



週刊

いのちと土

2024 12月3週4週年末合同

おかげさまで40年！

考える会↓↓公式ライン



LINE@kangaeru

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	12/10		12/17
			12/24
			12/28(土)

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	12/13		12/20
			12/28(土)



「年末合同配送のお知らせ」

12月28日(土)は火曜・金曜コース合同の「年末合同配送」です
お正月用品を中心に全コースに配送します。

■火曜コースの方は注文書を3週間分配布しています

※注文書回収は3週間分全て12/10(火)です。3週分まとめてご提出ください。

No51号(ピンクの注文書)	12/17 配送分
No52号(青色の注文書)	12/24 配送分
年末合同(黄色の注文書)	12/28(土) 年末合同配送

12月28日配送は、野菜や日配品、お餅(予約分)などを中心に、品目を限定しての配送になります。調味料類などの定例商品は配送できませんので、24日までにご購入をお願いいたします。

■金曜コースの方は注文書を2週間分配布しています

※注文書回収は2週間分全て12/16(金)です。2週分まとめてご提出ください。

No51号(ピンクの注文書)	12/20 配送分
年末合同(黄色の注文書)	12/28(土) 年末合同配送



クリスマス特集

◆神山鶏 全品特価！

飼料には非遺伝子組み換え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)



イメージ写真



イメージ写真

1726 神山鶏 丸鶏(中抜)
約1800g 3156円(税込) 30円引

1725 神山鶏 骨付きモモ
2本(600g) 1294円(税込) 15円引

オススメ! 1720 神山鶏 手羽先 250g 537円(税込) 5円引

1721 神山鶏 手羽先 300g 511円(税込) 5円引

1722 神山鶏 手羽中 250g 552円(税込) 10円引

1724 神山鶏 からあげセット 300g 731円(税込) 10円引



「木次乳業 全品特価」

島根県にある木次乳業は、木次町一帯が「有機農業の郷」と言われており、有機農業を中心に地域をあげて食の自給に取り組み、質の高い安全でおいしい乳製品を製造しています。

1465 赤玉チーズ 180g 1091円(税込) 15円引

1466 カマンベールチーズ 120g 1037円(税込) 10円引

1467 プロローネチーズ 380g 2052円(税込) 20円引

1468 プロローネピッコロ 100g 583円(税込) 10円引

1469 モッツアレラチーズ 100g 518円(税込) 5円引

1471 燻製ナチュラルスナッカー 70g 508円(税込) 5円引

生活協同組合 熊本いのちと土を考える会

〒861-2241 熊本県上益城郡益城町宮園401 電話096-286-0460 FAX 096-286-0464 096-286-3966

http://www.syoujiki-yasai.com/kangaeru/ メールアドレス kangaeru@crest.ocn.ne.jp



最近れんこんの水田に鴨の大群が住み着いておりちょこちょこれんこんを食べたり傷つけたりしております。出荷の時に気がつけば外しておりますが何せ泥だらけですのでわかりにくく痛みが入っている場合があるかと思っておりますのでその時は遠慮なくお伝え下さい。対策としては網はりやセンサーで反応して爆音が出るシステムを導入予定です！必ずやれんこんを守りぬいてみせます！

..11/26 網田町・本田泰晴..

アメリカ選挙、兵庫県知事選挙、いろいろ考えさせられる事柄が続きます。どちらもきちんとした選挙手続きをした民主主義の中でのことなので、事件性も問題性もないのですが、一人一人が投票を行う以前の情報への接し方が気にはなるところです。個人的に興味深いのは、トランプ政権のブレーンにイーロンマスク氏が選ばれたこともですが、ケネディ元大統領のおいが選ばれたことです。アメリカ国民の健康をとりもどすとの指針を受け選ばれた訳ですが、この方、「食の安全を守る人々」でバイエルを訴えて勝訴した方です。過激な環境で良い事が大きく進むことがあるというなんともいえない事態ですネ。

..11/26 合志市・高山健也..

配送者だより



◇ こんにちは配送担当の村上です。ここ数日でいっきに寒さがやってきたように感じます。平年並みとのことではありますが、暑さが長引いたせいもあって、一層厳しく感じております。お体に気を付けてお過ごし下さい。

最近野菜ケースは充実していますが、卵の不足が続いております。特に追加注文には対応が難しい状況ですので、なるべくは予約注文をされますよう、お願い致します。

..11/22 A1・B3・B4コース 村上 卓..

野菜・果物だより



小松菜やチンゲン菜、水菜などの冬の青菜はクセのない物が多く、おひたしやサラダにも合うさっぱり感。アシタバやモロヘイヤなどの夏の青菜はアクやぬめりが強いのが特徴で油とよく調和するので、炒めたり、ナムルやマリネに合います。青菜は全体的にビタミンやカルシウム、鉄分が豊富で、骨粗鬆症や貧血の予防など、健康に欠かせない野菜です。

「菜っばと油揚げの炒め煮」

「材料」 菜っば 油揚げ 塩 醤油 酒

- ① 菜っばは洗って5cmくらいのざく切りに、油揚げは1cm巾の短冊切り。
- ② 鍋に油揚げを入れ、上に菜っばをのせて火にかけ全体がしなっとするまで炒める。
- ③ 塩、醤油、酒で味をつける。

「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。



「菜っばの中華炒め」

「材料」 ・葉物 ・生シイタケ ・豆腐 ・人参 ・油 ・塩
・胡椒 ・みりん ・醤油 ・酒 ・ごま油 ・片栗粉

- ① 葉物を3cmくらいに切り、生シイタケは細くきざむ。豆腐は水切りし、人参は千切りにする。
- ② 豆腐以外の材料を油で炒め、塩胡椒する。
- ③ 豆腐を粗くつぶして入れ、みりん、醤油、酒少々で味をつける。
- ④ 水溶き片栗粉を入れ、最後にごま油少々加え味を整える。

「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。

～行事予定～

・御領ブロック料理会
・餅つき&しめ縄づくり
・年末合同配送
・七草合同配送

12月14日(土) 10:00～ 託麻公民館
12月21日(土) 10:00～14:00 考える会益城事務所
12月28日(土)
2025年1月6日(月)

御領ブロック料理会報告

11/9(土)御領ブロック料理会参加者22人(こども9人)

去年の収穫祭でも販売されていた、とっても美味しい高山健也さんのカボチャタルト ✨ 教えてもらいたい！とお願いをして、教えていただきました♪

〈今回のメニュー〉・蓮根団子・里芋の和え物・蓮子と豚肉の炊き込みご飯・豚汁・カボチャタルト

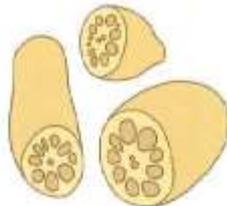
蓮子団子は、とろみのあるタレが絡まって美味しい～！たくさん作って冷凍しておけばお弁当にも使えて便利 ✨ 里芋は柔らかく潰したものと、固茹でを合わせてそれぞれの食感が楽しめました。カボチャタルトは間違いのない美味しさ♥前日に高山健也さんが焼いたタルトをいただき、当日焼いたものはお土産に持ち帰り、翌日のお楽しみに♪蓮根の節の汚れた所をピーラーでとると無駄が出なくていいとのアイデアを教えてもらいました！子どもたちは9人もいましたが、野菜を切ったり、枝豆むきをしたり、タルトを作ったり、「何かすることない？」と積極的に参加してくれました♪

御領ブロックでは、「次の料理会は何作りたいですか～？」とみんなで話し合っています。

食べたい物、作ってみたい物、調理の仕方が分からないから教えて欲しい、オススメのレシピ...などなど。次回はクリスマスっぽく～「ベーコン作る？キッズはカップケーキにデコレーションが楽しいかも～」と計画。みなさんの参加、お待ちしております(^)



旬をいただく



れんこん

「先が見通せる」縁起物野菜です。免疫力を上げるビタミンCや、腸内環境を整える食物繊維が豊富です。粘質成分は胃腸の調子を整え、風邪予防にも効果があるといわれています。アク成分のタンニンには抗酸化作用があるので、アク抜きはほどほどに。

疲れていたら、すりおろす

れんこんに含まれる酵素のアミラーゼには、食物の消化を助ける働きがあり、すりおろすと活性化します。疲れているときは、れんこんをすりおろして摂ると、消化を助け、摂取エネルギーを効率よく使えるようになり、疲労回復効果もアップ。スープやハンバーグにしてみました。



まいにち養生

食物繊維を しっかり摂ろう！



現代人に足りないといわれている食物繊維ですが、摂取量が1日10g増えるごとに早期死亡率が11%ずつ減るというデータ、がんの発症率や炎症性の病気のリスクが下がるという分析報告があります。サプリや健康食品をとる前に食物繊維を増やした方が病気の予防になりそうです。

食物繊維を摂るには野菜や果物を増やすことですが、中でもごぼう、寒天、海藻、きのこ、オクラ、りんごなどは腸内細菌が好きな水溶性食物繊維が豊富に含まれます。和食食材には食物繊維が豊富です。日ごろから和食を心がけると摂取量も増えていきます。

今週のスポット品

税抜き金額より値引きします



51号 クリスマス特集！！



1715	神山鶏 もも	270g	701円	→ 10円引	2001	北海道バター(加塩)	150g	427円	→ 5円引
1716	神山鶏 むね	210g	415円	→ 5円引	3810	特選・料理用自然酒	1800ml	3028円	→ 30円引
1717	神山鶏 ささみ	250g	578円	→ 10円引	3811	特選・料理用自然酒	720ml	1478円	→ 15円引
1718	神山鶏 平肝	250g	489円	→ 5円引	3803	★いのちの雫 43度	720ml	2750円	→ 30円引
1719	神山鶏 砂肝	250g	489円	→ 5円引	3805	★1箱いのちの雫 43度	720ml×12本	32156円	→ 100円引
1720	神山鶏 手羽先	250g	537円	→ 5円引	3804	★いのちの雫 25度	720ml	1558円	→ 15円引
1721	神山鶏 手羽元	300g	511円	→ 5円引	3806	★1箱いのちの雫 25度	720ml×12本	18130円	→ 60円引
1722	神山鶏 手羽中	250g	552円	→ 10円引	3813	自然酒純米吟醸(小)	720ml	1959円	→ 20円引
1723	神山鶏 ミンチ	200g	547円	→ 10円引	3823	井筒ワイン 赤甘口	720ml	1565円	→ 15円引
1724	神山鶏 からあげセット	300g	731円	→ 10円引	3824	井筒ワイン 白辛口	720ml	1565円	→ 15円引
1725	神山鶏 骨付きモモ2本	600g	1294円	→ 15円引	3826	井筒ワイン ロゼ	720ml	1713円	→ 20円引
1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り	300g	743円	→ 10円引	3826	井筒ワイン メルロー辛口	720ml	1967円	→ 20円引
1728	神山鶏 ガラ	1羽	248円	→ 5円引	3835	1箱有機栽培プレミアムビール	330ml×12本	4092円	→ 40円引
1726	神山鶏 丸鶏(中抜き)	約1800g	3156円	→ 30円引	3836	有機栽培プレミアムビール	330ml	352円	→ 5円引

◆木次乳業 全商品 5～20円引き！

今週のスポット品

税抜き金額より値引きします



51号 お正月向け調味料セール(ソース、ドレッシング等)

3117	★昭人さんの干し椎茸	70g	764円	→ 10円引	3275	中濃ソース	300ml	497円	→ 5円引
3124	胡参竹水煮たけのこ	120g	392円	→ 5円引	3276	濃口ソース	300ml	497円	→ 5円引
3128	九州産たけのこ水煮	120g	392円	→ 5円引	3280	オイスターソース	140g	569円	→ 10円引
3129	九州産細切りたけのこ水煮	90g	303円	→ 5円引	3266	トマトケチャップ(大)チューブ	500g	626円	→ 10円引
3285	ゆずごしょう	40g	309円	→ 5円引	3267	トマトケチャップ(小)瓶	400g	540円	→ 10円引
3286	練りからしチューブ	49g	389円	→ 5円引	3269	トマトピューレ	320g	399円	→ 5円引
3287	生おろしわさびチューブ	40g	443円	→ 5円引	3277	有精卵マヨネーズ	300g	616円	→ 10円引
3271	焼き肉のたれ	350g	680円	→ 10円引	3272	胡麻ドレッシング	390ml	1058円	→ 10円引
3265	ウスターソース	360ml	421円	→ 5円引					

今週の特注品

年内最後

..12/24..28届け..

☆オーサワジャパン

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」

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。

☆第三世界ショップ・地球食「カレー・紅茶・ナッツ類」

考える会はもの作りや買い物を通して、地球環境や子どもたちの未来のためにできることをするという意味で、第三世界ショップに賛同しています。

☆オーサワジャパン「冷蔵品カタログ」

オーサワジャパンが厳選したおすすめ冷蔵品特集です。

ベジ生ラーメンシリーズお試しください！

本田さん(畑ト台所・H-farm)より新発売！

2502 ラー油 70g 1184円(51号～)

原材料:にんにく・玉ねぎ・とうがらし・生姜・干しいたけ・なたねしらしめ油・胡麻油・天日塩・オーガニック黒糖・オーガニック胡麻・オーガニックカシューナッツ

2507 米粉マフィン レモン 2個 947円(51号)

2508 米粉マフィン パナナくるみ 2個 947円(52・53号)

2509 米粉マフィン コーヒーココナッツ 2個 947円(年明け)



無農薬米粉・有機砂糖・なたねしらしめ油・有精卵を使用した米粉マフィン3種類、週替わりでお届けします！(限定15個)

必ずお読みください！！

「野菜ケース」「ミニケース」「たまご」のおまかせ注文（自動的にお届け）の方へ

●年末年始のおまかせ配送は下記の通りとなります

「火曜コース」

年内最後・**12/24（火）**までお届けします

※注 火曜コースの方は12/28（土）のおまかせ配送はありませんので、ご自分でご注文をお願いします。

年始最初・**1/6（月）**からお届けします

「金曜コース」

年内最後・**12/28（土）**までお届けします

年始最初・**1/6（月）**からお届けします

次の配送は・1/10（金）です

12/29～1/4まで、事務局はお休みをいただきます

生活協同組合 熊本いのちと土を考える会

〒861-2241 熊本県上益城郡益城町宮園401 電話096-286-0460 FAX 096-286-0464 096-286-3966

<http://www.syoujiki-yasai.com/kangaeru/> メールアドレス kangaeru@crest.ocn.ne.jp

2024年～2025年 年末年始 注文書提出スケジュール(火曜コース)

年末年始は、仕入れの関係上前もって注文を取らせていただく日がありますので、スケジュールをご確認の上、提出忘れのないようご注文ください。

※《No.〇号》は提出日のスケジュールです。(文字色は注文書のカラーになっております)

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
	《No.51号(12/17(火)配送)提出》 《No.52号(12/24(火)配送)提出》 《No.53 年末合同配送号(12/28(土)配送)提出》					
16	17	18	19	20	21	22
	★No.51号で注文したものが届きます 《No.1 七草合同配送号(1/6(月))提出》					
23	24	25	26	27	28	29
	★No.52号で注文したものが届きます				28 年末合同配送 ★No.53 年末合同配送号で注文したものと「お正月食材」が届きます	
30	31	2025.1/1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
七草合同配送 ★No.1号で注文したものが届きます 《No.3号(1/21 配送)提出》						

2024年～2025年 年末年始 注文書提出スケジュール(金曜コース)

年末年始は、仕入れの関係上前もって注文を取らせていただく日がありますので、スケジュールをご確認の上お忘れのないようご注文ください。

※《No.〇号》は提出日のスケジュールです。(文字色は注文書のカラーになっております)

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
				《No.51号(12/20(金)配送)提出》 《No.53 年末合同配送号(12/28(土)配送)提出》		
16	17	18	19	20	21	22
				★No.51号で注文したものが届きます 《No.1 七草合同配送号(1/6(月))提出》 《No.2号(1/10(金)配送)提出》		
23	24	25	26	27	28	29
					28 年末合同配送 ★No.53 年末合同配送号で注文したものと「お正月食材」が届きます	
30	31	2025.1/1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
6 七草合同配送 ★No.1号で注文したものが届きます 《No.3号(1/24配送)提出》				★No.2号で注文したものが届きます 《No.3号(1/24配送)提出》		

2024年 51-②

配送日 火コース 12/17

注文書回収 火コース 12/3

記入は赤など目立つ色でお願いします

農産加工品		カレー、シチュー		お茶、紅茶、コーヒーなど お茶		お米手土産用 ゆうきスター2023年米		洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤		日用雑貨	
3117	★昭人さんの干し椎茸70g 764円 10円引	3341	アショカのカレー粉 100g 630円 限定	3711	★久保さんの麦茶500g 551円	89	★手土産白米5kg 4018円(紙袋)	4001	ハーブの香り液体石けん800ml 1239円	4059	トレットパパー 太穴芯無6ロール 556円
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g 636円	3344	中辛植物素材のカレー粉135g 508円	3712	★昭人さんのごぼう茶50g 662円	90	★手土産白米2kg 1834円(紙袋)	4002	詰替・ハーブの香り液体石けん2kg2478円	4061	無漂白コヒーフィルター~4人用100枚 611円
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g 497円 限定	3345	辛口植物素材のカレー粉135g 508円	3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g 720円 限定	98	★手土産玄米5kg 3389円(紙袋)	4003	ハーブの香り粉石けん1.8kg 1487円	4073	林ジエン ダストパック4枚 1210円
3124	胡参竹水煮たけのこ120g 392円 5円引	3343	甘口植物素材のカレー粉135g 508円	3715	ハト麦茶 400g 550円 かぬま	99	★手土産玄米2kg 1582円(紙袋)	4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 550円	4069	天然蚊取り線香「mone」10巻 462円 限定
3128	九州産たけのこ水煮 120g 392円 5円引	3342	ハヤシルー115g×2 540円 日食	3721	下田さんの釜炒り茶90g 540円	会オリジナルお菓子(大人気!!)		4007	アルカリウオッシュ500g 398円地の塩	4070	菊花せんこう(6時間用)30巻1250円
3129	九州産細切たけのこ水煮 90g 303円 おすすり!人気商品 5円引	3347	コーンシチューフレーク180g 529円	3728	下田さんの釜炒り茶ティーパック2g×15 648円	創健社のお菓子		4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g 583円	4071	くすの木しょうのう10g×8包 1727円 限定
3193	(板)有機生いもこんにやく250g 248円	3346	植物素材のデミグラスソース120g 508円	3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g 540円	3504	梅エキスキャンディー 75g 389円	4008	クエン酸 300g 495円 地の塩	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1250円
3127	有機生いも糸こんにやく250g 268円	梅肉エキス、ハチミツ、ジャム		3725	下田さんの冷茶 6g×10 540円	3523	百年はちみつのだし 51g 540円	4011	くまモンのお掃除重層 600g 330円	4062	ムッキーちゃん 1個 488円
3134	きくらげ(熊本産) 20g 500円	3318	梅エキス・粒 90g 2931円創健社	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 540円	3524	黒こしょうおかき 70g 400円	4010	ウォッシュ・ウォッシュ液体石けん(無香料)2L 1650円	4057	オーガニック化粧用コットン8×10g 48枚 493円
3301	にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48g 391円	3319	梅エキス 90g 2931円 創健社	3702	紅茶7-ルイ(藤本製茶)3g×10 702円	マルシマのお菓子		手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		酒類 20歳未満の飲酒は法律で禁止されています	
3302	もち麩 25g 292円 田辺麩店	3224	県産ハチミツ(大)1kg 4372円	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g 1080円	3558	ひねくれきなこ 96g 335円	4021	泡ハンドソープ 300ml 1239円	料理酒	
3303	車麩 大6枚 298円 マルヨネ	3225	県産ハチミツ(小)600g 2957円	3704	岳間茶得用き茶(藤本製茶)300g 756円	サンコーのお菓子		4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 805円	3810	特選・料理用自然酒1800ml 3028円 30円引
調味料(ソース、ドレッシング等)		3229	ピーナツクリーム150g 518円 創健社	3737	しょうが湯 20g×5 268円 マルシマ	3508	アーモンドチョコ 55g 540円	4023	無添加石けん 135g 316円 白井油脂	3811	特選・料理用自然酒720ml 1478円 15円引
3285	ゆずごしょう 40g 309円 5円引	3279	メープルシロップ 330g 1490円	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 380円	3531	ミニどら焼き 6個 410円	4024	よもぎ石けん100g×4 1047円 地の塩	オリジナル焼酎「いのちの雫」 ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)	
3286	練りからしチューブ49g 389円 5円引	宮崎県産 国産ごま(無農薬)		3729	パロ・ブランココーヒー粉 150g 972円	3519	黒棒 8本 368円	4025	フラワーガーデンC 85g×3 660円 地の塩		
3287	生おろしわさびチューブ40g 443円 5円引	3335	煎り黒ごま(宮崎) 30g 494円	3732	有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1598円	3540	有機栽培コーヒーゼリー 110g 292円	4026	炭石けん 100g 823円 地の塩		
3271	焼き肉のたれ 350g 680円 ヒカリ 10円引	3336	煎り金ごま(宮崎) 30g 494円	3733	有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1350円	3553	ミルクキャラメル 180g 432円	4030	ちのしおペーパー泡の全身ソープ 330ml 913円 限定	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2750円 30円引
3265	ウスターソース360ml 421円ヒカリ 5円引	3337	すり黒ごま(宮崎) 30g 509円	3735	こんぶ茶 80g 697円 健康フーズ	3511	ひじきスティック 110g 367円	4031	詰替・ちのしおペーパー泡の全身ソープ 280ml 495円	3805	★1箱いのちの雫原酒43度×12本 32156円 100円引
3275	中濃ソース 300ml 497円 創健社 5円引	3338	すり金ごま(宮崎) 30g 509円	光食品のジュース類		3548	ミレービスケット 165g 378円	4020	デンシーハミガキ 80g 506円 ムソー	3804	★いのちの雫 25度 720ml 1558円 15円引
3276	濃口ソース 300ml 497円 創健社 5円引	★考える会オリジナル乾麺		3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 486円	3520	小倉ようかん 58g 173円	4035	炭シャンプー 390ml 935円 地の塩	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18130円 60円引
3280	オイスターソース 140g 569円 10円引	3386	★手延べそうめん 180g 462円	3785	1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4698円	3535	ポテトチップス(しお味) 58g 216円	4036	詰替・炭シャンプー 350ml 572円 地の塩	ワイン、自然酒・ビール	
3266	トマトケチャップ(大)チューブ 500g 626円 10円引	3387	★お徳用手延べそうめん 180g×5 2284円	3745	人参ジュース160g×3缶599円 ひかり無農薬原料	3514	のりのり揚げ餅 40g 238円	4037	炭リンス 390ml 935円 地の塩	3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1959円 20円引
3267	トマトケチャップ(小)瓶400g 540円 10円引	3388	★手延べふしめん 180g 462円	3746	1箱人参ジュース160g×30缶5814円 無農薬原料	3517	スイートポリコーン 85g 216円	4038	詰替・炭リンス 350ml 572円 地の塩	3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1565円 15円引
3269	トマトピューレ320g 399円 5円引	3391	★乾うどん200g 291円 久保さんの小麦粉 限定	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶583円	3518	牛乳かりんとう 100g 270円	4034	ナチュラル石けんはみがきジェル 80g 495円	3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1565円 15円引
3277	有精卵マヨネーズ/チューブ300g 616円 10円引	3393	★徳用乾うどん200g×5袋 1426円 限定	3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5657円	3507	うずまきバウムクーヘン69.5g 216円	4017	石けんシャンプー-N(詰替) 400ml 693円	3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1713円 20円引
3272	胡麻ドレッシング390ml 1058円 10円引	麺類		3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 486円	3509	豆乳どーなつつ 72g 238円	4018	石けんシャンプー-専用リンスN(詰替) 400ml 748円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 1967円 20円引
小麦粉・雑穀・豆		3362	くず切り 90g 464円 廣八堂	3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4698円	浅漬けの素 漬物		4019	泡で出でくるおティーツー(詰替) 1500ml 1320円 別に泡ボトルが必要です	3835	有機栽培ブレンドビール(瓶) 330ml×12本 4092円 40円引
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 482円	3365	国産はるさめ 100g 324円 金正食品	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 486円	3281	717浅漬けの素(ぬか漬け風味)500ml 529円	バックス(太陽油脂)商品		3836	有機栽培ブレンドビール(瓶) 1本 352円 5円引
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 482円	3366	ロングパスタ(スパゲッティ)400g 486円	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4698円	3306	本干したくあん 200g 583円 ムソー	ふりかけ・缶詰		9972	手土産ワイン用紙袋 ・1本用 84円
3009	★小麦粉500g 345円 福岡県・久保さん(無農薬)	3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 416円	3772	オーガニックぶどうジュース160g 3缶 551円	3325	のり佃煮(瓶)95g 400円 創健社	パックス(太陽油脂)商品		9973	手土産ワイン用紙袋 ・2本用 157円
3011	★強力粉500g 345円 福岡県・久保さん(無農薬)	3370	醤油ら一めん3食 599円 創健社 限定	3773	オーガニックぶどうジュース160g 3缶 5343円	3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 464円	4041	パックス石けんハミガキ120g 462円		
3282	北海道産有機大納言小豆・ムソー 200g 972円	3371	塩ら一めん3食 599円 創健社 限定	3780	オーガニックりんごジュース190g 3缶 518円	3305	えびいりこふりかけ 40g 421円	4042	パックス抗菌ハンドクリーム70g 935円		
3095	地だいず(八天狗) 300g 405円 ※納豆の山笑うに使用されている大豆です	3372	味噌ら一めん3食 599円 創健社 限定	創健社ジュース		3326	ベニ花オイルのツナ缶 90g 551円	4043	パックス抗菌リップクリーム3.5g 715円	注文随時受付中商品 1週間~2週間納品に時間を頂きます。	
3296	国産有機黒豆(北海道)200g 865円	3373	博多風ら一めん3食 664円 創健社 限定	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 389円	3327	さば味付け缶 190g 454円 創健社	4044	UV(日焼止め)クリーム45g 1430円		
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g 211円	3374	四川風ら一めん3食 713円 創健社 限定	3755	1箱丹沢サイダー250ml×3缶 3780円	鍋スープ(マルサン)人気商品		4045	パックス酸素系漂白剤ボトル430g 605円	◇マル球産業株式会社	
3307	純白玉粉 150g 324円 秋田白玉	3368	長崎皿うどん 2食入り 356円創健社	3600	とり塩鍋スープ 600g 324円	3348	クリームライ味噌汁5食661円	4046	パックス酸素系漂白剤詰替用500g 605円	4086	お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格21780円
3309	片栗粉 200g 281円 桜井	竹嶋有機農園		3601	みそちゃんこ鍋スープ 600g 324円	本田さんの肥料		4050	つばき油 92g 1650円 坂本製油	4085	スープの力DX 標準価格47300円 期間限定価格42900円
3096	★地大豆きなこ(みさお大豆) 100g 313円	3751	りんごジュース(瓶)1L 977円(竹嶋りんご)	3602	ごま豆乳鍋スープ 600g 324円	4104	★発酵鶏フン 20kg 943円	4051	スキコンディジョンオイル30ml 1225円	4096	スーパーカッター力くん 標準価格36300円 期間限定価格31900円
3314	有機いりごま・白80g(エジプト産) 302円	3752	手土産りんごジュース(瓶)1L×2本 1919円	3603	キムチ鍋スープ 600g 324円	4105	★本田さんの発酵肥料10kg 1572円	4064	馬油(液状)55ml 1906円 ソンバーク		
		3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5684円	3604	寄せ鍋スープ 600g 324円	4108	★本田さんの発酵肥料5kg 944円	4053	★へちま水(原液)300ml 838円		

縦合計 () 縦合計 () 縦合計 () 縦合計 () 縦合計 ()

記入は赤など目立つ色をお願いします

農産加工品		カレー、シチュー		お茶、紅茶、コーヒーなど お茶		お米手土産用 ゆうきスター2023年米		洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤		日用雑貨			
3117	★昭人さんの干し椎茸70g 764円	3341	アショカのカレー粉 100g 630円 限定	3711	★久保さんの麦茶500g 551円	89	★手土産白米5kg 4018円(紙袋)	4001	ハーフの香り液体石けん800ml 1239円	4059	トレットバハ- 太穴芯無6ロール 556円		
		3344	中辛植物素材のカレー粉135g 508円			90	★手土産白米2kg 1834円(紙袋)	4002	詰替ハーフの香り液体石けん2kg2478円	4061	無漂白コーヒーフィルター2~4人用100枚 611円		
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g 636円	休	3345	辛口植物素材のカレー粉135g 508円	3712	★昭人さんのごぼう茶50g 662円	98	★手土産玄米5kg 3389円(紙袋)	4003	ハーフの香り粉石けん1.8kg 1487円	4073	オキシジェン ダストバック4枚 1210円	
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g 497円		3343	甘口植物素材のカレー粉135g 508円	3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g 720円 限定	休止	99	★手土産玄米2kg 1582円(紙袋)	4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 550円	4069	天然蚊取り線香「mone」10巻 462円 限定
3124	胡参竹水煮たけのこ120g 392円		3342	ハヤシルー115g×2 540円 日食	3715	ハト麦茶 400g 550円 かぬま	会オリジナルお菓子(大人気!!)		4007	アルカリウオッシュ500g 398円地の塩	4070	菊花せんこう(6時間用)30巻1250円	
3128	九州産たけのこ水煮 120g 392円		3347	コーンシチューフレーク180g 529円	3721	下田さんの釜炒り茶90g 540円	3503	★高丸さんの玄米ぼんせんべい8枚381円	休	4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g 583円	4071	くすの木しようのう10g×8包 1727円 限定
3129	九州産細切たけのこ水煮 90g 303円 おすすめ!人気商品		3346	植物素材のデミグラスソース120g 508円	3728	下田さんの釜炒り茶ティーパック2g×15 648円	創健社のお菓子		4008	クエン酸 300g 495円 地の塩	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1250円	
		梅肉エキス、ハチミツ、ジャム		3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g 540円	3504	梅エキスキャンディー 75g 389円	4011	くまモンのお掃除重層 600g 330円	4062	ムッキーちゃん 1個 488円		
3193	(板)有機生いもこんにやく 250g 248円	3318	梅エキス・粒 90g 2931円創健社	3725	下田さんの冷茶 6g×10 540円	3523	百年はちみつのだし 51g 540円	4010	ウオッシュ・ウオッシュ液体石けん(無香料)2L 1650円	4057	オーガニック化粧用コットン8×10g 48枚 493円		
3127	有機生いも糸こんにやく 250g 268円	3319	梅エキス 90g 2931円 創健社	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 540円	3544	黒こしょうおかき 70g 400円	4029	ミセル固形石けん5個 537円 白井油脂	酒類 20歳未満の飲酒は法律で禁止されています			
3134	きくらげ(熊本産) 20g 500円	3224	県産ハチミツ(大)1kg 4372円	3702	紅茶7-ルクレイ(藤本製茶)3g×10 702円	マルシマのお菓子		手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		料理酒			
3301	にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48g 391円	3225	県産ハチミツ(小)600g 2957円	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g 1080円	3558	ひねくれきなこ 96g 335円	4021	泡ハンドソープ 300ml 1239円	3810	特選・料理用自然酒1800ml 3028円		
3302	もち麩 25g 292円 田辺塾店	3320	マーマレード 200g 540円	3704	岳間茶得用き茶(藤本製茶)300g 756円	サンコーのお菓子		4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 805円	3811	特選・料理用自然酒720ml 1478円		
3303	車麩 大6枚 298円 マルヨネ	3321	ピーナッツクリーム150g 518円 創健社	3737	しょうが湯 20g×5 268円 マルシマ	3508	アーモンドチョコ 55g 540円	4023	無添加石けん 135g 316円 白井油脂	オリジナル焼酎「いのちの雫」ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)			
調味料(ソース、ドレッシング等)		3279	メープルシロップ 330g 1490円	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 380円	3531	ミニどら焼き 6個 410円	4024	よもぎ石けん100g×4 1047円 地の塩	オリジナル焼酎「いのちの雫」ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)			
3285	ゆずごしょう 40g 309円	宮崎県産 国産ごま(無農薬)		3729	パロ・ブランココーヒー粉 150g 972円	3519	黒棒 8本 368円	4025	フラワーガーデンC 85g×3 660円 地の塩	オリジナル焼酎「いのちの雫」ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)			
3286	練りからしチューブ49g 389円	3335	煎り黒ごま(宮崎) 30g 494円	3732	有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1598円	3540	有機栽培コーヒーゼリー 110g 292円	4026	炭石けん 100g 823円 地の塩	オリジナル焼酎「いのちの雫」ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)			
3287	生おろしわさびチューブ40g 443円	3336	煎り金ごま(宮崎) 30g 494円	3733	有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1350円	3553	ミルクキャラメル 180g 432円	4030	ちのしおベビー-泡の全身ソープ 330ml 913円 限定	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2750円		
3271	焼き肉のたれ 350g 680円 ヒカリ	3337	すり黒ごま(宮崎) 30g 509円	3735	こんぶ茶 80g 697円 健康フーズ	3511	ひじきスティック 110g 367円	4031	詰替・ちのしおベビー-泡の全身ソープ 280ml 495円	3805	★1箱いのちの雫 原酒43度×12本 32156円		
3265	ウスターソース360ml 421円ヒカリ	3338	すり金ごま(宮崎) 30g 509円	光食品のジュース類		3548	ミレービスケット 165g 378円	4020	デンシーハミガキ 80g 506円 ムソー	3804	★いのちの雫 25度 720ml 1558円		
3275	中濃ソース 300ml 497円 創健社	★考える会オリジナル乾麺		3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 486円	3520	小倉ようかん 58g 173円	4035	炭シャンプー 390ml 935円 地の塩	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18130円		
3276	濃口ソース 300ml 497円 創健社			3785	1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4698円	3535	ポテトチップス(しお味) 58g 216円	4036	詰替・炭シャンプー 350ml 572円 地の塩	ワイン、自然酒・ビール			
3280	オイスターソース 140g 569円	3386	★手延べそうめん 180g 462円	3745	人参ジュース160g×3缶599円 ひかり無農薬原料	3514	のりり揚げ餅 40g 238円	4037	炭リンス 390ml 935円 地の塩	3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1959円		
3266	トマトケチャップ(大)チューブ 500g 626円	3387	★お徳用手延べそうめん 180g×5 2284円	3746	1箱人参ジュース160g×30缶5814円 無農薬原料	3517	スイートポリコーン 85g 216円	4038	詰替・炭リンス 350ml 572円 地の塩	3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1565円		
3267	トマトケチャップ(小)瓶400g 540円	3388	★手延べふしめん 180g 462円	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶583円	3518	牛乳かりんとう 100g 270円	4034	ナチュラル石けんはみがきジェル 80g 495円	3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1565円		
3269	トマトピューレ320g 399円	3391	★乾うどん200g 291円 久保さんの小麦粉 限定	休	3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5657円	3507	うずまきパウムクーヘン69.5g 216円	4017	石けんシャンプー-N(詰替) 400ml 693円	3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1713円	
3277	有精卵マヨネーズ/チューブ300g 616円	3393	★徳用乾うどん200g×5袋 1426円 限定	休	3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 486円	3509	豆乳どーナッツ 72g 238円	4018	石けんシャンプー-専用リンス(詰替) 400ml 748円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 1967円	
3272	胡麻ドレッシング390ml 1058円	麺類		3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4698円	浅漬の素 漬物		4019	泡で出でくるホディソープ(詰替) 1500ml 1320円 別に泡ボトルが必要です	3835	有機栽培プレミアムビール(瓶) 330ml×12本 4092円		
小麦粉・雑穀・豆		3362	くず切り 90g 464円 廣八堂	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 486円	3281	777浅漬の素(ぬか漬け風味)500ml 529円			3836	有機栽培プレミアムビール(瓶) 1本 352円		
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 482円	3365	国産はるさめ 100g 324円 金正食品	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4698円	3306	本干したくあん 200g 583円 ムソー			9972	手土産ワイン用紙袋 1本用 84円		
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 482円	3366	ロングパスタ(スパゲッティ)400g 486円	3772	オーガニックぶどうジュース160g 3缶 551円	ふりかけ・缶詰				9973	手土産ワイン用紙袋 2本用 157円		
3009	★小麦粉500g 345円 福岡県・久保さん(無農薬)	3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 416円	3773	オーガニックぶどうジュース160g 30缶5343円	3325	のり佃煮(瓶)95g 400円 創健社	ボックス(太陽油脂)商品					
3011	★強力粉500g 345円 福岡県・久保さん(無農薬)	3370	醤油らーめん3食 599円 創健社 限定	休	3780	オーガニックりんごジュース190g 3缶 518円	3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 464円	4041	ボックス石けんハミガキ120g 462円			
3282	北海道産有機大豆納言小豆・ムソー 200g 972円	3371	塩らーめん3食 599円 創健社 限定		3781	1箱オーガニックりんごジュース190g 30缶5028円	3305	えびいりこふりかけ 40g 421円	4042	ボックスハンドクリーム70g 935円			
3095	地だいず(八天狗) 300g 405円 ※納豆の山笑うに使用されている大豆です	3372	味噌らーめん3食 599円 創健社 限定		創健社ジュース		3326	ペニ花オイルのツナ缶 90g 551円	4043	ボックスリップクリーム3.5g 715円	注文随時受付中商品 1週間~2週間納品に時間を頂きます。		
		3373	博多風らーめん3食 664円 創健社 限定	休	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 389円	3327	さば味付け缶 190g 454円 創健社	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1430円	◇マル球産業株式会社		
3296	国産有機黒豆(北海道)200g 865円	3374	四川風らーめん3食 713円 創健社 限定		3755	1箱丹沢サイダー250ml×30缶 3780円	3328	いわし味付け缶 100g 400円 創健社	4045	ボックス酸素系漂白剤ボトル430g 605円	お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格21780円		
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g 211円	3368	長崎血うどん 2食入り 356円創健社	鍋スープ(マルサン)人気商品		3348	フリーストライ味噌汁5食661円	4046	ボックス酸素系漂白剤詰替用500g 605円	4086	お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格21780円		
3307	純白玉粉 150g 324円 秋田白玉	3384	4食入さくらの焼きそば114g×4 842円	3600	とり塩鍋スープ 600g 324円	3349	フリーストライ味噌汁(ほうれん草キクラゲ)5食661円	化粧品		4085	スープの力DX 標準価格47300円 期間限定価格42900円		
3309	片栗粉 200g 281円 桜井	竹嶋有機農園		3601	みそちゃんこ鍋スープ 600g 324円	本田さんの肥料		4050	つばき油 92g 1650円 坂本製油	4096	スーパーカッター力くん 標準価格36300円 期間限定価格31900円		
3096	★地大豆きなこ(みさお大豆) 100g 313円	3751	りんごジュース(瓶)1L 977円(竹嶋りんご)	3602	ごま豆乳鍋スープ 600g 324円	4104	★発酵鶏フン 20kg 943円	4051	スキンコンディショニングオイル30ml 1225円				
3314	有機いりごま・白80g(エジプト産) 302円	3752	手土産りんごジュース(瓶)1L×2本 1919円	3603	キムチ鍋スープ 600g 324円	4105	★本田さんの発酵肥料10kg 1572円	4064	馬油(液状)55ml 1906円 ソンバーク				
		3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5684円	3604	寄せ鍋スープ 600g 324円	4108	★本田さんの発酵肥料5kg 944円	4053	★へちま水(原液)300ml 838円				

縦合計 ()

2024年 年末合同配送

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

配送日 **火・金コース12/28(土) 年末合同配送**

提出日 **火コース 12/10 金コース12/13**

★野菜ケース 特注野菜		注文数		竹嶋さんのりんご(青森) 1月は中旬頃までお休み		注文数	
12	農産物ケース(小) は普通ケースはお休みです	※年末		903	紅玉 3玉 697円		
				914	ジョナゴールド 3玉 862円		
※重要※				919	玉林 3玉 862円		
今年の秋冬野菜はとて不作の為、予定が非常にたてにくい状況です。特注野菜の欠配や、野菜ケースの内容変更などの可能性がございます。ご理解の程、よろしくお願ひ致します。				924	サンふじ 3玉 924円		
				902	(箱) 紅玉 4.5kg前後 5105円		
				920	(箱) サンふじ 5kg前後 5080円		
●印は野菜ケースに入る予定の野菜です(プラス葉物3~5種) ※予定は変更になる場合もあります。				ナチュラルペーカリー ルナ			
101	★大根 1本 171円	●	●	1586	天然酵母食パン 1斤 453円 限定24		
104	★かぶ 300g 120円	●	●	1587	プチレーズンパン 3個 273円 限定15		
114	★じゃがいも 1kg 430円			1589	シナモンロールパン 1個 272円		
127	玉ねぎ(北海道産) 800g 370円			豆腐・あげ類(内田)九州産大豆を主に使用			
137	人参(北海道産) 400g 270円	●	●	1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円		
141	★里いも 1kg 430円			1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円		
151	★からいも 1kg 407円			1418	木綿豆腐 400g 180円		
156	★紫からいも 1kg 407円			1419	絹豆腐 350g 180円		
163	★ごぼう 200g 171円	●	●	1410	豆乳 500ml 335円		
165	★レンコン 400g 341円	●	●	1408	大揚 1枚 158円		
180	★生姜 150g 235円			1409	きざみ揚げ 1袋 129円		
206	★小松菜 200g 141円			1411	寿シアゲ 20g×5枚 216円		
218	★水菜 150g 120円			1412	生アゲ 50g×1枚 118円		
220	★京菜 150g 141円			1413	きぬ厚アゲ 220g 168円		
224	★春菊 150g 141円			1417	手にぎりがんも 1枚 148円		
225	★ほうれん草 200g 162円			木次乳業(島根)の乳製品			
237	★深ネギ 200g 141円 欠品の可能性			1451	バスチャライズ牛乳 1L 459円		
301	★キャベツ 1玉 259円 欠品の可能性			1452	フランスイス牛乳 500ml 254円		
305	★白菜 1kg(1玉or半カット) 259円			1453	ミルクコーヒー 1L 340円		
602	★みかん 1kg 430円 欠品の可能性			1454	ミルクコーヒー 500ml 194円		
644	★レモン 300g 287円			1455	プレーンヨーグルト400ml 345円		
703	★はれひめ 1kg 851円			1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 281円		
				1459	美楽ヨーグルト 90g 151円		
				1465	赤玉チーズ 180g 1091円		
★高丸さん、吉田さんの卵 可能性があります。				1466	カマンベールチーズ120g 1037円		
				1467	プロボローネチーズ380g 2052円		
				1468	プロボローネピッコロ100g 583円		
25	★卵パック 10個 445円			1469	モッツアレラチーズ100g 518円		
27	★有精卵 6個 445円			1471	燻製ナチュラルスナッカー70g 508円		
伯耆(ほうき)のきのこ 鳥取県				1472	プレーン/ナチュラルスナッカー70g 508円 要付開始		
3195	有機生シイタケ 100g 216円			1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 475円		
3197	有機生ヒラタケ 100g 238円			1474	ミルクのプリン 80g×2 281円		
3199	有機生タモギタケ 100g 265円			★本田さん(畑台所 H-farm)オリジナル加工品			
北村きのご園(鳥取)				新商品			
3190	エリンギ 100g 135円			2507	★米粉マフィン パナナくるみ 2ヶ 947円 限定15		
3191	えのき 100g 113円						

縦合計 ()

縦合計 ()

カントリーママ(菊池)の農園納豆		注文数		★元気豚の加工品 冷凍		注文数	
1420	板納豆 海想う 80g 296円			1311	★元気豚しゆーまい30g×6 691円		
1421	パック納豆 海想う40g×2 296円			1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円 人気商品		
1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 314円			1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円		
●神山鶏 冷凍				海産品 冷凍			
1715	神山鶏 もも 270g 701円			2101	開きアジ 2枚 468円 丸正水産		
1716	神山鶏 むね 210g 415円			2102	塩サバ 2~3枚 558円 丸正水産		
1717	神山鶏 ささみ 578円			2103	丸干し 350g前後 558円 丸正水産		
1718	神山鶏 平肝(レバー)250g 489円			2116	新巻鮭切り身 2切れ 783円		
1719	神山鶏 砂肝 250g 489円			冷凍品			
1720	神山鶏 手羽先 250g 537円			2129	冷凍さぬきうどん 200g×3 456円		
1721	神山鶏 手羽元 300g 511円			海産物			
1722	神山鶏 手羽中 250g 552円			2008	塩ワカメ200g 222円 冷蔵 有明海産		
1723	神山鶏 ミンチ 200g 547円			2049	国産するめ 2枚 1203円 限定		
1724	神山鶏からあげセット(モ、メ)300g 731円			酒類 20歳未満の飲酒は法律で 禁止されてい			
1725	神山鶏 骨付きモ 2本(600g) 1294円			ます			
1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 743円			料理酒			
1728	神山鶏 ガラ(1羽) 248円			3810	特選・料理用自然酒1800ml 3028円		
★島川さんの元気豚 冷凍				3811	特選・料理用自然酒720ml 1478円		
1001	★元気豚ミックススライス250g×2 1241円			オリジナル焼酎「いのちの雫」			
1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円			3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2750円		
1005	★元気豚モモしゃぶ用250g 667円			3805	★1箱いのちの雫原酒43度×12本 32156円		
1014	★元気豚ミンチ 200g 435円 限定			3804	★いのちの雫 25度 720ml 1558円		
1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円 限定			3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18130円		
1007	★元気豚モモブロック500g 1178円			ワイン、自然酒、オーガニックビール			
1013	★元気豚とんかつ用300g 3枚 910円			3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1959円		
1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 910円			3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1565円		
1012	★元気豚ヒレ 300g 1266円			3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1565円		
ブラウンスイス牛肉				3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1713円		
1294	(BS)牛赤身スライス 200g 767円限定			3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 1967円		
1288	(BS)牛ミンチ 200g 707円限定			3835	有機栽培ブレミアール(瓶) 330ml×12本 4092円		
1299	(BS)合挽きミンチ 200g 558円限定			3836	有機栽培ブレミアール(瓶) 1本 352円		
★島川さんのウィンナー・ハム(試作) 冷凍							
1080	★ロースハムスライス 100g 577円						
1081	★ロースハムスライスセット 100g×2 1132円						
1082	★バラベーコンスライス 100g 577円						
1084	★ショルダーベーコンスライス 100g 577円						
1085	★粗挽きフランクフルト 180g 1038円						
1086	★ちっちゃなウィンナー 200g 1153円						
1087	★粗挽きウィンナー 110g 634円						
1088	★粗挽きウィンナーセット 110g×2 1241円						
1093	★生ウィンナー 5本(110g) 634円 ※必ず火を通してお召上がり下さい。						

縦合計 ()

第3世界ショップの オートミール



SALE



しっかりとした歯ごたえとプチプチした食感が特徴のロールドオーツを使用しています。

オートミール 450g

特価 902円(税込)

通常価格 950円(税込)

原材料名：オーツ麦
原産国：アメリカ

オートミールの詳しい
レシピはこちらから→



オートミールは電子レンジで簡単に調理できるのでお米を炊き忘れた日でもこれで大丈夫！

少量でも満足感があるのでダイエットや健康のために炭水化物を制限しているひとにおすすめ！

鉄分、マグネシウムが豊富で、たんぱく質、食物繊維、銅を含んでいます。

おすすめレシピ



梅おかか

鮭バターしょうゆ

枝豆と塩昆布

1. 鮭バターしょうゆ

材料 (2個分)

オートミール 60g・水 100ml・バター 5g・しょうゆ 小さじ2・鮭フレーク 20g
白ごま 小さじ1

作り方

1. 耐熱容器にオートミール、水、バターを入れて、電子レンジ600Wで1分半加熱する。
2. 鮭フレーク、白ごま、しょうゆを加えて混ぜ合わせる。
3. ラップを広げて1/2量ずつのせて包み、形を整える。

2. 枝豆と塩昆布

材料 (2個分)

オートミール 60g・水 100ml・冷凍枝豆 20粒分・塩昆布 8g

作り方

1. 枝豆はパッケージの表示通りに解凍し、さやから出す。
2. 耐熱容器にオートミール、水を入れて、電子レンジ600Wで1分半加熱する。
3. 1と塩昆布を入れて混ぜ合わせる。
4. ラップを広げて1/2量ずつのせて包み、形を整える。

3. 梅おかか

材料 (2個分)

オートミール 60g・水 100ml・梅干し 2個・かつお節 5g・しょうゆ 小さじ2

作り方

1. 耐熱容器にオートミール、水を入れて、電子レンジ600Wで1分半加熱する。
2. 梅干しは種を取り除き、包丁でたたき、かつお節、しょうゆと混ぜる。
3. 1と2を混ぜ合わせる。
4. ラップを広げて1/2量ずつのせて包み、形を整える。

オートミールおにぎり 3種

食物繊維たっぷりで糖質カットのヘルシーご飯！
こっくりしたうま味で満足感のある「鮭バターしょうゆ」
ゴロゴロ枝豆が特徴の「枝豆と塩昆布」
食物繊維たっぷりで小ぶりなおにぎりでも満足感のある「梅おかか」
の3種類のレシピを紹介！



関プレス・オールターナティブ
東京都目黒区三田 2-7-10-102
TEL:03-3791-2147 HP:https://www.p-alt.co.jp



第3世界ショップ

ハッシュタグ #第3世界ショップ を付けて撮影、あなたの撮った写真を投稿ください！





第3世界チョコレート

個性豊かなチョコレートのお菓子
全8種類のラインナップ

PAN WORK CHOCOLATE and CHOCOLATE MIX

「おいしい」の組み合わせから生まれた、
個性豊かなチョコレートのお菓子たち。
知って食べると、もっとおいしく楽しめる。
そんな作り手と原材料をご紹介します。



フェアトレードのチョコレートを使用

小さな農家のカカオが安く買い叩かれないこと。環境に配慮して栽培されていること。
品質向上のために努力をしていること。これらを大切に育てたカカオを使った、
フェアトレードのクーベルチュールチョコレートが原材料です。



白
乳
化
剤
不
使
用
・
光
沢
剤

素材にこだわるからこそ、シンプルな原材料だけでおいしさを味わっていただきたい。
原材料のチョコレートには乳化剤を使わず、コーティングには光沢剤も使いません。
また、白砂糖に比べてミネラル分などの栄養価が高い「粗糖」を使うことで、まろやかな甘さに仕上げます。



世界各地のおいしさがひとつに

チョコレート以外にも、ドライフルーツ・ナッツやコーヒー豆など、世界各地のこだわりの生産者から届く素材を使ったパンワークチョコレートです。パンワークチョコレートとは、回転している釜の中で、ナッツなどを芯にしてチョコレートをまとめたお菓子のこと。

日本の菓子職人・大原さんのたしかな経験と技術で、世界から集まった「おいしい」がひとつになります。



深煎り珈琲豆を丸ごとミルククーベルチュールチョコでコーティングしました。珈琲豆の苦みとミルクチョコの甘みが絶妙なバランス。



珈琲豆チョコ 50g

529円(税込)

原材料名：チョコレート(粗糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス) (ドイツ製造)、コーヒー豆

甘みの凝縮したレーズンをビタークーベルチュールチョコでコーティング。こだわり原料を使ったワンランク上のテイスト



レーズンチョコ 50g

特価514円(税込)
通常価格529円(税込)

原材料名：チョコレート(粗糖、カカオマス、ココアバター、全粉乳) (ドイツ製造)、レーズン、なたね油

口いっぱいひろがるドライクランベリーの甘酸っぱい味わいと、ほどよい甘さのカカオ風味が絶妙です。



クランベリーチョコ 40g

529円(税込)

原材料名：チョコレート(粗糖、ココアバター、カカオマス、全粉乳) (ドイツ製造)、ドライクランベリー (クランベリー、粗糖、ひまわり油)

サクサクの衣で包んだカシューナッツを塩入りのミルククーベルチュールチョコでコーティング。ミルクチョコの甘さと塩味が絶妙であとひくおいしさ



塩チョコ×カシュー 35g

529円(税込)

原材料名：チョコレート(粗糖、ココアバター、全粉乳、カカオマス) (ドイツ製造)、カシューナッツ、小麦粉、ビート糖(てん菜(国産))、コーンスターチ、食塩

サクサクの衣で包んだカシューナッツを、抹茶入りのホワイトクーベルチュールチョコでコーティング。抹茶の優雅な香りとほどよい渋みをホワイトチョコでまろやかな味わいに仕上げました。



抹茶チョコ×カシュー 35g

529円(税込)

原材料名：ホワイトチョコレート(ココアバター、粗糖、全粉乳) (ドイツ製造)、カシューナッツ、小麦粉、ビート糖(てん菜(国産))、コーンスターチ、抹茶

ホワイトクーベルチュールチョコにアールグレイ紅茶パウダーを合わせ、コクのあるくるみをコーティング。香り高いチョコ菓子です。



アールグレイチョコ×くるみ 45g

529円(税込)

原材料名：ホワイトチョコレート(ココアバター、粗糖、全粉乳) (ドイツ製造)、くるみ、アールグレイ紅茶パウダー/ベルガモット香料

人気の高いクランベリーチョコに、相性のよいドライクランベリー・レーズン・ピーカンナッツ・くるみをミックス。甘酸っぱいドライクランベリーが味わいの中心になるミックスです。



クランベリーチョコ×ベリー×ナッツ 40g

特価514円(税込)
通常価格529円(税込)

原材料名：クランベリーチョコレート(チョコレート(乳成分を含む)、ドライクランベリー) (国内製造)、ドライクランベリー(クランベリー、粗糖、ひまわり油)、ローストピーカンナッツ、レーズン、くるみ

人気の高いクランベリーチョコに、相性のよいドライパイナップル・レーズン・ピーカンナッツ・カシューナッツをミックス。ドライパイナップルの爽やかな酸味が特徴のミックスです。



クランベリーチョコ×パイナップル×ナッツ 40g

529円(税込)

原材料名：クランベリーチョコレート(チョコレート(乳成分を含む)、ドライクランベリー) (国内製造)、ドライパイナップル、ローストピーカンナッツ、レーズン、ローストカシューナッツ

スリランカ産

カレーの壺

シリーズ



スパイスの力で
素材の旨味を引き出す
カレーの壺は、スパイスと
香味野菜がギュッと凝縮
された調味料です。
ペースト状なので、カレー
味の炒め物など様々な料
理にお使いいただけます。



カレーの壺レシピ

辛さ…☆☆☆

トマトとレモングラスが
素材の旨味を引き出します。
程よい辛さと、
爽やかな風味です。

カレーの壺 オリジナル 220g
626円(税込)

原材料名:トマトペースト、醸造酢、レモングラス、食塩、たまねぎ、米、にんにく、しょうが、ココナッツオイル、乾燥ココナッツ、ガランガル、その他香辛料 原産国:スリランカ

辛さ…☆☆☆

ローストスパイスの香ばしい
風味が肉料理と相性抜群！
パンチの効いた辛さです。
大人向けカレーにオススメ。

SALE

カレーの壺 スパイシー 220g
特価608円(税込)
通常価格626円(税込)

原材料名:醸造酢、食塩、タマリンド、しょうが、たまねぎ、とうがらし、にんにく、米、コリアンダー、乾燥ココナッツ、ココナッツオイル、その他香辛料 原産国:スリランカ

辛さ…☆☆☆

辛味を抑え、スパイス本来の
香りを楽しめる配合。
コクのあるペーストが野菜の
旨味と甘さを引き出します。

SALE

カレーの壺 マイルド 220g
特価608円(税込)
通常価格626円(税込)

原材料名:醸造酢、食塩、コリアンダー、粗糖、米、にんにく、ターメリック、クミン、たまねぎ、タマリンド、ココナッツオイル、乾燥ココナッツ、しょうが、その他香辛料 原産国:スリランカ

辛さ…☆☆☆

SALE

ほくほくのひよこ豆と
優しい味わいの
スパイスブレンド

ひよこ豆カレー 辛さ控えめ 180g
特価545円(税込)
通常価格561円(税込)

原材料名:ココナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料、トマトペースト、醸造酢、食塩、粗糖、米 原産国:スリランカ

辛さ…☆☆☆

平飼いの鶏のひき肉を使用
パンチの効いた
スパイスブレンド

チキンカレー 辛口 180g
561円(税込)

原材料名:たまねぎ、鶏肉、ココナッツミルク、香辛料、ココナッツオイル、トマトペースト、醸造酢、食塩、粗糖、米、乾燥ココナッツ 原産国:スリランカ

マンゴーと粗糖や
スパイスを煮込んだ、
ジャム状の調味料。

チャツネ 260g
626円(税込)

原材料名:粗糖、マンゴー、にんにく、醸造酢、食塩、マスタード、しょうが、とうがらし / 増粘剤(ペクチン:オレンジ由来) 原産国:スリランカ

有機栽培のココナッツを使用。
このココナッツミルクを使うと
より本場の味になります。

SALE

ココナッツミルク 200ml
特価334円(税込)
通常価格345円(税込)

原材料名:ココナッツ / 安定剤(グアーガム:グアー豆の胚乳部を粉砕したもの) 原産国:スリランカ

コーヒーへの愛が育む、徹底したこだわりの味 サンタ・フェリサ農園のコーヒー

グアテマラのアントニオさん・アナベラさん兄妹が作るコーヒー。華やかなアロマとキレのある後味が特徴です。

森のような環境、緑豊かな農園

様々なシェードツリーが茂るサンタ・フェリサ農園は、本当に健康で美しい森のよう。コーヒーの木は直射日光に弱いので、背の高い樹木を「シェードツリー」としてコーヒーの木と一緒に植え、適度な日陰をつくります。シェードツリーを圃場に植えると、単位面積当たりの収穫量が少なくなり、また樹木が混在しているため機械を使うことができず、手間のかかる手摘みで収穫することになります。一方、コーヒーのみの単一栽培と比べて、多様な樹木、生物が存在し、自然に近い環境が保たれます。農園では、シェードツリーは年に1回手入れをして枝を大きくカットします。この作業をしないと、暗すぎてコーヒーの木が光を求めて上へ上へと伸びてしまい、収穫しづらく生産性が落ちます。かといって明るすぎてもダメで、おいしい確かなものを作るには、本当に手間ひまがかかります。カットした不要な枝は、燃料として近所の人々が利用します。



サンタ・フェリサコーヒー 豆・粉
各150g

各972円(税込)

原材料名: コーヒー豆(生豆生産国名 グアテマラ)

緑まぶしいグアテマラの農園から届く パロ・ブランココーヒー



パロ・ブランコ農園
3代目農園主の イヴァンさん

グアテマラ・ウエウエテナンゴ地域、パロ・ブランコ農園指定豆のみを使用しています。完熟した実だけを選んで収穫した手摘み・天日乾燥されています。コーヒー生豆は、海外の有機認証を受けています。酸味・苦み・コクのバランスがよく、すっきりとした飲み口とまろやかな甘みが特徴です。



パロ・ブランココーヒー 豆・粉
各150g

各972円(税込)

原材料名: コーヒー豆(生豆生産国名 グアテマラ)



株式会社 プレス・オルターナティブ
東京都目黒区三田 2-7-10-102
TEL:03-3791-2147 HP: <https://www.p-alt.co.jp>



第3世界ショップ

ハッシュタグ #第3世界ショップ を付けて是非、あなたの撮った写真を投稿ください。



No.51 特別注文書-B

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

第三世界ショップ 調味料～飲み物・ナッツ他 (月1回)

配送日 **火コース 12/24** **金コース 12/28 (土)** **年内最後** 提出日 **火コース 12/10**
金コース 12/13

商品名	注文数	税込価格	商品名	注文数	税込価格
カレーの壺シリーズ			5725	干しいちじく 120g	799
5701	カレーの壺ベッパー (黒ホール) 20g	定例注文 389	5720	ドライマンゴー 65g	626
5702	カレーの壺ベッパー (黒粗挽き) 20g	定例注文 389	5757	ドライパイナップル 60g	561
5703	カレーの壺ココナツミルク 200ml	11円引 346	5876	ブルーベリー 120g	691
5708	カレーの壺チャツネ 260g	626	5724	ドライクランベリー 80g	562
5704	カレーの壺スリカレー 34g約8皿分	508	5727	レーズン 165g	497
5705	カレーの壺マイルド 220g	17円引 626	5742	ドライフルーツナッツミックス 90g	626
5706	カレーの壺オリジナル 220g	626	5844	ヨーグルトと食べるドライフルーツ 100g	691
5707	カレーの壺スパイシー 220g	17円引 626	5745	アーモンド 70g	691
5763	トルト・カレーの壺 辣カレー 辛口 180g	562	5751	ピスタチオ 70g	691
5764	トルト・カレーの壺 ホーホーカレー 中辛 180g	終了 497	5735	クルミ(生) 65g	691
5875	トルト・カレーの壺 ひよこ豆カレー 180g	15円引 562	5734	マカデミアナッツ 65g	691
5995	トルト・カレーの壺 キーマカレー 辛口 180g	562	5737	カシューナッツ 食塩不使用 70g	691
5782	カレーの壺 カルボルカレーペースト	335	5872	ピーカンナッツ(ロースト) 65g	691
5783	カレーの壺 ジャフナカレーペースト	335	5736	よくばりナッツ 80g	691
飲み物			5887	徳用ミックスナッツ 200g	1,490
5864	ドリップコーヒーゼリー 12包セット	2,851	5888	徳用アーモンド(食塩不使用) 230g	1,598
5860	(豆)パロ・ブランココーヒー 150g	972	5889	徳用クルミ(生) 200g	1,490
5861	(粉)パロ・ブランココーヒー 150g	定例注文書へ移動 972	5848	きなこクルミ 65g	497
5885	サンタフェリサ・コーヒー(豆) 150g	972	5758	黒糖クルミ 65g	497
5886	サンタフェリサ・コーヒー(粉) 150g	972	5723	メープルアーモンド 40g	497
5711	シンガンパティ紅茶 100g	終了 540	5738	カシューナッツ カレー味 60g	594
5710	アールグレイ紅茶 80g	終了 756	5867	スドン村の黒くるみ 55g	497
5709	ダーズリンティー 80g	1月販売終 1,296	チョコレートセール		
5746	ティ・パ・ツグ アールグレイ紅茶 1.8g×14包	518	5974	有機オーツチョコレートオリジナル 80g	885
5715	ココア 110g	648	5975	有機オーツチョコレートヘーゼルクランチ 80g	885
5712	チャイパック 3g×12	475	5973	有機カカオニブチョコレート 100g	885
5991	Stick ほうじ茶ラテ 65g(13g×5包)	648	5972	有機ウィンターチョコレート 100g	993
5990	Stick 黒糖ココア 65g(13g×5包)	648	5967	有機ミルクチョコレート 100g	842
5993	ぼくらが作った煎茶 70g	918	5743	有機ヘーゼルナッツチョコレート 100g	950
5994	ぼくらが作った焙じ茶 100g	648	5968	有機ビターチョコレート 100g	842
5767	林農園の烏龍茶 70g	950	5969	有機カカオ71%チョコレート 100g	885
5769	林農園の烏龍茶(ティ・パ・ツグ) 1L用(5g×12包)	691	5966	有機ソルト&キャラメルチョコレート 100g	885
5768	林農園の烏龍茶(ティ・パ・ツグ) (1.5g×10包)	終了 518	5971	有機ホワイトチョコレート 100g	950
5881	Artisan 水出しアイスコーヒー 15g×6包	670	5753	有機オレンジビターチョコレート 50g	518
5877	ヒマヤ山麓ハチミツ 300g	1,944	5761	有機カカオ80%チョコレート 50g	518
5868	リックさんのメープルシュガー 125g	1,058	5794	グランベリーチョコ×パイナップル×ナッツ 40g	529
3279	リックさんのメープルシロップ 330g	定例注文書でご注文ください 1,490	5793	グランベリーチョコ×ベリー×ナッツ 40g	14円引 529
5873	シンガラジャの天日塩 150g	410	5779	抹茶チョコ×カシュー 35g	529
5772	オートミール 450g	45円引 950	5778	塩チョコ×カシュー 35g	529
5869	メープルグラノーラ(オリジナル) 220g	1,166	5730	クランベリーチョコ 40g	529
5732	グラノーラクランチメープル 40g	518	5878	アールグレイチョコ×くるみ 45g	529
5722	アーモンドミックスちりめんのり塩 30g	518	5744	レーズンチョコ 50g	14円引 529
5731	アーモンドミックス桜えびペペロンチーノ 30g	518	5728	珈琲豆チョコ 50g	529

※値引き額は全て税抜き価格よりの値引き額となります。
 ※カレーの壺シリーズ等 2月より変更・値上げ予定

No.51 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 年内最後

配送日	火コース 12/24	金コース 12/28	提出日	火コース 12/10 金コース 12/13
-----	------------	------------	-----	-----------------------

商品No.	商品名	数	価格
5001	2342 オ-サワの野菜ブイヨン8包 5g×8		464
5002	2354 オ-サワの野菜ブイヨン30包5g×30		1,458
5003	3379 オ-サワの中華だし 5g×8		518
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		594
5011	0631 オ-サワの玄米水飴 250g		1,004
5012	6167 オ-サワのひよこ豆 300g	休止	648
5013	0333 地粉グルテン粉 200g		1,366
5014	9316 オ-サワ鉄火みそ 70g		907
5015	0911 生おろし生姜(チューブ) 40g		421
5016	1997 オ-サワのりつく 100g		529
5018	1877 車麩 12枚		518
5019	0102 グレープシードオイル 460g		1,274
5020	0687 オ-サワうめしょう 250g		1,404
5021	0658 セイタン 180g		518
5024	0394 アルチネロ有機全粒粉スパゲッティ 500g		532
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	終了	453
5079	9465 オ-サワスパイス香るカレールウ(甘口)120g		594
5080	2491 オ-サワスパイス香るカレールウ(中辛)120g		594
5081	2468 オ-サワコクと旨みのデミグラスルウ120g		594
5082	2469 オ-サワ まろやかシチュールウ120g		540
5075	9376 有機白ごまペースト 250g		1,350
5076	9377 有機黒ごまペースト 250g		1,350
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		734
5239	4202 オ-サワの高菜漬(きざみ) 130g		297
5252	9248 北海道米油 600g		1,037
●お菓子他			
5090	9584 オ-サワの玄米粉パンケーキミックス 200g		345
5091	9822 砂糖不使用パンケーキミックス 200g		345
5074	2985 ベーキングパウダー 10g×4		529
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		475
5072	1950 オ-サワのデザート 120g		648
5088	6178 つぶしあん 350g		486
5089	4186 こしあん 350g		486
5253	9418 オ-サワの十五穀シリアル 150g		594

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-バッグ 2g×10		421
5042	3186 有機豆乳 無調整 200ml		113
5043	6190 有機豆乳 無調整 1ℓ		386
5087	9314 トロロックスパークリング(炭酸水)500ml		291
●ご飯の素シリーズ			
5342	4193 オ-サワの山菜ごはんの素 170g	休止	550
5340	9469 オ-サワのたけのこごはんの素 150g	休止	523
5333	6130 オ-サワのベジ釜飯の素 170g		432
5334	6112 オ-サワのベジ五目ごはんの素 150g		432
5335	6105 オ-サワの玄米によく合うごぼうご飯の素120g		432
5336	6111 オ-サワのきのこごはん飯の素 140g		432
5337	3833 オ-サワの具だくさんちらし寿司素 150g		496
●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		928
5067	2386 オ-サワのわかめスープ 6.5g×7包		831
5027	2349 オ-サワのベジミートソース 140g		324
5029	9292 オ-サワのベジカレー・レトル(甘口) 210g		410
5030	9293 オ-サワのベジカレー・レトル(中辛) 210g		410
5031	4334 レトル・ベジきのこカレー 210g		432
5032	3687 レトル・ベジ根菜カレー 200g		399
5028	9291 オ-サワのひよこ豆カレー 210g		399
5140	6175 オ-サワのベジキーマカレー 150g		399
5260	9213 オ-サワのベジチリコンカン 150g		410
5261	9214 オ-サワの有機ベジキーマカレー 140g		345
5195	9290 オ-サワのベジエスニックカレー 170g		432
5033	3681 こどものベジカレー 100g×2		529
5034	3684 こどものコンクリ-ムシチュ- 100g×2		529
5035	3682 こどものベジミートソース 70g×2		442
●チョコレート(冬季限定)			
5326	9762 スベリアダークチョコレート 100% 80g		918
5327	816 ファインダークチョコレート 99% 80g		918
5328	6379 ファインダークチョコレート 92% 80g		918
5329	6086 ファインダークチョコレート 75% 80g		831
5330	4346 ダークチョコレート グランベリー 100g		831
5331	6367 ダークチョコレート オレンジ 100g		831
5352	9490 塩キャラメルチョコレート 80g		831
5353	9491 塩チョコレート 75% 80g		831

No.51 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 冷蔵品カタログ

提出日

火コース 12/10 金コース 12/13

配送日

火コース 12/24

金コース 12/28(土)

年内最後

季節商品のため、在庫終了の場合はお届けできないこともあります

商品No.		商 品 名	数	価格
★麺類				
5301	7701	オ-サワのベジ生ラーメン(しょうゆ) 284 g		604
5302	7702	オ-サワのベジ生ラーメン(みそ) 296 g		615
5303	7705	オ-サワのベジ生ラーメン(しお) 284 g		594
5184	7706	オ-サワのベジ生ラーメン(坦々麺) 324 g		788
5304	7703	オ-サワのベジ生ラーメン(ごまみそ) 298 g		637
5174	7704	オ-サワのベジ冷し中華・ごまだれ 生麺 320 g(うち麺110g×2)	休止	680
5173	7707	オ-サワのベジ冷し中華・醤油だれ 生麺 302 g(うち麺110g×2)	休止	615
5305	7700	オ-サワのやきそば(蒸し麺) 150 g		199
★調味料 佃煮 海藻類 海産物 加工食品				
5306	7715	有機白みそ 500 g		864
5307	7771	しその実昆布・佃煮 100 g		513
5308	7772	ごま昆布・佃煮 100 g		486
5310	7753	鳴門海峡漁師のわかめ(湯通し塩蔵茎付ワカメ) 100 g		432
5311	7749	戻しひじき 100 g		386
5312	7912	国産釜揚げしらす(木村海産) 40 g(20 g×2)		232
5313	7890	国産釜あげしらす 50 g(25 g×2)	休止	367
5314	7739	おさかなソーセージ 90 g(45 g×2本)		345
5315	7774	揚げごぼうの甘酢漬 80 g		475
5316	7732	味付いなりあげ 6枚		397
5338	7733	北海道産小麦使用 ちくわぶ	再開	237
5317	7734	京なま麩(プレーン・よもぎ) 100 g		626
5318	7730	とろゆば 180 g		734
5319	7849	本さしみゆば 180 g		810
	7856	国産有機なめらか絹豆腐 240 g	取り扱いません	220
	7853	水切り押し豆腐 220 g	取り扱いません	372
5320	7857	有機酒粕 200 g	休止	712
5349	7854	有機みりん粕 200 g	再開(4月中旬~数量限定品)	休止 820
5321	7864	お好み角てん 360 g	再開(4月~9月限定品)	休止 200
5322	7791	ANP71・お米の発酵飲料 150 g		324
5323	7797	ANP71・お米の発行飲料ブルーベリー 150 g		345
5324	7940	KURAKON HUMMUS ORIGINAL 80 g		321
5325	7945	とかち野酵母(冷蔵) 100 g		928
5348	7819	オーサワのヴィーガンキムチ 250g		496

創健社お菓子 ジロモーニシリーズ

年内最後

配送日 火コース 12/24 金コース 12/28 (土)

提出日 火コース 12/10 金コース 12/13

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	休止	2,106
5541	ミルクチョコレート 70g	休止	454
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 来月値上		1,080
5524	手作り農場白胡麻(玄米せんべい) 100g		314
5525	手作り農場黒胡麻(玄米せんべい) 100g		314
5526	五穀せんべい しお味 90g		335
5527	五穀せんべい しょうゆ味 90g		335
5528	玄米このは うす塩味 80g		324
5530	大粒 柿の種 120g 来月値上		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 ブルーン(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・プレミアム春夏秋冬だしの素 500ml		810
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&コンチー110g		638
5557	ひよこ豆粉のカレールウ(中辛)110g		486
5559	ひよこ豆粉のシチュールウ 110g		508
5534	グルメカレー(中辛)115g		421
5546	インドカレー(辛口)115g		421
5571	マイルドカレー(甘口)115g		421
5666	有機ハヤシライス 100g		562
5551	植物素材のキーマ風カレー(レトルト)170g		486
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カン風パスタソース(レトルト)150g	終了	562

ジロモーニ

商品No.	商品名	数	価格
5539	業務用有機エキストラヴァージンオリーブオイル 3ℓ		16,200
3278	エキストラヴァージンオリーブオイル250ml 定例注文書でご注文ください		1,728
5510	(徳用)有機エキストラヴァージンオリーブオイル500ml		3,132
5511	有機バルサミコ酢 250ml		1,836
5518	有機トマトケチャップ 300g		476
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
5504	デュラム小麦 有機ペンネ 250g		373
5505	全粒粉デュラム小麦 有機ペンネ250g		373
5523	デュラム小麦 有機フジッリトリコロール 250g		465
5516	デュラム小麦有機スパゲッティーニ500g(1.4mm)		518
5501	デュラム小麦 有機スパゲッティ500g(1.7mm)		518
5502	全粒粉デュラム小麦 有機スパゲッティ500g(1.7mm)		518
5514	デュラム小麦有機スパゲットーニ500g(2.1mm)		518
5517	デュラム小麦有機リングイネ 500g (3mm)		518
5519	デュラム小麦有機スパゲッティセミンテガラレ500g(1.7mm)		518
5503	古代小麦グラツィエラ・ラ有機スパゲッティセミンテガラレ400g(1.8mm)		579
5507	有機トマトピューレ バジル葉入り350g		529
5508	有機パスタソース トマト&バジル 300g		745
5512	有機パスタソース トマト&ナス 300g		745
5509	有機パスタソース アラビアータ300g		745
5513	有機パスタソース トマト&ズッキーニ300g		745
5590	有機ダイストマト缶 400g		270
5591	有機ホールトマト缶 400g		270
創健社			
5581	地中海の天日塩 700g 来月値上		389
5582	地中海の天日塩さらさらtype 2ℓ 来月値上		324
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		430
5596	クイックSOY パラ肉タイプ 100g		430
5597	クイックSOY フレークタイプ100g		430

※ジロモーニ「有機バルサミコ酢」在庫なくなり次第リニューアル予定