

# 2019年4月②回目注文書

配布：3月④回目（3/26～(火)～28(木)）  
 回収：4月①回目（4/2(火)～4(木)）  
 配送：4月②回目（4/9(火)～11(木)）

コース（火・水・木）  
 番号（ ）  
 氏 名  
 （ / ）様

## 野菜セット（高知県）

野菜セットの内容は季節のと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	1,329 +送料	
ご希望の日になにに〇をつけてください。 着日・時間指定 4/9（火）・11（木） 時頃			

## 野菜単品（高知県）

井上正雄	0101	はぶ茶	130g	350
	0102	サニーレタス	1個	187
	0103	レタス	1個	237
	0104	キャベツ	1個	258
	0105	たまねぎ B品	1kg	258
	0106	にんにく	2~3玉	361
	0107	絹さや	50g	206
	0108	小松菜	150g	206
	0109	ほうれん草	150g	217
	0110	にら	100g	181
	0111	えんどう豆（さや付き）	500g	516
	0112	人参	300g	206
わたなべ農園	0201	さつまいも	400g	258
	0202	人参	400g前後	206
	0203	囲い生姜	150g	267
	0204	囲い生姜（お徳用）	300g	427
とさやま	0240	生姜	100g	223
	0241	のらぼう菜	200g	167
	0242	ねぎ	100g	139
山楽	0288	野菜たっぷり乾燥み そ汁の具（4~5杯分）	約 10g	387
かざぐるま	0261	サニーレタス	80g	129
	0870	ゆで筍 1/2~1個	103/100g	
島岡	0280	ニラ	100g	170

## 果物

井上正弘	0401	徳用文旦	2kg	516
	0402	徳用ネーブル	2kg	516
	0403	小夏	1.2kg	548
	0404	甘夏	1.7kg	548
	0405	グレープフルーツ	1.7kg	548
井上清澄	0476	文旦	1.7kg	774
	0477	福原オレンジ	1.7kg	774
	0478	セミノール	1.7kg	774

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。  欄

## 新共同購入品

3684	オーガニックスイートチリソース	240g	509
3646	オーサワのコチュジャン	85g	467
6112	オーサワのクコの実	40g	501
4570	天日干したくあん	100g	392
1838	木次のミルクプリン	80g	139
1542	干しぜんまい	50g	1,201
1351	みとり豆	300g	721

## 高知のいいものいろいろ 宇佐もん工房はP5、土佐蒲鉾はP2に掲載 dog's&cat's life

番号	品名	価格	数
7101	鹿肉ふりかけ 30g	615	
7102	宗田筋ふわわ削り 15g	269	
7103	犬・猫用 宗田筋ふりかけ 30g	211	
7104	ぎびなごの煮干し 50g	250	
7105	宗田筋チップス 30g	404	
7106	スモークかつお 100g	519	
7107	焼きかつお（スティック） 1本	288	
7108	鹿肉ジャーキー 30g	615	
7109	さめ燻製 30g	519	
7120	小うるめいわし 10本（40g）	519	
7121	犬用 ぶり燻製 30g	519	
7122	かつおジャーキー 30g	519	
7123	野菜クッキー 30g	308	
7124	米粉クッキー 30g	308	
7125	おからクッキー（宗田筋入り） 40g	308	

## あおぞら蒼空舎の入浴剤

8220	お試しセット 3P	230	
8201	よもぎ湯 10P	679	
8221	びわ湯 10P	679	
8222	どくだみ湯 10P	679	

## 無手無冠の純米酒

5998	純米生原酒 720ml	1,430	
------	-------------	-------	--

## 司牡丹酒造の純米酒

5932	永田農法 純米酒 720ml	1,260	
------	----------------	-------	--

◆八坂石鹸セールはP4をご覧ください。

## 自然素材の防虫剤

8710	森の香りクローゼット用 2本	689	
8711	クローゼット用 6本	1,968	
8712	タンス用 4包	492	
8713	タンス用 25包	2,952	
8727	虫さんバイバイシート 1枚（1m×2m）	1,482	

## かざぐるまの農産加工品

0884	びわの葉エキス詰替え 100cc	930	
0865	どくだみ水詰替用 100cc	930	
0866	どくだみローション詰替用 100cc	930	
0857	ローリエ 20枚	129	
0859	たかのつめ 10g	129	
0889	梅干（赤じそ漬け） 150g	323	
0890	梅干（青じそ漬け） 150g	323	
0892	梅酢（赤じそ） 300cc	516	
0894	梅酢（赤じそ） 720cc	1,161	

## 今週のお米

番号	品名	価格	数
0601	玄米	5kg	3,366
0602		10kg	6,519
0603		15kg	9,559
0604	五分	5kg	3,466
0605		10kg	6,719
0606		15kg	9,859
0607	白米	5kg	3,466
0608		10kg	6,719
0609		15kg	9,859
0630	玄米	5kg	2,487
0631		10kg	4,848
0632		15kg	7,335
0633	五分	5kg	2,587
0634		10kg	5,048
0635		15kg	7,635
0636	白米	5kg	2,587
0637		10kg	5,048
0638		15kg	7,635

## もち米は2017年度産

0680	溝刈も	玄米	1kg	680
0681		無(無)米	2kg	1,360
1385	キラリもち麦	500g	898	
1386	(除1)（香川県産）	1kg	1,635	

## パン（さくらベーカリー）

0975	グラハムトースト 1本	486	
0976	ブランブレッド 1本	486	
0929	窯焼き玄米パン（丸パン）	3個	270
0962	栗	1個	183
0961	抹茶	1個	183
0964	チョコくるみ	1個	183
0965	万次郎かぼちゃ	1斤	486
0966	玄米	1斤	486
0967	チョコ	1斤	486
0973	しおパン	2個	308
0974	しおパン（竹炭）	2個	308
0925	ぶどうパン 小2個	238	
0927	チョコミニクロワッサン	4個	249
0902	ペカンブレッド 1個	518	
0905	土佐酒粕パン 5枚	432	
0906	ハードトースト 5枚	346	
0928	ハードトースト サンド用 10枚	346	
0907	玄米トーストパン 1個	410	
0915	グリッシーニ 3本	250	
0917	クロワッサン 3個	540	
0922	クランベリーノア 1個	410	
0920	あんフランス 1個	205	

## パンのおとも

5201	ハイプラスマーガリン 180g	310	
5210	有機ストロベリージャム 210g	320	
5211	有機オレンジジャム 220g	541	

## メリージェーンファームのジャム

5220	ブルーベリージャム	230g	731
5221		480g	1,396

**農産加工品**

番号	品名	価格	数
1001	もめん豆腐 1丁 約450g	211	
1030	もめん豆腐 半丁 約225g	120	

豆の旨みがギュッと詰まった豆腐。保存は水を張った密閉容器に入れ、毎日水を替えると永く持ちます。ただし、お早めにお召し上がりください。

1002	絹ごし豆腐 1丁 約400g	198	
1003	厚揚げ 初月 1枚	112	
1004	油揚げ 初月 1枚	112	
1005	初月のおから 200g	60	
1006	鉄板焼き豆腐 2枚	356	
1020	とろりおぼろ豆腐 200g	262	
1007	ごまがんもどき 3個	303	
1008	ごま厚揚げ 90g×2	311	
1009	ごまうす揚 70g	285	
1010	ごま寿司揚 30g×3	289	
1011	味付け油揚 2枚	301	
1012	玉子豆腐 220g	365	
1022	胡麻豆腐 黒 100g	295	
1104	初月の豆乳 200ml	132	
1108	板こんにゃく 240g	178	
1110	糸こんにゃく 200g	178	
1201	国内産小豆の水煮 230g	236	
1202	有機大豆の水煮 230g	260	
1203	有機黒豆の水煮 230g	279	
1240	FBもろこし畑ホールカーネル 180g	221	
1241	FBもろこし畑うらごし 230g	206	
1413	国内産ねりごま 黒 60g	884	休
1414	〃 白 60g	884	
1509	切り板麩 40g	239	
1507	横山のカルシウム麩 20g	181	
1602	緑豆春雨 100g	196	
1603	本葛きり 100g	695	
1607	畑の肉ブロック缶 200g	449	

**卵・牛乳と乳製品**

1701	奥田さんの 10個	468	
1702	平飼卵 6個	310	
1801	山地酪農牛乳 1L	356	
1802	牛の道(ヤーズ)牛乳 500ml	260	
1820	生クリーム 200ml	469	

**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。

番号	品名	価格	数
1814	プレーンヨーグルト 400g	340	
1815	奥出雲ヨーグルト 90g	130	
1816	美楽(ヨーグルト) 90g	141	
1821	無塩バター 150g	810	
1806	ミルクコーヒー 200ml	101	
1807	〃 500ml	172	
1808	〃 1L	298	
1809	カフェオレ 500ml	195	
1810	〃 1L	331	
1830	イズモラルーシュ(ゴータ) 180g	1,028	
1831	カマンベール 120g	973	
1835	モッツアレラ 100g	497	
1836	チーズ 燻製ナチュラルスナッカー 70g	521	
1832	プロボローネ 380g	2,056	
1833	プロボローネピッコロ 100g	602	
1834	黒胡椒ゴータ 180g	1,082	

**黒胡椒ゴータ**

少し刺激的で風味豊かな粗挽き黒胡椒を加えじっくり熟成させたチーズです。スライスしたパンやクラッカーと一緒に、大人の味わいをお楽しみ下さい。

**海産物と海産加工品**

2220	在 詰 ツナフレークオイル無添加 70g×3	590	
2221	〃 〃 〃 油漬 70g×3	590	

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**

2251	煮干し 160g	484	
2204	冷蔵 南蛮漬けアジ 約70g	326	
2205	南蛮漬けさば 約70g	326	
2206	南蛮漬けきびなご 約70g	326	
2201	じゃこ天 2枚	262	
2202	冷蔵 じゃこ天ネギ入り 2枚	282	
2203	じゃこ天生姜入り 2枚	282	
2207	すり身 180g	306	

**土佐蒲鉾の練り製品**

2282	とことん 鱧入り蒲鉾 100g	304	
2283	とことん 鱧入り角天 50g×2	232	
2280	とことん 鱧入り竹輪 40g×3	220	
2281	とことん 鱧入りなると 40g×2	203	

**鯉節・削り節・海草**

番号	品名	価格	数
2330	棒寒天 2本	280	
2301	鳴門塩わかめ(生) 凍 200g	343	
2302	鳴門カットわかめ 35g	554	
2304	がごめ昆布 20g	285	
2305	早煮昆布 70g	221	
2375	羅臼昆布 ミミ 50g	428	
2322	芽ひじき 50g	499	
2360	鯉本枯節(花鯉) 65g	613	
2361	削り節 味だし削り 110g	432	
2362	厚削り 100g	439	
2364	鯉本節パック(本枯) 8p	334	
2381	とっぴん昆布 ソフトタイプ 18g	314	
2380	とっぴん昆布 クリタイプ 15g	314	

**奥田養鶏場の親鶏肉(冷凍)**

2401	親かしわミンチ 300g	564	
2402	おくだの親かしわ(半羽分) 300~400g	188 /100g	

**秋川牧園の鶏肉(冷凍)**

2430	モモ肉 300g	603	
2431	モモ肉切り身バラ凍結 500g	894	
2432	ムネ肉 300g	517	
2433	ムネミンチ肉バラ凍結 300g	463	
2434	ササミ 200g	456	
2435	小間切 200g	382	
2436	砂肝 200g	362	
2437	手羽先 400g	537	
2438	手羽元 300g	472	
2450	若鶏骨付きもも2本 700g	991	
2451	若鶏肝(レバー) 150g	304	

**TONTON有機農場の豚肉(凍)・ハム類(蔵)**

2521	ブロック 300g	1,040	
2522	カット 300g	1,040	
2520	スライス 200g	799	
2523	しゃぶしゃぶ用 200g	799	
2524	生姜焼き用 200g	799	
2526	ブロック 300g	986	
2527	カット 300g	986	
2525	スライス 200g	699	
2528	生姜焼き用 200g	699	
2533	ブロック 300g	799	
2532	スライス 200g	549	
2530	ブロック 300g	741	
2531	モモ カット 300g	741	
2529	スライス 200g	540	
2535	赤身スライス 200g	543	
2534	スペアリブ 300g	799	
2537	ミンチ 300g	643	
2538	ヘレ 250g	1,177	
2540	豚骨 400g	137	
2541	トントロ 200g	771	
2542	軟骨 250g	343	

**TONTON有機農場のハム類（冷蔵）**

番号	品名	価格	数
2730	ロースハム 300g	1,842	
2731	ハム ボンレスハム 300g	1,413	
2732	スモークトハム 300g	2,055	
2733	骨付きハム 1本	1,499	
2734	アグリィ 300g	1,071	
2735	フランク 230g	714	
2736	ソーセイジ 粗挽き 130g	571	
2737	ソーセイジ カレーソーセイジ 130g	571	
2739	ソーセイジ ショートウィンナー 130g	527	
2740	ソーセイジ チョリソー 230g	714	
2741	ベーコン 300g	1,370	
2742	ショルダーベーコン 300g	1,499	

**調味料・油**

2904	完全天日塩 山塩小僧 240g	590	
2902	塩 // あまみ 500g	1,592	
2901	塩 // 土佐の塩丸 200g	714	
2905	塩 // 美味海 230g	651	
2907	天塩 1kg	355	
2909	昆布塩 100g	513	
3001	小京都有機純米酢 500ml	419	
3022	酢 紅玉梅酢 200ml	532	
3023	有機バルサミコ酢（赤） 250ml	963	
3020	OGレモン果汁 180ml	512	
3101	丸大豆醤油濃口 大 1.8L	1,876	
3102	丸大豆醤油濃口 小 900ml	1,107	
3104	丸大豆醤油淡口 小 900ml	1,107	
3105	醤油 純正醤油濃口 大 1.8L	1,713	
3106	純正醤油淡口 大 1.8L	1,713	
3107	純正醤油淡口 小 900ml	928	
3110	本造りしょうゆ 1L	1,134	
3212	味の精 国産有機豆味噌 1kg	1,551	
3201	味の精 有機玄米みそ 1kg	1,512	
3209	味の精 有機麦みそ 1kg	1,416	
3202	味噌 有機中辛みそ 750g	774	
3203	中辛みそ 750g	557	
3207	白みそ（やさか） 500g	449	
3301	油 純なたね油（坂本） 1,650g	1,620	
3302	なたね白絞油（坂本） 1,650g	1,620	
3305	なたねサラダ油缶 1,400g	1,242	
3306	純ごま油 660g	1,670	
3308	太白胡麻油 450g	1,103	
3309	胡麻ラー油 30g	393	
3313	グレープシードオイル 460g	1,083	
3401	糖類 粗糖 1kg	338	
3403	洗双糖 1kg	338	
3402	洗双糖 5kg	1,570	
3406	有機メープルシロップ 250ml	1,131	
3421	本みりん 500ml	829	
3470	純米料理酒 福来純 720ml	836	
3601	醤油エキス 1.8L	1,856	
3602	醤油エキス 0.9L	985	

**調味料**

番号	品名	価格	数
3608	特別栽培紅玉ねり梅 チューブ 100g	638	
3606	ケンシヨウ 土佐ボン酢醤油 500ml	576	
3622	ウスターソース 300ml	464	
3623	中濃ソース 300ml	453	
3626	濃厚ソース 300ml	464	
3636	ケチャップ 380g	453	
3661	焼き肉のたれ 300ml	464	
3688	OGホールのトマト 400g	284	
3652	豆乳マヨ 300g	654	
3653	豆乳タルタルソース 100g	389	

**便利だし**

3530	煮干しパック 20p	456	
3531	味だしパック 20p	488	
3561	プレミアムだし名人（煮干し味） 10p	521	
3555	オーサワ中華ダシ 8p	373	
3558	野菜ブイヨン 8p	352	

**ルー・～の素**

3717	オーサワシチュールー 120g	413	
3807	オーサワ麻婆豆腐の素 180g	344	

**ごはんの素・香辛料**

3810	ごはんの素 2合用	373	
3811	きのこごはんの素 2合用	363	
3812	五目ごはんの素 2合用	357	
3824	キムチの素 85g	397	
3904	粒入りマスタード 80g	407	

**粉類**

4006	愛媛県産 中力粉 1kg	336	
4001	有機熊本県産 強力粉 1kg	724	
4002	有機熊本県産 薄力粉 1kg	724	
4031	片栗粉 200g	226	
4032	黒豆きな粉 100g	334	休
4034	オーサワ吉野本葛 150g	719	
4045	こだわりのベーキングパウダー ×4 10g	443	
4023	地粉パン粉 150g	395	

**生麺**

4111	佐竹生ラーメン 2食	168	
4134	佐竹生パスタ 2食	153	

**乾麺・パスタ**

4202	吉野葛うどん 200g	371	
4203	吉野葛そうめん 250g	423	
4210	玄米ビーフン 120g	413	
4235	お-物 有機スパゲッティ 500g	288	
4240	お-物 有機マカロニ（太め） 250g	279	
4244	OGペンネ 300g	295	

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。

**インスタント麺**

番号	品名	価格	数
4303	ベジ玄米ラーメン 塩 1食	207	
4304	胡麻味噌 1食	221	
4305	しょうゆ 1食	205	

**ごはんのおとも・レトルト・餅・汁物**

4580	福神漬け 120g	363	
4507	しょうが紅梅漬 100g	469	
4511	黒胡麻塩 110g	299	
4512	鉄火みそ（ふりかけ） 70g	864	
4590	ふりかけ名人鰹味 25g	356	
4607	ベジキーマカレー 1食	319	
4660	秋川 本格チキンカレー 1食	463	
4630	玄米粥 200g	208	
4702	活性発芽玄米餅 6個	485	
4802	立科味噌汁 1食	186	
4803	もずくスープ 1食	162	
4804	あおさのりスープ 1食	162	
4805	八穀ポタージュ 5食	805	

**秋川牧園の冷凍総菜（●印は加熱済み）**

●5061	お弁当用つくね串 6本	420	
●5060	鶏つくね 200g	340	
●5020	焼き鳥セット（醤油味） 6本	651	
●5021	鳥天 200g	441	
●5026	チキンナゲット 200g	402	
5034	チキンカツ（和風 にくにくしょうゆ風味） 200g	456	
●5035	若鶏焼きつくね 180g	391	
5041	こだわりの卵を使った親子丼の具 1食	376	
●5042	甘酢のやわらかチキン南蛮 150g	370	
●5049	こだわりのからあげ 150g	376	
●5050	チキンソースカツ 150g	420	
5056	若鶏塩麹漬け 150g	330	
●5057	鶏レバー甘辛焼き 120g	379	
●5059	チーズササミロール 180g	512	
●5058	やさしいキッズナゲット 150g	362	
●5037	とりがらスープ 50g×5	405	
●5063	こだわりのチキンカツ 150g	397	
5064	フライパンで簡単チキンバー 200g	449	

フライパンで簡単チキンバー：手羽中に下味がしっかりついているので、解凍後そのままを調理すればジューシーな手羽中骨付き肉ができます。

緑茶・紅茶・ハーブティ

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 有機麦茶・TB, 煎茶, 釜炒茶, 玉緑茶, etc.

オーガニックワイン・フランス産

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like アトゥラブラン16(白), アトゥラルージュ17(赤).

南フランス産のオーガニックワインです。酸味が喉もとを心地良く過ぎる清涼感のある味わいの白。これからの季節におススメです。

ドライフルーツ・ナッツ

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like ドライブルーベリー, 有機干しあんず, etc.

お菓子

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like おやつ昆布, 黒こしょうせんべい, etc.

機能性食品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like オーク 梅工キス, 青みかんパウダー.

台所・掃除用 石鹸・洗剤

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 八坂台所用固型石鹸, N400番台所用 詰替, 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. Includes items like 八坂石鹸セール!, プレーン, レモン, 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. Includes items like ドラム式液状石鹸容器, マザータッチ洗濯用, etc.

洗顔・浴用・手洗い・歯磨き

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 化粧せっけん, Nクリームソープ, etc.

シャンプー・リンス

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like Nシャンプー詰替, Nリンス詰替, etc.

基礎化粧品類

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 足摺椿(椿油), ローズウォーター, etc.

日用雑貨・衛生用品など

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like よもぎ湯, Nキッチンスポンジ, etc.

DOG'S LIFE 愛犬のためのおやつ

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 鹿肉ジャーキー, おからクッキー, etc.

DOG'S LIFE：季節のとおきおきP6で特集しています!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。

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. Includes items like はなればなれ季節のお買い得コーヒー, はなればなれブレンド豆, etc.

ジュース・清涼飲料・炭酸飲料

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 国産有機トマトジュース無塩, 国産有機野菜ジュース, etc.

缶のケースは30本で少しお得。5624のケースは18本、5650のケースは20本。5780以外のケースは翌々週配送となります。

のケース

おもしろい飲み物・水

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 健康青汁 菜食健美, 黒麹もろみ酢, etc.

麦焼酎

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like むぎ焼酎 吉岐, むぎ焼酎 吉岐スーパーゴールド.

このページは翌々週(4月③回目 4/16~18)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。

**新共同購入品**

番号	品名	価格	数
1542	干しぜんまい 50g	1,201	
1351	みとり豆 300g	721	

**風車の丘あけぼの**

地元の生産者の野菜をふんだんに使うなど、材料にこだわったチップス、クラッカー。素材の味が生きています。

6290	ニラチップス 30g	228	
6291	さつまいもチップス 30g	228	
6292	むらさきいもチップス 30g	228	
6293	人参チップス 30g	228	
6294	バリボリ玉ねぎとブラックペッパークラッカー 35g	228	
6295	バリボリおじゃこ梅しそクラッカー 35g	228	
6296	カリッとトマトとバジルクラッカー 35g	228	

**天竺舎の農産加工品**

0840	秋ウコン(ターメリック) 50g	535	
0846	ゆかり 50g	219	
0825	はったい粉 300g	271	
0801	玄麦(大麦) 500g	323	
0843	らっきょう漬 200ml	271	

**さんかく広場のクッキー**

6205	ナッツマカロン 6個	120	
6203	ころころクッキー 6個	120	
6204	ころころ・チョコ 6個	120	
6201	お茶の子広場アーモンドクッキー 50g	200	
6202	酒粕クッキー 10枚	200	
6251	黒砂糖クラッカー 60g	171	
6253	南部クラッカー 60g	171	

ナッツマカロン、ころころシリーズはマーガリン使用

**高知のいいもの  
宇佐もん工房**



番号	品名	価格	数
2270	オイルサーディン 100g	432	
2271	トマトサーディン 100g	432	
2272	サラダサーディン 100g	432	

**簡単レシピ!  
厚揚げのステーキうるめサーディンソース**

- ①油抜きをした厚揚げは食べやすい大きさに切っておく。オリーブオイル大さじ1をひいて両面を焼く。
- ②大葉は荒みじんに切る。スライスチーズは1cm角に切る。
- ③ボウルにオイルサーディンを入れ、フォークでつぶして②と混ぜ合わせる。
- ④お皿に焼きあがった厚揚げを並べ③を乗せ角切りにしたトマトをちらして、オリーブオイルを回しかけブラックペッパーをかけて出来上がり。

2275	うるめいわし100% つみれ団子 8玉	324	
2273	ぶっかけ漬け丼 60g×2	500	
2274	うるめいわしのカルパッチョ 50g	280	

**納豆・乾燥豆・乾燥野菜・海苔**

1101	もみじ納豆 50g	111	
1311	大豆(大分県産) 300g	300	
1530	乾燥さくらげ 30g	626	
1501	乾しいたけ(徳用) 100g	1,052	
1540	乾しいたけ(スライス) 100g	1,067	
1541	乾しいたけ(どんこ) 100g	1,558	
2317	有明のり 10枚	482	

**下郷農協の乳製品**

1817	プレーンヨーグルト 130g×2	238	
1818	ヨーグルト加糖 100g×3	308	
1846	プリン 90g×3	376	

**ひまわり乳業のヨーグルト**

1813	雪か峰ヨーグルト 3個	356	
------	-------------	-----	--

ひと月に一回だけ予約製造で再開されることになりました。ただし、一日だけの製造です。消費期限が今までより、水、木会員さんは3日ほど短くなります。

**土佐佐賀産直出荷組合：黒潮町(冷凍)  
(●印は加熱済み)**

番号	品名	価格	数
1990	土佐沖天然ぶり刺身(スライス) 100g	470	
1995	土佐の薫焼き天然ぶりタタキ 120g	673	
1991	土佐沖天然ぶり漬け丼 70g×2	630	

ぶり漬け丼…あつあつのご飯にのせるのはもちろん、ゆず酢をかけるとそのまま酒の肴にぴったりです。

1927	土佐の鯉刺身用ブロック 100g	774	
1925	土佐のわら焼き鰹たたき 130g	897	
1901	魚色マセット① 600g以上	1,339	
1902	魚色マセット② 400g以上	868	
1998	天然ぶり切身 190g	531	
1907	イワシフィーレ 150g	384	
1911	シイラの切り身 150g	434	
1915	さばフィーレ 2~5枚	499	
1906	うるめいわし(ドレス) 300g	376	
1997	土佐の生きびなご 150g	398	
1980	小イカ 150g	318	
1982	わかなのみりん干し 150g	318	
1910	シイラのフライ 120g	449	
1917	さばの竜田揚げ 150g	402	
1918	きびなごのフライ 120g	485	
1919	きびなごの唐揚げ 140g	434	
1920	アジフライ 4~5枚	485	
1967	めひかりの唐揚げ 110g	456	
1992	豆あじの唐揚げ 100g	470	
1904	小魚っ粉(小魚粉末) 110g	402	
●1935	白身魚のバジルマヨネーズ焼き 4個(120g)	543	
●1978	白身魚の青しそチーズ焼き 4個(120g)	543	
1936	白身魚のチーズ春巻き 5個(100g)	564	
●1979	白身魚のケチャップ煮 100g	459	



このページは翌々週(4月③回目 4/16~18)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	1,026	
2421	手羽身(ムネ肉) 300g	692	
2411	モモ手羽切り身 300g	842	
2412	ささみ 200g	585	
2413	手羽先 300g	829	
2414	手羽元 300g	804	
2415	ミンチ 300g	842	
2416	ぶつ切り 300g	548	
2424	ガラ 2羽分	185	
2440	モモチバサライス (モモムネ肉スライス) 300g	476	
2441	モモミ(モモ肉) 300g	513	
2442	テバミ(ムネ肉) 300g	358	
2443	ミンチ 300g	513	

**下郷農協の豚肉(冷凍)**

番号	品名	価格	数
2501	ヒレ・ブロック 400g	1,922	
2502	バラ・ブロック 400g	1,682	
2504	トンカツ用2枚 200g	1,081	
2505	一口カツ用 200g	961	
2506	モモ・焼き肉用 200g	576	
2507	ロース・スライス 200g	1,081	
2509	バラ・スライス 200g	840	
2508	モモ・スライス 200g	576	
2550	スペアリブ 300g	682	
2511	ミンチ 100g×3	560	
2510	こま切れ 100g×3	589	

**下郷農協の牛肉(冷凍)**

番号	品名	価格	数
2640	ロース スライス 200g	2,462	
2641	モモ スライス 200g	1,766	
2642	肩 スライス 200g	1,694	
2643	カルビー 200g	2,342	
2644	カレー・シチュー用 200g	1,177	
2645	ミンチ 100g×3	1,754	
2646	こま切れ 100g×3	1,754	

**下郷農協の牛肉・ハム類(冷凍)**

番号	品名	価格	数
2647	牛豚合挽ミンチ 100g×3	1,297	
2720	白豚肉使用 スモークハム・ブロック 約150g	521/100g	
2721	ベーコンスライス 約150g	665/100g	
2722	焼き豚 約150g	609/100g	
2723	ポークウインナー 150g	516	
2724	地鶏フランク 200g	397	

**麺・調味料・粉**

3214	米こうじ 2kg	2,401	
3215	麦こうじ 2kg	1,463	
3220	手前味噌セット米 4.5kg	3,581	
3221	// 麦 味噌分	2,644	
3240	麦みそ 1kg	601	
3655	フレッシュバジルソース 95g	946	
4061	もち米粉 500g	661	
4033	きな粉(大分県産) 100g	324	

**冷凍うどん・乾麺・漬物**

4140	耶馬溪冷凍うどん 2食	424	
4260	耶馬溪乾うどん 250g	408	
4261	耶馬溪そうめん 250g	408	
4505	らっきょう漬(下郷) 200g	414	
4508	梅干し(下郷) 200g	389	

**下郷農協の冷凍惣菜**

5010	黒豚ぎょうざ 16個	492	
5011	ビーフコロッケ 3個	394	
5012	ハンバーグ 100g×2	486	
5013	ミニハンバーグ 15個	613	
5005	チキンボール 300g	523	
5006	鶏うま煮 300g	494	
5007	味付け豚ホルモン 500g	840	
5008	モモ味噌漬 300g	864	

コース(火・水・木) No( )  
氏名( / )様

**下郷農協のジャム**

番号	品名	価格	数
5209	いちごジャム 200g	396	

**お茶・あまざけ・お菓子**

5312	玄米茶 200g	583	
5322	麦茶 400g	408	
5324	ハト麦茶 粒 300g	457	
5325	// TB 20p	640	
5860	合鴨米のあまざけ 900ml	926	
6499	黒豆きなこあられ 8g×15	770	
6575	おからクッキー 230g	396	
6576	ぶちおからクッキー 150g	324	
6577	べっぴんポーロ 50g	264	
6540	パウンドケーキプレーン 250g	640	
6571	パウンドケーキ黒糖入り 250g	640	

**耶馬溪乾うどん**

下郷の小麦粉でつくった耶馬溪饅頭です。下郷農協の麦部会のメンバーが遊休の牧草地を開拓して小麦づくりをはじめて4年目。小麦は農薬と化学肥料も一切使用していません

**チキンボール**

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。

**★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。

品名・製造元など	注文数

**★特別企画品★**

《HYPER PLANTS 9375》  
会員価格:カタログ価格(税込)の2%引き

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考