



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
人参(農薬0回)	400g	250円	長崎
新じゃが芋(農薬0回)	500g	290円	長崎
有機長いも	300g	420円	青森
長ねぎ(防除3回)	1p	250円	千葉
ごぼう(農薬0回)	250g	230円	茨城
さつま芋(農薬0回)	600g	360円	茨城
れんこん(農薬0回)	300g	420円	茨城
小松菜(農薬0回)	1p	249円	茨城
ほうれん草(農薬0回)	1p	259円	茨城
キャベツ(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
有機こかぶ	1p	249円	栃木
有機レタス	1個	339円	千葉
有機トマト	500g	580円	熊本
有機ミニトマト	1p	359円	高知
有機しょうが	100g	330円	高知
有機きゅうり	3本	299円	宮崎
レモン(農薬0回)	中2個	350円	静岡
有機バナナ	3本	450円	コロンビア
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
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」「農薬・化学肥料不使用(0回)」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!

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

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5月16日(火)→お渡し22日(月)

★予約〆切5月20日(土)→お渡し26日(金)

保存料・リン酸塩・うま味調味料は不使用

四宮蒲鉾

こんまい天ぷら・きくらげ 2枚 397円

徳島産きくらげを小さく刻んで練り込んださつまあげ。

フィッシュカツ 2枚 324円

ほんのりカレー風味のすり身にパン粉をつけてカリッとあげました。

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とお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。

※ご注文最終〆切 5月24日(水)

5月19日(金)～6月2日(金)まで入荷予定

作り方チラシあります。月・水・金曜入荷

※1週間前までに、ご注文下さい。鹿児島産

予約品 有機らっきょう 1kg 1350円

梅酒・梅干しに!有機青梅ご予約承り中!作り方チラシあります。月・水・金曜入荷

梅酒シロップ用・有機青梅 1kg 1390円

※5月31日(水)ご予約〆切

→7日(火)～9日(金)入荷

※6月7日(水)ご予約〆切

→14日(月)～16日(金)入荷

梅干し用・有機青梅 1kg 1390円

※6月14日(水)ご予約〆切

→19日(月)～23日(金)入荷

※6月21日(水)ご予約〆切

→26日(月)～30日(金)入荷

★生育状況により、入荷日の変更、予告なく終了欠品になる場合もあります。その際は、誠に申し訳ありませんがご了承下さいませ。

★梅干し用は、梅シロップ・梅酒も漬けられます。

★梅干し用の入荷日後半は、黄色がかってきます。

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