

千葉の組合員だけにお届けする ワクワク♪食卓新提案♪

2026年3月2回(C週)

パルシステム千葉  
pal-system

注文回収日 3月2日(月)~3月6日(金)

商品配達日 3月16日(月)~3月20日(金)

翌々週お届け

# Pal's Dining

パルズ ダイニング

パルズダイニングはパルシステム千葉の  
組合員限定カタログです。

オンラインパル・注文専用アプリに  
注文番号を入力して注文ができます。

WEB版  
パルズダイニングは  
こちらから!



## おいしく備えられるローリングストック食3日分セット

白米・白粥は国産有機米、おかずも国産原料を中心に  
おいしさにこだわった3日分の防災食セットです。

セット内容3食3日分(1人分)

- 本焼ようかん(3本)
- のり佃煮
- 筑前煮
- 肉じゃが
- 切り昆布の煮物
- ひじきと大豆の煮物
- こんぶ豆
- 切り干し大根の煮物
- 白粥(3食)
- 白米(6食)

箱の大きさ:  
縦約15cm・  
横約27.5cm・  
高さ約20cm



賞味期間

2年  
製造年月日からの  
日数です。

・保存料  
・着色料  
・うまみ調味料  
不使用



“いざ”というときにも安心!

わが家の  
ストック品

103110

GMO  
不分別

防災食ローリング  
ストックセット 3食×3日/1人分  
7,980円(税込8,618円)

【賞味期間】730日 ※本焼ようかんは1800日

【アレルギー・栄養成分値】白米: 273kcal/1食(180g)(電子レンジ・ポイル)、白粥: 94kcal/0.9g/1食(230g)(電子レンジ・ポイル)、切り干し大根の煮物: 麦豆 58kcal/1.1g/1食(80g)、こんぶ豆: 麦豆 148kcal/0.8g/1食(80g)、ひじきと大豆の煮物: 麦豆 58kcal/0.9g/1食(80g)、切り昆布の煮物: 麦豆 54kcal/1.0g/1食(80g)、肉じゃが: 麦豆 79kcal/1.0g/1食(130g)、筑前煮: 麦豆 51kcal/1.0g/1食(130g)、のり佃煮: 麦豆 8kcal/0.3g/1袋(7g)、本焼ようかん: 139kcal/1本(50g)

◎エコワン◎神奈川

## 塩分も補給できる「長期保存可能な塩ようかん」

ひと口タイプだからいつでも手軽にカロリー補給!  
災害時の常備品としてだけでなく、  
激しい運動のあとにもおすすめです。

賞味期間

3年  
製造年月日からの  
日数です。



◎若山商店◎栃木

103080

GMO  
不分別

災害備蓄 塩ようかん  
15g×15本入  
500円(税込540円)

【賞味期間】1095日 40kcal/0.1g/1本(15g)

◎盛りつけ例◎

## 災害備蓄用としてそのまま食べてもおいしいおかゆです

おかゆは水分も補給でき、のどを通りやすいため災害備蓄用としておすすめです。  
開封後そのままでもお召し上がりいただけます。



◎大平食品加工◎神奈川

103128 12パック入

非常災害用おかゆ  
250g×12パック  
2,980円(税込3,218円)

【賞味期間】2008日 86kcal/0.5g/1食(250g)

特別栽培米ひとめぼれ使用

◎調理例◎

賞味期間  
約5.5年  
製造年月日からの  
日数です。

2年  
でお届け

国産の鯖を国産大豆と国産米を使用した  
津軽味噌とてんさい糖で煮込みました

賞味期間

3年  
製造年月日からの  
日数です。



◎伊藤食品◎青森

103098

GMO  
NOI

あいこちゃん  
プレミアム鯖味噌煮  
190g(固形量140g)×2  
特別価格 642円(税込693円)

【賞味期間】1095日 【アレルギー】豆  
222kcal/1.1g/100g

◎盛りつけ例◎

国産人参・  
じゃがいも使用

5パック  
セット

数種のスパイスを使い  
オリジナルブレンドで仕上げた、  
野菜ごろごろビーフカレーです

電子レンジ ポイル

103101

GMO  
不分別

A mom(ママ)  
野菜ごろごろの  
ビーフカレー 200g×5  
特別価格 1,387円(税込1,498円)

【賞味期間】730日 【アレルギー】乳 麦 豆 (卵) (落) (え) (か)  
(く) 280kcal/3.8g/1袋(200g)

辛さレベル  
☆☆☆☆☆  
甘 辛 激辛

◎調理例◎

ご好評につき! 追加募集のご案内

## パルグリーンファーム「直営農場とれたて便」

「パルグリーンファーム」は、2012年にパルシステム千葉が農業生産法人として立ち上げた「直営農場」です。農薬や化学肥料に頼らず、土づくりにこだわったビタミン・ミネラル分の多い野菜づくりにチャレンジしています。栽培基準は「エコ・チャレンジ」以上。生産量に限りがあるため、登録制でお届けします! 詳しくは8ページをご覧ください



**新登場** 伊勢湾産素干し海苔と国産なたね油を使用し、「海の精 やきしお」で仕上げた食欲そそる味付けのりです

有機梅フレーク入り 梅味

ごま油と有機白ごまでごはんがすすむ!

チャックシール付

103667 **こめどろぼう梅味** 25g **500円** (税込540円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】(え)(か) 510kcal@17.9g/100g ※開封後は冷蔵庫に保存し、お早めにお召し上がりください。

原材料名: 乾のり(伊勢湾産)、菜種油(菜種(国産))、有機梅加工品(有機梅(和歌山県産)、食塩)、食塩(海の精)

のりの豊かな磯の香りと梅のさわやかな酸味、ほどよい塩味がよく合っていて、白いごはんがすすみます! きざんだ山芋にかけてあえものにしてもおいしかったです。冷や奴やサラダにふりかけるのもおすすめです。お料理の幅が広がります! パルスダイニング商品担当 高橋

103675 **こめどろぼう** 30g **500円** (税込540円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】(え)(か) 584kcal@4.4g/100g ※開封後は冷蔵庫に保存し、お早めにお召し上がりください。

国産のふきのとうを信州みそとブレンド あったかいごはんのせて、香りとともに楽しみください

おにぎりの具に!

ふき味噌

103152 **ふき味噌** 140g **598円** (税込646円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】麦 豆 142kcal@4.1g/100g

うま味調味料に頼らず、素材のおいしさを引き出し仕上げた鰹節店のふりかけ

おなかひじき

おなか生姜

おなか牛肉そぼろ

103365 **おなかひじき** 40g

103373 **おなか生姜** 40g

103381 **おなか牛肉そぼろ** 30g **各298円** (税込322円)

【賞味期間】150日  
おなかひじき: [アレルギー] 麦 豆 238kcal@5.1g/100g  
おなか生姜: [アレルギー] 麦 豆 241kcal@6.1g/100g  
おなか牛肉そぼろ: [アレルギー] 麦 豆 304kcal@4.8g/100g

おなかひじきを本枯節の粉と混ぜ合わせ、しょうゆとごまを入れて仕上げました。

鴨川産しょうがのシャキッとした食感と、さわやかな辛みが本枯節の風味とよく合います。

国産牛ひき肉をていねいに炊き上げたそぼろと、本枯節の粉を混ぜ合わせたふりかけです。

千葉県沖で水揚げされた真いわしを使用 下味をつけて、あおさのりとパン粉をまぶしました

いわし磯辺フライ

103632 **いわし磯辺フライ** 6-9枚220g **397円** (税込429円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 豆 181kcal@0.7g/100g ※原料価格の高騰により、次回から値上げします。

千葉から「おいしい」をお届けします

肉厚でコリコリとした食感のきくらげです

千葉県旭市産 乾燥きくらげ

103411 **スライス** 20g **498円** (税込538円)

103420 **ブロック** 16g **398円** (税込430円)

【賞味期間】730日 171kcal@0.1g/100g

千葉県旭市産きくらげ使用

あざやかな色つやと豊かな風味の千葉県いすみ市産青のりです

千葉の糸青のり 原藻タイプ

103438 **千葉の糸青のり 原藻タイプ** 5g **480円** (税込518円)

【賞味期間】270日 【アレルギー】(え)(か) 249kcal@8.1g/100g

あわびを育てた海水を再利用して養殖を行い、養殖に使用した水は浄化して再び海に戻す循環型陸上養殖で生産しています。 ※水量確保のため一部井戸海水を使用しています。

海藻が好きで青のり、アオサなどよく食べますが、糸のりは独特の繊細な食感が楽しめました。磯くさくなく、上品な風味とあざやかな色が料理を引き立ててくれました。

水谷商店

釜揚げしらす

103284 **釜揚げしらす** 160g **1,180円** (税込1,274円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】(え)(か) 95kcal@1.8g/100g

ご家庭の冷凍庫は温度変化が大きいため、賞味期限にかかわらずお早めにお召し上がりください。

国産の真あじを使用 甘酢だれが食欲をそそります

あじ南蛮漬

103624 **あじ南蛮漬** 7-11枚160g+タレ50g×2 **465円** (税込502円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 豆 136kcal@2.3g/100g ※原料価格の高騰により、次回から値上げします。

脂ののったノルウェー産さばを西京味噌につけ込んだ風味豊かな一品です

さば西京味噌漬

103641 **さば西京味噌漬** 200g **442円** (税込477円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】豆 317kcal@0.7g/100g ※原料価格の高騰により、次回から規格(200g→180g)と価格を変更します。

甘めのしょうゆだれと、ザクとした食感がたまらない！スティック状のフライです

お弁当にもおかずにも！冷凍庫にあると便利♪

国産鶏肉・鶏皮使用



〈調理例〉  
電子レンジのみ

目安個数：約25本

**103608** 冷凍 GMO不分別

国産鶏の甘だれスティック 500g

**1,130円** (税込1,220円)

【賞味期間】366日 【アレルギー】卵 麦 豆 (乳) 248kcal/1.6g/100g  
※原料価格の高騰により、値上げしました。

九州産みつせ鶏のもも肉・むね肉をさわやかな柚子胡椒だれにつけ込みました

国産柚子・青唐辛子・柚子果皮使用



〈調理例〉  
フライパン

**103616** 冷凍 GMO不分別

みつせ鶏柚子胡椒焼き 180g

**548円** (税込592円)

【賞味期間】366日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) 163kcal/1.0g/100g

ひと口大にカットした九州産みつせ鶏を海水塩「一の塩」を使用したオリジナルの塩だれにつけ込みました



〈調理例〉  
フライパン

**103594** 冷凍 GMO不分別

みつせ鶏旨塩焼き 180g

**548円** (税込592円)

【賞味期間】366日 【アレルギー】(卵) (乳) (麦) 163kcal/1.1g/100g

宮崎県産の鶏むね肉をしょうがとにんにく、しょうゆにつけ込んで仕上げた唐揚げです

電子レンジで温めるだけ！



〈調理例〉  
電子レンジのみ

**103268** 冷凍 GMO不分別

宮崎産若鶏の和風唐揚げ 500g

**1,080円** (税込1,166円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (落) 278kcal/0.5g/100g

一本釣りの初鰹を四万十川流域の米ワラのみで焼き上げた香ばしい鰹タタキです

タレ・天日塩 付



〈調理例〉  
タレ (タレ) 天日塩 (天日塩)

**103250** 冷凍

完全ワラ焼き「龍馬タタキ」初鰹 鰹たたき300g、タレ15g、天日塩6g

**1,980円** (税込2,138円)

【賞味期間】60日 【アレルギー】麦 豆 鰹のたたき：126kcal/0.2g/100g、タレ：53kcal/3.3g/100g、食塩：90.2g/100g  
※薬味はついていません。 ※鰹は静岡県産

かむとうまみがあふれ出す備長炭で手焼きした歯ごたえのある炭火焼！

宮崎県産親鶏モモ肉使用



〈調理例〉  
電子レンジ ボイル

**103578** 冷凍

鶏もも炭火焼 140g

**460円** (税込497円)

【賞味期間】180日 210kcal/2.1g/100g

収穫後48時間以内に凍結北海道十勝産の甘みの強い、スーパースイートコーンです

加熱調理用



〈調理例〉  
盛りつけ例

**103276** 冷凍 GMO不分別

北海道十勝産 つぶつぶコーン 400g

**738円** (税込797円)

【賞味期間】180日 92kcal/100g

収穫後、急速凍結することで味・香りを閉じ込めています

麻婆豆腐にも！



〈調理例〉  
加熱調理用

**103551** 冷凍

北海道産 グリーンピース 200g

**398円** (税込430円)

【賞味期間】547日 142kcal/100g

れんこんの食感と風味を生かしたひと口サイズのカレー味のコロッケです

国産じゃがいも・れんこん・人参使用



〈調理例〉  
電子レンジ 揚げる オフトースター

目安個数：約17個

**103314** 冷凍 GMO不分別

ぷちカレーボール 210g

**428円** (税込462円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (え) (か) 128kcal/1.1g/100g

国産鶏肉と自社で煮出した魚スープでしっかり味付けした国産ごぼうを加えたハンバーグです



〈調理例〉  
電子レンジ フライパン

**103306** 冷凍 GMO不分別

鶏ごぼうハンバーグ 208g(8個入り)

**498円** (税込538円)

1個の大きさ：縦 約5cm・横 約4cm・厚さ 約2cm

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 麦 豆 (乳) (え) (か) 193kcal/0.6g/100g

国産大豆の豆腐で素朴な味わい野菜も入って満足感も◎



〈調理例〉  
電子レンジ フライパン

**103292** 冷凍 GMO不分別

彩り野菜とひじきの豆腐ハンバーグ 210g(3個入り)

**508円** (税込549円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 麦 豆 (乳) (え) (か) 223kcal/0.6g/100g

甘酢だれがよくからんだ大ぶりのふわふわだんごです



〈調理例〉  
電子レンジ ボイル

**103322** 冷凍 GMO不分別

大きな豆腐肉団子 340g(固形量208g) 8個入り

**555円** (税込599円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 麦 豆 (乳) (え) (か) 161kcal/1.0g/100g

宮崎県都城市産らっきょうをじっくり乳酸発酵させ壺仕込みの米酢でさっぱりと漬け込みました

漬け汁までおいしく!  
(イメージ)

らっきょうの漬け汁+しょうゆ+ごま油でドレッシングにもなります

〈盛りつけ例〉

**103713** 宮崎県産 上沖らっきよ 100g  
**460円**(税込497円)  
【賞味期間】120日 126kcal/2.1g/100g

〔上沖産業〕宮崎

頭から尾まで食べられる、小ぶりの豆あじにこだわってマリネに仕上げました

能登沖などでとれた豆あじを使用

国産あじ・玉ねぎ使用

〈盛りつけ例〉

**103527** 冷凍 GMOにNO! 小あじマリネ 140g  
**580円**(税込626円)  
【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 豆(え) 87kcal/1.4g/100g

〔金沢錦〕石川

あっさりとした白ごまの風味が豊かなごま豆腐なめらかな舌ざわりと、もっちりした食感が楽しめる一品です

ごまからしぼり出した汁をじっくり練り上げる、高野山に伝わる製法で作りました。

国産本葛使用

〈盛りつけ例〉

**103721** 高野山ごま豆腐 140g  
**250円**(税込270円)  
【賞味期間】90日 194kcal/140g ※たれは付いていません。【聖食品】和歌山

約15.5cm  
約7.5cm

炒め物や煮物など、幅広く使えるしょうゆベースの便利な調味料

趙さんの味

焼肉のたれにもぴったり!

宮城県産大豆・小麦の醤油使用

〈調理例〉

**103403** GMO不分別 趙さんの味 仙臺薬念醬 240g  
**678円**(税込732円)  
【賞味期間】366日 【アレルギー】麦 豆 128kcal/5.3g/100g

〔趙さんの味〕宮城

国産米酢とりんご酢に、利尻昆布とかつおからとった一番だしを合わせて、バランスのよいまろやかなお酢に仕上げました

酵母エキス等エキス類 不使用

大好評! たっぷり使える 徳用サイズ

これ1本でさまざまなお酢料理が簡単に!

それぞれ次回以降値上げ

ピクルスに

酢の物に

南蛮漬けに

〈調理例〉

**103691** 360ml **470円**(税込508円)  
**103683** 徳用 900ml **900円**(税込972円)  
【共通】【賞味期間】365日 20kcal/0.7g/大さじ1杯(15ml) ※それぞれ原料価格の高騰により、次回から値上げします。【内堀醸造】長野

淡路島産玉ねぎと国産きゅうりの2種のピクルスを使ったタルタルソース

〈調理例〉

**103730** GMOにNO! 平飼い鶏の有精卵タルタルソース 155g  
**650円**(税込702円)  
【賞味期間】180日 【アレルギー】卵 572kcal/1.9g/100g

〔富貴食研〕大阪

手軽に玄米がとれる、ポン菓子のような軽い食感の玄米ライスケーキです。

国産玄米・もち麦使用

もち麦入り! ライスケーキ

食べ方いろいろ

カナッペに

〈調理例〉

**103861** ブラウンライスケーキもち麦入り 15枚入  
**375円**(税込405円)  
【賞味期間】365日 【アレルギー】(豆) 35kcal/1枚(9g) ※原料価格の高騰により、値上げしました。【幸福米穀】大阪

有機栽培されたコロンビア産エクセルソ豆のみを使用したカフェインレスコーヒー

まるやかでフルーティーな味わい

〈イメージ〉

**103748** JAS JONA オーガニック カフェインレスコーヒー [インスタントタイプ] 40g  
**820円**(税込886円)  
【賞味期間】900日 【アレルギー】(乳)(麦) 7kcal/1杯分2g ※カップ1杯(140cc)につき、ティースプーンに山盛り1杯(約2g)が目安です。【カナエシーエスパック】大阪

オーツ麦に国産焙煎玄米を加えたグラノーラベースにドライフルーツとアーモンドをミックスした、甘さひかえめのグラノーラです

〈調理例〉

**103888** フルーツがおいしい玄米グラノーラ フルーツ&ナッツミックス 250g  
**598円**(税込646円)  
【賞味期間】365日 【アレルギー】(麦)(そ)(く)(豆) 233kcal/50g

チャックシール付

〔幸福米穀〕大阪

オーツ麦と国産焙煎玄米を使用し、レーズン、クランベリー、アーモンド、かぼちゃの種も入ったグラノーラです

シールド乳酸菌 500億個入り (1袋250g当たり)

〈盛りつけ例〉

**103870** 腸まで届く乳酸菌グラノーラ フルーツ&ナッツミックス 250g  
**658円**(税込711円)  
【賞味期間】365日 【アレルギー】(麦)(そ)(く)(豆) 233kcal/50g ※原料価格の高騰により、値上げしました。【幸福米穀】大阪

チャックシール付

国産すっぽん粉末だけをカプセルに詰めました

ボトル詰めは手作業で安心の国内製造

低温くん製したすっぽんを石臼でいねいに粉砕

綺麗な水と魚介や野菜類を配合した飼料で育てる

1日の目安 2粒

〈イメージ〉

**103331** すっぽん100%粒 18g(300mg×60粒)  
**2,980円**(税込3,218円)  
【賞味期間】1095日 2kcal/2粒(600mg)

〔ラメール〕京都

風味、口溶けのよい  
有明海産焼のりです

わけあって**お得!!**  
小穴等ある場合がありますが、味・品質は正規の規格品と変わりなく、お買得な商品です。



〈盛りつけ例〉

**103225**  
訳あり有明海産焼のり  
板のり20枚

特別価格 **1,180円** (税込1,274円)

【賞味期間】300日 【アレルギー】(麦)(え)(か)(豆) 9kcal/1枚(3g)

肉厚で、しっかりした食感の乾燥わかめ  
サラダや酢の物でお楽しみください



**103454**  
三陸産  
カットわかめ 80g  
**1,498円** (税込1,618円)

【賞味期間】365日 138kcal/24.1g/100g

〈調理例〉

〈かわむら〉@宮城

うまみが強く少し粘り気のある  
とろみもつのが特徴です  
普段使いにおすすめです

だしをとったあとは、  
煮物などに  
お使いいただけます



〈盛りつけ例〉  
**103489**  
北海道産 根昆布 215g  
**1,200円** (税込1,296円)

【賞味期間】365日 140kcal/7.6g/100g  
※原料価格の高騰により、240g→215gに規格を変更しました。

# いつでも便利な 乾物

うまみ・香りのある原木椎茸です



〈盛りつけ例〉

**103471**  
九州産原木椎茸お徳用 70g

特別価格 **978円** (税込1,056円)

【賞味期間】365日 182kcal/100g



〈調理例〉

**103446**  
青森県産  
切り干し大根 100g

特別価格 **478円** (税込516円)

【賞味期間】365日 344kcal/0.6g/100g

国産かたくちいわしを、塩・酸化防止剤を  
使わずに加工した、いわし本来の味が  
楽しめるいりこです



〈盛りつけ例〉

**103501** 真水吹き製法  
塩無添加いりこ 130g  
**865円** (税込934円)

【賞味期間】179日 【アレルギー】(え)(か) 318kcal/1.8g/100g

どんぶりに入れて熱湯を注ぐだけで  
手軽に食べられる、国産ひきわり  
納豆が入ったおそばです



〈調理例〉

**103705** GMO  
どんぶり麺 ひきわり納豆そば  
81.5g(めん65g)×4袋

**940円** (税込1,015円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】(麦)(豆) 378kcal/4.8g(めん・かやく0.6g、スープ4.2g)/1食(81.5g)

国産大豆を使用した、  
味しみがよく  
やわらかな食感の  
こうや豆腐です



〈調理例〉

**103357** GMO  
こうや豆腐 300g(20枚入)  
**890円** (税込961円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】(豆) 517kcal/1.0g/100g

国産野菜をそのまま低温熱風乾燥  
みそ汁にチャーハンにと、  
手軽にお使いいただけます



〈調理例〉

**103462** GMO  
国産野菜みそ汁の具 100g  
**1,050円** (税込1,134円)

【賞味期間】270日 334kcal/0.1g/100g  
※原料価格の高騰により、値上げしました。

小分けタイプの冷凍とろろ  
使いきりタイプで便利です!

加工後急速冷凍することで、  
長芋の鮮度と風味を  
味わっていただけるように  
仕上げました。



**103241** 冷凍 10袋入  
青森県産とろろいも

300g(30g×10)  
**698円** (税込754円)

【賞味期間】365日 70kcal/100g  
※原料価格の高騰により、値上げしました。

熟成黒にんにく  
「青森のくろ」

**103179**  
100g  
**980円**  
(税込1,058円)

**103161**  
無選別 320g  
**1,980円**  
(税込2,138円)

(共通) 【賞味期間】365日 180kcal/100g

※320gは無選別のため、小ぶり・皮が黒い・皮が剥けている等の黒にんにくが含まれます。また、にんにくから水分がにじみ出ることがありますが、原料由来のもので、安心して召し上がってください。



〈盛りつけ例〉

**西谷堂** 小豆と寒天が二層になった見た目にも涼しげな水ようかん

北海道産小豆使用



〈盛りつけ例〉

**103136** GMO不分別

水ようかんの大きさ：縦約14cm・横約14cm

**超どすえ水ようかん** 280g

**498円** (税込538円)

【賞味期間】210日 【アレルギー】(卵)(乳)(麦)(落)(豆) 117kcal/100g

※料理はさみ等を使用して開封してください。

〈西谷堂〉◎京都

三百年の伝統を持つ岩手銘菓 風味豊かな練り羊羹に大粒の栗がごろごろ入った一品です

平成元年 第十七回 全国菓子博覧会 内閣総理大臣賞受賞

**岩谷堂羊羹**



〈盛りつけ例〉

**103390** GMO不分別

**岩谷堂羊羹 栗だくさん** 410g

**1,598円** (税込1,726円)

【賞味期間】240日 275kcal/100g

約16.3cm

約6.2cm

〈回進堂〉◎岩手

えさか 国産の鶏卵を使用 しっかりと口溶けがよいはちみつ入りのカステラです

数量限定 **100点**

限定数を超えた際は欠品となる場合がございます。

千葉のカステラ専門店



〈盛りつけ例〉

**103764** GMO不分別

**蜂蜜かすてら** 10切

**970円** (税込1,048円)

【賞味期間】45日 【アレルギー】卵 麦(乳) 299kcal/100g

本製品には、はちみつを使用していますので、1歳未満の乳児には与えないでください。

〈さかえ屋〉◎千葉

だだちゃ豆の香りが際立つ風味豊かな一品です

山形県庄内産だだちゃ豆・でわのもち使用



〈盛りつけ例〉

**103535** 冷凍 GMO不分別

**ずんだもち** 6個

**998円** (税込1,078円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】乳 豆(卵)(麦)(そば)(え)(く) 283kcal/100g

〈達商〉◎山形

丸く焼き上げた煎餅を割り、しょうゆだれをしっかりとしみ込ませました

4種入り

- しょうゆ
- ごま
- あおさ
- えび

草加電業煎餅本舗



〈盛りつけ例〉

**103187** GMO不分別

**草加煎餅 匠のこだ割り** 120g

**548円** (税込592円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 え 豆(卵)(乳)(落) 醤油：367kcal/2.5g/100g、胡麻：405kcal/3.6g/100g、あおさ：375kcal/2.3g/100g、えび：370kcal/2.7g/100g

チャックンール付

〈草加電業煎餅本舗〉◎埼玉

国産の魚肉すり身に、国産のあおさを加えて、塩味をベースにやさしい味に仕上げたお魚チップスです

グルテンフリー



〈盛りつけ例〉

**103756** GMO不分別

**お魚チップス あおさ** 40g

**285円** (税込308円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】(え)(か)(豆) 217kcal/0.5g/1袋(40g)

〈別所蒲鉾店〉◎島根

サクッとした食感とお米のうまみを生かしたあっさり塩味せんべい

たっぷり! **16枚入**



〈盛りつけ例〉

**103772** GMO不分別

**徳用塩せんべい** 16枚

**780円** (税込842円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】豆(卵)(乳)(麦)(え)(か) 544kcal/1.5g/100g

個包装入

〈米菓工房 和〉◎栃木

米どころ新潟県魚沼産の「こがねもち」を使用し、素材のおいしさを引き出しました

新潟県魚沼産こがねもち使用



〈盛りつけ例〉

**103781** GMO不分別

**魚沼あられ 越後揚げ餅** 70g

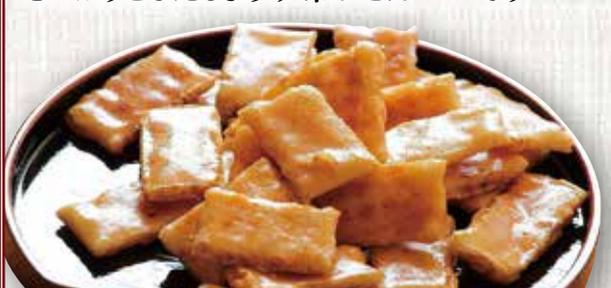
**350円** (税込378円)

【賞味期間】90日 【アレルギー】(麦)(え)(豆) 460kcal/1.2g/100g

〈吉澤米穀〉◎群馬

サラサラとした焼き上がりで、さっぱりとしたしょうゆ味のせんべいです

魚沼あられ 越後千枚焼



〈盛りつけ例〉

**103799** GMO不分別

**魚沼あられ 越後千枚焼** 70g

**350円** (税込378円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】(麦)(豆)(え) 377kcal/1.3g/100g

〈吉澤米穀〉◎群馬

ほどよい甘さとやわらかさ 懐かしさを感じるきなこ棒です

個包装入



〈盛りつけ例〉

**103195** GMO不分別

**きなこ棒** 3本×12袋

**748円** (税込808円)

【賞味期間】60日 【アレルギー】豆(卵)(乳)(麦) 77kcal/0.1g/1袋(3本)

本製品には、はちみつを使用していますので、1歳未満の乳児には与えないでください。

※原料価格の高騰により、値上げしました。

〈吉永製菓〉◎東京

桜の風味とほんのり塩気のある桜あんが春を感じさせるミニドーナツ

食べやすいひと口サイズ

国産小麦・桜葉使用



〈盛りつけ例〉

**103209** GMO不分別

**ミニ桜あんドーナツ** 10個

**418円** (税込451円)

1個の大きさ：直径約4cm・高さ約2.5cm

【賞味期間】20日 【アレルギー】卵 麦 66kcal/1粒

※賞味期間が短いため、届いたら早めにお召上がりください。

〈こまつ製菓〉◎埼玉

「げたんは」とは下駄の歯の意味で、格好が似ていることからこの名前が付けられました 素朴な味わいの鹿児島県の郷土菓子です

九州産小麦・さとうきび、鹿児島県産鶏卵使用



1枚の大きさ：最長辺約10.5cm・高さ約5.5cm・厚さ約1cm

〈盛りつけ例〉

**103217** GMO不分別

**南海堂のげたんは** 10枚

**480円** (税込518円)

【賞味期間】90日 【アレルギー】卵 麦 341kcal/0.3g/100g

〈南海堂〉◎鹿児島

生地にタピオカ粉を使用したもちもち食感のクレープシートです

**もったいない! 特価!**  
賞味期限  
最短**2026年6月22日**  
の商品をお届けいたします  
※通常より短い賞味期限となっており、確認の上、ご注文ください。



(調理例)

**103560** 冷凍 GMO 不分別

**クレープ19**  
もちもちタイプ 10枚

特別価格 **538円** (税込581円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 乳 麦 豆  
268kcal/個0.4g/100g



(スカーフ工業) 徳島

渋みの少ない、すっきりした味わいのセイロン紅茶です

有機認証を得たスリランカのイダルガシナ茶園で栽培された茶葉のみを使用しています。



**103349** JAS NCO

**セイロン有機栽培紅茶**  
ティーバッグ 50g (2g×25袋)

**698円** (税込754円)

【賞味期間】540日

現地の方が手編みしたタラの葉のバスケットに入れてお届けします



(ランカスター) スリランカ

### 藤井養蜂場

はちみつ生産は、そのときのミツバチの状態や天候などにより、常に一定の品質のものにとれることはありません。そのため、品質の管理が特に重要で、社員や社長自らが国内外の産地まで足を運び、生産方法や原料のチェックを行い、確かな品質のものをみなさんに提供しています。

養蜂やミツバチについての  
お話などを綴ったコラムです。 **ミツバチ日記**



藤井養蜂場  
藤井徹三さん

昨年の3月はミツバチヘギイタダニの影響で、1群当たりの働きバチの数が約半数でのスタートとなりましたが、今年は例年並みに近くなりました。3月の働きバチは幼虫の子育てに忙しい時期です。幼虫は最初、ローヤルゼリーを与えられますが、働きバチはビーブレッド(花粉とはちみつ)に切り替えられます。一方、ローヤルゼリーだけを与え続けられた幼虫は女王バチに成長していきます。エサの違いで働きバチと女王バチに分かれるのです。3月以降の働きバチの寿命が約1カ月とすると、前半の2週間は巣箱の中で活動する内勤バチ、後半の2週間は巣箱の外に出て働く外勤バチとなります。外勤バチの寿命が尽きるときは、巣箱の外で花を探しながら一生を終えます。



(イメージ)

やさしい香りとくせのない甘さが人気の国産アカシアはちみつ



(アカシアの花)

アカシア採蜜

**103837**  
国産純粋蜂蜜  
アカシア 180g  
**1,333円**  
(税込1,440円)

【賞味期間】730日  
71kcal/大さじ1杯 (22g)



(藤井養蜂場) 福岡

アメリカハワイ島のオヒアレフアからとれる華やかな香りはちみつ

アメリカのUSDA認定のオーガニックはちみつです。



(オヒアレフアの花)

**103853**  
ハワイ産  
オーガニック  
オヒアレフア  
蜂蜜 450g  
**1,750円**  
(税込1,890円)

【賞味期間】730日  
72kcal/大さじ1杯 (22g)



(藤井養蜂場) 福岡

自然の恵みをそのままいただくブレンドはちみつ

ボダイジュ、エンジュ、クローバーなど多種類の花の国産百花蜜とミャンマー産ひまわりはちみつをブレンドしました。やさしくまろやかな甘みとフローラルでさわやかな香りが調和したはちみつです。

**103845**  
純粋蜂蜜  
みつばちの恵  
300g  
**1,140円** (税込1,231円)

【賞味期間】730日 71kcal/大さじ1杯 (22g)



(藤井養蜂場) 福岡

本製品は、1歳未満の乳児には与えないでください。

天然のはちみつは白く結晶することがありますが、品質に問題はありません。

おいしさの秘密は昔ながらの天日干し

### ますだの落花生

昔ながらの天日干し製法に70余年こだわっています。厳選された千葉県産の原料を水洗いして、野外で乾燥させるこの製法により、うまみ、甘みが増してよ味味が凝縮された落花生ができていきます。



(天日干しイメージ)

甘みの強い「Qなっつ」のむき実を食塩を使用しないで煎り上げました

千葉県原料使用



(盛りつけ例)

**103811**  
うす皮煎りQなっつ  
食塩不使用 120g

**770円** (税込832円)

【賞味期間】90日 【アレルギー】落 587kcal/100g  
※原料価格の高騰により、値上げしました。



(ますだ) 千葉

甘みの強い「Qなっつ」を天日干し乾燥して煎り上げました

千葉県原料使用



(盛りつけ例)

**103802**  
ますだの落花生  
天日干しさやいりQなっつ  
160g

**900円** (税込972円)

【賞味期間】90日 【アレルギー】落 577kcal/100g  
※原料価格の高騰により、値上げしました。



(ますだ) 千葉

丹波黒豆本来の甘みを感じる甘納豆

わけあって**お得!!**  
本商品は、一部に割れや欠けが含まれます。



(盛りつけ例)

**103497** GMO (E・NO)  
国産丹波黒うす甘納豆  
(無選別) 260g

**998円** (税込1,078円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】豆 340kcal/個0.4g/100g



(丸金食品) 香川

千葉県原料使用

**103829**  
ますだの落花生  
香るピーナツクリーム  
スイートタイプ 230g

**790円** (税込853円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】落  
602kcal/個0.4g/100g

豊かな香りとおほのかな甘みが魅力の濃厚なピーナツクリームです

原材料は、  
落花生と砂糖、  
食塩のみ



(盛りつけ例)

ふんわりとした食感の生地にさつまいもがたっぷり入った素朴な味わいの蒸しパンです

国産小麦・さつまいも使用



(調理例)

**103659** 冷凍 (E・NO)

さつまいも蒸しパン 180g (6個)  
**390円** (税込421円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 乳 麦 (え) (か) 254kcal/個0.4g/100g  
※商品には欠けているように見える割れが入る場合があります。



(美勢商事) 長野

**新登場!** 水揚げ後の北海道産水たこをボイルし、ひと口サイズにカットしました。解凍後そのままお召し上がりいただけます。

(札幌中一)産北海道

**103233 冷凍**  
ふぞろい北海道産 水たこぶつ切り 180g  
**980円**(税込1,058円)  
【賞味期間】180日 91kcal/0.6g/100g  
【原材料名】水たこ(北海道産)

アヒージョに



米粒加工をしないため、プチプチした食感が楽しめるのが特徴です。

食物繊維は白米の約22倍!! ※メーカー調べ

チャックシール付

(永倉精麦)産静岡

機能性表示食品 (機能性関与成分 大麦β-グルカン) 【届出表示】  
本品には大麦β-グルカンが含まれています。大麦β-グルカンは食後の血糖値の上昇をおだやかにすることが報告されています。【届出番号E233】

**103144**  
国内産もち麦(丸麦) 600g  
**598円**(税込646円)  
【賞味期間】365日 【アレルギー】(麦) 64kcal/1日摂取目安量(18g)



具材をしっかりソテーした、昔ながらのナポリタン

特製トマトソースで焼き上げた、やさしい味わい

(調理例)

電子レンジ ポイル

**103543 冷凍** GMO不分別  
お母さんのナポリタン 250g×4  
**1,200円**(税込1,296円)  
【賞味期間】366日 【アレルギー】(麦 豆(卵)(乳)(え)) 158kcal/1.3g/100g



国産キャベツとこめ油で揚げた自社製天かすの食感が楽しめるプチサイズのお好み焼きです

(調理例)

電子レンジのみ

**103586 冷凍** GMO不分別  
プチお好み焼 豚玉 250g(5枚入り)  
**400円**(税込432円)  
【賞味期間】365日 【アレルギー】(卵 麦(乳)(え)) 238kcal/0.2g/100g ※直径約8cm



ほどよく脂がのったますに、ほんのり甘めの酢飯を合わせ、手押しで仕上げた富山の郷土の味です

次回以降値上げ

電子レンジ

直径 約1.8cm

(盛り付け例)

**103519 冷凍** GMOにNO!  
ます寿し 330g  
特別価格 **1,848円**(税込1,996円)  
【賞味期間】180日 156kcal/0.2g/100g ※ますはチリ産 ※原料価格の高騰により、次回から値上げします。



士別産大豆、米麴を使った、この時期だけの天然醸造みそをお届けします

しべつみそ 冷蔵 GMOにNO!

**103900** 1kg **1,010円**(税込1,091円)

**103896** 2kg **1,850円**(税込1,998円)  
(共通)【賞味期間】365日 【アレルギー】(豆) 158kcal/11.7g/100g 【次回予定】4月2回

注意  
しべつみそは麹菌が生きています。常温では発酵しますので必ず冷蔵庫へ!!

米麴農園産大豆

農事組合法人 士別農園代表 真鍋さん

しべつみそ  
農事組合法人 士別農園

士別農園は、旭川より北に位置し、1年の寒暖の差が非常に大きいという土地の特徴を生かして農作物を生産しています。パルシステム千葉の組合員に30年以上前からお届けしている「しべつみそ」。「おみそはこれ!」と言う組合員も多い人気商品。手作りで約1年かけてじっくり熟成させた風味豊かなおみそです。



ご好評につき! 追加募集のご案内 前日に収穫した野菜を毎週お届けします! /

**パルグリーンファーム「直営農場とれたて便」**

お届け見本

**133311**  
パルグリーンファーム「直営農場とれたて便」1セット2品目  
各回(毎週) **360円**(税込389円)  
「小松菜」「チンゲン菜」などの葉物野菜を中心とした成育状況のよい作物2品目をパルシステム商品と一緒に毎週お届けします。

お届けスタート: 翌々週から毎週お届け

何が届くかは「お楽しみ!」 3~5月頃までのお届け予定品目  
小松菜、チンゲン菜、べか菜、ルッコラ、みず菜、サニーレタス、グリーンリーフ などから2品目

※隔週ごとのキャンセルは、ご遠慮いただいております。やむを得ない場合は、お電話にてご相談ください。

今後の供給予定品目、パルグリーンファーム通信はこちら

「パルシステムアプリ」からのお申し込み  
画面下の「注文番号を入力」をタップして、「注文番号を入力」から注文番号・数量をご入力ください。  
※検索画面で注文番号や商品名を入力しても検索結果には出ませんのでご注意ください

お問い合わせ 産直・商品政策推進課  
TEL: 047-420-2604 (平日9:00~17:00)  
FAX: 047-420-2400 E-mail: palchiba-mail@pal.or.jp  
※メール、FAXでのお問い合わせは、件名に「パルグリーンファームとれたて便の件」とご入力ください。



アレルギーの表示を行っています。  
※アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

表示品目	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	か	く	豆

原材料に特定原材料8品目と大豆が含まれている商品には、その品目名を略称で表示しています。  
※大豆を除く特定原材料に準ずる19品目については、表示しておりません。※コンタミネーション表示については、特定原材料8品目と大豆で、かつ製造者から情報提供をいただいた商品のみ表示となっています。(乳)(そ)のように()で表示しています。

遺伝子組換え表示  
遺伝子組換え対象作物を使用していない商品および育果・菌には表示しません。  
※GMOとは、Genetically Modified Organisms(遺伝子組換え作物)の略称です。1次原料の構成比が5%以上を主原料、5%未満を副原料とします。(水を除いた構成比)

不使用 GMO  
主原料および副原料において遺伝子組換え原料を排除し、検査においても不検出の商品

GMOにNO! GMO  
(食品) (食品)

生産・流通・製造段階において遺伝子組換え原料を排除した商品。主原料および副原料いずれかで遺伝子組換えの混入を防ぐため、分別生産・流通管理している商品。※ただし主原料が不分別の場合は、不分別

GMOにNO! GMOにNO!  
(飼料) (飼料)

牛乳、鶏卵、鶏肉等の飼料において遺伝子組換え作物の混入を防ぐため分別生産・流通管理している商品

副原料 不分別 GMO 不分別  
原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものは対象外の原料を使用しているが、5%未満の原料に分別の原料が使われている

不分別 GMO 不分別  
原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものに、分別の原料が使われている

電子レンジ フライパン  
揚げる オートスター  
ポイル 電子レンジのみ  
蒸す

水産、畜産、冷凍食品、惣菜食品の加工済みに表示