

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	10/14		10/21

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	10/17		10/24



熊本のちと土を考える会 LINE

※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。



## 「竹嶋さんの紅玉」スタート！

今週から竹嶋さん(青森)の「紅玉」が始まります。竹嶋さんは蜂を使った害虫防除や、最低限の有機JAS許容農薬を使用し、安全で美味しいりんごを栽培されています。しかも全品種が袋がけをせずに栽培されており、とっても貴重なりんごです。

りんごは必ず冷蔵庫で保管してください。また、傷みなどのご連絡は配送後1週間までをお願いします。1週間を過ぎた後の返金等の対応はできませんので、1週間で消費できる量をご注文ください。

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

※りんごが入っていた箱は回収しません

「紅玉」りんご好きにはかかせない昔ながらの美味しいりんごです。独特の甘酸っぱさがあり毎年大人気の紅玉です。

901 紅玉 2段詰  
9kg前後 11,058円(税込)

902 紅玉 1段詰  
4.5kg前後 5,761円(税込)

903 紅玉 3玉  
3玉 907円(税込)

909 紅玉B品 2段詰  
9kg前後 9,515円(税込)

906 紅玉B品 1段詰  
4.5kg前後 4,990円(税込)

907 紅玉B品 3玉  
3玉 794円(税込)

2段詰と1段詰は特別注文書(A4)でご注文ください(10/28, 31配送)

## 顔の見える第3世界ショップのチョコレート



特別注文書(A4)でご注文ください(10/28, 10/31配送)

第3世界ショップ(地球食)のフェアトレードチョコレートが今年も始まります。乳化剤や人工香料などの添加物は一切使用せず、原料ひとつひとつにこだわりがある、とてもシンプルなチョコレートです。詳しくはチラシを配布していますので、ご覧になられてください。



第3世界ショップのチョコレートに使用される原材料は、厳選されたこだわりの材料。豊かな自然の中で育てられた原材料は海外の有機認証を取得しています。誰がどこで、どのように作ったかわかる「顔の見える原材料」です。

## 今週は「すきやき特集！」

10月に入り少しずつ気温も下がってきましたので、今週は「すきやき特集」を企画しました。きのこ類にお豆腐、うどん、調味料類などを特価でお届けします。

「ブラウンスイス牛肉」 「神山鶏」

「内田安喜商店」

「こんにやく」



奥出雲地域の山の中で一年中放牧して育てたブラウンスイス牛

・非遺伝子組み換え飼料  
・抗生物質、抗菌剤、不使用

●国産大豆100%  
●海水にがり使用

●消泡剤不使用

・群馬県産有機蒟蒻芋を使用  
・有機認証の製造工場で製造



⊕ 秋分の季節ですね。急に朝晩が涼しくなりクーラーをつけずに生活できて本当に気持ち良い時期になりましたね。昨年末から色々と考えていた事がようやく落ちついてまとまってきました。

これからワクワクがとまらない生き方をしていこうと思います。早速、じゃが芋を定植しました。らっきょうを植えたりして着々と畑になってきました。そろそろ里芋も収穫できるかな。

..9/30 大津町・山本瑞樹..

⊕ 先日は総会が行われました。消費者は日頃の仕事や生活に、生産者は日頃の生産に加えて、毎週のように会議や委員会、行事があるので、大変です。生協組合は、会社のように社長が上意下達するような組織ではなく、素人である私たちが、仲間である組合員を想いながら議論し、合意をえながら、少しずつ前進していきます。正直大変です。

でも他人まかせにしない生き方をしたい人にはピッタリの組織です。40年続いた考える会がまた、1年1年と続いていくせきを見て幸せです。理事皆様ありがとうございます。

..9/30 合志市・高山健也..

⊕ 朝晩は冷えはじめ、秋の気配を感じます。

さて、先月の米と卵の学習会の時に、希望者に有精卵を配ってたのを覚えていますか？21日も、37度をキープして温めるので難しいと思われたのか、誰も持ち帰られませんでした。もったいないので、つれあいと娘がチャレンジしました。結果は、クチバシで卵を割るところまではいったのですが無念。途中、温度が下がったことなどがよくなかったようです。悲しむ娘を励ますべく、一緒に再チャレンジを申し出ました。2回目の挑戦は、やがて7日目。命が動き始めているか、検卵が楽しみです。

..9/30 合志市・高山健也..

⊕ 先週までお米の生育も順調でした。

しかし今週に入り稲が突然倒伏してしまいました。もともと旭一号という品種は倒れやすいと聞いていましたが、過去2年倒れた事がなく油断？していました。同じ品種を育てる農家に話を聞いたところ、やはり倒伏しているとの事でした。来年は品種を考えて米作りを見直そうと思います。

..9/30 西原村・田上直樹..

## 御領ブロック「魚勢の魚で料理会」報告

9/20(土)御領ブロック料理会。21人(子ども10人)

魚勢さんの魚4種類を食べ比べ！魚4種類と、野菜ケースを組み合わせて何を作ろうかと皆で話し合っ決めてました。

- ・コショウダイ→中華風茶碗蒸し ・ギンガメアジ→南蛮漬け ・真鯛→塩焼き ・カンパチ→煮付け
- ・野菜たっぷり中華スープ ・素揚げ野菜(じゃがいも、人参、ゴーヤ) ・さつまいもと蓮根のかりんとう
- ・スイートカボチャ ・生姜入りゆうきスター米・野菜入りお粥
- ・木次乳業でヨーグルトシャーベット



今回もメニュー盛り沢山！どれも美味しく、新しい調理方法を知れてよかったです。魚パックを買った事のない人は、実際に魚を見て、サイズ感や味が分かったので買いやすくなったかなと思います。ご飯の後は、委員会報告と意見交換。久しぶりに参加された方から、「やっぱり委員の人の声や消費者の生の声を聞けるのはいいなと、改めて感じた」との声がありました。レシピを知りたいとの声がありましたので、ぜひチラシに載せてください。

コショウダイの中華風茶碗蒸し

①コショウダイ200gを1口大に切り、(醤油小さじ2、酒小さじ2、ごま油小さじ1、生姜汁小さじ1)に漬ける。

②ボウルに塩小さじ1入れ、湯1/2カップで溶かす。

③卵3個をほぐして、だし2カップを少しずつ入れて混ぜる。

④魚と卵液を容器に入れ、強火2分、中火よりの弱火で12~13分蒸す。

⑤上からかける汁を作る(醤油小さじ1、酒小さじ1、ごま油小さじ1)を混ぜて、茶碗蒸しにかけ、ネギ適量に乗せる。

木次乳業のヨーグルトシャーベット

プレーンヨーグルト(無糖)200g牛乳50gレモン汁 大さじ1砂糖40g材料全てをジップロックに入れて混ぜ、3時間以上冷凍する。



# 野菜・果物だより



## 南瓜がよくできています！

南瓜はカロチンをはじめ、ビタミン類、食物繊維、ミネラルなどをバランスよく豊富に含む緑黄色野菜です。旬は夏ですが保存がきくので、昔から秋～冬の大切なビタミン源として食べられてきたようです。

### かぼちゃのサラダ

「材料」 ・かぼちゃ ・キュウリ ・マヨネーズ

- ① かぼちゃとキュウリは同じ大きさのサイコロ状に切る。
- ② かぼちゃを茹でてさます。
- ③ マヨネーズでかぼちゃとキュウリを和え、冷蔵庫で冷やしておく。

※スライスした玉ねぎを加えても美味しい。

### かぼちゃと玉ねぎの炒め煮

「材料」 ・かぼちゃ ・玉ねぎ ・油 ・塩

- ① かぼちゃは5mmくらいに薄切り、玉ねぎも薄切り
- ② フライパンに油をひき、玉ねぎ、かぼちゃを炒める。途中で塩を加え味をつける。かぼちゃに火が通ったらできあがり。

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

### 「じゃが芋と芽ひじきの煮物」



「材料」 じゃが芋 芽ひじき 油アゲ 油  
だし汁 砂糖 醤油

- ① じゃが芋は3cm角に切り、油アゲは1cmの短冊切りにし、芽ひじきは水洗いして水を切っておく。
- ② じゃが芋、油アゲ、芽ひじきを一緒に油で炒める。
- ③ だし汁、砂糖、醤油を加え、汁気がほぼなくなるまで煮込む。

### 「肉じゃが風」

「材料」 じゃがいも 玉ねぎ 油アゲ こんにゃく  
みりん 醤油 塩 砂糖 酒 油

- ① 玉ねぎはくし形、じゃが芋は一口大に、油アゲは3cm角ぐらいに切る。
- ② こんにゃくは細長く切り、塩茹でておく。
- ③ 玉ねぎを炒め、しなっとしたら油アゲ、じゃが芋、こんにゃくを加えさっと炒める。
- ④ ひたひたになるまで水を加え、砂糖、みりん、醤油、酒で甘辛く味をつけて煮る。

※夏場はトマトを入れて煮込んで美味しく。

3193 有機生芋こんにゃく250g 3127有機生芋糸こんにゃく 250g

群馬県の有機栽培蒟蒻芋を使用し、有機認証の製造工場で製造した有機生芋こんにゃく・生芋糸こんにゃく・有機しらたきです。有機 J A S 認証品です。また、あくぬき済みですので手軽にご利用いただけます。仕込み水は赤城山系の水を使用しています。水酸化カルシウム(こんにゃくの凝固剤)は帆立貝の貝殻を使用しています。



### 貴重な有機栽培こんにゃく芋

こんにゃく芋はデリケートな作物のため、収穫量が毎年大きく変動しますが、その中でも有機栽培こんにゃく芋は全国の生産量の1%にも満たないため大変貴重です。さらに、本品に使用している有機栽培こんにゃく芋は、作物が本来持っている生命力を理解した土づくりを目指して、太陽と自然、土の力を生かした農法と、新しい技術をミックスした有機農業を実践している農場で栽培しています。(有機 JAS 法が誕生してすぐの平成12年に JONA 有機 JAS 認証を取得) 生芋こんにゃくは、皮まで使用しますので残留農薬などの心配がない有機栽培こんにゃく芋であることが特に重要であると考えます。



### 有機栽培の品質維持そして安定供給

こんにゃく芋の栽培には、農薬を使用しないので、雑草対策にマルチで対応しています。また、単品目だけでない輪作体制を作り、連作障害が起きないように配慮しています。そして、年間を通じて欠品することなくお届けしたいという想いから、気候や標高の異なる地に圃場を設けた適地適作、さらにハウス栽培にも取り組んでいます。

### 副原料にもこだわる

副原料にも天然由来にこだわり、凝固剤は北海道産ほたて貝のカルシウム(一括表示には水酸化カルシウムで明記)を使用しています。一般的には、こんにゃく粉を使用し、海藻で色付けするものもありますが、創健社の生芋こんにゃく、糸こんにゃくは、こんにゃく芋を皮ごと使用しています。しらたきは、こんにゃく芋を精粉したものを使用しています。本来の風味を最も楽しめるよう、原料を使い分ける事はもちろん、昔ながらの製法そのままで作っています。



今週のスポット品

税抜き金額より値引きします



すきやき特集！

3195	有機生しいたけ	100g	220円	→ 5円引	1715	神山鶏 もも	270g	766円	→ 10円引
3190	エリンギ	100g	138円	→ 5円引	1716	神山鶏 むね	210g	430円	→ 5円引
3191	えのき	100g	116円	→ 5円引	1723	神山鶏 ミンチ	200g	576円	→ 10円引
1414	ひのくに地豆腐 木綿	140g×2	172円	→ 5円引	2129	冷凍さめきうどん	200g×3	464円	→ 5円引
1415	ひのくに地豆腐 絹	140g×2	172円	→ 5円引	3260	味の母(大)	1.8ℓ	2379円	→ 25円引
1418	木綿豆腐	400g	184円	→ 5円引	3261	味の母(小)	720ml	1102円	→ 15円引
1419	絹豆腐	350g	184円	→ 5円引	3262	春夏秋冬うすいろだしの素	1ℓ	1278円	→ 15円引
1411	寿シアゲ	20g×5	220円	→ 5円引	3263	春夏秋冬だしの素	1ℓ	1278円	→ 15円引
1412	生アゲ	50g	120円	→ 5円引	3193	(板)有機生いもこんにやく	250g	254円	→ 5円引
1413	きぬ厚アゲ	220g	172円	→ 5円引	3127	有機生いも糸こんにやく	250g	286円	→ 5円引
1417	手にぎりがんも	1枚	151円	→ 5円引	3301	にがり凍み豆腐	48g	399円	→ 5円引
1293	(BS)牛赤身スライスセット	200g×2	1542円	→ 15円引	3302	もち麩	25g	330円	→ 5円引
1294	(BS)牛赤身スライス	200g	782円	→ 10円引	3303	車麩	大6枚	305円	→ 5円引
1296	(BS)牛バラ切り落とし	200g	782円	→ 10円引					

今週のスポット品

◆特注品 第三世界ショップ  
チョコレート再開 10円引きセール！



第三世界ショップのフェアトレードチョコレートは、有機栽培で大切に育てられた原材料を使用したオーガニックチョコレートです。カカオ豆をはじめ、厳選した素材そのもののおいしさを最大限に活かすため、乳化剤やココアバター以外の油脂は使用せず、ココアバターを贅沢に使用しています。

今週のスポット品

◆松下かまぼこ店「地魚かまぼこ」再開セール！



(季節商品の為10～5月の取り扱い)

天草の新鮮なエソが原料。天草の自然海塩で練り上げた数々の賞に輝く特製蒲鉾。ぷりぷりした食感でとてもおいしい！

賞味期限:10日 冷蔵

原材料:生エソ100%・天草の自然海塩

・赤酒・昆布エキス・エソだし・砂糖

1430 地魚かまぼこ 140g 764円 → 5円引

今週の特注品

..10/28・31日届け..

☆ライブコットン・快適天然素材2025年⑩

シルク&ウール二重織シリーズ、天然繊維100%を着よう！、天然繊維のおススメ寝具、冬のオススメ小物等々。

☆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。

☆創健社「みんな大好き 麺類特集！」

2ヶ月に1回

創健社のおすすめ麺「ノンフライ麺」「お湯かけ麺」の他、讃岐うどんや、特選そば等の取り扱いです。

☆第三世界ショップ・地球食「カレー・紅茶・ナッツ類」

月1回

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。

☆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。予約注文よろしくお願ひします。

笛木醤油 金笛 春夏秋冬のだしの素



○丸大豆、小麦、天日塩のみを原料とした本醸造の「金笛しょうゆ」をベースとして、かつお節、昆布、しいたけのだしをいかにしたつゆです。

○本醸造しょうゆとだしの醸し出す、豊かな香りとコクは、めん類ばかりでなく種々の料理の味をいっそう引き立てます。

○水にもこだわりました。浄水装置を通した安全な水を使用しております。

原材料(原産地記載):しょうゆ:国内製造(大豆(国産、カナダ)、小麦(埼玉)、食塩(メキシコ))、砂糖(国内製造)、食塩(国内製造)、かつおぶし(国内製造)、酵母エキス(国内製造)、昆布(国産)、しいたけ(国産)ノアルコール(国内製造)

味の醸造(株) 味の母

味の母は「醸造によるソフトな香り」と「みりんのコクのある旨み」が微妙にとけあって、材料の持ち味を一段と向上させます。米と米こうじを原料として日本酒の基(もろみ)を醸造して食塩を加えた、アルコール分を10%以上含む醗酵調味料です。焼物、煮物、そばつゆなどには是非お試しください。

原材料:米(国産)・米麴・食塩



2025年 43-①

配送日

火コース 10/21

金コース 10/24

注文書回収

火コース 10/14  
金コース 10/17

グループ名

組員番号

組員名

注文数合計

記入は赤など目立つ色をお願いします

★印は考える会生産者の農産物や、それを原料に作られたオリジナル商品です

考える会生産者の農産物不使用野菜！ ★農産物ケース		新米入荷！ 2025年産★ゆうきスター米		海産品 冷凍		熊本のお魚の切り身（冷凍）		松下かまぼこ(天草)の練り製品		バター、マーガリン	
○みんなで生産者の生産活動を支援しよう！		93	★玄米(2025年産) 5kg 3978円 <b>1袋限り</b>	2101	開きアジ 2枚 470円 丸正水産	2415		1430	地魚かまぼこ 140g 764円 <b>5円引</b>	2001	北海道バター(加塩)150g 472円
11	農産物ケース 普通	94	★玄米(2025年産) 1kg 818円	2102	塩サバ 2~3枚 562円 丸正水産	2415		1431	ちくわ 50g×3 378円	3333	よつ葉のスキムミルク150g 378円
12	農産物ケース 小	96	★白米(2025年産) 5kg 4795円 <b>1袋限り</b>	2103	丸干し 350g前後 562円 丸正水産	2414		1432	ヤサイチギリ天 150g 378円	<b>塩・砂糖</b>	
NonGMO飼料を与えています		97	★白米(2025年産) 1kg 972円	2116	新巻鮭切り身 2切れ 841円	2414		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
25	★卵パック 10個 499円	3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g 165円	<b>★高山さんのオリジナル加工品</b>		2407		1434	ごぼう丸天 50g×3 382円	3218	小さな海・天日塩 中粒240g 518円
27	★有精卵 6個 499円			2705	★アッキーコチョコキ(高山)200g755円 冷凍 <b>限定</b>	2407		1435	野菜丸天 50g×3 382円	3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g 518円
36	★地鶏の卵 6個 582円			3172	★simpleコチュジャン 120g 528円 冷蔵	2405		1436	イカ下足丸天 50g×3 382円	3214	豊稜塩500g 195円 オーストリ7天日
<b>★特注野菜</b>		3012	★押し麦 500g 612円 福岡・久保さん	2704	★玉ねぎ塩こうじ 230g 634円 冷蔵	2405		1437	たこ丸天 50g×3 382円	3215	豊稜塩5kg 1302円 オーストリ7天日塩
※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。		3062	★島川さんの黒米 150g 347円 おススメ	3173	★麴だけでつくった甘酒 300g 604円 冷蔵			<b>森ノリノ(菊池)の農園納豆</b>		3210	はやさき天日塩 大粒500g 1224円
※B品が不足した時はA品をお届けします		2713	★高山さんのもち麦 150g 347円 限定！	3174	★塩こうじ 230g 604円 冷蔵			1420	板納豆 海想う 80g 360円	3212	はやさき天日塩 小粒250g 970円
※▲の野菜は欠品の可能性があります				2703	★高山さんの トマトの水煮900ml 1509円			1421	パック納豆 海想う 40g×2 360円	3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g 598円
★ゆうきスターの米麴(高丸さん・高山さん)		3168	★ゆうきスター米の米麴(冷凍) 200g 401円	<b>豆腐・あげ類(内田安喜商店)</b>		<b>●神山鶏 冷凍</b>		1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 372円	3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 584円
111	★じゃがいも 1kg 348円	3165	★ゆうきスター米の米麴(冷凍) 500g 913円	1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 172円 <b>5円引</b>	1715		<b>冷凍品 静岡県産うなぎおすすめ！</b>		3223	てんさい糖(北海道産) 650g 519円
113	★じゃがいもB品 2kg 348円			1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 172円 <b>5円引</b>	1716		2120	うなぎの蒲焼長焼き110g 2981円	3226	きび粗糖 500g 328円 (種子島産)
127	玉ねぎ(北海道産) 800g 391円	<b>★本田さん(畑台所 H-farm)オリジナル加工品</b>		1418	木綿豆腐 400g 184円 <b>5円引</b>	1717		2121	うなぎの蒲焼カット80g 2549円	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 ▲	2519	★米粉ネットキックス(h-farm) 200g 755円	1419	絹豆腐 350g 184円 <b>5円引</b>	1718		2129	冷凍さぬきうどん 200g×3 464円 <b>5円引</b>	3227	黒胡椒(粒) カレの壺 <sup>ペ</sup> ヲハ <sup>ハ</sup> -20g 432円
141	★里いも 1kg 438円	2516	★乾燥レンコン 25g 378円	1410	豆乳 500ml 341円	1719		<b>海産物</b>		<b>松合食品のしょうゆ 他</b>	
145	★里いもB品 2kg 438円	<b>★元気豚の加工品 冷凍</b>		1408	大揚 1枚 161円	1720		2039	焼のり 全型20枚 1164円 成清海苔店	3234	靴しょうゆ 150ml 694円
151	★からいも 1kg 416円	1311	★元気豚しゆまい30g×6 705円	1409	さざみ揚げ 1袋 131円	1721		2050	煮干しいりこ ムソー 100g 540円	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	1313	★元気豚肉まん 75g×2 436円	1411	寿しアゲ 20g×5枚 220円 <b>5円引</b>	1722		2044	阿波屋だし 8g×30 1983円 松合食品	3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1234円 松合
156	★紫からいも 1kg 416円	1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 733円	1412	生アゲ 50g×1枚 120円 <b>5円引</b>	1723		2018	おだし用かつお節粉末100g 664円	3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1234円 松合
165	★レンコン 400g 348円	<b>★島川さんの「阿蘇」元気豚 冷凍</b>		1413	きぬ厚アゲ 220g 172円 <b>5円引</b>	1724		2019	おだし用混合節粉末100g 616円	3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 631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	1417	手にぎりがんも 1枚 151円 <b>5円引</b>	1725		2008	塩ワカメ200g 262円 冷蔵 有明海産	3289	まるやか旨酢タレ400ml 602円 松合
180	★生姜 150g 240円	1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2459円	<b>ブラウンスイス牛肉 入荷しました</b>		1727		2045	天然利尻こんぶ 40g 617円	3260	味の母(大)1.8L 2379円 味のー醸造 <b>25円引</b>
181	★生姜(徳用) 500g 777円	1002	★元気豚バラスライス250g×2 1153円 限定	1293	(BS)牛赤身スライスセット 200g×2 1542円 <b>15円引</b>	1728		2022	花かつお削り 100g 451円 山川産	3261	味の母(小) 720ml 1102円 味のー醸造 <b>15円引</b>
262	★ビワの生葉 10枚 212円	1005	★元気豚モモしゃぶ用250g 681円	1294	(BS)牛赤身スライス 200g 782円 <b>10円引</b>	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品		2023	かつおパック(3g×4)×2 413円 枕崎産	3262	春夏秋冬うすいろだしの素1L 1278円 <b>15円引</b>
		1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用250g 722円	1296	(BS)牛バラ切り落とし 200g 782円 <b>10円引</b>	1451		2024	とろろ昆布 40g 341円 北海道産	3263	春夏秋冬だしの素 1L 1278円 <b>15円引</b>
		1014	★元気豚ミンチ 200g 444円	1288	(BS)牛ミンチ 200g 722円	1452		2025	かんてん雪椿(フレーク7g) 203円	<b>原料にこだわった 味噌</b>	
		1015	★元気豚ミンチセット200g×2 867円	1289	(BS)牛ミンチセット 200g×2 1422円	1453		2027	干しサクラエビ 5g 596円 創健社	3205	無農薬あみそ2kg 2038円 松合
		1028	★元気豚ミンチセット徳用 200g×5 2127円	1299	(BS)合挽きミンチ 200g 570円	1454		2029	あおさ 25g 471円 天草本川海産	3208	無農薬玄米合わせみそ 500g 1006円 松合
		1007	★元気豚モモブロック500g 1202円	1298	(BS)合挽きミンチセット 200g×2 1121円	1454		2031	国産芽ひじき20g 242円 天草本川海産	3207	★古庄さんの麦みそ(無農薬裸麦)750g 937円 休
<b>ナチュラルベーカリー ルナ</b>		1008	★元気豚バラブロック500g 1153円 限定	<b>★島川さんの阿蘇元気豚を使った ウィンナー・ハム・ベーコン 冷凍</b>		1455		2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 454円	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g 937円 休
1586	天然酵母食パン 1斤 462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	1456		<b>お酢 他</b>		<b>油(庄津一香搾り)</b>	
1587	プチレーズンパン 3個 279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	1459		3229	ゆず香るかんたんなま酢 150ml 501円	3240	なたね油(大)1650g 2093円 坂本製油
1590	メロンパン 1個 274円	1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 929円	1082	★バラベーコンスライス 100g 588円	1465		3239	飲むにぎり酢(甘夏果汁入り)300ml 999円	3241	なたね油(小)825g 1212円 坂本製油
1596	黒糖クルミパン 1個 278円	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	1466		3251	玄米酢(小)0.9L 1605円 松合食品	3242	なたねしらしめ油(大)1650g 2093円
<b>伯爵(ほうき)のきのこ 鳥取県 人気!</b>		1012	★元気豚ヒレ 300g 1291円	1085	★粗挽きフランクフルト 180g 1059円	1467		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>	1011	★元気豚軟骨 300g 362円	1086	★ちっちゃなウィンナー 200g 1177円	1468		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	有機生クラゲ 60g 193円	1019	★骨付きバラ肉(カット)500g 930円	1087	★粗挽きウィンナー 110g 647円	1469		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	<b>竹嶋さん(青森)のりんご</b>		1088	★粗挽きウィンナーセット 110g×2 1266円	1471		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
<b>北村きのこ園(鳥取)</b>		903	紅玉 3玉 907円	1093	★生ウィンナー 5本(110g) 647円 ※必ず火を通してお召し上がり下さい。	1472		3258	ゆずポン酢 300ml 666円 丸島醤油	3247	紅花油 660g 1873円 坂本製油
3190	エリンギ 100g 138円 <b>5円引</b>	907	紅玉B品 3玉 794円			1476		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>					1474		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 ( )

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 限定	終	3341	アショカインドカレー手作りセット 52g 625円	3711	★久保さんの麦茶500g583円	3503	★高丸さんの玄米ぼんせんべい8枚 427円	4001	ハーブの香り液体石けん800ml 1263円	4059	トレットパター 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135g 540円	3712	★昭人さんのごぼう茶50g 675円	休		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		
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g649円	休	3345	辛口植物素材のカレー135g 540円	3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g735円		<b>創健社のお菓子</b>	4003	ハーブの香り粉石けん1.8kg 1517円	4073	オキシジェン ダストバック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135g 540円	3715	ハト麦茶 400g 561円 かめま		3504	梅エキスクャンディー 75g 430円	4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗剤500g 561円	4069	天然蚊取り線香「mone」10巻 471円限定 終了	
3124	胡参竹水煮たけのこ120g 400円		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	百年はちみつのだし 51g 551円	4007	アルカリウォッシュ500g406円地の塩	4070	菊花せんこう(6時間用)30巻1275円	
3128	九州産たけのこ水煮 120g 400円		3347	コーンシチューフレーク180g584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)600g595円	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1275円	
3129	九州産細切たけのこ水煮 90g 310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			4008	クエン酸 300g 505円 地の塩	4062	ムッキーちゃん 1個 498円		
3193	(板)有機生いもこんにやく250g254円 <b>5円引</b>		<b>梅肉エキス、ハチミツ、ジャム</b>		3725	下田さんの冷茶 6g×10 551円		<b>マルシマのお菓子</b>	4011	くまモンのお掃除重層 600g 337円	4057	オーガニック化粧用コットン8×10g 48枚 503円		
3127	有機生いも糸こんにやく250g286円 <b>5円引</b>		3318	梅エキス・粒 90g 3540円創健社	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 551円		3558	ひねくれきなこ 96g 341円	4010	ウォッシュ・ウォッシュ液体石けん(無香料)2L 1683円			
3134	きくらげ(熊本産)20g 510円	終了	3319	梅エキス 90g 3540円 創健社	3702	紅茶7-ルイ(藤本製茶)3g×10 716円			4029	ミセル固形石けん5個 548円 白井油脂	<b>酒類 20歳未満の飲酒は法律で禁止されています</b>			
3301	にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48g 399円 <b>5円引</b>		3224	県産ハチミツ(大)1kg 5211円	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g1296円		<b>サンコーのお菓子</b>	<b>手洗い、浴用、洗顔、シャンプー</b>					
3302	もち麩 25g 330円 田辺麩店 <b>5円引</b>		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	<b>料理酒</b>		
3303	車麩 大6枚 305円 マルヨネ <b>5円引</b>		3320	マーマレード 200g 572円	3737	しょうが湯 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	
<b>調味料(ソース、ドレッシング等)</b>			3321	ピーナツクリーム150g 529円 創健社	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 375円	4023	無添加石けん 135g 322円 白井油脂	3811	特選・料理用自然酒720ml 1582円	
3285	ゆずごしょう 40g 429円		3279	メープルシロップ 330g 1598円	3729	パロ・ブランコーヒー粉 150g 1013円		3548	ミレービスケット 165g 386円	4024	よもぎ石けん100g×4 1068円 地の塩	<b>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)</b>		
3286	練りからしチューブ49g 397円		<b>宮崎県産 国産ごま(無農薬)</b>		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40g452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 839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	ちのしおパティ-泡の全身ソープ330ml 931円 限定	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	<b>光食品のジュース類</b>			3518	牛乳かりんとう 100g 275円	4031	詰替・ちのしおパティ-泡の全身ソープ280ml 505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	3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 496円		3507	うずまきパウムクーヘン69.5g 242円	4020	デンシーハミガキ 80g 507円 ムソー <b>限定</b>	終	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18493円
3276	濃口ソース 300ml 507円 創健社		<b>★考える会オリジナル乾麺</b>		3785	1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4792円		3516	磯辺巻 40g 330円	4035	炭シャンプー 390ml 954円 地の塩	<b>ワイン、自然酒・ビール</b>		
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	3745	人参ジュース160g×3缶611円 ひかり無農薬原料			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	3746	1箱人参ジュース160g×3缶5930円 無農薬原料		<b>浅漬けの素 漬物</b>	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	★そうめんふしめん 180g 430円	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶595円		3281	7ヶ月浅漬けの素(ぬか漬け風味)500ml 617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	3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5770円		3306	本干したくあん 200g 716円 ムソー 限定 休	4034	ナチュラル石けんはみがきジェル 80g505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 290g 683円 ムソー		3393	★徳用手延べうどん180g×5袋 2330円	3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 496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		
3272	胡麻ドレッシング390ml 1080円		3395	★うどんふしめん 180g 430円	3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4792円			4018	石けんシャンプー-専用リンスN(詰替)400ml 763円	3835	有機栽培ブレイブブルー(瓶)330ml×12本 4233円		
<b>小麦粉・雑穀・豆</b>			<b>麺類</b>		3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 496円			4019	泡で出でくるパティ-ソープ(詰替)1500ml 1346円 <b>別に泡ボトルが必要でず</b>	3836	有機栽培ブレイブブルー(瓶)1本 379円		
3047	★ゆうきスター米粉(白米)300g 491円 <b>限定</b>	休	3362	くず切り 90g 474円 廣八堂	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4792円		<b>ふりかけ・缶詰</b>		4039		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>	休	3366	ロングパスタ(スパゲティ)400g 530円	3772	オーガニックぶどうジュース160g3缶 562円		3325	のり佃煮(瓶)95g 408円 創健社		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) <b>5円引</b>		3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 452円	3773	オーガニックぶどうジュース160g3缶5450円		3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 474円	<b>ボックス(太陽油脂)商品</b>		<b>40周年記念イベント手拭い</b>		
3011	★強力粉500g491円 福岡県・久保さん(無農薬)		3370	醤油らーめん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		3305	えびいりこふりかけ 40g 430円	4041	ボ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	塩らーめん3食 661円 創健社	3781	1箱オーガニックりんごジュース190g3缶5129円		3326	ベニ花オイルのツナ缶 90g 562円	4042	パックスチャロン 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	味噌らーめん3食 661円 創健社	<b>創健社ジュース</b>			3327	さば味付け缶 190g 463円 創健社	4043	パックスチャロン リップクリーム3.5g 729円	<b>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。</b>		
3097	北海道産 黒豆 200g 509円(無農薬)		3373	博多風らーめん3食 727円 創健社	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 397円		3328	いわし味付け缶 100g 430円 創健社	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1459円	<b>◇マル球産業株式会社</b>		
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g226円		3374	四川風らーめん3食 777円 創健社	3755	1箱丹沢サイダー250ml×3缶 3856円		3348	グリーンライ味噌汁5食674円	4045	パックス酸素系漂白剤ボトル430g 617円	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>	
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				3349	グリーンライ味噌汁(ほうれん草キャベツ)5食674円	4046	パックス酸素系漂白剤詰替用500g 617円	4085	スープの力DX 標準価格50600円 <b>期間限定価格46200円</b>	
3309	片栗粉 200g 286円 桜井		3384	4食入さくらの焼きそば114g×4 903円						<b>化粧品</b>		4096	スーパーカッター力くん 標準価格36300円 <b>期間限定価格31900円</b>	
3096	★地大豆きなこ 100g319円		<b>竹嶋有機農園</b>					<b>本田さんの肥料</b>		4050	つばき油 92g 1683円 坂本製油			
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)1L 997円(竹嶋りんご)				4109	★これ一つで野菜が作れる配合肥料 5kg/5m分 1540円	4051	スキンケアイソニンオイル30ml 1250円			
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						4064	馬油(液状)55ml 1966円 ソンバーク			
			3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5798円						4053	★へちま水(原液)300ml 855円			

縦合計 ( )

No.43

グループ名	組員番号	組員名	注文数
-------	------	-----	-----

## 卵 11月予約注文書

提出日

火コース 10/14

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
4日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
11日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
18日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
25日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	

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。

## 卵 11月予約注文書

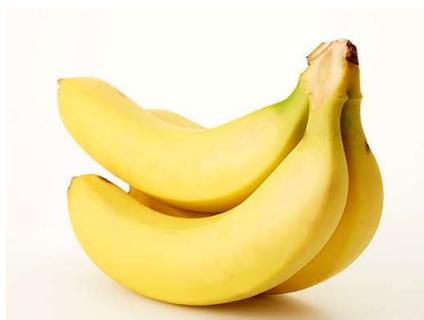
提出日

金コース 10/17

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
7日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
14日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
21日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
28日	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5 k g	3,643	
	22	普通卵 3 k g	2,186	
	23	有精卵 3 k g	3,643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	

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。

## 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)542円(込)	11/4(火)		11/7(金)	
		11/11(火)		11/14(金)	
		11/18(火)		11/21(金)	
		11/25(火)		11/28(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。

# No.43 特別注文書-B

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

配送日

火コース 10/28

金コース 10/31

提出日

火コース 10/14  
金コース 10/17

## 竹嶋さんのりんご箱入り企画



イメージ写真

### 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

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えます。

コード	商品名	注文数	価格(税込)
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

**りんごポリフェノールは、皮に多い。**

りんごポリフェノールには、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。

**ベクチンがおなかの調子を整える**

りんごに含まれるベクチンには、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、大腸ガンの予防にもつながります。ビ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パワーアップします。

**生活習慣病を近づけない**

りんごベ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。ベ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、料理に使用してもジャムにしてもOK。

**医者知らず**

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、りんごベ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。

# No.43 特別注文書-B

グループ名	組合員番号	組合員名	注文
数			

配送日	火コース <b>10/28</b>	金コース <b>10/31</b>	提出日	火コース 10/14	金コース 10/17
-----	-------------------	-------------------	-----	------------	------------



## 創健社のおすすすめ麺 (2ヵ月1回)

創健社の麺類いろいろ、2ヵ月に1回の企画です。  
お見逃しなく！

商品No.	商 品 名	注文数	価格
<b>●有機JAS認定のノンフライ麺</b>			
5575	有機ノンフライ即席ラーメン(スープなし) 75g×3		599
5576	有機ノンフライ醤油ラーメン 110g×3		923
5577	有機ノンフライ味噌ラーメン 121g×3		923
5578	有機ノンフライ塩ラーメン 110g×3		923
<b>●お湯かけ麺</b>			
5564	お湯かけ麺 チキン醤油ラーメン 75g×3		729
5565	お湯かけ麺 シーフードしおラーメン 73g×3		761
5567	お湯かけ麺 わかめそば 72g×3		729
5568	お湯かけ麺 鳥南ばん味そば 71g×3		729
5569	お湯かけ麺 植物素材カレーうどん 81g×3		778
5570	お湯かけ麺 わかめうどん 72g×3 <b>☆一番人気!</b>		761
5572	お湯かけ麺 コラーゲン味噌ラーメン 75g×3		745
<b>●創健社の麺類いろいろ</b>			
5547	ベジとんこつ風らーめん 100g×3		794
5558	特撰そば 200g		497
5561	ソース焼きそば 111.3g×3		648
5563	発芽玄米らーめん 103g×3		713
5592	国産小麦の讃岐うどん 240g		270
5593	厳選干しうどん伝統製法讃岐うどん 250g		270
5667	湯麺(タンメン) 112g×3		842
5668	酸辣湯麺(サンラータンメン) 111g×3		794
<b>すこ〜しお買い得!</b>			
5560	らーめん5種15袋セット(みそ3 塩3 四川3 博多風3 醤油3)		3,433