

# 2024 3 onlyone menu

オンリーワンメニュー

**お届け日**

Aコース ♣️ 4日 ♥️ 11日 ♠️ 18日 ♦️ 25日

Bコース ♣️ 5日 ♥️ 12日 ♠️ 19日 ♦️ 26日

**締め切り日 2/15**

**記入例**  
オンリーワンメニュー表に注文数量を記入してお客様控えにお願いします

## お肉セット

※写真は全てイメージです。

<p><b>1</b> ♣️ <b>2,619円</b>税込</p> <p>麓山高原豚ももスライス 250g</p> <p>麓山高原豚挽肉 250g</p> <p>国産豚肩ロース塩こうじ焼き 300g</p> <p>国産若鶏の梅しそ竜田 8個(200g)</p>	<p><b>2</b> ♥️ <b>2,720円</b>税込</p> <p>麓山高原豚バラスライス 250g</p> <p>国産鶏もも肉 250g×2</p> <p>やわらかモモトンカツ 180g(2枚)</p> <p>野菜と炒める中華風肉味噌 110g×2</p>
<p><b>3</b> ♠️ <b>2,658円</b>税込</p> <p>麓山高原豚ローススライス 250g</p> <p>麓山高原豚ももスライス 250g</p> <p>みつせ鶏ふくら肉だんごの甘酢炒め 220g</p> <p>きたあかりの道産牛コロッケ 90g(2個入り)</p>	<p><b>4</b> ♦️ <b>2,874円</b>税込</p> <p>麓山高原豚バラスライス 250g</p> <p>麓山高原豚肩切落とし 250g</p> <p>カットチキステーキ(塩味) 300g(6枚)</p> <p>デミタソースハンバーグ(湯煎) 220g(110g×2)</p>

## お魚セット

※写真は全てイメージです。

<p><b>5</b> ♣️ <b>2,555円</b>税込</p> <p>氷温造り塩さば切身 2切</p> <p>鮭三五八漬 2切</p> <p>もっちり黄肌鮪切り落とし 200g</p> <p>レンジで簡単 たらの甘辛竜田揚げ(骨取り) 200g</p>	<p><b>6</b> ♥️ <b>2,627円</b>税込</p> <p>氷温造りシルバー切身 2切</p> <p>焼き利尻昆布漬赤魚 1枚</p> <p>海鮮あんかけ丼の具 140g×2</p> <p>天然エビフライ 4尾</p>
<p><b>7</b> ♠️ <b>2,539円</b>税込</p> <p>北海縞ほっけ半身 1枚</p> <p>真あじ開き天日干し 2枚</p> <p>まぐろたたき(粗びき仕立て) 200g</p> <p>秋鮭のハニーマスタードソース 200g</p>	<p><b>8</b> ♦️ <b>2,788円</b>税込</p> <p>銀さわら切身 2切</p> <p>さば文化干し 2枚</p> <p>海老と三つ葉のとろろ蒸し 176g(8個)</p> <p>たこ唐揚げ 150g</p> <p>しらす干し 60g</p>

## 精肉コーナー

※写真は全てイメージです。

<p><b>9</b> ♣️ <b>1,661円</b>税込</p> <p>福島県産和牛ももスライス 150g</p> <p><b>10</b> ♠️ <b>2,214円</b>税込</p> <p>和牛ももスライス 200g</p>	<p><b>11</b> ♣️ <b>674円</b>税込</p> <p>麓山高原豚ローススライス 150g</p> <p><b>12</b> ♠️ <b>1,124円</b>税込</p> <p>豚バラスライス 250g</p>
<p><b>13</b> ♣️ <b>530円</b>税込</p> <p>麓山高原豚バラスライス 150g</p> <p><b>14</b> ♠️ <b>885円</b>税込</p> <p>豚バラスライス 250g</p>	<p><b>15</b> ♣️ <b>426円</b>税込</p> <p>麓山高原豚ももスライス 150g</p> <p><b>16</b> ♠️ <b>708円</b>税込</p> <p>豚ももスライス 250g</p>
<p><b>17</b> ♣️ <b>405円</b>税込</p> <p>麓山高原豚肩切落とし 150g</p> <p><b>18</b> ♠️ <b>675円</b>税込</p> <p>豚肩切落とし 250g</p>	<p><b>19</b> ♥️ <b>307円</b>税込</p> <p>麓山高原豚挽肉 150g</p> <p><b>20</b> ♠️ <b>512円</b>税込</p> <p>豚挽肉 250g</p>
<p><b>21</b> ♣️ <b>373円</b>税込</p> <p>国産鶏もも肉 200g</p> <p><b>22</b> ♠️ <b>932円</b>税込</p> <p>鶏もも肉 250g×2</p>	<p><b>23</b> ♣️ <b>265円</b>税込</p> <p>国産鶏むね肉 200g</p> <p><b>24</b> ♠️ <b>662円</b>税込</p> <p>鶏むね肉 250g×2</p>

## 魚・切身コーナー

※写真は全てイメージです。

<p><b>25</b> ♣️ <b>540円</b>税込</p> <p>銀さわら切身 2切</p>	<p><b>26</b> ♠️ <b>431円</b>税込</p> <p>北海縞ほっけ半身 1枚</p>	<p><b>27</b> ♥️ <b>451円</b>税込</p> <p>氷温造り塩さば切身 2切</p>	<p><b>28</b> ♦️ <b>573円</b>税込</p> <p>目鯛切身 2切</p>
<p><b>29</b> ♣️ <b>454円</b>税込</p> <p>氷温造りシルバー切身 2切</p>	<p><b>30</b> ♥️ <b>484円</b>税込</p> <p>鮭三五八漬 2切</p>	<p><b>31</b> ♠️ <b>643円</b>税込</p> <p>さば文化干し 2枚</p>	<p><b>32</b> ♦️ <b>675円</b>税込</p> <p>焼き利尻昆布漬赤魚 1枚</p>
<p><b>33</b> ♣️ <b>540円</b>税込</p> <p>銀さわら会津天白白虎味噌漬 2切</p>	<p><b>34</b> ♥️ <b>578円</b>税込</p> <p>氷温造りさばの梅煮 200g(100g×2)</p>	<p><b>35</b> ♠️ <b>571円</b>税込</p> <p>真あじ開き天日干し 2枚</p>	<p><b>36</b> ♦️ <b>549円</b>税込</p> <p>子持ちししゃも 200g</p>
<p><b>37</b> ♣️ <b>843円</b>税込</p> <p>もっちり黄肌鮪切り落とし 200g</p>	<p><b>38</b> ♥️ <b>760円</b>税込</p> <p>まぐろたたき(粗びき仕立て) 200g</p>	<p><b>39</b> ♠️ <b>505円</b>税込</p> <p>いわし味噌煮 2尾</p>	<p><b>40</b> ♦️ <b>588円</b>税込</p> <p>フライパンでできるいか下足 西京味噌焼き 140g</p>

**ご注文方法**

- ①オンリーワンメニュー表からほしい物を選びます
- ②注文書に記入します
  - お届け日を決める。※月4回選べます
  - ほしい商品に数量を記入。
  - 注文金額が10,000円(税込)以上になっているか確認しましょう。
  - ※ひと月に10,000円(税込)未満のご注文の場合は宅配料をいただきます(宅配料=880円(税込))
- ③注文書を締め切り日までに食材センターふれあいさんへ渡しましょう(オンリーワンメニュー表に記載)
  - ※締め切り後の追加注文につきましてはその都度、ふれあいさんまたはお近くのJA食材センターまでお問い合わせ下さい。

お届けする商品の調理方法です

電子レンジ トースター 湯煎 炒める 煮る 焼く 揚げる そのまま 炊飯 解凍

お届けする商品の温度帯です

冷蔵 冷凍 常温

※アレルギー表示対象食品(小麦・そば・卵・乳・落花生・えび・かに・くるみ)を含む場合、各商品の最後に記載しています。最終的には必ず実際の商品でご確認ください。 ※写真はイメージです。原料不潔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、お近くの食材センターまでご連絡ください。 ※未加熱の鮮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。 ※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。 ※価格はすべて税込価格です。 ※本チラシに掲載の価格は、例えJAライフクリエイト福島の希望小売価格です。 ※お問い合わせは各JAの支店・食材センターまで。



41 国産豚肩ロース塩こうじ焼き 300g **929円** 冷凍

# おかずコーナー

※写真は全てイメージです。

42 デミタソースハンバーグ(湯煎) 220g(110g×2) **520円** 冷凍

43 やわらかモモンカツ 180g(2枚) **422円** 冷凍

44 国産鶏トロ(背肉)塩焼き(ゆず風味) 200g **473円** 冷凍

45 みつせ鶏ふっくら肉だんごの甘酢炒め 220g **562円** 冷凍

46 鶏手羽元のあぶり焼き 6個入り **727円** 冷凍

47 カットチキステーキ(塩味) 300g(6枚) **794円** 冷凍

48 チキンナゲット 220g **660円** 冷凍

49 肉シュウマイ 210g(6個) **481円** 冷凍

50 天然エビフライ 4尾 **873円** 冷凍

51 プレーンオムレツ 6個 **474円** 冷凍

52 豚もつ煮込み(国産豚使用) 200g **330円** 冷蔵

53 レンジで簡単エビマヨ 105g(6尾) **581円** 冷凍

54 しらす干し 60g **524円** 冷凍

55 野菜と炒める中華風味味噌 110g×2 **481円** 冷凍

56 カレービーフン 180g×2 **825円** 冷凍

57 国産ごぼうの甘辛揚げ 110g **393円** 冷凍

58 レンジで白身魚フライ 180g **589円** 冷凍

59 揚げずに丸ごと一口海老フライ 90g **586円** 冷凍

60 豆腐で仕上げる親子煮の素 160g×2 **622円** 冷凍

61 たこ唐揚げ 150g **486円** 冷凍

62 海鮮あんかけ丼の具 140g×2 **625円** 冷凍

63 きたあかりの道産牛コロッケ 90g(2個入り) **264円** 冷凍

64 国産豚角煮ちまき 320g(4個入り) **1,571円** 冷凍

65 レンジでえびチリソース 170g **638円** 冷凍

66 北海道産切昆布煮 140g **422円** 冷蔵

67 たこキャベツメンチカツ 240g(6個) **589円** 冷凍

68 レンジで簡単 たらの甘辛竜田揚げ(骨取り) 200g **777円** 冷凍

69 秋鮭のハニーマスタードソース 200g **777円** 冷凍

70 海老と三つ葉のとろろ蒸し 176g(8個) **595円** 冷凍

71 もずくのもっちり天ぷら 160g(4個) **632円** 冷凍

72 ジャがチーズ春巻(北海道十勝産チーズ) 72g(4個入り) **268円** 冷凍

73 中華パリ皮春巻 140g(4個入り) **405円** 冷凍

74 国産若鶏の梅しそ竜田 8個(200g) **470円** 冷凍

75 北海道いももち 200g(8個入り) **416円** 冷凍

76 ひとくち肉団子てりやきソース(湯煎) 100g **292円** 冷凍

77 鶏そぼろ信田 100g(2個) **366円** 冷凍

78 チーズつくね 140g(35g×4個) **324円** 冷凍

79 ひじきの煮物 130g **302円** 常温

80 焼小籠包 25g×6個 **424円** 冷凍

81 えびフリッター 200g **827円** 冷凍

82 冷凍伊勢うどんつゆ付 3食 **802円** 冷凍

83 十勝めむる皮つきフライぽてと 300g **383円** 冷蔵

84 生炊きしらうお佃煮 70g **708円** 冷蔵

85 わさび昆布 90g **329円** 冷蔵

86 国産のりつくだ煮 105g **329円** 冷蔵

87 ラー油昆布 90g **329円** 冷蔵

88 黒酢ごぼう 150g **329円** 冷蔵

89 直火焼 カレールー(中辛) 1袋(170g) **384円** 常温

90 直火焼 銀のクリームシチュールー 1袋(150g) **355円** 常温

91 直火焼 ハヤシルー 1袋(110g) **338円** 常温

92 ザク旨 国産おかず生姜 130g **384円** 常温

93 おかず味噌ねぎ 100g **314円** 常温

94 ふきのとう味噌 100g **314円** 常温

95 会津産立川ごぼう醤油糀漬 70g **471円** 常温

96 しじみ生煮 120g **422円** 冷蔵

# 日配品・野菜コーナー

※写真は全てイメージです。

97 味付いなり 1袋(5枚入り×2) **247円** 冷蔵

98 北の大豆納豆(大粒) 2人 1p **139円** 冷蔵

99 北の大豆納豆(小粒) 2人 1p **139円** 冷蔵

100 東北そだち国産もめん(2個分け) 1p **168円** 冷蔵

101 東北そだち国産きぬ 2個分け) 1p **168円** 冷蔵

102 都路村の朝【鶏卵】 10個 **394円** 冷蔵

103 じゃがいも 5個 **449円** 常温

104 にんじん 5本 **675円** 常温

105 玉ねぎ 5個 **525円** 常温

# デザートコーナー

※写真は全てイメージです。

106 北海道小麦の窯焼きチョコレートパイ 1個 **1,221円** 冷凍

107 北海道レーズンバターサンド(プレーン) 6個 **1,614円** 冷凍

108 ぐず桜こしあん 300g(6個入り) **643円** 冷凍