

2026年2月③回目注文書

配布：2月①回目（2/3(火)～5(木)）
回収：2月②回目（2/10(火)～12(木)）
※注文締切は2/12(木)15時厳守！（ルート回収除く）
配送：2月③回目（2/17(火)～19(木)）

コース（火・水・木）

番号（ ）
氏 名
（ / ）様

野菜セット（高知県）

お問合せ等は土といのちにお願ひします

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。
2/17（火）・19（木）時間帯：

果物

番号	品名・容量	価格	数
0405	りかいちご 160g前後	888	
0406	山口ポンカン 6個	520	
0403	六果文旦 2kg	1,307	
0404	園 10kg箱	6,275	
0480	オルターバランゴンバナナ 約500g	510	

今週のお米

番号	品名・容量	価格	数
0621	猪谷英代 コシヒカリ（除一）	玄米 5kg	3,533
0622		10kg	7,067
0623		五分 5kg	3,667
0624		10kg	7,333
0625	白米	5kg	3,667
0626		10kg	7,333

さくらベーカリーのパン

※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

0913	土佐酒粕食パン	5枚	486	
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	508	
0928	もち麦トースト	1斤	454	
0904	グラハムトースト	1本	540	
0925	ブランブレッド	1本	540	
0927	カンパーニュ	1個	716	
0926	ペカンブレッド	1個	932	
0919	バタール	1本	410	
0907	クルミフランス	1個	464	
0915	白神ソフトフランス	1個	454	
0920	バターロール(丸型)	5個	594	
0923	ピストーレ	5個	594	
0921	パンラセーグルプレーン	1個	551	
0922	パンラセーグルくるみ	1個	605	
0905	クランベリーノア	1個	540	
0906	クランベリーベークル	2個	508	
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	
0911	玄米こめ粉パン	1個	572	
0912	窯焼き玄米パン(丸/ツ)	3個	378	
0943	ベーコンエビ	1個	346	
0914	しおパン	2個	378	
0941	ぼうしパン	1個	248	
0942	メロンパン	1個	248	
0924	ぶどうパン	2個	302	
0901	あんぱん	2個	454	
0902	あんフランス	1個	248	
0908	クロワッサン	2個	529	
0916	チョコクロワッサン	1個	281	
0944	ミニクロワッサン	5個	335	
0910	玄米パイ	1個	270	
0903	大納言ブレッド	1個	432	
0937	ナ焼 ツド ツ	栗	1個	259
0938		チョコくるみ	1個	259
★0939		黒ごまあん	1個	259

野菜単品（高知県）

0101	井上正雄	人参	2〜3本	255	
0102		大根	1本	261	
0103		キャベツ	1個	353	
0104		ブロッコリー	200g	301	
0105		ハウレン草	120g前後	225	
0106		小松菜	130g前後	225	
0107		サニーレタス	1個	225	
0108		レタス	1個	261	
0109		カリフラワー	1個	353	
0110		葉玉ネギ	1個	212	
0111		ネギ	100g	225	
0112		カブ	2〜3個	282	
0113		生姜	80g前後	212	
0201	わたなべ農園	人参	500g	458	
0202		人参ジュース用	800g	392	
0203		大根	1本	288	
0204		サツマイモ	400g	418	
0205		サツマイモお徳用	800g	732	
0206		生姜	100g	261	
0207			400g	980	
0208		ニンニクお徳用	120g	654	
0209		ニンニク	40g	261	
0210		ゴボウ	150g	418	
0211		里芋(親芋・子芋)	700g	627	
0212		里芋(子芋)	350g	458	
0213		ケール	3枚	353	
0214		カーボロネロ(黒キャベツ)	2〜3枚	353	
0240	とさやま	生姜	100g	254	
0241		ニラ	100g	169	
0242		里芋	500g	353	
0250	りか農園	葉ニンニク	100g	196	
0251		ハウレン草	150g	220	
0252		紫イモ	400g	327	
0290	高	四万+レンコン	200g	678	P5

野菜単品（県外）

0302	愛農ジャガイモ	1kg程度	662
------	---------	-------	-----

キノコ（高知県）

0276	宗安寺生きくらげ	75g	240
------	----------	-----	-----

欠品の場合は他の生産者の野菜を希望します。0299

✓欄

高知のいいものいろいろ

～土佐キムチ、米粉のお菓子ju、雪ヶ峰ヨーグルトはP5

4270	山楽さんの黒玄うどん(乾麺)	250g	540
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	黒にんにく「土佐の隠し玉」	40g	540
0841		250g	3,240
0843	吉井浩一 金色の手作り 蒸し生姜パウダー	15g	1,080
3424	金色の手作り 黒砂糖・小粒	100g	540
3427	// ・大粒	100g	540

◆手前みそをつくろう！

2902	完全天日塩 あまみ	400g	1,623
2901	土佐の塩丸	200g	1,236
2904	土佐の山塩小僧	200g	790
2905	美味海(うまみ)	230g	814

◆ナチュラル花粉対策

チ7007	はなどおり・カプセルタイプ	84粒	2,131
3412	マヌカ <MGO115>	250g	2,974
3413	ハニー <MGO263>	250g	5,452
3414	ハニー <MGO400>	250g	6,939
3415	ハニー <MGO573>	250g	10,905
7740	バブルガードポンプ	300ml	710
7741	バブルガード詰替	250ml	495
8450	パンデミックガードAce レギュラー(マスク)	30枚	4,159
8430	除菌・消臭スプレー TAS-CAL99.9	500ml	1,356

今週のお米

長野さんのお米：品種はハッピーヒルまたはヒノヒカリ。
※長野さん井上嘉文さんは色彩選別機を使用していないため粳が混ざる可能性があります。

0640	長野直樹 (無・無)	玄米	10kg	8,533
0641		五分	10kg	8,800
0642		白米	10kg	8,800
0630	井上嘉文 (コシヒカリ・無)	玄米	5kg	3,533
0631			10kg	7,067
0632		五分	5kg	3,667
0633			10kg	7,333
0634		白米	5kg	3,667
0635			10kg	7,333

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
5201	ハイプラスマーガリン	180g	425
5262	黒ゴマクリーム	190g	682
5265	ピーナッツバター 有糖クランチ	100g	644
★5264	有機チョコスプレッド(ハーゼルナッツ)	70g	555
5260	有機・レモン・マレード ゆず入	115g	402
5220	ザイオン/ブルーファームの プ	230g	915
5221	ルーベリージャム	480g	1,699

5565	深煎	はなればなれブレンド	豆200g	1,419	
5566			粉190g	1,419	
5567	中煎	モカイルガチエフェ	豆220g	1,419	
5568			粉210g	1,419	
5562	中煎	モカ シダモ	豆220g	1,419	
5563		シャキツン村	粉210g	1,419	
5564	中煎	モカ シダモ 水出し用	粉210g	1,419	
5569	中煎	訳あり廉価コーヒー	豆1,216		
5570		豆200~220g/粉190~210g	粉1,216		
5571	深煎	訳あり廉価コーヒー	豆1,216		
5572		豆180~200g/粉170~190g	粉1,216		

コーヒー・コーヒーフィルター

番号	品名	容量	価格	数
5549	OGインスタント珈琲 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	
8511	アパ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	

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	
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	
5849	国産有機玄米こしあま酒	250g	506	
5859	OGアイスコーヒー・無糖	1L	580	
5860	OGアイスコーヒー(カフェインレス)・無糖	1L	766	
5857	国産有機むぎ茶 缶	1本	156	
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	1,580	
5930	米焼酎 いごっそう 古酒	720ml	1,320	
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 フリュットス 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	エルコーレ (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	
6316	北海道黒豆の甘納豆	80g	363	

お菓子

番号	品名	容量	価格	数
6301	有機楽笑栗	125g	422	
6320	有機グリンピースチップス	45g	286	
6311	アーモンドじゃこ	7g×5	304	
6331	OGフルーツジャム・ザクロ	40g	303	
6330	OGフルーツジャム・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	344	
6425	純国産小魚せんべい	65g	265	
6405	玄米このは・しょうゆ味	80g	426	
6406	玄米このは・プレーン	80g	426	
6521	きらBiかすてら	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	
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	407	
6509	有機コーヒーのカシューナッツコロロン	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	250	
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	313	
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	
★6979	アーモンドチョコ	55g	626	
★6986	ローシクOGチョコレート ハイカカオ77%	37g	720	
★6987	〃 ストロベリー	37g	720	
★6988	〃 マイルド	37g	720	

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	506	

台所・掃除用 石鹸・洗剤

7401	八坂台所固形石けん	280g	331	
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	ニューバジャン	840g	1,781	
7550	粉 八坂 プレーン	3kg	1,317	
7551	八坂 竹酢液配合	1kg	483	
7554	八坂 洗剤油使用	4L	2,897	
7555	液体 〃 パーキン油使用	4L	3,379	
7502	シャボン玉スノール	1.5kg	1,540	
7525	洗濯用石けんソフト詰替	1L	980	
7504	粉せっけんネット	1つ	385	

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

7744	シャボン玉浴用石けん	6個	957	
7715	Nクリューズフットローズ	1個	279	
7713	〃 レモンガラス	1個	279	
7742	シャボン玉ボディソープ たっぷり泡 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	475	
7801	N石けんはみがき	120g	434	
7804	Nジェルはみがき	90g	660	
7805	入れ歯洗浄剤	約53回分	493	

シャンプー・リンス

7926	ホリュームアップ シャンプー - 詰替	400ml	2,547	
7928	ホリュームアップ 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

8001	Nエモリエントクリーム	35g	1,982	
8002	Nリップクリーム	4g	804	
8004	Nハンドクリーム 無香料	70g	877	
8006	Nハンドクリーム 柚子	70g	877	
8003	N UVクリーム SPF30	45g	1,754	
8080	OG UVミルク	30ml	2,865	

日用雑貨・衛生用品など

8221	入浴剤 よもぎ湯	10P	743	
8222	びわ湯	10P	743	
8202	Nお風呂洗いスポンジ	1個	605	
8201	Nキッチンスポンジ	1個	255	
8211	とうもろこしからうまれた水切りネット	30枚	728	
8302	グリーン オレンジブラウン	100g	1,520	
8303	ライトブラウン	100g	1,620	
8304	ナチュラルブラウン	100g	1,620	
8305	スーパーブラウン	100g	2,156	
8451	OGコットンマスク	7枚	1,002	
8440	OGコットン綿棒	180本	398	
8510	ありがとう便トイレットペーパー	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	
8631	菜種油かす ※直送(送料込)	20kg	4,144	

このページは翌々週(2月④回目 2/24~26)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:2/12(木) 15時

野菜単品 (高知県)

番号	品名・容量	価格	数
0290	高生連 四万+レンコン 200g	678	

四万+レンコン:フタミノイトナミさんが四万十市双海(フタミ)海岸そばにあった耕作放棄地の元田んぼで自然栽培したレンコン。食べた方から味は保証します!との声が聞けました。唯一無二の四万十産。2月くらいまでが1番美味しい。

ぼちぼち農園の柑橘 はるか20kg限定

0411	ぼちぼち はるか 1~2kg程度	745/1kg	
0412	ぼちぼち レモン 500g~1kg程度	800/1kg	

竹嶋有機農園のリンゴ

●リンゴは今季最終の予定です。

0426	竹嶋有機農園	リンゴ/ふじ 1kg前後	1,573	
0423		リンゴ/ふじ 4~4.5kg	7,284	
0424		リンゴ/ふじ 9~10kg	13,928	
0419	竹嶋有機農園	リンゴ/王林 4~4.5kg	6,629	
0420		リンゴ/王林 9~10kg	12,588	
0415		リンゴ/紅玉 4~4.5kg	7,076	
0416	竹嶋有機農園	リンゴ/紅玉 8~9kg	13,481	

土佐キムチ(南国市) 人工着色料・人工甘味料・化学調味料といった添加物を使わず、未精製でミネラル豊富な種子島の粗糖で甘みを、だしは国産の昆布・煮干し・かつおぶしでとりました。今回はわたなべ農園さんの白菜・大根・生姜を使わせていただけることになりました!

◎土佐キムチの冬のキムチ

4588	白菜キムチ 300g	750	
4589	大根キムチ 300g	750	

米粉のお菓子ju.

土佐れいほく産の米粉を使い、マフィンやクッキーなどの焼き菓子を作っています。卵や乳製品も使わずお砂糖控えめで、なるべく有機のものを使った体に優しいおやつです。

米粉のお菓子ju.の焼き菓子

6205	きな粉クッキー 6個	392	
6206	黒糖ジンジャークッキー 6個	432	
6207	酒かすクッキー 5個	392	
6208	ハーブクッキー 10個	486	
6209	オートミールクッキー(レーズンナッツ) 5個	486	
6210	// (カカオ) 5個	486	
6211	// (ベリー) 5個	486	
6212	スノーボール(プレーン) 5個	432	
6213	// (ココナッツ) 5個	446	
6214	// (マヤカカオ) 5個	446	
6215	ラスク 80g	486	

◆ナチュラル花粉対策

8729	アレルGプラスミスト 300ml	3,300	
------	------------------	-------	--

乾燥野菜

番号	品名・容量	価格	数
1561	乾燥ごぼう 30g	492	

乾燥ごぼう:くまもと有機の有機ごぼうで作った乾燥ごぼうです。細切りにされているのでそのまま味噌汁に入れたり、炊き込みご飯などにどうぞ。

ひまわり乳業のヨーグルト (冷蔵)

1885	雪ヶ峰牧場 ジャーヨーグルト 3個	392	
------	-------------------	-----	--

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

(●印は加熱済み)

土佐の魚色々セット:カマス、レンコダイ、キビナゴ、サバ、アジ、トビウオ、イサギ など季節の旬の魚が入ったセットです。

1901	調理用	土佐の魚色々セット(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	
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	
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	
1965	揚げ物用	あじガーリックフライ 150g	644	
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(土佐沖真さば) 1枚	328	
1986		きびなご塩干し 80g	487	
1987	干物	めひかり塩干し 80g	487	

土佐佐賀の干物:土佐沖捕れの魚を冷風乾燥した、やさしい塩味の干物です。

土佐佐賀産直出荷組合の海産加工品(冷凍)

(●印は加熱済み)

番号	品名・容量		価格	数
1982	土佐の藁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	天然きはだまぐろ藁焼きたたき 100g		834	
1970	漬け丼	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、肉屋のまあのも小規模です。小規模なればこそ確かな中身を伝えることができると自負しています。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)

2601	ロースステーキ 250g	3,033	
2602	ロースサイコロステーキ 170g	2,145	
2603	ロースアミ焼 170g	2,057	
2604	ロースシャブシャブ 170g	1,938	
2605	ローススライス 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	バラスライス 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摺り込み、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といのちへご連絡ください。交換対応します。

番号	品名 ・ 容量	価格	数
2701	肩ローススライス 80g	535	
2702	ハム ローススライス 80g	668	
2709	ハム 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	スモークタンスライス 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	

4162	皮類	全粒粉 ぎょうざ 20枚	261
4163		〃 シュウマイ 30枚	205
4164		〃 春巻 10枚	356
4165		地粉 ぎょうざ 20枚	227
4166		〃 シュウマイ 30枚	171
4167		〃 春巻 10枚	323
4161		もちぶり餃子の皮 20枚	243
4150	ふわふわもちもちうどん 2食	284	
4160	生フェットチーネ 2食	289	

4159	せいろ蒸し焼き そば(ソース付)	2食	456
4152	担々麺(スープ付)	2食	427
4153	ちゃんぽん麺 (スープ付)	2食	435
4156	全粒粉なまラーメン つけ麺・温麺兼 用(スープ付)	2食	435
4155	茹でて混ぜるだけの 油そば(スープ付)	2食	463
4157	麺のみ(スープ無し)	2食	263
4171	ラーメンスープ 醤油	1食	136
4172	〃	味噌 1食	136
4173	〃	塩 1食	136

品名・製造元など	注文数

品番	品名・サイズ・色など	注文数	備考
	P6		