注文数は赤などのわかりやすい色でご記入ください。 今週のお米

2023年12月4回目注文書

配布:12月2回目(12/5(火)~7(木)) 回収:12月③回目(12/12(火)~14(木)) 配送:12月④回目(12/19(火)~21(木)) コース(火・水・木) 番号() 名 氏)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 セット	888	1,363 + _{送料}	

ご希望の着日に〇をつけ

希望時間帯も指定してください。 12/19(火)・21(木)時間帯:

	/=#1181
	(高知県)
Ŧ7 44 52 NN	

野菜单	野菜単品(高知県)					
0101		人参	250g	212		
0102		大根	1本	225		
0103		レタス	1個	268		
0104		サニーレタス	1個	212		
0105		ネギ	100g	225		
0106		ホウレン草	130g	225		
0107		菊菜	120g	225		
0108	井	田芋	300g	310		
0109	上正	生姜	100g	212		
0110	雄	白菜	1個	282		
0111		ブロッコリー	1個	282		
0112		カリフラワー	1個	282		
0113		金時人参	200g	282		
0114		つくね芋	1個	98/100g		
0115		カブ	300g	261		
0116		小松菜	130g	225		
0117		水菜	150g	225		
0201		人参	350g	261		
0202		人参ジュース用	700g	392		
0203		囲い生姜	100g	220		
0204	わた	囲い生姜(大)	300g	667		
0205	たな	ニンニク	2~3個	392		
0206	べ農	ニンニク (バラ)	50g	261		
0207	園	里芋(子芋)	400g	418		
0208		大根(葉付)	1本	261		
0209		サツマイモ (べにはるか)	400g	418		
0210		サツマイモお得用	800g	732		
0240	ک خ	生姜	100g	226		
0241	やま	里芋	500g	353		
0250		人参	400g	261		
0251		里芋	400g	261		
0252	竹内	サツマイモ (土佐紅金時)	500g	261		
0253	自	サツマイモ (安納芋)	500g	261		
0254	然農	白菜	1個	261		
0255	園	キャベツ	1~2個	261		
0256		茎ブロッコリー	150g	261		
0259		ホウレン草	150g	261		

野菜単品 (県外)

0304	愛	ジャガイモ	1kg	580	
0305	農	玉ネギ	程度	540	
0302	\ +	レンコン	500g	488	P

欠品の場合は他の生産者の野菜	✔欄
を希望します。0299	

キノコ(高知県)

番号	品名 • 容量	価格	数	
0277	宗 生きくらげ 75g	240		
0270	着 <i>原木しいたけ</i> 1.70g	327		
原木しいたけ: 『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。

0403 と ユズ

果物

新共同購入品						
	香辛料〈山椒〉	5g	655			
5849	国産有機玄米こうじあま酒	250g	453			
5930	米焼酎 いごっそう 古酒	720ml	1,250			
5931	栗焼酎 ダバダ火振	720ml	1.525			

1個

99

高知のいいものいろいろ

~天竺舎の農産加工品、生活学舎 桃土のジャムはP5 さくらベーカリーのパン

0802	9	3g	111	
0002	1 V 1++4/4741	33g	1,111	
1260	四方竹(水煮)	200g	706	
0000	が 古代米(ヤクノムラサキ/ 無・無・無)うるち	450g	794	
0850 5	乾燥きくらげ	40g	565	
0840	黒にんにく「土佐	40g	540	
0841	- /	250g	3,240	
0842	りよりやや大粒	250g×2	5,400	
0843		20g	1,080	
0844	手むきの素焼き ジャンボ落花生	80g	540	
0878	ローリエ	20枚	137	
0881	梅干し(赤じそ)	150g	366	
0889	古い梅干し(2021年)	150g	235	
0883		300cc	588	
8036	リンだコル註麸	55cc	473	
		100cc	952	
8037		55cc	473	
8034	こへにのロージョン語音	100cc	952	
8020	びわの葉エキス詰替	55cc	473	
0841 0842 0843 0844 0878 0881 0889 0883 8036 8029 8037 8034	黒にんにく「土佐の隠し玉」、※250度入りは40度入りよりやや大粒 金色の手作り 素し生姜パウダー 手むきの素焼き ジャンボ落花生 ローリエ 梅干し(赤じそ) 古い梅干し(2021年) 梅酢(赤じそ) どくだみ水詰替	250g 250g×2 20g 80g 20tx 150g 150g 300cc 55cc 100cc 55cc 100cc	540 3,240 5,400 1,080 540 137 366 235 588 473 952 473 952	

(*) 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	1,458	
0949	// モーンバックマッ セ <i>(黒ケシペースト)</i>	1個	1,458	

●ごちそう食材

9501 エコシュリンプレサイズ 200g 1,764 9502 エコシュリンプ むきみ 200g 1,688

オルタートレードジャパン:『土といのち通信』の「各地 の生産者だより」に載っています。

お正月の準備も忘れずに

1310	丹波黒豆	200g	1,499	
9505	屠蘇散	1包	146	
4229	国内産・十割そば(乾)	200g	533	
★ 4103	奥出雲・生蕎麦(生)	2食	453	

ノだりの外					
番号		品名 •	容量	価格	数
0612	ア		5kg	3,473	
0613	キタコマチ	玄米	10kg	6,772	
0614	Ţ		15kg	9,911	
0615	井チ		5kg	3,573	
0616	井上正#	五分	10kg	6,972	
0617	雄機		15kg	10,211	
0618	J A		5kg	3,573	
0619	S	白米	10kg	6,972	
0620)		15kg	10,211	
0630			5kg	2,679	
0631	コシヒ	玄米	10kg	5,226	
0632	ヒ カ		15kg	7,649	
0633	井リ		5kg	2,779	
0634	上一正	五分	10kg	5,426	
0635	弘・		15kg	7,949	
0636	. [5kg	2,779	
0637	無	白米	10kg	5,426	
0638			15kg	7,949	

※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

**	次使用しているテョコレートには乳化剤、省科が含まれていま 9							
0918	土街	酒粕食パン	5枚	475				
0925	/1-	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	<i>ミトースト</i>	1個	464				
0938	もさ	麦トースト	1 <i>F</i> T	410				
0935		ラウンライス /パーニュ	1個	572				
0936	ブラ	ランブレッド	1本	518				
0932	ピス	ストーレ	5個	529				
0927	バタ	フーロール	5個	529				
0907	窯焼き	き玄米パン(丸パン)	3個	270				
0944	リュス	ティック 白いちじく	1個	335				
0908	クラ	ランベリノア	1個	518				
0909	クル	ミフランス	1個	448				
0916	白神	ソフトフランス	1個	454				
0930		tセーグルプレーン	1個	518				
0910		ンベリーベーグル	2個	497				
0902	あん	ぱん	2個	454				
0911	クロ	フワッサン	2個	432				
0914	玄米	(/1°7	1個	248				
0915	しま	ジパン	2個	346				
0917	£3]/	ロクッサン (四角)	1個	259				
0933	1312	<i>ごうパン</i>	2個	292				
0939	ナ焼ッド	栗	1個	216				
0941		チョコくるみ	1個	216				

シリアル、パンのおとも

	777 7 77 77 70 70 70 70 70 70 70 70 70 7			
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	429	
0954	OGグラノーラハニー	200g	725	
0955	OGグラノーラベリー	200g	829	
5201	ハイプラスマーガリン	180g	331	
5260	有機・レモンマーマレードゆず入	115g	402	
5263	アーモンドクリーム	150g	777	
5262	黒ゴマクリーム	190g	682	
5205	メリージェーンファームの	230g	810	
5206	ブルーベリージャム	480g	1,553	

*斜め字*は高知県産品です。12月④回目−P2 ★印は季節限定品 No.[]氏[]名[]様

農産加丁品

炭性ルーロ					
番号		品名 · 容量		価格	数
1001		もめん豆腐1丁	約450g	257	
1002		もめん豆腐 半丁	約225g	149	
1003	初月自	とろりそふと (絹ごし豆腐)	約350g	243	
1004	然豆	厚揚げ	1枚	155	
1005	腐	油揚げ	1枚	155	
1006		おから	200g	54	
1104		初月の豆乳	200ml	149	
1114	玉	産無調整豆乳	1 L	373	
1109	こん	角こんにゃく	240g	215	
1110	にや	糸こんにゃく	200g	215	
1115		乾燥糸こんにゃく	25g×10	593	L

乾燥糸こんにゃく:熱湯につけて約5~7分で戻ります(1 個が約60gに)。長期保存ができて、便利な小分け型。

個が約60gに)。長期保存ができて、便利な小分け型。				
0875	ッ ボ イ <i>に淀川きくらげ</i> 乾燥・黒	40g	824	
1216	有機蒸しミックスビーンズ	85g	252	
1218	有機蒸しひよこ豆	85g	252	
1222	蒸し発芽大豆	100g	201	
1223	蒸し発芽黒豆	70g	201	
1240	FBもろこし畑 ホールカーネル	180g	226	
1241	FBもろこし畑うらごし	230g	211	
1385	もち麦キラリ	500g	916	
1386	(除1)(香川県産)	1kg	1,668	
1301	押麦〈国内産〉	800g	601	
1304	ひえ	150g	805	
1306	国産十六雑穀米	20g×10	1,053	
1308	国内産有機・小 豆 (転換期間中)	200g	744	
1417	外 有機あらいごま白	80g	262	
1418	産 有機あらいごま黒	80g	262	
1410	国内産すりごま 白	30g	643	
1409	国内産すりごま 黒	30g	583	
1415	ねめ 絹こし胡麻 白	270g	943	
1416	ま 絹こし胡麻 黒	270g	943	
1520	全粒粉くるまふ	6枚	442	
1612	国内産・はるさめ	100g	337	
1611	有機大豆使用・にが り凍み豆腐さいの目	50g	349	

奥田さんの平飼い卵:12月⑤回目(12/26~28)の卵のご注文は今週注文書 P5で!

卵・牛乳と乳製品

717				
	奥田さんの	10個	541	
1702	平創则	6個	344	
1710	うずらの玉子・水煮	6個×2	423	
1801	山地酪農牛乳	1L	418	
1802	牛の道(ジャージー牛乳)	500ml	289	
1803	生クリーム	200ml	516	

土佐蒲鉾の練り製品(冷蔵)

2282	とことん 鱧入り蒲鉾	100g	370	
2283	とことん 鱧入り角天	50g×2	281	
2280	とことん 鱧入り竹輪	40g×3	246	
2281	とことん 鱧入りなると	40g×2	246	

海産物と海産加工品

番号	品名 • 容量	価格	数
2219	国内産・素干しえび 30g	300	
2220	銀のまぐろ水煮(ツナ) 缶 70g×3	725	
2221	金のまぐろ油漬(ツナ) 缶 70g×3	725	
2361	<i>鰹本枯節(花鰹) 65g</i>	758	
2362	削 宗田節(削りぶし) 40g	430	
2363	競売ぶし60g	493	
2365	かつおパック 2.5g×20	510	
2320	だ 日高昆布 100g	539	
2322	L	430	
2321	^布 道東だし昆布 25g	255	
2301	鳴門塩わかめ(生)冷凍 200g	391	
2302	鳴門カットわかめ 27g	608	
2340	5種の海藻サラダ 10g	342	

向井すじ青のり:四国の汽水域で採れるすじ青のり。 味よし、香りよし、くちどけよし。いろいろかけてください

2332	向井 すじ青のり	4g	372	
2325	長ひじき	50g	576	

奥田養鶏場の親鶏肉(冷凍)

2402	おくだの親かし わ(半羽分)	300~ 400g	219 /100g	
2401	親かしわミンチ	300g	717	

秋川牧園の若鶏肉(冷凍)

	2440	もも肉	300g	661	
	2441	もも肉切身バラ凍結	500g	988	
	2442	むね肉	300g	595	_
	2443	むねミンチ肉バラ凍結	300g	540	_
	2444	ささみ	200g	502	
	2445	小間切	200g	420	
	2446	きも(レバー)	150g	337	
	2447	砂肝	200g	405	
	2448	手羽先	400g	620	
	2449	手羽元	300g	536	
٥	2450	骨付きもも2本	740g	1,123	

秋川牧園の黒豚肉(冷凍)

2501	黒	スライス	200g	
		しゃぶしゃぶ用	200g	644
2503	ラ	焼肉用	200g	650

和歌山ポークTONTONの豚肉(冷凍)

2525		ブロック	300g	1,168	
2526		カット(3枚)	300g	1,168	
2524	1	スライス	200g	898	
2527	^	しゃぶしゃぶ用	200g	898	
2528		生姜焼き用	200g	898	
2529	=	スライス	200g	786	
2530	肩口	ブロック	300g	1,107	
2531	コス	カット(3枚)	300g	1,107	
2532		生姜焼き用	200g	786	
2521	バ	ブロック	300g	898	
2520	ラ	スライス	200g	617	
2523	芴	・身スライス	200g	609	
2533	Ŧ	スライス	200g	605	
2539	Ŧ	角切り	200g	609	
2522	フ	スペアリブ	300g	898	
2538	^	レ	250g	1,322	

300g

722

2537 ミンチ

和歌山ポークTONTONのウインナー・ハム類(冷蔵)

番号	品名 •	容量	価格	数
2730	ロースハム	300g	2,069	
2731	ボンレスハム	300g	1,588	
2734	スモークトハム	300g	2,309	
2735	骨付きハム・	1.本	1,684	

和歌山ポークTONTONのハム類:年末年始のおごちそうにピッタリ。 とろける脂身に感激します!

2732	ベ	ニーコン	300g	1,540	
2733	シ	ョルダーベーコン	300g	1,684	
2736		アグリィ	300g	1,203	
2739	ソ	フランク	230g	802	
2740	 セ	チョリソー	230g	802	
2737	Ī	粗挽き	130g	642	
2738	ジ	ショートウィンナー	130g	593	
2741		カレー	130g	642	

基本調味料・油

2902		完全天间	∄あまみ	400g	1,623	
2904	塩	11	山塩小僧	200g	790	
2908		海の粉	情焼き塩 袋	60g	266	

		ち柚子果汁 :栽培期間中 塩も入れていない無塩の			
3015		<u>土佐山育ち柚子果汁</u>	300ml	1,225	
3010		有機ゆず果汁	100ml	633	
3001		小京都有機純米酢	500ml	476	
3003	≖ Ł	富士酢プレミアム	500ml	1,657	
3014	酢	美濃有機純玄米黒酢	360ml	703	
3006		富士すし酢	360ml	725	
3007		富士ピクル酢	360ml	725	
3013		カンタン八芳酢	360ml	473	
3101		丸大豆醤油濃口 大	1.8L	2,211	
3103		丸大豆醤油淡口 大	1.8L	2,211	
3104	醤	丸大豆醤油淡口 小	900ml	1,318	
3108	油	ヤマヒサ醤油濃口	720ml	947	
3109		ヤマヒサ醤油淡口	720ml	945	
3111		純米しょうゆ	150ml	503	
3215		有機米みそ	750g	1,206	
3202	味	有機中辛みそ	750g	789	
3205	噌	甘口みそ	750g	568	
3206		白みそ(マルクラ)	250g	249	
3302		なたね白絞油(坂本)	1,650g	2,052	
3350		菜たね油(鹿北)	820g	1,174	
3330		国産菜種サラダ油	450g	903	
3304	油	純ごま油	273g	972	
3334	/四	OG EXVオリー	180g	1,006	
3335		ブオイル	460g	2,243	
3331		えごま油(低温圧搾)	165g	1,710	
3333		圧搾こめ油 コメーユ	450g	1,610	
3412		マヌカハニー MGO115/UMF6	250g	2,974	
3401	糖	粗糖	1kg	363	
3403	類	洗双糖	1kg	394	
3408		てんさい含蜜糖粉末	500g	463	
3409		羅漢果ゴールド	500g	2,964	
5970	本	みりん	1.8L	2,955	
5972	純	米料理酒福来純	1.8L	1,972	

斜め字は高知	知県産品です。12月④回目-P3			★印は季節限定	品 「チ」はチラシ	^有	No.[]氏[]名[
便利な	なだし		粉類				舒	· 1	0工米飯			
番号	品名 ・ 容量	価格 数	番号	品名 •	容量	価格 数		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		量	価格 数	攵
3551	だかつおだし 袋 8p	423	0809	や玄米粉	500g	654	4	720	玄米もち	7個	582	
3553	^亨 いりこだし 袋 8p	423	0810	園 白米粉	500g	654	4	721	玄米もちよもぎ	7個	582	_
3556	野菜のおかげ 大 30p	1,258	4005	愛媛県産 中力		370		722	玄米いかごはん	 1尾	766	_
3557	リ 小8p	392	4031	片栗粉	200g	230	_		な園の冷凍総菜		は加熱済み	٠,
3549	野菜でうまみ 6p	363		国内産有機さ		200			とりがらスープ	50g×5	414	
	チキンコンソメ・	000	4013	(転換期間中)	120g	312	1 🕒		鶏の焼きつくね	180g	436	_
3548	アイノコノリス・ 10g×8 液体タイプ	500	4024		ぷら粉 200g	333			鶏だんご	175g	351	_
鍋ス-	_ 7 °		4012	玄米お好みり		576	— I —		鶏メンチカツ	150g	391	_
★ 3671	- ノ 寄せ鍋スープ 3~4人前	310	4021	ホットケーキミック		426	-1 \vdash		チキンカツ	150g	442	_
★ 3672		310		製麺の生麺()		420	— F	5026		170g	468	_
★ 3672	ル ココナ ノニパコ コ ロ 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	310	4111	生ら一めん	7 IOU / 2食	184			ピリ辛チキンバー		365	_
★ 3670	7	310	4112	生パスタ	2 <u>&</u> 2食	172			いが一入りミートボール		700	
★ 3674	とり塩鍋スープ 3~4人前	310							かきとりセット	1 400g 6本	706	_
★30/4	_	310		・ パスタ・イン _{ss} 桜うどん			— Ĕ		,			
★ 3676	す 本場長崎ちゃ	411	4230	±±	250g	241	- I E		甘酢のやわらかチキン南雪		408	
0075		444	4235	焼では(全粒		402	-1	5034		100g	394	
★ 3675		411	4234	国内産ロング/		402	→ F		チキンソースカッ		462	
	ス・ドレッシング・マヨ		4233	ス国内産エルボルタ	300g	402			チキンナゲット	200g	451	
3632	有機ぽん酢しょうゆ 250ml	459	1000	(マカロニタ			-		スパイシーささみカッ		457	
3635	オイスターソース 115g	442	4309	さくらいの別		185	→ Ŀ		からあげ	150g	422	
3625	_ヒ 濃厚ソース 360ml	404	4310	イ さくらいのラーメンと		183	•	5041	鶏レバー甘辛焼き	120g	423	
3638	カ 有機ケチャップ チューブ 300g	380	4318	対野菜らーは		186	_ •!	5047	手羽中の甘辛揚げ(馬	¶ 115g	408	
3633	´焼肉のたれ 350g	653	4312	タ 丼麺 きつねう	うどん 1食	222	$\perp \mid \mid \perp$		こしょう風味)			
3639	お好みソース 300g	352	4315		うどん 1食	222	ا_ ا	5042	フライドチキン	500g	1,148	
	関西風・チューブ 0000	002	4311	麺 ハ しょうゆり	味ラーメン 1食	222		JO 12	(チューリップ)		.,	
3628	有機トマト缶(ホール) 400g	300	4316	ハ しお頃	きラーメン 1食	222	┙ᆣ	023		200g	508	
3609	土佐山柚子こしょう赤 <u>50g</u>	510	おかる	<u>ザ・ごはんのお</u>			—	032	鶏の塩麹漬け	150g	373	
	山柚子こしょう赤 :黄色く熟した柚子皮		★ 4431	出雲おでん8科	重8個 500g	1,005	5	035	骨付きタンドリーチキン	7 500g	769	
E07	柚子こしょう。鍋料理・炒め物・漬物に 	. 泊雌しまり。	4423	有機大豆煮豆	7 145g	417	<u> </u>	050	野菜を加えて鶏もつに	160g	309	
0811	や農園の米糠ドレッシング 170g	675	4531	柿ぬか沢庵	1個	394	_ Ľ	000	んにく醤油炒め	1008	000	
	玉ねぎドレッシング 200ml	559	4520	国産有機栽培生		312	5	051	手羽めしの素	2合用	462	
3644	金ごまドレッシング 230ml	704	4020	用・梅酢しょう	が ここら	012	5	044	ふんわり卵の親子丼の身	₹ 1食	413	
3642	平飼い鶏の有精卵 290g	651	4530	椎茸昆布佃煮	₹ 60g	283	115	045	牛乳グラタン	2食	630	
3042	マヨネーズ	001	4523	塩吹昆布	35g	392		0+0	(鶏肉とポテト)	ZR	030	
3623	めんつゆストレート 360ml	624	4532	野生種なめ首	200g	425	お	茶·	紅茶・ハーブティ			
ルウ・	· ~の素		4528	梅しそひじきふり)かけ 35g	392	5	309	麦茶T.B(国内産)	52p	503	
3701	直火焙煎加ールウ 甘口 170g	426	レトノ	レト食品			5	301	天煎茶	100g	1,060	
3702	ハ 中辛 170g	426	4684	こどものレトルト力	レー 小 2食	349	5	303	空 玉緑茶	100g	1,060	
3703	ル 辛口 170g	426	4685	11 /\	ヤシ 小 2食	349		313	農薬を使わずに育て	20p	440	
3704	焙煎ハヤシシチュールゥ 120g	432	4686	リ コーンシ	チュー 小 2食	349		010	た宇治緑茶TB	Z Up	442	
3706	日食ホワイトシチュー 230g	533	4670	タイ・グリーンカ	コレー 1食	503	5	310	有機無双番茶TB	40p	1,107	
3845	純植物性・中華升の素 130g	352	4671	タイ・レッドた	ルー 1食	503	5	312	有機無双番茶(リーフ	150g	800	_
3846	リ 中華うま煮の素 130g	352	4672	タイ・ベジタブル	カレー 1食	503	5	360	ほうじ番茶	150g	414	
3847		352	4677	OGビーツス		444			西 出雲国のべにふう	_		_
3848		352	4675			444	- 5	450	製き紅茶リーフ茶	⁰ 50g	582	
3842				U 00 1/2 h +"	ıv		11 <u>-</u>		所 出雲国のべにふう	5 . –		_
	有機もやし味噌炒めの素 100g	269	4678	G OG/\ ダー/ッ A スクワッシュスーフ		444	5	451	き紅茶 TB	15p	582	
<u> </u>) D素・香辛料	200	4679	OGコーンス		444	$\exists \vdash$		OGN-77-7TP.			-
		866		有機の玄米ポタ	J_ ù ¬		- 5	419	OGハーブティTB・ レモンバーム	20p	860	
3821	Mind	373	4646	かぼち	1 🗟	342	│╠		 こしがわ農園のグ	っパ女	1	_
3822		442	4647	11 にんじ		342		380	- ン (1- 1-1元 Hi V) ソ	<u>У/уж</u> . 5p	648	_
3937	†	334	4648	ル ごぼう		342	→	381	土佐國グアバ茶	. <u>30</u> 10p	1,140	_
	1 (日本) 日本1 (日本) 日本1		4649		<u> </u>			382	TB		3,110	_
	黒コショーバフター 袋 20g	353	4649	11 あずき		342					3,110	_
	ニュッュー 元祝 袋 20g ハーブソルト 瓶 55g	377 525	4000	バジタブルミ		342			スタントコーヒ OGカフェインレスコーヒー		855	_
1 03/3				1/1/2/2/11/1-	— r	1	()	J+()	1 - CUN/ 1 1 / V / J L	、)インイト プĩ	OUG	

ベジタブルミート ソース トマトソース味

2食

586

5548 OGカフェインレスコーヒー

5549 OGインスタント珈琲パック入 85g **1,203**

5杯分

855

3929 ハーブソルト 瓶 55g

3932 ペッパーソルト 袋 55g

525

353

4669

斜め字は高知県産品です。12月4回目-P4 ★印は季節限定品「チ」はチラシ有]氏[]名[]様 No.[

はなればなれ珈琲

品名 • 容量 番号 価格 5566 深 1,283 190g はなればなれブレンド 5567 煎 粉180g 1,283 5568 200g 1,283 5569 煎 モカイルガチェフェ 1,283 5572 1,283 モカ シダモ 水出し用 粉170g 5560 浅 **5**200g 1.283 モカ シダモ 5561 煎 シャキッソ村 粉190g 1,283 5562 中 モカ シダモ 1,283 5200g 5563 煎 シャキッソ村 粉190g 1,283 5564 | 深 | モカ シダモ 1,283 ₹180g 5565 煎 シャキッソ村 粉170g 1,283 5573 中 1.013 **፹200**g 粉190g 1,013

ジュース・清涼飲料水・炭酸飲料

訳あり廉価コーヒー

5575 深

5576 煎

5673	国産ふじりんご100 紙	小1本	148
5674	国産温州みかん100 紙	小1本	173
5677	信州まるごとプルー ンジュース 缶	1本	201
5650	OGりんごジュース 缶	1本	163
5635	有機フルーティー	1本	192
5636	Mixジュース+野菜 紙	15本	2,794
5615	OGトマトジュース無塩 缶	1本	146
5630	有機にんじんジュース 缶	1本	195
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	194
	ケースは30本入で少し	ンお得です	T

ただし5673・5674は36本入、5732は24本入。

面白い飲み物・フ	k	
----------	---	--

5801	健康青汁 菜食健美	90ml	175	
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	20p	1,588	
5808	有機リカフェ・ボックス	30p	2,219	
5844	有機生姜使用・しょうが湯	5р	312	
5804	_{有機} じんわりしょうが	150ml	459	
6020	四万十のめぐみ	500ml	126	
6021	天然超軟水	2L	160	

5033	永田農法 純米洒	720ml	1 394	ī

EUオーガニック認証イタリアワイン

5908	バローネ(赤)	750ml	2,637	
5909	センプロニウス(赤)	750ml	2,110	
5905	エルコーレ(白)	750ml	2,110	
5907	グアルトレスコ(白)	750ml	2,110	
5904	ランブルスコ (赤・ 微発泡スパークリング)	750ml	2,110	
5906	シャルドネ ブリュットス ブマンテ(白・発泡スパークリン グ)	750ml	2,110	

ランブルスコ・シャルドネ:『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。

ドライフルーツ

	有機レーズン	_	423	
6108	有機干しいちじく(白)	150g	866	

南国にしがわ農園のグァバ入り焼菓子

番号	品名 • 容量	価格	数
6201	有機グアバ農園のひとく ちクッキー(プレーン) 30g	650	
6202	リ クッキー 30g (マイルドソルト)	650	
6203	バ チップス (うす焼きチップス) 25g	650	

お菓子

6302	有機むき栗・天津あまぐり	80g	331	
6376	有機緑豆チップス	.45g	269	

有機緑豆チップス:有機緑豆と塩のみで作ったチップス シンプルな美味しさ。砕いてクルトンの代わりにもどうぞ。

6313 北海道皮付さきいか 33g 586

			000	
6362	ほの甘くろまめ	45g	252	
★ 6309	北海道あん玉	7個	426	
6403	玄米煎餅あやひめ小丸・黒ごま	80g	342	
6404	玄米このは・うす塩	80g	302	
6413	ひとくち塩せんべい	75g	299	
6467	島醤油煎餅	80g	300	
6424	純国産えびせんべい	65g	254	
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	
6462	みたらし餅	8個	331	
★ 6469	栗しぐれ	100g	330	
★ 6461	ミニどら焼	6個	394	
★ 6463	黒棒	8本	321	
6526	バタービスケット・プレーン	5枚×4	518	
★ 6527	<i>!!</i> ミルクチョコレート	4枚×3	518	
6528	ハ そば粉	5枚×3	518	
6529	OGビスケット・オーツ麦	5枚×3	518	

のケース

1,013

1,013

⊡180g

粉170g

司牡丹	ł酒造の純米酒			
5932	永田農法 結米酒	720ml	1 304	

5932 永田農法 純米酒 720ml 1,394

ミニどら焼	6個	394
黒棒	8本	321
バタービスケット・プレーン	5枚×4	518
<i>!!</i> ミルクチョコレート	4枚×3	518
11 そば粉	5枚×3	518
OGビスケット・オーツ麦	5枚×3	518
有機素材だけでつくっ た全粒粉のおやつ	6個	318
玄米雑穀クラッカー	30g	269
カリッツェル 紫芋&メープル	25g	293
OGボールクッキー・ココナッツ	6個	360
おやつカステラ	130g	290
北海道ぼーろ	100g	225
ソイガリック・ガー リックバター風味	30g	203
はとむぎおこし	10枚	266
有機玄米使用ポン 菓子・海鮮だし味	27g	317
〃 焼とうもろこし味	30g	317
国産野菜のかりんとう	20g×4	300
えびまるせん	45g	249
純国産ポテトチップスうすしお	55g	197
リ 柚子	53g	197
みかんグミ	20g×4	383
グレープグミ	20g×4	394
北海道はちみつレモンのど飴	57g	254
	パタービスケット・ブレーン	黒棒 8本

6829 やさしいラムネ 13g×5

ローシクOGチョコレート

ハイカカオ77%

ストロベリー

マイルド

★6986

⋆6987

←6988

259

621

621

621

37g

37g

37g

洗濯用石鹸·洗剤、漂白剤

WORTS COX WOAST MC CAS					
番号		品名 · 容量		価格	数
7501	固	シャボン玉スノール純石鹸	180g	171	
7513		ニューバジャン	840g	1,781	
7512		ドラムバジャン	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		ハ 竹酢液配合	1kg	445	
7506		11 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	/100	ハ バージン油使用	4L	2,703	
7521	粉	せっけんネット	1つ	337	
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	
7740	シャボン玉バブルガード泡ポンプ 300ml	660	
7741	シャボン玉バブルガード詰替 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	ボリューム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ンプ-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		ホイップソープ(洗顔料)	150ml	3,960	
8089	海の	ホイップソープ詰替	150ml	2,957	
8091	しず	化粧水	120ml	4,400	
8092	<	美容液	35ml	6,336	
8093	オー	クリーム	35g	6,336	
8094	ガ	フィトシードオイル	10ml	5,060	
8096	ニッ	トライアル5点セット	5点	3,960	
8095	ク	ミネラルファンデーション	5e	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	バ 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

_ 7 15 4				
8220	入 お試しセット	3P	240	
8201	剤よもぎ湯	10P	743	
8202	Nキッチンスポンジ	1個	211	
8211	とうもろこしからう まれた水切りネット	30枚	728	
8502	フジ天ぷら敷紙(厚口)	100枚	196	
8510	<i>ありがとう便</i> トイレットペーパー	150m ×6	743	
8601	木酢液	500ml	451	
8640	鉢底の石	5L	662	
8728	ハーブガード(防虫・体用)	110cc	1,772	
9101	魚焼き倶楽部 (グリル用敷石)	600g	612	

このページは翌々週(12月⑤回目12/26~28)以降配送品です。配送日を確認の上ご注文ください。提出締め切り:12/14(木)

12月⑤回目(12/26~28)の卵 はこちらでご注文ください!

卵					
番号	品	名		価格	数
1701	奥田さんの		10個	541	
1702	平飼卵		6個	344	

▲ごちそう食材

2550	T 0 N	豚ロースブ ロック	約500g	389/ 100g	
2630		牛サーロインステーキ	170g×1	3,034	
2631	郷農	牛ヒレステーキ	90g×2	4,393	
2632	協	生モモブロック	約500g	5.492	

お正月の準備も忘れずに

1955	加持	うなぎ蒲焼き	1尾 (約 160g)	2,663
1956	養鰻場	うなぎ白焼き	1尾 (約 150g)	2,486
1958		うなぎのタレ(山椒付)	15CC	59

野菜単品 (県外) レンコン今季最終です!

P1 717 -		_ *\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\			
0302	くまもと	レンコン	500g	488	

天竺舎の農産加工品

梅干し:今年の新物できました!

	`		<i>:</i>	
0823	梅干し	400g	461	
0820	らっきょう漬け	200ml	353	
0821	しその実の塩漬け	60g	327	

生活学舎桃土のジャム・お菓子

		(4退	週に1回企	(画)
5216	ルバーブジャム	100g	467	
5213	ジンジャージャム	100g	467	
5214	土佐の文旦ジャム	100g	467	
5215	土佐山村梅ジャム	100g	467	
6260	激辛げんき生姜	40g	267	

納豆・乾燥豆・乾燥野菜・海苔

番号	品名 • 容量		価格	数	
1101	もみじ納豆	50g	149		
1364	大豆(大分県産)	300g	465		
1531	乾しいたけ(どんこ)	100g	1,932		
1543	乾しいたけ(中葉)	100g	1,592		
1532	乾しいたけ(徳用)	100g	1,331		
1535	乾しいたけ(スライス)	100g	1,403		
1560	乾燥ごぼう	30g	459		
2311	有明のり	10枚	944		
2311	(一番摘み焼き海苔)	10枚	944		
下郷農協の乳製品 (冷蔵)					

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

1842 プレーンヨーグルト 130g×2

1841 プリン

(●印は加熱済み)

90g×3

330

666

1985	土佐沖天然ぶり刺 身(ブロック)	120g	718
1982	土佐の藁焼き天然 ぶりタタキ	120g	814
1980	土佐の鰹刺身用 ブロック	100g	800
1972	土佐のわら焼き 鰹たたき	130g	935

土佐の魚色々セット: レンコダイ、カマス、オキサワラ、アジ、サバ、ウルメイワシ、ブリ、カツオなど季節の旬の魚が入ったセットです。

1901		土佐の魚色々セット(3種)	600g以上	1,376	
1902		// (2種)	400g以上	895	
1967		土佐の天然ぶり切身	150g	598	
1989		天然ぶり骨付き 切落し	400g	435	
1963	⊕ (∓)	しいらの切り身	150g	482	
1964	調理用	土佐のさば三枚 おろし	2~5枚	559	
1968		うるめいわし (ドレス)	300g	555	
1969		うるめいわしの三枚おろし	150g	544	
1965		ルイカ	150g	436	休
1987		さばふぐ切り身	200g	651	
1988		得用さばふぐ切り身	500g	1,295	

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

(●印は加熱済み)

番号		品名 ・ 茗	量容量	価格	数
1970		土佐沖天然ぶり漬け,	# 80g	500	
1971	漬け	土佐沖かつお漬け	♥ 80g	500	
1973	丼	土佐沖きはだる ぐろ漬け丼	₹ 80g	500	
1912	Ŧ	あじ干物	1枚	328	
1913	物	かます干物	1枚	328	
1962		白身魚のフライ(しい	5) 120g	513	
1966	焼き	さばの竜田揚げ	f 150g	518	
1960	物	きびなごのフラー	1 120g	533	
1961	- 揚	きびなごの唐揚に	f 140g	533	
1909	げ物	あじフライ	3~5枚	513	
1981	用	土佐めひかりの唐揚	lf 110g	518	
1986		豆あじ唐揚げ	100g	500	
● 1922	盤	の角煮	110g	503	
●1984	Á:	身魚のケチャップ	煮 100g	518	
● 1983		タウェア タイプ	4個 (120g)	607	

別所蒲鉾店の練り製品・島根県(冷凍)

W3171 W	нж	ナルロマン川木 ツ 初交 ロロ	五つ 7以71	< (\h\w\)
			(4週	に1回企画)
2237	F	雲のちくわ	2本	385
2253		イカつみれ	5個	385
2254		えびつみれ	5個	385
2252	蒸し	あごペッタン	5枚	326
2248		しそ入りはんぺん	3枚	385
2249		ゆず入りはんぺん	3枚	385
2255		出雲のちくわ磯辺揚げ	120g	385
2238		プレーン天	3枚	385
2239		玉ねぎ天	3枚	385
2240		いか天	4枚	385
2241		ささがきごぼう天	6枚	385
2242	揚げ	ピリ辛海鮮揚げ	100g	385
2243	1)	海鮮ちぎり天	100g	385
2244		野菜ちぎり天	120g	385
2245		あらめボール天	6個	385
2246		ごぼうスティック	100g	385
2247		魚ぎょっと骨入りバーグ	6枚	385
2250		雲のだし付き	9種 16個	858
2251	た)でんセット 	7種 8個	577

おでんセット:無リンすり身を使った練り物と、鰹と昆布でだしをとった化学調味料不使用の濃縮出汁とのセット。ふだん取り扱ってない練り製品も入っていて楽しい。

このページは翌々週(12月⑤回目12/26~28)以降配送品です。配送日を確認の上ご注文ください。提出締め切り:12/14(木)

下郷農協の鶏肉・黒豚肉・牛肉(冷凍) 麹・調味料

			(4ปู	週に1回企	(画
番号		品名 ・ 容	量	価格	数
2414		モモミ(モモ肉)	300g	1,424	
2417		手羽身(ムネ肉)	300g	1,044	
2413	おお	モモ手羽切身	300g	1,267	
2418	۲١	ささみ	200g	888	
2419	た冠	手羽先	300g	1,259	
2421	地ど	手羽元	300g	1,145	
2426	9	ミンチ	200g	859	
2430		ぶつ切り	300g	829	
2427		ガラ	2羽分	501	

おおいた冠地どり:日本初、ウコッケイを掛け合わせた地 鶏。柔らかくてジューシー。JAS地鶏肉認定。

			91710070		
2560		ヒレ・ブロック	400g	2,461	
2561		バラ・ブロック	400g	2,117	
2562		トンカツ用2枚(ロース)	200g	1,516	
2564		ーロカツ用(肩ロース)	200g	1,360	
2565		ロース・スライス	200g	1,516	
2571	黒豚	肩ロース・スライス	200g	1,360	
2568	肉	バラ・スライス	200g	1,302	
2567		モモ・スライス	200g	1,060	
2566		モモ・焼き肉用	200g	1,060	
2563		スペアリブ	300g	1,173	
2570		こま切れ	200g	1,030	
2569		ミンチ	200g	1,001	
2634		ロース スライス	200g	3,077	
2636		モモ スライス	200g	2,196	
2637		肩 スライス	200g	2,117	
2633	牛肉	カルビー	200g	2,942	
2635]	カレー・シチュー用	200g	1,473	
2638		ミンチ	200g	1,473	
2639		こま切れ	200g	1,473	
2640	牛	豚合挽ミンチ	200g	1,202	

下郷農協のハム・ソーセージ類(冷凍)

			(4 <u>j</u>	週に1回企画)
2720	黒豚肉は	スモークハム ・ブロック	約150g	766/ 100g	
2721	使用	ポークウインナー	150g	958	
2722	地	鶏フランク	200g	709	

地鶏フランク: 卵を産み終えた鶏を使い、地元の人参・玉 ねぎを加えて豚腸に詰めました。くん煙は桜だけを使用。

★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。

0.12121223.03.76.30				
注文数				

				
番号	品名 • 容量		価格	数
3228	米こうじ	2kg	3,549	
3229	本とり し	500g	888	
3227	手前味噌セット米	4.5kg	5,294	
3226	11 麦	味噌分	4,150	
3225	麦みそ	1kg	888	
3690	フレッシュバジルソース	95g	1,126	

フレッシュバジルソース:バジルの香りで華やかな食卓に。 肉にも、魚にも、パスタにも、サラダにも、アイデア次第 ♪

粉類

4062	きな粉(大分県産)	100g	544	
4064	もち米粉	500g	859	
4063	下郷の強力粉	500g	859	

下郷の強力粉:小麦は農薬も化学肥料も一切使用してい

下郷農協の冷凍麺・乾麺

4131	耶馬溪冷凍うどん 2食	630
4260	耶馬渓乾饂飩(うどん) 250g	529
4261	耶馬渓素麺(そうめん) <u>250g</u>	529

耶馬渓冷凍うどん・乾饂飩・素麺:

下郷の小麦粉でつくった麺です。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たのが2011年。小麦は農薬も化学肥料も一切使用してい

ご飯のおとも

4504	たかな漬け	200g	386	休
4507	らっきょう漬け(下郷)	200g	680	
4505	梅干し(下郷)	200g	529	

下郷農協の冷凍惣菜

(4週に1回企画) 品名 ・ 容量 価格 5014 味付け豚ホルモン 500g 1.403 5012 黒豚モモ味噌漬け 200g 1.060

お茶・あまざけ

粉茶:茎の部分まで粉末状微粒子に加工。植物繊維等、有 効な成分を効率的に吸収できます。湯を注ぐだけでOK。

5304	天空四万十の	100g	1,272	
5353	玄米茶	200g	770	
5350	麦茶	400g	487	
5351	ハト麦茶 粒	300g	608	
5352	и ТВ	20p	816	
5860	合鴨米のあまざけ	900ml	1,288	

合鴨米のあまざけ:耶馬溪町で栽培された合鴨米を使用。 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。

コース(火・水・木)No() 様 氏名(

★特別企画★ 《山繊 9306》

会員価格:チラシ価格(税込) の2%引き

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考