

注文数は赤などのわかりやすい色でご記入ください。

2023年10月①回目注文書

配布：9月③回目（9/19(火)～21(木)）
回収：9月④回目（9/26(火)～28(木)）
配送：10月①回目（10/3(火)～5(木)）

コース（火・水・木）
番号（ ）
氏名（ / ）様

野菜セット（高知県）

お問合せ等は土といのちにお願いします。

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。
10/3（火）・5（木）時間帯：

0504	谷川農園 直送・谷川農園の野菜 セット（6品目）	1,363	+送料
0506	〃 平飼い卵6個入り	1,661	+送料

着日時間帯指定 月 日 時間帯：

野菜単品（高知県）

0101	井上正雄	サツマイモ	500g	359
0102		ミニ冬瓜	1個 24/100g	
0103		ネギ	100g	209
0104		ナス	300g	275
0105		キュウリ	3~4本	261
0201	わたなべ農園	玉ネギ	660g	392
0202		玉ネギ 小玉ちゃん	380g	261
0205		ニンニク	2~3個	392
0206		ニンニク（バラ）	50g	261
0207		里芋（子芋）	400g	418
0240	とさやま	生姜	100g	226
0241		ニンニク	150g	254
0250		ジャガイモ	400g	261
0251		キュウリ	2~4本	261
0252		エンサイ	150g	261
0253		ピーマン	200g	261
0254	竹内自然農園	甘長唐辛子	150g	261
0255		オクラ	100g	261
0256		小松菜	150g	261
0257		水菜	150g	261
0260		葉人参	4本前後	261
0261		里芋	300g	261
0262		サツマイモ	400g	261
0280	吉井浩一		100g	261
0281		新生姜	500g	1,046
0282			1kg	1,961

野菜単品（県外）

0301	大阪	人参	500g程度	380
0302	くま	新れんこん	500g	488 P5

キノコ（高知県）

0277	宗安寺	生きくらげ	75g	240
------	-----	-------	-----	-----

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299

✓欄

果物

番号	品名・容量	価格	数
0464	おぐらやま農場 リンゴ/シナノ	1kg前後	935
0462	スイート（中玉）	10kg箱入	8,658
0463		15kg箱入	13,042
0460	リンゴ/シナノスイート（大玉）	10kg箱入	9,754
0461		15kg箱入	14,686

新共同購入品

1850	蔵 OG3-グルト・ブレン	330g	509
5129	冷凍 天然EJのササヒとくちエビフライ	100g	702

高知のいいものいろいろ

～天竺舎の農産加工品はP5

9365	高知こどもの図書館 2024カレンダー	1冊	1,000
0801	奥山 マコモ長茶	3g	111
0802		33g	1,111
0840	黒にんにく「土佐の隠し玉」	40g	540
0841	※250g入りは40g入りよりやや大粒	250g	3,240
0842		250g×2	5,400
0843	金色の手作り 蒸し生姜パウダー	20g	1,080
0878	ローリエ	20枚	137
0889	古い梅干し(2021年産)	150g	235
0881	梅干し（赤じそ）	150g	366
0879	ゆかり（赤じそ）	40g	261
0883	梅酢（赤じそ）	300cc	588
8024	どくだみ水	60cc	818
8029	どくだみ水詰替	100cc	952
8026	どくだみローション	60cc	818
8034	どくだみローション詰替	100cc	952
8037	びわの種エキス	55cc	473
8036	詰替	100cc	952
8099	300ccは20%引き価格	300cc	1,944

地元の仲間を応援キャンペーン5%割引「泉利昆布海産」

2396	芽ひじき	50g	505
2397	道東だし昆布	25g	242
2399	利尻昆布	30g	409
2398	ねばねば猫あしこんぶ	20g	291

今週のお米

0630	コシヒカリ	5kg	2,679
0631		10kg	5,226
0632		15kg	7,649
0633	井上正弘	5kg	2,779
0634		10kg	5,426
0635		15kg	7,949
0636	（無）	5kg	2,779
0637		10kg	5,426
0638		15kg	7,949

ブルーベリージャム:『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。

もち米

番号	品名・容量	価格	数
0687	有機もち玄米（国産）	1kg	1,080

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

0918	土佐酒粕食パン	5枚	475
0925	ハードトースト	5枚	389
0926	ハードトースト サンド用	10枚	389
0912	グラハムトースト	1本	518
0913	玄米トースト	1個	464
0938	もち麦トースト	1斤	410
0935	ブラウンライスカンパーニュ	1個	572
0936	ブランレッド	1本	518
0927	バターロール	5個	529
0907	窯焼き玄米パン（丸パン）	3個	270
0943	リュスティックブレーン	1個	281
0908	クランベリノア	1個	518
0929	バターロール	1本	410
0916	白神ソフトフランス	1個	454
0931	パンオセーグルくるみ	1個	562
0937	ブレーンベーグル	2個	475
0911	クロワッサン	2個	432
0932	ピストーレ	5個	529
0909	クルミフランス	1個	448
0901	あんフランス	1個	248
0902	あんぱん	2個	454
0933	ぶどうパン	2個	292
0914	玄米パイ	1個	248
0915	しおパン	2個	346
0917	チョコクロワッサン（四角）	1個	259
0919	万次郎かぼちゃ		540
0920	玄米		540
0921	チョコ	1斤	540
0922	アーモンド		540
0923	オレンジ		540
0924	マロン		540
0939	ナ焼ツッ	栗	1個 216
0941		チョコくるみ	1個 216

ライ麦パン、蒸しパン、シリアル

有機全粒ライ麦パン:賞味期限は常温で1年。保存食にもオススメです。穀物の粒々の存在感たっぷりです

0968	有機全粒ライ麦パン（ブンパーニッケル）	375g (6枚入)	482
0969	〃(マルチグレインプロード)		522
0970	玄米パン あんなし	3個	514
0971	玄米パン あん入り	3個	514
0972	有機オートミール	250g	384

パンのおとも

5201	ハイプラスマーガリン	180g	331
5230	有機ストロベリーズ レッド(ジャム)	200g	723
5231	有機オレンジスプレッド(ジャム)	200g	701
5233	有機ラズベリーズ レッド(ジャム)	200g	766
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

農産物と農産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1001 もめん豆腐 1丁, 1002 もめん豆腐 半丁, etc.

初月のおから・豆乳:『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。

卵・牛乳と乳製品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1701 奥田さんの 10個, 1702 平飼卵 6個, etc.

木次乳業の乳製品 (冷蔵)

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。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1816 プレーンヨーグルト 400g, 1814 美楽(ヨーグルト) 90g, etc.

プロポローネ:加熱するととろりととろけて、香りとコクが引き立つので、オープン料理にもおススメ。

田中鮮魚店の干物 (冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2101 おまかせ干物, 2102 丸干し, etc.

豚肩ロース:脂肪と赤身のバランスが非常に良くコクがある部位で、幅広い料理に合います。

土佐蒲鉾の練り製品 (冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 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.

とことんシリーズ:無リンすり身を使った練り製品は貴重。蒲鉾も角天も酒の肴にいかがですか。

海産物と海産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2236 レトルトしじみ 110g, 2235 レトルトあさり 120g, etc.

とろろ昆布:酢不使用で、天然の昆布そのものの味わい。がごめ入りで香り高く粘りがあります。

奥田養鶏場の親鶏肉 (冷凍)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2402 おくだの親かしわ(半羽分) 300~400g, 2401 親かしわミンチ 300g, etc.

秋川牧園の若鶏肉 (冷凍)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2440 もも肉 300g, 2441 もも肉切身バラ凍結 500g, etc.

和歌山ポークTONTONの豚肉 (冷凍)・ウインナー・ハム類 (冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2525 ブロック 300g, 2526 カット(3枚) 300g, etc.

基本調味料

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2901 完全天日塩 土佐の塩丸 200g, 2902 // あまみ 400g, etc.

基本調味料・油

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 海産物産有機豆味噌, 麦味噌, 玄米味噌, etc.

便利なだし

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like にぼしパック, 味だしパック, etc.

その他の調味料

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes JAPON中濃ソース, ウスターソース, etc.

ルウ

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes オカシチュールウ, 王国のグリーンカレー.

王国のグリーンカレー: タイ伝統のレシピで調合。カレー以外でもエスニック料理が楽しめる。

～の素・香辛料

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes オカシ麻婆の素, ごぼうご飯の素, etc.

粉類

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

OGポタージュ: フリーズドライと思えないほど本格的なポタージュスープ。食卓の1品にどうぞ。

佐竹製麺の生麺(冷蔵)

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes 生らーめん, 生パスタ.

乾麺・パスタ・インスタント麺

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes 手延葛うどん, 手延葛そうめん, etc.

ベジ玄米ラーメン: 植物性素材でつくったこだわりのラーメン。国内産小麦粉・玄米粉を使った無かんすいのノンフライ乾麺

おかず・ごはんのおとも

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes こだわりおでん(5種), 天日干したくあん, etc.

レトルト

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes 有機ポターージュ, ベジバスタソース, etc.

餅・インスタント汁物

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes 有機黒豆入り玄米餅, 有機みそ汁, etc.

秋川牧園の冷凍総菜 (●印は加熱済み)

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes とりがらすープ, 手羽中の甘辛揚げ, etc.

お茶・紅茶・ハーブティ

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes 有機抹茶(缶入り), 煎茶, etc.

はなればなれ珈琲・コーヒー・コーヒーフィルター

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like カフェインレスおまかせ, モカ シダモ, はなればなれブレンド, etc.

ジュース・清涼飲料・炭酸飲料

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like OGトマトジュース無塩, 野菜ジュース無塩, etc.

缶のケースは30本で少しお得です。ただし5681は20本入。5760以外のケースは翌々週配送になります。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes item ヴェリタスプロイ (ノンアルコールビール).

ヴェリタスプロイ:本場ドイツ製造。味・喉越しともビールそのもの。BBQのおともどうぞ。

おもしろい飲み物・水

菜食健美:大豊町の無農薬野菜が10種類も入ってる! 飲みやすい野菜飲料です。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 健康青汁 菜食健美, 濃いアーモンドミルク, etc.

司牡丹酒造の純米酒、麦焼酎

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 永田農法 純米酒, むぎ焼酎 吉岐.

EUオーガニック認証イタリアワイン

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like パローネ (赤), センプロニウス (赤), etc.

ドライフルーツ・ナッツ

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機クコの実, ドライブルーベリー, etc.

お菓子

つぶしあん・こしあん:お湯を加えるだけで簡単にぜんざいが作れます。ほっこり甘く暖かく♪

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like つぶしあん, こしあん, おやつ昆布, etc.

機能的食品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ホ-物梅のエキス, 青みかんパウダー.

台所・掃除用 石鹸・洗剤

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 八坂台所固形石けん, N台所のせっけん, etc.

洗濯用石鹸・洗剤

ニューバジャン:『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 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ニューバジャン, ドラムバジャン, etc.

洗濯用、リンス・漂白剤

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes item 衣類のリンス 消臭プラス.

洗顔・浴用・手洗い

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 化粧石鹸 E, Nクリアソープ ミント, etc.

歯磨き

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like Nソルティー石けんはみがき, N石けんはみがき, etc.

シャンプー・リンス

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 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 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like Nハンドクリーム無香料, セラニウム&ラベンダー, etc.

日用雑貨・衛生用品など

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like お試しセット 3P, よもぎ湯, etc.

なのはな(トイレットペーパー):『土といのち通信』の「各地の生産者だより」に載っています。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ミラクルやまちゃん, 菜種油かす, etc.

このページは翌々週(10月②回目 10/10~12)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。

井上スパイス工業特集

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 奄美カレー・ちびっこ, 奄美カレー・甘口, etc.

オーガニックなカレー・ホワイト・ハヤシルウは井上スパイスならではの。この機会にどうぞ。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include オーガニックカレーパウダー, 特選ガラムマサラ, etc.

井上スパイスのファッションスパイス: スパイスと塩や砂糖などの基本調味料だけで作った、使い切りタイプのシーズニング。料理の味が一発で決まるおしゃれなスパイス♪

野菜単品 (県外)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Item: 新れんこん 500g 488

果物

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include リンゴ/シナノスイート, OGブルーベリー, etc.

新共同購入品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include OG3-グルト・プレーン, 天然Eの物カヒ

天竺舎の農産加工品

天竺舎 再開しました!

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Item: らっきょう漬 200ml 353

豆腐・納豆 (冷蔵)

山芋とうふ: そのままはもちろん、つぶしてご飯にかけてとろろ飯に、お好み焼きのつなぎにもできます。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 山芋とうふ, 有機カップ入り納豆, etc.

冷凍・茹で・乾燥野菜

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include OGミックスベジタブル, OGフレンチフライポテト, etc.

渡邊水産の海産物 (冷凍) 島根県 (4週に1回企画)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include あじ開き, かます開き, etc.

新登場! ゆず香るあじ開き: 山陰のあじ×和歌山県古座川ゆずのコラボ品。原材料: あじ(山陰産)、ゆず果汁(和歌山県産)、天日塩

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include ケンサキイカー夜干し, スルメイカー夜干し, etc.

手摘み細もずく(島根産): 地場のもずくは漁師さんによる手摘みで、非常に貴重。絹のように細く食味も抜群!

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 手摘み細もずく(タレなし), 絹糸もずく(タレ付), etc.

海産物と海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 無着色たらこ, シーフードミック, etc.

うる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予定です。

宇佐もん工房の海産加工品 (4週に1回企画)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include オイルサーディン, トマトサーディン, etc.

ウィンナー (冷凍)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 放牧豚ボークウィンナー, 放牧豚粗挽きウィンナー

調味料・ドレッシング・ルウ・香辛料

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 生レモンしぼり, 減塩醤油(金笛), etc.

このページは翌々週(10月②回目 10/10~12)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。

粉類

番号	品名・容量	価格	数
4070	タピオカ(澱粉) 600g	570	

乾麺

4220	デュラム小麦 有機パゲッティ(1.4mm) 500g	496	
4221	古代小麦 有機パゲッティ(1.8mm) 300g	496	
4218	全粒粉・有機ペンネ 250g	357	
4219	デュラム小麦 有機ファルファッレ(蝶々型) 250g	357	
4223	特選そば 200g	476	
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(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	212	
4343	四川風拉麺(ラーメン) 1食	228	
4341	有機即席ラーメン(スープなし) 1食	185	

ご飯のおとも

4540	関(みん)家白菜キムチ 250g	599	
4541	冷蔵 幸福キムチ・辛さ控え目 300g	599	
4542	カクテキ・大根(キムチ) 250g	577	
4552	ねこぶまんま 50g	703	

ねこぶまんま：『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。

4551	のりとたまごのふりかけ 28g	300	
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

4821	オニオンスープ(フリーズドライ) 4食	570	
------	---------------------	-----	--

とうふドーナツ：トースターで焼くと、外サクッと中ふわふわで美味しいです。

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。衣類4kgまでは3個使ってください(メーカー推奨量)

冷凍総菜

(4週に1回企画)

番号	品名・容量	価格	数
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・豆乳飲料

5436	有機ココア使用 ミルクココア 5p	497	
5840	甘粒豆乳(冷蔵) 160g	376	

ドライフルーツ・お菓子

6104	有機ブルー種抜き 110g	589	
6401	黒豆きなこあられ 8g×15	785	
6484	カレーおかき 70g	425	
6485	塩おかき 70g	383	
6486	黒こしょうおかき 70g	383	
6891	ポテトチップス うす塩味 60g	213	
6892	バター醤油 60g	213	
6893	野菜コンソメ 60g	213	
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 バニラ味 4個	340	
6890	ココア味 4個	340	

日用雑貨

7522	ベビーマグちゃん(ピンク) 衣類4kgまでは3個使用 1個	2,532	
8230	NEWポリラップ 30cm×20m	285	
8231	NEWポリラップ 22cm×20m	157	

★特別企画★

《ゼンケン 暖房機 9313》

会員価格：千円価格(税込)の15%引き

《ゼンケン 浄水器 9310》

会員価格：千円価格(税込)の10%引き

↓ この列は10月③回目配送品 ↓
(10/17~19)

よつ葉乳業の乳製品(冷蔵)

番号	品名・容量	価格	数
1860	よつ葉バター加塩 150g	419	
1861	よつ葉バター食塩不使用 150g	441	
1862	パンに美味しいよつ葉バター 100g	333	
1863	// 発酵バター 100g	364	
1864	// よつ葉バター とひまわりオイル 100g	337	
1865	チェダーチーズ 200g	645	
1866	おつまみチーズ チェダー 30g	228	
1867	ゴーダチーズ 200g	661	
1868	おつまみチーズ ゴーダ 30g	228	
1876	カマンベールチーズ 90g	542	
1877	大人のカマンベール & ブルー 90g	601	
1870	3種のシュレッツ ドチーズ 130g	500	
1875	クリームチーズ 100g	302	
1878	スキムミルク 150g	340	
4050	バターミルクパン ケーキミックス 450g	596	

土佐佐賀産直出荷組合の常温品

1934	きびなごの魚醤 100ml	866	
------	---------------	-----	--

竹内商店のだし

2370	本枯れ鰹節 1本	1,520	
2371	宗田節削りだし 100g	533	

斉藤牧場の牛肉(冷凍)

乳牛の経産牛。山で放牧し、肉質がしまっています。

2665	牛ブロック 400g	1,302	
2666	牛スライス 200g	681	
2667	牛ミンチ 200g	525	
2668	牛スジ 200g	370	

お山の干しいもの干し芋

6380	紅はるか干し芋 100g	481	
------	--------------	-----	--

コース(火・水・木) No ()

氏名 (/)

★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

品番	品名	注文数	備考