

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	4/11		4/18

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	4/14		4/21

※ご注文の締切りは、★火曜コース⇒木曜日のAM10時まで ★金曜コース⇒月曜日のAM10時まで
 ※土曜日と日曜日は休業日となります。

今週は「カレー特集!」



考える会自慢の豚肉「島川さんの元気豚」

1001 ★元気豚ミックススライス 250g×2 1241円(税込) 15円引	1018 ★元気豚ミックススライス徳用 250g×4 2411円(税込) 25円引
1014 元気豚ミンチ 200g 435円(税込) 5円引	1015 元気豚ミンチセット 200g×2 850円(税込) 10円引
1013 ★元気豚とんかつ用 300g 994円(税込) 10円引	1012 ★元気豚ヒレ 300g 1266円(税込) 15円引

ミックススライスは(モモ、ウテ、ロースなど)が入っています

「神山鶏」遺伝子組換え飼料・抗生物質不使用

「神山鶏」の住まいは人里よりもはるか上。澄んだ風が吹き、豊かな水が湧き、時には雲海を見おろす鶏舎で、純真無垢に育ちました。



1715 神山鶏 もも 270g 669円(税込) 10円引	1721 神山鶏 手羽元 300g 477円(税込) 5円引
1722 神山鶏 手羽中 250g 515円(税込) 5円引	1723 神山鶏 ミンチ 200g 524円(税込) 5円引

非遺伝子組み換えPHFトウモロコシと、非遺伝子組み換えの大豆かすを中心とした、植物性飼料のみを使用しています。解放型鶏舎のなかでできる限りストレスがかからないようにゆったりと飼育しています。抗生物質、抗菌剤は使用していません。飼育日数(約60日)



植物素材のカレーフレーク(創健社)

25種類以上のスパイスと植物性素材のみで作ってあります。保存に便利なチャック付パウチです。フレックタイプなので、ドライカレーや炒め物などにもご利用いただけます。1袋で約6皿分作れます。

3343 甘口 植物素材のカレーフレーク 135g 486円(税込) 5円引	3344 中辛 植物素材のカレーフレーク 135g 486円(税込) 5円引
3345 辛口 植物素材のカレーフレーク 135g 486円(税込) 5円引	3346 植物素材のデミグラスソース 135g 486円(税込) 5円引

定例注文書(A3)で
ご注文ください

国産小麦使用のカレールウ(創健社) 4/25.28配送



29~36種類のスパイス、圧搾しぼりのべに花油、直火焙煎した国産小麦の小麦粉、チキンブイヨン等で仕上げた、香り高いカレールウです。辛さと香りをプラスする別添辛味袋付き。5皿分

特別注文書(A4)でご注文ください

無農薬玄米粉を使ったカレールウ(オーサワジャパン) 4/25.28配送



小麦粉の代わりに無農薬玄米粉でつくった植物性カレールウ。本格スパイスが効いた中にもしっかりとコクがあります。フレックタイプ/1袋で5~6皿分

特別注文書(A4)でご注文ください

5546 インドカレー・辛口 115g 400円(税込) 5円引	5534 グルメカレー・中辛 115g 400円(税込) 5円引	5571 マイルドカレー・甘口 115g 400円(税込) 5円引	5079 スパイス香るカレー・甘口 120g 534円(税込) 5円引	5080 スパイス香るカレー・中辛 120g 534円(税込) 5円引
-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	--	--



本田さん(宇土)の新品「ファームデュカ」「ネーブルソルト」

「ファームデュカ」
オーガニックのナッツやスパイスをブレンドしたスパイスソルトです。玉ねぎスライスにお好みのオイルと一緒にかけたり、冷や奴やおにぎり、パンなどにもあいます。(原材料) カシューナッツ、白ごま、コリアンダー、クミン、赤かぶ、天日塩

「ネーブルソルト」
ネーブルの皮を丁寧に剥きドライにし天日塩とあわせて、とって香りもいいハーブソルトです。ラベやサラダ、お刺身、アイスクリームなどに。オレンジの香りが美味しいです!(原材料) ネーブルピール、天日塩

3180 ファームデュカ 30g 740円(税込)	3181 ネーブルソルト 30g 740円(税込)
------------------------------	------------------------------

定例注文書(A3)特注野菜の下に注文欄があります



☼ 暖かい日々が続くようになって来ましたが、雨天も続いています。3/25に私の畑での阿蘇高菜折りイベントを予定してしますが、雨の予想で実行するのは無理みたいですね。来年また計画したいと思います。天気が回復すれば米の種まき準備に入ります。少しずつ忙しくなります。

..3/24 阿蘇市・島川和也..

☼ 桃のつぼみがふくらみはじめて、そろそろ花見ができそうです。桃が授粉樹のアーモンドは一足先に花を咲かせていて、外に一步でて花が見れると何だか嬉しいものですね。昨年から忙しい日々が続いていますが、最近また迷い猫がやってきて、のんびりした姿を見ていると、忙しいながらも穏やかな気分です。

..3/21 旭志・新川幸宏..

☼ この時期にしては雨が多いですね。3月下旬から4月に降る雨をナタネ梅雨というくらいです。トラクターで耕したり、管理機いれたいのに、なかなか畑が乾かなくて…。作業がつまってきましたが、1ずつやっていこうと思います。さ、今週は里芋定植、そして夏野菜の鉢上げ等をやっけていこうと思います。

そして、私事ですが、4人目の出産が6月にひかえており、奥さんに無理させられないので、援農よろしくお願ひします。楽しみですが、その先どうなるか不安も(笑)。家族で楽しみながら生活していけたらと思います。

..3/28 大津町・山本瑞樹..

☼ 桜の開花早かったですネ。喜ばしいことですが、これが温暖化の影響じゃなければいいのですが。

さて、畑の方はというと夏野菜の苗づくりをポチポチしています。トマト、ミニトマト、ナス、ピーマンは順調です。自家用でハバネロ、ししとう、パプリカを。今からインゲン、キュウリ、トウモロコシ、スイカも、メロンも。梅雨のダメージも夏の暑さも今は考えずに豊作をただイメージして種を播いています。コツコツがなかなかキープできない今の私ですが、気持ちを改めて再挑戦したいと思います。

..3/24 合志市・高山健也..

生産者だより(3/24 ラインメッセージより)

こんにちわ☺本田です！種まきをしていた野菜やハーブの発芽もよく、とっても順調に育っています👏
収穫できる野菜は少なくなりましたが今回オリジナル商品が2つできあがりましてのでご紹介させていただきますね
ひとつめは♥“farm dukka ファームデュカ”（原材料:カシューナッツ、白ゴマ、コリアンダー、クミン、赤カブ、天日塩）

野菜をもっと美味しく食べていただけますように♡とオーガニックのナッツやスパイスをブレンドして作ったスパイスソルトです。いまの時期は玉ねぎスライスにお好みのオイルをひとまわしてパラパラ、たっぷりの玉ねぎスライスがあっという間に食べちゃう美味しさに♡冷奴やおにぎりにも合うわが家の定番ソルトです
ナッツとスパイスと野菜ってたまらなく合う組み合わせだな♡

もうひとつは〇“navel salt ネーブルソルト”（原材料:ネーブルピール、天日塩）

ネーブルの皮を丁寧にむきドライにし天日塩と合わせたとっても香りのいいハーブソルトです
ラペやサラダ、パスタ、お刺身、アイスクリームにオレンジの香りであわせに♡ぜひお試しください
春はいろんなお花が素敵な季節ですね♡わが家もお花タイム満喫しています🌸🌺🌻



3180 ファームデュカ 30g 740円 **3181** ネーブルソルト 30g 740円

配送者だより



◇ 皆さんおはようございます。こんにちわ。
皆さんWBC日本世界一になりましたね！私はこの2週間ワクワクが止まらず、寝不足になってしまいました(笑)。最近ほとんどプロ野球も見なくなって、ニュースで結果やダイジェストを見るだけとなっていたので、こんなに釘付けになって野球を見たのは久しぶりで、野球のおもしろさを再確認する良い機会でもありました。
今回私がWBCを通して、一番良かったなあと思うのは、普段野球を見ない人も、一緒になって日本代表を応援し、TVやWEBで代表の試合を見てくれた事です。野球好きな私としては、野球に興味を持ってくれる人が増えてくれるといいなあと思いました。

..3/28 A3・A4コース 立川星彦..

◇ こんにちは。配送担当の村上です。
先週は一週間すっきりしない天気が続いておりましたが、今週は晴れて過ごしやすくなっております。ピークではないかもしれませんが、今週末などはお花見とするのもよいかもしれません。先週はWBCが盛り上がり、日本は最高の結果を出してくれました。私も野球ファンとして大いに楽しませていただきました。この盛り上がりそのまま、シーズンを迎えて、今年も一年楽しませてくれることを期待します。

..3/28 A1・B1コース 村上 卓..

～行事予定～

・運営委員会 : 4月12日(水) 9:30～ 熊本市青年会館
・米委員会 : 4月12日(水) 10:00～事務所

・取扱検討委員会 : 4月12日(水) 10:00～事務所

野菜・果物だより



今シーズンの里芋もそろそろ終わりに近づいてきました

掘りたてでお届けしますので、袋に入れたままだと蒸れてしまいます。すぐに調理されない場合は袋から出して保管してください。低温に弱いので冷蔵庫保管は禁物です。

「里芋のロースト」

洗った里芋を丸ごと皮付きのままオーブンやトースターで焼くと、皮もむけやすく美味しいそうです。シンプルに塩や醤油をつけて。

「里芋のから揚げ」

「材料」 里芋 油 塩

- ① 里芋は皮のまま蒸す。竹串が通ったら火を止め、粗熱が取れたら皮をむく。
- ② 油で素揚げをし、塩をふりかける。(生姜醤油でもよい)

京都使い捨て時代を考える会 安全農産供給センター「新版 野菜はともだち」より

「里芋ごはん」

「材料」 お米・2カップ 里芋・3~4個
チリメンジャコ・1/4カップ 塩、酒、少々

- ① 里芋は皮をむき、小さく切る。
- ② といだ米に塩と酒少々を入れ、水加減をし、里芋とチリメンジャコを入れて炊く。

「ザクザク汁」

「材料」 里芋・5~6個 人参・1本 ごぼう・半本 こんにゃく・1枚
焼豆腐・1丁 だし汁(削り節)・適量 しょうゆ・適量

- ① 里芋は小さくさいの目切り、人参、ごぼうはうすく細かく切り、ごぼうは水にさらす。
- ② こんにゃくと焼豆腐は小さくさいの目切りにする。
- ③ だし汁で里芋、人参、ごぼうをやわらかくなるまで煮た後に、しょうゆで調味し、こんにゃくと焼豆腐を入れ、ひと煮立ちさせる。

第39期 第5回 運営委員会だより

2023・3・8(水)9:30~11:50 青年会館研修室

・会の資料の刷新に取り組むメンバーを募集

現在 山本理事・石脇理事・西川理事・帆足理事・田代理事で組織 新たに 委員会から 2名がメンバーに

* 意見として 紙媒体が多すぎるネット情報も複雑なので整理する必要がある 等

・ブロック会活動報告

御領ブロック ・若い組合員さんが主体となって実施 ・新しい組合員の参加を促していく ・料理会を行う予定

・梅干しを作って欲しい要望 ・フードプロセッサの活用方法など多岐にわたって話が盛り上がった

健軍ブロック ・桜島大根の恵み講演会に原田さん・小田さんが参加 ・血管を柔らかくするトリゴネリンが豊富 注目されている

・木村秋則さんの講演会に参加 ・有機であっても専門農業は酸化窒素による二酸化炭素排出が問題 肥料は未発酵のものを使わないほうが良い ・メドヘモグロビン症候群が増えている原因だとか

・小麦と豆を作物の周囲で育てると土が育ちやすい

花園ブロック ・先月の「つどい」をブロック会の代わりとしてとても面白い試みだと思った

* コロナも収まりつつあり、逆援農を行うには今がチャンス。積極的に利用してブロック活動を盛り上げてほしい。

・役員選考委員会について

今期は改選の年。規約によって総会の90日前までに、理事長が運営委員会に選考委員会の組織化をお願いすることとなっている。

まだ早いですが、とり組みたい。ちなみに、理事は、8人以上15人以内 監事は2人以上3人以内

・プレ40周年講演会

7月22日(土)生産者と消費者を交えての座談会を実施予定

・生産者より

本田農園 レンコン終了 ブロッコリー・カリフラワーが寒波で傷んでいた

山本農園 寒波でやられたが結構復活してくれたジャガイモの植え付け終わり 夏野菜の種まきをやる予定

高山農園 援農で草取りを手伝ってもらった寒波で大根が傷んだ

・チームに分かれて

(1)知らせる

- ・プレ40周年講演会 テーマ「会の魅力の再発見」
- ・若手に会の魅力を聞きながら、ベテランと源流をたどっていく予定
- ・生産者 島川or 佐藤昭 佐藤真 ・消費者 中山佳 パウアー 小佐田 で行う予定

(2)つなげる

- ・高菜折りを予定 30名ほど
- ・島川さん・下田さんと交流予定
- ・島川さんのソーセージ試食を企画

(3)学ぶ

- ・シイタケのコマ打ちを予定 30名ほど
- ・一日一学新聞を発行予定

今週のスポット品

カレー・シチューセール！



1001	★元気豚ミックススライス	250g×2	1241円	→ 15円引
1018	★元気豚ミックススライス徳用	250g×4	2411円	→ 25円引
1014	★元気豚ミンチ	200g	435円	→ 5円引
1015	★元気豚ミンチセット	200g×2	850円	→ 10円引
1013	★元気豚とんかつ用	300g	994円	→ 10円引
1012	★元気豚ヒレ	300g	1266円	→ 15円引
1715	神山鶏 もも	270g	669円	→ 10円引
1721	神山鶏 手羽元	300g	477円	→ 5円引
1722	神山鶏 手羽中	250g	515円	→ 5円引
1723	神山鶏 ミンチ	200g	524円	→ 5円引
3341	アショカのカレー粉	100g	535円	→ 5円引
3344	中辛植物素材のカレーフレーク	135g	486円	→ 5円引
3345	辛口植物素材のカレーフレーク	135g	486円	→ 5円引
3343	甘口植物素材のカレーフレーク	135g	486円	→ 5円引
3342	ハヤシルー	115g×2	509円	→ 5円引
3347	コーンシチューフレーク	180g	508円	→ 5円引
3346	植物素材のデミグラスソース	135g	486円	→ 5円引
3350	植物素材のホワイトソース風ルウ	110g	476円	→ 5円引

◆特注品 オーサワジャパンより

5079	スパイス香るカレールウ(甘口)	120g	534円	→ 5円引
5080	スパイス香るカレールウ(中辛)	120g	534円	→ 5円引
5081	コクと旨みのデミグラスルウ	120g	540円	→ 10円引
5082	まろやかシチュールウ	120g	486円	→ 5円引

◆特注品 創健社より

5573	くせになるこだわりのオイル&コーンシチュー	110g	594円	→ 10円引
5557	ひよこ豆のカレールウ(中辛)	110g	465円	→ 5円引
5559	ひよこ豆のシチュールウ(中辛)	110g	486円	→ 5円引
5534	グルメカレー(中辛)	115g	400円	→ 5円引
5546	インドカレー(辛口)	115g	400円	→ 5円引
5571	マイルドカレー(甘口)	115g	400円	→ 5円引
5666	有機ハヤシライス	100g	497円	→ 5円引

今週のスポット品

特注品「オーサワジャパン」セール

5088	つぶあん	350g	486円	→ 5円引
5089	こしあん	350g	486円	→ 5円引

◆オーサワのベジ玄米ラーメンシリーズ！

5円きでお届けします！



※カラーチラシが入っておりますのでご覧ください。
A4サイズの特注品「オーサワジャパン」でご注文ください！

今週の特注品

..4/25..28届け..

☆オーサワジャパン

月1回

オーサワの品質基準…無農薬有機栽培優先、食品添加物不使用、特に遺伝子組み換え作物は全商品について一切使用を認めていません。

☆創健社「お菓子・黒にんにく・ジロロモーニ」

月1回

創健社は「不自然なものをつかわない」「やさしい原料をつかう」「いい商品をひろめる」を心がけて商品づくりに取り組んでいます。

☆クックたかくらの冷凍お惣菜

月1回

国内産の有機無農薬野菜を中心に、調味料も極力国産で安全なものにこだわった手作りの冷凍お惣菜。お弁当に便利！

商品についてのお知らせ

◆次週・17号より値上げ

3540	有機栽培コーヒーゼリー	110g	270円	→ 292円
------	-------------	------	------	--------

◆在庫限りで終了商品

・粗糖 ・大豆チップス ・ひじきあられ

◆「粗糖」製造業者廃業の為、下記商品に変更

- 精製度が低く、カラダにやさしいまろやかな甘味です。
- しっとりした光沢のある結晶で、水に溶けやすいのが特徴です。
- 上白糖に比べてミネラル分が残っていますので、蜜の甘い香りと独特のkokのあるおいしさが楽しめます。

※きび粗糖は他のおいがかうりやすいので、石けん・香料・漬物・味噌・醤油などと一緒には置かないでください。

※製法上、蜜玉と呼ばれる固まりができますが、品質に問題はございません。

■原材料：さとうきび(鹿児島県種子島)

3226	きび粗糖	500g	322円
------	------	------	------



オーサワ スパイス香るカレールウ(中辛)



- 小麦粉の代わりに玄米粉でつくった植物性カレールウ
本格スパイスが効いた中にもしっかりとコクがある
- 農薬・化学肥料不使用玄米粉100%使用
 - 小麦不使用 ■油脂は有機パーム油を使用
 - 砂糖・動物性原料不使用
 - バイオ・ダイナミック農法によるスパイスを使用した有機カレー粉をブレンド
 - フレークタイプ ■1袋で5~6皿分

2023年 16-①

配送日

火コース 4/18

金コース 4/21

注文書回収

火コース 4/11
金コース 4/14

グループ名

組員番号

組員名

注文数合計

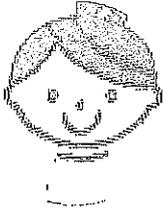
記入は赤など目立つ色をお願いします

★印は考える会生産者の農産物や、それを原料に作られたオリジナル商品です

考える会生産者の農産物不使用野菜！ ★農産物ケース 目指せ週間300ケース！		2022年産★ゆうきスター米		松下かまぼこ(天草)の練り製品		●神山鶏 冷凍		バター、マーガリン		塩・砂糖	
11	農産物ケース 普通	92	★玄米(2022年産) 10kg 6016円	1431	ちくわ 50g×3 370円	1715	神山鶏 もも 270g669円 10円引	2001	北海道バター(加塩)150g 402円	3213	はやさき水にがり 300cc 900円
12	農産物ケース 小	93	★玄米(2022年産) 5kg 3065円	1432	ヤサイチギリ天 150g 370円	1716	神山鶏 むね 210g391円	2004	北海道バター(無塩)150g 431円	3218	小さな海・天日塩 中粒240g508円
○みんなで生産者の生産活動を支えよう！		94	★玄米(2022年産) 1kg 629円	1433	地魚(ジャコ)丸天50g×3 375円	1717	神山鶏 ささみ 250g550円	2002	紅花ハイプラスマーガリン180g346円	3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g508円
25	★卵パック 10個 445円	95	★白米(2022年産) 10kg 6962円	1434	ごぼう丸天 50g×3 375円	1718	神山鶏 平肝(レバー)250g456円	3333	よつ葉のスキムミルク150g 311円	3214	豊穣塩500g 184円 オーストラリア天日塩
27	★有精卵 6個 445円	96	★白米(2022年産) 5kg 3692円	1435	野菜丸天 50g×3 375円	1719	神山鶏 砂肝 250g456円	海産品 冷凍		3215	豊穣塩5kg 1188円オーストラリア天日塩
NonGMO飼料を与えています ★高丸さん、吉田さんの卵 ※ご協力お願い致します		97	★白米(2022年産) 1kg 755円	1436	イカ下足丸天 50g×3 375円	1720	神山鶏 手羽先 250g505円	2101	開きアジ 2枚 450円 丸正水産	3210	はやさき天日塩 大粒500g900円
		3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g162円	1437	たこ丸天 50g×3 375円	1721	神山鶏 手羽元 300g477円 5円引	2102	塩サバ 2~3枚 540円 丸正水産	3212	はやさき天日塩 小粒250g850円
		★ゆうきスターの米麹(高丸さん・高山さん)		1430	地魚かまぼこ(天領)140g748円	1722	神山鶏 手羽中 250g515円 5円引	2103	丸干し 350g前後 499円 丸正水産	3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g486円
		3168	★ゆうきスター米の米麹(冷凍)200g 359円	森ノリノ(菊池)の農園納豆		1723	神山鶏 ミンチ 200g524円 5円引	2105	ちりめんじゃこ100g 747円 丸正水産	3220	粗糖(きびさとう) 1kg 477円 業者廃業 終了
		3165	★ゆうきスター米の米麹(冷凍)500g 814円	1420	板納豆 海想う 80g301円	1724	神山鶏からあげセット(モモ、ムネ)300g698円	2106	いりこ 150g 540円 丸正水産	3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 572円
★特注野菜		★ゆうきスターの米麹		1421	バック納豆 海想う40g×2 301円	1725	神山鶏 骨付きモモ 2本(600g) 1234円	海産物		3223	てんさい糖(北海道産) 650g509円
※B品が不足した時はA品をお届けします		3397	★焙煎玄米麹(太麹)100g324円	1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 320円	1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 711円	2044	阿波屋だし 8g×30 1944円 松合食品	###	きび粗糖 500g 322円(種子島産)
※▲の野菜は欠品の可能性あります		3396	★白米麹 100g 324円	1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 320円	組合員さんが国産小麦で作ってます 麦の穂のパン		2018	おだし用かつお節粉末100g532円	松合食品のしょうゆ 他	
101	★大根 1本 171円	★ニンニクの芽ペースト(いなかもん倶楽部)		冷凍もち 数量限定		1510	食パン 1斤 513円	2019	おだし用混合節粉末100g488円	3235	九州丸大豆醤油(大)1.8L 1687円 松合
108	★紫じゃがいも 500g 264円	3166	★ニンニクの芽ペースト(大)180g 775円 休	3150	★西山さんのよもぎもち(冷凍)500g1029円	1511	ロールパン 6個 513円	2007	塩ワカメ500g274円 冷蔵 天草本川海産	3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1051円 松合
116	じゃが芋 北海道産他 800g 319円	3167	★ニンニクの芽ペースト(小)90g 472円			1512	全粒いちじくパン 2個 448円	2045	天然利尻こんぶ 40g 605円	3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1051円
119	★新玉ねぎ 1kg 303円	考える会オリジナル もち米、雑穀				1512	全粒いちじくパン 2個 448円	2046	早煮こんぶ 27g 302円	3259	たまこココア 150ml 314円 松合
130	★人参 400g 203円	3052	★もち米(白米)1kg792円	★高山さんのオリジナル加工品		1518	あんパン 2個 448円	2022	花かつお削り 100g442円 山川産	3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 619円 松合
146	★里いも 1kg 511円 ▲	3053	★もち米(玄米)1kg720円	3090	★高山さんの炒りピーナッツ 75g 400円	1517	カスタードクリームパン 2個 405円	2023	かつおパック(3g×4)×2 391円 枕崎産	3289	まるやか旨酢タレ400ml 589円
147	★里いもB品 2kg 511円 ▲	3012	★押し麦 500g539円 福岡・久保さん 休	豆腐・あげ類(内田安喜商店)		1530	コーンカレーパン 2個 320円	2024	とろろ昆布 40g 278円 北海道産	3260	味の母(大)1.8L 1966円 味の一醸造
151	★からいも 1kg 407円	3062	★島川さんの黒米 150g 339円	1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円	1525	マヨネーズパン 2個 234円	2025	かんてん雪糖(フレーク7g) 199円	3261	味の母(小)720ml 918円 味の一醸造
152	★からいもB品 2kg 407円	NonGMO飼料を与えています ★島川さんの元気豚 冷凍		1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品		2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社	3262	春夏秋冬うすいろだしの素1L1253円
179	★菊芋 500g 474円	1001	★元気豚ミックススライス250g×2 1241円 15円引	1418	木綿豆腐 400g 180円	1451	パスチャライズ牛乳 1L 402円	2028	乾燥めかぶ 110g 453円 天草本川海産	3263	春夏秋冬だしの素 1L 1253円
180	★生姜 150g 235円	1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1419	絹豆腐 350g 180円	1452	フランスイスイ牛乳 500ml 245円	2029	あおき 25g 462円 天草本川海産	お酢 他	
181	★お徳用生姜 500g 761円	1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円 25円引	1410	豆乳 500ml 135円	1453	ミルクヨーグルト 500ml 245円	2031	天草芽ひじき27g 238円 天草本川海産	3251	玄米酢(小)0.9L 1574円 松合食品
202	★青菜2束 283円	1002	★元気豚バラスライス250g×2 1131円 限定	1411	寿しアゲ 20g×5枚 216円	1454	ミルクヨーグルト 1L 315円			3252	富士酢(大)1.8L 2160円 飯尾醸造 限定
262	★ピワの生葉 10枚 207円	1005	★元気豚モモしゃぶ用250g667円	1412	生アゲ 50g×1枚 118円	1454	ミルクヨーグルト 500ml 178円	原料にこだわった 味噌		3253	富士酢(小)0.9L 1296円 飯尾醸造 限定
301	★キャベツ 1玉 259円	1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用250g707円	1413	きぬ厚アゲ 220g 168円	1455	プレーンヨーグルト400ml 332円	3205	無農薬麦みそ2kg 1581円	3255	富士すし酢 360ml 756円 無農薬原料
661	★甘夏 2kg 518円	1014	★元気豚ミンチ 200g 435円 5円引	1417	手にぎりがんも 1枚 148円	1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 271円	3204	無農薬玄米合わせみそ750g 1008円	3256	りんご酢 600ml 648円 日食
663	★甘夏B品 4kg 518円	1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円 10円引	★元気豚の加工品 冷凍		1459	美楽ヨーグルト 90g 146円	3201	麦みそ(久保さんの無農薬裸麦)750g796円	3258	ゆずポン酢 300ml 473円 丸島醤油
★本田泰晴さんのオリジナル商品		1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1305	★粗挽ウインナー110g(5本)503円	1465	赤玉チーズ 180g 1091円	3203	ハト麦みそ 650g930円 内田物産 九州	3297	カンタン八芳酢 360ml 508円
3180	★ファームデュカ 30g 740円	1008	★元気豚バラブロック500g 1130円 限定	1304	★粗挽ウインナーセット 110g×2 984円	1466	カマンベールチーズ120g 1037円	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g796円	3298	お徳用カンタン八芳酢900ml 972円
3181	★ネーブルソルト 30g 740円	1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円限定	1306	★粗挽フランクフルト180g(3本入)814円 限定	1467	プロボローネチーズ380g 2052円			油(庄津一香搾り)	
4105	★本田さんの発酵肥料10kg 1572円	1013	★元気豚とんかつ用300g 3枚 994円 10円引	1307	★ちっちゃなウインナー 200g902円	1468	プロボローネピッコロ100g583円	マルシマ 野菜鍋の素		3240	なたね油(大)1650g2052円 坂本製油
4108	★本田さんの発酵肥料5kg 944円	1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g994円	1301	★ロースハムスライス100g527円	1469	モツアレラチーズ100g518円	3610	旨辛 野菜鍋の素 40g×2 248円	3241	なたね油(小)825g1188円 坂本製油
北村きのご園(鳥取)		1012	★元気豚ヒレ 300g 1266円 15円引	1308	★ロースハムスライスセット100g×2 1009円	1471	ナチュラルスナッカー70g508円			3242	なたねしらしめ油(大)1650g2052円
3190	エリンギ 100g 135円	1019	★骨付きバラ肉(カット)500g911円 おススメ!	1303	★シヨルダーベーコンスライス100g490円 限定	1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 454円			3243	なたねしらしめ油(小)825g 1188円
3191	えのき 100g 113円	1021	★元気豚小間切れ 200g442円 超希少 休	1302	★バラベーコンスライス100g490円 限定	1474	ミルクのプリン 80g×2 271円			3244	胡麻油(大)1650g 3996円 坂本製油
竹嶋さん(青森)のりんご		1011	★元気豚軟骨 300g 355円 数量限定 休	1309	★バラベーコンブロック200g959円 限定	3195	ホエイあまざけ 230g 594円 限定	那珂川キッチン		3245	胡麻油(中)660g 1944円 坂本製油
919	王林 3玉 794円	1017	★元気豚バラ焼き肉用 250g 603円 数量限定 休	1311	★元気豚しゅーまい30g×6 691円	那珂川キッチン				3246	胡麻油(小)273g 972円 坂本製油
924	サンふじ 3玉 859円	1025	★元気豚バラ切り落とし 200g 435円 サイズ・厚さ不揃いの切り落としです 限定20個	1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円	1501	台湾カステラプレミアム(冷凍) 220g926円 限定15個			3247	紅花油 660g 1620円 坂本製油
				1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円					3249	山江村産えごま油 105g 2376円 堀内製油
										3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1458円

縦合計 ()

♥台所からのメッセージ♥



同じ仲間である組合員（生産者・消費者）へ
『私の声』届けてみましょう！！

イベントの感想や日頃の思いなど

☆組合員名（ ）

* 『いのちと土』への掲載時の紹介について、以下よりお選びください。

実名 イニシャル 台所ネーム（ ）

Large rounded rectangular area with a dotted border containing seven horizontal lines for writing.

オススメの商品や料理方法など

商品などについての疑問など



野菜が傷んで
いたなど

野菜の名前（ ） 配送日（ ）

傷みの状況（ ）

傷みの範囲（ 全部 1/2 1/3 1/4 その他 ）

◎野菜が傷んでいたらご連絡ください。

◎傷んでいた場合のメッセージは、次の配送日（一週間後）までに必ず
ご連絡ください。代引き処理をし、翌週の明細書に記載させていただきます。
（電話・FAXも一週間以内の連絡をお願いします。）

受付日 月 日

担当（ ）

北海道産小豆 100%使用 砂糖不使用

上品でやさしい甘さ

- ・甘みには麦芽水あめとアガベシロップを使用
- ・そのままあんとして使うほか、お菓子やパンづくりにも
- ・おはぎ、ぜんざい、おしるこなどに



しっかりとした
小豆の味わい



口当たり滑らか



6178 つぶしあん

350g ¥486 (税込)

- 原材料：小豆(北海道産)、麦芽水飴、有機アガベシロップ、食塩(天日塩)
- 開封前賞味期間：常温で6ヶ月

4186 こしあん

350g ¥486 (税込)

- 原材料：生あん[小豆(北海道産)]、麦芽水飴、有機アガベシロップ、食塩(天日塩)
- 開封前賞味期間：常温で6ヶ月

溶いたり塗ったり



商品の価格・内容量・包装・仕様等は2022年11月現在のものです。

オーサワジャパン株式会社

〒153-0043 東京都目黒区東山三丁目1番6号 TEL:03-6701-5900 FAX:03-6701-5911
ohsawa-japan.co.jp

22110J-8643



そのまま「あん」として
パンやお餅につけたり、
お湯や水に溶いて
おしるこやぜんざいなどに。

オーサワの
あん
こしあん
つぶしあん

上品で
やさしい
甘さ

OHSAWA
JAPAN
Macrobiotic Foods



かんたんレシピ!

あずきアイスバー

材料(100mlのアイス型4個分)

- | | | | |
|-------------|------|-----------|--------|
| ・オーサワのつぶしあん | 300g | ・水 | 300ml |
| ・本葛粉(微粉末) | 20g | ・玄米水飴 | 大さじ2 |
| | | ・メープルシロップ | 大さじ1.5 |

作り方

- 1 鍋に葛粉、水、玄米水飴、メープルシロップを入れて均一に混ぜ合わせる。
- 2 1を中弱火にかけ、全体が透明になるまで常にへらで混ぜる。
- 3 全体に透明感が出て、滑らかになったら、つぶしあんを加えて混ぜ、全体になじませる。
- 4 火からおろし、粗熱が取れたら、好みのアイスバー型に入れて、冷凍庫で冷やし固める。

memo

葛が入っているので、溶けにくいアイスです。火にかけている間は絶えず混ぜてくださいね。

©レシピ：鎌田 純実(クッキングスクールリマ 認定インストラクター)



かんたんレシピ!

よもぎのあんこ入り蒸しパン

材料(直径5cmのカップ6~7個分)

- | | | | |
|-----------|-------|----------|----------|
| 薄力粉 | 200g | 無調整豆乳 | 200ml |
| よもぎ粉末 | 大さじ1 | メープルシュガー | 大さじ2 |
| ベーキングパウダー | 小さじ2 | なたねサラダ油 | 大さじ2 |
| 塩 | ひとつまみ | オーサワのあん | 100~120g |
| | | 桜の塩漬け | 適量 |
- (水で洗い、キッチンペーパーなどで水気を取る)

作り方

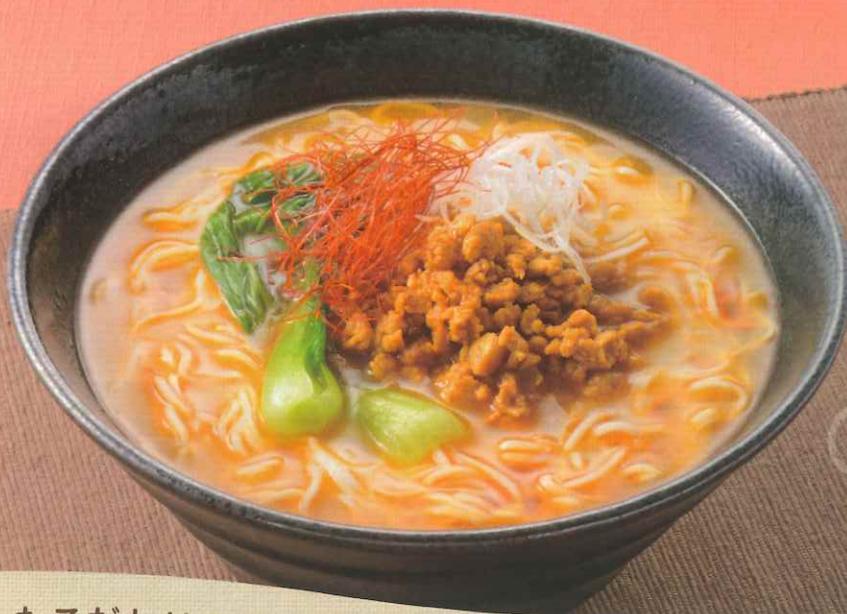
- 1 Aの材料を合わせてふるいにかけ、ボウルに入れる。
- 2 Bの材料を別のボウルに入れて、泡立て器で乳化するまでよく混ぜる。
- 3 1に2を加えてゴムベラなどでさっくりと混ぜ、カップの半分まで入れ、あんを中央に適量落とし入れる。その上から残りの生地を入れてととのえ、桜の塩漬けを飾る。
- 4 すぐに蒸気のしっかりと上がった蒸し器で13~15分ほど(最初の7~8分くらいは蓋を絶対に開けず強めの火で)蒸す。竹串で中央の生地を刺してチェックして生の生地がついてこなければ蒸しあがり(生地がついているようだったらもう少し蒸す)。取り出して冷ます。

HPでアレンジレシピを
たくさん紹介しています!



©レシピ：櫻井 裕子(クッキングスクールリマ 専任講師)

手軽なのに、本格的。
美味しくてヘルシーな
人気の乾麺！



ごまの旨みと
深いコク、
マイルドな辛み
担担麺

植物性素材でつくったこだわりのラーメン

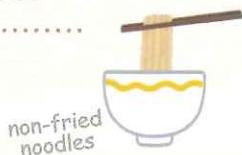
オーサワの 玄米ラーメンシリーズ

For Vegan

乾
麺

国産小麦粉・玄米粉を使った無かんすいの
ノンフライ乾麺

●砂糖・動物性原料不使用



6569 オーサワのベジ玄米ラーメン(担担麺)

132g (うち麺80g)

314円(税込)

- 原材料:めん[小麦粉(愛知産)、玄米粉(国産)、小麦グルテン(オーストラリア産)、食塩(シママース)]、スープ[胡麻、食塩、本みりん、食用植物油(胡麻油、パプリカ)、清酒、醤油、味噌、メープルシュガー、酵母エキス、香辛料(にんにく、生姜、唐辛子、こしょう)、馬鈴薯でん粉]
- 開封前賞味期間:常温で6ヶ月



6685 オーサワのベジ玄米ラーメン(しょうゆ)

112g (うち麺80g)

237円(税込)

- 原材料:めん[小麦粉(愛知産)、玄米粉(国産)、小麦グルテン、食塩(シママース)]、スープ[醤油、醗酵調味料、香辛料(玉ねぎ、にんにく、ねぎ、こしょう)、胡麻油、食塩(シママース)、メープルシュガー、酵母エキス、馬鈴薯でん粉、昆布粉末]
- 開封前賞味期間:常温で6ヶ月



6686 オーサワのベジ玄米ラーメン(みそ)

118g (うち麺80g)

248円(税込)

- 原材料:めん[小麦粉(愛知産)、玄米粉(国産)、小麦グルテン、食塩(シママース)]、スープ[味噌、醤油、醗酵調味料、メープルシュガー、香辛料(にんにく、生姜、こしょう、唐辛子)、胡麻油、食塩(シママース)、酵母エキス、昆布粉末]
- 開封前賞味期間:常温で6ヶ月



6688 オーサワのベジ玄米ラーメン(ごまみそ)

119g (うち麺80g)

275円(税込)

- 原材料:めん[小麦粉(愛知産)、玄米粉(国産)、小麦グルテン、食塩(シママース)]、スープ[胡麻(南米・アフリカ産他)、醤油、食塩(シママース)、醗酵調味料、胡麻油、香辛料(玉ねぎ、にんにく、ねぎ、唐辛子)、酵母エキス、味噌、メープルシュガー、馬鈴薯でん粉、昆布粉末]
- 開封前賞味期間:常温で6ヶ月



6687 オーサワのベジ玄米ラーメン(しお)

112g (うち麺80g)

243円(税込)

- 原材料:めん[小麦粉(愛知産)、玄米粉(国産)、小麦グルテン、食塩(シママース)]、スープ[小麦醸造調味料(足助仕込三河しるたまり)、醗酵調味料、食塩(シママース)、香辛料[玉ねぎ、にんにく、ねぎ(エキス)、生姜、こしょう)、胡麻油、メープルシュガー、酵母エキス、馬鈴薯でん粉]
- 開封前賞味期間:常温で6ヶ月



※商品の価格・内容量・包装・仕様等は2022年9月現在のものです。

オーサワジャパン株式会社

〒153-0043 東京都目黒区東山三丁目1番6号 TEL:03-6701-5900 FAX:03-6701-5911
ohsawa-japan.co.jp

22090J-8664

No.16 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

オーサワジャパン

配送日	火コース 4/25	金コース 4/28	提出日	火コース 4/11	金コース 4/14
-----	------------------	------------------	-----	-----------	-----------

商品No.	商品名	数	価格
5001	2342 オ-サワの野菜パイオン8包 5g×8		389
5002	2354 オ-サワの野菜パイオン30包5g×30		1,338
5003	3379 オ-サワの中華だし 5g×8		409
5004	6920 有機白こしょうパウダー 25g	休止	378
5005	2507 海の精ペッパーソルト 55g		518
5006	6906 詰替用・海の精ペッパーソルト 55g		346
5007	0905 オ-サワの豆板醤 85g		480
5010	9463 オ-ガニック粒マスタード(ナイキフス) 90g		540
5083	9475 オ-ガニック粒マスタード 200g		864
5011	0631 オ-サワの玄米水飴 250g	来月値上	907
5012	6167 オ-サワのひよこ豆 300g	休止	648
5013	0333 地粉グルテン粉 200g		1,334
5014	9316 オ-サワ鉄火みそ 70g		864
5015	0911 生おろし生姜(チューブ) 40g	来月値上	356
5016	1997 オ-サワのりつく 100g		497
5018	1877 車麩 12枚		518
5019	0102 グレープシードオイル 460g		1,188
5020	0687 オ-サワうめしょう 250g		1,404
5021	0658 セイタン 180g		442
5024	0394 アルチエネ有機全粒粉スパゲッティ 500g		467
5025	4161 オ-サワのキムチの素 85g		534
5073	1813 オ-サワの大豆ミート 100g		475
5023	9506 大豆からあげ 80g	来月値上	378
5079	9465 オ-サワスパイス香るカレールウ(甘口)120g	5円引き	534
5080	2491 オ-サワスパイス香るカレールウ(中辛)120g		534
5081	2468 オ-サワコクと旨みのデミグラスルウ120g		540
5082	2469 オ-サワ まろやかシチュールウ120g		486
5075	9376 有機白ごまペースト 250g		1,242
5076	9377 有機黒ごまペースト 250g		1,242
5077	555 徳用出し昆布(利尻) 120g		1,890
5078	6694 日高産カット出し昆布 80g		702
5239	4202 オ-サワの高菜漬(きざみ) 130g		297
●お菓子			
5074	2985 ベーキングパウダー 10g×4		496
5044	3333 オ-サワの有機玄米黒胡麻せんべい 60g		288
5053	9665 ナチュラルクッキー・アルグレイ 80g		432
5054	4134 芋せん(千本) 78g		442
5055	3327 オ-サワの玄米かりんとう(塩味) 70g		378
5072	1950 オ-サワのデーツ 120g		583
5088	6178 つぶしあん 350g	5円引	486
5089	4186 こしあん 350g	5円引	486

商品No.	商品名	数	価格
●飲み物			
5038	6370 オ-サワの有機玄米甘酒 200g		378
5068	3113 オ-サワの三年番茶(小) 100g		594
5069	3114 オ-サワの三年番茶(大) 500g		2,095
5070	3115 オ-サワの三年番茶・ティーバッグ 2g×10		421
5042	3186 有機豆乳 無調整 200ml		102
5043	6190 有機豆乳 無調整 1l		354
5087	9314 トロロックスパークリング(炭酸水)500ml		248
●ご飯の素シリーズ			
5342	4193 オ-サワの山菜ごはんの素 170g	NEW	496
5340	9469 オ-サワのたけのこごはんの素 150g		475
5333	6130 オ-サワのベジ釜飯の素 170g		421
5334	6112 オ-サワのベジ五目ごはんの素 150g		399
5335	6105 オ-サワの玄米によく合うごぼうご飯の素120g		410
5336	6111 オ-サワのきのこごはん飯の素 140g		399
5337	3833 オ-サワの具だくさんちらし寿司素 150g		463
●レトルトカレー・スープ			
5026	2338 オ-サワの八穀ポタージュ・粉末 15g×5		886
5067	2386 オ-サワのわかめスープ 6.5g×7包		670
5027	2349 オ-サワのベジミートソース 140g		324
5029	3666 オ-サワのベジカレー・レトル(甘口) 210g		356
5030	3667 オ-サワのベジカレー・レトル(中辛) 210g		356
5032	3687 レトル・ベジ根菜カレー 200g		356
5031	3677 レトル・ベジきのこカレー 210g		367
5028	3650 オ-サワのひよこ豆カレー 210g		367
5140	6175 オ-サワのベジキーマカレー 150g		356
5033	3681 こどものベジカレー 100g×2		474
5034	3684 こどものコンクリムシチュウ 100g×2		474
5035	3682 こどものベジミートソース 70g×2		402
●オ-サワの玄米ラーメンシリーズ 5円引セール NEW			
5343	6569 ベジ玄米ラーメン(担担麺) 132g(うち麺80g)		314
5344	6685 ベジ玄米ラーメン(しょうゆ) 112g(うち麺80g)		237
5345	6686 ベジ玄米ラーメン(みそ) 118g(うち麺80g)		248
5346	6687 ベジ玄米ラーメン(しお) 112g(うち麺80g)		243
5347	6688 ベジ玄米ラーメン(ごまみそ) 119g(うち麺80g)		275

No.16 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

配送日	火コース 4/25	金コース 4/28	提出日	火コース 4/11 金コース 4/14
-----	-----------	-----------	-----	---------------------

東京都・クックたかくら冷凍総菜（月1回）



創業以来総てオーガニックの原材料にこだわり、無添加はもとより有機栽培無農薬の農作物、畜産物の素材で作った惣菜を四十年近く宅配業者に卸してきました、機械を一切使わずに包丁一本全て手作業にこだわって作っています。その延長線上で皆様に喜んで戴けるように確かでも何処よりも美味しい日本一のベジタリアン惣菜（植物たんぱく加工食品）作りにも取り組んでいます。

No.	商品名		注文数	規格	価格
1802	中華丼の素	具沢山の中華丼の素。とろっとした汁に美味しさが凝縮されています。		230 g	574
1805	れんこんバーグ	レンコンをたっぷり使った鶏肉入りのハンバーグ。とってもヘルシーです。		40 g × 4個	614
1813	ヘルシーナゲット	人参、玉ねぎをみじん切りにして加えてあります、お子様にも是非どうぞ！		150 g	513
1816	からあげ	自然解凍して温めるだけで、サクッと美味しいからあげが楽しめます。		130 g	570
1832	ササミのチーズフライ	チーズの美味しさとシソの香りがササミとよくあいます。		170 g	599
1837	ちっちゃな豆腐ハンバーグ			6個	521
1843	ちらし寿司の素	酢、ご飯そしてちらし寿司の素を混ぜ込むだけで簡単に美味しいちらし寿司ができます。		150 g	686
1812	親子丼の素	玉ねぎと鶏肉を醤油ベースのだし汁で煮込みました。卵を加えて簡単親子丼をお楽しみください		180 g	396
1898	体に優しい豚のメンチカツ 人気商品	豚肉のメンチカツです。キャベツが入りヘルシーに召し上がれます。		150 g	448
1899	すきやき風コロッケ	牛挽肉をじっくり煮込んでじゃが芋に練り込んであります。1ランク上の味		150g	457
1932	鶏肉の甘酢ごま煮 人気商品	鶏の胸肉をふんわり揚げて、甘酢とごまで煮込みました		150 g	445
1939	パクパク餃子	様々な用途に使える一口サイズの餃子です。ちょっと多めの30個入り。		30個	948
1844	鶏混ぜご飯の素	人参、ごぼう、椎茸など野菜もたっぷり入った具沢山の混ぜご飯の素。醤油ベースで純和風の味付		150 g	499
1981	大豆入りひじき煮	昔ながらの純和風の優しい美味しさをお楽しみください		80 g	432
大好評！ 植物蛋白を使ったお惣菜					
1957	グッドミーのちっちゃなベジハンバーグ			6個	476
1958	グッドミーを使った春巻き			3本	502
1959	有機豆乳使用のクリームコロッケ			4個	568
1960	有機豆乳使用のマカロニグラタン			180 g	541
1961	有機豆乳使用のカレーピラフドリア			180 g	484

No.16 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数
-------	-------	------	-----

創健社お菓子 ジロロモーニシリーズ

配達日

火コース **4/25** 金コース **4/28**

提出日

火コース **4/11** 金コース **4/14**

お菓子 カレー シチュー他

商品No.	商品名	数	価格
5540	ビッグアーモンドチョコレート400g		1,588
5541	ミルクチョコレート 70g		346
5520	動物園のビスケット 70g×5袋		972
5521	きらきら星のおせんべい 40g×5袋		972
5522	たまごのポーロ 25g×10袋		972
5524	手作り農場白胡麻(玄米せんべい) 100g		292
5525	手作り農場黒胡麻(玄米せんべい) 100g		292
5526	五穀せんべい しお味 90g		314
5527	五穀せんべい しょうゆ味 90g		314
5528	玄米このは うす塩味 80g		302
5530	大粒 柿の種 120g	来月値上	543
5531	ポテトチップス バター醤油味 60g	来月値上	200
5532	ポテトチップス 野菜コンソメ味 60g	来月値上	200
5537	ポテトチップス うす塩味60g	来月値上	200
5533	有機栽培 くるみ 45g		605
5535	有機栽培 プルーン(種ぬぎ) 110g		616
ドレッシング、有機ソース、有機カレールウ			
5583	新・春夏秋冬だしの素		1,253
5555	有精卵シーザードレッシング180ml		454
5556	有機プレミアムソース 200ml		648
5573	くせになるこだわりのオイル&コンシチュ-110g	10円引	594
5557	ひよこ豆粉のカレールウ(中辛)110g	5円引き	465
5559	ひよこ豆粉のシチュールウ(中辛)110g		486
5534	グルメカレー(中辛)115g		400
5546	インドカレー(辛口)115g		400
5571	マイルドカレー(甘口)115g		400
5666	有機ハヤシライス 100g		497
5551	植物素材のキーマ風カレー(レトルト)170g		443
5580	植物素材のバターチキン風カレー(レトルト)170g		573
5579	植物素材のハヤシライス風ソース(レトルト)150g		551
5552	ベジタブルカレー(レトルト・中辛)210g		357
5553	ベジタブルカレー(レトルト・甘口)210g		357
5550	植物素材のホーネーセ風パスタソース(レトルト)140g		454
5574	植物素材のチリコン風パスタソース(レトルト)150g		562

ジロロモーニ

商品No.	商品名	数	価格
5539	業務用有機エキストラバージンオリーブオイル 3L		13,500
5501	デュラム小麦 有機スパゲッティ500g		518
5516	デュラム小麦有機スパゲッティ一ニ500g		518
5502	全粒粉デュラム小麦 有機スパゲッティ500g		518
5517	デュラム小麦有機リングイネ 500g		518
5514	デュラム小麦有機スパゲット一ニ500g		518
5504	デュラム小麦 有機ペンネ 250g		373
5506	デュラム小麦 有機フジッリ 250g		373
5515	デュラム小麦 有機ファルファツレ250g		373
5505	全粒粉デュラム小麦 有機ペンネ250g		373
5519	デュラム小麦有機スパゲッティセミインテグレ500g		518
3278	エキストラバージンオリーブオイル250ml定例注文書でご注文ください		1,458
5510	(徳用)有機エキストラバージンオリーブオイル500ml		2,646
5511	有機バルサミコ酢 250ml		1,836
5508	有機パスタソース トマト&バジル 300g		702
5509	有機パスタソース アラビアータ300g		702
5512	有機パスタソース トマト&ナス 300g		702
5513	有機パスタソース トマト&ズッキーニ300g		702
5518	有機トマトケチャップ 300g		476
5507	有機トマトピューレ バジル葉入り 350g		497
5590	有機ダイストマト缶 400g		270
5591	有機ホールトマト缶 400g		270
5581	地中海の天日塩 700g		345
5582	地中海の天日塩さらさらtype 200g		302
5544	熟成発酵黒にんにく(ほぐし) 130g		2,030
5545	お徳用・熟成発酵黒にんにく(ほぐし)303g		4,104
5548	さば水煮缶 190g		335
5664	さば味噌煮缶 190g		324
5665	さばカレー煮缶 190g		346
5595	クイックSOY ミンチタイプ 100g		430
5596	クイックSOY バラ肉タイプ 100g		430
5597	クイックSOY フレークタイプ100g		430