

2026年10月③回目注文書

配布：10月①回目（9/29(火)～10/1(木)）
回収：10月②回目（10/6(火)～8(木)）
※注文締切は10/8(木)15時厳守！（ルート回収除く）
配送：10月③回目（10/13(火)～15(木)）

コース（火・水・木）

番号（ ）

氏 名

（ / ）様

NPO法人士といのち

〒780-8040高知市神田228T-6
TEL：088-832-1752
FAX：088-803-6120
MAIL：k-tuchi@sunny.ocn.ne.jp
開所：月曜日～金曜日 9:00-15:45



	日	月	火	水	木	金	土
①	9/27	9/28	9/29	9/30	1	2	3
②	4	5	6	7	8	9	10
③予約米	11	12	13	14	15	16	17
④	18	19	20	21	22	23	24

新共同購入品

しもだお豆腐店（高知市）

【ごあいさつ】

私共、しもだお豆腐店は、創業明治40（1907）年から受け継がれた伝統と、ていねいな技術、やさしい心で、大豆の旨味を大切に、日々製造・販売しております。ご縁が繋がっていきますように。どうぞよろしくお願いいたします。



番号	品名	メーカー名 原材料または成分	容量	価格	数
1050	まったりおぼろ豆腐	原材料：国産大豆100%（高知・島根・鳥取産のブレンド）、にがり（土佐の塩丸）＊油脂系消泡剤使用（理研ビタミン株式会社）炭酸マグネシウム15%、ライスワックス10%、レシチン（大豆由来）2%、食品素材73%	200g	331	
1051	百年豆腐		280g	341	
1052	国産ほんとのこだわり豆乳	原材料：国産大豆100%（高知・島根・鳥取産のブレンド）	350ml	320	
1053	国産ほんとのおから	原材料：国産大豆100%（高知・島根・鳥取産のブレンド）	250g	176	



今週のピックアップ：備蓄にぴったり。ごはんとおにぎり。

4710	有機発芽玄米おにぎり	コジマフーズ。有機玄米（国内産）、食塩（海の精・大島産）	90g×2	435	
4711	有機発芽玄米おにぎり わかめ	コジマフーズ。有機玄米（国内産）、わかめ（徳島県産）、食塩（海の精・大島産）	90g×2	456	
4712	有機発芽玄米おにぎり しそ	コジマフーズ。有機玄米（国内産）、しそ（和歌山県産）、食塩（海の精・大島産）	90g×2	456	
4713	有機発芽玄米おにぎり 小豆	コジマフーズ。有機玄米（国内産）、小豆、ごま、食塩（海の精・大島産）	90g×2	456	
4714	発芽玄米おにぎり おかか	コジマフーズ。有機玄米（国内産）、鰹節（九州産）、しょうゆ、食塩（海の精・大島産）	90g×2	456	
4715	助っ人飯米玄米ごはん	ムソー。うるち米（北海道産・特別栽培米あやひめ）：賞味期限 1年	160g	264	
4717	助っ人飯米小豆入り玄米ごはん	ムソー。うるち米（北海道産・特別栽培米あやひめ）、小豆：賞味期限 1年	160g	285	
4716	助っ人飯米白米ごはん	ムソー。うるち米（北海道産・特別栽培米ななつぼし）：賞味期限 7ヶ月	160g	313	

有機発芽玄米おにぎりシリーズ。

賞味期限は、
2年です。

「助っ人飯米」は、ムソーの特裁米を使用。
常温保存可能。

※賞味期限は、
（「季節のとおき」9月号では2年としていましたが、
1年～7か月です。



野菜セット お問合せ等は土のちにお願ひします

番号	生産者名 ・ 品名	表示	容量	価格	数
0510	中村くらしを見直す会 (四万十市) 直送 四万十野菜セット	無・無	8品目	1,483円+送料(高知県内680円+夏場はクール代)	
ニラ、ナス、さつまいも、ピーマン、小松菜、ぶしゅかん、冬瓜、カボチャ、サニーレタス、大根葉、レモン、ししとう、チンゲン菜などから8品目 おまけが入ることもあり					
希望の着日と時間帯に○をつけてください。 着日：10/13(火)・10/15(木) 時間帯：午前中・12-14時・14-16時・16-18時・18-20時・19-21時					
0505	谷川農園(梶原町) 直送 谷川農園の野菜セット	無・無	6品目	1,493円+送料1,232円(クール便・高知県内)	
大根葉、かぶ菜(小かぶ)、にんじん葉(葉付きミニにんじん)、なす、ピーマン、ミニトマト、さやいんげん、オクラ、ペコロス(極小玉ねぎ)、じゃがいも(男爵・メークイン)、エゴマ葉、にら、青柚子などの中から、6品目以上					
着日時間帯指定 月 日 時間帯：					
アレルギーで食べられない野菜、苦手なハーブがあればご記入ください。					

野菜単品

井上正雄(南国市)

番号	品名	品種・備考	表示	容量	価格	数
0101	ピーマン	信州みどり、京波	有機JAS	150~180g	244	
0102	ナス	千両、黒小町		2~3本	307	
0103	オクラ	アーリーファイブ		70g前後	200	
0104	エンサイ	夏サラダ		120g	240	
0105	ゴーヤー	レイシー		1~2本	240	
0106	ニラ	自家		90g前後	229	
0107	ネギ	自家		70~80g	229	

わたなべ農園(香美市)

0201	人參	彩誉	無・無	330g	293	
0202	人參ジュース用	彩誉		530g	400	
0203	囲い生姜	自家種		80g	267	
0207	ニンニク(バラ)	平戸系自家種		50g	300	
0208	ゴボウ	大浦太		140g	427	
0209	サトイモ(子芋)	セレベス		400g	427	

夢産地とさやま開発公社(高知市)

0246	ニラ	複数の生産者からの出荷のため、品種は選べません。	無・無	100g	147	
0244	にんにく			150g	267	
0245	りゅうきゅう			500g	160	
0247	さつまいも			300g	467	

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299	✓欄

野菜・果物・キノコ[表示]の内容
「有機JAS」:有機JAS規格の認証を得ている
「無・無」:栽培期間中農薬、化学肥料完全不使用
「・無」:栽培期間中農薬不使用、化学肥料は使用可能性あり
「減」:慣行農法に比べて農薬使用減少率4割以上。。ネオニコチノイド系農薬不使用

りか農園(南国市)

番号	品名	品種・備考	表示	容量	価格	数
0253	角オクラ		無・無	100g	200	
0259	さつま芋	あまはづき		400g	340	
0257	紫芋	ふくむらさき		400g	340	

猪谷英代(高知市)さんのお米 新米です！

0620	玄米	コシヒカリ	除 1、 有化 1	5kg	3,933	
0621				10kg	7,867	
0622	五分			5kg	4,067	
0623				10kg	8,133	
0624	白米			5kg	4,067	
0625				10kg	8,133	

や農園(高知市)の米粉 (5袋限定)

0660	玄米粉	コシヒカリ	無・無・無	500g	933	
0661	白米粉			500g	933	

初月自然豆腐(高知市)

初月自然豆腐は水・木曜日お休みです。火曜・水曜会員さんへは火曜日製造分をお届けします。木曜会員さんは、初月自然豆腐のご注文はできません。ご了承ください。						
1001	もめん豆腐	国産大豆100%、室戸の塩にがり使用 消泡剤不使用	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	揚げ物は消泡剤無添加の米油使用 油揚げはふくらし粉使用	1個	155		
1005	油揚げ		1枚	155		
1006	おから	豆乳は低温殺菌	300g	81		
1104	初月の豆乳		200ml	149		

奥田養鶏場(南国市)

1701	おくだの平飼い卵	自家配合飼料と緑餌を与え、鶏舎は広く止まり木もある	10個	656		
1702			6個	398		

斉藤牧場(南国市)・雪ヶ峰牧場(香南市)・ひまわり乳業(高知市)

1801	山地酪農牛乳	ノンホモ・低温殺菌	1L	438		
1802	牛の道(ジャージー牛乳)	低温殺菌	500ml	300		
1803	生クリーム	生乳100%(国産)乳脂肪分4.7%	200ml	584		

★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

米[表示]の内容
「無・無・無」:浸種・育苗・本田のすべての栽培期間中において農薬・化学肥料不使用
「無・・無」:浸種・本田の栽培期間中において農薬・化学肥料不使用
「・無・無」:育苗・本田の栽培期間中において農薬・化学肥料不使用
「・・無」:本田の栽培期間中において農薬・化学肥料不使用
「有化1」:本田の栽培期間中において有機化成肥料1回使用
「除1」:本田の栽培期間中の初期ににおいて除草剤1回使用

共同購入品について詳細を知りたい方は事務所までお尋ねください

さくらベーカリー (香美市) のパン

番号	品名	メーカー	容量	価格	数
※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		1斤	486	
0917	ハードトースト5枚		1斤	389	
0990	ハードトースト 3枚		半斤	216	
0918	ハードトーストサンド用 10枚		1斤	389	
0991	ハードトーストサンド用 5枚		半斤	216	
0909	玄米トーストパン 5枚		1個	508	
0904	グラハムトースト		1本	540	
0992	ライ麦トースト		半斤	346	
0928	もち麦トースト		1斤	454	
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	
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	605	
0905	クランベリーノア		1個	540	
0906	クランベリーベークル		2個	508	
0929	リュスティック プレーン		1個	281	
0930	リュスティック フルーツ		1個	346	
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	
0943	ベーコンエピ		1個	346	
0914	しおパン		2個	378	
0945	くるみパン		1個	335	
0941	ぼうしパン		1個	248	
0942	メロンパン		1個	248	
0924	ぶどうパン		2個	302	
0901	あんぱん		2個	454	
0902	あんフランス		1個	248	
0908	クロワッサン		2個	529	
0944	ミニクロワッサン		5個	335	
0916	チョコクロワッサン		1個	281	
0910	玄米パイ		1個	270	
0933	デニッシュ・玄米		1斤	583	
0938	焼ドーナッツ・チョコくるみ		1個	259	
★0939	焼ドーナッツ・パンプキン		1個	259	休

パンのおとも

5201	ベに花ハイプラスマーガリン	創健社	180g	425	
5260	有機・レモンマーマレード ゆず入	光食品	115g	402	
5262	黒ゴマクリーム	三育フーズ	190g	682	
5263	アーモンドクリーム	三育フーズ	150g	777	
5265	ピーナッツバター 有糖クランチ	NICONICOYASAI	100g	644	
5220	ブルーベリージャム	ザイオンバレーファーム	230g	915	
5221	ブルーベリージャム	ザイオンバレーファーム	480g	1,699	

農産加工品

番号	品名	メーカー	容量	価格	数
1114	国産無調整豆乳	マルサンアイ	1 L	423	
1109	角こんにゃく	ヒバ食品	240g	246	
1110	糸こんにゃく	ヒバ食品	200g	246	
1115	乾燥糸こんにゃく・ぶるんぶあん	トレテス	50g×4	638	
1210	スイートコーン 缶	ムソー	230g	365	
1215	有機蒸し大豆	だいちデイズ	100g	281	
1216	有機蒸しミックスビーンズ	だいちデイズ	85g	281	
1218	有機蒸しひよこ豆	だいちデイズ	85g	281	
1222	蒸し発芽大豆	だいちデイズ	100g	231	
1223	蒸し発芽黒豆	だいちデイズ	70g	231	
0680	古代米 (杓杓/井/無・無・無) うるち	びつくニック	450g	1,333	
1310	国内産有機・小豆	ムソー	200g	918	
1301	押麦〈国内産〉	ムソー	800g	601	
1303	北海道産・もちあわ	ムソー	150g	901	
1304	岩手県産・ひえ	ムソー	150g	1,256	
1305	国内産ハトムギ粒	ムソー	150g	621	
1306	国産十六雑穀米	ムソー	20g×10	1,053	
1417	海外産有機あらいごま 白	ムソー	80g	283	
1418	海外産有機あらいごま 黒	ムソー	80g	304	
1408	国内産いりごま 白	ムソー	35g	643	
1407	国内産いりごま 黒	ムソー	35g	583	
1410	国内産すりごま 白	ムソー	30g	643	
1409	国内産すりごま 黒	ムソー	30g	583	
1415	絹こし胡麻(練りごま) 白	大村屋	270g	943	
1416	絹こし胡麻(練りごま) 黒	大村屋	270g	1,043	
0875	仁淀川きくらげ乾燥・黒	ツボイ	40g	824	
0860	藤本さんの干し椎茸	藤本成子	50g	497	
1520	北海道産全粒小麦粉使用くるまふ	ムソー	6枚	442	
1610	有機大豆使用にがり高野豆腐	ムソー	6枚	669	
1611	有機大豆使用・にがり凍み豆腐さいの目	ムソー	50g	371	
1612	国内産・はるさめ	ムソー	100g	426	
1710	うずらの玉子・水煮	食通	6個×2	423	

土佐蒲鉾 (高知市) の練り製品 (冷蔵)

2280	とこどん 鰯入り竹輪		40g×3	343	
2281	とこどん 鰯入り蒲鉾		100g	407	
2283	とこどん 鰯入り鳴門		40g×2	343	
2284	土佐の小魚天		2枚	298	

海産物と海産加工品

2218	煮干いりこ	ムソー	100g	644	
2219	国内産・素干しえび	ハヤシ食品	30g	363	休
2220	銀のまぐろ水煮(ツナ) 缶	伊藤食品	70g×3	725	
2221	金のまぐろ油漬(ツナ) 缶	伊藤食品	70g×3	725	
2360	鰹本節(花鰹)	森田鰹節	60g	481	
2362	宗田節(削りぶし)	森田鰹節	40g	430	
2365	かつおパック	森田鰹節	2.5g×20	510	
2320	日高昆布	泉利昆布海産	100g	664	
2322	利尻昆布	泉利昆布海産	30g	555	
2302	鳴門カットわかめ	南谷遊	23g	676	
2332	向井 すじ青のり	向井珍味堂	4g	410	
2335	酸処理していない味付のり	ムソー	8切40枚	770	
2338	国内産ふのり	ムソー	10g	811	
2339	国内産無漂白・糸かんてん	ムソー	16g	624	
2340	国内産5種の海藻サラダ	宝海草	10g	422	
2326	芽ひじき	泉利昆布海産	35g	532	

奥田養鶏場(南国市)の親鶏肉(冷凍)

番号	品名	メーカー	容量	価格	数
2402	おくだの親かしわ(半羽分)		300~400g	219/100g	休
2401	親かしわミンチ		300g	717	休

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	736	
2443	むねミンチ肉(バラ凍結)		300g	597	
2444	ささみ(バラ凍結)		300g	752	
2445	小間切		200g	518	
2446	きも(レバー)		150g	276	
2447	砂肝		200g	454	
2448	手羽先(バラ凍結)		500g	829	
2449	手羽元(バラ凍結)		500g	879	
2450	骨付もも2本		740g	1,338	

和歌山ポークTONTONの豚肉(冷凍)

2538	ヘレ		250g	1,351	
2525	ロースブロック		300g	1,193	
2526	ロースカット(3枚)		300g	1,193	
2524	ローススライス		200g	918	
2527	ロースしゃぶしゃぶ用		200g	918	
2528	ロース生姜焼き用		200g	918	
2541	トントロ		200g	885	
2530	肩ロースブロック		300g	1,131	
2531	肩ロースカット(3枚)		300g	1,131	
2529	肩ローススライス		200g	803	
2532	肩ロース生姜焼き用		200g	803	
2522	スペアリブ		300g	918	
2521	バラブロック		300g	918	
2520	バラスライス		200g	630	
2534	モモブロック		300g	849	
2535	モモカット(4-6枚)		300g	849	
2536	モモ焼肉用		300g	928	
2533	モモスライス		200g	618	
2539	モモ角切り		200g	623	
2523	赤身スライス		200g	623	
2537	ミンチ		300g	737	
2542	軟骨		250g	393	
2540	豚骨		400g	156	

和歌山ポークTONTONのウィンナー・ハム類(冷蔵)

2730	ロースハム		300g	2,114	
2731	ボンレスハム		300g	1,622	
2734	スモークトハム		300g	2,360	
2735	骨付きハム		1本	1,721	
2732	ベーコン		300g	1,573	
2733	ショルダーベーコン		300g	1,721	
2736	アグリッソーセージ		300g	1,229	
2737	粗挽きソーセージ		130g	655	
2738	ショートウィンナー		130g	606	
2739	フランクソーセージ		230g	819	
2740	チョリソー		230g	819	
2741	カレーソーセージ		130g	655	
★2742	野菜ソーセージ		130g	705	休

基本調味料

番号	品名	メーカー	容量	価格	数
2902	完全天日塩・あまみ	土佐のあまみ屋	400g	1,623	
2905	完全天日塩・美味海(うまみ)	海工房	230g	814	
2907	赤穂の天塩<粗塩>	天塩	1kg	469	
2908	海の精 焼き塩 袋	海の精	60g	266	
3015	土佐山育ち柚子果汁	夢産地ときやま開金公社	300ml	1,225	
0883	梅酢(赤じそ)	かざぐるま	300cc	588	
3002	純米富士酢	飯尾醸造	500ml	943	
3003	富士酢プレミアム	飯尾醸造	500ml	1,877	
3014	美濃有機純玄米黒酢	内堀醸造	360ml	703	
3001	小京都有機純米酢	創健社	500ml	553	
3004	純りんご酢	内堀醸造	500ml	649	
3005	富士すのもの酢	飯尾醸造	360ml	834	
3007	富士ピクル酢	飯尾醸造	360ml	834	
3102	丸大豆醤油濃口 小	松合食品	900ml	1,629	
3104	丸大豆醤油淡口 小	松合食品	900ml	1,629	
3108	ヤマヒサ醤油濃口	ヤマヒサ	720ml	947	
3109	ヤマヒサ醤油淡口	ヤマヒサ	720ml	945	
3111	純米しょうゆ(しょうゆ風味の発酵調味料)	大正屋醤油店	150ml	503	
3240	有機米みそ(かねこ)	かねこみそ	750g	1,811	
3202	有機中辛口みそ	やさか共同農場	750g	1,008	
3204	甘口みそ	やさか共同農場	750g	725	
3242	白みそ(マルクラ)	マルクラ食品	250g	271	
3301	純なたね油	坂本製油	1,650g	2,052	
3305	なたねしらしめ油	坂本製油	825g	1,188	
3330	国産なたねサラダ油	ムソー	450g	956	
3336	圧搾一番搾り国産こめ油 紙パック	築野食品	600g	1,490	
3304	純ごま油	坂本製油	273g	1,106	
3334	OG EXVオリーブオイル	むそう商事	180g	1,267	
3460	村井さんの日本蜜蜂の百花蜜	村井大六	200cc	1,307	
3401	粗糖	生和糖業	1kg	389	
3403	洗双糖	新光糖業	1kg	437	
3408	てんさい含蜜糖粉末	ムソー	500g	486	
3412	マヌカハニー MGO115/UMF6	富永貿易	250g	2,974	
3409	羅漢果顆粒ゴールド	環境科学研究所センター	500g	3,215	

みりん・料理酒

(お酒です)

5971	本みりん 福来純	白扇酒造	500ml	1,100	
5973	純米料理酒 福来純	白扇酒造	720ml	1,100	

4423	有機大豆煮豆	ムソー	145g	417	
4424	有機金時煮豆	ムソー	125g	516	
4425	有機黒煮豆	ムソー	125g	571	
4429	ベジ・デ・タコス	三育フーズ	180g	594	

お菓子

番号	品名	メーカー	容量	価格	数
はなればなれ珈琲の豆・粉は、生豆価格の変動により、予告なく容量が増減する場合があります					
5562	モカ シダモシャキッソ村 中煎		豆220g	1,419	
5563			粉210g	1,419	
5567	モカイルガチェフェ 中煎		豆220g	1,419	
5568			粉210g	1,419	
5565	はなればなれブレンド 深煎		豆200g	1,419	
5566			粉190g	1,419	
5569	訳あり廉価コーヒー 中煎	豆200～220g		1,216	
5570		粉190～210g		1,216	
5571	訳あり廉価コーヒー 深煎	豆180～200g		1,216	
5572		粉170～190g		1,216	
5564	モカ シダモ 水出し用 中煎		粉210g	1,419	

コーヒー・サーバー・フィルター

5548	OGカフェインレスコーヒー	むそう商事	5杯分	1,013	
9130	ウォータードリッップコーヒーサーバー	イワキ	1セット	3,105	
8511	アバカコーヒーフィルター小	三洋産業	100枚	405	
8512	アバカコーヒーフィルター大	三洋産業	100枚	459	

ジュース・清涼飲料水・炭酸飲料

5615	OGトマトジュース無塩 缶	光食品	1本	164
5620	野菜ジュース無塩 缶	光食品	1本	164
5630	有機にんじんジュース 缶	光食品	1本	207
5635	有機フルーティーMixジュース+野菜 紙	光食品	1本	192
5673	国産ふじりんご100 紙	ナガノトマト	小1本	175
5681	みかんジュース 缶	ゴールドバック	1本	223
5726	OGアップルサイダー+レモン 缶	光食品	1本	167
5728	OGぶどうサイダー+レモン 缶	光食品	1本	167
5732	OGスポーツドリンク ペット	光食品	1本	205
5701	ヴェリタスプロイ(ノンアルコール) 缶	バナバック	1本	169

面白い飲み物・水

5801	健康青汁 菜食健美	ひまわり乳業	90ml	175
5805	有機ごぼう茶	小川生薬	30p	1,205
5848	伝承有機小豆茶TB	ひしわ	20p	810
5850	有機梅干番茶・スティック	無双本舗	20p	1,588
5804	有機じんわ〜りしょうが	光食品	150ml	459
5849	国産有機玄米こうじあま酒	マルクラ食品	250g	506
5859	OGアイスコーヒー・無糖	ムソー	1L	580
5860	OGアイスコーヒー(カフェインレス)・無糖	ムソー	1L	766
5857	国産有機むぎ茶 缶	光食品	1本	156
6020	四万十のめぐみ 天然超軟水	MATSUMOTO Water	500ml	225
6021	四万十のめぐみ 天然超軟水	MATSUMOTO Water	2L	333

シリアル、ドライフルーツ

0950	有機玄米フレーク・プレーン	ムソー	150g	654
0951	OGコーンフレーク・プレーン	ムソー	150g	499
0952	三育 グラノーラ	三育フーズ	400g	1,796
0953	OGグラノーラチョコ	むそう商事	200g	829
0954	OGグラノーラハニー	むそう商事	200g	725
0955	OGグラノーラベリー	むそう商事	200g	829
6107	有機レーズン	ノヴァ	120g	423
6108	有機干しいちじく(白)	ノヴァ	150g	866

番号	品名	メーカー	容量	価格	数
6301	有機・楽笑栗	丸成商事	125g	422	
6305	有機ほの甘あずき	だいずデイズ	55g	253	
6308	あずきもち麦ぜんざい	だいずデイズ	140g	283	
6311	アーモンドじゃこ	サンコー	7g×5	304	
6315	北海道2色の煎り大豆	ノースカラース	65g	299	
6316	北海道黒豆の甘納豆	ノースカラース	80g	419	
6320	有機グリーンピースチップス	むそう商事	45g	286	
6330	OGフルーツ&ナッツバーアーモンド	むそう商事	40g	303	
6331	OGフルーツ&ナッツバーザクロ	むそう商事	40g	303	
6405	玄米このは・しょうゆ味	アリモト	80g	426	
6406	玄米このは・プレーン	アリモト	80g	426	
6420	えび小判	サンコー	3枚×5	204	
6425	純国産小魚せんべい	ノースカラース	65g	298	
6464	ミニ柿ピー	サンコー	11g×5	344	
6508	純国産 卵黄ぼーろ	ノースカラース	14g×4	266	
6509	有機コーヒーのカシューナッツコロソ	志村菓生堂	65g	325	
6511	米粉のチョコチップクッキー	サンコー	6本	407	
6521	きらBiかすてら	サンコー	130g	311	
6522	OG小麦の蜂蜜カステラ	ノースカラース	5切	663	
6523	純国産発酵バターワッフル	ノースカラース	8枚	394	
6530	バタービスケット・ベリー	むそう商事	4枚×3	570	
6531	バタービスケット・キャラメル	むそう商事	4枚×3	570	
6532	バタービスケット・レモン	むそう商事	4枚×3	570	
6621	玄米おこし	サンコー	10枚	373	
6605	とうもろこしでつくったパフスナック塩味	サンコー	55g	232	
6801	お魚チップス・国産えび	別所蒲鉾	40g	298	
6803	そば粉のかりんとう	サンコー	80g	266	
6810	ねじりん棒カレー味	サンコー	85g	250	
6806	純国産ポテトチップス・うすしお味	ノースカラース	55g	244	
6808	純国産ポテトチップス・のり塩	ノースカラース	53g	244	
6809	純国産ポテトチップス・和風だし	ノースカラース	53g	244	
6815	純国産さつま芋ちっぴ	ノースカラース	115g	277	
6816	純国産北海道かりんとう	ノースカラース	100g	363	
6823	純国産ソフトキャラメル ミルク味	ノースカラース	40g	343	
6833	昔ながらのしょうがあめ	無双本舗	70g	493	
6835	コーボンのプロポリスキャンディ	第一酵母	28g	331	
6836	純国産 ハーブのど飴	ノースカラース	60g	287	
6460	オーガニック金平糖	ノースカラース	7g×7	279	
6826	アップルグミ	サンコー	20g×4	394	

機能性食品

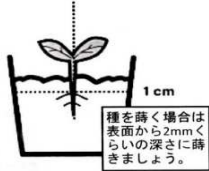
0840	黒にんにく「土佐の隠し玉」	吉井浩一	40g	540	
0841	黒にんにく「土佐の隠し玉」	吉井浩一	250g	3,240	
7004	梅ぼしさん・しそ梅干し100%	ウメケン	108g 約36粒	506	
7011	梅エキス 〈梅炫(うめけん)〉	ウメケン	90g	3,193	
7003	有機梅肉エキス 粒	ウメケン	90g	3,533	
7020	青みかんパウダー	池田農園	30g	1,480	

翌々週配送

配送：10月④回目10/20(火)～22(木) 注文締切：10/8(木) 15時

高生連(高知市)取扱品

番号	品名	容量	価格	数
↓ 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	本枯れ鰹節(だし)	1本	1,520	
2371	宗田節削りだし	100g	533	
↓ 斉藤牧場の牛肉(冷凍)				
2664	牛肉ブロック	400g	1,539	休 止
2665	牛肉スライス	200g	806	
2666	牛肉ミンチ	200g	626	
2667	牛肉スジ	200g	436	
乳牛の経産牛。山で放牧し、肉質がしまっています。				
↓ 高生連の米粉				
4052	四万十の米粉 あきつつ粉	400g	560	
↓ お山の干しいもの干し芋				
6381	紅はるか 干し芋	100g	544	
↓ バイエム興業の肥料入り土				
8640	卓上菜園 楽土	2L	357	



天空四万十(津野町)の粉茶

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

土佐佐賀産直出荷組合(黒潮町)

海産加工品(常温) (●印は加熱済み)

●1940	土佐かつおのつけ	100g	657	
●1941	かつおさんしょのつけ	120g	752	
●1942	土佐かつおめし	2合分	657	
●1943	かつおさんしょまぜ	2合分	752	

土佐佐賀産直出荷組合(黒潮町)

海産加工品(冷凍) (●印は加熱済み)

番号	品名	容量	価格	数
↓ 調理用				
1901	土佐の魚色タセット(3種)	600g以上	1,376	
1902	//	(2種) 400g以上	895	
土佐の魚色タセットは、カマス、レンコダイ、キビナゴ、サバ、キハダマグロ、サバフグ、ヘタイ、アジなど季節の旬の魚が入ったセットです。				
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	
1988	天然ぶり煮付用(調味液付)	330g	800	
1975	ぶり照り焼きセット	150g	661	

↓ 揚げ物用				
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	
1960	きびなごのフライ	110g	589	
1981	土佐めひかりの唐揚げ	110g	518	
1994	豆あじ唐揚げ	100g	521	
1961	きびなごの唐揚げ	110g	550	

↓ 干物				
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)	7枚1枚	328	
1986	きびなご塩干し	80g	487	
1987	めひかり塩干し	80g	487	

↓ その他				
1970	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	
1985	土佐沖天然ぶり刺身(ブロック)	120g	722	休
1980	土佐の鰹刺身用ブロック	100g	806	休
1982	土佐の薫焼き天然ぶりたたき	120g	814	
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	
1997	きはだまぐろのカルパッチョ	100g	614	
●1991	鰹の角煮	110g	521	
●1993	白身魚のケチャップ煮	100g	556	
●1992	白身魚の梅しそチーズ焼き	4個(100g)	649	

すずめ燻製工房(高知市)

ハム類(冷蔵) (4週に1回企画)

番号	品名	容量	価格	数
真空パック詰めの際に圧力がかかることで肉汁が多く出てしまう場合があります。気になる場合はすぐに土佐のちへご連絡ください。交換対応します。				
2701	肩コーススライスハム	80g	535	
2702	コーススライスハム	80g	668	
2709	モモスライスハム	100g	608	
2704	ヒレスライスハム	100g	644	
2705	ベーコンスライス	100g	790	
2706	スモークタンスライス	100g	547	
2707	スモークレバー	100g	377	
2708	スモークスペアリブ	200g	1,021	

翌々週配送

配送:10月④回目10/20(火)～22(木) 注文締切:10/8(木) 15時

金子製麺(神奈川県)(冷蔵)(4週に1回企画)				
番号	品名	容量	価格	数
4162	全粒粉 餃子の皮	20枚	273	
4163	// シュウマイの皮	30枚	215	
4164	// 春巻の皮	10枚	373	
4165	地粉 餃子の皮	20枚	237	
4166	// シュウマイの皮	30枚	179	
4167	// 春巻の皮	10枚	338	
4161	もちぷり餃子の皮	20枚	254	
4150	ふわふわもちもちうどん	2食	297	
4160	生フェットチーネ	2食	302	
4159	せいろ蒸し焼きそば(ソース付)	2食	478	
4152	担々麺(スープ付)	2食	447	
4153	ちゃんぽん麺(スープ付)	2食	455	
★4154	ざるラーメン(スープ付)	2食	411	
★4151	冷し中華(醤油味)(スープ付)	2食	447	
★4158	全粒粉冷やし中華(醤油味)(スープ付)	2食	455	
4156	全粒粉つけ麺・温麺兼用(スープ付)	2食	455	
4155	全粒粉茹でて混ぜるだけの油そば(スープ付)	2食	485	
4157	全粒粉麺のみ(スープ無し)	2食	275	
4171	ラーメンスープ 醤油	1食	142	
4172	ラーメンスープ 味噌	1食	142	
4173	ラーメンスープ 塩	1食	142	

ボディクレイ(ねんど)(4週に1回企画)				
番号	品名	容量	価格	数
ボディクレイは、国産の粘土にこだわり、その力を最大限に引き出すため、できる限りシンプルでナチュラルな成分を選び、肌にやさしいスキンケアシリーズとして誕生しました。粘土鉱物「モンモリロナイト」は熟成した地球由来の天然素材です。				
8101	フェイスソープ	130g	1,808	
8102	ローション	120ml	1,628	
8103	ミルクィローション	120ml	1,899	
8104	モアクリーム	60g	2,984	
8105	パック	300g	1,718	
8106	パック	1.2kg	4,792	
8108	ソープ	300g	1,356	
8109	ソープ	1.2kg	3,888	
8110	リンス	300g	1,628	
8111	バスマルク	300g	1,175	
8112	バスマルク	1.2kg	3,255	
8113	クリーム	300g	2,080	
8114	ハンドクリーム	50g	1,447	
8115	スキンミルク	150ml	1,899	
8116	ハミガキ	100g	1,130	
8117	シンプルジェル	300g	1,266	
8118	粉	40g	543	
8119	粉	200g	2,170	
8121	トライアルセット(フェイスソープ20g、ローション20ml、ミルクィローション20ml、ハミガキ10g、パック15g×3P)		1,639	

さぶ取扱い品(4週に1回企画)				
番号	品名	容量	価格	数
↓ 洗浄剤				
7452	クリーンシュッシュ スプレー	500ml	1,078	
7453	クリーンシュッシュ 詰替	1L	1,540	
7450	電解水トリプル泡タイプ スプレー	500ml	1,320	
7451	// 付替用	500ml	1,078	
↓ アレップの石鹸				
7708	エキストラ40	1個	1,055	
7707	ノーマル	1個	738	
7709	ライト	1個	580	
↓ 日用雑貨				
8240	和布ふきん(びわこ)	32cm×35cm	490	
8241	和布浴用タオル	100cm×32cm	1,477	
8471	Pケア綿棒	70本	616	
8470	多目的コットン	48枚	770	
9104	非常用給水袋(5L用)	1枚	825	

★特別企画★

《ナイード》No.9309 会員価格:千ラン価格(税込)の2%引き、
ただし、ヘアケアオイル・ヘナ各種・朝積みぼろ水(20ml・100ml)は
千ラン価格(税込)10%引き。

《ライフコットン》No.9312

快速天然素材2026年-⑧・⑨ 会員価格:千ラン価格(税込)の2%引き
ただし、

- ⑧掲載のオーガニックコットンさらしふきん、PRISTINEショールカラーカーディガン。
⑨掲載のPRISTINE製品、シルク混サボートタイツ、さくらコットンヒートリパット、
極上しめつけません特大サイズソックスは、千ラン価格(税込)。

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考

注文書と一緒に届けする
カラー千ランをご覧ください！

コース(火・水・木) No ()
氏名 (/) 様