

# 有機野菜の宅配 ビオ・マルシェ お届け情報

株式会社ビオ・マーケット  
TEL:0120-66-1183  
FAX:092-611-5462  
http://www.biomarche.jp

## 4月21日(火)

### ■メーカー休業のお知らせ。

カタログ.018

・島根鮮魚パック

■カタログ.019

・ゆめや ・げんきタウン(パン) ・岡久蒲鉾店 ・四宮蒲鉾店

・別所蒲鉾店(出雲のあご野焼き、魚ぎよっと骨入りバーグ、磯の香あらめボール、出雲の無澱粉蒲鉾魚旨のみ、  
取り扱い休み)

・金子製麺 ・天恵水 ・岩深水

▼別チラシ

・げんきタウン(ベビー別チラシ商品)

・オーブリー化粧品 ・ロゴナ

▼予約登録商品

・ゆめや 有機山食パン

・岩深水 2L 12本/500ML 40本【本日の野菜・加工品欠品情報】

【本日の

野菜・加工品欠品情報】

・安納芋・サラダ菊菜・塩ミニトマト → 朝晩の気温が低く生育不良を起こしております。

・有機いちご → 虫害が発生したため収穫量が不安定な状況で少量・欠品となります。

・有機牛肩ロースすき焼き/有機牛ひき肉 → 部位不足の為、欠品になっています。

・有機栽培大豆もやし → 朝晩の気温が低く生育不良を起こしております。

・有機らーめん味噌 118g 欠品 メーカー欠品のため 4/22入荷予定

… 今週の配布物 …

・カタログ 019w号

・お届け情報(本紙)

・ご注文用紙 019w

・bioweekly 017w

・ロゴナ

・オーブリー

・ベビー

・おもちゃ箱(ナトラケア)

## … 本日の野菜セット …

### 多菜セット

### いきいきセット

有機	人参	400g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	有機	玉ねぎ(小玉)600g	長崎	吾妻旬菜	
有機	じゃが芋	400g	宮崎	日向オーガニック	有機	ごぼう 200g	岩手	みちのく有機共同組合	
有機	長芋	200g	岩手	みちのく有機共同組合	有機	ほうれん草 1束	和歌山	ビオランド	
有機	長葱(白葱)	300g	高知	大地と自然の恵み	有機	青ねぎ 1束	和歌山	ビオランド	
有機	水菜	1束	京都/奈良	ワタミファーム/喜多 清文	有機	ミニトマト 1P	熊本	肥後あゆみの会	
有機	ミニトマト	1P	高知	大地と自然の恵み	有機	いんげん 1P	鹿児島	池田農園	
有機	青じそ	1P	愛媛	生々農園		ふじ 1個	青森	新農業研究会	防除 22回
	黒マイタケ	1P	奈良	王隠堂農園		平飼い卵 6個	和歌山	蒼生舎	

### フルーティーセット

### ゆうきだいすきセット

有機	長葱(白葱)	300g	高知	大地と自然の恵み	有機	人参 1本	宮崎	日向オーガニック	
有機	水菜	1束	京都/奈良	ワタミファーム/喜多 清文	有機	じゃが芋 400g	宮崎	日向オーガニック	
有機	ミニトマト	1P	高知	大地と自然の恵み	有機	長葱(白葱) 300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	青じそ	1P	愛媛	生々農園	有機	ミニトマト 1P	熊本	肥後あゆみの会	
	黒マイタケ	1P	奈良	王隠堂農園	有機	サニーレタス 1個	大坂	原田ファーム	
有機	バナナ	500g	コロンビア	サンタマルタ農園	有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	
有機	甘夏	1kg	熊本	肥後あゆみの会	有機	ズッキーニ 1本	熊本/沖縄	モエ・アグリファーム/沖縄畑人村	
						えのき 1P	長野	よませASS	
					有機	甘夏 1個	広島	中原観光農園	

### 基本野菜 セット

有機	長葱(白葱)	300g	高知	大地と自然の恵み	※きのご類は化学薬品による室内殺菌などは行っておりません。 ※箱詰めの際に十分注意しておりますが、傷みや腐れ、また過度のしおれや虫食い等ございましたら、どうぞご遠慮なくお電話等にてご連絡ください。				
有機	水菜	1束	京都/奈良	ワタミファーム/喜多 清文					
有機	ミニトマト	1P	高知	大地と自然の恵み					
有機	青じそ	1P	愛媛	生々農園					
	黒マイタケ	1P	奈良	王隠堂農園					

### 【本日の野菜セット変更】

・わさび菜 → 水菜 (朝晩の気温が低く生育不良を起こしております。)

・有機サラダ菊菜1束 ⇒ 有機青ネギ100g (気温低下による生長不良のため)

・有機トマト1個 ⇒ 有機ズッキーニ1本 (気温低下による生長不良のため)

・大根1/2 → ミニトマト (気温が低下し雨天が続いたため生育に遅れが見られます。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 018wお届け期間 4/27~5/1

多菜セット	有機新玉ねぎ400g ・ 有機新じゃが芋400g ・ 有機安納芋450g ・ 有機リーフレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機トマト ・ 有機ピーマン ・ 有機いんげん
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機リーフレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機トマト ・ 有機ピーマン ・ 有機いんげん ・ 有機キウイ400g ・ 有機バナナ500g
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機リーフレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機トマト ・ 有機ピーマン ・ 有機いんげん
いきいきセット	有機新じゃが芋400g ・ 有機リーフレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機絹さや ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機キウイ200g ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機新玉ねぎ300g ・ 有機長芋200g ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機トマト ・ 有機絹さや ・ 有機生姜 ・ 有機クレソン ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機バナナ300g
【9994】¥2,324(冷蔵)	

カタログNO. 019wお届け期間 5/4~5/8

多菜セット	有機新玉ねぎ ・ 有機人参 ・ 有機ごぼう ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機にら ・ 有機ミニトマト ・ 有機そら豆
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機キャベツ1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機にら ・ 有機ミニトマト ・ 有機そら豆 ・ バナナ500g ・ 河内晩柑700g
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機キャベツ1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機にら ・ 有機ミニトマト ・ 有機そら豆
いきいきセット	有機新玉ねぎ400g ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機水菜 ・ 有機トマト ・ 有機なす2本 ・ えのき ・ 有機バナナ300g ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機人参1本 ・ 有機新じゃが芋300g ・ 有機青ネギ ・ 有機リーフレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ミニトマト ・ 有機そら豆 ・ 有機生椎茸 ・ 有機キウイ
【9994】¥2,324(冷蔵)	

※天候や畑の状況で変更する事があります。ご注文前にセットメニューを確認されたい時は、お手数ですがお電話でお問い合わせください。(防)は防除回数です。(防)表記のないものは有機農産物でお届けの予定です。  
 ※上のメニューからご希望のセットをお選びいただけます。ご予約セットと異なる場合は、注文コードをご記入ください。セット不要の際には、「予約セット=0」とご記入ください。

## 【サニーレタスと牛肉の卵炒め】

## ※ サニーレタスと牛肉の卵炒め！

【材料】(2人分)

牛肉…200g ・ 卵…3個 ・ サニーレタス…6枚 ・ えのき…100g  
 バター…大さじ2 ・ 塩こしょう…適量 ・ 野菜ブイヨン…小さじ1

① 卵を溶きほぐし、軽く塩こしょうする。サニーレタスを洗って、大きめにちぎっておく。えのきは3~4cm幅に切る。

② フライパンにバター大さじ1を熱し、溶けたら卵液を流し入れ、中火で火にかける。

③ 底が固まってきたタイミングで、大きくゆっくりかきまぜる。半熟の状態で一旦皿に取り出す。

④ そのままのフライパンに残りのバターを熱し、中火で牛肉を炒める。火が通ったらサニーレタスとえのきも入れ、更に炒める。

⑤ カサが減ったら、塩こしょうと野菜ブイヨンで味付けし、火を止める。

⑥ フライパンに卵を戻し入れて混ぜ、皿に盛りつける。

