

2019年12月①回目注文書

配布：11月③回目（11/19(火)～21(木)）
 回収：11月④回目（11/26(火)～28(木)）
 配送：12月①回目（12/3(火)～5(木)）

コース（火・水・木）

番号（ ）
 氏 名
 （ / ）様

今週のお米（新米！）

番号	品名	価格	数	
0629	コシヒカリ 井上正雄 有機JAS	3kg	2,793	
0601		5kg	3,433	
0602		10kg	6,650	
0603		15kg	9,750	
0604	五分	5kg	3,535	
0605		10kg	6,853	
0606		15kg	10,057	
0607	白米	5kg	3,535	
0608		10kg	6,853	
0609		15kg	10,057	
0630		5kg	2,537	
0631	コシヒカリ 井上正弘 （除1）	10kg	4,945	
0632		15kg	7,482	
0633		5kg	2,638	
0634	五分	10kg	5,148	
0635		15kg	7,787	
0636	白米	5kg	2,638	
0637		10kg	5,148	
0638		15kg	7,787	
0661	采山菜 （除1）	棚田もち米・白米（天日干し）	3合（450g）	580
0862		お赤飯セット	330g（豆30g、米2合）	530
0863		黒豆ごはんセット		530

野菜セット（高知県）

野菜セットの内容は季節のとおきをおきをご参照ください。

番号	品名	価格	数
0510	直送・四万十野菜セット 8品目	1,363 +送料	
ご希望の日になにに○をつけてください。 着日・時間指定 12/3（火）・5（木） 時頃			

果物

番号	品名	価格	数
0403	温州みかん	1kg	371
0404		2kg	675
0460	温州みかん	1kg	371
0461		2kg	675

新共同購入品

4032	大粒黒豆きなこ	100g	478
8206	お風呂洗剤スポンジ	1個	422
5701	ヴェリタスプロイ（ノンアルコールビール）	1本	130

高知のいいものいろいろ 夢産地とさやま開発公社

4513	土佐山野菜 緑のピクルス（四方竹）	190g	816
4514	土佐山野菜 生姜の醤油漬	100g	816
4515	土佐山野菜 ダイオウ・ピクルス	200g	919
5218	土佐山果実 ゆずマーマレード	140g	714
5219	土佐山果実 小夏マーマレード	140g	714
3015	土佐山果実 山育ち柚子果汁	300ml	1,225

宇佐もん工房はP5に掲載 あおぞら蒼空舎の入浴剤

8220	お試しセット	3P	235
8201	よもぎ湯	10P	695
8221	びわ湯	10P	695
8222	どくだみ湯	10P	695

司牡丹酒造の純米酒

5932	永田農法 純米酒	720ml	1,311
------	----------	-------	-------

クリスマス特集

0960	シトールン	1個	1,369
------	-------	----	-------

高知こどもの図書館

9365	2020年 オリジナルカレンダー	1冊	1,000
------	------------------	----	-------

かざぐるまの農産加工品

8021	びわの葉エキス	55cc	818
8029	どくだみ水詰替	100cc	952
8043	どくだみローション詰替	100cc	952
0859	だかのつめ	10g	132
0857	ローリエ	20枚	132
0889	梅干（赤じそ漬）	約150g	344
0892	梅酢（赤じそ）	300cc	596
0898	梅酢（赤じそ）	500cc	993
0894	梅酢（赤じそ）	720cc	1,325
0858	紅ショウガ	100g	265

野菜単品（高知県）

0101	ミニ白菜	1玉	265
0102	大根	1本	212
0103	人参	300g	212
0104	ねぎ	120g	199
0105	葉にんにく	130g	199
0106	ほうれん草	150g	212
0107	小松菜	150g	205
0108	水菜	130g	199
0109	レタス	1玉	252
0110	サニーレタス	1個	212
0111	田芋	300g	265
0112	生姜	100g	199
0113	じゃがいも	400g	238
0114	金時人参	200g	265
0115	菊菜	120g	205

0201	玉ねぎ	850g	397
0202	玉ねぎ（小玉ちゃん）	400g前後	238
0203	ニンニク（バラ）	60g	212
0204	新生姜	150g	274
0205	新生姜（お徳用）	450g	699
0206	サトイモ	500g前後	408

0850	乾燥パスタセット（ミニトマトと玉葱）	2人前	530
0851	乾燥パスタセット（ナスと玉葱）	2人前	530
0871	野菜たっぷり乾燥みそ汁の具	10g	397

0240	新生姜	100g	229
0241	生姜	100g	229
0242	さつまいも	500g	286
0243	里芋	500g	358
0244	万次郎かぼちゃ	250g	215
0245	葉にんにく	200g	215
0246	ゆず	1個	100

0230	さつまいも	1kg	503
0231		500g	252
0402	ゆず	3個	265

0280	ニラ	100g	170
0220	ぎんなん	200g	265
0250	原木しいたけ	170g	265

野菜単品（県外）

0305	山芋（つくね芋）	500g	444	P5
0303	れんこん	500g	488	

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。 欄

紅ショウガ：生姜（農薬不使用）、梅酢

農産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 1001 もめん豆腐 1丁, 1030 もめん豆腐 半丁, 1002 絹ごし豆腐 1丁, etc.

FBもろこし畑うらごしに、牛乳と塩こしょう、お好みでチキンブイヨンを加えて温めれば、簡単コンソースープの出来上がり！自然の甘みでとてもおいしいです！

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 1310 スープブレンドビーン, 1509 切り板麩, 1507 横山のカルシウム麩, etc.

卵・牛乳と乳製品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 1701 奥田さんの平飼卵 10個, 1702 奥田さんの平飼卵 6個.

山地酪農牛乳：お便り「土といのちの今月のおすすめ」ページに載っています。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 1801 山地酪農牛乳 1L, 1802 牛の道(ヴァーズ)牛乳 500ml, 1820 生クリーム 200ml.

木次乳業の乳製品

発注の都合により、ご注文は木曜日締め切り(厳守)です。また仕入れ都合によりミルクコーヒー、カフェオーレは木曜日会員さんは賞味期限が配送日より3日ほどの品のお届けとなります。ご了承ください。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 1838 木次ミルクのプリン 80g, 1814 プレーヨーグルト 400g, 1815 きすきヨーグルト 90g, etc.

木次乳業の乳製品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 1806 ミルクコーヒー 200ml, 1807 // 500ml, 1808 // 1L, etc.

海産物と海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2220 ツナフレークオイル無添加 70g×3, 2221 // // 油漬 70g×3.

ツナフレーク油漬：乾燥野菜(キャベツ、たまねぎ、にんじん)から煮だした自家製スープで煮つけ、米油でさっぱりと仕上げました。

桂フーズの海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2251 煮干し 160g, 2204 冷蔵 南蛮漬けアジ 約70g, etc.

土佐蒲鉾の練り製品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2282 とことん 鱧入り蒲鉾 100g, 2283 とことん 鱧入り角天 50g×2, etc.

鯉節・削り節・海草

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2330 棒寒天 2本, 2301 鳴門塩わかめ(生) 凍 200g, etc.

奥田養鶏場の親鶏肉(冷凍)

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2401 親かしわミンチ 300g, 2402 おくだの親かしわ(半羽分) 300~400g.

秋川牧園の鶏肉(冷凍)

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2430 モモ肉 300g, 2431 モモ肉切り身バラ凍結 500g, etc.

和歌山ポークTONTONの豚肉(凍)・ハム類(蔵)

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 2521 ブロック 300g, 2522 ロース カット 300g, etc.

調味料・油

番号	品名	価格	数
2904	完全天日塩 山塩小僧 240g	900	
2902	〃 あまみ 500g	1,623	
2901	〃 土佐の塩丸 200g	728	
2905	〃 美味海 230g	664	
2907	天塩 1kg	392	
2909	昆布塩 100g	524	
3001	小京都有機純米酢 500ml	428	
3022	紅玉梅酢 200ml	543	
3023	有機バルサミコ酢(赤) 250ml	983	
3020	OGレモン果汁 180ml	522	
3101	丸大豆醤油濃口大 1.8L	1,914	
3102	丸大豆醤油濃口小 900ml	1,130	
3104	丸大豆醤油淡口小 900ml	1,130	
3105	純正醤油濃口大 1.8L	1,747	
3106	純正醤油淡口大 1.8L	1,747	
3107	純正醤油淡口小 900ml	946	
3110	木桶造りしょうゆ 1L	1,157	
3212	海の精 国産有機豆味噌 1kg	1,582	
3201	海の精有機玄米みそ 1kg	1,542	
3209	海の精有機麦みそ 1kg	1,444	
3202	有機中辛みそ 750g	789	
3203	中辛みそ 750g	568	
3207	白みそ(やさか) 500g	458	
3301	純なたね油(坂本) 1.650g	1,652	
3302	なたね白絞油(坂本) 1.650g	1,652	
3305	なたねサラダ油缶 1.400g	1,267	
3306	油 純ごま油 660g	1,703	
3308	太白胡麻油 450g	1,124	
3309	胡麻らー油 30g	401	
3313	グレープシードオイル 460g	1,105	
3401	粗糖 1kg	345	
3403	洗双糖 1kg	345	
3402	洗双糖 5kg	1,602	
3406	有機メープルシロップ 250ml	1,153	
5971	本みりん 500ml	1,004	
5973	純米料理酒 福来純 720ml	869	
3601	醤油エキス 1.8L	1,893	
3602	醤油エキス 900ml	1,004	
3684	OGスイートチリソース 240g	518	
3646	コチュジャン 85g	476	
3608	特別栽培紅玉ねり梅 チューブ 100g	651	
3606	土佐ポン酢醤油 500ml	588	
3622	ウスターソース 300ml	474	
3623	中濃ソース 300ml	461	
3626	濃厚ソース 300ml	474	
3636	減塩トマトケチャップ 380g	461	
3661	焼き肉のたれ 300ml	474	
3688	OGホールトマト 400g	289	
3652	豆乳マヨ 300g	667	
3653	豆乳タルタルソース 100g	396	

便利だし

番号	品名	価格	数
3530	煮干しパック 20p	464	
3531	味だしパック 20p	498	
3561	プレミアムだし名人(煮干し味) 10p	531	
3555	中華だし 8p	380	
3558	野菜ブイヨン 8p	360	

ルー

3717	オーサワシチュールー 120g	421	
------	-----------------	-----	--

～の素・香辛料

3807	オーサワ麻婆豆腐の素 180g	351	
3810	ごぼうご飯の素 2合用	380	
3811	きのご飯の素 2合用	370	
3812	五目ごはんの素 2合用	365	
3824	キムチの素 85g	405	
3904	OG粒マスタード 90g	477	

粉類

4006	愛媛県産 中力粉 1kg	342	
4031	片栗粉 200g	230	
4034	国産吉野本葛 150g	909	
4045	こだわりのベーキングパウダー 10g×4	451	
4023	地粉パン粉 150g	403	

生麺

4111	佐竹生ラーメン 2食	172	
4134	佐竹生パスタ 2食	157	

乾麺・パスタ

4202	吉野葛うどん 200g	379	
4203	吉野葛そうめん 250g	432	
4210	玄米ビーフン 120g	421	
4235	ホ-リ 有機スパゲッティ 500g	294	
4240	別荘和有機マカロニ(太め) 250g	284	
4246	有機ペンネ 500g	342	

醤油エキス：炒めもの、めんつゆ、煮物、天つゆなど、これ一本でOK! 鰹節と昆布のだしの効いた万能調味料です。これからの季節にはおでん出しとしても使えます。

インスタント麺

4303	ベジ玄米ラーメンしお 1食	212	
4304	〃 ごまみそ 1食	226	
4305	〃 しょうゆ 1食	210	
4306	〃 みそ 1食	205	

おかず・ごはんのおとも

★4433	こだわりおでん(3種) 320g	402	
★4432	こだわりおでん(5種) 370g	512	
4570	天日干したくあん 100g	400	
4580	福神漬 120g	370	
4507	しょうが紅梅漬 100g	478	
4511	黒胡麻塩 110g	306	
4512	鉄火みそ(ふりかけ) 70g	881	
4590	ふりかけ名人鰹味 25g	364	

レトルト・餅・汁物

番号	品名	価格	数
4607	ベジキーマカレー 1食	325	
4660	秋川 本格チキンカレー 1食	473	
4630	有機玄米粥 200g	213	
4702	有機活性発芽玄米餅 6個	495	
4802	有機立科みそ汁 1食	189	
4803	沖縄産もずくスープ 1食	165	
4805	八穀ポタージュ 5食	821	

秋川牧園の冷凍総菜(●印は加熱済み)

●5065	サラダチキン 100g	365	
●5020	やきとりセット(醤油味) 6本	664	
●5061	お弁当用つくね串 6本	429	
●5060	鶏つくね 200g	347	
●5035	若鶏焼きつくね 180g	399	
●5021	鳥天 200g	449	
●5026	チキンナゲット 200g	409	
●5058	やさしい入キッズナゲット 150g	369	
●5042	甘酢のやわらかチキン南蛮 150g	378	
●5049	こだわりのからあげ 150g	383	
●5050	チキンソースカツ 150g	429	
●5063	こだわりのチキンカツ 150g	405	
●5066	黒豚メンチカツ 120g	379	
●5057	鶏レバー甘辛焼き 120g	387	
●5059	チーズササミロール 180g	522	
●5037	とりがらスープ 50g×5	414	
5041	こだわり卵を使った親子丼の具 1食	383	
5034	チキンカツ(和風にんにくしょうゆ風味) 200g	464	
5056	若鶏塩麹漬 150g	337	
5069	焼くだけ!骨付きタンダリーチキン 500g	657	
5064	フライパンで簡単チキンバー 200g	458	
5067	炒めて簡単!黒豚しょうが焼き 120g	453	
5068	炒めて簡単!黒豚みそ炒め用 140g	495	

緑茶・紅茶・ハーブティ

5386	有機麦茶・TB 52p	432	
5301	天空四万十 煎茶 100g	1,060	
5302	〃 釜炒茶 100g	1,060	
5303	〃 玉緑茶 100g	1,060	
5304	〃 玉緑茶の粉茶 100g	1,272	
5305	〃 煎茶の粉茶 100g	1,272	
5354	西製茶 ほろじ番茶 150g	399	
5450	西製茶 べにふうき紅茶リーフ 50g	582	
5451	西製茶 べにふうき紅茶TB 15p	582	
5408	有機アールグレイティTB 25p	531	
5422	有機ルイボス茶TB 50p	1,880	

はなればなれ珈琲・コーヒー・コーヒーフィルター

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists coffee products like 5551 深煎 訳あり廉価コーヒー 808, 5553 中煎 訳あり廉価コーヒー 808, etc.

ジュース・清涼飲料・炭酸飲料

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists juice products like 5611 国産有機トマトジュース無塩缶 1本 175, 5624 国産有機野菜ジュース(無塩)紙 1本 175, etc.

おもしろい飲み物・水

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists drinks like 5801 健康青汁 菜食健美 90ml 167, 5803 黒麹もろみ酢 720ml 2,006, etc.

麦焼酎

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists sake products like 5930 むぎ焼酎 吉岐 900ml 1,013, 5931 むぎ焼酎 吉岐スーパーゴールド 720ml 1,321.

EUオーガニック認証フランスワイン

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists wine products like 5995 アトゥラブラン(白) 750ml 1,741, 5996 アトゥラルージュ(赤) 750ml 1,741.

ドライフルーツ・ナッツ

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists dried fruit products like 6102 ドライブルーベリー 50g 804, 6107 有機干しあんず 85g 753, etc.

お菓子

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists sweets like 6601 玄米ほんせん 8枚 346, 6722 有機ふどう使用ゼリー 60g 130, etc.

機能的食品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists functional foods like 7001 ホ-ワ 梅のエキス 50g 2,589, 7011 青みかんパウダー 30g 1,338.

台所・掃除用 石鹸・洗剤

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists cleaning products like 7404 八坂台所用固型石鹸 280g 237, 7402 N400番台所用 詰替 900ml 708, etc.

洗濯用石鹸・洗剤、リンス・漂白剤

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists laundry products like 7505 プレーン 3kg 1,037, 7506 レモン香料 2kg 761, etc.

洗顔・浴用・手洗い・歯磨き

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists hygiene products like 7702 化粧せっけん 3個 293, 7703 Nクリームソープ 無香 1個 141, etc.

シャンプー・リンス

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists hair care products like 7902 Nシャンプー詰替 500ml 708, 7904 Nリンス詰替 500ml 708, etc.

基礎化粧品類

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists cosmetics like 8010 ローズウォーター 容器 200ml 2,025, 8011 ローズウォーター 詰替 500ml 4,049, etc.

日用雑貨・衛生用品など

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists household items like 8220 入浴剤お試しセット 3P 235, 8201 よもぎ湯 10P 695 P1, etc.

DOG'S LIFE 愛犬・愛猫のためのおやつ

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists dog and cat treats like 7101 鹿肉ふりかけ 30g 639, 7102 宗田節ふわりわ割り 15g 280, etc.

DOG'S LIFE : 高知産天然生鹿肉、新鮮な魚の燻製、焼きかつおなど、低カロリーでタンパク質をしっかりと含んだフードです。

ソルトで歯みがき：お便り「土といのちの今月のおすすめ」ページに載っています。

このページは翌々週(12月②回目 12/10~12)以降配送品を掲載しています。配送日をご確認の上ご注文ください。

野菜

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 山芋 (つくね芋) and れんこん.

果物

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Item: バナナ (約500g).

高知のいいもの

宇佐もん工房

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 獲れたてサバの醤油漬け丼, うるめいわしぶっかけ漬け丼, etc.

年末年始のごちそう食材

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 豚ロースブロック, 冠地鶏丸体, etc.

天竺舎の農産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 梅干し, 秋ウコン, etc.

さんかく広場のクッキー

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include ナッツマカロン, こころクッキー, etc.

ナッツマカロン、こころシリーズはマーガリン使用

納豆・乾燥豆・乾燥野菜・海苔

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include もみじ納豆, 大豆, etc.

事務局員 さん おすすめ! 会の調味料と、乾しいたけを使って万能たれを作ってみませんか?

《材料》醤油、みりん各300cc、乾しいたけ大3、煮干しつかみ、昆布10cm各2枚、鰹節一つかみ(森田鰹節店の 和だし(味だし削り)がオススメ)



Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 乾燥きくらげ, 干しぜんまい, etc.

下郷農協の乳製品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include プレーンヨーグルト, ヨーグルト加糖, etc.

土佐佐賀産直出荷組合：黒潮町(冷凍) (●印は加熱済み)

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 土佐の薫焼き天然ぶりタタキ, etc.

太刀魚、カツオ、れんご鯛、キハダマグロ、イワシ類など季節の旬の魚が入ったセットです。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 土佐の魚色々セット, 天然ぶり切身, etc.

このページは翌々週(12月②回目 12/10~12)以降配送品を掲載しています。配送日をご確認の上ご注文ください。

下郷農協の鶏肉(冷凍)

番号	品名	価格	数
2420	モモミ(モモ肉) 300g	1,103	
2421	手羽身(ムネ肉) 300g	744	
2411	モモ手羽切り身 300g	917	おおい た冠地 どり
2412	ささみ 200g	638	
2413	手羽先 300g	903	
2414	手羽元 300g	877	
2415	ミンチ 300g	917	
2416	ぶつ切り 300g	598	
2424	ガラ 2羽分	200	
2440	モモチハスライス (モモムネ肉スライス) 300g	517	
2441	モモミ(モモ肉) 300g	554	
2442	テハミ(ムネ肉) 300g	386	
2443	ミンチ 300g	557	

下郷農協の豚肉(冷凍)

番号	品名	価格	数
2501	ヒレ・ブロック 400g	2,127	黒豚 肉
2502	バラ・ブロック 400g	1,807	
2504	トンカツ用2枚 200g	1,169	
2505	一口カツ用 200g	1,037	
2506	モモ・焼き肉用 200g	677	
2507	ロース・スライス 200g	1,169	
2509	バラ・スライス 200g	997	
2508	モモ・スライス 200g	677	
2550	スペアリブ 300g	812	白豚 肉
2511	ミンチ 100g×3	664	
2510	こま切れ 100g×3	710	

下郷農協の牛肉(冷凍)・ハム・ソーセージ類

番号	品名	価格	数
2640	ローススライス 200g	2,644	牛 肉
2641	モモスライス 200g	1,887	
2642	肩スライス 200g	1,820	
2643	カルビー 200g	2,525	
2644	カレー・シチュー用 200g	1,261	
2645	ミンチ 100g×3	1,887	
2646	こま切れ 100g×3	1,887	
2647	牛豚合挽ミンチ 100g×3	1,034	
2720	スモークハム ・ブロック 約150g	558/ 100g	白豚 肉使 用
2721	ベーコンスライス 約150g	717/ 100g	
2722	焼き豚 約150g	651/100g	
2723	ポークウインナー 150g	638	
2724	地鶏フランク 200g	426	

麺・調味料・粉

3214	米こうじ 2kg	2,498
3215	米こうじ 500g	653
3220	手前味噌セット米 4.5kg	3,721
3221	味噌分 麦	2,750
3240	麦みそ 1kg	645
3655	フレッシュバジル ソース 95g	971
4033	きな粉(大分県産) 100g	352
4061	もち米粉 500g	712
4099	下郷の強力粉 500g	712

冷凍麺・乾麺

4140	耶馬溪冷凍うどん 2食	464
4260	耶馬溪乾餛飩(うどん) 250g	426
4261	耶馬溪素麺(そうめん) 250g	426

ご飯のおとも

4505	らっきょう漬(下郷) 200g	557
4508	梅干し(下郷) 200g	426

下郷農協の冷凍惣菜

番号	品名	価格	数
5010	黒豚ぎょうざ 12個	411	
5011	ビーフコロッケ 3個	426	
5012	ハンバーグ 100g×2	517	
5013	ミニハンバーグ 15個	651	
5005	チキンボール 300g	638	
5006	地鶏のうま煮 300g	544	
5007	味付け豚ホルモン 500g	997	
5008	黒豚モモ味噌漬 200g	717	

下郷農協のジャム

5240	いちごジャム 200g	451
------	-------------	-----

お茶・あまざけ

5312	玄米茶 200g	664
5322	麦茶 400g	420
5324	ハト麦茶 粒 300g	517
5325	ハト麦茶 TB 20p	699
5860	合鴨米のあまざけ 900ml	1,037

合鴨米のあまざけ

お便り「土といのちの今月のおすすめ」ページに載っています。

6499	黒豆きなこあられ 8g×15	785
6575	おからクッキー 230g	491
6576	ぶちおからクッキー 150g	399

天竺舎の粉類・古代米・精麦(12月②回目配送)

0803	米粉(玄米) 250g	278
0806	黒米粉 250g	331
0807	赤米粉 250g	331
0820	赤黒ミックス粉 250g	331
0821	強力小麦粉全粒粉 600g	391
0822	強力小麦粉 600g	391
0823	中力小麦全粒粉 600g	391
0824	中力小麦粉 600g	391
0805	古代米 200g	331
0802	精麦(5分づき) 500g	331

精麦は白米に混ぜて炊けますが、8割ほど下煮してから炊き込むと食べやすくなります。

★特注品記入欄★

以前あった品で取り寄せて欲しいもの、今週掲載されていないが仕入れ先にあるとわかっているものなど、品名・製造元など詳しい情報をご記入ください。※ただし、発注の都合上お時間をいただくことがあります。

《リバーライト 9324》

会員価格:チラシ本体価格(税込)の11%引き
ただし交換部品はチラシ価格(税込)
※12月③回目のお届けとなります。

コース(火・水・木) No()
氏名(/)様

品名・製造元など	注文数

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考