

# 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

## 10月19日(火)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機ルッコラ ⇒ 出荷検品時に品質不良が見られたため少量・欠品となりました。
- ・有機里芋 ⇒ 日中の気温が高く、傷みが見られるため出荷量が不安定な状況です。少量・欠品となります。
- ・有機白ねぎ ⇒ 朝晩の気温が低くなったため生育に遅れが見られます。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・ジョナゴールド ⇒ 生育期の天候不良の影響で今年は実成りが少なく収穫量が減少しております。
- ・有機もちきび 200g 休止 原料不足のため。
- ・有機あわ 200g 休止 原料不足のため。
- ・有機牛リブブrossスキヤキ ⇒ 在庫切れの為、入荷がありませんでした。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 145w号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 145w
- ・bioweekly 143w
- ・ロゴナ
- ・オーブリー 化粧品
- ・ベビー
- ・ナトラケア
- ・安間産業 陶器
- ・クアントバスタ 鉄鍋
- ・ディオニー ワイン
- ・スパホスペリティー 精油

### ... 本日の野菜セット ...

#### 多菜セット

|    |              |     |            |        |
|----|--------------|-----|------------|--------|
| 有機 | じゃが芋 約600g   | 北海道 | ちいむれグロリア農園 |        |
| 有機 | ごぼう 約200g    | 岩手  | みちのく有機共同組合 |        |
| 有機 | れんこん 約200g   | 佐賀  | マルハ園芸      |        |
| 有機 | 大根 1/2本      | 北海道 | オーガニック新條津  |        |
| 有機 | ほうれん草 1束     | 長野  | 塩尻有機研究会    |        |
| 有機 | サラダ菊菜 1束     | 島根  | やさか共同農場    |        |
| 有機 | 黒豆枝豆 約200g   | 大坂  | 原田ファーム     | 変更     |
|    | えのき 1パック     | 長野  | よませASS     |        |
| 有機 | モロコいんげん約150g | 大坂  | 原田ファーム     | 豊作サービス |

#### いきいきセット

|    |            |     |               |    |
|----|------------|-----|---------------|----|
| 有機 | 里芋 約300g   | 鹿児島 | 鹿児島有機生産組合     |    |
| 有機 | 白菜 1/4個    | 長野  | 塩尻有機研究会       |    |
| 有機 | 小松菜 1束     | 島根  | やさか共同農場       |    |
| 有機 | 冬瓜 1個      | 京都  | 長澤有機農業塾       |    |
| 有機 | 黒豆枝豆 約200g | 大坂  | 原田ファーム        |    |
|    | しめじ 約150g  | 和歌山 | 日高きのこセンター     |    |
|    | 紅玉 2個      | 青森  | 新農業研究会(防除21回) | 変更 |
|    | 平飼い卵 6個    | 和歌山 | 蒼生舎           |    |

#### フルティーセット

|    |              |          |                |        |
|----|--------------|----------|----------------|--------|
| 有機 | 大根 1/2本      | 北海道      | オーガニック新條津      |        |
| 有機 | ほうれん草 1束     | 長野       | 塩尻有機研究会        |        |
| 有機 | サラダ菊菜 1束     | 島根       | やさか共同農場        |        |
| 有機 | 黒豆枝豆 約200g   | 大坂       | 原田ファーム         | 変更     |
|    | えのき 1パック     | 長野       | よませASS         |        |
| 有機 | モロコいんげん約150g | 大坂       | 原田ファーム         | 豊作サービス |
| 有機 | キウイ 4個       | ニュージーランド | セスプリ・インターナショナル |        |
| 有機 | みかん 約500g    | 熊本       | 肥後あゆみの会        |        |

#### ゆうきだいすきセット

|    |           |     |             |         |
|----|-----------|-----|-------------|---------|
| 有機 | リーフレタス 1個 | 長野  | 塩尻有機研究会     | 変更      |
| 有機 | 青ねぎ 約100g | 島根  | ぐりーんはーと     | 変更      |
| 有機 | 白菜 1/4個   | 長野  | 塩尻有機研究会     |         |
| 有機 | 小松菜 1束    | 島根  | やさか共同農場     |         |
| 有機 | ニラ 約100g  | 高知  | 大地と自然の恵み    |         |
| 有機 | 春菊 1束     | 長野  | 塩尻有機研究会     |         |
| 有機 | 南瓜 1/4個   | 北海道 | 富良野生産センター百我 |         |
| 有機 | 生姜 約70g   | 高知  | 大地と自然の恵み    |         |
|    | シナノスイート1個 | 長野  | よませASS      | (防除16回) |

#### 基本野菜 セット

|    |              |     |           |        |
|----|--------------|-----|-----------|--------|
| 有機 | 大根 1/2本      | 北海道 | オーガニック新條津 |        |
| 有機 | ほうれん草 1束     | 長野  | 塩尻有機研究会   |        |
| 有機 | サラダ菊菜 1束     | 島根  | やさか共同農場   |        |
| 有機 | 黒豆枝豆 約200g   | 大坂  | 原田ファーム    | 変更     |
|    | えのき 1パック     | 長野  | よませASS    |        |
| 有機 | モロコいんげん約150g | 大坂  | 原田ファーム    | 豊作サービス |

※きこの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。

#### 【本日の野菜セット変更】

- ・有機枝豆200g前後 ⇒ 有機黒豆枝豆200g前後 (朝晩の気温が低く、生育が遅れているため。)
- ・有機里芋300g前後 ⇒ 有機リーフレタス1個 (日中気温が高く、傷みがでたため。)
- ・有機種なし柿400g前後 ⇒ 紅玉2個 (出荷量が減少しております。またマツムシによる虫害も発生しております。)
- ・有機白ねぎ300g前後 ⇒ 有機青ネギ100g前後 (朝晩の気温が低くなったため生育が遅れが見られます。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

## カタログNO. 144wお届け期間 10/25～10/29

|                  |  |
|------------------|--|
| 多菜セット            | 有機たまねぎ約500g・有機金時芋約400g・有機里芋約500g・有機レタス・有機水菜・有機南瓜1/2・有機いんげん約70g・有機ベビーリーフ約30g          |
| 【9996】¥2,808(冷蔵) |  |
| フルーティーセット        | 有機レタス・有機水菜・有機南瓜1/2・有機いんげん約70g・有機ベビーリーフ約30g・有機バナナ約300g・シナノスイート2個・有機みかん約400g           |
| 【9997】¥2,808(冷蔵) |  |
| 基本野菜             | 有機レタス・有機水菜・有機南瓜1/2・有機いんげん約70g・有機ベビーリーフ約30g   |
| いきいきセット          | 有機じゃが芋約400g・有機ごぼう約200g・有機レタス・有機ニラ・有機春菊 または、有機サラダ菊菜・有機いんげん約50g・有機バナナ約500g・平飼卵6個       |
| 【9998】¥2,808(冷蔵) |  |
| ゆうきだいすきセット       | 有機たまねぎ約300g・有機金時芋約300g・有機れんこん約200g・有機キャベツ1/2・有機レタス・有機ほうれん草・有機いんげん約50g・えのき・有機みかん約300g |
| 【9994】¥2,324(冷蔵) |  |

## カタログNO. 145wお届け期間 11/1～11/5

|                  |  |
|------------------|--|
| 多菜セット            | 有機じゃが芋約400g・有機れんこん約200g・有機南瓜1/2・有機白ねぎ・有機キャベツ1/2・有機リーフレタス・有機小松菜・有機生椎茸(菌床)     |
| 【9996】¥2,808(冷蔵) |  |
| フルーティーセット        | 有機白ねぎ・有機キャベツ1/2・有機リーフレタス・有機小松菜・有機生椎茸(菌床)・有機キウイフルーツ3個・王林2個                    |
| 【9997】¥2,808(冷蔵) |  |
| 基本野菜             | 有機白ねぎ・有機キャベツ1/2・有機リーフレタス・有機小松菜・有機生椎茸(菌床)                                     |
| いきいきセット          | 有機赤たまねぎ300g・有機大根1/2・有機サニーレタス・有機ほうれん草・有機水菜・有機ベビーリーフ・有機みかん400g・平飼卵6個           |
| 【9998】¥2,808(冷蔵) |  |
| ゆうきだいすきセット       | 有機じゃが芋400g・有機里芋300g・有機大根1/2・有機小松菜・有機ニラ・有機坊ちゃん南瓜・有機ベビーリーフ・有機生椎茸(菌床)・有機バナナ300g |
| 【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。

### 【ホクホクカボチャの煮物】



#### ※ レンジで簡単ホクホクカボチャの煮物 ♪

【材料】(3～4人分)

カボチャ200g  
 はちみつ大さじ1・醤油大さじ1・水大さじ1

- ① カボチャを3cm大ほどに切り耐熱皿に皮をしたにして並べ、はちみつ、醤油、水を全体にかかると入れます
- ② クッキングペーパーを上のにせ軽くラップか蓋(少し隙間を作ります)をしてレンジ600W3分加熱します
- ③ 一つずつひっくり返して皮を上になべます(味が染みやすくなります)
- ④ またクッキングペーパーをのせて600W2分加熱して出来上がりです！

※ カボチャの大きさを揃えて切ります！  
 先に皮の部分を下に加熱し、味が染みやすいようにひっくり返して再度加熱します。

※ レンジで簡単ホクホクカボチャの煮物が出来上がります！  
 調味料も全部大さじ1で簡単です！お砂糖は使わずはちみつで！