菜種油で揚げた美味しいお惣菜です。

【原材料】魚肉(すけとうだらすり身)、うずらの卵、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、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

#### 2664 うろこちゃん白かまぼこ

150g **505円**

そのまま切ってさわび醤油などに。

【原材料】魚肉(すけとうだら)、馬鈴薯澱粉、砂糖、卵白、発酵調味料、食塩、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** **得**

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、の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(粉碎塩)、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**

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(すけとうだらすり身)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、発酵調味料、かつおだし、なたね油

#### 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(すけとうだらすり身)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、青のり、発酵調味料、かつおだし、なたね油



## 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** **得**

#### 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**

#### 2708 とろろ昆布(がごめ入)

2週のみ

青森産天然真昆布・北海道・青森産天然がごめ昆布使用。香り高く粘りがあります。酢不使用で昆布そのものの味わいが楽しめます。麺類、みそ汁、おにぎりにもどうぞ。

【原材料】真昆布(青森県)、がごめ昆布(北海道、青森県)



オーサワ **翌々週** 40g **562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、様々なお料理にご使用下さい。

【原材料】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



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**

オーサワ 30g **583円**



#### 2771 伊勢志摩産カッパわかめ

1・2・3週

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**

オーサワ 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

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)

翌々週

小川生菓

120g **540円** **得**



### 2808 オリジナルメープルグラノーラ

オリジナルは第三世界ショップで不動の人気を誇るシ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

翌々週

第3世界ショップ

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

### オーガニックなおかゆ 2週のみ

白米に比べ栄養豊富な「国産有機七つづき米」を使用しています。玄米よりも食べやすく、白米よりもカリウム、マグネシウムなどのミネラルをはじめ、ビタミンB1や食物繊維など栄養素を豊富に含んでいます。

#### 2829 梅味

【原材料】有機米(国産)、有機梅干粉末、食塩

#### 2830 生姜味

【原材料】有機米(国産)、有機生姜ペースト、食塩

マルシマ 翌々週

各200g **238円**



## 豆・雑穀・ごま

### 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**



### 2865 大豆(里のほほえみ) 2・4週

令和6年度産。有機栽培でつくりました。畑の肉とも言われている栄養価の高い大豆、地元で栽培された貴重な有機大豆をぜひご賞味ください。

【原材料】大豆(石川県産)

たかはし農園 500g **545円**



### 2869 有機すりごま・黒 2・4週

### 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)

【原材料】黒豆

オーサワ 各70g **270円**



### 2872 有機いりごま・黒 2・4週

### 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。く味わいがあるため、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)

【原材料】黒豆

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。玄米ですのでビタミン、ミネラル、食物繊維を多く含み、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合に大きく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**



### 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・実そば・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。品種はエリモシウス。赤飯や煮豆、菓子作りに。

【原材料】小豆(北海道産)

【原材料】黒豆

オーサワ 200g **772円**



### 2848 丸麦(五分搗き) 2・4週

農薬・化学肥料不使用。もちもちとした食感でほんのり甘い。玄米に1〜2割混ぜて炊いたり、茹でてサラダのトッピングやスープなどにどうぞ。

【原材料】特別栽培大麦(宮城・秋田・岩手・熊本県)

【原材料】黒豆

オーサワ 300g **572円** **得**



# 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**



## こんにゃく

### 片岡蒟蒻店 冷蔵 2週のみ

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、パタ練り、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) **270円**

**00011 定期 265円**

北海道産小粒大豆を低圧で蒸し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) **243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) **265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) **268円**

**00012 定期 262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) **278円**

青森県産有機栽培おおすすめ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) **329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) **297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 **271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と旨味を逃さずに蒸し上げる「せいろ蒸し」により、大粒ながらも芯までふくらした食感と、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)、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 **886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**

### 3706 らっきょう(甘酢) 2週のみ

九州産らっきょうを使用。甘さ控えめで歯ごたえがよい「らっきょう」です。調味料には純米酢。甘味料には麦芽水飴・三河みりんを使用。

【原材料】らっきょう(九州)、漬け原材料(麦芽水飴、米酢、本みりん、食塩)



オーサワ 翌々週 80g **518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)



マルシマ 2週のみ 1本 **540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**

## かつお節・だし・つゆ

### 4090 有機めんつゆ 2週のみ

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県産鰯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、鰯節、煮干、むろあじ節、昆布、干し椎茸、醸造酢



節辰商店 500ml **594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)



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



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 **486円**

4107 徳用5g×30包

オーサワ 翌々週 **1,490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



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 **464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 **583円**

4130 徳用 5g×30包 **1,566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、天然のたんばく源、カルシウム補給にもお役立て下さい。

【原材料】いわしの煮干し(国内産)



マルシマ 翌々週 40g **356円**

### 4183 枕崎の味 かつお一節 2週のみ

枕崎の良質なかつお節を伝統の技術で作り上げた削り節です。まろやかで使いやすい。小分けになっているので便利です。

【原材料】かつおをのかねぶし(国内製造)



柳屋本店 15g(3g×5袋) **248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** **得**

寒干しとめか漬の風味が、こんなにいいたくあん漬に。



### 3886 はりはりキムチ

110g **387円**

切干大根をかつお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。

### 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** **得**

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。九州熊本の本の太陽のもと、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！

### 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。

### 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、しょう油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**

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。人參は豊川市、鈴木慶市さんのもの。

### 3928 もみしそ

200g **600円**

梅ぼしを漬けるときにもお使いいただけますが、そのほかにも使い方はいろいろです。天日で乾燥して細かくすればしそふりかけに。

【原材料】赤しそ、塩

### 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・スープ

### 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かすおいしさです。

【原材料】米酢(国内産)、特別栽培人參(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)、醸酵調味料、食塩(海の精)、酵母エキス、昆布粉末(国内産)

#### 4254 ベジ釜めしの素

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・人參・ごぼう・昆布だし(国内産)、米飴、醤油、醸酵調味料、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、醸酵調味料、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、特別栽培人參、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、醸酵調味料、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)、醸酵調味料、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

2週のみ

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

2週のみ

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 えびいりこふりかけ

2週のみ

国内産のいりこあみえび、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ぱ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、鰹節エキス、昆布エキス、みりん、醸酵調味料、酵母エキス、紅麹色素コンタミ：えび、かに、そば、乳、卵

マルシマ 翌々週 30g **421円**

### 4303 カラダにやさしいたまねぎスープ

2週のみ

動物性原料を使わず、カラダにやさしい素材だけで仕上げました。国産の野菜を使用し、玉ねぎ、セロリ、玄米をブレンドしたほっこりやさしいお味。

【原材料】米粉(国内製造)、てん菜糖、有機玄米エキスパウダー、塩、たまねぎパウダー、酵母エキスパウダー、セロリ粉末、うきみ・貝(焼きたまねぎパウ)

マルシマ 翌々週 50g(10g×5袋) **648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**

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 **545円** ↑

### 4520 長崎県産乾燥ちりめん

2週のみ

長崎産片口いわし使用 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、様々な料理にご活用ください。

【原材料】片口いわし(長崎産)、食塩(海水)



弥永商店 翌々週 50g **538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。油分は压榨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、香り高い仕上がりがとれます。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 オーサワの車麴

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**

### 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** 得

### 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 **373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！

## 7653 有機抹茶入玄米茶 2・4週

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。



賞味期限:7月15日

浜佐商店

100g **594円⇒565円 得**

## 2705 鬼崎産おにぎり用のり 2・4週

愛知県一等浜の鬼崎産原料を使用。手頃な価格で旨みたっぷりの鬼崎産海苔です。切らずにすぐに使えて便利です。



立石海苔店

3切30枚 **773円⇒758円 得**

## 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使ったベジミートソースです。



翌々

オーサワ 140g **324円⇒318円 得**

## 有機トマト缶 2・4週

イタリア南部のプーリア州・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。トマトは完熟したドウチェット種のみを使用。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。



## 7146 ホール 7147 ダイス

創健社

各400g(固形240g) **270円⇒265円 得**

## 4351 梅ひじきしっとりふりかけ 2週のみ

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。



翌々

マルシマ 40g **438円⇒430円 得**

## 4524 無漂白特級寒天 2週のみ

無漂白寒天。食物繊維が豊富です。料理や菓子づくりなどにどうぞ。食物繊維含有量:5.7g/本。



翌々

北原産業 2本入 **464円⇒455円 得**

## 茅渚産直 2週のみ 凍 翌々

### 初カツオはお刺身で！

#### 2211 かつお刺身用

初カツオです。お好みの厚さにスライスして、お好みの薬味どうぞ。

四半身1 **999円⇒980円 得**

#### 2235 豆あじ 200g **427円**

唐揚げや南蛮漬けなどにどうぞ。

#### 2253 大塩サバ 半身1入(180~200g) **443円**



## いちろうこの練り物 2週のみ 冷

### 2667 たこボール

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。おでんの一品にどうぞ。刻んで野菜炒めの具や、煮物、お弁当のおかずにも。

8個 **367円**



### 2668 ごぼうつまみ

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。

100g **336円⇒330円 得**



## 今週のお薦め肉 凍

### 1504 若鶏ムネミンチ(バラ凍結)

若鶏のムネ肉をミンチにしました。バラ凍結しているので、パラパラとして使いやすいミンチです。使いたい分量だけを取り出せます。

秋川牧園 500g **995円⇒946円 得**

### 1315 黒豚ロースシャブシャブ

ロースをしゃぶしゃぶ用に薄くスライスしました。牛肉に負けないうまさです。

秋川牧園 200g **836円⇒795円 得**



## 浜佐商店 2・4週

農薬や化学肥料を一切使わない有機栽培

## 貴重な有機水出し茶

煎茶とほうじ茶、どちらも香ばしさがあります。味わい深くスッキリとした美味しさは「水出し」ならではです。

### 7659 有機煎茶水出しTB

無農薬・無化学肥料で栽培された元気な茶葉に強く火入れすることで、のど越しのよいキレのある味になっています。

### 7660 有機ほうじ茶水出しTB

茶葉を強く二度炒りすることで、ほうじ茶ならではのほっとする風味を、冷茶で楽しむことができます。

8g×10 **410円**





# 夕飯の一品に、**凍 翌々 不定期!** お弁当のおかずにも!

## 札幌中一

### 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**

### 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。レンジ又はオーブンで温めるだけ。  
**調理済** 100g **529円**

### 9721 ベビー帆立加熱用

北海道噴火湾産の小さいサイズの帆立をボイルして加熱用に処理しました。  
150g **782円**

### 9724 カニクリームコロッケ

網走産のズワイガニと自家製クリームで作りしました。あたためただけで本格的な味わいが楽しめます。  
**調理済** 5個 **950円⇒931円 得**

## ニッコー

### 1971 お弁当根菜コロッケ

ホクホクのジャガイモに、人参、たまねぎ、れんこん、ごぼうを加えました。野菜の甘みをお楽しみ下さい。  
**調理済** 240g(12個) **594円**

### 1982 点心えびしゅうまい

プリプリエビがたっぷり入ったジューシーなシューマイです。国産小麦粉を使った皮に具をたっぷりつつみました。  
**調理済** 189g(7個) **555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。味がたんぱくになりすぎないように、青海苔を使用。  
**調理済** 160g(8個入り) **497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くお召し上がりいただけます。  
**焼いて下さい** 180g(10個) **529円**

### 1989 鶏ごぼうしゅうまい

国産小麦粉の皮に、新鮮なごぼうと鶏肉をつつみました。ごぼうの豊かな香りと、シャキとした食感が楽しめます。  
**調理済** 216g(8個) **508円**

### 1985 お弁当用ソースメンチカツ

朝の忙しい時にすばやく簡単に調理出来る電子レンジ対応商品です。必要な分だけお使いいただけるカットレーを使用。  
**NEW 調理済** 120g(6個入) **469円⇒460円 得**

## 日本古来の調味料

# 「ひしお味噌」をつくろう!

### 5767 ひしおこうじ 2週のみ 翌々

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。本品と醤油と水を混ぜて醗酵させて下さい。ご飯や野菜に添えるほか、漬け床としても◎。  
オーサフ 300g **928円⇒910円 得**

作り方はコチラ↑

## お菓子 翌々 不定期!

### 6381 国産米油だけで揚げたポテトチップス(うす塩味)

国産じゃがいも使用。ざく切りカットでじゃがいも本来の味が味わえる。ほんのり塩味です。  
深川油脂 60g **243円**

### ひとくちせんべい(召しませ日本)

国産うるち米100%使用。国産米ぬかでつくった米油使用しています。食べやすいひとくちサイズ。

### 6568 塩

伝統海塩「海の精」を使用した、あっさりとした程よい塩味。  
75g **356円⇒349円 得**

### 6576 海老

干海老の旨みと、程よい塩味があとを引く味わい。  
アリモト 70g **356円**

## 道長の漬物 2週のみ 冷 翌々

### 3884 寒干たくあん

渥美半島で昔から作られてきたたくあん漬。干すことで甘みが引き出され、さらには歯ごたえ、香り共に抜群。  
120g **405円⇒367円 得**

### 3893 あとひきだいちゃん

大根の甘酢漬けにりんごを入れました。甘くて、やわらかい、あとひき味わいです。気持ちのよい歯ごたえと爽やかな風味。  
150g **373円⇒340円 得**

## 登喜和食品の納豆 冷

### 3537 大粒・十勝の息吹

ふっくら仕上げにする事で、大粒大豆の食感の美味しさを求めた商品です。  
40g×2P **265円⇒260円 得**

### 3538 ひきわり・十勝の息吹

大豆のカットを従来品よりも細かく「ハツ割」にする事で、きめ細かで口当たりが滑らかな美味しさが特徴です。  
40g×2P **268円⇒263円 得**

## おススナ本 不定期! コレさえあれば大丈夫! 「食の選び方大全」

### イラスト付きでわかりやすい

調味料・野菜・果物・肉・魚・加工食品などのあらゆる食品の選び方を、この1冊で完全網羅! 醤油やお味噌はどんなふうにつくられているのか? 伝統的な製法と、一般的な市販品との違いは? 「添加物」とはどんなもので、どうやって付き合えばいいのか? など、「おいしくて」「安心して」「体にいい」食品の見分け方を人気自然食品店長が教えます。

### 8871 食の選び方大全

サンクチュアリ出版 翌々 1冊 **2,420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

## 4664 グルテンフリー パンケーキミックス 2週のみ

北海道産大豆粉・国産米粉使用。グルテンフリーのもっちりとしたパンケーキが簡単にできます。蒸しパンやドーナッツ、クッキーなどにも。

【原材料】米(埼玉県、北海道他)、大豆(北海道)、食塩(シママース)/ベーキングパウダー(アルミニウム不使用)



みたけ食品 200g **346円**

## 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、料理のとろみ付け、揚げ物などに。

【原材料】葛粉(宮崎・鹿児島産)国内産本葛100%



【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】 オーサワ 500g **416円**

## 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】 オーサワ 100g **367円**

## 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。自家製粉の全層挽きそば粉使用。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】 本田商店 180g **432円**

## 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】 マルシマ 250g **497円**

## 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】 オーサワ 500g **378円**

## 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) **259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、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) **281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) **281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) **302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、食用こめ油、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) **302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、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、ポークエキス、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 **769円**

## 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



翌々週 坂利製麺 200g **475円**

## 生 麺

### 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分茹でただけで、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**

## 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 得**

### 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。アクも少なく色々な料理、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やさしい砂糖。  
【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 330g **1,598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**  
金沢大地 5685 大 900ml **1,728円**

### 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・ソース

## 5689 国産 麦麹生みそ

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。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)(遺伝子組換えでない)、食塩



マルシマ 600g **929円**

## 5753 有機純正醤油(濃口)

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ご賞味ください。  
【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 紙パック550ml **743円**

## 5708 鍋用みそ

天祐みそをベースに使った肉と野菜のみそ鍋専用の味噌。ダシ要らず。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 **457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 **2,335円**  
5702 小・天祐醤油(濃口) 720ml **1,110円**  
5709 ミニ・天祐醤油(濃口) 200ml **555円**  
5706 大・天祐味噌 2kg **2,251円**  
5707 小・天祐味噌 1kg **1,126円**  
5710 胡麻味噌 120g **548円**  
【原材料】砂糖(三温糖)、みりん、味噌(天祐米味噌)、黒胡麻



## 5719 有機立科麦みそ

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)



冷蔵 中初商店 650g **1,350円**

## 5720 たっぷり野菜の金山寺

麹も道長で作りました。大豆と食感の柔らかな大豆使用。野菜たっぷり甘口仕立。金山寺用麹も道長で作りしました。  
【原材料】大根・なす・にんじん・金山寺麹他



冷蔵 道長 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

国産大豆、国産米、国産大麦を使用した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(島根県飯南町)(遺伝子組換えでない)、食塩]



冷蔵 中初商店 600g **950円**

## 5765 有機米でつくった塩糀

金沢大地産の有機米で仕込んだ米糀と、能登製塩「奥能登海塩」で作った塩糀。旨みたっぷりの塩糀は、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 中初商店 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」で作る米糀を使って、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】米糀、食塩



冷蔵 道長 120g **424円**

## マヨネーズ・ケチャップ

### 5812 有機トマトピューレ

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



冷蔵 中初商店 320g瓶 **400円**

### 5814 有機トマトケチャップ

自然の恵みをいっぱいに受けた有機栽培の農産物を使用した、自然のおいしいトマト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



冷蔵 中初商店 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

九州は大部分県久住高原の豊かな環境で平飼いされた二フトリたちの大切なタマゴを使ったあっさりまろやか風味のマヨネーズ。

【原材料】食用植物油[なたね油(オーストラリア)、ペイ花油(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**

### 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)



冷蔵 中初商店 300g **928円**

### 5770 白糀 (有機認証基準コシヒカリ)

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 中初商店 600g **1,118円**

## ソース

### 豆乳マヨ 2・4週

庄搾法の菜種油、国内産大豆、りんご酢をベースに作りしました。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)



大 300g **778円**  
小 150g **486円**

冷蔵 中初商店

### 5913 お好みソース広島そだち

国産トマト、国産りんごを贅沢にまるごと使ったフルーティな味わい。国産の野菜や果物の甘みが活かされています。杉桶で熟成された有機醤油、広島産の天然水仕込みの純米酢を使用し、バランスのいい味に仕上げました。

【原材料】野菜・果実(トマト(国産)、りんご、玉ねぎ、その他)、糖類(粗糖・ぶどう糖果糖液糖)、有機醤油(大豆・小麦を含む)、米酢、でんぷん、食塩、魚介エキス、昆布エキス、酵母エキス、香辛料



冷蔵 中初商店 500g **648円**



## ドレッシング・たれ

翌々週  
 オーサワ 225g瓶 **497円**

翌々週  
マルシマ 280ml **724円**

翌々週  
 吉田ふるさと村  
 150ml **464**円

吉田ふるさと村  
150ml **464円**

## レトルト

秋川牧園 **レトル** 100g **346円**

風と光 200g **400円**

オーサワ **翌々週** 140g **324円**

秋川牧園 **レトル** 180g **535円**

秋川牧園 **レトルト** 180g **530円**

秋川牧園 **レトルト** 180g **528円**

第3世界ショップ 翌々週 180g **562円**

第3世界ショップ 〇〇週 180g **562円**

オーサワ **翌々週** 180g **432円**

オーサワ **レトル** 翌々週 210g **410円**

オーサワ **レトルト** **翌々週** 210g **410円**

オーサワ **レトルト** 翌々週 200g **400円**

オーサワ **レトルト** 翌々週 210g **400円**

# レトルト・調味料・みりん・料理酒・酢

## 5896 青椒肉絲の素 2週のみ

醤油ベースのまろやかな味わい。お肉または植物たんぱく食品と、ピーマン、たけのこなどの野菜を炒め合わせてください。

【原材料】醤油、馬鈴薯でん粉、おろし生姜[生姜(国産)]、醃酵調味料、メーブルシユカー、酵母エキス、胡麻油、おろしにんにく[にんにく(国産)]、食塩(海の精)、こしょう(マレーシア)



オーサワ 翌々週 100g **324円**

## 5849 麻婆の素(甘口) 2週のみ

コクがあり辛さ控えめで食べやすいです。素材を加えて炒めるだけ。特に麻婆豆腐にオススメです。麻婆茄子や麻婆春雨にもいいです。

【原材料】昆布だし、オーサワそのまま使えるベジミート(豚の肉)、特別栽培にんにく(国産)、味噌、醤油、米酢、馬鈴薯でん粉、オーサワのりんごジュース、老酒、なたね油、メーブルシユカー、おろし生姜[生姜(国産)]、おろしにんにく[にんにく(国産)]、酵母エキス、食塩(海の精)、昆布粉末、赤唐辛子(中国産)



オーサワ 翌々週 180g **400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 240g **626円**

## みりん・料理酒

### 三河みりん

国産原料の本物みりん。原料の焼酎もろみも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 **2,838円**

5942 小 700ml瓶 **1,243円**

角谷文治郎商店



### 5943 有機三州味噌小

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)



角谷文治郎商店 500ml瓶 **1,265円**

### 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います。

【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、米しょう油、米こうじ、食塩) (国内製造)



マルシマ 翌々週 500ml **832円**

## 酢・果実酢・加工酢

### 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**

### 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)



マルシマ 翌々週 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合わせた、キリッとした甘酸っぱいさっぱりとした漬かる酢です。野菜、果物の美味しさが際立ちます。

【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**

### 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**

### 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。サワードリングに。

【原材料】有機ワインビネガー・濃縮ぶどう果汁(イタリア産)



マルシマ 翌々週 2週のみ 各250ml **1,598円**  
メンガツオーリ社(ミトク・オーサワ)

### 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**

### 6095 有機赤梅酢 2・4週

奈良産有機梅・紫蘇使用。しっかりとした梅の風味と豊かな紫蘇の香りがします。着色料不使用。塩分約18.5%。和え物や梅酢漬、梅酢ドレッシングにご使用ください。揚げ物や炒め物にもおすすめです。

【原材料】有機梅・有機紫蘇(奈良県)、食塩(天日湖塩)



マルシマ 翌々週 160ml **448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モント酢です。

【原材料】はちみつ(国内製造)、りんご酢



マルシマ 翌々週 300ml **1,458円**



# 油・お菓子

## 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



### 6333 オーサワの国内産なたねサラダ油

国内産なたね100%圧搾法一番搾りです。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 **1,436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を防ぐコールドプレス製法で丁寧に絞った一級一番搾りです。

2週のみ  
翌々週  
オーサワ 250ml **1,890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。

1・2・4週  
オルタートレードジャパン 273g **2,009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

2・4週  
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。

2週のみ  
翌々週  
オーサワ 190g **1,836円**



### 6314 オーサワ胡麻ら一油

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。

2週のみ  
【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)

翌々週  
オーサワ 30g **475円**



### 6317 圧搾一番搾り国産こめ油

2・4週  
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

2・4週  
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 **1,071円**



## お菓子

### 6344 抹茶きなこ飴

2週のみ  
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質沢な一品です。匠の技によるサクサクの食感と、きな粉の味わいたっぷりの、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

2週のみ  
飴なのに「サクサク」のやみつきになる不思議食感。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 翌々週 80g **397円**



### 米粉せんべい

2週のみ  
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。

#### 6346 きな粉

【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 翌々週 63g **454円**

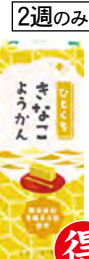


### 6387 ひとくちきなこようかん

2週のみ  
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、京風浅煎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

得  
翌々週  
マルシマ 1本(52g) **281円**



### 6388 ひねくれきなこ

2週のみ  
きなこを混ぜ込むだけでなく、質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 翌々週  
96g(12本) **335円**



### 6351 野菜サクッチ 国産かぼちゃチップス

2週のみ  
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

2週のみ  
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

2週のみ  
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**



# 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**

## 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 **227円**

## 6383 オーサワのヴィーガン プロテインバー

2週のみ

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。メーブルのやさしい甘み。  
【原材料】小麦粉[小麦(北海道産)]、オーサワの有機メーブルシロップ、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 翌々週 2本(約60g) **292円**

## 6384 オーサワのヴィーガン プロテインバー

2週のみ

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ブルシロップ、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 翌々週 2本(約60g) **292円**

## 6385 オーツ麦ヴィーガン プロテインバー

2週のみ

小麦不使用、砂糖・卵・乳製品不使用。サクサクとした食感で自然な甘み。  
【原材料】有機オーツ麦(アメリカ)、オーサワの有機メーブルシロップ、なたね油、えんどう豆たんぱく[えんどう豆(フランス産)]、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、アーモンド(アメリカ産)、大豆クラッシュ[大豆(国産)]、有機豆乳



オーサワ 翌々週 2本(約60g) **292円**

## ボンセン

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 **432円**

6399 黒豆入 8枚入 **443円**

オーサワ 2週のみ 翌々週

## 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。塩つぶにあたるとうの味が口におに広がります。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、ごま(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**

## 6413 地粉かれんとう

2週のみ

わつば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)、ごま(愛知県産)、天然酵母、食塩



道長 80g **343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**

## 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**

## 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 **486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・米麹、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。しっかりと歯ごたえのマクロビोटニ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、オーサワの野菜ブイヨン、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「オーサワの野菜ブイヨン」使用。  
【原材料】玄米(山形県)、米油、オーサワの野菜ブイヨン、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、オーサワの野菜ブイヨン、食塩(シママース)

## 6465 ミニカップゼリー徳用 2種(りんご・ぶどう)

体に優しい天然素材、寒天とこんにゃく粉でヘルシーに仕上げています。香料・着色料不使用なので、果物そのままの香りと味を楽しめます。  
【原材料】りんご果汁(国産)、砂糖、寒天、れもん果汁、こんにゃく粉、ぶどう果汁(国産)、砂糖、寒天、れもん果汁、こんにゃく粉



22g×45個りんご23個、ぶどう22個) フルーツバスケット **1,215円**

## 6469 アップル&レモン のむこんにゃくゼリー

2週のみ

砂糖不使用で国産こんにゃく粉を使用。冷やして飲むほか、凍らせてシャーベットにも！有機りんご・レモン果汁使用。爽やかな酸味とろりとした喉ごし。  
【原材料】有機りんご果汁[有機りんご(トルコ)]、有機レモン果汁[レモン(スペイン、イタリア)]、こんにゃく粉(国産)



オーサワ 翌々週 125g **238円**

## 6470 グレープ のむこんにゃくゼリー

2週のみ

砂糖不使用で国産こんにゃく粉を使用。冷やして飲むほか、凍らせてシャーベットにも！有機ぶどう果汁使用。ぶどうの芳醇な香りとろりとした喉ごし。  
【原材料】有機ぶどう果汁[有機ぶどう(アメリカ、アルゼンチン)]、こんにゃく粉



オーサワ 翌々週 125g **292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ブルシロップ、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

## 6557 ほの甘くろまめ

兵庫産黒豆100%使用 柔らかく蒸し上げた黒豆にほんのり甘みづけしています。そのまま食べるほか、菓子のトッピングにも。

【原材料】黒大豆(兵庫県)、てんさい糖、食塩(天塩)

翌々週

だいずデイズ 45g **302円**

2週のみ



## 6583 蓮根生姜飴(切飴)

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いい。

【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

オーサワ 100g **324円**

2週のみ



## 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**



## 6586 オーサワの塩飴(石垣の塩入り)

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

オーサワ 80g **324円**

2週のみ



## 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

第3世界ショップ

翌々週 200g **1,490円**

2週のみ



## 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)

第3世界ショップ

翌々週 230g **1,598円**

2週のみ



## 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)

第3世界ショップ

翌々週 200g **1,490円**

2週のみ



## 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ても豊富です。

【原材料】カシューナッツ

第3世界ショップ

翌々週 70g **691円**

2週のみ



## 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

翌々週

第3世界 60g **594円**

2週のみ



## 6765 くるみ

生タイプでくるみ本来の甘みやこく、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。

翌々週

第3世界 65g **691円**



2週のみ

## 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)

翌々週

第3世界 70g **691円**

2週のみ



## 6768 アーモンドプードル

アーモンドを皮ごと粉末に。ほのかに甘く風味がよいプードルです。

【原材料】アーモンド(アメリカ産)

翌々週

オーサワ 50g **540円**

2週のみ



## 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。

翌々週

第3世界 120g **691円**



2週のみ

## 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。

翌々週

第3世界 165g **497円**



2週のみ

## 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

翌々週

第3世界 80g **562円**

2週のみ



## 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)

翌々週

第3世界 65g **626円**

2週のみ



## 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)

翌々週

第3世界 65g **691円**

2週のみ



## 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】有機認証米国産アーモンド、イタリア産オリブオイル

翌々週

第3世界 70g **691円**



2週のみ

## 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

翌々週

第3世界 90g **626円**

2週のみ



# ドライフルーツ・ナッツ・飲み物・ジュース

## 6779 よくばりナッツ

2週のみ

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



翌々週

第3世界

80g **691円**

## 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、くるみのコクが合わさった、昔懐かしく素朴でやさしい味わい。つ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

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

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、カリカリッと素焼きにし、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**

## 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、有機こう果汁

#### 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こう果汁をブレンドしてとても飲みやすくなっています。

#### 6811 有機野菜とバナナのスムージー

2週のみ

翌々週

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 **1,069円**

6978 6本組 1ℓ × 6 **6,221円**



### 6926 クランベリー 100(ストレート)

2週のみ

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)、かぼす(国内産)



オーサワ 翌々週 125ml × 2 **396円**

### 6800 アランチャータロッサ

2・4週

地中海の太陽の下で完熟したフルーツのノンアルコールスパークリングです。オレンジ界のプリンス「ブラッドオレンジ」が原料。その色も味わいも本物の果汁由来です。

【原材料】果実(オレンジ、ブラッドオレンジ、レモン)、砂糖、オレンジエキス/炭酸、着色料(野菜ジュース)、香料

サンペレグリン

330ml × 2本 **527円**



### 6801 ポンペルモ

2・4週

地中海の太陽の下で完熟したフルーツのノンアルコールスパークリングです。熟した果実を使用したグレープフルーツフレーバーのドリンクです。

【原材料】果実(グレープフルーツ、レモン)、砂糖、グレープフルーツエキス/炭酸、香料

サンペレグリン

330ml × 2本 **527円**



### 6802 リモナータ

2・4週

地中海の太陽の下で完熟したフルーツのノンアルコールスパークリングです。シチリアの夏の太陽をぎゅっと閉じ込めた、天然由来のイタリア産本格レモンドリンクです。

【原材料】レモン、砂糖/炭酸、レモン香料

サンペレグリン

330ml × 2本 **527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ます。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**

### 7146 ホール有機トマト缶 2・4週

#### 7147 ダイスイ有機トマト缶 代替品になる可能性があります。

イタリア南部のプーリア州・ルチ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**

### 7146 ホール有機トマト缶 2・4週

#### 7147 ダイスイ有機トマト缶 代替品になる可能性があります。

イタリア南部のプーリア州・ルチ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**

### 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っていただけます。



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**

### 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

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**

## 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 **726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。



## 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、メープルシュガー、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、メープルシュガー、カレー粉、ブレンピューレ、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、メープルシュガー、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、ココナッツクリーム油、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、ココナッツクリーム油、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、ココナッツクリーム油、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円**

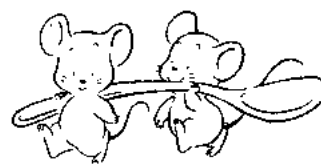


## 7383 オーサワスパイス香る カレールウ(甘口) 2週のみ

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。

【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円**



## 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、ポークエキス、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(ポーク、チキン)、カレーペースト



コスモ食品 翌々週 110g **356円**

## 7332 黒七カレールー 中辛 (グルテンフリー) 2週のみ

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、黒五バウター(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、ポークエキス、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)、植物油脂[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)、植物油脂[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)、植物油脂[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・4週

国産にんにく使用。おろしたてのようなみずみずしさと芳醇な香り。

【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・4週

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)、植物油脂(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・4週

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、植物油脂(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・4週

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、でん粉、純米酢、植物油脂(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 **248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**



# 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。香りが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**

### 7591 国産有機ブレンド茶 2週のみ

7種類の国産有機原料のオリジナルブレンド。香ばしく甘みがあり、飲みやすいです。無漂白ティーバッグ使用。  
【原材料】有機玄米・有機黒豆・有機大麦・有機ごぼう・有機白なた豆・有機柿の葉・有機桑の葉(国産)



翌々週

オーサワ 100g(5g×20包) **648円**

### 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**

### 7655 有機熟成三年番茶TB 2・4週

京都府宇治産有機茶葉100%。香ばしく風味が良い手軽なティーバッグ。茎8:葉2。1包でカップ1杯分。  
【原材料】有機茶(京都府)



翌々週

オーサワ 36g(1.8g×20包) **497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園から届く、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**

### 7721 オーサワの昆布茶 2週のみ

北海道日高産天然みつし昆布使用。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、アルミ袋に入っています。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。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 **562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** **得**

#### 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

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)

各8g×10 **410円**

7660 有機ほうじ茶水出しTB

【原材料】有機緑茶(鹿児島県産)

各8g×10 **410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上げた烏龍茶。

#### 7630 リーフタイプ

70g **950円**

#### 7634 ティーバッグ(1L用) 5g×12 **691円**



第3世界ショップ 翌々週

### 7719 アッサムブレンド紅茶 2週のみ

農薬不使用茶葉使用。しっかりとしたコクのあるブレンド紅茶。渋みが少なく、コクがある濃い味わいです。ミルクティーにしたいのがおすすめです。  
【原材料】紅茶(ケニア・インド産)



菱和園 翌々週 TB20袋 **410円**

### 7720 農薬を使わずに育てた紅茶TB 2週のみ

農薬不使用茶葉使用。フレッシュな香りと渋みを押さえたコクのある味。抽出液はきれいな濃いオレンジ色。均一で粒状の葉は紅茶を早くおいしく入れるために独特なCTC製法を採用。  
【原材料】紅茶(ケニア産)



翌々週

菱和園 44g(2.2g×20P) **356円**

### 7655 有機熟成三年番茶TB 2・4週

京都府宇治産有機茶葉100%。香ばしく風味が良い手軽なティーバッグ。茎8:葉2。1包でカップ1杯分。  
【原材料】有機茶(京都府)



翌々週

オーサワ 36g(1.8g×20包) **497円**

### 7668 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、黒糖、節運根粉末



マルシマ 翌々週 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、節運根粉末、砂糖(てんさい)



マルシマ 翌々週 15g×4 **362円**

### 7697 オーサワの三年番茶 2・4週

100g **594円**

### 7698 オーサワの三年番茶

500g **2,095円**

奈良県産農薬、肥料不使用茶葉100%。香ばしくまろやかな味わいです。茎50%、葉50%。1年以上育成した茎と葉を晩夏から冬にかけて収穫し丸ごと使用しました。薪火焙煎してあります。  
【原材料】茶(奈良産)



オーサワ 翌々週

# お茶・紅茶・コーヒー・ココア

## 7705 有機めぐり ルイボスブレンド

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)

2週のみ



翌々週  
大和 2g×12個 **734円**

## 7706 シナモン香る 有機りんごフル ティーブレンド

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)

2週のみ



【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

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)

2週のみ



【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**

## コーヒー・ココア・ラテ

### サンタ・フェリサコーヒー

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)

2週のみ



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

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)

2週のみ



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  
ジルのジョーン  
ネットさんの農  
園から直接日  
東コーヒーが買  
い入れている産  
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**

### 7742 ショットワンカフェ 有機メロウテイスト

有機コー  
ヒー豆使  
用。中浅煎  
り、中細挽  
き。カップ  
にセットし  
手軽にド  
リップ。コ  
クのある酸  
味と甘い  
風味です。  
【原材料】有機コー  
ヒー豆(グア  
テマラ、コ  
ロンビア、  
他)



麻布タカノ  
120g(8g×15袋)  
翌々週 **1,620円**

### 7766 ドリップ有機 珈琲オリジナル ブレンド

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  
60g(10g×6) **540円**

### 7782 ショットワンカフェ 有機イタリアーノ

1杯ずつの飲  
みきりタイ  
プ。有機栽  
培で育ま  
れたグア  
テマラコ  
ヒーをイ  
タリアン  
ロースト  
(深煎り)  
に焙煎し  
た、苦味  
の中にも  
まろやか  
な旨味と  
コクを合  
わせ持つ  
プレミアム  
コーヒー  
です。  
【原材料】  
有機コー  
ヒー豆(グ  
アテマラ  
産)



麻布タカノ 翌々週  
7g×8袋 **864円**

### OGカフェグラッセ

有機コー  
ヒー豆使  
用。炭火  
でじっくり  
焙煎して  
います。柔  
らかな苦  
みと深い  
味わいの  
ストレート  
タイプ。  
香料・乳  
化剤不使  
用。



7757 無糖  
【原材料】有機コー  
ヒー (コロン  
ビア、ペル  
ー、インド  
ネシア)

7762 微糖  
【原材料】有機コー  
ヒー (コロン  
ビア、ペル  
ー)、有機砂  
糖

麻布タカノ 翌々週  
各1L **648円**

### 7770 ペルーリキッド コーヒー無糖

フェアトレード  
で購入したアラ  
ビカ種を100%  
使用しており、  
豊かな香りとコ  
ク、バランスの  
とれた味わい  
が特徴です。  
【原材料】コー  
ヒー豆(ペル  
ー)



ATJ 1L **821円**

### 7775 黒糖ココア スティック

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

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

有機栽培の力  
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】力  
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 **2,052円**

**7803 TB黒炒り玄米** 3g×20 **1,134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、お好みでしょうがなどを加えても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 **2,160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 **2,268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と味にまる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**

## 道長のアロエ

**0651 アロエ美人** **2週のみ**

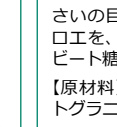
新鮮なアロエベラを、皮をむいて使いきりサイズにしました。短冊切りにしてわさび醤油で。レモンのしぼり汁をかけてもおいしい。お酒のあとに召し上げられ。悪酔い解消！  
【原材料】アロエベラ



道長 **冷蔵** 100g **386円**

**0652 ヨーグルトのともだち** **2週のみ**

さいの目に切った新鮮なアロエを、北海道産ビート糖でシロップ漬け。アロエ成分をしっかりとじ込めました。  
【原材料】アロエベラ、ビートグラニュー糖



道長 **冷蔵** 150g **422円**

**0653 ヨーグルトのともレモン** **2週のみ**

さいの目に切った新鮮なアロエを、レモンと北海道産ビート糖でシロップ漬け。  
【原材料】アロエベラ、ビートグラニュー糖、レモン



道長 **冷蔵** 150g **442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。ビワの葉エキス、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。



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。



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。



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、ベタイン、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ソープ

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ソープ。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。ぬり心地はサラッとした感触で、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**

### 8002 サンプロテクタークリーム 2・4週

微粒子チタンが紫外線を反射してシャットアウトする化粧下地クリームです。白浮きせず、少量でさらっとのびて肌を紫外線から守ります。

【原材料】水、シクロペンタシロキサン、酸化チタン、テトラエチルヘキサン酸ペンタエリスリチル、プロパンジオール、シリカ、PEG-12ジメチコン、ステアリン酸、水酸化Al、ツバキ油、フスエキス、スクワラン、ジステアルジモニウムヘクトライト、セスキソステアリン酸ソルビタン、リシノレイン酸グリセリル、メタリン酸Na、PEG-9ポリジメチルシロキシルエチルジメチコン、塩化Na、ヒアルロン酸Na、マグワ根皮エキス、グリチルリチン酸2K、ローズマリー葉エキス、キュウリ果実エキス、セージ葉エキス、ビルベリー葉エキス、アスコルビルグルコシド、エタノール



リマナチュラル 翌々週

30g **3,630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「塩歯みがき」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**

## 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)

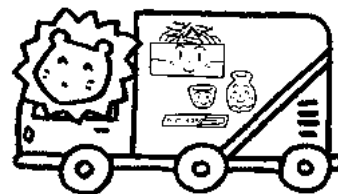
### 8083 詰替用400番(台所用) 2・4週

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。油汚れもスッキ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**

### 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**

### 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オススメ。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**

### 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 **506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 **386円**

8249 小 22cm×20m **213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「ぱっくろ」



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 **660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。専用芯材は別途買い求め



### 8343 ワンタッチペンギン芯なしスシングル 130m×6 **660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、軽い食事にも合います。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】ガルナッチャ 50%、シラー 20%、メルロー 20%、モナストレル10%

イエクラ 750ml **1,650円**



## 8513 白OGベッラ・ストーリア・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 750ml **1,650円**



## 8514 赤ラ・プラヤ

辛口。環境問題に熱心に取り組みつづいてワイン造りをしています。

【原材料】カベルネ・ソーヴィニオン92%、カベルネ・フラン8%(亜硫酸塩、アカシア)

アグリ 750ml **1,540円**



## 8515 白シャルドネ ラ・プラヤ

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みつづいて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**



## 8523 NVグリッロ白(オーガニック)

トロピカルフルーツやハーブのアロマが際立ち、フレッシュで旨辛口な味わい。

【原材料】グリッロ90%、カタラット10%、亜硫酸塩

ナターレヴェルガ(イタリア) 750ml **1,430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】マスカット・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%

イディル・ワイン 750ml **1,540円**



## 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%、コロンバル13%

イディル・ワイン 750ml **1,540円**



## 8524 マスカットベリーA赤(辛口)

桔梗ヶ原一帯の自社農園および契約農園で収穫される良質のマスカットベリーAを醸造した国産ぶどう100%の赤ワインです。毎年秋のぶどうの収穫、醸造後、いち早く瓶に詰め、出荷するその年一番の新酒です。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)

井筒ワイン 720ml **1,645円**



## 8525 アッサンブラージュ

マスカットベリーAの甘い風味が出し過ぎないように、メルローの奥行きのある味わいで包み込む絶妙なバランスを、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ような香り、フルーティーで爽やかなワイン。

【原材料】ぶどう(長野県産)

井筒ワイン 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)

井筒ワイン 720ml **1,645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、ジュシーな味わい。

【原材料】コロンバーム(ウェスタンケープ)

ステラーワイナリー 750ml **1,650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。ストロベリーを想わせる甘い香りと、さわやかな酸味が特徴。

【原材料】ぶどう(日本産)

はこだてワイン 720ml **1,430円**



## 8556 赤カスターニョ・モナストレル・OG

ブ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

ポ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

ポデガスカスターニョ (スペイン) 750ml **1,430円**



## 8567 ガスコニューブラン白

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】グロ・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・ブリュモン(フランス) 750ml **1,650円**



## 8517 琉球レモンサワー

沖縄県産シークワーサー、地酒泡盛、沖縄県産きび蜜を使用し県産素材100%にこだわった自然派サワーです。シークワーサーとは沖縄の方言で、和名ではヒラミレモンといい、レモンと同じミカン属の柑橘類です。シークワーサー本来の香りと旨味をストレートに楽しめます。

【原材料】泡盛、きび蜜、シークワーサー果汁/炭酸

南都酒造 350ml×2 **520円**



## 8551 有機農法ビール

世界初のオーガニック缶ビール。無農薬栽培の有機原料を使用。ドイツの無農薬大麦とニュージーランドの無農薬ホップから造られた、環境にも体にも優しいビールです。マスカットを思わせるほのかな香りと、ふくよかでバランスのよい苦味を是非ご堪能ください。

【原材料】有機麦芽、有機ホップ

日本ビール 350ml×2 **743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

日本ビール 350ml×2 **314円**



6本セットもあります



# 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



## 秋川牧園の簡単調理惣菜

NEW  
2週のみ 凍

自宅で揚げたてコロッケを

### 1598 コロッケ

秋川牧園の鶏ひき肉と国産のじゃがいもを使用。まるごと蒸しあげた、ほっくりなめらかなじゃがいもと、甘辛く炒めた鶏ひき肉・玉ねぎを合わせ、シンプルな香辛料で素材の味を引き出しました。

5個入り **556円**



揚げて下さい



フライパン調理

お好みの野菜と炒めるだけ

**1599 野菜を加えてガーリックチキン**  
秋川牧園の若鶏のもも肉にガーリックと粗挽きのブラックペッパーが効いた醤油ベースの自家製たれを合わせました。解凍後お好みの野菜と炒めるだけでメインディッシュができます。

175g **570円**

## 冷凍の野菜とフルーツ

凍 翌々 不定期!

### 0344 国産OGダイスカットミックスベジタブル

国産のたまねぎ、人参、ズッキーニを1cm角にカットしました。野菜スープやチャーハンの具に。

180g **394円**

### 0345 国産OG乱切り北海道産栗かぼちゃ

自然の恵みで育てた栗かぼちゃを冷凍しているため、うまみがギュッと詰まっています。

240g **540円**

### 0465 OGダイスカットいちご入りミックスベリー

希少な品種の有機ワイルドブルーベリーと甘く香りが強い有機ストロベリー（ダイスカット）、深みのある味わいの有機ラズベリーをミックス。

150g **515円**

### 0464 OGダイスカットストロベリー

アンデス高原で育った有機いちごを収穫後、選別、カットして、バラ凍結しました。

楽天農業 150g **454円⇒445円 得**



## 甘さ控えめ らっきょう

NEW

### 3706 らっきょう(甘酢) 2週のみ 翌々

九州産らっきょうを使用。甘さ控えめで歯ごたえがよい「らっきょう」です。調味料には純米酢。甘味料には麦芽水飴・三河みりんを使用。

オーサワ 80g **518円**



## おいしい海の幸

凍 翌々 不定期!

### 2310 三陸産 生芽かぶとろろ

新鮮な三陸わかめの「芽かぶ」と呼ばれる根の部分を、ボイル後を刻みました。とろろのような粘りけがあります。

三陸水産 100g **469円**



### 2311 辛子明太子切り

ピリッとした辛さとまろやかでコクのある旨味。良質の原材料を厳選し、化学調味料や保存料、着色料などの添加物を使用せずに、おいしく仕上げました。

西昆 120g **1,231円⇒1,207円 得**



### 2312 真ほっけ天日干し

肉厚の真ホッケを開きにして、相模湾からの潮風と太陽の恵みでしっかりと干し上げ旨味を凝縮しました。ふっくらと干し上がった身は、プリッとした食感。

島源商店 1枚 **680円**



### 2313 金目鯛天日干し(小)

プリプリの白身がとても魅力的な宮城県産金目鯛。伊東の潮風と太陽の恵みで干し上げました。皮目も美味しい。

島源商店 1枚 **691円**

### 2306 天然紅鮭 2週のみ 翌々

天然紅鮭を、ミネラル豊富な宗谷の塩のみで仕上げました。紅鮭でいてねいに山漬けし、熟成することで旨味を閉じ込めてから蒸し上げ、「手ぐし」して瓶に詰めました。

マルシマ 50g **518円⇒508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。

4個入 **859円**



### 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 4個入 **859円⇒842円 得**



毎年人気です! この時期には欠かせない!

## 豊かな香りのコーヒー

### 7770 ペルーリキッドコーヒー無糖 2・4週

フェアトレードで購入したアラビカ種を100%使用しており、豊かな香りとコク、バランスのとれた味わいが特徴です。

ATJ 1L **821円⇒805円 得**



## サンペレグリノ 2・4週 NEW

## ノンアルコール スパークリング

太陽の恵みをいっぱいを受けたイタリアを代表する天然由来の原材料で作られています。地中海の太陽の下で完熟したフルーツのプレミアムドリンクです。

### サンペレグリノ

### 6800 アランチャータロッサ

オレンジ界のプリンス「ブラッドオレンジ」が原料。その色も味わいも本物の果汁由来です。

330ml×2本 **527円⇒517円 得**

2本セット!

### 6801 ポンペルモ

地中海の太陽を浴びて熟した果実を使用したグレープフルーツフレーバーのドリンクです。

### 6802 リモナータ

シチリアの夏の太陽をぎゅっと閉じ込めた、天然由来のイタリア産本格レモンドリンクです。

サンペレグリノ 各330ml×2本 **527円**

