



★毎月第1・第3土曜日は、  
全品5%引きセール！

ホームページ・フェイスブック・インスタ  
足立区 はる菜で検索

はる菜 西新井 4-31-16

Tel&Fax 3856-1245

こちらは、店頭入荷予定

有機人参	500g 300円～青森
玉ねぎ(農薬0回)	500g 250円～茨城
赤玉ねぎ(農薬0回)	500g 330円～茨城
じゃが芋(農薬0回)	500g 250円～茨城
有機長いも	300g 499円～岩手
さつまいも(農薬0回)	500g 300円～茨城
ごぼう(農薬0回)	200g 250円～宮崎
有機トマト	2個 490円～岩手
小松菜(農薬0回)	1p 239円 茨城
有機大根	1本 359円～山梨
有機ミニトマト	1p 299円 熊本
有機ズッキーニ	1本 220円 長野
有機ピーマン	1p 239円～栃木
有機オクラ	1p 269円 高知
チンゲン菜(農薬0回)	1p 269円～茨城
レンコン(農薬0回)	300g 420円～茨城
有機きゅうり	3本 339円～岩手
なす(農薬0回)	3本 289円～栃木
有機レタス	1個 339円～長野
有機キャベツ	1個 359円～長野
有機しょうが・新	100g 369円 高知
有機長ネギ	300g 299円 栃木
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

果物は、日により違います。  
おたずねください。

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

山形産有機黒米・古代米 300g	864円
国産有機活性発芽玄米 500g	798円
国産胚芽麦・押麦米 1kg	583円
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～9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
有機水菜	1p 299円 茨城
有機リーフレタス	1個 299円 長野
有機生しいたけ	100g 299円 岐阜
有機ルッコラ	50g 259円 奈良
ひらたけシメジ	1p 216円 茨城
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
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	さゆり米
農薬不使用コシヒカリ	
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	岩手
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

「有機米」一足早く

新米になりました！

ご予約品です。

ご注文品。月・水・金入荷

有機米	富山・滋賀・大阪他
品種は	テンコモリ・キヌヒカリ・コシヒカリ他(指定できません)
有機米・新米	ご予約お買得価格
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

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

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

★予約〆切 9月18日(火)→お渡し 24日(月)

★予約〆切 9月22日(土)→お渡し 28日(金)

保存料・リン酸塩・うま味調味料等、無添加  
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。

茨城・ハーブスマッシュの  
オーガニックフレッシュハーブ  
各10g・229円

ご注文品。月曜・金曜入荷

オーガニックミント

オーガニックレモンバーム

オーガニッククローズマリー

オーガニックセイジ

オーガニックタイム

顆粒だし、いろいろ。店頭にあります！

TAC21

野菜でできた洋風だし 90g 648円

オーサワ

野菜ブイヨン 5g×8 389円

スカイフード

和風だし・食塩無添加 4g×8 454円

POD

和風だしの素/昆布・椎茸 5g×12 551円

POD

和風だしの素/かつお 5g×12 551円

オーサワ

中華だし 5g×8 409円

※1週間前までに、ご注文下さい

月・金曜のみ入荷

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 1512円

熟成ぬか床・容器無 1kg 594円

※補充用「熟成ぬか」は店頭あります

営業時間 月曜～金曜 朝10時～夜7時  
土曜・祝日 朝10時～夜6時  
定休日 日曜日

★6月から【日曜日】を定休日

とさせていただきました。よろしくお願いします。