# 2024年9月4回目注文書

配布:9月2回目(9/10(火)~12(木)) 回収:9月3回目(9/17(火)~19(木)) 配送:9月④回目(9/24(火)~26(木))

# コース(火・水・木) 番号( 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

	価格	数
0510 中 直送・四万十野菜 8品目 セット	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。 9/24 (火) • 26 (木) 時間帯:

0501	谷川	直辺セン	送・谷川農園の野菜 ット(6品目)	1,363 +送料	
0502	農園	//	平飼い卵6個入り	1,683 +送料	

### 日 時間帯: 着日時間帯指定

アレルギーで食べられない野菜、苦手なハーブがあれば備考欄にご記入ください。

## 野菜単品(高知県)

0102		モロヘイヤ	120g	222	
0103	井	ゴーヤー	1個	212	
0104	上正	オクラ	100g	197	
0105	雄	サツマイモ	500g	388	
0106		ナス	300g	295	
0201		囲い生姜	100g	220	
0202	わた	囲い生姜(大)	300g	667	
0203	な	玉ネギ	380g前後	282	
0204	べ農	ニンニク	2~3個	353	
0205	園	ニンニク (大)	1個	235	
0206		ジャガイモ	430g	327	
0240		生姜	100g	226	
0241	لح	ニンニク	100g	282	
0242	さや	<i>リュウキュウ</i>	500g	169	
0243	ま	ニラ	100g	141	
0244		ゴーヤ	1個	169	
0250	IJ	角オクラ	100g	157	
0251	か農	オクラ	100g	170	
0252	園	(ダビデの星)	200g	314	

### 野菜単品 (県外)

### キノコ(高知県)

0276 景 生きくらげ	75g	240	
--------------	-----	-----	--

# 果物

	オ			
0450	ル	バランゴンバナナ 約500g	450	
0430	タ	バフノコンバナナ MISOUS	450	

## 新共同購入品

		Gレモンスカッシュ	250ml	166	
5051	凍	チキンライス	450g	621	

欠品の場合は他の生産者の野菜	✔欄
を希望します。0299	

### 高知のいいものいろいろ

~あおぞら蒼空舎の瓶詰はP5

番号		品名 · 容量		価格	数
8270	田部	ところてんつき	1個	3,268	
0801	奥	マコモ長茶	3g	111	
0802	旦	マコレ技術	33g	1,111	
0840	吉	黒にんにく「土佐	40g	540	
0841	井浩	の隠し玉」 ※250g入りは40g入	250g	3,240	
0842	_	のよりやや大粒	250g×2	5,400	

### ● 院災特集~借業できる食材~

	災特集~偏番できる	艮例∼	1
4703	発芽玄米ごはん(五目入り)	160g	296
4704	発芽玄米ごはん(雑穀入り)	160g	296
4707	有機発芽玄米ごはん (玄もち麦入り)	160g	270
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
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	248
6733	ひとくち塩ようかん	1本	211
A VIII 4	- L. M		

### 今週のお米 新米です!

	<u> </u>	利人しる	•		
0611	ア		5kg	3,744	
0612	キタ	玄米	10kg	7,301	
0613	⊐		15kg	10,683	
0614	井チ		5kg	3,844	
0615	표 드	五分	10kg	7,501	
0616	雄無		15kg	10,983	
0617	無		5kg	3,844	
0618	無	白米	10kg	7,501	
0619	)		15kg	10,983	
0601			51.c	2744	
0001			5kg	3,744	
0602	コシ	玄米	10kg	7,301	
	E	玄米			
0602	ヒ カ 井 リ	玄米	10kg	7,301	
0602 0603	ヒ カ 井 リ 上 へ	玄米 五分	10kg 15kg	7,301 10,683	
0602 0603 0604	サ上正雄 ・		10kg 15kg 5kg	7,301 10,683 3,844	
0602 0603 0604 0605	#上正雄 = -		10kg 15kg 5kg 10kg	7,301 10,683 3,844 7,501	
0602 0603 0604 0605 0606	サ上正雄 ・		10kg 15kg 5kg 10kg 15kg	7,301 10,683 3,844 7,501 10,983	

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つぷりです。

# 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ーンファームから息子さんのザ イオンバレ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。

### 今週のお米 新米です!

番号		品名 · 容量	Ē	価格	数
0630			5kg	2,746	
0631	コシヒ	玄米	10kg	5,355	
0632	ヒ カ		15kg	7,838	
0633	井リ		5kg	2,846	
0634	上(	五分	10kg	5,555	
0635	弘・		15kg	8,138	
0636			5kg	2,846	
0637	無	白米	10kg	5,555	
0638			15kg	8,138	

### 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

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   0913   玄米トースト   1個   464   464   0938   もち麦トースト   1月   410   410   0945   玄米こめ粉パン   1個   572   0935   ブラウンライスカンバーニュ   1個   572   0929   バタール   1本   410   0907   窯焼き玄米パツ(丸パツ)   3個   270   0915   しおパン   2個   346   0943   リュスティックブレーン   1個   562   0908   クランベリノア   1個   518   0937   プレーンベーグル   2個   475   0932   ピストーレ   5個   529   0927   バターロール   5個   529   0916   白神ソフトフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   248   0902   あんぱん   2個   432   0917   月ョフロワッサン(四角   1個   259   0933   ぶどうパン   2個   248   0903   一斤パン 大納言   1斤   410   0919   万次郎がぼちゃ   540   文別   フロツ   ブルンジ   540   マロン   540   マロン   540   0924   アーモンド   340   7094   ブルンジ   540   0939   ブ境   栗   1個   216   548   0941   ッド   チョコくるみ   1個   216   0941   ッド   日本   1月   216   0941   ッド   1月   216   0941   ッド   1月   216   0941   ッド   1月   216   0941   ッド   月   1月   216   0941   ッド   1月   1月   1月   1月   1月   1月   1月   1		Z/110 CT 07 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	IDAIN E 11	о 🖂 Отпо Со От
0926	0918	土佐酒粕食パン	5枚	475
0913   玄米トースト   1個   464   0938   もち麦トースト   1斤   410   0945   玄米こめ粉パン   1個   572   0935   ブラウンライスカンパーニュ   1個   572   0929   パタール   1本   410   0907   窯焼き玄米パン(丸が)   3個   270   0915   しおパン   2個   346   0943   リュスティックブレーン   1個   281   0931   パンオセーグルくるみ   1個   562   0908   クランベリノア   1個   518   0937   プレーンベーグル   2個   475   0932   ピストーレ   5個   529   0927   パターロール   5個   529   0916   白神ソフトフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   248   0902   あんぱん   2個   454   0911   クロワッサン   2個   432   0917   月ョフロワッサン(四角)   1個   259   0933   ぶどうパン   2個   292   0914   玄米パイ   1個   248   0903   一斤パン 大納言   1斤   410   0919   万次郎かぼちゃ   540   玄米   7ーモンド   オレンジ   540   7ロン   7レンジ   540   0924   マロン   540   0939   プ珠   栗   1個   216   0941   ッド   チョコくるみ   1個   216   0941   ッド   チョコくるみ   1個   216	0925	ハードトースト	5枚	389
0938 もち麦トースト 1斤 410 0945 玄米こめ粉パン 1個 572 0935 ブラウンライスカンパーニュ 1個 572 0929 パタール 1本 410 0907 窯焼き玄米パツ(丸パツ) 3個 270 0915 しおパン 2個 346 0943 リュスティックブレーン 1個 281 0931 パンオセーグルくるみ 1個 562 0908 クランベリノア 1個 518 0937 プレーンベーグル 2個 475 0932 ピストーレ 5個 529 0927 パターロール 5個 529 0916 白神ソフトフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 454 0911 クロワッサン 2個 432 0917 チョュクロワッサン(四角) 1個 259 0933 ぶどうパン 2個 292 0914 玄米パイ 1個 248 0903 ー斤パン 大納言 1斤 410 0919 万次郎かぼちゃ 540 0920 タス米 0921 デーチョコ 540 0923 フーモンド オレンジ 540 0924 マロン 540 0939 ナ焼 栗 1個 216	0926	ハードトースト サンド用	10枚	389
0945 玄米こめ粉パン 1個 572 0935 フラウンライスカンバーニュ 1個 572 0929 パタール 1本 410 0907 窯焼き玄米パソ(カバ) 3個 270 0915 しおパン 2個 346 0943 リュスティックブレーン 1個 281 0931 パンオセーグルくるみ 1個 562 0908 クランベリノア 1個 518 0937 プレーンベーグル 2個 475 0932 ピストーレ 5個 529 0916 白神ソフトフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 248 0902 あんぱん 2個 432 0917 プョフロワッサン(四角) 1個 259 0933 ぶどうパン 2個 292 0914 玄米パイ 1個 248 0903 ー斤パン 大納言 1斤 410 0919 万次郎かぼちゃ 540 0920 マロン 540 0921 プラーモンド ブターフ 1個 216	0913	玄米トースト	1個	464
0935   フラウンライスカンパーニュ 1個   572     0929   バタール 1本 410     0907   窯焼き玄米パツ(丸パツ) 3個 270     0915   しおパン 2個 346     0943   リュスティックプレーン 1個 281     0931   パンオセーグルくるみ 1個 562     0908   クランベリノア 1個 518     0937   プレーンベーグル 2個 475     0932   ピストーレ 5個 529     0927   バターロール 5個 529     0916   白神ソフトフランス 1個 454     0901   あんフランス 1個 454     0901   あんフランス 1個 454     0901   かんパん 2個 454     0911   クロワッサン 2個 432     0917   月ョフロワッサン(四角) 1個 259     0933   ぶどうパン 2個 292     0914   玄米パイ 1個 248     0903   一斤パン 大納言 1斤 410     0919   万次郎かぼちゃ 540     0920   マアーモンド     0921   ブアーモンド     0924   マロン 540     0939   ナ焼 栗 1個 216     0941   ッド   チョコくるみ 1個 216	0938	もち麦トースト	1 <i>F</i>	410
0929	0945	玄米こめ粉パン	1個	572
0907   窯焼き玄米パン(丸パン)   3個   270   210   0915   しおパン   2個   346   0943   リュスティックブレーン   1個   281   0931   パンオセーグルくるみ   1個   562   0908   クランベリノア   1個   518   0937   プレーンベーグル   2個   475   0932   ピストーレ   5個   529   0927   パターロール   5個   529   0916   白神ソフトフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   248   0902   あんぱん   2個   432   0917   月3フクロワッサン   2個   432   0917   月3フクロワッサン(四角)   1個   259   0933   ぶどうパン   2個   248   0903   一斤パン 大納言   1斤   410   0919   万次郎かぼちゃ   540   292   0920   マロン   ブーモンド   ブー・アーモンド   ブルンジ   540   0924   マロン   540   0939   プ珠   栗   1個   216   0941   ッド   チョコくるみ   1個   216   216	0935	ブラウンライスカンパーニュ	1個	572
0915   しおパン   2個   346     0943   リュスティックプレーン   1個   281     0931   パンオセーグルくるみ   1個   562     0908   クランベリノア   1個   518     0937   プレーンベーグル   2個   475     0932   ピストーレ   5個   529     0927   バターロール   5個   529     0916   白神ソフトフランス   1個   454     0901   あんフランス   1個   248     0902   あんぱん   2個   432     0917   月コクロワッサン   2個   432     0917   月コクロワッサン   2個   259     0933   ぶどうパン   2個   259     0933   ボビうパン   2個   248     0903   一斤パン 大納言   1斤   410     0919   万次郎かぼちゃ   540     0920   マアーモンド   540     0923   つ924   マロン   540     0939   ナ機 栗   1個   216     0941   ッド   チョコくるみ   1個   216	0929	バタール	1本	410
0943   リュスティックブレーン 1個   281   0931   パンオセーグルくるみ 1個   562   0908   クランベリノア 1個   518   0937   プレーンベーグル 2個   475   0932   ピストーレ 5個   529   0927   パターロール 5個   529   0916   白神ソフトフランス 1個   454   0901   あんフランス 1個   454   0901   あんフランス 1個   454   0901   クロワッサン 2個   432   0917   月辺クロワッサン 2個   432   0917   月辺クロワッサン(四角) 1個   259   0933   ぶざうパン 2個   292   0914   玄米パイ 1個   248   0903   一斤パン 大納言 1斤   410   0919   万次郎かぼちゃ   540   540   0920   マアーモンド   オレンジ   540   7024   マロン   540   0939   大焼 栗 1個   216   0941   ッド   チョコくるみ 1個   216	0907	窯焼き玄米パン(丸パツ	3個	270
0931   パンオセーグルくるみ 1個   562     0908   クランベリノア 1個   518     0937   プレーンベーグル 2個   475     0932   ピストーレ   5個   529     0927   パターロール   5個   529     0916   白神ソフトフランス 1個   454     0901   あんフランス 1個   454     0901   あんフランス 1個   454     0901   クロワッサン 2個   432     0917   月ヨクロワッサン 2個   432     0917   月ヨクロワッサン 2個   259     0933   ぶどうパン 2個   292     0914   玄米パイ 1個   248     0903   一斤パン 大納言 1斤   410     0919   万次郎かぼちゃ   540     0920   マアーモンド   540     0923   マロン   540     0924   マロン   540     0939   ナ機 栗 1個   216     0941   ッド   チョコくるみ 1個   216	0915	しおソパン	2個	346
0908   クランベリノア   1個   518   0937   プレーンベーグル   2個   475   0932   ピストーレ   5個   529   0927   バターロール   5個   529   0916   白神ソフトフランス   1個   454   0901   あんフランス   1個   248   0902   あんぱん   2個   432   0917   月3フロワッサン(四角)   1個   259   0933   ぶどうパン   2個   292   0914   玄米パイ   1個   248   0903   一斤パン 大納言   1斤   410   0919   万次郎かぼちゃ   540   540   0920   マアーモンド   7レンジ   540   0923   7レンジ   540   0924   マロン   540   0939   大株   栗   1個   216   0941   ッド   チョコくるみ   1個   216	0943	リュスティック プレーン	1個	281
0937 プレーンベーグル 2個 475     0932 ピストーレ 5個 529     0927 バターロール 5個 529     0916 白神ソフトフランス 1個 454     0901 あんフランス 1個 454     0902 あんぱん 2個 454     0911 クロワッサン 2個 432     0917 テョュクロワッサン(四角) 1個 259     0933 ぶどうパン 2個 292     0914 玄米パイ 1個 248     0903 ー斤パン大納言 1斤 410     0919   万次郎かぼちゃ 540     0920   マアーモンド 7レンジ 540     0923   ファーモンド 7レンジ 540     0924   マロン 540     0939   ナ焼 栗 1個 216     0941 ッド チョコくるみ 1個 216	0931	パンオセーグルくるみ	1個	562
0932 ピストーレ 5個 529 0927 バターロール 5個 529 0916 白神ソフトフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 454 0902 あんぱん 2個 454 0911 クロワッサン 2個 432 0917 テョュクロワッサン(四角) 1個 259 0933 ぶどうパン 2個 292 0914 玄米パイ 1個 248 0903 ー斤パン大納言 1斤 410 0919 万次郎かぼちゃ 540 0920 ララフー・データー ブント 540 0921 フーモンド 7レンジ 540 0923 つ924 マロン 540 0939 ナ機 栗 1個 216	0908	クランベリノア	1個	518
0927	0937	プレーンベーグル	2個	475
0916 日神ソフトフランス 1個 454 0901 あんフランス 1個 248 0902 あんぱん 2個 454 0911 クロワッサン 2個 432 0917 テョコクロワッサン(四角) 1個 259 0933 ぶどうパン 2個 292 0914 玄米パイ 1個 248 0903 一斤パン 大納言 1斤 410 0919 万次郎かぼちゃ 540 0920 タンプ デーランド 540 0921 プランプ アーモンド 540 0923 マロン 540 0939 ナ焼 栗 1個 216			5個	529
0901 あんフランス 1個 248     0902 あんぱん 2個 454     0911 クロワッサン 2個 432     0917 テョコクロワッサン(四角) 1個 259     0933 ぶごどうパン 2個 292     0914 玄米パイ 1個 248     0903 一斤パン大納言 1斤 410     0919   万次郎かぼちゃ 540     0920   マーンド 7ーモンド 7センジ 540     0924 マロン 540     0939   ナ焼 栗 1個 216     0941 ッド チョコくるみ 1個 216	0927		5個	529
0902 あんぱん 2個 454     0911 クロワッサン 2個 432     0917 テョュクロワッサン(四角) 1個 259     0933 ぶごうパン 2個 292     0914 玄米パイ 1個 248     0903 一斤パン大納言 1斤 410     0919	0916		1個	454
0911   クロワッサン   2個   432   0917   月31クロワッサン(四角)   1個   259   0933   ぶどうパン   2個   292   2091   玄米パイ   1個   248   259   248	0901		1個	248
0917   月3プロロッサン(四角) 1個   259     0933   ぶざうパン 2個   292     0914   玄米パイ 1個   248     0903   一斤パン 大納言 1斤   410     0919   万次郎かぼちゃ   540     0920   マン アーモンド   540     0923   マロン   540     0939   ナ焼 栗 1個   216     0941   ッド   チョコくるみ 1個   216	0902		2個	454
0933   ぶどうパン   2個   292     0914   玄米パイ   1個   248     0903   一斤パン 大納言   1斤   410     0919   万次郎かぼちゃ   540     0920   マニンド   7 ーモンド   540     0923   マロン   540     0939   寸焼 栗   1個   216     0941   ッド   チョコくるみ   1個   216	0911	クロワッサン	2個	
0914 玄米パイ     1個     248       0903 ー庁パン大納言 1斤     410       0919 の920 ラランタの921 テラコ の922 タンタンター アーモンド オレンジ 540     540       0923 マロン     540       0939 ナ焼 東 1個     216       0941 ッド チョコくるみ 1個     216				259
0903     一斤パン 大納言 1斤     410       0919     万次郎かぼちゃ     540       0920     玄米     540       0921     チョコ     540       0922     ファーモンド     540       0923     フロン     540       0939     ナ焼 栗     1個     216       0941     チョコくるみ 1個     216			2個	292
0919     万次郎かぼちゃ     540       0920     玄米     540       0921     チョコ     540       0922     ション     アーモンド     540       0923     オレンジ     540       0924     マロン     540       0939     ナ焼     栗     1個     216       0941     デ・ラコくるみ 1個     216	0914		1個	248
0920     ラス米     540       0921     ララコ     540       0922     ララコ     フーモンド       0923     オレンジ     540       0924     マロン     540       0939     ナ焼 栗 1個     216       0941     ツ ラコくるみ 1個     216			1 <i>F</i>	410
0922   ファーモンド   540   1月   540   1月   540   1月   1月   1月   1月   1月   1月   1月   1	0919	万次郎かぼちゃ	_	540
0922   ファーモンド   540   1月   540   1月   540   1月   1月   1月   1月   1月   1月   1月   1	0920	玄米		540
0922   ショ   アーモンド   540     10923   ブレンジ   540     10924   マロン   540     10939   ナ焼   栗   1個   216     10941   ッド   チョコくるみ 1個   216	0921	·vy - — —	1 =	540
0923     オレンジ     540       0924     マロン     540       0939     ナ焼 マッド     栗 1個     216       0941     ッド     チョコくるみ 1個     216	0922		1//	540
0939	0923	オレンジ	-	540
0941 ットチョコくるみ 1個 216	0924	マロン	-	540
0941   ット   チョコくるみ 1個   216	0939	ナ焼 栗	1個	216
ライ麦パン、蒸しパン、シリアル	0941	ッ チョコくるみ	1個	216
	ライ	<b>長パン、蒸しパン、</b>	シリ	アル

0968	有機全粒ライ麦パン 6枚 (プンパーニッケル) (375g)	482	
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	425	
5220	ザイオンバレーファームの	230g	878	
5221	ブルーベリージャム	480g	1,620	
5230	OGアガベジャム ストロベリー	140g	866	
5231	<i>リ</i> ブルーベリー	140g	866	

### 農産物と農産加工品

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。

番号	品名 · 容量		価格	数
1001	もめん豆腐	1丁	257	
1002	00070立腐	<b>#</b> T	149	
1003	とろりそふと(絹ごし豆腐)	1丁	243	
1004	厚揚げ 初月	1個	155	
1005	油揚げ初月	1枚	155	
1006	初月のおから	200g	54	
1021	オーサワの胡麻豆腐(白)	100g	352	
1104	初月の豆乳	200ml	149	
F				-

**ヒバ食品**・『ナといのち通信』の「各地の生産者だより」

<b>ビハ度品:</b>    工といのら通信』の「各地の生産者により」 に載っています。 -							
1109	角こんにゃく	角こんにゃく ** 240g <b>2</b>					
1110	糸こんにゃく	200g	215				
0860	藤本さんの干し椎茸	50g	497				
0875	ッ ボ イ <i>に淀川きくらげ</i> 乾燥・黒	40g	824				
1201	国内産小豆の水煮	230g	252				
1202	有機大豆の水煮	230g	266				
1203	有機黒豆の水煮	(固形量 140g)	331				
1240	FBもろこし畑 ホールカーネル	180g	226				
1385	もち麦キラリ	500g	916				
1386	(除1)(香川県産)	1kg	1,668				
1391	有機ひよこ豆(乾物)	300g	603				
1507	オーサワのこがね麸	30g	289				
1509	オーサワの切り板麩	40g	281				
1602	緑豆春雨	100g	200				
1606	ベジミートひき肉 缶	180g	432				

### 卵・牛乳と乳製品

1701	奥田さんの	10個	541	
1702	平飼卵	6個	344	
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	543	

### 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。

1816	プ	レーンヨーグルト	400g	377	
1814	美	楽(ヨーグルト)	90g	166	
1815	き	すきヨーグルト	90g	154	
1817	木	次ミルクのプリン	80g	154	
1813	111	ルクコーヒー	200ml	123	
1812		11	500ml	210	
1811		11	1L	368	
1818	木	次バター(無塩)	150g	888	
1819		イズモラルー ジュ(ゴーダ)	180g	1,196	
1823		黒胡椒ゴーダ	180g	1,255	
1820	チ	カマンベール	120g	1,136	
1824	ĺ	ナチュラルスナッカー	70g	556	
1825	ズ	モッツァレラ	100g	568	
1821		プロボローネ	380g	2,249	
1822		プロボローネ ピッコロ	100g	639	

## 田中鮮魚店の干物(冷蔵)

番号	品名 · 容量		価格	数
2101	おまかせ干物		555	
2102	丸干し		555	
2103	かます		1,040	
2105	鯛	1枚	1,040	
2107	じゃこ ちりめん(小)	1袋	555	
2108	じゃこ かちり(中)	1袋	555	
2109	じゃこ かえり(大)	1袋	555	

## 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	

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。

### 海産物と海産加工品

	, C	_ /14 /E //U -E UU			
2232	北	海道産ほたての水煮	65g	341	
2233	北	毎道産いわしの味噌煮	95g	221	
2234	煮	干いりこ	70g	462	
2360		鰹本節(花鰹)	60g	481	
2361		<i>鰹本枯節 (花鰹)</i>	65g	758	
2364	削	和だし	80g	493	
2362	り節	宗田節(削りぶし)	40g	430	
2363	티기	荒ぶし	60g	493	
2366		鰹本枯節パック	3g×8	474	
2365		かつおパック	2.5g×20	510	
2323	昆	羅臼昆布 ミミ	40g	459	
2320	布	日高昆布	100g	539	
2326	麦	<i>すひじき</i>	50g	532	
2325	Æ	ひじき	50g	576	
<b>サールナ ヨールナ</b> ナール <i>ドバノ 光美圧の古いれ</i> じ					

**芽ひじき・長ひじき**:カロリーが低く、栄養価の高いひじき。食感が違うので料理によって選びましょ。

ŀ				
2301	鳴門塩わかめ(生) 冷凍	200g	391	
2302	鳴門カットわかめ	27g	608	
2385	とろろ昆布(がごめ入)	40g	521	

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)

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	

**土佐山育ち柚子果汁**:栽培期間中農薬不使用の柚子 100%で、塩も入れていない無塩のゆず酢です。

### 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(バラ凍結)	500g	829	
2449	手羽元(バラ凍結)	500g	892	
2450	骨付きもも2本	740g	1,123	

### 和歌山ポークTONTONの豚肉(冷凍)・ウインナー・ハム類(冷蔵)

	番号		品名 · 容量		価格	数
	2525		ブロック	300g	1,168	
	2526	П	カット(3枚)	300g	1,168	
	2524	ース	スライス	200g	898	
	2527	^	しゃぶしゃぶ用	200g	898	
	2528		生姜焼き用	200g	898	
	2530	_	ブロック	300g	1,107	
	2531	肩口·	カット(3枚)	300g	1,107	
	2529	ース	スライス	200g	786	
	2532		生姜焼き用	200g	786	
	2521		ブロック	300g	898	
	2520	ラ	スライス	200g	617	
	2522		ペアリブ	300g	898	
	2523	赤	身スライス	200g	609	
	2534		ブロック	300g	831	
	2535		カット(4-6枚)	300g	831	
	2533	モモ	スライス	200g	605	
	2536		焼肉用	300g	908	
	2539		角切り	200g	609	
	2537	=	ンチ	300g	722	
	2538	^	、レ	250g	1,322	
	2540	豚	骨	400g	153	
	2541	7	ントロ	200g	866	
	2542	軟	(骨	250g	385	
	2735	骨	付きハム	1本	1,684	
	2730		ースハム	300g	2,069	
	2731		ンレスハム	300g	1,588	
	2734	ス	モークトハム	300g	2,309	
	2732	ベ	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		フランク	230g	802	
	2740	ソー	チョリソー	230g	802	
Į	2737	1 1	粗挽き	130g	642	
Į	2738	ジ	ショートウィンナー	130g		
Į	2741		カレー	130g		
	<b>★</b> 2742		野菜	130g	690	
	基本訓	割店	料			

### 基本調味料

		1 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
2901		完全天日塩土佐の	塩丸	200g	967	
2902	塩	<i>」」あま</i>	3	400g	1,623	
2904	<u></u>	ハ 山塩八	//僧	200g	790	
2905		// <i>美味</i>	海	230g	740	
·3015		土佐山育ち柚子	早升	300ml	1,225	
3020		OGレモン	果汁	180ml	555	
3001	酢	小京都有機紅	100米	500ml	476	
3023	HF	有機バルサミコ	酢(赤)	250ml	1,388	
3025		有機白ワインビ	ネガー	250ml	784	
3022	l	紅玉梅酢		200ml	539	
47.74	- <b>-</b>	ᅒᅭᇦᇰᇠᇅᇦ	ニ亜化っトント	ルで割っ	<b>アゴカゴ</b>	

# 紅玉梅酢:熱中症予防に炭酸水や水で割ってゴクゴク! 塩分補給ができます。

i	- <u>-</u>					
	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	
	3102	醤	丸大豆醤油濃口 小	900ml	1,318	
	3104	油	丸大豆醤油淡口 小	900ml	1,318	
	3131		寺岡家の国産減 塩 丸大豆醤油	480ml	663	

]様

### 基本調味料・油

番号		品名 ・ 容量		価格	数
3212		海の精 国産有機 豆味噌	700g	1,640	
3210		海の精 国産特栽 麦味噌	1kg	1,576	
3211		ハ 玄米味噌	1kg	1,651	
3201	味	有機合わせみそ	750g	928	
3202	噌	有機中辛口みそ	750g	910	
3203		中辛口みそ	750g	655	
3204		甘口みそ	750g	655	
3205		白みそ(やさか)	500g	528	
3301		純なたね油(坂本)	1,650g	2,052	
3302		なたね白絞油(坂本)	1,650g	2,052	
3321		なたねサラダ油缶(米澤)	1,400g	1,650	
3311	油	香りのない有機コ コナッツオイル	460g	1,065	
3303		純ごま油	660g	1,944	
3332		太白純正胡麻油	340g	908	
3313		グレープシードオイル	460g	1,186	
3401		粗糖	1kg	363	
3403	sle <del>rt-</del>	洗双糖	1kg	437	
3453	糖類	有機メープルシロップ	250ml	1,409	
3431		清澄さんの百花窓	300g	1,447	
3430		用位 C/UV/日10虫	600g	2,758	

### みりん・料理酒 (お酒です) 5971 本みりん 500ml 1,004 5973 | 純米料理酒 福来純 720ml 869

### 便利なだし

3530	にぼしパック	20p	700	
3531	味だしパック	20p	700	
3532	プレミアムだし名人 (煮干味)	10p	663	
3503	昆布濃縮だし	36p	1,780	
3502	中華だし	q8	482	
3501	野菜ブイヨン	q8	432	

### その他の調味料

		5 V,	/ DIU UN TT			
	3677		ウスターソース	300ml	525	
	3678	ケ	中濃ソース	300ml	516	
	3679	ンシ	濃厚ソース	300m1	525	
	3681	3	土佐ぽん酢しょうゆ	500ml	620	
	3682		減塩トマトケチャップ	380g	513	
	3680		焼き肉のたれ	300ml	525	
	3650		別栽培紅玉ねり チューブ	100g	715	
	3655	オ-	-サワのコチュジャン	85g	522	
	3654	オ	ーサワの豆板醤	85g	447	
	3609	±	佐山柚子こしょう赤	50g	510	
	3652	オ	ーサワの豆乳マヨ	300g	723	
=	F)3653	豆	乳タルタルソース	100g	411	

### ルウ

3721	オーサワシチュールウ 120g	482	
3720	王国のグリーンカレー 50g	482	

**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

番号	品名 ・ 容量	Ē	価格	数
3807	オーサワ麻婆の素 (甘口)	180g	371	
3810	ごぼうご飯の素	2合用	401	
3811	きのこご飯の素	2合用	401	
3813	ベジ釜めしの素 (とり釜めし風)	2合用	401	
3920	OG粒マスタード	90g	585	
3921	OGセイロンシ ナモンパウダー	20g	383	

### 粉類

4005	愛媛県産 中力粉	1kg	370				
4040	地粉パン粉	150g	434				
4033	玄米ぱんこ	100g	321				
	お好み焼粉	400g	532				
4038	有機穀物で作った天 然酵母(ドライイースト)	3g×10	653				
4037	有機ベーキングパウダー	10g×4	492				
l <del>}</del> kh \$	3輌の仕輌(冷亭)	ため制持の仕続(冷さ)					

### 佐竹製麺の生麺(冷蔵)

佐竹生ら一めん:野菜をたっぷりのせ、めんつゆやドレッシングをかけて冷し中華風に。

*				
4111	生ら一めん	2食	184	
4112	生パスタ	2食	172	_

### 乾麺・パスタ・インスタント麺

4202	手延葛うどん	200g	443	
4203	手延葛そうめん	250g	503	

# パッタイ・フォー・ビーフン・アルチェ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。

•				
	4207	有機玄米細麺パッタイ 150g	497	
	4208	有機玄米太麺フォー 150g	497	
	4206	玄米ビーフン 120g	482	
	4204	7 有機グルテンフリー・ こスパゲッティ 250g	681	
	4205	* リペンネ 250g	681	
	4201	オーサワ 有機スパゲッティ 500g	310	
	4303	ベジ玄米ラーメン しお 1食	226	
	4304	リ ごまみそ 1食	256	4
	4305	ル しょうゆ 1食	221	N.
	4306	リ みそ 1食	230	

### おかず・ごはんのおとも

もから	・こはかのむと	ย		
4516	天日干したくあん	100g	400	
4510	紅しょうが(刻み)	60g	383	
4509	紅玉小梅	120g	761	
4514	福神漬	120g	392	
4513	高菜漬(きざみ)	130g	275	
4517	鉄火みそ(豆みそ)(ふりかけ)	70g	932	
4560	ふりかけ名人鰹味	25g	474	
4515	八宝ふりかけ (スギナ入り)	30g	543	

### レトルト

4613	有機発芽玄米あずき粥	200g	235	
4611	ベジパスタソース (明太子クリーム風)	1食	360	

有機アールグレイティーTB:ベルガモット(柑橘類)の爽 やかで上品な香り。アイスティーでも美味しい!

### レトルト

番号	品名 ・ 容量	価格	数
4608	有機ポタージュ 1食 (かぼちゃ&にんじん)	352	
4609	〃 (トマト&にんじん) 1食	352	
4604	秋 参鶏湯風スープ 1食	426	
4601	川 本格チキンカリー 1食	487	
4602	園 バターチキンカレー 1食	429	
4605	ベジカレー甘口 1食	381	
4606	11 中辛 1食	381	

### 餅・インスタント汁物

4701	有機黒豆入り玄米餅 6個	553
4801	有機みそ汁(生みそ) 3食	229
4802	プ 有機立科みそ汁 1食	195
4806	j OGポタージュ コーン 1食	232
4807	ド リトマト 1食	232
4808	プ/ パーえだまめ 1食	232
4805	八穀ポタージュ 5食	821

秋川朱	対園の冷凍総菜	(●即	は加熱済み)
•5048	とりがらスープ	50g×5	414
•5021	鶏だんご	175g	364
•5024	チキンカツ	150g	454
•5028	やきとりセット	6本	719
•5029	甘酢のやわらかチキン南蛮	150g	420
•5035	チキンソースカツ	150g	473
•5036	チキンナゲット	200g	466
•5038	からあげ	150g	448
•5023	鶏メンチカツ	150g	391
•5025	とり天	170g	481
•5039	鶏レバー甘辛焼き	120g	432
•5041	黒豚メンチカツ	120g	411
•5045	手羽中の甘辛揚げ	115g	434
5022	チキンカツ(和風醬油)	200g	522
5031	鶏の生姜焼き	200g	426
5030	鶏の塩麹漬け	150g	385
5049	鶏しそ餃子	360g	672
5043	野菜を加えてガーリッ クチキングリル	195g	531
5044	野菜を加えて鶏もつに んにく醤油炒め	160g	333
5046	ふんわり卵の親子丼の具	1食	413
5047	手羽めしの素	2合用	481
5050	牛乳グラタン (鶏肉とポテト)	2食	725

25条・	紅	茶・ハーフティ			
5301	天空	有機煎茶	100g	1,166	
5302	四四	有機釜炒茶	100g	1,166	
5303	万十	有機玉緑茶	100g	1,166	
5331	有	機抹茶(缶入り)	30g	1,106	
5360		ほうじ番茶	150g	414	
5450	西製茶	出雲国のべにふ うき紅茶リーフ	50g	582	
5451	所	出雲国のべにふ うき紅茶 TB	15p	582	
5401	有	機セイロンティ-TB	20p	442	
5402	有村	幾アールグレイティー TB	25p	604	
5403	有	機ルイボス茶TB	50p	1,880	

]名[ ]様 No.[ ]氏[ 斜め字は高知県産品です。 9月4回目-P4

### はなればなれ珈琲・コーヒー・コーヒーフィルター ドライフルーツ・ナッツ

はなればなれば地が・コーヒー・コーヒーフィルター				
番号	品名 ・ 容量	価格	数	
5570	カフェインレスおまかせ	1,350		
5571	豆180~200g/粉170~190g	1,350		
5562	中 <i>モカ シダモ</i> 豆190g	1,350		
5563	煎 シャキッソ村 <sub>粉180g</sub>	1,350		
5566	深 <i>はなればなれブレンド</i>	1,350		
5567	煎 はなればなれたプレント <u>粉190g</u>	1,350		
5568	中 <i>モカイルガチェフェ</i>	1,350		
5569	煎 とガイルガブエブエ <u>粉190g</u>	1,350		
5573	中一訳あり廉価コーヒー	豆1,080		
5574	煎 豆200~220g/粉190~210g	粉1,080		
5575	深 訳あり廉価コーヒー	豆1,080		
5576	煎 豆180~200g/粉170~190g	粉1,080		
5572	中 前 モカ シダモ 水出し用 粉180g	1,350		
9130	ウォータードリップ コーヒーサーバー <sup>1セット</sup>	3,105		
8511	アバカコーヒーフィルター小 100枚	291		
8512	リ 大 100枚	312		

### ジュース・清涼飲料・炭酸飲料

5615	OGトマトジュース 無塩 缶 1本	146	
5620	野菜ジュース無塩 缶 1本	146	
5650	OGりんごジュース 缶 1本	163	
<b>★</b> 5685	パインアップルジュース 缶 1本	183	
5681	長野県産ぶどうジュース 缶 1本	222	
5663	みかんジュース 瓶 900ml	1,284	
5728	OGぶどうサイダー+レモン 缶 <b>1本</b>	155	
5760	ゆずドリンク プラ 12本	2,467	
	·		

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。

		のケ	アース	
5701	ヴェリタスブロイ (ノンアルコールビール)	1本	150	

ヴェリタスブロイ:本場ドイツ製造。味・喉越しともビール そのもの。BBQのおともにどうぞ。

### おもしろい飲み物・水

J	5801	健康青汁 菜食健美	90ml	175	
=	5809	濃いアーモンドミ ルク(砂糖不使用)	125ml	138	
	6001	水・金城(かなぎ)の華	2L	247	
	6002	11	1L	179	
	6003	trolox Sparkling (炭酸水)	500ml	299	

trolox Sparkling:『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。

高知の					
	永田農法 純米酒	720ml	1,394		
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		

EUオー	ガニック認証イタリア	ワイン	(お酒で	す
5905	エルコーレ(白)	750ml	2,110	
5906	シャルドネ ブリュットス プマンテ(白・発泡スパークリン グ)	750ml	2,110	
5907	グアルトレスコ(白)	750ml	2,110	
5908	バローネ(赤)	750ml	2,637	
5909	センプロニウス(赤)	750ml	2,110	

番号	品名 ・ 容量		価格	数
6112	有機クコの実	40g	511	
6114	ドライブルーベリー	50g	845	
6115	有機干しあんず	85g	753	
6116	ローストアーモンド	40 g	401	
6113	アーモンドプード ル (皮付き・生)	50g	503	

## お菓子

6389	つぶしあん	350g	452	
6390	こしあん	350g	452	
6391	おやつ昆布	10g	190	
6481	黒こしょうせんべい	10枚	231	
6482	ゆず七味せんべい	10枚	231	
6480	下町 麩菓子	12個	321	
6582	米粉クッキー メープル	60g	371	
6583	<i>リ</i> キャロブ&ココア	60g	371	
6580	ヴィーガンプロテイ ンバー(プレーン)	2本 (約60g)	241	
6581	<i>川</i> (ココア)	1113000	241	
6601	玄米ポンセン	8枚	371	
6732	ひとくち小豆ようかん	1本	211	

### 6847 昔づくり玄米おかき 100g 機能性食品

	オーサワ梅のエキス			
7020	青みかんパウダー	30g	1,480	

### 台所・掃除用 石鹸・洗剤

6734 ひとくち芋ようかん 1本

6722 有機ぶどう使用のゼリー 60g

6723 国産みかんと有機にんじん使用のゼリー

7401	八坂台所固形石けん	280g	260	1
7404	N台所のせっけん 詰替	450ml	410	
	Nお風呂洗いせっけん詰替	450ml	461	
7409	洗濯槽&排水パイ プクリーナー	300g ×3	1,025	
7441	酸素系カビ取り剤	60g×5	634	

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

7422	アルカリウォッシュ 1kg (セスキ炭酸ソーダ)	588	
------	-----------------------------	-----	--

アルカリウォッシュ:『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。

### 洗濯用石鹸・洗剤

******					
7514		ニューバジャン	3kg	5,918	
7550	粉	八坂 プレーン	3kg	1,165	
7553		八坂 アルカリ剤配合	1kg	452	
7554		八坂 リサイクル油使用	4L	2,493	
7555		ハ バージン油使用	4L	2,781	
7524	液	洗濯用石けんソフトポトル	1.2L	1,127	
7525	体	洗濯用石けんソフト詰替	1L	769	
7527		洗濯用石けんドラム詰替	1L	769	
7519	<u> </u>	マザータッチ洗濯用:	_1L	1,520	
マザータッチ洗濯用:ひのきの香り。入浴剤としても使えます。					

### 洗濯用リンス

7629	衣類のリンス 消臭プラ ス・カモミール 詰替	707	
------	---------------------------	-----	--

### 洗顔・浴用・手洗い

******	1213 2 115		
番号	品名 • 容量	価格	数
7702	化粧石鹸 E 3個	431	
7705	Nクリームソープミント 1個	226	
7706	〃 スイートローズ 1個	226	
7731	Nハンドソープ詰替 450ml	696	
7727	べ 全身シャンプー 泡ボンプ 300ml	1,025	
7728	」	696	

### 歯磨き

7802	Nソルティー石け んはみがき	120g	472	
7801	N石けんはみがき	120g	431	
7803	N緑茶石けんはみがき	120g	882	
7807	プロポリスマウスウォッシュ	200ml	1,214	

## シャンプー・リンス

7902	Nシャンプー詰替	500ml	799	
7904	Nリンス詰替	500ml	799	
7960	詰替え用ロート	1個	無料	

## 其磁ル粒只箱

211

135

151

567

60g

空呢"心性四块					
8003		ファミリーUVクリーム	40g	1,477	
8012	彩	リキッドクレンジングソープ	150ml	1,899	
8013	生舎	水の彩 カップ	200g	3,587	
8014	吉	水の彩 チューブ	120g	2,215	
8017		びわのせい望	150g	3,692	
8002	N:	エモリエントクリーム	35g	1,640	
8004	Ν	リップクリーム	4g	666	
8006	N.	ハンドクリーム無香料	70g	871	
8007	,	/ ゼラニウム&ラベンダー	70g	871	
8008	1	/ イランイラン&ミュゲ	70g	871	
8009	Ν	・UVクリーム SPF30	45g	1,332	
8060	듔	招椿 (椿油)	100ml	1 959	

# 日用雑貨・衛生用品など

8220		お試しセット	3P	240	
8201	入浴	よもぎ湯	10P	743	
8221	剤	びわ湯	10P	743	
8222		どくだみ湯	10P	743	
8202	Ν	キッチンスポンジ	1個	211	
8211	とま	うもろこしからう れた水切りネット	30枚	728	

### ナチュラムーンシリーズ:肌に直接触れるものだからこ そ、安心・快適・幸せな製品を使いたいですね。

h.					- 7
8401	۸	ナプキン 普通の日用	24個	512	
8402		11 多い日昼用羽なし	18個	512	
8403	ナ	11 多い日昼用羽つき	16個	512	
8404	チュ	11 多い日夜用羽なし	12個	512	
8405	ラ	11 多い日夜用羽つき	10個	512	
8406	7	おりもの専用シート	40個	645	
8407	ン	ハ ロング	36個	737	
8408		吸水パンティライナー	30個	645	
8409		吸水パッド 羽つき	14個	645	
8430		菌・消臭スプレー AS-CAL99.9	500ml	1,356	
8510	あり	がとう便トイレットペーパー	150m×6	743	
8605	_	ラクルやまちゃん (環境浄化液)	2L	756	
8601	1	香液	500ml	451	
8728	/۱-	-ブガード(防虫・体用)	110cc	1,772	

### このページは翌々週(10月①回目 10/1~3)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:9/19(木)

### あおぞら蒼空舎

高知市神田・春野町で障害のある方たちと共に、農業 や食品加工、手袋製造などの事業を実施。 自分たちの農園で栽培した作物や、地域の農家さんな

,.....

どから入手した果物をふんだんに使い、ジャムやマー マレード、おかず味噌などを製造。素材そのものの味 を楽しんでいただくため、砂糖等の調味料は出来るだ け減らしています。「安心安全で美味しく」をテーマに高 知の自然の恵みをぎゅっと閉じ込めた、あおぞら蒼空 舎の瓶詰類を是非ご賞味下さい!!

### ◎あおぞら蒼空舎の瓶詰

<u> </u>	<u> </u>	・ク启エ音り孤詣		_	
番号		品名•容量		価格	数
5240		土佐苺ジャム	110g	423	
5241	ジャ	土佐南高梅ジャム	110g	423	
5242	ム	土佐新高梨ジャム	110g	423	
5243	・ マ	土佐馬次郎梨ジャム	110g	423	
5244		土佐次郎柿ジャム	110g	423	
5245	レ	土佐ゆずマーマレード	110g	423	
5246	ド	土佐文旦マーマレード	110g	423	
5247		土佐みかんマーマレード	110g	423	
9740	おか	土佐にんにく味噌	110g	423	
9741	ず	土佐生姜味噌	110g	423	
9742	味噌	土佐スパイシー生姜味噌	100g	423	
4568		土佐原木椎茸佃煮	110g	423	
4569	佃煮	土佐原木椎茸き くらげ佃煮	110g	423	

### 果物

0430		OGブルーベリー 150g		
		OGストロベリー 200g		
0432	凍	OGラズベリー 150g	766	
0433		OGミックスベリー 200g	732	

OG冷凍フルーツ:スムージーやババロアに入れ込 んだらきれいな色がでます。

### 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。

1041	山芋とうふ	250g	354	
1124	有機カップ入り納豆(たれ付き)	40g×2	216	
1121	国産大豆使用・ひきわり納豆(たれ付き)	40g×2	222	休
1123	国産大豆使用・納豆 (たれ付き)	40g×2	216	
1122	国産有機大豆使用・ 有機納豆(たれ付き)	40g	161	

### 冷凍・茹で・乾燥野菜

7 10 17 17		- 1011112771			
		OGミックスベジタブル			
1232	凍	OGフレンチフライポテト	300g	512	
1250	大け	分県産 有機た のこスライス	80g	441	
1502	王	産五彩ひじき	25g	487	休

### カネカのヨーグルト

1850 OGヨーグルト・プレーン 330g 509

**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が感じられます。

### 渡邊水産の海産物(冷凍)島根県(4週に1回企画) 海産物と海産加工品

番号		品名 ・ 容量		価格	数
1915		あじ開き	2尾	444	
1926		あじ開き(大)	2尾	533	
1916		かます開き(国産)	2尾	444	
1919		かます開き(大)(国産)	1尾	503	
1917		えてかれい一夜干し	2尾	503	
1918		干し塩さば半身	2枚	533	
1921		沖きす丸干し	200g	385	
1944		ゆめかさご開き	1尾	503	
1925	+	れんこ鯛丸干し	1尾	518	
1924	物	れんこ鯛開き(大)	1尾	518	
1942		水かれい一夜干し	1枚	473	
1927		ゆず香る あじ開き	2尾	533	
1928		ケンサキイカー夜干し	1枚	814	
1923		ケンサキイカー夜干し	2-3枚	873	
1929		スルメイカー夜干し	2枚	621	
1945		スルメイカー夜干し(大)	1枚	562	
1920		出雲干し芝えび (熊本県有明産)	130g	355	
1947	め	めかさご調理用	200g	414	
1932	ボ	イルホタテ(北海道産)	200g	562	
1946	宍	道湖大和しじみ	180g	414	
		<b>もずく(島根産</b> )∶地場の= ご、非常に貴重。絹のよう			
1948	手	商み細もずく(タレなし)	100g	266	
1933	宮古	絹糸もずく(タレ付)	100g×3	399	
1936	島産	太もずく(タレ付)	100g×3	399	

**うるめいわしのオイルサーディン**:高知産のうるめいわしが無い時は国内産を使用しています。 原材料:うるめいわし、食用オリーブ油、食塩、ロー ズマリー、唐辛子、醸造酢

### 宇佐もん工房の海産加工品 (4週に1回企画)

2270	冷蔵	うるめいわしのオ イルサーディン	100g	401	
2271		獲れたてサバ の醤油漬け丼	60g×2	612	
2272	冷	イカの醤油漬け丼	60g×2	685	
2273	凍	マグロの醤油漬け丼	60g×2	758	
2274		の醤油漬け丼	65g×2	758	

漬け丼:これとあと一品汁物があればOK.。手抜きした いときにでも、贅沢な食事になります。

### 海産物と海産加工品

/ <del>7</del> / <del>2</del> 1	<u> </u>	- /7 (E V) UU			
2209		秋鮭スモーク サーモン	40g×2	756	
2201	冷凍	無着色たらこ (北海道近海産)	60 g	722	
2204	(北海	シーフードミック ス(甘エビ、するめい か、水だこ、ホタテ貝)	200g	1,509	
2207	道産	ベビー帆立	200g	1,077	
2208	$\overline{}$	新巻鮭切身	2切	755	
2206		開きほっけー夜 干し(真ほっけ)	1枚	702	

番号		品名 · 容量		価格	数
2260		いわし味付 缶	100g	383	
2261		いわし水煮 缶	- (固形量 70g)	373	
2262	常温	さば味付 缶	190g	435	
2263		さば水煮 缶	(固形量 140g)	425	
2264		国産手造りアンチョビ	45g	466	

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・ウィンナー・サラダチキン

		V 1 V V		
2770	冷蔵	スペイン産生ハム (ハモンセラーノ)	60g	808
2760	冷	放牧豚ポークウインナー	100g	471
2761	凍	放牧豚粗挽きウインナー	100g	521
2780	サク	・ <b>ラダチキン</b> ヷラッ ペッパー&ガーリック)	100g	399
2781		II (カレー)	100g	399
2782		リ (長ネギ&生姜)	100g	399
調味業	<u> </u>	ドレッシング・	ルゥ	・呑空料

3041	生レモンしぼり 100m	543		
3121	減塩醤油(金笛) 600m	651		
3560	チキンコンソメ 10個	300		
3671	つゆの素ストレート 300m	404		
3665	え 胡麻ドレッシング 150m	590		
3669	ま イタリアンドレッシング 150m	559		
3670	油 入 和風ドレッシング 150m	559		
3666	有機ピザソース チューブ180g	476		
<b>方掛ピボソーフエーーブ</b> ・『ナレンのナ泽/声』の「ナレ				

ブ:『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。

•				
3668	有機パスタソース トマト&ズッキーニ	300g	715	
3667	<i>リ</i> トマト&ナス	300g	715	
3731	植物素材のカレールウ甘口	135g	487	
3732	リ 中辛	135g	487	
3733	リ 辛口	135g	487	
3730	コーンクリームシチューフレーク	180g	508	
3801	創健社麻婆豆腐の素	180g	404	
3902	生おろしわさびチューブ	40g	425	
3903	練りからしチューブ	40g	373	
dere stem	·			

### 粉類

4070	5	ピオカ	(澱粉)	600g	570	
冷凍麸		乾麺				
4105	冷凍	本場されん(庖)		200g ×3	410	
4220	ジ	有機ス/ ティーニ		500g	496	
4217	ノロロモ	古代小麦 パゲッテ	10 11241	400g	555	
4218	1	全粒粉・有	機ペンネ	250g	357	
4219		有機ファ レ(蝶々型		250g	357	
4223	特	選そば		200g	476	
4224	U	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。

数

価格

228

542

601

500

### このページは翌々週(10月①回目 10/1~3)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:9/19(木)

### インスタント麺 容量 番号 品名 価格 数 4342 博多風らーめん 1食 212 4343 四川風拉麺(ラーメン) 1食 228 有機即席ラーメ 4341 185 ン (スープなし) ご飯のおとも 閔(みん)家白菜キムチ 250g 4540 599 4541 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

### (玄米黒酢使用) レトルト・インスタント汁物

4553 のりとたまごのふりかけ 28g

さつまたくあん

4630	植物素材のカルボナー ラ風パスタソース	1食	549	
4821	オニオンスープ (フリーズドライ)	4食	694	

### 冷凍総萃

4551

	₩.			
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	
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	
5131	やさしい日本のアジフライ	4枚	799	
5129	天然エビのサクサクひと くちエビフライ	100g	702	
5128	有機ブロッコリーと有機 ペンネのえびグラタン	130g ×2	670	

有機ブロッコリーと有機ペンネのえびグラタン:コクが あってクリーミーなホワイトソースは本格的。紙カップ入

## 〖水の彩 価格表〗

8014:ナチュールアクアクリーム水の彩

120gチューブ <u>2.215円</u> 8013 200gカップ 3,587円

8015:水の彩ローズ・デ・アルガン 3,059円

8016:水の彩S 150gポンプ 4,009円

8017: びわのせい望 3,692円

8012:**リキッドクレンジングソープ 1,899円** 

8003:ファミリーUVクリーム 1,477円

# ★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
	1

凍総	菜			Х	】 ↓ この列は10月②回目配送品 ↓
器号	品名	<ul> <li>容量</li> </ul>	価格	数🛚 🗶	(10/8~10)

番号

5120	北海道トマトと放牧 1枚 豚のマルゲリータ (18cm)	910	
5124	-   111     11      11      11      11      11      11      11      11      11      11      11      11      11      11        11	821	
5125	ピザ ホワイトソース&コーン (15cm)	994	
5126	ピザクラスト 2枚 (ピザ <u>生地)</u> (18cm)	700	

**ピザクラスト**:自然解凍後、ピザソースを塗り、お好みの 具材やチーズをのせて、オーブントースターで焼きましょう、オリジナルの熱々ピザの出来上がり♪

### ココア・豆乳飲料

321

555

1本

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

## ドライフルーツ・お菓子

6101	有機栽培 種ぬき プルーン(創健社)	110g	663	
6341	五穀黒ぜんざい	180g	445	
6487	どら焼き	3個	425	
6485	塩おかき	70g	383	
6486	黒こしょうおかき	70g	383	
6100	みに口せん.	110~	200	

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 リ バター醤油 6892 213 60g

6893 野菜コンソメ 60g 11 213 6894 きらず揚げ しお 20g×4 269 きらず揚げ 黒糖 20g×4 6895 269 6889 とうふドーナツ バニラ味 4個 340 ココア味 4個 6890 340 6888 奄美さんご塩飴 290 60g

国内産有機 梅工キ 6887 75g スキャンディー 日用雑貨

8232 NEWポリラップ 8231 22cm×20m

コース (火・水・木) No ( ) ) 氏名(

品名 • 容量

**+**□+/=

## Ⅺよつ葉乳業の乳製品(冷蔵)

18/1	よつ業バター加塩	150g	444	
1872	よつ葉バター食塩不使用	150g	468	
1873	パンにおいしい よつ葉 <i>バ</i> ター	100g	348	
1874	ハ 発酵バター	100g	379	
1869	〃 よつ葉バターと ひまわりオイル	100g	345	
1875	クリームチーズ	100g	302	
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	

### 3種のシュレッドチーズ 増量キャンペーン中!

で、この機会をお見逃しなく!

1868 おつまみチーズ ゴーダ 30g

1876 カマンベールチーズ 90g

1877 大人のカマンベール&ブルー 90g

1870 3種のシュレッドチーズ 130g

	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:『土といのち通信』の「各地の生産者だよ り」に載っています。

### |竹内商店の鰹加工品

		_ , ,,		
1950	カ	ッつお生節	1本	389
1951	炼	<i>かつお</i>	1本	553
2370	だ	本枯れ鰹節	1本	1,520
2371	し	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

2660 *牛ブロック* 400g 1,391 2661 | *牛スライス* 725 200g 200g 562 2663 | 牛スジ 200g 392

お山の干しいもの干し芋

6381 紅はるか 干し芋

### ★特別企画★ 《彩生舎 9353》

### 会員価格:チラシ価格(税込)の2%引き ただし水の彩シリーズは価格表参照

373

203

157

品番	品名	注文数	備考