

ふれあい食材宅配 4つの約束



国産 地産地消優先

JAグループならではの
日本全国のおいしい食材や
地産地消商品を
お届けします。

1

安心・安全

産地や製造方法に
こだわります。
食品添加物も
可能な限り
取り除いています。

2

栄養バランス

健康を考えた
バランスの良い
献立・レシピを
提案します。

3

選べて便利

生活スタイルやご予定に
ぴったりのコースを
お届け日ごとに
選べます。

4

JAのふれあい食材は「選べる」が
あなたの味方です!

お届けコースを選択

お申し込みコース以外の日毎のコース変更が可能です。「選択
申込書」に必要事項を記入し、締切日までに提出してください。

JAふれあいマルシェ

お好きな商品をお好きなだけお客様のご注文に合わせて
お届けします。月替りでご紹介する商品をご利用いただけます。

オプション商品

コース食材お届けに併せて牛乳・卵・豆腐などの日配品を
お届けします。牛乳など重くて買い物があつたくなりやすい
ときに宅配なら便利です。※お届け日は別チラシでご確認ください。

お問い合わせはJA食材センター
または ふれあいさんまで

アレルギー表示対象8大品目(卵・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)については、必ず実際の商品でご確認ください。※地域によって商品名、規格、温度等が異なりますのでご了承ください。※未加熱の豚肉商品は
中心部まで十分加熱してからお召し上がりください。※表示したエネルギー量(kcal)は100g当たりの目安です。※写真はイメージです。原料不漁や包材切替などの理由で、掲載の商品が変更となる場合がございますので、
ご了承ください。※商品には細心の注意を払っておりますが、原料由来などの理由で万が一異物混入など品質に不備がございましたら、ご登録の食材センターまでご連絡ください。※カット野菜は野菜の状況で掲載の内容が
変更となる場合がございます。ご了承ください。※掲載の価格は全農希望小売価格です。※注文書にご記入いただいた個人情報、食材宅配における商品サービスおよび代金決済確認等のために利用いたします。

【編集・発行】全国農業協同組合連合会 暮らし支援部 住所: 〒330-0063 埼玉県さいたま市浦和区高砂3-8-1 高砂ビル2F FAX: 048-833-1511

商品に関するご意見・ご感想・
お問い合わせ等はご登録の
食材センターまでご連絡ください。

埼玉県

●JA全農さいたま食材センター
☎049-223-0312 [FAX]049-223-0329

・JAさいたま・JAいるま野・JA埼玉中央
・JA埼玉ひびきの、JAふかや、JA埼玉岡部
・JAほくさい・JA南彩

☎049-226-6560 [FAX]049-223-0329

●JAくまがや
☎048-533-8181 [FAX]048-533-8999

茨城県

●美野里県域食材センター
☎029-297-6824 [FAX]029-297-6825

JA水戸 ☎029-254-9354
JA常陸(笠間地区) ☎0296-74-4717
JA新ひたち野(石岡地区) ☎0299-56-3100
JA新ひたち野(小川地区) ☎0299-58-5600
JA新ひたち野(美野里地区) ☎0299-48-1691
JAなめがたしおさい ☎0299-72-1881
JA稲敷 ☎029-892-6647
JA水郷つくば(竜ヶ崎地区) ☎0297-62-2211
JA水郷つくば(美浦地区) ☎029-885-0125
JAやさと ☎0299-57-1030

●水府県域食材センター
☎0294-70-5855 [FAX]0294-70-5856

JA常陸(太田地区)
JA常陸(大宮地区)
JA常陸東海資材センター ☎029-212-3339

●JA水郷つくば食材センター ☎029-827-1261

●筑西県域食材センター
☎0296-20-1081 [FAX]0296-20-1082

JA北つくば
JA常総ひかり ☎0296-49-6152
JA茨城むつみ ☎0280-33-3855
JA岩井 ☎0297-35-8332

●JA全農いばらき
☎029-292-4215 [FAX]029-292-8798
フリーダイヤル
☎0120-208-898(平日9:00~17:30)

JA全農
さいたまの
ウェブサイトは
こちら



JA全農
いばらきの
ウェブサイトは
こちら



組合員のみなさまへ



安心・安全・新鮮

October
2026 10

JAクッキングアドバイスブック【茨城・埼玉版】

ふれあい
Fureai



今月の
おすすめレシピ

10回目 調理コース

かぼちゃの
ポタージュパスタ

材料・
作り方は
こちら!



今月も
おすすめ食材が
いっぱい!



10月のお届け日

日	月	火	水	木	金	土
					休	休
4	5	6	7	8	9	10
11	12	休	14	15	16	17
18	19	20	21	22	休	休
25	26	27	28	29	30	31

●Aルート ●Bルート

10月のお休みは

1休・2金・3金・13金・23金・24金 です。

宅配回数
10回

調理コース

月額
22,800円(税込)
1回あたり(10回)
2,280円(税込)

簡短コース

月額
22,800円(税込)
1回あたり(10回)
2,280円(税込)

あじ鮮コース

月額
29,000円(税込)
1回あたり(10回)
2,900円(税込)

October 10
2026

ふれあい食材 おすすめ商品をご紹介します



調理コース



【茨城】
地産地消
おすすめ!

Aルート 10/5月 Bルート 10/6火

ローズポークウデスライス

ローズポークは茨城県が誇るブランド豚。茨城県の県花「バラ」にちなんで名付けられました。豚肉らしいコクのある濃い旨味をご賞味ください。



ふれあいさん
おすすめ!
水府食材センター
鈴木さん

Aルート 10/19月 Bルート 10/20火

冷凍さんま

脂ののったさんまを、香ばしく焼き上げればご飯がすすむ一品に! 塩焼き以外にも季節の野菜と炊込みご飯にしたり、竜田揚げなどにしてもおすすめです。



お客様
リクエスト
商品!

Aルート 10/30金 Bルート 10/31土

かぼちゃのポタージュ

かぼちゃの風味をいかしたスープに仕上げました。湯煎ですぐに召し上がれます。お好みで牛乳・豆乳などを加えて濃度を調節してください。ハロウィンの食卓にどうぞ!

簡短コース



【埼玉】
地産地消
おすすめ!

Aルート 10/14水 Bルート 10/15木

醤油ラーメン(埼玉県産小麦粉使用)

本醸造醤油をベースにした、ラードが決め手のシンプルなかき揚げの味の醤油ラーメンスープ。のど越しの良い埼玉県産小麦粉使用のちぢれ麺が相性ピッタリです。



お客様
リクエスト
商品!

Aルート 10/19月 Bルート 10/20火

無塩せきあらびきウインナー

歯応えの良い羊腸詰めのウインナー。「無塩せき(むえんせき)」とは、ハムやソーセージなどの製造工程において、亜硝酸ナトリウムなどの「発色剤」を使用せずに肉を塩漬ける製法のことです。



ふれあいさん
おすすめ!
清水さん

Aルート 10/21水 Bルート 10/22木

紅鮭切身(加塩)

脂はほどよく、くどさが少ないすっきりした旨味。鮭の赤い色素であるアスタキサンチンは、強力な抗酸化成分でビタミンEの100~1,000倍の抗酸化力があるとされ、体内の活性酸素を除去する働きに優れています。

あじ鮮コース



こだわり品

Aルート 10/5月 Bルート 10/6火

トマトソースで仕上げる ふっくら煮込みハンバーグ(きのこ入)

酸味をほとんど残したトマトソースと生ハンバーグのセットです。ソースにはしめじやエリンギがたっぷりはいっているので、残ったトマトソースを茹でパスタに絡めたり、ご飯・チーズを加えてリゾットにするのがおすすめです。



Aルート 10/28水 Bルート 10/29木

赤坂璃宮監修麻婆ソース

【赤坂璃宮】1996年に譚彦彬氏が創業し、現在は譚澤明がオーナーシェフとして活躍。赤坂本店・銀座に店舗を構え、スパイスや油をさりげなく控え、やさしく穏やかな味わいが特徴の日本を代表する広東料理の名店です。そんな有名店監修の麻婆ソースは国産の鶏ムネ肉のミンチ入り味噌ベースに豆板醤などを加えた深みとコクが楽しめます。豆腐以外にも茄子などと炒めても。



有名店
監修

October 10
2026

ふれあい食材を使った おすすめレシピ



このマークがついている
商品を使ったレシピを
紹介しています!

1回目
調理コース

食材お届け日

Aルート 10/5月 Bルート 10/6火



豚肉とれんこんの 甘辛炒め煮

1人分 399kcal 塩分 1.9g

使用する食材
ローズポークウデスライス

埼玉県産の銘柄豚、ローズポークのウデ肉をスライスしました。



調理時間 15分

3回目
調理コース

食材お届け日

Aルート 10/9金 Bルート 10/10土



ハンバーグと かぼちゃの煮物

1人分 442kcal 塩分 4.1g

使用する食材
とうふ入りハンバーグ

鶏肉と豚肉、玉ねぎに豆腐を加えたジューシーなハンバーグです。



調理時間 20分

5回目
調理コース

食材お届け日

Aルート 10/16金 Bルート 10/17土



麻婆大根

1人分 170kcal 塩分 2.3g

使用する食材
本格四川麻婆ソース

豆腐と煮るだけで、本格的な麻婆豆腐ができます。



調理時間 15分

5回目
あじ鮮コース

食材お届け日

Aルート 10/16金 Bルート 10/17土



サーモンハラス ねぎ塩炒め

1人分 762kcal 塩分 2.8g

使用する食材
定塩サーモンハラス

ノルウェー産のアトランティックサーモン(養殖)の脂ののったハラス部分をほど良い塩味に味付けしました。



調理時間 20分

9回目
あじ鮮コース

食材お届け日

Aルート 10/28水 Bルート 10/29木



赤魚ときのこの 南蛮漬け

1人分 470kcal 塩分 2.2g

使用する食材
骨取赤魚切身

ノルウェー産赤魚を骨取り加工し、調理に便利なサイズにしました。



調理時間 25分

10回目
調理コース

食材お届け日

Aルート 10/30金 Bルート 10/31土



かぼちゃの ポタージュパスタ

1人分 654kcal 塩分 2.1g

使用する食材
かぼちゃのポタージュ

かぼちゃの風味を活かしました。ハロウィンの食卓にどうぞ!!



調理時間 30分

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

ローズポーク
ウデスライス[200g] 冷凍埼玉県銘柄豚、ローズポークの
ウデ肉をスライスしました。

調理方法 焼物、炒め物等

[201kcal]

三田屋コロッケ[2個] 冷凍

冷めてもサクとした香ばしいおいしさが
味わえます。

調理方法 揚げ物調理

[165kcal]

天然わかめ[30g]

天然わかめ独特の甘味があり、歯ごたえのある
美味しいわかめです。

調理方法 塩抜き後、サラダ・和え物等

[24kcal]

選べる商品

⑦ タラ切身(無塩)[2切] 冷凍

無塩なのでお好みの調理方法でどうぞ。

調理方法 焼物、煮付け、汁物等

[76kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます

⑧ 国産若鶏ムネ肉[200g] 冷凍

調理方法 煮物、炒め物、揚げ物等

[145kcal]

⑨ 国産岩下の花らっきょう[40g]

歯切れの良い国産らっきょうの中から、小粒サイズのみを
厳選して漬けた甘らっきょうです。

[130kcal]

⑨⑩どちらか
1品選べます

⑩ めかぶ三升漬[40g] 冷凍

岩手県産のめかぶを刻み、ボイルした後に三升の調味液
(醤油、麴、唐辛子)で味付けしました。

[43kcal]

小麦

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

国産天然ぶり切身[2切] 冷凍

骨取り・無塩なので様々な料理に使えます。

調理方法 焼物、フライパン調理

[222kcal]

お肉の生餃子[8個] 冷凍

豚肉をたっぷり使用したジューシーな餡を
皮で包みました。

[211kcal]

黒酢もずく[80g×3] 冷凍

沖縄の海で育ったもずくを黒酢入り調味液で
まろやかに仕上げました。

調理方法 そのまま、きゅうり等と和えて

[28kcal]

小麦

選べる商品

⑦ 肉屋さんの
厚切り生姜焼き[200g] 冷凍国産豚も肉を厚めのスティックステーキサイズにカットし、
醤油だれに漬け込みました。

調理方法 カット野菜と炒めて

[199kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます⑧ ミナミカゴカマス
京風味噌漬[2切] 冷凍

脂のりの良い白身魚を、京風味噌に漬けました。

調理方法 フライパン調理

[205kcal]

⑨ カット野菜
(豚肉の生姜焼き用)[2人用]玉ねぎ、人参をセットしました。
カット野菜は地域対応商品です。

調理方法 ⑦と一緒に調理できます。

[37kcal]

⑨⑩どちらか
1品選べます⑩ 和風ツナ
クリームパスタ[70g×2] 冷凍

スパゲッティにツナ入り和風クリームソースを合わせました。

調理方法 レンジ調理

[149kcal]

乳 小麦

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

トマトソースで仕上げる ふっくら
煮込みハンバーグ(きのこ入)[2個] 冷凍

酸味をほどよく残したトマトソースと生ハンバーグのセットです。

調理方法 玉ねぎ等を加えて煮て

[119kcal]

オマール海老のビスク[200g] 冷凍

海老のうまみたっぷりのクリームベースで
なめらかで濃厚な味わいのスープです。

調理方法 湯煎

[97kcal]



北海道産 真だら切身(厚切り)[2切] 冷凍

無塩なのでお好みの調理方法でどうぞ。

調理方法 焼物、鍋物、ソテー等

[72kcal]

魚沼産肉厚椎茸入り 肉詰めいなり煮[2個] 冷凍

新潟県魚沼の豊富な伏流水を与えて育て上げた肉厚椎茸を
たっぷり入れたふんわりジューシーな肉詰めいなりです。

調理方法 湯煎

[141kcal]

小麦

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

シマホッケー夜干し切身[2切] 冷凍

アメリカ・ロシア産のしまほっけを切身加工し
塩水漬け後遠赤外線乾燥でふっくら干し
上げました。

調理方法 焼物

[178kcal]

キャベツ焼売[4個] 冷凍

豚肉をベースに大き目にカットしたキャベツを
混ぜ込み、ふんわり食感に仕上げました。

調理方法 レンジ調理

[135kcal]

味噌ラーメン

(埼玉県産小麦粉使用)[2食]

埼玉県産の小麦を使用したちぢれ麺が
にんにく・生姜の香る味噌スープと相性
ぴったりです。

[275kcal]

乳 小麦

選べる商品

⑦ 豚モモ肉の
スパイスステーキ[200g] 冷凍国産豚モモ肉を梨果汁につけて柔らかく仕上げ、こしょうを
効かせたタレで味付けしました。

調理方法 お好みの野菜を加えて炒めて

[194kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます⑧ 天然ぶりの
レモンペッパー[2切] 冷凍

国産の天然ぶりをレモンペッパー風味のオイルに漬け込みました。

調理方法 フライパン調理

[329kcal]

⑨ 国産ニラのもっちりチヂミ[4個] 冷凍

白身魚すり身をもっちりとした生地に仕上げ、えびとニラを
混ぜ込みました。

調理方法 レンジ調理

[128kcal]

⑨⑩どちらか
1品選べます

⑩ 濃い玉子とうふ[2個]

新潟五泉の天然水、出汁には枕崎産かつお節、利尻産昆布を
使用しています。

調理方法 添付のタレをかけて

[47kcal]

乳 小麦

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

ローズポーク
ももスライス[200g] 冷凍茨城県銘柄豚、ローズポークのもも肉を
スライスしました。

調理方法 焼物、炒め物、汁物等

レンジで簡単 厚切り
ポテトバター味[100g] 冷凍北海道産じゃがいもを厚切りにしバター味に
仕上げました。

調理方法 レンジ調理

小女子佃煮[40g] 冷凍

国産の小女子を生のまま炊きました。

[186kcal]

[276kcal]

小麦

選べる商品

⑦ イカ小切れの
チリソースセット[140g] 冷凍

イカ小切れと甘めのチリソースタレのセットです。

調理方法 カット野菜と炒めて

[109kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます

⑧ ささみのサクサク揚げ[150g] 冷凍

国産若鶏ささみをにんにくベースの味付けにし、カリッとした
衣に仕上げました。

調理方法 レンジ調理

[232kcal]

乳 小麦

⑨ カット野菜
(イカ小切れのチリソースセット用)[2人用]

チンゲン菜、しめじをセットしました。カット野菜は地域対応商品です。

調理方法 ⑦と一緒に調理できます。

[11kcal]

⑨⑩どちらか
1品選べます

⑩ チーズつくね[2個] 冷凍

鶏肉をベースにしたつくねにチーズを加えました。

調理方法 レンジ調理

[295kcal]

乳 小麦

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

銀ひらす 黒糖醤油漬(厚切り)[2切] 冷凍

脂のりの良い銀ひらすをすりごま入りの特製タレに漬込みました。

調理方法 焼物

[144kcal]

小麦

みやこや やわらかホルモン焼き[180g] 冷凍

新潟市に店舗展開している「やきとり みやこや」の人気メニュー
「ホルモン焼き」を家庭で楽しめるよう商品化しました。

調理方法 フライパン調理

[128kcal]



江戸べったら漬[1個]

国産大根を米こうじで甘く漬けました。

[54kcal]

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

とうふ入り
ハンバーグ[2個] 冷凍

鶏肉と豚肉、玉ねぎに豆腐を加えた
ジューシーなハンバーグです。
調理方法 焼いてお好みのソースをかけて

[219kcal]



国産鶏団子の
塩スープセット[180g] 冷凍

鶏肉団子とあっさりとした塩スープをセットしました。
調理方法 お好みの野菜を加えて煮て

[192kcal]

納豆[茨城:1連][埼玉:2コ]

※添付のタレは商品によって内容が変わります。
※アレルギー物質表示はお届けされた商品でご確認ください。
国産大豆を使用しました。納豆は地域対応
商品です。

[200kcal]

選べる商品

⑦ フライパンでつくる
イカ旨塩焼き[150g] 冷凍

小さくカットしたアカイカに塩タレを充填しました。お好みの
野菜を加えて炒めるだけの簡単調理。
調理方法 お好みの野菜を加えて炒めて

[86kcal]

⑧ ⑨どちらか
1品選べます

⑧ にんにく香る国産鶏肉の
醤油だれ焼き[150g] 冷凍

国産鶏ムネ肉を使用しにんにくがたっぷり入った醤油タレに
漬け込みました。
調理方法 お好みの野菜を加えて炒めて

[128kcal]

⑨ 北海道産野菜使用
ミックスベジタブル[250g] 冷凍

とうもろこし、たまねぎ、人参、いんげんを使用しています。
[64kcal]

⑩ ⑪どちらか
1品選べます

⑩ 淡雪はんぺん[4個]

淡雪のように白く、ふんわりとした食感とくちどけの良さが
特長のはんぺんです。
調理方法 サラダやおつまみ等

[89kcal]

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

フライパンで!骨取りさばの
カツレツ和風レモン風味[2枚] 冷凍

パン粉付けた骨取り国産さばとレモン
風味の和風タレのセットです。
調理方法 揚げ焼き後添付のタレを絡めて

[194kcal]

おさかなめんち揚げ[5枚]

玉ねぎの甘みが美味しいソフトで軽い食感の
揚げ蒲鉾です。
調理方法 そのまま、又は軽く温めて

[115kcal]

納豆[茨城:1連][埼玉:2コ]

※添付のタレは商品によって内容が変わります。
※アレルギー物質表示はお届けされた商品でご確認ください。
国産大豆を使用しました。納豆は地域対応
商品です。

[200kcal]

選べる商品

⑦ 牛丼の具[90g×2] 冷凍

真空低温調理で国産牛肉を柔らかく仕上げました。
お茶碗サイズ。
調理方法 湯煎

[176kcal]

⑧ ⑨どちらか
1品選べます

⑧ 銀ひらす切身(加塩)[2切] 冷凍

脂のりの良い白身魚です。
調理方法 焼物、フライパン調理

[151kcal]

⑨ カット野菜(サラダ用)[2人用]

キャベツ、グリーンリーフレタス、人参をセットしました。
カット野菜は地域対応商品です。
[24kcal]

⑩ ⑪どちらか
1品選べます

⑩ のり佃煮[40g] 冷凍

誰にでも食べ易い甘口に仕上げました。着色料、防腐剤は
使用しておりません。
[187kcal]

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

ローズポークローススライス[180g] 冷凍

茨城県の銘柄豚、ローズポークのロース肉をスライスしました。
調理方法 焼物、炒め物等

[248kcal]

いかさしそうめん[40g] 冷凍

鮮度の良い国産するめいかをそうめんのように細切りに
しました。
[90kcal]



本鮪入ネギトロ[100g] 冷凍

メバチ鮪のネギトロに天然本鮪を20%加えることで旨みをプラス
しました。
[225kcal]

淡路島産 玉ねぎの天ぷら[5枚]

淡路島産の玉ねぎを使用した甘みが美味しいさつま揚げです。
調理方法 そのまま、煮物等

[147kcal]

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

ミナミカゴカマス
味噌漬[2切] 冷凍

脂ののった原料を使用し、切身加工後に
味噌タレで味付けしました。
調理方法 フライパン調理

[166kcal]

釜あげしらす[30g] 冷凍

釜あげしらすは生のしらすを高温のお湯に
通したものです。
調理方法 解凍後そのまま、和え物等

[91kcal]

レンチン
一口コロッケ(野菜)[3個×2] 冷凍

人参、ほうれん草を加えた一口サイズの
コロッケです。お弁当にもぴったりサイズ。
調理方法 レンジ調理

[191kcal]

選べる商品

⑦ 国産豚肉のソテー
(たまねぎソース付き)[190g] 冷凍

国産豚肉を食べやすい厚さにカットし、醤油で下味を付け
ました。添付の玉ねぎたっぷりソースを絡めて。
調理方法 お好みの野菜を加えて炒めて

[175kcal]

⑧ ⑨どちらか
1品選べます

⑧ 赤魚半身[1枚] 冷凍

大型サイズの赤魚を使用しているため脂のりがよく、無塩
なのでお好みの調理方法でどうぞ。
調理方法 焼物、煮付け等

[105kcal]

⑨ 具沢山チャプチェ[150g] 冷凍

もちもち食感の春雨にもやし豚挽肉、人参等を加えごま油
香る甘辛味に仕上げました。
調理方法 お好みの野菜を加えて炒めて

[117kcal]

⑩ ⑪どちらか
1品選べます

⑩ 八宝菜の素[100g] 冷凍

国産のエリンギ、椎茸、舞茸の具材入りの八宝菜の素です。
季節の野菜で炒め合わせて下さい。
調理方法 お好みの野菜を加えて炒めて

[64kcal]

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

梨果汁で柔らかく 豚肉の
オニオンソテー[180g] 冷凍

たっぷりの玉ねぎが入ったタレに漬け込みました。
梨果汁によりお肉が柔らかく仕上がります。
調理方法 カット野菜と炒めて

[206kcal]

醤油ラーメン
(埼玉県産小麦粉使用)[2食]

ちぢれ麺に本醸造醤油をベースに
した、ラードが決めての醤油ラーメン
スープを合わせました。
[253kcal]

新潟産 なめ茸[60g]

新潟県産えのき茸を薄味に味付けしました。
調理方法 ご飯のお供や大根おろしに和えて

[36kcal]

選べる商品

⑦ まん丸ねぎとろ(たれ付)[2袋] 冷凍

めばちまぐろ・ピンチョウにまぐろ油を加えることによりふんわり
とした食感を楽しめます。
調理方法 解凍後ご飯にのせて

[167kcal]

⑧ ⑨どちらか
1品選べます

⑧ 国産若鶏ムネ肉[200g] 冷凍

調理方法 煮物、炒め物、揚げ物等

[145kcal]

⑨ カット野菜
(豚肉のオニオンソテー用)[2人用]

長ねぎ、えのき、人参をセットしました。カット野菜は地域対応
商品です。
[27kcal]

⑩ ⑪どちらか
1品選べます

⑩ 温泉たまご[2個]

黄身が半熟で食べやすい温泉たまごです。だしの効いた
添付のタレをかけて召し上がり下さい。
[138kcal]

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

野菜と炒める豚肉の甘辛焼き
(ローズポーク使用)[200g] 冷凍

ローズポークのウデ肉を甘辛醤油味のおいしいタレで仕込みました。
調理方法 炒め物等

[177kcal]

国産野菜かき揚げ(海老いか)[2枚] 冷凍

玉ねぎ、春菊等にえび、いかを合わせ、サクサク食感のかき揚げに
仕上げました。うどん・そばと一緒にどうぞ。
調理方法 レンジ調理

[205kcal]

埼玉産小麦 地粉うどん[300g]

埼玉県産小麦粉を使用した細めの生麺です。
[284kcal]

瀬戸内海産 ばら海苔[12g]

瀬戸内海産の原料を使用。香り高い磯の風味が
楽しめます。
調理方法 そのまま、汁物や麺にトッピングして

[188kcal]



調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

ローズポーク

ローズスライス[180g] 冷凍

茨城県の銘柄豚、ローズポークのローズ肉をスライスしました。

調理方法 焼物、炒め物等

[248kcal]

本格四川麻婆ソース[180g]

豆腐と煮るだけで、本格的な麻婆豆腐がで上がりします。

調理方法 豆腐と合わせて



小袋

きぬ豆腐[1丁]

※アレルギー物質表示はお届けされた商品でご確認ください。
国産大豆を使用しました。豆腐は地域対応商品です。

[72kcal]

選べる商品

⑦ 国産かますのバジルソテー[2枚] 冷凍

国産のかますを、1尾1尾丁寧に手開きし、中骨をとりバジル入りの塩水に漬けて、伊豆の太陽の下で天日干しにしました。

調理方法 フライパン調理

[148kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます

⑧ 国産鶏肉(ひとくちソテー用)[150g] 冷凍

国産鶏むね肉を使いやすいよう、一枚一枚丁寧にそぎ切りました。

調理方法 焼物、炒め物等

[133kcal]

⑧ 国産若鶏の和風ミニ生つくね[160g] 冷凍

若鶏ムネ肉のミンチに、人参や野沢菜などの野菜を加え、ゆずの風味を効かせました。

調理方法 フライパン調理

[127kcal]

⑧⑨どちらか
1品選べます

⑨ 国産生田舎そば[2食]

国産そば粉と小麦粉で練り上げました。

[274kcal]

小袋

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

骨取りカレイのムニエル[160g] 冷凍

骨取りカレイ切身に味付けをし、粉をまぶしました。

調理方法 フライパン調理

[117kcal]

茨城地粉 きしめん[430g]

茨城県産小麦粉「きぬの波」使用のもちもち食感の茹できしめんです。

調理方法 鶏肩小肉、カット野菜と一緒に煮込んで

[151kcal]

きぬ豆腐[1丁]

※アレルギー物質表示はお届けされた商品でご確認ください。
国産大豆を使用しました。豆腐は地域対応商品です。

[72kcal]

小袋

選べる商品

⑦ 国産鶏肩小肉(ひとくちカット)[150g] 冷凍

調理方法 焼物、炒め物、汁物等

[133kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます

⑧ さんまフライ[2枚] 冷凍

国内水揚げのさんまを食べやすいように中骨と腹骨を取り除き、パン粉付けしました。

調理方法 揚げ焼き

[171kcal]

小袋

⑧ みんなのやさいけんちん汁・豚汁用[300g]

下ゆで済みのだいこん、にんじん、ごぼうのセットです。

[25kcal]

(共通商品)と一緒に調理できます。

⑧⑨どちらか
1品選べます

⑨ サラダのプロがつくったポテトサラダ[110g]

北海道で栽培されたサラダに適したじゃがいも「さやか」を使用。

[178kcal]

小袋

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

ローズポーク

バラスライス[200g] 冷凍

茨城県の銘柄豚、ローズポークのバラ肉をスライスしました。

調理方法 焼物、炒め物等

[366kcal]

定塩サーモン

ハラス[300g] 冷凍

ノルウェー産のアトランティックサーモン(養殖)の脂ののったハラス部分をほど良い塩味に味付けしました。

調理方法 焼物

[370kcal]



冷凍さんま[2尾] 冷凍

北海道沖で漁獲された新鮮なさんまを生のまま冷凍しました。

調理方法 焼物、煮付け等

[287kcal]

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

冷凍さんま[2尾] 冷凍

宮城県女川港に水揚げされた新鮮なさんまを生のまま冷凍しました。

調理方法 焼物、煮付け等

[297kcal]

マカロニグラタン[2個] 冷凍

マカロニをたっぷり入れたクリーミーなグラタンです。

調理方法 レンジ調理

[124kcal]

国産ごぼうの甘辛揚げ[100g] 冷凍

国産のごぼうを甘辛の調味液で味付けし、衣をつけて揚げました。

調理方法 レンジ調理

[180kcal]

小袋

選べる商品

⑦ 肉春巻[4本] 冷凍

豚肉は粗挽き肉を使用し、食感が出るように仕上げました。

調理方法 揚物調理

[148kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます

⑧ ほたてシューマイ[4個] 冷凍

北海道産のタラすり身に、北海道産のホタテをたっぷり加えしゅうまいの皮で包み、蒸しました。

調理方法 レンジ調理

[152kcal]

小袋

⑧ てりやきヘルシーハンバーグ[2個] 冷凍

鶏肉とお豆腐を使って作ったヘルシーなハンバーグです。

調理方法 湯煎

[95kcal]

⑧⑨どちらか
1品選べます

⑨ 短冊あられ[40g]

すり身を薄く加工し、砂糖・水あめ等で味付けした昔ながらの懐かしい佃煮です。

調理方法 そのまま

[340kcal]

小袋

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

照り焼きチキン[200g] 冷凍

大きくカットした国産鶏モモ肉を、照り焼きのタレに漬け込みました。

調理方法 カット野菜と炒めて

[204kcal]

無塩せき

あらびきウィンナー[85g]

発色剤、リン酸塩等の食品添加物不使用。

調理方法 炒め物、汁物等

[282kcal]

しょうがフレーク[100g]

細かいフレーク状にした国産しょうがの辛みがアクセントの漬物です。お肉と炒めても。

調理方法 ご飯のお供、おにぎりの具等

[48kcal]

小袋

選べる商品

⑦ フライパンでできるいわし蒲焼用(たれ付)[210g] 冷凍

真いわしを三枚に卸し、腹骨を取り、小麦粉をまぶしました。

調理方法 焼いて添付のタレを絡めて

[177kcal]

⑦⑧どちらか
1品選べます

⑧ 国産豚小間切[180g] 冷凍

調理方法 炒め物等

[201kcal]

⑧ カット野菜(照り焼きチキン用)[2人用]

玉ねぎ、ピーマン、人参をセットしました。カット野菜は地域対応商品です。

[34kcal]

(共通商品)と一緒に調理できます。

⑧⑨どちらか
1品選べます

⑨ 国産野菜のナムル[80g] 冷凍

国産野菜を使用した味付ナムルの4種(ピリ辛豆もやし、にんじんと大根のなます、しいたけ煮、ほうれん草のおひたし)盛り合わせです。

調理方法 そのまま

[127kcal]

小袋

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

新潟タレカツセット[160g] 冷凍

薄めのトンカツと甘醤油タレのセット。卵でとじないタレカツは新潟のB級グルメです。お茶碗サイズ。

調理方法 揚げ焼き

[173kcal]

小袋

ジャンボ餃子[6個] 冷凍

もちもちとした皮で食べ応えのある1個40gの大きな餃子です。

[197kcal]

小袋

真あじ開き銘茶干し[2枚] 冷凍

大きな国産真あじを静岡茶の煎出液を使った漬汁に漬け、再度粉末茶で仕上げることでふっくら仕上げました。

調理方法 焼物

[168kcal]

肉焼売[6個] 冷凍

豚肉ベースのジューシーな餡を皮で包み仕上げました。

調理方法 レンジ調理

[191kcal]

小袋

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

国産豚小間切れ[200g]

〈精肉は地域対応商品です。温度帯はお届けされた商品でご確認ください。〉

調理方法 煮物、炒め物等

[221kcal]

もちもち揚げ[4枚]

やわらかくもちもちした新食感のさつま揚げです。

調理方法 そのまま、煮物等

[124kcal]

もめん豆腐[1丁]

国産大豆を使用しました。豆腐は地域対応商品です。

[72kcal]

※アレルギー物質表示は
お届けされた商品で
ご確認ください。

選べる商品

⑦ 紅鮭切身(加塩)[2切] 冷凍

程良い塩味で紅鮭の旨みを引き出しました。

調理方法 焼物、ソテー、ムニエル等

[146kcal]

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑧ チャーシュー丼の具[2袋] 冷凍

低温真空調理で柔らかく仕上げたチャーシューに玉ねぎを加えて丼用の具にしました。お茶碗サイズ。

調理方法 湯煎

[169kcal]

小麦

⑧ ミニねぶた漬[30g×2] 冷凍

青森の郷土料理。数の子、スルメ、昆布と大根、きゅうりの醤油漬です。

調理方法 解凍後、そのままご飯にのせて

[102kcal]

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑨ 真昆布のり黒酢仕立て[40g] 冷凍

北海道産の真昆布を削り節にして、愛知県産のひとえぐと合わせて炊き上げました。

調理方法 解凍後、そのままご飯にのせて

[156kcal]

小麦

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

塩さんま[2尾] 冷凍

北海道～三陸沖で漁獲された旬のさんまの頭と内臓を取り塩水漬けにし、ほどよい塩味をつけました。

調理方法 焼物、フライパン調理

[250kcal]

ひじき白和えの素[25g]

豆腐と混ぜるだけで簡単に白和えが作れます。

調理方法 豆腐と合わせて

[280kcal]

もめん豆腐[1丁]

国産大豆を使用しました。豆腐は地域対応商品です。

[72kcal]

※アレルギー物質表示は
お届けされた商品で
ご確認ください。

選べる商品

⑦ 和風ハンバーグ[2個] 冷凍

豚肉ベースのハンバーグに、大根おろしを使用した和風ソースを合わせました。

調理方法 湯煎

[194kcal]

1品選べます
⑦⑧どちらか⑧ 氷温熟成骨取り
さば生姜醤油煮[2切] 冷凍

骨取りした国産さばを生姜を効かせた醤油タレで味付けしました。

調理方法 湯煎

[172kcal]

小麦

⑧ 北海道十勝産
スイートコーン[200g] 冷凍

[99kcal]

(A)と一緒に調理できます。

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑨ おじゃがまる[6個入]

北海道産のじゃがいもをふんだんに使用し、じゃがいものホクホクとした食感を味わえる揚げ蒲鉾です。

調理方法 そのまま、又は軽く温めて

[153kcal]

小麦

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

赤坂璃宮監修 麻婆ソース[150g] 冷凍

国産の鶏ムネ肉のミンチ入り味噌ベースに豆板醤などを加えた深みとコクのある麻婆ソースです。

調理方法 豆腐を加え炒めて

[223kcal]



越の鶏肩小肉のふっくら旨塩焼き[300g] 冷凍

新潟県産のブランド鶏、越の鶏の肩小肉を一口サイズにカットし、高知県室戸の塩を使用したタレに漬け込みました。

調理方法 お好みの野菜を加え炒めて

[128kcal]

小麦

骨取赤魚切身[360g] 冷凍

ノルウェー産赤魚を骨取り加工し、調理に便利なサイズにしました。

調理方法 焼物、揚げ物、ソテー等

[105kcal]



もめん豆腐[1丁]

国産大豆を使用しました。豆腐は地域対応商品です。

[72kcal]

※アレルギー物質表示は
お届けされた商品で
ご確認ください。

調理コース【バラエティコース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

九州産 真あじ開き
天日干し[2枚] 冷凍

国産の真アジを職人が一枚一枚丹精込めて開き、塩水に漬け込み干し上げました。

調理方法 焼物

[125kcal]

かぼちゃの
ポタージュ[200g] 冷凍

かぼちゃの風味を活かしました。

調理方法 湯煎

[58kcal]

マカロニの
ホワイトソース[70g×2] 冷凍

マカロニ、たまねぎ、にんじん、とうもろこしをホワイトソースで和えて彩り良く仕上げました。

調理方法 湯煎

[131kcal]

乳 小麦

選べる商品

⑦ とうもろこしソースハンバーグ[2個] 冷凍

国産豚肉と国産牛脂を使用したコクのあるハンバーグにトマトソースを合わせました。

調理方法 湯煎

[201kcal]

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑧ 銀ひらす切身[2切] 冷凍

脂のりの良い白身魚です。

調理方法 焼物、煮付け、ムニエル等

[153kcal]

⑧ サラダチキン切落し[92g]

カットされているのですぐに使えて便利です。

調理方法 サラダ等

[123kcal]

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑨ 煮込ちくわ[2本]

しっかりとした食感のぼたん焼きちくわです。

調理方法 そのまま、煮物、炒め物等

[143kcal]

乳 小麦

簡短コース【簡単調理コース】

[商品を選択しない場合は⑦・⑧のセットでお届けします]

共通商品

野菜を加える!鶏肉の
回鍋肉風炒め[150g] 冷凍

国産鶏肉を香ばしい回鍋肉風のタレで味付けしました。

調理方法 カット野菜と炒めて

[144kcal]

小麦

北海道産 栗かぼちゃの
ひとくちコロッケ[4個×2] 冷凍

レンジまたはトースターで温めるだけでサクサクの食感を楽しめる油調理済みのひとくちサイズのかぼちゃコロッケです。

調理方法 レンジ調理

[244kcal]

小麦

天然わかめ[40g]

岩手県産の天然わかめです。

調理方法 塩抜き後和え物、汁物等

[24kcal]

選べる商品

⑦ 赤いか細切り[160g] 冷凍

ペルー産アカイカを細切りしました。

調理方法 炒め物、煮物等

[81kcal]

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑧ 国産鶏肉(ささみ)[200g] 冷凍

調理方法 炒め物、揚げ物等

[98kcal]

⑧ カット野菜
(回鍋肉用)[2人用]

キャベツ、人参、ピーマンをセットしました。カット野菜は地域対応商品です。

[26kcal]

(共通商品)と一緒に調理できます。

1品選べます
⑦⑧どちらか

⑨ 北海道産 金時豆[70g] 冷凍

北海道産の金時豆をじっくり煮込み、甘くなりすぎないように、あっさり仕上げました。自然解凍でも。

[127kcal]

あじ鮮コース【こだわり商品コース】

国産豚モモスライス[200g] 冷凍

国産豚モモ肉のスライスです。

調理方法 煮物、炒め物等

[225kcal]

氷温甘塩サバ切身(国産)[2切] 冷凍

調理方法 焼物、煮付け等

[140kcal]

常磐産 メヒカリ[180g] 冷凍

常磐沖で獲れるメヒカリは脂のりが良く、柔らかな身質でさっぱりとしています。

調理方法 焼物、揚げ物等

[93kcal]

十六雑穀と七野菜の肉団子(甘酢あん)[2袋] 冷凍

16種類の雑穀と7種類の国産野菜を使用した肉団子を甘酢あんと合わせました。

調理方法 湯煎

[164kcal]

乳 小麦



和楽コース

月額
1ヶ月
14,800円
(税込)

おいしい!

かんたん!

使い
やすい!

かんたん調理で、おいしい
おひとりさま分のコースです。

A ルート お届け日 10/5月

冷凍 乳 小麦 カロリー 59kcal 塩分 0.5g
ホキ香草焼 (60g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 18kcal 塩分 0.4g
そばろ大根 (70g)
凍ったまま5分湯煎で温めて。

冷凍 卵 小麦 カロリー 160kcal 塩分 0.8g
鶏肉のピカタ (80g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 54kcal 塩分 1.0g
人参とコーンのバター炒め (70g)
凍ったまま3分湯煎で温めて。

冷凍 カロリー 27kcal 塩分 0.7g
釜あげしらす (30g)
解凍後、そのままどうぞ。

A ルート お届け日 10/7水

冷凍 小麦 カロリー 95kcal 塩分 0.4g
サワラ照焼 (55g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 83kcal 塩分 0.7g
小籠包 (2個)
凍ったままお皿に並べ、水少々、ラップをして500W3分レンジで温めて。

冷凍 小麦 カロリー 124kcal 塩分 0.9g
彩り酢豚 (80g)
凍ったまま3分湯煎で温めて。

冷凍 卵 乳 小麦 カロリー 207kcal 塩分 0.6g
チーズつくね (2個)
凍ったままお皿にのせ、500W3分レンジで温めて。

電子レンジ カロリー 18kcal 塩分 0.0g
カット野菜(サラダ用) (1人用)
そのままどうぞ。カット野菜は地域対応商品です。

A ルート お届け日 10/9金

冷凍 卵 乳 小麦 カロリー 160kcal 塩分 1.7g
タラの田楽風 (70g)
凍ったまま6分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 167kcal 塩分 1.2g
麩の揚げ煮 (4個)
凍ったまま2分湯煎で温めて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 141kcal 塩分 1.6g
鶏から揚げのおろし和え (80g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

卵 小麦 カロリー 31kcal 塩分 0.8g
玉子とうふ (3個)
そのままどうぞ。

A ルート お届け日 10/14水

冷凍 小麦 カロリー 142kcal 塩分 1.4g
イワシ梅煮 (2切)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 74kcal 塩分 1.3g
国産ひじき煮 (70g)
解凍後、そのままどうぞ。

冷凍 卵 乳 小麦 カロリー 157kcal 塩分 0.6g
ホワイトソースハンバーグ (80g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 105kcal 塩分 0.4g
香るバジルソースパスタ (70g)
凍ったまま4分湯煎で温めて。

電子レンジ カロリー 10kcal 塩分 0.0g
カット野菜(サラダ用) (1人用)
そのままどうぞ。カット野菜は地域対応商品です。

A ルート お届け日 10/16金

冷凍 カロリー 46kcal 塩分 0.4g
ほっけの昆布藻塩焼き (45g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 えび カロリー 98kcal 塩分 0.5g
XO醤入り 五目まんじゅう (2個)
凍ったままお皿にのせ、水少々、ラップをかけて500W3分レンジで温めて。

冷凍 卵 小麦 カロリー 152kcal 塩分 1.0g
鶏肉のケチャップ焼 (80g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 58kcal 塩分 0.5g
かぼちゃのポタージュ (100g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

電子レンジ カロリー 78kcal 塩分 0.0g
きぬ豆腐 (120g)
そのままどうぞ。豆腐は地域対応商品です。

A ルート お届け日 10/19月

冷凍 卵 乳 小麦 カロリー 248kcal 塩分 2.5g
おかずセット
(豚肉と大根の旨煮) (1食)
凍ったまま500W4分レンジで温めて。

電子レンジ 冷凍 カロリー 139kcal 塩分 1.1g
ブリ塩焼 (55g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 66kcal 塩分 0.6g
根菜さんぴら (70g)
凍ったまま5分湯煎で温めて。

A ルート お届け日 10/21水

冷凍 小麦 カロリー 43kcal 塩分 0.2g
メヌケの白醬油焼き (45g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 249kcal 塩分 0.7g
サクッもちっ 国産里いもコロッケ (2個)
凍ったままキッチンペーパーを敷いたお皿にのせ、ラップをせずに500W1分30秒レンジで温めて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 135kcal 塩分 0.5g
鶏肉のクリームシチュー (100g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

電子レンジ カロリー 31kcal 塩分 1.4g
いつものおみそ汁小松菜 (1袋)
お湯160ccをそそいで。

お湯を注ぐ カロリー 83kcal 塩分 0.5g
納豆 (1パック)
※タレは食品によって内容が変わります。
※アレルギー物質表示はお届けされた商品で
ご確認ください。
国産大豆を使用しました。納豆は地域対応商品です。

A ルート お届け日 10/26月

冷凍 小麦 カロリー 94kcal 塩分 0.7g
赤魚生姜煮 (80g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 卵 乳 小麦 カロリー 118kcal 塩分 0.6g
ひとくちチキン南蛮(タルタル入り) (2個)
凍ったままお皿にのせ、ラップをせずに600W40秒レンジで温めて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 119kcal 塩分 0.6g
キーマカレー (100g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

電子レンジ カロリー 91kcal 塩分 2.6g
岩下の梅しそ大根 (120g)
そのままどうぞ。

冷凍 乳 小麦 カロリー 143kcal 塩分 0.6g
ほうれん草の白和え (70g)
解凍後、そのままどうぞ。

A ルート お届け日 10/28水

冷凍 小麦 カロリー 95kcal 塩分 0.2g
まん丸ねぎとろ丼(イカ入り)(たれ付) (50g)
解凍後、ご飯にのせてタレをかけて。

冷凍 乳 小麦 カロリー 135kcal 塩分 0.8g
野菜の胡麻和え (70g)
解凍後、そのままどうぞ。

冷凍 小麦 カロリー 241kcal 塩分 0.3g
鶏肉の甘辛揚げ (80g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

電子レンジ 冷凍 小麦 カロリー 8kcal 塩分 0.5g
ミニカップ味付もずく (2個)
解凍後、そのままどうぞ。

冷凍 乳 小麦 カロリー 224kcal 塩分 0.3g
オールドファッションチョコ (1個)
解凍後、そのままどうぞ。

A ルート お届け日 10/30金

冷凍 小麦 カロリー 99kcal 塩分 0.8g
アジおろし煮 (80g)
凍ったまま10分湯煎で温めて。

冷凍 小麦 カロリー 99kcal 塩分 0.1g
4種の国産野菜 野菜かき揚げ (1個)
解凍後、そのままどうぞ。

冷凍 小麦 カロリー 135kcal 塩分 1.2g
国産ミニ豚丼の具 (80g)
凍ったまま7分湯煎で温めて。

電子レンジ 冷凍 小麦 カロリー 85kcal 塩分 0.2g
車麩煮付け (70g)
凍ったまま5分湯煎で温めて。

電子レンジ カロリー 14kcal 塩分 0.0g
カット野菜(サラダ用) (1人用)
そのままどうぞ。カット野菜は地域対応商品です。