

～2月4回企画JASMEQ取扱い商品①～

注文書提出 2/16～/20  
お届け 2/23～/24

きなり 4、36p : 132  
コトコト 37p : 667

国産のもち米を使用。  
色ごとに違う味を楽しんで。



今回  
限り



132 《精華堂殿総本  
舗》◎宮城

雛あられ  
60g 284円(税込307円)

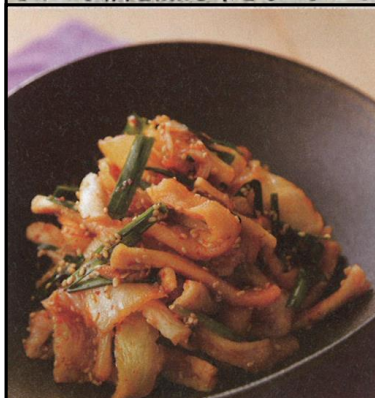
宮城産有機みやこがねを使ったおかきを抹茶や紫いも、しょうゆ、砂糖で味付け。4色ひなあられ。【賞味】麦・豆・卵・乳・落・え 【賞味】150日

もち米の味がしっか  
り。4色それぞれの味わいを楽しんで。

【材料】2人分

- 138525 広島県産有機割干し大根 …25g
  - 138002 国産白いりごま…………… 大さじ1
  - 138592 金ごま油「金の雫」… 小さじ2
- 白菜キムチ80g、にら30g、しょうゆ大さじ1と1/2

【作り方】①戻した割干し大根は水けをしぼり、しょうゆを混ぜる。白菜キムチ、ざく切りにしたにらを加えしっかりと混ぜ、ごま、ごま油を加え味をなじませる。



割干し大根のキムチ風  
バリバリシャキシャキ食感。  
火を使わない簡単レシピ

大根のうまみがギュッと！  
火を使わない簡単レシピ掲載！

乾物屋さん 2p

次回未定

138525  
広島県産  
有機割干し大根

50g 218円(税込235円)

有機栽培の大根(広島県産)を食感が残るよう太めにカットしました。ぬるま湯で約30分戻して。【賞味】180日



乾物屋さん 4p

国産のごまを皮付きのまま小型の石うす機で少量ずつねり上げました。香り高いねりごまです。



次回3月4回

138371  
国産ねりごま

80g 760円(税込821円)

石臼機で少しずつねりあげ、  
香り高いねりごまに仕上げました。

鳴門海峡の激しい潮流が育んだ食感抜群のわかめ！

鳴門海峡の激しい潮流にもまれて育った食感のよいわかめです。使いやすいサイズにカット済み。【賞味】(え・か)



《わかめスープ》

次回 3月4回

603  
鳴門産カットわかめ  
14g 276円(税込298円)

コトコト 32p : 587  
きなり 33p : 603

# ケアサポート (2月4回は全員配布です。)

野菜と紅ズワイガニに貝柱を加えたクリーム煮。ポイルするだけで食べられます。  
【原材料】乳・か・豆

**特別価格**  
容易にかめる

**カニのクリーム煮**  
野菜と紅ズワイガニ・貝柱を加えた、旨味たっぷりのクリーム煮です。

前回1月4回 205円が  
今回 **164円!**

**126802** ⑧  
カニのクリーム煮  
100g **164円**(税込177円) ③三重  
次回3月4回  
104kcal ④0.9g ⑤0.9g/1袋  
M●3168995 ●●セ

細かくしたタラの身を卵とじ風に仕上げました。ポイルするだけで食べられます。  
【原材料】卵・麦・豆

**特別価格**  
容易にかめる

**白身魚の卵とじ**  
細かくしたタラの身を卵とじ風に仕上げました。

前回1月4回 205円が  
今回 **164円!**

**126837** ⑧  
白身魚の卵とじ  
100g **164円**(税込177円) ③三重  
次回3月4回  
55kcal ④0.8g ⑤3.0g/1袋  
M●3169007 ●●セ

えびと貝柱に野菜やきのこが入ったクリーム煮。ポイルするだけで食べられます。  
【原材料】乳・麦・え・豆

**特別価格**  
容易にかめる

**海老と貝柱のクリーム煮**  
海老と貝柱にじやがいも、にんじん、マッシュルームが入ったクリーム煮です。

前回1月4回 205円が  
今回 **164円!**

**126811** ⑧  
海老と貝柱のクリーム煮  
100g **164円**(税込177円) ③三重  
次回3月4回  
119kcal ④0.9g ⑤1.8g/1袋  
M●3168997 ●●セ

しょうゆベースの甘口の麻婆豆腐。ポイルするだけで食べられます。  
【原材料】麦・豆

**特別価格**  
容易にかめる

**麻婆豆腐甘口**  
しょうゆベース・トウモロコシ・ごま油で仕上げた甘口の麻婆豆腐です。

前回1月4回 205円が  
今回 **164円!**

**126845** ⑧  
麻婆豆腐甘口  
100g **164円**(税込177円) ③三重  
次回3月4回  
68kcal ④0.9g ⑤3.1g/1袋  
M●3169011 ●●セ

かつおだしをきかせ、親子丼風に仕上げたおじや。ポイルするだけで食べられます。  
【原材料】卵・麦・豆

**特別価格**

前回1月4回 205円が  
今回 **164円!**

**126829** ⑧  
親子丼風おじや  
160g **164円**(税込177円) ③三重  
次回3月4回  
146kcal ④1.6g ⑤5.6g/1袋

油で揚げずにオープンでサクッと焼き上げたひと口サイズの軽い食感のかりんとう。  
【原材料】乳・麦・豆・(卵)

**126799** ⑧  
お麩かりんとうころかり  
黒糖味  
70g **380円**(税込410円) ③山形  
次回3月4回  
307kcal ④0.1g ⑤6.6g/1袋(賞味)180日  
M●3167509 ●●セ

油で揚げずにオープンでサクッと焼き上げたひと口サイズの軽い食感のかりんとう。  
【原材料】乳・麦・豆・(卵)

**126691** ⑧  
お麩かりんとうころかり  
みたらし味  
70g **380円**(税込410円) ③山形  
次回3月4回  
293kcal ④1.0g ⑤5.2g/1袋(賞味)180日  
M●3181053 ●●セ

ごはんのおかず。ポイルするとよりおいしく食べられます。  
【原材料】麦・豆

**126730** ⑧  
いわしの佃煮  
2尾90g **284円**(税込307円) ③山形  
次回3月4回  
263kcal ④0.6g ⑤21.8g/100g(賞味)180日  
M●3167511 ●●セ

ごはんのおかず。ポイルするとよりおいしく食べられます。  
【原材料】麦・豆

**126748** ⑧  
さんまの佃煮  
3切110g **284円**(税込307円) ③山形  
次回3月4回  
345kcal ④0.7g ⑤19.2g/100g(賞味)180日  
M●3167510 ●●セ

(パルシステム商品案内から転用しました)