

2025 11月4週号No48 おかげさまで41年!

考える会士士公式ライン

火曜コース

提出日

11/18

配送日

11/25

金曜コース 提出日

配送日

11/21

11/28



※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。営業日の電話対応は9:00~17:00までとなります

↑ゴーバルさんのギフト「風格」

「冬半フト」受付スタート!

冬のギフトカタログ「2025大地から冬のおくりもの」を配布しております。 今年も厳選した商品をご用意しました。考える会オリジナルの他では手に入 らない農畜産物ギフトを中心に、いろんなメーカーさんからのギフト商品を ご紹介しています。この夏のギフトはぜひ考える会をご利用ください。

お正月準備セール お正月準備企画としまして、今週から4週間週替わりで調味料類等いろんな商品を特価でお届けしていきます。対象商品は裏表紙で紹介しています。

「春夏秋冬だしの素」 人気商品!



創業200年の伝統手法により、国産丸大豆、小 麦、天日塩のみで作られた本醸造醤油をベー スに、かつお節、昆布、椎茸のだしをいかし た本格的なつゆです。春夏秋冬四季を通して いろんな料理にあいます

○人気商品です!是非おためしください

3262 すいろだしの素 1278円(税込) 15円引 3263 春夏秋冬だしの素

1278円(税込) 15円引

味の一醸造「味の母」人気商品!



1本で二役!(みりんと料理酒)の効果

米・米麹を原料としてもろみを醸造し、塩 を加えて熟成させた発酵調味料。みりんの 旨みとお酒の風味を合わせ持っています。

○人気商品です!是非おためしください

3260 味の母(大) 2379円(税込) 25円引

3261 味の母(小)

720 Q 1102円(税込) 15円引

「小さな海」天草塩の会



生命の塩を求めて天草の美しい 海でおいしい塩を作っています。 「海水をそのまま結晶させる」 何かを入れたり、何かを減らし たりと海水には一切手は加えま せん海まるごとの塩が「小さな 海」です。

240a 518円(税込)5円引

3218 小さな海天日塩(中粒) 3219 小さな海釜炊き塩(小粒)

240a 518円(税込)5円引

「はやさき天日塩」自然食研究会



天草の豊かな海と太陽の恵みが、塩一粒 一粒に凝縮されたこだわりの天日塩です。 熊本県天草の北西にあたる五和町はイル カも生息する自然豊かな海があります。 その五和町の海岸より海水を汲みあげ、 これを結晶棚に入れて結晶化させ出来上 がった塩が完全天日塩『はやさき』です。

3210 はやさき天日塩(大粒)

500a 1224円(税込) 15円引

地元天草の美しい海から生まれた「天草の塩」! オススメです

予約2回目 「お正月用食材」 ご注文忘れはありませんか?

お正月用の「お餅、練り製品」などの予約注文2回目 です。先週も同じ注文書を配布していますので重複 注文にはご注意ください





お正月食材は特別注文書(A4)でご注文ください

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 雷話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



歩 ようやく秋らしくなりました。昼間は暖かいですが夜は冷え込む ようになりました。今年は気温が高かったので阿蘇高菜の播 種をまだ行っていませんが28日に種まきを計画しています。 うまく雨が降ってくれると発芽もうまくいくので31日に期待して います。

11月には収穫祭、木愛祭とイベントが待っています。お会いできる事を楽しみにしています。

··10/27 阿蘇市·島川和也··

⇒ じゃが芋、にんにく、長ネギ、葉物野菜の種まきが終わり、野菜も順調に育っています。特にじゃが芋は過去一番の出来で収穫が楽しみです。

これからは玉ねぎの苗植えや来春に向けて種まきをしていこうと思います。

··11/4 西原村·田上直樹··

□ 10月が暖かかっというか暑かったので、畑では葉物野菜が生育が早く小松菜なども播種して1ヶ月くらいで出荷出来るくらいの大きさになりました。暑いといっても中山間地ではあり虫食いの害はあまりなかったので秋の気候ではあるようです。しかし大根が獣対策が遅れ芽が出て間もない大きさのものがかなり鹿に食べられました。急いで対策しました。

··11/3 御船町·石脇祐介··

生産者だより(10/31 ラインメッセージより)

南阿蘇村の御木です。急に冷え込んできましたね。

阿蘇では先日、初霜が降りました。

8月末に入れたヒヨコたちはすっかり大きくなりまして、見た目はほとんど二ワトリです。羽もフサフサに生え揃って、これならこの寒さも心配なさそうです。 11月には次のヒヨコたちを鶏舎に迎え入れます。むしろ心配はそちらのほうですね。

夜間の冷え込みにも耐えられるように、自宅はそっちのけで冬支度をしております。ありがたいことに、1羽も欠けることなく元気に育つ鶏たち。

次の100羽も、大切に育てていきます。

タマゴの産み始めは来年2月中頃の見込みです。

-番待ち遠しいのは私かも知れません(笑)







~行事予定~

しいたけ狩り

11月 15日(土) 10:00~ 昭人さんの畑

「しいたけ狩り」について

10月21日に火曜コースでお配りした「11月15日 しいたけ狩り」チラシの中で、しいたけの購入金額を 1kg=150円としてましたが、100g=150円の間違いでした。申し訳ありませんが、参加を検討されている方はご確認をお願い致します。

考える会 掲示板

□実名 □イニシャル □台所ネーム (コワンキー

今回、ケス麦プルトに「虫食いの葉物」について書かれていました。読んでみてこの合に入りたこのは見、「苦はレース状になった白菜などを、届けるしかない時もあり、そんなくなりなりを受け入れてくれた。合見さん達のおかけで、この会か、あります」と話されていたことを思い出しました。和も初めは養きました。
今は、「こんなに虫さん産、食べまくって、くえんじあいしゃらたんだわり、と見えるようになりました。自然・安全等一。今後女よろしくお願しいたいます。
あと、前回、いらあんの作り方(電気釜で)、とても参考になり、大好きな、世人でいを作るのにずぶ分楽になりました。いちをしらはい注文しますね。
ありかどうございました。

野菜・果物だより

「はやとうり」

大正の初期、鹿児島に導入され薩摩隼人にちなんでこの名前がついたそうです。 サラダや和え物、炒め物、煮物などなど、いろいろと使えて保存がきく便利野菜です。

◆炒め物

生のまま薄切りや細切りにして炒め物に使います。炒めすぎると食感を損ねるので、短時間でさっと炒める様にしましょう。豚肉との相性もいいですよ。

◆スープに

細切りや小さめのダイス状にカットしたものをスープや味噌汁の実に使います。

◆いろんなお漬物に!

「ハヤトウリの豚肉炒め」

「材料」ハヤトウリ、豚肉、油、塩、コショウ

- ① ハヤトウリは縦2つに切り、皮をむいて種をとりだし2~3mmに切る。
- ② フライパンを熱して油を入れ豚肉を炒めて、ある程度火が通ったらハヤトウリを入れて炒める。
- ③ 塩、コショウで味を調える。



- ① ハヤトウリは縦半分に切ってから薄い半月に切り、塩少々で
- ② 油と酢を2:1の割合で合わせ、塩、コショウ、砂糖を少々加えて ドレッシングをつくり、①にかけて混ぜ合わせる。

「ハヤトウリの煮物」

「材料」ハヤトウリ、鶏肉、だし汁、醤油、みりん

しんなりするまでもむ。

- ① ハヤトウリは縦4つに切り、皮をむいてから一口大に切る。
- ② 鶏肉は一口大に切る。
- ③ だし汁に醤油、みりんで薄味をつけ、煮立ててから鶏肉を入れ、鶏肉がざっと煮えたところに①を入れ、やわらかくなるまで煮る。 ※すく煮える簡単料理。肉を使わなくてもよい。

京都使い捨て時代を考える会 安全農産供給センター 大谷ゆみこ著「野菜だけ?」より

キシコなどでは、3千年も前から栽培されていました。コロンブスの時代にヨーロッパに渡り、日本への伝来は中国経由で17世紀初頭です。最初に沖縄、鹿児島などに伝わったことから「琉球イモ」「薩摩イモ」とよばれていました。

江戸中期には救荒作物として 栽培が推奨され、全国に普及。 現在栽培されている品種は約60 種類です。ねっとり系の「紅は るか」「安納芋」、ホクホク系の 「紅あずま」「鳴門金時」などのほか、焼酎の原料にもなる「黄金 ・大きなが大気です。

でんぷんのほかに甘味のもと のブドウ糖や果糖などが多く、 主食にもなります。

サツマイモのビタミンCは比較的熱に強く、8割も残ります (皮付き生25mg 蒸し20mg 皮なし生29mg 蒸し29mg)。

豊富な食物繊維は便秘にも有効です。サツマイモを切ったときに染み出る白い液はヤラピンで皮の近くに多く、食物繊維と

9月の旬

サツマイモ



^{薬剤師} 橋本紀代子 ともに便通を改善しますが、胸 焼けの原因ともいわれます。

利尿作用のあるカリウムや骨を作るカルシウムも豊富です。 果肉が黄色いサツマイモには、 β -カロテンが含まれています。

おいしい食べ方と保存法

掘り起こしたサツマイモは、 洗わずに1個ずつ新聞紙に包み、 10~15℃で追熟させると、でん ぷんが糖化し甘味が増します。

炊飯器の釜に水1合を入れ、皮付きのサツマイモ2本を6~8個に切って入れ、炊飯のスイッチをオンにするだけで、おいしいおやつに。サツマイモご飯は、米2合、塩小さじ1、サツマイモ中1本を用意します。皮付きのまま1cmのサイコロ状に切ってから水にさらし、米・塩と一緒に炊飯器で炊きます。

八丈島では生のサツマイモの 皮をむき、薄くまたはスティッ ク状に切って2週間ほど乾燥さ せたものを「きんぼし」といい、 きんとんなどにします。

今週のスポット品



お正月向け調味料セール

3213 はやさき水にがり	300 cc	1224円	→ 15円引
3218 小さな海・天日塩 中粒	240g	518円	→ 5円引
3219 小さな海・釜炊き塩 小料	240g	518円	→ 5円引
3214 豊穣塩	500g	195円	→ 5円引
3215 豊穣塩	$5\mathrm{kg}$	1302円	→ 15円引
3210 はやさき天日塩 大粒	500g	1224円	→ 15円引
3216 詰替用・粗挽き塩胡椒	150g	598円	→ 10円引
3222 純黒糖粉	250g	584円	→ 10円引
3223 てんさい糖	650g	519円	→ 5円引
3226 きび粗糖	500g	328円	→ 5円引
3217 氷砂糖	$1\mathrm{kg}$	723円	→ 10円引
3227 黒胡椒(粒)カレーの壺	20g	432円	→ 5円引
3234 糀しょうゆ	150ml	694円	→ 50円引
3260 味の母(大)	1.80	2379円	→ 25円引
3261 味の母(小)	720ml	1102円	→ 15円引
3262 春夏秋冬うすいろだしの素	10	1278円	→ 15円引
3263 春夏秋冬だしの素	10	1278円	→ 15円引

今週の特注品

・・12/2・5日届け・・

☆お正月食材

予約品・12/27届け

生産者オリジナルの「お餅」をはじめ、松下かまぼこ店の練り製品等お 正月食材の予約注文です。注文忘れのないようご注意ください。

☆ムソー「おせち料理」予約

予約品・12/27届け

ムソーが料理に込めた思いと伝統の味と素材にこだわった逸品をお届け します。①~⑤は直送となります。その他は27日の年末合同配送時にお 届けします。

☆創健社「みんな大好き 麺類特集!

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」

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。

☆クックたかくらの冷凍お惣菜

月1回

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

☆harepan (はれぱん)

月1回 翌週届け

会の組合員さんで阿蘇郡西原村の小さな工房の一人ぱん屋さん。 季節の酵母を使った美味しいぱんをお試しください。

☆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ケ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し、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いします。

今週のスポット品

あったか飲み物セール

3711	★久保さんの麦茶	500g	583円	→	10円引
3710	★古庄さんのハブ茶	500g	735円	→	10円引
3715	ハト麦茶	400g	561円	→	10円引
3721	下田さんの釜炒り茶	90g	551円	→	10円引
3728	下田さんの釜炒り茶ティーパック	$2g \times 15$	661円	→	10円引
3722	下田さんの釜炒り粉末茶	50g	551円	→	10円引
3725	下田さんの冷茶	$7g \times 15$	551円	→	10円引
3701	紅茶(藤本製茶)	3g×10	551円	→	10円引
3702	紅茶アールグレイ(藤本製茶)	3g×10	716円	→	10円引
3703	岳間茶蒸し茶(藤本製茶)	200g	1296円	→	15円引
3704	岳間茶得用くき茶(藤本製茶)	300g	918円	→	10円引
3737	しょうが湯	20g×5	435円	→	5円引
3738	花梨はちみつしょ う が湯	12g×5	501円	→	5円引
3729	パロ・ブランココーヒ一粉	150g	1013円	→	15円引
3732	有機インスタントコーヒー(瓶)	100g	1697円	→	20円引
3733	有機インスタントコーヒー(詰替)	80g	1410円	→	15円引
3735	こんぶ茶	80g	711円	→	10円引

♥私のお気に入り商品

・・ひらまるえりさんより・・

〈藤本製茶 ひの紅茶〉

紅茶。ア、ストレートで飲むと渋み?があってないと話手… と思ってました。でもこの紅茶は渋みがなくてひらりゃ

看りも良くておいしいか 濃いめにして、豆乳を入れて飲む

のにハマってますの子でもたちもおいしいりといれの分を受めて しまいます(変) (まっとできます

自園・自製 無農薬釜炒り茶 しもだ茶園

1985年から化学肥料・化学農薬・除草 剤を一切使用せず、全て手作業で栽培 しています。安心と安全、美味しさをお 届けするために土づくり、茶摘み、茶工 場での製品づくり茶袋に詰めるまで一 貫して行っています。



下田さんの釜炒り茶

生葉を400℃の高温の釜で 炒って仕上げる製茶法。蒸し て仕上げる方法が一般的なた め、この釜炒り茶は幻のお茶 となっている。香りが高く、特 有の渋味と甘味が特徴です。



釜炒り粉末茶

カテキン・ビダミンC・クロロ フィルたっぷり。栄養 まるごと飲めるお 茶です。体にお肌 にOK!お料理や お菓子作りにも

☆冬ギフトカタログお届けします!

今年も大切な方に贈るギフトは安心安全なものを送りたいですね。 「考える会」「ゴーバル」「木次乳業」「創健社」「ムソー」5種類のカタログ をセットにしてお届けしておりますので、ご利用よろしくお願いします。



~お正月の準備をしよう~ 餅つき&しめ縄づくり

熊本いのちと土を考える会 2025年11月11日 リトルファーマーズ

考える会で今年とれたもち米をつかって、もちつきをしましょう!つきたてのお餅は格別です」 しめ縄つくりもありますよ~!お待ちしてます!





日時 12月20日 (土) 10時~14時

場所 考える会益城事務所

益城町宮園401 096-286-0460

参加費 大人1000円 小学生500円 幼児(3歳以上)300円 ※参加費には昼食代含みます。別途保険代100円が、全参加者かかります。

持ってくるもの

マイ食器(皿、おわん、箸、コップ)、飲み物、エプロン、三角巾、しめ縄を持ち帰るための袋、防寒具、あればハサミ、しめ縄 用のつけたい飾りなど

組合員外の参加もオッケーです!

連絡先070-9040-4685(山本友希)

参加時	申しぇ	込み
シカH‐	アレバ	ニリア

) ブロック (

) グループ 代表者連絡先(

名前	子ども年齢

申込締切 11/28 (金) 隔週注文の方 はお電話でも 申込受け付け ます! 2025年 48-①

組合員番号

注文数合計

組合員名

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

N. 11/	20 並 - 入 11/20	<u>w</u> - × 11/21		<u> </u>	
考える会生産者の農業不使用野菜!	新米入荷!2025年産ゆうきスター米	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	92 ★玄米(2025年産) 10kg 7803円 1袋限 り	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!	93 ★玄米(2025年産) 5 k g 3978円 1袋限り	2102 塩サバ 2~3枚 562円 丸正水産	2416 はまちの切り身 3~4枚 766円 限定	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	94 ★玄米(2025年産) 1kg 818円	2103 丸干し 350g前後 562円 丸正水産	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	95 ★白米(2025年産) 10kg 9045円【袋限↓】	2116 新巻鮭切り身 2切れ 841円	2414 真鯛の切り身 3~4枚 917円 限定	1433 地魚(ジャコ)丸天50g×3 382円	3213 はやさき水にがり 300cc 1224円 15円引
NonGMO飼料を与えています	96 ★白米(2025年産) 5kg 4795円1袋限り	★高山さんのオリジナル加工品	鳥取県産 焼き・煮つけ	1434 ごぼう丸天 50g×3 382円	3218 小さな海·天日塩 中粒240g518円 5円引
25 ★卵パック 10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	コショウダイの切り身 3〜4枚 766円 限	1435 野菜丸天 50g×3 382円	3219 小さな海·釜炊き塩 小粒240g518円 5円引
27 ★有精卵 6個 499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	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 5円引
36 ★地鶏の卵 6個 582円	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	1)/(1)/(1)/(1)/(1)/(1)/(1)/(1)/(1)/(1)/(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 15円引
★特注野菜	3052 ★もち米(白米) 1kg 1147円	3174 ★塩こうじ 230g 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 15円引
※B品は小さい物や大きすぎる物、割れ、	3053 ★もち米(玄米) 1kg 996円	2703 ★髙山さんの トマトの水煮900ml 1509円		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。	3012 ★押し麦 500g612円 福岡・久保さん	豆腐・あげ類(内田安喜商店)		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 10円引
※B品が不足した時はA品をお届けします	3062 ★島川さんの黒米 150g 347円 おススメ	1414 ひのくに地豆腐 木綿140g×2 172円	●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 10円引
※▲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)	1415 ひのくに地豆腐 絹 140g×2 172円	1715 神山鶏 もも 270g766円	冷凍品	3223 てんさい糖(北海道産) 650g519円 5円引
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	1418 木綿豆腐 400g 184円	1716 神山鶏 むね 210g430円	2121 うなぎの蒲焼カット80g2549円	3226 きび粗糖 500g 328円 (種子島産) 5円引
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 休	1419 絹豆腐 350g 184円	1717 神山鶏 ささみ 620円	2129 冷凍さぬきうどん 200g×3 464円	3217 氷砂糖 1kg 723円 (北海道てんさい糖) 10円引
131 ★人参 500g 207円	★本田さん(畑ト台所 H-farm) オリジナル加工品	1410 豆乳 500m I 341円	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 5円引
141 ★里いも 1kg 438円	2519 ★米粉ホットケーキミックス(h-farm) 200g755円	1408 大揚 1枚 161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	1409 きざみ揚げ 1袋 131円	1720 神山鶏 手羽先 250g567円	2050 煮干しいりこ ムソー 100g 540円	3234 糀しょうゆ 150㎖ 694円 50円引
151 ★からいも 1kg 416円	★元気豚の加工品 冷凍	1411 寿しアゲ 20g×5枚 220円	1721 神山鶏 手羽元 300g531円	2044 阿波屋だし 8g×30 1983円 松合食品	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 ★元気豚しゆーまい30g×6 705円	1412 生アゲ 50g×1枚 120円	1722 神山鶏 手羽中 250g576円	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	1413 きぬ厚アゲ 220g 172円	1723 神山鶏 ミンチ 200g576円	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	1417 手にぎりがんも 1枚 151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「阿蘇」元気豚 冷凍	ブラウンスイス牛肉	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	1293 (BS)牛赤身スライスセット 200g×2 1542円	1727 神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 809円	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 25円引
180 ★生姜 150g 240円	1018 ★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2459円	1294 (BS) 牛赤身スライス 200g 782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 15円引
181 ★生姜(徳用) 500g 777円	1002 ★元気豚バラスライス250g×2 1153円限定	1296 (BS) 牛バラ切り落とし 200g 782円限定	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 15円引
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	1288 (BS)牛ミンチ 200g 722円限定	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 1L 1278円 15円引
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	1299 (BS)合挽きミンチ 200g 570円限定	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	★島川さんのウィンナー・ハム・ベーコン 冷凍	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	1080 ★ロースハムスライス 100g 588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	1081 ★ロースハムスライスセット 100g×2 1177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 付
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	1082 ★バラベーコンスライス 100g 588円	1455 プレーンヨーグルト400ml 368円		3202 ★米みそ(島川さんの無農薬米)750g937円 切
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	1084 ★ショルダーベーコンスライス 100g 588円	1456 奥出雲ヨーグルト90g×2 305円	お酢他	油(圧搾一香搾り)
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	1085 ★粗挽きフランクフルト 180g 1059円	1459 美楽ヨーグルト 90g 163円	3229 ゆず香るかんたんなま酢 150㎖ 501円限 た	木 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	1086 ★ちっちゃなウィンナー 200g 1177円限定	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□-ス生姜焼き用300g929円	1087 ★粗挽きウィンナー 110g 647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	1088 ★粗挽きウィンナーセット 110g×2 1266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	1012 ★元気豚ヒレ 300g 1291円	1093 ★生ウィンナー 5本 (110g) 647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
3197 有機生ヒラタケ 100g 242円	1011 ★元気豚軟骨 300g 362円	竹鳴さん(青森) のりんご	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
3199 有機生タモギタケ 100g 270円	1019 ★骨付きバラ肉(カット)500g930円	914 ジョナゴールド 3玉 951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)	1021 ★元気豚こま切れ肉 200g 451円限定	915 ジョナゴールドB品 3玉 806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	3247 紅花油 660g 1873円 坂本製油
3190 エリンギ 100g 138円		903 紅玉 3玉 907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 縦合計 () 燃수를 (】 907 紅玉B品 3玉 794円	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(》	》	縦合計 () 縦合計(》

■ 記入は赤など目立つ色でお願いします

							八は赤なと日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	Ε	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 10円引	3503 ★髙丸さんの玄米ぽんせんべい8枚 427円	40)01 n-ブの香り液体石けん800ml 1263円	4059	9 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 休		40	002 詰替·ハ-プの香り液体石けん2kg2528円	406	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フレーク135g 540円	3710 ★古庄さんのハブ茶(生)500g735円 10円引	創健社のお菓子	40)03 ハーブの香り粉石けん1.8kg1517円	4073	3 オオキシジェン 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 10円引	3504 梅エキスキャンディー 75g 430円	40	006 クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 617円	4069	3 天然蚊取り線香「mone」10巻 471円限定 終 ⁷
3124 胡参竹水煮たけのこ120g 400円	3342 ハヤシル―115g×2 551円 日食	3721 下田さんの釜炒り茶90g551円 10円引	3523 百年はちみつのど飴 51g 551円	40	007 アルカリウオッシュ500g471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 10円引	■3544 黒こしょうおかき 70g 474円	40)13 アルカリウォッシュL(香料入)600g 657円	4072	2 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120 g	3722 下田さんの釜炒り粉末茶50g551円 10円引	マルシマのお菓子	40	008 クエン酸 300g 505円 地の塩	4062	2 ムッキーちゃん 1個 498円
3193 (板)有機生いもこんにゃく250g254円		3725 下田さんの冷茶 6g×10 551円 10円引	3558 ひねくれきなこ 96g 341円	40	011 くまモンのお掃除重層 600g 337円	4057	7 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	梅肉エキス、ハチミツ、ジャム	3701 紅茶(藤本製茶)3g×10 551円 10円引	サンコーのお菓子	40)10 ウォッシュ・ウォッシュ液体石けん(無香料)2L 1907円		
3301 にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48g 399円	3318 梅エキス・粒 90g 3540円創健社	3702 紅茶アールグレイ(藤本製茶)3g×10 716円 10円引	3508 アーモンドチョコ 55g661円	40)29 ミセル固形石けん5個 548円 白井油脂	浬	類 20歳未満の飲酒は法律で
3302 もち麩 25g 330円 田辺麩店	3319 梅エキス 90g 3540円 創健社	3703 岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g1296円 15円引	3531 ミニどら焼き 6個 430円		手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		禁止されています
3303 車麩 大6枚 305円 マルヨネ	3224 県産ハチミツ(大)1kg 5211円	3704 岳間茶得用くき茶(藤本製茶)300g918円 10円引	3519 黒棒 8本 376円	40	021 泡ハンドソープ 300ml 1263円	彩	理酒
	3225 県産ハチミツ(小)600g 3365円	3737 しようが湯 20g×5 435円 マルシマ 5円引	■3540 有機栽培コーヒーゼリー 110g 297円	40	022 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)	3320 マーマレード 200g 572円	3738 花梨はちみつしょうが湯12g×5 501円 5円引	3553 ミルクキャラメル 180g 441円	40)23 無添加石けん 135g 345円 白井油脂 ク	★ 381	│ 特選·料理用自然酒720ml 1582円
3285 ゆずごしょう 40g 429円	3321 ピーナッツクリーム150g 529円 創健社	3729 パロ・ブランココーヒー粉 150g 1013円 15円引	3542 野菜スティック 110g 396円	40)24 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」
3286 練りからしチューブ49g 397円	3279 メープルシロップ 330g 1598円	3732 有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1697円 20円引	3548 ミレービスケット 165g 386円	40)25 フラワーガーデンC 85g×3 673円 地の塩	P	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40g452円	宮崎県産 国産ごま(無農薬)	3733 有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1410円 15円引	3520 小倉ようかん 58g 176円	40	026 炭石けん 100g 988円 地の塩	3803	3 ★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	3335 煎り黒ごま (宮崎) 30g 536円	3735 こんぶ茶 80g 711円 健康フーズ 10円引	3535 ポテトチップス(しお味) 58g220円	40)30 ちのしおペピ-泡の全身ソープ330ml 1100円	380	5 ★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	3336 煎り金ごま (宮崎) 30g 536円	光食品のジュース類	3514 のりのり揚げ餅 40g 242円	40)31 詰替·ちのしおペピ-泡の全身ソープ280ml 561円	3804	4 ★いのちの雫 25度 720ml 1589円
3275 中濃ソース 300ml 507円 創健社	3337 すり黒ごま (宮崎) 30g 551円	3784 オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 496円	3518 牛乳かりんとう 100g 275円	40)20 デンシ―ハミガキ 80g 507円 ムソー 限定 糸	冬 3800	6 ★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	3338 すり金ごま (宮崎) 30g 551円	3785 1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4792円	3507 うずまきバウムクーヘン69.5g 242円	40)35 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	★考える会オリジナル乾麺	3745 人参ジュース160g×3缶611円 ひかり無農薬原料	3516 磯辺巻 40g 330円	40	336 詰替·炭シャンプー 350ml 583円 地の塩	3813	3 自然酒純米吟醸(小)720ml 1998円
3266 トマトケチャップ(大)チュープ500g694円	3386 ★手延べそうめん 180g 471円限定	3746 1箱人参ジュース160g×30缶5930円 無農薬原料	創健社ジュース	40)37 炭リンス 390ml 954円 地の塩	3823	3 井筒ワイン 赤甘口720ml 1597円
3267 トマトケチャップ(小)瓶400g595円	3387 ★お徳用手延べそうめん 180g×5 2330円限定	3762 有機野菜飲むならこれ190g×3缶595円	3754 丹沢サイダー250ml×3缶 397円	40	338 詰替·炭リンス 350ml 583円 地の塩	3824	4 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	3388 ★そうめん <u>ふしめん</u> 180g 430円	3763 1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5770円	3755 1箱丹沢サイダー250ml×30缶 3856円	40)34 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
平飼い鶏の有精卵マヨネーズ 200g 683円 ムソー	3391 ★手延べうどん180g471円	3766 オーカ [*] ニックジンジャーエール250g×3缶 496円		40	017 石けんシャンプーN (詰替) 400ml 707円	3826	6 井筒ワイン メルロー辛口720ml 2006円
290g 683円 ムソー	3393 ★徳用手延べうどん180g×5袋 2330円	3767 1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4792円	浅漬けの素 漬物	40	118 石けんシャンプ-専用リンスN (詰替) 400ml 763円	383!	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	3395 ★うどん <u>ふしめん</u> 180g 430円	3768 オーガ・ニックぶどうサイダー250g×3缶 496円	- 3281 747浅漬けの素(ぬか漬け風味) 500ml 617円	4	泡で出でくるボディーソープ(詰替) 19 1500m l 1346円		330ml×12本 4233円
小麦粉・雑穀・豆	 	3769 1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4792円	500ml 617円	L l'	別に泡ボトルが必要です	3836	6 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 限定 休	3362 くず切り 90g 474円 廣八堂	3772 オーカ゛ニックぶどうジュース160g3缶 562円	3306 本干したくあん 200g 716円 ムソー 限定	休		9972	2 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 限定 休	3365 国産はるさめ 100g364円 金正食品	3773 オーガ ニックぶ ど うシ ュース160g30缶5450円	ふりかけ・缶詰			9973	3 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)	3366 ロングパスタ (スパゲッティ) 400g 530円	3780 オーカ゛ニッケリんごジュース190g3缶 529円	3325 のり佃煮(瓶)95g 408円 創健社		バックス (太陽油脂) 商品	40	間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)	3367 ショートパスタ (マカロニ) 300g 452円	3781 1箱オーガニックりんごジュース190g30缶5129円	3304 しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 474円	40)41 パックス石けんハミガキ120g 471円	8996	6 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)	3370 醤油ら一めん3食 661円 創健社	竹嶋有機農園	3305 えびいりこふりかけ 40g 430円	40	042 パックスナチュロン ハンドクリーム70g 954円	8997	7 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	3371 塩ら一めん3食 661円 創健社	3751 りんごジュース(瓶)1ヒ 997円 (竹嶋りんご)	3326 ベニ花オイルのツナ缶 90g 562円	40)43 パックスナチュロン リップクリーム4g 876円		之随時受付中商品
3097 北海道産 黒豆 200g 509円 (無農薬)	3372 味噌ら一めん3食 661円 創健社	3752 りんごジュース(瓶)2本セット1L×2本 1958円	3327 さば味付け缶 190g 463円 創健社	40	044 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	3373 博多風ら一めん3食 727円 創健社	3753 箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5798円	3328 いわし味付け缶 100g 430円 創健社	40	045 パックス酸素系漂白剤ボトル430g 740円	◇ ₹	アル球産業株式会社
3307 純白玉粉 150g 330円 秋田白玉	3374 四川風ら一めん3食 777円 創健社	marusan 鍋スープ	3348 フリース・ト・ライ味噌汁5食674円	40	046 パックス酸素系漂白剤詰替用500g 740円	4086	お茶の力(ティーポットセット)
3309 片栗粉 200g 286円 桜井	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	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	1000	通常価格25300円 特別価格21780円
3096 ★地大豆きなこ 100g319円	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	本田さんの肥料	40)50 つばき油 92g 1683円 坂本製油	408	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		3602 ごま豆乳鍋スープ 600g 330円		40)51 スキンコンテ [*] ィショニンケ [*] オイル30ml 1250円	1.000	¹ 期間限定価格46200円
3294 国産有機大豆(北海道産)200g マルシマ462円		3603 キムチ鍋スープ 600g 330円	→ 4109 ★これ一つで野菜が作れる配合肥料 5kg/5㎡分 1540円	⊢	064 馬油(液状)55ml 1966円 ソンバーユ	4096	スーパーカッター力くん
6Ω Λ = I /	₩4 ∧ =1	3604 寄せ鍋スープ 600g 330円 (グロック))53 ★へちま水(原液)300ml 855円 (分点) (□ 標準価格36300円 期間限定価格31900 円
縱合計()	() 縱合計(() 縱合計()	縱合計()	縦合計(

グループ名 組合員番号

組合員名

注文数

お正月用おせち準備食材 予約2回目

予約注文2回目。1回目と の重複注文にご注意くださ い。返品はお受けできませ

配送日

_{火コース・金コース} 12/27(土)年末合同配送

提出日

火コース 11/18 金コース 11/21

		商 品 名		注文数	価格(税込)
	3140	白小もち	700g		1, 887
生	3141	きびもち	500g		1, 367
生産者の	3142	玄米もち	700g		1, 887
のお	3143	よもぎもち 配送日の関係で冷凍になります。 よります。	500 g		1, 367
餅	3145	鏡もち、大	1.5kg前後		4, 037
	3146	鏡もち 小	800g前後		2, 160
	1430	地魚かまぼこ	140 g		764
	1431	ちくわ	50g(3本)		378
	1432	野菜ちぎり天	150g前後		378
[1433	ジャコ丸天	50 g ×3		382
練り	1434	ごぼう丸天	50 g ×3		382
製品	1435	野菜丸天	50 g ×3		382
	1436	イカ下足丸天	50 g ×3		382
	1437	たこ丸天	50 g ×3		382
	1439	昆布巻き	200 g		612
	1440	岩たまご	120 g × 2		499
	2207	足柄古式生そば (金子製麺) 年越ぞば人気!	130 g × 2		396
	2223	宮そば 国産有機なまそば(金子製麺)	110 g × 2		771
麺	2208	生うどん(太麺) (金子製麺)	130 g × 2		279
廻	2209	生うどん(細麺) (金子製麺)	130 g × 2		279
	2224	宮うどん 国産有機なまうどん (金子製麺)	110 g ×2		551
	5558	特撰そば (創健社)	200 g		497

※松下かまぼこの「旭巻き」は加工委託業者の方が体調不良の為製造不可となっております。

※のり・えびはNO.51号で注文受付致します。

※数の子の<u>予約注文は御座いません</u>ので、ムソーのおせちなどで数の子のご注文をお願い致します。

No.48

卵 12月予約注文書

提出日

火コース 11/18

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
	21	普通卵 5kg	3, 643	
	22	普通卵 3kg	2, 186	
2日	23	有精卵 3kg	3, 643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
-	22	普通卵 3kg	2, 186	
9日	23	有精卵 3kg	3, 643	
-	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
-	22	普通卵 3kg	2, 186	
16日	23	有精卵 3kg	3, 643	
-	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
-	22	普通卵 3kg	2, 186	
23日	23	有精卵 3kg	3, 643	
	24	卵 10個パック	499	
-	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
	22	普通卵 3kg	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 3kgは数が足りないときは普通卵3kg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います。 グループ名

No.48

組合員番号

組合員名

注文数

卵 12月予約注文書

提出日

金コース 11/21

配送日	商品No.	商品名	価格	予約数
	21	普通卵 5kg	3, 643	
	22	普通卵 3kg	2, 186	
5日	23	有精卵 3kg	3, 643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
	22	普通卵 3kg	2, 186	
12日	23	有精卵 3kg	3, 643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
	22	普通卵 3kg	2, 186	
19日	23	有精卵 3kg	3, 643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	
	21	普通卵 5kg	3, 643	
	22	普通卵 3kg	2, 186	
27日 (土)	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 5kg	3, 643	
	22	普通 卵 3kg	2, 186	
	23	有精卵 3kg	3, 643	
	24	卵 10個パック	499	
	26	有精卵 6個パック	499	

有精卵 3kgは数が足りないときは普通卵3kg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います。 グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

提出日

∃ 火コース 11/18 金コース 11/21

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、<u>毎週のご注文の受け付けはありませんのでご注</u> 意ください。

エクアドル産 スイートバレリー



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。

		火曜コースの方		金曜コ-	-スの方
商品No	商品名	配送日	注文数	配送日	注文数
	有機バナナ 500g(3~4本)542円(込)	12/2(火)		12/5(金)	
		12/9(火)		12/12(金)	
976		12/16(火)		12/19(金)	
		12/23(火)		12/27(土)	

※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。 グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

翌週届け

配送

火コース 11/25

金コース 11/28

提出日

火コース 11/18 金コース 11/21

harepan(はればん)



会の組合員さんで、阿蘇郡西原村の小さな工房の一人ぱん屋さんです。 季節の酵母ぱん、旬の食材を使った身体が喜ぶぱん、シンプルな食事ぱん を日々楽しくを焼いています。

工程:レーズンから酵母を起こす(5~7日)⇒パンに入れる種をつくる(2日)

⇒生地づくり⇒低温長時間発酵(一晩)⇒焼成⇒できあがり



ハーフカットサイズ

<u>カンパーニュ</u>

■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・ライ麦粉(北海道)・沖縄の塩・てんさい糖(北海道)・**自家製酵母(オーガニックレーズン)**



黒糖ぱん

■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・黒糖(沖縄産)・沖縄の塩・**自家製酵母(オーガニックレーズン)**



ベーグル

■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・てんさい糖(北海道)・沖縄の塩・ジャージー牛乳(熊本)・オーガニックはちみつ(カナダ)・**自家製酵母(オーガニックレーズンOR季節の果物)**

※当日にお召し上がりにならない時は冷凍保存お願いします。 自然解凍後、霧吹きで水分をかけて焼くと美味しいです。

No.	商品名		数	量目	価格(税込)
1576	カンパーニュ(ハーフカット)	20個限定		225 g	511
1577	黒糖パン 小	15個限定		230 g	526
1579	ベーグル	30個限定		90 g	292

- ※量目はすべて焼く前の重さですので、実際はもう少し軽くなります。
- ※生産量に限界がありますので、数量限定での販売となります。
- ※商品のサイズ・価格は店頭での販売のものとは別になります。

Harepanさんは毎週金曜日のみ店頭での販売もされています。

白い壁に鮮やかな青色のドアがとても印象的なお店です。

今回注文を取らせて頂いたパン以外にもたくさんのパンがありますので、 是非お店にも足を運んで見てください。

また、インスタグラムでその日のメニューの確認・注文も出来ますので 一度ご覧い頂き、フォローしてもらえればと思います。

ホームページ https://www.harepan2416.com

※住宅地につき、路上駐車は近隣のご迷惑になりますのでご遠慮下さい。