

注文数は赤などのわかりやすい色でご記入ください。

2022年12月①回目注文書

配布：11月③回目（11/15(火)～17(木)）
 回収：11月④回目（11/22(火)～24(木)）
 配送：12月①回目（11/29(火)～12/1(木)）

コース（火・水・木）
 番号（ ）
 氏名（ / ）様

野菜セット（高知県）

お問合せ等は土曜日のうちにお願いします。

番号	品名・容量	価格	数
0510	中村 直送・四万十野菜 8品目 セット	1,363 +送料	

ご希望の着日に○をつけ
 希望時間帯も指定してください。
 11/29（火）・12/1（木）時間帯：

野菜単品（高知県）

番号	品名・容量	価格	数
0101	井上正雄 はぶ茶 100g	354	
0102	大根 1本	209	
0103	人参 300g	216	
0104	金時人参 200g	261	
0105	サニーレタス 1個	209	
0106	レタス 1個	235	
0107	ネギ 100g	196	
0108	菊菜 120g	209	
0109	ほうれん草 130g	209	
0110	生姜 100g	209	
0111	小松菜 130g	209	
0112	水菜 130g	196	
0113	田芋 300g	294	
0114	ジャガイモ 400g	261	
0201	人参 350g	235	
0202	人参ジュース用 700g	353	
0203	わたなべ農園 囲い生姜 150g前後	271	
0204	囲い生姜お徳用 400g	651	
0205	新生姜 100g	220	
0206	ニンニク 2～3玉	353	
0207	ニンニク（バラ） 50g	261	
0208	里芋（子芋） 300g	314	
0240	とさやま 生姜 100g	226	
0241	里芋 500g	353	
0250	小松菜 150g	261	
0251	水菜 150g	261	
0252	チンゲンサイ 200g	261	
0253	竹内自然農園 小カブ 200g	261	
0254	サツマイモ 500g	301	
0255	里芋 300g	301	
0256	人参 2～4本	261	
0257	白ネギ 2～4本	327	
0258	春菊 150g	261	
0230	かざぐ 大根 1本	196	
0233	スジナシインゲン 100g	157	
0270	清 クレソン 1束	131	
0285	正 ぎんなん 200g	261	

野菜単品（県外）

番号	品名・容量	価格	数
0303	くまもと 玉ねぎ 約1kg	450	
0305	つくね芋（山芋） 500g	444	P
0304	れんこん 500g	488	5

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299 欄

キノコ（高知県）

番号	品名・容量	価格	数
0265	蒼 原木しいたけ 170g	311	
0275	宗安寺 椎茸（A品） 110～	240	
0276	椎茸（B品） 120g	212	
0277	なめこ 140～160g	261	

果物

番号	品名・容量	価格	数
0401	井上正雄 みかん 1kg	366	
0402	柿 4～5個	556	
0403	渋柿 2kg	523	
0404	清澄 レモン 1個	118	
0405	ライム 1個	118	
0406	とさやま ゆず 1個	99	
0407	かざぐるま レモン（大） 1個	196	
0408	レモン（中） 1個	157	
0409	レモン（小） 1個	131	

新共同購入品

4669	ベジタブルミートソース トマト・肉味 180g	311	
4224	デュラム小麦 有機スパゲッティニ（1.4mm） 500g	496	P5

高知のいいものいろいろ

～小松商店のゆず製品、天竺舎はP5

1260	とさやま 四方竹（水煮） 200g	706	
0680	びつ 古代米（お礼米） 450g	794	
0681	く 無・無・無 うるち 1kg	1,587	
0840	黒にんにく「土佐の隠し玉」 小袋40g	540	
0841	中袋 250g	3,240	
0842	吉井浩一 ※中袋は小袋よりやや大きなにんにくを使用 中袋 250g X2	5,400	
0843	金色の手作り 蒸し生姜パウダー 20g	1,080	
3424	金色の手作り 黒砂糖・小粒 100g	540	
0857	ローリエ 20枚	137	
0879	ゆかり（赤じそ） 40g	261	
0880	ゆかり（青じそ） 40g	261	
0881	梅干し（赤じそ） 150g	366	
0882	梅干し（青じそ） 150g	366	
0889	干し柿 3個	235	
0890	5個	366	

●「みんなでコロナを乗り越えよう！」
 キャンペーン 5%割引
 ～寒い冬にはお餅でほっこり！～

4798	玄米もち 7個	553	
4799	玄米もちよもぎ 7個	553	

クリスマス特集

◎さくらベーカリーのシュトーレン

0948	シュトーレン ドライフルーツ 1個	1,404	
0949	// モーンバックマッセ（黒ケシペースト） 1個	1,404	

お正月の準備も忘れずに

番号	品名・容量	価格	数
1310	丹波黒豆 200g	1,499	
4229	国内産・十割そば（乾） 200g	503	
4103	奥出雲・生蕎麦（生） 100g×2	453	

今週のお米 や農園も新米獲れました！

番号	品名・容量	価格	数
0685	玄米 500g	423	
0683	玄米 1kg	833	
0686	白米 500g	423	
0684	白米 1kg	833	
0630	玄米 5kg	2,679	
0631	玄米 10kg	5,226	
0632	玄米 15kg	7,649	
0633	五分 5kg	2,779	
0634	五分 10kg	5,426	
0635	五分 15kg	7,949	
0636	白米 5kg	2,779	
0637	白米 10kg	5,426	
0638	白米 15kg	7,949	

さくらベーカリーのパン

※使用しているチョコレートには乳化剤、香料が含まれています

0917	土佐酒粕食パン 5枚	486	
0924	ハードトースト 5枚	378	
0925	ハードトースト サンド用 10枚	378	
0913	玄米トースト 1個	443	
0937	もち麦トースト 1斤	410	
0912	グラハムトースト 1本	518	
0935	ブランブレッド 1本	518	
0941	ペカンブレッド 1個	616	
0907	窯焼き玄米パン（丸パン） 3個	270	
0943	リュスティック プレーン 1個	270	
0909	くるみフランス 1個	443	
0928	バターロール 1本	410	
0929	パンオセーブル プレーン 1個	486	
0908	クランベリーノア 1個	464	
0910	クランベリーベージュ 2個	443	
0938	ナ焼トッド 栗 1個	194	
0939	チョコくるみ 1個	194	
0926	バターロール 5個	486	
0911	クロワッサン 2個	421	
0942	チョコクロワッサン（四角） 1個	248	
0901	あんフランス 1個	248	
0902	あんぱん 2個	400	
0914	玄米パイ 1個	194	
0915	しおパン 2個	335	

シリアル

0952	三育 グラノーラ 400g	1,796	
0951	OGコーンフレーク プレーン 150g	378	
0954	OGグラノーラハニー 200g	725	
0955	OGグラノーラベリー 200g	829	

パンのおとも

5201	ハイプラスマーガリン 180g	331	
5260	有機・脱水マーガリン ゆず入 115g	402	
5262	黒ゴマクリーム 190g	682	
5261	白ゴマクリーム 190g	682	
5263	アーモンドクリーム 150g	777	
5264	OGビーナッツバター・スムース 250g	755	
5265	OGビーナッツバター・塩クランチ 250g	755	
5266	OGフムス（ひよこ豆ペースト） 190g	701	
5205	メリージェーンファームのブルーベリージャム 230g	810	
5206	480g	1,553	

農産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 1001 もめん豆腐 1丁, 1002 もめん豆腐 半丁, 1003 とろりそふと, etc.

食べる漢方〜きくらげの栄養素
ビタミンD、植物性カルシウム、腸目繊維、鉄分、豊富なミネラル類、葉酸、植物性コラーゲン、βグルカン

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 1216 有機蒸しミックスビーンズ, 1218 有機蒸しひよこ豆, etc.

卵・牛乳と乳製品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 1701 奥田さんの, 1702 平飼卵, etc.

土佐蒲鉾の練り製品 (冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2282 とことん 練り入り蒲鉾, 2283 とことん 練り入り角天, etc.

海産物と海産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2219 国内産・素干しえび, 2220 銀のまぐろ水煮(ツ), etc.

5種の海藻サラダ: 水戻しだけで簡単に彩のきれいなサラダができます。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2332 向井 すじ青のり, 2333 奄美もすく・塩蔵, etc.

奥田養鶏場の親鶏肉 (冷凍)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2401 親かしわミンチ, 2402 おくだの親かしわ(半羽分), etc.

秋川牧園の若鶏肉 (冷凍)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2440 もも肉, 2441 もも肉切身バラ凍結, etc.

和歌山ポークTONTONの豚肉 (冷凍)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2525 ブロック, 2526 カット(3枚), etc.

和歌山ポークTONTONのウインナー・ハム類 (冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2730 ロースハム, 2731 ボンレスハム, etc.

基本調味料・油

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Rows include items like 2901 完全天日塩 土佐の塩丸, 2906 美味海, etc.

便利なし

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 無添加・だしパック, かつおだし袋, いらりだし袋, etc.

鍋スープ

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 寄せ鍋スープ, キムチ鍋スープ, etc.

ソース・ドレッシング・マヨネーズ

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 濃厚ソース, 有機ケチャップ, etc.

ルウ・～の素

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 直火焼煎カレー, 果実と野菜の本格カレーペースト, etc.

漬物の素・香辛料

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 熟成ぬか床, 補完用ぬか, etc.

粉類

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 玄米粉, 白米粉, 愛媛県産中力粉, etc.

生麺・乾麺・パスタ・インスタント麺

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 佐竹生ラーメン, 佐竹生パスタ, etc.

おかず・ごはんのおとも

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 出雲おでん8種8個, 有機大豆煮豆, etc.

レトルト食品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 本格チキンカレー, バターチキンカレー, etc.

レトルト食品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include OGビーツスープ, OGミネストローネ, etc.

餅・加工米飯

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 玄米もち, 玄米もちよもぎ, etc.

秋川牧園の冷凍総菜 (●印は加熱済み)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include とりがらすープ, やきとりセット, etc.

お茶・紅茶・ハーブティ

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 麦茶T.B, 煎茶, 玉緑茶, etc.

出雲国のべにふうき紅茶TB:『土といのち通信』の「土といのちのおすすめ」に載っています。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include OGハーブティTB・ローズヒップ&ハイビスカス, OGハーブティTB・レモンバーム

南国にしがわ農園のグアバ茶

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 土佐國グアバ茶TB

はなればなれ珈琲のコーヒー

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 深煎 訳あり廉価コーヒー, 中煎 訳あり廉価コーヒー, etc.

はなればなれ珈琲、インスタントコーヒー、フィルター

番号	品名・容量	価格	数
5564	中煎 モカ シダモ 豆180g	1,010	
5561	中煎 モカ シダモ 水出し用 粉170g	1,010	
5555	深煎 レギュラーおまかせ 豆190g	1,010	
5556	深煎 レギュラーおまかせ 粉180g	1,010	
5557	中煎 レギュラーおまかせ 豆200g	1,010	
5558	中煎 レギュラーおまかせ 粉190g	1,010	
5559	浅煎 レギュラーおまかせ 豆200g	1,010	
5560	浅煎 レギュラーおまかせ 粉190g	1,010	
5549	OGインスタント珈琲パウ入	85g	1,107
8511	アバカコーヒーフィルター小	100枚	291
8512	〃 大	100枚	312

ジュース・清涼飲料水・炭酸飲料

5675	国産ふじりんご100紙 小1本	135	
5676	国産温州みかん100紙 小1本	170	
★5650	ぶどうしぼり 缶	1本	180
5677	信州まるごとブルー ンジュース 缶	1本	201
5660	OGりんごジュース 缶	1本	138
5667	有機フルーティー	1本	180
5668	Mixジュース+野菜 紙	15本	2,635
5613	OGトマトジュース無塩 缶	1本	131
5630	有機にんじんジュース 缶	1本	184
5724	レモンサイダー 缶	1本	152
5726	OGアップルサイダー+レモン 缶	1本	155
5732	OGスポーツドリンク ペット	1本	183
ケースは30本入りで少しお得です。 ただし5675・5676は36本、5732は24本、 5650のみ20本で翌々週配送です。			
のケース			

面白い飲み物・水

5801	健康青汁 菜食健美 90ml	171
5810	有機フジワラの青汁・粉末タイプ 30p	2,868
5850	有機梅干番茶・スティック 8g ×20	1,538
5808	有機リカカフェ・ボックス 36p	2,219
5804	有機じんわりしょうが 150ml	459
5820	玄米こうじあま酒(有機米使用) 250g	414
5844	有機生姜使用・しょうが湯 5p	312
6020	四万十のめぐみ 500ml	126
6021	天然超軟水 2L	160
6022	〃 強炭酸水 500ml	138

司牡丹酒造の純米酒

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

ドライフルーツ

6107	有機レーズン 120g	423
6108	有機干しいちじく(白) 150g	866
6105	OGダジャンブルー 100g	544

南国にしがわ農園のグアバ入り焼菓子

6201	有機グアバ農園のひとくちクッキー(プレーン) 30g	650
6202	〃 クッキー(マイルドソルト) 30g	650
6203	〃 チップス(うす焼きチップス) 25g	650

お菓子

番号	品名・容量	価格	数
6302	有機むぎ栗・天津あまくり 80g	331	
6376	有機緑豆チップス 45g	269	
6371	北海道皮付きさきいか 40g	573	
6362	ほの甘くろまめ 45g	252	
★6309	北海道あん玉 7個	426	
6403	玄米煎餅あやひめ丸・黒ごま 80g	342	
6404	玄米このは・うす塩 80g	283	
6413	ひとくち塩せんべい 75g	299	
6467	島醤油煎餅 80g	300	
島醤油煎餅:『土といのち通信』の「土といのちのおすすめ」に載っています。			
6409	丹波黒豆玉子煎餅 76g	300	
6456	純国産えびせんべい 65g	234	
6423	えびせんべいノンフライ 40g	231	
6464	ミニ柿ピー 11g×5	259	
6455	ふ菓子 7本	227	
★6469	栗しぐれ 100g	330	
★6461	ミニどら焼 6個	342	
★6463	黒棒 8本	321	
6526	バタービスケット・プレーン 5枚×4	518	
★6527	〃 ミルクチョコレート 4枚×3	518	
6528	〃 そば粉 5枚×3	518	
6529	OGビスケット・オート麦 5枚×3	518	
6505	玄米雑穀クラッカー 30g	269	
6508	カリッツェル 紫芋&メープル 25g	293	
6524	OGホールクッキー・黒ごま 6個	360	
6523	〃 無双番茶 6個	360	
6525	〃 ココナッツ 6個	360	
6506	有機素材だけでつくった全粒粉のおやつ 8個	241	
6520	おやつカステラ 130g	290	
6597	北海道ぼーろ 100g	225	
6521	ソイガリック・ガリックバター風味 30g	203	
6620	はとむぎおこし 10枚	266	
6606	有機玄米使用ポン菓子・海鮮だし味 27g	317	
6607	〃 焼とうもろこし味 30g	317	
6813	国産野菜のかりんとう 20g×4	300	
6807	純国産ポテトチップスうすしお味 55g	186	
6808	〃 柚子 53g	186	
6828	みかんグミ 20g×4	383	
6827	グレープグミ 20g×4	394	
6832	北海道はちみつレモンのだし 57g	254	
6834	包み黒糖飴 95g	206	
6829	やさしいラムネ 13g×5	259	
★6985	ローシクOGチョコレート ハイカカオ77% 37g	518	
★6986	〃 ストロベリー 37g	518	
★6987	〃 マイルド 37g	518	

機能性食品

7002	有機梅肉エキス 40g	2,324
7003	有機梅肉エキス 粒 90g	3,533

台所・掃除用 石鹸・洗剤

番号	品名・容量	価格	数
7411	シャボン玉食器洗い機専用 500g	682	
7401	八坂台所固形石けん 280g	249	
7404	N台所のせっけん 詰替 450ml	410	

洗濯用石鹸・洗剤、漂白剤

7501	固 シャボン玉スノール純石鹸 180g	171
7510	バジヤン 1.2kg	1,474
7512	ドラムバジヤン 600g	1,139
7502	シャボン玉スノール 1kg	924
7504	粉 八坂 プレーン 3kg	1,156
7505	〃 竹酢液配合 1kg	445
7506	〃 漂白剤配合 1kg	445
7507	〃 アルカリ剤配合 1kg	445
7508	液 八坂リサイクル油使用 4L	2,343
7509	〃 パージン油使用 4L	2,703
7623	酸素系漂白剤シャボン玉 750g	572
7624	酸素系漂白剤用スプーン 1本	無料

洗顔・浴用・手洗い・歯磨き

7744	シャボン玉浴用石けん 6個	957
7703	Nクリームソープ 無香 1個	184
7704	〃 レモングラス 1個	226
7743	シャボン玉ボディソープ詰替 470ml	770
7741	シャボン玉ハブルガード詰替 250ml	495
7801	N石けんはみがき 120g	431
7804	Nジェルはみがき 90g	656

シャンプー・リンス

7905	ホリュ-アップ シャンプー容器 400ml	2,532
7907	〃 リンス容器 400ml	2,532
7921	シャボン玉石けんシャワー容器 520ml	1,122
7920	自然葉シャンプー 300ml	3,028

南国にしがわ農園の国産OGコスメ

8090	天海のしずくオーガニック	ホイップソープ(洗顔料) 150ml	3,960
8089	ホイップソープ詰替 150ml	2,957	
8091	化粧水 120ml	4,400	
8092	美容液 35ml	6,336	
8093	クリーム 35g	6,336	
8094	フィトシードオイル 10ml	5,060	
8096	トライアル5点セット	5点	3,960
8095	ミネラルファンデーション 5g	5,280	

基礎化粧品類

8038	リップスティック シトラス&ハニー 4.5g	881
8039	〃 ホーリーバジル&ハニー 4.5g	881
8004	Nリップクリーム 4g	666
8006	Nハンドクリーム 無香料 70g	871
8080	OG UVミルク 30ml	2,865
8085	足摺椿(椿油) 100ml	1,807

日用雑貨・衛生用品・肥料など

8220	入浴剤	お試しセット 3P	240
8201	洗剤	よもぎ湯 10P	743
8202	Nキッチンスポンジ 1個	211	
8502	フジ天ぷら敷紙(厚口) 100枚	196	
8510	ありがとう便 トイレットペーパー 150m ×6	685	
8640	鉢底の石 5L	662	
9170	有機グアバ農園のOG燻製用原木チップ 50g	600	
9171	100g	1,098	

このページは翌々週(12月②回目 12/6~8)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。

野菜単品 (県外)

番号	品名・容量	価格	数
0305	つくね芋 (山芋) 500g	444	
0304	れんこん 500g	488	

果物

番号	品名・容量	価格	数
0411	OGパイナップル 400g	497	休
0430	OGブルーベリー 150g	633	
0431	OGストロベリー 200g	510	
0432	OGラズベリー 150g	710	
0433	OGミックスベリー 200g	700	

新共同購入品

4224	シロロモーニ デュラム小麦 有機スバグツ ティーニ(1.4mm)	496	
------	----------------------------------	-----	--

ゆず果汁「幹助」 小松商店

高知県安芸市柘の木という人口約50人の村で「幹助じいちゃん」が50年前にお山に植えたゆずを農薬を使わず栽培しております。収穫した日に搾って瓶詰め。しぼりたてそのままのフレッシュなゆずの味です。

小松商店

5280	非加熱ゆずジャム 140g	608	
3050	農薬不使用 手搾りゆず果汁	473	
3051	100%「幹助」	1,688	
3647	塩ゆず	608	
3648	青ゆず胡椒「辛!幹助」	851	
3649	ホットソース「メキシカン助」	608	

天竺舎の農産加工品

0827	しその実の塩漬け 60g	327	
0819	梅干し (2019年漬) 450g	461	
0821	らっきょう漬け 200ml	353	
0829	ゆかり 50g	261	
0830	秋ウコン (ターメリック) 50g	523	
0825	里芋ずいき 25g	327	

暮年末年始のごちそう食材

2550	豚ロースブロック (TONTON) 約500g	389/100g	
------	-------------------------	----------	--

納豆・味噌・冷凍野菜・乾燥野菜

番号	品名・容量	価格	数
1103	四万十納豆 50g×2	186	
3204	初ちゃん味噌 1kg	1,212	
1231	OGミックスベジタブル 250g	367	
1232	OGフレンチフライポテト 300g	389	
1250	大分県産 有機たけのこスライス 80g	441	
1504	国産五彩ひじき 25g	372	
1560	乾燥ごぼう 30g	414	

乾燥ごぼう・くまもと有機の有機ごぼうで作った乾燥ごぼうです。細切りにされているのでそのまま味噌汁に入れたり、炊き込みご飯などにどうぞ。

海産物と海産加工品

2201	無着色たらこ (北海道近海産) 60g	722	
2202	シーフードミック (甘エビ、するめい、か、水だこ、ホタテ貝)	1,210	
2203	ベビー帆立 200g	789	
2205	新巻鮭切身 2切	710	
2206	開きほっけ一夜干し(真ほっけ) 1枚	678	
2260	いわし味付 缶 100g (固形量 70g)	352	
2261	いわし水煮 缶	342	
2262	さば味付 缶 190g (固形量 140g)	331	
2263	さば水煮 缶	321	
2264	国産手造りアンチョビ 45g	466	

今年ほうろめいわしが不漁のため欠品が多くなっています。獲れ次第お届けできるようになる予定です。

宇佐もん工房の海産加工品 (4週に1回企画)

2270	オイルサーディン 100g	441	休止
2271	トマトサーディン 100g	441	
2272	サラダサーディン 100g	441	

漬け丼:これとあと一品汁があればOK。手抜きしたいときにも、贅沢な食事になります。

2276	獲れたてサバの醤油漬け丼 60g×2	510	休止
2278	イカの醤油漬け丼 60g×2	605	
2279	マグロの醤油漬け丼 60g×2	700	
2269	わら焼き鰹たたきの醤油漬け丼 65g×2	700	
2273	うるめいわし5つかけ漬け丼 60g×2	510	
2275	うるめいわし100% つみれ団子 8玉	330	
2274	うるめいわしのカルパッチョ 50g	285	
2277	うるめいわしフィレ 100g	321	

まあの(兵庫県)

アルプス牛は、美しい南アルプスの麓の長野県大鹿村で育ちました。父牛が黒毛和牛、母牛はホルスタイン、両親の良いところを受け継いでいます。まあののお付き合いする生産者は、牛が2人豚は1人で、生産規模もささやかなら、肉屋のまあのも小規模です。小規模なればこそ確かな中身を伝えることができると自負しています。月刊誌「de mano」もぜひご覧ください。

まあの牛肉 (冷凍)

(4週に1回企画)

番号	品名・容量	価格	数
2601	ロースステーキ 250g	3,033	
2602	ロースサイコロステーキ 170g	2,145	
2603	ロースアミ焼 170g	2,057	
2604	ロースシャブシャブ 170g	1,938	
2605	ローススライス 170g	1,776	
2606	上焼肉 170g	2,027	
2607	焼肉セット 210g	1,835	
2608	モモミニステーキ 170g	1,761	
2609	モモブロック 300g	2,989	
2610	モモ赤身シャブシャブ 170g	1,494	
2611	スライスセット 210g	1,509	
2612	バラスライス 170g	1,154	
2613	角切り 170g	1,065	
2614	ミンチ 170g	1,110	

ウィンナー (冷凍)

2760	放牧豚ポークウィンナー 100g	471	
2761	放牧豚粗挽きウィンナー 100g	521	

調味料・ドレッシング・ルウ・香辛料

3040	生レモンしぼり 100ml	465	
3121	減塩醤油(金笛) 600ml	651	
3559	チキンコンソメ 10個	244	
3664	つゆの素ストレート 300ml	347	
3669	えごま一番胡麻ドレッシング 150ml	508	
3665	有機バスタソース トマト&ズッキーニ 300g	673	
3666	トマト&ナス 300g	673	
3731	植物素材のカレー甘口 135g	429	
3732	中辛 135g	429	
3733	辛口 135g	429	
3730	ソーラーレシチュールーク 180g	450	
3806	創健社麻婆豆腐の素 180g	352	
3902	生おろしわさび(チューブ) 40g	396	
3903	練りからし(チューブ) 40g	347	

粉類

4070	タピオカ(粉) 600g	502	
------	--------------	-----	--

このページは翌々週(12月②回目 12/6~8)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。

乾麺

番号	品名・容量	価格	数
4221	古代小麦有機スパゲッティ 松竹がら 300g	496	
4222	全粒粉・有機ペンネ 250g	278	
4223	特選そば 200g	419	
4224	ひえめん 200g	456	

ひえめん：小麦を使わない雑穀麺。きびめん・あわめん(各456円)も注文できます。特注欄へ。

インスタント麺

4342	博多風らーめん 1食	191	
4343	四川風拉麺(ラーメン) 1食	207	
4341	有機即席ラーメン(スープなし) 1食	167	

ご飯のおとも

4535	ねこぶまんま 50g	703	
4591	のりとたまごのふりかけ 28g	249	
4550	さつまたくあん(玄米黒酢使用) 1本	476	

インスタント汁物

4820	五穀大黒スープ 4食	601	
4821	オニオンスープ 4食	570	
4822	ミネストローネ 4食	621	

冷凍総菜

(4週に1回企画)

5110	野菜たっぷり餃子 12個	378	
5111	肉餃子 12個	572	
5112	ひとくち餃子 20個	551	
5116	海鮮餃子 12個	583	
5114	海老ワンタン 15個	535	
5113	春巻き 5本	810	
5115	カレースティック春巻 5本	421	
5117	肉焼売 8個	670	
5118	海鮮えび焼売 8個	697	
5119	海老にらまんじゅう 6個	637	
5130	やさしい日本のアジフライ 4枚	722	
5120	北海道トマトと放牧豚のマルゲリータ 1枚	910	
5122	ピザパン・トマト&チーズ 2個	845	
5123	ピザクラスト(ピザ生地) 2枚	667	

ココア

5436	ミルクココア 5p	428	
------	-----------	-----	--

★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

ドライフルーツ・お菓子

番号	品名・容量	価格	数
6104	有機ブルー種抜き 110g	589	
6487	カレーおかき 70g	378	
6488	黒しょうおかき 70g	337	
6489	塩おかき 70g	337	
6891	ポテトチップス うす塩味 60g	191	
6892	// バター醤油 60g	191	
6893	// 野菜コンソメ 60g	191	
6894	きらず揚げ しお 20g×4	269	
6895	きらず揚げ 黒糖 20g×4	269	
6889	とうふドーナツ ハニウ味 4個	293	
6890	// ココア味 4個	293	

3種のシュレッドチーズ増量キャンペーン中！
今だけ20g増量で130g→150gです。期間限定です。この機会をお見逃しなく！

日用雑貨

7522	ベビーマグちゃん(ピンク) 衣類3kgまで	1個	2,532	
7523	ベビーマグちゃん(ブルー) 衣類3kgまで	1個	2,532	

ベビーマグちゃん：マグネシウムと水だけでエコな洗濯！
マグネシウムを水の中に入れるとアルカリ性の水素水を生成。この水に強い洗浄力があり洗濯物の汚れや臭いがとれます。

8282	無添加NEWポリラップ 30cm×20m	231	
8283	リラップ 22cm×20m	127	

宗田節削りだし：メジカのかつお節。旨みも香りも強く、濃いだしが取れる

牛スジ：斉藤牧場の牛肉は肉質がしまっていますが、こんにゃくや大根と煮込むと、とっても柔らかく仕上がりました。

コース(火・水・木) No ()
氏名 (/)

よつ葉乳業の乳製品(冷蔵) (12月③回目配送)

番号	品名・容量	価格	数
1870	よつ葉バター食塩不使用 150g	402	
1871	よつ葉バター加塩 150g	378	
1872	パンに美味しいよつ葉バター 100g	300	
1873	// 発酵バター 100g	333	
1874	// よつ葉バターとひまわりオイル 100g	305	
1890	ゴーダチーズ 200g	602	
1891	おつまみチーズ ゴーダ 30g	211	
1893	チェダーチーズ 200g	582	
1894	おつまみチーズ チェダー 30g	211	
1888	カマンベールチーズ 90g	509	
1889	大人のカマンベール&ブルー 90g	573	
1896	3種のシュレッドチーズ 130g	451	
1897	クリームチーズ 100g	287	
1879	スキムミルク 150g	315	
4096	バターミルクパンケーキミックス 450g	531	

土佐佐賀産直出荷組合の常温品

(12月③回目配送)

1934	きびなごの魚醤 100ml	866	
1935	かたぐちいわしの魚醤 100ml	866	休

竹内商店のだし(12月③回目配送)

2384	本枯節 1本	1,136	
2371	宗田節削りだし 100g	409	

斉藤牧場の牛肉(冷蔵) (12月③回目配送)

乳牛の経産牛。山で放牧し、肉質がしまっています。

2660	牛ブロック 400g	1,165	
2661	牛スライス 200g	612	休
2662	牛ミンチ 200g	473	
2663	牛スジ 200g	333	

お山の干しいもの干し芋(12月③回目配送)

6380	紅はるか干し芋 100g	451	
------	--------------	-----	--

紅はるか干し芋：ねっとり甘い干し芋。今の時期に食べたい自然な手作りおやつです。

🎄クリスマスプレゼントにおすすめです。

**★特別企画★
《本コミ 9377》**

会員価格・チラシ価格(税込)

品番	品名	注文数	備考