

# 2023年1月4回目注文書

配布：1月2回目（1/10(火)～12(木)）  
 回収：1月3回目（1/17(火)～19(木)）  
 配送：1月4回目（1/24(火)～26(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。  
 1/24（火）・26（木）時間帯：

## 野菜単品（高知県）

番号	品名・容量	価格	数
0101	はぶ茶 100g	354	
0102	人参 300g	216	
0103	大根 1本	209	
0104	ブロッコリー 1個	261	
0105	キャベツ 1個	301	
0106	白菜 1個 24/100g		
0107	菊菜 120g	209	
0108	小松菜 130g	209	
0109	ほうれん草 130g	209	
0110	田芋 300g	294	
0111	ネギ 120g	196	
0112	生姜 100g	209	
0113	レタス 1個	235	
0114	サニーレタス 1個	196	
0115	金時人参 220g	261	
0116	ジャガイモ 400g	261	
0117	ミニ冬瓜 1個 196/1kg		
0118	カリフラワー 1個	261	
0119	つくね芋 1個 719/1kg		

0201	人参 350g	235	
0202	人参ジュース用 700g	353	
0203	ビーツジュースセット (ケール2枚、ビーツ2本、レモン1個)	627	
0204	ケール 3枚	353	
0205	ケールお徳用 5枚	531	
0206	カボチ和 (黒+パ) 2~3枚	353	
0207	囲い生姜 150g前後	288	
0208	囲い生姜お徳用 400g	678	
0209	ニンニク (バラ) 50g	261	
0211	サツマイモ 500g	397	
0212	高糖度キャベツ (小) 1個	400	
0213	高糖度キャベツ (大) 1個	499	
0214	赤ジャガイモ 430g	327	
0215	白ネギ (葉付丸ごと) 2本	418	

0240	生姜 100g	226	
0241	里芋 500g	353	
0242	カット万次郎かぼちゃ 250g	212	
0243	ネギ 100g	141	

0250	小松菜 150g	261	
0251	水菜 150g	261	
0252	チンゲンサイ 200g	261	
0253	小カブ 200g	261	
0254	サツマイモ 500g	301	
0255	里芋 300g	301	

## 野菜単品（高知県）

0256	人参 2~4本	261	
0257	白ネギ 2~4本	327	
0258	春菊 150g	261	
0259	白菜 1個	261	
0260	茎ブロッコリー 150g	261	
0261	キャベツ 1~2個	261	
0262	サニーレタス 1~3個	261	
0263	大根 1本	261	
0264	高菜 150g	261	
0265	ジャガイモ 400g	261	
0270	清 クレソン 1束	131	
0280	島 ニラ 100g	170	

## 野菜単品（県外）

0303	くま 玉ねぎ 約1kg	450	
------	-------------	-----	--

## キノコ（高知県）

あおぞら総空車:『土といのち通信』の「各地の生産者だより」に載っています。

0265	蒼 原木しいたけ 170g	311	
0275	宗 椎茸 (A品) 110~	240	
0276	安 椎茸 (B品) 120g	212	
0277	寺 なめこ 140~160g	261	

## 果物（高知県）

0401	清 レモン 1個	118	
0402	澄 ライム 1個	118	

ライム:『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。

## 新共同購入品

6941	B i o k o k a s h i ousukake OG チョコアーモンド 60g	786	
6942	ousukake OG チョコイチジク 60g	786	

## 高知のいいものいろいろ

~天竺舎、生活学舎 桃土のジャムはP5

1260	と 四方竹(水煮) 200g	706	
0840	黒にんにく「土」 40g	540	
0841	佐の隠し玉 250g	3,240	
0842	※250g入りは40g入りよりやや大粒 250g×2	5,400	
0843	吉 金色の手作り 蒸し生姜パウダー 20g	1,080	
0844	井 手むぎの素焼き ジャンボ落花生 80g	540	
3427	金色の手作り 100g	540	
3428	黒砂糖・大粒 250g	1,080	
3429	420g	1,620	

●「みんなでコロナを乗り越えよう！」  
 キャンペーン 5%割引  
 ~お鍋のシメはこれで決まり！~

4199	佐竹生らーめん(冷蔵) 2食	163	
------	----------------	-----	--

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299

✓欄

番号	品名・容量	価格	数
0685	玄米 500g	423	
0683	(無・無・無) 1kg	833	
0611	玄米 3kg	2,124	
0612	5kg	3,473	
0613	10kg	6,772	
0614	15kg	9,911	
0615	5kg	3,573	
0616	五分 10kg	6,972	
0617	15kg	10,211	
0618	5kg	3,573	
0619	白米 10kg	6,972	
0620	15kg	10,211	
0630	玄米 5kg	2,679	
0631	10kg	5,226	
0632	15kg	7,649	
0633	五分 5kg	2,779	
0634	10kg	5,426	
0635	15kg	7,949	
0636	5kg	2,779	
0637	白米 10kg	5,426	
0638	15kg	7,949	

## もち米

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

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	
0935	ブランレッド 1本	518	
0941	ペカンレッド 1個	616	
0934	ブラウンライスカンパーニュ 1個	572	
0916	白神ソフトフランス 1個	378	
0928	バターロール 1本	410	
0930	パンオセーグルくるみ 1個	529	
0936	ブレンバーク 2個	400	
0938	焼ト 栗 1個	194	
0940	焼ト 黒ごま 1個	194	
0939	焼ト チョコくるみ 1個	194	
0918	アニ 万次郎かぼちゃ	529	
0919	ニ ヌ 玄米	529	
0920	シ ヌ チョコ	529	
0921	ユ アーモンド 1斤	529	
0922	食 オレンジ	529	
0923	パ マロン	529	
0931	ピ ストール 5個	486	
0944	リ ヌ スティック 白いちく 1個	324	
0932	ぶ どうパン 小2個	292	
0902	あ んぱん 2個	400	

## 蒸しパン、シリアル、パンのおとも

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	374	
5201	ハイブラスマーガリン 180g	331	
5211	有機オレンジスプレッド (ジャム) 200g	617	

農産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 1001 もめん豆腐 1丁, 1002 もめん豆腐 半丁, 1003 とろろ豆腐と(絹ごし豆腐), 1004 厚揚げ 初月, 1005 油揚げ 初月, 1006 初月のおから, 1022 胡麻豆腐 黒, 1010 とろろおぼろ豆腐, 1014 ごまがんもどき, 1017 ごま厚揚げ, 1012 ごまうす揚, 1013 ごま寿司揚, 1015 味付あげ, 1011 玉子豆腐, 1104 初月の豆乳, 1109 板こんにゃく, 1110 糸こんにゃく.

仁淀川きくらげ: 四国山脈標高750Mの栽培棟は、昼間は暑く、夜は寒い。この昼夜の寒暖差が肉厚でプリプリとした食感のきくらげを育てます。栽培から洗浄作業まで、仁淀川源流の湧き水だけを使用。乾燥きくらげは、「不老長寿の妙薬」、「食べる漢方」と呼ばれ、特にビタミンD、カルシウム、鉄分、食物繊維が豊富に含まれています。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 0875 仁淀川きくらげ 乾燥・黒, 1204 有機小豆の水煮, 1202 有機大豆の水煮, 1203 有機黒豆の水煮, 1240 FBもろこし畑 ホールカーネル, 1241 うらごし.

FBもろこし畑うらごし: 牛乳と塩こしょう、お好みでチキンブイヨンを加えて温めれば、簡単コーンスープの出来上がり！自然の甘みでとてもおいしいです！

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 1385 もち麦キラリ, 1386 (除1)(香川県産), 1390 有機もちきび(北海道産), 1404 喜界島の洗い白ごま, 1405 喜界島の洗い白ごま, 1406 喜界島の洗い白ごま, 0860 藤本さんの干し椎茸, 1507 オーサワのこがね麩, 1509 オーサワの切り板麩, 1602 緑豆春雨, 1603 本葛きり, 1607 畑の肉ブロック缶.

卵・牛乳と乳製品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 1701 奥田さんの平飼卵, 1702 奥田さんの平飼卵, 1801 山地酪農牛乳, 1802 牛の道(ジャズ-牛乳), 1803 生クリーム.

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. Items include 1817 木次ミルクのプリン, 1816 プレーンヨーグルト, 1815 きずきヨーグルト, 1814 美楽(ヨーグルト), 1813 ミルクコーヒー, 1812 //, 1811 //, 1818 木次バター(無塩), 1819 イズモラレージュ(ゴ-ダ), 1820 カマンベール, 1821 プロポローネ, 1822 チーズ プロポローネピッコロ, 1823 黒胡椒ゴダ, 1824 燻製ナチュラルスナッカー, 1825 モツツアレラ.

田中鮮魚店の干物(冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 2101 おまかせ干物, 2102 丸干し, 2103 かます, 2105 鯛, 2107 じゃこちりめん(小), 2108 じゃこちりめん(中), 2109 じゃこちりめん(大).

じゃこちり・かえり: 『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。

土佐蒲鉾の練り製品(冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 2282 とことん 鱧入り蒲鉾, 2283 とことん 鱧入り角天, 2280 とことん 鱧入り竹輪, 2281 とことん 鱧入りなると.

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もどうぞ。

海産物と海産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 2233 北海道産 いわしの味噌煮, 2230 北海道産 ほっけの水煮, 2231 // ほっけの味噌煮, 2232 北海道産 ほたての水煮, 2234 煮干いりこ, 2236 レトルトしじみ, 2220 缶詰 銀のまぐろ水煮(ツナ), 2221 缶詰 金のまぐろ油漬(ツナ), 2360 鰹本枯節(花鰹), 2361 削り節 和だし, 2362 削り節 荒ぶし, 2364 鰹本節パック(本枯), 2301 鳴門塩わかめ(生) 凍, 2302 鳴門カットわかめ.

海産物と海産加工品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 2330 棒寒天, 2322 芽ひじき, 2305 早煮昆布, 2375 羅臼昆布 ミミ, 2385 とろろ昆布(かごめ入), 2318 ねばねば猫あしこんぶ.

ねばねば猫あしこんぶ: 粘りが強いおいしい猫あしこんぶ。調味料加えてねばねばに。

奥田養鶏場の親鶏肉(冷蔵)

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

おくだの親かしわ: 水炊きや煮込み料理は、はじめに味をつけますだけで、柔らかくなるまで煮ます。水の量は蒸発分や野菜の水分も考えて多過ぎないように。親かしわはいい出汁がとれます。

秋川牧園の若鶏肉(冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 2440 もも肉, 2441 もも肉切身バラ凍結, 2442 むね肉, 2443 むねミンチ肉バラ凍結, 2444 ささみ, 2445 小間切, 2446 きも(レバー), 2447 砂肝, 2448 手羽先, 2449 手羽元, 2450 骨付きもも2本.

和歌山ボークTONTONの豚肉(冷蔵)・ハム類(冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 2525 ブロック, 2526 ロース カット(3枚), 2524 ロース スライス, 2527 ロース しゃぶしゃぶ用, 2528 ロース 生姜焼き用, 2530 肩ロース ブロック, 2531 肩ロース カット(3枚), 2529 肩ロース スライス, 2532 肩ロース 生姜焼き用, 2521 バラ ブロック, 2520 バラ スライス, 2522 スペアリブ, 2523 赤身スライス, 2534 モモ ブロック, 2535 モモ カット(4-6枚), 2533 モモ スライス, 2536 モモ 焼肉用, 2539 モモ 角切り, 2537 ミンチ, 2538 ヘレ, 2540 豚骨, 2541 トントロ, 2542 軟骨.

和歌山ポークTONTONのハム類 (冷蔵)

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include ロースハム, ポンレスハム, スモークトハム, etc.

基本調味料・油

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 山塩小僧, 土佐の塩丸, 美味海, etc.

便利なだし

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 煮干しパック, 味だしパック, etc.

その他の調味料

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 有機玄米塩こうじ, 土佐ぼん酢しょうゆ, etc.

ルウ・～の素・香辛料

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include オーサワシチュールウ, ごぼうご飯の素, etc.

粉類

Table with 5 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

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 佐竹生らーめん(冷蔵), 手延葛うどん, etc.

パッタイ・フォー・ビーフン・アルチネロスパゲッティとペンネ:米粉やトウモロコシ粉で作ったグルテンフリーの麺です。

オーサワの白だし: 椎茸と昆布からとった14倍濃縮液体だし。ちょっとほしいときに便利。薄めて使います。

インスタント麺

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include ベジ玄米ラーメンしお, ごまみそ, etc.

おかず・ごはんのおとも

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

レトルト

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 有機バタージュ, 本格チキンカレー, etc.

餅・インスタント汁物

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 有機発芽玄米餅, 有機立科みそ汁, etc.

秋川牧園の冷凍総菜 (●印は加熱済み)

Table with 5 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.

緑茶・紅茶・ハーブティ

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 有機抹茶(缶入り), 釜炒茶, 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 5507 はなればなれブレンド, 5555 レギュラーおまかせ, 5557 レギュラーおまかせ, 5559 レギュラーおまかせ, 5551 訳あり廉価コーヒー, 8512 アパ加ヒフィルター 大.

お菓子

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 6582 米粉クッキー メープル, 6583 キャロブ&ココア, 6601 玄米ぼんせん, 6732 ひとくち小豆ようかん, 6734 ひとくち芋ようかん, 6722 有機ふどう使用のゼリー, 6723 有機みかん・にんじん使用のゼリー, 6847 昔づくり玄米おかき, 6840 免疫飴, ★6838 蓮根生姜飴(切飴), ★6940 ヴィーガンチョコラスク.

洗顔・浴用・手洗い

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7727 全身シャンプー 泡ポンプ, 7728 詰替, 7729 ハンドソープ 泡ポンプ, 7730 詰替.

歯磨き

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7807 プロポリスマウスウォッシュ, 7806 ソルトで歯みがき, 7803 N緑茶石けんはみがき.

シャンプー・リンス

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7901 Nシャンプー泡ポンプ, 7902 詰替, 7903 Nリンスポンプ, 7904 詰替.

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 5624 国産有機野菜ジュース(無塩)紙, 5613 OGTマトジュース無塩缶, 5640 有機アップルキャロット缶, 5662 りんごジュース瓶, 5726 OGAアップルサイダー+レモン缶, 5780 ゆずドリンク 缶.

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

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes item 5701 ヴェリタスプロイ (ノンアルコールビール).

機能性食品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items 7030 オーワ 梅のエキス, 7020 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 7403 N台所のせっけんポンプ, 7404 N台所のせっけん 詰替, 7405 Nお風呂洗いせっけんスプレー, 7406 Nお風呂洗いせっけん詰替, 7407 Nトイレ洗い石けんスプレー, 7408 Nトイレ洗い石けん詰替, 7420 クリーンシュッシュスプレー, 7421 クリーンシュッシュ詰替, 7441 酸素系カビ取り剤, 7409 N洗濯槽&排水パイプクリーナー, 7422 アルカリウォッシュ (セスキ炭酸ソーダ).

基礎化粧品類

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 8010 ローズウォーター スプレー, 8011 ローズウォーター 詰替, 8007 Nハンドクリームセラニウム&ラベンダー, 8008 〃 イランイラン&ミユゲ, 8009 N UVクリーム SPF30, 8085 足摺椿 (椿油).

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 8220 お試しセット 3P, 8201 入浴剤 よもぎ湯, 8221 びわ湯, 8203 お風呂洗いスポンジ, 8202 Nキッチンスポンジ, 8207 へちまちゃん (へちまたわし), 8452 OGコットンマスク, 8453 ナチュラムーン マスク用使い捨てインナーシート, 8406 ナチュラムーン ガク羽なし多い日夜用, 8408 〃 羽つき多い日昼用, 8405 〃 羽なし普通の日用, 8407 おりものシート, 8415 〃 ロング, 8502 フジ天ぷら敷紙 (厚口), 8510 ありがとう硬トイレットペーパー, 8640 鉢底の石, 8603 ミラクルやまちゃん, 8728 ハーブガード (防虫・体用), 9101 魚焼き倶楽部 (グリル用敷石).

おもしろい飲み物・水

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 5801 健康青汁 菜食健美, 5809 濃いアーモンドミルク, 5803 黒麹もろみ酢, 6001 水・金城(かなぎ)の華, 6002 〃, 6003 trolox Sparkling (炭酸水).

洗濯用石鹸・洗剤、リンス・漂白剤

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7511 粉 バジヤン, 7524 洗濯用石けんソフト ボトル, 7525 洗濯用石けんソフト詰替, 7526 液体 洗濯用石けんドラム ボトル, 7527 洗濯用石けんドラム詰替, 7519 マザータッチ洗濯用, 7521 粉せっけんネット, 7623 酸素系漂白剤ソックス玉, 7628 衣類のリンス 消臭プラス・カミール ボトル, 7629 〃 詰替.

司牡丹酒造の純米酒

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes item 5932 永田農法 純米酒.

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 5904 ランブルスコ (赤・微発泡), 5908 バローネ (赤), 5909 センプロニウス (赤), 5905 エルコーレ (白), 5907 グアルトレスコ (白), 5906 シャルドネ フリュットスフマンテ (白・発泡).

洗顔・浴用・手洗い

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7702 化粧せっけんE, 7703 Nクリームソープ 無香, 7720 Nホテイルブ 泡ポンプ, 7721 〃 詰替, 7732 Nハンドソープ 泡ポンプ, 7731 〃 詰替.

●八坂石鹸 初値セール! 10%割引

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7404 八坂台所固型石けん, 7505 プレーン, 7507 粉石鹸 竹酢液配合, 7508 漂白剤配合, 7509 アルカリ剤配合, 7517 液体 リサイクル油, 7518 バージン油.

ドライフルーツ・ナッツ、お菓子

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 6114 ドライブルーベリー, 6115 有機干しあんず, 6116 ローストアーモンド, 6112 有機クコの実, 6113 アーモンドブードル, 6391 おやつ昆布, 6481 黒こしょうせんべい, 6480 下町 麩菓子, 6580 ヴィーガンプロテインバー (プレーン), 6581 〃 (ココア).

DOG'S LIFE 愛犬・愛猫のためのおやつ

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 7101 鹿肉ふりかけ, 7102 宗田節ふわふわ割り, 7103 犬・猫用 宗田節ふりかけ, 7120 カタクチイワシの煮干し, 7105 宗田節チップス, 7106 スモークかつお, 7107 焼きかつお (スティック), 7108 鹿肉ジャーキー, 7123 犬用 野菜クッキー, 7124 米粉クッキー, 7125 おからクッキー(宗田節入り).

このページは翌々週(1月5回目 1/31~2/2)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 (高知県)**

番号	品名・容量	価格	数
0230	天竺 ヤーコン 700g	392	

**新共同購入品**

2252	別所 別所蒲鉾 あごペッタン 5枚	326	
2253	イかつみれ 5個	385	
2254	えびつみれ 5個	385	
2255	出雲のちくわ 磯辺揚げ 120g	385	

**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	

**●「みんなでコロナを乗り越えよう！」**  
**キャンペーン 5%割引**  
 ~お鍋のシメはこれで決まり!~  
 4198 耶馬溪冷凍うどん 2食 599

**●アリサン 特集!**

6950	有機抹茶ホワイト・ライスキノアパフ	45g		
6951	有機ミルク			
6952	有機ヘーゼルナッツ			
6953	有機ホワイト・アーモンド			
6954	有機オレンジ			
6955	有機カラメルクリスプ			
6956	有機レーズン&カシューナッツ			
6957	有機ラズベリー			
6958	有機デーツ&フィグ	50g	389	
6959	有機ジンジャー&レモン			
6960	有機ビター			
6961	有機ビターペルー75			
6962	有機ビターザクロ			
6963	有機ビターレモンピール			
6964	有機ビターアーモンド			
6965	有機ホワイトヘーゼルミルク			
6966	有機フラニネフィリング			
6967	有機ラムフィリング	85g	821	
6968	有機抹茶フィリング			
0470	有機パイナップル缶詰	400g	666	
1270	ヤングコーン缶	400g	422	
1365	キヌアミックス	200g	672	
1368	有機乾燥豆 ひよこ豆	500g	716	
1366	赤レンズ豆	500g	843	
1367	茶レンズ豆	500g	655	
3470	アガバシロップ	330g	1055	
9720	麻辣醤 (マラージャン)	170g	633	
9721	豆鼓	110g	539	

**●アリサン 特集!**

3972	バジル	20g	367	
3970	乾燥タイム	20g	333	
3977	コリアンダーシード	20g	377	
3978	カルダモン	20g	555	
3979	クミンシード	20g	466	
4048	有機コーンミール	680g	710	
4049	有機大豆粉	500g	611	
4046	有機コーンスターチ	100g	278	
4047	ベーキングパウダー	113g	355	
6142	ドライトマト	50g	399	
6140	松の実	60g	977	
6141	かぼちゃの種 (生・無塩)	100g	488	
8260	の〜ぶらストロー細め	1本	452	
8261	の〜ぶらストロー細めブラシ	1本	170	
8262	ベーキング用ペーパーカップ無漂白	60枚	509	
8263	ベーキング用クッキングペーパー無漂白	33cm X 19.8m	1,074	

**健康フーズ**

1030	高野山ごま豆腐	4個	363	
2294	さば味噌煮 缶	200g	267	
2295	おさかなソーセージ	3本	270	
おさかなソーセージ:お弁当のおかずにも人気です。小腹がすいた時のおやつにもどうぞ。				
3340	有機亜麻仁オイル	230g	1,554	
3440	野花のはちみつ	550g	2,750	
3441	粉黒糖	500g	570	
3570	煮ほし粉 しいたけ昆布入り	150g	704	
3571	焼あごだしパック(飛魚)	10p	994	
4330	中華ラーメンスープ付	3食	331	
4331	博多中華そば 醤油	1食	311	
4332	鳥志商店 // 味噌	1食	311	
4333	// 塩味	1食	311	
4334	// とんこつ	1食	311	
4593	梅にんにく	120g	464	
4594	納豆ふりかけ	30g	331	
5870	昆布茶	80g	671	
5873	梅醤番茶	180g	1,811	
6128	ローストアーモンド	75g	377	
6123	ローストミックスナッツ	80g	377	
6129	ホワイトマルベリー	40g	347	
6130	チックピー(0-脂肪ひよこ豆)	50g	348	
6879	五穀かりんとう	80g	311	
6884	きらず揚げ しお	140g	363	
6882	紅はるかチップス	76g	396	

**生活学舎桃土のジャム・お菓子**

5233	ルバーブジャム	100g	346	
5213	ジンジャージャム	100g	346	
5214	土佐の文旦ジャム	100g	346	
5215	土佐山村梅ジャム	100g	346	
6260	激辛げんき生姜	40g	267	

**納豆・乾燥豆・乾燥野菜・海苔**

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	
2311	有明のり (一番摘み焼き海苔)	10枚	944	

**下郷農協の乳製品(冷蔵)**

1842	プレーンヨーグルト	130g×2	330	
1843	プリン	90g×3	601	

**土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)**

(●印は加熱済み)

サバ、アジ、カマス、沖サワラ、ブリ、アカイサギ、イサギ、イワシ、カツオ、フグ、ハゲ、シラ、チカ、メキントキ、ヘダイ、イトヒキアジ など季節の旬の				
1901	調理由	土佐の魚色タセット(3種)	600g以上	1,376
1902		// (2種)	400g以上	895
1998		土佐の天然ぶり切身	150g	555
1908		天然ぶり骨付き切落し	400g	399
1907		うるめいわしの三枚おろし	150g	399
1911		しいらの切り身	150g	451
1915		土佐のさば三枚おろし	2~5枚	518
1906		うるめいわし(ドレス)	300g	407
1980		小イカ	150g	333
1937		さばぶく切り身	200g	525
1938		得用さばぶく切り身	500g	962
1995		土佐の薫焼き天然ぶりタタキ	120g	695
1925		土佐のわら焼き鰹たたき	130g	926
1970	漬け井	土佐沖天然ぶり漬け丼	80g	500
1971		土佐沖かつお漬け丼	80g	500
1973		土佐沖きはだまぐろ漬け丼	80g	500
1912	干物	あじ干物	1枚	328
1913		かます干物	1枚	328
1923		白身魚のフライ(しいら)	120g	476
1926	焼き物・揚げ物	さばの竜田揚げ	150g	428
1903		きびなごのフライ	120g	513
1905		きびなごの唐揚げ	140g	462
1909		あじフライ	3~5枚	513
1932		土佐めひかりの唐揚げ	110g	484
1992		豆あじの唐揚げ	100g	488
●1922		鰹の角煮	110g	503
●1969		白身魚のケチャップ煮	100g	484
●1968		白身魚の梅しそチーズ焼き	4個 (120g)	573

このページは翌々週(1月5回目 1/31~2/2)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。

**別所蒲鉾の練り製品・島根県(冷凍)**

(4週に1回企画)

番号	品名・容量	価格	数
2237	出雲のちくわ 2本	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	ピリ辛海鮮揚げ 100g	385	
2243	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	
2248	しそ入りはんぺん 3枚	385	
2249	ゆず入りはんぺん 3枚	385	
2250	出雲のだし付き おでんセット 9種 16個	858	
2251	おでんセット 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。

**下郷農協の鶏肉(冷凍)**

おおいた冠地どり:『土といのち通信』の「土といのちのおすすめ」に掲載しています。

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	モモ手羽切身 300g	1,267	
2418	ささみ 200g	888	
2419	手羽先 300g	1,259	
2421	手羽元 300g	1,145	
2426	ミンチ 200g	859	
2430	ぶつ切り 300g	829	
2427	ガラ 2羽分	501	

**下郷農協の豚肉(冷凍)**

番号	品名・容量	価格	数
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	一口カツ用(肩ロース) 200g	1,360	
2565	ロース・スライス 200g	1,516	
2571	肩ロース・スライス 200g	1,360	
2568	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	

**下郷農協の牛肉・ハム・ソーセージ類(冷凍)**

番号	品名・容量	価格	数
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	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	豚豚挽ミンチ 200g	1,202	
2720	スモークハム・ブロック 約150g	766/100g	
2721	ポークウインナー 150g	958	
2722	地鶏フランク 200g	709	

**麴・調味料**

番号	品名・容量	価格	数
3228	米こうじ 2kg	3,549	
3229	米こうじ 500g	888	
3227	手前味噌セット米 4.5kg	5,294	
3226	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**

番号	品名・容量	価格	数
4065	きな粉(大分県産) 100g	529	
4064	もち米粉 500g	859	
4063	下郷の強力粉 500g	859	

下郷の強力粉:再開しました!小麦は農業も化学肥料も一切使用していません。

**下郷農協の冷凍麺・乾麺**

番号	品名・容量	価格	数
4131	耶馬溪冷凍うどん 2食	630	P5
4260	耶馬溪乾饅頭(うどん) 250g	529	
4261	耶馬溪素麺(そうめん) 250g	529	

**ご飯のおとも**

番号	品名・容量	価格	数
4504	たかな漬 200g	386	休
4507	らっきょう漬(下郷) 200g	680	
4505	梅干し(下郷) 200g	529	

**下郷農協の冷凍惣菜**

番号	品名・容量	価格	数
5004	黒豚ぎょうざ 16個	701	
5005	ビーフコロッケ 3個	709	
5007	ハンバーグ 100g×2	673	
5009	ミニハンバーグ 15個	838	

チキンボール:おいしいスープが取れます。鍋にも煮物にも便利。揚げるのもgood。

番号	品名・容量	価格	数
5011	チキンボール 300g	852	
5014	味付け豚ホルモン 500g	1,403	
5012	黒豚モモ味噌漬 200g	1,060	

**お茶・あまざけ**

番号	品名・容量	価格	数
5353	玄米茶 200g	770	
5350	麦茶 400g	487	
5351	ハト麦茶 粒 300g	608	
5352	// T B 20p	816	
5861	合鴨米のあまざけ 900ml	1,209	

**お菓子**

番号	品名・容量	価格	数
6401	黒豆きなこあられ 8g×15	785	
6575	おからクッキー 230g	673	
6576	おからプチクッキー 150g	529	

コース(火・水・木) No( ) 様  
氏名( / )

★特別企画品★

《オーサワジャパン 7305》

会員価格:チラシ価格(税込)の2%引き、

ただし USUKAKEオーガニックチョコ2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。

品名・製造元など	注文数

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考