

10月3日(火)

【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・**有機大根** ⇒ 気温が高かったため規格外のものが多くっており出荷量が減少しております。少量・欠品となります。
- ・**有機バジル** ⇒ 猛暑の影響で傷みが出ており出荷量が減少しております。少量・欠品となります。
- ・**グランドチャンピオン** ⇒ 例年より気温の高い日が続いているため傷みがでております。少量・欠品となります。
- ・**有機オクラ** ⇒ 気温が高いため生育不良を起こしております。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・**有機キャベツ** ⇒ 虫害が発生しているため収穫量が減少しております。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・**有機レタス** ⇒ 高温と虫害のため生育不良を起こしております。入荷状況により少量・欠品となります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 342号(C)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 342
- ・bioweekly 340w
- ・ロゴナ
- ・ベビー
- ・ナトラケア
- ・アムリターラ(サプリ定期便)
- ・プロスペリティ 食品
- ・ハート 寝具
- ・日仏貿易 食品
- ・おもちゃ箱 定期便
- ・ディオニー ワイン
- ・クアントパスタ 洗剤、日用品、キッチン用品
- ・アーク&エコ 化粧品

... **本日の野菜セット** ...

多彩セット

いきいきセット

有機	赤たまねぎ約300g	北海道	生産センター百我		有機	さつま芋 約300g	宮崎	綾町農業協同組合	
有機	じゃが芋 約400g	北海道	ちいむれグロリア農園		有機	ごぼう 約200g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	さつま芋 約500g	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	変更
転換	サニーレタス1個	長野	塩尻有機研究会	変更	有機	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム	
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み		有機	坊ちゃん南瓜2個	北海道	小野寺 淳二	Sサイズ
有機	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム		有機	きゅうり 約200g	長野	高坂農園	変更
有機	パプリカ 1個	佐賀	アビオスファーム			えのき 約100g	長野	よませASS	
転換	にんにく 約50g	兵庫	七代目藤岡農場		有機	キウイフルーツ2個	ニュージーランド	セスプリ・インターナショナル	
						平飼い卵 6個	島根	たなべたたらの里	

フルーティーセット

ゆうきだいすきセット

転換	サニーレタス1個	長野	塩尻有機研究会	変更	有機	じゃが芋 約300g	北海道	ちいむれグロリア農園	
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み		有機	レタス 1個	長野	塩尻有機研究会	Sサイズ
有機	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム		有機	水菜 1束	奈良	山口農園	
有機	パプリカ 1個	佐賀	アビオスファーム		有機	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム	
転換	にんにく 約50g	兵庫	七代目藤岡農場		有機	オクラ 1パック	和歌山	ジオランド紀の川	変更
有機	キウイフルーツ2個	ニュージーランド	セスプリ・インターナショナル		有機	ししとう 約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	バナナ 約300g	エクアドル	セリアマリア農園		有機	ベビーリーフ 1パック	広島	寺岡有機農場	
	新高(梨) 2個	大分	福澤梨園防除(15回)	増量	有機	バナナ 約300g	エクアドル	セリアマリア農園	
					有機	柚子 2個	高知	大地と自然の恵み	

基本野菜 セット

転換	サニーレタス1個	長野	塩尻有機研究会	変更	※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。				
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み						
有機	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム						
有機	パプリカ 1個	佐賀	アビオスファーム						
転換	にんにく 約50g	兵庫	七代目藤岡農場						

【本日の野菜セット変更】

- ・有機レタス1個 → 有機サニーレタス1個 (高温による生長不良と、虫害がみられるため。)
- ・有機水菜1束 → 有機小松菜1束 (虫害がみられるため。)
- ・有機ししとう50g → 有機きゅうり200g (虫害の発生と傷みが見られます。)
- ・有機ズッキーニ1本 → 有機オクラ1パック (高温による生育不良のため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNo. 341wお届け期間 10/9～10/13

多菜セット	有機たまねぎ約500g ・ 有機里芋約400g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機菊菜 ・ 有機水菜 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機枝豆 ・ 有機生椎茸(菌床)または、しめじ
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機菊菜 ・ 有機水菜 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機枝豆 ・ 有機生椎茸(菌床)または、しめじ ・ 紅玉2個 ・ 有機種なし柿約500g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機菊菜 ・ 有機水菜 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機枝豆 ・ 有機生椎茸(菌床)または、しめじ
いきいきセット	有機じゃが芋約300g ・ 有機ほうれん草 ・ 有機モロッコいんげん ・ 有機枝豆 ・ 有機生姜 ・ 紅玉1個 ・ 有機かぼす2個 ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機たまねぎ約300g ・ 有機れんこん約200g ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機オクラ ・ 有機いんげん ・ 有機にんにく ・ 有機さくらげ ・ 有機種なし柿約300g
【9994】¥2,490(冷蔵)	

カタログNo. 342wお届け期間 10/16～10/20

多菜セット	有機たまねぎ約500g ・ 有機じゃが芋約500g ・ 有機れんこん約200g ・ 有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機オクラ ・ 有機モロッコいんげん ・ えのき
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機オクラ ・ 有機モロッコいんげん ・ えのき ・ 有機バナナ約500g ・ シナノスイート(りんご)1個 ・ 有機みかん約500g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機オクラ ・ 有機モロッコいんげん ・ えのき
いきいきセット	有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機南瓜1/2 ・ 有機いんげん ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機みかん約300g ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機さつま芋約300g ・ 有機レタスまたは、有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機南瓜1/2 ・ 有機ピーマン ・ 有機黒豆枝豆 ・ 有機青じそ(生々農園) ・ 生椎茸(原木)または、しめじ ・ 紅玉1個
【9994】¥2,490(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。

【野菜のキーマカレー】

※ 秋になったらガツンと！野菜のキーマカレー♪

【材料】(4人分)

ひき肉200g ・ 玉ねぎ2/1～1個 ・ なす1本 ・ ピーマン3個
 バター10g ・ ニンニクチューブ5cm ・ トマト缶(カット)1缶 ・ カレールー4かけ
 オイスターソース大さじ2 ・ ミックスビーンズお好みで

- ① ピーマンもなすも1cm角に切っておく、玉ねぎはみじん切りにする
- ② バターとニンニクチューブをフライパンに敷いて中火で玉ねぎ、ひき肉、ピーマン、なすを炒める
- ③ ひき肉にある程度火が通り玉ねぎが透き通ってきたらトマト缶を投入する
- ④ 馴染んできたらカレールーを投入する。カレールーが溶けたらオイスターソースで味を調整する
- ⑤ お好みでミックスビーンズを入れて馴染ませたら完成！

※ ☆物足りないときはオイスターソースを追加してください！
 ☆ピツタリ4人分くらいなので同じ人数で食べ盛りの方がいる場合はこれより多めの方がいいと思います！

