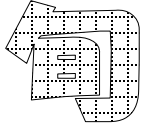


新潟県 魚沼 JA十日町 特産！



## 妻有舞 雪下にんじん & ジュース

雪下にんじんは、冬の間雪の下で3カ月寝かせることで熟成され、甘味がまるでフルーツと言われます。生のまま美味しくお食べ頂けます。今年はやや大きめのようです。

受注締切：平成28年4月1日(金)

商品お届け：雪下にんじん=4月中旬

雪下にんじんジュース=5月上旬

秋田県 JAあきたやまもと 特産！

## 菌床しいたけ

肉厚で例年大好評を頂いております。色々なメニューで大活躍。

お米の販促品としてお使い頂いて喜ばれています。

受注締切：平成28年4月1日(金)

商品お届け：平成28年4月中旬頃

⑤

## お腹が凹む食べ方

2万人が成功した驚きのダイエット。

一日二合のご飯を食べる

ポイント4

カロリーは消費・燃焼するもので摂る

近年の食事は、驚くほど低カロリーなものになっているそうです。

1日のカロリー消費量は減っているのに、太っている人が増加中。

カロリーを消費・燃焼する栄養を摂っていないことが原因のようです。

例えばお米とパンを比べると、同じカロリーの中でお米の脂質は2%

に対して食パンは15%です。

カロリーは脂質の割合が高いほど燃焼しにくくなります。

カロリーの大小ではなく、カロリーを消費しやすいバランスかどうかで

食材を判断しなくてははいけません。そうすれば代謝があがり、摂取し

たカロリーも消費されて体内に溜まらなくなりますね。

## 今週の玄米入荷情報

岩手 ひとめぼれ 前沢限定

秋田 あきたこまち やまもと

佐賀 夢しずく 唐津特裁

宮城 つや姫 登米特裁

山形 はえぬき

福島 コシヒカリ 中通

山梨 コシヒカリ 梨北 棚田特裁

青森 まっしぐら

北海道 ななつぼし

北海道 ゆめぴりか

佐賀 さがびより

栃木 コシヒカリ

宮城 ひとめぼれ 登米特裁

秋田 つぶぞろい

福井 コシヒカリ テラル越前

新潟 コシヒカリ 魚沼十日町

茨城 コシヒカリ

宮城 ササニシキ 登米特裁

新潟 コシヒカリ 岩船

富山 コシヒカリ

福島 ひとめぼれ 中通

新潟 コシヒカリ 黒川

「新潟黒川」  
オリジナル  
のれん

ご希望の方は  
担当まで。  
数量限定です。

