

千葉の組合員だけにお届けする ワクワク♪食卓新提案♪

2025年3月3回(D週)

パルシステム千葉
pal-system

注文回収日 3月10日(月)~3月14日(金)

商品配達日 3月24日(月)~3月28日(金)

翌々週お届け

Pal's Dining

パルズ ダイニング

パルズダイニングはパルシステム千葉の
組合員限定のカタログです。

オンラインパル・注文専用アプリには掲載していませんが
注文番号をご入力いただければ注文が可能です。

水谷商店

水揚げ後、
急速冷凍しました
生ならではの食感と
磯の香りを
お楽しみください

生

103497 冷凍

水谷商店 駿河湾産生桜えび 85g

980円(税込1,058円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】え 89kcal/100g
※パッケージデザインが変わりました。原材料に変更はありません。

〈水谷商店〉新静岡



とれたてを
さつとゆで上げ
一層コクが出た、
おいしい釜揚げ
桜えびです

103501 冷凍

水谷商店 駿河湾産釜揚げ桜えび 75g

980円(税込1,058円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】え 91kcal/100g
※ご家庭の冷蔵庫は温度変化が大きいため、賞味期限にかかわらずお早めにお召し上がりください。

〈水谷商店〉新静岡

笑顔こぼれる 春色 メニュー

- みず
- わらび
- ふき
- 根まがり筍

国産のふきのとうを
信州みそとブレンド
あったかいごはんのせて、
香りとともに
お楽しみください

103535 GMO不分別

ふき味噌 140g

518円(税込559円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】麦 豆 142kcal/100g

秋田県で収穫した
山菜を使って
風味豊かに仕上げた
炊き込みごはんの素



〈調理例〉

103519 GMO不分別 2合用

秋田県産天然
山菜ごはんの素 200g

特別価格 460円(税込497円)

【賞味期間】150日 【アレルギー】麦 豆 80kcal/200g



〈鈴木青果問屋〉秋田

おにぎりの具に!



〈調理例〉



〈盛りつけ例〉 〈須坂食品工業〉長野野



食べやすい
ひと口サイズ

国産小麦・桜葉使用
桜の風味とほんのり
塩気のある桜あんが
春を感じさせる
ミニドーナツ

103543 GMO不分別

ミニ桜あんドーナツ 10個

418円(税込451円)

【賞味期間】20日 【アレルギー】卵 麦 66kcal/1粒
※賞味期間が短いため、届いたら早めにお召し上がりください。
※原料価格の高騰により、値上げしました。

〈盛りつけ例〉

1個の大きさ:
直径 約4cm・
高さ 約2.5cm



〈こまつ製菓〉埼玉

〈調理例〉



秋田県産もち玄米を使った香ばしいおもち
よもぎを練り込んだ、
見た目にもあざやかな
おもち

103527

よもぎ玄米切りもち 270g(6個)

420円(税込454円)

【賞味期間】365日 96kcal/1個(45g)

個包装入



〈秋田白玉工業〉秋田

ご好評につき! 追加募集のご案内

パルグリーンファーム「直営農場とれたて便」

「パルグリーンファーム」は、2012年にパルシステム千葉が農業生産法人として立ち上げた「直営農場」です。農薬や化学肥料に頼らず、土づくりにこだわったビタミン・ミネラル分の多い野菜づくりにチャレンジしています。栽培基準は「エコ・チャレンジ」以上。生産量に限りがあるため、登録制でお届けします! 詳しくは8ページをご覧ください



P3「職員がお気に入り商品の紹介」 P5「ごはんがすすむおそうざい」

国産菜の花を使用
春らしい色合いの混ぜごはんの素



〈サンエー〉徳長野

2合用 2~3人前

103586 GMO不分別

菜の花入り
混ぜごはんの素 120g

500円(税込540円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (え) (か) (く) 44kcal/5.2g/120g



〈調理例〉

国産
菜の花
ぶなしめじ
高菜
水菜
人参
えりんぎ

香り豊かな国産舞茸を使った
炊き込みごはんの素です



〈会津物産〉郡福島

2合用

103578 GMO不分別

舞茸の炊き込み
ご飯の素 155g

600円(税込648円)

【賞味期間】150日 【アレルギー】麦 豆 28kcal/2.8g/100g



〈調理例〉

おにぎりや
お弁当にも!

おいしい千葉をお届けします

農業生産法人 株式会社 いっぷく堂
温めてふわとろ食感を
楽しんでも、解凍して
シャーベット感覚でも
濃い甘さが味わえる
焼き芋です



〈農業生産法人 いっぷく堂〉郡千葉

132641 冷凍

紅はるかの焼き芋
いっぷく堂のはるかさん 300g

648円(税込700円)

【賞味期間】180日 127kcal/0.1g/100g



シャーベットで
どうぞ!

〈盛りつけ例〉

千葉産
紅はるか
香取産
使用



〈農業生産法人 いっぷく堂〉郡千葉

132659

紅はるかの干し芋
いっぷく堂のはるかさん
わけありパック 300g

1,150円(税込1,242円)

【賞味期間】90日 303kcal/100g



〈盛りつけ例〉

紅はるか特有の
しっとりした食感と
濃厚な甘さ、
スイーツ感覚で
食べられる干し芋です

南房総の温暖な気候で育った
茎の太い菜の花を食感よくゆで上げて
急速冷凍しました



〈寿食品〉郡千葉

132632 冷凍

房総産湯通し 菜の花 250g

500円(税込540円)

【賞味期間】720日 39kcal/100g



〈調理例〉

下ごしらえの
手間いらず!

千葉産
原料使用



天ぷらも
おすすめです!

〈調理例〉

肉厚でコリコリとした食感のきくらげです

千葉県旭市産
乾燥きくらげ

132667

スライス 20g

498円
(税込538円)

132675

ブロック 16g

398円
(税込430円)

【賞味期間】730日 171kcal/0.1g/100g



〈協和電機工業〉郡千葉



〈協和電機工業〉郡千葉



〈水戻し後イメージ〉

千葉産
原料使用

千葉県旭市産きくらげ使用

千葉県で水揚げされたさばを
まろやかな酸味に口あたりよく
仕上げました



〈つかさ食品〉郡千葉

132543 冷凍 GMOにNO!

千葉のあぶり
しめさば 1枚100g

420円(税込454円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 豆 339kcal/1.6g/100g

※原料価格の高騰により、次回から値上げします。

千葉産
原料使用

魚醬に漬け込んでから西京風調味味噌に
漬け込んでいるため、しっかり味が
しみています



〈つかさ食品〉郡千葉

132551 冷凍 GMO不分別

真いわし西京漬 4-6枚200g

398円(税込430円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】豆 151kcal/0.9g/100g

※原料価格の高騰により、次回から値上げします。

千葉産
原料使用

次回以降
値上げ

国産のかつお節とかたくちいわしをブレンド
しっとり食感で、おにぎりや
サラダにおすすめ!



〈盛りつけ例〉

103756 GMO不分別

かつおちりめん 35g

350円(税込378円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (え) (か) 234kcal/9.1g/100g

千葉産
原料使用

次回以降
値上げ

〈オオバタ〉郡広島

これ食べてみて
袋を開けた瞬間から、しその良い香りが“ふわぁ〜”と漂います。しそふりかけといえは、みなさん味の想像ができると思いますが、こちらのふりかけは、しその味がしっかり濃くて、塩気とのバランスがバッチリ! たっぷりごはんには混ぜ込んで、おにぎりにして頬張りたいたふりかけです。



パルズダイニング編集担当 木本のおすすめ!
奈良県産の有機しそを食塩と有機梅酢のみに漬け込み風味豊かに仕上げましたワンランク上の赤しそふりかけです

これ飲んでみて
黒豆きな粉の風味が香ばしく、ほんのり甘いおいしいプロテイン。大豆の栄養を丸ごといただけるのもうれしいポイントです。こだわりの素材で作られているので家族のからだづくりに安心◎冷たい飲み物にも溶けやすいですよ!

103888 有機しそフレーク 30g
500円(税込540円) 【賞味期間】365日 145kcal(54.3g/100g)
〈調理例〉

チャックシール付
〈深見梅店〉産和歌山

103870 国産有機まるごと大豆プロテイン 深煎り黒豆 280g
2,700円(税込2,916円)
〈イメージ〉

国産有機JAS認証取得のソイプロテイン
〈オフコ〉産岡山
【賞味期間】365日 【アレルギー】豆 88kcal(0.2g/20g) ※水や牛乳120ccに対して、本品20gをよく混ぜてお飲みください。溶けにくい場合はシェイカーをお使いください。

かむとうまみがあふれ出す備長炭で手焼きした歯ごたえのある炭火焼!
宮崎県産親鶏モモ肉使用

103993 鶏もも炭火焼 140g
440円(税込475円)
【賞味期間】180日 210kcal(2.1g/100g)

電子レンジ ポイル
〈宮崎エヌフーズ〉産宮崎

九州産みつせ鶏のもも肉・むね肉をピリリとアクセントのある柚子胡椒だれに漬け込みました柚子胡椒のさわやかな塩味が食欲をそそります
国産青柚子・青唐辛子、四国産柚子果皮使用

132527 冷凍 国産みつせ鶏 柚子胡椒焼き 180g
548円(税込592円)
【賞味期間】366日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) 163kcal(1.0g/100g)

フライパン
〈ヨコオ〉産佐賀

彩りや食感もよく使いやすい! 山形県月山の水で仕込んだ国産山菜の水煮です
おそばにもぴったり!

103764 国産深山山溪 山菜ミックス 100g
420円(税込454円)
【賞味期間】150日 13kcal/100g

国産 わらび みずなめこ えのき茸
〈やまぜん食品〉産山形

8分搗きにすることで麦の甘み、食物繊維を残した国産もち麦
プチプチもちもち!

103772 これぞ日本のもち麦 媛もち麦 324g (18g×18袋)
800円(税込864円)
【賞味期間】365日 【アレルギー】(豆) 58kcal/1袋 (18g)

分タイプ
〈加戸米販〉産静岡

特別栽培米を使用したふっくら仕上げの白がゆ
おなかにやさしい!

103781 10袋入 特別栽培米魚沼白がゆ 250g×10入
1,900円(税込2,052円)
【賞味期間】550日 【アレルギー】(卵) (麦) (豆) 89kcal/1人前 (250g) ※原料価格の高騰により、次回から値上げします。

新潟県南魚沼市産 コシヒカリ使用
約1.5年 製造年月日からの日数です。
次回以降 値上げ
約24.4cm 約19.8cm 約12.8cm
〈たいまつ食品〉産新潟

とろみを含んだ粘りと、シャキッとした食感を同時に楽しめます
宮城県石巻産あかもく使用

132624 冷凍 宮城産あかもく 100g
298円(税込322円)
【賞味期間】180日 【アレルギー】(え) (か) 14kcal(0.3g/100g)

酢の物に うどんに入れたり納豆とからめて食べてもおいしい!
みそ汁に
〈盛りつけ例〉
チャックシール付
〈龍口商産〉産宮城

Organic Frozen Fruits
オーガニック冷凍フルーツ
豊かな大地で、有機栽培された摘みためた果実を新鮮なまま瞬間冷凍しました。

アイスに、スムージーに、ドリンクに!

103900 冷凍 オーガニックブルーベリー 150g
570円(税込616円)
【賞味期間】720日 【アレルギー】(麦) 49kcal/100g

103918 冷凍 オーガニックミックスベリー 200g
660円(税込713円)
【賞味期間】720日 【アレルギー】(麦) 44kcal/100g ※原料価格の高騰により、値上げしました。

濃厚な色合いで風味のよい、有機ブルーベリーです。
色あざやかで、香りと甘みの強いストロベリー、ブルーベリー、ラズベリーをミックスしました。
〈フリゴ〉産大阪

国産のかつおを煮熟し骨を抜き、表面をあぶって仕上げた、土佐名産の生節です
「サラダフィッシュ」としてもおすすめ!

103861 かつお生節 1本
445円(税込481円)
【賞味期間】180日 141kcal(0.3g/100g)

酢の物に
マヨディップにつけて
〈竹内商店〉産高知

株式会社
飛鳥食品

本場中国の家庭の味を
お届けします

つなぎに大根を使用して
ふんわりジューシーに仕上げました
「和豚もちぶた」のうまみが
口の中に広がります



〈飛鳥食品〉徳東京
電子レンジ 蒸す
103926 冷凍 GMO
にNO!

飛鳥の肉シュウマイ

180g(12個入り)

408円(税込441円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (え) (か)
187kcal/100g

電子レンジ調理!
蒸すとさらにおいしい!

和豚もちぶた使用

国産たらのすり身にえび、
玉ねぎを加えた、ふっくらやわらかな、
やさしい味わいのシュウマイです



〈飛鳥食品〉徳東京
電子レンジ 蒸す
103934 冷凍 GMO
にNO!

飛鳥のえびシューマイ

180g(12個入り)

525円(税込567円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 え (卵) (乳) (か) (豆)
161kcal/100g ※えびはベトナム産

「和豚もちぶた」と
えびのうまみがきいたあんを
コシのある皮で包みました



〈飛鳥食品〉徳東京
フライパン ボイル
103942 冷凍 GMO
にNO!

飛鳥の水餃子 250g(15個入り)

460円(税込497円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 え 豆 (卵) (乳) (か)
216kcal/100g

和豚もちぶた使用

国産豚肉で作ったキーマカレーを包みました
スパイスと具材のうまみを
しっかり感じる春巻です



〈飛鳥食品〉徳東京
フライパン
103951 冷凍 GMO
にNO!

飛鳥のフライパンで
キーマ春巻 150g(6本入り)

445円(税込481円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】乳 麦 豆 (卵) (え) (か)
182kcal/100g

茨城県産の原木しいたけが
主役のしいたけまん



〈調理例〉
電子レンジ 蒸す
103969 冷凍 GMO
不分別

森のめぐみ
原木しいたけまん

260g(2個入り)

568円(税込613円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】乳 麦 豆 (卵)
(え) (か) 276kcal/1.1g/1個(130g)

茨城県産しいたけ・
国産豚肉使用

大ぶりのぷりぷり
原木しいたけが
ぎっしり!

高菜の風味にコリコリとした食感の
ザーサイときくらげがよく合います



〈盛りつけ例〉
103721 GMO
不分別

高菜・きくらげ・
ザーサイの中華三昧 100g

400円(税込432円)

【賞味期間】150日 【アレルギー】麦 豆 113kcal/4.3g/100g

国産高菜・きくらげ・
ザーサイ使用

チャーハン、おむすび、
ラーメンの具材に!
さまざまな料理に
使えます。

甘みのある国産長ねぎ約3本分を
斜め切りし、乾燥させました



〈盛りつけ例〉
132608

国産乾燥ねぎ 25g

398円(税込430円)

【賞味期間】180日 34kcal/100g

みそ汁に
ぴったり!

そのままみそ汁や
うどん、ラーメン、
炒め物などに!

チャックシール付



大好評!
たっぷり使える
徳用サイズ

これ1本でさまざまな
お酢料理が簡単に!



国産米酢とりんご酢に、
利尻昆布とかつおからとった
一番だしを合わせて、
バランスのよいまろやかな
お酢に仕上げました

酵母エキス等エキス類 不使用

〈調理例〉
103799 360ml
470円(税込508円)

103802 徳用 900ml

900円(税込972円)

【賞味期間】365日
20kcal/0.7g/大さじ1杯(15ml)

どんぶりに入れて熱湯を注ぐだけで
手軽に食べられる、国産ひきわり
納豆が入ったおそばです



4袋入
103811 GMO
にNO!

どんぶり麺
ひきわり納豆そば

81.5g(めん65g)×4袋
880円(税込950円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 そ 豆
378kcal/4.8g(めん・かやく0.6g、スープ4.2g)/1食(81.5g)

国産小麦粉・
そば粉使用

〈トニー食品〉徳岐阜

国産しょうがの風味と
うまみをきかせた
特製だれで
じっくり煮込んだ
山形牛のしぐれ煮

ごはんがすすむおそうざい

国産大豆を使用した
手作りのゆばを
一つひとつ、
ていねいに巻き上げました

〈盛りつけ例〉

103551 GMO
不分別

山形牛
牛しぐれ煮 160g

988円 (税込1,067円)

【賞味期間】90日 【アレルギー】麦 豆 238kcal④1.7g/100g



ごはん
の
の
っ
け
て
!

〈調理例〉

〔山形ミートランド〕@山形

〈調理例〉

蒸す

103641 冷凍 GMO
iNOI

日光たぐりゆば 8個入

1,000円 (税込1,080円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】豆 366kcal/100g



〔日光食品〕@栃木

国産の金目鯛を、特製だれで煮付けた
味わい深い一品です

〈調理例〉

ポイル

103667 冷凍 GMO
不分別

金目鯛姿煮 300g(たれ込み)

880円 (税込950円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】麦 豆 158kcal④1.1g/100g ※魚の骨には注意してお召し上がりください。



〔けんこう村〕@宮城

子持ちのカレイを
特製しょうゆだれで
煮付けました

〈調理例〉

ポイル

103659 冷凍 GMO
不分別

子持ちカレイ煮付 2切 (250g)

620円 (税込670円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】麦 豆 146kcal④0.8g/100g ※魚の骨には注意してお召し上がりください。



〔けんこう村〕@宮城

株式会社 千田佐市商店

八郎潟産わかさぎを
二度揚げし、みそだれで
味付けしました

秋田県八郎潟産わかさぎ使用

〈盛りつけ例〉

103713 GMO
不分別

わかさぎ唐揚 85g

750円 (税込810円)

【賞味期間】60日 【アレルギー】麦 豆 489kcal④1.8g/100g



〔千田佐市商店〕@秋田

国産の孟宗筍を風味豊かに
歯ごたえよく仕上げました

シャキッと
食感!

和の膳
WAZOZEN

〈盛りつけ例〉

103594 GMO
不分別

国産味付メンマ 95g

480円 (税込518円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 (卵) (乳) (え) (か) (く) 92kcal④2.4g/95g



〔サンエー〕@長野

やわらかい紀州南高梅を
食塩、りんご酢、梅酢で
漬けました

うす塩味

塩分
約8%

〈盛りつけ例〉

103683

素朴な紀州南高梅 200g

880円 (税込950円)

【賞味期間】180日 63kcal④8.4g/可食部100g



〔芝田商店〕@和歌山

さまざまな料理にも使いやすい
半切れの有明海産海苔です

わけあって **お得!!**
キズや小穴などがあり
ますが、味は通常品と
変わらない有明海産海
苔です。

〈盛りつけ例〉

132616

ワケあり有明海産
焼のり半切れ

板のり16枚 (2切8枚×4袋)

1,050円 (税込1,134円)

【賞味期間】300日 【アレルギー】(麦) (え) (か) (豆) 3kcal/2切1枚 (1.5g)



〔吉田屋海苔〕@福岡

肉厚で歯ごたえのよい
カットわかめです

カット済で
使いやすい!

三陸産わかめ使用

〈盛りつけ例〉

103675

カットわかめ 55g

980円 (税込1,058円)

【賞味期間】300日 【アレルギー】(え) (か) 148kcal④21.6g/100g



チャックシール付



〔富士國物産〕@宮城

宮城県蔵王町産のいちじくを使用した
やさしい味わいの甘露煮です



宮城県蔵王町産いちじく使用

〈盛りつけ例〉

目安個数：8～11個

103616 GMO
蔵王いちじく甘露煮 200g
800円 (税込864円)
【賞味期間】180日 338kcal/1パック200g

〈福一〉蔵宮城

やわらかな口あたりと、
ほどよい甘さの銘菓



元祖 日昇堂

包装してお届けします

〈盛りつけ例〉

103624 GMO
きぬにしき 12個
1,100円 (税込1,188円) 直径約6.5cm

【賞味期間】90日 【アレルギー】卵 乳 麦 豆 (<) 325kcal/個0.2g/100g

約24cm 約28.5cm

個包装入

〈日昇堂〉蔵板木

北海道産小豆のつぶあんを
国産うるち米を使用したもちで包み、職人の手で
ひとつずつ丁寧に笹の葉でくるみました



〈盛りつけ例〉

1個:約55g(笹葉含めず)

132535 冷凍 GMO
笹だんご 5個
930円 (税込1,004円)
【賞味期間】180日 245kcal/個0.1g/100g

〈ゆのたに〉蔵新潟

国産小麦粉と国産米粉をブレンドした
ミョウバン不使用の生地
北海道産小豆のあんを包んだミニ鯛焼きです



〈調理例〉

電子レンジのみ

103977 冷凍 GMO
ミニタイヤキ 300g(10個入)
720円 (税込778円)
【賞味期間】365日 【アレルギー】麦 (卵)
乳 (豆) 69kcal/個0.2g/1個 (30g)

〈ハマセイ〉蔵神奈川

さわやかなよもぎの香りを
楽しめるおはぎです



自然解凍
するだけ!

北海道十勝産小豆使用

〈盛りつけ例〉

132501 冷凍 GMO
和の職人
よもぎおはぎ 4個
481円 (税込519円)
【賞味期間】180日 254kcal/個0.1g/100g

〈ゆのたに〉蔵新潟

～お茶の里山 静岡・清水吉原～

自園・自製茶販売

五村上園

村上園のお茶は、昭和49年より、栽培
期間中農薬・化学肥料を使用しており
ません。BMW技術を取り入れた農法
(B:バクテリア、M:ミネラル、W:天
然水)を導入し、堆肥、活性水を利用し
た土づくりにこだわり栽培しています。
2006年には全圃場で有機認証取得。資
材にも遺伝子組換えの物の混入を防ぐ
ため分別生産流通管理を行い、環境に
やさしい安心、安全な農産物を生産し
ています。ぜひ一度お試しください。

〈ぜひHPもご覧ください〉

村上園 静岡 検索

〈村上園〉蔵静岡

店主の「ひとことコラム」
お茶の時間

村上園 二代目
村上倫久さん

お茶にこだわる方には1ランク上のお茶を!

甘みとすっきり感のバランスがよく、
口あたりもまろやかです。

水出し煎茶で
すっきりとした
うまみを味わう

〈イメージ〉

103691 JAS
村上園の
有機煎茶 200g
2,030円
(税込2,192円)
【賞味期間】365日

村上園の有機煎茶

湯温を気にせず
抽出できる
普段使いに
おすすめです!

最盛期に収穫し、味・
香りのバランスがよい
お茶です。常用として
お使いください。

103705
村上園の
有機煎茶
200g
1,210円
(税込1,307円)
【賞味期間】365日

村上園の有機煎茶

有機粉末緑茶

お湯を注いで溶かすだけ
手軽にどこでも楽しめるお茶
マグカップ使い切りサイズ

132586 20本入 JAS
有機粉末緑茶
スティックタイプ
16g (0.8g×20本)
580円
(税込626円)
【賞味期間】365日

チャックシール付

有機粉末緑茶

村上園の使いやすいティーバッグ

ほうじ茶はカフェイン含有が
少ないのが特長。熱いお湯で
抽出して飲むのがおすすめです

チャックシール付

132560
ほうじ茶
ティーバッグ
75g (2.5g×30袋)
662円
(税込715円)
【賞味期間】365日

ほうじ茶

一番茶を使用しているため、
お湯の温度によって
さまざまな味が楽しめます

チャックシール付

132578
緑茶
ティーバッグ
75g (2.5g×30袋)
810円
(税込875円)
【賞味期間】365日

緑茶

一番茶のみを使用した、独特の甘みと香り
サラッとした口あたりが楽しめるくき茶です

煎茶を製造する過程で出てくるくき部分を、やや強
めの焙煎でいねいに仕上げたのが「くき茶」です。
比較的熱い温度のお湯でもうまみ成分が溶け出すた
め、抽出温度も気にせずお使い
いただけます。

〈イメージ〉

132594 JAS
有機くき茶 200g
1,105円 (税込1,193円)
【賞味期間】365日

有機くき茶

春の訪れと有機茶栽培について①

ようやく春らしさを感じる季節になりました。
お茶の新芽も芽吹き始め、新茶の季節に向
けて、日に日に忙しさが増してきます。

さて、近ごろ市場では輸出をはじめ有機栽培
のお茶に関心が高まっています。消費者のみな
さんや茶商の方々からも質問をいただくこと
が増えてきました。今回は、有機栽培の方法やその
考え方について、私なりに伝えたいと思います。

一般的には、お茶は葉っぱを収穫する植物な
ので肥培管理(ひばいかり)では主に窒素成分
を中心に一年間の設計を行います。窒素を多く
含む肥料は魚粉や穀物、肉かすなどさまざま
ですが、これら有機物は圃場に散布されたあと、分
解されてアミノ酸から窒素成分に変わります。
ところが、これを毎年大量散布し続けると、徐々
に圃場のミネラルバランスが狂い始めます。

→4月2回に続きます。お楽しみに!

ふんわりとした食感の生地に
さつまいもがたっぷり入った
素朴な味わいの蒸しパンです



国産小麦・さつまいも使用

〈調理例〉

電子レンジ 蒸す

103896 冷凍 GMO (I・NO)

さつまいも蒸しパン

180g(6個) 390円(税込421円)

〈美勢商事〉◎長野

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 乳 麦 (え) (か) 254kcal◎0.4g/100g
※商品には欠けているように見える割れが入る場合があります。

甘さひかえめに仕上げた秋田伝統菓子
秋田諸越です



個包装入

〈宮田製菓〉◎秋田

103748 GMO (不分別)

十和田八幡平諸越

190g(個包装込み)

420円(税込454円)

【賞味期間】365日 396kcal/100g

◎もろこしとは 砂糖と煎り小豆粉だけで作られた秋田銘菓です。一説によると、その昔、秋田藩主への献上菓子として献上した際、藩主より、これは諸々の菓子を超えていくまで、とお褒めのお言葉をいただいたことから「もろこし」と呼ばれるようになったそうです。

社会福祉法人
オリーブの樹



〈製造工程の様子〉

「社会に甘えるのではなく、自分自身の力で自立の道を切り開いて行く」、このことがオリーブハウスに培われたスピリットです。オリーブは「命の樹」をあらわし、障がい者が社会の中で力強く生き抜くことを応援します。素材と味にこだわって作っています。ぜひお試しください。

オレンジピールのさわやかな香りが
お口に広がるパウンドケーキです



〈社会福祉法人 オリーブの樹〉◎千葉

132705 GMO (不分別)

オレンジケーキ 1個

600円(税込648円)

【賞味期間】31日
【アレルギー】卵 乳 麦 豆
890kcal◎0.2g/1個



〈盛りつけ例〉

千葉県産小麦使用

千葉県産原料使用

メーカーさんのいちおしPOINT!

生地作りの工程はすべて製造員が手作業で行っており、一つひとつ丁寧に焼き上げています。生地の中にはオレンジピールがたっぷり!香りまでおいしいオレンジパウンドケーキができました。

社会福祉法人オリーブの樹 クッキー班 菊地 俊之さん

千葉県産小麦を使用した手作りクッキーです

千葉県産原料使用



ミックス 定番人気



ソルトバター バタークッキーに塩味を加えました



パタースコッチ くるみ入りのパリッとした食感



レモンサブレ レモン果汁を加えたさくさくクッキー



チョコチップ サクサクした食感でお子さまに人気



ゴマ 白ごまたっぷり和風味



132683 GMO (不分別) オリーブクッキー

3P入り① 750円(税込810円)

〈共通〉【賞味期間】30日 【アレルギー】ミックス12枚:卵 乳 麦 334kcal/1袋、ソルトバター12枚:卵 乳 麦 297kcal◎0.5g/1袋、パタースコッチ50g:卵 乳 麦 < 231kcal◎0.7g/1袋、レモンサブレ40g:卵 乳 麦 197kcal/1袋、チョコチップ55g:卵 乳 麦 豆 270kcal◎0.7g/1袋、ゴマ12枚:卵 乳 麦 317kcal◎0.1g/1袋

〈社会福祉法人 オリーブの樹〉◎千葉

132691 GMO (不分別) オリーブクッキー

3P入り② 750円(税込810円)



〈盛りつけ例〉

103632 GMO (不分別)

黒酢入りすこんぶ 50g

500円(税込540円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】乳 (卵) (麦) (え) (か) 253kcal◎3.3g/100g

本製品には、はちみつを使用していますので、1歳未満の乳児には与えないでください。

北海道産根昆布を
鹿児島県産
熟成玄米黒酢を加えた
酢で味付けしました

チャックシール付



〈三幸産業〉◎広島

お待たせしました! 久しぶりの登場です!

有機玄米プラス



103853 GMO (I・NO)

黒胡麻 40g

103837 GMO (I・NO)

キヌア&チアシード 40g

103845 GMO (I・NO)

めかぶ 40g

各250円(税込270円)

〈共通〉【賞味期間】180日 黒胡麻:【アレルギー】豆 (卵) (乳) (麦) (え) (か) 176kcal◎0.6g/1袋(40g)、キヌア&チアシード:【アレルギー】豆 (卵) (乳) (麦) (え) (か) 152kcal◎0.6g/1袋(40g)、めかぶ:【アレルギー】豆 (卵) (乳) (麦) (え) (か) 151kcal◎0.7g/1袋(40g)

〈アリモト〉◎兵庫



黒胡麻

めかぶ

キヌア&チアシード

チャックシール付

チャックシール付

チャックシール付

国産の有機玄米を栄養価の高い米ぬかごと使用したカラダにうれしいおせんべい

北海道産根昆布を炊き上げ、和歌山県産梅肉を練りこみました
ほどよい酸味のソフト飴です



〈盛りつけ例〉

103608 GMO (不分別) 約30個

ソフト根こんぶ飴うめ 130g(個装紙込み)

400円(税込432円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】豆 346kcal◎1.5g/100g

個包装入



〈ヤスイ食品〉◎愛知

ゴーダチーズを生地に練り込んだ、
ほどよい塩味に仕上げた
クラッカーです



〈盛りつけ例〉

103730 GMO (不分別)

ブレイククラッカー (チーズ味) 2枚×25個

520円(税込562円)

【賞味期間】150日 【アレルギー】乳 麦 豆 (卵) (落) (え) (か) 21kcal◎0.1g/1個(2枚)

◎マイナット◎岐阜

国産小麦使用

個包装入

士別産大豆、米麴を使った、この時期だけの天然醸造みそをお届けします



しべつのうえん
農事組合法人 士別農園

士別農園は、旭川より北に位置し、1年の寒暖の差が非常に大きいという土地の特徴を生かして農作物を生産しています。パルシステム千葉の組合員に30年以上前からお届けしている「しべつみそ」。「おみそはこれ!」と言う組合員も多い人気商品。手作り約1年かけてじっくり熟成させた風味豊かなおみそです。

しべつみそ 冷蔵 GMOにNO!

132713 1kg

880円 (税込950円)

132721 2kg

1,590円 (税込1,717円)

【賞味期間】365日
【アレルギー】豆
158kcal/11.7g/100g
【次回予定】4月3回



士別農園産大豆・米麴使用

注意
しべつみそは麹菌が生きています。常温では発酵しますので必ず冷蔵庫へ!!



国産キャベツとこめ油で揚げた「あげ玉」の食感が楽しめる、プチサイズのお好み焼きです



〈SD食品〉節奈良
電子レンジのみ

132519 冷凍 GMOにNO!

プチお好み焼 豚玉

250g (5枚入り)

特別価格 360円 (税込389円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】卵 麦 (乳) (え)
238kcal/0.2g/100g ※直径約8cm



宮崎県都城市産らっきょうをじっくり乳酸発酵させ、壺仕込みの米酢でさっぱりと漬け込みました



〈盛りつけ例〉

103829

宮崎県産 上沖らっきよ 100g

420円 (税込454円)

【賞味期間】120日 126kcal/2.1g/100g



具材をしっかりソテーした、昔ながらのナポリタン



〈昭和ミート〉節静岡
電子レンジ ボイル

103985 冷凍 GMOにNO!

お母さんのナポリタン

250g×4

1,050円 (税込1,134円)

【賞味期間】366日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (え)
158kcal/1.3g/100g

特製トマトソースで焼き上げた、やさしい味わい



16種類の国産雑穀に米胚芽を配合した雑穀ブレンド米です

- 国産素材使用
- 16種の厳選雑穀+米胚芽
- 黒米 ●青大豆
 - もち玄米 ●緑米
 - 丸麦 ●とうもろこし
 - 押麦 ●もちあわ
 - もち白米 ●ひえ
 - もちきび ●アマランサス
 - もち麦 ●たかきび
 - 赤米 ●はと麦

※白米1合当たり、本品を大さじ1杯程度が目安

103560

十六健穀膳 400g

980円 (税込1,058円)

【賞味期間】365日 【アレルギー】豆 (麦) (そ) 345kcal/100g



ご好評につき! 追加募集のご案内 — 前日に収穫した野菜を毎週お届けします! / パルグリーンファーム「直営農場とれたて便」

お届け見本▶

133311

パルグリーンファーム「直営農場とれたて便」1セット2品

各回 (毎週) 360円 (税込389円)

※数量には、希望セット数を入れてください。
※収穫量に限りがあるため、予定数量を超えた場合は抽選とさせていただきます。

受付期間 3月10日 (月)~3月14日 (金)

お届けスタート 3月4回 (3月24日 (月)~)

「パルシステムアプリ」からのお申し込み

画面下の「カゴ」をタップして、「注文番号を入力」から注文番号・数量をご入力ください。

「パルシステム webカタログ」からのお申し込み

画面右上の「メニュー」をタップ

「注文サイト (ネット限定品)」からオンラインバルにアクセスいただき、「注文番号」をタップし、「注文番号入力」の画面で注文番号・数量をご入力ください。

※検索画面で注文番号や商品名を入力しても検索結果には出ませんのでご注意ください

お問い合わせ 産直・商品政策推進課

TEL: 047-420-2604 FAX: 047-420-2400 E-mail: palchiba-mail@pal.or.jp

※メール、FAXでのお問い合わせは、件名に「パルグリーンファームとれたて便の件」とご入力ください。

「小松菜」「チンゲン菜」などの葉物野菜を中心とした生育状況のよい作物2種をパルシステム商品と一緒に毎週お届けします。(次年度以降も自動継続でお届けします。)

●4~9月頃までのお届け予定品目

小松菜、チンゲン菜、なす、ピーマン、じゃがいも、空心菜、モロヘイヤなど。

※隔週ごとのキャンセルは、ご遠慮いただいております。やむを得ない場合は、お電話にてご相談ください。

今後の供給予定品目、パルグリーンファーム通信はこちら

〈お届け野菜イメージ〉

アレルギーの表示を行っています。
※アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

表示品目	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	か	く	豆

原材料に特定原材料8品目と大豆が含まれている商品には、その品目名を略称で表示しています。
※大豆を除く特定原材料に準ずる19品目については、表示しておりません。※コンタミネーション表示については、特定原材料8品目と大豆で、かつ製造者から情報提供をいただいた商品のみ表示となります。(乳) (そ) のように () で表示しています。

遺伝子組換え表示
遺伝子組換え対象作物を使用していない商品および育果・菌には表示しません。
※GMOとは、Genetically Modified Organisms (遺伝子組換え作物) の略称です。
1次原料の構成比が5%以上を主原料、5%未満を副原料とします。(水を除いた構成比)

不使用 GMOにNO! 主原料および副原料において遺伝子組換え原料を排除し、検査においても不検出の商品

GMOにNO! (食品) GMOにNO! 生産・流通・製造段階において遺伝子組換え原料を排除した商品。主原料および副原料いずれかで遺伝子組換えの混入を防止するため、分別生産・流通管理している商品。※ただし主原料が分別の場合、分別

GMOにNO! (飼料) GMOにNO! 牛乳、鶏卵、鶏肉等の飼料において遺伝子組換え作物の混入を防ぐため分別生産・流通管理している商品

副原料 分別 GMOにNO! 原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものは対象外の原料を使用しているが、5%未満の原料に分別の原料が使われている

分別 GMOにNO! 原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものに、分別の原料が使われている

電子レンジ フライパン
揚げる オートスター
ボイル 電子レンジのみ
蒸す

水産、畜産、冷凍食品、惣菜食品の加工済み食品に表示

賞味期間は製造加工日からの期間で、お届け日からの期間ではありません。熱量については正数 (小数第1位を四捨五入)、食塩相当量については小数第1位 (小数第2位を四捨五入) までを表示しています。

千葉の組合員だけにお届けする ワクワク♪食卓新提案♪

2025年3月3回(D週)

パルシステム千葉
pal·system

注文回収日 3月10日(月)~3月14日(金)

商品配達日 3月24日(月)~3月28日(金)

翌々週お届け

Pal's Dining

パルズ ダイニング

プラスワン

* *
パルズダイニング本誌に掲載しきれない、こだわりの味をご紹介！
毎日の食卓に彩りを「ぱらす」する商品、「あったらいいな」
を提案していきます。ぜひお試しください！

パルズダイニング本誌では、
8ページのボリュームで
こだわりの商品を紹介しています。
ぜひ、ご覧ください！

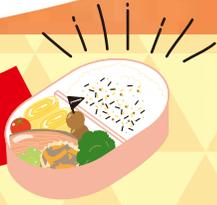
**パルズダイニングはパルシステム千葉の
組合員限定のカatalogです。**

オンラインパルズ注文専用アプリには掲載しておりませんが
注文番号をご入力いただければ注文が可能です。



今週の表紙のテーマは
「春色メニュー」です

お弁当におすすめ!



ごまが香る、香ばしい一品!
骨も気にならず、
お子さまにもおすすめです

次回以降
値上げ

国産真あじ使用

甘めのしょうゆだれと、
ザクツとした
食感がたまらない!
スティック状のフライです

お弁当にも
おかずにも!
冷凍庫に
あると便利♪

国産鶏肉・鶏皮使用

フライパン
冷凍 GMO
国産分別

133108

あじごま衣

7-11枚170g

427円(税込461円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 豆 186kcal(0.3g/100g)
※魚の小骨が含まれている場合がございますので、お召し上がりの際はご注意ください。
※原料価格の高騰により、次回から値上げします。

国産の根菜をごま油で
風味豊かに仕上げた
きんぴらです



〈調理例〉



〈つかさ食品〉産千葉



〈調理例〉

電子レンジのみ

133094

冷凍 GMO
国産分別

国産鶏の
甘だれスティック 500g

1,030円(税込1,112円)

【賞味期間】366日 【アレルギー】卵 麦 豆 (乳)
248kcal(1.6g/100g)



〈ヨコオ〉産佐賀

〈盛りつけ例〉

132756

GMO
国産分別

国産根菜きんぴら 90g

400円(税込432円)

【賞味期間】120日 【アレルギー】麦 豆 134kcal(2.3g/1袋90g)



和の膳
WAZEN

国産ごぼう・人参・
れんこん・唐辛子使用



〈高口又四郎商店〉産新潟

長野県産野沢菜を着色せず
に緑色を引き出し、
国産しょうがやかつおぶしをきかせて
風味豊かに仕上げた、
おにぎりの素です

2合用

132748

GMO
国産分別

信州産野沢菜
おにぎりの素

105g

470円(税込508円)

【賞味期間】180日 【アレルギー】麦 豆 (卵) (乳) (え) (か) (く) 61kcal(4.0g/105g)



〈調理例〉



〈サンエー〉産長野

おにぎり以外に
お茶漬けにも
おすすめ!

国産のかりかり梅を細かくさざみ、
しそを加えました

〈調理例〉

132811

GMO
国産分別

かりんこ梅チップ 90g

350円(税込378円)

【賞味期間】120日 31kcal(7.9g/100g)



おにぎりや
混ぜごはんにも



〈大利根漬物〉産群馬

味付けは砂糖と水あめ、隠し味の塩のみ
ふっくらやわらかに炊き上げました

国産紫花豆使用

〈盛りつけ例〉

132730

GMO
国産分別

高原のはなまめ 110g

498円(税込538円)

【賞味期間】210日
195kcal(0.5g/100g)



〈会津物産〉産福島

宮崎県産大根を昔ながらの伝統製法で
天日干したあとに漬け込みました
煎りぬかの風味が食欲をそそります

〈盛りつけ例〉

132772

本干たくあん 1本

540円(税込583円)

【賞味期間】120日 68kcal(3.9g/100g) ※1本:260g以上



〈天日干しイメージ〉



〈野崎漬物〉産宮崎

八戸美保野ポーク腸詰

133078 冷凍 GMO 不分別

バジル&オニオン

青森県八戸市産の豚肉に玉ねぎを加えた、肉のうまみをダイレクトに味わえるソーセージです。

133086 冷凍 GMO 不分別

ブラックペッパー

ブラックペッパーをきかせてアクセントを付けたソーセージです。

各320g

各680円(税込734円)

(共通)【賞味期間】90日
バジル&オニオン: 268kcal/1.2g/100g
ブラックペッパー: 331kcal/1.4g/100g

(美保野グリーン牧場)青森



各12~13本入!

塩、香辛料、砂糖のみで味付けした
ジューシーでやわらかな肉質の
青森県「八戸美保野ポーク」の腸詰

(ブラックペッパー調理例)

やさしい甘みの
まろやかなカレー

国産野菜の
カレー

(丸善食品工業)徳山形

電子レンジ ポイル

132781 GMO 不分別

国産野菜のカレー
(やさしい甘口) 200g

330円(税込356円)

【賞味期間】365日 【アレルゲン】麦
209kcal/2.1g/1食(200g)

(調理例)

スパイスがきいた
ほどよい辛さのカレー

国産野菜の
カレー

(丸善食品工業)徳山形

電子レンジ ポイル

132799 GMO 不分別

国産野菜のカレー
(ほどよい辛口) 200g

330円(税込356円)

【賞味期間】365日 【アレルゲン】麦
203kcal/2.3g/1食(200g)

(調理例)

国産の玉ねぎ、じゃがいも、人参、しょうが、にんにくを、
国産の小麦粉と厳選スパイスでじっくり煮込みました
フンドボーとポークエキス、ポークオイルのコクと
野菜のうまみ特徴です

甘さひかえめで、高知県産しょうがのピリッとした刺激がくせになる、
麦芽水飴とさつまいもでんぷんで作った
砂糖不使用のしょうが飴です

昔ながらのしょうがあめ 70g(個包装袋込)

132802 12~14個入

490円(税込529円)

【賞味期間】365日 377kcal/0.1g/100g
※原料価格の高騰により、値上げしました。

チャックシール付

(盛りつけ例)

(純正食品マルシマ)徳島

香ばしくまろやかなコクのあるくるみに
国産の丹波黒大豆を使用したきな粉をまぶしました
くるみのコクと黒豆きな粉のやさしい甘さが
よく合います

黒豆くるみ 100g

132764 GMO iNO!

500円(税込540円)

【賞味期間】180日 【アレルゲン】麦 豆(卵)(乳)(え) 619kcal/0.5g/100g

チャックシール付

(盛りつけ例)

(夜久野物産)徳島

北海道産有機大豆を使用したきな粉ペーストを
サクサク食感の「有平糖」で包んで仕上げました

約22粒

133051 GMO iNO!

黄金きなこ飴
80g(個包装込み)

430円(税込464円)

【賞味期間】180日 【アレルゲン】豆(乳)(麦)(落) 450kcal/100g

中はきな粉ペーストたっぷり
外側はサクサクの
きな粉の「有平糖」

(盛りつけ例)

(純正食品マルシマ)徳島

いちじく、くるみ、あんずが入った羊かんです
ドライフルーツのおいしさが広がります

チーズやワインにも
よく合います!

北海道産小豆使用

約5cm
約12cm
約3cm(厚さ)

133060 GMO 不分別

ドライフルーツ羊かん 1本(220g)

630円(税込680円)

【賞味期間】180日 【アレルゲン】く(卵)(乳) 187kcal/100g

(盛りつけ例)

(若山商店)栃木

放射能検査について パルシステムの自主基準に則って検査を行っています。検査の結果が自主基準を超えるものについてはお届けいたしません。千菓産原料使用マークについて 千葉県産原料を5%以上使用している商品です。原材料表記について 原則として、新商品のみ原材料表記をしています。

アレルゲンの表示を行っています。
※アレルギーのある方は、商品包材の表示を必ずご確認ください。

表示品目	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	大豆
表示方法	卵	乳	麦	そ	落	え	か	く	豆

原材料に特定原材料8品目と大豆が含まれている
商品には、その品目名を略称で表示しています。
※大豆を除く特定原材料に準ずる19品目につい
ては、表示していません。※コンタミネーション表示
については、特定原材料8品目と大豆で、かつ製造
者から情報提供をいただいた商品のみ表示となつ
ています。(乳)(そ)のように()で表示しています。

遺伝子組換え表示 遺伝子組換え対象作物を使用していない
商品および青果・酒には表示しません。
※GMOとは、Genetically Modified Organisms(遺伝子組換え作物)の略称です。
1次原料の構成比が5%以上を主原料、5%未満を副原料とします。(水を除いた構成比)

不使用	GMO 不使用	主原料および副原料において遺伝子組換え原料を排除し、検査においても不検出の商品
GMO iNO!	GMO iNO!	生産・流通・製造段階において遺伝子組換え原料を排除した商品。主原料および副原料いずれかで遺伝子組換えの混入を防ぐため、分別生産流通管理している商品。*ただし主原料が不分別の場合は、不分別

GMO iNO!	GMO iNO!	牛乳、鶏卵、鶏肉等の原料において遺伝子組換え作物の混入を防ぐため分別生産流通管理している商品
副原料 不分別	GMO 不分別	原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものは対象外の原料を使用しているが、5%未満の原料に不分別の原料が使われている
不分別	GMO 不分別	原料のなかで水を除く、構成比が5%以上のものに、不分別の原料が使われている

電子レンジ	フライパン
揚げる	オーブントースター
ポイル	電子レンジのみ
蒸す	

水産、畜産、冷凍食品、惣菜食品の加工済み食品に表示

賞味期間は製造加工日からの期間で、お届け日からの期間ではありません。熱量については正数(小数第1位を四捨五入)、食塩相当量については小数第1位(小数第2位を四捨五入)までを表示しています。