



こちらは、店頭入荷予定

有機玉ねぎ	500g	250円	北海道
有機・新玉ねぎ	500g	250円	長崎
有機人参	400g	250円	千葉
じゃが芋(農業不使用)	500g	250円	北海道
長いも(農業不使用)	300g	420円	青森
長ねぎ(農業不使用)	1p	250円	茨城
ごぼう(農業不使用)	250g	230円	茨城
さつま芋(農業不使用)	600g	360円	茨城
小松菜(農業不使用)	1p	249円	茨城
ほうれん草(農業不使用)	1p	259円	茨城
ブロッコリー(防除2)	1個	339円	愛知
キャバツ(防除2)	1個	339円	愛知
ピーマン(防除3)	1p	269円	沖縄
パプリカ・赤(防除3)	1個	389円	沖縄
有機大根	1本	299円	栃木
有機ニラ	1p	199円	高知
有機こかぶ	1p	249円	栃木
有機ミニトマト	1p	359円	高知
有機しょうが	100g	330円	高知
有機キウイフルーツ	3個	360円	栃木
レモン(農業不使用)	中2個	350円	静岡
有機バナナ	3本	440円	コロンビア
りんご・ふじ(防除12)	2個	540円	長野
イチゴ(防除1)月・金曜のみ入荷	499円	茨城	
河内晩柑(防除1)	2個	450円	熊本
有機甘夏	2個	390円	熊本
清美オレンジ(農業不使用)	4個	490円	熊本
ぶなしめじ	1p	289円	茨城
えのき	1p	199円	長野
平飼い有精卵	10個	570円	茨城

価格・容量・産地・(有機など)栽培状況は、入荷次第で変更・欠品あり  
 ※月曜・水曜・金曜が種類など多め(火・木・土・日曜は少なめ)

野菜・果物は、基本的に「有機農産物」「本圃場で農薬・化学肥料不使用」ですが、農薬・除草剤・化学肥料を使用時は、回数(防除2など)を表示

福島県・熱塩加納町

農薬不使用コシヒカリ・さゆり米

白米・2kg	2040円
玄米・2kg	1890円
胚芽米・2kg	1960円

★足立区内、宅配します。

配達日は、月曜・水曜・金曜

①朝8時～10時配達

※前営業日の夜5時までにご注文下さい

②閉店後、夜配達

※当日閉店1時間前までにご注文下さい

※土曜日は、セール日のみ配達します

※配達料1回 200円

3000円以上は、配達料無料!

★5月3日(水)・4日(木)は、休業いたします。

★5月5日(金)は、昼12時～17時 営業いたします。

★5月6日(土)・20日(土)は、全品5%引きセール!

★5月7日(日)は、定休日(第1日曜日)

ご注文品。月・水・金曜入荷

有機青ネギ	1p	220円	高知
有機パセリ	1p	210円	高知
有機水菜	1p	289円	茨城
有機リーフレタス	1個	299円	長野
ひらたけシメジ	1p	216円	茨城
生しいたけ	1p	340円	大阪
ブラウンマッシュルーム	369円	山形	
生きくらげ(月・金)	1p	369円	群馬
足付ナメコ	1p	289円	茨城
ナメコ(月・金)	1p	210円	茨城
エリンギ	1p	299円	長野
マイタケ	1p	330円	山形

5kgは、ご注文品。月・金入荷

福島県・熱塩加納町

農薬不使用コシヒカリ・さゆり米

ご予約お買い得価格

白米・5kg	5090円→4940円
玄米・5kg	4810円→4590円
胚芽米・5kg	4970円→4650円

有機米あきたこまち・啄木米

ご予約お買い得価格

白米・5kg	4780円→4470円
玄米・5kg	4450円→4160円
胚芽米・5kg	4610円→4310円

ご注文品。月・水・金入荷

★有機米 産地は富山・滋賀・長野他  
 品種はテンコモリ・キヌヒカリ・  
 コシヒカリ他(指定はできません)

有機米 ご予約お買い得価格

白米・5kg	5840円→5440円
白米・2kg	2660円→2470円
五分米・5kg	5500円→5130円
五分米・2kg	2520円→2350円
玄米・5kg	5240円→4890円
玄米・2kg	2390円→2230円

※1週間前までに、ご注文下さい

月・金曜入荷

有機もち米・白米	1kg	1080円
有機もち米・玄米	1kg	1058円
熟成ぬか床・容器入	2kg	1404円
熟成ぬか床・容器無	1kg	566円

1週間前まで

夜6時30分～閉店の間に、ご来店お買上げ!

★閉店前30分～タイムセール!やっています。

野菜・果物が、全品10%引き!!です。

※ただし、予約品・注文品は除きます。

土・祝日は、夕方5時30分～6時閉店

日曜は、夕方4時30分～5時閉店

★予約〆切 4月18日(火)→お渡し24日(月)

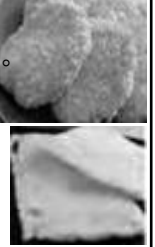
★予約〆切 4月22日(土)→お渡し28日(金)

保存料・リン酸塩・うま味調味料は不使用

四宮蒲鉾

おさかなナゲットベジタブル 5個 473円

国産大豆のおからと野菜入り  
 ヘルシーな一口サイズの練り物。  
 おさかなナゲット!?



紅しょうが天 2枚 340円

小魚のすり身に  
 有機紅生姜を加えました。

化学調味料・保存料・着色料等不使用・冷蔵

昆布大根漬け 150g 346円

かつお大根漬け 150g 346円

青首大根を皮付きのまま  
 あっさり漬け込んだお漬け物  
 昆布風味とかつお風味



ゆず大根漬 150g 346円

青首大根の皮をむきやわらかな食感。

1週間前まで

国内産天草を100%使った  
 ところてん。天草は薬品で漂白  
 されることもあります  
 が水と天日にさらす作業を  
 繰り返すことで白くする昔ながらの製法で、  
 仕上げています。国産丸大豆醤油と天然  
 (昆布・鰹)だしベースの特製つゆを  
 つけました。きざみのり・マスタード付。  
 細めでのど越しの良さ、特製つゆが美味しい!



原田食品

極細ところてん・つゆ付 180g 258円

原材料:(ところてん)天草、醸造酢、(スープ)本醸造醤油、  
 三温糖、米酢、昆布だし、鰹だし塩、(マスタード)マスタード  
 、米酢、塩、うこん、(かやく)きざみのり

太洋

きな粉 黒みつ寒天 1個 279円

原材料:天草、黒糖みつ、きな粉、醸造酢

黒糖みつ 豆かんてん 1個 279円

原材料:天草、黒糖みつ、赤えんどう、醸造酢

国内産の天草を直接  
 煮出して作った純粋な寒天  
 は、しなやかな食感でコシ  
 が違います。赤えんどうは  
 北海道産、国産大豆100%のきな粉、  
 黒糖は沖縄産。冷蔵庫で良く冷してから  
 寒天の水を良く切って器に入れ、  
 添付の黒蜜をかけてどうぞ。



ホームページ・フェイスブックあります。

足立区 はる菜 で検索

営業時間	月曜～金曜	朝11時～夜7時
	土曜・祝日	朝11時～夜6時
	日曜	昼12時～夜5時
	定休日	第1日曜 臨休あり