

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	2/13		2/20

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	2/16		2/23



① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺

※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。

「ひなまつり企画」

三月三日は桃の節句。小さな女の子のいるご家庭では、おひな様を飾って華やかな一日を過ごすことでしょう。そんなひな祭りに向けて、考える会ならではの商品をご用意しました



田上さん(西原村)の「ひしもち、よもぎもち」

新登場！

田上さん(西原村)自家製の「ひしもち」「よもぎもち」をお届けします。原料のもち米は自家栽培の無農薬もち米を使われています。

特別注文書(A4)でご注文ください(2/27.3/1配送)

3149 ひしもち
約100g×3色 760円(税込)

3150 よもぎもち
500g 1029円(税込)



高山さんの「甘酒」

考える会のゆうきスター米で作ったこうじだけを使っています。あま酒が苦手な方にも好評のあっさり甘酒です。

3173 ★麹だけでつくった甘酒
300g 592円(税込) 10円引き



飯尾醸造「富士ずし酢」

炊きたてのご飯に合わせるだけで、ずし飯が簡単に作れる寿司用合わせ酢です。甘味に粗糖と蜂蜜を使用しているので、コクと甘味がしっかりあり、酢飯がしっとり柔かに仕上がります

3255 富士ずし酢
360ml 756円(税込) 10円引き

「シチュー、グラタン特集」

まだまだ寒い日が続いていますね、今週は「シチュー、グラタン」特集を企画してみましたので、この機会にぜひご利用ください。詳しくは裏表紙に紹介しています。



「コーンシチューフレーク」

国内産小麦粉に非遺伝組み換えコーン、有機ベニバナ油を使用しています。北海道産牛乳から作ったミルクパウダーをブレンドして仕上げたコクと甘味の優しい味わいです。

3347 コーンシチューフレーク
180g 508円(税込) 5円引



「デミグラス風ソース」

植物性素材で作ったデミグラス風ソース(フレックタイプ)。シチュー、ハヤシライス、ハンバーグソース、パスタソースなど、幅広くお使いいただけます。

3346 植物素材のデミグラスソース
120g 486円(税込) 5円引

遺伝子組換え飼料・抗生物質不使用 「神山鶏」



「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 モモ
270g 701円(税込) 10円引

1716 神山鶏 ムネ
210g 415円(税込) 5円引

「山で育ったブラウンスイス牛肉」



ブラウンスイス牛は山地で放牧をし草を沢山食べて、自然の中を自由に歩き回って暮らしています。しっかりと運動をしたとっても健康的な牛です。和牛とは違いサシは入っていませんが、乳牛独特の臭みが少なく赤身が美味しい牛肉です。

1294 (BS)牛赤身スライス
200g 767円(税込) 5円引



今年一番の寒気がやってくるようで、これだけ気温が上がったり下がったりするのは、人間にも野菜にも良くないですね。気がつけばもう1月も半ばに・・・畑を作っていかななくてはいいけませんね。そろそろ夏野菜の苗作りもしなくては。

・・1/23 大津町・山本瑞樹・・

昨年12月の寒波の時に葉物野菜がほとんど凍ってしまい1月2月の野菜にも大きなダメージを与えてしまったと思います。夏は気温がすごく高く寒さが突然にやってきて生き物にとってだんだんと厳しい気候になってきたようです。暑さに備える寒さに備えることのできる春と秋がなくなってしまったかのようです。人間の社会もそれに呼応するようにあちこちで紛争が起こり戦争が起こりつつましくて静かに平和に農業をしていきたいと思ひます。

・・1/23 御船町・高丸和彦・・

先日は御領ブロックの逆援農に呼んでいただきました。逆援農とは、援農の逆、つまり農家の方に行くのではなく、消費者の方々の方に生産者が赴いて行くという、考える会独自の行事です。田代さんのグランモッコビレッジのランチを囲んで話が弾みました。一つビックリしたこと。知っていましたか？会のごぼう茶、昭人さんが丁寧にフライパンで焙煎していること。そういった背景を知り、農業や会の理解を深めるいい機会です。ぜひ足を運んで下さい。

・・1/30 合志市・高山健也・・



生産者だより(1/26 ラインメッセージより)

一歩足を踏み込んだ人たちのこの笑顔。(一歩どころか、どっぷり浸かってる人もいますが…)

写真はグリーンファームの赤字解消のために、自分たちで干し芋をつくることになり、おもしろさと、満足感と、一品持ち寄りの美味しさに喜ぶ様子の皆さんです🍌

なんかやりたいと行動すれば叶うこともある👍ぜひ、考える会へ足を運んで周りにつぶやいてみましょう😊

合志市 高山

こんにちは。明日の味噌イベントの準備で大豆を煮ている高山農園です🍲

夫が面白いと言うので私も読んでハマっている内田樹さん。当たり前はそれを支えている人が支え続けているから当たり前が続けていけているという指摘。確かになと思います。

今年の運営委員は、やっぱりブロック会が基本でしょ！というスタンスで動いています。その過程で、ある方に言われたのが、会には400人もいらっしゃるのに、1部の人に負担がかかりすぎじゃないですか？と言うご意見。確かに。70～80代の方もたくさん、体の痛みを抱えながらも会議に出てきてくださっています。動ける若手に役割が集中しがちで、ひとりで何役も引き受けることになってます。もちろんできる方ができるときにできるしこでいいと思っています。今年は40周年でもあり、大きなイベントも予定されていますし、ブロック会、イベント、援農、総会、よければ何かしら参加していただくか、難しければ、会の継続のために何かいっぴん多く買うなど、1歩会へ足を進めることを今年目標に入れてもらえるとうれしいです🙏

まずは、2月17日のつどいにぜひご参加ください💖



配送者だより



◇ みなさんこんにちは！

早くもひと月が終わろうとしています。地震に事故に戦争と、ほんとは政治とお金の問題にもっとおこらないといけなんでしょうが、重たい情報が多すぎて、消化できずに何だか疲れてしまっている感じです。みなさんはいかがですか？

まあ、とりあえず元気出して行かなんですね。

ところで、最近我が家では、生米からのおかゆがはやってます。

朝がゆおすすめです。

今日も元気に「正直野菜」をお持ちします！

・・1/30 A3・A4・B2 福岡恵士・・

◇ こんにちは。配送担当の村上です。

寒さもピークを迎え、朝は車の霜などにも四苦八苦しております。今後、自分の畑の世話なども入るようになりますので、ますます大変になると少し不安もあります。

最近卵の生産が上がっており、だいぶ皆様のご注文にもおこたえできるようになってきました。ただ、寒さがまだ残っておりますので、完全には言いきれず、やはり安心してお届けするためには、月単位での注文をおすすめ致します。

・・1/30 A1コース 村上 卓・・

～行事予定～

- ・組合員のつどい : 2月17日(土) 9:30～受付: 鶴屋東館パレア会議室 I (9階)
- ・我が家の味噌づくり : 2月18日(日) 10:00～高山農園 畑・作業場
- ・御船ブロック会&料理教室 : 2月23日(金・祝)10:00～1NPO法人「生活と教育」家庭科室
- ・お家でソーセージを作れるようになろうぜ！ : 2月24日(土)9:00～高山農園 畑・作業場
- ・壺川・清水・三軒町合同ブロック会 : 3月6日(水)10:00～清水公民館(調理実習室)

野菜・果物だより

今年の生姜は大豊作！特注でも沢山ご利用ください

180 ★ 生姜
150g 235円(込)

181 ★お徳用生姜
500g 761円(込)

御領ブロックAさんに教えていただきました

「生姜粉末の作り方」

- ① 土をきれいに落とす(皮はそのまま)生姜を繊維に沿って薄くスライスする。
 - ② カラカラになるまでざるに干す
 - ③ すり鉢で粉末にする。
- ※ 一年間保存して夏場などの生姜の無い時期に使うそうです。お試しください。

「生姜ご飯」

「材料」 お米・3合 生姜・50gくらい 人参・30g
春夏秋冬だしの素・大さじ3 塩・少々

- ① 生姜は千切り、人参はみじん切りにする。
- ② お米に春夏秋冬だしの素(大3)+水を入れて、塩少々を加え、生姜、人参を入れて炊く。



「辛煮生姜」

「材料」 生姜・50g 醤油・大さじ2と1/2 酒・大さじ2と1/2

生姜はきたないところだけ皮をむき、マッチの軸より細い程度の千切りにする。それを鍋に入れ、醤油、酒を入れて弱火にかけ、時々混ぜながら煮汁がすっかりなくなるまで煮つめて皿にとりさます。
※酒の肴、お茶漬け、お弁当のおかず、焼き魚のあしらいなどによい。

大根を皮ごと蒸す



大根は皮ごと好みの厚さに切って塩をまぶして蒸すと、大根の旨味が全開！

- ① 皮ごと使うのが基本。料理に合わせて輪切りや斜め切り、一口大のサイコロステーキ風に切る。
- ② 重量の1%の塩をまぶす。
- ③ 強火で20分蒸す。切り方が違って一緒に蒸してOK。

「蒸し大根のサイコロステーキ」

「材料」(3~4人分)

蒸した大根(一口大に切った物)・300g 茹でてきざんだ大根葉・1本分
ニンニク・1/2片 油・大さじ1と1/2 醤油・大さじ3

- ① ニンニクを繊維と直角にスライスし、フライパンに油とニンニクを入れ、弱火にかけて熱する。
- ② ①からいい香りがしてきたら、強火で大根を炒める。焼き色がついてきたら大根葉も加えて炒め、醤油で味を調える。

「大谷ゆみこ著 野菜だけ？」より

第40期 第4回 運営委員会だより

2024年1月10日(水)9:30~11:50 於:青年会館(研修室)

1. 入退会について 12月 入会2名 退会1名
2. ブロック会報告
 - ・花園:1月27日(土) 餅つき(杵で)
 - ・武蔵丘・杉並木・大津:1月27日(土) 3ブロック合同 本田一幸さんを迎えて今回は弁当をとってゆっくり話をする予定
 - ・御領: 1月20日に佐藤昭人ご夫妻と高山ご夫妻を誘っての逆援農(グランモッコビレッジ)
(前田さん):GF社員になり意識UPし名古屋の妹夫妻に野菜ケースを送った。感動・満足してくれたので定期的に送ってあげようと思っている。ブロックでもその話をして広めていきたい。
3. 商品等についての質問(永田事務長へ) 本日配送日なため不在
 - ・例年1月は日配品が落ちるので、1つでも多く購入へ協力を！
 - ・ブロック会でも質問を挙げてもらっては？(商品、注文のことなど)
 - ・イベント等で(チラシ配布などを)お願いするとき、誰かに指定してお願いしているが、事務所の誰かに伝えたら、事務長→全体で把握・割り振りしてもらいたい！(参加申し込みの)回収もお願いしますと言わないといけないが、回収までセットで事務所に担当してもらいたい
 - ・イベントでの発注品が漏れていたり注文が通ってなかったこともあった一原因・理由をはっきりしてほしい。⇒事務所でマニュアル化が必要では？
 - ・イベント申請書(?)のマニュアルがある(作り直し必要):申請書の受け取った後の処理手順など事務所で確認 ブロックを盛り上げていく上で肝！
4. 運営委員会の役割、ブロック活動のやり方について
ブロック会とは~内容のチェックリストや項目などマニュアル(基本の型)があると、初めてブロック会をする人たちの役に立つのでは？
ブロック会に行ったことない人も内容が分かると行きやすいのでは？
 - 場所とり 日時決め 内容(前回の集まりで決める等) 連絡方法(電話・チラシ) 会計 注文・受け取り
 - 運営委員会の報告や皆さんの意見を訊くなど ※電話番号問い合わせ:糸山さんに(水金)
 - 稼働しているブロックに、それぞれのやり方を書き出して、手引としてまとめていけば？
⇒注意点や工夫点など 3月の委員会までに！(どんなことを、どんなふうに行っているか、前日当日の流れなど) +運営委員会の役割とは、も全員考えてくる
 - 一品持ち寄りの会をしていたが、それが苦で来なくなった人もいた→状況・空気の見極めも必要
5. チームに分かれてブロック活性化について
 - Iチーム:逆援農 田崎・川尻ブロック:2月10日 於:ポニー
" 御船ブロック:2月23日 石村さん宅で
 - IIチーム:水前寺ブロック会 甘夏ちぎり 日程は4月17日(水)で確定、空いている会場で
参加費無料(保険代100円) 購入は量り売りで 春の野草天ぷら・汁物準備
 - IIIチーム:壺川・清水・三軒町合同のブロック会 3月6日清水公民館にて チラシ(2/9)回収(2/16)
組合員の森田さんの料理会(野菜ケース使い切り) 参加費1500円+保険(100円)

今週のスポット品

税抜き金額より値引きします



シチュー・グラタン特集！

1294	(BS)牛赤身スライス	200g	767円	→ 10円引	1469	モッツアレラチーズ	100g	518円	→ 5円引
3190	エリンギ	100g	135円	→ 5円引	1471	ナチュラルスナッカー	70g	508円	→ 5円引
3191	えのき	100g	113円	→ 5円引	2001	北海道バター(加塩)	150g	427円	→ 5円引
1715	神山鶏 もも	270g	701円	→ 10円引	2004	北海道バター(無塩)	150g	460円	→ 5円引
1716	神山鶏 むね	210g	415円	→ 5円引	2002	紅花ハイプラスマーガリン	180g	443円	→ 5円引
1451	パスチャライズ牛乳	1ℓ	459円	→ 5円引	3333	よつ葉のスキムミルク	150g	360円	→ 5円引
1452	ブラウンスイス牛乳	500ml	254円	→ 5円引	3347	コーンシチューフレーク	180g	508円	→ 5円引
1465	赤玉チーズ	180g	1091円	→ 15円引	3346	植物素材のデミグラスソース	120g	486円	→ 5円引
1466	カマンベールチーズ	120g	1037円	→ 10円引	3367	ショートパスタ(マカロニ)	300g	416円	→ 5円引
1467	プロボローネチーズ	380g	2052円	→ 20円引	3009	★小麦粉	500g	345円	→ 5円引
1468	プロボローネピッコロ	100g	583円	→ 10円引					

◆特注品 オーサワジャパンより

5081	オーサワコクと旨みのデミグラスルウ	120g	572円	→ 10円引
5082	オーサワ まろやかシチュールウ	120g	518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	638円	→ 10円引
5559	ひよこ豆粉のシチュールウ	110g	486円	→ 5円引

今週のスポット品

特注品 創健社「ジロロモーニ」

値上げ前セール！ 5～130円引き

次月より値上げになりますので、買っておいってください！



今週の特注品

..2/27..3/1届け..

☆野菜の苗(生産者 山本さん・本田さん)

網田町の本田さんと大津町の山本さんが無農薬無化学肥料で育てた苗です。家庭菜園をお楽しみください。

☆田上さんの「よもぎもち・ひしもち」

西原町の生産者田上さんが作ったよもぎもち、ひしもちでおひなまつりをお祝いしましょう！

☆ライブコットン「快適天然素材2024年②」

シルク&オーガニック二重織シリーズ、天然繊維100%を着よう！、People Tree、快適天然素材で健やかに！

☆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。

☆クックたかからの冷凍お惣菜

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！

☆バナナ予約

有機JAS認定を取得してあるオーガニックバナナです。1ヶ月単位での予約注文となりますので、ご注意ください。

☆たまご予約

会の卵は飼育環境や飼料を大切に、ご家族が安心して食べられる卵を届けています。予約注文よろしく願います。

今週のスポット品

ひなまつりセール！



3173	★麴だけでつくった甘酒	300g	592円	→ 10円引
3171	★高山さんのトマトの水煮	900ml	1480円	→ 15円引
3255	富士すし酢	360ml	756円	→ 10円引
3282	北海道産有機小豆	200g	799円	→ 10円引

◆特注品「オーサワジャパン」より

下記の商品 5円引きセール！

5088	つぶしあん	350g	486円
5089	こしあん	350g	486円
5038	オーサワの有機玄米甘酒	200g	378円
5342	山菜ごはんの素	170g	550円
5340	たけのこごはんの素	150g	523円
5333	ベジ釜飯の素	170g	432円
5334	五目ごはんの素	150g	432円
5335	玄米によく合うごぼうの素	120g	432円
5336	きのこごはんの素	140g	432円
5337	具だくさんちらし寿司の素	150g	496円

商品についてのお知らせ

◆特注品「山三商店海産品」廃業の為終了

山三商店さんより「お届けできなかったものも多く、ご迷惑をおかけしました」

◆「てんさい糖」袋包材・デザインリニューアル

考える会 掲示板

☆組合員名 (倉田 和子)

下取んの「お茶たより」いつも楽しく拝読しています。
有機農業を实践し、生る知恵と菜を伝えてきます。おはなはんの
知恵を学ぶお嬢さんとお孫さんの様子が手に取るようで、ほほほ
しく、ほっこりしました。代々大切な事かしらり伝わっていることはとても
素晴らしいことだと思います。

考える会は生協になつて39年、歴史ある会だと思います。2月9日の
設立記念日を前に、熱い思いで一緒に活動した友を想い
起こしています。ベテランから入会間もない組合員さんと、毎代
スラバウですが、考える会がやしてきた歩みが少しでも理解し伝わっている事
を喜びたいです。

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

実名 イニシャル 台所ネーム (コリンキー)

定例の日、タワシを持って、野菜様方を、お迎えします。
(ちよとオーバー!!) 葉物は、冷蔵庫へ直行ですが、大根、人参
里芋、かぶ etc. 泥を落してざるに入れ、外へ。隣りで、みかんの
皮 (お風呂用) や、お便りで買った、切り干し大根も、お陽様
の光を受けて、出番待ちです。外葉、へたのわり、皮など、で、
食べたい分は、小さく切つて、スープ用タッパーへ。たくさんたまたら
ブレンダーでトロトロスープにします。このスープは好評で、無農薬。
安心だからこのスープ。大満足で感謝していただいています。
ありがとうございます。これからもお返ししたいと思います。

考える会 掲示板

□実名 □イニシャル □台所ネーム (ポイントテーブル)

ヤーコンとじゃがいものかしと

フイフイ後回しになりがちなヤーコン。個人的には

王んぴらにするのが一番好きですが(細川重衣さんの「野菜」のレシピの

先日じゃがいものかしとを作るのにじゃがいもが少なかった きんぴらが
おいしいです!

のでヤーコンや人参を入れてかしとにしたら子どもにも好評

でした。(じゃがいも、ヤーコン、人参(余野菜いづれ入れれると思っ) 細切り

片栗粉、セザンペース、塩少々

ローズハム細切り(ツナとかでも) ふたをして

全部あわせてフライパンで両面5分ずつ弱火で焼く

組合員各位

組合活動のための個人情報の取り扱いについて

日頃より組合活動に温かなご協力をいただき誠にありがとうございます。
熊本いのちと土を考える会は生産者と消費者双方で支え合うとの基本理念のもと成り立っております。
組合では、互いの交流こそが、会の理念に添い健全な活動の大きな柱となると考え、様々な楽しく美味しいイベントや勉強会・体験会を企画運営しております。
健康を自らの手で守り、より豊かな活動をさらに健全に発展させていくために、改めて、組合員の皆様の個人情報の取り扱いについてのお願いとご案内を申し上げます。
円滑な運営のため、ご賛同いただきますと幸いです。
尚、個人情報の使用につきましては、下記の内容に限ります。

【個人情報の利用目的】

1. 委員会活動
2. ブロック会活動:ブロックの代表者にのみ、各ブロックメンバーの電話番号一覧を渡す
3. 役員選考活動

個人情報の取り扱いについて

上記の目的に

同意する

同意しない

※どちらかに☑を入れてください。提出のない場合は同意されたものとみなします。

コース グループ ブロック

お名前 _____ 電話番号 _____

* 注文書と一緒に、切り取らずこのままご提出ください(2月末〆切)

知ってほしい グリーンファーム熊本 のこと



Q.グリーンファーム熊本って？

A.「生活協同組合熊本いのちと土を考える会」と協力関係にある有限会社です。

私たちが普段利用している「いのちと土を考える会」は生活協同組合という経営形態をとっていて、生協法というものにその活動範囲を決められています。その法律では、熊本県内の個人しか取引できないとされていて、県内の業者（お店・レストラン・教育施設など）、そして、県外の個人や業者とは取引ができません。

そこで、「グリーンファーム熊本」の出番です。有限会社を合わせて経営することで、「いのちと土を考える会」で行っている私たちの活動を理解し、担ってくれる仲間をもっともっと広く増やしていくことが可能なのです。

Q.「いのちと土を考える会」と合わせて経営するのは複雑だから、「グリーンファーム熊本」一つだけの経営はできないの？

A.結論から言うと「できます」。ですが、あくまでも大事にしたいのは「生活協同組合」が理念として掲げる「差別なく一人一人を大事にする」ことであり、「一緒に協働すること」です。大口出資者の意向が反映されやすく、また、たくさん購入してくれる個人や業者を大事にしがちな有限会社だけの経営では、それを台無しにしてしまう危険があります。あくまでも「いのちと土を考える会」の活動を補うために有限会社を合わせて経営しているのです。

Q.どんな形で協力できるの？

A.三つあります。

①まず、県外のお知り合いで「いのちと土を考える会」の活動や商品に関心のある個人の方をご紹介ください。

②次に、「いのちと土を考える会」の活動や商品に関心のある、あるいは、相性の良さそうな県内・県外の業者をご紹介ください。

③最後に、一口5万円の出資者を常に求めています。ただし、会社が「いのちと土を考える会」の理念から離れていかないように、その資格を「委員会」か「理事会」経験者であることと制限させていただきます。

*ご協力いただける方は、ぜひともご連絡をお願い致します。

●詳しくは「グリーンファーム熊本」で検索を

●問い合わせ先

096-286-3966



グリーンファーム熊本

2024年 8-①

配送日

火コース 2/20

金コース 2/23

注文書回収

火コース 2/13
金コース 2/16

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数合計

記入は赤など目立つ色でお願いします

★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		2023年産★ゆうきスター米		★高山さんのオリジナル加工品		●神山鶏 冷凍		松下かまぼこ(天草)の練り製品		塩・砂糖		
91	★玄米(2023年産) 30kg 17112円	3178	★ハラペーニョピクルス 90ml 488円 冷蔵	1715	神山鶏 もも 270g 701円 10円引	1430	地魚かまぼこ(天領) 140g 748円	3213	はやさき水にがり 300cc 900円			
○みんなで生産者の生産活動を支えよう！		92	★玄米(2023年産) 10kg 6016円	3179	★レッド辛味ソース 80ml 740円 冷蔵	1716	神山鶏 むね 210g 415円 5円引	1431	ちくわ 50g×3 370円	3218	小さな海・天日塩 中粒240g 508円	
11	農産物ケース 普通	93	★玄米(2023年産) 5kg 3065円	3172	★simpleコチュジャン 120g 517円 冷蔵	1717	神山鶏 ささみ 578円	1432	ヤサイチギリ天 150g 370円	3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g 508円	
12	農産物ケース 小	94	★玄米(2023年産) 1kg 629円	3173	★麴だけでつくった甘酒 300g 592円 冷蔵 10円引	1718	神山鶏 平肝(レバー)250g 489円	1433	地魚(ジャコ)丸天50g×3 375円	3214	豊稜塩500g 184円 オーストラリア天日	
NonGMO飼料を与えています ★高丸さん、吉田さんの卵		95	★白米(2023年産) 10kg 6962円	3174	★塩こうじ 230g 592円 冷蔵	1719	神山鶏 砂肝 250g 489円	1434	ごぼう丸天 50g×3 375円	3215	豊稜塩5kg 1188円オーストラリア天日塩	
25	★卵パック 10個 445円	96	★白米(2023年産) 5kg 3692円	3090	★高山さんの煎り落花生 75g 400円	1720	神山鶏 手羽先 250g 537円	1435	野菜丸天 50g×3 375円	3210	はやさき天日塩 大粒500g 900円	
27	★有精卵 6個 445円	97	★白米(2023年産) 1kg 755円	3171	★高山さんの トマトの水煮 900ml 1480円 15円引	1721	神山鶏 手羽元 300g 511円	1436	イカ下足丸天 50g×3 375円	3212	はやさき天日塩 小粒250g 850円	
★特注野菜		3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g 162円	3102	★鷹の爪(高山) 10g 311円 限定	1722	神山鶏 手羽中 250g 552円	1437	たこ丸天 50g×3 375円	3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g 586円	
※B品は小さい物や大きすぎる物、割れ、キズ有などいろいろな物が入ります。		考える会オリジナル もち米、雑穀		★本田泰晴さんのオリジナル商品		1723	神山鶏 ミンチ 200g 547円	冷凍 おもち 限定商品		3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 572円	
※B品が不足した時はA品をお届けします		3012	★押し麦 500g 539円 福岡・久保さん	3183	★花ソルト 24g 813円 限定	1724	神山鶏からあげセット(モモ、ムネ)300g 731円	3151	★白小もち(冷凍) 700g 1389円 限定	3223	てんさい糖(北海道産) 650g 509円	
※▲の野菜は欠品の可能性があります		3062	★島川さんの黒米 150g 339円 おススメ	3184	★一味とうがらし グリーン 15g 740円 限定	1725	神山鶏 骨付きモモ 2本(600g)	3152	★きびもち(冷凍) 500g 1029円 限定10	終	3226	きび粗糖 500g 322円(種子島産)
		3052	★もち米(白米)1kg 792円 2023年度産	3115	★乾燥レンコン 25g 370円 限定5	1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 743円	3153	★玄米もち(冷凍) 700g 1389円 限定10	終		
		3053	★もち米(玄米)1kg 720円 2023年度産	★ゆうきスターの米類(高丸さん・高山さん)		1728	神山鶏 ガラ(1羽) 248円	3154	★よもぎもち(冷凍) 500g 1029円 限定10	終	黒こしょう 第三世界ショップ	
101	★大根 1本 171円	★ゆうきスターの米めん		3168	★ゆうきスター米の米麴(冷凍) 200g 359円	麦の穂のパン		海産品 冷凍		3227	黒胡椒(粒)カレーの壺ペッパー-20g 389円	
114	★じゃが芋 1kg 430円	3397	★焙煎玄米めん(太麺)100g 324円	3165	★ゆうきスター米の米麴(冷凍) 500g 814円	1510	食パン 1斤 528円	2101	開きアジ 2枚 450円 丸正水産	3228	黒胡椒(粗挽き)カレーの壺ペッパー-20g 389円	
117	★じゃが芋 B品 2kg 430円	3396	★白米めん 100g 324円	北村きのご園(鳥取)		1511	ロールパン 6個 528円	2102	塩サバ 2~3枚 540円 丸正水産	松合食品のしょうゆ 他		
127	玉ねぎ(北海道) 800g 351円	★下田さんのオリジナル商品		3190	エリンギ 100g 135円 5円引	1556	全粒粉パン 1個 417円	2103	丸干し 350g前後 499円 丸正水産	3235	九州丸大豆醤油(大)1.8L 1687円 松合	
131	★人参 500g 203円	3162	★高菜ラー油 100g 592円	3191	えのき 100g 113円 5円引	1531	レーズンパン 2個 307円	2105	ちりめんじゃこ 100g 810円 丸正水産 再開	3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1051円 松合	
134	★人参B品 800g 203円	森ノリノ(菊池)の農園納豆		★ニンニクの芽ペースト(いなかもん倶楽部)		1539	レーズンパン 2個 307円	海産物		3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1051円	
146	★里いも 1kg 511円	1420	板納豆 海想う 80g 301円	3167	★ニンニクの芽ペースト(小) 90g 517円	1513	クルミレーズンパン 1個 604円	2048	(いりこ)いわし煮干 国産 150g 572円	3259	たまごココロ 150ml 314円 松合	
147	★里いも B品 2kg 511円	1421	パック納豆 海想う 40g×2 301円	3166	★ニンニクの芽ペースト(大) 180g 842円	1516	ピザパン 1個 604円(グローバル使用)	2044	阿波屋だし 8g×30 1944円 松合食品	3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 619円 松合	
151	★からいも 1kg 407円	1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 320円	豆腐・あげ類(内田安喜商店)		1530	コーンカレーパン 2個 330円	2018	おだし用かつお節粉末100g 598円	3289	まろやか旨酢タレ400ml 589円	
152	★からいも B品 2kg 407円	ブラウンスイス牛肉		1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品		2019	おだし用混合節粉末100g 549円	3260	味の母(大)1.8L 2160円 味のー醸造	
156	★紫からいも 1kg 407円	1294	(BS)牛赤身スライス 200g 767円 10円引	1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円	1451	パスタチャライズ牛乳 1L 459円 5円引	2007	塩ワカメ 500g 309円 冷蔵 天草本川海産	3261	味の母(小) 720ml 999円 味のー醸造	
159	★紫からいも B品 2kg 407円	1299	(BS)合挽きミンチ 200g 558円	1418	木綿豆腐 400g 180円	1452	フランスス牛乳 500ml 254円 5円引	2045	天然利尻こんぶ 40g 605円	3262	春夏秋冬うすいろだしの素1L 1253円	
163	★ごぼう 200g 171円	1298	(BS)合挽きミンチセット 200g×2 1099円	1419	絹豆腐 350g 180円	1453	ミルクコーヒー 1L 340円	2022	花かつお削り 100g 442円 山川産	3263	春夏秋冬だしの素 1L 1253円	
165	★レンコン 400g 341円	★島川さんの元気豚 冷凍		1410	豆乳 500ml 335円	1454	ミルクコーヒー 500ml 194円	2023	かつおパック(3g×4)×2 391円 枕崎産	原料にこだわった 味噌		
179	★菊芋 500g 474円	1001	★元気豚ミックススライス250g×2 1241円在庫多	1408	大揚げ 1枚 158円	1455	ミルクコーヒー 500ml 194円	2024	とろろ昆布 40g 278円 北海道産	3205	無農薬あまみそ2kg 1581円	
180	★生姜 150g 235円	1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円在庫多	1409	さざみ揚げ 1袋 129円	1456	プレーンヨーグルト400ml 345円	2025	かんてん雪椿(フレーク7g) 199円	3204	無農薬玄米合わせみそ750g 1008円	
181	★生姜(徳用) 500g 761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	1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 281円	2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社	3201	あまみそ(久保さんの無農薬米)750g 796円	
237	★深ネギ 200g 141円	1005	★元気豚モモしゃぶ用250g 667円	1412	生アゲ 50g×1枚 118円	1459	美楽ヨーグルト 90g 151円	2028	乾燥めかぶ 110g 453円 天草本川海産	3203	ハト麦みそ 650g 930円 内田物産 九州	
250	★パセリ 30g 226円	1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用250g 707円	1413	きぬ厚アゲ 220g 168円	1465	赤玉チーズ 180g 1091円 10円引	2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g 796円	
262	★ビワの生葉 10枚 207円	1014	★元気豚ミンチ 200g 435円在庫多	1417	手にぎりがんも 1枚 148円	1466	カマンベールチーズ120g 1037円 10円引	2031	国産芽ひじき20g 238円 天草本川海産	油(圧搾一番搾り)		
305	★白菜 1kg(1玉or半カット) 259円	1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円在庫多	★島川さんウィンナー(試作)再開 冷凍		1467	プロボローネチーズ380g 2052円 20円引	2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円	3240	なたね油(大)1650g 2052円 坂本製油	
612	★ネーブル 1kg 511円	1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1080	★ロースハムスライス 100g 577円 休	1468	プロボローネピッコロ100g 583円 10円引	お酢 他		3241	なたね油(小)825g 1188円 坂本製油	
614	★ネーブルB品 2kg 511円	1008	★元気豚バラブロック500g 1130円 限定	1081	★ロースハムスライスセット 100g×2 1132円 休	1469	モツアレラチーズ100g 518円 5円引	3251	玄米酢(小)0.9L 1574円 松合食品	3242	なたねしらしめ油(大)1650g 2052円	
644	★レモン 300g 287円	1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円限定	1082	★バラベーコンスライス 100g 577円	1471	ナチュラルスナッカー70g 508円 5円引	3252	富士酢(大)1.8L 2160円 飯尾醸造	3243	なたねしらしめ油(小)825g 1188円	
670	★パール柑 1kg 430円 ▲	1013	★元気豚とんかつ用300g 3枚 910円	1083	★バラベーコンブロック 200g 1153円 限定 休	1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 475円	3253	富士酢(小)0.9L 1296円 飯尾醸造	3244	胡麻油(大)1650g 3996円 坂本製油	
703	★はれひめ 1kg 851円	1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 910円	1084	★ショルダーベーコンスライス 100g 577円	1474	ミルクのプリン 80g×2 281円	3255	富士すし酢 360ml 756円 無農薬原料 10円引	3245	胡麻油(中)660g 1944円 坂本製油	
竹嶋さん(青森)のりんご		1026	★元気豚ローススライス 250g 748円	1085	★粗挽きフランクフルト 3本(180g) 1038円	★元気豚の加工品 冷凍		3256	りんご酢 600ml 870円 日食	3246	胡麻油(小)273g 972円 坂本製油	
919	玉林 3玉 862円	1012	★元気豚ヒレ 300g 1266円	1086	★ちっちゃなウィンナー 約14本(200g) 1153円	1311	★元気豚しゅまい30g×6 691円	3258	ゆずポン酢 300ml 653円 丸島醤油	3247	紅花油 660g 1620円 坂本製油	
924	サンふじ 3玉 924円	1019	★骨付きバラ肉(カット)500g 911円 おススメ	1087	★粗挽きウィンナー 5本(110g) 634円	1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円 人気商品	3297	カンタン八芳酢 360ml 508円	3249	山江村産えごま油 105g 2376円 堀内製油	
		1011	★元気豚軟骨 300g 355円 数量限定	1088	★粗挽きウィンナーセット 5本×2(110g×2) 1241円	1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円	3298	お徳用カンタン八芳酢900ml 972円	3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1458円	

縦合計 ()

No.08 特別注文書-B

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

おひな祭り



配送日

火コース	2/27	金コース	3/1
------	------	------	-----

提出日

火コース	2/13
金コース	2/16

今年から西原村の田上さんが製造して下さいます。
沢山よろしくお願いたします！

★田上さんの「ひしもち」「よもぎもち」

	商 品 名		価格 (税込)
3149	★田上さんのひしもち	100g × 3色	760
3150	★田上さんのよもぎもち	500g	1,029

No.08 特別注文書-B

グループ名	組員番号	組員名	注文数

配送日

火・金コース 4月上旬～下旬頃

提出日

火コース 2/13
金コース 2/16



■ 野菜の苗 予約注文

山本さん(大津)が、農薬などは一切使用せずに育てた野菜の苗の予約注文です。家庭菜園をお楽しみください。

※予約注文をいただいた数を種まきをして育ててもらいますので、キャンセルはできません

商品番号	苗の種類	注文数	規格	税込価格
282	茄子の苗		3本	688
283	ピーマンの苗		3本	688
285	ミニトマトの苗		3本	688

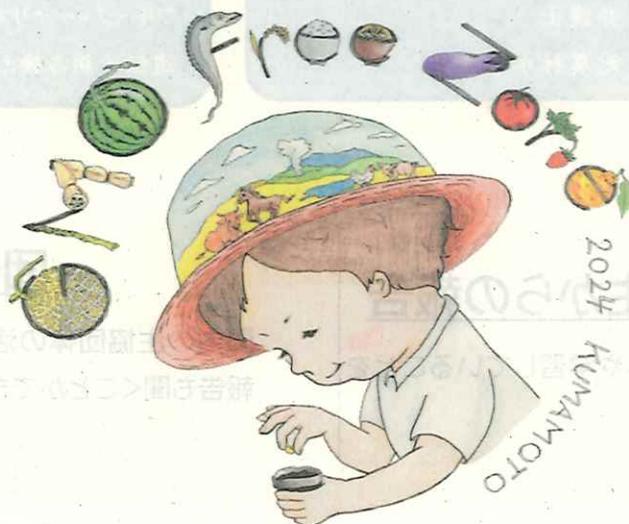
第18回 GMOフリーゾーン運動 全国交流集会 in くまもと

いのち アクション
生命をつなぐ食べものを守りたい 今そして未来のために行動を！！

熊本から届けよう。私たちが願う食の安心安全。

※GMO(Genetically Modified Organism)とは…遺伝子操作作物のことです。

※GMOフリーゾーンとは…「遺伝子操作作物を栽培しません」「遺伝子操作作物を使用しません」という地域のことです。



日時：2024年2月24日（土）～25日（日）

11時開場 12:00開会

場所：くまもと森都心プラザ 5F プラザホール

熊本駅新幹線白川口より徒歩3分

参加費：1000円（全体会のみ）

お申込み・お問い合わせ
グリーンコープ生協くまもと
☎096-324-8134
(月～金 10:00～17:00)

主催：第18回GMOフリーゾーン運動全国交流集会 in くまもと実行委員会

2月24日(土)

基調講演

「食とタネの危ない現状」

講師は鈴木宣弘さん・山田正彦さん



鈴木宣弘さんプロフィール

東京大学大学院

農学生命科学研究教授

山田正彦さんプロフィール

弁護士

元農林水産大臣

パネルディスカッション

「食べるってどういうこと？」

～食べものの本来のあり方～

農業や漁業の生産者、

そして消費者が

「食」について

ディスカッション



天笠啓祐さんプロフィール

フリージャーナリスト

遺伝子組み換え食品いらない!!キャンペーン代表。

菊池農業高校 高校生からの報告

自分たちが学校で取り組んでいる事や学習していることを発表いただきます。

団体報告

国内の生協団体の活動報告に加え、海外からの報告も聞くことができます。

2月25日(日)

※詳細は別紙をご覧ください。

オプションツアー

※お申込みは24日の参加者に限ります

*水俣コース



時間 7:50~18:00(熊本駅着予定)

参加費 5500円

*阿蘇コース



時間 7:50~16:50(熊本駅着予定)

参加費 5500円

学習会

「オーガニック給食を広めよう！」

会場 森都心プラザ6階 AB会議室

時間 10:00~12:30

参加費 500円



※どなたでもご参加いただけます！

卵 3月予約注文書

提出日

火コース 2/13

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
5日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
12日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
19日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
26日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	

有精卵 3 k g は数が足りないときは普通卵3 k g をお届けすることがあります。ご了承下さい。
 ※卵が不足した場合は予約・登録でご注文の方を優先してお届け致します。

No.8

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

卵 3月予約注文書

提出日	金コース 2/16
-----	-----------

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
1日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
8日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
15日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
22日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	
29日	21	普通卵 5 k g	3,247	
	22	普通卵 3 k g	1,948	
	23	有精卵 3 k g	3,247	
	24	卵 10個パック	445	
	26	有精卵 6個パック	445	

有精卵 3 k g は数が足りないときは普通卵 3 k g をお届けすることがあります。ご了承下さい。
 ※卵が不足した場合は予約・登録でご注文の方を優先してお届け致します。

No.8

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

提出日	火コース 2/13	金コース 2/16
-----	-----------	-----------

オーガニックバナナ 1ヶ月単位の予約注文



有機JAS認証を取得してあるオーガニックバナナです。
産地はエクアドル産です。

仕入発注の関係で1ヶ月単位での予約注文というかたちになります、毎週のご注文の受け付けはありませんのでご注意ください。

エクアドル産 スイートバレー



程よい酸味とさわやかな甘みがあり、もっちりした食感が特徴のバナナです。

バナナの熟度が進むと酸味はコクに変わり、コクのある美味しいバナナとなります。

バナナの輸入時に植物検疫で病害虫が見つかった場合は、燻蒸処理が行われますが、燻蒸の有無は表示義務がないので見た目では判断ができません。有機栽培したバナナでも燻蒸処理をされると有機バナナとしては流通ができなくなります。有機JASマークがついた有機バナナは燻蒸処理もされていない証です。

商品No	商品名	火曜コースの方		金曜コースの方	
		配送日	注文数	配送日	注文数
976	有機バナナ 500g(3~4本)481円(込)	3/5(火)		3/1(金)	
		3/12(火)		3/8(金)	
		3/19(火)		3/15(金)	
		3/26(火)		3/22(金)	
				3/29(金)	

※入荷状況によっては予定していた産地のバナナがお届けできない事も予想されます。
その時はもう一つの産地のバナナをお届けさせていただきますので、ご承知おきください。



MEDI+SKIN ×  SOKEN.SHA
LOVE・FOOD・PEACE



くせになるこだわりの オイル&コーンシチュー



ラードや牛脂、乳製品など動物性原料を使用せず、
植物素材100%で仕上げたフレークタイプのシチュールウ。
カメリナオイル使用。友利新さん代表のメディスキンと
創健社のコラボ商品。化学調味料、香料は使用していません。
コーンの甘みとまろやかなコクがおいしいシチュールウです。

脂質中 オレイン酸 26% α-リノレン酸 11% 含有

商品コード:111146
内容量:110g
税込価格:594円(税抜価格:550円)
入数:40(10×4) 賞味期間:8ヶ月

原材料:米粉【米(新潟)】、植物油脂【有機バ
ーム油(コロンビア)、カメリナ油(カナダ)、
有機オリーブ油(イタリア)】、粉末野菜【と
うもろこし粉末(ニュージーランド)、玉ねぎ
粉末(アメリカ)、にんじん粉末(北海道)】、
食塩(メキシコ)、大豆粉末(新潟)、砂糖(鹿
児島)、酵母エキス(国内産他)、白ワイン(長
野)、昆布粉末(国内産他)、香辛料【ホウ
イトペッパー(インドネシア他)】



- ☑ カメリナオイル使用、植物素材100%
- ☑ 動物性原料、化学調味料、香料不使用
- ☑ ジロロモーニ有機エキストラヴァージン
オリーブオイル使用
- ☑ 便利なフレークタイプ
- ☑ 白ワインは長野県産ぶどうを使用

※酸化防止剤(亜硫酸塩等)不使用

「オイルにこだわる」脂質は、ホルモンの生成や脳細胞の働きなど、人間には必要不可欠で健康維持にも欠かせません。飽和脂肪酸の摂取を減らし、魚や植物オイルに含まれる不飽和脂肪酸をバランス良く摂取する事が大切です。不飽和脂肪酸の必須脂肪酸の中で言うと、オメガ3、オメガ6どちらも必要なのですが、どうしてもオメガ6が過剰になりがちです。最近では、「これをやめましょう」とか「これ絶対ダメ」と言う言葉が目を見ますが、友利さんは、バランスをとって食べることの大切さを伝えてきました。その考えのもと、油の品質と理想のバランスを追求し、まさに「オイルにこだわる」商品を開発しています。



LOVE・FOOD・PEACE



HP <https://sokensha.co.jp/> Facebook <https://www.facebook.com/LOVEFOODPEACE> Instagram <https://www.instagram.com/sokensha/>

Sweet & Creamy

有機栽培

べに花一番®

使用

コーンクリームシチューフ레이크

北海道産ミルク使用



北海道産牛乳から作ったミルクパウダーをたっぷりブレンドしました。

国産小麦粉使用



北海道産小麦の小麦粉を使用し、職人が丹念に直火焙煎しました。

NON-GMOコーン使用



遺伝子組換えしていないコーンから作ったコーンパウダーを使用しています。コーン本来の甘みをプラスした、まろやかなシチュールウです。

有機栽培べに花油使用



オレイン酸とビタミンEを豊富に含む品種の有機栽培されたべに花の種子を、化学溶剤を使用せず圧搾製法で搾った有機JAS認証べに花油を使用しています。

てんさい糖使用



砂糖は北海道産てんさいから作ったビート糖(てんさい糖)を使用しています。

ラード・牛脂・肉エキス類不使用

ラードや牛脂などの動物性油脂、肉エキス類などを使用せずに作りました。

溶けやすく使いやすい フ레이크タイプ



溶けやすく、使いやすいフ레이크状ですので、お好きな分量で手早く調理が可能です。

チャック付スタンドパック

1袋で8皿分。使い残しのできるチャック付スタンドパックです。



No.8 特別注文書-B

グループ名	組員番号	組員名	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 **2/27** 金コース **3/1**

提出日

火コース **2/13** 金コース **2/16**

お菓子 カレー シチュー他

ジロロモーニ

買っておいください！次回より値上げになります！

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		1,642
5541	ミルクチョコレート 70g		368
5520	動物園のビスケット 70g×5袋		1,080
5521	きらきら星のおせんべい 40g×5袋		1,026
5522	たまごのポーロ 25g×10袋		1,080
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		324
5530	大粒 柿の種 120g		612
5531	ポテトチップス バター醤油味 60g		221
5532	ポテトチップス 野菜コンソメ味 60g		221
5537	ポテトチップス うす塩味60g		221
5533	有機栽培 くるみ 45g		605
5535	有機栽培 プルーン(種ぬき) 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&コンソメ110g 10円引		638
5557	ひよこ豆粉のカレールウ(中辛)110g		465
5559	ひよこ豆粉のシチュールウ 110g 5円引		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		454
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	植物素材のホーセー風パスタソース(レトルト)140g		465
5574	植物素材のチリコン風パスタソース(レトルト)150g		562

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 130円引		13,500
5501	デュラム小麦 有機スパゲッティ500g	5円引き	518
5516	デュラム小麦有機スパゲッティニ500g		518
5502	全粒粉デュラム小麦 有機パスタ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	デュラム小麦有機パスタセミンテグラレ500g		518
5503	古代小麦グラツィエラ・ラ有機パスタセミンテグラレ300g	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 25円引		2,646
5511	有機バルサミコ酢 250ml 20円引		1,836
5508	有機パスタソース トマト&バジル 300g	10円引き	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	5円引き	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	休止	270
5591	有機ホールトマト缶 400g	休止	270
創健社			
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		443
5664	さば味噌煮缶 190g		432
5665	さばカレー煮缶 190g		454
5595	クイックSOY ミンチタイプ 100g	欠品	430
5596	クイックSOY バラ肉タイプ 100g	欠品	430
5597	クイックSOY フレークタイプ100g	欠品	430