



冬季 シーズン到来

冬のお野菜もよろしく！

今年もしばれる季節がやってきました。雪に閉ざされる北海道では、越冬できる野菜以外は他の生産地を頼らなければ野菜が揃いません。冬の間は全国各地で大切に手を掛けて作られた農産物が海を越えてる畑にやってきます。収まらないインフレによる値上げや閉業など気落ちしてしまうお知らせもありますが、こうして全国の四季のリレーに助けってもらっていることに感謝して、思いを共にする素敵な生産者さんより一層つながっていききたいと思っています。



ワインぶどう
収穫
余市
Lan Seqqua
ランセッカ



余市 Lan Seqqua さんにワインぶどう収穫のお手伝いに行ってきました！品種はガメイ。ぶどうの房から虫や病気の影響で実が熟さず固くしぼんでしまったもの、ワインに適さない状態の実をチェックしながら選果していきます。過去最高に暑かったという今年の夏ですが、全体的にまずまずの収量、たわわになったぶどうを手摘みしてひとつひとつ見るのにはなかなかの時間を要します。ここから茎を取り除き、潰して果汁を取り出し、発酵熟成の工程に入っていきます。たくさんの方の手と時間を経て熟成されるワイン。その贅沢さと待つ楽しみが身に染みたお手伝いでした。リリースをどうぞお楽しみに！

長野



のらくら農場

標高1000m、八ヶ岳の北斜面で農薬も化学肥料も使わず50品目の野菜を作るのらくら農場さんから、美味しい野菜と農産加工品が届きます。20代の頃に夫婦お二人で始めた農場も繁忙期は16人程のスタッフを抱え、有機農家からの視察も多いパイオニアです！

鳥取



國吉農園

國吉農園さんは、のらくら農場の研修で、はるぎちオーガニックファームとお友達に！長ねぎ、ブロッコリーの端境期でお世話になりました。標高1729mの大山（だいぜん）の麓で40種類の野菜を作る若手ホープ。農民のための作業用ラジオ、ウネマラジオを発信しています！

徳島



株式会社トラスト

今年から有機の小松菜・水菜・レタス・カリフラワーなどを出荷してくださっているトラストの岡田さんがらる畑に立ち寄ってくださいました！2代目の岡田さん、温暖な気候を活かし、美味しくて日持ちの良い野菜作りのため日々、土に向き合っています！



■白米/玄米
各6枚 税込 821円
■黒豆/よもぎ
各6枚 税込 875円

富山産
大正もち
有機百姓もち



90g 税込 573円

有機千し芋（切甲）



500g 税込 994円

鳴海屋にしん漬け



有機きりたんぽ 税込 800円
比内地鶏スープ 税込 530円

有機きりたんぽ
比内地鶏スープ

創業2000年。南伊豆の「いちろうこ」が作る合成添加物不使用のおでんセット。
6種 税込 1,026円



季節の
おすすめ

クリスマスとお正月 特別企画品ご予約受付が始まります！

クリスマス〆切 11/30（日） お正月〆切 12/3（水）

1. 合成添加物・化学調味料の使用ゼロ
2. 美味しさ第二にいちおしを厳選
3. お好みや人数に合わせて組合せ自由自在



お知らせ

毎月のお楽しみで、素材にとことんこだわった洋菓子を提供してくれていた「パティスリーアパレイユ。」さんが来年の2月に閉店されることになりました。クリスマスケーキも今年で最後となります。たくさん召し上がってください。



今年は「ポランの伊達巻」が、味の高坂さん廃業のためご用意できません。何十年にも渡りご愛顧いただいていたお客様も多く、大変残念ではありますが、別の無添加伊達巻をご用意いたします。どうかご了承くださいませ。



2025 11月 らる畑カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
3	4	5 満月	6	7	8	9
らる畑のお弁当&惣菜 平日 11:30~ (土日・祝日休み)	調味的素材と らる畑の食材と	隔週木曜11時 クスクスオーブン焼き菓子	食物繊維たっぷり胃腸を整える!	7日 Vege-ラボ結 らるごはん お弁当&惣菜		
旬野菜・スポット品 月 ★麻生惣菜(月1火曜連続) 火~木・金 ★らるごはん 金 動物性不使用 ★Vege-ラボ結 Vege弁当(月1~3回・月1回木曜連続)		旬野菜・スポット品 当麻・当別から 始まりました!	2週に一度! ■静岡「いちうろこ」 静岡おでん種セット (6種) 1026円 小ちくわ・小判揚げ 各5本 529円 ごぼう巻天 5本 594円 いわしはんぺん 5枚 583円		10/30(水)入荷予定 焼津ヤマクニ 水産無添加 冷凍干物! ★近海アジ 465円 人気! ★サバ442円・銀ダラ605円 ★釜揚げ桜エビ 1286円	
10	11	12	13	14	15	16
お楽しみ シェフ 嶋貴 月曜日は 麻生惣菜のお弁当&惣菜	旬野菜・スポット品 ●長芋・菊芋・ヤーコン ビーツ・カラフルミニ大根 北海道/有機農産物 ●りんご(ふじ・ジョナゴールド) 青森/農薬50%減・化肥不使用	天然酵母 大人人気 隔週水曜11時 自然食ホロのパンと焼き菓子	シェフ 中島 13日(木)・14日(金) はVege-ラボ結 お弁当&惣菜		不定期 種花の花束!	
	旬野菜・スポット品 ●有機干し芋(切甲) 100g 572円 ●オーガニック・フェアトレードチョコレート ●有機きりたんぼ 210g 800円 ●比内地鶏スープ 200ml 530円		富山の有機百姓もち ★白米・玄米 各6枚 821円 ★黒豆・よもぎ 各6枚 875円		●ヴィーガンキムチ 519円 ●道産小麦のちくわぶ 237円 ●ベジ生ラーメン 醤油・塩・味噌 各2人前 648円	
17	18	19	20 新月	21	22	23 日曜日 17時まで
お楽しみ シェフ 橋本 火~木 らるごはんのお弁当&惣菜	旬野菜・スポット品 月一入荷! ●オーガニック餃子の皮 ●生ハム ●かに風味かまぼこ ●加賀じぶ煮 ●みんさん白菜キムチ ●蒸し焼きそば 2週に一度! ■静岡「いちうろこ」の無添加かまぼこ	19日頃クリスマス & お正月企画 カタログ配布予定! 18日入荷 アパレイユ。 ★珈琲のパウンドケーキ 1本 1556円 ★国産栗のモンブラン 1個 冷凍 897円 ★米粉のロールケーキ(いちご) 冷凍 508円 ★緑茶のバスクチーズケーキ 冷凍 497円 ★ブルーベリーカスタードパイ 冷凍 422円	隔週木曜11時 クスクスオーブン焼き菓子	21日(金)は らるごはん オムライス	12月まで 改修工事のため お休み	土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン
			人気! 11/17(月) 20(木) 限定 平田とうふ店 ●もめん豆腐 500g 486円		年末前のお得な SALE! 野菜・ドライ加工品 石けん類 5% off 除外品~冷蔵・冷凍品・雑貨・酒など 店舗 11/22(土)~29(土) 配達 11/22(土)~28(金)	
24	25	26	27	28	29	30
お楽しみ 11/24(月)13~17時 ボディクレイ高野さんのデモ販売&癒しの手浴体験!	旬野菜・スポット品 ●小松菜・水菜 リーフレタス 徳島/有機農産物 ●富有柿 奈良/防除12回・化肥不使用 ●みかん 熊本/有機農産物	長野のらくら農場 ★野菜と玄米のスープ 400円 ★バーニャカウタ 519円 ★お漬物各種 432円	NEW ★やさかゆず味噌 200g 800円 ●札幌鳴海屋白菜キムチ 767円 再開! にしん漬け 994円 ●興部ノースブレインファーム ヨーグルト&チーズ	11/28(金) らるごはんのお弁当&惣菜	11/29(土) いもやこうの「石焼き芋」	豊味芋さ 今作てしはつ年く美まの
			★クリスマス企画品 11/30(日) ご予約〆切 新物登場! 農薬・化肥不使用 ●千葉産落花生(殻付き・むき身)		岐阜 山のハム工房 ゴーバルより 合成添加物不使用 ●サラミ ●ウィンナー ●ハム、生ハム	
1	2	3	4	5	6	7
お楽しみ 月~木 らる畑のお弁当&惣菜	旬野菜・スポット品 道外から冬野菜登場! ●ブロッコリー カリフラワー 小ネギ・ピーマン ※らる通信12月はお休み!	★お正月企画品 12/3(水) ご予約〆切 庄内の有機杢つき切り餅 ★白米・玄米 各12枚 1188円 ●東明の無添加漬物ゆず大根、しば漬け ●杉浦商店の冷凍マグロ 赤身、ネギトロ	★東明千枚漬(紅・白 カット) ★大和川酒造純米板酒粕 ★庄内協同ファームの干し柿	12/5(金) 玄米もちみきの できたて「玄米もち米おむすび」 紅鮭・梅・チーズおかか 各303円	らる畑だけのクリスマス・お正月企画! 受注生産品につき ご予約おススメです!	
			2週に一度! ■静岡「いちうろこ」の無添加かまぼこ		クリスマス企画品お渡し 12月15日(月)~ お正月企画品お渡し 12月28日(日)~ 12/24(水)のみ 11時以降 アパレイユ。クリスマスケーキ 14時以降 らるごはんクリスマスオードブル 12/29(月)・30(火) 直送おせち	

■カレンダーの内容は入荷の予定や価格が変動する場合がございますので何卒ご了承ください。

■週のスポット品は基本的に月曜日からの入荷になります。 ■お気軽にご予約・お問い合わせ下さい。 Tel 011-614-2406