

**11月14日(火)**

**【本日の野菜・加工品欠品情報】**

・有機白菜 ⇒ 虫害が発生しているため出荷量が減少しております。  
 ・有機キャベツ ⇒ 獣害が発生しているため出荷量が減少しております。  
 ・有機サニーレタス ⇒ 虫害の発生のため出荷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。  
 ・有機南瓜/坊ちゃん南瓜 ⇒ 傷みが見られるため出荷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。  
 ・有機青じそ ⇒ 病気の発生と傷みが見られるため出荷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。  
 有機玄米がゆ 200g 欠品 在庫欠品のため 11/15(水)入荷予定。  
 ※ 11/15(水)出荷より「特選米」の生産者が変わります。  
 有機特選米/有機米 小原営農センター(コシヒカリ)富山 ⇒ つじ農園(三重23号)三重

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 348号(A)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 348
- ・bioweekly 346w
- ・ロゴナ
- ・ベビー
- ・ナトラケア
- ・オースリー
- ・アールエッチエス・リマンチュラル
- ・アーク&エコ
- ・ウィルマックス
- ・安間産業・おもちゃ箱
- ・デオニースパホスピタリティー

**... 本日の野菜セット ...**

**多彩セット**

**いきいきセット**

有機	たまねぎ	約600g	北海道	吉井孝雄		有機	赤たまねぎ	約300g	北海道	生産センター百我	
有機	じゃが芋	約500g	北海道	渡辺農場		有機	大根	1/2本	滋賀	垣見農園	
有機	ごぼう	約200g	青森	あおり南部有機生産組合		有機	白菜	1/4個	長野	塩尻有機研究会	
有機	白菜	1/2個	長野	塩尻有機研究会		有機	リーフレタス	1個	長野	高坂農園	
有機	小松菜	1束	和歌山	バイオランド紀の川	変更	転換	ピーマン	約100g	鹿児島	下杉木農園	変更
有機	きゅうり	約200g	兵庫	タチワキゆとり農園			しめじ	約150g	和歌山	日高きのこセンター	
有機	南瓜	1/4個	北海道	生産センター百我		有機	みかん	約400g	熊本	さかもとふる一つ	
有機	ルッコラ	約50g	島根	ぐりーんはーと			平飼い卵	6個	島根	たなべたたらの里	
有機	ほうれん草	1束	和歌山	バイオランド	価格補填	有機	葉切り小かぶ	約400g	滋賀	垣見農園	サービス

**フルティーセット**

**ゆうきだいすきセット**

有機	白菜	1/2個	長野	塩尻有機研究会		有機	たまねぎ	約300g	北海道	吉井孝雄	
有機	小松菜	1束	和歌山	バイオランド紀の川	変更	有機	白菜	1/4個	長野	塩尻有機研究会	
有機	きゅうり	約200g	兵庫	タチワキゆとり農園		有機	リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	変更
有機	南瓜	1/4個	北海道	生産センター百我		有機	ほうれん草	1束	島根	やさか共同農場	
有機	ルッコラ	約50g	島根	ぐりーんはーと		有機	菊菜または、サラダ菊菜	1束	大阪/島根	原田ファーム/やさか共同農場	
有機	ほうれん草	1束	和歌山	バイオランド	価格補填	転換	ピーマン	約80g	鹿児島	下杉木農園	
有機	バナナ	約500g	フィリピン	ジブランオーガニックファーム		有機	にんにく	約50g	青森	みちのく有機共同組合	
	富有柿	約900g	奈良	王隠堂農園	(防除10回)	有機	生椎茸(菌床)1パック		岡山	浅野産業	
						有機	みかん	約300g	熊本	肥後あゆみの会	
						有機	生姜	約70g	高知	大地と自然の恵み	サービス

**基本野菜 セット**

有機	白菜	1/2個	長野	塩尻有機研究会		※きのこ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	小松菜	1束	和歌山	バイオランド紀の川	変更						
有機	きゅうり	約200g	兵庫	タチワキゆとり農園							
有機	南瓜	1/4個	北海道	生産センター百我							
有機	ルッコラ	約50g	島根	ぐりーんはーと							
有機	ほうれん草	1束	和歌山	バイオランド	価格補填						

**【本日の野菜セット変更】**

- ・有機キャベツ1/2個 → 有機小松菜1束(獣害がみられるため。)
- ・有機青じそ10枚 → 有機ピーマン100g前後(病気や傷みが見られるため。)
- ・有機サニーレタス1個 → 有機リーフレタス1個(虫害がみられるため。)

**●●●野菜セット予想メニュー●●●**  
**カタログNo. 347wお届け期間 11/20～11/24**

多菜セット 【9996】¥2,980(冷蔵)	有機たまねぎ約500g・有機里芋約400g・有機れんこん約200g・有機大根1/2・有機レタス・有機ほうれん草・有機菊菜・有機生椎茸(菌床)
フルーティーセット 【9997】¥2,980(冷蔵)	有機大根1/2・有機レタス・有機ほうれん草・有機菊菜・有機生椎茸(菌床)・ぐんま名月(りんご)2個・有機みかん約700g
基本野菜	有機大根1/2・有機レタス・有機ほうれん草・有機菊菜・有機生椎茸(菌床)
いきいきセット 【9998】¥2,980(冷蔵)	有機たまねぎ約300g・有機レタス・有機ほうれん草・有機小松菜・有機菊菜・有機生姜・ふじ1個・平飼い卵6個
ゆうきだいすきセット 【9994】¥2,490(冷蔵)	有機大根1/2・有機レタス・有機ほうれん草・有機小松菜・有機南瓜1/4・有機ピーマン・有機ベビーリーフ・ふじ1個・有機柚子2個

**カタログNo. 348wお届け期間 11/27～12/1**

【9996】¥2,980(冷蔵)	有機たまねぎ約500g・有機にんじん約400g・有機じゃが芋約500g・有機白菜1/4・有機レタス・有機小松菜・有機水菜・有機ピーマン
フルーティーセット 【9997】¥2,980(冷蔵)	有機白菜1/4・有機レタス・有機小松菜・有機水菜・有機ピーマン・有機バナナ約500g・ふじ(防除17回)2個・有機みかん約300g
基本野菜	有機白菜1/4・有機レタス・有機小松菜・有機水菜・有機ピーマン
いきいきセット 【9998】¥2,980(冷蔵)	有機青葱・有機大根・有機キャベツ1/2・有機ほうれん草・有機チンゲン菜・有機クレソン・有機みかん約300g・平飼い卵6個
ゆうきだいすきセット 【9994】¥2,490(冷蔵)	有機じゃが芋約300g・有機リーフレタス・有機ブロッコリー・有機小松菜・有機水菜・有機チンゲン菜・有機パセリ・えのき・有機バナナ約300g

※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。

**【れんこんカリカリ簡単サラダ】**

**※ れんこんカリカリ簡単サラダ ♪**

**【材料】(2人分)**

かぼちゃ80g・れんこん50g・にんにく1片・揚げ油適量  
 ベビーリーフ10g・フルーツマト2個  
 ★酢大さじ1 ★ごま油大さじ1 ★濃口醤油小さじ1 ★砂糖小さじ1  
 ★しょうが汁小さじ1/2

- ① フライパンに油と薄くスライスしたにんにくを入れる。
- ② つぎに、薄くスライスしたかぼちゃとれんこんをカラッと揚げる。
- ③ 皿にベビーリーフ、れんこん、かぼちゃ、にんにく、フルーツマトを盛り付ける。
- ④ ★を混ぜてドレッシングをつくり、食べる直前にかける。

**※ ポイント**

カラフルに仕上げたり、ドレッシングにしょうが汁を入れることによって食欲増進が期待できます。また、ドレッシングを直前にかけることで、れんこんのカリカリ感も楽しめます。

れんこんを使ったおいしいサラダです！

