

注文数は赤などのわかりやすい色でご記入ください。

2020年8月④回目注文書

配布：8月①回目（7/28(火)～30(木)）
回収：8月②回目（8/4(火)～6(木)）
配送：8月④回目（8/18(火)～20(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 8/18（火）・20（木） 時頃			

野菜単品（高知県）

番号	品名	価格	数
井上正雄	0101 オクラ	100g	170
	0102 ナス	300g	235
	0103 ゴーヤ	1本	196
	0104 モロヘイヤ	130g	196
	0105 かぼちゃ	1または1.2kg	59/100g
	0106 きゅうり	3~4本	261
	0107 じゃがいも	500g	288
	0108 じゃがいも (B品)	800g	261
	0109 玉ねぎ	600g	288
	0110 玉ねぎ (B品)	1kg	327
	0111 ピーマン	150g	170
	0112 紅ヒユナ	120g	170
わたなべ農園	0201 ニンニク (バラ)	60g	235
	0202 囲い生姜	150g	271
	0203 囲い生姜 (お徳用)	450g	741
	0204 玉ねぎ	900g	392
	0205 玉ねぎ (小玉ちやん)	400g	261
	0206 人参	350g	222
	0207 人参ジュース用	700g	340
や農園	0220 ミニトマト	150g	261
とさやま	0240 生姜	100g	226
	0241 ゴーヤ	1本	169
	0242 にんにく	100g	282
	0243 ニラ	100g	141
	0244 じゃがいも	500g	212
	0245 なす	500g	169
	0246 りゅうきゅう	400g	169
	0247 かぼちゃ	500g	169
かさ島園	0230 パプリカ	150g程度	196
	0280 ニラ	100g	170

果物

かさ	0402 ブルーベリー	100g	288
清澄	0401 レモン	1個	102
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

3111	海の精 国産有機・旨しほり醤油	1L	1,658
2299	いのこ	150g	462
2363	旨味鰹パック	3g×6p	284

国友農園のお茶

今年収穫のお茶です

5395	りくり山茶 宙(ちゅう)	50g	1,102
5398	りくり山茶 懐(かい)	50g	1,102

高知の山の中に自生している在来種といわれる茶木から手摘み手炒りにより風味溢れる釜炒り茶として仕上げられています。宙・いの町吾北の小倉山の斜面、懐・いの町吾北の倉羅山のふもとで育成し

高知のいいものいろいろ ツボイの仁淀川きくらげ

番号	品名	価格	数
0875	仁淀川きくらげ 乾燥・黒 40g	824	
0876	仁淀川きくらげ 乾燥・白 30g	1,125	

かざくるまの農産加工品

0857	ローリエ	20枚	139
0859	たかのつめ	10g	131
0879	ゆかり (赤じそ)	35g	261
0880	ゆかり (青じそ)	35g	261
0881	梅干 (赤じそ漬)	150g	353
0882	梅干 (青じそ漬)	150g	353
0883		300cc	588
0884	梅酢 (赤じそ)	500cc	980
0885		700cc	1,307
0886	梅酢 (青じそ)	300cc	588
8029	どくだみ水詰替	100cc	952
8043	どくだみローション詰替	100cc	952
8021	びわの葉エキス	55cc	818
8022	びわの葉エキス詰替	100cc	952

●「みんなでコロナを乗り越えよう！」 キャンペーン 5%割引 腸を整え免疫力をつけよう！

◇くまもと有機の醤油

3198	丸大豆醤油濃口 小	900ml	1,074
3199	丸大豆醤油淡口 小	900ml	1,074

◇海の精のみそ

3296	海の精 国産有機豆味噌	1kg	1,503
3297	海の精 有機玄米みそ	1kg	1,465
3298	海の精 有機麦みそ	1kg	1,372

◎八坂石鹸セール！ 10%割引

7404	八坂台所固型石けん	280g	213
7505	E プレーン	3kg	1,017
7506	粉M レモン香料	2kg	747
7507	石菌 竹酢液配合	1kg	383
7508	鹸入り 漂白剤配合	1kg	383
7509	り アルカリ剤配合	1kg	383
7517	体入E リサイクル油	4L	1,997
7518	石りM バージン油	4L	2,142

今週のお米 ◆新米始まります！

0620	コシヒカリ 猪谷英代 (有化1)	玄米	5kg	2,677
0621		10kg	5,355	
0622		15kg	8,032	
0623	コシヒカリ 井上正弘 (除1)	五分	5kg	2,777
0624		10kg	5,555	
0625		15kg	8,332	
0626	コシヒカリ 井上正弘 (除1)	白米	5kg	2,777
0627		10kg	5,555	
0628		15kg	8,332	
0630	コシヒカリ 井上正弘 (除1)	玄米	5kg	2,548
0631		10kg	4,968	
0632		15kg	7,516	
0633	コシヒカリ 井上正弘 (除1)	五分	5kg	2,648
0634		10kg	5,168	
0635		15kg	7,816	
0636	コシヒカリ 井上正弘 (除1)	白米	5kg	2,648
0637		10kg	5,168	
0638		15kg	7,816	

今週のお米 ◆新米始まります！

番号	品名	価格	数
0670	コシヒカリ 溝渕純一 (無・無)	玄米	5kg 3,386
0671		10kg 6,663	
0672		15kg 9,830	
0673	コシヒカリ 溝渕純一 (無・無)	五分	5kg 3,486
0674		10kg 6,863	
0675		15kg 10,130	
0676	コシヒカリ 井上正雄 (有機JAS)	白米	5kg 3,486
0677		10kg 6,863	
0678		15kg 10,130	
0601	コシヒカリ 井上正雄 (有機JAS)	玄米	5kg 3,451
0602		10kg 6,682	
0603		15kg 9,797	
0604	コシヒカリ 井上正雄 (有機JAS)	五分	5kg 3,551
0605		10kg 6,882	
0606		15kg 10,097	
0607	コシヒカリ 井上正雄 (有機JAS)	白米	5kg 3,551
0608		10kg 6,882	
0609		15kg 10,097	

もち麦

1385	キラリもち麦	500g	916
1386	(除1) (香川県産)	1kg	1,668

もちぶちの食感が楽しいもち麦。

さくらベーカリーのパン

ホシノ天然酵母・白神こだま酵母・自家製(ぶどう種)を使っています。天然の酵母はおなかにとっても優しく、国産小麦との相性もピッタリ。さらに噛めば噛むほど深い旨みがお口の中にひろがりま

0931	一	大納言	1斤	367
0932	斤	チョコレート	(10cm) ×10cm	367
0934	パン	シナモン	×10 (m)	367
0935	パン	おいも		367
0937		玄米パイ	1個	151
0975		グラハムトースト	1本	496
0976		ブランブレッド	1本	496
0929		窯焼き玄米パン (丸パン)	3個	275
0962	ナ焼ツッ	栗	1個	186
0961		はちみつレモン	1個	186
0964		チョコくるみ	1個	186
0973		しおパン	2個	314
0925		ぶどうパン	2個	242
0927		チョコミニクロワッサン	4個	255
0905		土佐酒粕パン	5枚	441
0906		ハードトースト	5枚	352
0928		ハードトースト サンド用	10枚	352
0907		玄米トーストパン	1個	419
0909		クランベリーベーク	2個	407
0912		くるみフランス	1個	419
0938		もち麦トースト	1斤	378
0919		あんぱん	2個	362
0924		パンオセーグルくるみ	1個	462
0901		ブラウンライスカンパーニュ	1個	462

パンのおとも

5201	ハイブラスマーガリン	180g	316
5217	有機ストロベリースプレッド(ジャム)	220g	552
5211	有機オレンジスプレッド(ジャム)	220g	552

農産物と農産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various agricultural products like mochi, soybeans, and rice.

卵・牛乳と乳製品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists eggs and dairy products like milk and cream.

高知川添ヤギ牧場のミルク ※3~11月限定

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists goat milk products.

高知の山羊ミルク：瓶から紙パックへリニューアルしました。200mlも新登場！

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達日より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. Lists various dairy products like yogurt and milk.

渡邊水産の海産物（冷凍） 島根県

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists frozen seafood products from Shimane Prefecture.

今年も「どんちっちあじ開き」の時期になりました。小ぶりですが脂質は10%以上です！

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various frozen seafood products.

芝えび 頭の角をきり、唐揚げ・かき揚げにすると美味しいです。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various frozen seafood products.

とびうお開き 山陰沖6~7月はトビウオが回避してきます。癖がなく、たんぱくな魚です。島根県の県魚です。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various frozen seafood products.

田中鮮魚店の干物（冷蔵）

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various dried fish products.

土佐蒲鉾の練り製品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various fish cake products.

海産物と海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various seafood products.

海産物と海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various seafood products.

奥田養鶏場の親鶏肉（冷凍）

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists frozen chicken products.

秋川牧園の鶏肉（冷凍）

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists frozen chicken products.

和歌山ポーク TONTONの豚肉（冷凍）

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists frozen pork products.

すずめ燻製工房のハム類（冷蔵）

肉ひとつひとつ丁寧に香辛料をすり込み、冷蔵庫で1週間熟成させて、燻製にしています。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Lists various ham products.

調味料・油

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 完全天日塩, あまみ, 土佐の塩丸, 美味海, 天塩, 昆布塩, 小京都有機純米酢, 紅玉梅酢, 有機バルサミコ酢, 丸大豆醤油濃口, 純正醤油濃口, 純正醤油淡口, 木桶造りしょうゆ, 海の精, 有機玄米みそ, 有機麦みそ, 有機中辛みそ, 中辛みそ, 甘口みそ, 白みそ, 純なたね油, なたね白絞油, なたねサラダ油, 純ごま油, 太白純正胡麻油, グレープシードオイル, 粗糖, 洗双糖, 有機メープルシロップ, 清澄さんの百花蜜, 本みりん, 純米料理酒, オーサワのコチュジャン, 醤油エキス, 土佐ボン酢醤油, ウスターソース, 中濃ソース, 濃厚ソース, 減塩トマトケチャップ, 焼き肉のたれ, オーサワの豆乳マヨ, 豆乳タルタルソース, OGホールトマト, 特別栽培紅玉ねり梅, 煮干しパック, 味だしパック, プレミアムだし名人.

便利だし

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 昆布濃縮だし, 中華だし, 野菜ブイヨン.

ルウ

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like オークシチュールウ, 王国のグリーンカレー.

～の素・香辛料

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 冷や汁の素, オーク麻婆豆腐の素, ごぼうご飯の素, きのご飯の素, OG粒マスタード.

粉類

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 愛媛県産中力粉, 地粉パン粉, 片栗粉, ベーキングパウダー, お好み焼粉.

生麺・乾麺・パスタ・インスタント麺

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 佐竹生らーめん, 佐竹生パスタ.

土といのち近くにある保存料・着色料を使わない製品作りをしている佐竹製麺の生麺。茹で時間が短く、美味しくてオススメです。

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 手延葛うどん, 手延葛そうめん, 玄米ビーフン, 有機スパゲッティ, OGマカロニ, 有機マカロニ, 有機ペンネ, ベジ玄米ラーメン, ごまみそ, しょうゆ, みそ.

おかず・ごはんのおとも

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like オーサワの八宝ふりかけ, 天日干したくあん, 福神漬, しょうが紅梅漬, 紅玉小梅, 鉄火みそ, ふりかけ名人.

レトルト

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like ベジカレー, 秋川本格チキンカレー, ベジパスタソース, 有機玄米あずき粥.

餅・汁物

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 有機黒豆入り玄米餅, 有機みそ汁, 有機立科みそ汁, 沖縄産もずくスープ, 八穀ポタージュ.

秋川牧園の冷凍総菜 (●印は加熱済み)

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like やきとりセット, お弁当用つくね串, 鶏つくね, 若鶏焼きつくね, サラダチキン, 烏天, チキンナゲット, レバー入りミートボール, スパイシーササミカツ, 黒豚メンチカツ, ピリ辛チキンバー, 鶏レバー甘辛焼き, チーズササミロール, とりがらスープ, チキンカツ, 若鶏塩麹漬, こだわり卵を使った親子丼の具, 焼くだけ! 骨付きタンドライーチキン, 炒めて簡単! 黒豚しょうが焼き用, 炒めて簡単! 黒豚みそ炒め用.

お茶・紅茶・ハーブティ

Table with columns: 番号, 品名, 価格, 数. Includes items like 有機麦茶, 天空四万十煎茶, 釜炒茶, 玉緑茶, ほうじ番茶, 出雲国のべにふうき紅茶リーフ, 出雲国のべにふうき紅茶TB, 有機セイロンティTB, 有機アールグレイティTB, 有機ルイボス茶TB.

このページは翌々週(8月⑤回目 8/25~27)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。

健康フーズ

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include おさかなソーセージ, 野花のはちみつ, 煮干し粉, etc.

一口サイズのミニゼリー。果汁感たっぷりで人気です。凍らせて持っていくとお弁当の保冷剤替わりとしても便利です。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 五穀かりんとう, きらず揚げ, etc.

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, 乾しいたけ, 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, プリン

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

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, 土佐沖天然ぶり漬け丼, etc.

トビウオ、カツオ、タチウオ、サバ、レンコダイ、シイラ、カマス、アジ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.

くろさばふぐ切身 旨みが凝縮したホクホク白身のサバフグの切身です。

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include シイラのフライ, さばの竜田揚げ, etc.

三陸水産の海産物 三陸沖獲れ以外の品を企画しています

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include 甘口紅鮭, 紅鮭切り身, etc.

下郷農協の鶏肉・豚肉(冷凍)

Table with 4 columns: 番号, 品名, 価格, 数. Items include モモミ(モモ肉), 手羽身, etc.

このページは翌々週(8月⑤回目 8/25~27)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	3,067	
2641	モモスライス 200g	2,189	
2642	肩スライス 200g	2,111	
2643	カルビー 200g	2,929	
2644	カレー・シチュー用 200g	1,463	
2645	ミンチ 100g×3	2,189	
2646	こま切れ 100g×3	2,189	
2647	牛豚合挽ミンチ 100g×3	1,199	
2720	スモークハム・ブロック 約150g	647/100g	
2721	ベーコンスライス 約150g	832/100g	
2722	焼き豚 約150g	755/100g	
2723	ポークウインナー 150g	740	
2724	地鶏フランク 200g	494	

麺・調味料

3214	米こうじ 2kg	2,898	
3215	500g	757	
3220	手前味噌セット米 4.5kg	4,316	
3221	〃 麦 味噌分	3,190	
3240	麦みそ 1kg	748	休
3655	フレッシュバジルソース 95g	1,126	

粉類

4033	きな粉(大分県産) 100g	408	
4061	もち米粉 500g	826	
4099	下郷の強力粉 500g	826	

冷凍麺・乾麺

4140	耶馬溪冷凍うどん 2食	539	
4260	耶馬溪乾餛飩(うどん) 250g	494	
4261	耶馬溪素麺(そうめん) 250g	494	

ご飯のおとも

4518	たかな漬 200g	302	
4505	らっきょう漬(下郷) 200g	646	
4508	梅干し(下郷) 200g	494	休

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	477	
5011	ビーフコロケ 3個	494	
5012	ハンバーグ 100g×2	600	
5013	ミニハンバーグ 15個	755	
5005	チキンボール 300g	740	
5006	地鶏のうま煮 300g	631	
5007	味付け豚ホルモン 500g	1,156	
5008	黒豚モモ味噌漬 200g	832	

下郷農協のジャム

5240	いちごジャム 200g	523	
------	-------------	-----	--

お茶・あまざけ

5312	玄米茶 200g	770	
5322	麦茶 400g	487	
5324	ハト麦茶 粒 300g	600	
5325	〃 TB 20p	811	
5860	合鴨米のあまざけ 900ml	1,203	

合鴨米のあまざけ：耶馬溪町で栽培された合鴨米を使用。農薬・化学肥料は不使用です。ストレートタイプです。温めておろし生姜を添えて飲むのがおすすめ。アミノ酸・ビタミンが豊富な甘酒をぜひお召し上がりください。

お菓子

6499	黒豆きなこあられ 8g×15	785	
6575	おからクッキー 230g	570	
6576	ぶちおからクッキー 150g	463	

トイレ洗浄剤

7450	超電水トイレシュ！シュ！泡タイプ 500ml	1,320	
------	------------------------	-------	--

アレッポの石鹸

7711	エクストラ40 1個	948	
7710	ノーマル 1個	664	
7713	ライト 1個	527	

コース(火・水・木) No()
氏名(/)様

ボディクレイ(ねんど)

番号	品名	価格	数
8170	ソープ 1.2kg	3,526	
8171	〃 300g	1,266	
8172	フェイスソープ 130g	1,628	
8173	ローション 120ml	1,447	
8174	入浴剤 1.2kg	2,984	
8175	〃 300g	1,085	
8176	パック 1.2kg	4,340	
8177	〃 300g	1,537	

ねんどのパック：厚めに塗ってパック。しみ、くすみの原因である、古い角質や毛穴の汚れを粘土が吸着して取り除き、透明感のある柔かい肌へ。薄く塗ればスキンケアにも。洗い流す必要はありません。保湿クリーム、保湿パック、洗浄剤、入浴剤など、いろいろお使いください。

8178	ミルクローション 120ml	1,718	
8179	クリーム 300g	1,899	
8180	リンス 300g	1,447	
8181	モアクリーム 60g	2,713	
8182	スキンミルク 150ml	1,718	休
スキンミルクは現在改良中のため休止です。			
8183	日焼け対策 80g	1,628	
8184	シンプルジェル 300g	1,085	
8185	粉 40g	452	
8186	ハミガキ 100g	949	
8187	おためしセット (粉とスキンミルク以外の12品)	1,356	

日用雑貨

8204	和布ふきん(びわこ) 32cm×35cm	404	
8205	和布浴用タオル 100cm×32cm	1,265	
8340	リバイヴA g+ (消臭・防菌)(物用) 200ml	988	
8410	多目的コットン 100g	558	
9105	非常用給水袋 (5L用) 1枚	708	

ただし①菊花せんこう⑤蚊取り線香「moneもね」⑦菊花の防虫スプレー、アレッポの石けん(3種)は通常会員価格

★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。

★特別企画品★

《ライフコットン 9312》
会員価格：チラシ価格(税込)の2%引き
《Healing Essence 9387》
会員価格：チラシ価格(税込)の2%引き

品名・製造元など	

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考