



### 天然醸造醤油の 酢屋茂

昨年秋に、ずーっと訪れてみたかった長野立科の「酢屋茂」さんを訪問しました。「酢屋茂」さんはらる畑のロングセラー品である天然醸造醤油や玄米味噌、オーサワの信州みそを製造する醸造蔵です。1893年に創業、当時は酸味が付いてしまった酒を引取り、味を調べて酢を作っていたそうで、その名残が屋号になっています。現代表の今井総一郎さんは5代目。らる畑のオープン当初は「今井醤油」の名称で販売していました。立科は昼夜の寒暖差が激しく、蓼科山麓を水源とする水質にも恵まれています。涼しいので醸造には時間が掛かりますが、自然に任せた酵母菌の働きがコクとうま味のある醤油と味噌を育ててくれます。良質な原料にこだわりながらも価格を抑えていただいているお醤油は、地元の方にも愛される普段使いの調味料。らる畑のお弁当作りにも欠かせません。初めての方も長年のファンの方も、お得なこの機会をぜひご利用くださいませ。



### 酢屋茂のお醤油造り

原材料は国産丸大豆・国産小麦・自然塩

- 1 小麦を炒って皮ごと粉碎する
- 2 大豆を蒸して麹菌を吹き付け、炒った小麦と混ぜ合わせる
- 3 一定の温度で二晩寝かせて発酵を促し醤油麹を作る
- 4 醤油麹に食塩水を合わせて樽で発酵熟成
- 5 2m以上の高さがある木桶に醗を入れてかき混ぜる
- 6 二年弱寝かせてもろみを絞り、火入れをして出荷

仕込み中の桶を  
 人力でかき混ぜる



### SALE!

4/13~26

#### 天然醸造醤油

国産原料を伝統製法で  
 じっくり発酵熟成した  
 濃口醤油



720ml 税込 724円 → 681円  
 1.8L 税込 1,523円 → 1,437円

#### 玄米味噌

国産大豆・玄米を使用。  
 玄米の旨みを活かした  
 甘口味噌



650g 税込 1,210円  
 → 1,134円

### 余市町 Lan Sequa ワイン

お一組様  
 2本限定

#### 早花咲月 ロゼ 2025



余市産ナイアガラにキャンベルを加えた軽やかなロゼスパークリング。冷やしてどうぞ。

750ml 税込 2,200円

#### KOYACHI Passetoutgrain 2024



自園のピノノワールとツヴァイゲルト。クリーンな冷涼さを感じられる赤ワイン。

750ml 税込 3,410円

お一組様  
 1本限定

### 中川町 FARO チーズ

今年の製造場所は  
 興部ノースプレインファーム

#### Finco (フィンカ)



バターのような香りと爽やかな酸味。ソフトでもっちりとした食感です。

100g 税込 864円

#### Bosque (ボスケ)



中川町の木材で燻製した香ばしい香りのセミハードチーズ。

100g 税込 1,080円

うまい!



お弁当に便利な冷凍シュウマイが増えました!



#### もち豚焼売

健康飼育の房総もち豚と使用原料にとことんこだわりました。

6個 税込 724円

#### 鶏ごぼう焼売

さっぱりとした鶏の味わいとごぼうの歯応えのある焼売です。

8個 税込 540円

#### 点心えび焼売

国産小麦の皮にぷりぷりの海老と鶏肉を包みました。

7個 税込 594円

#### たけのこ焼売

国産たけのこを加えた優しい味わいの焼売。こどもの日限定。

6個 税込 692円

ご予約〆切4/9 (木)

こどもの日

4/30 (木)  
 行楽弁当



担橋らお月  
 当本る弁  
 しシご日  
 しまエはも  
 すエはも  
 すフん  
 がの

美味しいもの、たくさんご用意してお待ちしております!

### 今年のGWも営業・配達します!

4/29・5/4.5.6は18時までの営業です。  
 らるごはんは4/29.5/1.4.5.6お休みです。



月	火	水	木	金	土	日
30	31	1	2 新月	3	4	5 日曜日 17時まで
<b>らる畑のお弁当&amp;惣菜</b> 平日 11:30~ (土日・祝日休み)	調味的素材と らる畑の素材と	<b>お知らせ</b> 3月31日(火) 棚卸のため18時 閉店です。	<b>旬野菜・スポット品</b> <b>NEW</b> ■パレソ シードル 瓶 330ml 506円 ゆず 瓶 330ml 550円	<b>隔週水曜11時</b> <b>自然食ホロの</b> <b>パンと焼き菓子</b>	シエフ 大ちゃん シエフ 4/3日(金) らるごはん オムライス	土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン
<b>担当シエフご紹介</b> ■月 ★麻生惣菜(月1火曜連続) ■火~木 ★らるごはん ■金 動物性不使用 ★Vege-ラボ結Vege弁当(月1木曜連続) ★Bisoacoggo 北インドカレー弁当			<b>余市Lan Seqquaワイン 限定入荷</b> 多くのお客様に渡るよう制限をお願いしております <b>お一组様2本</b> ★早花早月 口ゼ2025 2200円	<b>限定入荷</b> ■白糠茶路めん羊牧場 ラム肉スライス 冷蔵 250g 3392円 <b>人気!</b> ■マコト屋削りたて 花かつお 60g 626円 ■オーサヴィーガンキムチ 519円 ■ベジ生ラーメン 各2人前 670円		

6 お肉・お魚使っています!	7	8	9	10	11	12	
<b>お楽しみ</b> シエフ 橋本 月~木 らるごはんの お弁当&惣菜		<b>旬野菜・スポット品</b> <b>こどもの日のお祝いに</b> ★鯉あられテトラ 35g 454円 ★柏もち 972円★よもぎ大福 854円 ★筍餃子 冷蔵 10個 638円 ★筍焼売 冷蔵 6個 692円 ★中華風ちまき 冷蔵 4個 1685円	<b>隔週木曜11時</b> <b>クスクスオー</b> <b>ブン焼き菓子</b>	4/10(金) 玄米もちみきのできたて <b>「玄米もち米おむすび」</b> 鮭・梅・味玉など 各400円	4/11(土) <b>いもやこうの</b> <b>「石焼き芋」</b> 羊から育てた!	土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン	<b>旬野菜・スポット品</b> ●スナップエンドウ 大分/有機農産物 ●トマト 沖縄/有機農産物 ●甘夏みかん 熊本/有機
		<b>お楽しみ</b> シエフ 橋本 月~水 らるごはんの お弁当&惣菜	<b>旬野菜・スポット品</b> ●そら豆 鹿児島/有機農産物 ●ハウスアスパラ 北海道/有機農産物 ●筍 長崎/農業・化肥不使用	<b>隔週水曜11時</b> <b>自然食ホロの</b> <b>パンと焼き菓子</b>	15日(水) <b>だし巻き玉子</b> <b>海苔巻き!</b>	16日・17日は <b>Vege-ラボ結</b> <b>お弁当&amp;惣菜</b>	土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン
		<b>旬野菜・スポット品</b> <b>SALE 酢屋茂 4/13~/26</b> ★天然醸造醤油 720ml 724円→681円 1.8L 1523円→1437円 ★玄米味噌 650g 1210円→1134円	<b>NEW</b> ★富士山ようかん(大納言・桜・ごま・茶) 各38g 227円 ★母の日生クリーム どれ焼き 冷蔵 3ヶ 918円 ★米粉のマクロビバターサンド (ごま・カフェモカ・いちご) 422円	<b>人気の冷蔵品、月一入荷!</b> ■焼きそば ■加賀じぶ煮 ■みんな白菜キムチ・幸福キムチ(甘口) ■山芋どうふ ■かに風味かまぼこ	<b>岐阜山のハム工房グローバル</b> ★サラミ、ハム、ウィンナー		

13	14	15 平飼玉子使ってます!	16	17 満月	18	19	
<b>お楽しみ</b> シエフ 橋本 月~水 らるごはんの お弁当&惣菜		<b>旬野菜・スポット品</b> ●グレープフルーツ 鹿児島/防除あり・化肥不使用 毎年人気! ●完熟パイナップル 沖縄/防除あり・一部化肥不使用	<b>不定期種花の</b> <b>ラッキー花束!</b>	<b>隔週木曜11時</b> <b>クスクスオー</b> <b>ブン焼き菓子</b>	シエフ 中島 23日・24日は <b>Vege-ラボ結</b> <b>お弁当&amp;惣菜</b>	土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン	
		<b>お楽しみ</b> シエフ 橋本 月~水 らるごはんの お弁当&惣菜	<b>旬野菜・スポット品</b> <b>人気!</b> 4/20(月)入荷 消泡材不使用 <b>東川町</b> <b>平田とうふ店</b> ■もめん豆腐 500g 486円 ■フィンカ 864円 ■ボスケ 1080円	<b>中川町 新登場!</b> <b>FAROのチーズ</b> ■オーサヴィーガンキムチ 519円 ■ベジ生ラーメン 味噌・塩・醤油 各2人前 670円 ■蒸し焼きそば 1人前 216円 <b>津乃吉 山椒じゃこ</b> 50g 950円 <b>丹波黒豆とおじゃこの炊き込みご飯</b> 789円	<b>23日・24日は</b> <b>Vege-ラボ結</b> <b>お弁当&amp;惣菜</b>	<b>土曜12時</b> <b>十勝風土火水</b> <b>天然酵母パン</b>	<b>人気!</b> <b>杉浦商店の冷凍赤身</b> メパチ 1102円 キハダ 1199円 ネグロ用すき身 1145円 マグロ漬け丼 659円 <b>静岡「いちろうこ」</b> の無添加かまぼこ

20 お肉・お魚使っています!	21	22	23	24 動物性食品不使用!	25	26
<b>お楽しみ</b> シエフ 橋本 月~水 らるごはんの お弁当&惣菜		<b>旬野菜・スポット品</b> <b>SALE</b> 4/27.28.30 らるごはんのお弁当&惣菜 4/29. 5/4.5.6 お弁当&惣菜 お休みです	<b>隔週水曜11時</b> <b>自然食ホロの</b> <b>パンと焼き菓子</b>	<b>30日(木)</b> <b>らるごはん</b> <b>の行楽弁当</b>	5/1(金) 玄米もちみきのできたて「玄米もち米おむすび」 紅鮭・梅ひじき・味玉 各400円	土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン
		<b>旬野菜・スポット品</b> 5月~北海道産入荷予定! ●白かぶ、菜花 山東菜、小ネギ 小松菜、レタス リーフレタス	<b>お楽しみ</b> 春のおススメ調味料	<b>焼津ヤマクニ水産 1枚から選べます!</b> <b>無添加冷凍干物!</b> <b>4/27(月)入荷予定</b> ★とろそば 735円 ★銀ダラ 605円 ★近海アジ 465円 ★釜揚げ桜エビ 1286円	<b>GWも営業しております!</b> 4/29.5/4.5.6は18時まで (5/3日曜は17時)	<b>人気!</b> <b>鳴海屋白菜キムチ</b> 767円 今季終了!にしん漬け 994円

27	28 祝日 18時まで	29	30	1 新月	2	3 日曜日 17時まで
<b>お楽しみ</b> 今週は	<b>旬野菜・スポット品</b> 5月~北海道産入荷予定! ●白かぶ、菜花 山東菜、小ネギ 小松菜、レタス リーフレタス	<b>隔週水曜11時</b> <b>自然食ホロの</b> <b>パンと焼き菓子</b>	<b>30日(木)</b> <b>らるごはん</b> <b>の行楽弁当</b>	<b>5/1(金) 玄米もちみきのできたて「玄米もち米おむすび」</b> 紅鮭・梅ひじき・味玉 各400円	<b>土曜12時</b> <b>十勝風土火水</b> <b>天然酵母パン</b>	<b>GWも営業しております!</b> 4/29.5/4.5.6は18時まで (5/3日曜は17時)
		<b>旬野菜・スポット品</b> <b>SALE</b> 4/27.28.30 らるごはんのお弁当&惣菜 4/29. 5/4.5.6 お弁当&惣菜 お休みです	<b>お楽しみ</b> 春のおススメ調味料	<b>焼津ヤマクニ水産 1枚から選べます!</b> <b>無添加冷凍干物!</b> <b>4/27(月)入荷予定</b> ★とろそば 735円 ★銀ダラ 605円 ★近海アジ 465円 ★釜揚げ桜エビ 1286円	<b>人気!</b> <b>鳴海屋白菜キムチ</b> 767円 今季終了!にしん漬け 994円	<b>GWも営業しております!</b> 4/29.5/4.5.6は18時まで (5/3日曜は17時)