千葉の組合員だけにお届けする ワクワク♫食卓新提案♪

Pal's Dining
パルズ ダイニング

2026年12月2回(A週) パルシステム千葉 pal-system

注文回収日 11月30日(月)～12月4日(金)

商品配達日 12月14日(月)～12月18日(金) **翌々週お届け**

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！

北海道産つぶ貝のコリコリした食感と香草バターの風味がマッチした一品です

北海道産毛つぶ・バター、国産にんにく使用



〈調理例〉

フライパン

103217 冷凍

北海道産つぶ貝の香草バター焼き

110g(つぶ貝90g、香草バター20g)

特別価格 **938円**(税込1,013円)

【賞味期間】180日 【アレルゲン】乳

149kcal㊟3.1g/100g



〈札幌中一〉㊫北海道

やわらかくきめ細やかな肉質の岐阜県産豚ヒレ肉を真空調理で火入れして、しっとりした食感に仕上げたローストポークです



〈調理例〉

103233 冷凍

国産豚ヒレ肉のローストポーク 150g

特別価格 **1,120円**(税込1,210円)

【賞味期間】366日 【アレルゲン】(卵)(乳)(麦) 104kcal㊟1.3g/100g

目安サイズ:
直径 4～5㎝・
長さ 10～12㎝



〈中村屋フードアクト〉㊫岐阜

おうちでレストラン

国産の特別栽培キャベツを使ったロールキャベツです
たっぷり入ったトマトソースに、ブロッコリーなどの野菜をトッピングするのもおすすめです



〈調理例〉

ボイル

103225 冷凍 GMO不分別

大きなロールキャベツ(トマトソース煮)

225g(ロールキャベツ140g、ソース85g)

特別価格 **528円**(税込570円)

【賞味期間】365日

【アレルゲン】豆(卵)(乳)(麦)(え)

58kcal㊟0.6g/100g

目安サイズ:
幅 約4㎝・
長さ 約10㎝



〈デリカフーズ農大〉㊫群馬

北海道のパティスリー「ジョリ・クレール」で人気のロールケーキが小ぶりになった2種類楽しめるセットです

北海道産鶏卵・いちご使用



〈盛りつけ例〉

103241 冷凍 GMO不分別

北海道旬摘みいちごと純生クリームのロールケーキセット

2本(250g)



〈末廣軒〉㊫北海道

特別価格 **1,200円**(税込1,296円)

【賞味期間】120日 【アレルゲン】卵 乳 麦(豆) 北海道旬摘みいちごロール:246kcal㊟0.2g/100g、純生ロール:305kcal㊟0.2g/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。

鎌ヶ谷市産の「豊水」を使用したスパークリングワインです

梨の甘みと酸味をていねいに生かし、泡の“シュワシュワ感”と“さわやかなのど越し”のスパークリングワインに仕上げました。

数量限定 350点

限定数を超えた際は欠品となる場合がございます。



千葉産原料使用

〈イメージ〉

103209

千葉のめぐ実梨スパークリングワイン 720㎖

1,550円(税込1,705円)

【アルコール度数】8%

〈マンズワイン〉㊫山梨

酒類の20歳未満への販売はしておりません。20歳未満の飲酒は法律で禁止されています。飲酒運転は法律で禁止されています。妊産婦の飲酒は胎児、乳児の発育に悪影響を与える恐れがあります。酒類販売管理者についてはインターネットで公開しています。

P7 コラムも好評！ 村上園のお茶

P8 年末年始の準備はお早めにどうぞ！

国産牛すね肉をホロホロとほどけるような
やわらかさになるまでじっくりと煮込みました
赤ワインの風味もしっかり感じるちょっとおとなな一品です

〈調理例〉



〈デリカフーズ農大〉㊐群馬



ゆでた野菜を加えると彩りよく華やかに！

ボイル

103659 冷凍 GMO不分別

牛肉の赤ワイン煮 180g

730円（税込788円）

【賞味期間】365日　【アレルゲン】麦 豆（卵）（乳）（え）（蟹）　355kcal㊎2.3g/180g

銚子沖で水揚げされた真いわしを塩麹につけ込み、
ふっくら食感の食べやすいフライに仕上げました

国産小麦粉・米粉使用

千葉産原料使用



〈千葉県漁業協同組合連合会〉㊐千葉



トマトソースやタルタルソースをかけて洋風にアレンジもおすすめ！

〈調理例〉

フライパン　揚げる

103802 冷凍 GMO NO!

塩麹でふっくらいわしフライ 180g（6-8枚）

398円（税込430円）

【賞味期間】180日　【アレルゲン】麦
183kcal㊎1.1g/可食部100g

おうちでレストラン

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



〈調理例〉
電子レンジのみ

電子レンジで温めるだけ！

103276 冷凍 GMO不分別

宮崎産若鶏の和風唐揚げ 500g

特別価格 **1,144円**（税込1,236円）

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



〈シーズン〉㊐宮崎

生地にホエイを練り込んだ
もちもち食感が
楽しめるピザです

国産小麦粉使用

ホエイとは
牛乳からチーズをつくるときにできる副産物で、赤ちゃんの粉ミルクなどに使用されている食材です。



食べごたえのあるもっちり食感！

←直径→ 約26㎝

〈調理例〉

フライパン　オーブントースター

103292 冷凍 GMO不分別

ホエイピザ（マルゲリータ） 270g

特別価格 **756円**（税込816円）



〈喜場〉㊐三重

【賞味期間】180日　【アレルゲン】乳 麦　229kcal㊎1.2g/100g

北海道産じゃがいもで
チーズを包み込んだポテトもち



〈調理例〉

揚げる

103691 冷凍 GMO不分別

ほっかいどうポテトもち（チーズ入り） 800g（20個入り）

1,130円（税込1,220円）



〈モリタン〉㊐北海道

【賞味期間】730日　【アレルゲン】乳 麦 豆　160kcal㊎0.9g/100g

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　ボイル

103667 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　【アレルゲン】麦 豆（卵）（乳）（え）
158kcal㊎1.3g/100g



〈昭和ミート〉㊐静岡

こめ油で揚げた自社製天かすといかとたこを
生地に混ぜ込んで風味豊かに仕上げた
プチサイズのお好み焼きです



〈調理例〉

電子レンジのみ

103721 冷凍 GMO不分別

プチお好み焼 海鮮ミックス 250g（5枚入り）

400円（税込432円）

【賞味期間】365日　【アレルゲン】卵 麦 豆（乳）
（え）　214kcal㊎0.5g/100g　※直径約8㎝



〈SD食品〉㊐奈良

国産あじにパン粉と
パルメザンチーズの衣をつけました
サックサクの食感とチーズの風味が魅力です



〈調理例〉

フライパン　揚げる

103799 冷凍 GMO不分別

フライパンで！あじのチーズソテー 6-8枚160g

465円（税込502円）



〈つかさ食品〉㊐千葉

【賞味期間】120日　【アレルゲン】乳 麦　197kcal㊎1.0g/100g

ほどよい甘さとにしんのうまみが
かむほどにしみ出ます

中村醸造元の六段仕込み醤油使用



〈盛りつけ例〉

103462 GMO不分別

ひと口にしん甘露煮 150g

598円（税込646円）

〈かねぶん梅屋〉㊐愛知

【賞味期間】180日　【アレルゲン】麦 豆　276kcal㊎3.0g/100g
※魚の小骨が含まれている場合がございますので、お召し上がりの際はご注意ください。

国産さんまをたれにつけ込み、
小麦粉にかつお節とあおさを
加えた衣をつけました

国産小麦粉・あおさ使用



〈調理例〉

フライパン

103772 冷凍 GMO不分別

さんまのりおかか焼き 7-10枚140g

465円（税込502円）

〈つかさ食品〉㊐千葉

【賞味期間】120日　【アレルゲン】麦 豆　315kcal㊎0.5g/100g

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



〈調理例〉

103781 冷凍 GMO不分別

さば西京味噌漬 180g

特別価格 **441円**（税込476円）

〈つかさ食品〉㊐千葉

【賞味期間】120日　【アレルゲン】豆　317kcal㊎0.7g/100g

北海道で水揚げされた秋鮭とほたてを、
しょうゆ、いりごま、米発酵調味料等を
合わせた調味液につけ込みました

解凍して
ごはんの上に
のせるだけ!



〈札幌中一〉㈱北海道



〈調理例〉

103268 冷凍 GMO NO!

秋鮭と帆立の漬け丼

140g(70g×2)

1,098円(税込1,186円)

【賞味期間】90日 【アレルゲン】麦 豆
85kcal㊎1.1g/1食70g

水揚げ後、砂抜き・凍結処理を行った、
島根県宍道湖産の特大サイズのヤマトシジミです

島根県宍道湖産ヤマトシジミ使用



〈調理例〉



〈千葉県漁業協同組合連合会〉㈱千葉

目安個数：20個前後

103811 冷凍

冷凍しじみ(宍道湖産) 特大粒

140g

398円(税込430円)

【賞味期間】90日

株式会社 飛鳥食品

本場中国の家庭の味をお届けします

組合員の声

おいしかった!
皮がもちもちでおいしくいただきました。なかなか水餃子を食べる機会がないのですが、調理も簡単でさっと出せるので助かります!

「和豚もちぶた」とえびのうまみがきいたあんを
コシのある皮で包みました



〈飛鳥食品〉㈱東京



〈調理例〉

フライパン ボイル

103594 冷凍 GMO NO!

飛鳥の水餃子

250g(15個入り)

480円(税込518円)

【賞味期間】120日 【アレルゲン】麦 え 豆
(卵) (乳) (蟹) 216kcal㊎0.8g/100g

ほうれん草パウダーを混ぜ込んだ皮に
「和豚もちぶた」とえびやほたてのうまみが
詰まっています

組合員の声

おいしかったです
スープ餃子にしましたが皮が厚くて破けずに料理できました。海鮮の味もおいしかったです。



〈調理例〉

ボイル

103608 冷凍 GMO NO!

飛鳥の海鮮水餃子

250g(15個入り)

589円(税込636円)

【賞味期間】120日 【アレルゲン】卵 麦 え 豆 (乳) (蟹) 178kcal㊎1.1g/100g

〈飛鳥食品〉㈱東京

つなぎに大根を使用してふんわりジューシーに仕上げました
「和豚もちぶた」のうまみが口の中に広がる
小ぶりなしゅうまいです



1個の大きさ:
直径 約2.5cm・
高さ 約2.5cm

電子レンジ 蒸す

103616 冷凍 GMO NO!

飛鳥の肉シュウマイ

180g(12個入り)

428円(税込462円)



〈飛鳥食品〉㈱東京

【賞味期間】120日 【アレルゲン】麦 豆 (卵) (乳) (え) (蟹) 187kcal㊎0.9g/100g

国産小麦粉で作ったもちもちの皮で
スパイシーなあんを手包みしたカレーまん



〈調理例〉

電子レンジ 蒸す

独特な木の葉形は手包みならでは!

103641 冷凍 GMO 不分別

飛鳥のカレーまん

270g(3個入り)

545円(税込589円)



〈調理例〉



1個の大きさ:
長さ 約9.5cm・
最大幅 約7.5cm・
高さ 約4cm

〈飛鳥食品〉㈱東京

【賞味期間】120日 【アレルゲン】乳 麦 豆
(卵) (え) (蟹) 212kcal㊎0.6g/100g

九州産「みつせ鶏」のむね肉を使用
唐辛子に加え、陳皮(ちんぴ)や山椒で香り高く、
あおさやごまで風味豊かに仕上げました



〈調理例〉

フライパン

103756 冷凍 GMO 不分別

みつせ鶏 大人の彩り七味焼き 180g

548円(税込592円)



〈ヨコオ〉㈱佐賀

【賞味期間】366日 【アレルゲン】麦 豆 (卵) (乳) 133kcal㊎1.3g/100g

ごまの風味がしっかりときいたあんを
国産小麦粉で作った生地で包みました

ふかふか食感♪



〈調理例〉

電子レンジ 蒸す

1個の大きさ:
直径 約6.5cm・
高さ 約4cm

103632 冷凍 GMO 不分別

飛鳥のあんまん 240g(4個入り)

475円(税込513円)



〈飛鳥食品〉㈱東京

【賞味期間】120日 【アレルゲン】麦 (卵) (乳) (え) (蟹) (豆) 273kcal㊎0.1g/100g

茨城県産の原木しいたけが
主役のしいたけまん

茨城県産しいたけ・国産豚肉使用



〈調理例〉

電子レンジ 蒸す

大ぶりのぷりぷり原木しいたけがぎっしり!

103624 冷凍 GMO 不分別

森のめぐみ 原木しいたけまん

260g(2個入り) **620円**(税込670円)

1個の大きさ:
直径 約9.5cm・
高さ 約6cm



〈飛鳥食品〉㈱東京

【賞味期間】120日 【アレルゲン】乳 麦 豆 (卵) (え) (蟹) 276kcal㊎1.1g/1個(130g)

九州産「みつせ鶏」のむね肉を
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

103764 冷凍 GMO 不分別

みつせ鶏柚子胡椒焼き 180g

548円(税込592円)



〈ヨコオ〉㈱佐賀

【賞味期間】366日 【アレルゲン】麦 豆 (卵) (乳) 129kcal㊎1.0g/100g

南房総の温暖な気候で育った茎の太い菜の花を食感よくゆで上げて急速冷凍しました

千葉産 原料使用

下ごしらえの手間いらず



〈寿食品〉㊍千葉



103829 冷凍

房総産湯通し菜の花 250g

530円（税込572円）

【賞味期間】720日 39kcal/100g

天ぷらもおすすめです!

〈調理例〉

肉厚でコリコリとした食感のきくらげです

千葉産 原料使用

千葉県旭市産乾燥きくらげ

103837

スライス 20g

498円（税込538円）

チャックシール付



103845

ブロック 16g

398円（税込430円）

チャックシール付



〈協和電機工業〉㊍千葉



（共通）【賞味期間】730日 171kcal㊕0.1g/100g

〈ブロック 水戻し後イメージ〉

熟成黒にんにく「青森のくろ」

青森県産の黒にんにくを自然熟成させた甘酸っぱくてフルーティな味わいの熟成黒にんにく

1日1~2片を目安に皮をむいてお召し上がりください

100g チャックシール付

103331

100g



980円（税込1,058円）

320g たっぷり!

103322

無選別 320g

1,980円（税込2,138円）



無選別

（共通）【賞味期間】365日 180kcal/100g

〈エイト〉㊍青森

〈盛りつけ例〉

※320gは無選別のため、小ぶり・皮が黒い・皮が剥げ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、原料由来のものですので、安心してお召し上がりください。

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。

手巻き寿司に!

〈調理例〉

チャックシール付



〈柳川海苔本舗〉㊍福岡

103314

訳あり有明海産焼のり

板のり20枚

980円（税込1,058円）

【賞味期間】300日 【アレルゲン】（麦）（え）（蟹）（豆） 9kcal/1枚（3g）





〈盛りつけ例〉

削りたての風味をそのままに



使いやすい個包装パック

〈調理例〉



103551

お徳用かつおパック

80g（2g×10袋×4）

601円（税込649円）

【賞味期間】365日 【アレルゲン】（え） 7kcal/1袋2g

〈かね七〉㊍富山

食べられるおかずカップです

ごはんや惣菜を入れて、そのまま食べられます。

国産真昆布使用



約2.5cm 内径約3.7cm

ホームパーティーなどにおすすめです!

〈調理例〉



103365 GMO不分別

旨っ! おぼろ昆布カップ 12枚

特別価格 **483円**（税込522円）

チャックシール付

【賞味期間】240日 【アレルゲン】（麦）（え）（蟹）（豆） 249kcal㊕5.1g/100g

〈木村アルミ箔〉㊍大阪

肉厚な食感とほどよい塩加減で飽きのこない味わいです



サイズ無選別

塩分約8%

〈盛りつけ例〉

103411 GMO不分別

紀州南高梅つぶれ梅 200g

特別価格 **750円**（税込810円）



【賞味期間】120日 87kcal㊕8.2g/可食部100g

※梅がペースト状になっている場合もございます。ご了承ください。

〈源蔵梅本舗〉㊍和歌山

原料の梅は雹（ひょう）の被害により、一部に黒いキズが見られることがありますが品質に問題はありません。

「大袖の舞大豆」を収穫から3時間以内に調理加工し急速冷凍! 甘みしっかり、あざやかな色みが目を引きます



〈盛りつけ例〉

加熱調理用

103683 冷凍 GMOにNO!

むき枝豆 220g

538円（税込581円）



〈中札内村農業協同組合〉㊍北海道

【賞味期間】540日 【アレルゲン】豆 140kcal㊕0.2g/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

もったいない特価

賞味期限 最短2027年6月2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ます。確認の上、ご注文ください。

麻婆豆腐にも!



〈調理例〉

加熱調理用

103675 冷凍 〈調理例〉

北海道産グリーンピース 200g

特別価格 **358円**（税込387円）



【賞味期間】547日 142kcal/100g

〈日本罐詰〉㊍北海道

北海道産玉ねぎと宮崎県産ズッキーニ、カラーピーマンを彩りよくミックスしました

玉ねぎ ズッキーニ 赤ピーマン 黄ピーマン



ラタトゥイユに!

パスタに!

〈調理例〉

電子レンジ フライパン ボイル

103730 冷凍 加熱調理用

ミックスベジタブル 200g

420円（税込454円）



【賞味期間】547日 29kcal/100g

〈ジェイエイフーズみやざき〉㊍宮崎

特製野菜スープと
大豆油につけ込み
風味豊かに仕上げたツナ缶詰です

賞味期間 3年 製造年月日からの日数です。



〈調理例〉
「沖縄の塩 シママース」使用

油漬け

103489 GMO不分別

あいこちゃんツナ まぐろ油漬けフレーク 70g×12

1,850円（税込1,998円）

〈伊藤食品〉㊫静岡

【賞味期間】1095日　【アレルゲン】豆　211kcal㊟0.7g/1缶70g

ヘルシー志向の方におすすめ！
ノンオイルタイプのツナ缶詰です

賞味期間 3年 製造年月日からの日数です。



〈調理例〉
「沖縄の塩 シママース」使用

水煮

103497

あいこちゃんツナ まぐろ水煮フレーク 70g×12

1,850円（税込1,998円）

〈伊藤食品〉㊫静岡

【賞味期間】1095日　46kcal㊟0.7g/1缶70g

食塩不使用で
素材の味を
生かしました

AIKO CHAN

賞味期間 3年 製造年月日からの日数です。



〈調理例〉

食塩不使用

103501

あいこちゃんツナ まぐろ水煮フレーク（食塩不使用） 70g×12

1,850円（税込1,998円）

〈伊藤食品〉㊫静岡

【賞味期間】1095日　48kcal㊟0.1g～0.4g/1缶70g

ほんのり塩味がアクセント!
もちもち食感のお赤飯です

国産もち米・北海道産小豆使用

電子レンジで約1分40秒



〈調理例〉
電子レンジ　ボイル

約26.4cm　約7.8cm　約16cm

103403 6パック入

餅屋が作った赤飯 150g×6入

1,480円（税込1,598円）

〈たいまつ食品〉㊫新潟

【賞味期間】270日　261kcal㊟0.7g/1パック（150g）

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。



〈盛りつけ例〉

2缶でお届け

103527 GMO NO!

あいこちゃん プレミアム鯖味噌煮 190g（固形量140g）×2

806円（税込870円）

〈伊藤食品〉㊫青森

【賞味期間】1095日　【アレルゲン】豆　222kcal㊟1.1g/100g

にんにく風味がくせになる
ツナ缶詰です

賞味期間 3年 製造年月日からの日数です。

青森県産にんにく使用



〈調理例〉

103519 GMO不分別

ガーリック

あいこちゃん ガーリック・ツナ まぐろ油漬けフレーク 70g×3

470円（税込508円）

〈伊藤食品〉㊫静岡

【賞味期間】1095日　【アレルゲン】豆　225kcal㊟0.6g/1缶70g

仕上がりふっくら!
国産「コシヒカリ」を使ったおかゆです



〈調理例〉
電子レンジ　ボイル

約24.4cm　約19.8cm　約12.8cm

103390 10袋入

国産コシヒカリ100%使用 白がゆ 250g×10入

1,380円（税込1,490円）

〈たいまつ食品〉㊫新潟

【賞味期間】540日　【アレルゲン】（卵）（麦）（豆）　92kcal/1人前（250g）

お湯を注ぐだけ!
国産舞茸とゆずの風味が
楽しめます

賞味期間 2年 製造年月日からの日数です。



〈調理例〉

103535 GMO不分別

お吸い物 舞茸（国産舞茸・ゆず皮使用） 5.7g×10個

2,500円（税込2,700円）

〈上越フーズ〉㊫新潟

【賞味期間】730日　【アレルゲン】卵 豆　22kcal㊟0.9g/1食（5.7g）

しょうがのきいた和風コンソメに
淡路島産玉ねぎの甘みがマッチします

賞味期間 2年 製造年月日からの日数です。

今回で販売終了

各5個ずつ 合計10個



㊫イー・有機生活㊫新潟

〈和風コンソメ調理例〉

しょうがのきいたチキンブイヨンに
国産ごぼうのうまみが
広がるスープです

103543 GMO不分別

高知県産黄金生姜スープ（旨みチキン・和風コンソメ） 2種×各5個

2,000円（税込2,160円）

〈旨みチキン調理例〉

【賞味期間】730日　【アレルゲン】乳 麦 豆　旨みチキン：32kcal㊟1.2g/1食（9g）、和風コンソメ：33kcal㊟1.0g/1食（9.3g）　※今回で販売終了となります。

北海道産黒豆をじっくり炒った
ポリポリ食感が楽しい黒豆です



〈盛りつけ例〉

個包装入

103471 GMO不分別 40袋入

北海道黒豆 200g（5g×40袋）

1,200円（税込1,296円）

〈大島食品工業〉㊫愛知

【賞味期間】180日　【アレルゲン】豆　460kcal/100g

※原料価格の高騰により、値上げしました。

国産玄米使用
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



〈調理例〉

103934

ブラウンライスケーキ 15枚入

418円（税込451円）

〈幸福米穀〉㊫大阪

【賞味期間】365日　【アレルゲン】（豆）
35kcal/1枚（9g）

103942

もち麦入り

ブラウンライスケーキ もち麦入り 15枚入

特別価格 **405円**（税込437円）

〈幸福米穀〉㊫大阪

【賞味期間】365日　【アレルゲン】（豆）
35kcal/1枚（9g）

国産もち麦使用

〈調理例〉

〈調理例〉

西谷堂

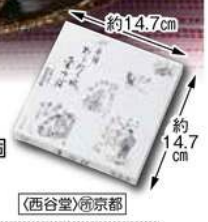
明治25年創業 京都の新京極の名物「西谷堂」の金つばです



〈盛りつけ例〉

103349 GMO不分別

1個の大きさ：直径 約3.5cm・高さ 約2cm



京極たらたら坂金つば 9個

698円（税込754円）

〈西谷堂〉㊐京都

【賞味期間】30日　【アレルゲン】麦（卵）（乳）（そ）（く）　274kcal㊂0.1g/100g

あんには北海道十勝産小豆を使用
さわやかなよもぎの香りを楽しめるおはぎです



〈盛りつけ例〉

103713 冷凍 GMO不分別

1個の大きさ：直径 約5cm・高さ 約3cm



和の職人 よもぎおはぎ 4個

495円（税込535円）

〈ゆのたに〉㊐新潟

【賞味期間】180日　254kcal㊂0.1g/100g

北海道産小豆のつぶあんを国産上新粉を使用したもちで包み、職人の手でひとつずつていねいに笹の葉でくるみました



〈盛りつけ例〉

103748 冷凍 GMO不分別

1個：約55g（笹葉含めず）



笹だんご 5個

1,110円（税込1,199円）

〈ゆのたに〉㊐新潟

【賞味期間】180日　245kcal㊂0.1g/100g

ブルーベリー果汁で仕上げた
ひと口サイズの寒天です



〈盛りつけ例〉

103560 GMO不分別　目安個数：約18個

ブルーベリー寒天

240g（個包装紙込み）

598円（税込646円）

個包装入



㊐やます㊐愛知

【賞味期間】180日　【アレルゲン】豆（乳）（麦）　342kcal㊂0.1g/100g

※原料価格の高騰により、値上げしました。

無香料、無着色で仕上げた
ひと口サイズのゆず寒天です



〈盛りつけ例〉

103578 GMO不分別　目安個数：約18個

ゆず寒天 240g（個包装紙込み）

598円（税込646円）

個包装入



㊐やます㊐愛知

【賞味期間】180日　【アレルゲン】豆（乳）（麦）　282kcal/100g

※原料価格の高騰により、値上げしました。

国産しらすを丸ごと薄焼きせんべいに！
カルシウムたっぷり！



〈盛りつけ例〉

103454

しらすっこ 20g

770円（税込832円）

〈三幸産業〉㊐広島

【賞味期間】90日　【アレルゲン】（卵）（乳）（麦）（え）（蟹）

356kcal㊂6.6g/100g　カルシウム：1730㎎/100g

※色の濃いもの（茶色いもの）をお届けする場合がございますが、原料由来のものですので、品質に問題ございません。

濃厚クリームチーズがやみつきになるチーズケーキバー

わけあって お得!!
端っこの部分や長さの短いもの、焼きムラのあるものが入る場合がございますが、その分たくさん入った、お買得な商品です。



目安本数：7～10本　〈盛りつけ例〉

103250 冷凍 GMO不分別

訳ありチーズケーキバー

450g **1,480円**（税込1,598円）

〈小泉商事〉㊐東京

【賞味期間】90日　【アレルゲン】卵 乳 麦 豆（く）（カシ）　353kcal㊂0.5g/100g

夕張メロンの香りが口いっぱいに広がるしっとり焼き上げたパウンドケーキです

北海道産小麦粉・夕張メロン果汁使用



〈盛りつけ例〉

103446 GMO不分別

〈夕張メロンイメージ〉



夕張メロン パウンドケーキ 1本

580円（税込626円）



〈栗原園〉㊐埼玉

【賞味期間】120日　【アレルゲン】卵 乳 麦 豆　398kcal㊂0.7g/100g

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



〈調理例〉

103705 冷凍 GMO不分別

クレープ19 もちもちタイプ 10枚

598円（税込646円）

〈スカーフード工業〉㊐埼玉

【賞味期間】365日　【アレルゲン】卵 乳 麦 豆　268kcal㊂0.4g/100g

Mino no Mura 實埜邑（みののむら）

食の安全と安心を守り、健康で豊かな生活を支える、体にやさしいお菓子作りを行っています。また、障がいをもった人の自立支援に向けた活動にも取り組んでいます。

国産大豆のきな粉使用　八街市産生姜加工品使用　千葉県産有機大豆の大豆コーヒー使用



Eco&Art 米粉クッキー

1袋の目安枚数：7～8枚

103993 GMO不分別 きな粉

132501 GMO不分別 生姜

132519 GMO不分別 大豆コーヒー

千葉産原料使用

各50g **各380円**（税込410円）

〈實埜邑〉㊐千葉

千葉県産米の米粉と国産大豆のきな粉、おからパウダーを使用し、かために焼き上げたクッキーです



きな粉：【賞味期間】180日　【アレルゲン】豆（卵）（乳）（麦）（落）　154kcal㊂0.2g/50g

生姜：【賞味期間】180日　【アレルゲン】豆（卵）（乳）（麦）（落）　144kcal㊂0.2g/50g

大豆コーヒー：【賞味期間】180日　【アレルゲン】豆（卵）（乳）（麦）（落）　158kcal㊂0.2g/50g

青森県産のシャキシャキりんごをパイ生地でくるみました



〈盛りつけ例〉

103438 GMO不分別

1本の大きさ：長さ 約12.5cm・幅 約4cm

個包装入

パティシエのりんごスティック 4本

特別価格 **980円**（税込1,058円）

〈ラグノオささき〉㊐青森

【賞味期間】45日　【アレルゲン】卵 乳 麦 豆　294kcal㊂0.3g/100g

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〉

チャックシール付

103926

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

特別価格 **638円**(税込689円)

〈幸福米穀〉㊥大阪

【賞味期間】365日 【アレルゲン】(麦)(そ)(く)(豆) 233kcal/50g

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〉

103951

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

643円(税込694円)

チャックシール付

〈幸福米穀〉㊥大阪

【賞味期間】365日 【アレルゲン】(麦)(そ)(く)(豆) 233kcal/50g

芳醇でフルーティーな
粗びきカカオニブの香りと
オーツ麦、国産焙煎玄米、
アーモンドの食感が
楽しめます

カカオニブとは
原料であるカカオ豆を発酵・乾燥・焙煎し、皮を取り除いてフレーク状に粉砕したものです。



〈盛りつけ例〉

103969

粗挽きカカオのグラノーラ 200g

668円(税込721円)

チャックシール付

〈幸福米穀〉㊥大阪

【賞味期間】365日 【アレルゲン】(麦)(そ)(く)(豆) 193kcal/50g

食べやすいひと口サイズの
おいしい塩焼きいも

茨城県産べにあずま使用



2袋でお届け

〈岡三食品〉㊥岡山

103586 GMO 調不分別

おいしい塩焼いも
70g×2

521円(税込563円)

【賞味期間】365日 158kcal Ⓝ0.7g/100g

〈盛りつけ例〉

千葉県産の地大豆を使用した大豆コーヒー

Mino no Mura 實埜邑(みののむら)

食の安全と安心を守り、健康で豊かな生活を支える、体にやさしいお菓子作りを行っています。また、障がいをもった人の自立支援に向けた活動にも取り組んでいます。

千葉県産の有機地大豆のみを使用し、コーヒー好きの方にも満足していただけるおいしさを追求した大豆コーヒーです。香ばしさの中にやさしい甘みを感じる、酸味の少ないマイルドな味わいです。



Soy Café

〈イメージ〉

大豆コーヒー GMO NO!

千葉産原料使用

103977

ドリップパック
8g×5袋

680円
(税込734円)



飯實埜邑㊥福岡

103985

粉 150g

1,080円
(税込1,166円)

チャックシール付



(共通)【賞味期間】365日
【アレルゲン】豆

〈實埜邑〉㊥千葉

自園・自製茶販売

㈲五 村上園

村上園のお茶は、昭和49年より、栽培期間中農薬・化学肥料を使用しておりません。BMW技術を取り入れた農法(B:バクテリア、M:ミネラル、W:天然水)を導入し、堆肥、活性水を利用した土づくりにこだわり栽培しています。2006年には全圃場で有機認証取得。資材にも遺伝子組換えの物の混入を防ぐため分別生産流通管理を行い、環境にやさしい安心、安全な農産物を生産しています。ぜひ一度お試しください。

ぜひご覧ください

ホームページ インスタグラム

〈村上園〉㊥静岡



村上園 三代目 村上倫久さん

店主の「ひとことコラム」

お茶の時間

春の新芽に備える、冬の土づくり

師走を迎え、野山には木枯らしが吹き、すっかり冬の景色になってきました。この時期の茶畑では、堆肥をまいたり、土を深く耕したりして、春に向けた土づくりを進めます。寒い冬の間も茶の木は光合成を続け、春の新芽の成長に備えて少しずつ栄養を蓄えています。

また、この時期は堆肥づくりにも適しています。空気が乾燥し気温が低いため、安定して発酵させやすい季節です。原料には、もみがらや米ぬか、しょうゆかす、落ち葉、茶がらなど、地域で生まれる未利用の資源を活用。BMW活性水を加え、発酵によって熱が出てきたらかき混ぜ、約1年かけてじっくり仕上げます。黒糖のような香りがしてきたら完成です。

こうした堆肥づくりも、有機栽培を支える大切な仕事のひとつ。春の新芽を思い描きながら、土づくりに励んでいます。今後とも村上園のお茶をどうぞよろしくお願いいたします。

お茶にこだわる方には1ランク上のお茶を!

甘みとすっきり感のバランスがよく、口あたりもまろやかです。

水出し上煎茶で
すっきりとした
うまみを味わう



(イメージ)



103861

村上園の有機上煎茶 200g

2,350円
(税込2,538円)

【賞味期間】365日

湯温を気にせず抽出できる
普段使いにおすすめです!

最盛期に収穫し、味・香りのバランスがよいお茶です。常用としてお使いください。



103870

村上園の有機煎茶 200g

1,400円
(税込1,512円)

【賞味期間】365日

有機粉末緑茶

お湯を注いで溶かすだけ
手軽にどこでも楽しめるお茶
マグカップ使い切りサイズ



チャックシール付

20本入

103900

有機粉末緑茶 スティックタイプ 16g(0.8g×20本)

610円(税込659円)

【賞味期間】365日

村上園の使いやすいティーバッグ

ほうじ茶はカフェイン含有が
少ないのが特徴。熱いお湯で
抽出して飲むのがおすすめです

チャックシール付



103888

ほうじ茶 ティーバッグ
75g(2.5g×30袋)

740円
(税込799円)

【賞味期間】365日

一番茶を使用しているため、
お湯の温度によって
さまざまな味が楽しめます

チャックシール付



103896

緑茶 ティーバッグ
75g(2.5g×30袋)

960円
(税込1,037円)

【賞味期間】365日

一番茶のみを使用した、独特の甘みと香り
サラッとした口あたりが楽しめるくき茶です

組合員の声

コク深く美味
少し熱めのお湯でじっくり蒸らすと、とてもコクがあっておいしいです。



(イメージ)

103918

有機くき茶 200g

特別価格 **1,180円**(税込1,274円)

【賞味期間】365日

年末年始の準備はお早めにどうぞ！

来年は未年

かわいい2種類のヒツジが飾り付けられた鏡もちです

1年の初めに干支入りの鏡もちを飾ってみませんか？

国内産水稲もち米使用



〈たいまつ食品〉㊐新潟

103373　2個入

お鏡餅 福招き干支詰合せ

320g（160g×2個入）

798円（税込862円）　【賞味期間】180日　240kcal/100g

菊田商店

昔ながらの直火炊き製法で仕上げました
いろいろな味が楽しめる4種5袋セット！



〈菊田商店〉㊐東京

103306　GMO不分別

4種のとろ火炊き煮豆セット

200g（とら豆40g、金時豆40g、黒豆40g、昆布豆40g×2）

598円（税込646円）

【賞味期間】90日　【アレルゲン】麦 豆　528kcal㊟0.7g/1セット

〈盛りつけ例〉

新登場！

国産長芋をすりおろし、小分けパックにしました
解凍するだけで手軽にお召し上がりいただけます



〈富士物産〉㊐静岡

103284　冷凍　10袋入

国産とろろ芋

300g（30g×10袋）

698円（税込754円）

【賞味期間】365日　【アレルゲン】（乳）（麦）　20kcal/1袋（30g）

原材料名：やまいも（国産）

風味が引き立つ細切り海苔

焼き海苔を松葉のように細く切ることで、より海苔の風味が引き立ちます。



〈江口海苔〉㊐神奈川　〈盛りつけ例〉

103357

二代目吉太郎伝承 日本橋 松葉のり 17g

798円（税込862円）

【賞味期間】365日　【アレルゲン】（え）（蟹）

32kcal㊟0.2g/17g

〈調理例〉

肉厚で歯ごたえと風味が楽しめる、
大分県産原木椎茸
煮物にもおすすめです



103420

大分県産 原木乾椎茸どんこ 68g

特別価格 **1,150円**（税込1,242円）

【賞味期間】365日　182kcal/100g

〈マルトモ物産〉㊐大分

新潟県産特別栽培米「こがねもち」を使用
コシのつよさともっちりとした食感が楽しめます



103381

新潟県産特別栽培米 こがねもち 600g

個包装入

998円（税込1,078円）

【賞味期間】720日　122kcal/1切れ（平均重量50g）

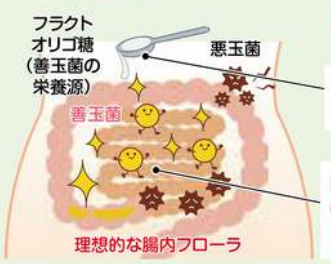
〈太陽松食品〉㊐新潟

フラクトオリゴ糖

おなかの環境を良好に保つ甘味料

日本オリゴの「フラクトオリゴ糖」は国産てんさい糖を発酵させて作られたオリゴ糖です。

甜菜（てんさい）（さとう大根）

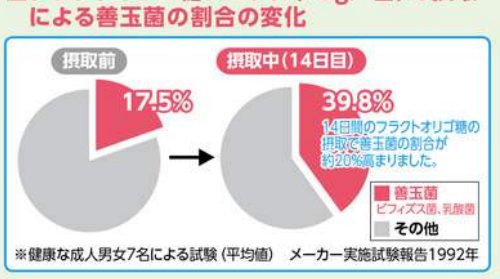


大切な腸内細菌のバランス、善玉菌を優勢に。

フラクトオリゴ糖が腸内善玉菌の有用栄養源になります。

善玉菌が増え、便を腐敗性から発酵性にし、悪玉菌（有害物）を減らします。

■フラクトオリゴ糖シロップ（15g／日）の摂取による善玉菌の割合の変化



※健康な成人男女7名による試験（平均値）　メーカー実施試験報告1992年

使い方簡単!! 例えば…



消費者庁許可 特定保健用食品

フラクトオリゴ糖の特徴

❶毎日大さじ1杯で おなかの環境を良好に
❷砂糖に近いまろやかな甘み
❸カロリーは砂糖の約1/2

たっぷり使える3本セット！



103853　GMOにNO!

フラクトオリゴ糖

700g×3本セット

シロップ100g中フラクトオリゴ糖 40gを含みます

2,270円（税込2,452円）

細口キャップで使いやすい

【賞味期間】365日　207kcal/100g　【次回予定】1月4回

※1日の摂取目安：15g（小さじ4杯程度）

〈日本オリゴ〉㊐富山

アレルゲン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	カシューナッツ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	蟹	く	カシ	豆

原材料に特定原材料9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9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の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青果・酒には表示しません。

※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不使用	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!（食品）	GMOにNO!	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!（飼料）	GMOにNO!	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副不分別	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%未満の原料に不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、不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　オーブントースター　ボイル　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食品に表示

賞味期間は製造加工日からの期間で、お届け日からの期間ではありません。熱量については正数（小数第1位を四捨五入）、食塩相当量については小数第1位（小数第2位を四捨五入）までを表示しています。