

2025年12月②回目注文書

配布：11月④回目（11/18(火)～20(木)）
回収：12月①回目（11/25(火)～27(木)）
※注文締切は11/27(木)15時厳守！（ルート回収除く）
配送：12月②回目（12/2(火)～4(木)）

コース（火・水・木）

番号（ ）

氏 名

（ / ）様

今週のお米

番号	品名・容量	価格	数
0681	玄米 (ミルキークイーン/ 無・無・無) 5kg	5,333	

古代米を栽培している**びっくニック**さんのお米。12月②④回
目のみです。お見逃しなく！

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	1,483+ 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。
12/2（火）・4（木）時間帯：

中村くらしを見直す会:『土といのち通信』の「各地の生
産者だより」に載っています。

新共同購入品

番号	品名・容量	価格	数
0943	ベーコンエビ 1個	346	
0944	ミニクロワッサン 5個	335	
0955	くるみパン 1個	335	
8007	Nハンドクリーム ポンプ 無香料 210g	2,167	

高知のいいものいろいろ

～土佐佐賀産直出荷組合はP5

9385	高知こどもの図書館 カレンダー2026 1冊	1,100	
3460	村井さんの日本蜜 蜂の百花蜜 200cc	1,307	
0850	宗 乾燥さくらげ 40g	565	
0840	吉 黒にんにく「土 40g	540	
0841	井 佐の隠し玉」 250g	3,240	
ローリエお徳用:暑さで葉がやけどしているため増量			
0877	ローリエお徳用 30枚	137	
0883	梅酢（赤じそ） 300cc	588	
8018	どくだみ水 60cc	792	
8020	どくだみ水詰替 100cc	922	
8022	どくだみ水詰替 300cc	2,353	
8019	どくだみローション 60cc	792	
8021	どくだみローション詰替 100cc	922	
8023	どくだみローション詰替 300cc	2,353	
8026	びわエキス詰替 100cc	922	

野菜単品（高知県）

0101	人參 2～3本	255	
0103	ミニ白菜 1個	310	
0104	大根 1本	275	
0105	小松菜 120g前後	225	
0106	田芋 250g前後	255	
0107	サニーレタス 1個	255	
0108	葉ニンニク 2～4本	225	
0110	レタス 1個	295	
0112	金時人參 200g	282	
0113	ネギ 90～100g	225	
0203	大根 1本	261	
0206	生姜 100g	261	
0207	生姜 400g	980	
0208	玉ネギ 小玉ちゃん 380g前後	288	
0209	玉ネギ 600g	392	
0210	ニンニクお徳用 150g	654	
0211	ニンニク 50g	261	
0212	ゴボウ 150g	418	
0213	里芋(親芋・子芋) 700g	627	
0214	里芋(子芋) 350g	458	
0240	と 新生姜 100g	254	
0241	さ 里芋 500g	353	
0242	ま サツマイモ 300g	494	
0260	や 里芋 350g前後	261	
0250	り 葉ニンニク 100g	196	
0251	か 紫イモ 400g	340	
0265	高 ぎんなん 300g	314	
0290	高 四万十レンコン 200g	678	P5

野菜単品（県外）

0302	愛 じゃがいも 1kg程度	662	
------	---------------	-----	--

キノコ（高知県）

0276	宗 生きくらげ 75g	240	
0270	蒼 原木しいたけ 180g	366	

果物（高知県）

0401	と さ ヌズ 1個	99	
------	-----------	----	--

果物（県外）

0405	愛 みかん 1.5kg	1,166	
0406	農 5kg箱	4,200	P5
0480	オルター バランゴンバナナ 約500g	510	

クリスマス特集

◎さくらベーカー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	1,674	
0949	// モーンバックマッ セ（黒ケシバースト） 1個	1,674	

●ごちそう食材（冷凍）

9502	エコシュリンプリサイズ 200g	1,838	
9560	秋 骨付ももロースト 2本	1,671	
9561	川 骨付もも照り焼き 1本	912	
9562	牧 フライドチキンセット 500g	1,676	
2550	豚ロースブロック 約500g	398/100g	
2633	黒 サーロインス 170g	3,171	
2634	毛 テーキ 170g×2	5,364	P
2635	下 ライトステーキ 100g	2,122	5
2636	郷 (サーロイン) 100g×2	3,408	
2637	モモブロック 約500g	5,841	

お正月の準備も忘れずに

9503	丹波黒豆 200g	1,825	
9504	国産田作り 30g	749	
9505	松前漬の素・タレ付 90g	889	
4103	奥出雲・生蕎麦(生麺) 2食	539	
4229	国内産・十割そば(乾麺) 200g	536	

欠品の場合は他の生産者の野菜
を希望します。0299

✓ 欄

さくらベーカーリーのパン

※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	486	
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	508	
0928	もち麦トースト 1斤	454	
0904	グラハムトースト 1本	540	
0925	ブランブレッド 1本	540	
0927	カンパーニュ 1個	716	
0926	ペカンブレッド 1個	932	
0919	バタール 1本	410	
0907	クルミフランス 1個	464	
0915	白神ソフトフランス 1個	454	
0920	バターロール(丸型) 5個	594	
0923	ピストーレ 5個	594	
0922	パンチセーグルくるみ 1個	605	
0905	クランベリーノア 1個	540	
0906	クランベリーベーグル 2個	508	
0929	リュスティックプレーン 1個	281	
0911	玄米こめ粉パン 1個	572	
0912	窯焼き玄米パン(丸パン) 3個	378	
0914	しおパン 2個	378	
0941	ぼうしパン 1個	248	
0942	メロンパン 1個	248	
0902	あんフランス 1個	248	
0901	あんぱん 2個	454	
0908	クロワッサン 2個	529	
0916	チョコクロワッサン 1個	281	
0910	玄米パイ 1個	270	
0924	ぶどうパン 2個	302	
0903	大納言ブレッド 1個	432	
0931	デ アーモンド 583		
0934	ニ チョコ 583		
0935	シ マロン 1斤 583		
0936	シ 万次郎かぼちゃ 583		
0937	ナ 栗 1個 259		
0938	ツ チョコくるみ 1個 259		
★0939	ツ パンプキン 1個 259		

シリアル、パンのおとも

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	499	
0953	OGグラノーラチョコ 200g	829	
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	425	
5265	ピーナッツバター 有糖クランチ 100g	644	
5263	アーモンドクリーム 150g	777	
5262	黒ゴマクリーム 190g	682	
5260	有機・レモン・マイルド ゆず入 115g	402	
5220	サイオン/バレーファームの ブルーベリージャム 230g	915	
5221	480g	1,699	

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	初月自然豆腐	1丁	257	
1002		半丁	149	
1003		とろりそふと(絹ごし豆腐)	1丁	243
1004		厚揚げ [®]	1個	155
1005		油揚げ [®]	1枚	155
1006		おから	300g	81
1104		初月の豆乳	200ml	149
1114	国産無調整豆乳		1 L	373
1109	ヒバ	角こんにやく	240g	215
1110		糸こんにやく	200g	215
1115		乾燥糸こんにやく	50g×4	638
1260	土佐山の四方竹(水煮)		200g	848
1216	有機蒸しミックスビーンズ		85g	281
1218	有機蒸しひよこ豆		85g	281
1222	蒸し発芽大豆		100g	231
1223	蒸し発芽黒豆		70g	231

古代米:いつものお米に少し混ぜて炊くと、ピンク色ご飯ができます♪

0680	古代米 (移山耕) びっく / 無・無・無 うる く ち	450g	1,333
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	岩手県産・ひえ	150g	840
国産十六雑穀米: 発芽させた雑穀を多用していて、通常の雑穀以上に栄養あり。20gの小袋に小分けしてます			
1306	国産十六雑穀米	20g×10	1,053
1307	国産特別栽培・小豆	200g	730
1417	外国産 有機あらいごま白	80g	283
1418	外国産 有機あらいごま黒	80g	283
1410	国内産すりごま 白	30g	643
1409	国内産すりごま 黒	30g	583
1415	ねりごま 絹こし胡麻 白	270g	943
1416	ねりごま 絹こし胡麻 黒	270g	943
0875	ツボイ 仁淀川きくらげ 乾燥・黒	40g	824
1520	全粒粉くるまふ	6枚	442
1612	国内産・はるさめ	100g	373
1611	有機大豆使用・にがり凍み豆腐さいの目	50g	349

卵・牛乳と乳製品

1701	奥田さんの	10個	656
1702	平飼卵	6個	398
1710	うずらの玉子・水煮	6個×2	423
1801	山地酪農牛乳	1L	438
1802	牛の道(バーズ・牛乳)	500ml	300
1803	生クリーム	200ml	584

田中鮮魚店の干物（冷蔵）

田中鮮魚店の干物:不漁のため休止が多くなっております。ご了承ください。

2101	おまかせ干物	555
2105	鯛 1 枚	1,040
2107	じゃこ ちりめん(小) 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）

番号	品名・容量	価格	数
2280	とこどん 鯉入り竹輪 40g×3	343	
2281	とこどん 鯉入り蒲鉾 100g	407	
2282	とこどん 鯉入り角天 50g×2	343	
2283	とこどん 鯉入り鳴門 40g×2	343	

海産物と海産加工品

2220		銀のまぐろ水煮(ヅ)	70g×3	725
2221	缶詰	金のまぐろ油漬(ヅ)	70g×3	725
2223		魚好きのための 旬にしん水煮	170g	675
2218		煮干いりこ	100g	524
2219		国内産・素干しえび	30g	363
2361	削り 節	鯉本枯節(花鯉)	65g	758
2362		宗田節(削りぶし)	40g	430
2363		荒ぶし	60g	493
2365		かつおバック	25g×20	510
2320	だし 昆布	日高昆布	100g	664
2322		利尻昆布	30g	555
2321		道東だし昆布	25g	343
2302		鳴門カットわかめ	23g	608
2338		国内産ふのり	10g	811
2340		国内産5種の海藻サラダ	10g	422
2332		向井 すじ青のり	4g	372
2325		長ひじき	35g	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	782	
2441	もも肉切身(バラ凍結)	500g	1,260	
2442	むね肉	300g	595	
2443	むねミンチ肉(バラ凍結)	300g	540	
2444	ささみ(バラ凍結)	300g	752	
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）

2525	ロース	ブロック	300g	1,193	
2524		スライス	200g	918	
2527		しゃぶしゃぶ用	200g	918	
2528		生姜焼き用	200g	918	
2530	肩ロース	ブロック	300g	1,131	
2531		カット（3枚）	300g	1,131	
2529		スライス	200g	803	
2532		生姜焼き用	200g	803	
2534	モモ	ブロック	300g	849	
2535		カット（4-6枚）	300g	849	
2533		スライス	200g	618	
2539		角切り	200g	623	
2521	バラ	ブロック	300g	918	
2520		スライス	200g	630	
2523		赤身スライス	200g	623	
2537		ミンチ	300g	737	

和歌山ポークTONTONのウイナー・ハム類（冷蔵）

番号	品名	容量	価格	数
2730	ロースハム	300g	2,114	
2732	ベーコン	300g	1,573	
2733	ショルダーベーコン	300g	1,721	
2736	アグリィ	300g	1,229	
2739	フランク	230g	819	
2740	チョリソー	230g	819	
2737	粗挽き	130g	655	
2738	ショートウィンナー	130g	606	
2741	カレー	130g	655	

基本調味料・油

2908	塩	海の精焼き塩 袋 60g	266		
2902		完全天日塩 あまみ 400g	1,623		
2904		山 山塩小僧 200g	790		
2907		赤穂の天塩<粗塩> 1kg	469		
3015	酢	土佐山育ち柚子果汁 300ml	1,225		
3010		有機ゆず果汁 100ml	699		
3013		カンタンハ芳酢 360ml	473		
3003		富士酢プレミアム 500ml	1,657		
3001		小京都有機純米酢 500ml	476		
3014		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		
3101	醤油	丸大豆醤油濃口 大 1.8L	2,790		
3103		丸大豆醤油淡口 大 1.8L	2,790		
3104		丸大豆醤油淡口 小 900ml	1,629		
3108		ヤマビサ醤油濃口 720ml	947		
3109		ヤマビサ醤油淡口 720ml	945		
3111		純米しょうゆ 150ml	503		
3240	味噌	有機米みそ(かねこ) 750g	1,608		
3201		有機合わせみそ 750g	1,026		
3202		有機中辛口みそ 750g	1,008		
3203		中辛口みそ 750g	725		
3204		甘口みそ 750g	725		
3205		白みそ(やさか) 500g	584		
3206		白みそ(マルクラ) 250g	249		
3302	油	なたねしらしめ油(坂本) 1,650g	2,052		
3330		国産なたねサラダ油 450g	956		
3336		圧搾一番搾り国産 こめ油 紙パック 600g	1,332		
3334		OG EXVオリー ブオイル 180g	1,267		
3335			460g	2,777	
3304		純ごま油 273g	1,106		
3332		太白純正胡麻油 340g	978		
3306		純つばき油 92g	1,554		

純つばき油: 混じりつけなしの、純度100%の熊本県産！
古式圧搾搾り製法で薬剤は一切不使用です。食用可。

3408	てんさい含蜜糖粉末	500g	463	
3401	粗糖	1kg	389	
3403	洗双糖	1kg	437	
3409	羅漢果ゴールド*	500g	3,215	
3412	マヌカハニー MGO115/UMF6	250g	2,974	

みりん・料理酒 (お酒です)

5970	本みりん 福来純	1.8L	3,077	
5972	純米料理酒 福来純	1.8L	2,093	

5381	有機土佐國グア	10p	1,140	
5382	バ茶TB	30p	3,110	

はなればなれ珈琲

はなればなれ珈琲の豆・粉:生豆価格の変動により、内容量は予告なく増減する場合があります。

番号	品名	容量	価格	数
5565	深煎 はなればなれブレンド	豆200g	1,419	
5566		粉190g	1,419	
5567	中煎 モカイルガチェフェ	豆220g	1,419	
5568		粉210g	1,419	
5562	中煎 モカ シダモ	豆220g	1,419	
5563		粉210g	1,419	
5564	中煎 モカ シダモ 水出し用	粉210g	1,419	
5569	中煎 訳あり廉価コーヒー	豆1,216		
5570		豆200~220g/粉190~210g	粉1,216	
5571	深煎 訳あり廉価コーヒー	豆1,216		
5572		豆180~200g/粉170~190g	粉1,216	

コーヒー、コーヒーフィルター

5549	OGバリエーション珈琲パック入	85g	1,203	
5548	OGカフェイタルコーヒー	5杯分	855	
8511	アバカコーヒーフィルター小	100枚	405	
8512	〃	大 100枚	459	

ジュース・清涼飲料水・炭酸飲料

5673	国産ふじりんご100 紙	小1本	175	
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ジューズ+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	
ケースは30本入で少しお得です。 ただし5673は36本入。				
のケース				
5732	OGスポーツドリンク ペット	1本	194	

面白い飲み物・水

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	
5848	伝承有機小豆茶TB	20p	810	
5850	有機梅干番茶・スティック	20p	1,588	
5847	有機生姜使用・しょうが湯	5p	392	
5804	有機じんわりしょうが	150ml	459	
★5851	本葛湯 詰合せ	5p	623	
★5852	本葛湯 蓮根	5p	623	
★5853	本葛湯 生姜	5p	623	
5859	OGアイスコーヒー・無糖	1L	580	
5860	OGアイスコーヒー(カフェインレス)・無糖	1L	766	
5857	国産有機むぎ茶 缶	1本	156	
6020	四万十のめぐみ	500ml	225	
6021	天然超軟水	2L	333	

高知の純米酒・焼酎 (お酒です)

5932	永田農法 純米酒	720ml	1,580	
5931	栗焼酎 ダバダ火振	720ml	1,601	

EUオーガニック認証イタリアワイン (お酒です)

5906	シャルドネ・ブリュッス・ブマンテ(白・発泡スパークリング)	750ml	2,110	
5905	エルコーレ(白)	750ml	2,110	
5909	センプロニウス(赤)	750ml	2,110	

お酒は20歳になってから

ドライフルーツ

番号	品名	容量	価格	数
6107	有機レーズン	120g	423	
6108	有機干しいちじく(白)	150g	866	

お菓子

6317	北海道有機小豆つぶあん	200g	482	
6307	黒豆もち麦ぜんざい	140g	281	
★6309	北海道あん玉	7個	426	
6306	ほの甘くろまめ	45g	281	
6302	有機むぎ麦・天津あまぐり	80g	331	
6318	純国産 蜜いも	150g	569	
6319	有機緑豆チップス	45g	286	
6310	純国産北海道ホタテ貝ひも	45g	576	
6313	純国産北海道バリバリ昆布	25g	569	
★6463	黒棒	8本	352	
★6461	ミニどら焼	6個	407	
★6462	栗しぐれ	100g	417	
6426	プラスフリー 玄米焼かりんと	40g	299	
6419	ハイピーナッツ	90g	319	
6404	玄米このは・うす塩	80g	363	
6413	ひとくち塩せんべい	75g	331	
6412	ひとくち海老せんべい	70g	331	
6414	島醬油煎餅	80g	331	
6409	山田錦せんべい袋入・ねぎみそ	25枚	621	
6410	〃 ・醤油	25枚	621	
6408	さくふわせんべい 紫いも味	12枚	284	
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	
6465	柿の種	65g	317	
6466	柿の種〈梅味〉	65g	368	
6455	ふ菓子	7本	227	
6505	純国産 北海道クラッ カー チーズ味	90g	266	
6526	バタービスケット・プレーン	5枚×4	518	
6528	〃 そば粉	5枚×3	518	
6529	OGビスケット・オート麦	5枚×3	518	
6520	おやつカステラ	130g	290	
6510	純国産北海道ぼーろ	100g	225	
6620	はとむぎおこし	10枚	373	
6606	有機玄米使用ボン 菓子・海鮮だし味	27g	317	
6607	〃 焼とうもろこし味	30g	317	
6813	国産野菜のかりんとう	20g×4	300	
6804	えびまるせん	45g	266	
6817	純国産あげせん	40g	299	
6807	純国産ホトチップスうすしお	55g	216	
6808	〃 柚子	53g	218	
6828	みかんグミ	20g×4	407	
6827	グレープグミ	20g×4	425	
6832	北海道はちみつレモンのど飴	57g	297	
6834	包み黒糖飴	95g	240	
6829	やさしいラムネ	13g×5	259	
★6980	ナチュラルチョコレート・抹茶	60g	679	
★6981	〃 ミルク	60g	679	
★6982	〃 ビター	60g	679	

機能性食品

7003	有機梅肉エキス 粒	90g	3,533	
------	-----------	-----	-------	--

台所・掃除用 石鹸・洗剤

番号	品名	容量	価格	数
7411	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏ食器洗い機専用	500g	748	
7401	八坂台所固形石けん	280g	331	
7404	N台所のせっけん 詰替	450ml	495	

洗濯用石鹸・洗剤、漂白剤

7501	固	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏノール純石鹸	180g	171	
7502		ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏｽノール	1.5kg	1,540	
7513		ニューバジャン	840g	1,781	
7550	粉	八坂 プレーン	3kg	1,317	
7551		〃 竹酢液配合	1kg	483	
7552		〃 漂白剤配合	1kg	483	
7553		〃 アルカリ剤配合	1kg	483	
7554	液体	〃 リサイクル油使用	4L	2,897	
7555		〃 パージン油使用	4L	3,379	
7521		粉せっけんネット	1つ	337	
7623		酸素系漂白剤ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏ	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	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏ浴用石けん	6個	957	
7712	Nクリームソープ 無香	1個	228	
7713	〃 レモングラス	1個	279	
7740	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏﾊﾞﾌﾞﾙｶｰﾄﾞ泡ポンプ	300ml	710	
7741	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏﾊﾞﾌﾞﾙｶｰﾄﾞ詰替	250ml	495	
7743	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏﾎﾃﾞｿｰﾌﾞ詰替	470ml	770	
7801	N石けんはみがき	120g	434	
7804	Nジェルはみがき	90g	660	

シャンプー・リンス

7925	ﾌﾞﾘｰﾁﾝｸﾞｼｬﾝﾌﾟｰ容器	400ml	2,939	
7927	〃 リンス容器	400ml	2,939	
7921	ｼｬﾎﾞﾝ ｳﾏ石けんｼｬﾝﾌﾟｰ容器	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

8050	天 海 の し ず く オ ー ガ ニ ッ ク	ホイップソープ(洗顔料)	150ml	4,400	
8051		ホイップソープ詰替	150ml	3,168	
8052		化粧水	120ml	4,730	
8053		美容液	35ml	6,442	
8054		クリーム	35g	6,442	
8055		フィトシードオイル	10ml	5,720	
8058		トライアル5点セット	5点	3,993	
8056		ミネラルファンデーション	5g	5,830	
8057		ミネラルファンデーション詰替	5g	3,749	

基礎化粧品類

8078	リップバーム シトラス&ハニー	4.5g	881	
8079	〃 ホーリーバジル&ハニー	4.5g	881	
8003	Nリップクリーム	4g	804	
8004	Nハンドクリーム 無香料	70g	877	
8006	Nハンドクリーム 柚子	70g	877	
8080	OG UVミルク	30ml	2,865	

日用雑貨・衛生用品・肥料など

8220	入浴剤	お試しセット	3P	240	
8221		よもぎ湯	10P	743	
8201		Nキッチンスポンジ	1個	255	
8211		とうもろこしからう まれた水切りネット	30枚	728	
8451		OGコットンマスク	7枚	1,002	
★8450		パンデミックガード99 レギュラー (マスク)	30枚	4,159	
8510		ありがとう便トイレットペーパー	150m×6	743	

このページは翌々週(12月③目 12/9～11)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:11/27(木)

野菜単品 (高知県)

番号	品名・容量	価格	数
0290	高生連 四万十レンコン 200g	678	

四万十レンコン:フタミノイトナミさんが四万十市双海(フタミ)海岸そばにあった耕作放棄地の元田んぼで自然栽培したレンコン。食べた方から味は保証します!との声が聞けました。唯一無二の四万十産。2月くらいまでが1番美味しい。

大阪愛農食品センターの果物

0405	みかん	1.5kg	1,166
0406		5kg箱	4,200

●年末年始のごちそう食材(冷凍)

2550	TON 豚ロースブロック 約500g	398 /100g	
2633	下郷農協 黒毛和牛(経産牛)サーロインステーキ 170g×2	3,171	
2634	〃 ライトステーキ(サーロイン) 100g×2	5,364	
2635	〃 モモブロック 約500g	2,122	
2636		3,408	
2637		5,841	

下郷農協の納豆

(4週に1回企画)

1101	もみじ納豆 50g	199	
------	-----------	-----	--

もみじ納豆:国産の小粒大豆使用したふっくら柔らかな納豆。タレ・辛子はありません(産地はいろいろ)

乾燥豆・乾燥野菜

(4週に1回企画)

1320	大豆(大分県産) 300g	465	
1536	乾しいたけ(どんこ) 100g	1,929	
1537	乾しいたけ(中葉) 100g	1,658	
1538	乾しいたけ(徳用) 100g	1,572	
1540	乾しいたけ(スライス) 100g	1,615	

乾しいたけ:大分県北西部の山あいでは原木栽培した生しいたけを乾燥させたもの。出汁にコクがでる

下郷農協の乳製品(冷蔵)

(4週に1回企画)

1845	飲むヨーグルト 150ml	307	
1844	S-1 500ml	751	
1847	プリン 90g	250	
1846		90g×3 735	

プリン:下郷農協の耶馬溪牛乳と鶏の卵を使って作りました。ソースには黒砂糖と三温糖だけを使っています。

淡いピンク色のピーツに、ほんのり甘酸っぱい風味の苺とりんごを合わせた、グルテンフリーの板グラノーラ。

THIS IS SALADA りんごと有機ピーツの板グラノーラ
原材料:りんご・ピーツミンチ(りんご(国産)、有機ピーツ)、有機オートミール、いちご、米油、米粉、レーズン、黒糖、てんさい糖、バナナピューレ、かぼちゃの種、黒ごま、シナモンパウダー、レモン果汁、食塩、ジンジャーパウダー

きびなご・めひかり塩干し:高知県産毛湾で水揚げされた旬の魚を、旨味凝縮の一夜干しにしました。炙って香ばし・ふっくら♪ご飯のおかずにも、お酒の肴にもぴったりです。

健康フーズ取り扱い品

(4週に1回企画)

1030	高野山ごま豆腐 4個	363	
------	------------	-----	--

高野山ごま豆腐:『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。

3340	有機亜麻仁オイル 230g	1,657	
3440	野花のはちみつ 550g	3,314	
3441	粉黒糖 500g	570	
3572	煮ほし粉 しいたけ昆布入り 150g	829	
3571	焼あごだしパック(飛魚) 10p	994	
3691	山の辣油 カツオ 80g	691	
3692	山の辣油 イタドリカツオ 80g	691	

山の辣油イタドリカツオ:『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。

4330	中華ラーメンスープ付 3食	337	
4331	博多中華そば 醤油 1食	396	
4332	〃 味噌 1食	396	
4333	〃 塩味 1食	396	
4334	〃 とんこつ 1食	396	

4570	梅にんにく 120g	570	
4571	納豆ふりかけ 30g	363	
4690	レトルト 五香粉香るルーロー飯 1食	563	
4691	バジル香る国産鶏のガバオ 1食	563	

4750	一膳炊き 五目ごはん 180g	322	
4751	一膳炊き 筍ごはん 180g	322	
5873	梅醤番茶 180g	1,811	
5870	昆布茶 80g	671	
6128	ローストアーモンド 75g	377	
6123	ローストミックスナッツ 70g	377	
6130	チックピー(0-ストひよこ豆) 50g	388	
6129	ホワイトマルベリー(白桑の実) 40g	388	

6370	WHOLE BAR デーツ&ピスタチオ 40g	306	
6371	WHOLE BAR カカオ&フィグ 40g	306	
6372	WHOLE BAR ピーナッツバターチャイ 40g	306	
6373	CACAO BITE カカオと植物プロテイン 30g	298	
6374	THIS IS SALADA りんごと有機ピーツ 70g	499	
6879	五穀かりんとう 80g	311	
6884	きらず揚げ しお 140g	363	

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

(●印は加熱済み)

1912	あじ干物 1枚	328	
1913	かます干物 1枚	328	
1990	レンコダイ干物 1枚	414	
1978	さば塩干し(土佐沖真さば) 1枚	328	
1986	きびなご塩干し 80g	487	
1987	めひかり塩干し 80g	487	

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

(●印は加熱済み)

季節限定! 四万十川の天然鮎:伝統漁法「火振り漁」で獲った、四万十川流域の脂ののった天然の『夏鮎』を急速冷凍しました。2尾以上入です。

番号	品名・容量	価格	数
1959	四万十川の天然鮎 150g	1,350	

土佐の魚色々セット:カマス、レンコダイ、キビナゴ、イサギ、サバ、アジ 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 120g	598	
1963	しいらの切り身 120g	482	
1964	土佐のさば三枚おろし 200g	559	
1983	あじ三枚おろし 120g	574	
1974	カマスの三枚おろし 120g	555	
1968	うるめいわし(ドレス) 270g	555	
1976	白身魚(ニベ)のサイコロ切身 120g	536	
1995	さばぶく切り身(徳島) 200g	694	
1996	得意さばぶく切り身(徳島) 400g	1,336	
1975	ぶり照り焼きセット 150g	661	
1988	天然ぶり煮付用(調味液付) 330g	800	
1962	白身魚のフライ(しいら) 120g	513	
1966	さばの竜田揚げ 120g	518	
1909	あじフライ 3~5枚	513	
1965	あじガーリックフライ 150g	644	
1981	土佐めひかりの唐揚げ 110g	518	
1994	豆あじ唐揚げ 100g	521	
1960	きびなごのフライ 110g	589	
1961	きびなごの唐揚げ 110g	550	
1985	土佐沖天然ぶり刺身(ブロック) 120g	718	
1982	土佐の薫焼き天然ぶりタタキ 120g	814	
1980	土佐の鰹刺身用ブロック 100g	806	
1972	土佐のわら焼き鰹たたき 130g	935	
1984	天然きはだまぐろ薫焼たたき 100g	834	
1970	土佐沖天然ぶり漬け丼 80g	500	
1971	漬け丼 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	
1997	きはだまぐろのカルパッチョ 100g	614	
●1991	鰹の角煮 110g	521	
●1992	白身魚の梅しそチーズ焼き 4個(100g)	649	

このページは翌々週(12月③回目 12/9~11)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:11/27(木)

別所蒲鉾店の練り製品・島根県(冷凍) 下郷農協の黒豚肉・牛肉(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	
2252	あごペッタン 5枚	320	
2248	しそ入りはんぺん 3枚	385	
2249	ゆず入りはんぺん 3枚	385	
2254	えびつみれ 5個	385	
2253	あおさつみれ 120g	387	
2256	魚魚(とと)ウィンナー 5本	358	
2238	ブレーン天 3枚	385	
2239	玉ねぎ天 3枚	385	
2245	きくらげ天 6枚	387	
2241	ささがきごぼう天 6枚	385	
2240	いか天 4枚	385	
2242	えびつみれ揚げ 5個	387	
2243	海鮮揚げ 100g	387	
2244	野菜ちぎり天 120g	385	
2246	ごぼうスティック 100g	385	
2255	出雲のちくわ磯辺揚げ 120g	385	
2247	魚ぎょっと骨入りバーグ 120g	385	
2250	だしが利く!お手軽出雲のおでん種セット(大) 8種 16個	934	
2251	手軽な出雲のだし付きおでん種セット(小) 7種 9個	628	

おでん種セット: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濃縮出汁とのセット。ふだん取り扱っていない練り製品も入っていて楽しい。

海苔 (4週に1回企画)

2310	有明のり (一番摘み焼き海苔) 10枚	943	
------	---------------------	-----	--

下郷農協の鶏肉(冷凍) (4週に1回企画)

2452	モモミ(モモ肉) 300g	1,543	
2453	手羽身(ムネ肉) 300g	1,315	
2454	ささみ 200g	999	
2455	手羽先 300g	1,358	
2456	手羽元 300g	1,286	
2461	ぶつ切り 300g	1,214	
2459	ミンチ 200g	1,143	
2457	肝 300g	501	
2458	砂ズリ 300g	501	
2460	ガラ 2羽分	501	

★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

(4週に1回企画)			
番号	品名・容量	価格	数
2572	ヒレブロック 400g	3,000	
2573	バラブロック 400g	2,607	
2574	ローストンカツ用2枚 200g	1,565	
2576	肩ロースーロカツ 200g	1,586	
2577	ローススライス 200g	1,543	
2583	肩ローススライス 200g	1,529	
2578	モモ焼肉 200g	1,222	
2579	モモスライス 200g	1,222	
2580	バラスライス 200g	1,557	
2575	スペアリブ 300g	1,579	
2582	こま切れ 200g	1,265	
2581	ミンチ 200g	943	
2624	カルビ 200g	2,028	
2625	ローススライス 200g	3,093	
2626	カレー・シチュー 200g	2,165	
2627	バラスライス 200g	2,028	
2628	モモスライス 200g	2,271	
2629	肩スライス 200g	2,314	
2630	ミンチ 200g	1,942	
2631	こま切れ 200g	2,350	
2632	牛豚合挽ミンチ 200g	1,743	

下郷農協のハム・ソーセージ類(冷凍)

(4週に1回企画)			
2725	黒豚肉使用 スモークハム・ブロック 約150g	765/100g	
2723	ポークウィンナー 150g	957	
2724	地鶏フランク 200g	708	

こうじ・味噌 (4週に1回企画)

3226	米こうじ 2kg	3,543	
3227	米こうじ 500g	929	
3222	手前味噌セット米 4.5kg	5,357	
3221	// 麦 味噌分	4,214	
3220	麦みそ 1kg	886	

★特別企画★
《ハート 9352》
会員価格:チラシ価格(税込)
《本コミ 9377》
会員価格:チラシ価格(税込)

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考
	P6		

粉類 (4週に1回企画)

番号	品名・容量	価格	数
4060	下郷の強力粉 500g	857	
下郷の強力粉:小麦は農業も化学肥料も一切使用していません。			
4061	もち米粉 500g	857	
4062	きな粉(大分県産) 100g	543	

冷凍麺 (4週に1回企画)

4130	耶馬溪冷凍うどん 2食	501	
------	-------------	-----	--

梅干:耶馬溪産の梅干しです。

ご飯のおとも (4週に1回企画)

4502	梅干 200g	528	
4501	たかな漬 200g	386	
4503	らっきょう漬 200g	679	休

冷凍惣菜 (4週に1回企画)

生ハンバーグ:下郷の黒毛和牛と耶馬溪の黒豚肉を使用。とってもジューシー。焼いておごちそうになります♪

5014	生ハンバーグ 160g×2	1,329	
5013	黒豚モモ味噌漬 200g	1,107	

お茶・あまざけ (4週に1回企画)

5354	玄米茶 200g	771	
5357	麦茶 400g	571	
はと麦茶:昔から美肌作りに効果があると言われてます。香ばしい香りと味わいのノンカフェイン茶。			
5355	はと麦茶 粒 300g	657	
5356	// T B 20p	814	
5861	お山そだちのあま酒 720ml	1,143	

天空四万十の粉茶

5304	有機玉緑茶の粉茶 100g	1,355	休
------	---------------	-------	---

コース(火・水・木) No ()
氏名 (/) 様