

注文数は赤などのわかりやすい色でご記入ください。

2024年11月②回目注文書

配布：10月④回目（10/22(火)～24(木)）
回収：11月①回目（10/29(火)～31(木)）
配送：11月②回目（11/5(火)～7(木)）

コース（火・水・木）
番号（ ）
氏名（ / ）様

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

0913	土佐酒粕食パン	5枚	475
0917	ハードトースト	5枚	389
0918	ハードトースト サンド用	10枚	389
0909	玄米トーストパン	1個	486
0928	もち麦トースト	1斤	432
0904	グラハムトースト	1本	540
0925	ブランブレッド	1本	540
0926	ペカンブレッド	1個	702
0919	バターロール	1本	410
0927	ブラウンライスカンパニー	1個	583
0921	パンラセーグルプレーン	1個	551
0922	パンラセーグルくるみ	1個	594
0911	玄米こめ粉パン	1個	572
0912	窯焼き玄米パン(丸型)	3個	324
0929	リュスティックプレーン	1個	281
0930	リュスティック白いちじく	1個	335
0914	しおパン	2個	356
0907	クルミフランス	1個	448
0915	白神ソフトフランス	1個	454
0902	あんフランス	1個	248
0901	あんぱん	2個	454
0905	クランベリーノア	1個	529
0906	クランベリーベーク	2個	497
0908	クロワッサン	2個	464
0916	チョコクロワッサン(四角)	1個	259
0910	玄米パイ	1個	248
0920	バターロール(丸型)	5個	540
0923	ピストーレ	5個	540
0924	ぶどうパン	2個	302
0903	大納言ブレッド	1個	432
0937	ナ焼 栗	1個	238
0938	ツッド チョコくるみ	1個	238
0939	ツッド パンプキン	1個	238

野菜セット（高知県）

お問合せ等は土といのちにお願ひします

番号	品名・容量	価格	数
0510	中村 直送・四万十野菜 セット 8品目	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。
11/5(火)・7(木) 時間帯：

野菜単品（高知県）

0101	サニーレタス	1個	295
0102	生姜	80g前後	225
0103	井上正雄 田芋	250g前後	255
0104	サツマイモ	450g前後	388
0105	スジナシマメ	80g前後	225
0106	ナス	2~3個	247
0107	オクラ	80g前後	212

井上正雄：『土といのち通信』の「各地の生産者だより」に載っています。

0201	玉ネギ	380g前後	295
0202	わたなべ農園 ニンニクお徳用	150g	654
0203	ニンニク	50g	261
0204	新生姜	100g	261
0205	里芋(子芋)	400g	418
0206	里芋(親芋)	500g	392
0207	赤ジャガイモ	430g	327
0240	とさやま 生姜	100g	226
0250	りか 小松菜	200g	220
0251	葉大根	200g	220

野菜単品（県外）

0301	愛農 人参	500g程度	400
0303	くまもと レンコン	500g	488
0304	つくね芋(山芋)	500g	444

キノコ（高知県）

0276	宗安寺 生きくらげ	75g	240
------	-----------	-----	-----

生きくらげ：不溶性食物繊維が多く、便秘の解消や腸内環境を整えるのに役立つそうです。

果物

0403	愛農 早生みかん	1kg程度	680	P5
------	----------	-------	-----	----

新共同購入品

番号	品名・容量	価格	数
1828	ブラウンスイスマ	70g	627
1827	ルクジャム	150g	1,006
1829	〃(ココア)	70g	627
6907	有機カカオニブチョコレート	100g	849
6911	有機オーーツチョコレート オリジナル	80g	849
6912	〃 ヘーゼルクランチ	80g	849

別子

高知のいいものいろいろ

9385	高知こどもの図書館 2025カレンダー	1冊	1,100
------	---------------------	----	-------

マコモ長茶：“神の宿る草”と言われるマコモ。神経細胞調節作用や抗酸化作用、骨粗しょう症予防、肝癌や大腸がんのリスクを低下させる効果も報告されています。

0801	奥山 マコモ長茶	3g	111
0802		33g	1,111
0840	吉井浩一 黒にんにく「土佐の隠し玉」	40g	540
0841		250g	3,240
0842	※250g入りは40g入りよりやや大粒	250g×2	5,400
8024	どくだみ水	60cc	818
8023		100cc	1,215
8029	かざぐるま どくだみ水詰替	100cc	952
8026		60cc	818
8025	どくだみローション	100cc	1,215
8034	どくだみローション詰替	100cc	952
8018	びわの種エキス詰替	100cc	952

●まだまだ防災特集～備蓄できる食材～

4703	発芽玄米ごはん(五目入り)	160g	296	休
4704	発芽玄米ごはん(雑穀入り)	160g	296	
4705	有機小豆入り玄米おこわ	160g	291	
4706	玄米ピラフ(トマト味)	160g	327	休
4614	発芽玄米豆乳きのこリゾット	180g	277	
4441	野菜煮物	100g	352	
4443	豆腐ハンバーグ(トマトソース)	120g	402	
4444	ベジハンバーグ(デミグラスソース)	110g	453	
6392	天然美食 有機ぜんざい	180g	277	
6733	ひとくち塩ようかん	1本	211	

蒸しパン、ライ麦パン

0970	玄米パン あんなし	3個	534
0971	玄米パン あん入り	3個	555

PEMAの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。

0968	有機全粒ライ麦パン(ブンパーニッケル)	6枚(375g)	482
------	---------------------	----------	-----

パンのおとも

ハイラスマーガリン：一番搾りの高オレイン酸ペに花油を主原料に素材の持つおいしさを大切に無香料、無着色、酸化防止剤不使用のマーガリン。トランス脂肪酸の少ない製法で作りました【約0.03g/10g】。部分水素添加油脂不使用。

5201	ハイラスマーガリン	180g	425
5220	ザイオンブルーファームのブルーベリージャム	230g	878
5221		480g	1,620
5230	OGアガベジャム ストロベリー	140g	866
5231	〃 ブルーベリー	140g	866

ブルーベリージャムのラベル・製造者名が変わりました
毎年人気のブルーベリージャム新物入荷しました！今年の製造分から食品衛生法等の理由でラベルが、今までのメリージェンファームから息子さんのザイオンブルーファームのものになりました。中身やおいしさに変更はありません。

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299	✓欄
---------------------------	----

農産加工品

初月自然豆腐は水曜日お休みです。水曜会員さんへは火曜日製造分をお届けします。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1001 もめん豆腐, 1010 とろりおぼろ豆腐, 1201 国内産小豆の水煮.

もち麦キ拉里: 食物繊維たっぷり。お米に混ぜて炊いて腸活しましょう。炊飯後も白いままで。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1385 もち麦キ拉里, 1386 (除1) (香川県産), 1390 有機もちきび(北海道産).

仁淀川さくらげ: 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さくらげを育てます。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 0875 仁淀川さくらげ 乾燥・黒, 1507 オーサワのこがね麩.

卵・牛乳と乳製品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1701 奥田さんの 奥田卵, 1801 山地酪農牛乳.

鳴門塩わかめ(生): 鳴門カットわかめより柔らかく、生で食べると美味しい。さっと洗うだけで塩はぬけます。

芽ひじき: やわらかい触感の芽ひじき。サラダや炊き込みご飯にどうぞ。

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 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 1816 プレーンヨーグルト, 1819 イズモラルー ジュ(ゴ-ダ), 1822 プロポローネ ピッコロ.

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。ピッコロは小さい

田中鮮魚店の干物 (冷蔵)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2101 おまかせ干物, 2102 丸干し, 2103 かます.

土佐蒲鉾の練り製品 (冷蔵)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2280 とことん 鰹入り竹輪, 2281 とことん 鰹入り蒲鉾.

海産物と海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2233 北海道産 いわしの味噌煮, 2232 北海道産 ほたての水煮.

奥田養鶏場の親鶏肉 (冷凍)

Table with 4 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), 2401 親かしわミンチ.

秋川牧園の若鶏肉 (冷凍)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2440 もも肉, 2441 もも肉切身(バラ凍結), 2442 むね肉.

和歌山ポークTONTONの豚肉(冷凍)・ハム類(冷蔵)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2525 ブロック, 2526 カット(3枚), 2527 スライス.

豚モモ: 少し硬めの部位ですが、塩こうじに漬けると柔らかくなり旨味もアップ。角切りは煮込みにどうぞ。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 2537 ミンチ, 2538 ヘレ, 2541 トントロ.

基本調味料・油

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 完全天日塩, 土佐の塩丸, 山塩小僧, etc.

その他の調味料

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like や農園の米糠ドレッシング, ウスターソース, etc.

レトルト

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機ポタージュ, 参鶏湯風スープ, etc.

ルウ・～の素・香辛料

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like まろやかシチュールウ, 王国のグリーンカレー, etc.

餅・インスタント汁物

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 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 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like とりがらすープ, チキンライス, etc.

粉類

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 愛媛県産 中力粉, 吉野本葛, etc.

佐竹製麺の生麺 (冷蔵)

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

乾麺・パスタ

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機スパゲッティ, 手延葛うどん, etc.

野菜を加えてハーブチキングリル。お好み野菜をカットしてタレと合わせます。あとはグリルすればOK!

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 野菜を加えてハーブチキングリル, 鶏しそ餃子, etc.

本みりん・料理酒 (お酒です)

Table with 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 items like オーサワの豆乳マヨ, 豆乳タルタルソース, etc.

インスタント麺

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 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 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like こだわりのおでん(5種), 有機しそ漬梅干, etc.

お茶・紅茶・ハーブティ

Table with columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 有機抹茶(缶入り), 有機釜炒茶, etc.

はなればなれ珈琲・コーヒー・コーヒーフィルター

Table with 4 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.

お菓子

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like おやつ昆布, 黒こしょうせんべい, ユズ七味せんべい, etc.

洗顔・浴用・手洗い

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like Nクリームソープ 無香, ミント, Nハンドソープ 泡ポンプ, etc.

ジュース・清涼飲料・炭酸飲料

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 国産有機野菜ジュース(無塩) 紙, OGトマトジュース 無塩 缶, etc.

機能性食品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like オーザ 梅のエキス, 青みかんパウダー, etc.

歯磨き

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like フロポリスマウスウォッシュ, ソルトで歯みがき, etc.

シャンプー・リンス

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like Nシャンプー泡ポンプ, リンスポンプ, etc.

基礎化粧品類

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ローズウォーター スプレー, ローズウォーター 詰替, etc.

缶のケースは30本入で少しお得。ただし5624は12本入。5760以外のケースは翌々週配達となります。

Table with 4 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).

入浴剤:土佐の高知の春野の湯めぐり。季節の変わり目の疲れた身体に。

台所・掃除用 石鹸・洗剤

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 八坂台所固型石けん, N台所のせっけんポンプ, etc.

日用雑貨・衛生用品など

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like お試しセット, よもぎ湯, びわ湯, etc.

おもしろい飲み物・水

Table with 4 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.

酸素系カビ取り剤:過炭酸ナトリウムの活性酸素パワー! タイルの目地やコーキングにも。

高知の純米酒・焼酎 (お酒です)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 永田農法 純米酒, 米焼酎 いごっそう 古酒, etc.

EUオーガニック認証イタリアワイン (お酒です)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like エルコーレ (白), シヤルドネ フリュッツスプ, etc.

洗濯用石鹸・洗剤、リンス

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ニューバジャン, 八坂 プレーン, etc.

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like フジ天ぷら敷紙(厚口), ミラクルやまちゃん (環境浄化液), etc.

ドライフルーツ・ナッツ、あん

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like ローストアーモンド, アーモンドプードル, etc.

DOG'S LIFE 愛犬・愛猫のためのおやつ

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Includes items like 鹿肉ふりかけ, 宗田節ふりかけ, etc.

このページは翌々週(11月③回目 11/12~14)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:10/31(木)

野菜単品 (県外)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include レンコン and つくね芋 (山芋).

果物 (県外)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Item: みかん.

シリアル

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items: オートミール and メープルグラノーラ オリジナル.

豆腐・納豆 (冷蔵)

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items: 山芋とうふ and 国産特裁大豆使用 納豆.

国産特裁大豆使用・納豆(たれ付き: 原材料【納豆】特別栽培大豆(北海道)、納豆菌【たれ】しょうゆ(小麦・大豆を含む、国内製造)、みりん、砂糖、食塩、かつお節、米酢、椎茸、昆布、煮干

茹で・乾燥野菜

有機たけのこスライス:『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: 有機たけのこスライス and 乾燥ごぼう.

カネカのヨーグルト

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Item: OGヨーグルト・プレーン.

OGヨーグルトプレーン: 今話題のA2ミルク使用。なめらかで、プレーンなのに甘さを感じられます。

三陸水産の海産物 (4週に1回企画)

三陸沖獲れ以外の品を企画しています

Large table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 甘口紅鮭, 秋鮭切身, 骨なし秋鮭切身, etc.

三陸水産の海産物 (4週に1回企画)

(4週に1回企画)

三陸沖獲れ以外の品を企画しています

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 秋鮭フライ, 手づくりさんま, etc.

海産加工品

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include いわし味付, いわし水煮, etc.

国産手造りアンチョビ: カタクチイワシを塩とハーブ・スパイスで塩漬けし半年以上熟成。調味料やトッピングに。

生ハム・サラダチキン

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include スペイン産生ハム, サラダチキン, etc.

調味料・ドレッシング

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, etc.

えごま油入り胡麻ドレッシング: オメガ3(n-3系)脂肪酸がおいしく手軽に摂れます。動物性の原材料を使用していないため、コレステロール値はゼロ。まろやかでコクのある練りごまをベースにした胡麻ドレッシングです。

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 胡麻ドレッシング, イタリアンドレッシング, etc.

フリーズドライスープ: お湯を注ぐだけで簡単にスープが飲めるのが嬉しい。忙しい時もサッと作れます。

カレー・ルウ

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include スリカレー(スパイスセット), カルボルカレーベースト, etc.

～の素・香辛料・粉類

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 創健社麻婆豆腐の素, 生おろしわさびチューブ, etc.

乾麺・インスタント麺

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 特選そば, ひえめん, 有機スパゲッティ, etc.

ご飯のおとも

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include 関(みん)家白菜キムチ, 幸福キムチ, etc.

くまもと有機の会の餅

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Item: 有機玄米もち.

レトルト・インスタント汁物

Table with 4 columns: 番号, 品名・容量, 価格, 数. Items include ひよこ豆カレー, チキンカレー, etc.

このページは翌々週(11月③回目 11/12~14)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:10/31(木)

お茶・紅茶

番号	品名・容量	価格	数
5320	林農園烏龍茶リーフ 70g	911	
5321	// TB(1L用) 12p	663	
5485	ダーズリンティーリーフ 80g	1,243	
5483	シンガンパティ紅茶リーフ 100g	518	

コーヒー・ココア・面白い飲み物

5533	水出しアイスコーヒー 5p	673	
5437	ココア低脂肪タイプ 110g	621	
5436	有機ココア使用 ミルクココア 5p	497	
5480	スティック黒糖ココア 5p	621	
5891	スティックほうじ茶ラテ 5p	621	
5890	チャイパック 12p	456	
5839	甘糍豆乳(冷蔵) 160g	413	

ポルトガルワイン (お酒です)

5980	赤 ダン 750ml	1,287	
5984	カシャオンドウロ 750ml	1,899	
5981	ロゼ ロゼ 750ml	1,371	
5986	スパークリングワイン 750ml	2,268	
5982	ヴィーニョヴェルデ 750ml	1,371	
5983	白 スパークリングワイン 750ml	1,751	
5985	ヴァルドエイロ 750ml	1,857	

ドライフルーツ・ナッツ

6163	ドライパイナップル 60g	539	
6162	ドライクランベリー 80g	539	
6164	ドライマンゴー 65g	601	
6178	ドライ 干しいちじく 120g	766	
6166	ブルー種抜き 120g	663	
6101	有機栽培種ぬき ブルー(創健社) 110g	663	
6167	ヨーグルトと食べる ドライフルーツ 100g	663	
6165	ドライフルーツ・ナッツミックス 90g	601	
6172	マカダミアナッツ 65g	663	
6173	カシューナッツ 70g	663	
6170	ピスタチオ 70g	663	
6171	ピーカンナッツ 65g	663	
6168	ナッツ アーモンド 70g	663	
6175	徳用アーモンド 230g	1,533	
6169	くるみ(生) 65g	663	
6176	徳用くるみ(生) 200g	1,429	
6174	よくばりナッツ 80g	663	
6177	徳用ミックスナッツ 200g	1,429	

★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	数

お菓子

番号	品名・容量	価格	数
6359	きな粉くるみ 65g	476	
6358	黒糖くるみ 65g	476	
6357	ナッツ かじーナッツかー味 60g	570	
6360	メーブルアーモンド 40g	476	
6354	のお菓子 アーモンドミック スちりめんのり塩 30g	497	
6355	// 桜えびバ'パ'ラチ'ノ 30g	497	
6356	グラノーラクラ ンチメーブル 40g	497	
6341	五穀黒ぜんざい 180g	445	
6491	どら焼き 3個	445	
6485	塩おかき 70g	383	
6486	黒こしょうおかき 70g	383	
6488	そら豆せん 110g	290	
6489	黒豆せんべい 110g	290	
6490	落花煎餅 18枚	435	
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	きらす揚げ しお 20g×4	269	
6895	きらす揚げ 黒糖 20g×4	269	
6889	とうふドーナツ バニラ味 4個	340	
6890	とうふドーナツ ココア味 4個	340	
6888	奄美さんご塩飴 60g	290	
6887	国内産有機 梅工キ スキャンディー 75g	373	

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	
8232	NEWポリラッ 30cm×20m	203	
8231	ブ 22cm×20m	157	

NEWポリラップ:添加物を使用しないポリエチレン素材のラップ。環境ホルモンやもダイオキシンの問題なし。

↓この列は11月④回目配送品↓
(11/19~21)

よつ葉乳業の乳製品(冷蔵)

番号	品名・容量	価格	数
1871	よつ葉バター加塩 150g	444	
1872	よつ葉バター食塩不使用 150g	468	
1873	パンに美味しい よつ葉バター 100g	348	
1874	// 発酵バター 100g	379	
1869	// よつ葉バターと ひまわりオイル 100g	345	
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	

竹内商店の鰹加工品

1950	かつお生節 1本	389	
1951	焼かつお 1本	553	
2370	だし 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。

2664	牛肉ブロック 400g	1,539	
2665	牛肉スライス 200g	806	
2666	牛肉ミンチ 200g	626	
2667	牛肉スジ 200g	436	

お山の干しいもの干し芋

6381	紅はるか干し芋 100g	521	
------	--------------	-----	--

コース(火・水・木) No ()
氏名 (/) 様

★特別企画★

《本コミ カレンダー9375、書籍9377》

会員価格:チラシ価格(税込)

《地球ながもち屋 9371》

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