

2025年10月④回目注文書

配布：10月②回目（10/7(火)～9(木)）
回収：10月③回目（10/14(火)～16(木)）
※注文締切は**10/16(木)15時です！**（ルート回収除く）
配送：10月④回目（10/21(火)～23(木)）

コース（火・水・木）
番号（ ）
氏 名
（ / ）様

さくらベーカーリーのパン

※使用しているチョコレートには乳化剤、香料が含まれています

番号	品名	容量	価格	数
0913	土佐酒粕食パン	5枚	475	
0917	ハードトースト	5枚	389	
0918	ハードトースト サンド用	10枚	389	
0909	玄米トーストパン	1個	486	
0928	もち麦トースト	1斤	432	
0904	グラハムトースト	1本	540	
0925	ブランブレッド	1本	540	
0919	バタール	1本	410	
0911	玄米こめ粉パン	1個	572	
0912	窯焼き玄米パン(丸パン)	3個	324	
0921	パンヨセーグルプレーン	1個	551	
0922	パンヨセーグルくるみ	1個	594	
0929	リュスティックプレーン	1個	281	
0930	リュスティックフルーツ	1個	346	

クランベリーノア：ノアはくるみのこと。クランベリーとくるみたっぷりのハード系パン。スライスして軽トースト

0905	クランベリーノア	1個	529	
0906	クランベリーバグル	2個	497	
0914	しおパン	2個	356	
0907	クルミフランス	1個	448	
0915	白神ソフトフランス	1個	454	
0902	あんフランス	1個	248	
0901	あんぱん	2個	454	
0908	クロワッサン	2個	464	
0916	チョコクロワッサン(四角)	1個	259	
0910	玄米パイ	1個	248	

玄米パイ：よつ葉バターを折り込んで丸く巻いたデニッシュパイ。トーストするとサクッ！

0920	バターロール(丸型)	5個	540	
0923	ピストーレ	5個	540	
0924	ぶどうパン	2個	302	
0903	大納言ブレッド	1個	432	
0931	アーモンド		562	
0932	オレンジ		562	
0933	玄米	1斤	562	
0936	万次郎かぼちゃ		562	
0934	チョコ		562	
0935	マロン		562	
0937	ナッパ栗	1個	238	
0938	チョコくるみ	1個	238	

シリアル、パンのおとも

0950	有機玄米フレーク・プレーン	150g	624	
0953	OGグラノーラチョコ	200g	829	
0954	OGグラノーラハニー	200g	725	
0955	OGグラノーラベリー	200g	829	
5201	ハイプラスマーガリン	180g	425	
5263	アーモンドクリーム	150g	777	
5262	黒ゴマクリーム	190g	682	
5264	有機チョコスプレッド(ハーゼルナッツ)	70g	555	
5260	有機・レモナード ゆず入	115g	402	
5220	ザイオン/レヴァームのブルーベリージャム	230g	915	
5221		480g	1,699	

野菜セット（高知県）

お問合せ等は土といのちをお願いします

番号	品名	容量	価格	数
0510	中村 直送・四万十野菜セット	8品目	1,483+	
			送料	

ご希望の着日に○をつけ
希望時間帯も指定してください。
10/21（火）・23（木）時間帯：

谷川農園：『土といのち通信』の「各地の生産者だより」に載っています。

0505	谷川 直送・谷川農園の野菜セット	6品目	1,493+	
			送料	

着日時間帯指定 月 日 時間帯：

野菜単品（高知県）

0101	ニラ	90～100g	222	
0102	ゴーヤー	1～2個	212	
0103	エンサイ	100g	212	
0104	ナス	2～3本	311	
0105	ピーマン	150g	239	
0106	ネギ	80g前後	212	
0107	キュウリ	2～4本	295	
0108	カボチャ	1個	71/100g	
0201	新生姜	100g	261	
0202		400g	980	
0203	里芋(子芋)	400g	418	
0204	里芋(親芋)	500g	392	
0205	ピーマン	150g	261	
0206	甘長トウガラシ	120～130g	261	
0207	玉ネギ小玉ちゃん	380g前後	288	
0208	玉ネギ	660g	392	
0209	ニンニクお徳用	150g	654	
0210	ニンニク	1個	261	
0211	ゴボウ	150g	418	
0240	とさやま ニラ	100g	155	
0241	とさやま ニンニク	150g	282	
0242	とさやま りゅうぎゅう	500g	169	

野菜単品（県外）

0301	愛人 人参	500g程度	469	
0302	愛人 ジャガイモ	1kg程度	662	

キノコ（高知県）

0276	宗 生きくらげ	75g	240	
------	---------	-----	-----	--

果物（県外）

0418	竹嶋有機 りんご/紅玉	1kg前後	1,911	
0415		4～4.5kg箱入	7,076	
0416		8～9kg箱入	13,481	

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299

新共同購入品

番号	品名	容量	価格	数
5318	国産有機むぎ茶 缶	1本	156	
1965	土佐佐賀 あじガーリックフライ	150g	644	
1975	土佐佐賀 ぶり照り焼きセット	150g	661	
1988	土佐佐賀 天然ぶり煮付用(調味液付)	330g	800	
●5056	秋川牧園 手羽元ゆすこしょう焼き	250g	739	
●5057	秋川牧園 ハンバーグ	1個	433	
5058	秋川牧園 コロッケ	5個	544	
5059	秋川牧園 とり餃子	195g	462	

高知のいいものいろいろ

～土佐佐賀産直出荷組合、すずめ燻製工房はP5

9385	高知子どもの図書館 カレンダー2026	1冊	1,100	
3460	村井さんの日本蜜蜂の百花蜜	200cc	1,307	
0850	宗 乾燥きくらげ	40g	565	
0840	吉井 黒にんにく「土佐の隠し玉」	40g	540	
0841		250g	3,240	

ローリエお徳用：暑さで葉がやけどしているため増量

0877	ローリエお徳用	30枚	137	
8018	どくだみ水	60cc	792	
8020	どくだみ水詰替	100cc	922	
8097	どくだみ水詰替	300cc	2,000	
8019	どくだみローション	60cc	792	
8021	どくだみローション詰替	100cc	922	
8098	どくだみローション詰替	300cc	2,000	
8026	びわエキス詰替	100cc	922	
8099	びわエキス詰替	300cc	2,000	

◎国内産新そば（5割そば）始まりました！

原材料：【めん】そば粉（そば（国産））、小麦粉（小麦（国産））、食塩【つけ】しょうゆ（小麦、大豆を含む）、砂糖、みりん、削りだし（かつお）、削りだし（さばを含む）、醸造酢（りんごを含む）、にぼし、酵母エキス ★季節限定品

★4102	新そば・つゆ付き	2食	705	
★4103	奥出雲生蕎麦つゆなし	2食	539	

●防災特集～備蓄できる食材～

4710	有機発芽玄米おにぎり	90g×2	435	
4711	有機発芽玄米おにぎり・わかめ	90g×2	456	
4715	助っ人飯米・玄米ごはん	160g	264	
4717	助っ人飯米・小豆入り玄米ごはん	160g	285	
0958	OG小麦粉のもっちりパン プレーン	1個	298	
0959	OG小麦粉のもっちりパン OGレーズン	1個	310	

OG小麦のもっちりパン：もっちりふんわり、まあいパン。乳製品や卵は使っていません

コーヒー・コーヒーフィルター

番号	品名	容量	価格	数
5549	OGインスタ珈琲 パック入	85g	1,203	
5548	OGカフェインレスコーヒー (ドリップタイプ)	5杯分	855	
5550	OGアイスコーヒー・無糖	1L	580	
8511	アバカコーヒーフィルター-小	100枚	405	
8512	〃 大	100枚	459	

ジュース・清涼飲料水・炭酸飲料

5673	国産ふじりんご100 紙	小1本	175	
5635	有機フルーティーMix	1本	192	
5636	ジュース+野菜 紙	15本	2,794	
5620	野菜ジュース無塩 缶	1本	146	
5615	OGトマトジュース 無塩 缶	1本	146	
5630	有機にんじんジュース 缶	1本	195	
5724	レモンサイダー 缶	1本	152	
5728	OGぶどうサイダー+レモン 缶	1本	155	

ケースは30本入で少しお得です。
ただし5673は36本。

		のケース		
5732	OGスポーツドリンク ペット	1本	194	

OGスポーツドリンク:有機果汁と塩のみで作ったアミノトニック飲料。砂糖なし。汗をかけた後水分補給しましょう

面白い飲み物・水

5801	健康青汁 菜食健美	90ml	175	
5810	有機フジワラの青汁・粉末タイプ	30p	2,868	
5805	有機ごぼう茶	30p	1,205	
5850	有機梅干番茶・スティック	20p	1,588	
5849	国産有機玄米こうじあま酒	250g	453	休
5847	有機生姜使用・しょうが湯	5p	392	
★5851	本葛湯 詰合せ	5p	623	
★5852	本葛湯 蓮根	5p	623	
★5853	本葛湯 生姜	5p	623	
6020	四万十のめぐみ	500ml	225	
6021	天然超軟水	2L	333	

高知の純米酒・焼酎 (お酒です)

5932	永田農法 純米酒	720ml	1,394	
5930	米焼酎 いごっそう 古酒	720ml	1,250	
5931	栗焼酎 ダバダ火振	720ml	1,601	

EUオーガニック認証イタリアワイン (お酒です)

5906	シャルドネブリュットス フマンテ(白・発泡スパークリング)	750ml	2,110	
5907	グアルトレスコ (白)	750ml	2,110	
5908	パローネ (赤)	750ml	2,637	
5905	エルコレ (白)	750ml	2,110	
5909	センプロニウス (赤)	750ml	2,110	

ドライフルーツ

6107	有機レーズン	120g	423	
6108	有機干しいちじく(白)	150g	866	

お菓子

6308	あずきもち麦ぜんざい	140g	281	
6305	有機ほの甘あずき	55g	252	
6315	北海道2色の煎り大豆	65g	260	
6301	有機楽笑栗	125g	422	
6316	北海道黒豆の甘納豆	80g	363	

お菓子

番号	品名	容量	価格	数
6320	有機グリーンピースチップス	45g	286	
6311	アーモンドじゃこ	7g×5	304	
6331	OGブルー&ナッツバターザクロ	40g	303	
6330	OGブルー&ナッツバターアーモンド	40g	303	
6312	純国産 北海道鮭とば	32g	576	
6420	えび小判	3枚×5	204	
6464	ミニ柿ピー	11g×5	290	
6425	純国産小魚せんべい	65g	265	
6405	玄米このは・しょうゆ	80g	363	
6406	玄米このは・プレーン	80g	363	

6521	きらBिकासてら	130g	311	
6522	OG小麦の蜂蜜カステラ	5切	663	
6504	純国産ビスケット	120g	266	
6530	バタービスケット・ベリー	4枚×3	570	
6531	〃 キャラメル	4枚×3	570	
6532	〃 レモン	4枚×3	570	
★6527	〃 ミルクチョコレート	4枚×3	675	
6523	純国産発酵バターワッフル	8枚	394	
6508	純国産 卵黄ぼろろ	14g×4	266	

6511	米粉のチョコチップクッキー	6本	385	
6509	有機コーヒーのカシューナッツコロソ	65g	281	

6621	玄米おこし	10枚	373	
6605	とうもろこしでつくったパフスナック塩味	55g	232	

6803	そば粉のかりんとう	80g	266	
6816	純国産北海道かりんとう	100g	310	
6814	純国産芋けんぴ	125g	277	
6815	純国産さつま芋ちっぴ	115g	277	
6810	ねじりん棒カレー味	85g	222	
6801	お魚チップス・国産えび	40g	298	
6807	純国産ポテトチップスうすしお	55g	216	
6809	〃 和風だし	53g	218	
6806	〃 のり塩	53g	218	
6811	ミニやさいすナック	10g×4	284	
6812	ミニのりのりあげもち	10g×4	259	
6836	純国産 ハーブのだし	60g	287	

6835	コーボンのプロポリスキャンディ	28g	331	
6833	昔ながらのしょうがあめ	70g	493	
6823	純国産ソフトキャラメル ミルク味	40g	309	
6826	アップルグミ	20g×4	394	
★6980	ナチュラルチョコレート・抹茶	60g	679	
★6981	〃 ミルク	60g	679	
★6982	〃 ビター	60g	679	

機能性食品

7003	有機梅肉エキス 粒	90g	3,533	
7004	梅ぼしさん・しそ梅干し100%	10.8g 約36粒	481	

台所・掃除用 石鹸・洗剤

7401	八坂台所固形石けん	280g	260	
7411	シャボン玉食器洗い機専用	500g	748	

洗濯用石鹸・洗剤

番号	品名	容量	価格	数
7501	固 シャボン玉スノール純石鹸	1個	171	
7513	ニユーバジャン	840g	1,781	
7502	粉 シャボン玉スノール	1.5kg	1,540	
7550	八坂 ブレーン	3kg	1,165	
7551	八坂 竹酢液配合	1kg	452	
7521	粉せっけんネット	1つ	337	
7554	八坂 洗剤油使用	4L	2,493	
7555	液体 〃 パーজন油使用	4L	2,781	
7525	洗濯用石けんソフト詰替	1L	769	

漂白剤

7623	酸素系漂白剤シャボン玉	750g	572	
7624	酸素系漂白剤用スプーン	1本	無料	

洗顔・浴用・手洗い・歯磨き

7740	シャボン玉バブルカード泡ポンプ	300ml	710	
7741	〃 詰替	250ml	495	
7744	シャボン玉浴用石けん	6個	957	
7706	Nカラー-ブルーソフトローズ	1個	226	
7704	〃 レモンガラス	1個	226	
7742	シャボン玉ボディソープ たっぴり泡 ポンプ	570ml	1,122	
7743	〃 詰替	470ml	770	
7802	Nソルティー石けんはみがき	120g	472	
7801	N石けんはみがき	120g	431	
7804	Nジェルはみがき	90g	656	
7820	入れ歯洗浄剤	約53回分	528	

シャンプー・リンス

7926	ホリウムアップ シampoo - 詰替	400ml	2,547	
7928	ホリウムアップ リンス 詰替	400ml	2,547	
7920	自然葉シャンプー	300ml	3,028	
7922	シャボン玉石けんシャンプー詰替	420ml	803	

基礎化粧品類

8002	NEモリエントクリーム	35g	1,640	
8004	Nリップクリーム	4g	666	
8006	Nハンドクリーム 無香料	70g	871	
8005	Nハンドクリーム 柚子	70g	877	
8009	N UVクリーム SPF30	45g	1,332	
8080	OG UVミルク	30ml	2,865	

日用雑貨・衛生用品など

8220	入浴剤 お試しセット	3P	240	
8201	入浴剤 よもぎ湯	10P	743	
8221	入浴剤 びわ湯	10P	743	
8203	Nお風呂洗いスポンジ	1個	506	
8202	Nキッチンスポンジ	1個	211	
8302	グリーンノートヘナ オレンジブラウン	100g	1,520	
8303	グリーンノートヘナ ライトブラウン	100g	1,620	
8304	グリーンノートヘナ ナチュラルブラウン	100g	1,620	
8305	グリーンノートヘナ スーパーブラウン	100g	2,156	
8451	OGコットンマスク	7枚	1,002	
8510	ありがとうどう便トイレトペーパー	150m×6	743	
8605	ミラクルやまちゃん (環境浄化液)	2L	756	
8601	木酢液	500ml	530	
8640	鉢底の石	5L	662	
8631	菜種油かす ※直送 (送料込)	20kg	4,144	

このページは翌々週(11月①回目 10/28~30)以降配送品です。配送日を確認の上ご注文ください。提出締め切り:10/16(木)

果物(県外)

🍎 始まりました!

竹嶋有機農園のリンゴ

番号	品名・容量	価格	数
0418	竹嶋有機農園 1kg前後(バラ)	1,911	
0415	紅玉 4~4.5kg箱入	7,076	
0416	8~9kg箱入	13,481	

新共同購入品(冷凍)

1965	土佐佐賀 あじガリックフライ 150g	644	
1975	ぶり照り焼きセット 150g	661	
1988	天然ぶり煮付用(調味液付) 330g	800	

◎井上スパイス工業特集

奄美カレー:奄美大島の島おこしのシンボルとして栽培されたウコンを生そのまま使用。ちびっこは幼児向き、甘口は小学低学年向き

3750	奄美カレー・ちびっこ 200g	488	
3751	奄美カレー・甘口 200g	456	
3752	奄美カレー・中辛 200g	456	
3757	糀カレー・甘口 130g	497	
3756	糀カレー・中辛 130g	497	
3753	オーガニック カレールウ(中辛) 120g	663	
3755	ホワイトルウ 120g	611	
3754	ハヤシルウ 115g	611	

オーガニックなルウは井上スパイス工業ならではの。この機会に是非どうぞ。

3950	OGカレーパウダー 20g	497	
3951	OGガラムマサラ 20g	497	
3952	特選ガラムマサラ 15g	228	
3953	マジカラ 10g	228	
3954	ハーブソルト 35g	207	
3955	王様のタンドリーチキンスパイス 15g	228	

■自然素材の防虫剤

8720	月桃アルビニアカット 1個	2,253	
8721	月桃アルビニアペレット 4g×12	2,253	
8722	月桃アルビニアシャワー 100ml	1,469	
8801	スタンダードS 3P	2,860	
8802	スタンダードM 3P	3,309	
8803	スタンダードL 2P	3,983	
8804	ハンガータイプ 3P	10,475	
8805	ハンガータイプロング 2P	9,206	
8806	追加用エージレス 10個	3,182	
8807	追加用乾燥剤 10個	3,016	

虫バイバイ:防虫剤を使わない防虫袋!袋の中に保存したい物と脱酸素剤(エージレス)、乾燥剤を入れてファスナーで密封するだけ。脱酸素剤が袋内の酸素を取り除き無酸素状態になり虫も酸欠死します。圧縮袋みたいにぺちゃんこに密着しません。

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

(●印は加熱済み)

土佐の色色々セット:カマス、レンコダイ、トビウオ、ブリ、イサギ、ヘダイ、アジ、サバ、キハダマグロハラム など季節の旬の魚が入ったセットです。

番号	品名・容量	価格	数
1901	土佐の色色々セット(3種) 600g以上	1,376	
1902	// (2種) 400g以上	895	
1967	土佐の天然ぶり切身 120g	598	
1963	しいらの切り身 120g	482	
1964	土佐のさば三枚おろし 200g	559	
1983	あじ三枚おろし 120g	574	
1974	カマスの三枚おろし 120g	555	
1968	うるめいわし(ドレス) 270g	555	
1976	白身魚(ニベ)のサイコロ切身 120g	536	
1995	さばぶく切り身(徳島) 200g	694	
1996	得用さばぶく切り身(徳島) 400g	1,336	
1962	白身魚のフライ(しいら) 120g	513	
1966	さばの竜田揚げ 120g	518	
1909	あじフライ 3~5枚	513	
1981	土佐めひかりの唐揚げ 110g	518	
1994	豆あじ唐揚げ 100g	521	
1960	きびなごのフライ 110g	589	
1961	きびなごの唐揚げ 110g	550	
1912	あじ干物 1枚	328	
1913	かます干物 1枚	328	
1990	レンコダイ干物 1枚	414	
1978	さば塩干し(土佐沖貴さば) 1枚	328	
1986	きびなご塩干し 80g	487	
1987	めひかり塩干し 80g	487	
1985	土佐沖天然ぶり刺身(ブロック) 120g	718	
1982	土佐の薫焼き天然ぶりタタキ 120g	814	
1980	土佐の鰹刺身用ブロック 100g	806	
1972	土佐のわら焼き鰹たたき 130g	935	
1984	天然きはだまぐろ薫焼きたたき 100g	834	
1970	土佐沖天然ぶり漬け丼 80g	500	
1971	土佐沖かつお漬け丼 80g	500	
1973	土佐沖きはだまぐろ漬け丼 80g	500	
1997	きはだまぐろのカルパッチョ 100g	614	
●1991	鰹の角煮 110g	521	
●1993	白身魚のケチャップ煮 100g	556	
●1992	白身魚の梅しそチーズ焼き 4個(120g)	649	

まあの(兵庫県):アルプス牛は、美しい南アルプスの麓の長野県大鹿村で育ちました。父牛が黒毛和牛、母牛はホルスタイン、両親の良いところを受け継いでいます。生産者は2人で、生産規模もささやかなら、肉屋のまあの小規模です。小規模なればこそ確かな中身を伝えることができますと自負しています。月刊「de mano」もご覧ください。

まあの牛肉(アルプス牛)(冷凍)

(4週に1回企画)

番号	品名・容量	価格	数
2601	コースステーキ 250g	3,033	
2602	コースサイコロステーキ 170g	2,145	
2603	コースアミ焼 170g	2,057	
2604	コースシャブシャブ 170g	1,938	
2605	コーススライス 170g	1,776	
2606	上焼肉 170g	2,027	
2607	焼肉セット 210g	1,835	
2608	モモミニステーキ 170g	1,761	
2609	モモブロック 300g	2,989	
2610	モモ赤身シャブシャブ 170g	1,494	
2611	スライスセット 210g	1,509	
2612	パラスライス 170g	1,154	
2613	角切り 170g	1,065	
2614	ミンチ 170g	1,110	

すずめ燻製工房のハム類:肉ひとつひとつ丁寧に香辛料を搾り込み、冷蔵庫で1週間熟成させて、燻製しています。※真空パック詰めの際に圧力がかかることで肉汁が多く出てしまう場合があります。気になる場合はすぐに土佐のちへご連絡ください。交換対応します。

すずめ燻製工房のハム類(冷蔵)(4週に1回企画)

2701	肩コーススライス 80g	535	
2702	ハム ローススライス 80g	668	
2709	モモスライス 100g	608	
2704	ヒレスライス 100g	644	
2705	ベーコンスライス 100g	790	
2706	スモークタンズライス 100g	547	
2707	スモークレバー 100g	377	
2708	スモークスペアリブ 200g	1,021	

漬け丼:これとあと一品汁物があればOK。手抜きしたいときでも、贅沢な食事になります。

白身魚のケチャップ煮:シイラを食べやすい大きさに切って煮ました。さめても美味しくお弁当にも便利です。

白身魚の梅しそチーズ焼き:お弁当の応援団!小分けされているので必要な分だけ取り出せます

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考
	P6		