

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1月5回目注文書

配布：1月3回目（1/17(火)～19(木)）  
回収：1月4回目（1/24(火)～26(木)）  
配送：1月5回目（1/31(火)～2/2(木)）

コース（火・水・木）

番号（ ）

氏名

（ / ）様

今週のお米 や農園も新米穫れました！

番号	品名・容量	価格	数
0685	玄米 500g	423	
0683	玄米 (無・無・無) 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	

## 野菜セット（高知県）

お問合せ等は土いのちをお願いします。

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。  
1/31（火）・2/2（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	ピーツジュースセット (ケール2枚、ピーツ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	カボチ初 (黒種パツ) 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	
0256	人参 2~4本	261	

## 野菜単品（高知県）

番号	品名・容量	価格	数
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	クレソン 1束	131	

## 野菜単品（県外）

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

## キノコ（高知県）

あおぞら総空車：『土いのち通信』の「各地の生産者だより」に載っています。

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

## 果物（高知県）

0401	レモン 1個	118	
0402	ライム 1個	118	

ライム：『土いのち通信』の「土いのちのおすすめ」に載っています。

## 新共同購入品

6835	コーボンのプロポリスキャンディ 28g	331	
6804	お魚チップス・甘えび 40g	275	

## 高知のいいものいろいろ

～米粉のお菓子ju.、天竺舎はP5

1260	四方竹(水煮) 200g	706	
0680	古代米 (カムササ/無・無・無) 450g	794	
0681	うるち 1kg	1,587	
0840	黒にんにく「土」 40g	540	
0841	佐の隠し玉 ※250g入りは40g入りよりやや大粒 250g	3,240	
0842	250g×2	5,400	
0843	吉井浩一 金色の手作り 蒸し生姜パウダー 20g	1,080	
0844	手むきの素焼き ジャンボ落花生 80g	540	
3427	金色の手作り 100g	540	
3428	250g	1,080	
3429	黒砂糖・大粒 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

## もち米 山菜のもち米 新米です！

山菜：『土いのち通信』の「各地の生産者だより」に載っています。

0688	サイワイモチ 無・無・無 稲架掛け 天日干し 450g	529	
0689	もち米 1.5kg	1,323	
	白米		

## 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	パンオセーグルプレーン 1個	486	
0908	クランベリーノア 1個	464	
0910	クランベリーバークル 2個	443	
0938	ナ焼トッパ 栗 1個	194	
0939	チョコくるみ 1個	194	
0926	バターロール 5個	486	
0942	チョコワッザン (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・レシマールド 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. Includes items like 初月豆腐, 厚揚げ, 油揚げ, おから, 初月の豆乳, 国産無調整豆乳, 板こんにやく, 糸こんにやく, 乾燥糸こんにやく, 仁淀川ぎくらげ.

食べる漢方〜ぎくらげの栄養素
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. Includes items like 有機蒸しミックスビーンズ, 有機蒸しひよこ豆, 3色の蒸しキヌア, スーパー発芽大豆, スーパー発芽黒豆, つぶあん, FBもろこし畑, FBもろこし畑, FBもろこし畑, もち麦キラリ, 国産十六雑穀米, 押し麦, ひえ, 喜界島の洗い白ごま, 有機あらいごま白, 有機あらいごま黒, 国内産すりごま白, 国内産すりごま黒, 絹ごし胡麻白, 絹ごし胡麻黒.

絹ごし胡麻: クリーム状なので、さらに栄養分が吸収されやすくなっています。ハチミツを加えてトーストパンにぬったり、ごま豆腐、ごまダレ、胡麻あえなどのお料理に。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 藤本さんの干し椎茸, 全粒粉くるまふ, 国内産春雨, 有機大豆使用・にがり凍み豆腐さいの目.

卵・牛乳と乳製品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 奥田さんの平飼卵, うずらの玉子・水煮, 山地酪農牛乳, 牛の道(ジャズ)牛乳, 生クリーム.

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 とことん 練り入り蒲鉾, とことん 練り入り角天, とことん 練り入り竹輪, とことん 練り入りなると.

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 国内産・素干しえび, 銀のまぐろ水煮(ツ), 金のまぐろ油漬(ツ), オスター・グリーン・オイル漬, 経本枯節(花経), 和だし, 荒ぶし, 経本節パック(本枯), 日高昆布, 利尻昆布, 道東だし昆布, 鳴門塩わかめ(生)冷凍, 鳴門カットわかめ, 5種の海藻サラダ.

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. Includes items like 向井 すじ青のり, 奄美もすく・塩蔵, 長ひじき.

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 親かしわミンチ, おくだの親かしわ(半羽分).

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 もも肉, もも肉切身バラ凍結, むね肉, むねミンチ肉バラ凍結, ささみ, 小間切, きも(レバー), 手羽先, 手羽元, 骨付きもも2本.

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. Includes items like ブロック, カット(3枚), スライス, しゃぶしゃぶ用, 生姜焼き用, スライス, 生姜焼き用, ブロック, スライス, スペアリブ, 赤身スライス, スライス, 焼肉用, 角切り, ミンチ.

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. Includes items like ロースハム, ボンレスハム, スモークトハム, 骨付きハム, ベーコン, ショルダーベーコン, アグリイ, フランク, チョリソー, 粗挽き, ショートウインナー, カレー.

基本調味料・油

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 完全天日塩 美味海, 山塩小僧, 土佐の塩丸, 天塩, 海の精焼き塩, 土佐山育ち柚子果汁, 有機ゆず果汁, 小京都有機純米酢, 富士酢プレミアム, 美濃有機純玄米黒酢, 富士すし酢, 富士ピクル酢, カンタンハ芳酢, 丸大豆醤油濃口大, 丸大豆醤油淡口大, 丸大豆醤油淡口小, 有機米みそ, 有機中辛みそ, 甘口みそ, 白みそ(マルウ), 麦みそ, なたね白絞油(坂本), 菜たね油(鹿北), 国産菜種サラダ油, 純ごま油, OG EXVオリイ, ブオイル, えごま油(低温圧搾), 压榨ごめ油 コメユ.

压榨ごめ油 コメユ: 国産原料(米ぬか)のみを使用し、原料のもつ栄養価を保ったプレミアムなごめ油です。

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like マヌカハニー, 粗糖, 洗双糖, てんさい糖蜜糖粉末, 羅漢果ゴールド.

羅漢果ゴールド: 羅漢果の濃縮エキスに果糖を加えて顆粒にしました。甘い!!

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 本みりん, 純米料理酒福来純.

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, 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, 補食用ぬか, 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.

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 土佐国グアバ茶, etc.

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, etc.

はなればなれ珈琲、インスタントコーヒー、フィルター

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like モカ シダモ, レギュラーおまかせ, OGインスタント珈琲パック入.

ジュース・清涼飲料水・炭酸飲料

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 国産ふじりんご100紙, 信州まるごとブルーベリージュース, OGりんごジュース.

面白い飲み物・水

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 健康青汁 菜食健美, 有機フジワラの青汁・粉末タイプ, 有機梅干番茶・スティック.

司牡丹酒造の純米酒

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

ドライフルーツ

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機レーズン, 有機干しいちじく(白), OGダジャンブルー.

南国にしがわ農園のグアバ入り焼菓子

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機グアバ農園のひとくちクッキー(プレーン), クッキー(マイルドソルト), チップス(うす焼きチップス).

お菓子

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機むぎ栗・天津あまくり, 有機緑豆チップス, 北海道皮付ききいか, 北海道あん玉, 玄米煎餅あやひめ丸・黒ごま, 玄米このは・うす塩, ひとくち塩せんべい, 島醤油煎餅, 丹波黒豆玉子煎餅, 純国産えびせんべい, えびせんべいノンフライ, ミニ柿ピー, 心菓子, 栗しぐれ, ミニどら焼, 黒棒, バタービスケット・プレーン, ミルクチョコレート, そば粉, OGビスケット・オーツ麦, 玄米雑穀クラッカー, カリッセル 紫芋&メープル, OGホールクッキー・黒ごま, 無双番茶, ココナッツ, 有機素材だけでつくった全粒粉のおやつ, おやつカステラ, 北海道ぼーろ, ソイガリック・ガリックバター風味, はとむぎおこし, 有機玄米使用ポン菓子・海鮮だし味, 焼とうもろこし味, 国産野菜のかりんとう, 純国産ポテトチップスつずしお味, 柚子, みかんグミ, グレープグミ, 北海道はちみつレモンのど飴, 包み黒糖飴, やさしいラムネ, 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.

機能的食品

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機梅肉エキス, 有機梅肉エキス粒.

【ご家庭で】フライパンにアルミホイルを敷いて燻製チップを入れ、網を敷き食材を乗せ蓋をしてスモーク!

●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 八坂台所固型石けん, プレーン, 竹酢液配合, 漂白剤配合, アルカリ剤配合, リサイクル油, バーシン油.

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 ヲボツ玉食器洗い機専用, N台所のせっけん 詰替.

洗濯用石鹸・洗剤、漂白剤

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ヲボツ玉スノール純石鹸, バジヤン, ドラムバジヤン, ヲボツ玉スノール, 酸素系漂白剤, 酸素系漂白剤用スプーン.

洗顔・浴用・手洗い・歯磨き

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ヲボツ玉浴用石けん, Nクリームソープ 無香, レモングラス, ヲボツ玉ボディソープ詰替, ヲボツ玉バブルガード詰替, N石けんはみがき, Nジェルはみがき.

シャンプー・リンス

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ホリユアップ シャンプー容器, リンス容器, ヲボツ玉石けん, 自然葉シャンプー.

南国にしがわ農園の国産OGコスメ

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ホイップソープ(洗顔料), ホイップソープ詰替, 化粧水, 美容液, クリーム, フィットシードオイル, トライアル5点セット, ミネラルファンデーション.

基礎化粧品類

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like リップスティック シトラス&ハニー, ホーリーバジル&ハニー, Nリップクリーム, Nハンドクリーム 無香料, OG UVミルク, 足摺椿(椿油).

日用雑貨・衛生用品・肥料など

Table with 5 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like お試しセット, よもぎ湯, Nキッチンスポンジ, ありがとう便 トイレットペーパー, 鉢底の石, 有機グアバ農園のOG燻製用原木チップ.

このページは翌々週(2月①回目 2/7~9)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。

**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	

**米粉のお菓子ju.**

土佐れいほく産の米粉を使い、スコーンやクッキーなどの焼き菓子を作っています。卵や乳製品も使わずお砂糖控えめで、なるべく有機のものを使った体に優しいおやつです。

**米粉のお菓子ju.の焼き菓子**

6205	きな粉クッキー 6個	338	
6206	黒糖ジンジャークッキー 6個	392	
6207	酒かすクッキー 5個	338	
6208	オートミールクッキー (レーズンナッツ)	5個 392	
6209	// (カカオ) 5個	392	
6210	// (ベリー) 5個	392	
6211	// (アソート) 3個	338	
6212	スノーボール (プレーン) 5個	338	
6213	// (ココナッツ) 5個	378	
6214	// (マヤカカオ) 5個	392	
6215	スコーン (プレーン) 1個	378	
6216	// (ドライフルーツ) 1個	378	
6217	// (ナッツ) 1個	378	
6218	// (ちょこカカオ) 1個	378	

**天竺舎の農産加工品**

0827	しその実の塩漬 60g	327	
0819	梅干し (2019年漬) 450g	461	
0821	らっきょう漬 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	

**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	

**渡邊水産の海産物(冷凍) 島根県 (4週に1回企画)**

1954	あじ開き 2尾	370	
1942	かます開き 2尾	385	
1943	真いわし丸干し(国産) 1袋	326	
1950	干し塩さば半身 2枚	385	
1941	沖きす丸干し 200g	370	
1948	どんちっち開きあじ 2尾	444	
1944	えてかれい一夜干し 2尾	473	
1945	ゆめかさご開き 1尾	562	
1956	れんこ鯛丸干し 1尾	518	
1952	出雲干し芝えび (熊本県有産) 130g	355	

出雲干し芝えび:フライパンで乾煎りにしたり、油で素揚げにしても美味しいです。

1946	スルメイカー夜干し 2枚	621	
1947	ケンサキカー夜干し 1枚	814	
1955	笹かれい白蓮 50g	266	

笹かれい白蓮:キッチンバサミでカットし、フライパンで乾煎りすると骨ごとバリッと食べられます。

1940	かき (兵庫県産) 200g	666	
1953	ボイルホタテ小 (北海道産) 200g	562	
1957	宍道湖大和シジミ 180g	399	

天然細もずく(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!

1951	天然細もずく(タレなし) 100g	222	
1958	絹糸もずく(タレ付) 100g	399	
1959	太もずく(タレ付) ×3	399	

**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 (スダエビ、するめいか、水だこ、ホタテ貝)	200g 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 (固形量 100g)	352	
2261	いわし水煮 缶 (固形量 70g)	342	
2262	さば味付 缶 (固形量 190g)	331	
2263	さば水煮 缶 (固形量 140g)	321	
2264	国産手造りアンチョビ 45g	466	

今年はお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)**

番号	品名・容量	価格	数
2270	オイルサーディン 100g	441	休
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:これとあと一品汁物があれば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	
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	うるめいわしぶっかけ漬け丼 60g×2	510	休
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	

**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	有機パスタソース 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	J-ソウルフッシュルーク 180g	450	
3801	創健社麻婆豆腐の素 180g	383	
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**

4071	タピオカ粉末 600g	518	
------	-------------	-----	--

このページは翌々週(2月①回目 2/7~9)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
4220	デユム小麦 有機入 パゲッティニ(1.4mm) 500g	496	
4221	古代小麦 有機入 パゲッティ (1.8mm) 300g	496	
4218	全粒粉・有機ペンネ 250g	357	
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	黒こしょうおかき 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 ハニラ味 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。

8230	NEWポリラッ	30cm×20m	285
8231	プ	22cm×20m	157

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。

**よつ葉乳業の乳製品(冷蔵) (2月②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**

(2月②回目配送)

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

**竹内商店のだし (2月②回目配送)**

2381	本枯れ鰹節 1本	1,330	
2382	宗田節削りだし 100g	444	

**斉藤牧場の牛肉(冷凍) (2月②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。

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

**お山の干しいもの干し芋 (2月②回目配送)**

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

コース(火・水・木) No ( )

氏名 ( / )

**★特別企画★**

《ゼンケン 9310》

会員価格: チラシ価格(税込)の10%引き

品番	品名	注文数	備考