

牛乳・乳製品  
ハム・ウィンナー  
豆腐・納豆  
パン  
青果  
米・冷凍野菜  
肉  
卵  
魚  
食材セット  
ぶらす便  
惣菜  
調味料  
乾物  
菓子  
飲料・酒  
雑貨

## 今週のイチオシ

# 豚肉

### 自然豚ロース厚切り焼肉用

おうちでサムギョプサル!



自然豚 Style 国産シリーズ 自然豚のロース肉を厚切りの焼肉用にしました。

100g当たり **260円**

七星食品 所:香川 自然豚ロース・賞:35日以上

**335 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚ロース厚切り焼肉用** 300g **780円 (税込 842円)** **特価**

通常808円

### 人気の切落とし&ミンチです!

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚 自然豚ロース・賞:35日以上

**336 250g** **448円 (税込 484円)** **100g当たり 180円** **まいど注文**

**337 150g** **285円 (税込 308円)** **100g当たり 190円**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ肉のみを使用したミンチです。便利なチャック式の袋入り!

100g当たり **195円**

使いやすい [バラ凍結]

七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:90日以上

**338 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚バラミンチ<バラ凍結>** 300g **585円 (税込 632円)**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:35日以上

**339 250g** **438円 (税込 473円)** **100g当たり 176円**

**340 150g** **278円 (税込 300円)** **100g当たり 186円**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:35日以上

**341 毎週 凍 NON-GMO** **自然豚モモスライス** 250g **535円 (税込 578円)** **特価**

通常548円

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:35日以上

**341 毎週 凍 NON-GMO** **自然豚モモスライス** 250g **535円 (税込 578円)** **特価**

通常548円

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚肩ロース・賞:35日以上

**342 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚肩ローススライス** 250g **585円 (税込 632円)** **特価**

通常598円

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚ロース・賞:90日以上

**26 300g 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚ロース生姜焼き用 (バラ凍結)** 100g当たり **250円** **特価**

通常778円 **748円 (税込 808円)**

**27 300g×2 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚ロースステーキ用 (バラ凍結)** 100g当たり **232円** **特価**

通常1,470円 **1,390円 (税込 1,501円)**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚バラ・賞:35日以上

**343 月1回 凍 NON-GMO** **自然豚バラ焼肉 (バラ凍結)** 200g **480円 (税込 518円)** **特価**

通常798円

### 色々使えるしゃぶしゃぶ肉!

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:35日以上

**47 毎週 凍 NON-GMO** **自然豚モモしゃぶしゃぶ用** 250g **560円 (税込 605円)** **特価**

通常578円

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚ロース・賞:35日以上

**344 250g 毎週 凍 NON-GMO** **自然豚ロースしゃぶしゃぶ用** 100g当たり **262円** **特価**

通常675円 **655円 (税込 707円)**

**345 250g×2 毎週 凍 NON-GMO** **自然豚ロースしゃぶしゃぶ用** 100g当たり **258円** **特価**

通常1,290円 (税込 1,393円)

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚ロース・賞:35日以上

**346 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚ロースステーキ用** 2枚(250g) **648円 (税込 700円)** **特価**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:35日以上

**347 月1回 凍 NON-GMO** **自然豚モモ一口カツ** 250g **528円 (税込 570円)** **特価**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚肩ロース・賞:35日以上

**348 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚肩ロース角切り** 250g **598円 (税込 646円)** **特価**

### 旨みたっぷりのスペアリブ

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚スペアリブ・賞:90日以上

**349 420g 隔週 凍 NON-GMO** **自然豚スペアリブ** 通常798円 **768円 (税込 829円)** **特価**

**350 420g×2 月1回 凍 NON-GMO** **自然豚スペアリブ** **1,490円 (税込 1,609円)** **特価**

### 生産者を紹介します!



## 希望農場 放牧豚

生後約90日以降は放牧場でびのび育ちます。一般的な豚より飼育期間が長く、しっかり運動しているため、肉が締まり、噛みしめるほどに豚本来の旨みが味わえます。

- 抗生物質・合成抗菌剤不使用(肥育期間中)
- 放牧場で豚が好きな時にえさを食べています

コープ自然派の産直肉  
他の生産者の詳しい情報はこちら!



### 冷蔵でお届け! 自然豚をフレッシュなままお届け!

※冷蔵でお届けのため、ドリップが多少発生します。予めご了承ください。

登録すると税込価格から**60円引き!**  
※詳しくは商品ニュースをご覧ください。

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:90日以上

**351 毎週 冷蔵 NON-GMO** **冷蔵/自然豚モモスライス** 200g **480円 (税込 518円)** **冷蔵でお届け**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚ロース・賞:35日以上

**352 ぶらす便 300711 毎週 冷蔵 NON-GMO** **冷蔵/自然豚肩ローススライス** 200g **520円 (税込 562円)** **冷蔵でお届け**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚ロース・賞:35日以上

**353 隔週 冷蔵 NON-GMO** **冷蔵/自然豚ロースしゃぶしゃぶ用** 200g **580円 (税込 626円)** **冷蔵でお届け**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:90日以上

**354 毎週 冷蔵 NON-GMO** **自然豚応援スライスセット** 1セット(400g以上) **1,000円 (税込 1,080円)** **冷蔵でお届け**

自然豚 Style 国産シリーズ 七星食品 所:香川 自然豚・消:お届け日を含め2日前後

**355 毎週 冷蔵 NON-GMO** **自然豚応援お任せブロック企画** 1パック **1,000円 (税込 1,080円)** **冷蔵でお届け**



牛乳・乳製品

ハム・ウィンナー

豆腐・納豆

パン

青果

米・冷凍野菜

肉

卵

魚

食材セット

ぶらす便

惣菜

調味料

乾物

菓子

飲料・酒

雑貨

### 産直卵

●たまごの紙パック並びにPHF元気たまごの箱は配送担当者が回収しリサイクルしています。ご協力ください。

※一部の卵については相場状況を踏まえ「月単位」で価格改訂を行っています。ご理解の程よろしくお願いたします。

国内指定農場で育てたうずらの卵を天日塩だけで水煮しました。

山和食品 所:山梨  
うずら卵(国産)・賞:賞:90日以上

**56 月1回** NON-GMO えさまで分別 **特価**

うずらの玉子水煮  
12個(6個×2) **318円** (税込 343円)  
通常328円

### 平飼い

鶏舎には止まり木を設置。自由に動き回ることができるため、鶏本来の習性に沿った生活ができます。

有機JAS認証の飼料で育てています！  
厳正な有機JAS規格をクリアした、人や鶏、環境に配慮したたまごです。

100% ORGANIC  
NON-GMO えさまで分別

旭商事 所:徳島  
鶏卵(徳島県)・賞:賞:6日以上

**379 毎週 蔵**

※ご注文多数の場合、価格を変更しPHF平飼い卵6個をお届けします。

オーガニックたまご 6個 **660円** (税込 713円)

PHF、非遺伝子組み換え(分別管理)飼料を使用し、飼料米を配合した平飼い卵です。

NON-GMO えさまで分別

旭商事 所:徳島  
賞:賞:7日以上

**380 毎週 蔵**

PHF平飼い卵 6個 **330円** (税込 356円)

PHF、非遺伝子組み換え(分別管理)飼料を使用し、飼料米を配合した平飼い卵です。

NON-GMO えさまで分別

旭商事 所:徳島  
賞:賞:7日以上

**380 毎週 蔵**

PHF平飼い卵 6個 **330円** (税込 356円)

PHF、非遺伝子組み換え(分別管理)飼料を使用し、飼料米を配合した平飼い卵です。

NON-GMO えさまで分別

旭商事(所:徳島)・籠谷(所:兵庫)・賞:生産者により設定が異なります

**702 毎週 蔵** **特価**

PHF平飼い卵 10個

通常498円 **488円** (税込 527円)

※ご注文多数の場合、生産者・価格を変更しPHF赤(白)卵10個をプラスチックパックでお届けします。

### コープ自然派のケージ飼い

自然の光や風が入る鶏舎でストレスを最小限に抑えています。ケージの中もゆとりを確保しています。

黄身が白っぽい色をした卵です。コーンのかわりを飼料米のみで置き換えました。黄身の色が薄いのが特徴です。

限定 **500**

NON-GMO えさまで分別

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**381 毎週 蔵**

※限定数超過の場合、価格を変更しPHF白卵6個をお届けします。

PHF白卵6個<飼料米100%> **260円** (税込 281円)

えさには飼料米を約23%配合しました。

限定 **500**

NON-GMO えさまで分別

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**382 毎週 蔵**

PHF白卵10個<飼料米使用> **415円** (税込 448円)

非遺伝子組み換え(分別管理)のPHFコーン・大豆油かす、国産玄米(飼料米)を約3%与えて育てた鶏の卵です。

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**14 毎週 蔵**

PHF白卵10個 **395円** (税込 427円)

非遺伝子組み換え(分別管理)のPHFコーン・大豆油かす、国産玄米(飼料米)を約3%与えて育てた鶏の卵です。

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**383 毎週 蔵**

PHF赤卵10個 **415円** (税込 448円)

※ご注文多数の場合、生産者・色・内容量を変更してお届けします。

規格外卵(S玉、LL玉)が入ったミックス商品です。卵の大きさは鶏の日齢で異なります。

NON-GMO えさまで分別

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**388 毎週 蔵**

PHF元気たまご白40個 **1,520円** (税込 1,642円)

※規格外のため、注文数が生産数を超過すると抽選となりお届けできない場合があります。

紙パックでお届けします。NON-GMO(分別管理)・PHF飼料にこだわり、飼料米も導入しています。

NON-GMO えさまで分別

穂積養鶏 所:徳島  
賞:賞:5日以上

限定 **5500**

**384 毎週 蔵**

PHF白卵10個(紙パック) **395円** (税込 427円)

紙パックでお届けします。NON-GMO(分別管理)・PHF飼料にこだわり、飼料米も導入しています。

NON-GMO えさまで分別

穂積養鶏 所:徳島  
賞:賞:5日以上

限定 **2000**

**385 毎週 蔵**

PHF赤卵10個(紙パック) **415円** (税込 448円)

※限定数超過の場合、生産者・色・内容量を変更のうえプラスチックパックでお届けします。

小家族の方や買い足しに好評。プリッとしたりと粘りは抜群です。

NON-GMO えさまで分別

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**386 毎週 蔵**

PHF白卵6個 **268円** (税込 289円)

小家族の方や買い足しに好評。プリッとしたりと粘りは抜群です。

NON-GMO えさまで分別

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**387 毎週 蔵**

PHF赤卵6個 **280円** (税込 302円)

規格外卵(S玉、LL玉)が入ったミックス商品です。卵の大きさは鶏の日齢で異なります。

NON-GMO えさまで分別

たむらのタマゴ 所:徳島  
賞:賞:5日以上

**388 毎週 蔵**

PHF元気たまご白40個 **1,520円** (税込 1,642円)

※規格外のため、注文数が生産数を超過すると抽選となりお届けできない場合があります。

### オンライン限定で企画中

#### 「PHF元気たまご赤」

穂積養鶏 所:徳島  
賞:賞:5日以上

NON-GMO えさまで分別

自然派オンラインでご注文ください。

### 水産加工

今週のおすすめ **魚屋九里とろ旨赤魚切身**

淡白でクセがなく、程よい脂がのっています。

1~2kgの大きめサイズの赤魚を使用。

身崩れしにくいため、煮付け、焼き物、干物、ムニエルなど、お好みの調理法でお召し上がりください。

北東大西洋 北極海

2切 New 特価

九里 所:大阪  
赤魚(水揚げ地 アイスランド/漁獲海域 北東大西洋、北極海)・賞:賞:150日以上

**389 月1回 凍**

魚屋九里とろ旨赤魚切身 70g×2切 **370円** (税込 400円)  
通常380円

### 鮭を毎日の食卓に！

沖繩の塩「シママース」を使い、じっくりと低温熟成させました。

アメリカ沖 ロシア沖

平田水産 所:徳島  
紅鮭(水揚げ地 アメリカ、ロシア/漁獲海域 アメリカ沖、ロシア沖)・賞:賞:45日以上

**390 毎週 凍**

塩鮭 150g(3切) **750円** (税込 810円)

川喜 所:大阪  
紅鮭(水揚げ地 アメリカ、ロシア/漁獲海域 アメリカ沖、ロシア沖)・賞:賞:90日以上

**391 月1回 凍**

昔ながらの辛〜い紅鮭 3切120g **568円** (税込 613円)  
通常598円

北海道産秋鮭の骨を取り、スティック状にカットして、甘塩味に仕上げました。

北海道産

※今回より価格上がります。

マルタ水産 所:愛媛  
秋鮭(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)・賞:賞:90日以上

**392 月1回 凍**

食べやすい 骨取りサーモンスティック 150g(5~7本) **598円** (税込 646円)

酸化防止剤不使用。真空包装形態に仕上げた無塩タイプの秋鮭切身。

北海道産

New

海誠 所:兵庫  
秋鮭(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)・賞:賞:150日以上

**393 月1回 凍**

お料理サイズ 秋鮭切身(無塩・皮付) 5切(1切30g) **635円** (税込 686円)  
通常650円

長崎県産の真アジを原料に使用し、三枚に加工しました。

長崎沖

日本マリンフーズ 所:山口  
マアジ(水揚げ地 長崎県/漁獲海域 長崎沖)・賞:賞:90日以上

**395 月1回 凍**

国産真アジ三枚おろし 180g(約7~12枚) **410円** (税込 443円)

境港産のさばを食べやすいように骨取り加工しました。

山陰沖

MSフードプランニング 所:岐阜  
さば(水揚げ地 鳥取/漁獲海域 山陰沖)・賞:賞:150日以上

**396 月1回 凍**

色々使えるさば切身(骨取り) 150g(4~6切) **378円** (税込 408円)

長崎県産のさわらを骨取り切身にしました。

東シナ海

MSフードプランニング 所:岐阜  
さわら(水揚げ地 長崎/漁獲海域 東シナ海)・賞:賞:150日以上

**397 月1回 凍**

色々使えるさわら切身(骨取り) 4~6切(150g) **398円** (税込 430円)

塩焼き、煮ものなどに。おいしい時季の「さんま」を水揚げ後すぐに冷凍！

放射能不検出

千倉水産加工販売 所:宮城  
さんま(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖、三陸沖)・賞:賞:90日以上

**40 月1回 凍 特価**

冷凍さんま3尾 3尾(260g) **398円** (税込 430円)  
通常428円

九州産のマサバを使用。

塩焼き・フライなどでお召し上がりください。

五島沖 対馬沖 済州沖

鳴門魚類 所:徳島  
マサバ(水揚げ地 長崎/漁獲海域 五島沖、対馬沖、済州沖)・賞:賞:15日以上

**394 月1回 凍**

甘塩さばフィーレ 2枚(100g×2) **370円** (税込 400円)

長崎県産の真アジを原料に使用し、三枚に加工しました。

長崎沖

日本マリンフーズ 所:山口  
マアジ(水揚げ地 長崎県/漁獲海域 長崎沖)・賞:賞:90日以上

**395 月1回 凍**

国産真アジ三枚おろし 180g(約7~12枚) **410円** (税込 443円)

境港産のさばを食べやすいように骨取り加工しました。

山陰沖

MSフードプランニング 所:岐阜  
さば(水揚げ地 鳥取/漁獲海域 山陰沖)・賞:賞:150日以上

**396 月1回 凍**

色々使えるさば切身(骨取り) 150g(4~6切) **378円** (税込 408円)

長崎県産のさわらを骨取り切身にしました。

東シナ海

MSフードプランニング 所:岐阜  
さわら(水揚げ地 長崎/漁獲海域 東シナ海)・賞:賞:150日以上

**397 月1回 凍**

色々使えるさわら切身(骨取り) 4~6切(150g) **398円** (税込 430円)

北海道で水揚げされた赤がれいを使用。

北海道産

賞:2026年8月10日

かねよし 所:北海道  
赤がれい(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)・賞:賞:90日以上

**401 月1回 凍**

北海道産赤がれい切身 320g(4切) **498円** (税込 538円)

骨取り済みで食べやすい！  
切身が小ぶりのため、火が通りやすく調理がしやすいです。

長崎沖

海誠 所:兵庫  
ぶり(水揚げ地 長崎/漁獲海域 長崎沖)・賞:賞:90日以上

**398 月1回 凍 特価**

お料理サイズ 無塩骨取り天然ぶり切身 4切(200g) **548円** (税込 592円)  
通常558円

産地1回凍結で鮮度よし！  
北海道で水揚げされた、鮮度のよい「真たら」です。

北海道産

北海道漁連 所:北海道  
真たら(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)・賞:賞:90日以上

**399 月1回 凍 特価**

北海道産 産地一回凍結 真たら切身 160g **380円** (税込 410円)  
通常390円

天然の真鯛を切身にしました。さらりとした上品な味わい。

大坂湾 播磨灘 北海道産

角倉商店 所:兵庫  
鯛(水揚げ地 兵庫、北海道/漁獲海域 大坂湾、播磨灘、北海道沖)・賞:賞:90日以上

**400 凍**

市場直送 天然真鯛 80g(2切) **350円** (税込 378円)

北海道で水揚げされた赤がれいを使用。

北海道産

賞:2026年8月10日

かねよし 所:北海道  
赤がれい(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)・賞:賞:90日以上

**401 月1回 凍**

北海道産赤がれい切身 320g(4切) **498円** (税込 538円)

皮と骨を国内で取りました。皮目が苦手な方におすすめ。

レイキャネス沖

MSフードプランニング 所:岐阜  
カレイ(水揚げ地 ドイツ/グリーンランド/アイスランド/漁獲海域 レイキャネス沖)・賞:賞:150日以上

**402 月1回 凍**

色々使える カラスカレイ切身(皮・骨取り) 5~7切(200g) **398円** (税込 430円)

皮と骨を国内で取りました。皮目が苦手な方におすすめ。

レイキャネス沖

MSフードプランニング 所:岐阜  
カレイ(水揚げ地 ドイツ/グリーンランド/アイスランド/漁獲海域 レイキャネス沖)・賞:賞:150日以上

**402 月1回 凍**

色々使える カラスカレイ切身(皮・骨取り) 5~7切(200g) **398円** (税込 430円)

さまざまな料理にご利用ください。  
天然えびと国産いかを1:1の割合でパックしました。

インド産  
パキスタン産  
青森沖

阪神低温 所:兵庫  
むきえび(インド産、パキスタン産他)、ムラサキイカ(水揚げ地 青森/漁獲海域 青森沖)・賞:150日以上

**403 月1回凍**  
使いきりえび・いかミックス  
120g  
**448円** (税込 484円)

大きめサイズで食べ応え十分  
天然えびをむき身加工し急速凍結しました。

ベンガル湾  
アングマン海

トクスイコーポレーション 所:愛媛  
えび(水揚げ地 ミャンマー/漁獲海域 ベンガル湾、アングマン海)・賞:90日以上

**41 次回凍**  
天然むきえび(大)  
160g  
通常548円 **538円** (税込 581円) **特価**

プリプリとした身で、甘みとえび特有の旨みがあります。

パプア湾

ザ・フィッシュファクトリー-ジャパン 所:愛媛  
えび(水揚げ地 パプアニューギニア/漁獲海域 パプア湾)・賞:150日以上

**404 次回凍**  
天然バナナえび無頭  
8尾(100~110g)  
**680円** (税込 734円)

**脂ののった希少部位カマトロ!**

魚体150kg級の天然本まぐろのカマトロを、手切りでスライス! (大西洋)

カマトロはマグロのココロ 全体の約2%

限定 **2000** **特価**

マストミ 所:徳島  
ホンマグロ(水揚げ地 静岡/漁獲海域 大西洋)・賞:7日以上

**407 次回凍**  
天然本まぐろカマトロ(刺身用)  
40g  
通常658円 **618円** (税込 667円)

天ぷら・鉄板焼き等色々な料理の具材に!  
青森県産の肉厚なアカイカの胴身を食べやすいサイズにカットし、味なじみが良くなるように鹿の子(切れ目)を入れました。

北部太平洋

小倉水産食品 所:鳥取  
アカイカ(水揚げ地 青森/漁獲海域 北部太平洋)・賞:150日以上

**48 次回凍**  
国産ムラサキイカ短冊  
150g  
通常568円 **558円** (税込 603円) **特価**

たこ焼きや酢のもの、唐揚げに!  
長崎県で漁獲された「真だこ」をボイル加工し、一口サイズにカットしました。

吉岐沖  
五島沖  
平戸沖  
島原沖

長崎県漁業協同組合連合会 所:長崎  
真だこ(水揚げ地 長崎/漁獲海域 吉岐沖・五島沖・平戸沖・島原沖)・賞:90日以上

**405 月1回凍**  
長崎県産 真だこボイル(ぶつ切り)  
70g  
**450円** (税込 486円)

三重県桑名で漁獲されたヤマトシジミです。産地で砂出し、凍結しました。

揖斐川  
木曾川

三重県漁連 所:三重  
やまとしじみ(水揚げ地 三重/採取海域 揖斐川、木曾川)※砂抜き済みですが、ごく稀に残っているものがあります。賞:90日以上

**406 月1回凍**  
三重産冷凍しじみ  
180g  
**338円** (税込 365円)

漁獲量の少ない、一粒5g程の大粒サイズだけを選別。  
通常サイズより二回り程大きな貝殻の中に、しっかりと身が詰まっています。

宍道湖

鳴門魚類 所:徳島  
しじみ(水揚げ地 島根/漁獲海域 宍道湖)※砂出し工程はありますが、砂は完全に取れているわけではありません。賞:15日以上

**699 月1回凍**  
宍道湖しじみ(大粒)  
180g  
通常528円 **498円** (税込 538円) **特価**

加熱しレモンやポン酢をかけてどうぞ。  
鮮度の良さと大粒サイズにこだわって選んで凍結した冷凍牡蠣です。

瀬戸内海

角倉商店 所:兵庫  
かき(水揚げ地 兵庫、広島、岡山/漁獲海域 瀬戸内海)・賞:90日以上

**408 月1回凍**  
瀬戸内産冷凍生かき(加熱用)  
150g  
**488円** (税込 527円)

お刺身・ソテー・サラダ・グラタン・フライなどにどうぞ。

青森陸奥沖

※お届けは 5/25~29です  
むつ市漁業協同組合 所:青森  
ホタテ(水揚げ地 青森/漁獲海域 青森陸奥沖)バラスト結ではありません※サイズはばらつきがあります。賞:150日以上

**409 翌々月1回凍**  
ほたて貝柱  
300g  
**2,300円** (税込 2,484円)

大ぶりのボイルホタテを一粒ずつ便利なバラ凍結にしました。  
そのままはもちろん、バター焼きやスープなど様々な調理にご利用ください。

噴火湾

鳴門魚類 所:徳島  
ホタテ貝(水揚げ地 北海道/漁獲海域 噴火湾)・賞:15日以上

**410 次回凍**  
北海道噴火湾産ボイルほたて  
100g(5~6個)  
**478円** (税込 516円)

原料はキハダマグロとNON-GMOのなたね油のみ。

隔週凍 NON-GMO

マストミ 所:徳島  
キハダマグロ(水揚げ地 静岡/漁獲海域 太平洋)、なたね油 ※はえ縄漁法ではありません。賞:7日以上

**411 二人前**  
40g×2 **385円** (税込 416円)

**412 お徳用**  
40g×4 **735円** (税込 794円)

日本船籍が漁獲した天然南まぐろを厳選使用。きめ細やかな肉質ともちりとした食感。

インド洋

マストミ 所:徳島  
南まぐろ(水揚げ地 静岡/漁獲海域 インド洋)・賞:7日以上

**413 月1回凍**  
天然南まぐろ切落しスライス  
70g  
**538円** (税込 581円)

醤油味とは一味違う、ごはんがすすむ胡麻ダレ漬けです。

太平洋

マストミ 所:徳島  
ピンショウマグロ(水揚げ地 静岡/漁獲海域 太平洋)、醤油(小麦・大豆を含む)、発酵調味料、砂糖、ねりこま、白ごま、馬鈴薯澱粉、食塩・賞:15日以上

**414 月1回凍 NON-GMO**  
まぐろ漬け丼(胡麻ダレ)  
160g(80g(固形量50g)×2)  
**525円** (税込 567円)

自然派Style 紀州勝浦産のマグロを醤油ベースの調味ダレに漬け込みました。(和歌山沖)

道東沖

マストミ 所:徳島  
マグロ(水揚げ地 和歌山/漁獲海域 和歌山沖)、醤油(小麦・大豆を含む)、米発酵調味料、砂糖 ※原料状況によりメ(チマグリ)またはキハダマグロでお届けします。賞:7日以上

**415 次回凍**  
自然派Styleまぐろ丼二人前  
120g(60g(固形量40g)×2)  
**550円** (税込 594円)

自然派Style 北海道の秋鮭を北海道のナラ材でスモークしました。

道東沖

丸高水産 所:北海道  
鮭(水揚げ地 北海道/漁獲海域 道東沖)・賞:90日以上

**416 隔週凍 NON-GMO**  
自然派Style北海道秋鮭 スモークサーモン2個組  
(40g×2)×2  
**1,150円** (税込 1,242円)

桜のチップで燻製することにより、生臭さを感じさせずにしん本来の旨みを引き立てています。

北海道沖

トナミ食品工業 所:北海道  
ニシン(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)、オリーブオイル、食塩、砂糖、香辛料・賞:90日以上

**417 月1回凍 NON-GMO**  
スモークにしんのオリーブオイル漬け  
70g  
**280円** (税込 302円)

卵がぎっしりの子持ちしししゃも。  
食べやすいよう子持ちしししゃもの頭を取り除き、弱火で焼いてください。

アイスランド沖

魚豊 所:山口  
からぶとしししゃも(水揚げ地 アイスランド/漁獲海域 アイスランド沖)・賞:90日以上

**418 隔週凍**  
まるかじり子持ちしししゃも  
140g(6~13尾) **410円** (税込 443円) **12% OFF**  
通常468円

一口大にカットして煮付け、梅煮にしても美味しくいただけます。  
北海道の道東沖で水揚げされたサンマを丸干しにしました。

道東沖

丸丸水産 所:北海道  
さんま(水揚げ地 北海道/漁獲海域 道東沖)・賞:90日以上

**419 次回凍**  
北海道産丸干しさんま  
4尾200g **328円** (税込 354円)

脂のりの良い大型の国産いわしを塩水に1晩漬け込み遠赤外線ですししました。

北海道沖  
三陸沖  
千葉沖

千倉水産加工販売 所:千葉  
真いわし(水揚げ地 北海道、宮城、千葉/漁獲海域 北海道沖、三陸沖、千葉沖)・賞:90日以上

**420 月1回凍**  
塩いわし(大)  
2尾200g **358円** (税込 387円)

長崎県対馬沖で漁獲された鮮度の良いさばを切身にし、天日干ししました。

対馬沖

シーボーン昭徳 所:佐賀  
さば(水揚げ地 長崎/漁獲海域 対馬沖)・賞:60日以上

**421 月1回凍**  
対馬産さば天日干し  
3切(240g) **420円** (税込 454円)

長崎県産真さばを三枚におろした後、しっかりと塩でさばを取り、純米酢に漬け込みました。

長崎沖

日本マリンフーズ 所:山口  
マサバ(水揚げ地 長崎/漁獲海域 長崎沖)・純米酢、砂糖、食塩・賞:150日以上

**422 隔週凍 NON-GMO**  
しめさば(純米酢仕込み)  
120g **458円** (税込 495円)

新鮮な真あじを生から加工しました。  
九州で水揚げされた新鮮な真あじを生加工して急速凍結した、旨みたっぷりの開き干しです。

東シナ海

ヤマフ 所:佐賀  
真あじ(水揚げ地 長崎、佐賀、福岡、他/漁獲海域 東シナ海)・賞:150日以上

**423 月1回凍**  
九州産 唐津発 真あじの開き干し  
160g(2枚) **438円** (税込 473円)

晩ごはんの一品に。  
北海道産のほっけを塩水ですし、食べやすいサイズの切身にカットしました。

北海道沖

北海道漁連 所:北海道  
ほっけ(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)・賞:90日以上

**424 月1回凍**  
北海道産 真ほっけ一夜干し切身  
4切220g **398円** (税込 430円)

**太陽のチカラで 美味しく**

国内に水揚げされた脂乗りの良いさわらを使用し、食塩で味付けしたあと天日干しして一枚一枚丁寧に仕上げました。  
※今回より通常価格上がります。

シーボーン昭徳 所:佐賀  
さわら(水揚げ地 長崎、佐賀、島根他/漁獲海域 山陰沖他)・賞:60日以上

**428 次回凍**  
国産寒さわら天日干し  
3切(180g)  
通常520円 **498円** (税込 538円) **特価**

強い旨みと甘み。口に入れる前の香りまで甘い。

山陰沖

和田商店 所:島根  
かます(水揚げ地 島根/漁獲海域 山陰沖)・賞:90日以上

**425 月1回凍**  
かます開き干し  
200g(3尾) **458円** (税込 495円)

脂乗りがよく、ふっくら!  
山陰沖で獲れるえぼ鯛は、身がふっくらで脂が多く、干物にする旨みが増します。

山陰沖

渡邊水産 所:島根  
エボダイ(水揚げ地 山口/漁獲海域 山陰沖)・賞:90日以上

**426 次回凍**  
山陰産 えぼ鯛開き  
140g(2尾) **430円** (税込 464円)

カレーの唐揚げがおすすめです。  
日本海山陰沖で漁獲されたカレーです。きめ細やかな身質でケセがなく、色々な料理に使えます。  
賞:2026年8月17日

蔵平水産 所:兵庫  
ヒレグロ(水揚げ地 兵庫/漁獲海域 山陰沖)・賞:90日以上

**427 次回凍**  
大きなヤマカレー一夜干  
365g(2尾) **568円** (税込 613円) **特価**  
通常598円

牛乳・乳製品  
ハム・ウインナー  
豆腐・納豆  
パン  
青果  
米・冷凍野菜  
肉  
卵  
魚  
食材セット  
ぶらす便  
惣菜  
調味料  
乾物  
菓子  
飲料・酒  
雑貨

牛乳・乳製品  
ハム・ウィンナー  
豆腐・納豆  
パン  
青果  
米・冷凍野菜  
肉  
卵  
魚  
食材セット  
ぶらす便  
惣菜  
調味料  
乾物  
菓子  
飲料・酒  
雑貨

### 銀ひらすの旨みを活かす西京漬け



「自然派Style白みそ」、「味の母」、「三河みりん」で漬け込みました。砂糖不使用なので、素材の旨みと甘みが楽しめます。

鳴門魚類 所:徳島 銀ひらす(シルバー)(ニュージランド産)、みそ(大豆を含む)、発酵調味料、本みりん・賞:15日以上

429 月1回凍(焼く) NON-GMO 銀ひらす(シルバー)西京漬け 3切(160g) 通常548円 **535円** (税込 578円) **特価**

こだわりの調味料  
ほどよく脂がのって、クセのないあっさりとした味わいの「銀ひらす」は、西京漬けと相性抜群!

長崎県産プリを、ごま油の香ばしさを感じる、ごはんがすすむしっかり味に仕上げました。



鳴門魚類 所:徳島 五島沖 対馬沖

430 月1回凍(焼く) NON-GMO 香ばし味噌のブリ切身 170g(5~6切) **528円** (税込 570円)

北海道産の秋鮭に衣を付けて、食べやすい大きさのフライにしました。【北海道沖】



新サカイヤフーズ 所:北海道 鮭(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)、衣(パン粉、米粉、でん粉、小麦粉)、(一部に小麦・さけを含む)・賞:150日以上

433 毎週凍(揚げ) 北海道産サーモンフライ 190g(6個入) **478円** (税込 516円)

ごまが香ばしい! 真いわしに生姜醤油の下味をつけて、白ごまと国産小麦粉をまぶしました。



千倉水産加工販売 所:千葉 真いわし(水揚げ地 千葉/漁獲海域 鱈子沖)、小麦粉、白ごま、しょう油、発酵調味液、生姜、(一部に小麦・大豆・ごまを含む)・賞:90日以上

431 月1回凍(焼く) NON-GMO フライパンで焼くいわしごま電田 170g(6~9枚) **450円** (税込 486円)

日本近海で漁獲された真あじを鮮魚から加工。真あじは国産の鮮魚を使用。また、パン粉や小麦粉、卵も国産のものを使用しています。



三重県漁連 所:三重 真あじ(水揚げ地 長崎沖、三重、鳥取ほか/漁獲海域 東シナ海、九州沖、紀州沖他)、衣(パン粉(小麦を含む、国内製造)、小麦粉(国産)、液卵(卵を含む、国産))・賞:90日以上

434 月1回凍(揚げ) あじフライ 180g(4~9枚) **468円** (税込 505円)

オリーブオイルとの相性抜群! 両面焼いてお召し上がりください。



島源商店 所:静岡 ヤマトカマス(水揚げ地 静岡/漁獲海域 伊豆沖)、食塩、ハーブ(バジル)・賞:20日以上

432 次回凍(焼く) NON-GMO 伊豆のカマス バジルソルト漬 200g(4枚) **458円** (税込 495円)

骨のある部分を極力除いているので、食べやすい! 主に三重県産のしらすを切身加工し、パン粉付けしました。



三重県漁連 所:三重 白身魚(水揚げ地 三重、京都、長崎/漁獲海域 三重沖、京都沖、長崎沖)、食塩(国内製造)、衣(パン粉(小麦を含む)、国内製造)、小麦粉(鶏卵、米粉)・賞:90日以上

435 月1回凍(揚げ) NON-GMO フライパンで白身魚フライ(骨・皮取り) 200g(6~8個) **468円** (税込 505円)

個性のある旨みの国産さわらを使用。風味・香りがとても良く、冷めた後でもサクサクと食感があるのが特徴です。



日本マリンフーズ 所:山口 さわら(水揚げ地 山口、長崎、福岡/漁獲海域 日本海、瀬戸内海、九州沖)、衣(パン粉、小麦粉)、食塩・賞:150日以上

436 月1回凍(揚げ) (焼く) NON-GMO サクサクさわらフライ 180g 通常390円 **380円** (税込 410円) **特価**

瀬戸内海の恵みを受けた日生(ひなせ)かき。



岡山県日生漁協のかきを生の状態から作っているため、かきの味がしっかりと味わえます。

九里 所:大阪 カキ(水揚げ地 岡山/漁獲海域 日生海域)、パン粉、小麦粉、食塩、(一部に小麦を含む)・賞:150日以上

437 月1回凍(揚げ) NON-GMO 魚屋九里 生から作った 日生のカキフライ 200g **710円** (税込 767円)

粗放養殖のブラックタイガーを使用。粗放養殖のえびを使用。えびの仕込みやパン粉付けまで手作業で作りました。



阿波鳴食品 所:徳島 えび(インド産またはインドネシア産)、パン粉、小麦粉、菜種油、食塩・賞:150日以上

438 月1回凍(揚げ) NON-GMO そのまんまエビフライ 25g×5本 **690円** (税込 745円)

殻が柔らかく、米粉のサクとした食感がクセになる一品です。鹿児島県阿久根漁港で水揚げされる天然赤えびを、九州産の米から作られた米粉を使用した唐揚げ粉で衣付けしました。



やまた水産食品 所:鹿児島 えび(水揚げ地 鹿児島/漁獲海域 鹿児島県阿久根漁港)、衣(米粉、澱粉)※殻が柔らかいものや頭と体が外れているものがございませうが味に問題はございません。賞:150日以上

439 凍(揚げ) (焼く) 特価 生からつくった 薩摩赤えび米粉唐揚げ 140g 通常398円 **388円** (税込 419円)

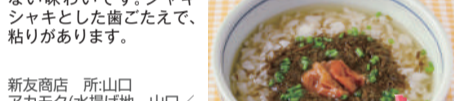
香ばしくふっくら。丁寧に手でほぐした鮭を、塩こうじでまろやかな塩味に仕上げました。



北海道漁連 所:北海道 秋鮭(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)、食用なたね油、塩こうじ(米こうじ、食塩)、食塩・賞:45日以上

440 毎週蔵 自然派Style 北海道鮭フレーク 50g×2 **498円** (税込 538円)

フコイダン(水溶性食物繊維)やミネラルが豊富。磯の香りが広がり、クセのない味わいです。シャキシャキとした歯ごたえで、粘りがあります。



新友商店 所:山口 アカモク(水揚げ地 山口/採取地 山口沖)【本製品はエビ、カニの混ぜる漁法で漁獲されています】・賞:30日以上

441 毎週凍 アカモク3食入り 35g×3 **298円** (税込 322円)

ポン酢や醤油をかけてお召し上がりください。島原産の新鮮なめかぶを細かく刻みました。



島原漁業協同組合 所:長崎 わかめめかぶ(水揚げ地 長崎/採取海域 長崎沖)・賞:90日以上

442 毎週凍 島原産めかぶ 120g **248円** (税込 268円)

コリコリの歯ごたえある食感。沖縄県で養殖された太もすくを、保存しやすい塩蔵タイプにしました。



島源商店 所:沖縄 太もすく(水揚げ地 沖縄/採取海域 奥武島近海)、塩・賞:150日以上

443 月1回蔵 奥武島産塩蔵有機太もすく 200g **360円** (税込 389円)

日本初のオーガニック生もすく! 沖縄の美しい海と太陽の恵みを受けて育ったオーガニック生もすくは食べ応えのあるコシと太さが特徴です。



島源商店 所:沖縄 オーガニック生もすく(水揚げ地 沖縄/採取海域 奥武島近海)・賞:150日以上

444 毎週凍 オーガニック生もすく 150g **298円** (税込 322円)

茎わかめはわかめの中芯の部分。シコシコした歯ごたえのある食感でミネラルも豊富。



仁木 所:徳島 わかめ(水揚げ地 徳島/採取海域 鳴門沖)、塩・賞:45日以上

445 毎週蔵 茎わかめ(塩蔵) 300g **160円** (税込 173円)

鳴門の海で育った、コシの強いわかめで、頭と腹を取り、水から煮出すと美味しい出汁が取れます。天日干ししており、旨み成分のイノシン酸が豊富。



仁木 所:徳島 わかめ(水揚げ地 徳島/採取海域 鳴門沖)、塩・賞:45日以上

446 毎週蔵 生わかめ(塩蔵) 300g **488円** (税込 527円)

実山椒の清々しい香りが楽しめます。国産ちりめんを使用。職人が、直火手釜製法で仕上げました。



志布志湾、東シナ海、大分沖、兵庫沖、瀬田、砂糖、実山椒(和歌山県産)、酒、酢、(一部に小麦・大豆を含む) ※いわしはえび・カニ・さばが混ぜる漁法で採取しています。賞:90日以上

447 毎週蔵 国産いりこ 120g **398円** (税込 430円)

448 月1回蔵 山椒ちりめん 36g **368円** (税込 397円)

### 淡路島から美味しいちりめんをお届けします。



塩分無添加 塩分約3%

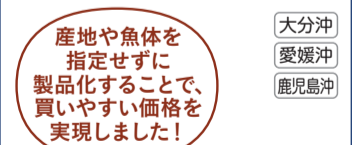
魚本来の味を感じる塩分無添加のちりめんです。

柴宇淡路食彩 所:兵庫 いわし(水揚げ地 兵庫/漁獲海域 淡路島近海)※製造段階で塩分の添加はありません。賞:お届け日を含め5日

449 毎週蔵 塩分無添加/自然派Style 淡路島上乾ちりめん40g **368円** (税込 397円) **特価**

### こちらもおすすめ!

生いわしの稚魚を天然水で茹で上げ、潮風と天日で作りしました。



産地や魚体を指定せずに製品化することで、買いやすい価格を実現しました!

柴宇淡路食彩 所:兵庫 いわし(水揚げ地 大分、愛媛、鹿児島、他/漁獲海域 大分沖、愛媛沖、鹿児島沖、他)、食塩・賞:お届け日を含め5日

451 毎週蔵 国産上乾ちりめん70g **495円** (税込 535円)

兵庫県淡路島で獲れたカタクチイワシの稚魚を、瞬時に茹でました。



柴宇淡路食彩 所:兵庫 いわし(水揚げ地 兵庫/漁獲海域 淡路島近海)、食塩・賞:お届け日を含め3日前後

452 毎週蔵 淡路島しらす 80g **468円** (税込 505円)

※いわしはえび・カニ・イカが混ざる漁法で採取しています。

「自然派Style特選丸大豆醬油「豊稔の恵」」「自然派Style発酵調味料「瑞穂の恵」」で味付けしました。



北海道漁連 所:淡路 鮭の卵(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)、しょう油、発酵調味料(一部に小麦・いくら・大豆を含む)・賞:90日以上

453 毎週凍 NON-GMO 北海道産いくら醤油漬 40g **880円** (税込 950円)

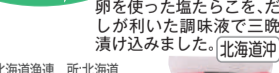
北海道沿岸で漁獲された新鮮なスケトウダラの卵を使用。



北海道漁連 所:北海道 スケトウダラ(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)の卵、食塩・賞:90日以上

454 毎週凍 近海たらこ 60g **385円** (税込 416円)

北海道産スケトウダラの卵を使った塩たらこを、だしが利いた調味液で三晩漬け込みました。【北海道沖】



北海道漁連 所:北海道 たらこ(すけとうだらの卵巣(水揚げ地 北海道/漁獲海域 北海道沖)、食塩、調味液(水あめ、本みりん、発酵調味料、かつお節エキス、食塩、昆布エキス、酵母エキス、煮干エキス、エビエキス、米粉)、唐辛子、(一部にえびを含む) ※切り込み・賞:90日以上

455 毎週凍 NON-GMO 自然派Style辛子明太子 60g **398円** (税込 430円)

※いわしはえび・カニ・イカが混ざる漁法で採取しています。



# 天然鮮魚

徳島市場で仕入れた魚をそのままBOXに入れました。

紀伊水道  
瀬戸内海  
高知沖

平田水産 所:徳島  
鮮魚(水揚げ地 徳島、香川、高知、愛媛/漁獲海域 紀伊水道、瀬戸内海、高知沖)※天候や季節により、水揚げ港は変更する場合があります。消:お届け日翌日

**456 毎週氷**  
平田さんの鮮魚BOX  
1箱 **1,713円** (税込 1,850円)

旬の魚をすべて下処理しました。処理方法は魚種によって違います。

紀伊水道  
瀬戸内海  
高知沖

平田水産 所:徳島  
鮮魚(水揚げ地 徳島、香川、高知、愛媛/漁獲海域 紀伊水道、瀬戸内海、高知沖)※天候や季節により、水揚げ港は変更する場合があります。消:お届け日翌日

**457 毎週氷**  
お手軽鮮魚BOX(下処理済)  
1箱 **1,558円** (税込 1,683円)

市場でも高値で取り引きされる、釣り太刀魚を仕入れています。

紀伊水道  
瀬戸内海

平田水産 所:徳島  
タチウオ(水揚げ地 徳島、香川、高知、愛媛/漁獲海域 紀伊水道、瀬戸内海)・消:お届け日翌日

**458 隔週氷**  
太刀魚切身  
3切(約200g) **908円** (税込 981円)

獲れたてのさわらを切身にしました。ソテーにオススメです!

紀伊水道  
日本海  
太平洋

平田水産 所:徳島  
さわら(水揚げ地 愛媛、徳島、京都、富山、九州/漁獲海域 紀伊水道、日本海、太平洋)・消:お届け日翌日

**459 毎週氷**  
さわらの切身  
2切(140g) **560円** (税込 605円)

新鮮で脂ののっているあじです。

瀬戸内海  
紀伊水道  
高知沖

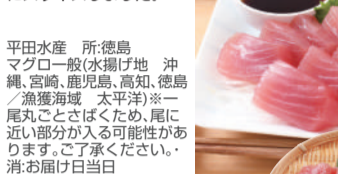
平田水産 所:徳島  
アジ(水揚げ地 徳島、愛媛、高知、香川/漁獲海域 瀬戸内海、紀伊水道、高知沖)・消:お届け日当日

**460 隔週氷**  
刺身用あじ  
1尾(120~150g) **1,096円** (税込 1,184円)

丸ものからさばくから、鮮度がいい。マグロを食べやすいようにスライスしました。

太平洋

平田水産 所:徳島  
マグロ一般(水揚げ地 沖縄、宮崎、鹿児島、高知、徳島/漁獲海域 太平洋)※一尾丸ごとさばくため、尾に近い部分が入る可能性があります。ご了承ください。消:お届け日当日



**461 隔週氷**  
刺身用マグロ切身(トレイ入)  
120g **810円** (税込 875円)

刺身でお召し上がりください。

洗いとは魚の脂肪分を洗い流して身を引き締め、口当たりよくした日本独自の料理法。

瀬戸内海  
紀伊水道  
徳島沖

平田水産 所:徳島  
すずき(水揚げ地 徳島/漁獲海域 瀬戸内海、紀伊水道、徳島沖)・消:お届け日当日



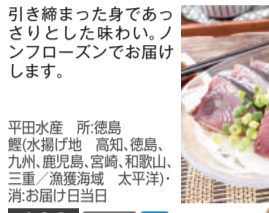
**462 氷**  
すずきの洗い  
150g **871円** (税込 941円)

黒潮によって北上中の初鯉。

引き締まった身であさりとした味わい。ノンフローズンでお届けします。

太平洋

平田水産 所:徳島  
鯉(水揚げ地 高知、徳島、九州、鹿児島、宮崎、和歌山、三重/漁獲海域 太平洋)・消:お届け日当日



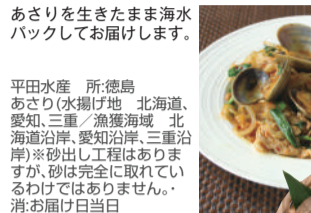
**463 毎週氷**  
生鮮かつおたたき  
片身(350g~400g) **1,550円** (税込 1,674円)

酒蒸・味噌汁・パスタ等にどうぞ。

あざりを生きたまま海水パックしてお届けします。

北海道沿岸  
愛知沿岸  
三重沿岸

平田水産 所:徳島  
あざり(水揚げ地 北海道、愛知、三重/漁獲海域 北海道沿岸、愛知沿岸、三重沿岸)※砂出し工程はありますが、砂は完全に取れているわけではありません。ご了承ください。消:お届け日当日



**464 毎週氷**  
あざり  
200g **700円** (税込 756円)

## 練り製品

今週のおすすめ

# とこどん鱧入り竹輪

リン酸塩不使用!

土佐漁獲の鱧をメインに、リン酸塩不使用のすり身で作った無でん粉の焼きちくわです。

土佐蒲鉾 所:高知  
八毛(高知県)、魚肉すり身、天日塩、みりん  
賞:お届け日を含め4日前後

**465 月一回 隔週 毎週** NON-GMO  
とこどん鱧入り竹輪  
通常345円 **335円** (税込 362円)

自然派Style 国産の無リンすり身と、「海はのち」で作ったかにかます。

隔週 隔週 NON-GMO

## 自然派Styleかにかま

**11 1個**  
6本(約85g) 通常185円 **175円** (税込 189円) **特価**

**466 2個組**  
6本(約85g)×2 **350円** (税込 378円)

おでん・鍋・煮ものの具材にどうぞ。  
国産ごぼうに無リンすり身を巻いてつくったごぼう巻きです。

主原料 NON-GMO  
八水蒲鉾 所:愛媛  
スケソウダラすり身(国内製造)、ごぼう、でん粉、卵白、植物油、砂糖、食塩、粗糖、発酵調味料、かにエキス、着色料(紅麹)、(一部)に小麦・卵を含む・賞:お届け日を含め5日前後

**468 月一回 隔週 毎週** NON-GMO  
素材派 ごぼう巻き  
4本 **348円** (税込 376円)

瀬戸内産で獲れた魚と無リンすり身で作った焼かまぼこです。

NON-GMO  
八水蒲鉾 所:愛媛  
魚肉(エン、スケソウダラ、八毛)(国産)、卵白、でん粉、食塩、発酵調味料、砂糖、酵母エキス、(一部)に小麦・卵を含む・賞:お届け日を含め5日前後

**467 隔週 隔週** NON-GMO  
素材派 鱧板(焼)  
1本(可食部 約85g) **248円** (税込 268円)

コーンの甘み・シャキッとした食感が楽しめます。  
無リンすり身に国産コーンを入れたコーン天です。

主原料 NON-GMO  
八水蒲鉾 所:愛媛  
スケソウダラすり身(国内製造)、コーン、でん粉、卵白、植物油、砂糖、食塩、酵母エキス、発酵調味料、(一部)に小麦・卵を含む・賞:お届け日を含め5日前後

**469 月一回 隔週 毎週** NON-GMO  
素材派 もろこし揚げ  
6個 **278円** (税込 300円)

土佐漁獲の小魚をすり身にし、天日塩と本みりんで味付けし油で揚げました。

土佐蒲鉾 所:高知  
魚肉(高知県)、でん粉(馬鈴薯)、食用なたね油、天日塩、本みりん・消:お届け日を含め4日前後

**470 隔週 隔週** NON-GMO  
土佐の小魚天  
2枚 **240円** (税込 259円)

ほのかに甘く、素朴な味わい。  
無リンすり身を使用し、卵などのアレルギー物質を排除したちくわです。

いちろうこ 所:静岡  
魚肉(たら)、馬鈴薯澱粉、醗酵調味料、粗製塩、粗製糖、かつおだし・賞:お届け日を含め4日

**471 隔週 隔週** NON-GMO  
小ちくわ  
150g(5本) **390円** (税込 421円)

昔ながらの石臼を使用した製造にこだわりました。なめらか&もちもち食感で、魚本来の風味が感じられます。

いちろうこ 所:静岡  
魚肉(たら(国産))、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、醗酵調味料、かつおだし、なたね油・賞:7日以上

**472 隔週 隔週** NON-GMO  
小判揚  
5枚 **358円** (税込 387円)

練りもののモチモチ食感と、青のりの風味がよく合う!  
国産青のりの風味が豊か。やさしい味わいなのでお子さんにもおすすめです。

いちろうこ 所:静岡  
魚肉(すけそうたらすり身)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、青のり、醗酵調味料、かつおだし、なたね油・賞:5日以上

**473 隔週 隔週** NON-GMO  
青のり小判  
3枚 **328円** (税込 354円)

無リンすり身に小さくカットしたたこをいれました。軽く焼いてしょうゆをつけて食べてもおいしい!

いちろうこ 所:静岡  
魚肉(スケソウダラ)、たこ、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、食塩、醗酵調味料、かつおだし、なたね油・賞:7日以上

**474 隔週 隔週** NON-GMO  
たこボール  
8個入り **368円** (税込 397円)

魚の風味を活かしたキリッとしたかまぼこです。

NON-GMO  
島原本舗 所:愛媛  
魚肉(えそ(愛媛県産)、ふえだ、いとよ)、卵白(卵を含む)、馬鈴薯でん粉、食塩、酵母エキス・賞:5日以上

**475 毎週 隔週** NON-GMO  
自然派宇和島かまぼこ  
90g **298円** (税込 322円)

宇和海・豊後水道でとれた小魚がしっかりと味わえる「じゃこ天」に野菜を練り込みました。

島原本舗 所:愛媛  
魚肉(愛媛県産)、魚肉すり身、ごぼう、玉ねぎ、人参、馬鈴薯でん粉、なたね油、食塩、本みりん、酵母エキス・賞:お届け日を含め4日

**476 月一回 隔週** 主原料 NON-GMO  
宇和島野菜入りじゃこ天  
2枚 **320円** (税込 346円)

宇和海・豊後水道でとれた小魚がしっかりと味わえる「じゃこ天」。

島原本舗 所:愛媛  
魚肉(愛媛県産)、魚肉すり身、馬鈴薯でん粉、なたね油、食塩、酵母エキス、砂糖・賞:お届け日を含め4日

**477 月一回 隔週** 主原料 NON-GMO  
宇和島じゃこ天  
3枚(114g) **228円** (税込 246円)

豆腐とすり身の割合は、およそ1:1。  
豆腐とスケソウダラのすり身を合わせました。豆腐の風味たっぷりで、ふわふわ!

高橋徳治商店 所:宮城  
魚肉(たら(国産))、豆腐(大豆(国産)を含む)、米油、でん粉(ばれいしょ(国産))、砂糖、発酵調味料、カツオブシエキス※本品の製造ラインでは、卵・乳・小麦・えび・かにを使用した製品も製造しております。賞:90日以上

**481 月一回 隔週** NON-GMO  
おとうふ揚げ  
165g(5個) **325円** (税込 351円)

## しらすの旨み広がる

連合商品委員会おすすめ

- 味がしっかりしているから何もつけずに食べてもおいしい
- しらすを感じられる味わい

八水蒲鉾 所:愛媛  
スケソウダラすり身(国内製造)、しらす(国産)、でん粉、卵白、植物油、砂糖、食塩、酵母エキス、発酵調味料、(一部)に小麦・卵を含む・賞:お届け日を含め5日前後

**482 月一回 隔週** 主原料 NON-GMO  
素材派 しらす天  
通常288円 **278円** (税込 300円) **特価**

宇和海で水揚げされた新鮮な小魚を手作業で処理し、小骨と皮ごとすり潰して香ばしく揚げました。

島原本舗 所:愛媛  
魚肉(アジ、エン、ホタルジャコ)(愛媛産)、その他、ばれいしょでん粉、なたね油、食塩、本みりん、酵母エキス・賞:お届け日を含め4日

**478 月一回 隔週** 主原料 NON-GMO  
小魚のじゃこ天 2個組  
2枚(100g)×2 **368円** (税込 397円)

じゅの香り、小魚の風味、ピリッとした辛みがマッチ!

島原本舗 所:愛媛  
魚肉(アジ、タチウオ、ホタルジャコ)(愛媛県産)、その他、馬鈴薯でん粉、なたね油、食塩、柚子(愛媛県産)、青唐辛子、酵母エキス・賞:お届け日を含め4日

**479 月一回 隔週** 主原料 NON-GMO  
柚子じゃこ天入り  
じゃこ天スティック  
10本(85g) **238円** (税込 257円)

じゃこ天ぶらを食べやすく棒状にしました。おつまみやおやつに。

島原本舗 所:愛媛  
魚肉(アジ、エン、ホタルジャコ)(愛媛産)、その他、ばれいしょでん粉、なたね油、食塩、本みりん、酵母エキス・賞:お届け日を含め4日

**480 毎週 隔週** 主原料 NON-GMO  
宇和島じゃこ天スティック  
12本(102g) **248円** (税込 268円)

牛乳・乳製品  
ハム・ウィンナー  
豆腐・納豆  
パン  
青果  
米・冷凍野菜  
肉  
卵  
魚  
食材セット  
ぶらす便  
惣菜  
調味料  
乾物  
菓子  
飲料・酒  
雑貨

# 菌ってすごい！ 人に、地球に、やさしい農業

元気でおいしい野菜を育てるのに欠かせない土づくり。土の中には目には見えない微生物がたくさん棲んでいます。生産者さんは肥料や堆肥にこだわり、微生物による発酵を促すことで、豊かな土壌環境を作り上げます。こだわりの土づくりが引き出す野菜本来の「おいしさ」をぜひ味わってください！

発酵は納豆などの食品だけでなく、農作物を育てるのにも欠かせないものなのです。



## さまざまな菌が活躍しています！

農薬を使うとこれらの菌がいなくなってしまう。



温度の高い日本を含む東アジア、東南アジアに生息しています。

### こうじ菌



カビの一種。ふわふわの菌糸を持つことから、糸状菌とも呼ばれます。発酵の第一段階の糖化作用で活躍します。

### 納豆菌



枯草菌(こそうきん)の一種。刈草の表面や枯草に生息し、納豆を作るのにも使われます。大きな有機物の分解速度を上げる役割をします。

### 乳酸菌



嫌気性(空気のないところでも活動できる)微生物。糖を分解することで乳酸を作り出します。雑菌を抑える効果があります。

### 酵母菌



分解された有機物をアミノ酸やビタミン、ミネラルなどの栄養成分に合成します。嫌気的環境では、アルコール発酵によって二酸化炭素を放出し、土壌をほぐします。

## にんじん

「色艶の良いにんじん」を目指し、試行錯誤の末に辿り着いたのは「畑に元々いる微生物」を大切に増やすことでした。微生物のえさとなる緑肥\*1を漉き込み、太陽熱養生処理\*2を施すことで、その土地固有の熱に強い有用菌がぐんと増えます。このように土づくりを行うことで、病害虫に負けず生育不良も起きにくくなるため、農薬を使わずに良いにんじんが作れます。無農薬だからこ子どもにも安心して、安全な有機にんじん。その力強い美味しさをぜひ味わってください。



- 熊本産
- 香川産
- 岡山産
- 兵庫産
- 鹿児島産
- 宮崎産

えぐみがなく甘みがあり、子どもにも人気。



荒木、佐藤、岩永、吉水農園、Bluefarm、三亀有機ファーム、東、ほのほのハウス農場、そのやま農園、宮崎有機農業研究会

288 ぶらす便 301282 蔵

有機にんじん 400g

228円(税込246円)



無農薬 ネオニコ不使用

## ピーマン

化学農薬を使わず病気を防ぎ、有機肥料を効率よく植物に供給するには農場の菌のバランスが大事になると考えています。かめのご農園では、定期的には有用菌を散布し、ピーマンの調子を整えています。納豆菌、乳酸菌、酵母菌、光合成細菌、古細菌など。今年は特に古細菌の働きに大変興味をもって取り組んでいます。安心して食べていただくプラス、腸内環境を整えることに貢献できればいいなどの思いで微生物達と向き合っています。



有機質の肥料を使い、できるだけ農薬の使用も抑えています。

220 蔵  
ピーマン 150g

188円(税込203円)



- 高知産
- 鹿児島産
- 大分産
- 兵庫産
- 宮崎産

産直特価 省農薬 ネオニコ不使用

## ピーマンと厚揚げの塩昆布チャンプルー



131 ぶらす便 300858 蔵 NON-GMO  
太子屋の厚あげ 4個  
通常315円 298円(税込322円) 特価

かつお本枯れ節を縦横に垂直に削っているため、口どけよく風味豊か。



徳島県漁連 所:香川 醤油(小麦・大豆を含む)、昆布、還元水飴、塩、酵母エキス・賞:150日以上

484 蔵 NON-GMO 特価  
塩吹昆布 45g  
通常510円 498円(税込538円)

485 蔵  
節辰の鰹枯れ節削りパック 43.2g(3.6g×12)  
通常408円 388円(税込419円) 特価



## にんじんとえのきの肉巻き



100gあたり 214円  
キメの細かな赤身肉。肉そのものの味を楽しむ料理に向いています。  
七星食品 所:香川 自然豚モモ・賞:35日以上  
341 凍 NON-GMO 冷蔵まで分別  
自然豚モモスライス 250g  
通常548円 535円(税込578円) 特価

シャキシャキとした歯ごたえがあり、長い軸には食物繊維が豊富!



湯本 293 蔵  
えのき茸 200g  
128円(税込138円)

産直特価 無農薬 ネオニコ不使用

味の一醸造 所:埼玉 米、米こうじ、食塩 ※アルコール度数10%・賞:150日以上  
483 NON-GMO  
味の母 720ml  
通常900円 888円(税込959円) 特価



## トマト

私たちの圃場では、サトウキビなどを原料にし、環境を整える菌などを入れて土を柔らかくすることで、作物の成長する土壌環境をよくしてあげています。昨今の極端な気候変動にも菌は重要で、悪天候で病気の菌が増え過ぎないように乳酸菌やパチルス菌を土壌に加えて対抗しています。今後も、糖度と酸味とのバランスを考えて、バラツキのないおいしいトマトを出荷できるように頑張っていきますので、ぜひ食べてみてください。



ヴェリタス 井口賀夫

有機質肥料を入れた良質な土壌で栽培。

ヴェリタス、UTO  
※天候不順が続いた場合  
小ぶりなトマトが入る  
場合があります。

229 歳  
トマト350g

今週は「トマト350g」  
のポイントが5倍!

産直  
特価

トマト祭り  
対象商品



徳島産  
熊本産



ネオニコ  
不使用

298円 (税込)  
322円

## トマトとたらのバターソテー

北海道で水揚げされた、  
鮮度のよい「真たら」です。



6 ページ 83 パンにおいしいよつ菜バター(カップ)



北海道産  
産地一回凍結 真たら切身  
160g  
通常390円 **380円** (税込)  
410円 特価

やわらかくて瑞々しく、クセのない野菜。

産直  
特価

ファミリー農家、  
藍袋ファーム、耕雲社  
223 歳  
ズッキーニ  
1本



自然派Style 5種の国産野菜の旨みが詰まった植物性原料で  
できた粉末コンソメです。

創健社 所:鳥取  
野菜パウダー(国産たまねぎ、国産にんじ  
ん、国産キャベツ、国産ガーリック、国産セ  
ロリ)、天日塩(イタリア産)、澱粉分解物、粉  
末小麦発酵調味料(小麦を含む)、黒コショウ  
末、有機食用べに花油、澱粉・賞:100日以上

486 NON-GMO  
自然派Styleベジコンソメ  
36g(8袋)  
通常398円 **368円** (税込)  
397円 特価



## 春菊

「フカフカの土」。これを実現する為に肝になるのが、酵母菌です。パンを膨らませるのにも利用する力を使って、土もフカフカにしていきます。その他にも酵母菌によってつくられたアルコールは、のちに酸化して酢になるので、酢そのものも炭水化物として植物の栄養となったりと一石二鳥以上の活躍です。



中庭Farmers 磯辺和明

香り高く、えぐみや独特のアクは  
ほとんどありません。

産直  
特価

中庭Farmers  
252 歳  
春菊  
100g



長野産

無農薬

ネオニコ  
不使用

248円 (税込)  
268円

## 春菊とあさりのざっと蒸し



低温でじっくり育て、味も歯ごたえもよし。  
色々な料理にどうぞ。

産直  
特価

きのこの森  
292 歳  
ぶなしめじ  
1パック



無農薬

ネオニコ  
不使用

158円 (税込)  
171円

活きたまま袋詰めてボイルしているので、  
あさりの旨みを逃がしません!



丸弘水産 所:北海道  
あさり(水揚げ地  
北海道/魚獲海域  
北海道厚岸湖)  
賞:270日以上  
488 凍  
北海道厚岸産  
あさり貝(ボイル)  
180g  
通常438円 **428円** (税込)  
462円 特価

「自然派Styleツルをよぶお米(省農薬)」を使用。

## 新酒

炭水酒造 所:兵庫  
米(国産)、米こうじ(国産) 原料米:ツルをよぶお米  
(省農薬) 精米歩合:80% アルコール分:15%

489 NON-GMO  
ツルをよぶ純米料理酒  
720ml



1,140円 (税込)  
1,254円

## ごぼう

田んぼの裏作としてごぼうを育てています。栽培で特に大切にしているのが、微生物の力を活かした土づくりです。30年以上使い続けている自家製のぼかし肥料は、地元の米ぬかに乳酸菌を加えて嫌気発酵させたもの。乳酸菌の働きで肥料の腐敗を防ぎ、土の中で安定した環境を保つことで、ごぼうがしっかりと養分を吸収できるようにしています。



村上活芳

有機質肥料を使って栽培しました。

産直  
特価

津軽産直組合、大雪を囲む会、みちのく有機、村上  
286 歳  
ごぼう  
300g

328円 (税込)  
354円



青森産  
北海道産  
岩手産  
熊本産

無農薬

ネオニコ  
不使用

## ごぼうとちりめんのかき揚げ



自然派Style 淡路島沖の生いわしを鮮度が良いまま  
ちりめん仕上げました。

※いわしはエビ・カニ  
・イカが混ざる漁法  
で採取しています。

柴屋淡路食彩 所:兵庫  
いわし(水揚げ地 兵庫  
/魚獲海域 淡路島近  
海)、食塩・賞:お届け日  
を含め5日

450 歳  
自然派Style淡路島上乾ちりめん30g

通常288円 **278円** (税込)  
300円 特価



おおば本来の味と香りを作り上げるために  
土作りにごだわりました。

産直  
特価

作本、麻生園芸、  
出来商店  
251 歳  
おおば  
10枚

128円 (税込)  
138円



熊本産  
佐賀産  
広島産

無農薬

ネオニコ  
不使用

アルミ不使用の膨張剤を使用。小麦粉より  
も油のしみ込みが少なくヘルシーです。

栗林食産 所:兵庫  
米(兵庫産)、とうもろこし澱粉、北海道  
産てんさい糖、赤穂讃岐海水塩/ふく  
らし粉・賞:150日以上

487 NON-GMO  
日本のお米で作った  
天ぷら粉  
200g

通常310円 **298円** (税込)  
322円 特価



## キャベツ

「渥美どろんこ村」のHARU農園です。わたしたちはキャベツ、ブロッコリーの有機栽培をしています。生産だけでなく、「育てて食べる暮らし」そのものを学びの場として考え、学校教育、社会人研修、子どもたちのファームステイなど、たくさんの人を受け入れています。「育てて食べる暮らし」は、他者の命をもらっている現実と向き合うことができる場所です。自分一人だけで生きているわけではないという事実を知り、わたしたちは、共存する未来に向かって自分の行動をどう選択していくか。もらった命の返し方を考えた末、わたしたちは、農家として農業がもつ可能性を伝えていきたいと思っています。地球の未来のために、みんなの未来のために、次の世代へと想いを伝えていきたいです。渥美どろんこ村 HARU農園 竹本春輝



甘みがギュッと詰まっています。

大山ナチュラルファーム、渥美どろんこ村、岩永

237 歳  
有機キャベツ  
1玉

238円 (税込)  
257円



鳥取産  
愛知産  
熊本産

無農薬

ネオニコ  
不使用

## キャベツと鶏そぼろのだしうま煮



旨みが強く、様々な料理に使えます。

100gあたり  
249円

NON-GMO  
えきまご分別

イシイフーズ  
所:徳島  
神山鶏モモ肉・  
賞:100日以上

377 凍  
神山鶏ジュシーミンチ  
(モモ)バラ凍結  
300g

通常755円 **745円** (税込)  
805円 特価



辛みと独特の甘み、塩焼きや麻婆豆腐・  
うどん・そばの薬味などにどうぞ。

産直  
特価

※1/2にカットした形  
状でお届けします。  
鳥取こだわり野菜の会  
268 歳  
白ねぎ  
300g

328円 (税込)  
354円



鳥取産

無農薬

ネオニコ  
不使用

自然派Style 国産有機醤油と4種の国産だし原料で仕上げた  
国産だしつゆです。

マエカワテイスト 所:兵庫  
有機しょうゆ(有機大豆(国産)、有機小麦(国産)、  
食塩)、いわし(水揚げ地、砂糖、食塩、みりん、いわし煮  
干、そうだかつおぶし、昆布・賞:150日以上

490 NON-GMO  
自然派Style  
国産有機醤油のだしつゆ  
300ml

通常420円 **390円** (税込)  
421円 特価

