

2025 11月1週号No45 おかげさまで41年!

考える会 | | 公式ライン

火曜コース

提出日

10/28

配送日

11/4

金曜コース 提出日 配送日

10/31

11/7





# 野菜を鍋で美味しく簡単に!「お鍋」特



野菜を入れて煮込むだけ 化学調味料不使用です

日に日に気温が下がりお鍋が食べたくなる季節が近づいてきましたね。ご家庭 で多様な鍋料理を楽しんでいただくために、今週は「あったか鍋特集」です。 創健社の鍋スープや、お豆腐、うどんなどなど、鍋にはもってこいの商品を セール価格でご案内していますので、この機会にぜひご利用ください

3600 とり塩鍋スープ

3601 みそちゃんこ鍋スープ 600g 330円(税込)5円引

3602 ごま豆乳鍋スープ 600g 330円(税込)5円引

330円(税込)5円引 600g

3603 キムチ鍋スープ

3604 寄せ鍋スープ

定例注文書(A3)でご注文ください

330円(税込)5円引

330円(税込)5円引 600a

# る会自慢の豚肉「阿蘇元気豚しゃぶ用」



■もみがら発酵豚舎でのびのび元気に走り回っています もみがらを敷き詰めた広いスペースの豚舎で、のびの びと元気に走りまわっている島川さんの元気豚たち。 ストレスを感じさせずに育てる事で健康に育ち、しっ かりと運動ができることで良質の豚肉になります。

■島川さんが考えたオリジナル飼料を食べて健康に 生後約60日からの飼料には、非遺伝子組み換えとうも ろこしなど、島川さんオリジナルの自家配合飼料を食 べて健康に育ちます。抗生物質や成長促進のホルモン 剤等は与えていません。



元気豚のしゃぶしゃぶ2種が特価でお届けです!

1005 元気豚モモしゃぶ用 250g 681円(税込)10円引 1006 元気豚ロースしゃぶ用 250g

722円(税込)10円引

# 縕にはこれ! マルシマ「ゆずぽん酢」



◎純正醤油に、国産柑橘果汁・みりん・か つおだしをおいしくブレンドしたものです。 鍋物、サラダ、焼魚、焼肉、フライなどが おいしく召し上がれます。また、紅葉おろ し、さらしねぎ等を添えて頂きますと、 いっそう風味が広がります。



「原材料」しょうゆ(大豆・小麦を含む)(国内製 造)、醸造酢、橙果汁、粗糖、みりん、ゆず果汁、 酵母エキス、かつおだし

3258 ゆずぽん酢

300ml 666円(税込) 10円引

「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。



鍋にはこれ!オススメです!

**1727 神山鶏骨付きモモぶつ切り** 809円(税込)10円引 300a

1723 神山鶏 ミンチ 576円(税込)10円引



# 「生シイタケ、えのき他

菌床には農薬散布の心配がない国産の広葉樹のオガ 粉を主体にしてあります。培地からの栄養をたっぷ り吸い上げてプリップリに育ったきのこ達です

3195 有機生しいたけ 100g 220円(税込)5円引

3190 エリンギ 100g 138円(税込)5円引 3191 えのき 100g 116円(税込)5円引



# 竹嶋さんのジョナゴールド」

袋掛けをせずに太陽の光をいっぱいにあびて育った、安全でとっても美味しい竹嶋さんのりん ご。詳しくは特別注文書(A4)をご覧ください。

2段詰め、1段詰めの箱入り企画です、11/14.17配送

特別注文書(A4)でご注文ください

912 ジョナゴールド 2段詰 10kg前後 10441円(税込)

911 ジョナゴールド 1段詰 5kg前後 5453円(税込)

紅玉のA品、B品もあります 有機認証で認められている有機農薬を使用

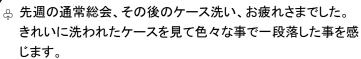
されていますので、完全な無農薬栽培では

ありません。ご承知の上ご注文ください

## 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

# 畑からのメッセージ



気温の低下と共に今後、秋冬野菜、新米などでケースがにぎ わう事でしょう。

8日の合同委員会で今年の委員も決まり、それぞれの委員会 で頑張りましょう!

··10/14 阿蘇市·島川和也··

⇔ 10月というのに30℃を超える気温で大変です。

一昨日などは34°Cまでなったとか。昨年も厳しい天候でしたが、 今年は野菜にとっては更に厳しいです。

涼しくなるのを見込してまいた葉物は気温が高いせいで虫が 活発に動き、みるみる食べられていきます。

今からまくものは年末か年明けになるので、年内の葉物は充 実して届けられないかもです。

秋の1日遅れは、冬の1ケ月の遅れというほど、秋の種まきは 大事ですが、いやはやこれでは思いやられます。

··10/14 合志市·高山健也··

# 生産者だより(10/10 ラインメッセージより)

10月10日稲刈りしてます。

暑いですが秋らしくなりましたね。

真実君にコンバインで刈ってもらっています。

籾摺りしないと分かりませんが平年作くらいです かね、ボチボチがんばります。

山都町・佐藤昭人







# 野菜・果物だより

# 「里芋」が始まりました!

里芋の美味しさと栄養のポイントは、ぬめり。このぬめり気はガラクタンという糖質とタンパク質が結合した もので、コレステロールや体内の毒素を取り除く効果があります。消化を助ける働きもあり、独特の旨みを 逃さないためにも、ぬめりは取り過ぎないように注意。低カロリーで糖分を代謝するビタミン1や食物繊維も (大谷ゆみこ著「野菜だけ?」より) 多い、健康野菜です。



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されてください。 低温に弱いので冷蔵庫保管は禁物です。

# 「**里芋のから揚げ**」 | 「材料」 里芋

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

# 「薄切り里芋のソテー」

「材料」 里芋・150g位 油・小さじ2 塩・小さじ1/3 水・1/3~1/2カップ カレ一粉・小さじ1/3(又はコショウ少々やバジルペースト・小さじ1)

- ① 里芋は洗い2~3mmの厚さに切る。ザルに広げ表面を少し乾かすと 炒めてもくっつきにくい。
- ② フライパンに油を熱し、強火で里芋をさっと炒めて塩をふる。
- ③ 水を加えてふたをして蒸し煮にし、水分がなくなって里芋に火が通り 透明になったら、カレー粉などを加えて仕上げる。

# 「里芋のロースト」シンプルでとってもおいしい!

洗った里芋を丸ごと皮つ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。

# 「ザクザク汁」

「材料」 里芋・5~6個 人参•1本 ごぼう・半本 焼豆腐・1丁 こんにゃく・1枚 だz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、こんやくと焼豆腐を入れひと煮立ちさせる

収穫感謝祭

11月 1日(土) 9:30~ 西原村田上さんの田んぼ

・畑へおいでよ企画 おいもほり

11月 2日(日) 10:00~ 髙山農園合志市合生のはたけ

~行事予定~

#### 3258 マルシマ ゆずぽん酢 300ml



☆生わかめ、小女子、ちり鍋、湯どうふ、水たき、 さしみ、焼魚、フライなどに。

☆もみじおろし、さらしねぎなどを添えていただき ますと、一層風味が広がります。

☆ノンオイルドレッシングとしてご使用ください。 原材料:しょうゆ(大豆(遺伝子組み換えでない)、小麦を含む)、醸造酢、橙果汁、粗糖、みりん、ゆず果汁、酵母エキス、かつおだし

#### 3272 ムソー 旬菜健美・胡麻ドレッシング 390ml



☆保存料、乳化剤は一切使用していません。 ☆砂糖は三温糖を使用しています。

☆生野菜、温野菜、和え物、冷麺、フライ物、鍋物など様々な料理にご利用いただけます。 原材料:食用植物油脂(なたれ油(国内製造)) 毎油

原材料:食用植物油脂(なたね油(国内製造))、醤油 (大豆・小麦を含む)、米酢、砂糖、ごま、卵黄(卵を 含む)、香辛料

## ◆特注品「ムソー冷凍DEグルメ」より

#### 1756 北海道のベビー帆立 200g



☆ご使用になる分だけ冷蔵庫で解凍後、加熱して お召し上がりください。

☆バター、オリーブオイルで炒めてお召上がり下さい。
☆にんにく醤油炒めにしても美味しく召し上がれます。

#### 1757 北海道のシーフードミックス4種 200g



☆冷蔵庫で解凍後加熱してお召し上がりください。 ☆シーフードカレー、シーフードパスタ、シーフード ピラフ、シーフードサラダなどに幅広くご使用 下さい。

# 考える会 掲示板

#### タカヤマヨウコ

会のコンテナケース洗い、たくさんの参加者のおかげで、ピカピカになりましたよー。

かき氷用にOさんが、会の小豆と砂糖であんこをつくってきてくれました。

炊飯器で簡単につくったそうですが、とってもおいしかったんです。レシピを教えてもらいましたのでご紹介します。 ぜひ、皆さんも作ってみてください!

炊飯器で作るゆで小豆(400g)

材料: 小豆: 400g 水: 小豆の約3倍量(1,200ml程度)

砂糖:お好みで(ゆでた小豆の重さの約60~100%が目安。甘さ控えめなら少なめに) 塩:少々

作り方

・小豆を洗う

小豆をさっと水で洗い、ザルにあげて水気を切ります。

・炊飯器で1回目の炊飯

炊飯器の内釜に小豆と水1,200mlを入れます。

「白米炊飯モード」で炊飯します。炊き上がったらそのまま15~30分ほど蒸らします。

煮汁を捨てる(アク抜き)

炊き上がった小豆をザルにあけ、ゆで汁を捨てます。こうすることで、渋みやアクが取れやすくなります。

※炊飯器の機種によっては吹きこぼれることがあるため、炊飯中は様子を見るようにしてください。

・炊飯器で2回目の炊飯(あんこにする場合)

○ここを量が多かったので鍋に移して鍋で炊きました。

あんこにする場合は、再び炊飯器の内釜に小豆を戻し入れます。

小豆がひたひたに浸る程度の水(約500ml)を入れ、砂糖と塩も加えて混ぜます。

もう一度「白米炊飯モード」で炊飯します。

・仕上げ

炊き上がったら保温状態のまま15~30分ほどおき、好みの硬さになったら完成です。

おはぎやぜんざいに使う場合は、木べらなどで軽く混ぜてつぶしてください。

補足とお役立ち情報

固い場合:小豆の収穫時期によっては、乾燥が進んで固くなっていることがあります。その場合は、2回目の炊飯後に、もう一度「早炊き」を試すなどして調整してください。



# あったか~ 鍋特集!

3195 有機生しいたけ	100g 220円 → 5円引	2129 冷凍さぬきうどん	200g×3 464円 → 5円引
3190 エリンギ	100g 138円 → 5円引	3258 ゆずぽん酢	300ml 666円 → <b>10円引</b>
3191 えのき	100g 116円 → 5円引	3127 有機生いも糸こんにゃく	250g 286円 → 5円引
1005 ★元気豚モモしゃぶ用	250g 681円 → <b>20円引</b>	3285 ゆずごしょう	40g 429円 → <b>5円引</b>
1006 ★元気豚肩ロースしゃぶ用	250g 722円 → <b>20円引</b>	3272 胡麻ドレッシング	390ml 1080円 → <b>15円引</b>
1414 ひのくに地豆腐 木綿	140g×2 172円 → <b>5円引</b>	3391 ★手延べうどん	180g 471円 → 5円引
1415 ひのくに地豆腐 絹	140g×2 172円 → <b>5円引</b>	3393 ★徳用手延べうどん	180g×5 2330円 → <b>25円引</b>
1418 木綿豆腐	400g 184円 → 5円引	3396 ★うどんふしめん	180g 430円 → 5円引
1419 絹豆腐	350g 184円 → 5円引	<b>3362</b> くずきり	90g 474円 → 5円引

| 1715 | 神山鶏 もも 270g 766円 → **10円引** 1716 神山鶏 むね 210g 430円 → 5円引

1721 神山鶏 手羽元 300g 531円 → 5円引

1722 神山鶏 手羽中 250g 576円 → **10円引** 

1723 神山鶏 ミンチ 200g 576円 → 10円引

1727 神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 809円 → 10円引

5円引 |3365|国産はるさめ 100g 364円 **→** 3600 とり塩鍋スープ 5円引 600g 330円 →

3601 みそちゃんこ鍋スープ 5円引 330円 → 600g 3603 キムチ鍋スープ 330円 → 5円引 600g

3604 寄せ鍋スープ 330円 → 5円引 600g 330円 → 3602 ごま豆乳鍋スープ 5円引 600g

# ◆特注品「ムソー冷凍DEグルメ」より

1757 シーフードミックス 1756 ベビーほたて 200g 1366円 → **15円引** 200g 1728円 → 20円引

## 今週のスポット品

# 秋冬菓子再開セール!



国内産の小麦粉を主原料に焼き上げた皮で、北海 道産小豆で作った餡をはさみ込みました。 原材料/砂糖(てん菜(国産))、小麦粉(小麦(国産))、鶏卵、 小豆、水飴、植物油脂(米油)、米飴、膨張剤(重曹)

3531 ミニどら焼き 6個 430円 → 5円引

国産小麦の小麦粉主原料の生地を香ばしく焼き上げ、 風味豊かな黒砂糖蜜をからめて仕上げました。 表面はさっくり、中はふんわりとした食感の黒棒です。 原材料/黒糖(さとうきび(沖縄県産))、小麦粉(小麦(国産))、 水飴(甘藷(国産))、鶏卵(国産)、膨張剤(重曹、重炭酸アン モニウム)

3519 黒棒

8本 376円 → 5円引

# 今週の特注品

・・11/11・14日届け・・

☆山繊「キャメル毛布・キャメル&オーガニックコットン肌着」 キャメルはムレにくく、保温性が高いのが特徴。復元力も高いので、固くな りにくく、いつまでも柔らかな風合いの毛布です。

☆ムソー「冷凍DEグルメ」

月1回

農薬や化学肥料に頼らず、雄大な大地で育てられた無着色たらこ、ベビー ほたて、シーフードミックス等の冷凍品をお届けします。

☆ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

月1回

従来の千葉産直サービスの缶詰、光食品等をまとめました。 塩麹、辣油、ハーブソルト等人気商品の取り扱いです。

☆太陽油脂「パックスカタログ商品」 月1回

使用後の分解が早く環境にやさしい石けんをベースに、粉石けんや液体石 けん、シャンプーやハミガキなど、毎日の暮らしに安心して使える商品が 揃っています。

#### ☆竹嶋さんのりんご箱入り企画

りんごの箱入り企画です。りんごの季節は隔週での企画を予定しています。 お世話になった方への贈り物にもご利用ください。

## 今週のスポット品

# 賞味期限間近の為セール!

**3229** ゆず香るかんたんなま酢 150ml 501円 → **30円引** 

(賞味期限 12/11の為)

3124 胡参竹水煮たけのこ 120g 400円 → **30円引** 

(賞味期限 11/26の為)

# 千葉産直 とろさんま缶醤油味!再開

- ◆産直、トロ缶シリーズ・とろさんま缶の復刻版。 9~11月頃の北海道から三陸沖にかけて獲れる、 適度に脂の乗った良質な型の旬サンマを使用
- ◆不動の定番人気品だった「醤油煮」は以前と変わらぬ甘辛の味付 け。喜界島のきび糖と国産丸大豆醤油だけで骨まで柔らかく煮付 けました。ボリュームもあるのでお子様から大人までオススメです。 原材料 さんま(北海道・三陸沖)、砂糖、醤油(大豆・小麦を含む)

※特注品「ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品」でご注文ください

熊本いのちと土も考える会

2025、10、21-24 御復治八个企画 090-5029-3577 727 75"

# とせっしい「三げる子り

一日召人さんの火田で、しいたけのこまうちをしてから1年半、 みなさま、いかがお過ごしでしょうか?

今回は、収穫をさせて頂き、炭火で焼いて、食べちゃいますよー! せい、ご称かいくださいがお待ちしています!! ターで食べたいなは、シャンないのでは、11-15(土) シャンカートやいすた にかります。 10:00-14:00 ※小雨決行ですが、 いまります。 マン氏館



13 日子人さんの次田 (山着8町市の原309-1) 新場所

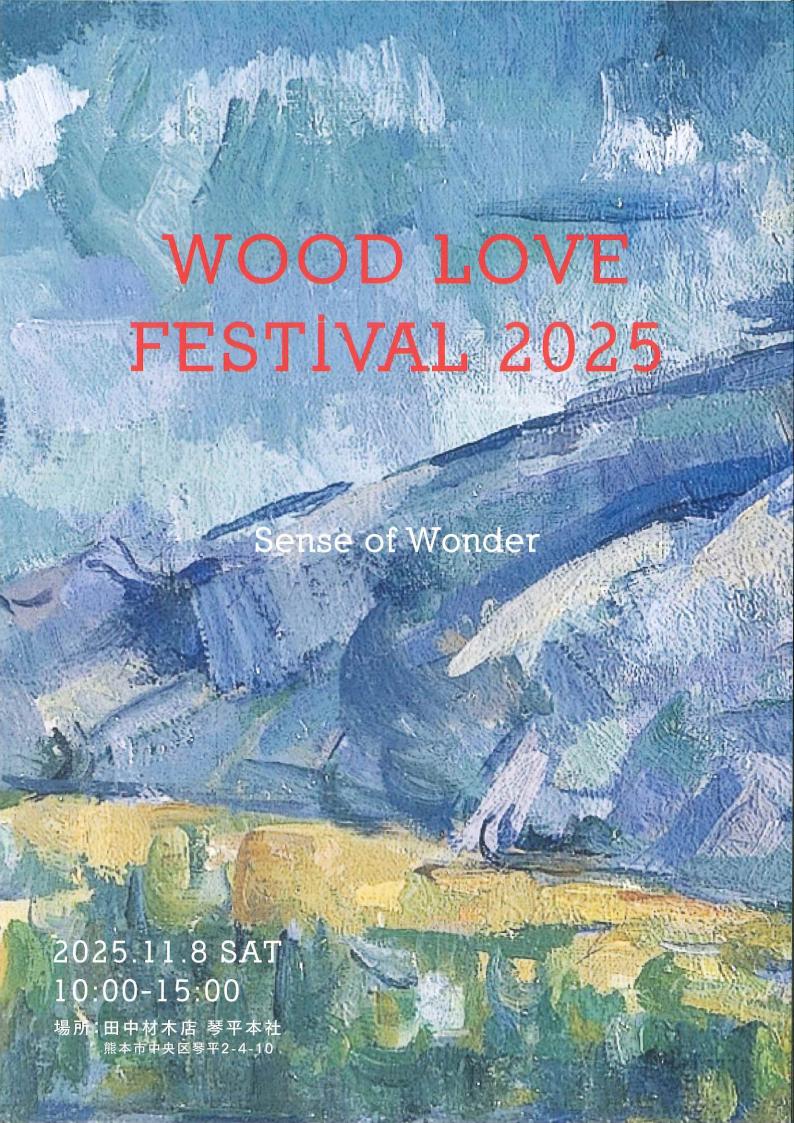
持ち物… おにぎり、おわん、お四、はし、コップなど け物、 参加費… 1,000 yen (別途保険代 (00 yen)

「自分で」子をも(中学生以下)300yen (1kg=150yenで) - 緒にしいたけの炭火焼きしましょーの

少らしいたけ行り参加中し込み書

19/28 -31 Xtp

NAME	年(子4年)	tel
	1	



TANAKA LUMBER

2025.11.8 SAT 10:00-15:00

# LOVE FESTIVAL 2025

入場料無料/雨天決行





丸太 早切り 子ども上棟

モルック

体験

端材で自由に木工体験 参加費/無料 のこぎりや絵の具を使って自由に工作しよう! ※参加ご希望の方は、必ず受付を行ってください。 ①10:30~ ②11:45~ ③13:00~

④14:15~(最後の回のみ45分) ※親子参加に限ります。制限時間/1時間

●木琴を作ってみよう 参加費/1,000円

※開始時間の1時間前より 受付を行います。 ①11:00~ ②13:30~ 〈1回10組限定〉 ※親子参加に限ります。

●子ども上棟〈1回4組限定〉参加費/500円 動きやすい服装でご参加ください。(サンダル不可)

※開始時間の1時間前より受付を行います。 ①11:00~ ②13:30~ ※小学生以上、親子参加に限ります。

木育遊具

(木育工房)

● 丸太早切り競走 1位になるといいことあるかも…?! ●ウッドフラワー教室 参加費/300円~500円 木のお花を作ってみませんか?

●お餅つき 13:00~





くるまえびラボ くるまえびのフライ サンドイッチ

キッチン

カー



P's wagon - 米粉クレープ・パフェー



Hermana STAR 天草黒牛サンド



米粉チュロス



olive cafe -こだわりカレー-

熊大病院





- イベント受付
- ドリンク販売





Stamp

furniture

• ウッドフラワー

• 木琴

お餅

Stamp

future

house

00000 飲食スペース

0 0 0 0

カプラ

(中央木材工業所)

こだわりマルシェ (A~ G (有機野菜販売、サンドイッチ、コーヒー etc.)



dahlia -フラワーショップ-



Baumkuchen -木雑貨と焼き菓子-



犬ねこみらいサポート -チャリティグッズの販売-



Risa's kitchen -創作おむすび-



熊本いのちと土を考える会 -有機農法野菜販売-



STRANGE FRUITS -マフィン・スコーン-



TATOMIYA EZUKO -手作りサンドイッチとドーナツ-



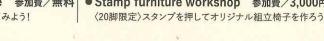
Lavers coffee -コーヒーと焼き菓子-



Masaaki Oyamada《グラフィックデザイナー/スタンプアーティスト》

山梨県生まれ、オランダでグラフィックデザイナーとして活動、2011年よりスタンプを彫り始め、現在は熊本川尻にて活動。

- 理想の家をスタンプで作ってみよう!
- Stamp future house 参加費/無料 | Stamp furniture workshop 参加費/3,000円 🥻 〈20脚限定〉スタンプを押してオリジナル組立椅子を作ろう!





TANAKA\_LUMBER

体験はのこくずや絵の具等で汚れる可能性があります。

- マイバックのご持参にご協力お願いします。
- 駐車場台数に限りがございますので、徒歩・自転車、公共交 通機関のご利用にご協力をお願いします。また、お車での お越しの際はできるだけ乗り合わせてお越しください。

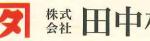


熊本都市バス: 春竹小学校入口バス停・ 萩原バス停から徒歩5分

豊肥本線:平成駅・南熊本駅から徒歩約10分



地域医療センター●



**株式** 田中材木店

2025年 45-①

ウーリ | 成送日 | 火コース 11/4 | 金コース 11/7 | 注文書回収 | 火コース 10/28 | 金コース 10/31

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

	<b>ユーク 11/1</b>	₩ 1 × 10/31			
考える会生産者の農薬不使用野菜!	新米入荷!	海産品 冷凍	熊本の魚屋 魚勢 -60℃瞬間冷凍	松下かまぼこ(天草)の練り製品	バター、マーガリン
★農産物ケース	2025年産★ゆうきスター米	2101 開きアジ 2枚 470円 丸正水産	旬のお魚の切り身(冷凍)	1430 地魚かまぼこ 140g 764円	2001 北海道バター(加塩)150g 472円
〇みんなで生産者の生産活動を支えよう!	92 ★玄米(2025年産) 10kg 7803円【袋限↓】	2102 塩サバ 2~3枚 562円 丸正水産	2415 ヒラマサの切り身 3~4枚 766円 <b>限定</b>	1431 ちくわ 50g×3 378円	3333 よつ葉のスキムミルク150g 378円
11 農産物ケース 普通	93 ★玄米(2025年産) 5 k g 3978円 <b>1袋限</b> り	2103 丸干し 350g前後 562円 丸正水産	とずる 長崎県産 焼き・煮つけ・フライ	1432 ヤサイチギリ天 150g 378円	塩·砂糖
12 農産物ケース 小	94 ★玄米(2025年産) 1kg 818円	2116 新巻鮭切り身 2切れ 841円		1433 地魚(ジャコ)丸天50g×3 382円	3213 はやさき水にがり 300cc 1224円 休
NonGMO飼料を与えています	95 ★白米(2025年産) 10kg 9045円 <b>1袋限り</b>	★高山さんのオリジナル加工品		1434 ごぼう丸天 50g×3 382円	3218 小さな海·天日塩 中粒240g518円
25 ★卵パック 10個 499円	96 ★白米(2025年産) 5kg 4795円 <b>  袋限り</b>	2705 ★ズッキーニチョコケーキ(髙山)200g755円 冷凍 <b>限定</b> 糸	ター コショウダイの切り身 3~4枚 766円 <b>限</b> 2407 <b>定</b> 天草産 焼き・フライ・味噌	1435 野菜丸天 50g×3 382円	3219 小さな海·釜炊き塩 小粒240g518円
27 ★有精卵 6個 499円	97 ★白米(2025年産) 1kg 972円	3172 ★simpleコチュジャン 120g 528円 冷蔵	煮	1436 イカ下足丸天 50g×3 382円	3214 豊穣塩500g 195円 オーストラリア天日
36 ★地鶏の卵 6個 582円	3092 ★ゆうきスターの米ぬか 500g165円	2704 ★玉ねぎ塩こうじ 230g634円冷蔵	2405 オキサワラの切り身 3~4枚 766円 <b>限定</b>	1437 たこ丸天 50g×3 382円	3215 豊穣塩5kg 1302円オーストラリア天日塩
★特注野菜	考える会オリジナル もち米、雑穀	3173 ★麹だけでつくった甘酒 300g 604円 冷蔵	高知県産 焼き・フライ	森ノリノ (菊池) の農園納豆	3210 はやさき天日塩 大粒500g1224円
※B品は小さい物や大きすぎる物、割れ、	3012 ★押し麦 500g612円 福岡・久保さん	3174 ★塩こうじ 230g 604円 冷蔵	2408 ギンガメあじの切り身 3~4枚 766円 <b>限</b>	1420 板納豆 海想う 80g360円	3212 はやさき天日塩 小粒250g970円
キズ有などいろいろな物が入ります。	3062 ★島川さんの黒米 150g 347円 おススメ	2703 ★髙山さんの トマトの水煮900ml 1509円	定 鹿児島県産 焼き・煮つけ	1421 パック納豆 海想う 40g×2 360円	3216 詰替用・粗挽き塩胡椒150g598円
※B品が不足した時はA品をお届けします	2713 ★髙山さんのもち麦 150g 347円限定!	豆腐・あげ類(内田安喜商店)	●神山鶏 冷凍	1422 中粒納豆 山笑う 40g×2 372円	3222 純黒糖粉(喜界島産) 250g 584円
※▲の野菜は欠品の可能性あります	★ゆうきスターの米麹(高丸さん・高山さん)	1414 ひのくに地豆腐 木綿140g×2 172円 <b>5円引</b>	1715 神山鶏 もも 270g766円 <b>10円引</b>	冷凍品	3223 てんさい糖(北海道産) 650g519円
116 じゃがいも(北海道産) 800g 391円	3168 ★ゆうきスター米の米麹 (冷凍) 200g 401円	1415 ひのくに地豆腐 絹 140g×2 172円 <b>5円引</b>	1716 神山鶏 むね 210g430円 <b>5円引</b>	2121 うなぎの蒲焼カット80g2549円	3226 きび粗糖 500g 328円 (種子島産)
127 玉ねぎ (北海道産) 800g 391円	3165 ★ゆうきスター米の米麹 (冷凍) 500g 913円	1418 木綿豆腐 400g 184円 <b>5円引</b>	1717 神山鶏 ささみ 620円	2129 冷凍さぬきうどん 200g×3 464円 <b>5円引</b>	3217 氷砂糖 1kg 723円(北海道てんさい糖)
137 人参(北海道産) 400g 275円 ▲	★本田さん(畑ト台所 H-farm)オリジナル加工品	1419 絹豆腐 350g 184円 <b>5円引</b>	1718 神山鶏 平肝(レバー)250g508円	海産物	3227 黒胡椒(粒)カレーの壺ペッパー20g 432円
141 ★里いも 1kg 438円	2519 ★米粉ホットケーキミックス(h-farm) 200g755円	1410 豆乳 500m l 341円	1719 神山鶏 砂肝 250g508円	2039 焼のり 全型20枚 1164円 成清海苔店	松合食品のしょうゆ 他
145 ★里いもB品 2kg 438円	2516 ★乾燥レンコン 25g 378円	1408 大揚 1枚 161円	1720 神山鶏 手羽先 250 g 567円	2050 煮干しいりこ ムソー 100g 540円	3234 糀しょうゆ 150㎖ 694円
151 ★からいも 1kg 416円	★元気豚の加工品 冷凍	1409 きざみ揚げ 1袋 131円	1721 神山鶏 手羽元 300 g 531円 <b>5円引</b>	2044 阿波屋だし 8g×30 1983円 松合食品 入荷待: 休	3235 九州丸大豆醤油(大)1.8L 2078円 松合
152 ★からいもB品 2kg 416円	1311 ★元気豚しゅーまい30g×6 705円	1411 寿しアゲ 20g×5枚 220円	1722 神山鶏 手羽中 250g576円 <b>10円引</b>	2018 おだし用かつお節粉末100g664円	3236 九州丸大豆醤油(小)0.9L 1234円 松合
156 ★紫からいも 1kg 416円	1313 ★元気豚肉まん 75g×2 436円	1412 生アゲ 50g×1枚 120円	1723 神山鶏 ミンチ 200g576円 <b>10円引</b>	2019 おだし用混合節粉末100g616円	3237 九州丸大豆醤油·淡口(小)0.9L 1234円 松合
163 ★ごぼう 200g 174円	1314 ★元気豚ハンバーグ120g×2 733円	1413 きぬ厚アゲ 220g 172円	1724-神山鶏からあげセット(モモ、ムネ)300g774円	2008 塩ワカメ200g 262円 冷蔵 有明海産	3264「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 631円 松合
165 ★レンコン 400g 348円	★島川さんの「 <b>阿蘇</b> 」元気豚 冷凍	1417 手にぎりがんも 1枚 151円	1725 神山鶏 骨付きモモ 2本(600g) 1320円	2045 天然利尻こんぶ 40g 617円	3289 まろやか旨酢タレ400ml 602円 松合
170 ★にんにく 100g 174円 ▲	1001 ★元気豚ミックススライス250g×2 1266円	ブラウンスイス牛肉 入荷しました	1727 神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 809円 <b>10円引</b>	2022 花かつお削り 100g451円 山川産	3260 味の母(大)1.8L 2379円 味の一醸造
180 ★生姜 150g 240円	1018 ★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2459円	1293 (BS)牛赤身スライスセット 200g×2 1542円	1728 神山鶏 ガラ(1羽) 253円	2023 かつおパック(3g×4)×2 413円 枕崎産	3261 味の母(小) 720ml 1102円 味の一醸造
181 ★生姜(徳用) 500g 777円	1002 ★元気豚バラスライス250g×2 1153円限定 休	1294 (BS) 牛赤身スライス 200g 782円	NonGMO飼料を与えています	2024 とろろ昆布 40g 341円 北海道産	3262 春夏秋冬うすいろだしの素1L1278円
202 ★葉野菜2束 289円 小松菜・チンゲン菜・ほうれん草・山東菜など	1005 ★元気豚モモしゃぶ用250g681円 <b>20円引</b>	1296 (BS)牛バラ切り落とし 200g 782円	木次乳業(島根)の乳製品	2025 かんてん雪椿(フレーク7g) 203円	3263 春夏秋冬だしの素 11 1278円
小松菜・チンゲン菜・ほうれん草・山東菜など	1006 ★元気豚肩ロースしゃぶ用250g722円 <b>20円引</b>	1288 (BS) 牛ミンチ 200g 722円	1451 パスチャライズ牛乳 1L 485円	2027 干しサクラエビ 5g 596円 創健社	原料にこだわった 味 噌
262 ★ビワの生葉 10枚 212円	1014 ★元気豚ミンチ 200g 444円	1289 (BS) 牛ミンチセット 200g×2 1422円	1452 ブランスイス牛乳 500ml 272円	2029 あおさ 25g 471円 天草本川海産	3205 無農薬麦みそ2kg 2038円 松合
644 ★グリーンレモン 300g 309円	1015 ★元気豚ミンチセット200g×2 867円	1299 (BS)合挽きミンチ 200g 570円	1453 ミルクコーヒー 1L 369円	2031 国産芽ひじき20g 242円 天草本川海産	3208 無農薬玄米合わせみそ 500g 1006円松合
	1028 ★元気豚ミンチセット徳用 200g×5 2127円	1298 (BS)合挽きミンチセット 200g×2 1121円	1454 ミルクコーヒー 500ml 212円	2047 乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 454円	3207 ★古庄さんの麦みそ(無農薬裸麦)750g937円 休
ナチュラルベーカリー ルナ	1007 ★元気豚モモブロック500g 1202円	★島川さんの阿蘇元気豚を使った	<b>と</b> 1455 プレーンヨーグルト400ml 368円	お酢他	3202 ★米みそ(島川さんの無農薬米)750g937円 休
1586 天然酵母食パン 1斤 462円	1008 ★元気豚バラブロック500g 1153円 限定	ウィンナー・ハム・ベーコン 冷凍	1456 奥出雲ヨーグルト90g×2 305円	2220   ゆず香るかんたんなま酢 150ml 501円	油 (圧搾一番搾り)
1587 プチレーズンパン 3個 279円	1009 ★元気豚肩ロースブロック500g 1377円限定	1080 ★ロースハムスライス 100g 588円	1459 美楽ヨーグルト 90g 163円	30円引き 賞味期限12.11	3240 なたね油(大)1650g2093円 坂本製油
1590 メロンパン 1個 274円	1013 ★元気豚とんかつ用300g 3枚 929円	1081 ★ロースハムスライスセット 100g×2 1177円	1465 赤玉チーズ 180g 1212円	3239 飲むにごり酢 (甘夏果汁入り) 300ml 999円	3241 なたね油(小)825g1212円 坂本製油
1596 黒糖クルミパン 1個 278円	1010 ★元気豚ロ-ス生姜焼き用300g929円	1082 ★バラベーコンスライス 100g 588円	1466 カマンベールチーズ120g 1157円	3251 玄米酢(小)0.9L 1605円 松合食品	3242 なたねしらしめ油(大)1650g2093円
伯耆(ほうき)のきのこ 鳥取県 人気『	1026 ★元気豚ロース薄切り 250g 722円	1084 ★ショルダーベーコンスライス 100g 588円	1467 プロボローネチーズ380g 2313円	3252 富士酢(大)1.8L 2203円 飯尾醸造	3243 なたねしらしめ油(小)825g 1212円
3195 有機生シイタケ 100g 220円 <b>5円引</b>	1012 ★元気豚ヒレ 300g 1291円	1085 ★粗挽きフランクフルト 180g 1059円	1468 プロボローネピッコロ100g661円	3253 富士酢(小)0.9L 1322円 飯尾醸造	3244 胡麻油(大)1650g 4406円 坂本製油
3196 有機生キクラゲ 60g 193円	1011 ★元気豚軟骨 300g 362円	1086 ★ちっちゃなウィンナー 200g 1177円	1469 モッツァレラチーズ100g606円	3255 富士すし酢 360ml 771円 無農薬原料	3245 胡麻油(中)660g 2203円坂本製油
3198 有機生ナメコ 150g 275円	1019 ★骨付きバラ肉(カット)500g930円	1087 ★粗挽きウィンナー 110g 647円	1471 燻製ナチュラルスナッカー70g551円	3248 純りんご酢 500ml 1047円 マルシマ	3246 胡麻油(小)273g 1102円 坂本製油
北村きのこ園(鳥取)	竹鳴さん (青森) のりんご	1088 ★粗挽きウィンナーセット 110g×2 1266円	1472 プレーン/ナチュラルスナッカー70g551円	3258 ゆずポン酢 300ml 666円 丸島醤油 <b>10円引</b>	3247 紅花油 660g 1873円 坂本製油
	903 紅玉 3玉 907円	1093 ★生ウィンナー 5本 (110g) 647円	1476 牧場のカスタードプリン100ml×2 507円	3297 カンタン八芳酢 360ml 518円	3249 山江村産えごま油 105g 2424円 堀内製油
3191 えのき 100g 116円 <b>5円引</b>	907 紅玉B品 3玉 794円	※必ず火を通してお召し上がい下さい。	1474 ミルクのプリン 80g×2 297円	3298 お徳用カンタン八芳酢900ml 991円	3278 有機EX-Vオリーブオイル250ml 1836円 創健社
縦合計( 	<b>~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ </b>	) 縦合計(	( ) 総合計( )	縦合計(	( ) 縱合計( )

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	会オリジナルお菓子(大人気!!)	洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤	日用雑貨
3102 ★鷹の爪 10g 317円 再開	3341 アショカインドカリー手作りセット 52g 625円	3711 ★久保さんの麦茶500g583円	3503 ★髙丸さんの玄米ぽんせんべい8枚 427円	4001 n-7*の香り液体石けん800ml 1263円	4059 トイレットへ。ハ。- 太穴芯無6ロール 567円
3117 ★昭人さんの干し椎茸70g 1117円	3344 中辛植物素材のカレーフレーク135g 540円	3712 ★昭人さんのごぼう茶50g 675円 り	*	4002 詰替·ハーブの香り液体石けん2kg2528円	4061 無漂白コーヒーフィルター2~4人用100枚 623円
	木 3345 辛口植物素材のカレーフレーク135g 540円	3710 ★古庄さんのハブ茶(生)500g735円	創健社のお菓子	4003 n-ブの香り粉石けん1.8kg1517円	4073 オキシジェン ダストパック4枚 1234円
3119 ★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g597円	3343 甘口植物素材のカレーフレーク135g 540円	3715 ハト麦茶 400g 561円 かぬま	3504 梅エキスキャンディー 75g 430円	4006 クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 617円	4069 天然蚊取り線香「mone」10巻 471円限定 終 <sup>-</sup>
	3342 ハヤシルー115g×2 551円 日食	3721 下田さんの釜炒り茶90g551円	3523 百年はちみつのど飴 51g 551円	4007 アルカリウオッシュ500 g 471円地の塩	4070 菊花せんこう(6時間用)30巻1275円
3124 胡参竹水煮たけのこ120g 400円 <b>30円引 賞味期限11.26</b>	3347 コーンシチューフレーク180 g 584円	3728 下田さんの釜炒り茶ティーパック2g×15 661円	3544 黒こしょうおかき 70g 474円	4013 アルカリウォッシュL (香料入)600g 657円	4072 くすの木せんこう14cm×230前後1275円
	3346 植物素材のデミグラスソース120g540円	3722 下田さんの釜炒り粉末茶50g551円	マルシマのお菓子	4008 クエン酸 300g 505円 地の塩	4062 ムッキーちゃん 1個 498円
3129 九州産細切たけのこ水煮 90g 310円	梅肉エキス、ハチミツ、ジャム	3725 下田さんの冷茶 6g×10 551円	3558 ひねくれきなこ 96g 341円	4011 くまモンのお掃除重層 600g 337円	4057 オーカ*ニック化粧用コットン8×10g 48枚 503円
3193 (板)有機生いもこんにやく250g254円	3318 梅エキス・粒 90g 3540円創健社	3701 紅茶(藤本製茶)3g×10 551円	サンコーのお菓子	4010 ウォッシュ・ウォッシュ液体石けん (無香料) 2L 1907円	1007 3 12 -77 IB 422713-7170 × 10g +042 30013
3127 有機生いも糸こんにやく250g286円 <b>5円引</b>	3319 梅エキス 90g 3540円 創健社	3702 紅茶7-ルグレイ(藤本製茶)3g×10 716円	3531 ミニどら焼き 6個 430円 <b>5円引</b>	4029 ミセル固形石けん5個 548円 白井油脂	- - 酒類 20歳未満の飲酒は法律で
3301 にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48 g 399円	3224 県産ハチミツ(大)1kg 5211円	3703 岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g1296円	3519 黒棒 8本 376円 5円引	手洗い、浴用、洗顔、シャンブー	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 330円 田辺麩店	3225 県産ハチミツ(小)600g 3365円	3704 岳間茶得用くき茶(藤本製茶)300g918円	3540   有機栽培コーヒーゼリー 110g 297円	4021 泡ハンドソープ 300ml 1263円	料理酒
3303 車麩 大6枚 305円 マルヨネ	3320 マーマレード 200g 572円	3737 しようが湯 20g×5 435円 マルシマ	3553 ミルクキャラメル 180g 441円	4022 詰替・泡ハンドソープ 250ml 821円	3810 特選·料理用自然酒1800ml 3247円
調味料(ソース、ドレッシング等)	3321 ピーナッツクリーム150g 529円 創健社		<del>                                      </del>	4022 記音・泡パンドノーフ 250ml 621円 4023 無添加石けん 135g 322円 白井油脂	
,		3738 花梨はちみつしょうが湯12g×5 501円	3542 野菜スティック 110g 396円		3811 特選·料理用自然酒720ml 1582円
3285 ゆずごしょう 40g 429円 <b>5円引</b>	3279 メープルシロップ 330g 1598円	3729 パロ・ブランココーヒー粉 150g 1013円	3548 ミレービスケット 165g 386円	4024 よもぎ石けん100g×4 1346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 397円	宮崎県産 国産ごま(無農薬)	3732 有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1697円	3520 小倉ようかん 58g 176円	4025 フラワーガーデンC 85g×3 673円 地の塩	
3287 生おろしわさびチューブ40 g 452円	3335 煎り黒ごま(宮崎)30g 536円	3733 有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1410円	3535 ポテトチップス(しお味) 58g220円	4026 炭石けん 100g 988円 地の塩	3803 ★いのちの雫 原酒43度720ml 2805円
3271 焼き肉のたれ 350g 738円 ヒカリ	3336 煎り金ごま(宮崎)30g 536円	3735 こんぶ茶 80g 711円 健康フーズ	3514 のりのり揚げ餅 40g 242円	4030 ちのしおペピ-泡の全身ソープ330ml 1100円	3805 ★1箱いのちの雫原酒43度×12本 32799円
3265 ウスターソース360ml 451円ヒカリ	3337 すり黒ごま (宮崎) 30g 551円	光食品のジュース類	3518 牛乳かりんとう 100g 275円	4031 詰替・ちのしおペビ-泡の全身ソープ280ml 561円	3804 ★いのちの雫 25度 720ml 1589円
3275 中濃ソース 300ml 507円 創健社	3338 すり金ごま (宮崎) 30g 551円		3507 うずまきバウムクーヘン69.5g 242円	4020  デンシーハミガキ 80g 507円 ムソー <b>限定</b>   糸	
3276 濃口ソース 300ml 507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×3 496円	3516 磯辺巻 40g 330円	4035 炭シャンプー 390ml 954円 地の塩	ワイン、自然酒・ビール
3280 オイスターソース 140g 477円	3386 ★手延べそうめん 180g 471円限定	3785 1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4792円		4036 詰替·炭シャンプー 350ml 583円 地の塩	3813 自然酒純米吟醸(小)720ml 1998円
3266 トマトケチャップ(大)チューブ500g694円	3387 ★お徳用手延べそうめん 180g×5 2330円限定	3745 人参ジュース160g×3缶611円 ひかり無農薬原料	創健社ジュース	4037 炭リンス 390ml 954円 地の塩	3823 井筒ワイン 赤甘口720ml 1597円
3267 トマトケチャップ(小)瓶400g595円	3388 ★そうめん <u>ふしめん</u> 180g 430円	3746 1箱人参ジュース160g×30缶5930円 無農薬原料	3754 丹沢サイダー250ml×3缶 397円	4038 詰替・炭リンス 350ml 583円 地の塩	3824 井筒ワイン 白辛口720ml 1597円在庫限り 休
3269 トマトピューレ320g 501円	3391   ★手延べうどん180g471円 <b>5円引</b>	3762 有機野菜飲むならこれ190g×3缶595円	3755 1箱丹沢サイダー250ml×30缶 3856円	4034 ナッチュラル石けんはみがきジェル゚80g673円	3825 井筒ワイン ロゼ720ml 1747円
3299 平飼い鶏の有精卵マヨネーズ	3393 ★徳用手延べうどん180g×5袋 2330円 <b>25円引</b>	3763 1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5770円		4017 石けんシャンプーN (詰替) 400ml 707円	3826 井筒ワイン メルロー辛口720ml 2006円
3299 平飼い羯の有精卵マヨネーズ 290g 683円 ムソー	3395  ★うどん <u>ふしめん</u>   180g 430円 <b>5円引</b>	3766 オーカ <sup>*</sup> ニックジンジャーエール250g×3缶 496円	浅漬けの素 漬物	4018 石けんシャンプ-専用リンスN (詰替) 400ml 763円	— 3835 有機栽培プレミアムビール(瓶) 330ml×12本 4233円
3272 胡麻ドレッシング390ml 1080円 15円引	- 麺類	3767 1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4792円		泡で出でくるボディーソープ(詰替)   4019 1500m   1346円	330m1×12本 4233円
小麦粉•雑穀•豆	3362 くず切り 90g 474円 廣八堂 <b>5円引</b>	3768 オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 496円	500ml 617円	別に泡ボトルが必要です	3836 有機栽培プレミアムビール(瓶)1本 379円
3047 ★ゆうきスター米粉(白米) 300g 491円 <b>限定</b> 1	木 3365 国産はるさめ 100g364円 金正食品 <b>5円引</b>	3769 1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4792円	3306 本干したくあん 200g 716円 ムソー 限定 1	*	9972 手土産ワイン用紙袋 ・1本用 85円
3048 ★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 491円 <b>限定</b>	3366 ロングパスタ (スパゲッティ) 400g 530円	3772 オーカ゛ニッケぶどうジュース160g3缶 562円	ふりかけ・缶詰		9973 手土産ワイン用紙袋 ・2本用 160円
3009 ★小麦粉500g470円 福岡県·久保さん(無農薬)	3367 ショートパスタ (マカロニ)300g 452円	3773 オーカ゛ニックぶどうジュース160g30缶5450円	3325 のり佃煮(瓶)95g 408円 創健社	パックス (太陽油脂) 商品	40周年記念イベント手拭い
3011 ★強力粉500g491円 福岡県·久保さん(無農薬)	3370 醤油ら一めん3食 661円 創健社	3780 オーガニックりんごジュース190g3缶 529円	3304 しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 474円	4041 パックス石けんハミガキ120g 471円	8996 手拭い 40周年祭記念 グリーン1枚1300円
3098 北海道産 小豆 200g 509円 (無農薬)	3371 塩ら一めん3食 661円 創健社	3781 1箱オーガニックりんごジュース190g30缶5129円	3305 えびいりこふりかけ 40g 430円	4042 パックスナチュロン ハンドクリーム70g 954円	8997 手拭い 40周年祭記念 ピンク1枚1300円
3075 地だいず 300g 413円 終	了 3372 味噌ら一めん3食 661円 創健社		3326 ベニ花オイルのツナ缶 90g 562円	4043 パックスナチュロン リップクリーム4g 876円	注文随時受付中商品
3097 北海道産 黒豆 200g 509円 (無農薬)	3373 博多風ら一めん3食 727円 創健社	moruson 207 7 TEL	3327 さば味付け缶 190g 463円 創健社	4044 UV(日焼止め) クリーム45g 1907円	1週間~2週間納品に時間を頂きます。
3311 パン粉 国産小麦粉100%使用 150g226円	3374 四川風ら一めん3食 777円 創健社	marusan 鍋スープ 再開	3328 いわし味付け缶 100g 430円 創健社	4045 パックス酸素系漂白剤ボトル430g 740円	◇マル球産業株式会社
3307 純白玉粉 150g 330円 秋田白玉	3368 長崎皿うどん 2食入り 364円創健社	3600 とり塩鍋スープ 600g 330円 <b>5円引</b>	3348 フリース*ト*ライ味噌汁5食674円	4046 n° yhx酸素系漂白剤詰替用500g 740円	4000 お茶の力(ティーポットセット)
3309 片栗粉 200g 286円 桜井	3384 4食入さくらいの焼きそば114g×4 903円	3601 みそちゃんこ鍋スープ 600g 330円 <b>5円引</b>	3349 フリーズドライ味噌汁(ほうれん草キャベツ)5食674円	化粧品	4086 お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 <b>特別価格21780円</b>
3096 ★地大豆きなこ 100g319円	竹嶋有機農園	3602 ごま豆乳鍋スープ 600g 330円 <b>5円引</b>	大田さんの開始	4050 つばき油 92g 1683円 坂本製油	4085 スープの力DX 標準価格50600円
3314 有機いりごま・白80g(エジプト産)330円	3751 りんごジュース(瓶)1⊾ 997円 (竹嶋りんご)	3603 キムチ鍋スープ 600g 330円 <b>5円引</b>	本田さんの肥料	4051 スキンコンテ <sup>*</sup> ィショニンク <sup>*</sup> オイル30ml 1250円	# <b>間限定価格46200円</b>
3294 国産有機大豆(北海道産)200g マルシマ462円	3752 りんごジュース(瓶)2本セット1L×2本 1958円	3604 寄せ鍋スープ 600g 330円 <b>5円引</b>	■ ■ ■ ■ 1100 ★これ一つで野菜が作れる配合肥料	4064 馬油(液状)55ml 1966円 ソンバーユ	4096 スーパーカッター力くん
	3753 箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5798円		4109 5 k g /5 m²分 1540円	4053 ★へちま水(原液)300ml 855円	4096 標準価格36300円 <b>期間限定価格31900</b> 円

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

配送日

火コース 11/11

金コース 11/14

提出日

火コース 10/28 金コース 10/31

# 竹嶋さんのりんご箱入り企画



今シーズンのりんごのお届け予定

サンつがる 9月下旬~10月上旬まで

黄王 9月下旬~10月上旬まで

紅玉 10月下旬~3月頃

ジョナゴールド 11月上旬~3月頃

王林 12月上旬~5月頃

サンふじ 12月上旬~5月頃

イメージ写真

B品の取り扱いを始めました。色むら、型崩れ、つる割れなど、見た目が落ちるりんごですが ご自宅用には問題なく消費いただけるりんごだと思います。

コード	商 品 名	注文数	価格(税込)
912	ジョナゴールド 2段詰(10 k g 前後)		10, 441
911	ジョナゴールド 1段詰(5kg前後)		5, 453
901	紅玉 2段詰(9kg前後)		11, 058
902	紅玉 1段詰(4.5kg前後)		5, 761
909	紅玉B品 2段詰(9kg前後)		9, 515
906	紅玉B品 1段詰(4.5kg前後)		4, 990

#### ※3玉入りは定例注文書でご注文ください

# なるほどなっとく 1 日1個のりんごで 医者知らず





体内で細胞を傷つけ老化を 早める「活性酸素」の働きを 抑える「抗酸化作用」があり ます。

ポリフェノールはとくに果皮 に多く含まれているので、 皮ごと食べると効果的です。

#### ペクチンがおなかの 調子を整える りんごに含まれる

ペクチンには、腸内 の善玉菌を増やし 悪玉菌の活動を抑 える働きがあります。 腸内を健康に保つことで、便 秘を解消し、大腸ガンの予防

ピフィズス菌や乳酸菌が豊 富なヨーグルトと一緒に食 べると、ベクチ ンの働きはさら

にもつながります。 にパワーアップ します。

#### 生活習慣病を 近づけない

りんごペクチン には悪玉コレ ステロール( を減らし、

善玉コレステロールを増や す効果もあり、高脂血症な ど生活習慣病の予防も期待 できます。

ペクチンは切ったりすりおろ したりしても効 果は変わらず、 熱にも強いの で、料理に使っ

てもジャムにしてもOK。

#### 何とかしたい アレルギー 気管支ぜんそく、

アレルギー性鼻炎などの アレルギー疾患の予防に、 りんごペクチンが効果を 発揮するという研究結果 も発表されています。

#### 血圧は正常ですか

りんごに含まれるカリウム は、体内の余分 なナトリウムを 排出して、血圧 を正常に保つの に役立 ちます。





コクとうま味の

# みそちゃんこ鍋

- ●国産原料100%のみそ
- ●3種のうまみ素材

ででいれて着ひとっ

こだわり素材 の いた ストレート鍋 スープ 香り高い

# ごま豆乳鍋

- ●有機大豆使用豆乳
- ●有機すりごま使用



このマークの商品は、 健康にこだわった素材を 吟味してつくりました。

写菜たっぷり

大 文 文 文





ピリ辛みそ味の

# キムチ鍋

- ●豆板醤と味噌のうま味
- ●玄米黒酢使用

あっさり醤油味の

# 寄せ鍋

- ●小豆島産本醸造丸大豆醤油
- ●国産の鶏がらスープ



野菜がおいしいとり塩鍋

- ●国産の鶏がらスープ
- ●沖縄海水塩「青い海」





マルサンアイ

# こだわり素材のストレート鍋スープ





# ごま豆乳鍋引

有機大豆を使用した豆乳、有機すり ごまを使用した風味豊かな鍋スープ です。

- ●荷姿/600g×8
- ●賞味期間/540日
- ●個包装サイズ/重量620g W140mm×D70mm×H260mm
- ●ケースサイズ/重量5.2kg W234mm×D194mm×H267mm
- ●JANコード/4901033733087

栄養成分表示(100g当たり)			
エネルギー たんぱく質	28kcal 1.8g		
脂 質 炭水化物	1.1g 2.7g		
食塩相当量	1.6g		

※サンプル品分析による推定値



※本品のみの栄養成分値です。具材は含んでおりません。※豆乳の原料大豆は、遺伝子組換えのものと分けて管理したものを使用しています。

※秋冬限定商品です。

# 野菜がおいしいとり塩鍋

風味豊かな国産鶏がらスープをベース に沖縄海水塩「青い海」を加え、玄米黒酢 を隠し味に仕上げたとり塩鍋スープです。

- ●荷姿/600g×8
- ●賞味期間/540日
- ●個包装サイズ/重量620g W140mm×D70mm×H260mm
- ●ケースサイズ/重量5.2kg W234mm×D194mm×H267mm
- ●JANコード/4901033733032

#### 栄養成分表示(100g当たり)

エネルギー	5kcal
たんぱく質	0.6g
脂質	0.0g
炭水化物	0.7g
食塩相当量	1.20

※サンプル品分析による推定値



※本品のみの栄養成分値です。具材は含んでおりません。
※秋冬限定商品です。

# みそちゃんこ鍋

国産素材で作ったみそに、風味豊かな 鰹、昆布、煮干のだしが効いた、コクと うま味のみそちゃんこ鍋スープです。

- ●荷姿/600g×8
- ●賞味期間/540日
- ●個包装サイズ/重量620g W140mm×D70mm×H260mm
- ●ケースサイズ/重量5.2kg W234mm×D194mm×H267mm
- ●JANコード/4901033331047

#### 栄養成分表示(100g当たり)

エネルギー	35kca
たんぱく質	1.9g
脂質	0.8g
炭水化物	5.0g
食塩相当量	1.6g

※サンプル品分析による推定値



※本品のみの栄養成分値です。具材は含んでおりません。 ※みその原料大豆は遺伝子組換えのものと分けて管理したものを使用しています。 ※ 秋冬 限定商品です。

# あっさり醤油味の

小豆島産本醸造丸大豆醤油をベース に、昆布、かつおなどの風味豊かな だしで仕上げた寄せ鍋スープです。

- ●荷姿/600g×8
- ●賞味期間/540日
- ■個包装サイズ/重量620gW140mm×D70mm×H260mm
- ●ケースサイズ/重量5.2kg W234mm×D194mm×H267mm
- ●JANコード/4901033331306

栄養成分表示	(100g当たり)
エネルギー たんぱく 質 質 版 水 化 食塩相当量	4kcal 0.6g 0.0g 0.4g 1.6g

※サンブル品分析による推定値



※本品のみの栄養成分値です。具材は含んでおりません。
※秋冬限定商品です。

# ピリ辛みそ味の

豆板醤の辛みと味噌のうま味を、ほど よい酸味の玄米黒酢で仕上げたキムチ 鍋スープです。

- ●荷姿/600g×8
- ●賞味期間/540日
- ●個包装サイズ/重量620g W140mm×D70mm×H260mm
- ●ケースサイズ/重量5.2kg W234mm×D194mm×H267mm
- ●JAN⊐-F/4901033331320

栄養成分表示	(100g当たり)
エネルギー	31kcal
たんぱく質	1.6g
脂	0.7g
炭 水 化物	4.5g
食塩相当量	1.9g

※サンプル品分析による推定値



※本品のみの栄養成分値です。具材は含んでおりません。 ※みその原料大豆は遺伝子組換えのものと分けて管理したものを使用しています。 ※秋冬限定商品です。

※掲載商品の仕様・価格等は予告なく変更する場合や、取扱いを中止する場合もございますのでご了承ください。

〒444-2193 愛知県岡崎市仁木町字荒下1番地 TEL 0564-27-3747 FAX 0564-27-3716 URL https://www.marusanai.co.jp/

発 行 日 2025年8月1日 発行部数 20,000部

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

# ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

配送日 火コース 11/11 金コース 11/14

提出日

火コース 10/28 金コース 10/31

	商品名	注文数	税込価格		商品名	注文数	税込価格
	千葉産直			5610	グルテンバーガー(缶)180 g		443
5601	(千葉産直)魚好きのための旬にしん水煮 170g		675	5611	グルテンミート(缶)170g		567
5607	(千葉産直)大人の蒲焼(ニシン版) 100g		648	5612	リンケッツ(缶)160 g		657
5623	(千葉産直)おだしがきいた割烹さば水煮 170g		648	5615	かんぴょう ムソー 40g		691
5688	(千葉産直)オイスターオリーブオイル漬け缶 100g	終了	837	5616	有機・玄米クリーム コジマ 200 g		297
5680	(千葉産直)ミニとろイワシ味付け缶 100g		378	5617	有機・玄米粥 コジマ 200 g		216
5681	(千葉産直)とろイワシ水煮缶 150g		497	5618	自然薯入鉄火みそ(袋)無双本舗75g		810
5689	(千葉産直)オイルサーディン缶 100g		443	5621	塩吹昆布 ムソー 35 g		572
				5626	重曹 桜井 300 g		415
	光食品調味料			5450	塩麹 170g		648
5902	有機ミートソース 140g		335	5451	辣油 45g		648
5903	有機麻婆の素 100g		281	5453	有機ハーブソルト 55g		518
5904	有機青椒肉絲の素 100g		281	5454	詰替用・有機ハーブソルト 55g		346
5905	有機回鍋肉の素 100g		281	5458	有機切干大根 50g		443
5906	有機ピザソース 225g		497	5459	有機大豆煮豆 145g		454
5907	有機トマトソース[ガーリック&バジル風味)225g		454	5460	有機金時煮豆 125g		562
5909	関西風お好みソース 300g		389	5461	有機黒煮豆 125g		616
5910	やきそばソース 290g		475	5498	オーガニックエキストラバージンオリーブオイル 180g		1, 359
5911	有機ぽん酢しょうゆ 250ml		497	5499	オーガニックエキストラバージンオリーブオイル 460g		2, 980
5901	チキンコンソメ 10g×8		540	5496	山口特産 有機寒漬 100g		410
5913	有機胡麻ドレッシング 225g		497	5497	有機たかな漬 180 g		410
5914	有機青じそドレッシング 200ml		518	5619	ホットケ-キミックス・砂糖入り 桜井 400g		454
5915	有機うめしょうノンオイルドレッシング 200ml		475	5620	ホットケ-キミックス (無糖) 桜井 400 g		454
5918	オーガニックレモン果汁 180ml		562	5487	米粉せんべい 生姜 63g		454
5912	有機めんつゆ 300ml		583	5488	米粉せんべい きな粉 63g		454
				5489	ごほうびかりんとう しょうゆ 45g		378
				5490	ごほうびかりんとう 生姜 45g		378
	高野山ごま豆腐			5491	ごほうびかりんとう きな粉 45g		378
5675	高野山ごまとうふ・白 120g		162	5609	抹茶きなこ飴 80g		443
5676	高野山ごまとうふ・黒 120g		162	5606	サンコー 赤ちゃんせんべい 14枚		335
5677	高野山金ごまとうふ 100g		162	5624	マルサン 豆漿(ドウジャン) 200ml×24		3, 110
5678	高野山ゴマとうふ 140g		270	5625	マルサン 麦芽コーヒー 200ml×24		3, 629
	尾道ラーメンシリーズ						
5493	尾道ラーメン115g(麺90g)2個セット		518				
5492	尾道いりこラーメン115g(麺90g)2個セット		562				
5494	尾道まぜ麺 130g(麺90g)2個セット		562				
5495	尾道和山椒まぜ麺 130g(麺90g)2個セット		605				
5602	尾道カレーまぜ麺 130g(麺90g)2個セット		605				
5603	尾道生姜まぜ麺 130g(麺90g)2個セット	休止	605				
5466	(白)有機梅酢 200ml		562				
5477	(赤)有機梅酢 200ml		583				

# ムソー 冷凍DEグルメ

配送日

火コース 11/11

金コース 11/14

提出日

火コース 10/28 金コース 10/31

商品番号	商 品 名	容量	注文数	価格(税込)
1737	秋鮭スモークサーモン	40 g × 2		907
1775	天然エビのサクサクひとくちエビフライ	100 g		826
1788	チキンナゲット(秋川牧園)	200 g		659
1789	やきとりセット(秋川牧園) 6本	180 g		994
1790	チキンソースカツ(秋川牧園)	150 g		670
1791	スパイシーささみカツ(秋川牧園)	160 g		670
1792	ピリ辛チキンバー(秋川牧園)	150 g		626
1793	鶏メンチカツ(秋川牧園)	150 g		551
1794	ふんわり卵の親子丼の具(秋川牧園)	180 g		626
1795	とりがらスープ(秋川牧園)	50g×5		670
1796	サラダチキン(むね肉プレーン)(秋川牧園)	100 g		594
1797	ミートボール 2個セット (秋川牧園)	100 g × 2		605
1798	とり餃子(秋川牧園)	195 g		540
1799	からあげ(秋川牧園)	150 g		648
1767	日本のやさしいアジフライ	50g × 4		829
1760	開きホッケー夜干し	1枚		841
1765	まぐろつみれ	180g(11~13個)		545
1766	まぐろ肉団子黒酢あん	160 g (6個)		454
1751	オーガニック ミックスベリー	200 g		764
1754	オーガニック ブルーベリー	150 g		684
1755	無着色たらこ	70 g		780
1756	ベビーほたて <b>15円引</b>	200 g		1, 366
1757	シーフードミックス 4種 <b>20円引</b>	200 g		1, 728
1763	ピザ・北海道マルゲリータ	約18cm		1, 011

# ナチュラルベーカリー ルナ「ピザ生地 冷凍」

「天然酵母食パン」「プチレーズンパン」でお世話になっているNatural Bakery Luna さんにお願いして久保さんの小麦粉を使って作っていただいたピザ生地です。冷凍でのお届けとなります。

原材料:久保さんの小麦粉 発酵種 海塩 てんさい糖 オリーブ油

※自然解凍後 お好きな具材をのせてオーブンに入れ200℃~220℃で10分~20分焼いてお召し上がりください。

商品番号	商品名		容量	注文数	価格(税込)
1588	ピザ生地2枚セット(冷凍) 限	E15	約17cm		588

グループ名 組合員番号 組合員名

# 太陽油脂(パックス)が叮一商品

火コース 11/11 配送日

| 金コース 11/14 提出日 火コース 10/28 金コース

注文数

		組合No.	パックスNo.	商 品 名	数	規格	組合員価格
スキンケア	パックスナチュロン	6001	40221	クリームソープ(無香料)		100 g	242
	ハ゜ックス	6004	40112	化粧石けんE		95 g ×3	561
フェイスフォーム	n°ックスオリー	6005	70025	フェイスフォーム		150mℓ	1, 166
		6006	70027	フェイスフォーム 詰替用		140mℓ	869
ハンドソープ	<b>パックスナチュロン</b>	6008	30863	ハンドソープ 泡ボトル		260mℓ	616
		6009	30865	ハンドソープ 詰替用		450mℓ	891
ヘア	ハ <sup>°</sup> ックスオリー	6010	30869	ヘアソープ(シャンプー) ボトル		450mℓ	2, 178
		6011	30870	ヘアソープ 詰替用		400mℓ	1, 540
		6012	30871	ヘアコンディショナー ボトル		550mℓ	2, 178
		6013	30872	ヘアコンディショナー 詰替用		500mℓ	1, 540
1		6015	30851	シャンプー 泡ボトル		500mℓ	1, 584
	Λ° w h 7 + <b>1</b> - Π \	6016	30852	シャンプー 詰替用		500mℓ	957
ケ	<b>パックスナチュロン</b> -	6018	30856	リンス ポンプ式ボトル		500mℓ	1, 584
ア		6019	30857	リンス 詰替用		500mℓ	957
	ハ゜ックスナチュロン	6024	70307	トリートメント		180 g	1, 716
		6025	30220	オイル		60mℓ	1, 452
ボ	ハ゜ックスオリー	6026	30867	ボディーソープ ボトル		450mℓ	1, 848
デ ィ		6027	30868	ボディーソープ 詰替用		400mℓ	1, 320
ソー	<b>パックスナチュロン</b>	6029	30859	ボディーソープ 泡ボトル		500mℓ	1, 584
プ		6030	30861	ボディーソープ 詰替用		500mℓ	957
デンタルケア	ハ゜ックス	6031	20155	ソルティー石けんはみがき		120 g	506
	ハ゜ックスナチュロン	6032	20156	緑茶石けんはみがき		120 g	946
	<b>パックス</b>	6033	20157	ジェルはみがき		90 g	704
		6034	20136	こどもジェルはみがき		50 g	451
	ハ゜ックスナチュロン	6035	20124	お口すっきりハーブ		50mℓ	1, 287
スキンケア	Λ° ックスナチュロン	6036	70001	フェイスクリアソープ		95 g	1, 320
		6037	70002	フェイシャルローション ボトル		100mℓ	2, 112
		6038	70070	フェイシャルローション 詰替		100mℓ	1, 650
		6039	70003	エモリエントクリーム		35 g	2, 112
	ハ゜ックスオリー	6040	70005	ボディクリーム		110 g	1, 815

グループ名 組合員番号

組合員名

注文数

# 太陽油脂(パックス)が叮・商品

配送日

火コース 11/11 金コース 11/14 提出日 火コース 10/28 金コース

		組合No.	パックスNo.	商 品 名	数	規格	組合員価格
ベビーシリーズ	<b>パックスベビ</b> ー	6041	30800	全身シャンプー		300mℓ	1, 320
		6042	30801	全身シャンプー 詰替用		300mℓ	902
		6043	30802	ハンドソープ		80mℓ	726
		6044	30803	ハンドソープ 詰替用		300mℓ	726
		6045	40240	ベビーソープ(枠錬り)	終売	100 g	748
		6046	70337	うるおいUVクリーム		40 g	1, 100
		6047	70100	ボディークリーム		50 g	770
		6048	70102	オイル		40mℓ	1, 650
ラン	ー ハ <sup>°</sup> ックスナチュロン	6053	30938	洗濯用石けん ソフト		1200mℓ	1, 650
		6054	30940	洗濯用石けん ソフト大容量		4000mℓ	3, 894
		6055	30939	洗濯用石けんソフト 詰替用		1000mℓ	1, 045
ンドリ		6056	30941	洗濯用石けんWパワー		1200mℓ	1, 650
リ   田		6057	30942	洗濯用石けんWパワー詰替用		1000mℓ	1, 045
用		6058	30943	洗濯用石けんドラム		1200mℓ	1, 650
		6059	30944	洗濯用石けんドラム詰替用		1000mℓ	1, 045
衣類の リンス		6060	30946	衣類のリンス		600mℓ	1, 122
		6061	30947	衣類のリンス 詰替用		550mℓ	660
ハウスキーピング		6062	30290	お風呂洗いせっけん ボトル		500mℓ	902
		6063	30291	お風呂洗いせっけん 詰替用		450mℓ	594
		6064	30350	トイレ洗い石けん ボトル		400mℓ	770
		6065	30351	トイレ洗い石けん 詰替用		350mℓ	462
		6066	50150	洗濯槽&排水パイプクリーナー		300 g × 3	1, 320
キッチン用品	n° ックスナチュロン	6068	30107	400番 ボトル		500mℓ	825
		6069	30110	400番 詰替用		900mℓ	1, 034
	ハ゜ックス	6070	30101	200番 ボトル		800mℓ	1, 001
	ハ゜ックスナチュロン	6073	50203	キッチンスポンジ		1個	264